

「健康生活智慧通」樂學盃議題寫作比賽 議題學習單

學校_____ 班級_____ 座號_____ 姓名_____

標題	網路成癮傷腦筋
刊登日期	2024/06/17

一、根據好讀「聯合學苑閱讀任務」文章，回答下列問題（本大題為選填）

- (C) 1. 根據文章內容，研究對網路成癮臨床診斷的標準為何？
- (A) 一個人的大腦化學物質受到影響，而受影響的大腦物質又進一步抑制成癮行為。
 - (B) 一個人的身心與智力健全發展與身體協調性無顯著影響。
 - (C) 一個人持續專注於網路，而當遠離網路時會出現戒斷症狀，且願意犧牲現實人際互動換取長時間上網。
 - (D) 一個人的注意力控制、工作記憶等重要大腦區域之間的訊號傳導活躍。
- 內文提及，此研究對網路成癮臨床診斷的標準，是「一個人持續專注於網路，而當遠離網路時會出現戒斷症狀，且願意犧牲現實人際互動換取長時間上網」。
- (B) 2. 根據文章內容，下列使用的詞語與說法較為適恰的是：
- (A) 網路成癮顯著影響青少年的大腦化學物質，而受影響的大腦物質更進一步讓青少年「諱疾忌醫」。
 - (B) 巴西亞馬遜雨林馬魯博部落耆老對於部落青年沉迷網路的現象感到「憂心如搗」。
 - (C) 數十年來，野生動物體內的藥物殘留證據逐漸「欲蓋彌彰」，顯現出全球生物多樣性的問題。
 - (D) 考量食物鏈循環，現代製藥和違法毒品造成的環境汙染「潛移默化」影響著人類。
- (A) 諱疾忌醫：比喻掩飾過失而不願聽人規勸。(B) 憂心如搗：比喻心中焦慮難安。(C) 欲蓋彌彰：形容想要掩飾過失，反而使過失更加明顯。(D) 潛移默化：人的思想、性格或習慣受到影響，不知不覺中起了變化。
- (D) 3. 研究第一作者麥克斯提到：「網路成癮的行為模式，會嚴重影響或干擾個人生活。」請問下列哪一項並非此句話所意指的行為表現？
- (A) 有時自覺無法專注於更重要的事情，如寫作業或與親人共處。
 - (B) 網路讓部落青年沉迷，繼而變得懶散而不打獵。
 - (C) 隨時隨地查看社群媒體，惟恐錯失資訊。
 - (D) 網路成癮青少年的身體在休息期間，因為大腦部分區域的活動顯著減少，而造成精神不濟的問題。

「健康生活智慧通」樂學盃議題寫作比賽 議題學習單

內文提及，網路成癮青少年的身體休息期間，其大腦部分區域的活動顯著增加，但負責記憶、執行決策和抑制衝動的主動思考區域訊號傳遞卻變得較不活躍。

4. 根據文章內容，科學家發現「網路成癮」會造成青少年身體有什麼影響？

參考答案：

1. 網路成癮對青少年大腦的影響，讓成癮習性惡化，傷害患者身心與智力健全發展且影響身體協調性。
2. 科學家發現，網路成癮青少年的身體休息期間，其大腦部分區域的活動顯著增加，但負責記憶、執行決策和抑制衝動的主動思考區域訊號傳遞卻變得較不活躍。
3. 網路成癮青少年的注意力控制、工作記憶等重要大腦區域之間的訊號傳導，顯然受到干擾。

二、根據議題，說說看法（本大題為必填）

議題	看完〈網路成癮傷腦筋〉這篇文章之後，你認為自己有沒有網路成癮的症狀？如果有的話，請列舉出這些網路成癮的行為；如果沒有的話，請試著思考要如何勸誡身旁的親友避免網路成癮。
我的寫作	參考答案： 1. 我有網路成癮的症狀，我的症狀如下： (1) 花過多的時間強迫性、無意義地一直滑手機。 (2) 容易太關注自己照片或貼文的點閱、按讚數而造成情緒低落。 (3) 容易因為對方「已讀不回」、「不讀不回」等狀況而患得患失。 2. 我沒有網路成癮的症狀，但我會這樣勸戒身旁的親友： (1) 試著培養新的興趣，轉移生活重心，不要將時間都花在網路上。 (2) 多進行社交，跟朋友、家人出去走走，減少被網路綁架的時間。

- 短文創作，勿超過 500 字
- 請將短文謄寫在稿紙上，空白處填妥個人資料（姓名、校名、班級、手機號碼、E-mail、指導老師姓名），並於 2024 年 11 月 30 日前，以掛號郵寄至「221 新北市汐止區大同路一段 369 號 2 樓聯合報教育事業部 樂學盃議題寫作比賽 收」