

# 2025 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章格式

**文章題目：**我們每天滑的推薦系統，真的了解你嗎？

**摘要：**推薦系統透過分析使用者的行為和偏好，主動推薦可能感興趣的內容，廣泛應用於影音平台、購物網站和音樂平台等。其運作方式主要包括協同過濾、內容導向過濾和混合式方法。這些系統提升了使用體驗，但也可能導致資訊同溫層和隱私問題。了解推薦系統的運作，有助於我們更明智地使用數位服務。

**文章內容：**（限 500 字~1,500 字）

## 一、你有發現嗎？它「懂你」！

有沒有這樣的感覺？你才剛看完一部旅遊影片，下一秒 YouTube 馬上推送更多旅遊內容；你在蝦皮看了雙球鞋，之後不管去哪個網站，廣告都圍繞著鞋子轉。這些平台好像很懂你，甚至比你還早知道你想要什麼。你不是唯一有這種感覺的人。這一切的背後，其實是「推薦系統」在默默工作。

## 二、推薦系統是什麼？

推薦系統，是一種幫你「挑選內容」的工具。它會觀察你在平台上的行為，像是你看過什麼影片、買過什麼商品、聽過哪些音樂，然後主動推薦你可能喜歡的東西。

它就像一位貼心的店員，看你買了一本小說，就會說：「這位讀者也喜歡這本喔，要不要看看？」

這些系統應用非常廣泛，例如：

- YouTube 和 Netflix 會推薦你想看的影片
- Spotify 推你下一首可能愛的歌
- 蝦皮、Momo、Amazon 幫你挑好商品
- Facebook、IG、TikTok 不斷推出你可能想看的貼文或短影片

雖然你沒開口，但它們卻總能給你「剛剛好」的選擇。

## 三、它是怎麼「猜你喜歡」的？

別擔心，我們不用懂演算法的數學，也能理解它的基本原理。簡單來說，推薦系統主要用三種方式來預測你的喜好：

### 1. 協同過濾：大家都這樣選

這種方法靠的是「別人」的喜好。

假設你和小美喜歡一樣的電影，而她最近看了一部你還沒看過的電影，系統就會推這部給你。這就是「協同過濾」：看和你興趣



相似的人都在看什麼。

## 2. 內容過濾：你喜歡這種風格

這種方法更關注「東西的特徵」。

你常聽抒情歌，系統就推薦其他旋律慢、歌詞感人的歌曲。你愛看懸疑推理小說，它就推給你類似劇情的新作品。它會記住你喜歡什麼樣的「味道」，然後找出類似的給你。



## 3. 混合推薦：雙管齊下更聰明

現在很多平台都不只用一種方法，而是把上面兩種結合。這樣可以同時考慮「你喜歡什麼」和「跟你類似的人喜歡什麼」，讓推薦變得更準確。

## 四、這樣的推薦好嗎？

這些看似貼心的推薦，當然有很多優點，但也不是全無風險。

### 優點：

- **省時間**：不需要自己慢慢找，平台幫你先挑好。
- **更懂你**：根據你的喜好客製內容，看得更開心、買得更順手。
- **發現驚喜**：你可能會接觸到平常沒注意到的好東西。

### 隱憂：

- **資訊同溫層**：你越常看某種類型的內容，系統就一直推薦那種。久了，你只會接觸到相似的觀點，看不到其他想法，會讓人越來越封閉。
- **容易被「困住」**：有時只是點錯一次，結果整個首頁都被同類型內容佔據。
- **隱私疑慮**：為了推薦準確，平台要蒐集很多資料，包括你看了多久、點過什麼、什麼時候點的，甚至你停在哪一段內容比較久。這些行為都可能被記錄下來。

推薦系統不是壞東西，但當它太懂你時，也可能在不知不覺中影響你的選擇和價值觀。

## 五、結語：你才是真正的主導者

推薦系統就像導航，它能提供建議，但方向還是你自己決定。你可以：

- 偶爾主動去找不同類型的內容，讓系統知道你不只喜歡一種風格。
- 清除瀏覽記錄或重設推薦，讓它「重新認識你」。
- 用多個平台比較觀點，避免被單一演算法綁住。

別讓自己變成被演算法「推著走」的人，而是學會善用推薦系統，讓它成為你生活中的一個幫手，而不是主宰者。

因為真正了解你的人，不是平台，而是你自己。

## 參考資料

需註明出處。

[什麼是推薦系統？一篇搞懂推薦系統的運作原理！ | Medium](#)

[Day 07：初探推薦系統\(Recommendation System\) - iT 邦幫忙::一起幫忙解決難題，拯救 IT 人的一天](#)

[\[Day -20\] 推薦系統介紹 \(Recommendation System\) - iT 邦幫忙::一起幫忙解決難題，拯救 IT 人的一天](#)

[主流推薦引擎技術及優缺點分析 – PCNow](#)

[Recommendation System 推薦系統—常見演算法 Content-based Filtering and Collaborative Filtering | by Jasmine | Medium](#)

[研究主題：推薦系統演算法. 「推薦系統」在如今的網路上無所不在，我們每天都在接觸，卻不一定認知到我們正在運用... | by Brian Chang | Medium](#)

[推薦系統閱讀 - HackMD](#)

[推荐系统的价值观 - 知乎](#)

[推薦系統中常用算法 以及優點缺點對比 - 每日頭條](#)

[大數據時代的弊端：自動推薦系統容易造成偏見！ - 每日頭條](#)

[推薦系統有什麼危害？](#)

註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，**將不予審查**。
2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，**將不予審查**。  
PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。
3. 建議格式如下：
  - 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
  - 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
  - 字體行距，以固定行高 20 點為原則
  - 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、對齊該圖