

# Copie anonyme - n°anonymat :

Code épreuve : 76CH

Nombre de pages : 3

Session : 2025

Épreuve de : chinois LVB

## Consignes

- Remplir soigneusement l'en-tête de chaque feuille avant de commencer à composer
- Rédiger avec un stylo non effaçable bleu ou noir
- Ne rien écrire dans les marges (gauche et droite)
- Numéroté chaque page (cadre en bas à droite)
- Placer les feuilles A3 ouvertes, dans le même sens et dans l'ordre

Q1 :

两篇文章讲到人们如何限制他们或他人的手机使用。

每个年龄段的办法都不一样。以下三个主要做法。其一，一些父母选择监督孩子。有的绑定了孩子的手机，并给他一个不好用的防沉迷手机。其二，很多年轻人决定使用老年机来减少他们对智能手机的依赖。其三，到高中这个年龄，家长慢慢开始信任孩子的自控和自律能力并把做完作业(或周末)当作使用手机的前提。

这些办法各有利弊。首先，监控孩子的手机使用不一定是最有效的。在一个到处都需要手机的社会里，过于限制不现实并且这有的时候不利于父母和孩子的相处：孩子很在乎用手机时感受到自由和信任。其次，“数字排毒”让许多成年人更加珍惜现实生活。比如说他们去参加更多的室外或社交活动，生活更饱满<sup>变得</sup>了。

Traduction

该措施

在一个北京的高中门口，学生们好像不太赞同！  
“我很多时候都在线，周末一天超过十二个小时，周一到周五一天五个小时，只是为了看视频和动漫”，一名十七岁的高中生说道。

这是我生活很重要的一部分。就算有禁令，我也会找到其它办法的。以前我有用过父母的身份证来上线。我反对这些措施。没有网络，我活不了”，她说。“我也不同意，我不想因为这项政策而改变我的习惯”，她的一个同学补充说。

“不需要出台一刀切的政策。因为每个孩子都不一样。我的儿子学习优秀并且他想玩的时候就让他玩”。

Q2:

对我个人而言,人们过度使用手机。如今,每个人——特别是80后和千禧一代——一天到晚都在看手机(我在内)。人们仿佛不会什么都不做了。比如说,地铁反映了这个手机无处不在的“低头族”社会。它给人们之间创造了一道看不见的墙。我们为了手机而活,并不知不觉得活在一个虚拟世界里,冷落了身边的亲朋好友并忽略了他人。

无论是瘾还是习惯,我们生活不可以不用手机。在一个数字化的社会里,手机已经成为了我们日常生活的一部分,特别是在中国。我们用它来付款(微信支付或支付宝),沟通,等等。但是有的时候,手机可以被看作是一个“精神鸦片”因为它使我们分心,障碍工作或学习效率。所以我可以明白2021年中国政府出台的“禁游令”(未成年人)。生活当中很多时候最好不要用手机。

我很支持“数字排毒”。因为这可以让人们更加体现现实生活的美好:看展览,听音乐,去锻炼等等,并终于拥有自己的空间。我觉得刷短视频让人感到很不自由。其实,实践“数字排毒”是一种保护我们艺术生活,守护我们真正的闲暇的方式。无论如何,手机不可能是一个兴趣爱好。尽管弊端存在着,我们应该扬长避短,让手机发挥它最高的价值。