

即使現代學生早已人手一機，有些父母依然堅持孩子必須以傳統方式進行學習

駐舊金山辦事處教育組

讓 K-12 學生利用個人數位裝置進行學習是美國華盛頓州西雅圖公立學校學區（Seattle Public Schools, SPS）的政策之一，但黑澤爾·沃爾夫 K-8 eSTEM 學校（Hazel Wolf K-8 eSTEM School, HWK-8，註）七年級生 Maxwell Adams 在父母的堅持下，長期以傳統方式學習新知，在校幾乎不用電腦和手機。他拿到的講義是黑白列印的書面資料，偶爾看看同學的電腦，透過彩色圖表了解授課內容，而且中午用餐時間大家都在打電玩時，他會選擇去打籃球或美式足球。

Maxwell 的父母希望他避免使用 3C 產品，早已電腦化的州標準測驗也得改為紙本。與維持專注力、保護個人隱私和避免網路資訊危害相比，他們比較不重視分數，更不會允許小孩在無人監管下長時間使用電腦，以減少網路或遊戲成癮的風險。如果校方無法配合，他們不反對讓孩子在某些課程取得「未完成」(incomplete) 的評價。Maxwell 不是唯一特例，不少立場明確且積極倡導「有意識使用科技」(intentional technology) 的家長仍堅持孩子必須以傳統方式進行學習。

愈來愈多科學研究指出過長的螢幕使用時間（screen time）會造成兒童焦慮和抑鬱、學習注意力降低、並延遲社交和情感技巧的發展。目前全美正針對 K-12 教育是否應全面擁抱教育科技進行辯論，希望當人工智慧（以下簡稱 AI）能輕易給出答案時，學生仍能面對困難、體驗挫折並進行批判性思考，並能感受友誼、無聊，以及電子螢幕帶來的多巴胺刺激外的真實世界。

與其他州相較，華盛頓州在制定和落實教育科技使用規範方面，進度相對緩慢。SPS 總監 Ben Shuldiner 在受訪時表示，該學區從幼稚園階段就開始提供個人數位裝置，包括 AI 在內，裡面有超過 50 個學習應用程式，而且大多數課程都需要透過電腦、平板、網路平台、數位教材或教育軟體等科技產品來完成，因此出現學生螢幕使用時間過長的現象。該學區計劃透過限制使用時間與重新安排課表來解決這個

問題，確保孩子們能有目的、有效率地運用 3C 產品。

其實 Maxwell 的母親 Laura Karschney 並未完全禁止 3C 產品，她允許 Maxwell 使用家裡的桌上型電腦，使用微軟的 Word、PowerPoint 和 Excel 完成需要查閱資料或打字的家庭作業。在新冠肺炎疫情期間，各校紛紛推動遠距教學模式時，為了避免網路成癮的現象，Karschney 決定讓他在家自學，由自己親自教導，直到疫情緩和為止。後來她聽說 HWK-8 有讓學生以傳統方式進行學習的可能性，在與校方溝通、確認後，才將 Maxwell 轉到這所學校。

事實上，部分 SPS 教師對教育科技也抱持懷疑態度。艾克斯坦中學（Eckstein Middle School, EMS）科學教師 Emilie Mosko 指出，在每年教導的 170 名學生中，大約有 5 個孩子會選擇不使用筆電上課，由於過去所有考試都透過網路進行，她常因需要另外準備紙本試題而感到困擾。後來校方發現很多人會利用筆電內建的 AI 平台作弊，因而決定全面改用紙筆測驗。

此外，EMS 於 2019 年開始採用 Amplify 數位科學課程，Mosko 在教學過程中發覺這類課程並未提供足夠的實驗操作機會，而且很難監督學生使用個人數位裝置的方式，所以她現在每個月只用筆電進行一次線上課程，其他時間均改用書面教材進行。

曾是教師的 Zoe Dash 十分注重教育環境，並希望自己的孩子能透過真實經驗來學習知識和技能。然而，她發現小孩在幼稚園的第一堂課竟然是看著螢幕玩點名遊戲，而且學校幾乎天天都會播放影片，或讓 YouTube 代替老師說故事給學生聽，這讓她很難接受。Dash 認為目前的教育科技還無法取代真人教師，她希望學校能引導孩子們善用時間，否則他們很有可能會拿起喜歡的電子設備長時間使用而不知節制。

多數支持「有意識使用科技」理念的家長正在煩惱一個問題：他們的孩子沒有太多選擇，尤其是高中生。螢幕使用時間管理顧問、前中學教師 Emily Cherkin 指出，她的女兒以前沒有自己的電腦，時常需要借用同學或學校的設備來完成線上作業或考試，升上高中後，她發覺自己無法再期待孩子一邊維持傳統學習方式，一邊適應高中較為

複雜且更依賴教育科技的學習環境。為了減輕學業與人際關係的壓力，Cherkin 不得不讓女兒擁有一台筆電。其實 Maxwell 也很期待上高中後能常常使用筆電，讓自己嘗試不同的學習方式與數位化創作。他曉得電玩遊戲是很誘人的娛樂，但也曉得網路與遊戲成癮的風險，因此會努力避免沉溺於數位世界。他在受訪時表示希望同學們能理解，使用科技產品可能會扼殺人們的創造力，但這也是他們自己的選擇，只是同時也不完全是他們自己的選擇。

註：eSTEM 是 environmental STEM 的縮寫，代表結合環境教育與科學、科技、工程、數學（Environment, Science, Technology, Engineering, Mathematics）等學科。

撰稿人/譯稿人：陳鐘民

資料來源：2026 年 08 月 17 日，“These Kids Are Learning Without Tech in a District That Gives Out Devices to All” , By Claire Bryan, Retrieved from Education Week,

<https://www.edweek.org/technology/these-kids-are-learning-without-tech-in-a-district-that-gives-out-devices-to-all/2026/08>