

## 《兒童玩電子遊戲現象問卷調查》報告書

### 引 言

循道衛理楊震社會服務處於 1967 年成立，至今已有 42 年歷史，並已發展成爲一個多元化的服務機構，在全港各個地區爲不同對象提供各種服務，年齡遍及幼兒至長者。

油尖旺青少年綜合發展中心一貫爲兒童、青少年以及其家長提供服務，透過爲青少年提供服務的過程，不停地探索青少年需要的轉變，並從中觀察各項社會事物對青少年產生的正、負面影響，希望從中有所發現，並提出適切和即時的回應。

過去一年，本綜隊一直留意有關青少年涉及電子遊戲的文化，當中發現兒童參與電子遊戲的情況及影響日趨嚴重。有鑒於此，本中心於 2009 年成立了一個工作小組，對本港兒童進行電子遊戲活動的現象進行研究，藉此探討兒童玩電子遊戲的情況及其引申的影響，並喚起社會的關注。

## 第一章 調查背景

隨著時代轉變，科技日益發達，互聯網的發展及電子儀器的發明日新月異，電子遊戲已成為人們生活之中盛行的消閒方式。市場上，電子遊戲的種類十分多元化，有街機、電視、電腦、便攜遊戲等等。此發明的普及亦帶來不少負面的影響。近年翻開報章，涉及兒童或青少年因沉迷「打機」而引發的新聞絕不罕見，從生理影響到心理影響、從自身到家人……報導中帶出之負面影響比正面的來得多。

香港兒童參與電子遊戲的機會很多。根據「地球之友」之調查顯示，香港兒童平均每人擁有 2.7 部遊戲機，有小學生更一人獨有 10 部機，電子遊戲在兒童生活之普及性顯然易見。

正值價值觀、自控及人格培養過程中的兒童，參與電子遊戲所能造成的影響不可忽視。有專家亦指出，小朋友參與電子遊戲其實是反映著一種補償作用(Compensation)，他們在「打機」的過程中能獲得滿足感(Satisfaction) 或成就感 (Sense of achievement)，而這些正面感覺能補償他們可能在學業上遇到的挫敗、家庭關係及人際關係上的不如意等，繼而吸引他們繼續或沉迷下去。小朋友在成長中欠缺些什麼？需要些什麼？這部份都是值得我們關注的。

另外，在前線的服務接觸中，我們亦發現有不少家長面對因為監管子女「打機」時間而互相產生衝突的情況，部分家長擔心子女過於投入「打機」而影響學業，或變成沉溺行爲，令家長感到憂慮。故此，我們特別展開是次調查，希望從中得了解更多兒童參與電子遊戲的原因和所追尋的滿足。

## 第二章 有關「電子遊戲」的概念及定義

### 3.1 「電子遊戲」的定義

「電子遊戲」，或簡稱「電玩」，泛指人透過電子設備或平台而進行的一種休閒娛樂方式。狹義的電子遊戲是一種軟件，因此必須有相應的硬件設備（使用平台）。主要的電子遊戲平台是透過電腦、遊戲機、手提遊戲機及手提電話等；因此發展了不同類型的電子遊戲，而「打機」一詞乃屬於香港形容玩電子遊戲的術語。

### 3.2 「電子遊戲」的使用平台

電子遊戲機愈來愈多元化，其款式及型號更層出不窮。現時電子遊戲的使用平台除了更方便我們攜帶外，而且畫面及聲音質素也見提高，其功能及操控方法更日新月異。現時已有一些遊戲使用平台已不需要操控按鈕及操控桿，小如掌上的遊戲機更可以透過聲音、觸動屏幕及電腦技術對身體動作的反應而操控遊戲機，對玩家官能上的刺激及趣味程度會大大提升。值得一提的是，遊戲機使用平台功能的躍進，更令此娛樂工具應用於職業及物理治療上，因此善用此工具也會帶來益處。

遊戲機本身亦可算是電腦的一種，配合不同的硬件（控制器，記憶咭等）與軟件（各款的電子遊戲）使用。發展至今，其運算效能已超過個人電腦的運算能力，而且亦特別地強化其影像、音效及操控機能，以便玩家能夠配合遊戲內容以享受其中。

以下是不同的電子遊戲使用平台：

電視遊戲機	為常見的家用遊戲機，需要將遊戲主機接駁上作為顯示屏的電視以進行遊戲。早期的電視遊戲機是不能更換遊戲的，及後的電視遊戲機可以更換其遊戲內容，現時其遊戲儲存媒介多為光碟及卡帶。
掌上遊戲機	泛指可攜式及方便攜帶的小型遊戲機。有些遊戲機軟件是完全燒死在機板上，無法替換遊戲；而現時大多數的掌上遊戲機是可以隨時隨地轉換遊戲軟體。其遊戲儲存媒介多為記憶卡、卡帶及硬盤。現時的科技，亦可讓掌上遊戲機玩家於短距離範圍內作連線對打。
街機	是指放在公共地方及娛樂場所經營的商用遊戲機，需要玩家投幣運作。因為其用途多為營商，所以此類遊戲機有其特點，如：外型較為大部，外觀設計特別或較為奪目（如有的街機是仿汽車或直昇機造型；有的則燈光璀璨等），內容新穎及緊貼潮流，其操控方法亦五花八門，包括使用手槍、軌盤、樂器等，利用身體及肢體運作。

電腦遊戲	是指利用電腦作為遊戲使用平台，把電腦變成玩電子遊戲的娛樂工具。其與一般遊戲機不同之處是電腦的硬體可以更換，但電腦遊戲的效果始終不如專為娛樂用途的遊戲機。電腦遊戲更包含網絡遊戲，或稱在線遊戲 (online game)，此類遊戲打破了人與人之間需要在同一地點空間進行遊戲的限制，可以透過網路和其他的玩家一起進行該款遊戲或是作為對戰的平台。
手提電話或數位多媒體播放器（如 ipod）	近年來，手提電話及多媒體播放器也可設置電子遊戲的軟件，其作用尤如掌上遊戲機，以方便攜帶及隨時隨地亦可使用為主，但內容及操控較一般掌上遊戲機簡易。

### 3.3 關於「電子遊戲」種類內容

電子遊戲除了可依照執行的平台區分外，一般玩家亦會依照其遊戲內容作出不同的分類，不同的遊戲內容對玩家的身心發展也有不同的影響。是次問卷調查亦會以以下釋義來區分兒童喜歡電子遊戲的類型，而且一個電子遊戲亦可能包含多種的內容，分類如下：

名稱	種類
角色扮演類	玩家扮演某遊戲故事中角色(此角色可能於現實社會中不存在)，依照故事發展及情節接受挑戰以完成特定的任務。
射擊類	玩家需要以武器攻擊及摧毀對手，而自己則需要避開別人的攻勢，如警匪槍戰，兩隊軍隊對戰等。
賽車類	玩家可操縱某些移動的機械，如車、船、飛機等，於特定時間、條件或版圖地勢內完成賽事。
智力類	玩家需要於遊戲中動腦筋及思考，亦可能包括解難的元素。如對棋、問題解答及逃出房間類。
運動類	玩家會成為運動選手，進行不同種類的運動項目或比賽。
冒險類	玩家需要於特定的環境中，透過利用不同的道具及物品，排除障礙或得到解答以完成遊戲。
動作及戰略	玩家可以自由操縱遊戲角色人物，此類強調玩家的反應能力和手眼的配合而遊戲進行，過程中可能需要對遊戲故事作出策略性的分析及回應，以完成不同的任務。
模擬戰略	玩家需要於不同環境下，對自己擁有的物資及條件作出策略性的控制及調配，目的在於與對手策略上的比對，如三國志的指揮戰爭遊戲。
養寵物類	玩家是寵物（可以是現實中沒有的生物／死物）的主人，過程中需要主人悉心的照料。

格鬥類	玩家選取一個角色，與對手於特定的場合及條件下戰鬥，目標為擊倒對方。
驚慄類	此類遊戲題材大多以鬼怪、怪物、恐怖的故事背景為遊戲主題，玩法多數以擊退或打倒鬼怪等完成任務，亦有一些網上小遊戲以驚嚇為目的以嚇到玩家。

香港現時並沒有對有關電子遊戲的內容設立分級制，監管其發行及售賣，令不少兒童自小就接觸到一些暴力或色情遊戲。由於近年的遊戲內容渲染暴力及色情的程度增加，且題材敏感，更歪曲社會的道德規範。因此，世界各地對電子遊戲的內容也紛紛作出討論及探討，有些地方如台灣及新加坡等已將遊戲軟體納入分級制規範中，而有些地方的政府則計劃及建議對遊戲進行分級。香港現行對電子遊戲的監管的條例亦只限於<<防上兒童色情物品條例>>及<<淫褻及不雅物品管制條例>>，事實上，兒童接觸的遊戲內容愈來愈沖擊社會的道德規範，如扭轉性觀念及合理犯罪及暴力行為，對其內容作出適切的留意及監管的確是很重要。

### 3.4 「電玩／「打機」成癮」的定義

於遊戲機充斥的時代，無論何時何地都很容易看見青少年及成年人於街上專注投入虛擬世界中，甚至乎達到沉迷「打機」的程度，妨礙日常的生活及破壞與家人朋友的關係。有些國家，如中國已把「打機上癮」列為精神病；而現時具權威性的美國精神醫學會並未把「電玩成癮」列為精神病，要用治療精神病的方式解除「機癮」，也沒有一套公用評估及診斷沉迷電玩及「電玩成癮」的機制。那麼「電玩成癮」該如何定義？英國心理學家 Griffiths (Griffiths 1998 & 2008) 對於科技產品的沉溺及成癮行為有致力的研究，亦有相當的理論及個案研究為「電玩成癮」的定義作出基礎的支持。他提出「電玩成癮」的六個主要組成元素，包括：

表 1: Graiffiths 的「電玩成癮」的六個主要組成元素

1. 顯著性 (Salience) - 幾乎每天都在玩，成為生活中極重要的事情，佔據了日常的想法、行為及感覺等。
2. 情緒調節轉變 (Mood modification) - 電玩成為激發正面情緒及興奮感覺，發洩負面情緒或逃脫阻礙情緒的方法。
3. 耐受性 (Tolerance) - 投放時間愈來愈長才得到滿足。
4. 戒斷症狀 (Withdrawal symptoms) - 停止或減少「打機」活動時，會產生不舒服的狀態或身體上的副作用，如不安、焦慮、喜樂無常，顫抖等。
5. 衝突 (Conflict) - 對活動投入沉迷而與其周遭的人及事，或自己內心產生衝突。
6. 復發 (Relapse) - 成癮者會重複回復到前述所有行為，甚至戒除或控制多年後，會再成為典型成癮症狀型態。

另外，我們亦可參考及借用外國研究學者對網絡成癮的見解及其概念，發展「電玩成癮」的量度工具，一方面因為現時大部分沉溺上網的玩家也經常玩網上遊戲，另一方面有調查亦發現網上遊戲是造成青少年上網成癮的最大原因(中大社會工作學系與路德會賽馬會華明綜合服務中心，2006)。現時會較多人採用心理學教授 Goldbery 同 Young (1999)對網絡成癮的評估工具及意見，他們歸納青少年上網的特徵，參照了《精神疾病診斷和統計手冊》(DSM-IV)的「病態賭博」及「吸毒」兩種評估方法的觀念發展了一套量度「上網成癮評估表」以判斷上網成癮者。現在我們亦借此作為「電玩成癮」的量度工具，如下：(以下「上網」行為已轉為「打機」行為)

表 2：演變自 DSM-IV 中物質依賴的診斷準則：

**共有 7 個標準，若符合其中 3 個標準，即可界定為「成癮」**

標準 1. (兩條題目，其中一條答「是」即符合標準)

(a)你是否發覺即使維持相同的上網(「打機」)時間，所得滿足感卻變得愈來愈少？

(b)你是否覺得需要有愈來愈長的上網(「打機」)時間來獲得滿足感？

標準 2.你的上網(「打機」)次數或所花的時間是否經常超出你所預定的？

標準 3.你是否持續渴望或從未成功減少或控制上網(「打機」)的時間？

標準 4.你是否用了很多時間在有關上網(「打機」)的活動？

標準 5.你是否因為上網(「打機」)而放棄或減少一些重要的社交、工作、學業或消閒的活動？

標準 6.你是否在知道上網(「打機」)已經令你在身體、社交、工作、學業或心理上構成問題的情況下，仍然繼續上網(「打機」)？

標準 7.符合(i、ii、iii)或(i、ii、iv)

(i) 你是否曾經嘗試減少過量的上網(「打機」)時間？

(ii) 當你嘗試減少過量的上網(「打機」)時間後的幾天至一個月時間，你會否出現以下情況？(如(i)答「是」，以下 5 個情況中，最少出現其中 2 個)

(a)感到坐立不安

(b)感到焦慮

(c)不由自主地思想在網絡正在發生的事情

(d)幻想或夢見有關網絡的事情

(e)手指自主或不自主地做出打字動作

(iii) 你會否以上網(「打機」)作為減少或逃避以上情況所帶來的不適？

(iv) 上述的情況是否令你感困擾或影響了你在社交、學業、工作或其他重要方面的功能？

中文譯版的「上網成癮評估表」來源：路德會賽馬會華明綜合服務中心

表 3: 演變自 DSM-IV 中病態賭博的診斷準則：

**共有 10 個標準，若符合其中 4 個標準，即可界定為「成癮」**

1. 即使你無上網(「打機」)，是否時時刻刻也想著上網(「打機」)的事情？
2. 你是否覺得需要更長的上網(「打機」)時間才得獲得滿足？
3. 是否不能夠控制自己減少或停止上網(「打機」)？
4. 當嘗試減少或停止上網(「打機」)的時候會感到不安或情緒不穩？
5. 你是否會以上網(「打機」)作逃避問題及舒緩自己的負面情緒的途徑？
6. 是否向家人或朋友隱瞞自己的上網(「打機」)時間及情況？
7. 是否因上網(「打機」)而出現與家人或朋友關係破裂、工作或學業而出現問題？
8. 即使投放大量金錢於上網(「打機」)，是否仍會繼續進行？
9. 當沒有上網(「打機」)時，會感到情緒波動，坐立不安及抑鬱？
10. 用在上網(「打機」)的時間常常超過了自己的預算？

雖然對於「電玩成癮」的定義至今仍沒有一個標準的答案，但當下青少年及兒童的確投放了不少精神和時間於「打機」上，玩電子遊戲機對他們有著不同程度影響已是不爭的事實。作為青少年工作者，我們不是要「杜絕」遊戲機於兒童的世界中出現，而是應該教導青少年如何適當地使用電子遊戲機此娛樂工具，控制自己使用遊戲機及日常生活作息的時間。

### 第三章 文獻探討

「電子遊戲」，對於青少年及兒童相信是一個很主流及普通的玩意。除了於家中及娛樂場所可玩電子遊戲機外；甚至於公共場所，如公共交通工具、食肆、公園，亦不難看見青少年「埋頭苦幹」地對著他們的電子手提遊戲機，更會有「機不離身」的情況出現。根據「地球之友」於 2009 的統計，發現被訪的學童平均擁有 2.7 部電子遊戲機，其中不少遊戲機是由家長及親友送贈，促使學童對遊戲機的使用及沉溺。以玩電子遊戲機而言，並非一面倒地充滿缺點，然而，現今的青少年及兒童對於「打機」的習慣及「打機」對他們身體、心智及社交行為的影響，卻值得我們作出研究及探討。

有關「打機」對身心的禍害，外國及台灣做了不少研究及個案分析，研究學者指出「打機」對人體生理上已有一定的影響，如患上掌汗腺炎 (Kasraee B., Masouye I. & Piguet V., 2009)、出現幻聽 (Spence, 1993) 及引致癲癇症等 (Fylan, Harding, Edison, & Webb, 1999)；於社交行為上，他們亦會出現不少的問題，如減少了正常與家人朋友面對面溝通及相處的時間，更會降低參與群體生活的興趣 (香港青年協會, 2006)。此外，沉迷電子遊戲亦引發不少行為問題，如逃學及偷竊等 (Keepers, 1990; Griffiths & Hunt, 1998)，惡化與家人之間的關係。

專家對於電子遊戲與心理發展上亦有不少著墨，除了一向關注打架攻擊的遊戲內容會增加用者暴力行為出現的可能性外 (Anderson & Bushman, 2001)，最近，日本更推出以強暴為主題，渲染性暴力的電玩遊戲，浪潮更直捲全球。此外，有不少網上遊戲亦鼓吹朋友間互相偷竊，如於戰略遊戲中需要偷竊別人的武器及種田遊戲中需要偷竊別人的瓜菜等，此類遊戲亦引起社會各界關心兒童於玩電子遊戲時所汲取的歪曲價值觀及影響。

近年來有關「打機」的新聞仍不絕於耳，而且問題亦趨向年輕化，一名 10 歲的小童因被禁「打機」不勝責罵而企圖輕生，幸被扯回家中 (明報, 2009)；14 歲的少年被禁「打機」持刀與母爭持，需要報案由警員制服 (星島日報, 2009)；於美國更有一名 11 歲的兒童因與 9 歲弟弟「打機」時發生衝突，9 歲的弟弟取出手槍，兄弟倆於爭奪手槍時，弟弟反被槍殺 (美聯社, 2009)。此等的報導正好反映兒童於「打機」時所遇到的問題，及引申對於他們發展上的影響及於與周遭系統所產生的問題。上述的事件引發青少年工作者關注，除了青少年及中學生外，處於 6 至 12 歲的兒童又會受到電子遊戲甚麼程度的影響？

本港也有不少有關電子遊戲調查，當中大部分也是集中於上網的行為習慣、上網成癮或網上遊戲的調查，但對於小學生及兒童使用電子遊戲的現象及影響則沒有很多的討論及研究。

在 2003 年 10 月，香港基督教女青年會以中學生「打機」為題，訪問了 133 名有「打機」習慣的中學生。調查顯示「打機」行為對於受訪青年已是他們生活的一部份，超過 6 成受訪者每星期有三天會有玩電子遊戲的行為；研究亦指出他們「打機」的原因是尋求刺激好玩，覺



得悶及無聊。是次研究集中於如何以個案手法處理沉迷「打機」的學生，但未有對於沉迷「打機」的影響作出分析及了解。

中文大學社會工作學系與路德會賽馬會華明綜合服務中心於 2006 年對中小學生沉迷上網作出研究，兩成受訪學生有沉迷上網傾向，平均每星期上網 19.5 小時；其中亦發現玩網上遊戲是造成他們上網成癮的最大「元兇」，成為網上沉溺的主要誘因。經常玩網上遊戲的青少年，有上網成癮的機會率比一般人高 1.4 倍。香港城市大學的黃成榮博士亦對網絡遊戲與成癮關係作精簡的解釋，認為青少年透過參與網絡遊戲獲得歸屬感及成就感，補償了他們生活上得不到的關係。

2008 年，香港基督教服務處對流連網吧的中學生的「打機成癮」現象作出研究，介定出 5% 的受訪者為「打機」成癮的組群，而且成癮組群更大多以「打機」為主要使用電腦的目的，亦找出成癮者的特徵是人際關係較差、成功感較低、或欠缺人生目標。

基督教協基會社會服務部於 08 底年進行了「令兒童不開心事件排行榜」中，值得注意的是，訪問了二千六百多名的兒童中有一成半的受訪者會因為「被限制玩電腦／電玩(如 NDS/PSP) 時間而感到不開心，成為不開心事件排行榜中的第二位，僅次於多 1% 的「被父母體罰/責罵」，而「親人離世」卻放於第三位，可見電子遊戲對於兒童來說佔了他們生活重要的位置。

由此可見，電子遊戲的確對於兒童有一定的影響力，亦已融於他們日常生活中，成為不可分割的一部份。青少年工作者必需對現時小學生玩電子遊戲的現象有更多的了解，找出他們的需要及配對服務。

## 第四章 調查目的

接著研究背景中的討論，電玩在現今社會之普及程度是十分值得大眾關注，而「打機」而引致上癮亦不足為奇。「電玩成癮」不只是一種嗜好或興趣，其實這可能是一種行為上的成癮疾病。有見及此，我們希望透過本調查，了解更多時下小學生參與「電玩」之情況。

到底是什麼原因驅使小學生參與「電玩」呢？他們參與「電玩」的形式、時間等基本情況又是如何呢？

以下為本調查進行之主要目的：

- 4.1 探討小學生參與「電玩」的基本情況；
- 4.2 探討小學生參與「電玩」之時間長短、遊戲類別、原因及影響之相關性；
- 4.3 向家長及學校提出相關建議，希望為小學生建立一個健康的成長環境。

## 第五章 調查性質及方法

### 5.1 調查性質

是次調查屬量化研究(Quantitative Research)，以派發問卷形式搜集有關兒童玩電子遊戲現象的資料。此外，是次調查亦是一項 Cross-Sectional Study，即是研究是於某一個特定時間中進行，而每位參加者只接受一次之問卷調查。

### 5.2 調查對象

油尖旺區小一至小六的學生，年齡介乎 6-15 歲之間。

### 5.3 調查方法

#### 5.3.1 調查抽樣方法及樣本數目

是項調查利用了便利抽樣(Convenience Sampling)。本中心的服務範圍為油尖旺區，故調查的研究對象以油尖旺區的小學生為主。因此，本中心去信邀請區內所有小學協助進行問卷調查並在每級當中挑選一個班別的學生參與研究。這項研究共獲得八間小學支持，共收回問卷 1120 份。

#### 5.3.2 調查形式及調查分析方法

##### 5.3.2.1 測量因素

調查以問卷形式進行，問卷共十一題問題，內容包括被訪者之基本資料、參與電子遊戲之經驗、時數、喜歡的遊戲類型、參與原因及影響。

##### (A) 基本資料

受訪者需提供他/她們的性別、年級、年齡

##### (B) 參與電子遊戲的程度

(B1) 參與電玩之經驗年資：受訪者可自由填寫年數；

(B2) 每星期之參與時數：受訪者可從五個時數介別中選取一個（1-3 小時、4-7 小時、8-14 小時、15-21 小時以及 22 小時或以上）；

(B3) 平均每次參與所用之時數：受訪者可自由填寫時數。

##### (C) 喜歡的遊戲類型

受訪者可在十二項中選擇多於一個項目，當中包括射擊、動作及戰略、格鬥、冒險、智力、賽車、運動、角色扮演、驚悚、模擬戰略、養寵物、其他。

##### (D) 參與原因

受訪者可從九項中選擇多於一個項目，當中包括刺激好玩、消磨時間、追求成功感、連繫友情、訓練反應及腦筋、可體現超現實的感覺、多元的學習、追上潮流以及其他。

### (E) 參與後之個人影響

受訪者可從十三項中選擇多於一個項目，當中包括：頭腦及反應變得靈活、增加與家人的衝突、專注力減弱、忘記現實生活不愉快經歷、扭曲異性形象、容易暴躁及焦慮、自我控制能力減弱、睡眠不足、不懂與別人相處、增加暴力行為、認識多了志同道合的朋友、減少對人的同情心以及其他。以上的項目分成六個方面：生理、心理、社交均有正負兩面。

#### 5.3.2.2 收集數據之程序

本中心去信區內小學及取得校方同意後，便會派職員把問卷送到校方負責人。每間學校都由學校社工及老師協助派發及收回問卷。

#### 5.3.3 調查限制

5.3.3.1 是項調查利用了便利抽樣(Convenient Sampling)而非隨機，這樣未能控制樣本質素。較為年幼，如初小的學生對問題的理解較為困難，故本中心亦安排同工到學校為學生進行講解。

5.3.3.2 是項調查於開始階段亦考慮到了解家長見解、對應方法及觀察兒童玩電子遊戲狀況，可惜在實際調查階段中未能聯絡足夠的家長參與，故調查對象則限於小學生，未能了解受訪者家長對子女玩兒童電子遊戲的看法，令調查的全面性受到一定的影響。

#### 5.4 調查日期

二零零九年十月十日 至 二零零九年十二月三日。

#### 5.5 數據分析方法

調查數據採用社會科學統計程式 (Statistical Package for Social Science) 進行分析工作，當中使用了相關性測試(Correlational Test) 作變數(Variables)之間的關聯性分析，又以 t-test 以分析兩性於參與電子遊戲的原因及影響等的分別。

## 第六章 調查結果

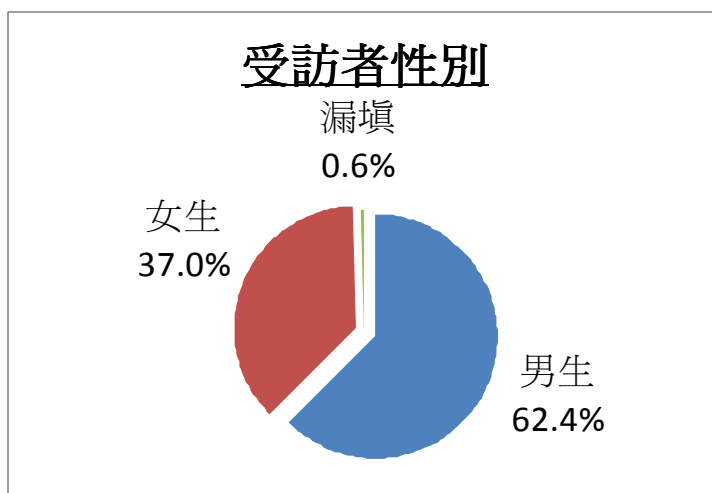
此研究以量性調查方法進行，以下為調查的結果資料：

### 一) 調查受訪者性別：

受訪者主要是男生，佔 62.4%，即 699 人；至於女生則佔 37%，即 414 人。

表一：

性別	人數	百分比
男生	699	62.4%
女生	414	37.0%
漏填	7	0.6%
<b>總數</b>	<b>1120</b>	<b>100%</b>

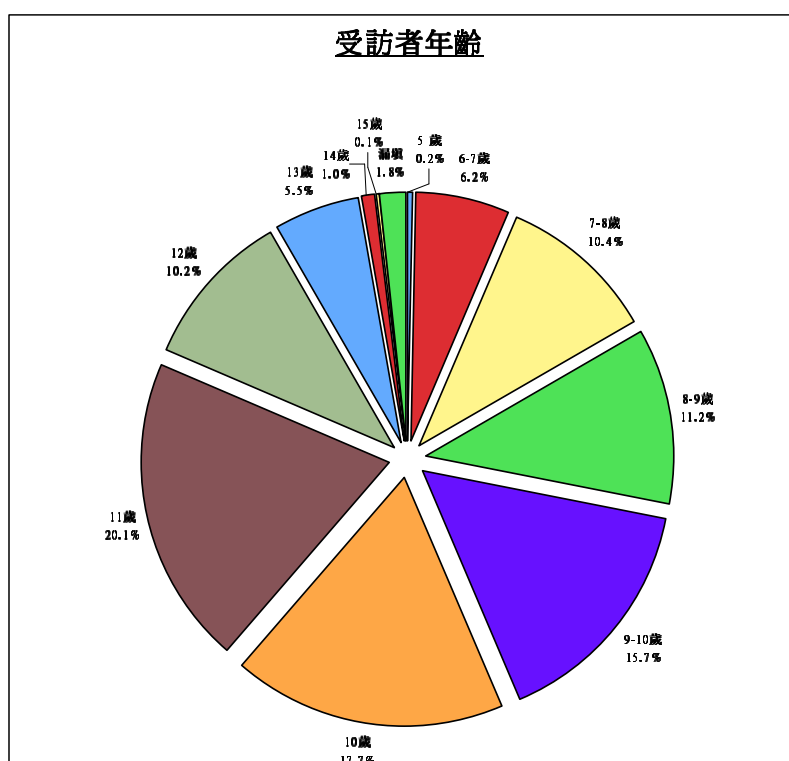


### 二) 受訪者年齡

受訪者中以 9-11 歲的受訪者為最多，約佔總受訪人數的四成半(44.6%)，即 599 人。較年幼的受訪者(6-9 歲)人數也佔總人數兩成八(27.8%)，即 311 人。

表二：

年齡	人數	百分比
5 歲	2	0.2%
6-7 歲	69	6.2%
7-8 歲	117	10.4%
8-9 歲	125	11.2%
9-10 歲	176	15.7%
10 歲	198	17.7%
11 歲	225	20.1%
12 歲	114	10.2%
13 歲	62	5.5%
14 歲	11	1.0%
15 歲	1	0.1%
漏填	20	1.8%
<b>總數</b>	<b>1120</b>	<b>100%</b>

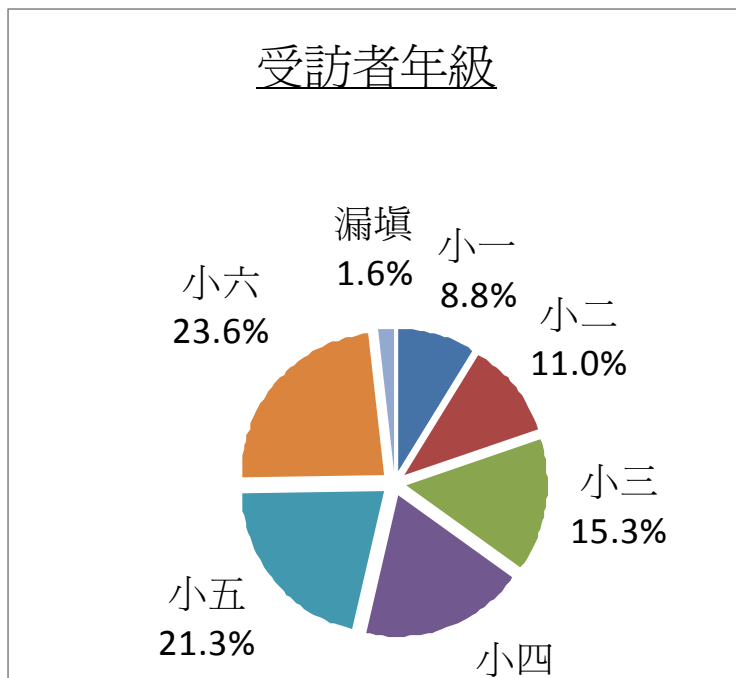


### 三) 受訪者年級：

受訪者年級主要為高小，最多為小六，佔 23.6%，即 264 人，小一則為最少，佔 8.8%，即 99 人。

表三：

年級	人數	百分比
小一	99	8.8%
小二	123	11.0%
小三	171	15.3%
小四	206	18.4%
小五	239	21.3%
小六	264	23.6%
漏填	18	1.6%
<b>總數</b>	<b>1120</b>	<b>100%</b>

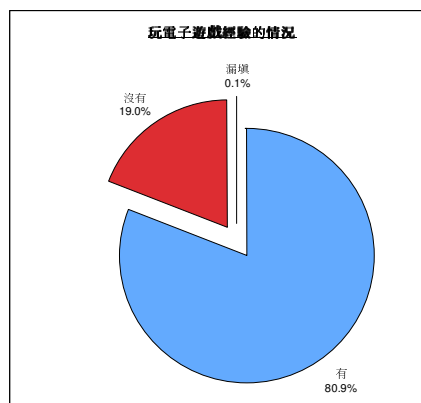


### 四) 玩電子遊戲經驗的情況

受訪者中表示有玩電子遊戲經驗的人士佔總回應高達 80.9%，即每十個兒童則有八個有玩電子遊戲的經驗。

表四：

回應	人數	百分比
有	906	80.9%
沒有	213	19.0%
漏填	1	0.1%
<b>總數</b>	<b>1120</b>	<b>100%</b>

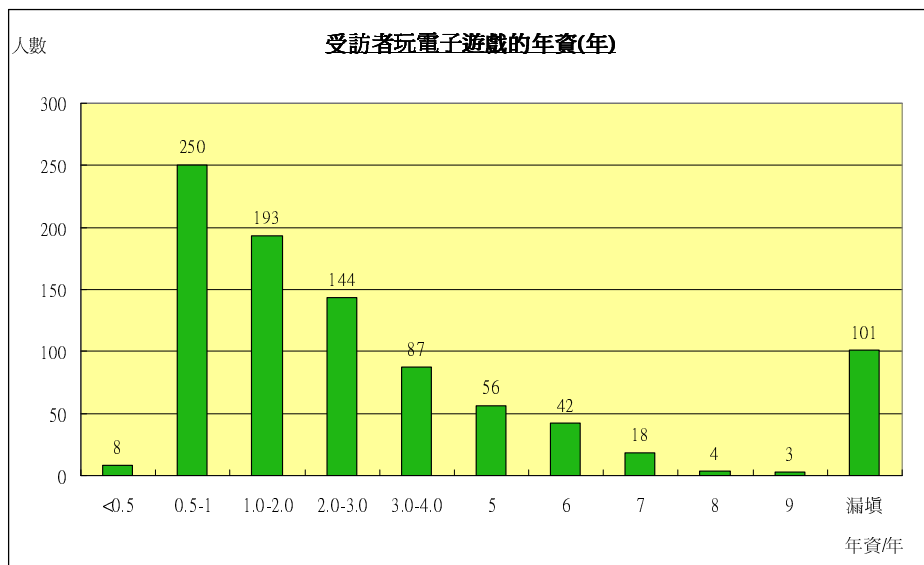


### 五) 受訪者玩電子遊戲的年資(年)

受訪結果顯示大部份受訪者玩電子遊戲的年資均在半年至三年，佔有玩電子遊戲經驗總人數的六成半(64.8%)。約一成三的受訪者玩電子遊戲的年資更高達 5-7 年，即顯示有些受訪者在年幼時已開始玩電子遊戲。

表五：

年資/年	人數	百分比
<0.5	8	0.9%
0.5-1	250	27.6%
1.0-2.0	193	21.3%
2.0-3.0	144	15.9%
3.0-4.0	87	9.6%
5	56	6.2%
6	42	4.6%
7	18	2.0%
8	4	0.4%
9	3	0.3%
漏填	101	11.1%
<b>總數</b>	<b>906</b>	<b>100%</b>

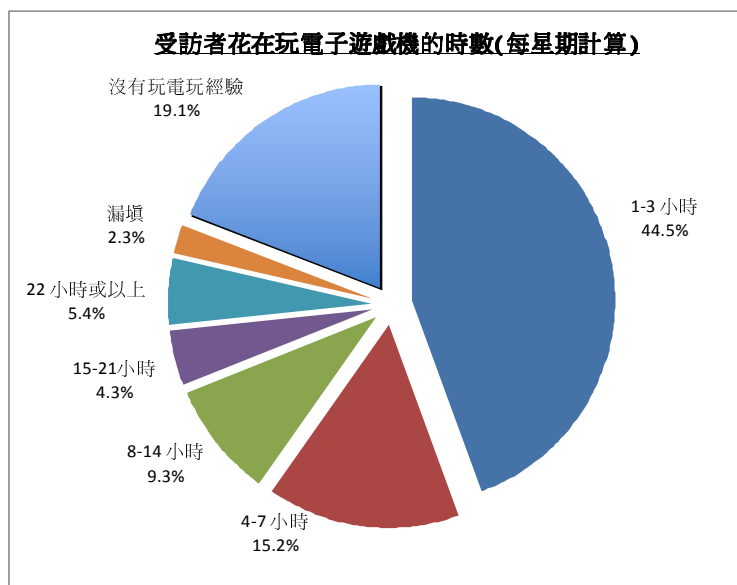


六) 受訪者花在玩電子遊戲機的時數(每星期計算)

大部份受訪者每星期玩 1-3 小時，佔總數的約四成半；每星期玩 8-22 小時或以上的總數近兩成，這班受訪者每天最少玩 1-3 個小時。

表六：

時數	人數 (人)	百分比
1-3 小時	498	44.5%
4-7 小時	170	15.2%
8-14 小時	104	9.3%
15-21 小時	48	4.3%
22 小時或以上	60	5.4%
漏填	26	2.3%
沒有玩電子遊戲經驗	214	19.1%
<b>總數</b>	<b>1120</b>	<b>100%</b>

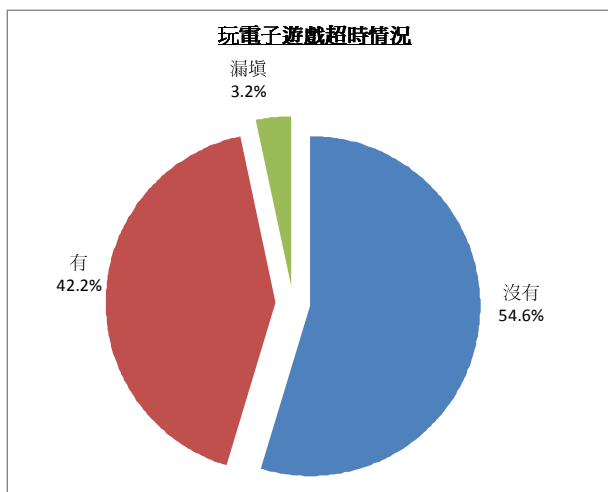


### 七) 玩電子遊戲超時情況

受訪者中表示玩電子遊戲會超過其預定時間的佔約四成二；即每五個受訪者則有兩個在玩電子遊戲有超時的情況，而表示不會超時的則佔約五成半。

表七：

回應	人數(人)	百分比
沒有	495	54.6%
有	382	42.2%
漏填	29	3.2%
<b>總數</b>	<b>906</b>	<b>100%</b>



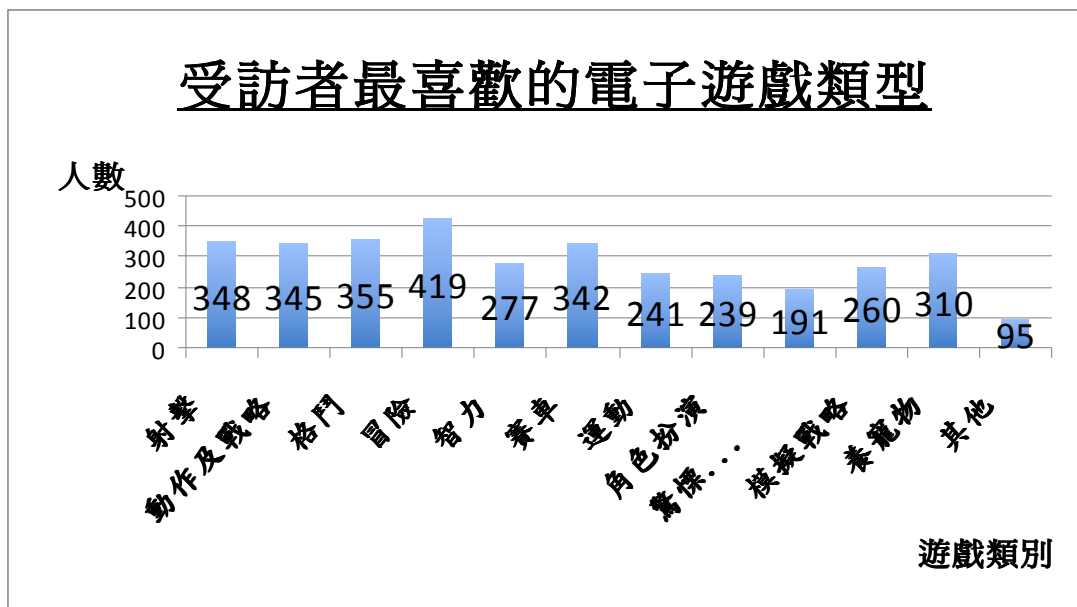
### 八) 受訪者最喜歡的電子遊戲類型

最受受訪者歡迎的遊戲類型為冒險類，佔 12.2%，其次則為賽車類、射擊類、格鬥類及動作及戰略類等，約佔 10%。表示喜歡射擊類、動作及戰略類及驚慄（恐怖）類的共約兩成半(26.1%)，即顯示每四個曾有玩電子遊戲經驗的兒童就有一個會喜歡這些類別的遊戲。

表八：

遊戲類型	人數	百分比
射擊	348	10.1%
動作及戰略	345	10.1%
格鬥	355	10.3%
冒險	419	12.2%
智力	277	8.1%
賽車	342	10.0%
運動	241	7.0%
角色扮演	239	7.0%
驚慄（恐怖）	191	5.9%
模擬戰略	260	7.6%
養寵物	310	9.1%
其他	95	2.8%
<b>總數</b>	<b>3422</b>	<b>100%</b>



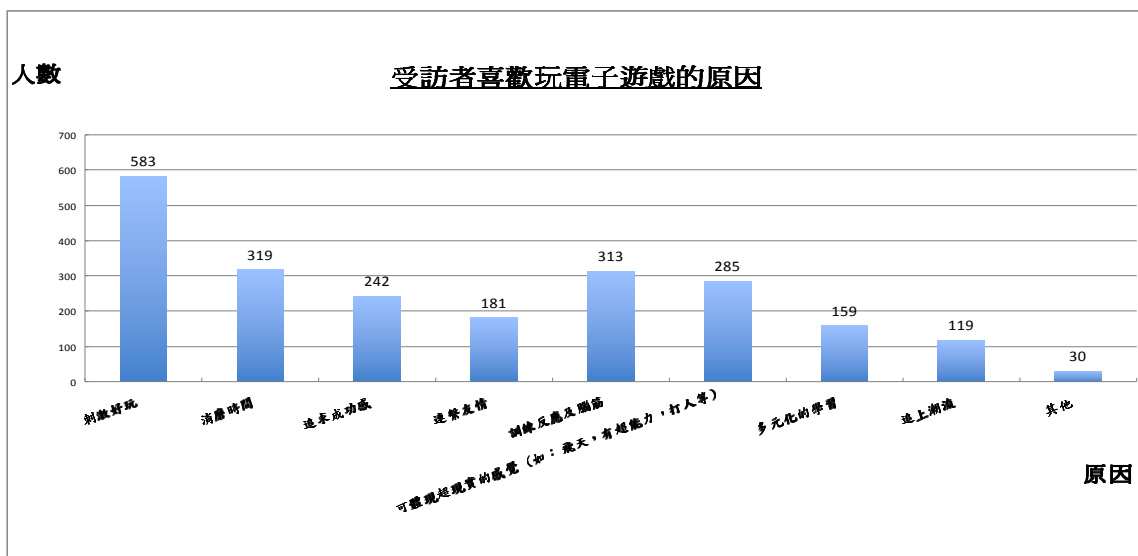


### 九) 受訪者喜歡玩電子遊戲的原因

受訪者中表示喜歡玩電子遊戲的原因主要是刺激好玩，佔 26.1%；其次是認為玩電子遊戲可以消磨時間及認為電子遊戲可以訓練反應及腦筋，均約佔 14%；

表九：

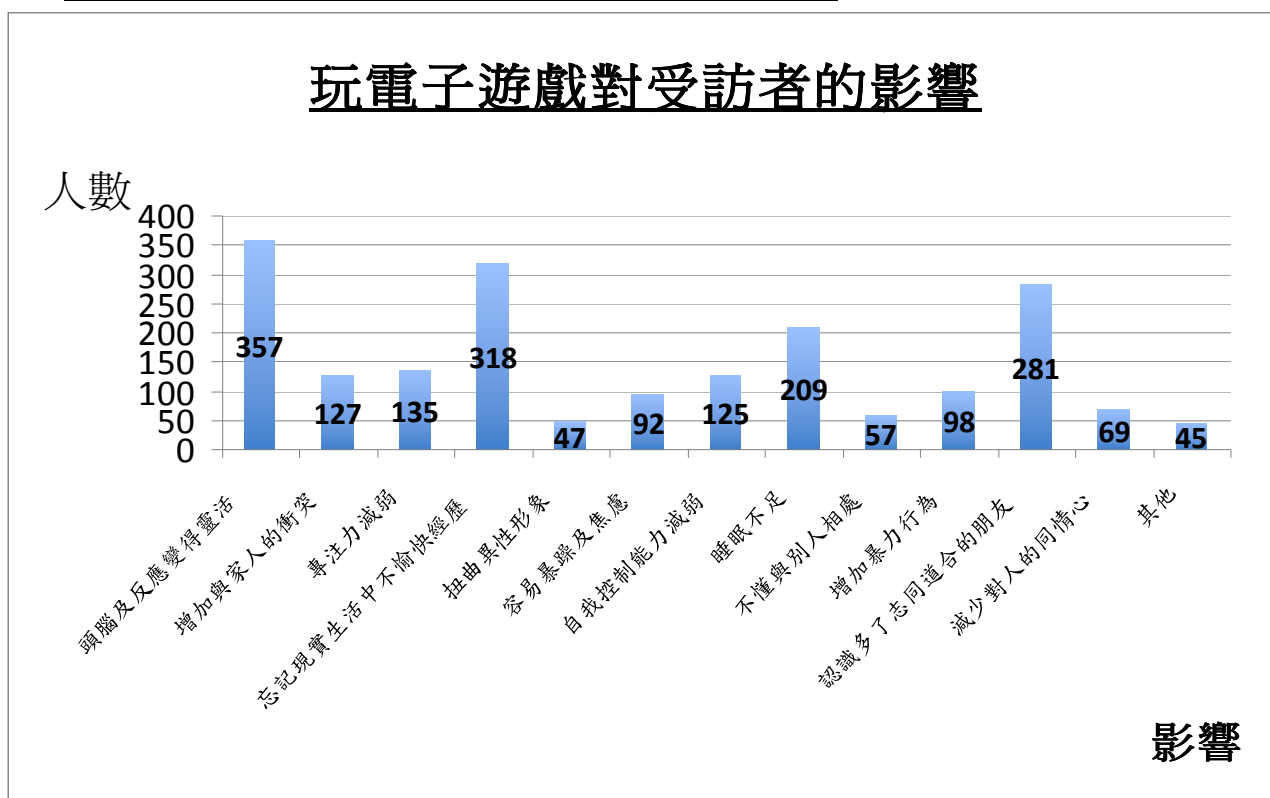
原因	人數	百分比
刺激好玩	583	26.1%
消磨時間	319	14.3%
追求成功感	242	10.8%
連繫友情	181	8.1%
訓練反應及腦筋	313	14.0%
可體現超現實的感覺 (如：飛天，有超能力，打人等)	285	12.8%
多元化的學習	159	7.1%
追上潮流	119	5.3%
其他	30	1.3%
<b>總數</b>	<b>2231</b>	<b>100%</b>



### 十) 玩電子遊戲對受訪者的影響

受訪者表示玩電子遊戲的影響主要為頭腦及反應變得靈活，佔一成八、忘記現實生活中不愉快經歷，佔一成六，最後是認識多了志同道合的朋友，佔一成四。其中亦有一成的受訪者表示玩電子遊戲會令他們睡眠不足。

影響	人數	百分比
<b>頭腦及反應變得靈活</b>	357	18.2%
增加與家人的衝突	127	6.5%
專注力減弱	135	6.9%
<b>忘記現實生活中不愉快經歷</b>	318	16.2%
扭曲異性形象	47	2.4%
容易暴躁及焦慮	92	4.7%
自我控制能力減弱	125	6.4%
睡眠不足	209	10.7%
不懂與別人相處	57	2.9%
增加暴力行為	98	5.0%
<b>認識多了志同道合的朋友</b>	281	14.3%
減少對人的同情心	69	3.5%
其他	45	2.3%
<b>總數</b>	<b>1960</b>	<b>100%</b>



## 第七章 電子遊戲調查結果小結

### 一. 受訪者玩電子遊戲的情況：

#### 性別與參與電子遊戲的關係：

性別與玩電子遊戲的經驗、每星期玩電子遊戲的時間、每次玩的時間及超出預計時間情況有顯注的關係，尤與男生有顯著的關聯性。男生傾向會有玩電子遊戲的經驗( $P=.13^{**}$ )；男生每星期玩電子遊戲的時間亦傾向越長( $P=.11^{**}$ )；男生每次玩電子遊戲所用的時間亦傾向越長( $P=.10^{**}$ )及男生玩電子遊戲越會傾向超過預定的時間機會傾向越大。

#### 年齡及班級與玩電子遊戲情況的關係：

年齡及班級與玩電子遊戲的經驗及每星期玩電子遊戲的時間有正向及顯注的關係，年齡越大及班級越高的受訪者會傾向有玩電子遊戲經驗( $P=.17^{**}$ )，( $P=.23^{**}$ )；同時亦會越傾向每星期花在玩電子遊戲的時間越長( $P=.20^{**}$ )，( $P=.15^{**}$ )。玩電子遊戲的時間越長，越會傾向有超時的情況，兩者有正向及顯注的關係( $P=.20^{**}$ )

### 二. 影響受訪者玩電子遊戲的原因：

#### 性別與參與電子遊戲的關係：

性別與其喜歡玩電子遊戲的原因有明顯的不同：首先，男生多是為了追求刺激好玩( $P=-.28^{**}$ )、可體現超現實的感覺( $P=-.22^{**}$ )及追求成功感( $P=-.17^{*}$ )；女生則多為了體現多元化的學習而參與電子遊戲。

#### 年齡及班級與玩電子遊戲原因的關係：

年齡及班級與受訪者參與電子遊戲的原因也有顯注的關係：年齡越大或班級越高的受訪者越傾向因消磨時間( $P=.23^{**}$ )而玩電子遊戲的原因，而這原因更是遠遠拋離次選原因連繫友情( $P=.10^{**}$ )。

相反，年齡越小或班級越低的受訪者則多因追求可體現超現實的感覺( $P=-.14^{**}$ )及多元化學習( $P=-.10^{**}$ )而參與電子遊戲。

### 二. 影響玩電子遊戲種類的原因：

#### 性別與選擇電子遊戲種類的關係：

是次調查顯示，除運動項目外，性別與電子遊戲的種類有顯注及直接的關係。其中，最受男生歡迎的電子遊戲是射擊類( $P=-.40^{**}$ )、格鬥類( $P=-.40^{**}$ )、動作及戰略類( $P=-.35^{**}$ )、模

擬戰略類( $P=-.32^{**}$ )、賽車類( $P=-.25^{**}$ )、冒險( $P=-.21^{**}$ )及驚慄類( $P=-.17^{**}$ )；而女生的喜好則與男生截然不同，其中最受女生歡迎的電子遊戲種類是飼養寵物類( $P=.45^{**}$ )、角色扮演類( $P=.16^{**}$ )及智力遊戲類( $P=.11^{**}$ )。

### 年齡及班級與選擇電子遊戲種類的關係：

年齡及班級與角色扮演類( $P=.13^{**}$ )、動作及戰略類( $P=.10^{**}$ )及冒險類( $P=.10^{**}$ )有正向及顯注的關係，反而賽車類( $P=-.18^{**}$ )及運動類( $P=-.14^{**}$ )兩種電子遊戲類型較受年幼的受訪者歡迎。值得注意的是任何年齡的受訪者均喜歡射擊類，格鬥類及驚慄類的電子遊戲。

### 玩電子遊戲的經驗及時間與選擇電子遊戲種類的關係：

調查結果顯示受訪者無論是每次或每星期投放於電子遊戲的時間越長，又或參與電子遊戲的年資越長，越喜歡格鬥類、驚慄類及射擊類的電子遊戲。

受訪者玩電子遊戲的年資與其喜歡的電子遊戲種類也有顯注及直接的關係，參與玩電子遊戲的日子越長，越喜歡選擇格鬥類( $P=.22^{**}$ )、模擬戰略類( $P=.22^{**}$ )、冒險類( $P=.20^{**}$ )、射擊類( $P=.19^{**}$ )及驚慄類( $P=.18^{**}$ )。

受訪者每星期投放在電子遊戲的時數則與玩格鬥類( $P=.21^{**}$ )、驚慄類( $P=.20^{**}$ )及射擊類( $P=.17^{**}$ )等的電子遊戲種類有顯著關係；

而受訪者每次玩電子遊戲的時間則與驚慄類( $P=.18^{**}$ )、格鬥類( $P=.13^{**}$ )及射擊類( $P=.11^{**}$ )有顯著關係；

值得關注的是格鬥類、驚慄類及射擊類這三種的電子遊戲種類亦與受訪者超時參與電子遊戲有着顯注關係，其關聯性分別是驚慄類( $P=.18^{**}$ )、射擊類( $P=.15^{**}$ )及格鬥類( $P=.13^{**}$ )。可見受訪者電子遊戲年資越長，越喜歡玩這些種類的電子遊戲；這些電子遊戲種類亦更容易令受訪者沉迷及超時玩樂，這種惡性循環的關係可見一斑。

### 喜歡電子遊戲類型與參與電子遊戲的原因相關性：

調查發現受訪者參與電子遊戲的原因與其喜歡的遊戲種類有顯著的關聯性，調查結果顯示如下：

1. 追求刺激好玩的受訪者較喜歡玩格鬥類( $P=.300^{**}$ )、射擊類( $P=.294^{**}$ )及動作及戰略類( $P=.285^{**}$ )；
2. 追求成功感的人則喜歡模擬戰略類( $P=.301^{**}$ )、動作及戰略類( $P=.261^{**}$ )及射擊類( $P=.221^{**}$ )；
3. 希望消磨時間的人則較多玩冒險類( $P=.169^{**}$ )及角色扮演類( $P=.167^{**}$ )

4. 要體現超現實感覺的受訪者則喜歡不同種類的電子遊戲，其中尤以格鬥類(P=.386\*\*)、驚慄類(P=.343\*\*)、冒險類(P=.330\*\*)、模擬戰略類(P=.325\*\*)、動作及戰略類(P=.321\*\*)、射擊類(P=.291\*\*)等最受歡迎，調查亦顯示兩者有明顯及直接的關係；
5. 追求潮流的受訪者亦較多參與驚慄類(P=.232\*\*)、射擊類(P=.163\*\*)、模擬戰略類(P=.162\*\*)及格鬥類(P=.150\*\*)；
6. 相反，表示希望多元化學習的參加者，則較多玩智力類(P=.248\*\*)、運動類(P=.175\*\*)及飼養寵物類(P=.175\*\*)。

### 玩電子遊戲原因與遊戲種類最顯注關聯性結果

原因	格鬥類	射擊類	動作及戰略類	模擬戰略類	冒險類	角色扮演類	驚慄類	智力類	飼養寵物類	運動類
追求刺激好玩	.300**	.294**	.285**							
追求成功感		.221**	.261**	.301**						
消磨時間					.169**	.167**				
體現超現實感覺	.386**	.291**	.321**	.325**	.330**		.343**			
追求潮流	.150**	.163**		.162**			.232**			
多元化學習								.248**	.175**	.175**

\* 卡方檢驗顯著水平<.005      \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

從以上結果顯示，受訪者玩電子遊戲的原因會直接影響其選擇電子遊戲的種類，並滿足他們玩電子遊戲的追求。

### 三. 不同原因與電子遊戲所產生影響的關係：

#### 性別與電子遊戲影響的關係：

性別與玩電子遊戲造成的影響有顯注關係，電子遊戲對男生會出現明顯而直接的影響，男生表示較為認同玩電子遊戲有助頭腦及反應變得靈活(P=.11\*\*)及認同玩電子遊戲可令他們認識多些志同道合的朋友(P=.07\*)，同時，他們亦會認同玩電子遊戲而增加暴力行爲(P=-.08\*)。

女生則未見因玩電子遊戲而產生特別顯著的影響，女生與其他項的影響則顯示有關聯性(P=.08\*)，內容有有關身體的影響，如手指靈活、增加近視、頭暈及覺得很疲倦；心理上則會認為會開心點、緊張、有成功感及會經常幻想遊戲情節；社交或與人關係上則認為學會待人處事的方法及被大人打等；對其日常生活多認為會影響學業，如默書不合格、忘記做功課及花掉自己的時間等。

總括而言，調查結果顯示電子遊戲對男生的影響較為顯注。

### 年齡及班級與電子遊戲影響的關係：

是次調查結果顯示受訪者的年齡或班級均與電子遊戲所產生的影響出現反向的、緊密的關係，即年齡越小的受訪者，出現以下電子遊戲影響的機會越高，如扭曲異性形象(P=.15\*\*)、不懂與人相處(P=.15\*\*)以及減少對人的同情心(P=.10\*\*)均位列頭三位；而認為對其自我控制能力減弱(P=.08\*\*)以及增加暴力行爲(P=.07\*\*)也同樣對年幼的電子遊戲愛好者造成負面影響。

### 玩電子遊戲的年資及時間與電子遊戲影響的關係：

受訪者玩電子遊戲的年資越長，越是認同會出現以下的情況或影響：認識多了志同道合的朋友(P=.20\*\*)、頭腦及反應變得靈活(P=.17\*\*)、忘記現實生活中不愉快經歷(P=.10\*\*)以及會增加暴力行爲(P=.07\*)。

受訪者每星期投放在電子遊戲的時數則與認識多了志同道合的朋友(P=.17\*\*)、睡眠不足(P=.11\*\*)、不懂與別人相處(P=.09\*)等的電子遊戲影響有顯著關係；同時亦會令兒童對異性的形象扭曲(P=.08\*)、減少對人的同情心(P=.08\*)以及減弱其個人的自我控制能力(P=.08\*)。

受訪者每次玩電子遊戲的時間則明顯地與增加其暴力行爲(P=.13\*\*)有正向關係；同樣地，兒童每次投放於電子遊戲的時間亦直接令他們增加以下的情況：分別是不懂與別人相處(P=.09\*)、扭曲異性形象(P=.08\*)、減弱自我控制能力(P=.08\*)及容易暴躁及焦慮(P=.07\*)。即表示受訪者中玩電子遊戲的時越長(不論是每星期或是每次)，越會為玩電子遊戲的兒童造成以上的影響。

### 參與電子遊戲原因與其所造成影響的關係：

調查發現受訪者玩電子遊戲的原因與電子遊戲所帶來的影響也是息息相關的。其中，以追求可體現超現實的感覺、追上潮流及追求成功感等原因更顯著地會為受訪者造成不良的影響。

#### 玩電子遊戲的原因與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(一)(首三位)

原因	生理負面影響	心理負面影響	社交負面影響
追上潮流	.140**	.210**	.202**
可體現超現實的感覺	.154**	.223**	.218**
追求成功感	.072*	.193**	.139**

\* 卡方檢驗顯著水平<.005      \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

## 玩電子遊戲的原因與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(二)

原因/ 負面影響	生理 增加暴力行爲	心理 容易暴躁及焦慮	心理 自我控制能力減弱	社交 不懂與別人相處	社交 減少對人的同情心
可體現超現實的感覺	.208**	.174**	.156**	.177**	.128**
追上潮流	.149**	.172**	.129**	.155**	.135**
追求成功感	.127**	.160**	.120**	.111**	.116**

\* 卡方檢驗顯著水平<.005    \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

玩電子遊戲以追求超現實的感覺對兒童的生理、心理及社交的負面影響最為嚴重，影響兒童的情緒、自控能力及人際關係。以追上潮流為玩電子遊戲目的對兒童的社交較為多影響，令兒童變得較為自我中心，不太理會別人的感受。

而年齡越小的男生則越多會因追求體現超現實感覺而參與電子遊戲( $P=-.22^{**}$ )，在調查結果發現在這個因素驅使下參與電子遊戲的受訪者，明顯地會選出玩格鬥類( $P=.39^{**}$ )、驚悚類( $P=.34^{**}$ )、動作及戰略類( $P=.33^{**}$ )及射擊類( $P=.32^{**}$ )等會造成負面影響較多的電子遊戲；

### 三. 生理、心理、社交影響之全面分析：

#### 年齡及年級與電子遊戲所造成影響的相關性：

年齡與班級與玩電子遊戲造成的社交及心理影響有顯注關係。年齡越小與班級越低，越會認同玩電子遊戲會造成社交上的負面影響( $P=.11^{**}$ )，( $P=.11^{*}$ )，如與增加與家人的衝突、扭曲異性形象及不懂與別人相處等。此外，亦會越認同玩電子遊戲會造成心理上負面( $P=.07^{*}$ )，( $P=.08^{*}$ )影響，如自我控制能力減弱、容易暴躁及焦慮、減少對人的同情心。

#### 投放在電子遊戲時間與其所造成影響的相關性：

玩電子遊戲時間越長及越認同玩電子遊戲有超時情況的與其在生理、心理及社交帶來的負面影響有顯注的關係。玩的時間越長，越會認同會帶來負面的影響(生理： $P=.13^{**}$ ；心理： $P=.12^{**}$ ；社交： $P=.08^{*}$ )。越認同會玩致超時，亦越會認同會帶來負面的影響(生理： $P=.14^{**}$ ；心理： $P=.14^{**}$ ；社交： $P=.12^{*}$ )。

#### 玩電子遊戲所引致的影響分類：

分類	影響	分類	影響	分類	影響
生理	B1) 頭腦及反應變得靈活	心理	P1) 忘記現實生活中不愉快經歷	社交	S1) 認識多了志同道合的朋友
	B2) 專注力減弱		P2) 減少對人的同情心		S2) 不懂與別人相處
	B3) 睡眠不足		P3) 自我控制能力減弱		S3) 扭曲異性形象
	B4) 增加暴力行爲		P4) 容易暴躁及焦慮		S4) 增加與家人的衝突

### 電子遊戲種類與其所造成影響的相關性：

調查結果顯示受訪者均認同不同類別的遊戲都有助頭腦及反應變得靈活，以驚慄類為最顯注的關係( $P=.165^{**}$ )；此外，除了智力遊戲外，受訪者認同其他遊戲類別讓他們可以認識更多志同道合的朋友，其中最顯注關係的遊戲類別為格鬥類( $P=.229^{**}$ )；令受訪者認同玩電子遊戲最能忘記現實生活不愉快經驗則以格鬥類遊戲最有顯示的關係( $P=.139^{**}$ )。

調查結果顯示玩電子遊戲造成最大的生理、心理及社交負面影響的遊戲類別為驚慄類( $P=.145^{**}$ ； $P=.151^{**}$ ； $P=.197^{**}$ )，其次則是射擊類( $P=.126^{**}$ ； $P=.119^{**}$ ； $P=.163^{**}$ )，令玩家會感到精神不能集中、減低個人的自控力及影響人際關係；

### 電子遊戲類型與相關遊戲造成影響的關聯性

遊戲/影響	B1	B2	B3	B4	P1	P2	P3	P4	S1	S2	S3	S4
射擊類	.139**	/	/	.200**	.128**	.133**	.105**	.103**	.187**	.076*	.081*	.086**
格鬥類	.144**	/	/	.223**	.139**	.111**	.072*	.074*	.229**	.081*	.088**	/
模擬戰略類	.163**	/	/	.155**	.119**	.123**	.104**	/	.196**	.100**	.088**	/
驚慄類	.165**	/	/	.212**	.102**	.137**	.131**	.140**	.227**	.134**	.160**	/
動作及戰略類	.158**	/	/	.115**	.095**	/	.095**	.075*	.182**	/	.083*	.102**
冒險類							.110**	.091**	.187**	/	.092**	.091**
角色扮演類								.147**	.151**	/	.075*	.105**
運動類										.091**	.073	.074*

注意：圖例請參照玩電子遊戲所引致的影響分類表 \* 卡方檢驗顯著水平 $<.005$  \*\* 卡方檢驗顯著水平 $<.001$

調查結果發現，格鬥類及射擊類的電子遊戲會顯著地對受訪者造成影響，其中尤以忘記現實生活中不愉快經歷(關聯性分別是  $P=.128^{**}$ 及  $P=.139^{**}$ )、增加暴力行爲(分別為  $P=.200^{**}$ 及  $P=.223^{**}$ )及減少對人的同情心(分別為  $P=.133^{**}$ 及  $P=.111^{**}$ )。整體而言，此兩類電子遊戲均在上述三大影響佔了前三名的位置，可見這些電子遊戲種類對受訪者所造成有明顯的影響。

同時，射擊類、格鬥類、模擬戰略類及驚慄類等類型的電子遊戲亦會顯著地對受訪者造成生理、心理及社交的影響，並幾乎佔此三項影響的前三名位置。



### 生理影響與其他因素的關係：

#### 玩電子遊戲的遊戲類型與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(最顯注的首三位)

遊戲類型/影響	生理負面影響	心理負面影響	社交負面影響
驚慄類	.145**	.197**	.151**
射擊類	.126**	.163**	.119**
動作及戰略類	/	.102**	.118**
賽車類	.117**	/	.081*
角色扮演類	/	.134**	.117**
格鬥類	.109**	.122**	.103**

\* 顯著水平<.005    \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

卡方檢驗

電子遊戲遊戲的種類亦會對受訪者的生理造成直接的影響，其中以驚慄類(P=.24\*\*)、射擊類(P=.20\*\*)、格鬥類(P=.19\*\*)等遊戲種類最易令受訪者造成生理的影響。其中以驚慄類(P=.15\*\*)及射擊類(P=.13\*\*)造成生理的負面較為嚴重。

#### 玩電子遊戲的原因與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(最顯注的首三位)

原因	生理負面影響	心理負面影響	社交負面影響
追上潮流	.140**	.210**	.202**
可體現超現實的感覺	.154**	.223**	.218**
追求成功感	.072*	.193**	.139**
刺激好玩	.066*	.077*	/

\* 卡方檢驗顯著水平<.005    \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

而受訪者玩電子遊戲的原因亦直接與其生理影響有著明顯的關係。其中若受訪者想藉電子遊戲以追上潮流(P=.21\*\*)及體現超現實的感覺(如:飛天、有超能力、打人等) (P=.20\*\*)最易令他們造成生理影響；而追求成功感(P=.18\*\*)及刺激好玩(P=.14\*\*)等原因亦出現顯著直接的關係。就原因對兒童造成的負面影響，以體現超現實的感覺對兒童的生理、心理及社交等方面最為嚴重。

### 心理影響與其他因素的關係：

調查結果顯示越是有玩電子遊戲的經驗及玩電子遊戲越長時間的人，越會有超時的傾向。受訪者在玩電子遊戲時越是會超出自己預算玩電子遊戲時間的情況，便會較易出現一些心理方面的影響(P=.12\*\*)，超時情況與造成心理負面影響有顯注的關係(P=.14\*\*)。同樣，電子遊戲的種類亦與其心理影響有著緊密關係，其中以驚慄類(P=.21\*\*)、射擊類(P=.20\*\*)及格鬥(P=.18\*\*)的影響尤甚，其中以驚慄類(P=.20\*\*)、射擊類(P=.16\*\*)所造成的心理負面影響最嚴重。

**玩電子遊戲的遊戲類型與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(最顯注的首三位)**

遊戲類型/影響	心理負面影響	社交負面影響	生理負面影響
驚慄類	<b>.197**</b>	.151**	.145**
射擊類	<b>.163**</b>	.119**	.126**
動作及戰略類	.102**	.118**	/
賽車類	/	.081*	.117**
角色扮演類	<b>.134**</b>	.117**	/
格鬥類	.122**	.103**	.109**

\* 卡方檢驗顯著水平<.005      \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

**玩電子遊戲的原因與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(最顯注的首三位)**

原因	心理負面影響	社交負面影響	生理負面影響
追上潮流	<b>.210**</b>	.202**	.140**
可體現超現實的感覺	<b>.223**</b>	<b>.218**</b>	<b>.154**</b>
追求成功感	<b>.193**</b>	.139**	.072*
刺激好玩	.077*	/	.066*

\* 卡方檢驗顯著水平<.005      \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

受訪者玩電子遊戲的原因亦與其心理影響有直接關係，其中以體現超現實的感覺(P=.28\*\*)、追求成功感(P=.24\*\*)、追上潮流(P=.21\*\*)等最為明顯，其中以體現超現實的感覺(P=.22\*\*)所造成的心理影響最大。

**社交影響與其他因素的關係：**

調查顯示受訪者玩電子遊戲的經驗(P=.17\*\*)及投放在玩電子遊戲的時間(P=.016\*\*)均直接對他們的社交方面造成影響有正向及顯注的關係，其中每星期越是投放長時間在玩電子遊戲上及有超時情況則越是會造成社交上的負面影響(P=.084\*；P=.115\*\*)

**玩電子遊戲的遊戲類型與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(最顯注的首三位)**

遊戲類型/影響	社交負面影響	生理負面影響	心理負面影響
驚慄類	<b>.151**</b>	<b>.145**</b>	<b>.197**</b>
射擊類	<b>.119**</b>	.126**	.163**
動作及戰略類	<b>.118**</b>	/	.102**
賽車類	.081*	.117**	/
角色扮演類	.117**	/	.134**
格鬥類	.103**	.109**	.122**

\* 卡方檢驗顯著水平<.005      \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

受訪者所出現的社交影響亦與其玩的電子遊戲種類有明顯關係；尤以驚慄類(P=.25\*\*)、格鬥類(P=.22\*\*)、射擊類(P=.20\*\*)、動作及戰略類(P=.20\*\*)等更顯著，其中以驚慄類(P=.15\*\*)、射擊類(P=.12\*\*)、動作及戰略類(P=.12\*\*)所造成的社交負面影響最大。

### 玩電子遊戲的原因與電子遊戲帶來的負面影響的關聯性(最關注的首三位)

原因	社交負面影響	生理負面影響	心理負面影響
追上潮流	.202**	.140**	.210**
可體現超現實的感覺	.218**	.154**	.223**
追求成功感	.139**	.072*	.193**
刺激好玩	/	.066*	.077*

\* 卡方檢驗顯著水平<.005      \*\* 卡方檢驗顯著水平<.001

受訪者玩電子遊戲的原因亦與其社交影響有直接關係，其中以體現超現實的感覺(P=.30\*\*)、追上潮流(P=.28\*\*)及追求成功感受到(P=.24\*\*)等最為明顯，其中以可體現超現實的感覺(P=.22\*\*)所造成的心理影響最大。

最後，調查結果亦顯示生理、心理與社交影響彼此有顯著的關聯性，受訪者越是認同玩電子遊戲會帶來生理上的影響、越會認同玩電子遊戲造成社交影響(P=.26\*\*)及心理影響(P=..27\*\*)，而其中以心理與社交影響的關聯性有較大的關係(P=.35\*\*)。

### 先導調查(Pilot Test) (家長版)結果簡介：

進行正式問卷調查前，本中心曾進行了問卷測試調查，對象為兒童及家長，以下為測試問卷調查的部份結果：

#### 1) 選擇遊戲類別：

家長表示其子女主要玩的遊戲首五位分別為賽車類(50%)、射擊類(44.4%)、智力類(33.3%)、格鬥類(33.3%)和動作及戰略類(27.8%)，他們的選擇結果(除了智力類外)與正式進行問卷調查所得結果的首五位大致相同。

#### 2) 家長認為子女玩電子遊戲的原因主要是追求刺激好玩(66.7%)，其次是追求成功感(38.9%)，接著則是為了消磨時間及訓練反應及腦筋，各佔 22.2%，其中亦有 16.1% 受訪家長表示其子女玩電子遊戲是為了可體現超現實的感覺。

#### 3) 家長認為玩電子遊戲機對其子女在身、心及社交均有的影響，其中有三分一家長認為子女玩電子遊戲增加家人間多了衝突(33.3%)、子女的情緒亦較容易暴躁及焦慮(33.3%)、增加暴力行爲(22.2%)及影響子女的睡眠(33.3%)。其次，家長在認同玩電子遊戲令子女頭腦變得靈活(27.8%)的同時，亦令其專注力減弱(27.8%)；此外，家長認為子女玩電子遊戲能令他們認識更多志同道合的朋友(27.8%)，但卻覺得他們亦因玩電子遊戲而變得不懂與別人相處(27.8%)。



而正式調查結果顯示受訪者認為最大的影響的首三項中，除了可以令其頭腦及反應變得靈活及認識更多志同道合朋友，每六位受訪者則有一位認為玩電子遊戲忘記現實生活中不愉快經歷，這項是家長認為影響較少的(5.6%)。

## 第八章 總結

### 1. 男生在玩電子遊戲時自控能力較低，傾向較容易沉迷

調查結果顯示男生傾向有玩電子遊戲的經驗，花在電子遊戲的時間亦會越長，同時亦會較大機會超時，市面上電子遊戲的設計主要是角色投入感大、官能刺激感強，可能會出現心跳加速及驚恐感覺，令玩家能高度投入及參與，也令玩家對遊戲不能自制。

各個年齡的男性受訪者均較沉迷於射擊類，格鬥類及驚悚類等電子遊戲；而且，他們參與電子遊戲的年資越長，便越喜歡這類型的電子遊戲，令玩家覺得刺激好玩，愛不釋手，滿足兒童在玩電子遊戲時追求的超現實感覺及刺激好玩的慾望，遊戲會令玩家不由自主地花上更多時間在遊戲之中，不能自控，甚至沉迷在遊戲之中，這樣惡性循環，最後可能會導致沉溺的情況。故整體而言，電子遊戲對參與年資越長的男生所帶來的影響也較大，也值得家長、老師及青年工作者注意。

### 2. 電子遊戲對年幼受訪者的人際關係有較大的負面影響

男生承認電子遊戲會增加其暴力行爲，而且，年齡越小的受訪者，出現受不良電子遊戲影響的機會越高，如扭曲異性形象、不懂與人相處以及減少對人的同情心均位列頭三位，這與他們選取的遊戲有關；男生開始參與電子遊戲的年齡越小，而其喜歡的電子遊戲種類又是射擊類、格鬥類或驚悚類等遊戲，遊戲內容主要是圍繞以暴力來解決問題，而且部份遊戲內女性角色的衣著均設計得較為性感，兒童誤以為以暴力可以解決問題，爲了『升呢』（升 Level/升級）也不用理會別人的感受。

此外，年幼受訪者會以追求體現超現實的感覺，例如飛天及打人等，當他們長時間沉醉在電子遊戲之中，日常生活與人相處的時間及機會也相對減少，他們沒有機會實習如何與人相處，久而久之會形成不懂與人相處的情況。

兒童的人格發展是自小開始培養，價值觀是兒童與身邊接觸的人、事、物慢慢建立而成，幼年是一個與人相處技巧及價值觀(同情心及尊重別人)發展的重要階段，兒童在一些意識不良的遊戲浸淫下成長，有如慢性侵蝕，這種慢性滲透不知不覺地影響著兒童的生理、心理及社交的發展，情況實不容輕視，並要及早介入及處理。

### 3. 高小受訪者生活無聊，追求網絡遊戲友情

正如上述提及，電子遊戲會影響兒童與人相處的能力，這是前期的影響，後期的影響則在高小的受訪者中反映出來。他們面對建立朋輩的需要，傾向以電子遊戲來認識朋友及連繫友情。爲此，他們的朋友都在網絡上或都是電子遊戲朋友，故花在電子遊戲的時間也會越長，發展其他興趣時間減少，只好以玩電子遊戲來打發時間。

#### 4. 意識健康的遊戲類型也能帶來正面影響

受訪者表示玩電子遊戲會帶來正面影響，如可訓練反應及腦筋、多元化學習等，但條件是要選擇一些智力類、運動類及飼養寵物類等類型的遊戲。調查結果顯示女生傾向會選擇此類遊戲，在玩電子遊戲時也較自制，故亦較少出現如男生般的負面影響。

某些電子遊戲種類較為健康及有助於兒童身心的發展，其中尤以智力類遊戲最為顯著，這類電子遊戲可以顯著地令受訪者的頭腦及反應變得靈活( $P=.117^{**}$ )，其會造成的負面影響沒有顯注關係。另外，養寵物電子遊戲最明顯的結果是令受訪者認識多了志同道合的朋友( $P=.115^{**}$ )以及令他們頭腦及反應變得靈活( $P=.075^*$ )；

反之，某些電子遊戲對受訪者會造成較嚴重的負面影響，尤以射擊類，格鬥類及驚悚類遊戲更會在生理、心理及社交三方面均造成影響，受訪者多有逃避心態，希望藉這些遊戲以忘記現實生活中的不愉快經歷；但這不但未能為他們解決所面對的問題，反而會造成暴力行為的增加及減少對其他人的同情心，直接地影響着他們的人際關係。

在有電子遊戲經驗的人中 26.1%表示喜歡玩電子遊戲的原因是刺激好玩，但他們也傾向不會選擇智力類及飼養寵物類的遊戲，這與遊戲的性質有關，智力類及飼養寵物類均為一些安靜，而身體動作不太大的遊戲，官能刺激也不多，這結果即表示他們都會傾向選一些會帶來負面影響的遊戲類型。運動類與刺激好玩的關聯性是存在的( $P=.083^*$ )，但數值並不高，但可能已是較為合適的遊戲類型。

選擇合適兒童的電子遊戲並有規律地使用，可以帶來正面及良好的影響。

#### 5. 沉迷電子遊戲，有沉溺先兆。

參與電子遊戲的時間越長，越會對受訪者造成不良的影響。兒童會因追求成功感而越會花時間在電子遊戲上。其中表示有超時情況的受訪者近五成半，五分一的受訪者表示每天玩電子遊戲約 1-3 小時，而投放的時間越長，越不能抽身，造成超時「打機」。此外，受訪者更認同因為玩電子遊戲而不懂與別人相處、扭曲異性形象、減少對人的同情心、減弱自我控制能力、增加暴力行為、容易變得暴躁及焦慮等，影響其社交及情緒。同時，亦會認同會因為玩電子遊戲而忘記做功課等，兒童玩電子遊戲有著沉溺的先兆。

#### 6. 電子遊戲對外顯的生理影響較易察覺，但對心理及社交影響同樣嚴重

調查結果中顯示受訪者認為玩電子遊戲對其生理影響最大，佔 40.8%、其次是心理影響(30.8%)，最後是社交影響(26.1%)。受訪者主要是看見玩電子遊戲的外顯現象及行為影響，如精神不足或對人有更多暴力的行為等。生理的影響較為明顯，讓受訪者較容易察覺，反之，社交影響則較難察覺，這可能與兒童接觸的群體有關，兒童所接觸的大部份都是在電子遊戲中認識的朋友，玩的遊戲也是相若，故造成的影響可能也是相近

的，互相相處的態度也相若，在互相同化的情況下可能變得不太察覺有問題。

#### 7. 追上潮流，人有我有

每六個受訪者就有一位認為玩電子遊戲可以有助認識更多志同道合的朋友，更有受訪者認同視玩電子遊戲為一些連繫友情的工具。有些受訪者亦會因為追上潮流而玩電子遊戲，反映兒童身邊可能也有很多朋輩有玩電子遊戲的習慣，令兒童希望人有我有。在接觸兒童的經驗中，有些兒童更視有電子遊戲機在手為光榮，只要有一部電子遊戲在手，則會有其他兒童主動走來要求一起玩，仿似變得很受歡迎，故兒童為了追求朋輩間的認同，希望得到身份的提升。

#### 8. 兒童將電子遊戲變成逃避現實不愉快事的工具

受訪者分別有 10.8%及 12.8%透過電子遊戲追求成功感及超現實的感覺，男生更明顯地有此傾向，調查結果同樣顯示有 16.2%的受訪者認為玩電子遊戲可以有助忘記現實生活中不愉快的經歷，其中亦以男生更為顯注。這反映他們在日常生活中未能建立正面的成功感、未能處理現實中遇到的困難及人際關係等問題，故希望透過玩電子遊戲令他們可以逃避現實中的不愉快。進入電子遊戲的虛擬世界令玩家感到有控制感(Sense of Control)，在現實生活中不能控制、表達及發洩的情緒，彷彿可以透過玩電子遊戲而表達出來，同時透過在電子遊戲上『升呢』(升 Level./升級)而獲得成功感。此外，玩電子遊戲亦會有無限重來(Undo)的機會，可以輕易放棄再來。久而久之，造成了兒童對電子遊戲的依賴及逃避困難、輕易言棄的心態，不正面處理日常生活所面對的問題。

調查結果反映兒童希望透過一些虛擬的媒介處理現實中的不愉快，甚至享受這些非現實的情境，讓我們相信兒童在日常生活中可能有很多不愉快的經驗。兒童是處於一個學習處理問題及需要學習表達感受的發展階段，如沒有合適的指引及足夠的正能量，令他們有信心及正確的態度處理面對多變的問題，則較易選擇一些消極的方法來逃避，不會以正面的方法處理生活中的不快樂。

#### 9. 企圖透過電子遊戲交友，實質卻削弱他們與人相處能力

受訪者表示玩電子遊戲時間越長，越會認同玩電子遊戲可以讓自己體會到超現實的感覺，年齡越小的男生則主要因追求體現超現實感覺而參與電子遊戲，他們多會選擇玩格鬥類、驚悚類、動作類、戰略類及射擊類等會造成負面影響較多的電子遊戲，例如會增加暴力行為、不懂與別人相處、容易暴躁及焦慮、自我控制能力減弱以及減少對人的同情心等。雖然他們均認同透過電子遊戲可以認識多了志同道合的朋友，但認識朋友多了無助他們與人相處，反而削弱他們與人相處能力。

玩電子遊戲時間越長的受訪者亦會越認同可以認識更多志同道合的朋友，同時亦越認同玩電子遊戲隨之而來的負面影響。受訪者認為最能令他們認識志同道合朋友的遊戲分別是第一格鬥類、第二是驚慄類、第三是模擬戰略類，這亦是帶來較大負面影響的遊戲，令受訪者變得不懂得與別人相處、扭曲異性形象及減少對人的同情心，這反映出兒童雖然可以透過玩電子遊戲認識更多朋友，建立電子遊戲平台的友情，成為『機友』，但卻無助他們在真實世界與朋友的溝通及相處，失去對朋友應有的態度，如尊重及關愛等。他們一方面藉著電子遊戲建立「友情」，同時亦在破壞建立長遠友誼的重要元素。

#### 10. 認同電子遊戲有負面影響，仍選擇明知故做：

整體而言，受訪者認同電子遊戲帶來生理、心理及社交影響是正向關係的，但值得一提是調查結果顯示受訪者越認同電子遊戲會帶來心理及社交的正面影響，令他們忘記現實生理不愉快的經歷及認識更多志同道合的朋友，也越認同電子遊戲帶來社交上負面的影響。這反映兒童即使明知玩電子遊戲會帶來負面影響，令他們不懂與別人相處、扭曲異性形象及增加與家人的衝突，仍盲目追求電子遊戲帶來的短暫快樂及友情。



## 第九章 建議

### 關注兒童的成長需要及給予合適的支援

調查顯示受訪兒童越來越傾向長時間參與電子遊戲活動，沉迷狀況顯現不少沉溺行為的先兆，其中的負面影響更是顯而易見，對其身心及人際關係上均帶來傷害。因此，及早介入，在日常生活或其他正常活動中讓兒童體現多些成功經驗及刺激好玩的感覺，給予合適兒童健康成長的養分(P.A.S.S.)，相信會有助他們脫離及減低沉迷電子遊戲的狀況，讓兒童懂得選擇和加強自我情緒及自控的能力。

#### P.A.S.S :

- P : Positive Thinking (正向思維)
- A : Achievement (成就感)
- S : Skills and Abilities Building (技巧及能力提升)
- S : Support (關心支持/系統支援)

#### 1. P : Positive Thinking (正向思維)

引導兒童建立正面的思考方法，讓他們學習從多角度及客觀的了解問題，解開其中的迷思及謬誤，讓他們了解自己的限制，令他們可以從內在調整心情及態度，平衡現實生活中遇到的不愉快經歷，以正面及積極的想法取代消極逃避的態度，從中汲取經驗，將問題轉化成成長的寶貴經驗。

#### 2. A : Achievement (成就感)

現今社會十分着重學業成績及個人特殊技能的風氣下，一部份兒童的存在或能力常被忽視，日常生活較難得到長輩甚或同輩的認同，致使他們選擇其他途徑，以肯定個人價值及成功感。我們建議家長、學校及社會可按著兒童的能力及才能給予充份發揮的機會，讓他們從中得到發展及成功感的經驗。在現實生活獲得別人對其能力及付出的肯定，令兒童不需只依賴玩電子遊戲而獲得成功感，亦可透過其他正常社交活動，獲得更大的成功感及滿足感，奠定自信性格形成的基礎。

#### 3. S : Skills and Abilities Building (技巧及能力提升)

##### 3.1 情緒管理

經常玩電子遊戲會容易引發暴躁及焦慮情緒，有時更會因而與其他人產生不必要的衝突，故讓兒童學習了解自我及如何管理情緒是重要的。除了讓他們了解電子遊戲對其情緒及身體反應的影響外，亦要與他們共同發掘合適及可行的處理情緒的方法，成為自己情緒的主人，從而提升自控能力，令他們感到『係我控制部機，唔係部機控制我』，從而更有信心去處理遇到的問題。

### 3.2 關社能力

另一個電子遊戲帶來的負面影響是減少對別人的同情心，兒童可能不太了解及顧及別人的感受，變得以自我中心，故建議學校或社區多鼓勵兒童參與一些關心社會的活動，如義工、交流活動或在課堂中討論一些弱勢社群所面對的困難，表達他們的意見，令他們有較多機會體會別人的處境，學習關心別人及有同情心的生命素質，建立正面的價值觀。

### 3.3 兩性相處技巧

多玩電子遊戲會扭曲兒童對異性形象的看法，故建立兒童有良好兩性相處的技巧是很重要的。在日常生活中給予更多與異性接觸及合作的機會，讓兒童能夠有更多實習與人相處的經驗，從而懂得以尊重的態度去對待異性，多了解彼此的差異及真正的形象，明白彼此的限制並學習欣賞彼此的長處。

## 4. S : Support (關心支持/系統支援)

### 4.1 與兒童的同行 -- 給予耐性及關懷

兒童是在學習如何面對問題及待人處事的初步階段，需要在經驗中學習，包括在失敗中學習，故他們需要被關注、聆聽及了解；更需要我們在這個學習過程中與他們共同面對，給予指引，與他們共行。

### 4.2 與學校(老師)同行 — 拉闊學習平台，培養多元興趣

學校可以在日常教學或在其他學習平台上增加兒童與人相處的實習機會，藉以發掘兒童的才能，給予建立成功感的機會。此外，學校亦可與區內社會服務機構合作舉辦多元化的活動，在校內推行健康生活教育計劃，透過動識別一些沉迷於電子遊戲世界的兒童，給予合適的服務，如情緒管理、價值觀教育及社交技巧小組等。

此外，學習亦可鼓勵同學善用時間以發揮所長，讓學生發展自己喜歡的興趣，多一點健康活動及依附，有較規律的生活習慣等，減少一些多餘時間去消磨，從而得到滿足感，而不需要依賴參與電子遊戲才能得到。

### 4.3 與家長同行 — 良好而自願的監督容易令兒童學習自控，重新建構健康家庭生活潮流

現時大部份家庭都是雙職家庭，照顧兒童的照顧者多會落在家傭或長輩身上，他們均要兼顧家務及照顧兒童，實在兼顧不暇，所以兒童有時就可以任意地玩電子遊戲，當家長作出監管時就出現問題，甚至會因此而有所衝突，影響家庭關係。故此，我們建議家長可以：

- ✓ 多與子女溝通，了解子女玩電子遊戲的原因，並從旁給予合適的指導，讓子女明白其中的負面影響；
- ✓ 為子女小心選擇遊戲類型，選擇一些健康的遊戲；
- ✓ 與子女共同定立清楚使用電子遊戲的規則，如使用條件及時間等，令子女可以在有監管及自制下使用電子遊戲。
- ✓ 以身作則，父母也不要過份沉迷電子遊戲。  
與子共同建立一些興趣，建構另一個正確的潮流，有固定的親子時間，例如共同玩一些健康的親子遊戲或參與社區的義工服務，不但能增加親子時間，亦可有助培養子女的關社精神。
- ✓ 給予正面鼓勵及肯定，令子女可從父母身上得到成就感

## 5. 對應兒童成長需要

### 5.1 追求刺激好玩事物

調查亦提示我們給予兒童接觸不同新鮮有趣事物的重要性，若能提供健康又刺激好玩的玩意元素，讓他們正面及健康地發展對事物的好奇心，更可抵銷電子遊戲的吸引和所造成的不良影響。

### 5.2 認識朋友及連繫友誼

另外，調查發現年齡越大或班級越高的學生，連繫友誼均排在第二的位置，可見認識朋友及與朋友連繫在年紀較長的兒童心目中佔了很重要的位置。因此，若能在學校生活、課餘或社區活動中，為兒童製造多些認識朋友及連繫友誼的機會及場合，相信亦有助他們選擇從現實生活中，學習與人相處及合作，建立正面的友儕關係。

## 6. 教育方面：推行整全的性教育

調查結果顯示受訪者會因為玩電子遊戲而扭曲異性的形象，所以推行性教育除了一般生理知識、正確性知識、性謬誤等，兩性平等教育亦很重要，有助兒童重新學習與異性相處的正確態度，學會尊重異性。透過整全的性教育，不僅能使兒童盡早具備完整的性知識，也可避免被電子遊戲內錯誤描繪的兩性關係及形象所誤導，為兒童擁有健康的兩性關係打好重要的基礎。

## 7. 政府方面：切實執行遊戲內容的監管

香港現時並沒有為電子遊戲設立分級制以監管電子遊戲的發行及售賣。香港現行監管電子遊戲有關條例為《防止兒童色情物品條例》及《淫褻及不雅物品管制條例》。淫褻及不雅的定義是暴力、腐化及可厭，如審裁處評定電玩產品為第二類，則不可向 18 歲以下人士發佈；如被評定為第三類則要完全禁止發佈，但送檢則是自願性質。現時市面很多遊戲都沒有加上警告字眼，青少年及兒童都輕易能從網絡上或店舖購

買。我們建議政府有關部門可以切實地監管電子遊戲的發佈及執行相關法例，同時亦可以明確地為電子遊戲進行分類，以助兒童、家長及其他相關人士可以按分類選擇合適的電子遊戲，保障兒童不會在沒有指導下而受到電子遊戲內的不良意識所影響。

此外，現時很多兒童也有上網的習慣，網絡上亦有很多層出不窮的網絡遊戲，兒童不但可以免費參與遊戲，亦可與素未謀面的人在網絡上互動及建立網絡人際關係，甚至進行買賣，兒童可以輕易從網絡上找到本港或海外的遊戲，故建議政府有關部門對網絡遊戲供應商提供指引或作適度監管。

## 8. 進一步的相關研究：

調查結果所見，兒童對玩電子遊戲有沉迷的先兆，但社會對兒童沉迷電子遊戲的了解及相關研究並不多，我們建議可在以下範疇作進一步的研查：

### 8.1 制訂合適香港兒童的沉溺電子遊戲量表：

我們雖然察覺香港的兒童有沉迷電子遊戲的狀況，而且趨勢越加嚴重，但香港現時並沒有一份正式的評估工具以評估兒童是否有沉溺電子遊戲的情況。故建議可就兒童沉迷電子遊戲的情況繼續進行調查，從而制訂一份評估兒童沉迷電子遊戲的工具，以助服務兒童的人士及家長進行評估，並提供合適的服務及引導。

### 8.2 電子遊戲內容對兒童的影響研究：

本調查只就電子遊戲的類型對兒童產生的影響進行研究，但遊戲內容卻是層出不窮，建議可就電子遊戲內容細緻地進行研究，找出電子遊戲對兒童的價值觀和態度的影響，如兩性形象、解決問題方法及表達情緒方法等，有助相關人士為兒童提供更合適的服務。

### 8.3 家長組別對兒童玩電子遊戲態度及處理方法研究

是次調查未能成功邀請家長參與，令調查的全面性有所限制，其中一系列影響兒童玩電子遊戲的因素，如負責管教的角色、管教方法、處理「打機」時間分配等亦未能有效收集。由於家長的管教及對兒童玩電子遊戲所持的態度對兒童的影響是很重要的，建議可以與區內的家長教師會合作，以家長為對象進行同類調查(量化或質性調查)，了解家長對子女/兒童玩電子遊戲的態度及處理方法，就家長面對的困難進行調查及討論，找出對應的方法來處理兒童玩電子遊戲的情況。

## 第十章 結語

兒童期是人格培育及發展的重要階段，為其性格、待人接物、情緒管理、判別是非、解困應變能力及價值觀等的建立奠下重要根基。在這電子化的世代，兒童被不同類型的電子遊戲包圍著，適當使用電子遊戲是娛樂及平衡壓力的方法，但過份沉迷則對兒童的心理、生理及價值觀造成負面影響。兒童選擇參與電子遊戲的原因正提醒了我們 – 兒童成長的需要是：希望成功、被肯定及建立友情等。兒童沉迷電子遊戲的狀況亦提醒我們 – 及早介入是十分重要的，讓兒童可以在足夠的支持及關懷下學懂選擇合適自己的生活方式。

## 參考文獻及資料來源

中大社會工作學系與路德會賽馬會華明綜合服務中心(2006)，《「上網成癮不成癮」青少年特質研究報告》

香港基督教服務處樂 TEEN 會(2005)，《打機成癮調查結果》

香港青年協會(2005)，《青少年意見調查 - 青年上網主要活動及隱藏問題》

基督教協基會社會服務部(2008)，《「兒童面對家中的不開心事，會如何處理？」調查報告》

Shek, D.T.L, Tang, M.Y., and Working Group of @er.com.(2008), *Youngster Internet Addiction Prevention and Counseling Service: An Evaluation Study*

### 書籍文獻參考：

香港基督教女青年會(2003)，《校園輔導微細工程—如何處理學生沉溺電子遊戲》，香港：香港基督教女青年會。

曾文星(2001)，《青少年心理》，香港：中文大學出版社。

Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12(5), 353-359.

Fylan, F., Harding, G. F., Edson, A. S., & Webb, R. M. (1999). Mechanisms of video-game epilepsy. *Epilepsia*, 40 Suppl 4, 28-30.

Griffiths, M.D. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.

Griffiths, M.D. (1996). Nicotine, tobacco, and addiction. *Nature*, 384, 18.

Griffiths, M.D.(1998).Violent video games and aggression: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*,4, 203 - 212.

Griffitts, M.D., (2008). Internet and video-game addiction . In: Essau, C., ed. *Adolescent addiction: epidemiology, assessment and treatment*. San Diego : Elsevier, pp. 231-267.

Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1998). Dependence on computer games by adolescents. *Psychological Reports*, 82(2), 475-480.

Griffiths, M.D. & Hunt, N.(1998).Computer game ‘addiction’ in adolescence? A brief report. *Psychological Reports*,82, 475 - 480.

Kail, R.V. & Cavanaugh, J.C.(2010) , *Human Development – A life-span view (5<sup>th</sup>.ed)*, USA: Wadsworth, Cengage Learning

Kasraee B., Masouye I. and Piguet V. (2009), PlayStation palmar hidradenitis. *British Journal of Dermatology*, 160(4), 892-894

Keepers, G. A. (1990). Pathological preoccupation with video games. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 29(1), 49-50.

Sarafino, E.P.(1997), *Health Psychology - Biopsychosocial Interaction (3<sup>rd</sup>. ed )*,USA: John Wiley & Sons, Inc.

Spence, S. A. (1993). Nintendo hallucinations: A new phenomenological entity. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 10, 98-99.

Young, K. S. (1999) .Internet addiction: Evaluation and treatment. *Student British Medical Journal*,7, 351-393

### **參考網頁:**

明報 (2009) ,《學童擁遊戲機平均 2.7 部—專家：沉迷打機恐現行為問題》  
<http://www.mingpaotor.com/htm/News/20090601/HK-got1.htm>

明報 (2009) ,《拒上學起爭執 14 歲打機迷持刀嚇母》  
<http://www.mingpaovan.com/htm/News/20090404/HK-gmb1.htm>

星島日報(2009) ,《未做完功課 不忿祖母罵 被禁打機 10 歲機癡企跳》  
<http://hk.news.yahoo.com/article/090516/3/c7zs.html>

香港文匯報(2007) ,《54%青年贊成電玩分級制》  
<http://paper.wenweipo.com/2007/08/13/HK0708130017.htm>

美聯社(2009) ,《玩遊戲機起爭執兄誤槍殺弟》  
<http://inews.mingpao.com/htm/INews/20090610/ta30732a.htm>

梁嘉儀(2009) ,《電玩動漫·性暴力》研討會, 梁麗娟：電玩讓玩家成為 superman》  
[http://christiantimes.org.hk/Common/Reader/News/ShowNews.jsp?Nid=53833&Pid=5&Version=0&Cid=220&Charset=big5\\_hkscs](http://christiantimes.org.hk/Common/Reader/News/ShowNews.jsp?Nid=53833&Pid=5&Version=0&Cid=220&Charset=big5_hkscs)

太陽報網頁(2008) ,《小學生眼中「愁滋味」 父母打罵最不快, 兒童冇得打機 慘過親人離世》  
[http://the-sun.on.cc/channels/news/20081222/20081222021947\\_0000.html](http://the-sun.on.cc/channels/news/20081222/20081222021947_0000.html)

明報(2008) ,兩成學生上網成癮 打機是元兇 調查：每周上網 19.5 小時 初中生高危  
<http://hk.news.yahoo.com/article/080825/4/7vpl.html>.

香港青年協會所(2005) ,《青少年意見調查, 青年上網主要活動及隱藏問題》  
[http://www.hkfyg.org.hk/chi/press\\_releases/2005/research/internet.html](http://www.hkfyg.org.hk/chi/press_releases/2005/research/internet.html)

路德會賽馬會華明綜合服務中心(2006) ,《上網成癮評估表》  
<http://paper.wenweipo.com/2006/05/21/HK0605210010.htm>

New Scientist staff and Reuters (2007) ,《Video game addiction 'not mental illness'》  
<http://www.newscientist.com/article/dn12131-video-game-addiction-not-mental-illness.html>

## 工作小組成員名單

趙德財 陳艷寧 沈偉全 葉嘉綸 黃嘉穎

## 研究數據分析

林基銓先生

## 鳴謝：(按筆劃排列)

九龍婦女福利會李炳紀念學校

佐敦道官立小學

東華三院羅裕積小學

塘美道官立小學

賈梅士學校

路德會沙崙學校

德信學校

鮮魚行學校

## 鳴謝：(技術支援)

梁慧明小姐(文字校對)

王浩鋒先生(封面設計)

梁雯施小姐(封面設計)



附錄一

循道衛理楊震社會服務處

油尖旺青少年綜合發展中心

兒童玩電子遊戲現象問卷調查

1. 性別: 男 女
2. 年齡: \_\_\_\_\_歲
3. 年級: 小一 小二 小三 小四 小五 小六
4. 你有沒有曾經玩過電子遊戲機 (如: X-BOX, PSP, PS3, NDS, 電腦遊戲, 在線遊戲等)?  
 有 (你有多少年玩電子遊戲機的經驗: \_\_\_\_\_年)  
 沒有
5. 每星期共花多少時間玩電子遊戲機?  
 1-3 小時  4-7 小時  
 8-14 小時  15-21 小時  22 小時或以上
6. 你平均每一次玩電子遊戲機所用的時間: \_\_\_\_\_小時
7. 你玩電子遊戲機會否超過自己所預定的時間?  
會 否
8. 你最喜歡的電子機遊戲類型? (可✓多過一項)  
 射擊  動作及戰略  格鬥  冒險  
 智力  賽車  運動  角色扮演  
 驚慄 (恐怖)  模擬戰略  養寵物  其他\_\_\_\_\_
9. 你最喜歡的電子遊戲名稱?\_\_\_\_\_
10. 為什麼你喜歡玩電子遊戲機? (可✓多過一項)  
 刺激好玩  消磨時間  
 追求成功感  連繫友情  
 訓練反應及腦筋  可體現超現實的感覺 (如: 飛天, 有超能力, 打人等)  
 多元化的學習  追上潮流  
 其他:\_\_\_\_\_



問卷(續)

11. 玩電子遊戲機會對你的有什麼影響？(可✓多過一項)

- |                                      |                                       |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 頭腦及反應用變得靈活  | <input type="checkbox"/> 增加與家人的衝突     |
| <input type="checkbox"/> 專注力減弱       | <input type="checkbox"/> 忘記現實生活中不愉快經歷 |
| <input type="checkbox"/> 扭曲異性形象      | <input type="checkbox"/> 容易暴躁及焦慮      |
| <input type="checkbox"/> 自我控制能力減弱    | <input type="checkbox"/> 睡眠不足         |
| <input type="checkbox"/> 不懂與別人相處     | <input type="checkbox"/> 增加暴力行爲       |
| <input type="checkbox"/> 認識多了志同道合的朋友 | <input type="checkbox"/> 減少對人的同情心     |
| <input type="checkbox"/> 其他: _____   |                                       |

## 中心簡介

### 機構宗旨

本處為循道衛理聯合教會屬下之多元化社會服務機構，本著基督的愛，以及「社會服務實驗室」的精神，為凡有需要的人士，提供倡導性和優質的服務。

### 單位簡介

循道衛理楊震社會服務處油尖旺青少年綜合發展中心成立於二零零一年六月十五日，主要由本機構油尖區外展社會工作及學校社會工作部組成。自一九七九年，本機構已為區內學校及青少年提供服務，並且經常舉辦社區教育活動，以利社區人士了解青少年需要。隨著油尖旺青少年綜合發展中心組成，本中心積極為本區青少年、其家庭及學校等提供更全面的服務。自成立至今，本隊一直致力為青少年提供多元化的成長、抗逆及社教化活動。

同時，本中心於區內經常舉辦攤位遊戲、嘉年華會及專題研討會等，進行社區教育工作。本中心亦為區內各學校提供歷奇訓練、老師培訓及學生講座等，均得到各校的正面評價。本中心各同工將會繼續秉承本機構以改善社會服務的「社會服務實驗室」的精神，繼續了解地區人士的需要，提供更多樣化及更創新的服務。

### 服務目標

我們期望青少年有更多參與社區事務、政策及表達意見的機會及空間。我們希望透過不同系統的參與，建立和諧的社區氣氛，讓不同背景青少年能融入社區，健康成長。

**版權所有，如需引用，請註出處**

**Copyright@YMMSSYIC2009**

**All Rights Reserved**