



111學年度第二學期自主學習

探討短影音對人的影響

408 36魏妍聿、14劉榮傑

目錄



1. 為何選擇此主題
2. 認識短影音
3. 數據分析
4. 結果分析 & 討論
5. 為何會成癮
6. 感想與反省



為何選擇此主題

在社會發達的時代下，人們忙碌於工作、課業中，鮮少有時間能好好去看一部影片放鬆娛樂，因此有了短影音，使人們能在緊湊的行程內在極少的空閒時間觀賞短音。

短影音散佈在我們身活中，多少人會因為短影音帶來的即時娛樂而造成成癮，尤其是青少年群組，甚至有些人會學習模仿短影音的內容，造成正面或負面的影響，因此我們透過匿名調查大部分人使用短影音的結果！



cts.com.tw

<https://news.cts.com.tw> › 國際

青年流行抖音「傷痕挑戰」引爆不良模仿 - 華視新聞網

2023年2月14日 — 中國短影音社群平台**抖音**，國際版的「TikTok」上市以來引發不少爭議，從國安、資安疑慮，還出現各種危險挑戰，像最近法國青少年之間流行「傷痕挑戰」，...



animal-friendly.co

<https://animal-friendly.co> › 伴侶動物

抖音成虐待動物溫床模仿效應發酵 - 動物友善網

2020年6月5日 — **抖音**（海外版為TikTok）除了助長歧視、暴力等行為，更成為了虐待動物的溫床，近期英國媒體調查發現，許多**抖音**上的看似有趣的「挑戰」實質上都是虐待...



line.me

<https://today.line.me> › article

兩女童迷「昏迷挑戰」上吊玩出人命家長氣到向抖音提告「演算 ...

2022年7月4日 — 社群影音平台**抖音**（TikTok）因為主打有趣又新奇的短影音，深獲青少年喜愛，而**抖音**會不時發布一些「挑戰」，邀請創作者用戶來跟風拍攝，創造**模仿**...



yahoo.com

<https://tw.tech.yahoo.com> › news › 家長快注意-抖音...

家長快注意！抖音看久「恐影響心智」醫師：學童易衝動失控

2022年12月6日 — 魔性旋律配上動作跳舞，小學生**模仿**起**抖音**爆紅影片，隨便就能來上一段，再... 嘲諷**抖音**對學生的毒害，就怕不及時戒斷，隨之帶來的**不良**後果難以想像。



eteacher.edu.tw

<https://eteacher.edu.tw> › Archive

短影片對青少年的影響 - 中小學網路素養與認知網站

青少年們本來對影視作品就很容易產生**模仿**行為，只是現在他們**模仿**的對象從電視轉移... 在中國境內發行的「**抖音**」app，因中國眾多的人口，使用**抖音**製作短影音的影片數量...



什麼是短影音？

短影音（英語：SHORT VIDEO、VIDEO CLIP）

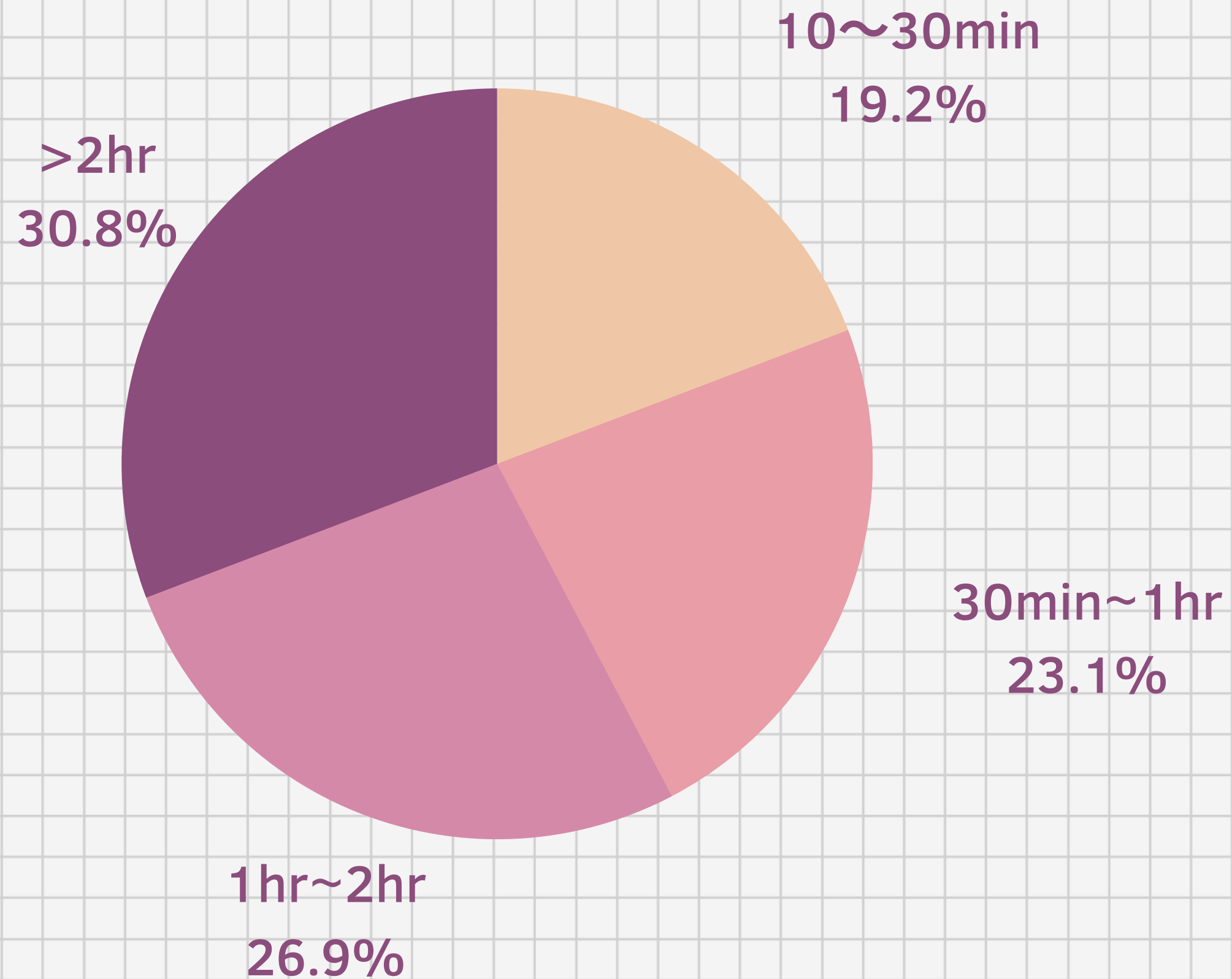
又叫短片、短影片、小影片，
是指長度為15分鐘以內的影片，主要是在行動智慧型終端上進行拍攝、美化編輯或加特效，並可以在社交平台進行即時分享的一種影片形式。

短影音時間短、資訊承載量高等特點，更符合當下網友手機使用行為習慣（利用碎片化時間）。

💡 數據分析 1

平均每每日的使用時間

由圖表可以得知
超過一半以上的人
使用時時間超過一個小時
短影音
已成為大多數人
生活不可或缺的一部分了

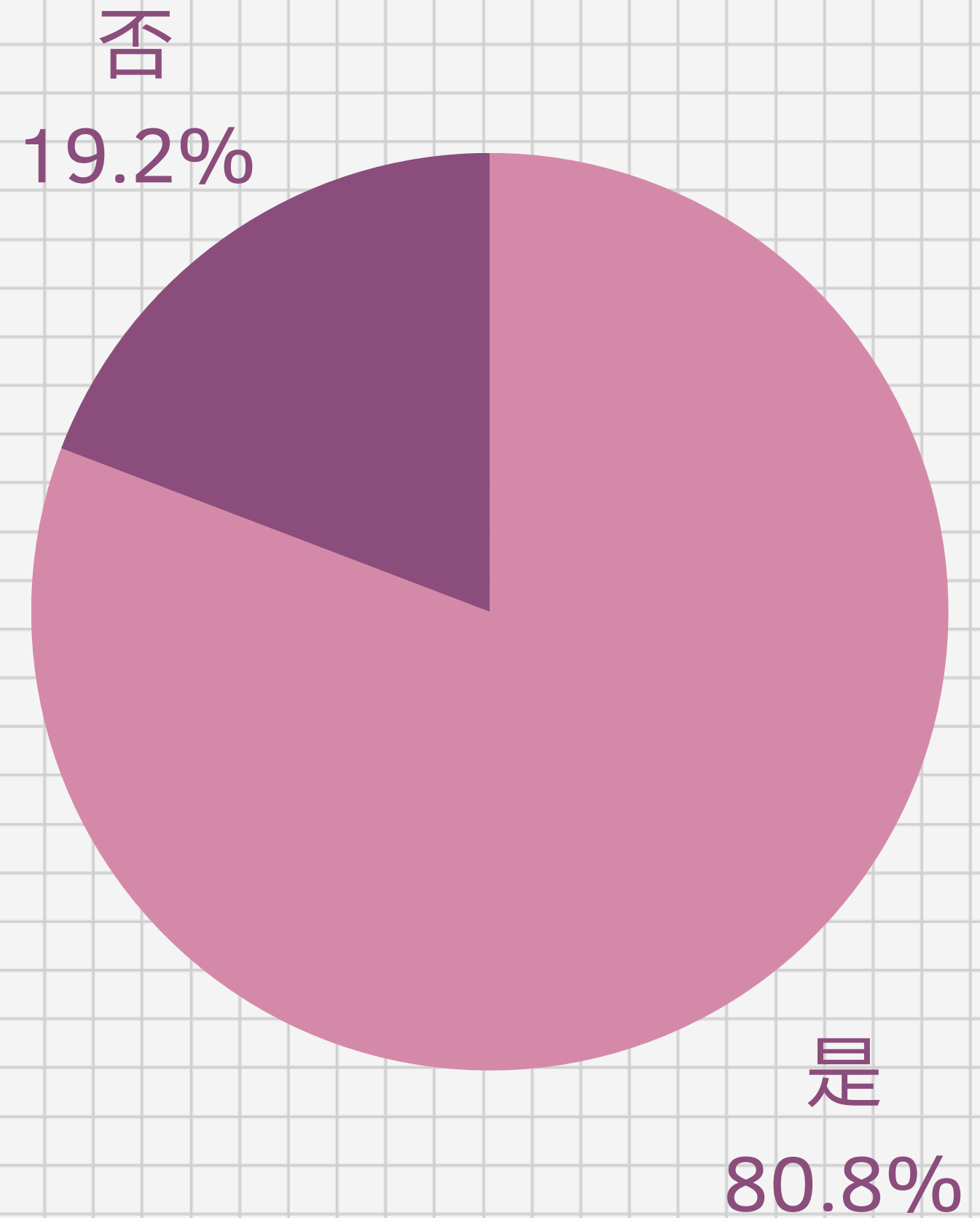




數據分析 2

短視頻對大家的
生活是否有幫助？

有的時候短影音
不一定只是放鬆的工具
由圖表可得知
短影音對大部分人的生活
都有了些許的幫助

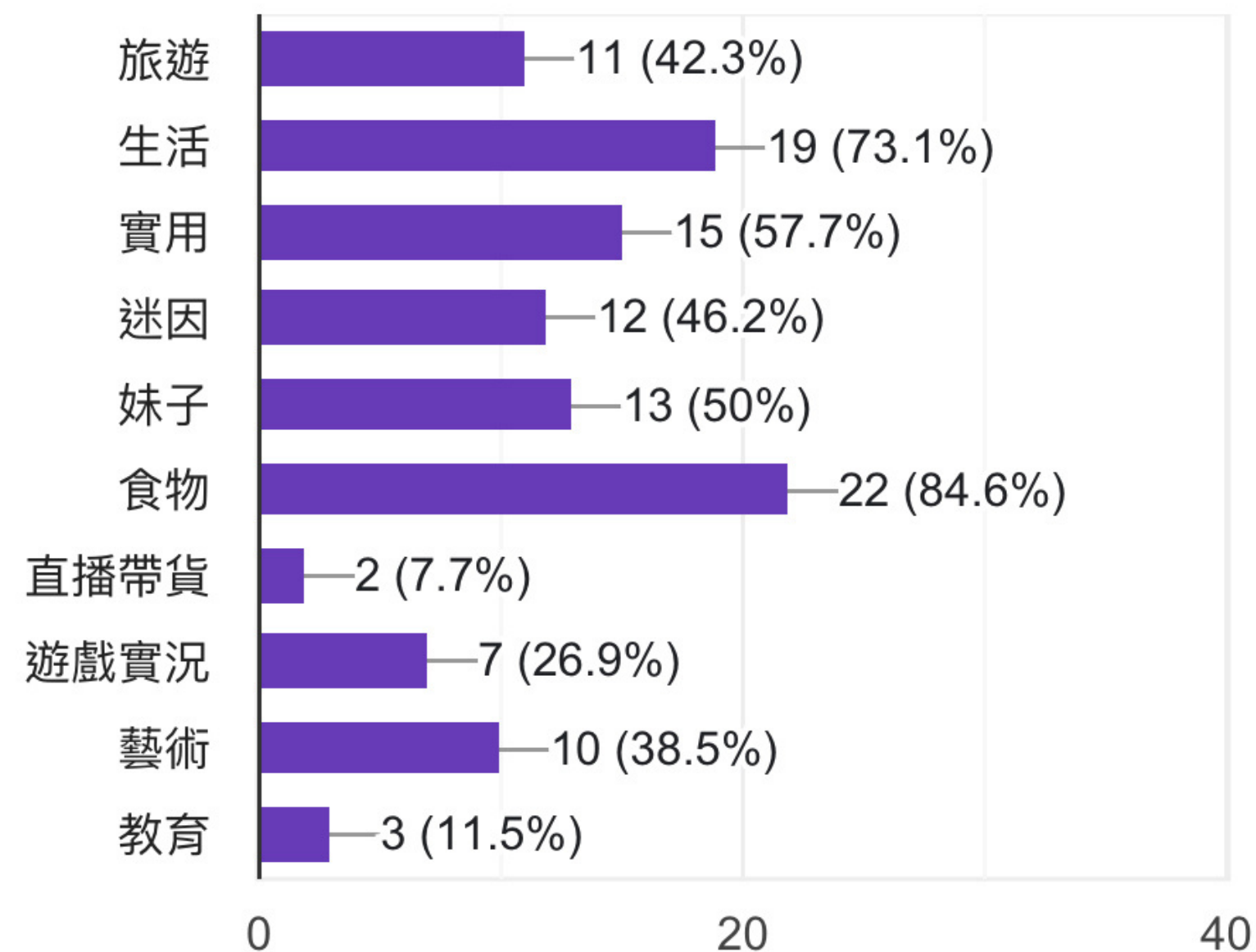


💡 數據分析 3

喜歡的內容是什麼？

喜歡的內容因人而異，每個人的喜好都不盡相同，這也是我們從表單數據所得知的訊息。

- 由此圖表可以顯示，大多都以美食或娛樂的內容相關，可以得知大部分的人看短視頻，應該皆是以放鬆身心等來做使用
- 表中有一個選擇也是相當多人選的喔，那就是「妹子」，相信各位不論是男性或者是女性，應該都是相當喜歡欣賞妹子的
- 也可得知教育題材以及直播類型的是大眾比較不喜歡，畢竟休息時間哪還會有人想要聽到講一堆話的人，光想就煩死了



為什麼短影音會使人沉迷

還有時間來滑個抖音好了...好好笑喔！**再看一部就好...**天啊時間怎麼過了這麼久？TT

使人沈迷短影音的元兇-快樂激素-多巴胺

不需力氣、花很多的時間，甚至不用動腦就能立馬**接受新訊息和快樂**的短影音，即能刺激大腦分泌出多巴胺，讓人們感到快樂，搭配大數據的演算法，不斷播放你會喜歡的短影片，受到一輪接一輪的快速衝擊，進而沈迷，這就是人類追求新知與娛樂的本能。

- **隱憂：造成專注力不足**

短影音使人只需花大約10~15秒的時間即可獲得快樂與滿足，不斷變化的環境不需長時間的關注，使人們越來越沒耐心，**無法接受延遲享樂**，對於長篇大論的文章會感到排斥，導致專注力有越來越短的問題。持續這種模式可能會使大腦難以活躍運作，使在各方面反應遲緩。

影響



短影音主要由tiktok先發起的，受大多數人的好評接受以及長時間的使用，使其他社群娛樂app也跟著推出短影音的功能，例如：IG、YouTube、FB.....等，希望能吸引喜愛短影音的客群來以增加它們家app的使用率。

隨著短影音的流行，許多商家也加以投入短影音的行列，使其商品能更廣泛的向更多人展示，增加產品曝光度。



感想與反省



劉榮傑



我覺得這次報告相當困難，因為填表單的人真得太少了，所以無法完全體現大部分人的真實情況，而只能由少部分人去討論

我覺得這格主題相當的有趣，藉由這次報告可以發現，原來大部分人都和我一樣喜歡看一些短視頻放鬆身心。短影音確實是近期對社會影響非常大的一個東西，有些事情更是領先新聞發布，可以發現現在人對短影音是相當的依賴!!

魏妍聿



在這次的自主學習的困難點是在做調查時，因參與問卷的人數不多，因此無法精確的代表大眾的想法。

另外透過這次的報告，我終於瞭解到為何有許多程式會陸續推出短影音這項功能，短影音雖然帶給人娛樂，但要是沒有高度的自律與媒體視讀，可能反而會造成許多的負面效果。

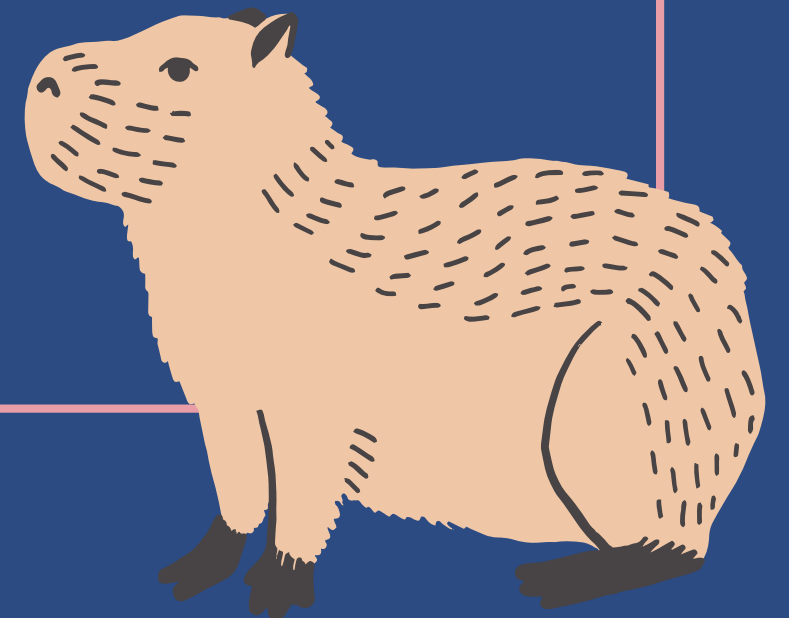
資料連結

<https://tw.news.yahoo.com/news/狂刷短影音停不了-醫師點出關鍵-160500070.html>

<https://eteacher.edu.tw/Archive.aspx?id=4024>

<https://www.storm.mg/article/4289257?mode=whole>

[HTTPS://ZH.WIKIPEDIA.ORG/ZH-TW/%E7%9F%AD%E8%A7%86%E9%A2%91](https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E7%9F%AD%E8%A7%86%E9%A2%91)





Thank you!

408 36 魏妍聿 14劉榮傑