



瑞典擬禁小學初中校園使用手機

學生到校即上交設備 放學可領回

瑞典政府28日宣布，若獲得議會批准，將從8月開始的新學年起，在全國小學和初中課堂禁止學生使用手機，以確保學生能集中注意力。新規實行後，學生到校即上交手機，直至放學時領回。美國智庫布魯金斯學會26日發布的報告則指出，30%的受訪者認為，在減少校園內的手機使用之後，他們的專注力上升。



▲澳洲一位青少年展示手機上無法訪問Instagram的警告信息。美聯社

▶澳洲去年12月10日正式實施針對16歲以下用戶的社媒禁令。圖為兩位澳洲青少年在使用手機。路透社



▲法國洛里昂市一所高中要求學生把手機關機後放入儲物櫃。法新社

【大公報訊】瑞典政府當地時間28日表示，已向議會提交一項全國性提案，計劃自今年8月新學期起，在所有小學和初中課堂禁止學生使用手機。瑞典實行九年制免費義務教育，這項禁令覆蓋的學生年齡為7至16歲。因教學需要或有特殊情況的學生可獲得豁免。

新規定實行後，學生到校即上交手機，直至放學時領回。瑞典政府在聲明中說，「研究表明，瑞典學生在課堂上受電子設備干擾的程度高於經濟合作與發展組織成員（OECD）的平均水平」，「因此政府提議在整個校內時段實施手機禁令」。2024年一項調查顯示，瑞典初中生日均使用電子設備近7小時，且未計入在校期間的「觸屏」時間。

建無手機區 減課堂干擾

據瑞典通訊社報道，目前約80%的瑞典小學和初中已根據校長裁量權實施課堂禁用手機措施。瑞典政府負責教育事務的官員西莫娜·莫哈姆松說，需推行全國性禁令以確保所有相關學校成為「無手機區」，「這將減少課堂干擾」，她稱此舉有利於教學和學生心理健康，還能「幫助許多家長解決家庭難題」，減少孩子的屏幕使用時間。

瑞典於2017年推出針對幼兒園、小學和初中的全國性「數字化」戰略，平板電腦和筆記本電腦逐漸取代了許多教科書和手寫作業。由於學生成績下滑引發批評，該國自2023年起逐步取消這一政策。

瑞典的新規符合全球趨勢。聯合國教科文組織（UNESCO）數據顯示，截至2024年底，全球40%的學校不同程度的禁止學生使用智能手機，較一年前的30%顯著上升。歐洲多個國家，包括法國、荷蘭、意大利和芬蘭等，均已在中小學課堂實施了不同程度的手機禁令。新加坡自今年1月起，全國中學生在校期間都不得使用智能手機和手錶，並要將電子設備存放在指定區域。美國約70%的州已經自2025年秋季學年起實施校園手機禁令。

美國智庫布魯金斯學會26日發布的報告指出，76%的青少年對校園實施手機禁令表達了支持傾向。該學會委託「理解美國研究」調查組對全美近1100名成年人及近400名青少年進行訪問。報告指出，30%的青少年減少校園內的手機使用之後，發現自己的專注力上升了；19%的受訪者則表示，手機禁令對自己的學業成績有積極的影響。

英國釐更嚴格手機禁令

校園手機禁令各個學校執行尺度不相同。英國教育大臣布里奇特·菲利普森本周向全英格蘭學校致信，呼籲全英實施更嚴格的校園手機禁令，「全天禁止學生使用手機，哪怕是把手機當計算器使用也不行。」教師在校園裏最好也不要學生面前使用手機。

英國政府此前發布的最新指導意見指出，學生不管是在課堂上、課間休息還是午餐時間，都不應該使用電子設備。菲利普森表示，英國教育標準局即將對學校的手機禁令情況進行檢查。她強調，學校應該確保手機禁令在所有班級、所有時間內得到一致執行。

英國科學、創新和技術部數據顯示，英格蘭地區99.9%的小學和90%的中學已出台不同程度的手機禁令，但58%的中學生反映，在課堂上會未經允許就使用手機；在高中級學生中，這一比例則達到65%。

智能手機對兒童的影響並非主觀臆斷。卡羅琳醫學院上月發布的新聞公報介紹說，經常使用社交媒體的兒童，其注意力會隨時間推移出現下降趨勢，而看電視、玩電腦遊戲等其他屏幕活動則未發現類似關聯。（綜合報道）



▶法國巴黎一所職業高中的學生上課時將手機放在一旁。法新社

多國限制青少年使用手機或社媒

澳洲

澳洲從2024年第一學期開始在公立學校實施手機禁令。去年12月10日，澳洲針對16歲以下未成年人的社交媒體禁令正式生效。

法國

法國自2018年起便立法，禁止全國中小學生在校園內使用手機、平板電腦等電子設備。若參議院審議通過，法國將禁止15歲以下未成年人使用社交媒體。

英國

英格蘭地區99.9%的小學和90%的中學已出台不同程度的手機禁令。英國教育大臣日前表示，英國學校應該全天禁止使用手機。

瑞典

若獲得議會批准，瑞典將從今年8月開始的新學年起，在全國小學和初中課堂禁止學生使用手機。

丹麥

丹麥今年8月起將在全國所有公立中小學禁止使用手機、平板電腦等裝置。丹麥政府正推動立法，禁止15歲以下未成年人使用社交媒體。

韓國

從今年3月1日起，禁止學生在課堂上使用手機及智能裝置，適用於全國小學、初中及高中。

新加坡

自今年1月起，全國中學生在校期間都不得使用智能手機和手錶，並要將電子設備存放在指定區域。



變化明顯

綜合BBC、路透社報道：澳洲去年12月10日正式實施全球首個針對未成年人的社交媒體禁令，禁止16歲以下人士使用包括Facebook和Instagram在內的十個主流社媒平台。該禁令迄今已生效近兩個月，有澳洲青少年表示，自己的日常生活發生了積極的變化，「感到自由了」。

14歲的澳洲女孩艾米描述社媒禁令生效之後的感受時稱，「多年來的第一次，我感到自由了」。在禁令生效前，艾米像許多同齡人一樣，每天要花大量時間在Snapchat、Instagram和TikTok等社媒平台上，「有時會被算法一路帶着走，不知不覺就耗掉很多時間」。

禁令生效後，艾米漸漸愛上了跑步。她表示，現在「只會在真正有事情需要做的時候用手機」。

不過，仍有一部分澳洲青少年嘗試各種辦法，規避平台的年齡驗證系統，還有人轉向未受限制的替代平台。艾米也是禁令前下載替代平台的人之一，但她從未真正使用過。她表示，禁令生效後，她對社交媒體的興趣大幅下降，也不覺得有必要再下載或使用其他替代平台。

美國應用程式數據公司Apptopia的布萊克指出，替代軟件的下載潮已回落，意味着部分青少年開始接受新規則。他還稱，禁令生效前，澳洲人下載VPN的數量也曾上升，但VPN對青少年的吸引力有限，因為許多社媒平台能偵測出這種虛擬網絡。

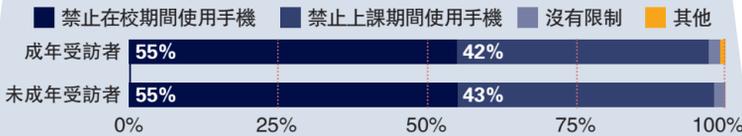


▶社媒禁令生效後，部分澳洲青少年感覺自己的日常生活發生了積極的變化。美聯社

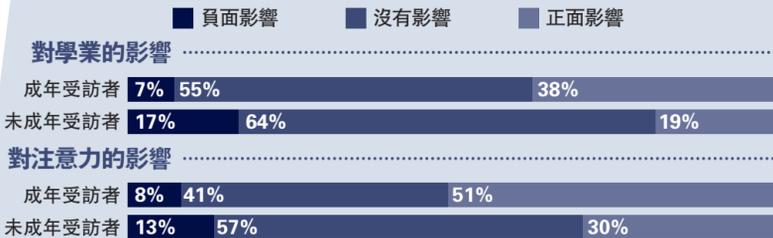
大部分民眾支持學校限用手机



學校限制學生用手机情況分類



手機禁令對青少年影響



來源：布魯金斯學會

被控制意讓孩童上癮 美科企巨頭面臨審判

據《華盛頓郵報》報道：隨着智能手機與社交媒體平台的普及，兒童與青少年「社媒成癮」現象已成為全球公認的心理健康危機。美國加州洛杉磯一宗指控社交媒體讓青少年上癮的審判27日展開陪審團選拔。媒體認為，該案的裁決結果可能為全美數千起類似案件定調。本案原告為一名化名K.G.M.的19歲加州女性，她指控Meta、YouTube、Snapchat和TikTok四家社媒巨頭販售「有缺陷產品」，即刻意設計讓人成癮的算法與界面，讓她因過度使用社交平台而嚴重成癮，進而引發憂鬱、焦慮情緒以及自殘、自殺意念。截至27日，Snapchat和TikTok已與原告達成和解，此案僅剩的被告為Meta和YouTube。Meta執行總裁扎克伯格預計將出庭作證。

「社交媒體被害人法律中心」創辦人柏格曼強調，該案訴訟重點不在平台未能刪除有害內容，而在「平台設計本身」，以及平台算法推送的不是用戶想看的、而是「讓人無法移開視線」的內容，從而造成上癮。研究顯示，每日使用社交媒體超過3小時的青少年，出現焦慮和抑鬱的風險會增加一倍。科技巨頭則否認刻意傷害未成年人的指控，強調多年來已增加多重防護措施。

大勢所趨

綜合美聯社、路透社報道：法國國民議會在26日至27日的會議中通過法案，將禁止15歲以下未成年人使用社交媒體，該法案獲得法國總統馬克龍力推，接下來將提交至參議院審議。若最終生效，法國或將成繼澳洲之後第二個採取此類青少年社媒禁令的國家。評論稱，近年越來越多的國家紛紛跟進加強年齡驗證與平台監管，加入限制未成年人使用社交媒體的隊伍，以保護未成年人免受過度使用電子產品的危害。

澳洲去年12月10日正式實施針對16歲以下人士社媒禁令以來，截至1月20日，已有逾470萬個賬號被停用、刪除或受限。澳洲總理阿爾巴尼斯對此表示，儘管外界仍對禁令存在一些懷疑，但這種做法正在奏效，並在全球範圍內被效仿。

丹麥政府去年11月宣布，計劃對15歲以下未成年人實施社媒禁令。法國和丹麥是目前正在測試一款年齡驗證應用程式的5個歐盟國家之一。在歐盟層面，歐盟委員會主席馮德萊恩已呼籲針對社媒使用最低年齡限制採取進一步行動，但由於需協調歐盟27國的不同訴求，導致遲遲無法落實。

在亞洲，今年1月1日起，馬來西亞禁止16歲以下人士註冊或單獨使用社交媒體。美國聯邦政府依靠《兒童線上隱私保護法》規範13歲以下兒童資料收集，但多州通過的「家長同意法」則因言論自由爭議面臨司法挑戰。

少用手机社媒 澳洲女孩「感到自由」

青少年社媒禁令成全球趨勢