

青少年網路成癮面面觀

兒童青少年精神科 蔡景宏醫師兼科主任

「小宏從小成績優秀，總是在班上保持前幾名，興趣多元喜歡交朋友，是爸爸媽媽及老師眼中的好小孩；上了國中一年級之後成績持續保持，在班上排前 3 名及全校排前 10 名，父母跟自己都期許能夠考上最好的高中。國一升國二暑假期間，小宏在同學的介紹下開始接觸網路線上遊戲，也覺得十分好玩。之後花在網路遊戲的時間越來越長，從一天 1-2 小時到一天 6-7 個小時，因為讀書的時間越來越少，功課退步許多，心情也受到影響，有時在學校上課時也在想著遊戲內容而無法專心。數個月後，更進一步漸漸熬夜玩線上遊戲，甚至玩到整夜不睡覺！也因為整夜打線上遊戲，早上因而無法起床，最後也就索性不去學校上課，在家睡到自然醒，醒後繼續打遊戲。漸漸的，除了睡覺以外幾乎所有的時間都在玩線上或手機遊戲，生活上也日夜顛倒，學校曾派出輔導老師到家中勸他回到學校，但不為所動！從此之後小宏甚至有將近六個月足不出戶，整天關在房中，家人邀他去戶外走走也沒動機。在家肚子餓了，就打電話要父母親把食物送到他房間，吃完之後也要父母親到他的房間收拾，有時候還因為沉溺線上或手機遊戲，好幾天才洗一次澡。父母多次跟他溝通商量，希望能制定遊戲的規則，但似乎只能遵守個幾天，又開始沒日沒夜的沉迷遊戲。有一次父母實在非常生氣，未告知小宏下突然關掉家中的網路連線，

造成小宏無法連線遊戲，因而大聲咆哮吼叫，與父母發生更劇烈的口語衝突，進而拿家中的電風扇砸向父母親，甚至要衝入廚房拿刀子企圖傷害自己，大聲威脅父母重新打開網路讓其繼續玩遊戲。在父母安撫之下依舊無法平息他暴衝的情緒，於是父母打電話報警，警察到家後見到小宏還拿著刀子，便將其制伏，制伏後送至醫院的精神科急診並做進一步評估治療。」

以上是一位因網路成癮而住院治療青少年的故事。兒童青少年有網路沉迷的現象是許多家長與老師擔心的問題，特別是當世界衛生組織正式宣布將網路賭博成癮與網路遊戲成癮列為精神疾病之後，更是引發家長的憂心與重視。本期將有多篇文章由兒童青少年精神科專科醫師與臨床心理師從網路遊戲成癮的病因、症狀、評估及治療加以論述，希望能增加大家對此一疾病之瞭解與認識。