

## 包你不知道的懶人包

刊出日期：2022/12/07 | 文字：張家瑄 | 責任編輯：潘美錡

全文共2742字，閱讀大約需要5分鐘

科技的日新月異導致現代人活在資訊爆炸的世代，而科技的易達性使得多數人得以將自身所擁有的知識，以多樣化的形式、分享到網路上供其他閱聽人參考。

其中，從異軍突起，獲得廣泛支持的便是「懶人包」。好讀易懂是吸引人的特性，卻有利有弊。雖然可以快速閱讀完畢，卻會讓使用者輕易完全接收其內容，無法進行更深度的探討、忽略查證思辨的重要性。本篇將在引出問題、介紹懶人包特性後，透過兩位懶人包愛好者的訪談，從使用者觀點切入，最後以懶人包教練的解析達到警醒的作用。



▲ 懶人包讓使用者在短時間內獲得大量資訊，卻也容易讓他們變成被投餵的資訊懶人。(照片來源 / Pexels)

# 五花八門 獨缺這一門

在搜尋引擎上，打上關鍵字「懶人包」，五花八門的資訊陳列在眼前：開箱 iPhone 14 pro max 懶人包、防疫措施懶人包、大學申請懶人包……。但卻沒有專門介紹「懶人包」的懶人包。懶人包多次為我們解惑並熟知我們想知道的一切，但我們卻對它所知甚少，那麼，在資訊不對等的情况下，是否會引來更大的隱患呢？

根據《PTT鄉民大百科》記載，懶人包的崛起始於 2007 年。它之所以興盛，PTT 的問世功不可沒。1995 年，PTT 由國立台灣大學資工系大二的學生杜奕瑾架設完畢，其創作理念為「建立一個快速、即時、平等、免費，開放且自由的言論空間」。多元的分類看板、匿名發表的機制，甫上架便獲得一眾鄉民的喜愛。用戶數開始攀升，至 2008 年一共有 150 萬的註冊會員，每天約有百萬次的瀏覽量。如此大量的使用者針對熱門議題討論時，評論往往會迅速更迭，晚一點加入討論的鄉民為了搞清楚狀況，費盡心思的往上滑評論，卻抵擋不住底下來勢洶洶的新發言。這時，一些善心人士帶著懶人包出現，把事件的流程簡化後再圖像化。成功拯救一頭霧水的鄉民們，給他們一個快速了解前因後果的機會。

因為資訊爆炸及網路易達性上升，懶人包的內容漸漸不僅限於解釋事件的來龍去脈，它也被用來做成行銷產品或是推廣政策的工具，換句話說，只要任何人想快速分享任何資訊，懶人包都會是一個不錯的選擇。不僅如此，懶人包的類型也趨向多元，除了傳統文字、圖表，還新增了影音內容，讓懶人包可以在 PPT 以外的媒介，例如：YouTube、Instagram 上大放異彩。



▲ 受眾與懶人包之間的資訊不對等，是否帶來更大的隱患？（照片來源 / Pexels）

## 時間真沒有 字少且易懂

分享資訊的方法包羅萬象，為何懶人包異軍突起，快速躍升為受歡迎的傳播途徑之一呢？它又憑藉什麼在現世的資訊洪流中，站穩一席之地的？

閱讀習慣的改變，是讓懶人包脫穎而出的關鍵因素。2013 年，根據行政院「台灣出版業發展策略」指出，台灣人每年閱讀量為兩本書，至 2015 年激增至十三本書。但遠見雜誌兩年調查一次的「全民閱讀力大調查」中顯示，台人的每週閱讀時數除了 30-34 歲有微幅上升，其餘年齡層都呈現下降趨勢，其中以 18-19 歲下降最多，從 4.08 小時到 2.66 小時。而近六成民眾認為上社群網站查資料、看貼文，也是閱讀的一種。這樣的淺閱讀養成，導致現代人閱讀資訊的速食化趨勢。

懶人包的核心價值在於濃縮資訊、化繁為簡，它的特性也完全符合現今社會的閱讀習慣中——字少、易懂。把生澀的專有名詞以簡單文字作註解，配上簡潔背景再佐以生動圖片，讓冰冷資訊變得親民成為讓讀者能在最短的時間內，認知從零到一百的取巧工具。這對於現代人追求極短的時間，獲取大量的資訊，無疑是首選。而如今懶人包愈漸多樣化，也印證著它的成功。

相對的，這樣大量且快速地吸收模式，不免會有囫圇吞棗之疑。那麼，我們是否在進食的同時，無意間誤食不實資訊，著了有心人士的道呢？



▲ 在步調飛快的現世，懶人包字少、好懂的特點，已成為汲取資訊的首選。（照片來源 / Pexels）

## 懶人包用戶 實話大聲說

為了更好地了解現代用戶在使用懶人包的習慣，本次訪問了兩位頻繁使用懶人包的大學生。第一位是來自致理科技大學的商管系學生蔡宜璇同學，由於系上報告多的關係，長時間需要查找資料，懶人包成為她的生產力工具。

「基本上所有類型的懶人包我都會看，但知識型居多。使用時機在於想了解的知識很複雜，或是很急迫時。」蔡宜璇同學表示對於懶人包資訊，多半時間僅淺讀而已，除非是內容偏差到與常理相左，她才會特別去查證，不然都是直接引用懶人包資訊。「字少、背景清新、有圖案很加分。」蔡宜璇說，這些特質讓她在閱讀時更有耐心看完，而一旦閱讀完，她便認為自己將事件的相關知識都吸收完畢。

第二位陳璟萱同學是來自台北商業大學會計系，由於喜愛網購的原因，看過許多評比及產品介紹的懶人包。「不清楚事情、選擇太多的時候我都會首先選擇看懶人包，尤其是那種有圖表和有比較的。」整理過的資訊讓她更容易被說服。陳璟萱表示：「除非是字少到匪夷所思且圖文不符，我才會另外找資料查證。」基本上，只要看過去合理，她都會在第一時間相信。

雖然兩位在懶人包的使用目的上不一致，卻有一些雷同的想法。首先，看完即吸收，且只要該懶人包有符合他們的審美或需求，或由專家佐證、具公信力之平台發布的，會讓她們的信任程度上升。再者，與之想法雷同的內容，就算她們不知對錯，也會下意識地先相信，不再去尋找懶人包以外的資訊。因為她們認為資訊的蒐集、查證、整理，是產製端該注意的，受眾的責任是要去理解而非質疑。



▲ 兩位懶人包愛好者的使用目的及方式雖然略微不同，卻有些相似之處（照片來源 / Pexels）

## 懶人包教練 解析大公開

閱讀大量懶人包、對其有獨特見解的懶人包教練林長揚，針對此現況做出了一些分析。「含有帶風向、不實資訊的懶人包在我看過的懶人包中，大概各占 20%，若是針對特定時事，通常會超過 50%。」除此之外，林長揚教練表示，政治、環保、國際情勢、醫療等專業領域，都是容易被有心人士製成含假訊息和帶風向的懶人包主題。

這些產製者在製作懶人包時，除了強調特定重點、忽略缺點外，多會使用煽動性、情緒性文字激起觀眾共鳴。為了合理化不實訊息，他們會假冒權威人士述說觀點，但是通常都沒這個人；或是有這個人，但他沒說這些話。有時也會假借名人之口、將捏造的資訊透過懶人包傳遞出去。此外，他們在內容文案

的撰寫上也不馬虎，透過合理的字數及完整的文章架構，配上好看的圖及簡潔的版面，降低閱聽人警戒心、博取其信任。

林長揚認為，製做懶人包的初衷應該是要讓受眾快速理解該資訊後，對其產生興趣，進而去分享、去學習，而非是為了操控受眾，降低其獨立思考的能力，讓他們「自以為懂了」而大放厥詞或停止學習。



▲ 懶人包教練林長揚，針對現代懶人包產製者及受眾的製作及使用習慣，提出見解。（照片來源 / Pexels）

## 懶人包資訊 使用停看聽

比對使用者的使用經驗和專家的見解，可以發現現今的不實資訊產製者，已經或多或少參透了受眾的想法，知道如何避開讓受眾懷疑之處、將不實資訊包裝起來。那究竟有什麼方法可以與之應對、避免落入他們的陷阱呢？

第一：在閱讀懶人包時，可以看看發文的人是誰、有無附上來源資料、內容是否一直在煽動情緒等。若是存有疑心，把內容拿去第三方查核機構查詢，確保資訊正確性。

第二：若發現某些媒體或帳號常常在發布有帶風向、或含不實資訊的懶人包時，請拒看並跟親友宣導，減少不肖作者的流量。

第三：除了被動地接收資訊外，可以養成主動查詢、豐富自身知識的習慣，增強判斷是非的能力。

畢竟，錯誤的或刻意導向的懶人包只會越來越多。我們只能試著提升自身批判性思考與媒體識讀能力，並提醒周遭親朋好友。若是一昧地相信懶人包，除了陷入認知戰的陷阱外，還可能危害到自身甚至他人的安全，得不償失。



▲ 林長揚教練提出如何應對及防範懶人包中的不實資訊 ( 照片來源 / Pexels )

參考資料

1. [解讀Ptt：台灣最有影響的網路社群](#)
2. [行銷必懂·懶人包超實用教學](#)
3. [德式閱讀的影響力及省思](#)
4. [閱讀現況：遠見閱讀大調查](#)

© 2022 All rights Reserved

[三分鐘帶你了解速食資訊](#)