

美國 K-12 學校除了限制學生使用手機，亦開始討論如何以教育代替禁止

駐舊金山辦事處教育組

美國猶他州 Ogden High School (OHS) 校長 Shauna Haney 為了改善教學效果，在 2023 年時力排眾議，推出該州第一項禁止學生在校內使用手機的校規（以下簡稱『校園手機禁令』），成效相當出色，並促使州政府考慮全面推廣相關規定。

這所位於鹽湖城北方的高中與其他學校一樣，孩子們在新冠肺炎疫情期間經歷長時間的遠距教學，學生們返校後對老師的注意力下降了。Haney 與其他教職員檢視相關研究資料後，發現學生無法專心上課的原因多半跟 3C 產品有關，只要手上拿著手機，他們就不會用心聆聽教學內容。此外，雖然當時 OHS 已禁止在上課期間使用個人電子設備，許多老師仍得時時監視台下學生，想專心教學並不容易，因此希望能實施更嚴格的規範，但又擔心在執行上遇到困難，畢竟沒有人想強搶孩子們手上的手機或平板電腦。

Haney 得知此事後就召集教職員討論如何設計新規範，並與學校主管在家長會上公開說明他們的想法。她提議學生第一次違規使用 3C 產品時，僅暫時沒收並給予警告；但第二次再犯時，除了沒收之外，還會通知家長前來學校取回手機。若孩子不記取教訓，第三次再犯時，校方將安排家長會議，面對面討論如何解決學生多次違反校園手機禁令的問題。

剛開始家長認為沒必要禁止學生在校使用手機，後來才發現這能讓孩子們更投入學習。政策實施約一年後，OHS 發現在 2024-2025 學年度首次違規次數為 355 人違規，但違規二次和三次的人數僅 101 與 47 人，顯示大多數學生還是能暫時放下手機專心上課的。OHS 實施校園手機禁令一年後，猶他州政府便宣布全面禁止 K-12 學生在校使用個人電子設備，並於 2025 年 7 月 1 日生效。此外，教育週報（Education Week）的統計資料也指出，目前至少有 30 個州與哥倫比亞特區要求學區禁止或限制學生在校使用 3C 產品。

Haney 現在常與他校校長一起開會，並實地演練如何實施校園手機禁令。許多來自其他學區的家長也紛紛向她請益，希望能將 OHS 的經驗移植過去。Haney 在受訪時表示，禁用手機在實施上並不困難，學校領導人是否有執行決心才是關鍵。她希望各校教職員能不斷向教師、家長和學生宣導相關規範，並在教師面對家長質疑時給予支持。長此以往，才能使其發揮作用。

教育週報本月另刊專文討論「數位駕駛執照」(digital driver's license, DDL) 能否幫助學生調整手機的使用習慣，並加強對假消息的判斷力。顧名思義，K-12 學校會要求想在校園內使用個人電子設備的孩子接受考試，合格者可免受校園手機禁令的限制。儘管不少州份目前傾向以禁止代替宣導，不少教育專家仍認為 DDL 值得一試，畢竟學生還是得在高中畢業前培養出對 3C 產品的自制力與數位素養，以免影響未來的學習或工作，同時也減輕教師在課堂管理上的壓力。(其他參考資料)

威斯康辛州的 Greenville Middle School (GMS) 正在嘗試建立 DDL 制度，希望能將上述理想化為現實。該校學生每學年都接受 45 分鐘的課程，學習如何自我管理 3C 產品的使用習慣，同時也討論數位素養 (digital literacy) 相關議題。校方希望協助學生培養自我管理能力，並了解網路活動是凡走過必留下痕跡的，因此得學著判斷資訊來源的正確性。修課學生必須通過 15 道題目的測驗，才能帶手機到學校或使用公共電子設備，不及格者可重修該課程，直到通過考試為止。(其他參考資料)

須注意的是，取得 DDL 不代表學生能隨時隨地使用個人電子設備，即使是午餐或下課時間也不行。GMS 校長 Travis Lawrence 說明 DDL 僅允許學生基於教育目的使用手機，比如說，他們可在上課時為了查詢資料或計算數據而拿出手機，但必須事先徵求教師同意。(其他參考資料)

部分教育專家認為全面禁止學生使用手機未必是最好的方法，教會他們如何適當且負責任地使用 3C 產品才是正確途徑。德州大學奧斯汀分校 (University of Texas at Austin) 心理學教授 David Yeager 建

議。與其單方面禁止學生使用手機，不如給他們機會證明自己有能力負責任地使用手機與其他數位設備，並藉此爭取在校使用的權利。這樣的方式，或許能改變學校對手機的思維框架，也更容易讓學生接受手機政策。（其他參考資料）

除此之外，亦有專家提議將學生意見納入手機使用規範和數位素養課程中，讓孩子們的心聲也能被聽到。校園手機禁令與 DDL 的目標都是希望學生能培養紀律，並進行自我管理以適應數位時代。

其他參考資料：

<https://www.edweek.org/technology/could-a-digital-drivers-license-help-students-manage-their-cellphone-use/2025/07>

撰稿人/譯稿人：陳鐘民

資料來源：2025 年 07 月 17 日，“How One Principal Got Kids to Pay Attention in Class” , By Olina Banerji and Vanessa Solis, Retrieved from Education Week, <https://www.edweek.org/technology/how-one-principal-got-kids-to-pay-attention-in-class/2025/07>