



## 心理因素

### 这个因素关于什么？

这个因素描述了可能导致赌博达到有害程度的心理特征。这些包括人格特质、应对方式、自我认知、有关赌博的信念，以及心理健康障碍的存在。该因素还描述了社会学习、童年时期的不良经历和年龄阶段的影响。

### 这个因素为何重要？

心理特征是由一个人的生理及其所处的环境决定的。这个因素可以让我们深入了解，这些个人特征以及社交环境如何影响赌博。

### 这个因素中包含哪些主题？

**性格和脾气** 性格和脾气描述了人们在思想、情感和行为方面的差异。冲动程度较高的人更容易出现赌博问题。冲动是一种轻率行事而不考虑后果的倾向。冲动性有不同的方面。赌博问题更容易发生的人群倾向于在他们感到负面情绪时轻举妄动，还有一些人宁愿喜欢获得即刻的较小奖励，而不是延迟的、更大的奖励。

在赌博研究中通常会考察人的性格五因素模型。据称，有赌博问题的人良知较低，亲和性较低而神经质较高。较低的良知意味着该人缺乏动力去实现目标，也不太关心自身行为的后果。较低的亲和性意味着该人不太愿意与他人合作并且倾向于以自身利益行事。更高的神经质意味着这个人经常感到忧虑，焦虑和其它负面情绪。在这当中也考察了第六种人格特质，诚实-谦卑。据称，赌博较多的人欠缺诚实谦卑。也就是说，他们不太关心在与他人打交道时是否真诚、谦虚和公平，而是更关心财富和地位。

人格障碍常见于有赌博问题的人。几乎一半寻求成瘾治疗的人据说都患有人格障碍。最常见的是自恋、反社会、回避、强迫症和边缘性格障碍。

### 应对方式

应对方式是指人们通常如何应对生活中的压力和挑战。有赌博问题的人可能依赖于回避和情绪性应对。也就是说，他们试图回避压力或挑战（例如，

通过赌博）而不是处理它。他们还试图减少自己可能有的任何负面情绪反应，例如恐惧和焦虑。

### 自我认知

自我认知是人们如何看待自己与世界上其他人之间关系的方式。赌博较重的人是否会自尊心较低，这方面的证据好坏兼有。某些赌博游戏可能被视为提高自尊的机会。例如，一些赌徒可以玩赌桌游戏来展示他们的技能，给他人留下深刻印象并获得声望。因这些原因而赌博的人可能会花费大量金钱。

研究表明，在财务上专注自我的人更容易出现赌博问题。这些人非常看重金钱，把它作为自我价值的来源。因此，他们可能会大肆赌博，希望赢得大奖。赌博问题可以恶化人们对自己的看法。

### 社会学习

人们可以从家人和朋友那里学会赌博，但社会环境也会导致拒绝赌博。人们可能会赌博较少或根本不赌博，因为他们目睹了其他人受到赌博的负面影响。

### 年龄阶段

与老年人相比，年轻人更倾向于赌博并且赌博问题更多。赌博往往在青春期增加，在二十几岁和三十几岁达到高峰，但老年人也可能出现赌博问题。

年龄与赌博之间的关系很复杂。不同年龄段的人对赌博有不同的态度。此外，由于合法赌博在许多国家已经扩展，年龄较小的年龄组接触到更多的赌博机会。虽然在较早年龄开始赌博的人更容易出现赌博问题，但赌博行为通常会随着时间而改变。因此，在较年轻的时候大量赌博的人可能不一定在以后的人生中赌得那么多。

### 共病障碍

许多有赌博问题的人同时患有另一种精神疾病。药物滥用和情绪障碍，如抑郁和焦虑，是最常见的。另外还观察到行为性成瘾，例如问题性的互联网使用和打电子游戏。此外，接受多巴胺拮抗剂治疗帕金森病的人群中据称也存在赌博问题。

患有共病症状的人有更严重的赌博问题和压力。他们对赌瘾治疗的反应也较差。潜在的弱点可以解释为什么赌博和心理健康障碍经常共同发生。已知冲动是使人们更容易受到赌博和心理健康问题影响的一个因素。

### **主观幸福感**

有赌博问题的人有较差的幸福感和更大压力。相反，拥有更强烈幸福感的人即使赌博也不会有任何问题。

### **不幸的童年经历**

许多有赌博问题的人报告童年时期有创伤性经历。这些可能包括虐待、忽视、父母离婚和家人中存在精神疾病。一个人的童年经历越不幸，发生赌博问题的风险就越大。

### **判断和决策**

人们在做决定时可能会有偏见，这会影响他们的赌博行为。例如，他们可能依靠心理捷径来快速做出决定并高估罕见事件（例如，赢得大奖的机会）。

有赌博问题的人往往对赌博有错误的信念。例如，控制性错觉是一种觉得可以控制赌博结果的信念。赌徒谬误是一种信念，相信过去的事件可以预测未来事件，即使它们是随机事件（例如，胜利是在连败之后发生的）。某些游戏功能可以鼓励这些错误的信念；例如，老虎机上的停止按钮可以使人们相信使用它会改变游戏的结果。

本文对社会因素进行了总结，社会因素是构成有害赌博概念框架的八个相关联因素之一。如欲了解该因素的更多相关信息，请参阅[完整报告](#)或访问GREO网站上有关[心理因素的网页](#)。

