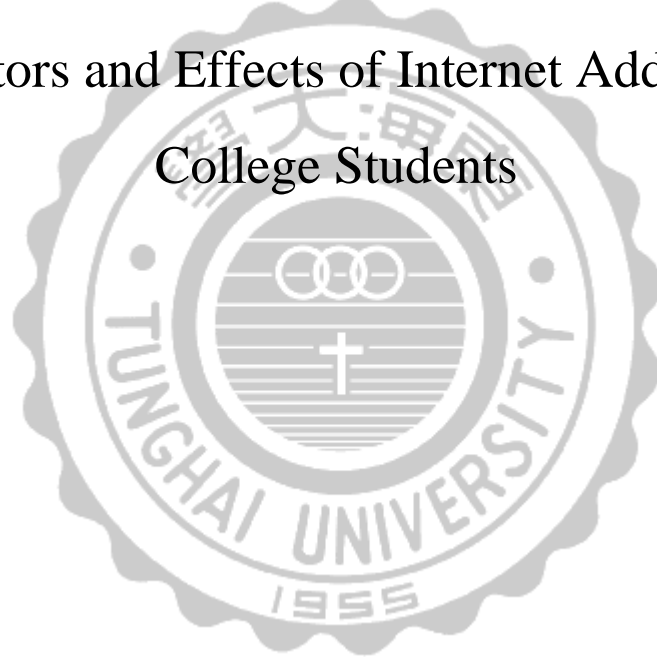


東海大學管理碩士在職專班（研究所）  
碩士學位論文

大學生網路成癮因素及其影響

The Factors and Effects of Internet Addiction on  
College Students



指導教授：陳澤雄 博士

研究生：張惠珍 撰

中華民國 101 年 06 月

## 誌 謝

匆匆兩年的時光就要過去了，回想剛入校園時的興奮與坎坷不安，現在却因要離開校園而依依不捨。原非在個人生涯規劃內的這兩年時光，却是我離開校園近 20 年來，眼界大開、驚喜連連、收穫多多、回憶滿滿的最快樂時光。除了學習多元化的課程教授內容與精彩的業界翹楚之演講外，也結識了不少異業的精英與同好。兩年的時光，無時無刻都讓我驚呼與讚嘆，感謝學校課程安排之用心，讓我有不虛此行之感。兩年當中，雖然工作與學業皆異常的忙碌，但一切的辛勞與付出都是值得的。理論與實務的結合與應用、同學間濃厚情誼之交流與知己之相交，這些意外之收穫，就更加無法以筆墨形容了。回憶過往的點點滴滴，總是教人難忘與珍惜。

雖然論文的撰述過程苦多於樂，也非此禿筆就可以形容一二，但只要想到兩年中課堂上眾多教授們的振筆急授、口沫橫飛、諄諄教導與傾囊相授，就讓人覺得這兩年的辛苦是值得的，進入學風悠久的東海學習殿堂是正確的抉擇。感謝系辦徵選委員給我這個學習的機會。感謝我的指導教授陳澤雄老師，孜孜不倦的教導我寫論文的架構、方法與方向，讓我能一步一腳印的完成它，過程雖然艱辛，但果實是甜美的，同時也為我辛苦的這兩年，留下些許印記與回憶。感謝林正祥教授、林灼榮教授、林財丁教授、謝登隆教授、黃延聰、許書銘副教授及兩年中所有授課教授們的課程指導與啟發。感謝凱立主任無時無刻的噓寒問暖及其為拓展中部 EMBA 學習平台所付出的心力與毅力。感謝采采學妹自告奮勇協助問卷之施測與回收。感謝玉英、治宇、昌宜、淑珍在論文撰寫期間，一起打拼與互相勉勵之情誼。感謝宏政、碧華、世傑、雅芬的關心與精神支持。感謝父母、家人這兩年來對我學習生涯之支持及無法為他們付出額外心力之體諒。此外，也要感謝兩年來一路陪伴的同學們、系辦助教與工讀生，沒有你們，我們不可能有這麼愉快的、明亮的、整潔的學習環境。

追求更上一層樓一直是個人的生涯目標之一，即使生活再忙，工作再累都未曾忘記自己想要再進修的夢想。兩年的碩士進修課程，將在今年的暑假告一段落，也讓我圓夢成功。猶記得剛進校園時的喜悅與生澀，在選課、活動、班遊、作業、報告等環環相扣的緊湊時程下，除了理論的薰陶外，人脈的擴展更是自己始料未及的另一片園地。謝謝大家帶給我的多元學習與精彩的回憶，相信結束是另一個起點的開始，人之所以優秀，是因為站在巨人的肩膀上能看得更高更遠。希望今日的我能帶著和以往不同的思維、視野與胸襟，再度朝著不同的目標，勇往直前，為開拓更美好的未來而努力不懈。

張惠珍 謹誌

于東海 EMBA 2012 年 6 月

## 摘要

論文名稱：大學生網路成癮因素及其影響

校所名稱：東海大學管理碩士在職專班(研究所)

畢業時間：2012 年 06 月

研究生：張惠珍

指導教授：陳澤雄

隨著網際網路愈趨普及，上網人口及網路使用頻率與時間也跟著逐年攀升，現在年輕人的生活型態也漸漸因此而改變，課餘休閒時間以及與他人交流方式也慢慢從戶外活動轉變為在網路的虛擬世界與人交往。其中最普遍為線上遊戲與網路聊天室或是即時通訊軟體，這些工具降低人與人交流碰到的時間與空間的隔閡，讓人可以在不同地點輕易的同時與許多人進行互動。越來越多的年輕人在使用這些工具以後沉溺其中，甚至將網路上的虛擬人際關係視為現實世界的延伸，利用網路的隱密性讓自己做出在現實生活中不敢做的事，說出不敢說的話。本研究目的在探討網路成癮中對資訊通訊科技使用成癮現象的相關性，藉以發展出網路成癮量表，並分析網路成癮與人際關係和資訊通訊科技使用動機之關係。量表之名稱為「網路成癮因素之研究量表」。量表內容共分為四大部分，第一部分「受試者之基本資料」，包括性別、年齡、學籍、每日平均上網時間與接觸網路狀況。第二部分「資訊通訊科技」，第三部分「網路成癮」，第四部分「人際關係」。樣本回收 129 份，男生佔 28%，女生為 72%。研究方法係以 SPSS 統計軟體為分析工具，利用因素、效度、信度、單因子變異數分析與 Pearson 積差相關分析等假設進行統計方法分析，希望將這些研究結果提供給學校單位或機構做為參考，為防範未來主人翁沉迷於網路世界盡一份心力。研究結論如下：第一、資訊通訊科技與人際關係之平均分數均較網路成癮之分數高，而網路成癮之值則偏低，因此得知，前兩項對大學生具有影響性。而這些影響性也成為大學生網路成癮的潛在因素；第二、大學生不同背景變項中，只有平均每日上網時間與網路成癮有相關性外，其它背景變項皆無相關性；第三、資訊通訊科技與網路成癮有顯著正相關，但不表示互為因果關係。另人際關係與網路成癮無顯著負相關。

關鍵字：資訊通訊科技、網路成癮、人際關係、線上遊戲、網路聊天室

# Abstract

Title of Thesis: The Factors and Effects of Internet Addiction on College Students

Name of Institute: Tunghai University

Executive Master of Business Administration

Graduation Time: June/2012

Student Name: Hui-Chen Chang

Advisor Name: Tzer-Shyong Chen

The Internet-browsing population and the Internet use frequency are increasing with the popularity of the Internet. The life style of young people is changing. The most popular online games and chat room or instant communication software have reduced the communication time and space among people that a person could simultaneously interact with several people at various places. More and more young people therefore indulge in such tools, and treat the virtual interpersonal relationship as the expansion of real world so that they dare to do and say what they would not do in the real life. Aiming at discussing the correlations between Internet addiction and information communication technology, this study tends to develop an Internet addiction questionnaire for analyzing the relations between Internet addiction, interpersonal relationship and the motivation of using information communication technology. The name of the Internet addiction questionnaire is “The questionnaire of the factors of Internet addiction.” Four parts are contained in this scale. The first part, the basic information of the subjects includes gender, age, education, the average time of using the Internet per day and the conditions of using the Internet. The second part is about information and communication technology. The third part is about Internet addiction. The fourth part is about interpersonal relationship. We retrieved 129 questionnaires, which were composed of 28% male and 72% female. Statistics software, SPSS was

used as research method in this study, using factors, validity, reliability, one-way ANOVA and Pearson correlation analyses to do statistical analyze. Hoping to provide the research results to the schools or the educational institutions to keep our future owners from indulge in the Internet world. The following are the research results: First, the average scores of information and communication technology, and interpersonal relationship are higher than the score of Internet addiction; the score of Internet addiction is relatively low. Therefore, the first two have visible impacts on students. Those affects has also become the potential factors of Internet addiction of college students. Second, among the different context variables of college students, only the average time of using the Internet per day is related to Internet addiction. Third, information and communication technology has significant positive correlation with Internet addiction. However, it does not mean that they are in a causal relationship. Additionally, interpersonal relationship has no significant negative correlation with Internet addiction.

Key Words : Information and Communication Technology, Internet Addiction, Interpersonal Relationship, Online Games, Chat Room

# 目 次

第一章 緒論 .....	1
第一節 研究背景 .....	1
第二節 研究動機 .....	2
第三節 研究目的 .....	4
第四節 研究流程 .....	4
第二章 文獻探討 .....	7
第一節 資訊通訊科技 .....	7
第二節 網路成癮 .....	11
第三節 人際關係 .....	19
第三章 研究方法 .....	23
第一節 研究設計 .....	23
第二節 研究假設 .....	24
第三節 研究對象 .....	25
第四節 研究問卷 .....	25
第五節 研究實施 .....	40
第四章 研究結果與討論 .....	42
第一節 描述性統計現況分析 .....	42
第二節 不同背景變項的大學生與網路成癮之差異分析 .....	48
第三節 資訊通訊科技與網路成癮之相關分析 .....	51
第四節 人際關係與網路成癮之相關分析 .....	52
第五章 結論與建議 .....	54
第一節 研究結果 .....	54
第二節 未來研究之建議 .....	56
參考文獻 .....	58
附錄一 問卷 .....	64

## 表 次

表 2-1	資訊通訊科技相關定義 .....	8
表 2-2	網路成癮相關定義 .....	12
表 3-1	資訊通訊科技使用動機因素分析 .....	26
表 3-2	資訊通訊科技之轉軸後的成份矩陣 .....	27
表 3-3	KMO 判斷準則 .....	28
表 3-4	資訊通訊科技之 KMO 與 Bartlett 檢定 .....	28
表 3-5	資訊通訊科技之量表信度分析表 .....	28
表 3-6	Cronbach's $\alpha$ 係數之評定標準 .....	29
表 3-7	資訊通訊科技量表之題目 .....	29
表 3-8	網路成癮量表之因素分析結果 .....	30
表 3-9	網路成癮量表之轉軸後的成份矩陣 .....	32
表 3-10	網路成癮量表之 KMO 與 Bartlett 檢定 .....	33
表 3-11	網路成癮量表之信度分析 .....	34
表 3-12	網路成癮量表之題目 .....	34
表 3-13	人際關係之因素分析結果 .....	35
表 3-14	人際關係之轉軸後的成份矩陣 .....	37
表 3-15	人際關係互動量表之 KMO 與 Bartlett 檢定 .....	38
表 3-16	人際關係互動量表之信度分析 .....	38
表 3-17	人際關係互動量表之題目 .....	39
表 3-18	「網路成癮因素之研究量表」之信度分析 .....	40
表 4-1	有效問卷基本資料分布情形統計表 .....	42
表 4-2	資訊通訊科技、網路成癮、人際關係現況表 .....	44
表 4-3	各組別統計量數據 .....	48
表 4-4	性別與網路成癮之 T 檢定結果 .....	49

表 4-5	年齡與網路成癮之單因子變異數分析 .....	49
表 4-6	學籍與網路成癮之單因子變異數分析 .....	50
表 4-7	平均每日上網時間與網路成癮之單因子變異數分析 .....	50
表 4-8	接觸網路狀況與網路成癮之單因子變異數分析 .....	51
表 4-9	資訊通訊科技與網路成癮之皮爾遜積差相關分析 .....	52
表 4-10	相關係數評定標準 .....	52
表 4-11	人際關係與網路成癮之皮爾遜積差相關分析 .....	53





## 圖 次

圖 1-1 研究流程圖 .....	6
圖 3-1 研究設計架構圖 .....	23
圖 4-1 「資訊通訊科技量表」比較圖 .....	45
圖 4-2 「網路成癮量表」比較圖 .....	46
圖 4-3 「人際關係量表」比較圖 .....	47



# 第一章 緒論

## 第一節 研究背景

當下人類正在進行傳播的第四次革命，由口與接觸傳播到印刷閱讀傳播，再到電子視聽傳播，而後到了現在高科技運用發展出來的網際網路傳播，創造了一個具有速度驚人、能量嚇人、選擇駭人特色的資訊社會。在現在科技發達的時代，網際網路已是人們日常生活的必備條件，不論是在聊天交友、網路購物、資訊閱讀、資訊搜尋、收發信件、上網娛樂等等，這些行為已無時無刻環繞在我們生活當中。特別是近來社交網路之發達與普及，Facebook 已是大學生每天必上的網站；關心每位親朋好友的動態、分享個人學習成果之貼文、社團活動訊息等等，都是每天必做的功課。若忙或一天沒上網，可能就會錯過任何及時、最新的好友訊息或國際事件，因此，為跟上大家的腳步而持續保持上網的狀態。雖然科技促使生活快速、便捷，但無形中也產生了人與人之間內心的隔閡。要了解人的動態或內心的想法，似乎非得透過上網才能知曉，因此現在的人們，情願花時間在虛擬世界中，尋找自己的知音或開闢自己的一個小天地，盡情的表達自我、紓發自己的情感，不必理會、不必在意外在的眼光或世俗的拘泥。也因為這樣的行為，無意間創造了另一個網路世界，讓網際網路深入人心、融入生活環節、養成習慣，進而造成網路成癮。

某日一則報導：國內一項大規模且長期的追蹤研究發現，各級學校學生網路成癮盛行率平均達二成，嚴重度在世界數一數二，與南韓相當。孩子沉迷網路也成了親子衝突炸彈，一名高一生只因媽媽叨唸一句「這麼晚還不去睡？」就氣得用手砸破玻璃，結果割斷手腕神經，現在還在復健；一名愛玩 CS 槍彈遊戲的小五生太過沉迷，以為自己活在槍林彈雨的世界，分不清現實與遊戲，被迫住院三週。彰師大輔導與諮商學系主任王智弘研究團隊依台大心理系陳淑惠教授設計的「中文網路成癮量表」評估，分析小學三年級生至大學生，共十四個年級的學生

網路成癮率，這是國內首度由學術界完成的大規模研究。研究顯示，隨著年齡增長，使用網路時間也增加，網路成癮比例也一路上揚。1400多名小三至小六學生中，18.8% 網路成癮，國高中近1400名學生中，成癮比例提升到 20.2%，1600多名大學生中，22% 有網路成癮問題（來源：2012年2月29日《中國時報》，張翠芬）。

根據台灣網路資訊中心公布 2010 年「台灣寬頻網路使用調查」報告書中發現，截至 2010 年 2 月 12 日 為止，台灣地區上網人口約有 1,622 萬，12 歲以上之曾經上網人口有 1467 萬人，約占總人口數的七成三（72.56%），網路使用呈現普及化趨勢。依 2009 年「台灣網路資訊中心數據」顯示，台灣地區 12 歲以下的兒童上網人數已突破 163 萬人，網路使用呈現低齡化趨勢，由此數據可以得知，網路使用的年齡層越來越低，表示社會結構也在改變，這樣的改變將會造成新的社會問題。

在這些背景與研究表示，學生網路成癮問題相當嚴重，不可再若無其事的等閒視之。網路成癮不單指國小、國中、高中生而已，大學生也有這方面的問題。因此網路成癮就像是社會型的慢性病毒一樣，無時無刻都在吞噬我們的學生，而學生也在無形中，一步一步受到感染而毫無招架之力。雖然網際網路促使我們的生活進步，天涯若比鄰，不出門也能知天下事，但事情一體兩面，有好的一面便也有壞的一面，在不知不覺中，它也影響了現代人心靈溝通的層面，並引發一些現今社會所發生的人際問題與心靈疾病。總而言之，網際網路不斷侵蝕我們的生活，就像是我們必需仰賴的民生必需品一樣，若不謹慎使用網路，有可能會不小心跌入到虛擬世界的深淵當中而無法自拔。

## 第二節 研究動機

根據以上的研究背景顯示，目前台灣網路成癮的數據逐步上升，這些數據也給我們極大的警訊。在這網際網路快速崛起的時代，這使得傳統的人際交流方式造成巨大的改變，其無遠弗屆的溝通能力，讓人們在自己的房間裡就可以輕易的

藉由網路聊天室、社群網站以及通訊軟體等等工具走進人群，毋須擔心時間與地域的限制。人們基於新奇、有趣、操作容易、趕流行及使用方便等原因，逐漸改變自己與人的交往型態，將從前的面對面溝通模式，轉變至現今藉由網路的虛擬平台，就可以達到交友之目的，恣意的悠遊於網路世界，長期沉溺其中而造成「網路成癮」的現象，只重視經營自己在虛擬世界裡的人際關係，而忽略了在現實世界中，人與人交往、溝通的重要性與真實性。

然而網路科技帶來許多便利，可以透過輕點滑鼠即能滿足學習、工作、溝通和娛樂的需求，這是網路有利的一面。但過度的投入網際網路也會帶來負面的影響，這是常常被人們所忽略的一件事情。根據許多研究指出，過度的沉迷於網際網路，將經常性地造成一些心理方面、生理方面、社交層面以及專業學習上的問題，譬如產生情緒焦慮變化、內心憂鬱傾向、課業學習效果不佳、專業表現退步或產生像健康退化、睡眠困擾及社交退縮等問題。

看著網際網路不斷影響我們的生活模式，就可得知網路對社會的影響性不容小覷，特別是電腦科技的進步，以及智慧型手機的蓬勃發展，網路的方便讓我們隨時掌握世界動向，這樣的發展呈現出人們已離不開網路的現象。但水能載舟亦能覆舟，當人們沉浸於網路的虛擬世界時，許多網路問題也慢慢開始浮現，例如：網路詐欺、網路犯罪、網路色情、逃避現實等問題層出不窮。

研究者將針對大學生的網路成癮來進行探討，選擇這部份來探討是鑒於許多網路使用者過度依賴網路，導致虛擬與真實分不清楚，或者浪費太多時間在無意義的網路上，該狀況在學生族群裡面特別嚴重。學生是未來的主人翁，若是因使用網路而沉溺於意義不大的事情，這將會造成國家未來競爭力的下滑。當然網路已是現代必備的知識與能力，但若沒有正確的使用觀念，想必會造成社會的隱憂。大學生是網路成癮的高危險族群。近幾年來，各大專院校努力推動校園資訊化，加上無線網路使用率的逐年攀升，讓學生使用網路的依賴性也逐漸增強。另一個原因是，近年來社群網路蓬勃發展，例如：Facebook、Plurk、Twitter，大學生依

賴社群網路來拓展人際的需求加增，也因離不開網路而使網路成癮的機率大大提高。

環顧國內近來針對大學生網路成癮的研究，主要偏向心理與人格特質層面之探討，而一少部份則是探討造成網路成癮的可能成因。這些研究大多用量化的方式來呈現網路成癮對學生所造成的影響。不過現在科技日新月異，例如：智慧型手機能夠無線上網、語意網的蓬勃發展、Facebook 的第三世界，這些新興科技與技術將對網路成癮造成新的景況。基於以上原因，本研究將針對大學生來探討網路成癮之因素，特別加入了資訊通訊科技為網路成癮的探究因素。

### 第三節 研究目的

根據以上的研究背景與動機、報導與相關單位的資訊，可知過度使用網路將會對我們人類產生負面的影響。因此本研究欲找出這些網路成癮的因素，將這些資訊提供給相關單位，隨時提醒莘莘學子，善用科技、善用網路，勿讓網路科技綁架了我們，讓未來的年輕人失去競爭力，具體的研究目標如下。

- 壹、瞭解不同背景的大學生與網路成癮之間的差異性。
- 貳、瞭解資訊通訊科技對大學生與網路成癮之相關性。
- 參、瞭解人際關係對大學生與網路成癮之相關性。

### 第四節 研究流程

本研究是以東海大學的大學生為研究對象，以問卷調查法回溯並歸納受試者網路成癮之因素，根據文獻探討的根基之下，本研究擬出研究架構，並且擬訂出網路成癮因素之量表，接著建立問卷，邀請東海大學的學生填寫問卷，最終再將這些數據進行統計之相關性分析，以找出大學生網路成癮因素及其影響，以符合研究目的。

本研究的內文共有五章，分述如下：第一章緒論，分別為「研究背景」、「研究動機」、「研究目的」與「研究流程」。第二章文獻探討，分別為「資訊通訊科技」、「網路成癮」、「人際關係」。第三章研究方法，分別為「研究設計」、「研究假設」、「研究對象」、「研究問卷」、「研究實施」。第四章研究結果與討論，分別為「描述性統計現況分析」、「不同背景變項的大學生與網路成癮之差異分析」、「資訊通訊科技與網路成癮之相關分析」、「人際關係與網路成癮之相關分析」。第五章結論與建議，分別為「研究結果」、「對未來研究之建議」。綜合上述研究動機，本研究的研究流程圖如圖 1-1 所示。



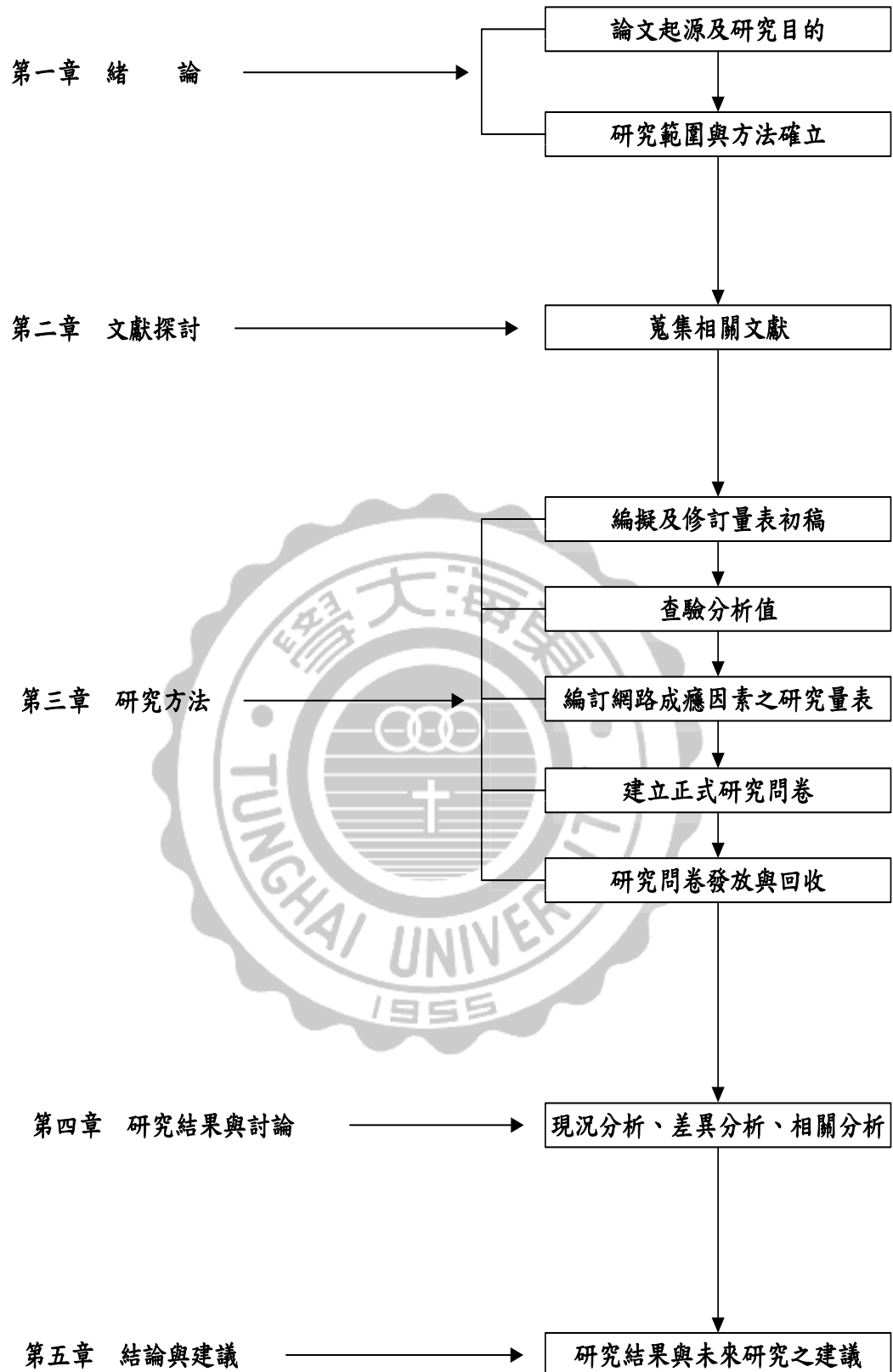


圖 1-1 研究流程圖

## 第二章 文獻探討

### 第一節 資訊通訊科技

資訊通訊科技的導入促使一個企業組織能夠進行組織改革或流程的再造，在提升工作效率和生產力上，在資訊的傳遞溝通和通訊上，在知識的累積散播和應用上，更是帶來了許多的效益；一般使用者也能夠透過網際網路這類的科技，和志同道合的伙伴進行協同工作（Collaborative Work），讓原本只限於個人的資源、知識和經驗，能夠以群組方式來相互溝通和互動，進而組織成為一個大家所能共用、共享的知識平台（曾禎祥，2007）。資訊通訊科技讓人們的生活日新月異、不斷的更新，讓許多複雜的過程轉變為簡單。不可否認的，資訊通訊科技已融入我們的日常生活中，成為我們不可或缺的一部份，但生活在資訊發達的世界裡，資訊通訊科技固然方便我們的生活，但人與人之間的關係並沒有成正比的靠近，這是值得我們重新來檢視的事情。因此本研究欲探究資訊通訊科技、網路成癮與人際關係的探討與研究。

#### 壹、資訊通訊科技的定義

資訊通訊科技（Information and Communication Technology）簡稱 ICT，而學者 Marcelle（2007）定義 ICT 是一種複雜且多樣化的商品、應用和服務的組合，用於生產（Producing）、散佈（Distributing）、處理（Processing）和傳遞（Transforming）資訊—包括電信、電視和廣播、硬體和軟體、電腦服務和電子媒介，如：網路、電子郵件、電子商務、電腦遊戲。組織 Asian Development Bank（2003）認為 ICT 一般被定義為藉由電子工具來促進資訊處理、傳送和顯示資訊等活動的組合。Phillippa（2003）則表示，ICT 是依據它們在資訊存取和通訊的功能取向上來定義的相關科技集合體，具體的例子之一就是網路。UNESCO Bangkok（2002）認為 ICT 是以電子或其它自動化工具，去存取、檢索、儲存、組織、操作、產生、呈現和



交換資訊的過程和工具，包含硬體、軟體和電信方面的各項產品。

ETS (2002) 以「ICT」代替「IT」，認為 ICT 是用來表示電腦和通訊科技之間的聚合，而這名詞在全球產業、國際媒體 (International Media) 和學術上越來越常被使用；因此，ICT 可以被視為是 IT 和電信結合的活動和技術組合；同時定義資訊通訊科技運用能力 (ICT Literacy) 是為了存在於知識社會裡，去存取、管理、結合、評價和創造資訊而使用的數位科技、通訊工具或網路的能力。

OECD (2004)，ICT 的定義會隨著所處的社會有所變化，ICT 的觀點如下：

- 一、專門的電子服務、應用及科技，例如：廣播、電話和網路。
- 二、橫跨通訊和資訊服務、應用和科技寬廣的範圍，其類別由傳統的資訊和通訊媒體 (例如：海報和報紙或「舊」科技，像是廣播和電視)，到「新」科技，像是網路。

因此，在定義 ICT 發展最主要的區別為是否 ICT 僅限於電子媒體或者包含「傳統」通訊媒體，像是郵件、書、新聞和海報。ICT 的功能似乎有一個常見的觀點，那就是，能提供知識、資訊和通訊的存取。茲將上述文獻整理如下，表 2-1 所示。

表 2-1 資訊通訊科技相關定義

提出者或組織	ICT 定義
Marcelle (2007)	ICT 是一種複雜且多樣化的商品、應用和服務的組合，用於生產 (Producing)、散佈 (Distributing)、處理 (Processing) 和傳遞 (Transforming) 資訊—包括電信、電視和廣播、硬體和軟體、電腦服務和電子媒介。
Asian Development Bank (2003)	ICT 是藉由電子工具來促進資訊處理、傳送和顯示資訊等活動的組合。
Phillippa (2003)	ICT 是依據它們在資訊存取和通訊的功能取向上來定義的相關科技集合體，具體的例子之一就是網路。

UNESCO Bangkok (2002)	認為 ICT 是以電子或其它自動化工具，去存取、檢索、儲存、組織、操作、產生、呈現和交換資訊的過程和工具，包含硬體、軟體和電信方面的各項產品。
ETS (2002)	認為 ICT 是用來表示電腦和通訊科技之間的聚合，ICT 可以被視為是 IT 和電信結合的活動和技術組合；同時定義資訊通訊科技運用能力是為了存在於知識社會裡，去存取、管理、結合、評價和創造資訊而使用的數位科技、通訊工具或網路的能力。
資料來源：本研究之整理	

## 貳、資訊通訊科技的類型

根據 UNICTTF (2005) 對於企業及家庭/個人使用資訊通訊科技的分類，資訊通訊科技產品主要分為網際網路應用、資訊設備和通訊設備三大類，網際網路應用主要包括 Blog、新聞和購物方面的應用，資訊設備主要包括電腦、PDA 和電視等的硬體設備，通訊設備主要包括行動電話和通訊軟體等溝通工具。

ICT 的範圍廣泛，廣義而言，包括郵政系統、通信系統、電腦、電視等，狹義是指運用電腦科技及通信設備等高科技為基礎的一種新經濟型態，其特徵是資訊化、網路化、數位化及虛擬化 (阮靜如，2003)。

台灣產業情報研究所 (Market Intelligence & Consulting Institute, MIC) 對於資訊通訊科技的類型分為電腦科學與通訊技術層面，以電腦科學層面而言，常見的使用產品為各項媒體，例如各式各樣的計算硬體，如電腦、服務、主要架構、網路儲存，以及可以用來記錄資訊的錄音帶、光碟、記憶卡，隨著科技腳步的脈動，個人硬體市場快速地發展，像是筆記型電腦、掌上型電腦等等。除此之外，在通訊技術層面，則納入廣播與無線行動遠距通訊，像是具有傳播功能的資訊科技，如錄音機、電視，以及透過聲音、影像的溝通科技，如麥克風、照相機、擴音器、

電話、行動電話，個人裝置播放器（CD player, MP3, MP4）（江盈慧，2010）。

### 參、資訊通訊科技與使用行為

從文獻當中得知，朱美慧（2000）的研究中，其將網路的使用行為分為七大類：工具性、積極性社交、自我肯定、資訊性、玩樂性、逃避性社交，以及虛擬性愛的網路使用行為。Wilson（2000）探討使用者行為的研究，歸納為兩種類型：第一類型是以使用者為觀點，強調資訊需求、資訊尋求行為、個人認知、情境、作業等因素交換作用下的完整脈絡，代表的學科像是資訊行為、消費者行為、行銷、心理學等學科；第二類型是將目標放在介面與使用者之間的溝通，試圖了解使用者瀏覽系統的需求，扮演解決系統設計不佳、介面呈現不清等問題的角色，代表的學科如人機介面互動、使用者介面、可用性工程等。

林頌堅（2006）針對使用行為中，資訊通訊科技的使用率加以探討，認為資訊科技所需要的使用技能較高，也有較多種類的用途，同時，資訊科技如電子郵件、連線遊戲、線上多媒體影音、即時通訊（Instant Messaging）以及部落格（Blog）等等，於調劑生活與維繫感情的應用也日漸普及。

Hangal and Armstrong（1996）提出，資訊通訊科技創造了虛擬社群，而虛擬社群吸引人們的地方，在於它們提供了一個讓人自由交往的生動環境與行為，人們在社群裡持續的互動，從互動中創造出一種互相信賴的氣氛。而人們參與虛擬社群的動機主要是為了滿足自己的興趣、人際關係、幻想與交易等四大需求。

由於本研究探討資訊通訊科技、網路成癮、人際之間的關係，鑒於受試者來自於大專院校的獨立個體，因此，參考學者Wilson（2000）所提出的理論，做為本研究資訊通訊科技的理論基礎，以資訊使用者為觀點，以符合問卷編制的「資訊通訊科技」構面。

## 第二節 網路成癮

### 壹、網路成癮的定義

「網路成癮」一詞乃 Goldberg 提出後，其後不斷有諸多學者專家對網路成癮進行相關的探討與研究。Goldberg (1996) 認為網路成癮乃由於過度的電腦網路使用，使得個體在網路使用的適應上產生問題，而造成個體職業、學業、社交、工作、家庭生活、財務、心理與生理功能之負面影響與耗弱。

英國心理學家 Griffiths (1998) 則以一些傳統的成癮臨床病例來研究網路成癮。他將網路成癮視為與電腦成癮、電玩成癮、電視成癮類似的科技性成癮，認為網路成癮也是科技成癮之一種。所謂的科技性成癮便是一種人機互動的歷程，屬於非化學性成癮，與藥物成癮依賴物質的攝入不同，科技性成癮通常包含著許多引誘、不斷強化的特質，促使人們不斷沈迷。

國內學者周榮 (1997) 與周倩 (1999) 將其定義為「由重複性對於網路使用所導致的一種慢性或週期性的著迷狀態，並帶來難以抗拒的再度使用之慾望。同時會產生想要增加使用時間的張力與忍耐、克制、戒斷等現象，對於上網所帶來的快感，會有一種心理與生理上的依賴」。

游森期 (2001) 認為網路成癮是因為過度使用網路，而對於網路產生一種心理上的依賴，並且持續增加上網時間，無法克制使用網路的衝動，並且伴隨著耐受性 (Tolerance)、克制 (Abstinence)、戒斷 (Withdrawal) 等現象，而產生類似酒癮、毒癮、藥癮、病態性賭博等現象的上網行為。

韓佩凌 (2000) 定義網路沈迷為重複的對於網路的使用所導致的一種慢性或週期性的著迷狀態，並帶來難以抗拒的再度使用之慾望，進而造成學習、社交、工作、家庭、生心理功能的減弱。茲將上述文獻整理如下，表 2-2 所示。

表 2-2 網路成癮相關定義

提出者	網路成癮定義
Goldberg (1996)	網路成癮乃由於過度的電腦網路使用，使得個體在網路使用的適應產生問題。
Griffiths (1998)	網路成癮也是科技成癮的一種。所謂的科技性成癮便是一種人機互動的歷程，屬於非化學性成癮，與藥物成癮依賴物質的涉入不同，科技性成癮通常包含著許多引誘、不斷強化的特質，促使人們不斷沈迷。
周榮 (1997) 周倩 (1999)	重複性對於網路使用所導致的一種慢性或週期性的著迷狀態，並帶來難以抗拒的再度使用之慾望。
游森期 (2001)	認為網路成癮是因為過度使用網路，而對於網路產生一種心理上的依賴，並且持續增加上網時間，無法克制使用網路的衝動，並且伴隨著耐受性、克制、戒斷等現象。
韓佩凌 (2000)	網路沈迷為重複的對於網路的使用所導致的一種慢性或週期性的著迷狀態，並帶來難以抗拒的再度使用之慾望，進而造成學習、社交、工作、家庭、生心理功能的減弱。
資料來源：本研究之整理	

根據以上國內外學者之文獻研究，現階段學者對網路成癮沒有共同的認知，以及公認的名詞，但從眾學者之定義來看，可以了解網路成癮是個體過度沉溺網路，並且無可自拔而耗費時間，產生類似藥癮的行為特徵。網路成癮除了對人的生理或心理產生影響與狀況，也會對自身的學業、工作或是人際關係等方面有影響性，這就是本研究欲探討的主要原因，透過研究來了解網路成癮所造成的影響。

## 貳、網路成癮的界定標準

自從「網路成癮」一詞出現後，許多學者開始對網路成癮界定標準，然而各學者都抱持自身的觀點來解釋，但可以從研究文獻中發現，大多仍著重在不當使用網路所產生的症狀，以及所引發在日常生活的問題，較少著重於問題發生的因素與前兆，這也是本研究欲探討的重要關鍵。

「網路成癮」最早為美國 Ivan Goldberg 醫生提出，提出後獲得廣大網友的迴響，許多網路使用者紛紛提供自己的親身經驗，之後 Goldberg (1996) 提出了七大問題用以檢測自身 12 個月內使用網路是否有出現的症狀：

- 一、耐受性：需要增加更多時間在網路上才能獲得滿足，或雖然花同樣時間在上網，卻明顯地感覺滿足感降低了。
- 二、退癮症狀：停止或減少過度和持續上網的時間會導致身體不適，焦躁不安，會分心想著網路上正在發生什麼事，對網路有幻想或作夢的現象，或自己不由自主地會想做出動手指的動作，在接觸網路或類似的線上服務系統就會減緩或避免上述的症狀發生。
  - (一) 上網時間和頻率會超過原本預設的範圍。
  - (二) 會出現想停止使用網路的念頭卻沒成功。
  - (三) 花費大量時間在網路活動。
  - (四) 這段時間內常因為使用網路會想放棄或減少重要的家庭聚會、社交、工作或休閒活動。
  - (五) 儘管發覺持續使用網路會造成身心理、家庭、社交、工作的問題，仍繼續使用網路，無法自拔。

Kimberly Young 為最早網路成癮實證性研究的學者，在 1996 年發表網路成癮的文章中提到缺乏一套有準則的量表來界定網路成癮的標準，並參考 1994 年「精神疾病診斷準則手冊」第四版 (DSM-IV) 所提到賭博成癮的「衝動控制失序症」

症狀最為接近網路成癮，修訂八題的診斷問卷，倘若有五項以上符合，就有網路成癮的跡象，以下為診斷問卷之問題。

- 一、我會專注於網路上所進行的活動，並在離線後仍持續想著上網時的情形。
- 二、我覺得我需要花更多的時間在線上才能感到滿足。
- 三、我曾努力想過要控制或停止使用網路，但並沒有成功。
- 四、當我企圖減少或停止使用網路時，會覺得沮喪、心情低落或脾氣容易暴躁。
- 五、我會為了上網而願意承擔重要人際、工作、教育或工作機會損失的風險。
- 六、我花費在網路上的時間比原先預期的還要長。
- 七、我曾向家人、朋友或他人說謊以隱瞞我涉入網路的程度。
- 八、我上網是為了逃避問題，如無助、罪惡感、焦慮或沮喪等。

Griffiths (1998) 則將網路成癮視為與電腦成癮、電玩成癮、電視成癮類似的科技性成癮，認為網路成癮也是科技成癮的一種。他參考了 DSM-IV 的診斷標準，將網路成癮的診斷標準分為六個指標，認為假如符合其中三個以上，便可被判定為網路依賴者 (Internet-dependent) (黃瑟娟, 2011)，診斷標準如下。

- 一、顯著性 (Salience)：特定的活動成為個人生活中最重要的活動，也就是網路成為生活中最重要的活動，甚至控制思考、感覺與行為。
- 二、情緒改變 (Mood Modification)：因投入活動而產生的情緒變化，並且形成一種因應策略 (Coping Strategy)。意指使用網路成為發洩負面情緒、激起正面情緒或是將情緒暫時阻隔。
- 三、耐受性 (Tolerance)：為達到先前的效果，需要增加該活動的程度。也就是增加上網的時間，隨著網路經驗增加，必須透過更多網路內容與上網時間，才能得到滿足。
- 四、戒斷徵兆 (Withdrawal Symptoms)：當活動停止或減少時所引起的不愉快感覺。意指當停止或減少網路使用時，會引起心煩意亂、悶悶不樂或衝動易怒等情緒。

五、衝突性 (Conflict)：成癮者與週遭的人群發生人際關係的衝突。過度使用網路會對於工作、社交、興趣或休閒活動的影響，造成人際及內心上的衝突。

六、復發 (Relapse)：指成癮者一再重複先前的行為。就算成功的戒除與控制很長一段時間，仍會出現網路成癮的狀況。

國內學者陳淑惠等 (2003) 所編制的「中文網路成癮量表修定版」 (Chinese Internet Addiction Scale, CIAS-R)。採用臨床心理學和醫學的角度來審視網路成癮現象，著重於網路成癮的心理行為層面，以 1421 名大學生為研究對象進行研究，將其網路沉迷或成癮傾向的高危險群界定 CIAS-R 得分之最 5%。其修編的量表項目包括下列的心理與行為特徵 (吳淑娟，2002；白育甄，2004；葉士如，2009)。

一、網路成癮耐受性 (Tolerance of Internet Addiction)：是指隨著網路使用增加，所得到的上網樂趣，必須透過更多的網路內容以及上網時間才能得到最初上網時所獲得的滿足與快樂。

二、強迫性上網行為 (Compulsive Internet Use)：意指一種難以控制的上網渴望與衝動。上網之後精神會變得比較振奮，難以脫離電腦，希望能有更多的時間留在網路上。

三、網路使用的戒斷現象 (Withdrawal from Internet Addiction)：若是減少或停止網路的使用，會感到沮喪、情緒低落、脾氣暴躁或注意力不集中等情形。

四、網路成癮相關問題 (Internet Addiction Related Problems)：因過度沉迷網路導致：

(一) 忽略原本的家庭生活、社交活動且與朋友疏遠。

(二) 耽誤工作、學業或拒絕他人的邀約。

(三) 掩飾自己的上網行為而撒謊。

(四) 造成身體上的不適，例如眼睛酸痛、肩膀酸痛、睡眠不足與腸胃問題等。



## 參、網路成癮的問題

網路成癮一直以來都是社會所潛在之問題，在許多研究發表之下，政府與社會大眾也開始正視網路成癮的問題。而學者 Young (1999) 把網路成癮的類型依網路的使用區分成以下五大類 (黃瑟娟, 2011)。

- 一、網路之性成癮：深受網路上與性相關的網頁內容所吸引，或沉溺於基於網路所引發之情色活動之中。
- 二、網路之關係成癮：沉溺於網路上的人際關係活動之中。
- 三、網路之強迫行為：包括沉溺於網路遊戲、網路賭博、網路購物與交易等活動。
- 四、網路之資訊超載：沉溺於網路資訊的搜索與收集活動。
- 五、網路之電腦成癮：沉溺於網路有關之電腦操作與探求之活動。

五種分類的網路成癮問題影響強度不一，特別是現在社群網路蓬勃發展，行動商務掘起，智慧型手機使用量大增，網路已是現代人必備的社交、商務工具，影響性因人而異。不過網路遊戲成癮問題最受到關切，因為使用者活在虛擬社群當中，分不清楚虛擬與真實，很容易造成他們的人際交流出現問題，以及耗費生命而逃離現實應盡的本分。總而言之，若重度使用網路而成為網路成癮的人，必須要付出身體或心靈健康的代價。例如，因長時使用電腦網路，而忽略原有的家居、社交生活，以及家人、朋友間之互動，導致彼此關係疏遠。

## 肆、大學生網路成癮之相關研究

Kandell (1998) 認為大學生正處於青少年晚期或是進入成年早期，是在發展健全人格以及與他人在情感上和生理上建立有意義且親密關係的關鍵時刻，而校園提供快速與便利的連線方式，加上學校課業大多需要使用網路，因而造成大學生容易沉迷於網路。

Young (2001) 認為大部分的大學生不覺得上網會產生問題，且大學生對自己的時間沒有規劃，許多人會忽略其他該關心的活動或課業，專注在網路上，且校園提供便捷的網路服務，更容易無節制地上網。

游森期 (2001) 指出大學生容易發生網路成癮問題的因素很多，其中一個原因是易得性，因在大學校園及宿舍內提供便宜或免費的校園網路，使得上網非常方便。另一個可能的原因，是學生想要藉由網路來認識朋友及擴展人際關係，由於網路匿名特性形成的安全感，降低了發展虛擬關係的風險性，使得有些社交技巧較差的人可以建立虛擬友情。除此之外，游森期 (2001) 以臺灣地區 801 名大學生為研究對象，發現受試大學生平均每天上網時間為 164.0 分鐘，使用頻率最高的網路使用項目分別是 WWW、BBS、E-mail、ICQ 以及網路遊戲；而大學生網路成癮高危險群上網時間較長、學業成績較差、社交圈較小、網友數較多。經由群集分析，可將網路成癮高危險群分為「色情網站及網路遊戲成癮高危險群」、「線上購物成癮高危險群」、「虛擬友誼依賴高危險群」、「強迫性資訊搜尋高危險群」四個集群。

林旻沛 (2004) 以南區 47 所大專校院 4425 位大學生為樣本進行調查，其研究發現在網路使用方面，南區大專校院學生平均每週上網時間為 16.75 小時，而使用網路的最高比例是搜尋資訊，每天使用超過 6 小時。在網路成癮盛行率方面，南區大專校院學生有網路成癮傾向者佔全體學生人數的 10.3%；此外，男性、住在學校宿舍或住在親戚家中及擁有可上網之個人電腦者、且年齡較低、成績排名較落後、成績滿意度較差、每月支出金額顯著較高、平均每週上網的時間與次數較多者，容易產生網路成癮傾向。

葉俞均 (2006) 以南區 14 所大專院校學生 2201 人為樣本進行調查，其研究結果發現大學生平均使用最長時間的前六項功能分為「溝通型」與「非溝通型」兩大類，溝通型包含 MSN 或 ICQ、BBS、各類網路連線遊戲；非溝通型則包含下載軟體/檔案傳輸、搜尋資訊、閱讀文章/新聞/雜誌。溝通型網路功能使用時數越

長，則越有可能網路成癮；非溝通型網路使用時數則無法顯著預測其網路成癮傾向（韓宜靜，2011）。

從以上的文獻研究來看，網路成癮的研究文獻有日益增加的趨勢，其網路科技所造成的網路成癮也受到極大重視。然而許多人都是從高中甚至國中就已經在使用網路，且都習慣於每天使用網路，每一次上網時間都長達兩、三小時。這顯示目前大學生使用網路的情況已經非常普遍，不僅使用次數多、使用時間也長，而且幾乎都從青少年早期就開始。

綜合言之，大學生擁有個人電腦的人數越來越多，使用網路的時間有增無減，而使用網路的目的，除了透過網路蒐集日常生活或學業上所需的資訊外，也成為聊天溝通、與他人互動的重要媒介，特別是現在的社群網站 Facebook，把人與人的關係連結在一起，使得網路已變成大學生聯絡人際關係的重要工具，若一天不上網，就像與朋友失聯一樣。因此網路可以產生一個新的媒介與活動場域，提供強大的群聚功能，可以滿足大學生人際上的需求，加上最近智慧型手機蓬勃發展，讓大學生可隨時無線上網，也更容易使人花大量時間流連於網路世界中，因而影響現實生活中人際互動與社會功能，使得網路成癮就像社會慢性病的病毒一樣，慢慢在吞噬每一位大學生，使他們離不開網路。

### 第三節 人際關係

#### 壹、人際關係定義與理論

人與人之間的彼此關係皆稱之為人際關係，真實的人際關係在真實生活環境中，個體會面對面的溝通與分享，共同參與真實活動，其中包括同儕、朋友、父母及師長等對象（陳熾竹，2002）。

人類社會行為互動的過程中，人與人交往時，因交感互動而存在於其間的關係，我們稱之為人際關係（Interpersonal Relation）（張春興，1998）。根據人本心理學家Maslow需求層次論的觀點，人類與生俱來即有五種基本需求，其中對安全、愛和隸屬的需求將促使人際間彼此相互親近以滿足社會親和需求，而這反映在人際間希望與他人聯繫的內心慾求及行為表現上。想要瞭解學童的人際關係，要先從人際關係理論出發。而人際關係有許多理論，包括：人際需求理論、社會交易理論、減少不確定感理論、吸引理論、公平理論、平衡理論...等（呂欣怡，2006）。以下將根據本研究著重部份，來探討人際關係的相關理論。

##### 一、人際關係理論

美國精神醫學家 H. S. Sullivan 之理論簡約歸納為三點：（一）行為的動機係起於兩種內在的緊張（Tension Systems）：第一種緊張狀態起於個體生理的需求（意即生理性的動機，如飢、渴、性等），供其需求使此等緊張解除，個人所獲得的經驗就是「滿足」（Satisfaction）。另一種緊張狀態起於人際關係的安全受到威脅時所產生的焦慮。焦慮性緊張如獲得解除，個人所獲得的經驗就是「人際安全」（Interpersonal Security）。對人格影響而言，第二種緊張狀態的存在與解除居於更重要的地位。（二）人格乃是人際間交互作用的結果。（三）人格發展乃是個人在其生活環境中與他人繼續不斷交往適應的歷程。此人際交往歷程起於出生後母親育兒的方式，而後經由與同儕或成人的授受關係、再後而又建立兩性間的愛情

關係等，都是人格發展中人際關係的重要事項（張春興，1994）。

## 二、人際需求理論

心理學家 Schutz（1960）主張每一個個體都有人際關係的需求，每一段關係的開啟、建立或維持，需仰賴關係中雙方所符合的人際需求程度，因而強調自我概念形成的重要因素，是受到人際關係滿足與否的影響。Schutz 將人際間的需求分成三個部分：接納（Inclusion）、控制（Control）與情感（Affection），而不同需求類型的人，會發展出不同的人際反應特質。茲將此三類需求分別敘述如下（王盈惠，2002；陳熾竹，2002；黃玉蘋，2004；呂欣怡，2006）。

- （一）接納（Inclusion）：接納的需求是希望能夠存在於團體的一種慾望，是一種覺得自己重要、有價值、被愛與被關懷的感受。根據 Schutz 的看法，個體都有被接納的需求，但這種接納需求的強度則是因人而異，如個體能為團體接納，則不會感到孤獨；反之，若個體的接納需求較少，則會傾向內向與退縮。過度與不及，對於良好人際關係的發展無所助益，唯有適度的接納需求，才能有良好的人際關係。
- （二）控制（Control）：控制的需求是希望能夠成功的影響周遭人、事、物的慾望，是個體在權力、人際間的影響力，以及在權威之間作決定的過程。控制需求與接納需求一樣，具有個別差異，個體控制需求的高低，主導其在人際互動過程中所扮演的角色。沒有控制需求的個體，會逃避責任，缺乏掌控事情的慾望，有強烈控制需求者則相反。因此，控制慾望適度的個體，則較能成功扮演社會角色。
- （三）情感（Affection）：情感的需求反應著個體表達和接受情感的慾望，是個體與他人親密關係的建立，尤其強調不同廣度的愛、恨感覺。情感需求可以是缺乏人際關係到過度人際關係之間的一連續性需求，缺乏人際關係（Underpersonal）者，避免親密，很少對人表達情感，也逃避那些向他表達情感的人；過度人際關係（Overpersonal）者，則

渴望與人建立親密關係，容易相信他人，並也希望被他人當做密友，但唯有情感需求合宜的人，能接受他人的情感，也能接受他人的拒絕，並對自身人際關係感到滿意。

## 貳、網路人際關係

對偏好網路人際關係的人，會著迷於網路人際帶來的冒險感中，匿名的關係使很多人有更多機會去認識新朋友，變的勇於跟陌生人溝通，對彼此間都充滿好奇，同時得到情感上的支持與慰藉，拋開真實生活的束縛，投入於虛擬的網路世界。Walther（1996）認為以電腦當作中間媒介，能讓人進行情感的傳遞與交流的人際互動為超人際溝通（Hyperpersonal Communication），溝通方式可選擇自己擅長的寫電子郵件，思考要如何展現自我和溝通內容，可能會創造出虛假和誇大的理想化形象，然而之間的關係也會受到彼此間接收到的資訊內容決定是否進一步發展為長期或者是漸漸淡掉的短期關係，這種方式所建立之關係是一種非面對面的超人際關係（Hyperpersonal Relation）（龔慧玲，2010）。

現在社群網站 Facebook 讓我們人與人之間的關係更緊密，登入 Facebook 社群網站彷彿許多好友就在身邊，可以抒發自身心情而讓好友了解，然而這些好友名單裡面可能是真實生活或在虛擬社群所認識的朋友，因此使用者會不斷注意對方的狀態以及對方是否在線上，迫使使用者在網路世界上開始滯留。現在網路已經潛移默化的進入到我們的生活，連行銷、消費、娛樂、學習等都可以透過網路來達到使用者需求，讓使用者願意在網路世界進行各式各樣的行為；在網路的世界也有眾多不同的網站可以瀏覽，不同的網站建立了各種不同的虛擬社群，在虛擬社群世界可以與眾網友一起進行討論或評論，或幫助網友解決問題以滿足自我成就感，或在虛擬網路世界中獲得情感上的支持。網路的虛擬世界不僅滿足使用者的需求，也讓使用者願意花更多時間在網路世界上遊蕩。

## 參、網路成癮與人際關係

本研究主要探討網路成癮與人際關係之間影響，先前許多文獻探討，根據不同年齡層的學生、性別、個性、環境等因素來進行研究探討，網路成癮會影響到人際關係，人們不斷地進入網路的虛擬世界，卻迷失在自我的人際關係，因此網路成癮與人際關係有著極為重要關連性，這也是本研究著重在網路成癮與人際關係文獻中來討論，大學生網路成癮因素及其影響。

游森期（2001）認為網路成癮的原因除了網路容易接觸使用之外，還有會使用網路拓展自己的人際關係，其現實社交生活圈也比較小；周榮、周倩（1997）的研究也都發現網路人際互動的愉悅感與網路成癮分數呈現顯著的正相關；蕭銘鈞（1998）研究發現網路成癮者比較容易依賴與拓展網路人際關係；朱美慧（2000）調查結果發現自我控制較差的大學生，網路使用時數會越多，強迫性反應的網路成癮行為傾向也會增加；個人的特性較負向，也越偏向網路虛擬情感和社交。方紫薇（2007）針對大一新生所做的調查，認為初級支持者與次級支持者兩組裡，以孤寂感最能有效預測網路成癮，且高孤寂感比低孤寂感得到社會支持較少，高孤寂感者認為較不被採納；高成癮組比低成癮組覺得在網路上較能獲得情感上的陪伴支持和紓解情緒，但現實生活中覺得不被接納了解。剛進入大學的階段，因對環境的陌生、恐懼而選擇成癮於網路中，導致後來在現實的人際關係上產生阻礙，進而更加依賴網路上的人際關係（龔慧玲，2010）。

根據以上文獻研究指出，其研究對象都為大學生的網路成癮者，這些研究發現網路成癮者在現實具有負面的人際關係，而因此轉換溝通橋樑至網際網路上尋找人際關係上的需求，但其結果不能證實網路成癮者都是人際關係不好的人，亦有可能因為其他因素而造成網路成癮。不過從文獻可以了解到，網路與人際關係之間是相互有影響力，這也是本研究欲探討的原因之一。

## 第三章 研究方法

本研究主要在探討大學生網路成癮因素，研究者考慮時間的經濟性、填答的隱密性和自由性，選擇問卷調查來進行研究。為了瞭解大學生的網路成癮之因素，本研究針對背景、資訊通訊科技、人際關係三個構面來進行分析，以判讀其因素與網路成癮是否有相關性，其網路成癮現象如：隨時離不開網路而沉溺在虛擬世界、不敢與人面對面接觸而單使用網路作為溝通橋樑等情況。本研究使用 SPSS 統計軟體為研究工具來進行資料分析。

### 第一節 研究設計

#### 壹、研究構面

本研究的問卷以背景變項、資訊通訊科技、人際關係為主軸設計此問卷，使受試者循序漸進地進入情境之中。其中背景變項為個人的基本資料；自變項為資訊通訊科技、人際關係；依變項為網路成癮。將這些變項做差異性檢定與相關性檢定，以探究本研究的問題。圖 3-1 為研究設計架構圖。

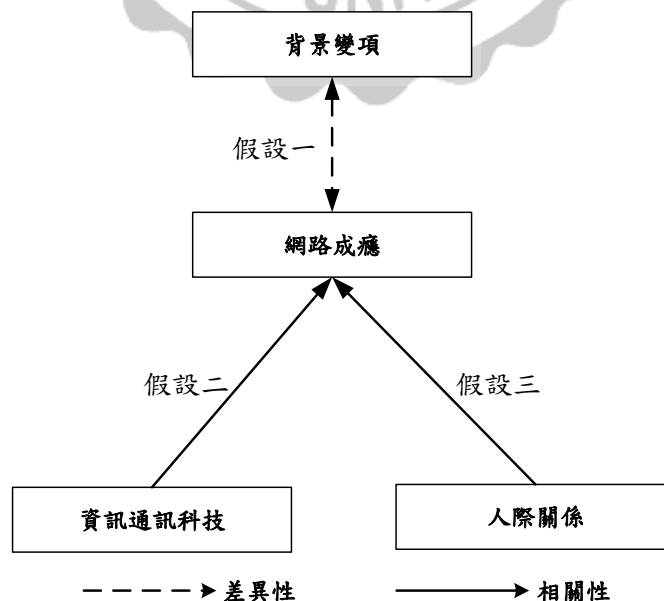


圖 3-1 研究設計架構圖



## 貳、研究變項

### 一、背景變項

在個人資料的背景變項中，是以大學生做為研究對象。背景變項包括受試者的性別、年齡、學籍、每日平均上網時間與接觸網路狀況。

### 二、自變項

自變項又稱實驗變項 (Experimental Variable)。本研究的自變項共分兩項，資訊通訊科技與人際關係。本研究採用李克特式五分制量表，以分析研究問卷之資料。

### 三、依變項

依變項又稱結果變項 (Outcome Variable) 或效標變項 (Criterion Variable)。本研究的依變項為網路成癮。

## 第二節 研究假設

根據研究目的、文獻探討之結果，並根據上述研究架構之概念，提出本研究有待驗證之假設如下。

假設一：不同背景變項的大學生與網路成癮整體有顯著差異。

- 一、不同性別的大學生與網路成癮有顯著差異。
- 二、不同年齡的大學生與網路成癮有顯著差異。
- 三、不同學籍的大學生與網路成癮有顯著差異。
- 四、大學生在不同平均每日上網時間與網路成癮有顯著差異。
- 五、大學生在不同的接觸網路狀況與網路成癮有顯著差異。

假設二：資訊通訊科技與網路成癮有顯著正相關。

假設三：人際關係與網路成癮有顯著負相關。

### 第三節 研究對象

本研究之正式問卷，是以隨機抽樣的方式抽取東海大學的大學生為研究對象，研究者在東海大學校園內尋找大一、大二、大三、大四的學生，不限性別，並且鎖定的年齡為「小於 18 歲」、「19 - 20 歲」、「21 - 22 歲」、「23 - 25 歲」、「大於 26 歲」這五個分類為目標族群。

### 第四節 研究問卷

本研究主要以問卷調查法蒐集資料，根據研究目的與問題來蒐集相關文獻、擬訂量表初稿，再將擬訂的量表初稿與指導老師討論與修正後，而成為正式問卷。問卷內容共分四大部分，以「個人基本資料、資訊通訊科技量表、網路成癮量表、人際關係量表」做為衡量標準，最終以「網路成癮因素之研究量表」來命名，透過該量表來了解受試者網路成癮之因素。以下將分別依序介紹量表內容。

#### 壹、個人基本資料

為了瞭解受試者的基本資料而編製，以符合研究假設。調查內容包括：性別、年齡、學籍、每日平均上網時間、接觸網路狀況。在個人基本資料是採取不記名的方式，讓填寫有效率而提高真實性。

#### 貳、資訊通訊科技量表

##### 一、問卷編製過程

針對研究架構與假設來探討資訊通訊科技對於網路成癮是否有相關性。參閱國內相關文獻曾禎祥（2007）探討資訊通訊科技的使用動機，並與指導教授深入討論後，發現符合本研究架構與假設，故再著手進行進一步的研究。在曾禎祥（2007）探討資訊通訊科技的使用動機的因素分析，其最後共取得五組共同因素，KMO 值為 0.927，解說總變異量為 74.124%，因素負荷量也都大於 0.4，如下表 3-2 所

示。接著再對五組共同因素以 Cronbach's  $\alpha$  進行信度分析，其信度都達顯著水準 ( $\alpha > 0.70$ )，可知此量表在使用動機的內容資訊上，具有相當的一致性。

表 3-1 資訊通訊科技使用動機因素分析

	情感聯繫	資訊性	休閒娛樂性	流行和 社會地位	社交互動 工具
	因素負荷量	因素負荷量	因素負荷量	因素負荷量	因素負荷量
KMO 取樣適當性	0.927				
特徵值	5.983782	3.890357	3.56729	3.428175	1.6614
解釋變異量%	23.93513	15.56143	14.26916	13.7127	6.645601
累積解釋變異量%	23.93513	39.49656	53.76572	67.47842	74.12402
Cronbach $\alpha$	0.927	0.91	0.906	0.931	0.78
參考來源：探討資訊通訊科技的使用動機，曾禎祥，2007。					

## 二、量表的效度分析

根據編制後的 13 題問卷題目，進行主成份分析，以最大變異法 (Varimax) 進行轉軸，根據轉軸後的成份矩陣，其特徵值需大於 1 做為決定因素的標準，依照每題的因素負荷量的分佈，找出量表的各因素內容和題目的分配。且根據結果再重新將每個因素所含的題目認定且依序命名：因素一為「流行和社會地位」、因素二為「情感聯繫」、因素三為「資訊性」、因素四為「社交互動工具」、因素五為「休閒娛樂性」，總量表為 13 題，對於因素負荷量未達 0.5 的「9.使用資訊通訊科技能讓我認識新的朋友 (0.430)」予以刪除，因此在資訊通訊科技使用動機量表所採用的題目共 12 題，結果如表 3-2 所示。

表 3-2 資訊通訊科技之轉軸後的成份矩陣

題號	題目	因素				
		1	2	3	4	5
13	使用資訊通訊科技讓我看起來很流行	.926	.047	.064	-.101	.028
12	使用資訊通訊科技讓我看起來很時髦	.904	-.012	.099	.066	-.095
11	使用資訊通訊科技能作為我身分的象徵	.785	.096	.059	.322	.233
7	資訊通訊科技能讓親朋好友與我保持聯繫	-.096	.867	-.073	.043	.020
8	使用資訊通訊科能讓我感覺到和親朋好友更親近	.254	.836	-.064	.122	.127
6	使用資訊通訊科能讓親朋好友知道我關心他們	.024	.794	.129	.020	.168
5	我使用資訊訊科技能找到消費者資訊	.158	.175	.882	-.101	-.056
4	資訊通訊科技能提供給我有價值的資訊	.076	-.139	.825	.109	.178
10	使用資訊通訊科技能讓我減輕與陌生人聊天的羞怯	.165	.079	-.084	.871	-.072
3	資訊通訊科技能提供給我新的資訊	-.034	-.054	.525	.538	.144
2	使用資訊通訊科技能讓我覺得放鬆	.132	.250	.134	-.020	.842
1	資訊通訊科技的使用是一種令人愉快的休閒活動	-.034	.284	.205	.553	.586
9	使用資訊通訊科技能讓我認識新的朋友	.430	.323	.223	.394	-.460
萃取方法：主成分分析。						
旋轉方法：含 Kaiser 常態化的 Varimax 法。						
a.轉軸收斂於 5 個疊代。						
參考來源：探討資訊通訊科技的使用動機，曾禎祥，2007。						

因素分析中，在 KMO(1974) 和 Bartlett's 球形檢定使用的判斷準則如表 3-3 所示。本研究中資訊通訊科技量表的 KMO 統計量值為 0.637，Bartlett球形檢定近似卡方分配顯著性為 0.000，表示普通適合做因素分析，如表 3-3 所示。

表 3-3 KMO 判斷準則

KMO 值	0.5 以下	0.5~0.6	0.6~0.7	0.7~0.8	0.8~0.9	0.9 以上
取樣適當性	不適宜	不理想	普通	尚可	佳	極佳

表 3-4 資訊通訊科技之 KMO 與 Bartlett 檢定

Kaiser-Meyer-Olkin 取樣適切性量數		0.637
Bartlett 球形檢定	近似卡方分配	373.106
	顯著性	0.000

### 三、量表的信度分析

為了解本研究中資訊通訊科技量表是否可靠性和有效性，除了進行因素分析外，還須透過信度檢定，採用內部一致性，分別求出各因素的 Cronbach's  $\alpha$  值。結果顯示總量表的 Cronbach's  $\alpha$  值為 0.758，各項因素約在 0.403 到 0.853 之間，數值如表 3-5 所示。

表 3-5 資訊通訊科技之量表信度分析表

因素	題號	Cronbach's $\alpha$
流行和社會地位	11、12、13	0.853
情感聯繫	6、7、8	0.800
資訊性	4、5	0.741
社交互動工具	3、10	0.403
休閒娛樂性	1、2	0.665
總量表題數 12題		0.758

根據 L.J.Cronbach 所創的 Cronbach's  $\alpha$  係數表示，當 Alpha 大於 0.4 以上，其量表顯示尚可信。參閱表 3-6 Cronbach's  $\alpha$  係數之評定標準可知，總量表之 Cronbach's  $\alpha$  值為 0.758，其顯示問卷變項為很可信。

表 3-6 Cronbach's  $\alpha$  係數之評定標準

Cronbach's $\alpha$ 係數範圍	$\alpha < 0.3$	$0.3 \leq \alpha < 0.4$	$0.4 \leq \alpha < 0.5$	$0.5 \leq \alpha < 0.7$	$0.7 \leq \alpha < 0.9$	$0.9 \leq \alpha$
取樣適當性	不可信	勉強可信	尚可信	可信 (最常見)	很可信 (次常見)	十分可信

#### 四、最後之問卷題目

在曾禎祥 (2007) 探討資訊通訊科技的使用動機文獻當中，經過信度與效度的檢驗後，剩於 12 題問卷題目，「資訊通訊科技」量表共有五個因素，分別為「流行和社會地位」三題、「情感聯繫」三題、「資訊性」兩題、「社交互動工具」兩題、「休閒娛樂性」兩題，如表 3-7 所示。

表 3-7 資訊通訊科技量表之題目

題號	因素	題目
1	流行和社會地位	資訊通訊科技的使用是一種令人愉快的休閒活動。
2		資訊通訊科技能讓我覺得放輕鬆。
3		資訊通訊科技能提供給我新的資訊。
4	情感聯繫	資訊通訊科技能提供給我有價值的資訊。
5		我使用資訊通訊科技能找到消費者資訊。
6		使用資訊通訊科技能讓親朋好友知道我關心他們。

7	資訊性	資訊通訊科技能讓親朋好友與我保持聯繫。
8		使用資訊通訊科技能讓我感覺到和親朋好友更親近。
9	社交互動工具	我使用資訊通訊科技能減輕與陌生人聊天的羞怯。
10		使用資訊通訊科技能作為我身分的象徵。
11	休閒娛樂性	使用資訊通訊科技讓我看起來很時髦。
12		使用資訊通訊科技讓我看起來很流行。

## 參、網路成癮量表

### 一、問卷編製過程

本研究所使用的網路成癮量表，參考國內相關研究的文獻（陳淑惠，2002；龔慧玲，2010），編擬出 16 題的問卷內容。在龔慧玲（2010）網路成癮量表中，依據五個網路成癮相關因素，進行內部的各層面分析與該因素間的因素負荷量，如表 3-8 所示，以最大概似法估計各迴歸係數參數的結果，判別出測量模型中所有迴歸加權係數是否達顯著（因素負荷量  $> 0.70$ ），未顯著題目則予以刪除，刪除題目後，總計 16 題編撰為本研究中的網路成癮量表。

表 3-8 網路成癮量表之因素分析結果

因素項目	題目	因素負荷量
強迫性 上網	5.如果沒有網路，我的生活毫無樂趣可言。	0.536
	6.我曾經想花較少的時間在網路上，但卻無法做到。	<b>0.836</b>
	7.我每次下線後要去做本來應做的其他事，卻又忍不住再上網看看。	<b>0.788</b>
	8.我曾努力想過要控制或停止使用網路，但都沒有成功。	<b>0.829</b>

網路成癮 戒斷反應	9.我經常會在不能上網時想使用網路，或幻想自己在上網。	0.608
	10.我會盡可能地找出時間與機會去上網。	<b>0.751</b>
	11.我只要有一段時間沒有上網，會覺得心裡不舒服。	<b>0.850</b>
	12.網路斷線或接不上時，我會坐立不安。	0.684
	13.我只要有一段時間沒有上網，會覺得自己好像錯過什麼。	<b>0.725</b>
	14.我不能上網時會覺得沮喪，心神不寧，或焦慮，但只要再接觸到網路，這些症狀會減輕許多。	<b>0.784</b>
網路成癮 耐受性	1.我發現自己上網的時間越來越長。	<b>0.793</b>
	2.從上學期以來，平均而言我每週上網的時間比以前增加許多。	<b>0.812</b>
	3.比起以前，我必須花更多的時間上網才能感到滿足。	<b>0.810</b>
	4.我會專注於網路上所進行的活動，並在離線後仍持續想著上網時的情形。	0.666
健康管理 問題	15.我曾不只一次因為上網而睡眠不足。	<b>0.823</b>
	16.我常常為了能有更多時間上網，而犧牲睡眠時間。	<b>0.870</b>
	17.我常因為上網而沒有按時吃飯。	0.590
	18.我常因為熬夜上網而導致白天精神不濟。	<b>0.852</b>
時間管理 問題	19.我常向家人、朋友或他人說謊，以隱瞞我涉入網路的程度。	0.686
	20.我常因上網而忽略了參與家庭事務。	<b>0.766</b>
	21.我常因上網而忽略了成績與課業。	<b>0.861</b>
	22.我常因為上網而將重要事情放著不管。	<b>0.840</b>
參考來源：大學生網路使用行為、網路成癮、真實與網路人際關係與相關因素之研究，龔慧玲，2010。		



## 二、量表的效度分析

根據編制後的 16 題題目內容重新給予編號，並依問卷題目，進行主成分分析 (Principal Components)，以最大變異法進行轉軸，根據轉軸後的成分矩陣，依照每題的因素負荷量的分佈，找出量表的各因素內容和題目的分配。且根據結果再重新將每個因素所含的題目認定且依序命名為：因素一為「強迫上網及成癮耐受性」、因素二為「時間及健康管理問題」、因素三為「成癮戒斷反應」，進行效度分析之後，在網路成癮的檢測程度方面的題目共計 16 題。

表 3-9 網路成癮量表之轉軸後的成份矩陣

題 號	題目	因素		
		1	2	3
9	平均而言我每週上網的時間比以前增加許多。	.751	.094	.251
15	我常因上網而忽略了成績與課業。	.707	.436	-.120
16	我常因為上網而將重要事情放著不管。	.685	.495	.035
10	比起以前，我必須花更多的時間上網才能感到滿足。	.671	.102	.547
8	我發現自己上網的時間越來越長。	.634	.297	.254
1	我曾經想花較少的時間在網路上，但卻無法做到。	.628	.160	.438
3	我曾努力想過要控制或停止使用網路，但都沒有成功。	.623	.180	.338
4	我會盡可能地找出時間與機會去上網。	.548	.205	.445
12	我常常為了能有更多時間上網，而犧牲睡眠時間。	.121	.843	.291
11	我曾不只一次因為上網而睡眠不足。	.069	.826	.255
13	我常因為熬夜上網而導致白天精神不濟。	.388	.742	.158
14	我常因上網而忽略了參與家庭事務。	.410	.739	.037

2	我每次下線後要去做本來應做的其他事，卻又忍不住再上網看看。	.290	.500	.425
5	我只要有一段時間沒有上網，就會覺得心裡不舒服。	.173	.205	.873
6	我只要有一段時間沒有上網，就會覺得自己好像錯過什麼。	.127	.157	.789
7	我不能上網時會覺得焦慮，心神不寧，但只要再接觸到網路，這些症狀就會減輕許多。	.399	.217	.598
萃取方法：主成分分析。				
旋轉方法：含 Kaiser 常態化的 Varimax 法。				
a. 轉軸收斂於 10 個疊代。				
參考來源：大學生網路使用行為、網路成癮、真實與網路人際關係與相關因素之研究，龔慧玲，2010。				

網路成癮量表的 KMO 統計量值為 0.852，Bartlett 球形檢定近似卡方分配顯著性為 0.000，數值 0.852 則表示其很適合做因素分析（參閱表3-3），如表 3-10 所示。

表 3-10 網路成癮量表之 KMO 與 Bartlett 檢定

Kaiser-Meyer-Olkin 取樣適切性量數		0.852
Bartlett 球形檢定	近似卡方分配	682.252
	顯著性	0.000

### 三、量表的信度分析

為了解本研究中網路成癮量表是否可靠性和有效性，除了進行因素分析外，還會透過信度檢定，採用內部一致性，分別求出各因素的 Cronbach's  $\alpha$  值。結果顯示總量表的 Cronbach's  $\alpha$  值為 0.926，各項因素約在 0.794 到 0.891 之間，數值如表 3-11 所示。

表 3-11 網路成癮量表之信度分析

因素	題號	Cronbach's $\alpha$
強迫上網及成癮耐受性	1、3、4、8、9、10、15、16	0.891
時間及健康管理問題	11、12、13、14	0.877
成癮戒斷反應	2、5、6、7	0.794
總量表題數 16 題		0.926

根據 L.J.Cronbach 所創的 Cronbach's  $\alpha$  係數，參閱表 3-6 Cronbach's  $\alpha$  係數之評定標準可知，總量表之 Cronbach's  $\alpha$  值為 0.926，其顯示問卷變項為十分可信。

#### 四、最後之問卷題目

參考國內相關研究的文獻（陳淑惠，2002；龔慧玲，2010），經過信度與效度的檢驗後，在網路成癮的檢測程度方面的題目共計 16 題問卷題目。「網路成癮」量表共有三個因素，分別為「強迫上網及成癮耐受性」八題、「時間及健康管理問題」四題、「成癮戒斷反應」四題，如表 3-12 所示。

表 3-12 網路成癮量表之題目

題號	因素	題目
13	強迫上網及 成癮耐受性	我曾經過想花較少的時間在網路上，但卻無法做到。
14		我曾努力想過要控制或停止使用網路，但都沒有成功。
15		我會盡可能地找出時間與機會去上網。
16		我發現自己上網的時間越來越長。
17		平均而言我每週上網的時間比以前增加許多。
18		比起以前，我必須花更多的時間上網才能感到滿足。
19		我常因上網而忽略了成績與課業。
20		我常因為上網而將重要事情放著不管。

21	時間及 健康管理問題	我常常為了能有更多時間上網，而犧牲睡眠時間。
22		我曾不只一次因為上網而睡眠不足。
23		我常因為熬夜上網而導致白天精神不濟。
24		我常因上網而忽略了參與家庭事務。
25	成癮戒斷反應	我每次下線後要去做本來應做的其他事，卻又忍不住再上網看看。
26		我只要有一段時間沒有上網，就會覺得心裡不舒服。
27		我只要有一段時間沒有上網，就會覺得自己好像錯過什麼。
28		我不能上網時會覺得焦慮，心神不寧，但只要再接觸到網路，這些症狀就會減輕許多。

#### 肆、人際關係量表

##### 一、問卷編製過程

本研究所使用人際關係量表部分修改自(龔慧玲,2010)如表 3-13 所示，在真實人際方面有家人關係、社會接納、同儕關係、師生關係四個因素，萃取出 12 個題目當作本研究問項。

表 3-13 人際關係之因素分析結果

題目	因素一	因素二	因素三	因素四
<b>家人關係</b>				
6.我會和家人談到心裡的感受或心情	0.203	0.790	0.254	0.185
7.我會與家人聊到學校發生的事	0.225	0.807	0.159	0.169
8.我和家人有良好的互動關係	0.242	0.849	0.105	0.159
9.我和家人相處的時候感覺很自在	0.123	0.848	0.056	0.182

10.我會把自己的想法與家人分享	0.195	0.856	0.187	0.093
11.當我遇到困難時，家人會關心我、幫助我	0.294	0.741	0.051	0.149
<b>社會接納</b>				
1.當我有困難的時候，現實生活週遭的人會願意對我伸出援手	0.446	0.225	-0.002	0.583
2.我覺得我自己是被人群接納的	0.292	0.237	0.073	0.791
3.我很容易融入現實生活的人群中	0.267	0.143	0.256	0.803
4.在現實生活中有許多人是跟我是相當要好的	0.367	0.173	0.173	0.762
5.我喜歡自己和現實生活週遭的人來往的方式	0.400	0.209	0.133	0.669
<b>同儕關係</b>				
12.我會與同學、朋友談談我的心情	0.726	0.305	0.115	0.170
13.與同學、朋友談話時，我有被關心的感覺	0.741	0.206	0.161	0.208
14.我常和同學、朋友一起討論功課	0.717	0.236	0.123	0.123
15.我常和同學、朋友相約一起從事休閒活動、娛樂	0.737	0.104	0.082	0.330
16.我有困難時，同學、朋友會主動幫助我	0.723	0.176	0.177	0.375
17.我的同學、朋友都很了解我	0.598	0.203	0.359	0.277
18.我與同學、同伴相處愉快	0.680	0.229	0.130	0.415
19.我有可以跟我分享想法的摯友	0.673	0.168	0.168	0.190
20.我喜歡參加和同學、朋友的聚會，分享我的心得和看法	0.661	0.164	0.256	0.234
<b>師生關係</b>				
21.我和師長的互動良好	0.274	0.178	0.669	0.218

22.學校老師很關心我的生活及前途	0.197	0.154	0.780	0.209
23.我經常向老師請教課業與生活問題	0.119	0.076	0.879	0.087
24.我經常利用課後時間和老師聊天	0.079	0.057	0.884	0.055
25.我願意和老師分享我的心情	0.190	0.195	0.751	0.006
全變異量百分比	44.895	10.296	9.968	4.799
全變異量累積百分比	44.895	55.191	65.159	69.958
參考來源：大學生網路使用行為、網路成癮、真實與網路人際關係與相關因素之研究，龔慧玲，2010。				

## 二、量表的效度分析

根據編制後的 12 題題目內容重新給予編號，並依問卷題目，進行主成分分析，以最大變異法進行轉軸，根據轉軸後的成分矩陣，依照每題的因素負荷量的分佈，找出量表的各因素內容和題目的分配。且根據結果再重新將每個因素所含的題目認定且依序命名為：因素一為「朋友關係」、因素二為「學校關係」、因素三為「家人關係」，總量表為 12 題，結果如表 3-14 所示。

表 3-14 人際關係之轉軸後的成份矩陣

題號	題目	成份		
		1	2	3
1	我覺得我自己是被人群接納的。	.765	-.057	.234
2	在現實生活中有許多人是跟我是相當要好的。	.752	.002	.083
7	與同學、朋友談話時，我有被關心的感覺。	.715	.449	-.050
9	我常和同學、朋友相約一起從事休閒活動、娛樂。	.715	.225	.072
10	我有困難時，同學或朋友會主動幫助我。	.694	.400	.180
6	我會與同學、朋友談談我的心事。	.657	.224	.357
11	學校老師很關心我的生活及前途。	.086	.863	.131

12	我經常向老師請教課業與生活問題。	.122	.837	.176
8	我常和同學、朋友一起討論功課。	.478	.636	.091
4	我和家人有良好的互動關係。	.156	.104	.861
3	我會和家人談到心裡的感受或心情。	.129	.033	.828
5	當我遇到困難時，家人會關心我、幫助我。	.114	.201	.667
萃取方法：主成分分析。				
旋轉方法：旋轉方法：含 Kaiser 常態化的 Varimax 法。				
a. 轉軸收斂於 5 個疊代。				

人際關係量表的 KMO 統計量值為 0.781，Bartlett 球形檢定近似卡方分配顯著性為 0.000，數值 0.781 則表示其很適合做因素分析(參閱表3-3)，如表 3-15 所示。

表 3-15 人際關係互動量表之 KMO 與 Bartlett 檢定

Kaiser-Meyer-Olkin 取樣適切性量數		0.781
Bartlett 球形檢定	近似卡方分配	353.775
	顯著性	0.000

### 三、量表的信度分析

為了解本研究中網路成癮量表是否可靠性和有效性，除了進行因素分析外，還會透過信度檢定，採用內部一致性，分別求出各因素的 Cronbach's  $\alpha$  值。結果顯示總量表的 Cronbach's  $\alpha$  值為 0.859，各項因素約在 0.736 到 0.856 之間，數值如表 3-16 所示。

表 3-16 人際關係互動量表之信度分析

因素	題號	Cronbach's $\alpha$
朋友關係	1、2、6、7、9、10	0.856
學校關係	8、11、12	0.792
家人關係	3、4、5	0.736
總量表題數 12題		0.859

根據 L.J.Cronbach 所創的 Cronbach's  $\alpha$  係數，參閱表 3-6 Cronbach's  $\alpha$  係數之評定標準可知，總量表之 Cronbach's  $\alpha$  值為 0.856，其顯示問卷變項為很可信。

#### 四、最後之問卷題目

參考並且修改國內相關研究的文獻（龔慧玲，2010），經過信度與效度的檢驗後，在網路成癮的檢測程度方面的題目共計 12 題問卷題目。「人際關係互動」量表共有三個因素，分別為「朋友關係」六題、「學校關係」三題、「家人關係」三題。如表 3-17 所示。

表 3-17 人際關係互動量表之題目

題號	因素	題目
29	朋友關係	我覺得我自己是被人群接納的。
30		在現實生活中有許多人是跟我是相當要好的。
31		與同學、朋友談話時，我有被關心的感覺。
32		我常和同學、朋友相約一起從事休閒活動、娛樂。
33		我有困難時，同學或朋友會主動幫助我。
34		我會與同學、朋友談談我的心事。
35	學校關係	學校老師很關心我的生活及前途。
36		我經常向老師請教課業與生活問題。
37		我常和同學、朋友一起討論功課。
38	家人關係	我和家人有良好的互動關係。
39		我會和家人談到心裡的感受或心情。
40		當我遇到困難時，家人會關心我、幫助我。

#### 伍、量表答題與計分

網路成癮因素之研究量表共有 40 題，採用李克特式五分制量表作答，反應選項為「非常不符合」1 分、「不符合」2 分、「還算符合」3 分、「符合」4 分、「非



常符合」5分，該量表的分數越高者，表示對該題的認同程度也越高。在資訊通訊科技部份的總分得分越高，代表資訊通訊誘使的網路使用程度越高；網路成癮部份的總分得分越高，代表其網路成癮性的嚴重程度愈高；人際關係互動部份的總分得分越高，代表其真實生活中得到較高的親密感與支持度。

## 陸、「網路成癮因素之研究量表」的問卷信度

根據曾禎祥（2007）「探討資訊通訊科技的使用動機」之問卷，以及陳淑惠（2003）所編制的「中文網路成癮量表修定版」之問卷，編製成本研究的「網路成癮因素之研究量表」，最後總計有效問卷共有 129 份，問卷題目共 40 題，透過 SPSS 進行信度分析，得到結果如下表 3-18。

表 3-18 「網路成癮因素之研究量表」之信度分析

項目的個數	以標準化項目為準的 Cronbach's Alpha 值	Cronbach's Alpha 值
40	0.889	0.890

在「資訊通訊科技」12 題、「網路成癮」16 題、「人際關係」12 題，共 40 題，由表 3-18 可以得知，透過 SPSS 進行信度分析時，Cronbach's Alpha 值為 0.890，代表此問卷之一致性極高（根據表 3-6 Cronbach's  $\alpha$  係數之評定標準）。

## 第五節 研究實施

本研究主要探討網路成癮因素，以東海大學學生為族群，在東海大學校園內尋找學生來填寫紙本問卷，向對方解釋該研究是欲了解學生使用網路的情形，而非說明本研究欲調查學生網路成癮的狀況，以防學生有預期心理，導致研究的不準確性。

### 壹、研究準備

研究者確定研究主題後，即依研究流程圖（本文頁 6）來執行，根據研究目的

與問題來蒐集相關文獻、擬訂量表初稿，將擬訂好的問卷仔細與指導教授研討，聽取指導教授意見後再做修改，直到完成定版。研究者再到東海大學校園內，請求東海的大學生幫忙填寫正式問卷，以完成本研究。

## 貳、資料收集

研究者本身的能力將影響研究品質，因此研究者在研究所期間已修習研究方法課程、SPSS 課程。除此之外，研究者亦參考相關領域的文獻，欲了解每位研究者的研究方式與目標，藉由閱讀大量參考文獻的過程來提升研究者的知識與能力。同時，研究者為了要明白資訊科技發展情景，以及現今網路科技的狀況，因此時常瀏覽大量的網路資訊、報章媒體報導與文獻資料等相關訊息，以掌握目前資訊科技與網路使用的狀況，藉此來探討網路行為，以找出網路成癮的關鍵因素。

## 參、資料分析

蒐集完問卷資訊，研究者將這些資料轉變為電子數據，透過 Excel 彙整出整體數據，再將數據匯入到 SPSS 統計軟體進行分析，進而轉變成有用的資料，並與指導教授多次研討，完成資料分析，以提供各界人士參考與省思。

## 第四章 研究結果與討論

本章分成四小節，第一節為「描述性統計現況分析」，第二節為「不同背景變項的大學生與網路成癮之差異分析」，第三節為「資訊通訊科技與網路成癮之相關分析」，第四節為「人際關係與網路成癮之相關分析」。

### 第一節 描述性統計現況分析

#### 壹、基本資料分析

本研究之正式樣本，是以便利抽樣的方式抽取東海大學的大學生為研究對象。本研究將大學生的背景變項分為五個層面來進行分析，其包括：性別、年齡、學籍、每日平均上網時間、接觸網路狀況。研究者在東海大學的校園裡面，採取隨機抽樣發放紙本問卷給與東海大學學生填寫。總計有效樣本共有 129 份，其中男性佔 28%，女性佔 72%，其相關資料如表 4-1 所示。

表 4-1 有效問卷基本資料分布情形統計表

背景變項	類別	個數	百分比
性別	男	36	28%
	女	93	72%
年齡	小於 18 歲	2	1.5%
	19 - 20 歲	65	50.4%
	21 - 22 歲	54	41.9%
	23 - 25 歲	6	4.7%
	大於 26 歲	2	1.5%
學籍	大一	30	23.2%
	大二	26	20.1%
	大三	35	27.2%
	大四	38	29.5%

每日平均上網時間	0-2 小時	21	16.4%
	2-4 小時	55	42.6%
	4-6 小時	38	29.4%
	6-8 小時	10	7.7%
	8 小時以上	5	3.9%
接觸網路狀況	1 年以下	2	1.5%
	1-3 年	2	1.5%
	3-5 年	11	8.5%
	5 年以上	114	88.5%

由表 4-1 可以得知，問卷回收對象中，在性別的部份，男生佔 28%，女生佔 72%，女生佔男生 2 倍強；在年齡的部份，小於 18 歲佔 1.5%、19-20 歲佔 50.4%、21-22 歲佔 41.9%、23-25 歲佔 4.7%、大於 26 歲佔 1.5%，主要以 19-20 歲和 21-22 歲為主要年齡；在學籍的部份，大一佔 23.2%、大二佔 20.1%、大三佔 27.2%、大四佔 29.5%，學籍的分佈在隨機抽樣的過程中，算較為平均；在每日平均上網時間的部份，0-2 小時佔 16.4%、2-4 小時佔 42.6%、4-6 小時佔 29.4%、6-8 小時佔 7.7%、8 小時以上佔 3.9%，從分佈可了解，大部份的學生每日都花費 2-4 在網路上面，耗費相當長的時間；在接觸網路狀況的部份，1 年以下佔 1.5%、1-3 年佔 1.5%、3-5 年佔 8.5%、5 年以上佔 88.5%，可知絕大多數的東海大學學生，接觸網路時間都超過五年以上。

總體分析而言，大學生在 19~22 歲年紀的族群為主，而他們接觸網路的狀況都有五年以上，表示他們對於網路的使用一點都不陌生，他們每日使用網路的狀況大多在 2~6 小時間，一天當中約有六分之一的時間都在虛擬網路上面，這現象反應出，大學生的睡覺時間、每日的活動時間以及人際關係互動時間，都因網路的使用而被壓縮了。現階段若再不重視大學生過度使用網路的問題，未來可能導致大學生的生產力下降，競爭力下滑，忍耐力不佳等等情況，更甚者，將可能造

成一些嚴重的心理疾病或社會問題。

## 貳、大學生網路成癮之現況分析

為瞭解目前大學生網路成癮之狀況，得有效問卷 129 名受試者在「資訊通訊科技」、「網路成癮」、「人際關係」整體性，以及評估每一因素之平均得分、標準差。茲將資料整理如表 4-2 所示。

表 4-2 資訊通訊科技、網路成癮、人際關係現況表

評估因素	主要因素	題數	平均得分	標準差
資訊通訊科技	流行和社會地位	3	3.94	0.76
	情感聯繫	3	3.94	0.79
	資訊性	2	3.75	0.88
	社交互動工具	2	3.06	1.03
	社會娛樂性	2	2.62	0.93
資訊通訊科技整體數據		12	3.46	1.01
網路成癮	強迫上網及成癮耐受性	8	2.56	1.04
	時間及健康管理問題	4	2.39	1.10
	成癮戒斷反應	4	2.71	1.08
網路成癮整體數據		16	2.55	1.06
人際關係	朋友關係	6	3.79	0.77
	學校關係	3	3.07	0.94
	家人關係	3	3.78	0.89
人際關係整體數據		12	3.55	0.90

## 一、資訊通訊科技量表

「網路成癮因素之研究量表」中「資訊通訊科技」部份共計 12 題，以李克特式量表五點計分，總分範圍在 12~60 分之間，平均得分(M 值)介於 2.62~3.94，由高至低排列，依序為「流行和社會地位 (M=3.94)」、「情感聯繫 (M=3.94)」、「資訊性 (M=3.75)」、「社交互動工具 (M=3.06)」、「社會娛樂性 (M=2.62)」，標準差介於 0.76~1.03 之間。詳如圖 4-1 「資訊通訊科技量表」比較圖。

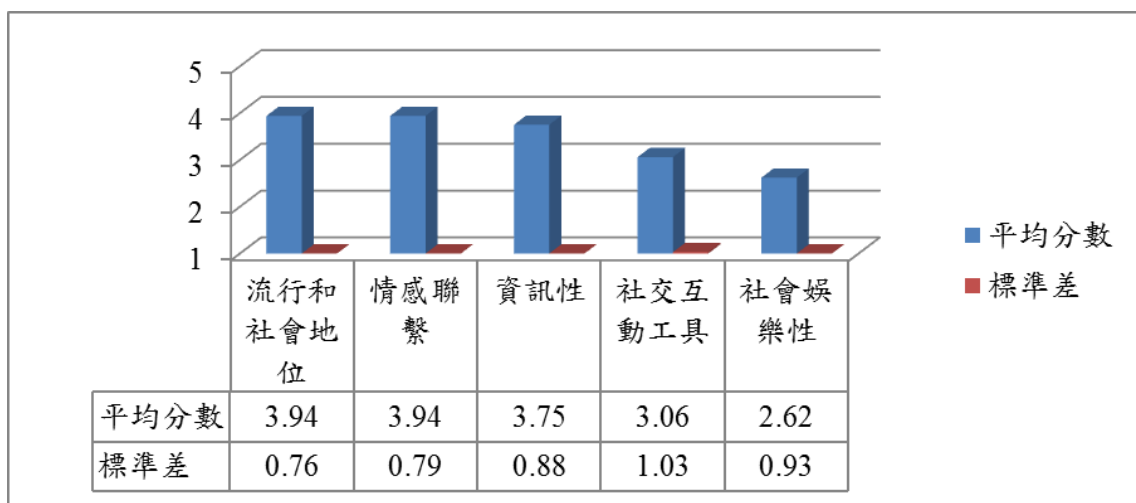


圖 4-1 「資訊通訊科技量表」比較圖

從「流行和社會地位」、「情感聯繫」、「資訊性」、「社交互動工具」來看，四個因素的分數都為 3 分~4 分之間 (還算符合)，即表示受試者對於資訊通訊科技對各因素保持正面保守的態度，唯獨社會娛樂性為 2.62 分 (不符合)，其表示大學生不認同資訊通訊科技對於社會娛樂性有很大的幫助；從各因素的標準差來看，標準差的統計分佈其內個體間的離散程度介於 0.76~1.03 之間，其整體個體之間的數據離散不大，即表示差異性不大，大學生之態度都傾向於如此。因此從這方面的數據可以簡易推論，資訊通訊科技對於大學生具有影響性，而這些影響性也成為大學生網路成癮的潛在因素，因此研究者認定資訊通訊科技對於網路成癮是有相關的影響性。

## 二、網路成癮量表

「網路成癮因素之研究量表」中「網路成癮」部份共計 16 題，以李克特式量表五點計分，總分範圍在 16~80 分之間，平均得分 (M 值) 介於 2.39~2.71，由高至低排列，依序為「成癮戒斷反應 (M=2.71)」、「強迫上網及成癮耐受性 (M=2.56)」、「時間及健康管理問題 (M=2.39)」，標準差介於 1.04~1.10 之間。詳如圖 4-2 「網路成癮量表」比較圖。

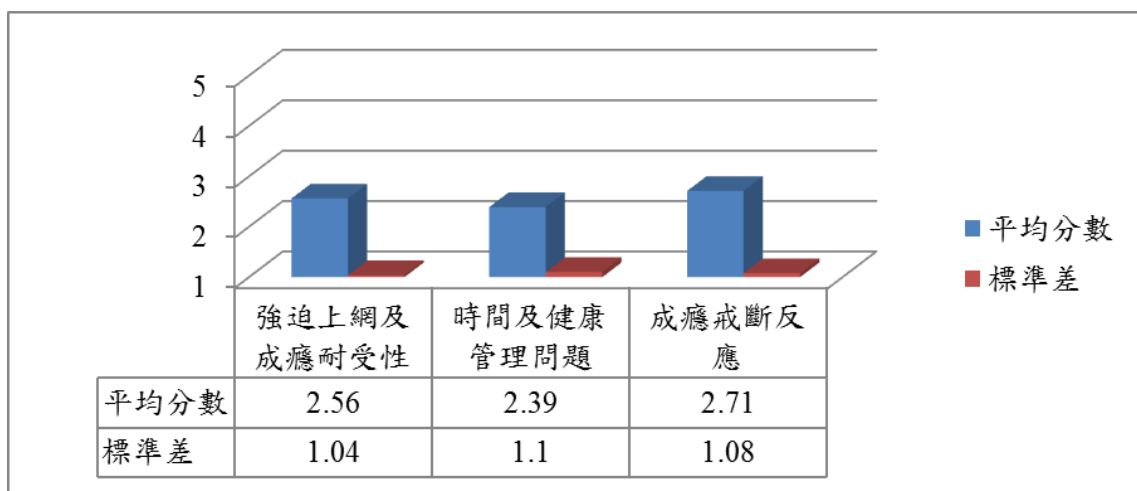


圖 4-2 「網路成癮量表」比較圖

從「強迫上網及成癮耐受性」、「時間及健康管理問題」、「成癮戒斷反應」這三因素的分數都在 2 分~3 分之間 (不符合)，表示受試者對於網路成癮之問項抱持著否定的態度，研究者推測其可能是因為負面的問項而導致大學生不願意承認該問題；亦或者大學生已有上網的控制能力，並不會使他們陷入到網路成癮的窘困當中。而從各因素的標準差來看，標準差的統計分佈的程度來看，其內個體間的離散程度介於 1.04~1.10 之間，其整體個體之間的數據離散不大，即表示差異性不大。從網路成癮的整體數據來看，大學生對於網路成癮的徵兆問項為負面的態度，可得知東海大學學生的網路成癮情況不嚴重。

### 三、人際關係量表

「網路成癮因素之研究量表」中「人際關係」部份共計 12 題，以李克特式量表五點計分，總分範圍在 12~60 分之間，平均得分 (M 值) 介於 3.07~3.79，由高至低排列，依序為「朋友關係 (M=3.79)」、「家人關係 (M=3.78)」、「學校關係 (M=3.07)」，標準差介於 0.77~0.94 之間。詳如圖 4-3 「人際關係量表」比較圖。

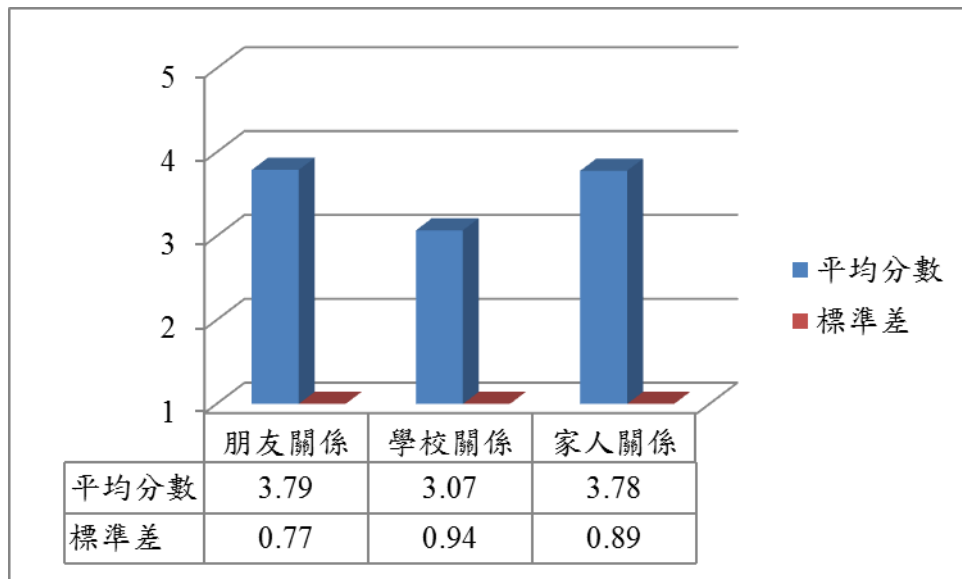


圖 4-3 「人際關係量表」比較圖

從「朋友關係」、「學校關係」、「家人關係」這三因素的分數都在 3 分~4 分之間 (還算符合)，表示受試者對於人際關係之問項抱持著正面的態度，即表示受試者對於人際關係各因素保持正面保守的態度，從各因素的標準差來看，標準差的統計分佈其內個體間的離散程度介於 0.77~0.94，其整體個體之間的數據離散不大，即表示差異性不大，大學生之態度都傾向於如此。因此從這方面的數據可以簡易推論，人際關係對於大學生具有影響性，而這些影響性也成為大學生網路成癮的潛在因素，因此研究者認定人際關係對於網路成癮是有相關的影響性。



## 第二節 不同背景變項的大學生與網路成癮之差異分析

為驗證研究假設一（本文頁24）大學生背景變項的差異分析，其不同背景變項對於網路成癮是否有顯著差異情形，以 T 檢定來分析不同性別對於網路成癮是否有差異性，以單因子變異數分析來分析年齡、學籍、每日上網時間、接觸網路狀況對於網路成癮是否有差異性。表 4-3 為各組別統計量數據。

表 4-3 各組別統計量數據

評估因素	背景變項	類別	個數	平均分數	標準差
網路成癮	性別	男	36	2.70	1.10
		女	72	2.50	1.06
	年齡	小於 18 歲	2	3.00	0.55
		19-20 歲	65	2.44	0.98
		21-22 歲	54	2.66	1.78
		23-25 歲	6	2.80	0.90
		大於 26 歲	2	2.38	0.94
	學籍	大一	30	2.46	0.99
		大二	26	2.36	0.93
		大三	35	2.57	1.16
		大四	38	2.75	1.08
	每日平均上網時間	0-2 小時	21	2.02	0.82
		2-4 小時	55	2.53	0.94
		4-6 小時	38	2.57	1.07
		6-8 小時	10	3.26	1.27
		8 小時以上	5	3.56	1.23
	接觸網路狀況	1 年以下	2	2.00	1.34
		1-3 年	2	2.91	1.25
		3-5 年	11	2.74	1.01
		5 年以上	114	2.54	1.05
整體數值			129	2.55	1.06

## 壹、性別與網路成癮之差異分析

為驗證研究假設，不同性別的大學生與網路成癮是否有顯著差異，因此透過 SPSS 統計軟體進行 T 檢定，其結果如表 4-4 顯示。

表 4-4 性別與網路成癮之 T 檢定結果

		變異數相等的 Levene 檢定		平均數相等的 T 檢定	
		F 檢定	顯著性	T	顯著性 (雙尾)
網路成癮 平均值	假設變異數 相等	1.005	0.318	1.333	0.185
	不假設變異 數相等	-	-	1.484	0.142

說明：\*p < 0.05 顯著，\*\*p < 0.01 相當顯著，\*\*\* p < 0.001 非常顯著

從表 4-4 的結果得知，變異數相等的 Levene 檢定的顯著性為 0.318，大於  $\alpha=0.05$ ，符合同質性，則 T 檢定的顯著性為 0.185，大於  $\alpha=0.05$ ，則表示性別對於網路成癮沒有顯著的差異，即表示性別對於網路成癮並沒有影響性。

## 貳、年齡與網路成癮之差異分析

為驗證研究，不同年齡的大學生與網路成癮是否有顯著差異，因此透過 SPSS 統計軟體進行單因子變異數分析，其結果如表 4-5 顯示。

表 4-5 年齡與網路成癮之單因子變異數分析

ANOVA					
	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	1.884	4	0.471	0.944	0.441
組內	61.882	124	0.499	-	-
總和	63.766	128	-	-	-

說明：\*p < 0.05 顯著，\*\*p < 0.01 相當顯著，\*\*\* p < 0.001 非常顯著

從 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.441，大於  $\alpha=0.05$ ，則表示年齡對於網路成癮沒有顯著差異性，即表示年齡對於網路成癮並沒有影響性。

### 參、學籍與網路成癮之差異分析

為驗證研究假設，不同學籍的大學生與網路成癮是否有顯著差異，因此透過 SPSS 統計軟體進行單因子變異數分析，其結果如表 4-6 顯示。

表 4-6 學籍與網路成癮之單因子變異數分析

ANOVA					
	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	2.679	3	0.893	1.827	0.146
組內	61.087	125	0.489	-	-
總和	63.766	128	-	-	-

說明：\* $p < 0.05$ 顯著，\*\* $p < 0.01$ 相當顯著，\*\*\*  $p < 0.001$ 非常顯著

從 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.146，大於  $\alpha=0.05$ ，則表示學籍對於網路成癮沒有顯著差異性，即表示年齡對於網路成癮並沒有影響性。

### 肆、每日平均上網時間與網路成癮之差異分析

為驗證研究假設，大學生在不同平均每日上網時間與網路成癮有顯著差異，因此透過 SPSS 統計軟體進行單因子變異數分析，其結果如表 4-7 顯示。

表 4-7 平均每日上網時間與網路成癮之單因子變異數分析

ANOVA					
	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	16.097	4	4.024	10.468	0.000***
組內	47.669	124	0.384	-	-
總和	63.766	128	-	-	-

說明：\* $p < 0.05$ 顯著，\*\* $p < 0.01$ 相當顯著，\*\*\*  $p < 0.001$ 非常顯著

從 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.000，小於 0.001，則表示大學生在不同平均每日上網時間對於網路成癮具有顯著差異性，即表示大學生在不同平均每日上網時間對於網路成癮具有影響性。

### 伍、接觸網路狀況與網路成癮之差異分析

為驗證研究假設，大學生在不同的接觸網路狀況與網路成癮有顯著差異。因此透過 SPSS 統計軟體進行單因子變異數分析，其結果如表 4-8 顯示。

表 4-8 接觸網路狀況與網路成癮之單因子變異數分析

ANOVA					
	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	1.257	3	0.419	0.838	0.475
組內	62.508	125	0.500	-	-
總和	63.766	128	-	-	-

說明：\* $p < 0.05$ 顯著，\*\* $p < 0.01$ 相當顯著，\*\*\*  $p < 0.001$ 非常顯著

從 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.475，大於  $\alpha=0.05$ ，則表示大學生在不同的接觸網路狀況對於網路成癮沒有顯著差異，即表示大學生在不同的接觸網路狀況對於網路成癮並沒有影響性。

### 第三節 資訊通訊科技與網路成癮之相關分析

為驗證研究假設二：資訊通訊科技與網路成癮有顯著正相關，以皮爾遜 (Pearson) 積差相關分析兩者的相關程度，積差相關係數可作為兩個連續變數間線性相關的指標，相關分析是分析變數間關係的方向與程度大小的統計方法，而相關係數代表兩個變數之間關係密切與否的程度。相關係數介於 -1 與 +1 之間，正負符號表示相關的方向，負相關表示線性相關的斜率為負，正相關表示線性相關的斜率為正，相關係數只能說明兩者關係密切的程度，而不能誤認兩者間有因果關係。分析結果整理如表 4-9 所示。

表 4-9 資訊通訊科技與網路成癮之皮爾遜積差相關分析

評估因素	檢定項	資訊通訊科技	網路成癮
資訊通訊科技	Pearson相關	1	0.273**
	顯著性（雙尾）	--	0.002
網路成癮	Pearson相關	0.273**	1
	顯著性（雙尾）	0.002	--

說明：\* $p < 0.05$ 顯著，\*\* $p < 0.01$ 相當顯著，\*\*\*  $p < 0.001$ 非常顯著

表 4-10 相關係數評定標準

相關係數 (r)	0.2 以下	0.2 ~ 0.4	0.4 ~ 0.6	0.6 ~ 0.8	0.8 以上
相關程度	極低	低	普通	高	極高

由表 4-9 得知，資訊通訊科技與網路成癮的相關係數  $r = 0.273$ ，資訊通訊科技與網路成癮之顯著性小於 0.01，表示相當有顯著性。相關係數(r)的平方( $r^2$ )成為決定係數或解釋變異量的比例，決定係數  $r^2 = 0.07$  表示 Y 變項的變異量中，可被 X 變項解釋的變異量為 7%，也意謂著 X 變項的變異量中，可被 Y 變項解釋變異量百分比也為 7%，而相關係數  $r = 0.273$ ，則表示 X 變項與 Y 變項間有顯著的正相關，但根據表 4-10 相關係數評定標準，相關係數  $r = 0.273$  在 0.2 ~ 0.4 之間，表示資訊通訊科技與網路成癮的相關係數為低度正相關，符合本研究假設二：資訊通訊科技與網路成癮有顯著正相關。

#### 第四節 人際關係與網路成癮之相關分析

為驗證研究假設三：人際關係與網路成癮有顯著負相關，以皮爾遜 (Pearson) 積差相關分析兩者的相關程度，積差相關係數可作為兩個連續變數間線性相關的指標，相關分析是分析變數間關係的方向與程度大小的統計方法，而相關係數代表兩個變數之間關係密切與否的程度。相關係數介於 -1 與 +1 之間，正負符號表

示相關的方向，負相關表示線性相關的斜率為負，正相關表示線性相關的斜率為正，相關係數只能說明兩者關係密切的程度，而不能誤認兩者間有因果關係。分析結果整理如表 4-11 所示。

表 4-11 人際關係與網路成癮之皮爾遜積差相關分析

評估因素	檢定項	人際關係	網路成癮
人際關係	Pearson相關	1	-0.124
	顯著性(雙尾)	--	0.163
網路成癮	Pearson相關	-0.124	1
	顯著性(雙尾)	0.163	--
說明：* $p < 0.05$ 顯著，** $p < 0.01$ 相當顯著，*** $p < 0.001$ 非常顯著			

由表 4-11 得知，人際關係與網路成癮的相關係數  $r = -0.124$ ，人際關係與網路成癮之顯著性大於 0.05，表示無顯著性。相關係數( $r$ )的平方( $r^2$ )成為決定係數或解釋變異量的比例，決定係數  $r^2 = 0.015$  表示 Y 變項的變異量中，可被 X 變項解釋的變異量為 1.5%，也意謂著 X 變項的變異量中，可被 Y 變項解釋變異量百分比也為 1.5%，而相關係數  $r = -0.124$ ，則表示 X 變項與 Y 變項間為無顯著的負相關，其結果不符合本研究假設三：人際關係與網路成癮有顯著負相關。

## 第五章 結論與建議

本研究旨在探討網路成癮與資訊通訊科技、人際關係之間的影響關係，為了達到研究目的，研究者先收集相關文獻加以了解與探討，訂定大學生網路成癮之相關因素，做為研究理論基礎及編制量表之依據，接著以東海大學一年級、二年級、三年級、四年級為研究對象，發放「網路成癮因素之研究量表」供填答，並將填答所得資料經由 SPSS 軟體進行統計分析，再與指導教授深入研討。本章將研究結果加以分析整理，最後歸納出結論並提出具體建議，期許盡棉薄之力，提供相關單位人員，做為未來研究之參考與省思。

### 第一節 研究結果

本節旨在綜合量表調查之統計結果，針對研究目的與研究假設，歸納本研究的結論，茲分析如下。

#### 壹、描述性統計現況分析

大學生在 19~22 歲年紀的族群為主，而他們接觸網路的狀況都在五年以上，使得他們每日使用網路的狀況大多在 2~6 小時間。由表 4-2 中得知，東海大學學生的資訊通訊科技整體平均得分為 3.46，網路成癮整體平均得分為 2.55，人際關係整體平均得分為 3.55；資訊通訊科技與人際關係的值在 3~4 分，介於還算符合至符合之間，此表示東海大學學生對於資訊通訊科技與人際關係的態度為正向；唯獨網路成癮的值在 2~3 分，位於中間值，此表示東海大學學生對於網路成癮的態度為負向，表示東海大學學生不認為他們有網路成癮的情況。綜合整體來說，東海大學學生網路成癮的情況並不嚴重。

## 貳、研究假設一：不同背景變項的大學生與網路成癮整體有顯著差異

為驗證假設一：大學生的性別、年齡、學籍、每日上網時間、接觸網路狀況對網路成癮有顯著差異，大學生的性別使用 T 檢定來分析，而大學生的年齡、學籍、每日上網時間、接觸網路狀況，則使用單因子變異數來分析，相關研究結果如下述。

### 一、假設不同性別的大學生與網路成癮有顯著差異。

從表 4-4 的結果得知，變異數相等的 Levene 檢定的顯著性為 0.318，大於  $\alpha=0.05$ ，符合同質性，則 T 檢定的顯著性為 0.185，大於  $\alpha=0.05$ ，表示性別對於網路成癮沒有顯著的差異性，與研究假設不符合。

### 二、假設不同年齡的大學生與網路成癮有顯著差異。

從表 4-5 年齡與網路成癮之單因子變異數分析的 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.441，大於  $\alpha=0.05$ ，表示年齡對於網路成癮沒有顯著差異性，與研究假設不符合。

### 三、假設不同學籍的大學生與網路成癮有顯著差異。

從表 4-6 學籍與網路成癮之單因子變異數分析的 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.146，大於  $\alpha=0.05$ ，表示學籍對於網路成癮也沒有顯著差異性，與研究假設不符合。

### 四、假設大學生在不同平均每日上網時間與網路成癮有顯著差異。

從表 4-7 學籍與網路成癮之單因子變異數分析的 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為 0.000，小於 0.001，表示大學生在不同平均每日上網時間對於網路成癮具有顯著差異性，與研究假設符合。



五、假設大學生在不同的接觸網路狀況與網路成癮有顯著差異。

從表 4-8 學籍與網路成癮之單因子變異數分析的 ANOVA 檢定結果來看，其顯著性為0.475，大於 $\alpha=0.05$ ，表示大學生在不同的接觸網路狀況對於網路成癮沒有顯著差異性，與研究假設不符合。

### 參、研究假設二：資訊通訊科技與網路成癮有顯著正相關

由表 4-9 得知，資訊通訊科技與網路成癮有顯著正相關，亦即使用資訊通訊科技越深入，網路成癮的情況就越嚴重，但該部份只能說明資訊通訊科技和網路成癮有相關性，並不表示資訊通訊科技與網路成癮為因果關係。

### 肆、研究假設三：人際關係與網路成癮有顯著負相關

由表 4-11 得知，東海大學學生的人際關係與網路成癮無顯著相關，亦即人際關係的好壞，與網路成癮的結果沒有相互影響。這樣的結果不符合研究假設三：人際關係與網路成癮有顯著負相關。

## 第二節 未來研究之建議

本研究歷時數月完成，期間雖力求嚴謹完整，但研究者的時間有限，難免有疏漏之處，以下將提出對未來研究之建議，作為未來研究者之參考。

### 壹、研究對象

基於人力、物力及時間等因素，未能蒐集東海大學全體學生資料來進行施測，使得無法提升研究信度，考量全國性不同地區以及城鄉發展因素等差異性之區別，仍不宜以本研究結果概為推論其他各大專院校之現象。進一步的研究可依城鄉地區之不同、大專院校學生人數比例之不同，擴大範圍與樣本數，再做研究分析，這樣將有助於信度的提升及增加樣本的代表性。

## 貳、研究方法

本研究主要採用文獻分析法及問卷調查法，以量化的方式進行資料蒐集，以瞭解大學生的性別、年齡、學籍、每日平均上網時間、接觸網路狀況與網路成癮是否有顯著差異。但受限於問卷調查法的限制，受訪者較無法完全瞭解問題的情境脈絡，所得的資料可能過於片面。因此有必要兼採質化的研究方法如：觀察法、專家訪談法，使研究結果更能符合實際現況並往上提升研究效度，以彌補量化研究之缺失。

## 參、研究工具

在施測網路成癮方面，陳淑惠等（2003）的「中文網路成癮量表」雖為一個信、效度不錯的工具，但是此問卷是以 2003 年大學生為常模所發展出來的工具，不一定能代表現在大學生網路成癮之檢測工具，就目前資訊通訊科技與網路使用習慣來看，網路的使用頻率、使用時數都有上升的趨勢；在使用資訊通訊科技上面，智慧型手機的出現，與無線上網的普及，這些因素將對大學生網路成癮有著正向的影響性。所以建議未來的研究者，可以針對現在的大學生編製一份更合適的網路成癮量表，以探討出大學生網路成癮之因素與現象。

## 參考文獻

### 中文文獻：

1. 王清和 (2010)，《大學新生網路成癮對學業成績影響之研究-以亞洲大學為例》，亞洲大學。
2. 王智弘 (2000)，《網際網路對助人專業帶來的契機與挑戰》。2000 諮商專業發展學術研討會，國立台灣師範大學：台北。
3. 王盈惠 (2002)，《國中生電子遊戲經驗與學習參與、人際關係、偏差行為之關係研究》，國立高雄師範大學教育學系。
4. 方紫薇 (2007)，『大一學生網路上不同來源之社會支持,網路沉迷及孤寂感之研究』。中華心理衛生學刊，第 21 卷，第二期，pp.139-168。
5. 白育甄 (2003)，《網路成癮經驗對大學生學習與生活及心理社會發展影響—網路遊戲成癮個案之分析—》，國立臺灣師範大學。
6. 江盈慧 (2010)，《從學習風格探析高齡者資訊通訊科技的使用》，國立中山大學。
7. 朱美慧 (2000)，《我國大專學生個人特性、網路使用行為與網路成癮關係之研究》，私立大葉大學。
8. 阮靜如 (2003)，《我國資訊通信科技指標之研究》，國立交通大學。
9. 呂欣怡 (2006)，《國小學童網路人際關係與現實人際關係之相關研究》，國立新竹教育大學。
10. 周榮 (1997)，《網路上癮現象、網路使用行為與傳播快感經驗之相關性初探》，中華傳播學會年會論文。
11. 周倩 (1999)，“我國學生電腦網路沉迷現象之整合研究-子計畫二：網路沉迷現象的心理病理之教育傳播觀點研究”，【行政院國家科學委員會專題研究計畫】，來源：<http://report.ice.ntnu.edu.tw/nscreport/872511009013N>，【2012/05/31】。

12. 吳淑娟 (2002),《網路環境中青少年資訊隱私自我規範能力之探討》,國立高雄師範大學。
13. 林頌堅 (2006),『資訊需求與資訊科技的擁有與使用之關聯分析』,圖書館學與資訊學刊。
14. 林旻沛 (2004),《大專校院學生網路成癮盛行率及認知因子之研究》,國立成功大學。
15. 張家豪 (2007),《影響資訊通訊科技績效之因素》,靜宜大學。
16. 張春興 (1994),《心理學》,臺北市:東華。
17. 張春興 (1998),《現代心裡學》,臺北市:東華。
18. 陳熾竹 (2002),《網路與人際關係、人格特質及幸福感之相關研究》,屏東師範學院教育心理與輔導研究所。
19. 陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋、楊品鳳 (2003),『中文網路成癮量表之編制與心理計量特性研究』,中華心理學刊,第43卷,第三期,pp.279-294。
20. 陳家銘 (2011),《微網誌上的溝通互動與人際關係 - 以 Plurk 為例》,國立清華大學。
21. 曾禎祥 (2007),《探討資訊通訊科技的使用動機》,靜宜大學。
22. 葉俞均 (2006),《探討大學生憂鬱症狀、拒網自我效能、社會支持在網路成癮模式中之角色》,國立成功大學。
23. 游森期 (2001),《大學生網路使用行為、網路成癮及相關因素之研究》,國立彰化師範大學。
24. 葉士如 (2008),《國中學生網路成癮與偏差行為之研究—以基隆市國中為例》,銘傳大學。
25. 黃德祥 (2001),《大學生網路使用行為 網路成癮及相關因素之研究》,國立彰化師範大學。
26. 黃玉蘋 (2004),《國中學生網路使用行為與人際關係、自我概念之關係研究》,國立高雄師範大學教育學系。

27. 黃瑟娟 (2011),《新北市三重與蘆洲兩所國小高年級學童網路成癮與學業成就相關之研究》,銘傳大學。
28. 韓宜靜 (2011),《大學生負向情緒、後設認知與網路成癮之關係研究》,國立台南大學。
29. 韓佩凌 (2000),《台灣中學生網路使用者特性、網路使用行為、心理特性對網路沉迷現象之影響》,國立臺灣師範大學。
30. 蕭銘鈞 (1998),《台灣大學生網路使用行為、使用動機、滿足程度與網路成癮現象之初探》,國立交通大學。
31. 龔慧玲 (2010),《大學生網路使用行為、網路成癮、真實與網路人際關係與相關因素之研究》,國立東華大學。



英文文獻：

1. Asian Development Bank (2003), "Toward E-development in Asia and the Pacific," **【Online】** Available from:  
<http://www.adb.org/Documents/Policies/ICT/ICT.pdf> **【Accessed: 20 May 2012】**
2. ETS (2002), "Digital Transformation: A Framework for ICT Literacy," **【Online】**  
Available from : <http://www.ets.org/ictliteracy/digital1.html> **【Accessed: 02 May 2012】**
3. Goldberg, I. (1996), "Are you suffering from internet addiction disorder?"  
**【Online】** Available from: <http://www.nicoladoering.de/Hogrefe/goldberg.html>  
**【Accessed: 02May 2012】**
4. Griffiths, M. (1998), "Does Internet and computer addiction exist? Some case study evidence," **【Online】** Available from:  
<http://www.intute.ac.uk/socialsciences/archive/iriss/papers/paper47.html>  
**【Accessed: 02 Febeary 2012】**
5. Hangel, J. & A.G. Armstrong (1997), "Net Gain: Expanding Markets Through VirtualCommunities," McKinsey & Company.
6. Kandell, J. J. (1998), "Internet addiction on campus: The vulnerability of college students," *CyberPsychology & Behavior*, Vol.1, pp. 11-17.
7. Marcelle, G. M. (2000), "Gender, Justice and Information and Communication Technologies (ICTs) ."
8. OECD (2004), "How are Information and Communication Technologies (ICTs) Defined?," **【Online】** Available from:  
<http://www.oecd.org/dataoecd/15/56/34662729.pdf> **【Accessed: 16 Febeary 2012】**
9. Phillippa, B. (2003), "Information and Communication Technology (ICT) Development Indices," **【Online】** Available from:

- [http://www.itu.int/ITU-D/ict/WICT02/doc/pdf/Doc40\\_E.pdf](http://www.itu.int/ITU-D/ict/WICT02/doc/pdf/Doc40_E.pdf) 【Accessed: 22 Febeary 2012】
10. Schutz, W. C. (1960) , “A three-dimensional theory of interpersonal behavior,” New York: Holt.
  11. UNESCO Bangkok (2002) , “Pilot Testing Performance Indicators on ICT for Education in Asia-Pacific Region,” 【Online】 Avaiable from :  
<http://www.unescobkk.org/index.php?id=1013> 【Accessed: 06 Febeary 2012】
  12. UNICTTF (2005) , “Measuring ICT : The Global Status of ICT Indicators,” 【Online】 Avaiable from:  
<http://www.itu.int/ITU-D/ict/partnership/material/05-42742%20GLOBAL%20ICT.pdf> 【Accessed: 11Febeary 2012】
  13. Wilson, T.D. (2000) , “Human information behavior,” *Informing Science*, Vol. 3, pp. 49-56.
  14. White, J., & Weatherall, A. (2000) , “A grounded theory analysis of older adults and information technology,” *Educational Gerontology*, Vol. 26, pp. 371-387.
  15. Walther, J. B. (1996) , ”Computer-mediated communication: Impersonal, interpersonal, and hyperpersonal interaction,” *Communication Research*, Vol.23,pp. 3-43.
  16. Young, K.S. (1996) , “Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder,” Retrieved September 15, 2010, 【Online】 Avaiable from:<http://www.pitt.edu/~ksy/apa.html> 【Accessed: 06 Jauary 2012】
  17. Young, K. S. (1998) , “Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder,” *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 1, pp. 237-244.
  18. Young, K. S. (1999) , “Internet addiction: Evaluation and treatment.” *Student British Medical Journal*, Vol. 7, pp. 351-393.
  19. Young, K.S. (2001) , “Surfing Not Studying Dealing with Internet Addiction on

Campus.” Retrieved November 11, 【Online】 Available from:

[http://www.studentaffairs.com/ejournal/Winter\\_2001/addiction.html](http://www.studentaffairs.com/ejournal/Winter_2001/addiction.html) 【Accessed:

06 May 2012】





## 附錄一 問卷

### 網路成癮因素之研究量表

親愛的朋友：

您好，謝謝您協助填寫這份問卷！

本問卷主要針對您「資訊通訊科技」、「網路成癮」、「人際關係」等情況進行調查。請同學花一點時間，逐項依序作答，您的作答資料僅為學術研究之用途，絕對保密，請依據真實自身經驗和狀況來填寫，並且務必確認無漏掉任何的題目。非常感謝您的協助！

祝你心想事成 學業進步！

東海大學管理碩士在職專班

指導教授：陳澤雄 教授

研究生：張惠珍 敬上

本問卷共有四頁，分成四個部分。第一部分是「個人基本資料」，第二部分是「資訊通訊科技」，第三部分是「網路成癮」，第四部分是「人際關係」，共 40 題，請你依序作答，謝謝您。

第一部分：個人基本資料

一、 性別： 男  女

二、 年齡： 小於 18 歲  19-20 歲  21-22 歲  23-25 歲  
 大於 26 歲

三、 學籍： 大一  大二  大三  大四

四、 每日平均上網時間： 0-2 小時  2-4 小時  4-6 小時  6-8 小時  
 8 小時以上

五、 接觸網路狀況： 1 年以下  1-3 年  3-5 年  5 年以上

第二部分：資訊通訊科技

填答說明：

以下對您使用資訊通訊科技動機資訊通訊科技(例如：E-mail、網路聊天室、MSN、facebook 即時訊息或 Yahoo!奇摩即時通等)，是否符合您的情形？(請對各題敘述，依照個人認為應符合的狀況之程度情形，在□內打√。)

請回答下列問題：

	非常 不符 合	不 符 合	還 算 符 合	符 合	非常 符 合
01. 資訊通訊科技的使用是一種令人愉快的休閒活動。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02. 資訊通訊科技能讓我覺得放輕鬆。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03. 資訊通訊科技能提供給我新的資訊。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04. 資訊通訊科技能提供給我有價值的資訊。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
05. 我使用資訊通訊科技能找到消費者資訊。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06. 使用資訊通訊科技能讓親朋好友知道我關心他們。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07. 資訊通訊科技能讓親朋好友與我保持聯繫。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08. 使用資訊通訊科技能讓我感覺到和親朋好友更親近。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09. 我使用資訊通訊科技能減輕與陌生人聊天的羞怯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 使用資訊通訊科技能作為我身分的象徵。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 使用資訊通訊科技讓我看起來很時髦。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 使用資訊通訊科技讓我看起來很流行。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 第三部分：網路成癮

填答說明：

以下對您這學期上網時情緒的描述，是否符合您的情形？

(請對各題敘述，依照個人認為應符合的狀況之程度情形，在□內打√。)

請回答下列問題：

	非 常 不 符 合	不 符 合	還 算 符 合	符 合	非 常 符 合
13. 我曾經想花較少的時間在網路上，但卻無法做到。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 我曾努力想過要控制或停止使用網路，但都沒有成功。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 我會盡可能地找出時間與機會去上網。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 我發現自己上網的時間越來越長。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 平均而言我每週上網的時間比以前增加許多。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. 比起以前，我必須花更多的時間上網才能感到滿足。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. 我常因上網而忽略了成績與課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. 我常因為上網而將重要事情放著不管。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. 我常常為了能有更多時間上網，而犧牲睡眠時間。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. 我曾不只一次因為上網而睡眠不足。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. 我常因為熬夜上網而導致白天精神不濟。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. 我常因上網而忽略了參與家庭事務。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. 我每次下線後要去做本來應做的其他事，卻又忍不住再上網看看。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. 我只要有一段時間沒有上網，就會覺得心裡不舒服。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. 我只要有一段時間沒有上網，就會覺得自己好像錯過什麼。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. 我不能上網時會覺得焦慮，心神不寧，但只要再接觸到網路，這些症狀就會減輕許多。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第四部分：人際關係

填答說明：

以下問題是要瞭解您在現實生活的人際關係【不透過網路方式，與其他人建立人際關係】，請您依據在現實生活中與其他人的互動情形回答以下問題。

(請對各題敘述，依照個人認為應符合的狀況之程度情形，在□內打√。)

	非常 不符 合	不 符 合	還 算 符 合	符 合	非 常 符 合
29. 我覺得我自己是被人群接納的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. 在現實生活中有許多人是跟我是相當要好的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. 與同學、朋友談話時，我有被關心的感覺。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. 我常和同學、朋友相約一起從事休閒活動、娛樂。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. 我有困難時，同學或朋友會主動幫助我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. 我會與同學、朋友談談我的心事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. 學校老師很關心我的生活及前途。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. 我經常向老師請教課業與生活問題。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. 我常和同學、朋友一起討論功課。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. 我和家人有良好的互動關係。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. 我會和家人談到心裡的感受或心情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. 當我遇到困難時，家人會關心我、幫助我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

作答結束，謝謝你！