

請謹慎滑動：美國又一個州要求社群媒體加註警告標籤新聞頭版

駐紐約辦事處教育組

紐約州已加入加州與明尼蘇達州，通過法律，要求被認定具有成癮性功能的社群媒體平台必須顯示警告標籤。根據立法文本，社群媒體網站不得遮蔽該警告標籤，或將其隱藏於服務條款中；若違反，最高可面臨 5,000 美元的罰款。

法律將適用於使用者，但主要針對青少年和兒童的心理健康，該法律將適用於州內的使用者，但立法文件指出，其主要對象是兒童與青少年，因為外界對他們在網路上的身心健康日益感到憂慮。

儘管該措施已於 2025 年 12 月下旬簽署成法，但尚未訂定具體的生效日期。在正式實施之前，州檢察長仍需制定有關法律如何執行的相關規則。



圖 1. 手機螢幕上顯示著 Instagram 的標誌。

紐約州法律的一項重要內容是，使用者將無法點擊略過出現在螢幕上的警告標示。研究媒體與科技對兒童影響的非營利組織 Common

Sense Media 的科技政策資深法律顧問 Holly Grosshans 表示：「我們認為，讓這些平台以及它們可能造成的潛在危害對使用者更加透明，是非常重要的。」

研究顯示，學生花在社群媒體上的時間長短，與心理健康困擾之間存在關聯。一項 2019 年的研究發現，每天使用社群媒體超過三小時的 12 至 15 歲青少年，通報出現憂鬱或焦慮的機率，是使用時間較少的同齡人的兩倍。

報告顯示，社群媒體加劇了男孩的性別角色與自我認知問題，Common Sense Media 於 2025 年發布的另一份報告，根據對 11 至 17 歲男孩的調查發現，接觸社群媒體會強化特定的男子氣概與性別角色觀念，並使男孩感到孤立、焦慮，且自尊心低落。

部分研究人員則質疑，為社群媒體平台加註標示是否真能發揮效果，即使這些限制出於善意。

社群媒體法律之爭：限制言論自由的爭議

在喬·拜登總統任內，當時的美國衛生署長 Vivek Murthy 呼籲在社群媒體上加註警告標籤，並將線上平台的成癮性與煙草和酒精等產品相比擬。紐約州州長 Kathy Hochul（民主黨）在本週的新聞發布會上也作出類似的比擬。

代表科技巨頭如 Meta 和 Google 的貿易協會 NetChoice 提起訴訟，試圖阻止科羅拉多州的法律，並認為該法律構成對言論自由的非法限制。一位法官在 2025 年 11 月暫時中止了該政策的生效。

其中一種觀點是，社群媒體平台是「共同構建的」，意思是公司創建平台後，用戶以不同方式與其互動，進而影響公司改變產品的功能，Olson 說道。由於這些動態關係，使用這些平台可能在法律上被視為一種自由表達的形式，她補充道。

她認為，政策制定者應該將重點放在鼓勵數位素養和數位公民意識上，教育青少年如何「以適當且健康的方式使用社群媒體，而不是專注於讓他們對使用社群媒體感到羞愧或內疚。」

各州正推動規範多種科技形式

紐約州的社群媒體政策正值對設備對學生學習和身心健康影響

的廣泛關注浪潮中。根據《教育週》追蹤報告，至少 31 個州和哥倫比亞特區要求學區禁止或限制學生在學校使用手機。許多州政府官員表示，他們希望能對抗校園內的社群媒體使用，並創造一個「無干擾的學習」環境。

紐約和加州有區域性政策，規定學生在上課期間不得使用手機。明尼蘇達州則要求學區出台政策，但尚未確定具體細則。

對人工智慧的規範和學生學習的影響

許多學區也面臨壓力，要求制定有關學生在課堂上使用人工智慧的標準。學校開始推出有關人工智慧的政策，界定適當和不適當的使用方式。一些學校還試圖教育學生了解與這項技術相關的風險。Grosshans 認為，政策制定者和學校領導者在多種技術形式上試圖建立的規範存在相似之處。

撰稿人/譯稿人： Jennifer Vilcarino/駐紐約辦事處教育組

資料來源：2026 年 1 月 08 日 Education Week（教育週報）報導

<https://www.edweek.org/leadership/scroll-with-caution-another-state-requires-social-media-warning-labels/2026/01>