

走近网瘾少年们

他们沉迷网络的病根何在？

9月1日，原本准备升高三的陈斌(化名)不得不推迟入学，他被母亲第5次送进了专门的封闭式医疗机构进行戒网瘾治疗，戒断时间从1个月到5个月不等。由于网瘾，过去几年来，陈斌的中学生涯变得断断续续，当网瘾“上头”时，如果母亲不让他上网，他甚至会对着母亲拳脚相向，母亲也因此多次报警；长期玩游戏用眼过度，陈斌的神色略显呆滞，说话似乎也慢一拍，记者问他一个问题，他有时要思考好几秒才能做出回答……近日，记者专门走近部分“网瘾少年”，了解他们背后的故事。

为逃避“控制”
他把网游当“麻醉剂”

陈斌的母亲今年50岁，是广州一所特殊学校的老师。父母在他上小学五年级时离婚了。在陈斌记忆中，离婚后母亲性格变化很大。母亲平时专门教授聋哑学生，在工作中非常耐心和热情，但她回到家中对自己却没有耐心。一开始，陈斌对母亲的打骂选择了隐忍，但后来他开始反抗。2017年8月的一个晚上，上初三的陈斌躲在房间玩游戏，母亲夺过手机狠狠摔在地上。他骂了母亲几句，母亲一怒之下拿着拖把朝他身上挥来，他抓住拖把，和母亲扭打在一起，随后摔门而出。当晚，陈斌在网吧玩了两个小时游戏。当他深夜回家时，发现家门口有几个警察，陈斌这才知道，母亲报警称发生家庭矛盾，警察随后对陈斌进行了批评教育。

在陈斌看来，自己对网游并没有上瘾。“只要我打游戏超过两个小时，我妈就认为我上瘾了。”陈斌告诉记者，自己把网络游戏当作逃避母亲“控制”的麻醉剂。在玩游戏时，他会暂时忘了和母亲之间的不快，整个人就仿佛生活在游戏的世界中。

初二那年，陈斌选择了复读，因为母亲觉得他当时升初三也考不上好高中。“自从父亲离开之后，我在母亲面前就是没有发言权的，即便反抗也没有用。”说起自己的母亲，陈斌滔滔不绝。陈斌母亲告诉记者，陈斌最长曾经在网吧吃住了3天3夜。她认定儿子已经网络游戏成瘾，决定把他送到专门的机构进行戒网瘾治疗。但前几回效果都不理想。

爱之深责之切
母亲5次送他戒网瘾

从陈斌上高中起，母亲对他管得更严了。有时母亲还会翻看他的微信，询问他通讯录里的好友分别是谁。“她把我的微信好友都贴上标签，哪个是好人，哪个是坏人，全部都由她来定义，有时我不回家，她就会挨个打我同学的电话，时间久了，我在同学面前很没面子。”

陈斌承认，自从开始玩网络游戏之后，自己和母亲的关系非但没有缓和，反而更加恶化。“每次因为玩游戏我们吵架吵得很凶的时候她就会报警。到现在为止已有几十次了。”

说起儿子陈斌，母亲彭女士忍

不住泪眼婆娑。“网络游戏害了我的儿子。”她哽咽着说，儿子从上初二开始沉迷网络游戏，平时在家手机不离手，晚上睡觉也躲在被窝里看手机。彭女士说，儿子自从沉迷网络游戏后，成绩直线下降，今年春节期间，儿子在广州医科大学附属脑科医院被诊断为“青少年网络成瘾”，经过稳定情绪处理后症状有所减轻；但回家不过两个月，儿子的网瘾便又犯了。她只好再度将儿子送到医疗机构进行治疗。

即便母子俩经常争吵，陈斌还是承认，母亲的确非常爱他。“她为了我可以付出一切，但这种爱的方式太极端了，让我快窒息了。”

如今陈斌仍在广州进行戒网瘾治疗，这已经是他第5次被母亲送去进行“脱网”治疗了。他告诉记者，经过这几个月的治疗后，他感觉自己对网游的兴趣没以前那么大了。因为网游，陈斌已经比同龄人慢了半拍，他现在的想法就是重新把基础打牢，争取明年上高三，成绩能有所突破。

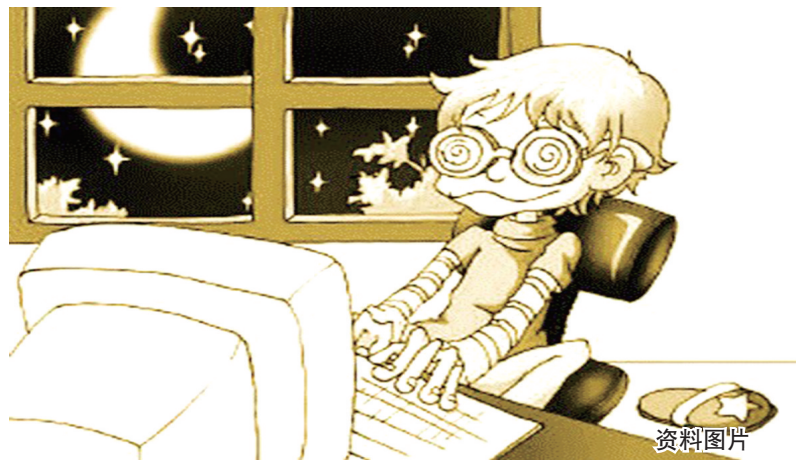
以游戏“报复”冷漠
“希望父母对我好点”

和陈斌一样，今年18岁的阿骅迷上网络游戏也是因为在家里感受不到温暖。出现在记者面前的阿骅头发很长，眼睛深度近视。对于记者的提问，他都以极短的话来回答。阿骅母亲说，儿子平时在家安静得可怕，如果没人和他聊天，他可以很多天一句话都不说。

阿骅从小和爷爷奶奶住在一起，只在上小学时在父母的店铺那边和父母一起生活了4年，上初中后他又开始寄宿，和父母的接触更少了。每个周末回家，父母往往还在店铺中忙碌，因此他回到家基本上也只是和弟弟妹妹交流。阿骅说，家庭成员之间没有那种亲密的感觉。“说实话，我和父母没有很深的感情，他们不了解我，也不想了解我，从小到大也不关心我的学习，他们甚至连我上几年级都不知道。”

上了高中之后，阿骅开始感觉到自己不适应集体生活。随着课业压力加大，他出现胸闷、乏力、失眠、嗜睡等症状，并且他对和同学们交往感到很头疼，觉得“心累”。

2019年3月，阿骅在学校的体检中发现色弱，学校提出有可能会影响到以后大学报考专业。从那以后，阿骅便出现厌学情绪，整天躲在家中玩游戏。阿骅的母亲告诉记者，自己每天下班回到家，发现儿子都在拿着手机玩游戏，有时甚至玩通宵。2020年6月的一天，父亲将他的手机藏起来之后，阿骅大发雷霆。除了跑去父亲的档口大吵大闹外，他还趁父亲上班期间跑到父母房间里，将床板、床垫、柜子、梳妆台等物品砸坏以表达不满。阿骅的表现让父母大吃一惊，他们没想到，原本沉默寡言的儿子发起火来这么吓人。阿骅的父亲将手机归还给阿骅后，阿骅的情绪平静下来。但他意识到，儿子已经患上了严



重的网瘾综合征。

夫妻俩连哄带骗，将儿子带到了一家戒网瘾机构进行专业治疗。在那里，阿骅度过了一生中最难忘的两个月。“我在那里是军事化管理，每天早上6时起床，你们在电视中看到的电击、药物治疗等各种手段我都试过了。”阿骅淡淡地说着这些，似乎讲述的是别人的遭遇。但从戒网瘾机构出来后，阿骅却再也适应不了学校的生活节奏。父亲也察觉到了他的变化，今年2月为他申请转学。

转学后，阿骅到了另外一所学校高二的一个平行班，但他很快又出现严重厌学情绪，每天只想躲在宿舍打游戏。一个月后，父亲觉得不能再让儿子这样沉沦了。夫妻俩决定把儿子送来广州进行戒网瘾治疗。

来到广州进行治疗后，阿骅的生活逐渐规律起来，每天早上准时起床做锻炼，随后进行心理治疗，再加上药物治疗，阿骅的内心逐渐平静下来。两个月下来，他没有接触手机，也没有和父母通电话。“你觉得这次能戒掉网瘾吗？”记者问阿骅。“我也不知道。”阿骅坦言，自己沉迷游戏，是对父母长期以来对自己冷漠、漠视的一种报复。“我希望今后父母能对我好一点。现在开始还不算晚。”

机构声音：
多数“网瘾少年”
病根在于父母

说起“网瘾少年”，广州仁泰医院副院长张治华主任医师感慨万千。因为设置有戒网瘾专科，该院每年都能接收上百位前来接受治疗的青少年，年纪多在12~18岁之间。

张治华介绍，网瘾同酒瘾、烟瘾一样，会让人产生心理与生理上的依赖，网络成瘾与物质成瘾的机制有些类似，所以要戒掉网瘾，其难度并不比戒掉烟瘾和酒瘾小。由于长时间面对电脑、手机等电子产品，失去了和社会接触的机会，会导致孩子们将现实幻想为网络虚拟世界，在做事时容易冲动，也容易有暴力行为。从张治华接触的案例看，多数“网瘾少年”都能从父母身上找到原因，比如家中父母不和睦，或者父母忙着工作没空照顾孩子，手机就成了孩子打发空虚时光的工具，久而久之，成瘾难戒。

在他看来，为了避免“网瘾少年”出现，光靠戒网瘾机构是远远不

够的。需要家庭、学校、游戏平台共同努力。尤其家长，是解决“病根”的关键，家长每天必须多陪孩子，减少孩子与手机“亲近”的机会，并且必须对孩子使用手机做出节制；学校也应该加大宣传过度使用电脑、电子产品和沉迷游戏的危害性，引导家庭、学校各方共管共治，为未成年人健康成长营造良好环境。

陶宏开：
建议彻底禁止有害游戏
送孩子去戒网瘾应慎重

国内著名戒网瘾专家、华中师范大学素质教育研究中心主任陶宏开教授这些年来一直致力于帮助青少年戒除网瘾，他发现，几乎所有的“网瘾少年”都伴随着学习成绩下降，同时，很多还伴有暴力倾向。

陶宏开表示，即便国家出台了关于未成年人玩网络游戏时间的限制性规定，但这并不能从根本上解决青少年上网成瘾的问题。陶宏开解释，游戏应该是人们在工作之余开展的有益于身心健康的活动，从这个标准来看，现在的不少游戏其实是有害的。“之前有科研成果证明，长期玩这些游戏会使孩子的左脑萎缩，对身心健康产生严重危害。所以对这类有害游戏，我建议应彻底禁止。”

陶宏开之前接触过很多家长，因为束手无策，把孩子送到戒网瘾机构进行封闭式治疗，甚至接受过电击、暴打、大剂量服药等治疗方法，但最终都没有效果，每次遇到这样的孩子，他都很痛心。“现在有不少戒网瘾机构利用家长的焦虑心理，每年接收大量孩子戒网瘾，但这些机构采用的很多方法都是无效甚至是错误的。”

陶宏开还表示，很多孩子结束治疗重新回归校园后容易被贴上标签，对其身心健康也很不利。很多孩子经过戒网瘾治疗后都选择了转学。“全社会都要接纳曾经上网成瘾的孩子，别让孩子抬不起头来。”

陶宏开坦言，有网瘾不是孩子的错，孩子是受害者。而戒除网瘾也是一个长期的问题，先要从家庭教育开始。“孩子要戒网瘾，家长首先要换换脑筋，戒除网瘾的根本方法是推广素质教育，对孩子进行自我教育，让孩子自己认识到网瘾的危害，而不是把孩子送到戒网瘾机构关起来几个月。” 据广州日报