

网游成瘾咨询个案二

案例介绍：

陈 xx，2007 级男生，作为一个从农村走出来的大学生，是父母的骄傲。在刚入学时的良好学习氛围中，他每天坚持早读、晚自习、上课认真听讲、课后按时复习和完成作业，积极参加各项课外活动，与同学相处融洽。但到大一下学期，他开始沉迷网络游戏，不交作业，迟到、旷课，逐渐偏离了正常的学习轨道，其生活也变得没有规律，三餐不定，睡眠不足，身体状况也越来越差，经常出现失眠、胃痛、头痛等症状。

到大二上学期，该生逐渐对自己失去了信心，以致更加放任自己。性格变得孤僻，不愿与人交流，甚至不参加期末考试与补考，对于老师的关系和教导开始逃避。沉迷于网络游戏后，他很少与人交流，包括和班主任、同班同学和舍友的交流。到大二下学期开学后，该生更加逃避与别人的交流，在宿舍总是一个人躺在被窝中，不愿意和其他人说话。随着厌学情绪的加重，该生不顾父母家人的劝阻，打算放弃学业。为人变得不修边幅，头发凌乱，甚至拒食。

诊断分析：

该生沉迷网游，由一开始精神上的依赖，渴望上网游戏，发展到身体上的依赖、不上网游戏则情绪低落、憔悴茫然，进而感情上迷失自我，角色上混淆自我，心理上自我脆弱，关系上自我失落。由于长时间的沉迷于网络游戏，醉心网上信息，造成对网络的过度依赖和依恋，导致个人心理、生理受损，正常学习、生活和人际交往受到严重

影响。

咨询过程：

应用情感关怀进行咨询，充分应用情感关怀对学生心理的作用来达到令学生感悟并自我改变的目的。

运用情感关怀辅导过程中需要注意的几个问题：

1. 心理咨询的切入点，不在于学生当前的心理问题，而在于学生的心理需要、情绪情感体验。

2. 情感关怀应体现在行为上。辅导老师曾多次主动到学生宿舍内和学生进行交流、沟通，为其买食物，配其散步。

3. 优化学生的生活环境。让他时刻体会实际生活中情感关怀的存在和作用。在该生的康复过程中，辅导老师也调动其父母、同学的积极性，让大家一起来关心。在第4次咨询的第二天，该生随母亲回家了，辅导老师经常打电话了解他情况，尽量让他在家安心调养身体，调整心态，准备新的学习生活。在3月下旬到4月中旬，让该生的表哥带他出去打工，体验工作的艰辛。有了这段经历之后，该生成熟了很多，主动要求回到学校重新开始大学生活。返校后，辅导老师及时和他进行了第5次咨询。安排班干部、同学主动和他交流，找他打篮球，参加各种课外活动，融入集体，体会到集体的温暖。

