

上網不迷惘－我的網路迷航記
靜宜大學 唐傳義校長

【我的孩子也曾電玩成癮】

我的大兒子在國中時期也是電玩成癮，他每天抱著任天堂遊戲機，如果不能玩遊戲機他就玩電腦，我試著鎖碼、拉電源各式方法，不過我的兒子也是個駭客，總是可以破解我的阻擋。為何兒子這麼愛電玩？主要是一種逃避心態。面對考高中有太多的壓力，雖然我和妻子嘴上一直要他念書，假裝我們是開明父母，不過平日字裡行間價值觀的表達，很多時候給他壓力，因為我跟我太太讀書過程非常順利，所以我們的兒子自然給自己壓力，壓力說不出來、無法因應，也怕被我們看不起等等，讓他產生逃避心態。

後來的解決辦法在於我們對他接納的態度，他在這個環境下怎麼做都是對的，他懂得如何掌握自己的人生，在他國三的時候才慢慢走出電玩成癮。我非常印象深刻，在最後幾個禮拜，我買了一本書的給他，讓他一天做一頁，問他輾轉相除法他竟然不會，我冒了些冷汗，但忍住了，這是我們之間的互動關係。考試怎麼辦呢？兒子說他會帶橡皮擦，到時候就丟骰子吧。人就是如此奇妙，最後基測數學成績是滿級分，我不曉得他怎麼丟骰子的，雖然其他科目考得很差。

當意義感挖掘出來時，就會慢慢走向對的方向，在整個過程之中，快樂是每個人都在追求的。為何會產生沉迷？因為這就是他的快樂來源，當他要戒斷之時，他必須知道他有更重要的快樂源頭，當他找到更深的快樂自然會戒斷，這是我今天的分享，謝謝大家！