

賭徒家人的受助、自助和互助

貪愛不義之財的禍害自己的家；恨惡賭賭的必可以存活。

《聖經新譯本》〈箴 15：27〉

面對賭博的問題，當事人的沉溺上癮、欠債還債之害，禍己禍家，原來受害至深的仍是身邊的家人。在親情與絕望之中的張力，他們會感孤獨、恐懼、焦慮、不安和憤怒，也覺內疚、尷尬和羞恥…，身心靈受創，感覺人生是如此的灰暗無助。如何在幫助賭徒脫離賭海之時，也關懷賭徒身邊的親人，讓他們能夠受助、自助和互助？

編輯：謝芳

圖：工業福音團契問題賭徒復康中心提供

賭徒家人 Fanny 的見證

我丈夫就是在一個『爛賭』的家庭長大，他所有家人經常以賭博的活動（例如：打麻雀，上賭船）去維繫家人關係。他是一位專業的的士司機，不幸地結識了一班『爛賭』同行，經常聚賭，欠債累累，使他變成一個問題賭徒。在 2010 年的某一天，他告訴我已賣掉了的士車，但仍還欠弟弟 200 萬元，連同『街數』估計總欠數逾 600 萬元。「怎麼辦？」「如何還債？」「怎樣面對家人呢？」那一刻，我的心情如晴天霹靂，只懂得哭和吵鬧，家無寧日。又經常失眠，情緒失控，腦子常常出現恐慌和尋死的念頭。

欠債六百萬 以打兒子發洩情緒

我的情緒跌至谷底，重現很多不開心的回憶：他屢勸不改，自己曾代還了很多欠債；亦傷害兩個兒子和影響他們成長，當他被賭債纏擾時，便將情緒發洩在當時就讀小學的兒子身上，甚至用皮帶鞭打他們，令他們的心靈受到創傷和變得自卑，沒有動力求學；他們在青春時期非常反叛，大兒子更失去人生方向，常跟從同是賭徒的姐姐去賭船賭錢。兩個孩子他們怨恨父親，當看見我常以淚洗面，亦為我擔心。這些都令我深感內疚，因為嫁了一個長期爛賭的丈夫，不能讓兒子在一個健康的家庭裡成長。

妻子感人生無望無助

我覺得人生很灰暗，『真的不想再活著了』。有一天在工作期間，走入一空室為自己注射空針，很想以死解決問題。幸好被同事發現，立刻帶我看醫生。經過多次覆診，醫生診斷我患上了抑鬱症，需要服抗抑鬱藥；當時我內心好難過痛苦，不知如何行走前路，我看不到前景和出路，人生好像跌進深谷，無法翻身，沒有面目見人，亦為嫁了一個賭了 30 多年的丈夫而感羞愧。

患上了『互累症』

經教會導師帶領，我到工福問題賭徒復康中心求助，聽取中心導師的分析後，我才知道因丈夫的賭博問題，自己在不知不覺中已患上了『互累症』，心中存有很多憤怒和苦毒，亦因自己的執著常與丈夫吵鬧，沒有以積極的方法去面對問題。

放手 情緒得釋放

參加了賭徒家人治療課程後，我學懂了與賭徒設立界線和放手，管理自己的情緒，學習與賭徒溝通，並且我亦寬恕丈夫對我造成的創傷，釋放了自己的執著和負面情緒，這課程令我改變了自己，亦學懂了自知、自保、家人放手，不離、不借、浪子回頭。我明白自己的情緒需要釋放，從前的事不再題，將它放入『博物館』，將心境開放，不要強加自己的期望在賭徒身上；不要控制賭徒，免致令自己失望，不再受賭徒的問題而拖累自己，我亦不需要為賭徒的債務付上任何責任，否則只會令他泥足深陷，不能自拔。

依靠耶穌基督的寬恕

寬恕曾傷害你的人實在是一件難事。曾經十分憎恨父親的小兒子，在中學時期相信了耶穌，他已原諒了父親帶給他的傷害，他的生命改變成為了我的鼓勵，使我有力量面對這段婚姻和支持丈夫戒賭。耶穌基督的寬恕，我才能放開執著，不再沉緬於以往痛苦的記憶，不再怨憤丈夫，不再令自己的精神和情緒受損害。當我真正放開執著後，我寬恕了丈夫，使自己得到釋放和自由，給自己一個重新的機會，不再做一個互累症的病患者，不再把焦點放在丈夫的賭博的行為和需要上，我學會體諒自己的需要，愛惜自己的健康，好好管理自己的情緒，並且我擴闊自己的社交生活。

不以賭錢還債，努力工作清還 600 萬

這兩年我們夫婦分別參加工福的戒賭課程和家人治療課程，丈夫很努力學習戒賭，改變了他對賭博的迷思，不再以賭錢去還債，而是努力工作去清還這 600 多萬元。他亦相信了主耶穌，為自己的賭博的行為和傷害家人的行為而認罪和悔改，常以聖經的真理去自我反省，他不想再走回頭路，他重新承擔自己的責任，對家庭和社會要負責任，亦珍惜與家人相處的時間，不賭是贏家：贏回了家、太太、兒子和家人對他的信任。工福亦為我們提供夫婦輔導和夫婦營，使我們夫婦倆學習積極面對人生，關係也得以重建和復和，彼此坦誠溝通，寬恕和包容；心

靈方面，我們仍要靠著主耶穌的愛和寬恕，才能健康地成長和建立良好的夫婦關係。我為丈夫感到高興，因他用了兩年的時間完成了「信、望、愛戒賭課程」，將在月底參加畢業禮。我希望他不再走回頭路，積極地做回一個有責任感的丈夫和父親。

賭徒家人總負債高達七千多萬

工福問題賭徒復康中心主任劉嘉成日前在「受助 自助 互助」**賭徒家人**復康計劃啟動禮暨「賭徒與家人的困境與出路」講座上公佈該中心於有關的賭徒家人及親友互累症調查報告。資料顯示，由 2011 年 8 月至 2012 年 8 月，到中心求助的賭徒家人共有 449 名，包括配偶、父母、兄弟姊妹、子女及其他親友，以女性為主，賭徒妻子為數最多，其次是賭徒母親。賭徒家人總負債額高達 7000 多萬元，大部分家人曾為賭徒代償還賭債，其中以父母代償債項的金額最高，平均每人 32 萬元；其次是配偶，平均每人近 20 萬元。

互累症的徵狀

他說，大部分賭徒家人都出現互累症的徵狀，包括不能自制，時刻想著親人沉溺賭博的問題及指示賭徒按自己的意思去做事；經常支付親人沉溺賭博的負債；為親人沉溺賭博的問題隱瞞事實；因親人沉溺賭博的問題使您尷尬和羞恥，而遠離親友和不參加社交活動；有時感覺親人沉溺賭博的事情還比自己重要；當不幫助沉溺賭博親人的時候會感內疚；經常感覺孤獨、恐懼、焦慮、不安和憤怒；情緒會直接被沉溺賭博親人的情緒及行為影響；感到無法信任；經常吵架，與親友關係很差；發覺身體不適，如噁心、胃出現毛病、頭痛、顫抖、精神緊張和經常失眠等之徵狀。其中以父母出現的徵狀最多，其次是配偶。

該項「受助 自助 互助」賭徒家人復康計劃由去年 7 月正式開展，針對賭徒家人的需要，提供各類服務，包括治療課程、互助小組、個別輔導、財務輔導、食物支援及親子活動等。現正受到問題賭博困擾的家人，可向專業的治療機構求。中心求助熱線 27487207 。

賭徒與家人的困境

資深家庭治療師文盧麗萍在「賭徒與家人的困境與出路」講座上指出，賭徒的癖癮行為嚴重影響家人的日常生活，其家人感覺「有人需要我」、「他沒有我不行」而身不由己，只顧密切監察和回應賭徒的需要忘記自己；但賭徒仍是自我中心 (narcissistic) 只顧順從自己，心思意念全在賭博方面，兩者加在一起，就會令賭徒與家人互相拖累、一同困在死局裡。

她說，賭徒與家人不理想的相處模式，就是賭徒不負上監管控自己的責任，放縱自己，想賭就賭，不顧後果，輸完又賭；而家人不斷以他為中心，細微監察，擔憂惶恐，想盡辦法，屢敗屢試。賭徒藉賭博尋求滿足，希望贏錢後可重獲家人尊重；而有互累症的家人不只忘我地幫助賭徒，甚至完全失去自己。兩者的關係互相依附，就如兩人同在道路上駛車，甲是不喜歡和害怕駕駛的人，他在擠迫和彎曲的道路上行走，途中自感路人恥笑其駕駛技術差勁和外表不討好，心感憤怒，「給點顏色你看看」，車速時快時慢，甚至撞到其他的車輛；他又脫去外衣，不斷展現身上的肌肉，「我不是你想像的那麼差」，最後忘卻了要去的目的地。而乙則是步步為營，看見甲的情況很緊張，不斷提醒對方小心，將全部注意力放在對方身上，擔心對方車毀人亡，要幫助和保護其安全，而忘記了自己也在路上行駛車，隨時有危險。

重建心靈是出路

文太認為，家人應該放手，停止監察監督對方的行為與生活，把鏡頭重新聚焦於自己的生活，有問題應求助。賭徒與家人需要重建心靈，才能再次好好生活，包括：發現自己的價值，知道自己意願與喜惡，有自由表達自己的感受與想法等。「最重要是尋求最大的力量與幫助 — 絶不「短樁」的天父，因為在主裡你有價值，你可安息，更可以有豐盛的生命！」