



電腦遊戲扼殺青少年創意

說到兒時遊戲，少不免想起李白「騎竹馬來，繞床弄青梅。同居長干里，兩小無嫌猜。」這幾句詩，何等溫馨、浪漫的情景！今天，恐怕郎再不會騎竹馬來，頂多帶電腦遊戲機來，益智的玩玩 Draw Something，稍暴力的話，便玩憤怒鳥。

許多家長以為，只要孩子玩的是益智的電腦遊戲，又沒有沉迷，電腦遊戲便沒有什麼不良影響。其實，電腦遊戲還會對個人性格有更深層次的影響。

玩法簡單 孩子缺耐性

電腦遊戲之所以能顛倒眾生，皆因隨時隨地都可以玩，小息可以玩，等巴士地鐵那一兩分鐘都可以玩。為此，大部分電腦遊戲玩法都十分簡單，忠奸對決、打怪獸便最典型；就算是益智的也不例外：如怎樣切三刀把餅分成六塊之類。

電腦遊戲，將整個遊戲分成一小級一小級，即所謂一個個「呢」(level)，玩者只要過關斬將、或解決難題，便可以「升呢」，面對更強大的對手、更複雜的難題，直至最高的「呢」，升無可升為止。這幾乎是所有電腦遊戲的布局及結構。電腦遊戲的勝負贏輸，是即時揭曉的。贏了即獎，輸了即罰。今時今日的消費文化，本已注重「即時滿足」，孩子小時便習慣玩電腦遊戲，會條件反射的變得更注重「即時滿足」，變得缺乏耐性。孩子的中文字寫到鬼五馬六，毫無章法美感，原因之一是習慣了電腦打字，另一原因是沒有恆心練習書法。孩子對任何需要長時間鍛煉才有的「藝」，恐怕都會望而卻步，這都是玩電腦遊戲惹的禍！

不容許挑戰規則

跟活人玩遊戲，你落下風，可試圖欺騙他，或用旁門左道如分散他的注意力，以弱勝強——此所謂「兵不厭詐」也！跟電腦對弈，是沒可能「兵不厭詐」的，因電腦是死板板的贏就贏，輸就輸，人是無法欺騙電腦的。假若玩來玩去都無法升「呢」，你只能放棄。

撇開孩子應否使詐不論，「兵不厭詐」也是一種「教育」，譬如考試碰着一道試題，孩子不懂，應交白卷？還是「兵不厭詐」的東拉西扯，碰運氣拿一、兩分？我經常懷疑，經常玩電腦遊戲的孩子，會缺乏隨機應變的本事，也沒有昔日滿街跑的孩子那麼有街頭智慧。他們往往跟電腦一樣只懂得「單軌思維」，遇到難題不識轉圈。

再說，傳統的遊戲，像捉迷藏、猜「石頭、剪刀、布」……等等，孩子玩得多，會感到遊戲規則太簡單，由重複而生厭倦；這正是他們發揮創意的時刻——孩子往往會自行發明一些新規則，令遊戲變得更有意思。可是，電腦遊戲不會給孩子發揮想像力的機會，不遵守規則就不能玩。孩子要玩，只能「呢」一「呢」的打上去，就等於要考試拿好成绩，你只能揣摩考評局的評分準則而迎合之。電腦遊戲亦如是，不容許孩子挑戰遊戲規則，亦不容許孩子改變、或發明新規則！這等於潛移默化孩子做順民，凡事「合模」，什麼都依照既定規矩辦。這樣的孩子，哪裡會有跳出框框的創意思維，乃至勇氣呢？

(電腦遊戲三之二)

知識點

新一代習慣獨處 難與人溝通

新一代越來越自我中心，除了電腦遊戲是罪魁禍首，還有其他社會因素，令孩子在幼年時已習慣獨處。經濟好轉，一屋一戶，左鄰右里都是陌生人，互不相識；在家中，孩子有自己的房間，私隱增加了，跟家人相處的時間卻少了。大家庭給小家庭取代，許多家庭只得一至兩個孩子，少了跟姨媽姑姑、表兄弟姊妹相處的機會。父母都出外工作，事業越是成功，跟孩子談話、遊戲的時間便越少，孩子只好花更多時間玩電腦遊戲。凡此種種，都令新一代不懂怎樣跟別人相處，以及建立良好的人際關係。

常玩電腦遊戲 兒童變粗暴

英國十幾歲的孩子在學校放假期間，每天在電腦上玩遊戲的時間，最多長達18小時，不放假時每天放學後玩遊戲的時間也達2小時。

英國「憤怒情緒調節協會」發表報告指出，對電腦遊戲上癮的孩子更易變得粗魯無禮和不聽話。

該會對204名孩子在9至18歲之間的家長所做問卷調查顯示，承認孩子每周在電腦上玩遊戲時間超過16小時的家長佔到28%。46%受訪家長注意到子女開始玩電子遊戲之後，行為上明顯變得叛逆、不聽話。44%受訪家長稱，玩電子遊戲讓他們的子女「對他人無禮、不容忍、沒耐心」；36%注意到孩子的行為變得「更粗暴」；29%發現孩子情緒波動變化大；26%發現孩子更不合群。

該協會警告，玩電子遊戲過度，會導致孩子脫離家庭生活，減少跟同齡人的交往。最典型的情形是，孩子玩電腦遊戲時如果家長叫他們整理自己的房間、去吃飯或做家庭作業，他們會非常暴躁憤怒、粗魯無禮。

另一方面，中國兒童中心在北京發表《中國城市兒童戶外活動藍皮書》，指出：中國城市兒童戶外活動正在消失，關鍵在於看電視和玩電腦遊戲漸成孩子課餘首選。

通識我見

懂得自制最重要

通識探索者 黃碧華

最近，電腦遊戲「暗黑破壞神」在世界各地掀起炒風，香港版的點數卡亦被炒高。內地淘寶網因禁止有關遊戲的買賣，故內地網友都稱其為「大菠蘿3」，有網友最後因此而被騙，不單買不少遊戲光碟，更以400多元人民幣買下3個「大菠蘿」，由此可見此遊戲的受歡迎程度。

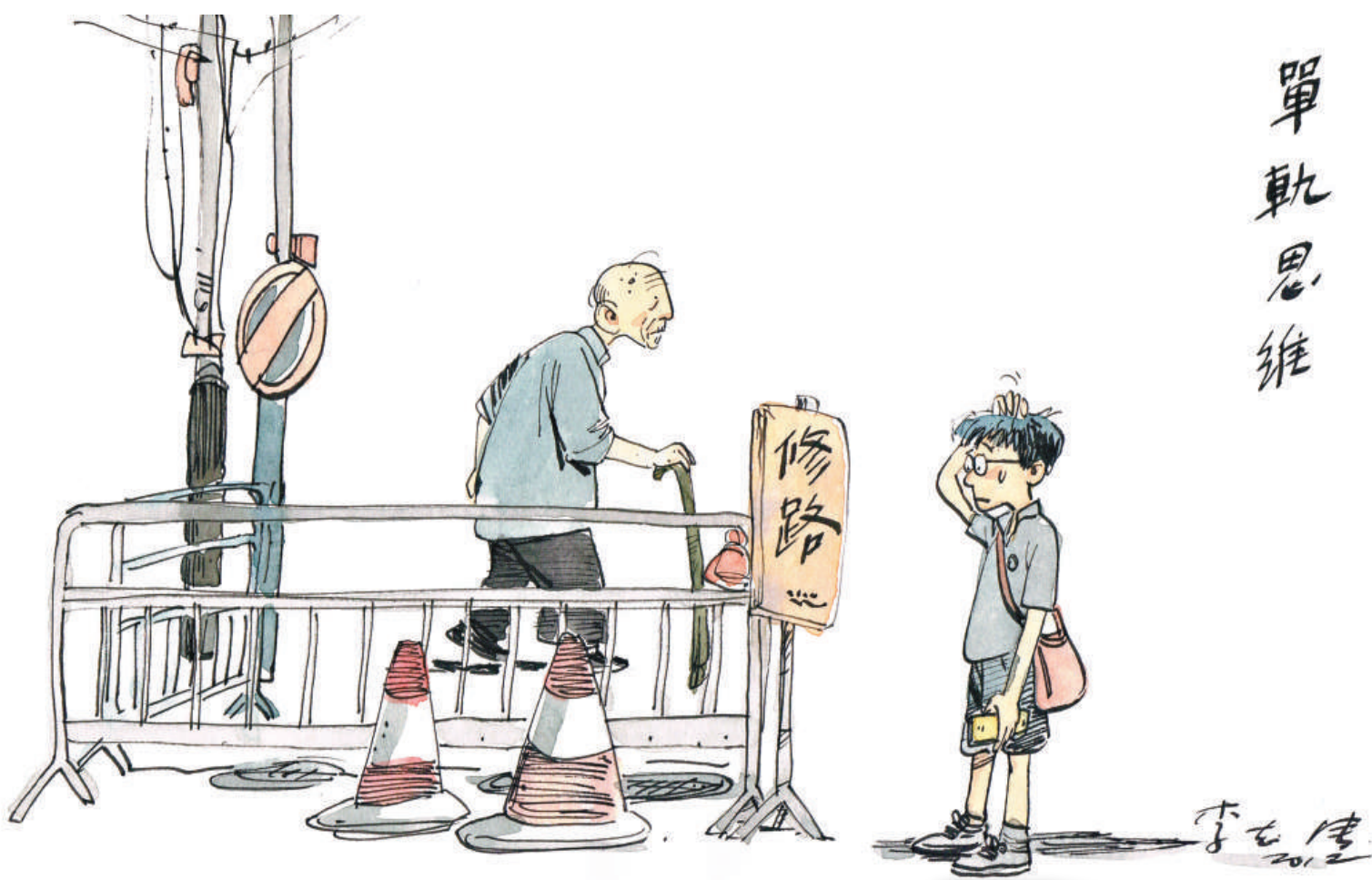
電腦遊戲之所以吸引，某程度上因為屢敗屢戰、贏過電腦，不單能「升呢」，亦能取得滿足感。縱然不少人抨擊玩電腦遊戲，除了荒廢學業外，亦會促使人與人之間變得疏離。可是玩遊戲亦可套用到做人的道理中，同樣要爭取「升呢」。

現今的電腦遊戲以對戰格鬥為主，模式也由單一與電腦對戰變為多人對戰。過程中，玩家要由最低級別不斷上升至最高級別，亦要循序漸進，不可一步登天。做人同樣如是，從最基本的爬行走路、上幼稚園、小學、中學到大學甚至工作再升職，不斷慢慢升級，學習知識及吸收經驗，讓自己成為擁有充足裝備的全人，面對社會不同的挑戰，慢慢升「呢」。

許多人都認同「勤有功，戲無益」，但不少人也以玩電腦遊戲為職業，更有國家對此十分支持。如韓國政府每年會舉辦四次「多人戰略遊戲聯賽」，而且獎金豐富，不少公司爭商找代表參賽，不但讓贊助商有機會提高品牌知名度，玩家亦可收取更多利益，達至雙贏局面。

玩家透過遊戲亦慢慢升級，由普通玩家變為職業玩家，甚至能夠代表國家與世界各地選手作競技，韓國電子遊戲選手水平甚至超越日本同中國，成為亞洲代表與歐美強強比拚。由此可見，電腦遊戲原意為提供娛樂的工具，最重要的是玩家的心態及其時間分配、自制能力，能夠用得其時，電腦遊戲亦可成為助人成長的工具。

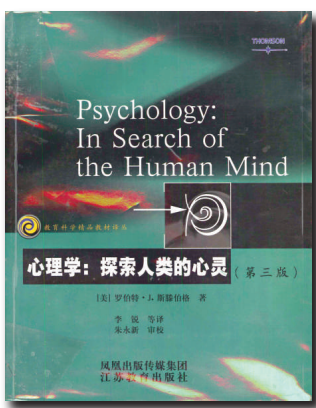
單軌思維



書架

戒除心癮的心理學方法

近月，我常回舊居整理藏書，將它們分門別類，預備寄存在「迷你倉」。多年來購買了大量的書籍，除了因為喜愛閱讀之外，亦是由於有心癮 (addiction)。在心理學的研究顯示，心癮主要表現為持久的、習慣化的或難以抑制的生理上的或者心理上的對一種或多種事物的依賴 (也就是我對書籍的感覺)。斯隆伯格 (李銳等譯) 的《心理學：探索人類的心靈》(南京：江蘇教育出版社，2005年，圖)，是一心理學的入門書籍。作者是美国心理學界的翹楚，研究及發表了多個心理學的新概念，例如愛情三角觀、成功智商等，影響心理學的發展方向。在本書中，他介紹了一些戒除心癮的方法。對於一些想去戒除「打機癮」者，有甚高的參考價值。



在操作條件反射研究中，操作性一詞表示一種行為，這種行為對外部世界或多或少有一定影響。操作條件反射的結果是增加或減少這些操作性行為再次發生的機會。強化物是一種刺激物，這種刺激物增加了與某一刺激相聯繫的特定操作性行為再次發生的機會。強化物有正負之分。正

強化物就是一種獎賞，是一種緊隨操作性行為之後的愉悅的刺激物，它強化了操作性行為與刺激物之間的關係。例如，當父母見到子女減少了打機的時間，就應給予讚賞。正強化物緊隨着操作性行為的發生而出現，兩者之間的配對稱之為正強化。

負強化物通常是一種不愉快的刺激物，如果消除或者停止這種刺激物，它所緊隨的操作行為在相同的情境中再次出現的機會也會增加。負強化是指通過消除這種不愉快的刺激物而使得相應反應出現的機會增加的過程。例如，如果子女減少了打機的時間，父母便減少指責，可以視之為一種負強化的過程。

操作條件反射的方法是目前戒除心癮的其中一種有效方法。有不少心理學家在處理「上癮」個案時，都會運用這方法。然而，要找出對當事人有影響力的「正強化物」和「負強化物」卻非易事。父母在運用本方法前，先要找到真正的強化物，才能有效協助子女戒除「機癮」。

香港通識教育會 李偉雄 henrilee@graduate.hku.hk

遊戲動力在於減壓

家長把孩子送往昂貴的Play Group，因為相信愉快的情景會帶來愉悅的氣氛，有利健康心理的成長。人與人的接觸會增強人際溝通能力、社交能力！劇場遊戲可以有助於認識自己。其實，所有人都會喜愛遊戲的。

若從遊戲設計師的角度去看，他們先要捕捉玩家之心理。也即是從心理需要的狀態下出發。「遊戲的快樂過程：動力、壓力和壓力的釋放。初始動力是決定玩家購買的因素，持續動力能讓玩家繼續一個遊戲，而壓力會讓這個過程變得更有味道，壓力的釋放是玩家真正體驗遊戲的快感時刻。一款好的遊戲，正是將這三者拿捏得恰到好處。」——psytopic.com

動力：可分為初始動力和持續動力。初始動力，簡單而言便是遊戲的吸引力！持續動力關鍵在於構思設計，決定玩家是否要繼續這個遊戲。一個懸念，一個優美的故事，一個目標都會誘發持續動力的產生。

壓力：沒有了壓力，一切就會索然無味，什麼會構成壓力呢？在動力的推動下，玩家不停的追尋着，不要太快，也可以令他放棄。也不時滲入新主意新危機。遊戲中不是滿布「地雷」嗎？這也在遊戲中產生了壓力。



壓力的釋放：升級了，預計會有更大的挑戰，或終於找到寶物了，疑惑終於解開了。玩家積蓄的壓力突然如潮水般的湧出。這是個解脫，就是壓力的釋放。

《虛擬後樂園》(圖)現今的電腦遊戲和網絡，便是以文化研究層面去探討這些「流行文化」。此書探討流行文化的形成原因和其價值，以獨特的角度去解構後現代的電腦虛擬與網絡世界。成年人不應該在真正認識理解之前，便予以拒絕。作者還分別敘述了電腦遊戲裡的虛擬與現實世界、網絡多重身份、青少年文化、種族和階級、遊戲工業全球化、研究學科等議題！

作者也提出網上身份的問題：「……網上虛擬世界與現實世界是截然不同的，可是，一個人在線上(On-line)和線下(Off-line)的多重身份，真的可以清楚分開嗎？」線下身份和線下身份的不一致，是否性格分裂的表現？「網上的第三空間提供一個讓受眾建構自己「超身份」(Hyper-identity)的空間。」

人生的追求其實也跳不出上述的心理規律和抽離身份的思考。「推倒重來，遊戲一場」，誰不喜愛時間可以倒流？

優質圖書館網絡主席 呂志剛 sidneylui@gmail.com