

法國家長與教師皆盼望通訊軟體群組維持和諧，以利有效溝通

駐法國代表處教育組

「原則上，每個年級都有一個家長的 WhatsApp 群組，但有些人會同時加入 3 個群組：高二、高一、高三。很顯然，假設一名高一生的家長抱怨他小孩的法語口試成績，高二生的家長會感到有壓力；如果一位高三生的家長抱怨大學入學分發平台系統 (Parcoursup)，又會使高一生的家長感到壓力。」這段來自大巴黎一名高中生的母親卡洛琳 (Caroline，本文提及所有家長都不願透露姓氏) 的分享，帶領我們進入了一個平行時空：家長之間的 WhatsApp 群組。

這款通訊應用程式允許使用者成立聯絡人數無上限的群組，從而更輕鬆地分享資訊，同時也使家長陷入壓力深淵，因為每個人都能在這個數位通訊空間中傾瀉焦慮，形成一種無止境的「神經質乒乓球賽」，導致壓力放大十倍。這類 WhatsApp 群組往往是由好心的家長成立，後來變得沒完沒了：大家本來天真地以為，平日的學校時間應隨著下午 4 點 30 分放學而結束，從 2026 年 7 月 5 日到 9 月 1 日的暑假期間也該暫停。但這樣的時代已經不復存在，WhatsApp 上始終可見上學和放學後對未來的焦慮，再無停止的一刻。

「我甚至還會在半夜收到訊息，現在可是暑假啊！」巴黎地區的學生家長蘇菲 (Sophie) 抱怨：「比如 7 月某個星期六早上九點半，有人分享了開學時間表，而且不是正確的資訊，白白浪費我們的時間。」她加入的群組多達 4 個：高二群組、高三群組 (她女兒即將升上的年級)、高中總群組，以及專門給家長代表的群組。「問題在於我們其實無法真正離開這些群組，」蘇菲感嘆道：「因為其中也會傳遞重要資訊，這就帶來壓力，因為所有與學校相關的事情可能都很重要。」

被困在一個不敢退出的群組，生怕錯過任何消息，本文中受訪的家長們大多都在想著自己究竟是如何走到這一步的。「以前我們沒這麼煩惱，」卡洛琳承認道：「例如，有些家長現在就想知道開學後要怎麼安排。在 WhatsApp 出現之前，我們會等 8 月底時學校公告在高中內的資訊，就這樣。」

全天候監控

「非要時時刻刻掌握學校發生的一切，我覺得這完全是侵犯隱私，對孩子們來說也不太健康。」瑪麗（Marie）補充道，她的二兒子剛在塞納-聖但尼省蒙特勒伊市（Montreuil （Seine-Saint-Denis））讀完小學五年級。和她一樣，人們終於開始思考：究竟是這種「過度養育」（hyperparentalité）的現象滋養了 WhatsApp 群組，抑或是持續不斷的資訊流動推動了全天候監控的可能性？孩子如常度過童年生活，對此毫無察覺，然而一旦發現父母竟知道他未曾透露的事情時，往往大吃一驚。「我們剝奪了他們擁有『秘密小天地』的權利。」瑪麗總結。

在這場永無止境的資訊爭奪賽中，並非所有人都處於同樣境地。對蘇菲而言，家長群體可分為兩種：一種是主動提供資訊的人，通常是被選上的家長代表，像是她和卡洛琳這類家長委員會聯合會（FCPE）的成員；另一種是坐等資訊主動送上門的人。「有些人知道他們隨時能透過 WhatsApp 詢問，而且總會有人回應，於是便趁機將他們的心理負擔轉嫁給我們。」蘇菲以她女兒就讀國中時文具清單的例子為證：她發誓這份清單從國一到國四都沒變過，但是「你根本無法想像我為此收到了多少則訊息，這份清單，只要列印一次、貼在某個地方，就再也不用提了！」

我們無法強行將清單貼在別人的冰箱上，也不可能代人宣洩情緒，但 WhatsApp 群組有時也會變成發洩情緒的出口。多位受訪家長都提到這種「宣洩效應」，當這種現象集中針對某位老師時，便會變得令人困擾。「在群組中，很容易出現爭相批評的現象。」夏琳（Charline）證實道，她是波爾多某所中學家長代表。

有時事態會發展過頭，這正是土魯斯某所私立學校國三班導師伊迪絲（Edith）的親身經歷。家長們開始聯繫她並提出各種要求，她認為這無疑是因為這所小學校裡所有人彼此熟識，因此家庭與家庭間的關係更為密切。很快地，伊迪絲停止回覆，不過其中一位學生的父親無法接受，甚至在停車場對她大聲吼道：「沒必要躲起來！」「現在，我會事先告知家長，我不會在 WhatsApp 上回覆，」她補充道，「他們需要的資訊可以等到週一早上再處理。」

所幸群組訊息並不總是失控，許多家長也從未受雪崩般湧來的訊息侵擾。然而一旦發生這種情況，唯一的應對之道就是建立一個「封閉式 WhatsApp 群組」，也就是只有管理員才有權發文。「我最終做出這個決定，是因為家長們已經越界了，必須設立一些規範，」夏琳坦言：「學年初，有 1、2 位家長指責我是獨裁者，但現在資訊流通得更順暢，氣氛也平靜多了。」家長們彼此交流的需求轉向數位化，本身其實並沒有問題，不過有兩個孩子在塞納-聖但尼省龐坦市（Pantin）就讀小學的艾爾莎（Elsa）回憶從前時說：「打電話問同學作業是很常見的事。」

撰稿人/譯稿人：駐法國代表處教育組

資料來源：2026 年 8 月 7 日 Le Monde 電子報

https://www.lemonde.fr/societe/article/2026/08/07/dans-l-enfer-des-groupes-whatsapp-de-parents-d-eleves-je-recois-des-messages-a-minuit-en-pleines-vacances-d-ete_6740511_3224.html