

NHỮNG CÁCH THỨC THẮNG LỢI ĐỂ GIỮ CHO VIỆC ĐÁNH BẠC AN TOÀN

1. Quyết định trước bao nhiêu tiền bạn dự tính đánh bạc.
2. Chơi với tinh thần giống như bạn sẽ thua bạc thường hơn là thắng- vậy hãy bảo đảm rằng mình đang đánh bài với khả năng túl tiền cho phép.
3. Làm những quyết định đã được đoán trước về chuyện cờ bạc của mình- như biết sự may rủi.
4. Nghĩ đến cờ bạc như 1 hình thức giải trí- chứ không phải là 1 cách kiếm tiền.
5. Nếu bạn thắng bạc lớn, cứ hưởng thụ đi! Nhưng cũng tự nhắc mình là việc này có thể sẽ chẳng bao giờ xảy ra 1 lần nữa.
6. Đừng đánh bạc khi bạn mệt mỏi, buồn chán, lo lắng, hay giận dữ.
7. Theo dõi thử bạn đã dùng thì giờ và tiền bạc bao nhiêu rồi.
8. Tiếp nhận (ý kiến) của bạn bè và gia đình 1 cách nghiêm túc. Nếu họ đang lo lắng về việc cờ bạc của bạn, có thể họ đang nhìn thấy những gì bạn không thấy.
9. Chỉ chơi bài bằng tiền riêng của mình. Đừng vay mượn.
10. Hãy nhận thức rằng bạn không chủ động được kết quả hầu hết các hình thức cờ bạc. Nó chỉ là sự ngẫu nhiên, tình cờ thôi.
11. Khi chơi bài, thỉnh thoảng hãy tạm nghỉ- đi bách bộ, ăn uống hay đi ra ngoài cho tinh tảo đầu óc.
12. Giữ đầu óc tinh tảo khi chơi bài- giới hạn việc dùng rượu của bạn.
13. Cân bằng việc đánh bài với các sinh hoạt nhân nhã khác.
14. Đi chơi bài chung với người nào không có vấn đề với cờ bạc.
15. Đừng làm xấu thêm vấn đề- không cố đánh để gỡ tiền thua.
16. Đừng đem theo thẻ nhà băng hay Visa khi bạn đi đánh bài.
17. Đặt ra giới hạn thời gian bạn chơi bài bao lâu.
18. Tự quyết định lấy về việc cờ bạc của mình. Đừng bài bạc vì người khác muốn bạn chơi.
19. Đừng dùng việc cờ bạc như là cách tránh các cảm giác hay hoàn cảnh tiêu cực.
20. Nói chuyện với người nào bạn tin tưởng nếu cảm thấy mình có vấn đề với cờ bạc.