

投稿類別：自然科學類

篇名：

明義國小高年級學生使用 3C 產品調查問卷

作者：

鍾宇妍。花蓮縣明義國小。五年六班

陳以臻。花蓮縣明義國小。五年六班

王湘寧。花蓮縣明義國小。五年六班

游凱丞。花蓮縣明義國小。五年六班

指導老師：

謝藝璟老師

王文俊老師

壹●前言

一、研究動機

在現代社會3C產品是不可或缺的科技產品，3C產品的功能日新月異，使用的便利性及普遍性深受大家的喜愛。2016年賴柔吟醫生發表了「使用3C產品對兒童青少年的影響」文中提到：「**隨著3C產品的日漸普及，數位行動載具(智慧手機、平板電腦等)是孩子們打發時間的重要方式。**」(賴柔吟，2016)，近年許多研究發現，長時間使用3C產品對於視力、腦部發展及認知發展、注意力問題，心理、社會、健康都有顯著的影響。

雖然3C產品對我們來說是魅力無法擋，但對於一位國小學生而言，3C產品的用途是什麼？大家使用3C的時間又是多久呢？因此，我們想透過問卷、資料分析來了解明義國小高年級學生使用3C產品的情形，並針對研究結果提出一些建議。

二、研究目的

- (一)瞭解明義國小高年級學生使用 3C 產品的現況。
- (二)瞭解使用 3C 產品的用途。

三、研究對象

本研究的研究對象是目前就讀花蓮市明義國小高年級的學生。由於研究範圍內學生人數眾多，礙於時間、人力無法一一施測，故採抽樣方式進行問卷調查。

四、研究方法

研究小組先閱讀相關文獻、上網蒐集資料，在班上進行簡單的口頭訪問，使用 google 表單進行問卷調查及問卷資料的分析與討論，最後形成本研究小組的研究。

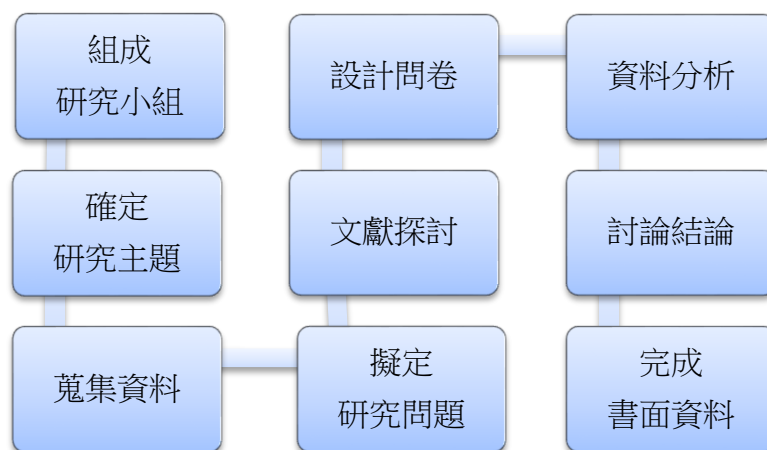
五、名詞定義

3C：指智慧型手機、平板、電腦。

線上遊戲：透過網路連線的遊戲。

學習狀況：指學生的學習方法、學習習慣、學習態度。

六、研究流程



圖一研究流程

貳●正文

一、小學生使用 3C 的現況分析

在二十一世紀 3 C 產品已成為現代人生活的一部分，無論對於學業、工作或是娛樂上都有著大量需求，然而 3 C 雖然帶給我們便利卻同時也帶來了巨大的成影響。本研究以本校高年級學生為研究對象，因此我們對於使用目的進行以下幾點分析：

(一)社交

3 C 產品為現代生活提供各式各樣的服務，而多數的網路社群網站提供了交友平台，例如：Facebook、Line、微信等等。透過這些社群網站，人們的互動不再受限於時間與空間的限制。

(二)娛樂

現代人的壓力很大，運用3C產品進行紓壓是常見的方式之一，例如：線上遊戲、上youtube聽音樂或看影片。

(三)數位學習

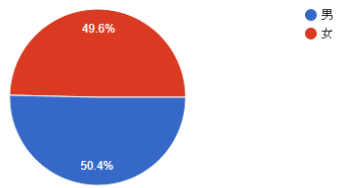
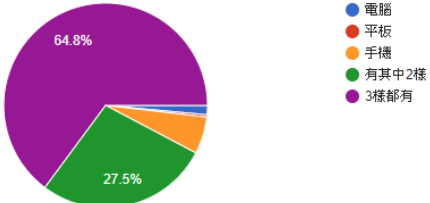
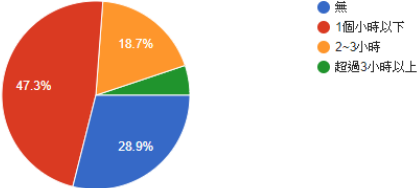
運用3C輔助學習是現代人最常使用的，過去想要查詢資料，可能會翻閱書籍或找尋相關紙本資料，但科技的進步，我們可以利用3C

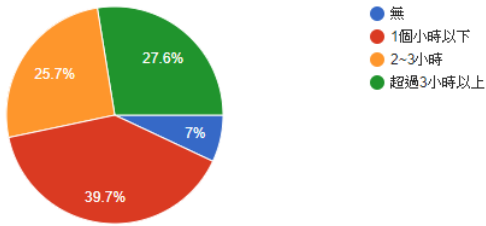
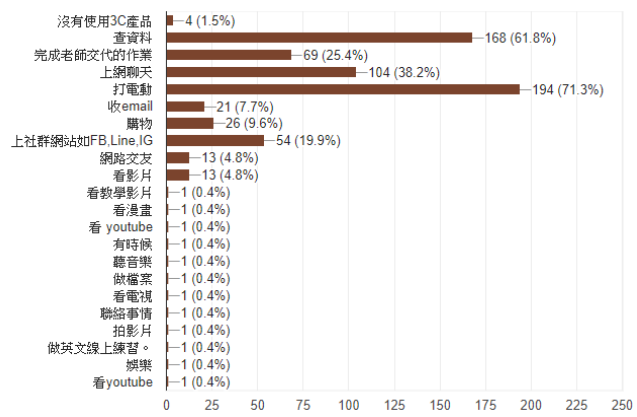
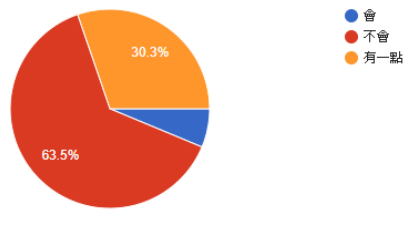
查詢資料。在學習方面有些平台提供許多免費或付費的課程，例如：均一線上平台、教育雲.....等。

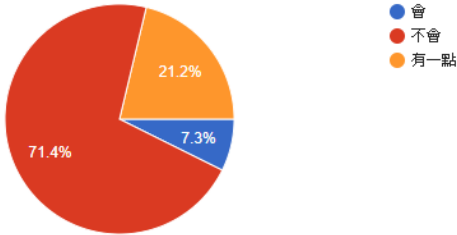
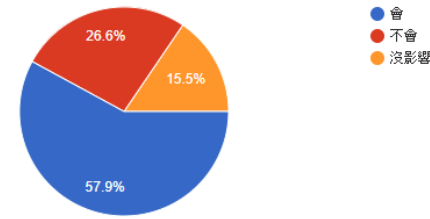
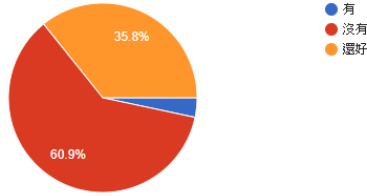
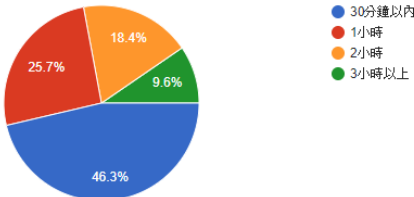
二、高年級小學生使用3C產品的問卷調查與分析

研究小組針對明義國小高年級學生使用3C產品設計了以下問卷。採用不記名方式填入google問卷中，共計回收了272份問卷，所得到的問卷結果如下：

表一：問卷統計與分析

問卷題目及統計圖	統計結果
<p>01. 性別 272 responses</p>  <p>圖二</p>	<p>本問卷共有 272 人填答問卷，女生有 135 人，男生有 137 人。</p>
<p>02. 家中有的3C產品是 273 responses</p>  <p>圖三</p>	<p>問卷結果有 64.3%的學生家裡有電腦、平板及手機，有其中 2 樣的有 27.5%。有高達 98.2%的學生家裡至少有一樣 3C 產品，由此可見 3C 產品的普及率很高。</p>
<p>03. 每日放學後使用3C產品時間 273 responses</p>  <p>圖四</p>	<p>有 47.3%的高年級學生每天使用 3C 產品 1 小時以下，有 23.8%超過 2 小時以上。學生在校時間超過 8 小時，回到家寫完功課，再加上玩電腦的時間，可能已經超過晚上 10 點了，根據研究，過度使用 3C 產品容易造成近視、黃斑部病變、網路成癮等狀況。</p>

<p>04.假日使用3C產品的時間 272 responses</p>  <p>● 無 ● 1個小時以下 ● 2-3小時 ● 超過3小時以上</p> <p style="text-align: center;">圖五</p>	<p>假日使用 3C 產品的時間，有 27.6% 超過 3 小時，25.7% 使用時間在 2-3 小時左右，也就是說有 53.3% 的學生假日使用 3C 產品超過 2 小時以上，比平日多了 2 倍多。可見 3C 產品已經是我們日常生活中不可或缺的一部分，甚至取代了其他休閒活動。</p>
<p>05.你使用3C產品的用途？可複選 272 responses</p>  <p style="text-align: center;">圖六</p>	<p>這題是複選題，共有 272 人填答，有 71.3% 的人會利用 3C 產品打電動、有 61.8% 的學生會利用使用 3C 產品查詢資料。有 58.1% 的學生會上社群網站聊天，值得注意的是其實還有 24.7% 的學生會上網交友或購物。從圖三可以知道高達 82.8% 的學生會利用網路進行社交活動，其餘是娛樂、學習。</p>
<p>06.你會因為使用3C產品而影響學習表現嗎？ 271 responses</p>  <p>● 會 ● 不會 ● 有一點</p> <p style="text-align: center;">圖七</p>	<p>由圖七得知 63.5% 的學生使用 3C 產品不會影響學習表現，但 36.5% 的學生認為使用 3C 產品或多或少都會影響學習表現。根據聯合報報導：美國研究曾發現，每天盯著螢幕增加一個小時，後續發生注意力不集中問題的機率會增加 9%。因此過度使用 3C 產品容易造成注意力不集中而影響學習表現。</p>

<p>07.你會因為玩3C產品而影響睡眠或身體健康嗎? 273 responses</p>  <p>圖八</p>	<p>有高達 71.4%的人雖然有使用 3C 產品，但不會影響睡眠時間。研究發現睡前使用 3C 產品，會因為螢幕的藍光，遏制調解睡眠的賀爾蒙褪黑激素，因此較不容易入睡，也會影響隔天上學時的精神。</p>
<p>08. 因為使用3C產品而讓你跟同學之間更有話題嗎? 271 responses</p>  <p>圖九</p>	<p>有 57.9%的人因為使用 3C 產品和同學間的話題變多了。26.6%的學生覺得並不會因為使用 3C 產品而增加與同學間的互動。</p>
<p>09.你有3C成癮的問題嗎? 271 responses</p>  <p>圖十</p>	<p>有 60.9%的人覺得沒有 3C 成癮的問題，3.3%的學生覺得有網路成癮的問題。精神科醫師楊聰財表示：3C 產品為人類的生活帶來便利，但在臨床中也發現患者的年齡有日趨下降的趨勢。3C 成癮會綁架了我們的生活，而間接的影響我們的學習，若有 3C 成癮的問題，應尋求醫療的協助。</p>
<p>10.你覺得每天使用3C產品的時數是: 272 responses</p>  <p>圖十一</p>	<p>有 72%的學生覺得每天使用電腦的時間應該在 1 小時以內，只有 9.6%的人覺得使用 3C 產品應該要到 3 小時以上。美國小兒科醫學會針對兒童、青少年使用 3C 產品的時間是建議在 1~2 小時。</p>

參●結論

一、結論

根據問卷結果得到的結論如下：

- (一)大部分的學生覺得每天使用3C產品的時間以不超過1小時為原則，雖然假日使用3C的時間變多了，但父母會控制孩子使用3C的時間，原則以不超過3小時。
- (二)大多數學生家中都有2項以上的3C產品，透過問卷的調查，可以看出家中有3C產品的家庭中，雖然會給孩子玩，但在時間上有一定的控制。
- (三)問卷調查中，有57.9%的學生表示因為使用3C產品的關係，和同學間的話題增多。
- (四)高年級學生使用3C產品著重社交、娛樂，最後才是學習。

二、建議

隨著社會型態的改變與科技的日新月異，3C產品對我們的重要性不可言喻，但伴隨著負面的影響，為了避免學生過度使用3C產品，而造成腦部認知發展、注意力及視力的問題，以下是本研究小組所提出的建議：

- (一)善用3C產品，而不過於沉迷，並能控制孩子的使用時間，使孩子從小學習自律。
- (二)現在學生使用3C產品的時間過多，除了浪費時間外，對身體也有些影響，學校應定期宣導使用3C產品使用的安全性及注意事項，鼓勵學生多面對人群。
- (三)對於3C產品自制力較差的學生，家長可多鼓勵孩子運動或走入戶外來幫助已有網路成癮的孩子。

肆●引註資料

一、參考網站

維基百科

[https://zh.wikipedia.org/wiki/3C_\(%E5%95%86%E5%93%81%E4%BB%A3%E7%A8%B1\)](https://zh.wikipedia.org/wiki/3C_(%E5%95%86%E5%93%81%E4%BB%A3%E7%A8%B1))

健康上網每一天 <http://www.healthyonline.com.tw/>

親子天下 <https://www.parenting.com.tw/>
網路成癮後的影響 <http://coun.nctu.edu.tw/network/sub02.php?page=6>
台灣網路成癮輔導網 <http://iad.heart.net.tw/paper.html>

二、參考書籍

法蘭西斯.布思(2015)。數位分心症候群：截斷干擾，找回專注的力量。台北：橡實文化。
林子堯、謝詠基(2017)。網開醫面：網路成癮、遊戲成癮、手機成癮必讀書籍。台北：大笑文化。
尚憶薇(2008)。兒童運動與休閒活動設計。台北：五南文化。
丹尼爾·高曼、彼得.聖吉(2015)。未來教育新焦點：專注自己、關懷他人、理解世界。台北：天下文化。
葉啟斌(2015)。3C 成癮怎麼辦。台北：大塊文化。

三、參考期刊

吳孟樺(2010)。福爾摩斯—神探再現且充滿動作及推理的刺激故事。T&D 飛訊。107 期。
謝龍卿(2004)。青少年網路使用與網路成癮現象之相關研究。臺中師院學報。第 93 期 10 月號。
彭武德(2007)。應用資訊科技以預防青少年網路成癮的理論初探。社區發展季刊 119 期。

四、參考論文

蔣仲茵、江伊凡。青少年網路成癮問題。新竹高工小論文。
<http://student.hlc.edu.tw/action/file/628/20180912150517772.pdf>
楊智傑。國小高年級學生網路行為與網路成癮之研究。國立臺東大學教育學系教育行政碩士專班。<http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/111/A17.pdf>
溫婷玉。探討網路成癮症對高中生的影響。私立陽明工商論文。
<http://student.hlc.edu.tw/action/file/628/20180912141731118.pdf>
曾柏齡。青少年網路遊戲成癮、自我認同、真實與網路人際關係之研究。國立臺中教育大學諮商與應用心理學系碩士班。
<http://student.hlc.edu.tw/action/file/628/20180912122552296.pdf>