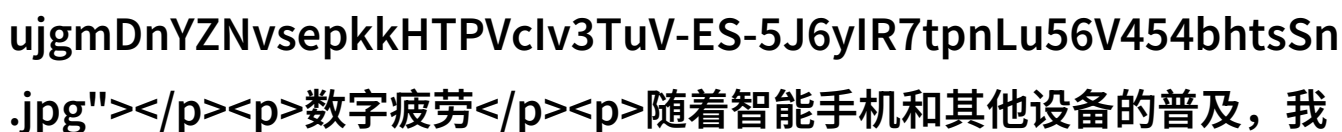
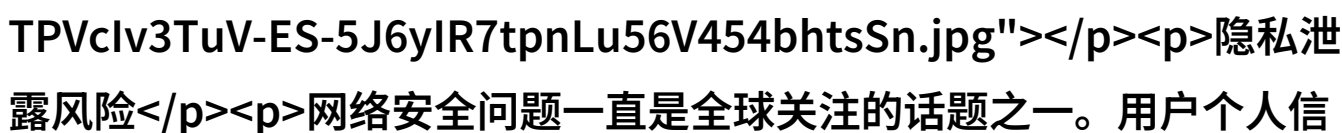


5hhhh探索数字化生活的五大挑战

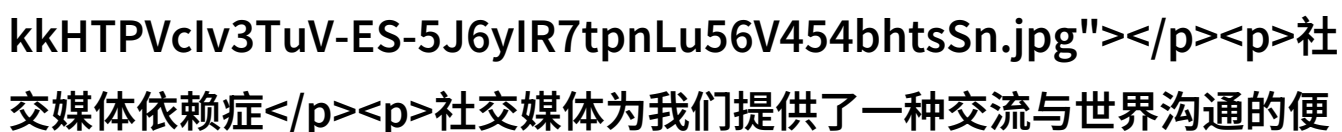
在当今这个快速发展的时代，数字技术无处不在，它影响着我们的工作、学习和生活方式。然而，这些变化也带来了新的挑战。以下是对这一现象的深入探讨。

数字疲劳

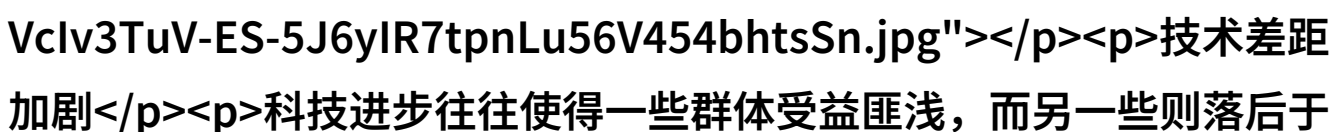
随着智能手机和其他设备的普及，我们日常生活中所接触到的信息量激增。这导致了人们面临着来自多个平台上的持续干扰，使得他们难以集中注意力，从而引发了精神压力和焦虑。

隐私泄露风险

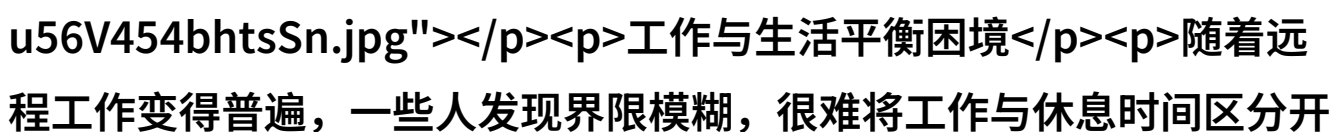
网络安全问题一直是全球关注的话题之一。用户个人信息被盗用、数据被滥用成为常态，这给人的隐私保护带来了巨大的威胁。而且，越来越多的人意识到，他们需要采取措施来保护自己的数据安全。

社交媒体依赖症

社交媒体为我们提供了一种交流与世界沟通的便捷途径，但同时也可能导致沉迷。在不断地获取点赞、评论和关注下，很多人发现自己已经失去了自我控制能力，对现实世界产生了忽视。

技术差距加剧

科技进步往往使得一些群体受益匪浅，而另一些则落后于时代。教育资源不均等、基础设施不足等因素造成社会经济差距加剧，进一步分化社会结构，并可能引发冲突。

工作与生活平衡困境

随着远程工作变得普遍，一些人发现界限模糊，很难将工作与休息时间区分开来。这不仅影响了个人的身心健康，也让许多家庭成员不得不承担更多责任，从而影响家庭关系和子女教育质量。

56249-5hhhh探索数字化生活的五大挑战.pdf" rel="alternate" download="656249-5hhhh探索数字化生活的五大挑战.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件</p>