

新學年新規 多國推「無手機校園」

對抗「數碼成癮」成共識 保護學生身心健康

對抗「數碼成癮」，打造「無手機校園」已經成為多國教育體系的共識，多個國家與地區在2026年9月開學季，進一步擴大或全面實施校園手機禁令，其中法國正式將校園手機禁令由小學及初中擴大至高中層面。聯合國教科文組織數據顯示，全球已有超過半數教育系統實施手機禁令或限制，反映出國際社會對保護兒童身心健康的共同關注。

大公報記者 戚佳潔

【大公報訊】9月1日起，法國政府正式將自2018年起實施的校園手機禁令，由小學及初中全面擴大至高中層面（15至18歲學生）。1日開學首日，法國總統馬克龍特地前往法國南部洛澤爾省芒德市的沙普塔爾高中視察。面對高中生，馬克龍直言不諱地指出，手機和社交網絡「對青少年發展並無好處，且與課堂專注完全背道而馳」。他更以愛麗舍宮的規矩勉勵學生：「即使在總統府開會，所有人也必須提前交出手機。」

法國學校購鎖袋保管手機

法國國會今年7月通過立法，禁止15歲以下兒童使用社交媒體，並禁止高中生在校內使用手機。法國憲法委員會於8月稍早以侵害言論自由為由，駁回法案中的社交媒體禁令條文，但未針對高中校園手機禁令相關條文做出裁決。從新學年開始，法國所有的小學、初中和高中都將禁止學生在校內使用手機，在校外進行的與學校相關的教學活動中也禁止使用手機。禁令將涵蓋智能型手機以及其他電子通訊設備，例如智能手錶等。

法國國民教育部長熱弗雷表示，學生進入校園後「手機必須關機並保存在書包或儲物櫃內，對於殘障學生或其他例外情況，學校可以另行處理，譬如在食堂用餐付費或用於教學時，可以使用手機」。具體如何限制手機使用將因學校而異。位於西北部勒芒的約瑟納高中此前僅規定課堂上不能使用手機，學生課間可在教室外使用；今年開學後，禁令範圍將擴大到整個校園。巴黎東部一所高中的校長朱莉·布夫里表示，即使在走廊和食堂，學生也將被禁止使用電子設備。她表示，學校已經購買了大約100個帶鎖的袋子，統一保管學生的手機。

全球逾半教育系統出台禁令

法國將手機禁令擴大至高中，僅是全球範圍內教育系統對抗「數碼成癮」的一個縮影。從歐盟多國到美國各州，全球教育界正迅速形成共識：智能手機對兒童發展造成負面影響。

瑞典今年8月起的新學年開始，在全國小學和初中推行課堂與校園禁令，學生到校即須交出手機。英國政府透過法案條文修訂，將「校園手機禁令」提升為法定指引。這意味着今年9月1日起，英格蘭所有中小學都有法

律義務遵守並執行「全校日（含課間與午休）禁手機」的規定。全美已有約20個州實施校內手機禁令，其中新澤西州於今年9月新學年開始實施全州K-12公立學校的手機禁令，規定從第一聲鈴聲到放學期間不得使用智能手機。

聯合國教科文組織在今年3月發布的最新版《全球教育監測報告》中特別指出，全球已有超過半數、約114個教育系統在法律或政策層面上，對中小學校園內的智慧型手機與電子設備實施了禁令或限制規範。這一做法主要是為了解決課堂分心問題、應對網絡欺凌，以及保護學生的心理健康，特別是防止社交媒體算法對青少年造成負面衝擊。

報告同時指出，僅停留在「禁止設備進入課堂」是不夠的，教育系統還應探討，如何守住學生課堂教學時間的同時，真正培養好能夠適應未來社會的下一代，讓他們學會如何甄別網上信息、管理屏幕使用時間並理解數碼平台的潛在風險。



▲9月1日起，法國政府正式將校園手機禁令由小學及初中全面擴大至高中層面。圖為巴黎一所小學的小學生。法新社



▲英格蘭立法禁止校園內使用手機。圖為倫敦一所中學的學生。路透社



►位於柴郡的阿爾薩格學校的學生們將手機密封在袋子裏。網絡圖片



▲9月1日，法國一個高中課室內，學生們的手機被收納在儲物板上。美聯社

各國新學年校園手機禁令

法國

法國今年9月新學期起，將手機禁令擴大至高中校園。法國2018年已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。

英國

英格蘭禁止在校園內使用手機的法案在2026年6月29日正式生效。

瑞典

自今年8月新學期起，法規要求所有7至16歲的小學和初中學生在校期間全面禁止使用手機，學生到校後必須將手機上交由學校保管至放學。

波蘭

自9月1日起實施新法，不論是公立或非公立小學，學生在課堂、課間及所有校內外教育活動中均不得使用手機、錄音或錄影設備，校外教育活動同樣受限。

捷克

擬全面禁止學生在校使用手機及其他電子通訊設備，並授權學校可在學生上課期間集中保管手機，相關法案預計2027年9月生效。

►巴黎北部讓·梅爾莫茲職業高中存放學生手機的儲物袋。法新社



循序漸進

法國高中9月1日開始全面實施校園手機禁令，然而具體操作上仍有許多困難。這項禁令如何在短時間內有效落實，同時不影響學生日常學業，引發各方關注。

在盧瓦爾河地區教育委員會主席博諾看來，校方實際操作並不簡單：「高中在校生年齡跨度大，涵蓋15歲至21歲的技工班、預科班學生，現實情況複雜，必須調整相應管理方式。」此外，校方還要考慮實施該措施的成本，博諾預計每所高中為安裝專用手機儲物櫃就需要增加1萬歐元費用。

法國全國校長聯合會秘書長雷奈認為新政策實施時機「不佳」，直言「學校還沒準備好」。工會副秘書長考夫曼表示，恐需近一年時間，禁令才能在所有高中全面落实。

不過，也有不少專家認為，學校與學生確實需要時間去實施與執行校園手機禁令，但其效果不可忽視。2018年，法國禁止11歲至15歲的學生在小學和中學使用手機。據《衛報》報道，去年4月，法國前任教育部長伊麗莎白·博爾內在參議院表示，許多學校報告，手機禁令產生了積極影響，學生課間的社交互動頻率大幅提升、體能活動增加、校園霸凌事件減少，學生的注意力也更加集中。史丹福大學經濟政策研究所和美國國家經濟研究局的幾位大學教授進行的一項研究則表明，手機禁令實施的第一年通常會導致混亂，因為學生需要時間來適應這種變化。但禁令實施的第二年，學校普遍發現紀律問題減少，學生幸福感提升。

法國南部土倫的魯維爾高中校長對新政策表示歡迎：「原則上這是件好事。減少手機使用對學生們的身體和心理都有益。當然，我們也不能粗暴地把手機從學生手中奪走，還是要給他們課間休息時準備其他東西。」

加拿大：小學效果良好 高中流於形式

效果迥異

多倫多公校教育局（TDSB）於2024年重申禁止學生在校使用手機。今年發布的最新研究顯示，該禁令在小學與高中之間的執行效果存在顯著差距：小學執行嚴格且收效良好，高中卻因執行困難而流於形式。這已是TDSB自2007年及2019年兩次嘗試禁手機失敗後，第三度推行相關政策。

根據TDSB規範，六年級及以下學生全天禁用手機，7至12年級學生則在課堂期間禁用，違規者須上交

設備，嚴重者送交校長辦公室處置。

研究數據揭示了兩極化的執行現狀。超70%的小學教師表示學校規章得到貫徹執行，並對此感到滿意。反觀中學教師，僅44%滿意現有措施，51%坦言執行面臨極大困難。

執行差距的核心原因在於外界支持度的差異。研究顯示，表示「完全未獲得家長支持」的中學教師人數是小學教師的兩倍，而表示「未獲學校管理層支持」的比例更是小學的三倍。有中學教師透露，許多家長堅持隨時與孩子保持聯絡，而部分學校管理層因「害怕家長反對」而選擇息事寧人。

TDSB的歷程表明，缺乏清晰指引與管理層支持，政策難以落實。專家強調，未來的成功關鍵在於家校攜手，共同培養孩子健康的電子設備使用習慣。對嚴重沉迷者，則需提供專業戒癮與心理健康支援，以集體力量應對手機依賴問題。

一天做準備。」羅斯補充說，這也意味着上課時大家都可以全神貫注，而不用擔心「錯過手機的通知或其他消息」。校長奧尼爾表示，手機禁令效果「非常好」，「這些小袋子現在已經成為我們學校不可或缺的一部分。」

英格蘭這一舉措亦引發其他地區的討論。北愛爾蘭教育局也於今年8月底正式展開為期12周的公眾諮詢，積極考慮跟進立法，將校園內使用智能手機列為非法行為。

英格蘭：學校有法可依 禁令效果明顯

立竿見影

為改善課堂秩序、減少網絡霸凌並提升學生專注力，英格蘭已於今年6月正式全面禁止中小學生在校內使用智能手機，將原本不具約束力的「校園禁用手機指引」正式升格為法律。據BBC本月4日報道，該法案生效約兩個月後，許多率先試行及落實全天候「無手機政策」的學校取得了顯著成效。教師普遍反映，課堂紀律大有改善，學生注意力更集中。校方指出，手機禁令讓學生們重新將目光投向了現實世界中的面對面交流。

根據英國政府今年4月通過的《兒童福

祉與學校法》，自6月29日起，學生在整個校園作息時間內——包括課堂、小息及午膳時間，均不得使用手機。在立法前，英格蘭已有99.8%的小學和90%的中學自願推行手機限制，立法是為了提供校方更明確的法律依據與執行權力。規定同樣指出，學校教職員在校期間不得在學生面前使用個人手機處理私人事務。

位於柴郡的阿爾薩格學校要求學生將手機密封在袋子裏，直到放學回家時再取出。學生羅斯說，手機禁令執行後，「每個人都變得更善於交際了，大家不再只是坐在那裏玩手機，而是互相交談，為新的

法國學校指政策推進有困難