

投稿類別：資訊類

篇名：

科技，冷漠？不冷漠？

作者：

游亞芹。西苑高中。高一三班

指導老師：

潘郁嬪老師

壹、前言

一、研究動機：

今年參加營隊，意識到了「科技冷漠」的嚴重性。當我們領取手機回宿舍時，每個人都專注於手機上面，談天的聲音消失了。

至今為了求方便性，越來越多人依賴著科技產品，人與人之間的溫度似乎降低了不少。科技產品所帶來的影響有利有弊，不論褒貶我們都應該正視它。對於「科技冷漠」的世代我們可以做什麼改變？我們在人與人相處的過程中因為科技產品產生了什麼變化？科技新穎的時代會對我們造成什麼樣的影響？

面對上述問題，決定深入探討，並設計了問卷以調查的方法確實了解大眾的想法，再加以分析。綜上所述，我決定以「科技，冷漠？不冷漠？」作為主題加以探討。

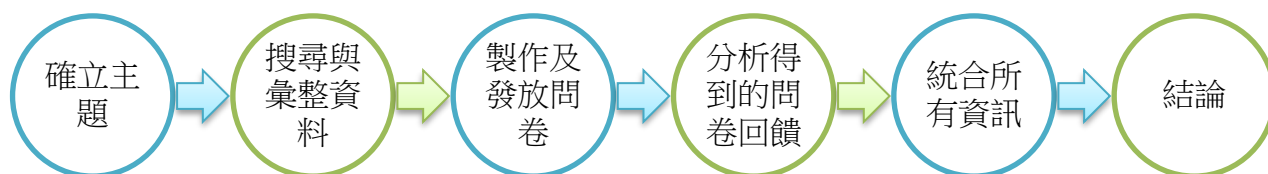
二、研究目的：

- (一) 探究「科技冷漠」。
- (二) 了解科技所帶來的改變。
- (三) 探討在科技越來越發達的狀況下，在我們人與人之間相處的時候有了什麼變化。
- (四) 分析回饋資料，統合達到實際探查的精神。

三、研究方法：

- (一) 文獻參考：透過書籍和網路的查詢得到相關資訊加以彙整。
- (二) 抽樣調查：在不同年齡層以做問卷填寫的方式，且不限定特定的人，所得到數據做為研究調查的重要環節。

四、研究流程：



圖一：研究流程圖(來源：研究者繪製)

貳、正文

一、解析科技對我們人的影響

(一) 便利性提高

以購物舉例。從傳統雜貨店、大賣場量販店、零售販賣的便利商店、還有網購服務，讓我們在購物上面增加了方便性。現在無人商店出現了，在 2017 年的 7 月馬雲在杭州開了全中國第一家無人商店引發轟動，無人商店的出現也讓我們不禁對科技有了更多的憧憬。



圖二：淘寶無人商店(來源：商周雜誌 2017/07/10)

<https://www.businessweekly.com.tw/article.aspx?id=20213&type=Blog>

(二) 產生過度的依賴性

身兼美國加州大學洛杉磯分校醫學院精神及生物行為科學教授與老化學教授的斯莫爾表示，科技成癮與腦部的多巴胺有關，它可以帶給人快樂的感覺，因此容易讓人沈迷其中(註一)。因為沉迷在其中容易讓人產生依賴性，只要科技產品消失就會感到渾身不自在。

(三) 腦力退化加速

神經醫學中心主任、主任醫師王愛民介紹「數碼痴呆症」是指經常使用數碼產品的上班族容易出現的一種健忘症(註二)現在因為科技的方便性，我們往往將要做的事情

科技，冷漠？不冷漠？

放在手機裡，依賴度增加的狀況下，使我們的腦力退化，記憶力下降，在醫學界稱為「數碼癡呆症」。

(四) 網購潮流興起

相較於實體店面，網路平台佔了一些優勢，像是方便、省時，相較於實體店面雖然可以確保商品的品質，對於現代人忙碌的步調而言，確實多了一項不同的選擇，進而帶動了網購潮流。

(五) 上網時間增加，外出時間縮短，恐傷眼睛

以前大家常說因為科技產品產生的藍光會傷視力，但根據長庚醫訊提到：**藍光只是白光光譜中的一部份，自古就存在，的確有藍光傷眼的少數文章，但甚少與 3C 產品有關(註三)**。因為在上網時我們距離螢幕很近，由於長時間的專注會造成看遠距離的時候會有模糊的現象，加上減少的次數容易得乾眼症。

二、分析人與人之間有了甚麼變化

(一) 人情味減少，快樂下降，幸福感降低

聖地亞哥州立大學 (SDSU) 心理系教授珍·特溫格 (Jean M. Twenge) 帶領團隊研究顯示青少年使用社群媒體大約一小時，隨著時間增加不快樂指數會增加，幸福感降低(註四)。

(二) 看到具真實性，虛擬生活出現

一名二十三歲的澳洲女孩，**羅蘭布倫 (Lauren Bullen)**，和男友拍攝旅遊照片，意外發現一名陌生女孩也上傳大同小異的照片持續一段時間；一名三十一歲的英國女性，**吉兒夏普 (Jill Sharp)**，在推特張貼放閃照片周邊親友卻不曾見過那位男友，事情曝光才發現原來吉兒夏普將其他情侶的照片，把照片中的女友換上自己的照片營造的假象(註五)。

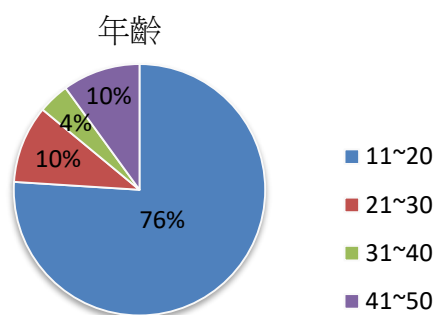
(三) 產生科技冷漠的狀況

「科技冷漠」一詞，目前並沒有明確的定義。舉現在很常遇到的狀況來說：當一群大夥兒約出去吃飯，桌子上放滿了豐盛的餐點，但桌圍的每個人都在滑手機，沒有人和旁邊的人聊天。這種因為大家都沉浸於科技產品而產生的現象，我們稱為「科技冷漠」。

三、分析問卷

本問卷在 2018/08 進行調查，在發放 100 份問卷中，回覆 100 份問卷，有效問卷 100 份，有效回收率 100%。

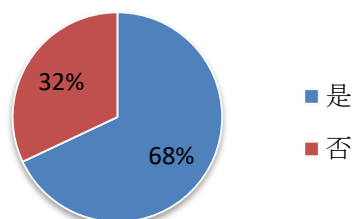
科技，冷漠？不冷漠？



圖三(來源：研究者繪製)

根據圖三顯示：
發放 100 份問卷出去，其中以
11~20 歲的受訪者為主，佔
76%。

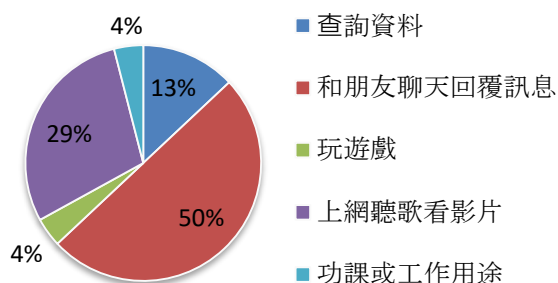
請問您是否以科技產品做為社交媒
介為主？



圖四(來源：研究者繪製)

根據圖四顯示：
現今大多數的人會以科技產品
作為社交媒介，在 100 個受訪
者中佔 68%。

當您在使用科技產品時所做的用途
以以下哪個選項為主？

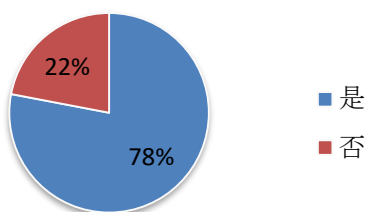


圖五(來源：研究者繪製)

根據圖五顯示：
在 100 位受訪者中，以 50%的
人使用科技產品的時候主要以
和朋友回覆訊息為主。

科技，冷漠？不冷漠？

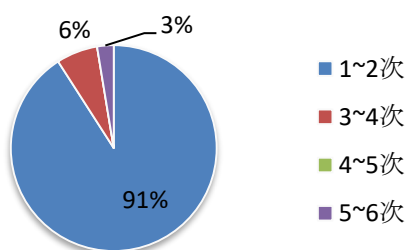
您是否曾網購過？



根據圖六顯示：
在 100 位受訪者中，78%的人曾經網購過，22%的人沒有網購過。

圖六(來源：研究者繪製)

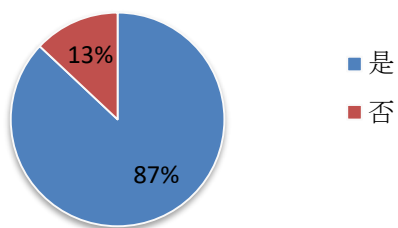
請問您平均一個月網購幾次？



根據圖七顯示：
在 78 位曾網購過的受訪者中，91%的人平均一個月網購 1~2 次，6%的人約 3~4 次，3%的人約 5~6 次。

圖七(來源：研究者繪製)

請問您是否曾碰到當一群人聚會時卻發現大部分的人都在使用科技產品，而沒有甚麼交談呢(即:科技冷漠)？

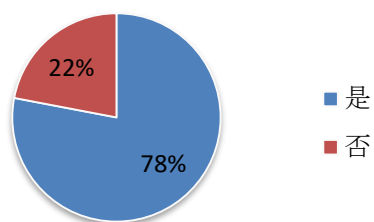


根據圖八顯示：
在 100 位受訪者中，有 87%的人曾在聚會中感受到科技冷漠的現象。

圖八(來源：研究者繪製)

科技，冷漠？不冷漠？

對於推陳出新科技，您是否感受到人與人之間情感和以往相較較冷漠？

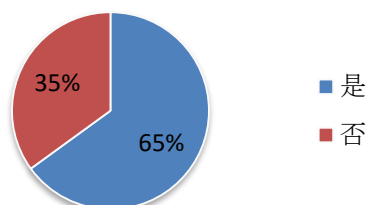


圖九(來源：研究者繪製)

根據圖九顯示：

在 100 位受訪者中，78%的人感受到因為推陳出新的科技產品使得人與人之間的情感較以往冷漠。

請問您是否覺得在使用科技產品時，在社交直接互動這方面造成影響？

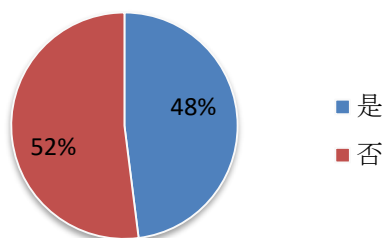


圖十(來源：研究者繪製)

根據圖十顯示：

在 100 位受訪者中，65%的人覺得科技產品在社交方面會造成直接的影響。

請問您是否覺得記憶力不如以前？



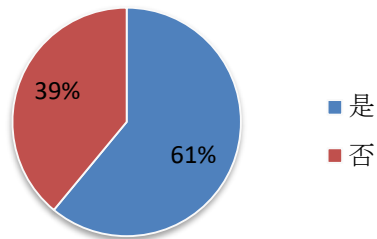
圖十一(來源：研究者繪製)

根據圖十一顯示：

在 100 位受訪者中，48%的人覺得記憶力不如以前，52%的人不覺得記憶力不如以前。

科技，冷漠？不冷漠？

若將你的手機抽離生活中是否會
令您感到不安？



根據圖十二顯示：

在 100 位受訪者中，有 61% 的人若將手機抽離生活中會令他們感到不安。

圖十二(來源：研究者繪製)

參、結論

綜上所述，可以發現，我們確實越來越依賴科技產品，也和科技產生了緊密的連結。科技確實帶來很多不一樣的問題，以科技冷漠為例，因為科技的便利性讓我們可以和遠距離的朋友保持聯絡，但是卻造成了我們在無形中忽略了身邊的幸福。

但是「科技冷漠」的原因真的完全在於科技產品的發明上嗎？我們是不是可以控制自己不受到外界的影響或誘惑？研究結果數據顯示，「**社交媒體的使用頻率**」與「**面對面互動頻率**」也沒有直接的因果關係(註六)。事實上，科技不全然是冷漠的，可不是嗎？

一件發明必然會有優劣，但那些都取決於我們本身，這是毫無疑問的。科技的新穎，帶動著社會上的變化，同時也帶來許多利弊，也間接改變著我們每個人的生活，其中對大眾影響力不容小覷。但是我們是否可以減少科技帶來的弊端呢？適著從改變自己開始吧！

肆、引註資料

一、中國時報電子報。2015/10/21。取自：

<http://www.chinatimes.com/realtimenews/20151021002947-260412>

二、每日頭條。2017/07/17。取自：

<https://kknews.cc/zh-tw/health/6pezk93.html>

三、陳慶隆(2018)。3C 產品藍光傷眼？防曬真的比防藍光重要得多！。長庚醫訊，36(11)，355。

2018/08/01，取自：https://www.cgmh.org.tw/cgmn/cgmn_file/1510077.pdf

四、基督教今日報。2018/02/02。取自：

<http://www.cdn.org.tw/News.aspx?key=13064>

科技，冷漠？不冷漠？

五、黃哲斌(2017)。財訊雙週刊，523，34-35。

六、成大心理科普新手村。2018/03/25。取自：

http://nckupsynews.blogspot.com/2018/03/blog-post_5.html

附錄：

問卷網址：

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSceUF3yh4EDPMIVbCKdomF78mEgmmCkm7owc_VZt12-TAV0Mg/viewform

問卷 QR Code：(圖十三)



圖十三