



立即發佈：2025 年 6 月 13 日

KATHY HOCHUL 州長

以防您錯過：**HOCHUL** 州長在《今日美國》發表專欄文章：孩子們必須逃脫演算法。手機禁令就是要這樣做。

今天，《今日美國網路》(USA Today Network) 發表了 Kathy Hochul 州長的一篇專欄文章，講述了她作為紐約第一位媽媽州長為孩子們爭取權益的承諾，包括她率先在全國實施的手機禁令，此禁令旨在打擊令人上癮的社群媒體演算法，正面應對人工智慧 (Artificial Intelligence, AI) 的威脅。[專欄文章的文字可以線上查閱](#)，地址如下：

隨著學年即將結束，許多家長的日常戰鬥很快就會由送孩子們學校變為將他們的注意力從手機上移開。

智慧型手機和社群媒體束縛著我們的孩子。他們每天在手機上花幾個小時，瀏覽網頁而不進行社交，沉浸在別人的捲軸中而沒有自己的生活。並且這正在產生負面影響。我們的孩子更加孤獨、更加焦慮、與社會脫節越來越嚴重。

我們正處於青少年心理健康危機之中。研究已經證明了這一點，但我不需要另一份科學報告——我已經直接從全州的家長、老師和青少年那裡聽到了有關這個問題的意見。無論我走到哪裡，我都會聽到同樣的話：令人上癮的科技正在傷害我們的孩子。

身為紐約第一位媽媽州長，這對我來說意義重大。我養育了我的青少年孩子。我知道當孩子遭受痛苦時父母會感到多麼無助。這是世界上最糟糕的感覺。所以我知道我們必須做些什麼。

我不是那種半途而廢的人。我不會坐下來談論這個問題。我要採取行動。

去年，我採取了大膽、果斷的措施來限制令人上癮的演算法，這些演算法壟斷了我們孩子的社群媒體訊息。這並不是告訴我們的青少年不能使用社群媒體。這是在告訴社群媒體公司，你們不能利用我們孩子的福祉來獲利。

但社群媒體並不是唯一的威脅。在這個快速發展、技術驅動的世界裡，不受約束的人工智慧技術正在帶來新的風險，比如模擬人際關係的人工智慧聊天機器人和製作未成年露骨圖像的深度偽造應用程式等。

去年，我們看到了不作為造成的悲慘後果，[一名 14 歲男孩因與人工智慧伴侶建立不健康的關係而自殺身亡](#)。令人不安的是，我們也看到人工智慧「脫衣」應用程式和網站的數量正在增加，這些應用程式和網站被用來製作真實兒童的假裸照，通常針對的是少女——僅在 2024 年上半年，[就有 16 個此類網站的訪問量超過 2 億次](#)。

我的州預算正全力應對這些數位威脅。它為人工智慧伴侶建立了全國首個保障措施——要求紐約的人工智慧伴侶營運商在使用者談論自我傷害時實施安全協議，例如將使用者轉介到危機熱線。我正在更新我們的法律，將人工智慧產生的兒童性虐待材料視為兒童色情製品。

但社群媒體和人工智慧生成的網站只是其中的幾個部分。是什麼讓孩子的生活被這些平台主宰？這不僅關乎螢幕上的內容，而是螢幕始終存在的事實。它在我們孩子的口袋裡嗡嗡作響，在他們的桌子上亮著，跟著他們從教室走到自助餐廳。

這將產生持久的後果：孩子們安靜地坐在教室裡。走廊上沒有喧鬧聲。午餐桌旁坐滿了學生，他們在互相發簡訊，而不是在面對面交談。當青少年把四分之一的上學時間花在手機上時，他們就錯過了將他們塑造成有能力、自信的成年人所必需的社會發展。

始終在線的壓力是無情的。一名學生告訴我，「你必須拯救我們自己。我們放不下這些手機，否則我們就會失去聯繫。我們會錯過一些東西。」

這就是為什麼從今年秋天開始，我將採取另一個大膽的舉措，讓我們的孩子重獲童年，[並整天禁止他們在課堂上使用手機](#)。原因如下：我們的年輕人的成功在於學習和成長，而不在于點擊和滾動螢幕。

想想看——我們不會透過向孩子們展示 100 個關於友誼的線上影片來教他們如何交朋友。我們帶他們去操場。我們不會在 YouTube 上向他們展示如何投擲棒球。我們和他們玩接球遊戲。

我們需要讓孩子回歸現實生活。

讓我們回到那個往昔的時光，那時我們並不是都坐在屋裡盯著手機。這就是我的「遠離網路，到戶外去」(Get Offline, Get Outside) 倡議背後的精神。

我正在投資建造和翻新社區中心、遊樂場和游泳池，讓我們的孩子有地方享受娛樂和戶外活動。我還大力擴展青少年項目，幫助數以萬計的孩子加入當地足球隊或社區劇院計劃。我們的暑期青年就業計劃 (Summer Youth Employment Program) 將幫助成千上萬的年輕人在公園、夏令營、文化中心和社區組織等地方找到好的暑期工作。

我將永遠不會停止為我們孩子的未來而戰鬥。因為你們的家人就是我的戰鬥。我在第一年就說過這些話，今天我依然一樣堅持。

夏天來了。讓我們遠離網路，到戶外去吧。

###

可造訪網站 www.governor.ny.gov 瀏覽更多新聞
紐約州 | 州長辦公室 | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418
註冊州長辦公室的最新動態：ny.gov/signup | 傳送簡訊「NEW YORK」至 81336

[退出訂閱](#)