



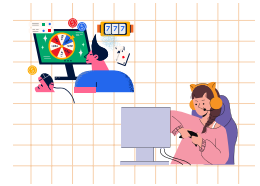
스크린에서 잠시 벗어나기

**부모님들을 위한 빠른 가이드:
알아차리기, 이해하기, 실천하기**

모든 부모님들은 자신의 자녀에게 최선을 다하기를 원합니다. 정보를 공유하고, 관계를 유지하여, 우리 아이들을 도박의 피해로부터 지켜냅니다.

온라인 도박 관련 사실

오늘날 많은 온라인 게임, 앱, 웹사이트에는 숨겨진 도박 요소가 포함되어 있습니다. 아이들과 청소년들은 위험성을 인식하지 못한 채 이러한 환경에 노출되고 있습니다. 어린 시절의 노출은 성인이 되었을 때 해로운 습관으로 이어질 수 있습니다.



알고 계셨나요?

- 2023/2024년에 16-24세 청소년의 **46%**가 도박을 한 경험이 있음.
- 2023/2024년에 15~24세 청소년의 **19.3%**가 온라인 도박에 참여했습니다.
- 아시아인의 **25.6%**가 온라인 도박에 참여했습니다.
- 청소년은 중간·고위험 도박자의 약 **25% (약 26,000명)**를 차지합니다.
- 조사에 참여한 18~65세 아시아인 405명 중 **84.6%**가 지난 12개월 동안 온라인 도박 또는 비디오 게임 활동에 참여했습니다. 온라인 게임을 즐긴 사람 중 **98.3%**는 다른 형태의 온라인 도박 활동에도 참여했습니다.
- 일부 루트박스(loot box)나 게임 보상은 실제 도박과 유사한 방식을 따릅니다.

S출처

- 뉴질랜드 도박 조사(NZGS) 2023/24
- 도박 피해 예방 및 최소화 전략 2025/26-2027/28
- 뉴질랜드 아시아권 온라인 책임 도박 보고서 2022

온라인 도박과 건강하고 행복한 삶

온라인 도박은 높은 강도와 중단의 어려움으로 인해 오프라인 도박보다 신체적·정신적 건강 문제 그리고 약물 사용 증가와 더 강력히 연관되어 있습니다. 또한 온라인 도박은 구조적 특성과 쉬운 접근성으로 인해 전통적 도박보다 더 빠르게 피해를 가속화할 수 있습니다.

온라인 도박으로 인한 피해 유형:

- 재정적 피해: 빚, 저축 손실, 돈을 빌림
- 정서·정신적 피해: 스트레스, 우울증, 불안, 고립감, 자기비난
- 관계적 피해: 가족에게 거짓말, 신뢰의 붕괴, 갈등
- 디지털 피해: 스크린(기기) 중독, 개인정보 유출, 사기 피해

초기 신호 인지하기:

- 감정의 기복, 특히 기기 사용 후 나타나는 기분 변화
- 게임 아이템 구매를 위해 돈을 자주 요구하거나, 갑작스럽게 온라인 지출에 관심을 보이거나, 돈이 사라짐
- 비밀스러운 행동
- 기기 사용 이외의 활동들에 흥미를 잃음

청소년과 대화하는 방법



- 항상 대화할 수 있는 분위기를 유지하세요.
- 판단하지 말고 이야기를 들어주세요
- 비난하기 보다는 어떻게 도움을 줄 수 있을지에 집중하세요.
- 그들은 관심이 있지만 내가 잘 모르는 새로운 것들에도 따뜻한 호기심을 가지고 관심을 표현하세요
- 그들을 지지하고 응원해 주세요

아래는 청소년과 따뜻하고 열린 대화를 시작할 때 쓸 수 있는 표현 예시들입니다.

- “요즘 휴대폰이나 기기를 조금 더 자주 사용하는 것 같아서 궁금했어. 네가 어떤 걸 하고 있는지, 어떤 기분인지 알고 싶어. 나에게 이야기 해 주겠니?”
- “온라인에서 물건을 사거나 베팅하는 걸 봤는데, 네 경험이 궁금해. 그게 어떤 느낌이었는지 편하게 얘기해 줄 수 있을까?”
- “요즘 밤늦게까지 깨어 있는 것 같아서 조금 걱정돼. 네가 소중한데, 혹시 늦게까지 깨어 있는게 네게 어떤 영향을 주고 있는지 이야기해 줄 수 있을까?”

무료이면서 비밀이 보장되는 전문적인 지원

혹시 자녀나 본인이 도박으로 인해 힘들거나 영향을 받고 있다고 느껴지신다면, 걱정하지 마세요. 아시안 패밀리 서비스 (Asian Family Services)가 언제나 여러분과 함께 합니다. 모든 분들이 따뜻한 도움과 지원을 받을 수 있습니다.

저희는 다음과 같은 서비스를 제공합니다:

- **상담** – 도박의 영향을 이해하고 긍정적인 변화를 돕습니다.
- **사회복지** – 필요한 다른 지원을 받을 수 있도록 도와드립니다.
- **문화적 지원** – 언어의 장벽 없이 안심하고 편안한 환경을 마련하여, 처음부터 마음 놓고 도움을 받으실 수 있도록 함께합니다.
- **공중 보건** – 도박으로 어려움을 겪는 개인과 가족을 따뜻하게 품어주고, 서로 지지할 수 있는 힘을 지역사회와 나누며, 몸과 마음이 함께 건강해질 수 있는 생활 지혜를 전합니다.

여러분을 지원하기 위해 저희가 여기 있습니다!



Asian Helpline 0800862342로 연락주세요.

- 월요일-금요일, 오전9시-오후8시
- 8개의 언어로 지원됩니다:
- 영어, 만다린, 캄보디안, 힌디어, 한국어, 베트남어, 태국어, 일본어



help@asianfamilyservices.nz



turnaround.org.nz



소셜 미디어에서 저희를 팔로우하세요



도박 피해를 줄이고 더 많은 지원 정보를 얻으려면 QR 코드를 스캔하세요



Asian Family Services
Together enriching lives