



大輝!!
聞いてるの!?

アッラッッ

あんた一年生で
こんな成績で
大学行けると
思ってるの!?

勉強は
ちゃんとするって
約束したよね!?



あなたの
ためを思って
言ってるのよ!?

うるせえ!!

ちよっと!!



ゲームを
やり始めると
10時間以上は
プレイしてました

10時間!?
それはすごい!



ゲームが
やめられなく
なったと…



先生ゲームって
どれぐらいの
時間なら
適切でしょうか?

二・三時間なら
適切な範囲かと
思われますが…

例えば
成績が明らかに
落ちていたり
遅刻が増えたり…

健康や対人関係に
問題が出てても
やめられない場合



ゲーム依存を
疑った方が
いいでしょう

お近くの
専門の病院で
受診して
いただいて



それで
病院を調べて
いらして
くださったん
ですね



お話を伺い
する限り

おそらく息子さんは
ゲーム依存症かと
思われます



私達ももう
どうすればいいのかわからなくて…



脳の仕組みから
お話し
しましょう



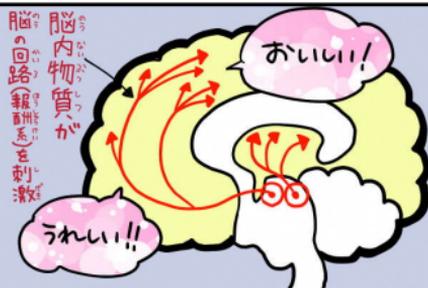
食べ物を食べた時、
何かを達成できた時、
褒められた時……



おいしい
嬉しい
もっとやりたい

誰でも自然と
快感が湧きます

その時脳では
報酬系という
機能が
働いています



報酬系は
快感を感じたり
記憶する役割を
持っています

お酒や
ギャンブルや
薬

ゲームや
ネットなども

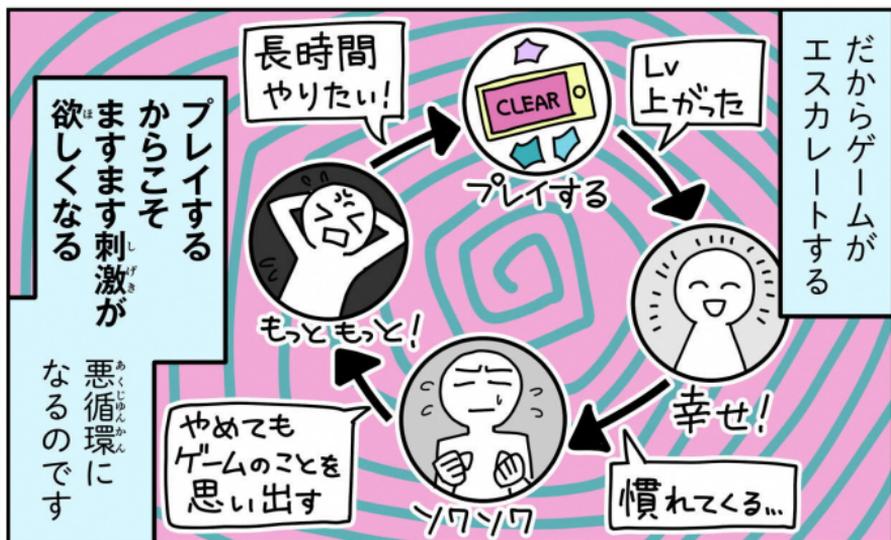


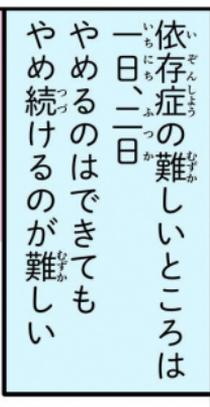
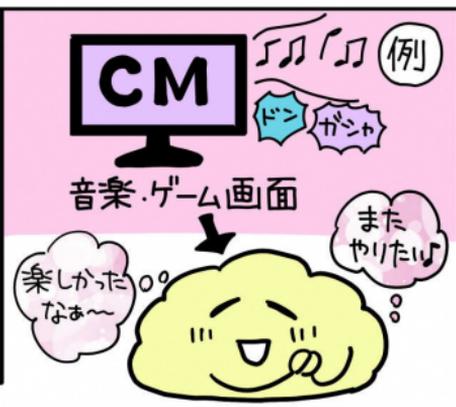
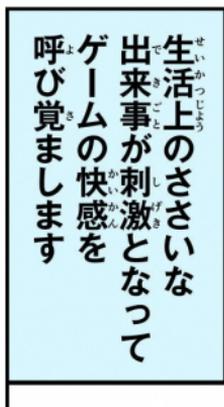
報酬系に
素早く簡単に
強い刺激(快感)を
与えます

1回2回では
病気には
なりません



なんども回数が増えていくと……





Q.. 依存症は何か
原因ですか？



A.. 原因は多数あるので
特定しきれません



人間関係や勉強の悩み
進路・体型や容姿の悩み
早い年齢でゲーム・
スマホを始める
学校に居場所がない

高いストレスを
受けると
発症しやすいとも
言われています



若いうちは
大人よりも我慢する力が
発達してないので
依存しやすい側面も
ありますし



入口が違うだけで
ゲームじゃなくても
SNSや市販薬
ギャンブルや
お酒の依存症に
かかる人もいます

確実に言えるのは
意志や性格の問題では
ありません



依存するものを
使い続ける限り
依存症にかかる可能性が
全ての人にありす



周りの人を知ってほしいのは



依存症は

目に見えない病気なので

つい性格の問題だと思いがちですが

愛情や説教で

どうにか出来ないのです



そして家族や周りの人の理解や協力がなければ依存は改善しません



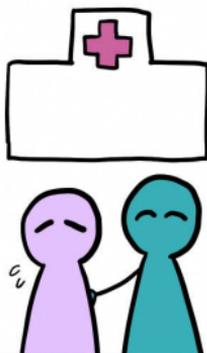
これが周りの人たちにサポートできる



① ゲームとうまく付き合えないのは性格や甘えの問題ではないと理解する



② 治療への援助や回復の応援をする



③ 再使用を繰り返ししながら回復していきまますぐに良くならなくても焦らない責めない



突然——

今までゲームをやめられなかったことを責めて悪かったな

大変だったな……

謝られた時には混乱した

一週間後

お母さん
ゲームの時間が多くなると大輝の体が心配なの

うん……?

それでこの前病院に相談しに行っただけだね
良かったら今度一緒に受診してみない？

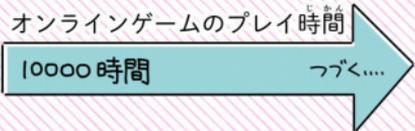
まあ一回だけうん……なら……

両親は病院で俺への対応を変えられるように言われたらしい(ずっと後に知った)



携帯ゲーム機のプレイ時間  クリア!

30~100時間

オンラインゲームのプレイ時間  つづく...

10000時間

オンラインゲームはどんなにプレイしても運営側が終了しない限りゲーム自体に終わりが来ない

見だからやめ時が見つけれられない

ゲームをプレイするように誘われて習慣化しやすい

さらにもスマホだと通知も入るしね

基本無料のものが多くて始めるのが簡単

今ならログインで100Pゲット!!

対戦の申し込み

今ならログインで

ゲームをプレイするように誘われて習慣化しやすい

さらにもスマホだと通知も入るしね

基本無料のものが多くて始めるのが簡単

お試し!

100円から

300円で

1000円で...

最初は無料でガチャを回させて次は100円から...

やがてだんだんガチャを回すことに抵抗がなくなり

ここまでお金をかけたからやめられない...!!

10万円のキャラ

ゲームがやめづらくなる



カプセルトイ みたいなのに...

「ガチャ」だね 注意したいのは

お金を払うと...

アイテム・キャラがランダムで出てくる



