

題目：玩電子遊戲是有害的

近年電子遊戲可以說是現代人消閒方式裏不可或缺的一部分，我認為玩電子遊戲是百害而無一利的。

首先，玩電子遊戲會影響家人的關係。根據循道衛里楊震社會服務處的《兒童玩電子遊戲現象問卷調查》報告書顯示，每一百名玩電子遊戲的人，便有大約七人會增加與家人的衝突。而經常與家人發生衝突會令你和家人的關係越來越疏遠，所以玩電子遊戲會影響人際關係的。

其次，玩電子遊戲會令人荒廢學業。時間是一塊薄餅，而你每天只有一塊。如果你把其中一份切大塊點，那麼另一份便需要切小點。如果你要多花點時間玩電子遊戲，那麼溫習的時間便會縮短。而溫習時間縮短會令人學業成績急轉直下，所以玩電子遊戲會令學業成績轉差。

此外，玩電子遊戲會對眼睛及手部肌肉造成不可逆轉的傷害。有人認為玩電子遊戲可以增加手眼協調，提升反應力，但是未見其利先見其弊。長期重覆同一個動作，會造成手部肌肉勞損。而長期看着電子屏幕則會影響視力。所以玩電子遊戲每對眼睛及手部肌肉造成不可逆轉的傷害。

總而言之，玩電子遊戲除了會令人荒廢學業，也會對手部肌肉和眼睛造成不可逆轉的傷害，更會影響家人的關係。綜合以上三點，所以玩電子遊戲是百害而無一利的。