



中国福利彩票官网
http://www.cwl.gov.cn



中国福彩微信订阅号



中国福彩微信服务号

中国福利彩票理性购彩手册

中国福利彩票理性购彩手册

PART 04

如何寻求帮助？

自我约束

- 通过设置自我购彩支出限额、购彩频次限制等措施，在计划购彩前给自己“提个醒”，实行“自我约束”。



向福彩代销者求助

- 主动向代销者说明自身问题，让其为自己设置“关卡”。
- 听取代销者的劝导，努力克服心理依赖，坚持理性购彩。



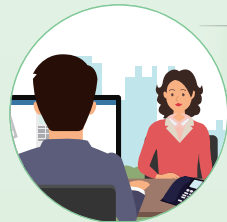
向家人求助

- 主动将财务支配权交给家人，从源头上减少购彩金额和频率。
- 加强与家人的沟通交流和倾诉，疏导不良情绪，舒缓问题心态。



向专业心理服务机构求助

- 可以尝试向具有专业资质的心理服务人员咨询、讨论正面临的问题。



中国福利彩票客服热线
954168



公益 责任 阳光



中国福利彩票发行管理中心 制作

BROCHURE

中国福利彩票 理性购彩手册

理性购彩 量力而行

PART 01

什么是非理性购彩？

指因沉迷于购彩而产生一些与此有关的、难以自控且对个人、家庭甚至社会带来不良影响的行为。



非理性购彩的表现有哪些？

情景一

老张你咋又来了？
昨天不还说没钱了吗？
快别买了！

我又借了点儿，这次一定能中！



非理性购彩的表现有哪些？

情景二

小莉！小莉！想啥呢，该不是又在想买哪个号码吧？开会呢，就差你了！

哦，马上来！
(心想：我快要中大奖了，以后还开个什么会)



为了买彩票你饭也不吃
觉也不睡，你看你都瘦成
什么样了！

等我把这个规律研究清楚，
我肯定能中！



接孩子这么重要的事儿
你都能忘记，你的心里
只有彩票！

等我中了大奖咱们就能过好日子了！
我不也是为了你们吗？！

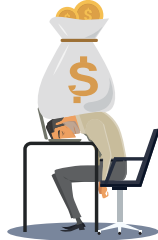


PART 02

非理性购彩的危害有哪些？

带来经济压力

- 收入损失，节衣缩食
- 借钱购彩，债台高筑
- 抵押资产，难以为继
-



影响工作事业



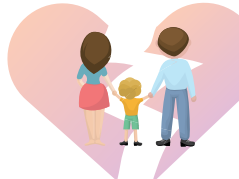
- 无心工作，效率低下
- 差错频频，纰漏不断
- 侥幸心理，偷奸耍滑
-

危害身心健康

- 焦虑抑郁，人生无望
- 脱离社会，社交障碍
- 甚至产生极端念头
-



导致家庭失和



- 颠覆形象，伤害感情
- 忽视家人，亲情淡漠
- 争吵不停，关系紧张
-

理性购彩，量力而行，快乐生活。

PART 03



自我评估小测试

自测小题目	是(1分)	否(0分)
当减少或停止购彩时，往往感到压抑或焦虑？		
您是否曾因购买彩票而产生经济问题，如借钱、贷款等？		
购彩的次数越来越多、单次金额越来越高，购彩金额占用了生活开支的大部分？		
是否曾因购彩而与家人或亲友发生冲突？		
是否曾因持续不中奖，而自暴自弃？		
脑海里总是想着彩票的事，影响到工作和生活？		
是否因购买彩票而身体消瘦？		

注：若最终得分≥2分，则说明您可能存在非理性购彩问题，建议您适度减少在彩票上投入的时间和金钱，必要时可向专业人士寻求帮助。