

# Chơi game an toàn

## Hướng dẫn cho cha mẹ

**Nghiện chơi game** - Các trò chơi điện tử và video hiện đại rất thú vị, bổ ích và hấp dẫn. Trẻ em cũng chơi vì các trò chơi phổ biến với các bạn cùng lứa tuổi.

**Chơi game có thể trở thành chất gây nghiện** - Người chơi có thể nhập tâm hoàn toàn vào trò chơi và chơi trong nhiều giờ. Kỹ năng chơi game tăng lên có thể đồng nghĩa với việc dành nhiều thời gian chơi game để có được cùng mức độ thích thú. Người chơi thường bị thúc giục muốn chơi nhiều hơn khi cố gắng ngừng chơi game. Cũng như sử dụng ma túy và chơi cờ bạc, chơi game nhiều có thể kích thích chất hóa học (dopamine) trong não quá mức, chất mà giúp kiểm soát niềm vui và trung tâm khen thưởng của chúng ta. Khi bị kích thích quá mức, hóa chất có thể khiến chúng ta thêm muốn những hành động có thể đưa đến không tốt cho mình.



**Trò chơi hay Cờ bạc?** - Một số trò chơi điện tử (The Sims, Grand Theft Auto) thực sự có ẩn chứa cờ bạc và cho phép người chơi tham gia vào các hoạt động cờ bạc trong trò chơi. Nhiều trò chơi mô phỏng cờ bạc bằng cách sử dụng hình ảnh và thuật ngữ cờ bạc như cá cược hoặc nhà cái. Counter Strike Global Offensive đã nổi kết với người chơi cờ bạc khi chưa đủ tuổi qua các trang web bên thứ ba, nơi người chơi có thể đặt cược vào các đội nhóm. Thay vì đặt cược tiền thật, họ đặt cược 'skins' (vật phẩm ảo), và những bộ 'skins hiếm' này có thể bán trực tuyến với giá hàng nghìn đô la. Người ta cũng cho rằng việc mua các "loot boxes" (thùng chứa vật phẩm ảo) bằng tiền thật, trong các trò chơi như Fortnite, có thể dẫn đến việc những người trẻ tuổi phát triển các vấn đề cờ bạc. Điều này là do cơ chế của các loot boxes tương tự như cơ chế của máy pokie.

**Cờ bạc trong trò chơi** - Một số trò chơi điện tử (The Sims, Grand Theft Auto) thực sự có ẩn chứa cờ bạc và cho phép người chơi tham gia vào các hoạt động cờ bạc trong trò chơi. Nhiều trò chơi mô phỏng cờ bạc bằng cách sử dụng hình ảnh và thuật ngữ cờ bạc như cá cược hoặc nhà cái. Counter Strike Global Offensive đã nổi kết với người chơi cờ bạc khi chưa đủ tuổi qua các trang web bên thứ ba, nơi người chơi có thể đặt cược vào các đội nhóm. Thay vì đặt cược tiền thật, họ đặt cược 'skins' (vật phẩm ảo), và những bộ 'skins hiếm' này có thể bán trực tuyến với giá hàng nghìn đô la. Người ta cũng cho rằng việc mua các "loot boxes" (thùng chứa vật phẩm ảo) bằng tiền thật, trong các trò chơi như Fortnite, có thể dẫn đến việc những người trẻ tuổi phát triển các vấn đề cờ bạc. Điều này là do cơ chế của các loot boxes tương tự như cơ chế của máy pokie.

**Quảng cáo** - Trò chơi miễn phí trên thiết bị di động kiếm tiền thông qua quảng cáo trong trò chơi. Những trò chơi này phần lớn không được kiểm soát nên có nghĩa là ngành công nghiệp cờ bạc có thể sử dụng đây như một cơ hội để quảng cáo cho con bạn.

Cách duy nhất để biết các trò chơi đang quảng cáo những gì để giám sát con bạn trong lúc chơi. Các trò chơi được thiết kế để giữ cho người chơi bị cuốn hút và rơi vào trong "khu vực". Các nhà phát triển trò chơi sử dụng các kỹ thuật khiến người chơi khó có thể dừng lại và các chiến lược để chơi gây ảo giác về kỹ năng.

Mua hàng trong ứng dụng cho phép người chơi tiến bộ hơn nữa trong các trò chơi hoặc đạt được lợi thế bằng cách mua tín dụng hoặc ngẫu nhiên.

Tiếp xúc sớm với cờ bạc làm tăng nguy cơ phát triển các vấn đề cờ bạc.

Chơi game là hành động chơi trò chơi điện tử hoặc trò chơi điện tử trên máy chơi game (Xbox / PlayStation), máy tính cá nhân, thiết bị cầm tay (Nintendo / Game Boy) hoặc thiết bị di động (điện thoại / máy tính bảng). Nói cách khác là "chơi trò chơi điện tử".

Thuật ngữ 'chơi trò chơi' cũng được sử dụng để mô tả các hoạt động cờ bạc (đặc biệt là cờ bạc trong sòng bạc và máy chơi bài xì phé).

Điều quan trọng là khi con bạn bắt đầu chơi trò chơi, bạn phải hiểu những rủi ro để có thể giúp con mình bước vào thế giới trò chơi một cách an toàn nhất có thể.

**Chơi game quá mức** - Trẻ em có thể thấy khó để thiết lập ranh giới xung quanh một hoạt động được cho là rất bổ ích và gây nghiện.

Chơi game quá mức được định nghĩa là 'chơi thường xuyên đến mức có tác động tiêu cực đến cuộc sống của bạn.'

Dấu hiệu con bạn đang gặp khó khăn với việc chơi game quá nhiều, có thể bao gồm:

- Trầm cảm hoặc lo lắng
- Tức giận hoặc bạo lực khi được yêu cầu ngừng chơi
- Nghỉ học hoặc đi làm, ít quan tâm đến sở thích
- Thói quen ăn ngủ kém
- Tăng thời gian chơi trò chơi điện tử
- Khó bỏ chơi game
- Nói dối
- Ít thời gian cho các hoạt động xã hội và bạn bè



Cần giúp đỡ? Hãy gọi chúng tôi 0800 862 342. Hoàn toàn miễn phí và bảo mật. Dịch vụ chúng tôi bao gồm tiếng Anh, tiếng Quan Thoại, tiếng Quảng Đông, tiếng Hàn, tiếng Việt, tiếng Nhật, tiếng Thái và tiếng Hindi.

Đường dây Asian Helpline hoạt động từ 9 giờ sáng đến 8 giờ tối.

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập: [www.pgf.nz/safer-gaming](http://www.pgf.nz/safer-gaming) or [www.choicenotchance.org.nz/understand-gambling/gaming-vs-gambling](http://www.choicenotchance.org.nz/understand-gambling/gaming-vs-gambling)



**Dịch Vụ Gia Đình Châu Á**

**Asian Helpline**  
**0800 862 342**