

電腦遊戲變質 新一代欠耐性



電腦遊戲是商品，而且是大量生產、消費的商品，目標當然是「老少咸宜」，由四歲小童到六十歲長者都適合玩及喜歡玩。心理學家已指出，小童只能短時間集中注意力，短至大概一、兩分鐘。故此，電腦遊戲爲了令所有年齡的人都愛玩，並可在任何時間及場合——包括等車、乘車時——都能玩，便把遊戲分割成許多個「回合」，每個「回合」只得數十秒，頂多一、兩分鐘，即分出「成功」或「失敗」。「成功」的便可以晉級到另一「回合」，「失敗」便再來。

閱讀有助提高注意力

孩子長大後，集中注意力的時間會逐漸增加。從小愛閱讀愛看書，亦有助孩子增加集中注意力的時間。可是，假若孩子從小愛玩電腦遊戲，沉溺其中，長大後便可能欠缺耐性，無法長時間集中注意力讀書或做事。學生上課，經常用手機偷偷傳短訊聊天，皆因欠缺集中力。

現代城市中，不單孩子，連青少年及成人，都已經變得欠缺耐性和專注力；要長時間浸淫訓練才能有成的技藝，少人去學。各種娛樂都節奏加快——像粵曲、南音這樣節奏緩慢的歌曲，變得落伍，知音漸稀。喜劇電影每三分鐘便要有一個笑話，功夫電影每十分鐘便要有一場打鬥。報章的專欄、文章越來越短，很快看完。讀者沒耐性看長篇大論。新聞報道亦一、兩分鐘一則新聞故事。教科書每一兩頁便要有圖片、圖表、最好還有漫畫，否則便是「沉悶」。

習慣虛擬暴力 難有品味

「沉悶」是現代消費至上的社會最大的罪惡，「沉悶」的教師，無論他如何學富五車，見解獨到，都不受學生歡迎。「沉悶」的男人，無論他性格多好，也不易找到女朋友。新一代什麼都追求「快」，吃的是快餐，做事要立竿見影，打工要很快可以升級，才算是有前途的工作。

這正是不能長時間集中注意力的結果。

電腦遊戲最易爲人詬病的是虛擬暴力。可是，這會否導致孩子長大後，變得較容忍暴力、和較輕易使用暴力去解決問題呢？按照常識，答案當然是「會」。許多人想當然都認爲「會」。可是，幾十年來許多嚴謹的社會科學調查，卻無法得出定論。

今天的成年人，在孩童時期經常看的動漫都頗爲暴力，如唐老鴨、賓尼兔、大力水手甚至功夫熊貓等等卡通短片，都不斷出現沒有血腥的虛擬暴力打鬥。卡通角色總是打不死，就算壓扁成一張紙，都會迅即「返生」、復活，而且不會感到痛苦。超級英雄電影如蝙蝠俠、鋼鐵俠等都相當暴力，跟黑白片時代相差甚遠。電視劇的尺度亦不斷放寬。可是，這一代不見得較暴力。常識不一定事事正確。

可以肯定的是，習慣了虛擬暴力的娛樂的人，不會有高品味，不會懂得欣賞細膩、精緻、優雅的東西。

撰文：博文
(電腦遊戲三之三)



知識點

暴力遊戲強化「非友即敵」

雖然有不少電腦遊戲都是考腦筋的益智遊戲，但大部分電腦遊戲，尤其是最流行的遊戲，都是暴力的、消滅對手的遊戲。這個對手可以是邪魔妖怪，大奸大惡……總之，都是「不是你死，就是我亡」的遊戲。這類遊戲會令玩家養成不良的思想習慣：凡事二分：非友即敵、非善即惡、非忠即奸、非好即壞，對事對人不是贊成，就是反對，沒有灰色地帶，而且一竹篙打一船人。社會上產生族群敵對、互相歧視的風氣，引致族群撕裂，就是因爲人們太頭腦簡單。電腦遊戲可能是幫兇之一。

通識我見

家長可化危為機

福建中學(小西灣) 中五 黃嘉茵

不少父母認爲電腦遊戲是「兒童不宜」的，認爲它們含有大量暴力成分。因而，家長拒絕讓子女長時間接觸。可是現今的父母對子女所玩的遊戲並沒有太大的管制。正因如此，孩子會選擇一些具挑戰性、刺激性的遊戲，而這些電腦遊戲往往含有暴力成分，以「過五關斬六將」的形式吸引我們的兒童。但父母曾否想過這是一個機會，讓你與孩子溝通、進行教育呢？

父母應把握機會，在空閒時間與孩子聊天，了解他們常玩的電腦遊戲，更好的是與孩子「交流」親身體驗一局，看看當中是否含有大量暴力成分。並非只是不斷地對他們是電腦遊戲是不好的，會令你有壞影響，這樣孩子根本聽不進去。更可能會認爲父母很煩，繼而吵架，影響親子關係。

當發現電腦遊戲不適合兒童玩時，父母也不應立即禁止。父母可嘗試問子女覺不覺得該遊戲有問題。先聽取子女的意見，再發表自己的意見，指出問題，並導出問題所帶來的影響，如可能令孩子變得較輕易使用暴力。

雖然父母不能完全禁止子女接觸電腦遊戲，不過，可與孩子一起選擇一些刺激性、教育性兼備的電腦遊戲。如市面上有款電腦遊戲滲透了數學成分，要求玩家在特定的時間解答方可過關，且情節緊湊。這類型的遊戲但不含暴力成分，而且在滿足孩子貪玩的天性之餘，也能學習知識。

電腦遊戲選擇得宜絕對能有助兒童成長，因此家長應多花時間、心機與子女探討電腦遊戲，選擇較適合他們的類型。

社會風氣促成即食文化

通識探索者 黃碧華

現今香港年輕人常被批評欠缺耐性，甚至做工也是做了一兩天便無影無蹤。有人歸咎於青少年常沉迷於玩電子遊戲，缺少耐性及專注力學習一種新事物，對傳統的藝術或音樂提不起興趣。

香港一向以節奏急促聞名，交功課要趕限期，工作要有效率，上司要求快速及着重結果，忙起來連午飯時間也要邊吃邊工作，或以5分鐘吃完飯。在這種固有風氣下，人在成長過程中，必然會被潛移默化，不論對己對人也講求「快、靚、正」。

說到底，現今青少年被評批欠缺專注力及耐性。筆者認爲這與兩個原因有關，相對於以往青少年奶粉營養沒那麼豐富，腦部發展及反應都較慢，現今小朋友從小便喝含有多種對腦部發展有益的奶粉，反應較快，相對地接觸新事物的能力較快及時間亦較短，學習能力亦較以往高，學習多樣性亦較以往豐富。

現今不單工作，就連小朋友讀書競爭也十分激烈。父母們爲了培育兒女免落後於他人，不惜花費金錢讓兒女學音樂、學跳舞及學畫畫。小朋友甚至青少年每星期不但要顧及學業，也要花時間學數門課外活動，一心多用，只專注發展一種興趣談何容易？

其二，現今的娛樂選擇也較以往多，以往的小朋友一套積木已可玩多年，以往電腦未普及，小朋友也只是以看電視卡通片、看公仔書，與朋友在公園玩爲主。反觀，現今娛樂消遣較多，除電腦遊戲外，也可網上看視頻短片電視劇等，也可外出看戲和「唱K」。

現今青少年欠缺耐性及專注力，或許沉迷於電腦遊戲爲原因之一，但社會的風氣及現象，也可能是部分原因。孩子第一個學習對象均爲其父母，父母如何培育子女，便會影響兒子將來的發展。與孩子多溝通，建立親密關係，適當培育孩子一種興趣，才是協助培養未來社會棟樑的可行辦法。



李在/畫 2012

書架



電腦遊戲令年輕人暴戾

由於我喜愛閱讀及研究心理學，故在過去兩周已連續推介了三本較普及的心理學入門書籍，今天介紹最後一本，亦是我認爲最佳的一本。這本上佳的入門作品，是津巴多、格里格（王壘等譯）的《心理學與生活（Psychology and Life）》（北京：人民郵電出版社，2003年，圖）。津巴多是美國心理學的大師級人物，任教於史丹福大學。40多年來，他對心理學進行了多項開創性的研究，最爲人熟悉的是「史丹福囚室研究」。去年，這研究更拍成電影（《實驗囚室》），震撼觀衆心靈。在本書中，他介紹了經典的社會學習理論，有助我們理解包含暴力成分的媒體，是如何影響年輕人的心理。

人類觀察學習的一個經典研究發生在班杜拉（Bandura）的實驗室裡。在看過一個成人榜樣對一個大型玩偶拳打腳踢之後，實驗組兒童比未見過攻擊榜樣的控制組兒童表現出更多的攻擊行為。後來的研究發現，即使榜樣是一些卡通人物，兒童也會模仿所看電影片斷中的榜樣行為。今天，心理學界對電視如何影響年輕人的行為，已進行了大量的



研究。研究者的注意集中在電視暴力（如謀殺、強姦、攻擊等）與青年人行爲的聯繫上。他們發現，觀看暴力行爲是會促進觀看者的模仿行爲，尤其在美國社會。

電視暴力通過三種方式對觀看者的生活產生負面影響。首先，通過觀察學習機制，觀看暴力電視節目會增加攻擊性行爲。童年時常看暴力節目，往往在長大後會養成攻擊別人的行爲習慣。第二，觀看暴力節目導致觀看者對日常生活中暴力事件的發生估計過高，從而害怕自己會變成暴力受害者。第三，觀看暴力電視節目會使人認同暴力，當看到現實世界中的暴力行爲時，悲痛的感覺大大降低（即失去惻隱之心）。

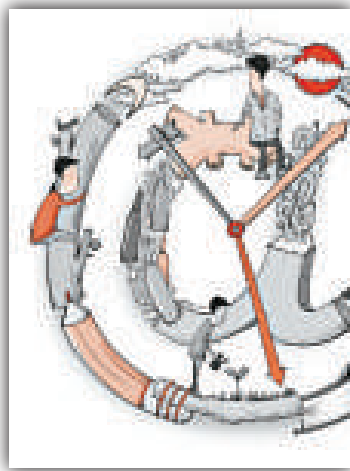
電腦暴力遊戲亦對年輕人發揮着以上的負面影響。因此，一個沉迷於電腦暴力遊戲的人會有較多的攻擊行爲，期望家長加以注意，引導子女「重拾正軌」，不要養成用暴力解決問題的方法。

香港通識教育會 李偉雄
henrilee@graduate.hku.hk

沉迷網絡虛實難分

遊戲帶來愉悅的感覺，令人嚮往、陶醉，繼而沉迷。網絡遊戲把一切都放大。在無所忌憚的情境，率性而爲，色情狂妄的遊戲也相繼出籠了。網絡上隱藏了身份，脫離了現實，也擺脫了禁忌，原始的本能得以釋放，欺凌暴力可以抬頭，現實世界的禁忌，在網絡世界得以解脫。戰爭的殺戮，在自身安全的情景下恣意而爲，遊戲釋放了人類的獸性。台灣計程車司機遭五名年輕人心冷血殺害，五名兇徒就是終日待在網絡遊戲機中心，專家懷疑這兇徒分不清現實與虛幻，便會冷血殺人。

六月中，日本大阪市著名的繁華街道心齋橋。新聞報道只敘述兇徒無動機殺了兩人，動機只因爲很想殺人，隨便遇上那一個都可以。現場目擊者的感覺卻大不相同「在晴空朗朗的心齋橋，瞬間變成了一片血海。」「他和朋友走在心齋橋南街，突然就聽到一聲慘烈的求救聲。他看到一名男子手持尖刀，全身是血，整個人就好像瘋了一般。小姜心裡想着跑啊，快跑，可是腳底根本就動不了。就在他以爲自己「死定了」的時候，日本警察蜂擁而上，在距離小姜1米遠



的地方，把那個全身是血的男子撲倒在地。就在驚魂未定地往回走的途中，又看到路邊一名男子躺在血泊中。」死亡擦身而過，這是現實與虛擬最大的分野。

《網絡迷失》（圖）分析現在網路社會，使很多人分不清虛擬與現實的差別。迷失在茫茫網海中，甚至離家出走去追尋一些虛無縹緲的幻影。曾經有兩名女生是網友，她們通過QQ約定離家出走。原來這名女生在學校不受重視，回家老是挨父母的罵，就經常上網，通過網路來排解壓力。結識了一些有出走經驗的網友，其中一名18歲網友

還給她提供了很多建議。婷婷出走期間，竟然一直和這名網友保持聯繫，隨時請教生存「秘訣」。因爲網路的普及，結果往往分不清虛擬與現實的距離，迷失於幻想之中。專家將青少年網路迷失現象，歸爲4種類型：逃避型、報復型、嚮往型和盲從型。

無論在遊戲與人生，網絡把真實與虛擬混淆了！

優質圖書館網絡主席 呂志剛
sidneylui@gmail.com