

手機文化對青少年影響調查報告

「關注傳媒對青少年影響聯席」是由多個教育、宗教、家長教師會及社會服務團體組成，為青少年能夠有一個免受不良傳媒資訊影響的健康成長環境而努力；其前身為「反色情暴力資訊運動」。自二零零二年開始，我們持續地進行香港傳媒生態調查，以反映教師、社工、家長及青少年對傳媒各種問題的意見。

於2016年10-11月，我們進行有關手機文化對青少年影響的調查，和以往一樣，繼續接觸中學生及青少年，希望能反映他們使用手機的情況。有效問卷為992份，以下是我們的分析：

一. 受訪者平日上課的日子使用智能手機的情況

首先，我們邀請青少年回應他們在平日上課的日子中，使用智能手機的時間長短。於回答的受訪者中，有超過三成半數受訪者使用手機少於兩小時 (35.9%)，接近三成二使用約三至四小時 (31.9%)。

亦有接近兩成半的受訪者每天使用手機時間約五至六小時或更多(24.6%) (詳見表一)。

表一：1) 你平日上課嘅日子，使用智能手機嘅時間有幾長？(N=932)

選項	人數	有效百分比
少過兩個鐘	335	35.9
約三至四個鐘	297	31.9
約五至六個鐘	90	9.7
約七至八個鐘	31	3.3
多過八個鐘	20	2.1
翻覺同上課以外嘅時間都用緊	89	9.5
唔知道	70	7.5
總數	932	100.0

二. 了解受訪者經常使用手機進行的活動。(N=990)

有關手機活動方面，回應的青少年表示經常使用(回應 6-7)的手機活動為聽歌 (53.6%)、用文字傾偈 (49.1%)、上社交網站 (46.1%)及打機 (32%)。

而很少或從來沒有進行的手機活動方面，青少年的回應為：購物 (61.2%)、煲電話粥 (54.4%)、自拍 (53.2%) 及看新聞 (31.3%) (詳見表二)。

我們發現有接近一半的受訪者會用文字傾偈，而在煲電話粥方面就有接近五成半受訪者表示很少及從來沒有進行過。

受訪者亦有部份填寫其他一項，不少學生表示會看YouTube、網上小說、漫畫、煲劇及追星。而他們甚少網上購物的原因，相信因為未有經濟能力及信用卡之故。

表二：你有幾經常使用手機進行以下活動呢？(7為最常，1為好少)

活動	7	6	5	4	3	2	1	0
	(最常)			(一般)			(好少)	
a) 上社交網站	29.2	16.9	14.8	19.3	4.8	3.5	7.6	4.0
b) 睇新聞	4.6	6.6	8.0	23.4	13.2	12.9	20.7	10.6
c) 用文字傾偈	28.3	20.8	17.6	16.8	5.9	3.8	3.9	2.9
d) Selfie (自拍)	4.1	3.8	6.3	12.9	9.1	10.7	25.9	27.3
e) 打機	18.6	13.4	12.2	17.3	8.7	8.6	14.3	6.8
f) 聽歌	34.9	18.7	16.8	12.6	5.5	3.7	4.9	2.8
g) 購物	2.5	4.2	6.6	10.1	7.4	8.0	21.1	40.1
h) 煲電話粥	2.7	3.3	5.3	12.4	9.9	12.1	30.0	24.4
i) 其他，如：_____	27.2	12.6	4.6	9.6	2.1	0.4	2.1	41.4

三. 受訪者有否被手機影響作息及學習

從回應者中，發現只有不足二成三的青少年稱自己能完全控制到自己使用智能手機的時間 (22.4%)；而有超過兩成半的青少年只能間中控制到 (25.6%) 及有超過一成六的青少年認為自己有時及完全控制不了自己使用手機的時間 (16.7%) (詳見表三)。

另外，我們發現有接近三成青少年認為智能手機頗影響至完全影響了他們自己的作息時間 (29.8%)；而有接近一半受訪者認為使用手機會「有少少影響」他們的作息時間 (48.3%)。(詳見表四)。

有關成績方面，調查顯示有超過四分之一學生表示使用手機會「幾影響」至完全影響了他們的成績；亦有超過四成七的學生表示他們使用手機會「有少少影響」他們的成績 (詳見表五)。

以上的發現均顯示青少年的自控能力未能令他們完全脫離手機的影響，當中更不少會被嚴重影響，這是家長們應該要注意到和作出協助及提醒。

表三：你認為自己係咪可以控制到自己使用智能手機時間嘅長短? (N=985)

選項	人數	有效百分比
完全控制到	221	22.4
大部份時間控制到	347	35.2
間中控制到	252	25.6
有時控制唔到	133	13.5
完全控制唔到	32	3.2
總數	985	100.0

表四：你認為自己有冇因為使用智能手機而影響咗作息時間? (N=984)

選項	人數	有效百分比
完全影響晒	26	2.6
有好大影響	65	6.6
都幾影響	203	20.6
有少少影響	475	48.3
完全冇影響	215	21.8
總數	984	100.0

表五：你認為自己有冇因為使用手機而影響咗成績? (N=983)

選項	人數	有效百分比
完全影響晒	33	3.4
有好大影響	52	5.3
都幾影響	162	16.5
有少少影響	466	47.4
完全冇影響	270	27.5
總數	983	100.0

四. 受訪者如何看父母使用手機的情況

調查顯示合共有超過三成的青少年認為家長有因為使用手機而減少了關心(詳見表六)。而該三成當中，有逾五份一的學生認為他們的家長「少咗好多關心我既時間」(6.1%)。

對於這個發現，可見手機的影響力不只限於青少年，成人、家長亦有被影響，極可能因為社交網絡、遊戲及即時通訊等軟件而影響日常生活及對子女的照顧和溝通。

對於表七的所帶出令人關注的句子中，不單發現家長使用手機而未能自控的情況，而且有時家長亦會誤會子女，認為他們在玩手機，而其實他們實在亦需要到用手機來做家課或與學校溝通。而且，亦有子女希望與父母一起玩手遊，或請求他們放下手機，一起看電視，多作溝通 (詳見表七)。

表六： 你認為你父母，佢哋自己有冇因為使用手機而減少咗關心你嘅時間？(N=985)

選項	人數	有效百分比
有，少咗好多關心我嘅時間	60	6.1
有，減少咗一啲關心我嘅時間	245	24.9
冇減少對我嘅關心	680	69.0
總數	985	100.0

表七： 就著「玩手機」呢樣事情，你會想同父母講咩呢？(N=741)

以下記錄了部份令人關注的說話：

1. 子女對父母的控訴	<ul style="list-style-type: none"> ● 放下手機陪我聊一下吧！ ● 5 好認為攞住部手機就等於玩手機 ● 吃飯時不要玩手機 ● 你不如當部手機是你個仔 ● 點解你用手機到幾時都得，但我做完功課，溫完習你就叫我睡覺？
2. 有關物質的請求	<ul style="list-style-type: none"> ● 我手機爆芒 ● WIFI 唔該 ● 我想換手機
3. 表示友好關係	<ul style="list-style-type: none"> ● 希望父母不要放棄我 ● 一齊玩啦，我 carry ● 有咩唔明，就問我啦 (心心) ● 我唔想因為手機而令感情變淡 ● 爸媽，不如我地一齊睇電視啦，點都好過睇住部手機囉！
4. 對玩手機的要求	<ul style="list-style-type: none"> ● 多謝合作，唔好煩我 ● 多謝佢哋限制我嘅「玩手機」嘅時間 ● 希望他們可以限制我們玩手機 ● 希望佢哋唔好沒收手機，最好可以幫我減少玩手機的時間 ● 唔好再問點樣係 whatsapp down 啲圖落去部電話到
5. 對自主的要求	<ul style="list-style-type: none"> ● 我十分自律 ● 我玩手機嘅時候唔好煩我。我自己會識放低 ● 我會控制自己，不需要你們關心

6. 解釋玩手機原因	<ul style="list-style-type: none"> ● 「玩手機」能協助我減壓 ● 有時學校課外活動有消息都唔知 ● 你地越煩，我越想玩 ● 我現在只是 check 下 whatsapp + instagram, 已經做完功課 ● 其實玩手機呢，係我嘅娛樂，你自己都有自己的娛樂 ● 除咗手機冇嘢好做，好悶
7. 向父母作承諾或反省	<ul style="list-style-type: none"> ● 「玩手機」對人嘅影響真係好大 ● 有時玩手機忽略咗你地, sorry ● 我識好好控制，並不會拉遠我們之間的距離 ● 其實可以用少啲手機

(有關詳細回應，請看附表一)

五. 受訪者對私隱的關注度

我們發現社交媒體中有不少有趣的心理測驗及遊戲都要開放自己賬戶資料及友人名單才可以參加。所以，我們亦調查青少年在當中交往，是否有留意保障友人及自己的私隱，發現有超過一半的青少年就算知道要先取朋友名單，仍然會玩那些心理測驗及遊戲 (50.7%) (詳見表八)。

而面對和自己不太熟的朋友，有超過七成的青少年會有時設定 (32%) 或經常設定 (39.8%) 私隱項目，以避免自己的私隱給不熟的友人看到。但仍有接近一成半的青少年是完全不設定 (14.2%) 私隱，讓任何人看到他們在社交媒體的分享資料 (詳見表九)。

根據上述兩項的數字可見，青少年對保護自己私隱的意識較為重視 (共 71.8%)，盼望他們可以對保護網絡友人的意識也可提高，因為沒有玩取朋友名單才能玩的心理測驗及遊戲的青少年不足五成 (49.3%)，兩者的百分比相距達兩成多。

有關青少年會否在溝通應用程式中與陌生人傾談及外出，亦是我們極之關注的重點。我們發現受訪者中有超過三成六的青少年於被訪時的三個月內，曾一次或多次與陌生人「傾偈」(共 36.6%)。在有與陌生人「傾偈」經驗的受訪者中，有接近三成半是經常與陌生人「傾偈」 (33.9%) (詳見表十)。而與陌生人外出一題中，雖有超過九成的青少年表示在受訪時的三個月內「未試過」與陌生人“約出街玩”(91.4%)，但亦有接近半成的青少年曾三次或以上與陌生人出街玩 (4.9%) (詳見表十一)。

調查發現，有接近三成半的受訪青少年會在下載電話應用程式時，看當中的條款細則 (34.6%) (詳見表十)。數字較我們想像的為高，因為手機應用程式的條款細則往往很複雜，青少年願意細閱，保護自己，實在十分難得。

表八：你有冇玩過喺facebook入面先要取得你朋友名單，才可以玩嘅心理測驗或遊戲 (N=979)

選項	人數	有效百分比
有	496	50.7
冇	483	49.3
總數	979	100.0

表九：你有冇經常設定社交網站中的私隱項目，以免自己的私隱被唔熟嘅朋友睇到？ (N=979)

選項	人數	有效百分比
經常設定	390	39.8
有時設定	313	32.0
冇乜設定	137	14.0
完全唔設定	139	14.2
總數	979	100.0

表十：你最近三個月曾經用溝通應用程式(如WhatsApp/ WeChat) 同陌生人傾過幾次 偈？ (N=986)

選項	人數	有效百分比
一次	68	6.9
兩次	87	8.8
三次	36	3.7
四至五次	48	4.9
經常	122	12.4
未試過	625	63.4
總數	986	100.0

表十一：你最近三個月有冇用溝通應用程式，同陌生人約出街玩? (N=986)

選項	人數	有效百分比
一次	21	2.1
兩次	15	1.5
三次	13	1.3
四至五次	15	1.5
經常	21	2.1
未試過	901	91.4
總數	986	100.0

表十二：你下載電話應用程式嘅時候，會唔會睇當中嘅條款細則？(N=986)

選項	人數	有效百分比
會	341	34.6
唔會	645	65.4
總數	986	100.0

六. 受訪者對網絡媒體新聞的關注度

超過六成的受訪者表示不會主動進入新聞網站或網媒看新聞 (62.1%)，而表示會的青少年所寫出的網絡新聞媒體首八位依次序為：蘋果(日報或動新聞)、Yahoo、東方(日報或 on.cc)、100 毛、Google、Instagram、明報及 YouTube (詳見表十三 a 及 b)。

首先對於有超過六成受訪青少年不會主動看網上新聞，令我們擔心他們對社會事時、經濟民生及世界大事的知識會從何處吸收？會否受到網上內容農場或真假難分的網站資訊影響？另外，對於會看網絡新聞的青少年來說，明顯蘋果(日報或動新聞)的數字是大幅高於其他的媒體。作為關注傳媒教育的團體，我們希望青少年可以多看不同的網絡媒體的報道，以擴大他們的眼光及看法，也可以學習接納不同人士的意見。

而更令我們擔心的是學生未能清楚分別什麼是網絡新聞媒體。新聞媒體的報道及資料應該是受過傳媒專業訓練及遵行記者操守的傳媒人士所製作的。而於受訪者認為搜尋網站 Yahoo 及 Google、時常以有趣及諷刺手法報道時事，並為商品作出創意宣傳的網媒 100 毛、社交媒體 Instagram 及影片分享網站 YouTube 等.....是網絡新聞媒體，學生又如何能在合適及可信的網絡新聞媒體中去了解時事和追尋真相？

表十三：除咗 facebook 流傳的 post 之外，你會唔會主動進入新聞網站或者網絡媒體度睇新聞？ 如果會，請寫上三個你最常瀏覽嘅網絡新聞媒體(N=984)

A)

選項	人數	有效百分比
會	373	37.9
唔會	611	62.1
總數	984	100.0

B) 最常瀏覽的網絡新聞媒體 (學生認為) 首八位 (N=366) (Items=714)

名稱	人數	百分比 (項目)	百分比 (人)
蘋果	244	34.17%	66.67%
Yahoo	64	8.96%	17.49%
東方	40	5.6%	10.93%
100 毛	29	4.06%	7.92%
Google	25	3.5%	6.83%
Instagram	25	3.5%	6.83%
明報	24	3.36%	6.56%
Youtube	24	3.36%	6.56%

七 · 受訪者了解網絡及社交平台的訊息的情況

相信在網絡及社交平台上接觸過許多不同訊息的年青人，應會知道有圖或短片，未必會代表有真相，因為人們文字的描述、P 圖、短片剪接等..... 所以我們所看到的資訊，未必等於是「真相」。調查亦指出有超過八成青少年不會相信有圖有片就等於有真相 (81%)。仍有近兩成青少年需要靠傳媒及網絡資訊教育，讓他們知道應思考並查證該網絡訊息是否可信 (詳見表十四)。

對於受訪青少年在社交平台分享或轉發資訊時，有六成多會考慮事件「係真定假」(66.1%)。相反，他們最常不會考慮是否「睇咗會有樣學樣」(87.3%)、是否「含有色情或暴力內容」(69.7%)或是否「可以幫到朋友」(66.8%)。而「可能會洩露別人的私隱」方面，亦佔近六成青少年不會考慮 (58.4%) (詳見表十五)。這些數字讓我們思考青少年會否有太多的個人主意，而忽略了他人看到其分享或轉載的內容的感受及影響。

在受訪的青少年中，比較多是在社交平台分享生活點滴 (59.3%)、轉發文章、新聞及短片(45.8%) 及分享 selfie (23.1%)。在網絡上似乎見到很多有關社會運動及諷刺時事的圖片或短片，但其實有參與其中的受訪青少年都不多於一成 (分別為 4.9%及 7.5%) (詳見表十六)。

表十四：你會唔會覺得其他人分享的訊息，有圖或者有短片，就等於有真相？(N=980)

選項	人數	有效百分比
會	186	19.0
唔會	794	81.0
總數	980	100.0

表十五：喺社交平台分享或轉發資訊嘅時候，你會考慮以下嘅事情嗎？(可選多項)(N=987)

考慮事項:	會	會(%)	不會	不會(%)
可能會洩露別人私隱	411	41.6	576	58.4
係真定假	652	66.1	335	33.9
得意同過癮	334	33.8	635	66.2
含有色情或暴力內容	299	30.3	688	69.7
睇咗會有樣學樣	125	12.7	862	87.3
可以幫到朋友	328	33.2	659	66.8
內容會對朋友造成不安	291	29.5	696	70.5

表十六：你會喺社交平台做以下嘅事情嗎？(可選多項)(N=987)

會做的事情:	會	會(%)	不會	不會(%)
分享selfie	228	23.1	759	76.9
分享生活點滴	585	59.3	402	40.7
轉發文章、新聞、短片	452	45.8	535	54.2
詢問意見	201	20.4	786	79.6
評論時事	136	13.8	851	86.2
改圖及製作短片諷刺時事	74	7.5	913	92.5
參與社運行動	48	4.9	939	95.1
與網友策劃活動	71	7.2	916	92.8
其他	106	10.7	881	89.3

八. 受訪者認為網上是否應有規管和怎樣規管

詢問到青少年應否規管網上的溝通和分享，有超過八成半的受訪者認為要規管(86.3%)。認為要規管的青少年中，最多人表示要規管的是「網絡欺凌」(68.7%)、「洩露別人私隱」(68.5%)及「色情資訊」(63.1%)。

很值得大家思考的，是當最多受訪者認為要規管「網絡欺凌」時，「具攻擊性言論」(52.2%)及「發報虛假資訊」(45.9%)這兩項當於網絡欺凌中發生的範疇卻明顯較少人應為要關注。這可能與大家亦十分珍惜網絡的言論自由有關。但實在網絡並非完全自由及無王管，如在網絡上發出具攻擊性的言論而傷害到對方，亦可能會觸犯法例。這點需要向青少年解釋清楚(詳見表十七 a 及 b)。

表十七：你認為喺網上溝通同分享，應唔應該有任何規管？如果應該，咁你覺得最應該規管咩呢？(可選多項) (N=985)

A)

	人數	有效百分比
應該規管	850	86.3
唔應該有任何規管	135	13.7
總數	985	100.0

B)

應該規管範疇:	表示應規管的人數	百份比 (N=850)	百份比 (N=985)
色情資訊	537	63.1	54.4
洩露別人私隱	582	68.5	59.0
具攻擊性的言論	444	52.2	45.0
網絡欺凌	584	68.7	59.2
發報虛假資訊	390	45.9	39.5

九. 個人資料

表十八 a：受訪者的性別

性別	數字	% (N=984)
男	454	46.1
女	530	53.9

表十八 b：受訪者的年齡

年齡	數字	% (N=985)
11-12歲	145	14.7
13-14歲	362	36.8
15-16歲	286	29.0
17-18歲	111	11.3
19-20歲	66	6.7
21歲或以上	15	1.5
總數	985	100.0

表十八 b：受訪者的年級

年級/ 教育程度	數字	% (N=982)
F.1	156	15.9
F.2	204	20.8
F.3	178	18.1
F.4	231	23.5
F.5	85	8.7
F.6	57	5.8
大專或以上	71	7.2
總數	982	100.0

手機文化對青少年影響調查報告

總結：

從手機文化對青少年影響調查報告資料所得，我們有以下的發現：

- (1) 有接近三成二的受訪者每天使用智能手機約三至四小時 (31.9%)，亦有接近兩成半每天使用手機時間約五至六小時或更多(24.6%)。
- (2) 有近一半的受訪者以文字與人傾談，而很少及從未使用電話以言語傾談的的受訪者也接近五成半，可見以語言直接講出及聆聽的溝通機會減少了。
- (3) 而調查亦指出有超過四成的學生只能間中控制到、有時或完全控制不了自己使用手機的時間；亦有分別三成及兩成半的學生使用手機會影響他們的作息時間及成績。
- (4) 調查顯示有超過三成的青少年認為家長有因為使用手機而減少了關心
- (5) 有七百多位學生在問卷表示想向父母表達自己的心聲，當中有不少是希望父母可以放下手機，多和子女多溝通，也有表示願意與父母一起玩手機遊戲，而且亦有部份學生表示不想父母誤會自己用智能手機是「玩手機」，而是用於學習、閱讀或溝通。
- (6) 有關學生對私隱度的關注，有七成學生會設定私隱項目，但卻有五成的學生明知會洩露社交網上朋友的資料仍會玩當中要以朋友私隱資料的遊戲，顯示他們會較為重視自己的私隱，可能會忽視對保障友人私隱的重要性。
- (7) 受訪者中有超過三成六的青少年於被訪時的三個月內，曾一次或多次與陌生人在社「傾偈」，亦有接近半成的青少年曾三次或以上與陌生人出街玩，情況令人擔心。
- (8) 我們亦有問及青少年於網絡接觸新聞資訊的情況，調查發現有超過六成的受訪者不會主動進入新聞網站或網絡媒體去閱讀新聞；而會主動去接觸新聞網站的人中，學生所填寫的首三位「新聞媒體」為：蘋果/ 動新聞(66.67%)、Yahoo (17.49%) 及東方/on.cc (10.93%)。當中可見有附以短片及動新聞的蘋果新聞網站是較為吸引年青人，而且從他們的回應來看，他們未必能辨別到什麼是新聞網站或網媒，因為他們的回應還包括：100毛、Instagram 及YouTube。
- (9) 有約七成的受訪者在分享或轉發資訊時，不會理會當中是資訊是否含人色情或暴力內容 (69.7%) 及可能引起朋友不安 (70.5%)。而且亦有超過八成半的青少年不會理會收看者「睇咗會有樣學樣」(87.3%)。數字顯示頗多青少年對轉發的訊息對收看者的感受或造成影響都似乎不太在意，亦輕看成為傳播資訊的一份子的責任。
- (10) 有超過八成半 (86.3%) 的學生認為要規管網上的溝通和分享，有超過一半的學生認為

要規管「網絡欺凌」(59.2%)、「洩露別人私隱」(59%)及「色情資訊」(54.4%)。然而「發報虛假資訊」似乎比較被看輕，在認為要規管網上的溝通和分享的受訪者中，有少於一半人認為要規管這一項。

建議：

- (1) 對於部份青少年表達自己有時控制不了玩手機的時間，亦承認使用手機而影響到學習、休息的時間。我們建議，當家長為子女購買第一部手機時，與子女訂立使用手機之原則。同步地，也需發展子女的其他興趣及擴闊群體生活，讓子女不會過早沈迷手機世界。另一方面，青少年也需提升敏感度，當發現自己愈來愈受手機影響及牽制，可以尋找協助或同行者，互相提點及定下目標，逐步減少使用的時間，與友人一起建立興趣或外出活動，建立均衡的興趣，令自己不會常常因太空閒或者獨自一人，而又沉醉在手機世界。
- (2) 手機是青少年生活之部分，他們以手機用文字傾偈、在社交平台分享生活點滴，藉此建立社交圈子。另外，父母對子女使用手機的情況，應要體諒，因為有時候學校亦需要學生以手機組成群組作功課討論，或需要上網看資料或接收訊息。因此，我們應以正面角度看青少年使用手機。
- (3) 從青少年的角度，父母在使用手機也值得關注，父母會因使用手機而忽略對子女的關心。事實上，青少年每日使用手機的時間不少，能夠騰出空間與父母溝通已十分有限，如父母機不離手，親子時間更買少見少。因此，我們建議父母以身作則，放下手機，珍惜子女相處的時間，多與子女傾談，製造互相溝通的時刻。
- (4) 雖然網絡很普遍，青少年卻甚少進入新聞網站，因此，他們獲得之新聞資訊，十分局限，因此，傳媒教育方面亦應增強，讓青少年接觸及認識不同媒體，從多角度分析。另外，受訪青少年暫時未能清晰分辨網上的新聞媒體，容易將其他的網上文章或創作當作事實般接收，再加以發放。老師及家長可以與青少年一同上網看新聞、趣聞及短片，探討事件或尋找更多的資料，看看事件或資訊是否屬實。讓青少年知道不要盡信網聞，亦應看清新聞的來源。
- (5) 此外，應增強保護私隱的教育，以一些已發生的事件作為討論的開始，使青少年了解不單要保護自己，亦應保護他人的私隱。同時，更不應於網上與陌生人交談及外出活動，以免遭到危險。並且讓他們知道網上言論要小心，不想被人網絡欺凌的同時，亦不應任意發佈可能傷害到別人或非事實的資訊。

附加資料：

附表一. 學生就問題七 (Q7 玩手機: 你會想同父母講咩呢?) 的回應分類。

1.子女對父母的控訴	<ul style="list-style-type: none">● 放下手機陪我聊一下吧！● 點解佢地可以成日玩，我就唔得？● 你地越煩，我越想玩。● 唔好再玩手機唔理我 T^T● 5 好玩啦● 5 好認為攞住部手機就等於玩手機。● Leave me alone● Stop it!!!● 不用玩太多手機● 不好整日話我打機，我只是看小說和聽● 不要玩太多。● 少 d 打機 la● 出街食飯唔好用● 只要看著手機就說我在玩，但其實在查資料● 叫佢唔好挽咁多● 叫阿媽吳好玩電話● 可唔可以玩少點手機● 吃飯時不要玩手機● 成日話我狂睇手機，個個都係咁，仲係狂睇個隻，我問唔中睇都 ok la● 收埋啦你● 收機啦。Whatsapp 唔震就打呢講啦● 有口話人有口話自己● 自由控制時間，玩手機不代表沒有溫書● 你不如當部手機是你個仔● 你地都玩啦● 你成日淨係玩手機，有時叫你都唔應我.● 你玩，我都玩● 你玩少點電話啦咩媽● 你們玩先● 你都玩緊● 你都玩緊，味玩咁多啦● 你都唔好玩咁耐啦!● 別再玩手機啦!● 別管我!● 希望他們不要常捉 Pokemon● 希望你地唔好成日玩手機啦● 希望佢哋都可以控制自己囉
------------	---

- 我有自律能力, 謝絕你監管
- 我其實唔會成日玩, 只係是剛好你看到好嗎?
- 我重要啲, 定係"三個女人一個虛"? (Whatsapp)
- 我唔係成日挽, 唔好一見到就罵我
- 玩一陣姐, 唔好吵啦
- 玩少 d 手機
- 玩少啲啦:)
- 玩物喪志
- 咪玩
- 咪玩咁多啦
- 嘅然你同我都 gum 鍾意玩, 你就唔好成日鬧我話我打機啦
- 唔好只叫我別玩手機, 你們也要節制下。
- 唔好用我部手機嚟打機
- 唔好再打機 la
- 唔好再沉迷玩「小小帝國」
- 唔好再玩太多啦, 影響健康啊!
- 唔好再玩手機
- 唔好再玩手機唔理我 T^T
- 唔好再淘寶
- 唔好成日同人講電話
- 唔好成日話掛住挽手機唔溫書
- 唔好玩咁多
- 唔好玩咁多電話啦! SORRY
- 唔好唔睇清楚就話我玩緊 game
- 唔好挽咁多
- 唔好淨係話我, 你都係
- 唔好嘈!!
- 唔該收曬屋企所有機!
- 唔應該一見到我玩, 就話玩左好耐
- 唔關你事
- 睇少劇得 5 得
- 傾少啲電話
- 媽咪, 你唔好成日坐車玩手機
- 話人可唔可以話自己
- 話人唔識話自己
- 對父親說收皮
- 請以身作則
- 點解你用手機到幾時都得, 但我做完功課, 溫完習你就叫我睡覺?
- 點解佢哋可以成日玩?我就唔得?
- 玩少 D 啦。
- 不要沉迷玩手機, 多一些和家人相處。

	<ul style="list-style-type: none"> ● 吾該熄咗你個電話啦, 我地宜家係黎行街架 ● 玩少點手機 ● 適可而止
2.物質的請求	<ul style="list-style-type: none"> ● 買新手機。 ● WIFI 唔該。 ● 我手機爆芒。 ● WIFI 唔該 ● 我想 download game ● 我想換手機 ● 我想買部新手機 ● 求新手機 ● 幾時買部新手機俾我? ● 換 LAN 線 ● 換手機 ● 換手機 please ● 媽咪, 我電話個相機好廢。 ● 幫我換手機 ● 幫我買 new 手機 ● 幫我買新手機
3.表示友好關係	<ul style="list-style-type: none"> ● 喂, 老豆呀媽, 有冇挽 pokemon go 啊? ● 一齊玩吓。 ● 希望父母不要放棄我。 ● Do you want to play a game? ● Download Li 隻 Game 俾我玩 la. ● I Love you ● I Love you , so put down your phone ● 一人就一場遊戲 ● 一起打機喇, 有個新 Game 好好玩 ● 一起玩 ● 一齊玩啦 ● 一齊玩啦 b :) ● 一齊玩啦, 我 carry ● 人家都係可以一齊用架! ● 大家一起減少使用手機的時間 ● 大家一齊玩 ● 不如我哋挽啤牌啦 ● 今日幾點放工 ● 分享 ● 加油

- 加油，唔識挽問我
- 可以一齊玩
- 可以唔好 whatapp 我，打電話 plz
- 同我一齊玩
- 同我一齊挽長 game
- 因為玩手機而忽略左你!
- 好玩不如一齊玩
- 成日玩手機少左陪您地，sorry
- 有咩唔明，就問我啦 (心心)
- 老豆，阿媽我哋幾時再去旅行.
- 你加油
- 你打到多少呢?
- 你地玩緊咩?
- 你就唔可以挽少啲，陪下我。
- 你開心就好，呵呵!
- 希望父母不要放棄我
- 我地一齊玩啦!
- 我地都好忙，冇時間玩，幾時先可以冇咁忙?
- 我唔想因為手機而令感情變淡
- 我愛你
- 抖陣啦!
- 其實我們可以減少接觸手機的次數，多一起互動
- 放下手機陪我聊一下吧!
- 放低傾下計啦
- 爸爸媽媽，謝謝您們為了我不玩手機!
- 爸媽，不如我地一齊睇電視啦，點都好過睇住部手機囉!
- 玩一陣啦!
- 唔好「玩」咁多啦! 我想同你傾下計!
- 教你玩
- 教佢地用
- 單 download facebook，IG 得閒睇下我嘢啦!
- 最近有咩新 Games?
- 開心 Share!!
- 傾訴
- 愛您
- 黎，一齊玩
- 謝謝你生下我

4.對玩手機的要求

- 希望他們可以限制我們玩手機。
- 咪再收我電話。
- 我只是玩半小時。
- 不如一齊用少啲
- 不要管我
- 不應加強管制
- 比我玩 la，唔好理我
- 比時間我挽多 D
- 可不可以用一個鐘?
- 可唔可以玩耐 D
- 打埋呢鋪先啦
- 各玩各，大家安靜玩
- 同佢地傾下 d game 嘅內容
- 在適當的時候要適可而止。
- 多謝合作，唔好煩我。
- 多謝佢哋限制我嘅「玩手機」嘅時間
- 好快玩完啦! 等一陣啦
- 有節制就得
- 你俾我玩多 D
- 你唔好限制我睇手機
- 吾洗擔心。
- 希望他們可以限制我們玩手機
- 希望佢哋唔好沒收手機，最好可以幫我減少玩手機的時間。
- 快啲換新機俾我啦!
- 我唔會打好久
- 我想玩多一會兒
- 放過我 la
- 玩一會兒。
- 玩多一陣
- 玩多陣
- 給我玩
- 咪再收我電話
- 咪理我啦 T.T
- 食飯唔好玩手機
- 唔好再問點樣係 whatsapp down 啲圖落去部電話到。
- 唔好成日講我玩電話啦
- 唔好阻我
- 唔好煩
- 唔好管我咁多!
- 唔識玩就咪玩啦
- 媽咪，我可不可以玩半小時電話?

	<ul style="list-style-type: none"> ● 媽咪, 我想玩手機~ ● 媽媽我玩一下啊! ● 想叫佢地幫手控制下我囉 ● 想玩多 D ● 減少玩手機, 會損害視力。
5.對自主的要求	<ul style="list-style-type: none"> ● I never lost control (我從不會失控) ● 比 D 自由比我, 唔好比部手機我用, 但係日日 ● 可以自己控制 ● 自己控制 ● 我十分自律 ● 我不會停止 ● 我只是玩半小時 ● 我可以自己控制, 5 好成日話我挽手機 5 溫書, 我有溫 ● 我可以控制 ● 我可以控制到 ● 我地自己會適可而止。 ● 我好少玩 lol ● 我有自律 ● 我玩手機嘅時候唔好煩我。我自己會識放低 ● 我玩電話唔代表我唔知時間! ● 我要玩手機 ● 我控制到架啦 ● 我想打一會機 ● 我會控制好啦, 唔洗擔心. ● 我會控制自己, 不需要你們關心 ● 我會控制到自己。 ● 我會控制到時間 ● 我會控制玩的時間. ● 我會控制時間。 ● 我懂得如何控制自己 ● 放我自由 ● 玩手機是我的自由! ● 要相信我能控制自己玩手機的時間。 ● 唔好沉迷就得 ● 唔好阻住我 ● 唔駛理我 ● 識控制咪得囉!
6.解釋玩手機原因	<ul style="list-style-type: none"> ● 「玩手機」並不是代表在玩, 有時候是在做功課. ● 「玩手機」能協助我減壓

- 手機好方便
- 手機有很多用途, 不是打電話
- 手機是有好處。
- 只不過想放鬆吓
- 可促進我們的溝通
- 正常活動
- 多分享有趣的事給家人知.
- 好好玩
- 有很多方面資訊
- 有時用手機不一定是玩/浪費時間, 會做正經事
- 有時我用電話唔係玩
- 有時學校課外活動有消息都唔知。
- 有陣時唔係玩手機, 只不過係利用手機做一些學習或者必要做嘅野
- 你地越煩, 我越想玩
- 我不是在玩手機, 我在學習課堂上學不到的東西
- 我有玩, 只係 check 資料
- 我係睇書, 唔係打機
- 我要去 research or 查字
- 我唔係打手機, 而係上網傾計或買嘢
- 我唔係成日玩手機, 有時只係搵資料
- 我唔會玩, 只會好好地使用:)
- 我現在只是 check 下 whatsapp + instagram, 已經做完功課
- 我溫書溫得累, 就會挽電話放鬆一下
- 其實手機吾系真系那麼壞, 有好處 ga!
- 其實有時候真的沒有手機做不了功課
- 其實我用手機唔係 100%玩, 仲有學習
- 其實我相比其他人真係用得唔多……
- 其實拎住手機唔係一定打緊機
- 其實玩手機吾一定係做啲會影響成績嘅事架!
- 其實玩手機呢, 係我嘅娛樂, 你自己都有自己的娛樂
- 拎住手機唔一定係玩手機
- 玩一會兒手機, 不會影響很大.
- 玩手機 5 代表 5 條做緊嘢, 有好多 project 等 homework 都要係 whatsapp 傾!
- 玩手機只不過是娛樂
- 玩手機可以訓練邏輯
- 玩手機唔會影響成績。
- 玩咪玩 lor
- 玩得多唔代表成績會差
- 是時間放鬆一下
- 唔一定係做無益的事

	<ul style="list-style-type: none"> ● 消磨 TIME ● 除咗手機冇嘢好做, 好悶 ● 得意野 ● 這是科技世界。 ● 無代溝 ● 開心 d ● 對我們生活上很有用、方便 ● 輕鬆、休閒、適當而止 ● 學習用途
7.向父母作承諾	<ul style="list-style-type: none"> ● 「玩手機」對人嘅影響真係好大 ● Play less ● Sorry ● Sorry, 唔應該咁時間挽電話 ● 不要玩太多, 會影響眼睛。 ● 不影響學業 ● 少玩一些會更好! ● 少啲玩手機 ● 少點用啦 ● 父母謝謝你 ● 以後挽小啲 ● 只是玩一小時而已. ● 吃飯前不用 ● 合理安排時間就得 ● 好快打完 ● 好快完。 ● 有時玩手機忽略咗你地, sorry ● 吾會比人呃到 ● 希望可以減少使用 ● 希望我可以適可而止 ● 我下次唔會玩那麼久手機 ● 我不會沉迷於玩手機 ● 我不應該玩太久手機的 ● 我以後會少點玩手機的了 ● 我只係睇一陣, 會溫書架。 ● 我有空才玩 ● 我吾玩 la ● 我想我要停了 ● 我會向他們說以後會更加努力學習, 不太常玩電話 ● 我會多溫習 ● 我會好好改善

- 我會自律
- 我會自控的
- 我會挽少 d
- 我會控制吓
- 我會控制好電話嘅時間, 唔會沉迷
- 我會控制好自己, 不會玩那麼多手機。
- 我會控制自己玩手機的時間.
- 我會控制使用手機的時間
- 我會控制到
- 我會控制玩手機的時間
- 我會控制玩手機的時間, 絕不會影響成績和跟你們的關係。
- 我會減少玩手機
- 我會嘗試少啲嫁
- 我會盡力控制自己, 好好運用時間.
- 我會盡量不影響成績。
- 我會盡量控制
- 我會適可而止。
- 我懂得控制, 不會常常玩手機.
- 我識好好控制, 並不會拉遠我們之間的距離。
- 我識控制時間
- 其實可以用少啲手機
- 咁玩少啲
- 玩少 D
- 玩少陣
- 玩少啲
- 玩少啲手機
- 玩多一次就吾玩啦
- 會自覺
- 會玩小 D
- 會盡量少挽。
- 對不起
- 對唔住

附表二：學生就問題十三 (Q13a 請寫上三個你最常瀏覽嘅網絡新聞媒體。)的回應數字。

媒體		百分比 - items		百分比-ppl
100 毛	29	4.06%		7.92%
9 gag	2	0.28%		0.55%

ABC News	3	0.42%		0.82%
ACG Secrets	1	0.14%		0.27%
AM730	2	0.28%		0.55%
Bam01	1	0.14%		0.27%
BBC	12	1.68%		3.28%
Bing	1	0.14%		0.27%
Bloomberg	1	0.14%		0.27%
BTS (韓國男子音樂組合)	1	0.14%		0.27%
Buzzfeed	3	0.42%		0.82%
Cleva news	1	0.14%		0.27%
Clutch Point	1	0.14%		0.27%
Cosplayer Secrets	1	0.14%		0.27%
D100	1	0.14%		0.27%
ESPN	1	0.14%		0.27%
ET 東雲網	1	0.14%		0.27%
ET Today	2	0.28%		0.55%
Facebook	2	0.28%		0.55%
Fan piece	1	0.14%		0.27%
Flipboard	1	0.14%		0.27%
Gerena (電競網)	1	0.14%		0.27%
Gjoyz 趣味新聞	1	0.14%		0.27%
Golden HK	2	0.28%		0.55%
Google	25	3.50%		6.83%
Hotmail	1	0.14%		0.27%
Instagram	25	3.50%		6.83%
Joox	1	0.14%		0.27%
明報	24	3.36%		6.56%
MSN	1	0.14%		0.27%
MYTV	2	0.28%		0.55%
New York Times	1	0.14%		0.27%
News Republic	1	0.14%		0.27%
Now	15	2.10%		4.10%
Piki	1	0.14%		0.27%
Pinteras	1	0.14%		0.27%
Play Store	1	0.14%		0.27%
QQ	5	0.70%		1.37%
Reader Digest	1	0.14%		0.27%
Reuter	1	0.14%		0.27%
RTHK	2	0.28%		0.55%

Samsung News	1	0.14%		0.27%
SCMP	9	1.26%		2.46%
Stand News	1	0.14%		0.27%
Techerange	1	0.14%		0.27%
TED	1	0.14%		0.27%
Tencent 新聞	1	0.14%		0.27%
Times	3	0.42%		0.82%
TVB News	4	0.56%		1.09%
Twitter	1	0.14%		0.27%
ViuTV	2	0.28%		0.55%
Wechat	6	0.84%		1.64%
Weibo	7	0.98%		1.91%
WhatsApp	7	0.98%		1.91%
WorldNews	1	0.14%		0.27%
Yahoo	64	8.96%		17.49%
Youtube	24	3.36%		6.56%
一周刊	1	0.14%		0.27%
十二點半新聞	1	0.14%		0.27%
丫丫八卦新聞	1	0.14%		0.27%
大公報	2	0.28%		0.55%
互動新聞	2	0.28%		0.55%
六點半新聞	1	0.14%		0.27%
天天快報	1	0.14%		0.27%
天氣預報	1	0.14%		0.27%
巴士的報	5	0.70%		1.37%
巴哈 (電玩網站)	1	0.14%		0.27%
本土新聞	1	0.14%		0.27%
用搜尋器搜尋	1	0.14%		0.27%
立場新聞	9	1.26%		2.46%
百度	5	0.70%		1.37%
即時新聞	1	0.14%		0.27%
快看(漫畫)	1	0.14%		0.27%
快報	1	0.14%		0.27%
足球快報	2	0.28%		0.55%
東方	40	5.60%		10.93%
板球新聞	1	0.14%		0.27%
信報	1	0.14%		0.27%
星島日報	12	1.68%		3.28%

映客八卦小新聞	1	0.14%		0.27%
洋葱新聞	1	0.14%		0.27%
英文虎報	1	0.14%		0.27%
香港 01	6	0.84%		1.64%
香港早晨	1	0.14%		0.27%
香港足球時報	1	0.14%		0.27%
香港電台	2	0.28%		0.55%
娛樂	1	0.14%		0.27%
高登	3	0.42%		0.82%
啱 chenal	1	0.14%		0.27%
報紙	1	0.14%		0.27%
壹週 plus	1	0.14%		0.27%
晴報	3	0.42%		0.82%
貼巴	2	0.28%		0.55%
新浪	5	0.70%		1.37%
經濟日報	2	0.28%		0.55%
詭異網站	1	0.14%		0.27%
電視	3	0.42%		0.82%
漫畫人	1	0.14%		0.27%
網易	1	0.14%		0.27%
輔仁媒體	4	0.56%		1.09%
熱血時報	6	0.84%		1.64%
橘子娛樂	1	0.14%		0.27%
頭條日報	6	0.84%		1.64%
韓星	1	0.14%		0.27%
關鍵評論網	1	0.14%		0.27%
蘋果	244	34.17%		66.67%
騰訊	9	1.26%		2.46%
Total:	714	100.00%	回應人數: 366	
			總人數: 990	
			回應率:	36.97%