

真假之間 - 2021 第二期 優選 內壢國中 黃○健

- 8 年級 20 班

科技不斷創新，社會也不斷進步，在這個日新月異的時代，科技普及改變了人類的生活模式，尤其是網路和手機，更成為青少年生活不可或缺的一部分。

科技發達的時代，手機是影響日常生活的最大發明，它帶給我們的方便，那真是一「托拉庫」(卡車)，三天三夜說不完！手機上的通訊軟體能夠幫助相隔兩地的人，擁有交流溝通的即時機會，也能讓沒有交集的人，藉由訊軟體碰撞出新的火花，更能讓不常見面的人好好聊聊，讓情感更加緊密、升溫；外送軟體帶給現代人更大的方便，不必出門，只要使用「一指神功」划一划手機，貨物馬上送到府。哇！五花八門、應有盡有的選項，全呈現在眼前，任君挑選，只需等待若干分鐘，香氣逼人的食物就送上門了，濃郁的芳香四溢，真讓人光想像，口水就流滿地了呢！此外，「谷歌」和「雅虎奇摩」等搜尋引擎，具備了最即時的新聞報導、最優質地圖導航、最精準的搜尋系統，具有包山包海的能力，用途盈千累萬，可真是「足不出戶，能知天下事！」線上網路遊戲可以使得心情放鬆，釋放壓力，提高反應能力，雙手變得敏捷，提高打字水平和電腦知識的套用等，所以，網路和手機對現代人來說，那真是「沒有網路和手機，我會死」！

但手機上的通訊軟體、外送軟體、搜尋引擎提供的訊息都是真的嗎？有多少人透過通訊軟體交友，那個只聞其聲、只見其字的背後「藏鏡人」，會不會只是個虛擬形象，與本人截然不同呢？外送軟體上，看來美味、分量豐富、評價極高的美食，端在手上，是不和照片一樣令人垂涎三尺呢？搜尋引擎上提供的消息、資訊是否都是貨「真」價實？我們盡信之，萬發現都是「假」的，會不會當場崩潰？所以，到底是真還是假，都須審慎思考，明辨真假！

手機使用上如果沒有拿捏好分寸，在方便之餘，過度使用也的確存在不少弊處。年齡較小的學生在家裡上網，主要的目的通常是為了玩遊戲。有些中學生經常手機玩通宵，這樣既對健康不利，也耽誤了學習，影響視力，白天上課沒有精神，學習下降。偶然在一本書裡看到關於青少年使用時間長短的統計，平均百分之四十的學生使用時間超過二小時以上，他們平日又只顧沉迷使用通訊軟體，複習時間亦相對減少，成績更可能因此而一落千丈，因而成為「低頭族」；再加上不少人使用時的姿勢有誤，長時間下來，更

會令青少年的脊椎和頸椎勞損。由此可見，青少年不正當使用 **3C** 產品須付上沉重的健康代價。一個「真實」的人，沉溺虛擬「假設」的網路世界，無法面對真實世界而與之脫節，恐怕就此迷失自我！

科技是一把「雙刃刀」，對青少年造成不同程度的利與弊，當其利弊得失無法辨識真假價值時，世代的沉淪和迷失是可怕的，絕非社會國家之幸！「水則載舟，水則覆舟。」在我們使用網路科技和獲得訊息時，當深知其利與弊、真與假，懂得分辨利弊真假，我們才能真正優游科技世界，在生活中獲得、發揮最大功效！