致編輯及記者：

畢業即陷賭博危機？調查揭逾半青年曾賭博

信義會社會服務「源頭減賭」計劃三年顯成效

廿歲女大專生「助人自助」　與賭癮母親關係破冰

按此下載高清相片： https://ss.elchk.org.hk/2cc4

【香港——2026 年 6 月 3 日】踏入 6 月，專上學生告別校園、準備踏入職場。然而，在迎接經濟獨立的同時，一群對賭博有興趣或已有經驗的年輕人，新的財政狀況會令其心態與行為模式隨之轉變，有機會出現賭癮徵狀。

信義會智變戒癮輔導中心過去曾進行**「香港市民賭博行為調查」***，結果顯示，在 18 至 40 歲的青年組別中，**超過一半（53.4%）**的青年人曾參與賭博，網絡賭博更是主流途徑之一。為防範大專生畢業後墮入賭博失調的陷阱，Smart i-Change 在**平和基金**的資助下，過去三年與五間專上院校合作，推行**「源頭減賭」計劃**，落實校園早期預防教育，開辦大專義工訓練證書課程，並於 5 月 31 日舉行**「青少年賭博新形態研討會暨大專生參與預防賭博分享會」**，與教育界共同探討**「當遊戲變成賭局」**的隱藏成癮風險、及早辨識的必要和分享計劃成果。

*在 2022 年至 2025 年期間，Smart i-Change 曾進行兩次賭博行為調查，對象分別為大專生和香港市民，分別收到 601 份大專生及 1659 份市民的有效回應。

夾公仔也有風險？李紹麒博士：容易由遊戲變成「癮」

是次研討會上， Smart i-Change 服務顧問李紹麒博士指出，根據調查顯示，參與賭博的市民中，高達八成相信自己**「有方法贏錢」**。當趣味愈高，**「有方法贏錢」**的信念愈強，這份迷思在商業賭博活動中尤為明顯。李博士亦特別提到遊戲與賭博正在融合，他說：「除了傳統賭博項目，近年興起的三爪機、盲盒、遊戲卡牌等，許多人以為只是遊戲消遣，但當賭博動機涉及追回輸掉金錢等心態，已不知不覺間構成**『成癮』**的隱藏風險。」香港大學社會科學學院副院長謝樹基教授提醒大家面對這類金錢活動時要掌握三大觀念：考慮**「Cost 成本 / 付出代價」**外，也要了解導致持續賭博的**「Context 處境」**及同輩間**「Citizen 互助」**的影響力。

<table>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
<tr><td>Smart i-Change 服務顧問李紹麒博士（右）和香港大學社會科學學院副院長謝樹基教授（左）在分享會上解說遊戲如何不知不覺成賭局。</td><td>香港大學社會科學學院副院長謝樹基教授提醒戒賭要掌握三大觀念。</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
<tr><td>分享會上，李紹麒博士分享市面上容易被忽略的「成癮陷阱」，如夾公仔、扔彩虹、遊戲卡牌等。</td><td>信義會社會服務助理總幹事梁玉娟女士（左）致送紀念品予李紹麒博士（右）和謝樹基教授（中）。</td></tr>
</table>

「源頭減賭」計劃見成效：院校及義工人數持續增長

為從源頭預防賭博問題，Smart i-Change 主張**「防患未然」**，透過多元化活動為大專生建立健康的理財觀念，打破「快速致富」迷思，同時培訓他們成為義工，深化體驗，並連結成社區防賭支援安全網，及早辨識，發揮「源頭減賭」的力量。

過去三年，**「源頭減賭」計劃**穩步發展，參與計劃的大專院校數目及義工人數按年上升。今屆更有五間院校參與，包括：**聖方濟各大學、港專學院、香港伍倫貢學院、青年會專業書院及香港專業教育學院**。計劃成功在年輕人掌握經濟獨立能力之前，將健康的金錢價值觀與防賭意識深植他們心裏，為穩固的成長發展奠下重要基石。



五間參與計劃的大專院校，派出老師代表參與研討會，分享校園推動預防賭博教育的實踐成果，同時共同探索更具前瞻性的介入方向與合作模式。

網上宣傳效果佳：應屆畢業生化身「網上助人」新力軍

三年來，參與的大專生義工也共同發揮創意，一起製作**微電影**、**網上外展影片**推廣減賭訊息。網上影片滲透成效高，微電影**逾** 40,000 觀看人次、約 40 條網上影片也獲**逾** 50 **萬**觀看人次、**2,200 次**轉發，顯示青年自發宣傳具一定影響力。計劃又以多元化活動進行推廣，如**沉浸式劇本殺和流動宣傳車**，成功引起新生代的興趣。隨着計劃發展，今屆義工的參與深度亦大幅提升，包括探訪戒癮治療服務中心及系統化培訓、劇本殺認證導師訓練等，延續青少年預防賭博工作的發展。

據 Smart i-Change 的調查發現，**超過八成**市民首選透過網絡了解賭博輔導，因此計劃持續以網上外展及媒體創作推廣外，中心亦為義工提供系統化的網上實習與介入訓練，裝備他們純熟運用「網上助人」模式的實戰能力，在年輕人最活躍的網絡世界中及早識別高風險個案並提供初步支援，成為社區中的推動預防賭博失調的重要力量。

	
大專生義工透過劇本殺活動了解賭博者的心態，從而了解支援戒癮的技巧。	大專生義工透過劇本殺活動了解賭博者的心態，從而了解支援戒癮的技巧。
	
計劃透過派雪糕在社區中傳遞「預防賭博」訊息。	

個案分享：母親有賭癮 二十歲女大專生如何自救？

當年就讀高級文憑課程的阿欣（化名），抱着服務社會的心態加入**「源頭減賭」計劃**。沒想到在義工培訓期間，她向中心同工透露一直承受一個隱藏已久的困擾：她的母親沉迷賭博。

每次母親輸錢回家後，都會站在阿欣房門外大聲喊她借錢，令她在經濟及情感上承受沉重壓力。二十歲的阿欣，面對母女關係失衡，加上畢業在即及前途未明，令她承受了巨大的心理壓力，長期身心俱疲。

幸而，透過參與**「源頭減賭」計劃**，阿欣在過程中逐漸了解賭博者的心態，並在專業同工輔導，

重新探索與母親適合的相處方式，逐漸處理經濟問題，初步打破賭與借的困局循環，最終因與母親保持「健康距離」後，母女關係反而出現轉機，大為改善。現時阿欣放下溝通壓力，母親也不再要求她借錢，她不時會以 WhatsApp 定期關心母親，提醒她照顧自己。

這段經歷讓阿欣深刻體會到「助人自助」的力量。正因為參與**「源頭減賭」計劃**，並親身經歷賭癮對家庭帶來的影響，她在接觸求助者時，更能理解賭博成癮的心理掙扎與戒癮歷程，擁有比一般人更強的同理心與洞察力，亦能用自身的經歷去照亮其他受賭博困擾的家庭。

了解更多 Smart i-Change 服務

信義會社會服務自 2024 年 10 月起獲得平和基金資助，配合網上資訊科技建立創新的問題賭博輔導模式，推出「Smart i-Change **賭博輔導服務**」支援受賭博問題困擾的人士及其家人，意思為 “I can change”，我們相信人有能力行使自主權，踏出改變的第一步。計劃以生成式人工智能技術，設計了聊天機器人「阿信」，主要針對賭博的核心問題：債務處理、自我評估及處理賭博失調三方面，為查詢人士提供全天候 24 小時的支援，並進一步提高他們的求助動機。

◤***Smart i-Change***賭博輔導服務◢

Tel：**2893 8008**

Web： https://i-change.elchk.org.hk/

IG ： **i.change.elchk**

FB：**Smart i-Change**賭博輔導服務

關於信義會社會服務

基督教香港信義會社會服務部成立於 1976 年，是一所扎根香港的大型綜合性社會服務機構。我們以基督信仰為根基，致力服務基層及弱勢社群，信行如一，是我們一直實踐的核心信念。

本機構以人為本，透過專業及切合需要的社會服務，支援個人、家庭及社區的持續發展。現時設有超過 60 個服務單位及 50 個特別計劃，服務範圍遍佈全港，涵蓋幼兒、青少年、家庭、長者、基層醫療、殘疾、戒癮、過渡性房屋等不同範疇，每年服務人次超過 280 萬。我們相信，真正的關懷必須化為具體行動。多年來，我們以專業而創新的方式回應社會需要，與人同行，促進社會關懷、公義與共融。

網頁 : https://www.elcss.org.hk

IG : elcsshk

FB : elcsshk.fb

傳媒聯絡：

林彩珊（Charly）
高級傳訊與協作主任
電話： 3692 5468 / 6498 6573
電郵： charlylam@elchk.org.hk

王淑君（Jess）
傳訊與協作主任
電話： 3692 5468 / 6375 4281
電郵：jesswong@elchk.org.hk