

# 閱讀 理解

JOURNAL OF PISA READING LITERACY LEARNING

PISA 閱讀素養評量學習誌

2026 VOL. 50

## 03 編者的話

### 06-11 用腦補發動愛

粉絲憑藉想像力彌補無法實際互動，對螢幕裡的明星或虛擬人物產生單向的情感連結，「擬社會互動」已成為新型態的人際關係，甚至獲選為2025年英國劍橋辭典的年度代表字。

### 12-17 看電影大學問

IMAX、杜比影院、4DX和ScreenX有什麼差別？要如何選擇適合自己的影廳呢？

### 18-23 看得懂字，讀不懂世界

約有15%的成年人能閱讀菜單、辨識街道標誌，卻難以理解媒體報導、就醫表格或合約條文等複雜文本，導致個人生活品質甚至社會發展受到影響，他們被稱為「功能性文盲」。

### 24-29 向甲蟲學習的捕霧網

沙漠中的小甲蟲為科學家改良捕霧網提供了靈感，新一代的捕霧網能獲取更多水資源，卻也可能成為環境的隱憂。

### 30-35 為什麼機器要像「人」？

人型機器人開發難度高，目前仍無法克服耗能、重心不穩等問題，但為什麼還有眾多企業持續投入？難道只是為了實現對科幻世界的想像嗎？

### 36-41 畫家的諜報紀錄—— 《韓熙載夜宴圖》

南唐後主李煜為了探查大臣韓熙的忠誠，祕密派遣宮廷畫家潛入夜間派對進行監視。

### 42-47 我們怎麼一路被「習慣」帶著走

為什麼電腦鍵盤上的英文字母不是依照順序排列？為什麼政府部門不淘汰老舊的電腦系統？為什麼使用iOS手機後就無法離開蘋果了？這一切都要從經濟學的「路徑依賴」開始說起……。

### 48-55 能躺為什麼要站？

許多年輕人不上進、不戀愛、不結婚、不買房，他們為什麼選擇「躺平」？

### 56-61 危險的美味

受人喜愛的咖啡、巧克力、辣椒，其實藏有植物為了自我防禦所準備的毒藥！

### 62-67 用數學找到真愛！

數學家提出「穩定婚姻問題」和演算法，讓所有人都能得到理想的配對，這種數學模型還能帶來什麼啟發呢？

### 70-73 流行語越玩越瘋，大腦越滑越空？

你知道年度代表字「brain rot」、「6-7」、「rage bait」是什麼意思嗎？透過了解這些詞語的流行原因與影響，我們會發現，演算法正悄悄重塑人們的思考與判斷能力。

### 74-77 機械狗都比人類懂藝術？

配備攝影機、演算法的機械狗，能對圖像作品進行分析和評論，讓人們反思：如果需要知識底蘊與文化素養的藝術評論能被機器模擬，那麼人類還有哪些能力是可以被「外包」的？

### 78-81 AI的陰影：當虛擬開始吞噬現實

從AI資訊汙染到虛擬陪伴造成的潛在威脅，提醒我們無論AI多麼擬人化，仍需辨明其本質只是工具，才能避免現實生活與人性價值被AI侵蝕。

### 82-85 魔鏡啊魔鏡， 誰是世界上最美的女人？

在生成式AI走入生活的今天，回想王后對魔鏡提問的這一幕，看到的是一則值得反思的現代寓言。

### 86-105



李商隱的無題詩是文學史上的最大謎團，今日，我們有辦法探究真相，找出答案嗎？

# 學習 進度表

- 精選文本
- 評量提問
- 教學解析
- 問思詳解

《閱讀理解》季刊中的閱讀文本與評量依照主題、寫作架構與難度均勻分配組合，以群組循環的方式漸進地導引學生進入閱讀理解，也能從學生在每一群組的表現看出學習進步的歷程。本期共有 14 篇文本，每 4 篇為一組，進行 3 次循環。加上 2 篇額外文本。

建議教師每週可帶領學生實行一次文本閱讀與評量撰寫，如有額外的時間，可利用一節課進行相關議題的討論活動，或請學生按照《閱讀理解》季刊內「延伸思考」與「延伸閱讀關鍵搜尋」，自行查找資料，再至課堂中共同討論。

週次	日期	閱讀內容	完成欄	閱讀內容	完成欄
1	03/15-03/21	用腦補發動愛 連續文本		用腦補發動愛 延伸閱讀	
2	03/22-03/28	看電影大學問 非連續文本		看電影大學問 延伸閱讀	
3	03/29-04/04	看得懂字，讀不懂世界 連續文本		看得懂字，讀不懂世界 延伸閱讀	
4	04/05-04/11 04/05 清明節	向甲蟲學習的捕霧網 連續 + 圖表文本		向甲蟲學習的捕霧網 延伸閱讀	
5	04/12-04/18	為什麼機器要像「人」？ 連續文本		為什麼機器要像「人」？ 延伸閱讀	
6	04/19-04/25	畫家的諜報紀錄《韓熙載夜宴圖》 連續 + 圖表文本		畫家的諜報紀錄《韓熙載夜宴圖》 延伸閱讀	
7	04/26-05/02 05/01 勞動節	我們怎麼一路被「習慣」帶著走 連續文本		我們怎麼一路被「習慣」帶著走 延伸閱讀	
8	05/03-05/09	能躺為什麼要站？ 非連續文本		能躺為什麼要站？ 延伸閱讀	
9	05/10-05/16	危險的美味 連續文本		危險的美味 延伸閱讀	
10	05/17-05/23	用數學找到真愛！ 連續 + 圖表文本		用數學找到真愛！ 延伸閱讀	
11	05/24-05/30	流行語越玩越瘋，大腦越滑越空？ 連續文本		流行語越玩越瘋，大腦越滑越空？ 延伸閱讀	
12	05/31-06/06	機械狗都比人類懂藝術？ 連續文本		機械狗都比人類懂藝術？ 延伸閱讀	
13	06/07-06/13	AI 的陰影：當虛擬開始吞噬現實 連續文本		AI 的陰影：當虛擬開始吞噬現實 延伸閱讀	
14	06/14-06/20 06/19 端午節	魔鏡啊魔鏡，誰是世界上最美的女人？ 連續文本		魔鏡啊魔鏡，誰是世界上最美的女人？ 延伸閱讀	
15	06/21-06/27	《閱讀理解》季刊 2026 年第 51 期上市			

# 五十知天命，智啓新紀元

時間在物理的尺度上，是公平且規律的。12年，是12個365天的循環，是12輪四季的更替，是4,383次日出與月升的交替。然而，當同樣的時光被放置在生命與意義的歷程上時，它便不再只是單純數字的累加，而是會從「量的紀錄」轉化為「質的轉生」，展現出截然不同的面貌。

12年，足以讓一個幼嫩的生命成長到活潑靈動，足以讓潛心苦讀的學子跨入高等學堂的門檻，足以讓一盅輕釀轉化為一杯醇厚的美酒。那麼，一本堅持了12年、跨入第13年，並在此刻迎來第50期的雜誌，究竟改變了什麼？

2013年，品學堂發行第1本《閱讀理解》學習誌。那時我們播下一顆種子，試圖在臺灣教育的土壤裡，探尋「素養」的意義。這12年來，我們與親師生共同經歷了無數次的對話與翻轉，將閱讀從「尋找標準答案」的束縛中解救出來，轉化為一種建構觀點的能力。這份「質」的生成，不僅在於雜誌期數的增長，更在於我們在無數孩子心中種下了思考的火種，讓閱讀成為他們理解世界、定位自我的導航系統。

《論語·為政》有云：「五十而知天命」。在《閱讀理解》邁向第50期的里程碑時刻，這句話對我而言有了更深層的感悟。所謂「知天命」，並非消極的宿命論，而是指在經歷了人生的歷練與不斷的努力後，明白了天道的運行與事物的規律。它是一種從「不惑」進階到「順天而行」的境界——知道哪些事是人力可為的堅持，哪些是不可強求的自然規律，從而在坦然接受中，體現出一種歷練後的成熟與智慧。

對於品學堂而言，這50期的歷程正是一場「知天命」的修行。我們明白了，閱讀教育的推動不能只靠一時的熱情，而是要順應時代的律動，在變革中守住不變的本質。我們深刻體悟到，數位浪潮與人工智慧的興起，並非要摧毀閱讀，而是天道運行中必然的演化。在深耕素養教育十三載後，我們不再執著於過往成功的模式，而是能以更成熟的智慧，擁抱這個科技與人文共生的新紀元。

站在第50期的起點，2026年標誌著品學堂的全面蛻變。我們正從一個提供認知內容的傳統角色，轉化為提供學習內容、評量診斷及優化方案的AI智能化教育系統。

這場變革，正是我們「順天而行」的具體實踐。面對當前「大腦腐爛」（brain rot）與「演算法焦慮」的社會現象，我們深知單靠傳統的引導已不足以應對。我們全面導入AI與大數據科技，不僅是為了效率，更是為了精準看見每一位學習者的「質」。透過數據演算，我們能診斷出學習者在認知路徑上的偏差，並提供個人化的優化方案。這不是要讓AI取代思考，而是利用科技作為羽翼，讓人類

的主體性能在更堅實的基礎上發揮。

我們希望，當學生面對如「魔鏡」般強大的生成式AI時，他們不再是索取答案的被動者，也不是只會複誦模式的「數位鸚鵡」。透過品學堂的智能系統，我們要訓練的是一顆「知主體、明思辨」的大腦。

從2013年的第1期雜誌，到2026年第50期出刊，這是一段從「量變」到「質變」，再到「智慧演化」的旅程。

12年的歲月讓酒變醇，讓生命變強韌。而《閱讀理解》的第50期，則讓我在知天命的年歲裡，看見了更大的責任與可能。品學堂將持續支持華文世界的閱讀素養教育，不論載體如何更迭，不論技術如何演進，我們啟發思考、成就生命的初衷不會改變。

感謝這13年來與我們並肩同行的每一位讀者。因為有你們，12年前的一小步才得以延續成為今日的一條通往未來的道路。讓我們帶著這份知天命的豁達與智慧，在AI與大數據的驅動中，繼續為下一代的閱讀素養及思考力領航。

品學堂與您約定，下一個12年，我們繼續與閱讀同行。

總編輯



## 閱讀理解

VOL.50 (2026.03)

編者 品學堂文化股份有限公司  
公司地址：台北市敦化南路二段200巷16號7樓  
公司電話：(02) 2377-8228  
電子信箱：services@wisdomhall.com.tw

總編輯 黃國珍  
責任編輯 劉瑤君、袁瑞伶  
編輯 林子媛、羅珮玲、羅萱憶、陳星儒、陳昆志、  
陳怡儒、蘇智元、王彞中、鄭瑋翔、吳彥伶、  
簡嘉祐、林書緋  
美術編輯 陳瑞君、林恩如、蘇仲彥

發行代理：聯豐書報社有限公司 (02)2556-9711  
文淵書局 (04)2202-7800  
天才書局 (07)222-0680



著作權所有，複製必究

# 本刊使用說明

每一篇評量，就是一次完整的閱讀理解練習。

每天只需要二十分鐘，有效培養閱讀理解力。

品學堂《閱讀理解》的編輯目的，是為了協助使用者在有限的學習時間裡，有效的提升閱讀理解能力，培養紮實的閱讀素養。另外也讓老師無需增加負擔，就能為學生提供具專業素質的閱讀理解課程，並且透過有效的設計提問，掌握學生閱讀的學習成果，實現十二年國教的核心目標，培養學生擁有「主動學、主動問、主動找答案」的能力。

## 本刊編輯特色

- 符合教育趨勢
- 教師立即上手
- 學生有效學習
- 提升閱讀素養

## 實用單元規劃

- 多元生活文本
- 問思評量提問
- 深度關鍵解析
- 閱讀策略提醒
- 詳盡實測解答

PU21009410 連續文本 文學

### 悲慘世界

※本篇可搭配國中歷史第5冊「近代民主的革命浪潮」單元使用

《悲慘世界》(Les Misérables)，又名《孤星淚》，是法國浪漫主義大師雨果(Victor-Marie Hugo)，於1862年所發表的一部長篇小說。故事以1815年第2次波旁復辟<sup>1</sup>，到1832年的六月暴動<sup>2</sup>為主要的時代背景。此部世界文學巨著，曾多次被改編成音樂劇登上國際舞臺，更被英國BBC電臺的聽眾選為英國最不可或缺的音樂劇。2012年改編成電影進軍大銀幕，除了全球熱映、得獎連連，也成為臺灣影史上最票房最為亮眼的音樂劇類型電影。

故事的開始講述了1796年主角尚萬強(Jean Valjean)，為飢寒交迫的外甥偷了一條麵包後，被判刑5年，囚犯編號為24601。由於不滿法律的判決，尚萬強屢次越獄而並延長刑期，消耗19年光陰於獄中從事艱苦的勞役。監禁期間，經過督政府、執政府與拿破崙帝國等政權交替，等到尚萬強假釋<sup>3</sup>出獄後，因黃色身分證<sup>4</sup>而受盡社會歧視，為了生存只能不擇手段進行偷竊，又不幸被警官看見。但在尚萬強偷走一只教堂銀器後，主教不但為其開脫罪責，更將另一只與之成對的銀器贈與他。經過主教無私的教誨，尚萬強真心懺悔並立志成為一位光榮、有尊嚴的人。之後，他改名換姓試圖擺脫罪犯身分，努力誠實的生活，最終成為成功的商人和善心的市長，幫助許多需要的人。在身為通緝犯的情況下，他堅持收養芳婷(Fantine)的女兒珂賽特(Cosette)，也營救參與革命的馬留斯(Marius Pontmercy)逃出起義學生的據點，直到臨終前才對養女吐露自己隱匿已久真正的身分。縱使尚萬強是應受法律制裁的罪犯，他卻做出一般人也無法做到的善舉。

賈維(Javert)是故事中一位盡忠職守、有能力的警察，在主角服刑時就對他施予的力氣印象深刻，而尚萬強不懼強權、拒不服從的個性，使他無法理解而視其為眼中釘。故事中細膩描繪了尚萬強四處躲避賈維追捕的場景，表達出雙方立場的不同和心坎上的角力。作者透過賈維與尚萬強雙方的關係，巧妙呈現法律與情感之間的對立，賈維只看到尚萬強曾經犯法的一面，對他洗心革面的改變視而不見，但主角的行為又不斷的提醒罪犯也可能是善人。可以說尚萬強和賈維都在追求各自所認為的正義，只不過一他是依循人性，另一個則是理性，兩人終其一生中相互對立、你追我逃，執著於實現自己的信念。

讀過歷史的我們，對於「法國大革命摧毀了封建制度，底層人民的聲音被聽見」這樣的知識不會陌生。但如果沒有尚萬強的故事，並未經歷底層人民生活的讀者是沒有辦法理解、同情，他們經歷著什麼樣的生活？何以不惜犯罪？為什麼一名罪犯的罪值得被理解？《悲慘世界》之所以歷久彌新，或許正是因為雨果的故事，放在各個時代都能讓世人產生共感，引起反思。若你讀完了這篇文章，電視正播出一則新聞，新聞裡頭

道：「街友睡在公園，引發附近居民對於社區治安的疑慮……」，你會怎麼看這則新聞呢？

注釋：

- 1.波旁復辟(Bourbon Restoration)，是指在1814~1830年的七月革命期間，波旁王室在法國復辟，重建統治的時期。
- 2.1832年巴黎共和黨人起義，又稱六月暴動，是法國七月王朝期間一次失敗的反君主制起義。起義主要由巴黎支持共和制的貴族青年學生領導，最終在政府軍的鎮壓下失敗，估計超過8千人被殺。法國作家維克多·雨果在《悲慘世界》中對起義的始末深刻描繪，使這次起義廣為人知。
- 3.假釋為犯人在未服滿刑期前，因具備一定的條件，而被准予提前出獄，但仍需處於某種監督之下，於監獄外服滿刑期。但若假釋過程中故意犯罪，或未按規定定期向執行保護管束機關報到，則會被撤銷假釋，再度入監服刑。
- 4.在《悲慘世界》中，持有黃色身分證即指目前科、案底及假釋證明的囚犯。

### 閱讀小提醒

《悲慘世界》為一連續文本，介紹法國大文豪維克多·雨果最廣為人知的著作，亦從法國當時的社會背景呈現故事的精彩情節。作答時應注意尚萬強和賈維的人物特質，也不要忽略作者強調兩位角色的用意。

悲慘世界

14

## 符合PISA形態的多元生活文本規劃：

以PISA國際閱讀評量的形式，廣泛從生活中選擇主題，涵蓋各學科的知識領域，透過富生活情境的文本，提供符合閱讀歷程與理解層次的連續文本與非連續文本。可應用於晨讀時間、學習共同體，幫助老師引導和討論，培養學生擷取、分析、比較、統整、思考、提問等多元綜合的理解能力，有助於學習閱讀理解。以提升學生整體閱讀素養，符合十二年國教的新趨勢。

本文內容均經品學堂品學堂文化股份有限公司授權，在保護個人隱私的前提下，刊載於本雜誌。

15

## 閱讀策略提醒：

可做為教學者帶領學生在閱讀文本時的提示，有助於教師引導學生進入文本情境，掌握文本的重點。

請依據前述文章回答下列問題。

問題一：[統整解釋]

- ( ) 根據本文,《悲慘世界》為何可以持續被改編並受到讀者喜愛?
- (1) 具備豐沛史料幫助人們回溯當時的真實歷史
  - (2) 作者對人性與正義的描述獲得跨時代的共鳴
  - (3) 華麗詞藻和誇張敘事手法值得後世作家效仿
  - (4) 藝文領域上長期以音樂劇作為流行創作指標

問題二：[擷取訊息]

- ( ) 根據《悲慘世界》的故事內容,下列何者是觸發尚萬強洗心革面的契機?
- (1) 多年來受到警察賈維的追捕,對亡命天涯感到後悔
  - (2) 由於罪刑的處罰痛定思痛,進而相信法律奉公守法
  - (3) 主教對他盡棄前嫌的救助,決定反省自我重新做人
  - (4) 感受到芳婷與珂賽特的愛,因此立志成為光榮的人

問題三：[統整解釋]

尚萬強假釋出獄後的哪些行為,使賈維不斷追捕他?  
請作答：

## 悲慘世界

Q1: 統整解釋☆☆

- (2) 根據本文,《悲慘世界》為何可以持續被改編並受到讀者喜愛?
- (1) 具備豐沛史料幫助人們回溯當時的真實歷史
  - (2) 作者對人性與正義的描述獲得跨時代的共鳴
  - (3) 華麗詞藻和誇張敘事手法值得後世作家效仿
  - (4) 藝文領域上長期以音樂劇作為流行創作指標

說明 >>

文中第1段提及《悲慘世界》「曾多次被改編成音樂劇」,之後也被「改編成電影進軍大銀幕」。作者於文章末段提出,故事不論是角色行為或心境表現,都呈現了底層人民的生活樣態,也讓讀者有機會去理解他們的生存動機及存在意義,這也是雨果的《悲慘世界》「在各個時代都能讓世人產生共感,引起反思」的原因之一。因此選項(2)為最適切之答案。  
選項(1):《悲慘世界》僅以真實歷史作為故事背景之設定,但本身內容及角色皆為虛構。  
選項(3)、(4):文中未提及後世作家的效仿行為,以及為音樂劇流行指標一事。

Q2: 擷取訊息☆

- (3) 根據《悲慘世界》的故事內容,下列何者是觸發尚萬強洗心革面的契機?
- (1) 多年來受到警察賈維的追捕,對亡命天涯感到後悔
  - (2) 由於罪刑的處罰痛定思痛,進而相信法律奉公守法
  - (3) 主教對他盡棄前嫌的救助,決定反省自我重新做人
  - (4) 感受到芳婷與珂賽特的愛,因此立志成為光榮的人

說明 >>

根據文章第1段提到:「尚萬強偷走一只教堂銀器後,主教不但為其開脫罪責,更將另一只與之成對的銀器贈與他。經過主教的無私教誨,尚萬強真心懺悔並立志成為一位光榮、有尊嚴的人。」得知主教的救助成為主角大徹大悟、走回正途的轉捩點。故正確答案選(3)。

Q3: 統整解釋☆☆

尚萬強假釋出獄後的哪些行為,使賈維不斷追捕他?

說明 >>

尚萬強出獄後,因犯有前科而受到社會歧視,為了生存只能以偷竊維生。後來,「他改名換姓試圖擺脫罪犯身分」。因此,再度偷竊及躲開假釋的查緝,是尚萬強再度被捕的原因,也是警官賈維追捕他的理由。



- 答案:  
正確且完整:正確且依序答出(1)至(2)兩項答案:  
(1) 與「偷竊」相關答案:  
· 偷東西  
· 當小偷  
· 再度行竊  
尚萬強假釋出獄後,為了生存只能不擇手段進行偷竊,又不幸被警官看見,賈維只看到尚萬強曾經犯法的一面,對他洗心革面的改變視而不見

## 具理解層次與鑑別度的評量設計：

品學堂《閱讀理解》提供以「閱讀素養」為養成目標的評量提問設計。每道題目均有清楚具體的評量目標,並且合理安排評量提問中擷取、統整、省思層次的題目比例,觸發學生運用不同的理解層次,並將原本難以呈現的理解能力,具體化為可以度量的指標,有助於教師和學生雙方,共同掌握閱讀學習的成果。

## 深度文本分析：以解構的方式重新分析文本，可作為教師向學生詮釋文本，進行理解思考的依據。

### 文本分析

維克多·雨果耗費14年光陰,傾其精力所撰寫的《悲慘世界》,無論是小說、改編成的音樂劇還是電影,皆獲得極高的評價。究竟《悲慘世界》的故事內容有什麼樣的魅力,即使經多次改編後,仍如此深植人心呢?相信本文可以讓讀者更加認識《悲慘世界》。

作者於第1段簡述《悲慘世界》的故事背景,及對現代的影響與發展。從此段我們可以發現,《悲慘世界》至今仍深受大眾喜愛,然而其深受好評的原因何在?作者選擇從《悲慘世界》的角色形象、故事內容開始說起。

首先是故事第1男主角——尚萬強的登場介紹。作者從尚萬強的角色生平,凸顯其人格特質:「縱使是應受法律制裁的罪犯,其道德上的成長卻是人們的最佳示範。」我們可思索一下這句話的涵義,罪犯與道德看似極端的性質,為何可同存於尚萬強的角色設定上?而又是什麼樣的原因,使尚萬強有如此多重的內心涵蘊呢?或許從本身故事的脈絡中,能略知一二。

接著,作者於第3段提及《悲慘世界》故事中另一個重要人物——賈維,介紹了賈維的身分與心理衝突。或許讀到這裡,讀者已經發現賈維的情節發展,基本上圍繞著尚萬強的故事軸在行動。誠如作者所說,在《悲慘世界》中兩個角色分別代表了在道德信念上理性及人性的堅持,因此兩者交織出的心境上的衝突、對比與差異,正是《悲慘世界》之所以精彩、引人入勝的原因之一。

文章末段,作者提出反思,認為《悲慘世界》使許多人了解底層人民的生活與心境,但其實這樣的情節也正不斷在真實社會上演。綜觀全文,不免發現作者花了將近一半的篇幅,在介紹尚萬強及賈維,除了凸顯其在故事中的重要性,讀者也可以思考作者是否有其他用意?而從《悲慘世界》到今日,社會對道德及人性的堅持為何?是否有所改變?我們身處在複雜的社會環境中,面對許多的未知情況,自身的信念為何?是否也能如尚萬強克服萬難般,持續堅守?或許這些問題,都值得令我們每隔一段時間,就從心裡拿出來思索與詢問。

### 延伸思考

1. 為什麼歐洲物質文明的發展,並未幫助改善法國當代低下階層人民的生活呢?
2. 尚萬強的良心與賈維所遵守的律法應如何取得平衡呢?

## 經過實測的詳盡解答：

每一題都有精心撰寫的試題分析與理解說明,協助老師解釋提問的理解層次,更可讓老師掌握日後出題的關鍵思考。在解答部分,依循PISA的規範,提供正確答案和不正確答案的範例,可當作教師評分的參考依據,並且協助學生從答案中釐清理解上的錯誤,深理解的學習。

# 用腦補發動愛

隨著電視、手機等科技產品的發展，娛樂產業也隨之愈加興盛，人們能夠隨時隨地透過各種平臺觀賞喜歡的節目，也能在第一時間接收到親朋好友或名人的動態消息。而在全球新冠疫情時代過後，遠距模式的普及更加速了人類社交模式的變化，使得人與人面對面接觸的機會大幅減少。對許多人來說，螢幕裡的名人、網紅或虛擬人物，很可能就是他們最常「見面」的對象。每當這些人在社群媒體上發文、開直播，觀眾所留下的每一個讚或留言，都彷彿讓彼此的距離更加靠近。這種勝似網友的體驗所帶來的情感聯繫，在學術上被稱為「擬社會互動」(parasocial)。

「擬社會互動」一詞由社會學家在1956年首次提出，當時電視機於美國民間剛普及不久，隨著影視產品的推出，逐漸出現媒體人物透過螢幕與觀眾建立互動關係的現象。「擬社會互動」即是被用於指稱人們對不曾實際接觸的媒體人物（如電視節目主持人、偶像、名人等），產生單向且持久的情感聯繫與互動的社交模式。雖然這些情感連結多半來自於觀眾的投射與想像，但其所感受到與媒體人物間存在的親密和熟悉感仍是真實的。隨著時代發展，人們能夠建立擬社會互動關係的對象也大幅增加，其中包含虛擬人物、AI聊天機器人等。在2025年，「擬社會互動」一詞甚至獲選為英國劍橋辭典的年度代表字。

那麼，人們為什麼會對媒體人物產生如此真實而持久的情感連結呢？根據研究指出，擬社會互動之所以能夠形成，主要與2個因素有關：其一是媒體人物經常對螢幕前的觀眾展現近似面對面交流的「互動性行為」，例如：回覆粉絲留言、在直播中呼喚粉絲名字等；其二，媒體人物經常對觀眾進行一定程度的「自我揭露」。自我揭露是指某人向他人傾訴自我的行為，這種心理機制不僅是人際關係的基礎，也是互信關係的體現。當一段關係同時建立起自我揭露以及被揭露的正向關係時，就能加深彼此的情感連結。

正是基於此特性，媒體人物經常會透過「自我揭露」，揭示只有親近朋友才會得知的個人訊息，令觀眾心中產生「我相當了解他」的熟悉感，以吸引更多觀眾、擴大影響力，並培養長期穩定的粉絲群。然而，這樣的過程往往會置觀眾於不對等

的資訊接收端，導致單向情感交流——受眾的自我揭露無法被媒體人物接收，無法被接住的情感需求，促使受眾只能依靠想像力彌補互動的缺口。長期下來，不僅可能產生出乎尋常的依賴心理，也容易抱持不符現實的期望與失望。此外，當媒體人物從螢幕上消失，導致擬社會互動關係破裂時，有些觀眾可能因無法接受而影響情緒，甚至因此做出過激行為。

但在另一方面，近期研究也發現擬社會互動能帶來諸多益處，例如：媒體人物公開分享自身的身心健康問題，有助於減少疾病的污名化與焦慮；低自尊心者透過關注媒體人物，產生自己更接近理想中自我形象的感受，進而建立自信。擬社會互動也能建立人與人間的連結，並有助於減輕孤立感，許多難以走出家門的身心弱勢族群因而受惠。甚至有研究顯示，當父母和教師在教學上提及兒童建立擬社會互動的角色時，兒童的學習表現也會變佳。

綜合以上討論可以發現，在現代媒體環境中，擬社會互動已逐漸成為一種常見現象，它本身並非全然正面或負面，而是一種結果取決於受眾如何理解與運用的社交模式。因此，若想以健康且正向的方式參與其中，建立清楚的心理界線是重要前提。唯有在欣賞媒體人物的同時，能辨識自身的情緒與需求，避免過度投入或依賴，才能在虛實交錯的關係中維持適當距離，並在現實生活與媒體世界之間取得平衡。

#### 閱讀小提醒

請留意「擬社會互動」的起源、發展、內涵與成因，並理解其優劣影響，以及作者對於擬社會互動的看法，亦可藉此反思自己過往的「擬社會互動關係」經驗。

■ 請依據前述文章回答下列問題。

問題一：[擷取訊息]

( ) 根據本文，請問什麼是「擬社會互動」？

- (1) 在現實生活中與其他人建立雙向的人際關係
- (2) 觀眾透過螢幕與媒體人物產生單向情感連結
- (3) 人們在社群媒體上與許多網友保持長期聯繫
- (4) 媒體人物刻意操縱受眾情感以樹立悲情人設

問題二：[統整解釋]

( ) 根據本文第2段內容，請問作者提到劍橋辭典的用意是什麼？

- (1) 說明該詞彙已納入正式學術規範
- (2) 分析受眾與媒體人物的互動模式
- (3) 強調數位時代溝通工具的多樣性
- (4) 佐證擬社會互動現象的影響程度

問題三：[擷取訊息]

( ) 根據本文，擬社會互動的形成主要與什麼原因有關？

- (1) 媒體受眾普遍缺乏現實中的社交經驗
- (2) 媒體人物經常展現高強度的情緒表達
- (3) 媒體人物展現互動性行為與自我揭露
- (4) 媒體平臺鼓勵受眾投入金錢參與製作

問題四：[統整解釋]

根據本文，請問以下哪些情況，容易促使觀眾與媒體人物建立擬社會互動關係？

- 演員轉發他最新參演電影的預告片
- 直播主隱藏直播中的所有負面留言
- 網紅邀請粉絲投票決定他今天的晚餐
- 歌手演出前分享作曲期間的失戀經歷

問題五：[統整解釋]

( ) 根據本文，當受眾過度投入擬社會互動時，可能引發以下哪一種社會現象？

- (1) 藝人宣布因私人因素退出演藝圈，引起粉絲群體撻伐
- (2) 網紅為博取關注拍攝爭議性影片，引發社會大眾批評
- (3) 藝人帳號遭盜用發布虛假投資消息，導致追蹤者受騙
- (4) 明星宣導不要從事非法活動，粉絲卻仍出於好奇嘗試

問題六：[統整解釋]

根據本文，擬社會互動關係可能為受眾帶來哪些正向價值？

- 掌握潮流趨勢
- 增加實質收益
- 滿足情感需求
- 促進身分認同

問題七：[統整解釋]

( ) 根據本文，作者對於投入擬社會互動關係，提供了什麼建議？

- (1) 應減少關注媒體人物，將時間都投入經營現實生活
- (2) 追蹤各種風格的媒體人物，從中學習每個人的優點
- (3) 主動向媒體人物進行自我揭露，建立真實親密關係
- (4) 關注媒體內容時應當留意自身情緒，避免過度投入

## ■ 文本分析

當用戶輸入「我今天過得很不順利，需要你的安慰」等類似話語時，AI聊天機器人往往會立刻以貼心、感同身受的語句回應，不厭其煩的安撫使用者的情緒，使得我們向它們傾訴煩惱時，內心也悄悄的將這些不存在於現實中的虛擬角色，視為可以信賴、託付內心祕密的朋友。當科技已經成為我們的日常生活，與人之間的實際互動卻相對減少時，我們容易將尚待滿足的社交需求，寄託於與螢幕後的人物身上，進而發展出「擬社會互動關係」。本文即在探討「擬社會互動」的起源、發展及內涵，並分析其可能帶來的影響，最後提供讀者面對此種新型態社交模式的因應建議。

作者在文章開頭以真實的情境，勾起讀者對於現代科技及網際網路的使用經驗，並在第2段接續介紹「擬社會互動」的起源、內涵與發展，促使讀者檢視自己可能也曾經有過擬社會互動的經驗，同時加深印象與概念理解。此外，作者還附上英國劍橋辭典將「擬社會互動」選為年度代表字的資訊，也間接告訴讀者，若曾經有過類似的經驗是十分正常的，因為這種社交關係正在普遍化。

作者接著在第3、4段揭示了擬社會互動的2個成因：「互動性行為」與「自我揭露」。值得一提的是，在自我揭露方面，有心理學研究發現，有時人們信任的傾訴對象並不一定具有穩固的情感基礎，比起交情不深的朋友，人們會因為確信日後再與對方見面的機會極低，而更容易對萍水相逢的人放下戒備。這種獨特的心理機制有助於我們在陌生環境中與他人建立新關係，並健康的表達自我。無論媒體人物是無意間造就或刻意為之，他們透過向受眾自我揭露，確實能使受眾在主觀上產生「我相當了解這個人」的熟悉感。然而，由於這樣的自我揭露是單向的，粉絲的情感投入也是單向的，雙方之間始終無法真正認識與交流。除此之外，由於這類關係往往是透過受眾單方面維繫，容易產生依賴與不符現實的期望與失望。在擬社會互動關係破裂時，容易在受眾心中產生「斷崖式」的情感落差，不僅影響受眾的情緒，甚至可能導致其行為偏差。

在說明擬社會互動的可能風險後，作者於第5段提到，擬社會互動所帶來的影響並非全然都是負面的，有越來越多的學者提出相反意見，認為對於愛好獨處、有社交需求但難以走出家門、在社交上遇到困難等的人們而言，擬社會互動提供了他們更加多元的途徑去接觸人群。甚至在教育方面，也能讓兒童展現最佳的學習表現。

最後，作者提出對此現象的總結，認為擬社會互動已經成為現代以及未來社會中，無法忽視的社交模式，在過程中所產生的利弊，主要取決於受眾的使用方式。而無論採取任何社交模式，清晰、健康的個人心理界線都是重要條件，因為擁有健康的心理距離，才能在現實生活與媒體事件之間取得平衡。你是否經歷過「擬社會互動關係」？那段關係為你帶來了什麼成長？不如趁這個機會一起回憶看看吧！

## ■ 延伸思考

1. 隨著科技的進展，在更久遠的未來，你認為「擬社會互動關係」有機會發展為真實的親密關係嗎？為什麼？
2. 在社群媒體盛行的時代，你認為媒體人物在進行自我揭露時，是否應該附加社會責任等的限制？為什麼？
3. 你會對AI聊天機器人傾吐心事嗎？目前AI聊天機器人的陪伴有什麼爭議呢？

## ■ 延伸閱讀關鍵搜尋

文章	品學堂閱讀理解數位學習系統〈年收益千萬的VTuber，是真人還是虛擬軟體？〉
	〈社交天性與麻藥〉
	異吐司想Toasty Thoughts〈【我推的孩子】粉絲恐怖瘋狂的行為和「妄想」有關？漫談「擬社會互動」的本質與其引發的社會問題〉
	JC〈偶像與粉絲之間的「健康距離」有多遠？從《背著善宰跑》看追星文化背後的粉絲心理學〉
	李安琪〈你沒想過的粉絲文化：追星之下，4個自我認同的秘密〉
	黃心屏〈你知道「AI 精神病」該如何預防嗎？心理師解析：AI 陪伴下，為何可能讓人更孤單〉
	徐黛蕓〈虛擬的真實：在網路空間中打開自我揭露之門〉
影片	YouTube「你被帶風向了嗎？媒體如何塑造「框架」陷阱？我們又有方法可以逃離嗎？」
關鍵字	擬社會互動、Parasocial、單向情感關係、虛擬社交、AI陪伴、追星、年度代表字



〈年收益千萬的VTuber，  
是真人還是虛擬軟體？〉



〈社交天性與麻藥〉

主題  
閱讀



客座總編輯

**黃國珍**

40歲之前，以創意協助業界建立企業形象與經營策略。

40歲以後，關心社會議題，創造具社會永續影響力的企業，並於2012年成立「品學堂」，發行華文世界第一本《閱讀理解學習雜誌》，為青少年閱讀素養與思考品質紮根，同時致力協助學校推動閱讀教育，讓孩子們有能力——「閱讀生活、理解世界、創造未來」。

2019年至2024年陸續出版著作《閱讀素養》、《探究式閱讀》、《解讀者》與《文本解壓縮》。

# 你的大腦 外包了嗎？

請回想一下，在你滑過1個小時的短影音後，腦袋裡留下了什麼？

當代最有趣的吊詭是，我們擁有了史上最強大的智慧工具，但牛津大學出版社選出的年度關鍵字卻是「brain rot」（大腦腐爛）。這並非指大腦真的出了問題，而是一個值得我們停下來思考的信號：當世界正以簡短、有趣卻無意義的「迷因」與「憤怒誘餌」餵養我們時，我們的注意力是主動選擇的，還是被演算法牽著走？

這期學習誌挑選的4篇文章，其實是在問我們同一個問題：你正如何使用你的大腦，大腦還是你的嗎？

在這些文章中，你會讀到關於「認知負債」的警示——這讓我們反思，如果我們習慣把寫作與判斷「外包」給AI，我們省下的是時間，還是連同思考的能力也一併賠掉了？你也會看到「數位鸚鵡」的隱喻，促使我們觀察：在虛擬陪伴與海量資訊中，我們是在與世界連結，還是正慢慢走入一個被演算法編織的孤島？

我特別想帶大家重新看看《白雪公主》裡那位詢問魔鏡的王后。過去我們認為他虛榮，但若從現代視角看，他或許是歷史上第1位陷入「演算法焦慮」的使用者。他最致命的錯誤，不在於詢問魔鏡，而在於他將「定義自己的權力」交給了一個冰冷的工具。

魔鏡應該是一面照見可能性的鏡子，還是決定你價值的法官？面對AI就像是面對一面現代魔鏡，它回覆的內容是取代你的思考，還是啟發你的好奇？

這正是這期主題想邀請你一起實驗的。在AI的時代，強大的不是工具能給你什麼答案，而是你如何透過提問，奪回屬於你的思考主動權。當你不再只是等待魔鏡的定義，而是開始與它「共創」價值時，你才會發現：這顆大腦最不可取代的導航權，始終在你手裡。

黃國珍

