

沉迷網上榮耀 影響現實生活

個人成長與人際關係
現代中國、今日香港

在智能手機風靡全球的年代，對於新生M世代（Mobile Generation / Mobile First Generation）來說，手機，尤其是手機遊戲的影響力，遠較其他事物來得深遠。手機遊戲《Pokémon GO》去年7月在香港推出，隨即引爆一眾「精靈訓練員」的收集魂，他們不分日夜流連街上，為的就是第一時間衝到出現罕見小精靈的地方「捉精靈，開圖鑑」。最近在內地，騰訊開發的手機遊戲《王者榮耀》為其帶來龐大收益，同時卻引起官方媒體關注。早前人民網就多次點名批評上述遊戲，指其釋放負能量，令年輕人沉迷，需要加強對社交遊戲的監管等。手機遊戲是否會為年輕一代帶來不良的成長？年輕人沉迷遊戲責任又是否僅在於遊戲供應商？下文逐一深入探討。 ■鄭梓康 特約作者

新聞背景

風靡青少年 用戶超兩億

手機遊戲《Pokémon GO》甫推出，就在全球掀起一股又一股熱潮。由於遊戲極易上手，簡單幾個手指動作已可完成所有操作，玩家由大、中、小學生以至家庭主婦，甚至一眾老友記也加入「訓練員」的行列。他們在全港各區從早到晚三五成群，邊玩遊戲邊交流心得。經過一年後，雖然遊戲熱潮有所退卻，但最近推出「神獸」捕捉活動，又再一次掀起全港忠實玩家外出捉精靈的熱潮。

由騰訊開發的手機遊戲《王者榮耀》，發行一年半就成功令內地萬千青少年着迷，註冊用戶超過兩億，即約每7個人就有1個在玩。這遊戲在香港亦不乏捧場客，有80後機迷指由於操作簡單，玩法節奏明快，曾連續8小時沉醉在遊戲世界。

概念鏈接

1. 香港互聯網普及程度

據政府統計處2016年2月公佈數據顯示，香港80.4%住戶家中有個人電腦，當中98.2%已接駁互聯網。換言之，全港有79%家庭有個人電腦接駁互聯網。至於近年使用智能手機上網人數有所增加，從事經濟活動人士在統計前12個月內擁有智能手機的比率最高，達94.8%。其次為學生（90.1%）及料理家務者（85.3%）。10歲及以上人士中，96.7%擁有1部智能手機，2.9%擁有2部，以及0.4%擁有3部或以上。青少年經常上網，用途包括搜集功課資料、玩線上遊戲，以及與朋友聊天等。

2. 線上遊戲

線上遊戲主要是透過網際網絡連線到遊戲公司大型伺服器進行，同一時

間容納成千上萬名玩家同時進行遊戲。遊戲的類型豐富，包括射擊、角色扮演、門塔遊戲等，各家遊戲公司在遊戲市場上激烈競爭。

3. 網絡成癮

心理學家界定其為與病態賭博相似的控制衝動行為。成為過度使用互聯網，令使用者本身的社會功能如工作、學習和生活等方面受到嚴重的影響和損害。心理上，患者對網絡產生依賴，只有通過長時間上網才能激起興奮來滿足某種慾望；成癮者通常花大量時間於網絡中，往往會變得忽略家人、伴侶及朋友等。生理上，沉溺上網會使人體的植物神經功能嚴重紊亂，引致失眠、頭痛、背痛和眼睛疲勞等；長時間上網還會令人變得孤僻，喪失正常的人際關係等。



■Pokémon GO剛推出時，大批香港人上街「捉精靈」。 資料圖片



■騰訊邀請明星戰隊現場舉辦《王者榮耀》表演賽，被玩家層層包圍。 資料圖片

連打四天機 青年送院保命

《Pokémon GO》在香港推出後大熱，隨即有教育團體發聲，稱擔心學童由於長期在外活動，容易誤交損友；一大班人經常低頭看着電話在街上流連，時而叫囂，時而奔跑，亦容易發生意外。

此外，沉迷遊戲亦會影響日常學習，甚至當小精靈出現在學校，或許會妨礙學校的日常運作。長時間低頭留意手機，同時會影響頸椎及視力。

《王者榮耀》在內地產生的影響更甚，曾有11歲女童狂花10萬元人民幣（約12萬港元）購買虛擬裝備，造成家



■有人指遊戲宣揚錯誤歷史，如三國時代的劉備就使用大炮。 資料圖片

人財物損失；有13歲學生玩遊戲遭父訓斥後跳樓身亡；17歲少年狂打40小時遊戲後誘發腦梗塞險喪命。

近月浙江省更有一名廿多歲青年就連續4天躺在床上打機，其間不眠不休不吃不喝不上廁所，結果出現皮膚潰爛、生褥瘡及失禁，幸得朋友察覺有異報警，最終及時送院保住性命。

除了玩家瘋狂，玩家家人的行為思想亦變得錯亂。早前有《王者榮耀》玩家在微博貼圖，指有父母見兒子遭同學排擠，原因是玩遊戲的技術太差，於是開價時薪1萬元人民幣，聘請其為兒子陪練補習打機。上月西安更有父母為自己的初生女兒取名「王者榮耀」，還成功註冊戶口。

軍隊亦有受到影響，中國軍網指某部隊戰士曾因沉溺於《王者榮耀》網絡遊戲，思想不集中，執勤時差點釀成事故；部隊放開智能手機管理使用後，官兵可以充分享受移動互聯網的好處，但不少官兵卻迷上手機遊戲，過度沉溺手機遊戲，有損身心健康，甚至為安全管理和戰鬥力帶來危害。

多角度觀點

遊戲本無罪 設限免沉迷

1. 精神科專科醫生：《Pokémon GO》雖然鼓勵玩家外出走動，但算不上是做運動，若玩得太夜，或致睡眠不足，或因興奮減低睡意，影響第二日集中力下降，變得無精神。

若真的手機遊戲成癮，會容易變得自制能力低下，甚至染上專注力失調或過度活躍症；患有自閉症、情緒病的人，尤其是抑鬱症患者因為自身判斷力弱，最容易視手機遊戲為生活依託，最終過分沉迷於虛擬世界。一刀切戒玩遊戲往往會適得其反，不如有意識地控制打機時間。

娛樂是生活的必需品，只要好好培養自制能力，例如為遊戲機設定強制熄機時間，在等待重啟之時想想有什麼事情更重要，有助避免一直沉迷。

2. 人民網：多數遊戲是無罪的，依託市場營利無可厚非，但不設限並產生了極端後果，就不能聽之任之。

以《王者榮耀》為例，對孩子的不良影響有兩個方面：一是遊戲內容架空和虛構歷史，扭曲價值觀和歷史觀；二是過度沉溺讓孩子在精神與身體上過度消耗。

因此，遊戲商應要在一定程度上滿足用戶的遊戲需求，又要對孩子進行積極引導。

3. 《王者榮耀》遊戲製作人李旻：遊戲是正常生活的一部分，有人沉迷，就怪遊戲，有些委屈；惟會堅定在遊戲上推出防沉迷系統，縱使犧牲一定的短期效益，但讓未成年人健康成長，以及用戶和社會的長期尊重是整個遊戲行業的追求。



■Pokémon GO遊戲畫面。 資料圖片

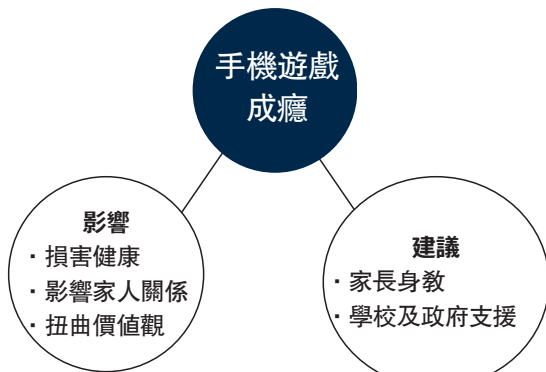
想一想

- 參考以上資料，試指出沉迷手機遊戲對資料中青少年的影響。
- 就你所知，試分析青少年及成年人沉迷手機遊戲的成因。
- 參考上文及就你所知，建議3個可令青少年減少沉迷手機遊戲的方法。

答題指引

- 本題需引用資料回答，同學可指出影響包括學業及健康方面，以及吸收錯誤的價值觀和扭曲的歷史觀等。
- 本題屬開放題型，同學言之成理即可，參考答案：現今遊戲的電腦動畫技術像真程度極高，有的遊戲世界觀更與現實世界相近，吸引年輕人在網絡世界重塑另一個自己；有的遊戲渲染暴力，吸引尋求刺激和快感的年輕人遊玩。
- 本題亦是開放題型，同學可舉出可行的方法，如家長身教，可助青少年學習正確的價值觀和減少沉迷手機遊戲。當青少年建立正面的人生觀後，能夠獨立自主理性思考，有效抗拒手機遊戲的誘惑，避免沉迷遊戲逃避現實；又或是學校可定期舉行講座或工作坊等，幫助學生與家長學習如何正確使用網絡，適當享受手機遊戲；政府可鼓勵青少年機構開設針對沉迷手機遊戲的服務，為上癮者提供支援。

概念圖



延伸閱讀

- 《人民網一評《王者榮耀》：是娛樂大眾還是「陷害」人生》，人民網 <http://opinion.people.com.cn/n1/2017/0703/c1003-29379751.html>
- 《人民網二評《王者榮耀》：加強「社交遊戲」監管刻不容緩》，人民網 <http://opinion.people.com.cn/n1/2017/0704/c1003-29382531.html>
- 《集中營展館現「毒氣丸」 Pokémon GO惹爭議》，香港《文匯報》 <http://paper.wenweipo.com/2016/07/14/GJ1607140020.htm>