

# 澳洲研究：社媒損害年輕人心理健康

## 孤獨感增加 當局考慮禁止16歲以下使用

近年來，社交媒體對年輕人的心理健康的影響日益受到關注。澳洲一個智庫的最新研究表明，過去十年，澳洲年輕人的心理健康水平正在顯著下降，尤其是孤獨感和不幸福感增加，懷疑與使用Instagram (Ig) 和Snapchat等社交媒體平台有關。目前，澳洲國內呼籲禁止16歲以下青少年兒童使用社交媒體的聲音日益高漲。

【大公報訊】根據澳洲智庫e61研究所 (e61 Institute) 一項最新研究，在過去十年中，澳洲年輕人，尤其是15至24歲，其心理健康平均得分明顯下降。研究認為，該趨勢與Instagram和Snapchat等社交媒體平台快速發展不謀而合。

上述研究重點關注年輕女性和男性受社交平台影響的顯著差異。2011年至2022年間，澳洲年輕女性的心理健康得分下降了11%，從73%降至62%，在此之前的11年，她們的心理健康指數基本保持不變。年輕男性的心理健康狀況也有所下降，心理健康得分下降了7%，從74.5%降至67.5%。

### 年輕女性受影響最大

研究指出，導致心理健康水平下降的因素有幾個，其中社交媒體是一個重要因素。Instagram和Snapchat等社交平台，已成為許多年輕人日常生活中不可或缺的一部分，但這些平台往往助長了外貌焦慮，加劇網絡欺凌，甚至讓部分青少年社交孤獨感上升。

e61研究總監拉卡瓦 (Gianni La Cava) 稱，研究表明，澳洲青少年的心理健康曾一度保持穩定，但從2012年起大幅下降，這與社交媒體平台流行的時間相吻合。拉卡瓦指出，經常接觸社交媒體的年輕女性，最容易出現心理健康水平下降的情況。Z世代 (15至24歲) 的年輕女性是最頻繁使用社交媒體的用戶，與年齡較大的女性和所有男性相比，她們的心理健康得分明顯較低。例如，在朋友數量指數上，年輕女性在同期由0.97，暴跌至0.12；男性就由1.08，跌至0.45，顯示前者的孤獨感增加。

臨床心理學家薩瑟蘭 (Dougal Sutherland) 說，社交媒體和互聯網會影響青少年的心理健康和精神健康。他說，負面影響包括網絡欺凌、接觸色情圖片、接觸極端主義內容以及沉迷上網等等。他說：「很難擺脫它，它無處不在，無時不在。」

### 澳洲擬加強監管社媒

目前，澳洲國內呼籲禁止16歲以下青少年兒童使用社交媒體的聲音，日益高漲。澳洲政府於5月10日宣布，就社交媒體帶來的負面影響啟動議會質詢，已承諾出資650萬澳元 (約3417萬港元)，根據電子安全專員的建議，在社交平台上試用年齡驗證技術，以限制青少年接觸。當局同時批評社交平台刪除暴力貼文的速度不夠快，並準備對社交平台發布內容加強監管力度，涵蓋Meta旗下Facebook和馬斯克旗下的X等。

澳洲總理阿爾巴尼斯對社交媒體「對年輕人產生負面影響」說法表示贊同，他表示，如果有事實根據，他將支持針對16歲以下兒童的社媒禁令。南澳州政府討論立法禁止14歲以下兒童訪問社交媒體賬戶，新南威爾士州也準備進行類似的質詢。

日前，Meta全球安全部門主管戴維斯出席澳洲議會質詢時稱，不認為社交媒體危害兒童，引發澳洲政府不滿。阿爾巴尼斯於6月29日公開批評Meta等社交媒體「傲慢」、「不受控制」。據稱，議會質詢的結果將於今年11月出爐。(澳洲廣播公司/悉尼廣播公司/《衛報》)



### 社媒平台影響青少年：

**Ig加劇少女容貌焦慮**  
2021年，Meta的一份內部研究顯示，Instagram平台會放大用戶的「負面社會比較」，特別是加劇用戶對於外貌的焦慮，年輕女性尤其受到影響。公司內部研究員發現，32%的少女表示，當她們對自己的身體不滿意時，瀏覽Ig會讓她們的感覺更糟糕。14%的少男稱Instagram導致他們對自己感覺更差。

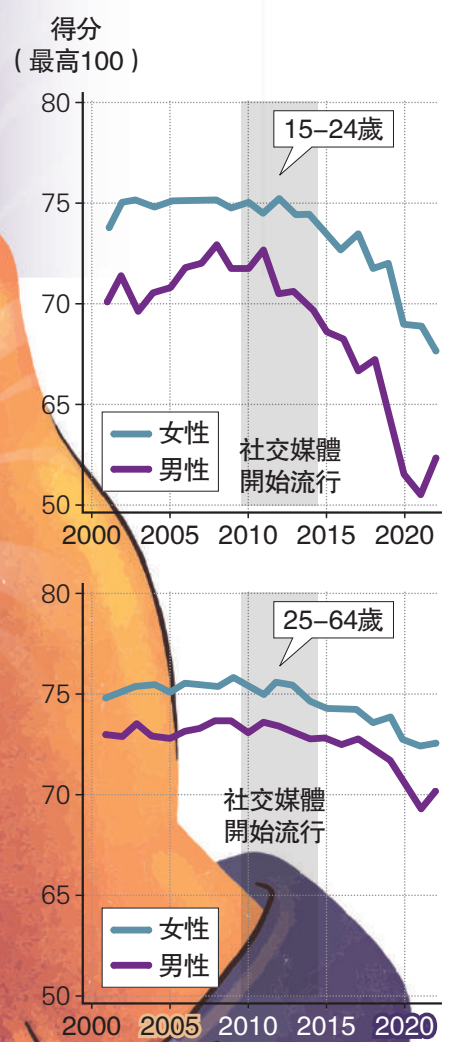
**利用青少年心理弱點 設計上癮產品**  
2023年10月，美國41個州與華盛頓特區向法院起訴，指控Meta在Facebook和Instagram中建立一套機制，讓兒童青少年對產品上癮，對其心理健康產生負面影響。根據法律文件，Meta的一份內部文件顯示，該公司曾試圖利用青少年「易衝動、受同伴壓力和出現潛在有害危險行為」的心理特點設計產品。

**每日10萬兒童在Fb或Ig遭性騷擾**  
2024年1月，Meta內部文件估計，每天約有10萬名兒童在Fb與Ig平台上收到性騷擾內容，包括收到「成人生殖器照片」。新墨西哥州檢察長托雷茲於去年12月起訴Meta，指控後者旗下平台已成為孩童剝削者的交易市場。  
大公報整理



▲澳洲新研究表明，使用社交媒體影響青年心理健康。網絡圖片

### 澳洲民眾心理健康情況



### 澳洲民眾使用社交媒體情況

## 紐約限制社媒算法 防止青少年上癮

【大公報訊】據《華爾街日報》報道：美國紐約州在6月正式通過一項法律，禁止社交媒體公司利用算法，向兒童發放導致他們「上癮」的資訊。紐約州議會7日通過了這項名為《兒童安全法》的法案，旨在打擊沉迷社交媒體的行為，保護兒童上網安全。紐約州州長霍楚6月20日簽署了這項法案。霍楚表示，這項措施將降低社交媒體令人上癮的程度，她還說，青少年大量使用社交媒體導致了精神疾病的增加。這項法律禁止社交媒體公司利用

算法，向未成年人提供自動推送「上癮」內容，此類算法因為向兒童推送暴力和色情內容而受到廣泛的批評。在新法案下，除非獲得家長同意，平台不得向18歲以下青少年推送非關注用戶的內容。該法案還將禁止平台在未經父母同意的情况下，在凌晨零點至早上六點向未成年人發送通知訊息。

紐約州成為美國第一個對社交媒體內容的傳播方式進行限制的州。加州也在推進類似的立法，明尼蘇達州和南卡羅來納州也正在考慮類似的措施，但暫時沒有採取行動。

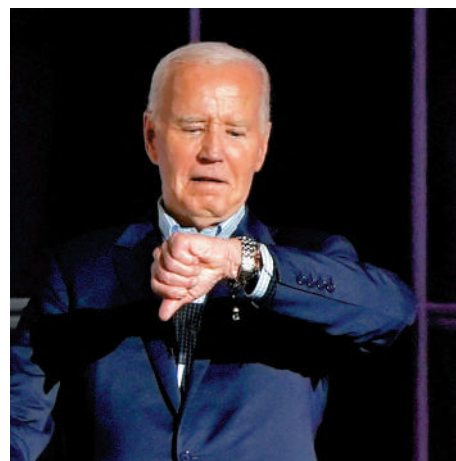
## 民主黨金主施壓 要求拜登退選

【大公報訊】綜合《紐約時報》、CNBC報道：美國總統拜登再次面臨退選的壓力，包括迪士尼 (Disney) 創辦人的孫女阿比蓋爾 (Abigail Disney) 等民主黨金主先後發聲，要求拜登放棄連任，否則會暫停對民主黨捐款。CNBC引述阿比蓋爾指，她打算暫停對民主黨的一切捐款，直到有新的人選可取代拜登。她形容拜登是個好人，

但代表民主黨出戰大選風險太高，認為副總統哈里斯是可靠替代人選。阿比蓋爾4月向政治行動委員會「Jane Fonda Climate PAC」捐款5萬美元。慈善家斯坦恩將暫停300萬美元的捐款計劃。斯坦恩說：「我們需要一個新的候選人來擊敗特朗普。」串流平台Netflix聯合創始人黑斯廷斯也呼籲拜登退選。黑斯廷斯和妻子近年向民主黨捐款超過2000萬美元，包括在拜登2020年競選期間向其捐款約150萬美元。

民主黨金主目前最看好哈里斯和加州州長紐森替代拜登。民主黨部分金主正組建名為「下一代」的政治行動委員會，籌集多達1億美元的資金，用於支持替代拜登的候選人。消息人士透露，如果拜登不退選，這筆款項將用來為選情落後的民主黨政客助選。

拜登團隊迫切希望展示其籌款實力，強調在辯論當天和辯論後第二天，共籌得超過2700萬美元小額籌款，迄今為止最多。拜登陣營目前共籌得2.12億美元競選資金，落後於特朗普陣營的2.35億美元。



▲美國總統拜登4日在白宮出席獨立日活動時看手錶。

## 伊朗總統選舉結果最快今出爐

【大公報訊】綜合法新社、路透社報道：伊朗周五開始舉行第二輪總統選舉投票，改革派候選人、前衛生部長佩澤什基安與保守派候選人、前核協議首席談判代表賈利利展開競爭，預料結果最快周六出爐。

伊朗總統選舉原定於2025年舉行，但總統萊希5月份乘坐直升機墜毀身亡而提前舉行。伊朗國家電視台稱，投票站於當地時間上午8點向選民開放，下午6時結束，通常會延長至午夜。最終結果將於周六公布。在上周舉行的首輪投票中，佩澤什基安得票率第一達42%，賈利利以39%的得票率位居第二，由於無人得票過半，須舉行第二輪決選。

伊朗最高精神領袖哈梅內伊當日上午八點投票。哈梅內伊3日呼籲民眾積極投票，「第二輪總統選舉非常重要。」在首輪投票中，在伊朗6100萬合格選民中，投票率只有四成，創下1979年伊斯蘭革命以來投票率新低。

本次總統選舉是在巴以新一輪衝突引發地區緊張局勢、伊朗核協議爭端，以及民眾對經濟狀況不滿的背景下舉行。佩澤什基安現年69歲，是一名心臟外科醫生，自2008年以來擔任議員，曾出任衛生部長。他贏得了伊朗改革派聯盟的背書，包括前總統哈塔米和魯哈尼的支持。佩澤什基安呼

籲與西方建立「建設性關係」，讓伊朗「擺脫孤立」。24歲的大學生阿里認為，佩澤什基安將致力於讓伊朗「向其他國家開放」。

現年58歲的賈利利以毫不妥協的反西方立場而聞名，得到了議長加利巴夫等保守派的支持。40歲的選民納魯伊說，她相信賈利利是「國家安全的最佳選擇」。

分析人士說，如果賈利利獲勝，將預示着伊朗可能延續萊希的強硬路線。如果佩澤什基安獲勝，會促進務實的外交政策，緩解核協議談判僵局。兩名候選人都允諾要重振疲軟的經濟。

◀ 伊朗大選次輪投票5日展開，兩名候選人為前衛生部長佩澤什基安 (左) 與前核協議首席談判代表賈利利。法新社

