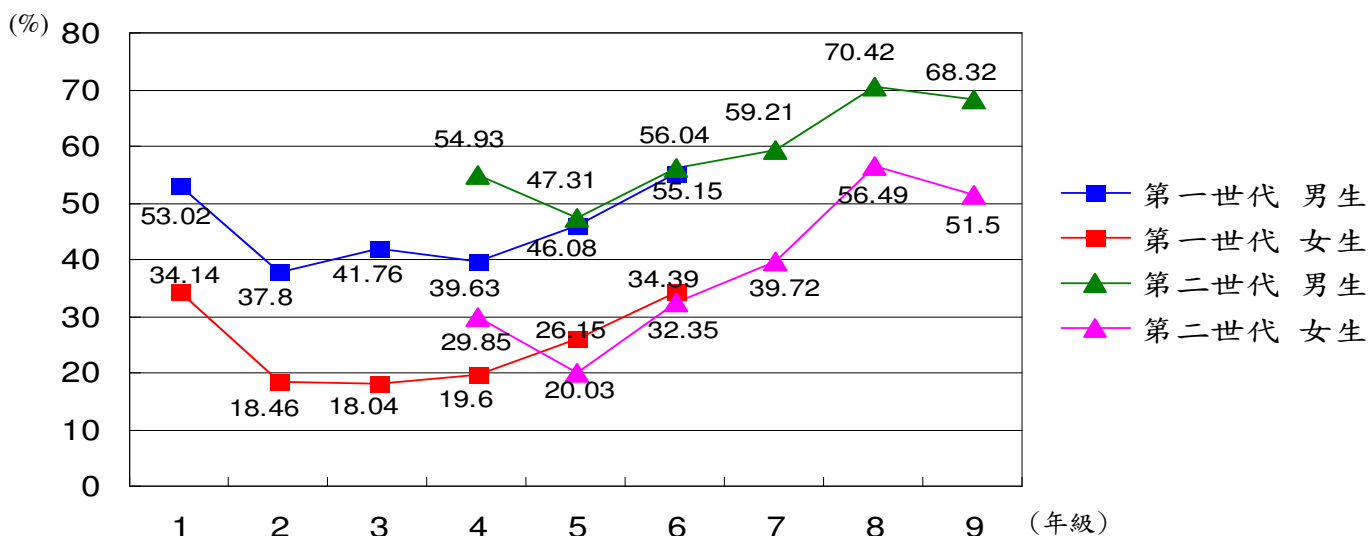


CABLE NEWS

兒童及青少年行為之長期發展研究成果摘要

沉「電」一下；還是「玩」過頭了？

~ 帶您關心 2001-2006 年學生玩電腦或電動的變化 ~



註：第一世代指 2001 年時就讀國小一年級的學生；第二世代指 2001 年時就讀國小四年級的學生。
連續玩電玩超過兩小時 = 「有過一兩次」 + 「很多次」 + 「每次都有」

電玩是時下學生於課餘之時的主要娛樂活動，其衍生出的問題需被重視。從 CABLE 調查中顯示，**不論男女生玩電玩的頻率有逐年增加的趨勢，其中又以男生玩電玩的比率較女生來得高。**

從圖表中看出，不論「第一世代」或是「第二世代」的學生，平日連續打電玩超過兩小時以上的人數越來越多，且隨年齡的增長，長時間玩電玩的現象更是普遍。在性別方面，男生較女生使用電玩的比率平均高出 1.3 倍以上。因此，老師與家長有必要正視此一情況的發展。

為什麼玩電玩？根據國外研究¹發現開始玩電玩的原因多數為電玩很有趣，或是電玩具有挑戰性、空閒時沒有其他事情可做或是朋友也玩等；而持續玩電玩的原因大多與開始玩電玩的原因相似，但有部份的青少年則指出原因為他們本身無法停止打電動。有可能是正玩在興頭上或是對電玩遊戲成癮了！

長時間玩電玩的不良影響？學生長時間玩電玩究竟是沉澱一下情緒，舒緩繁重的課業壓力；還是讓這電玩興趣與課業學習本末倒置了？CABLE 研究²發現，長時間玩電玩將會影響其睡眠作息，也會造成負向行為發生（如：暴力行為）。

電玩作為學童的興趣活動並非不可，而是家長應多關心學童在課餘時間上活動時間的安排與分配，藉參與或瞭解子女的休閒活動，來增進親子關係的和諧與發展。故父母對子女行為的瞭解程度可以對學童休閒活動中的「過度行為（如：長時間使用）」具有保護作用，能降低過度行為的頻率與減少其危害。所以家長不應讓孩子在享樂電玩之餘，造成了健康上的負面的影響。

參考資料：(1) Griffiths M. (1997). Computer game playing in early adolescence. *Youth & Society*, 29(2), 223-237

(2) 傅健泰(2003)。國小六年級學童之休閒活動對睡眠剝奪及負向行為的影響研究-以玩電玩為例。國立台灣大學衛生政策與管理研究所碩士論文。