

網路使用習性、網路交友期望與社交焦慮之分析

陳金英

國立屏東科技大學社會工作系

chenjy@mail.npust.edu.tw

摘要

本研究目的在於探討大學生網際網路使用習性與網路交友期望對其人際關係所造成的焦慮影響。為瞭解目前學生網路使用環境與其相關的網路類型與使用者性別、專業背景、年級間之差異，本研究樣本範圍涵蓋公私立大學，學生性質則包括一般高教體系、師範大學與科技大學。研究結果顯示，性別方面，男學生學術網路使用頻率較高，使用持續時間也較長；年級方面，二、三年級學生使用明顯高於其他年級。在學校類型差異方面，公立大學學生有規律性上網習慣，私立大學學生則較不固定，且每週使用總時數超過 20 小時以上者也有顯著偏高的現象。在學院差異方面，理工/電機資訊學院使用學術網路比例明顯高於其他類型學院。在網路交友方面，以科技大學與管理學院學生較為保留。在社交焦慮方面，本研究發現，對網路交往異性與發展戀情有較高期待之學生，其社交焦慮感亦同步偏高，每次網路使用持續時間愈長，社交焦慮現象也愈明顯。最後將分析結果作成具體結論與建議，作為學校輔導方向及後續研究之參考。

關鍵詞：網際網路、社交焦慮、大學生、網路成癮。

[收稿]2004/04/06; [接受刊登]2004/05/07

壹、前言

網際網路的普及、網路功能的增加與上網人口的成長，使得一方面資訊與資料取得快速便利，另一方面虛擬環境無限擴充與即時化傳播的結果，導致網路使用時間增加，傳統人際往來互動關係因之而減少(Hiltz & Turoff, 1993; Jones, 1995; Davis, 2001)。這種現象發展的結果，已經影響到傳統社會結構與社交文化的內涵，更使整個人類社會長期維持的生活型態開始重組。過度依賴甚至網路沉迷而使工作、家庭、學業、學習乃至生活適應能力產生困難的現象，已經成為社會與學校教育重視的問題。隨著網路使用不當所造成問題嚴重性的增加，近年來已經有學者嘗試從網路成癮方向探討，但對心理形成過程與成癮之前的行為焦慮表癥現象分析，仍顯然不足。由於網路已經成為生活、工作與學習不可分離的部份，也是近幾年來國際間衡量一國競爭力的重要項目，使得如何一方面積極鼓勵與教導民眾上網，另一方面防止網路使用問題的發生，成為政府、社會與學校的共同性議題。

從心理變化過程來看，網路使用問題的發生，通常是接觸、習慣然後產生依賴進而行為產生變化的過程。因之，要瞭解網路對人類行為，甚至是人際互動層面之影響，顯然需要從使用環境背景為啟始，並納入使用過程分析，才有助於問題的釐清與後續對網路使用所造成之行為困難與生活影響提供處遇策略。

事實上，隨著網路使用普及所造成的問題，一些學者在多年前就已經指出，網際網路會成為現代生活型態的一種隱喻（metaphor）與象徵，然後會逐漸形成一種以內在期望、需求與憂懼為內涵的虛擬社會，值得進一步思考其對真實生活、社會及心理層面的影響（Walther, 1992; Walther, 1996; Lewis, 1994; Lohr, 1996）近年來，Wallace(1999)以社會心理學角度，分析網路對人際關係的影響，探討溝通型態改變與真實社會生活關聯性的議題。同一期間，國內學者 Chou 和 Hsiao (2000)亦曾在國際性期刊上撰述，關心大學生網路成癮(Internet

addiction)、用途(usage)、滿足(gratification)與愉快(pleasure)等議題。較具代表性的研究，則是 Davis 從認知行為的模式探討網路使用的病態性(pathological Internet use , PIU)。

依據資策會 ECRC-FIND(2003)所公佈的調查數據顯示，2002 年六月底為止，台灣地區上網人口八百萬，網路普及率三六%，上網人口年齡分佈則以 15 至 35 歲比例為最高。然而，截至 2003 年 12 月底為止，我國經常上網人口達 883 萬人，網際網路連網應用普及率為 39%；與 2002 年同期相較，僅增加了 24 萬人，成長率為 3%。以年齡來看，以「15 歲至 19 歲」及「20 至 24 歲」者上網的比例最高(95%、94%)，其次為「10 歲至 14 歲」(83%)，隨著年齡增加而遞減。以教育程度來看，「大學」「研究所及以上」程度者，上網的比例最高(90%、94%)，隨著教育程度越高而遞增。網路快速的普及，逐漸形成新的網路世代文化，網路使用不當所產生的問題亦隨之而擴增，嚴重性更是早已成為社會關切之焦點。就年齡結構分析，1980 年代以後出生的網路世代，因生活優渥，無論生活型態、人際互動模式或是社會學習方式的改變，問題嚴重性與預防需求性均遠高於之前面世代，值得深入探討(Tapscott, 1998)。

本研究即是以此為動機，針對網路文化形成環境及過程所產生的行為模式，從社會人際關係影響的觀點，以國內大學生為研究對象的實證性方式，探討網路文化與人際互動導致焦慮行為的影響。具體研究問題要項如下：

- 一、分析大學生網路使用習性(包括較常使用的網站、管道、頻率、時間、動機以及對生活的影響)。
- 二、分析不同性別、年級、學院屬性、學校類型大學生之網際網路使用習性與網路交友期待有何前異。
- 三、探討大學生網路使用習性與個人人際互動焦慮感之相關性。
- 四、瞭解網路交友期望與個人社交焦慮之關聯性。

貳、文獻探討

網路使用對工作、學習與生活的影響，及其所帶來的衝擊，已經逐漸變成社會議題，並且隨著問題嚴重程度日增，開始成為學術研究的要項。由於現代網際網路係構築在虛擬環境中，具高度獨立與隱私性質，過度依賴結果，無可避免地會產生傳統人際關係互動頻率的減少，並且可能形成沉溺，因而衍生出各種行為偏差等問題。針對網路使用問題，以往研究即以此分成人際互動與網路成癮兩個大項，說明如下：

一、網路使用與人際互動之心理需求

隨著網路使用不當衍生問題的惡化，國內近年來相關研究已經開始積極投入，並累積相當數量。相關性研究茲說明分析如下：網路行為的形成源自於日常生活中使用網路之習慣與態度，然而習慣與態度亦與個人原本之心理需求高度相關，因而許多研究以正確網路使用觀念或心理層面為著眼，提出正確使用網路行為教育的觀念，認為網路所產生的問題，並非在於資訊本身，而是自我控制與人際溝通技巧能力的輔導問題(朱美慧，2000)。施香如(1989)針對學生沉迷網路現象，提出父母態度與行為也是重要影響因素。同一期間，蕭銘鈞(1998)探討大學生網路使用行為、動機與滿足程度對網路成癮現象的形成，獲得結果指出有個人電腦設備者較易產生網路成癮行為，使用期間越長，對日常生活作息影響越顯著，並且每週上網時數越多，對網路依賴性也越大。該研究同時指出，網路成癮以大學二年級或三年級學生為最多，顯示教導正確使用網路的重要性。

由於網路資源接觸與取得容易，非但已逐漸成為大學輔導問題，對中小學生學習影響也日益顯著，因而許多研究開始投入瞭解其成因，提出各種解決與預防之道。江南逸(2003)就曾針對國中生網路

偏差行為、網路沈迷、內外在約束和生活適應狀況之關聯程度，進行調查與分析，同時期國內研究者曾豔慧(2003)、張仁獻(2003)、王勝欽(2003)及柯文生(2003)亦均有類似探討。

在高中學生網路使用行為方面，陳富添(2002)曾以青少年網咖沈迷問題，提出型一偏差(網路色情型)、型二偏差(犯罪行為型)及型三偏差(非行行為型：不到犯罪程度之一般適應性不良行為)等三種行為偏差類型，並且獲得型一偏差需從網路性愛動機控制外，型二及型三偏差均需時間與次數累積才能發生，因而較易從平時行為中察覺與輔導。另外，研究高中生族群之相關研究者魏麗香(2002)、嚴增虹(2002)、王秀燕(2002)、李逢堅(2002)及許靜尹(2002)亦均曾有類似研究，並且提出從行為異常而採預防措施的重要性。

國外方面，針對網路使用者的心理特質與人際關係，Kraut (1998)曾以使用者狀況對社會參與 (social involvement) 與心理健康 (psychological well-being) 之影響為議題，探討上網時間長短與家人互動溝通時間的關係，研究結果提出，上網時間增長會相對減少社會活動投注程度，並且個人會更感孤寂與憂鬱。Davis (2001)則以網路使用病態學觀點，認為以往研究缺失在於過度著重心理因素層面的探討，提出一個從認知到行為程序的模式。Amichai-Hamburger 和 Ben-Artzi (2003)之研究中亦有類似的說法，認為網路使用與神經性人格特質具有相關性。

這些研究結果與吳齊殷(2001)針對長期浸淫網際網路環境，並未有歡愉感受，反而成為深化個人情緒負擔的結果類似。一項針對網路使用者在心理適應問題的負向指標之初探研究結果也指出，「每週 20 小時以上」的網路使用者，「寂寞」程度有顯著的現象 (郭欣怡、林以正，1998)。

雖然網際網路對生活型態與人際互動影響顯著，現有針對年輕族群與網際網路的相關研究而言，還是停留在以青少年過度沈溺及其

身心發展、價值觀與人際關係為觀點之論述性及輔導策略報告階段（蘇船利，2001），仍然缺乏具體與整體實證性研究，以作為改進措施之依據。

以國中、高中與大學生的網路行為為對象，梁朝雲(2001)指出(1)網路使用時間長短與頻率高低會影響生活作息；(2)自信程度低、避免面對面說話尷尬及現實生活不受重視的人，利用網路發表意見的成就感程度越高（梁朝雲、劉守信，2001）。利用網路安全屏障與易於溝通的特性，可使真實生活較難處理的人際關係，在建立避免衝突且能有效解決方式的同時，形成一種人際相處互動的模式，對發展獨立自我階段的青少年到青年時期而言，可以作為維持與家人以外之社會關係的工具（Mantovani，2001）。最近一項針對社交焦慮與網路環境特性研究結果也顯示，社會焦慮程度越高，網路人際互動感受也相對較強，並且有利用網路自在表達，以減少面對面，避免焦慮方式的互動特質(楊靜芳，2003)。

以網際網路創造出新的人際互動為觀點，Mckenna 與 Bargh（1999，2000）從動機和行為，探討與傳統社會互動方式的差異，指出網路虛擬環境與真實生活在社會互動之不同在於(1)網路具有高度保護性與匿名性；(2)傳統社會互動關係中的個人外表因素重要性降低；(3)空間隔閡因素對社會互動影響力下降；(4)個人不受時間與空間限制，人際互動有更高主導性。Talamo 與 Ligorio (2001)在隨後的研究指出，利用網際網路快速與人建立人際互動並且隨意塑造的特性，可以作為滿足創造策略性虛擬自我（strategic identities）的工具。然而，此一特性若未善加利用，反而造成真實生活原本退縮或具有困難、低自尊者的心理依賴與逃避憑藉，更不願耗費時間在真實社會情境中，培養人際壓力與衝突的處理能力(Armstrong et al., 2000)。國內研究方面，盧諭緯(1999)曾針對 BBS 討論區分析大學生在社交取向與言辭互動的關係，發現討論區之特定個人親密關係並不明顯，社交取向目的亦不在於達到穩定或持續性人際關係的建立，而是著重在

易於接觸，且可同時獲得節省人際互動心力付出的效果。相關研究結果包括，戴怡君（1998）探討真實生活中人際關係較差，透過網際網路與他人接觸互動頻率相對較高，連偉成（1999）則以全球資訊網使用網路行為與時間分配為主題，指出時間分配高低在網路情境、滿足需求與人際關係方面有顯著差異的情形。

二、網路行為造成之成癮現象

由網路的初使接觸到形成使用習慣乃至於呈現具體行為甚或病態性之網路依賴行為，對生活、工作與社會適應關係之影響是學者研究探討重點。網路因具安全與隱密特性，從其發展之初就成為網路交友的媒介工具。為瞭解網路交友與人際關係，劉家儀（2001）研究結果發現，網路使用族群將網路中人際關係，視為現實人際關係的延伸，有顯著的現象，代表網路是一種可以作為彌補現實生活中人際關係不能滿足的工具。值得注意的是，在高度網路成癮的族群中，此一工具性之使用非但無法使其滿足，反而呈現出更加焦慮的現象（邱秋雲，2003）。

由於網路具高度隱密性且可依個人需求在虛擬環境中無限延伸，過度依賴乃至沉溺的結果，會導致時間耗費過多，並且減少傳統人際往來溝通頻率，進而造成社交學習機會的降低，及潛在焦慮的顯現。楊靜芳（2003）即是以此為題，從焦慮行為特性及網路交談環境的特性，探討網路使用與社交焦慮的問題，獲得網路環境對社交焦慮影響有限且屬正面效益的結論。

事實上，在網路形成之初，Hiltz & Turoff（1993）、Jones（1995）、King（1994）及國內學者陳淑惠（1998）就開始注意到網路成癮會對行為產生影響，並且從時間與網路空間生活所形成的心理依賴觀點，探討學習、工作與人際關係的變化。研究結果顯示，基本心智性格脆弱者會較易隨著網路使用時間的增加，成為成癮的高危險群，並且有較多的個人心理健康、人際關係與時間管理等問題，並且也比較會有利用

網路以獲得心理滿足，或作為逃避真實生活中的沮喪與不愉快之傾向。若未能妥善預防，網路成癮行為的深化，極易造成現實世界認知脫節，人際關係退縮的結果，形成網路成癮失調症 (Internet Addiction Disorder, IDA)，導致行為性成癮的失常行為。網路成癮非但會逐漸形成自我控制感喪失、社會關係孤立、婚姻危機、學習障礙、經濟破產、失業等個人價值與存在問題，並且會進一步導致家庭、工作、學業以及人際關係等改變的社會性問題。

為進一步瞭解網路成癮的問題，Young (1996) 以實證性研究訂出網路成癮行為診斷標準，定義為「一種不包含麻醉劑使用的衝動控制失常行為」，並在 1998 年後續研究報告具體指出，網路成癮係指每週平均花費三到四個小時在網路上，以人際互動網站為主，影響到日常生活作息，且以缺乏社交、低度自信心的年輕男性族群最為明顯。Young 更進一步以研究個案說明，54 % 受試者有憂鬱的心理問題，34 % 受試者有焦慮的精神問題，52 % 受試者曾接受有關藥癮、酒癮或慢性嗜食等相關問題的治療 (Young & Rodgers, 1998)。網路成癮通常會有下列幾項行為徵兆：(1) 「上網」念頭一直存在並且無法控制衝動；(2) 上網時間不斷增加，不斷超出預期；(3) 有利用網路逃避生活挫折、不愉快與沮喪情緒的傾向；(4) 對家人或朋友有隱瞞上網過度的行為；(5) 上網行為有危及個人學習、工作與人際關係的情形 (Young, 1996)。

Young 系列性網路問題的研究，事實上近年來已經成為國內中學生的重要輔導問題之一。一項以國內中學生為對象的問卷調查顯示，將網路成癮程度分為三期，初期為「上網時間增長型」，剛接觸網路，但上網時間有增加傾向，處於沈迷初期階段；中期症狀進入「問題出現型」，上網時間不斷增長，並且逐漸發生人際、課業、健康等問題；第三期則是嚴重成癮，無法擺脫上網念頭，出現坐立難安，難以自拔的現象，若任其發展，必然會對課業、健康、父母關係和生活都產生負面影響 (林珊如、蔡今中，1999；林珊如、周倩，2000)。同樣地，

中學生網路成癮問題近幾年來也逐漸成為大學輔導的挑戰，楊佳幸（2001）就曾以國內大學生使用網路與網路沈迷為題，獲得網路活動多，沈迷傾向也相對較高的研究結果，游森期（2002）隨後更進一步指出，大學生網路成癮高危險群有上網時間過長、學業成績低落、社交圈縮小、網友數量較多等現象。另外，朱美慧（2000）的研究也發現，自尊心越低，強迫性使用網路反應相對偏高，自我控制能力差，網路使用時數相對較長，並且情緒商數負面程度越高，虛擬情感傾向也較為顯著。此一研究結果，印證 Young 與 Rodgers（1998）的憂慮傾向高，網路成癮情況越趨嚴重之研究結果，與林以正、王澄華（2001）認為焦慮程度較高與自我概念較不確定者容易成癮的說法一致。

為瞭解網路成癮的影響，學者利用各式心理量表作為測試的工具。Morahan-Martin 與 Schumacher（2000）以 UCLA 寂寞量表發現，網路成癮得分較非成癮者為高。Young 與 Rodgers（1998）以 16 人格特質量表（16PF, Sixteen Personality Inventory）測量人格特質差異發現，網路成癮者有較高的抽象思考能力，易於受到網路資訊吸引，並且離群索居生活心態顯著，並維持不活躍之生活型態。

至於性別差異方面，雖然有研究認為並無不同（Brenner, 1997），但多數網路成癮研究都顯示男性之上網行為，問題較為嚴重（陳淑惠，1998；蕭銘均，1998；韓佩凌，2000；Morahan-Martin & Schumacher, 2000），尤其網路使用時間失控顯著（朱美慧，2000），大學男生若擁有個人電腦，網路成癮行為比例更是偏高（黃一玲，2002）。

綜合上述現有研究狀況可以發現，雖然網路使用已經逐漸衍生出家庭、學校與社會的問題，對心理、行為乃至網路成癮均有相當廣泛的探討，仍然存在下列值得思考的議題：

1. 問題源自背景，網路問題亦不例外。現有研究大部份偏向於問題與結果層面，對形成問題的使用背景因素分析，明顯不足。

2. 網路問題主要在於網路虛擬空間(cyberspace)提供一個隱密、獨立且可控制的活動處所，成癮是過度依賴的結果，焦慮是過程中的表癥，也是成癮後的一種現象。多數研究偏向於行為與成癮層面，對連結前續行為與後續成癮表癥的焦慮現象，以作為採取預防措施之探討，也明顯不足。
3. 現有研究多數以中等學校學生為對象，目的在於作為輔導工作之參考，對生理與心理乃至自我控制較為成熟，背景卻較為複雜的大學生之探討，顯然仍有相當程度的努力空間。

參、研究方法與步驟

一、網際網路使用問卷設計與檢測量表

(一)「網際網路使用」問卷設計

問卷設計分成基本資料、網路使用習性以及網路交友期望：

1. 基本資料

相關變項包括性別、年級、學院與學校類型。

2. 網路使用習性

對於網路使用狀況包括以下變項：網站類型、上網管道、上網頻率、上網時間、上網時段、每次上網持續時間、每週上網總時數、上網動機與生活影響。

3. 網路交友期望

網路交友問項包括：對發展網路戀情之期待與網路交友之信任度。

(二)「社交焦慮」量表

本研究量表分成自行設計之「網際網路使用現況量表」與Leary(1983)設計之「社交焦慮感量表(IAS)」正式標準量表兩種，前者屬於預試用途，目的在於修正部份題項，並與後者結合，以發展出

正式量表，進行正式調查。Leary「社交焦慮感量表(IAS)」係以 15 個自陳式測試題組成，並以 Likert 從最低不符合(1)到最高極符合(5)情況等五個評尺(scale)為量測格度。量表內容包含兩項主要行為之描述：(1)與主觀焦慮感(緊張不安)或其反面感受(自在、平靜)有關，而非關其具體的外在行為；(2)即席突發之社交情境，個人之反應，以及他人之反應造成個人之焦慮感受。量表分數設計方面，範圍從 15(低社交焦慮感)至 75(高社交焦慮感)為量測格度。本量表在本研究分析中，經測檢 Cronbach α 係數為 0.76，具良好信度。

二、研究樣本

研究樣本取得來源涵蓋台灣大學、政治大學、中原大學及彰化師範大學等三所高教與師範體系，雲林科技大學及屏東科技大學等兩所技職體系不同類型大學，學校分佈涵蓋北、中、南等區域。研究測試以每所學校隨機抽取兩班方式進行，問卷發放累計 1200 份，回收 1080 份，有效問卷為 1023 份。

三、研究觀念性架構

本研究首先針對個人基本背景資料作彙整分析，包括性別、年級、就讀學院、學院類型，並考量網路使用習性及網交友期望，對社交焦慮感所產生之影響。依研究問題形成之觀念性架構繪製如圖 1 所示：

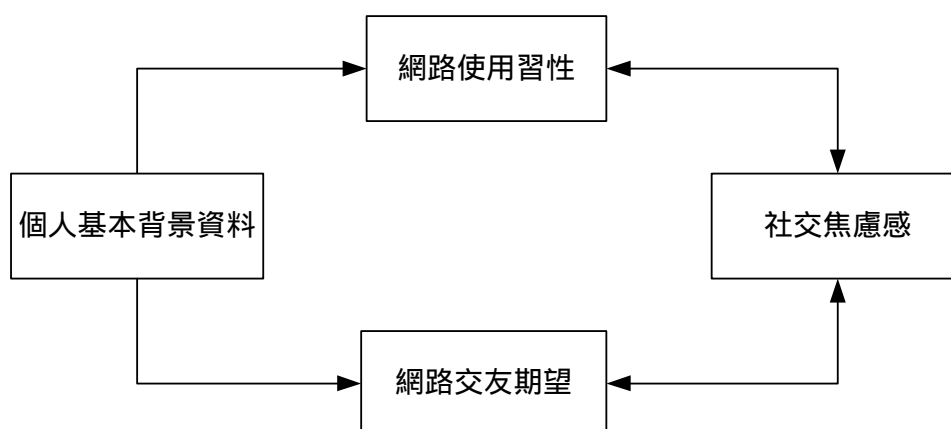


圖 1 研究觀念性架構圖

四、研究流程與步驟

本研究流程如圖 2 所示，相關步驟說明如下：

1. 彙整相關研究文獻，並確定研究主體與研究對象。
2. 以屏東科技大學 231 名學生作為預試樣本，初步蒐集量表資料並瞭解適用性。
3. 問卷設計結合網際網路使用及社交焦慮兩種量表，接著再進行問卷預試，將初擬問卷整理並分析調查結果，修正部份量表題項，建立正式問卷。
4. 依學校、學院及年級抽取測試樣本後，進行問卷調查，並請學校教師協助測試與回收，以提高問卷回收率，完成原始資料蒐集程序。
5. 整理回收問卷，剔除填答不全或填答明顯不實的無效問卷，並對有效問卷加以編碼，以獲得問卷的正確性。
6. 問卷彙整與統計分析，依基本資料分析、網路使用習性、網路交友期望及社交焦慮感，並利用次數分配及百分比、Cronbach α 值檢驗內部一致性分析及單因數變異數分析作顯著性說明。
7. 分析結果並作成具體結論與建議，作為學校輔導方向及後續研究之參考。

五、問卷回收資料處理與分析

(一)將回收問卷以 SPSS 軟體進行資料統計分析，目的在於配合研究問題，重點項目如下：

1. 網際網路使用概況：經常使用的網站、管道、頻率、時間、動機及生活影響、網際網路交友態度。
2. 網路使用習性、網路交友期望與人際互動焦慮感之相關性。
3. 性別、年級、學院及學校類型在網路使用習性與網路交友期望之差異性。

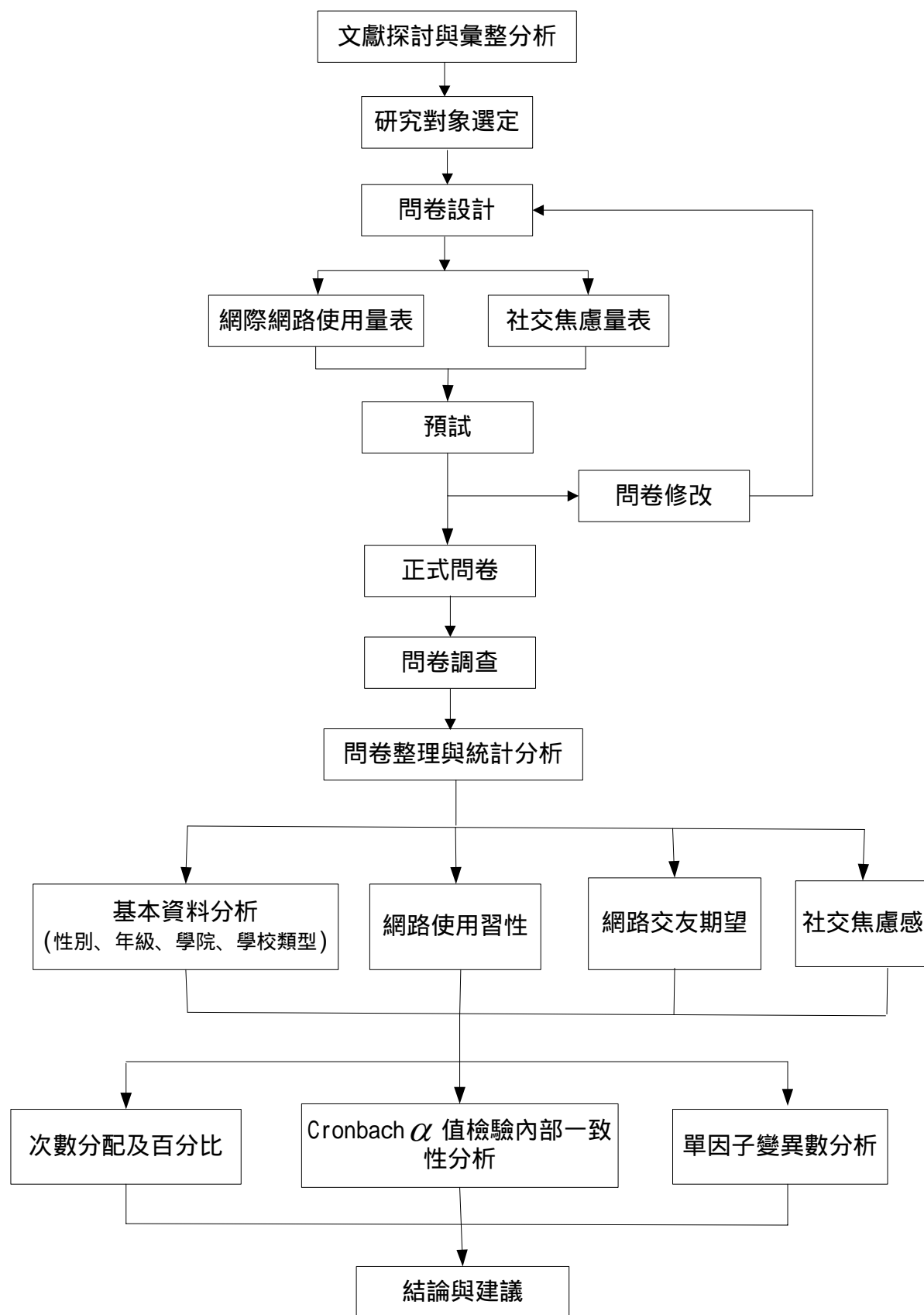


圖 2 研究流程

(二)在統計方法使用方面，重點項目包括：

1. 次數分配及百分比：樣本類別之說明、調查項目特性及比例分配情形之分析。
2. 以 Cronbach α 值檢驗研究工具之內部一致性。
3. 以 χ^2 獨立性檢定，分析性別、年級、學院與學校類型之差異性。
4. 以單因數變異數分析檢定「社交焦慮感」。

肆、調查結果分析

將回收問卷分類，依性別、年級、學院及學校類型分析如表 1，網路使用概況分析則如表 2 所示：

背景變項	人次(%)	背景變項	人次(%)
性別分析		學院別分析	
男	621(60.7)	文學院/外語學院	74(7.2)
女	402(39.3)	理工學院/電機資訊學院	444(43.4)
年級別分析		管理學院	227(22.2)
一年級	214(20.9)	農學院	212(20.7)
二年級	311(30.4)	其他	66(6.0)
三年級	291(28.4)	學校類型分析	
四年級	137(13.4)	一般國立大學	224(21.9)
其他	70(6.8)	一般私立大學	93(9.1)
		師範大學	81(7.9)
		科技大學	625(60.9)
		其他	2(.2)

一、網路使用現況分析

表2 網路使用現況分析

變項	人次(%)	變項	人次(%)
1.使用網站類型		5.上網時間	
網路指南	443(18.6)	兩者皆是	839(82.0)
生活資訊	308(12.9)	非假日	72(7.0)
藝術文化	298(12.5)	假日	56(5.5)
休閒天地	257(10.8)	其他	56(5.5)
視聽娛樂	209(8.8)	6.每日上網時段	
電腦通訊	187(7.9)	夜間	731(52.0)
運動體育	159(6.7)	下午	278(19.8)
大眾媒體	133(5.6)	其他	141(10.0)
教育學習	87(3.7)	中午	104(7.4)
商業金融	72(3.0)	上午	100(7.1)
圖書出版	67(2.8)	清晨	52(3.7)
科學科技	61(2.6)	7.每次上網持續時間	
醫療保健	45(1.9)	2 小時	385(37.6)
社會人文	23(1.0)	4 小時以上	233(22.8)
政治行政	20(.8)	1 小時以下	212(20.7)
地區地域	13(.5)	3 小時	193(18.9)
2.上網管道		8.每週上網總時數	
透過學術網路	552(54.0)	20 小時以上	334(32.6)
透過電話撥接	248(24.2)	10-20 小時	238(23.3)
透過固網	187(18.3)	5-10 小時	213(20.8)
其他	36(3.5)	2-5 小時	182(17.8)
3.網路使用頻率		2 小時以下	56(5.5)
偶而為之	545(53.3)	9.上網同伴	
有規律性	448(43.8)	獨自從事	628(48.7)
其他	30(2.9)	同學	257(19.9)
4.每週上網次數		朋友	194(15.1)
七次(含七次)以上	592(57.9)	無特定	139(10.8)
三到四次	145(14.2)	家人	44(3.4)
五到六次	142(13.9)	同事	14(1.1)
一到二次	132(12.9)	其他人	10(.8)
無	121(1.2)	鄰居	3(.2)

表2 網際網路使用現況分析(續)

變項	人次(%)	變項	人次(%)
10.上網地點		13.上網對我生活的影響	
自家	525(35.2)	大量增加個人資訊的來源	780(26.1)
學校宿舍	414(27.7)	帶給自己生活更多的樂趣	632(21.1)
電腦教室	192(12.9)	我認為這是另一種休閒娛樂的選擇方式	561(18.8)
校外宿舍	151(10.1)	增加自己與別人溝通的管道	337(11.3)
網路咖啡	87(5.8)	耗費太多的時間，影響自己正常生活的作息	237(7.9)
校圖書館	82(5.5)	增加我認識網友的機會	189(6.3)
其他地方	41(2.7)	帶給自己更多的生活刺激	92(3.1)
11.為什麼上網		這是一種逃避面對生活上令我困擾問題的方式	84(2.8)
收發信件	701(19.0)	我覺得自己幾乎沉溺其中很難自拔	79(2.6)
收集資料	645(17.4)	14.對發展網路戀情的期望	
上去 BBS	531(14.4)	不希望	538(52.6)
消磨時間	510(13.8)	有一點希望	385(37.6)
找新資料	468(12.7)	希望	78(7.6)
交友聊天	240(6.5)	非常希望	22(2.2)
隨意瀏覽	214(5.8)	15.網路交友的信任度	
線上遊戲	168(4.5)	我比較採取保留信任的態度	758(74.1)
好奇心	65(1.8)	大致可以信任	139(13.6)
網路購物	64(1.7)	我幾乎不敢信任	120(11.7)
跟隨流行	58(1.6)	我非常可以信任	6(.6)
其他事情	34(.9)		
12.喜歡上網的原因			
打發時間，當作娛樂	675(23.7)		
可不受拘束找到各種資料	606(21.3)		
代替寫信或打電話	444(15.6)		
結交朋友	252(8.8)		
可對大家發表自己的意見	181(6.3)		
孤單時找人陪	137(4.8)		
避免面對面談話的尷尬	120(4.2)		
可不具真實身分，暢所欲言或作平常不能做的	117(4.1)		
可以獲得現實生活中得不到的滿足感	100(3.5)		
網路世界比現實世界有趣	80(2.8)		
發展自己隱藏的一面	79(2.8)		
尋求別人的支持或重視	60(2.1)		

表 2 情況分析結果顯示：

1. 最常使用網站：最常使用網站類型依序分別為「網路指南」（18.6%）、「生活資訊」（12.9%）、「藝術文化」（12.5%）及「休閒天地」（10.8%）。
2. 上網的主要方式：最常上網的方式有超過一半屬於「透過學術網路」（54.0%），其次為「透過電話撥接」（24.2%），最後是「透過固網」（18.3%）。
3. 上網的習慣：最常上網的習慣有超過一半屬於「偶而為之」（53.3%），其次為「有規律性」（43.8%）。
4. 平均每週上網幾次：平均每週上網次數有超過一半屬於「七次(含七次)以上」（57.9%），其次為「三到四次」（14.2%）及「五到六次」（13.9%）。
5. 上網時間：以無假日或非假日為區分，「兩者皆是」佔（82.0%），顯示上網時間選擇無差異性。
6. 上網時段：上網時段多數選擇在「夜間」（52.0%），其次為「下午」時段（19.8%）。
7. 每次上網的持續時間：上網持續時間以「2 小時」（37.6%）較多，其次為「4 小時以上」（22.8%）。
8. 每週上網的總時數：每週上網總時數以「20 小時以上」（32.6%）較多，其次為「10-20 小時」（23.3%）。
9. 與誰上網：「獨自從事」上網（48.7%）居多，其次與「同學」一起上網（19.9%）。
10. 上網地點：多數選擇在「自家」上網（35.2%），其次為「學校宿舍」上網（27.7%）。
11. 為什麼上網：上網原因依次為「收發信件」（19.0%）、「收集資料」（17.4%）、「上 BBS」（14.4%）及「消磨時間」（13.8%）。
12. 喜歡上網的原因：喜歡上網的理由依序為「打發時間，當作

- 娛樂」(23.7%)、「可不受拘束找到各種資料」(21.3%)、「代替寫信或打電話」(15.6%)及「結交朋友」(8.8%)。
13. 上網對我生活的影響：覺得使用網際網路為自己生活帶來的影響，依序為「大量增加個人資訊的來源」(26.1%)、「帶給自己生活更多的樂趣」(21.1%)、「我認為這是另一種休閒娛樂的選擇方式」(18.8%)及「增加自己與別人溝通的管道」(11.3%)。
14. 對發展網路戀情的期望：多數並無期望透過網路媒介與異性朋友交往發展戀情(52.6%)，其次為「有一點希望」(37.6%)。
15. 網路交友的信任度：透過網路媒介交往的朋友，多數採取較保留的態度(74.1%)，其次為「大致可以信任」(13.6%)。

將上述結果綜合分析，大學生使用網際網路呈現出下列幾個狀況：超過一半以上大學生，上網方式以「透過學術網路」為主，平均每週上網次數以「七次(含七次)以上」為最多，多數上網時間並無假日或非假日之分，上網時段偏好「夜間」，上網持續時間則介於「2小時」到「4小時以上」之間，且每週上網總時數在「20小時以上」為多數。最常上網原因依序為「收發信件」、「收集資料」、「上BBS」及「消磨時間」。喜歡上網理由依序為「打發時間，當作娛樂」、「可不受拘束找到各種資料」、「代替寫信或打電話」及「結交朋友」。認為使用網際網路會對自己生活帶來的影響順序為「大量增加個人資訊的來源」、「帶給自己生活更多的樂趣」、「這是另一種休閒娛樂的選擇方式」及「增加自己與別人溝通的管道」。對於透過網路作為朋友交往媒介，多數採取保留信任的態度。

二、網路使用者在性別、年級、學院、學校類型之分析

若以性別、年級、學院屬性與學校類型為分析變項，網路使用行為差異情形說明如下：

(一) 性別分析

表 3 結果顯示，網路使用在性別方面呈現出下列現象：

1. 在上網管道方面，卡方 χ^2 值為 23.18 ($p < .001$)，顯示有性別差異。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為 .15，其中以學術網路使用者比例最高，且男生多於女生。
2. 在上網持續時間方面，卡方值 χ^2 為 14.92，顯示有性別差異。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為 .12 ($p < .002$)，其中以每次上網持續時間兩小時比例最高，且男生多於女生。
3. 在每週上網時數方面，卡方值 χ^2 為 16.63，顯示有性別差異。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為 .13 ($p < .002$)，其中以每週上網時數 20 小時以上比例最高，且男生多於女生。
4. 在網路交友與戀情方面，卡方值 χ^2 為 135.27，顯示有性別差異。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為 .36 ($p < .001$)。多數學生並無網路交友與發展戀情的期望，且女生多於男生。
5. 在網路交友信任度方面，卡方值 χ^2 為 16.39，顯示有性別差異。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為 .13 ($p < .001$)。多數學生對網路交友持保留態度，且男女生比例相若。

表 3 性別分析

變項/組別	男性	女性	卡方值
	人次(%)	人次(%)	
上網管道			
透過學術網路	298(48.0)	254(63.2)	23.184***
透過電話撥接	172(27.7)	76(18.9)	
透過固網	125(20.1)	62(15.4)	
其他	26(4.2)	10(2.5)	
每次上網持續時間			
1 小時以下	133(21.4)	79(19.7)	14.916***
2 小時	218(35.1)	167(41.5)	
3 小時	106(17.1)	87(21.6)	
4 小時以上	164(26.4)	69(17.2)	
每週上網總時數			
2 小時以下	35(5.6)	21(5.2)	16.631***
2-5 小時	100(16.1)	82(20.4)	
5-10 小時	116(18.7)	97(24.1)	
10-20 小時	139(22.4)	99(24.6)	
20 小時以上	231(37.2)	103(25.6)	
對發展網路戀情之期待分析			
非常希望	15(2.4)	7(1.7)	135.27***
希望	68(11.0)	10(2.5)	
有一點希望	301(48.5)	84(20.9)	
不希望	237(38.2)	301(74.9)	
網路交友信任度			
非常信任	6(1.0)		26.387***
大致信任	97(15.6)	42(10.4)	
保留信任	460(74.1)	298(74.1)	
不敢信任	58(9.3)	62(15.4)	

註：* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

(二) 年級別分析

表 4 結果顯示出，若以年級別區分，網路使用有下列現象：

1. 在上網管道方面，卡方值 χ^2 為 98.11，顯示年級間有顯著差異。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，兩者相關程度為.31 ($p < .001$)，其中以學術網路比例最高，且二年級比例高於其他年級。
2. 在網路使用頻率方面，卡方值 χ^2 為 18.59，顯示年級間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為.14 ($p < .02$)，其中以偶而為之比例最高，且二年級學生比例高於其他年級。
3. 在上網時間方面，卡方值 χ^2 為 31.82，顯示年級間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為.18 ($p < .001$)，其中以不分假日及非假日居多，且二年級及三年級比例最高。
4. 在每週上網總時數方面，卡方值 χ^2 為 35.04，顯示年級間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為.19 ($p < .004$)，其中以 20 小時以上最多，且三年級學生比例多於其他年級。

表 4. 年級別分析

變相 / 組別	一年級 人次(%)	二年級 人次(%)	三年級 人次(%)	四年級 人次(%)	其他 人次(%)	卡方值
上網管道						
透過學術網際 網路	159(74.3)	186(59.8)	115(39.5)	64(46.7)	28(40.0)	
透過電話撥接 固網	32(15.0)	66(21.2)	91(31.3)	29(21.2)	30(42.9)	98.114***
其他	2(0.9)	10(3.2)	20(6.9)	2(1.5)	2(2.9)	
上網頻率						
有規律性	109(50.9)	134(43.1)	131(45.0)	52(38.0)	22(31.4)	
偶而為之	94(43.9)	169(54.3)	154(52.9)	83(60.6)	45(64.3)	18.585***
其他	11(5.1)	8(2.6)	6(2.1)	2(1.5)	3(4.3)	
上網時間						

假日	19(8.9)	16(5.1)	14(4.8)	9(6.6)	5(7.1)	
非假日	16(7.5)	20(6.4)	23(7.9)	5(3.6)	8(11.4)	
兩者皆是	171(79.9)	262(84.2)	245(84.2)	115(83.9)	46(65.7)	31.823***
其他	8(3.7)	13(4.2)	9(3.1)	8(5.8)	11(15.7)	
每週上網總時數						
2 小時以下	16(7.5)	21(6.8)	11(3.8)	5(3.6)	3(4.3)	
2-5 小時	38(17.8)	44(14.1)	46(15.8)	35(25.5)	19(27.1)	
5-10 小時	46(21.5)	64(20.6)	58(19.9)	31(22.6)	14(20.0)	35.044***
10-20 小時	57(26.6)	83(26.7)	55(18.9)	25(18.2)	18(25.7)	
20 小時以上	57(26.6)	99(31.8)	121(41.6)	41(29.9)	16(22.9)	

註：* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

(三) 學院別分析

表 5 結果顯示出，若以學院別區分，網路使用有下列現象：

1. 在主要網路使用方式方面，卡方值 x^2 為 21.99，顯示學院間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，顯示兩者相關程度為 .15 ($p < .04$)，其中以學術網路比例最高，且以理工/電機資訊學院學生比例為最高。
2. 在網路交友與戀情方面，卡方值 x^2 為 46.74，顯示學院間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，結果顯示兩者相關程度為 .214 ($p < .000$)，其中以不希望次數為最多，且管理學院比例多於其他學院。

表 5. 學院別分析

變項/組別	文學院/ 外語學院	理工/電 機資訊學 院	管理學 院	農學院	其他	卡方值
	人次(%)	人次(%)	人次(%)	人次(%)	人次(%)	
上網管道						
透過學術網路	44(59.5)	223(50.2)	133(58.6)	120(56.6)	32(48.4)	21.991***
透過電話撥接	13(17.6)	132(29.7)	44(19.4)	47(22.2)	12(18.1)	
透過固網	14(18.9)	72(16.2)	45(19.8)	36(17.0)	20(30.3)	
其他	3(4.0)	17(3.8)	5(2.2)	9(4.2)	2(3.0)	
對發展網路 戀情之期待 分析						
非常希望	3(4.0)	10(2.3)	2(0.9)	5(2.4)	2(3.0)	46.74***
希望	3(4.0)	44(9.9)	11(4.8)	13(6.1)	7(10.6)	
有一點希望	24(32.4)	205(46.2)	65(28.6)	69(32.5)	22(33.3)	
不希望	44(59.5)	185(41.7)	149(65.6)	125(59.0)	35(53.0)	

註：* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

(四) 所屬學校類型與網際網路使用現況分析

表 6 結果顯示出，若以學校類別區分，網路使用有下列現象：

1. 在學校類別方面，卡方值為 x^2 為 124.28，顯示學校間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，兩者相關程度為 .35($P < .000$)，其中以學術網路使用比例最多，但私立學校以固網方式較多。
2. 在上網頻率方面，卡方值 x^2 為 49.91，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為 .22($P < .000$)，其中以偶而為之比列最高，並以師範學院比例較高，且公立大學規律性上網習慣較高。
3. 在每週上網次數方面，卡方值 x^2 為 79.06，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為 .28($P < .000$)，其中每週上網次數以 7 次以上比例最高，且公立大學高於私立大學。

4. 在上網時間方面，卡方值 x^2 為 22.25，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為.15($P<.008$)，其中以不分假日或非假日比例為最高，且以私立大學比例高於公立大學。
5. 在每次上網持續時間方面，卡方值 x^2 為 27.53，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為.16($P<.001$)，其中以上網持續時間 2 小時比例最高，且以公立大學比例最高，其次為師範學院。
6. 在每週上網總時數方面，卡方值 x^2 為 59.73，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為.24($P<.000$)，其中以每週上網總時數 20 小時以上比例最高，且以私立大學比例為最高。
7. 對發展網路戀情的期待方面，卡方值 x^2 為 20.88，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為.14($P<.01$)，其中以不希望比例較高，且以科技大學類型比例為最高。
8. 在網路交友信任度方面，卡方值 x^2 為 17.41，顯示學校類型間有顯著不同。若進一步以 phi 係數檢定兩者間的關係，相關程度為.13($P<.04$)，顯示學校類型間有顯著不同，其中以保留信任比例為最高，且以私立大學比例最高，其次為科技大學。

表 6. 學校類型分析

變項/組別	國立大學	私立大學	師範學院	科技大學	卡方值
	人次(%)	人次(%)	人次(%)	人次(%)	
上網管道					
透過學術網路	162(72.3)	11(11.8)	58(71.6)	321(51.4)	124.284***
透過電話撥接	28(12.5)	34(36.6)	18(22.2)	168(16.9)	
透過固網	30(13.4)	38(40.9)	4(4.9)	115(18.4)	
其他	4(1.8)	10(10.8)	1(1.2)	21(3.4)	
上網頻率					

有規律性	136(60.7)	46(49.5)	21(25.9)	245(39.2)	49.909 ^{***}
偶而為之	78(34.8)	44(47.3)	57(70.4)	366(58.6)	
其他	10(4.5)	3(3.2)	3(3.7)	14(2.2)	
每週上網次數					
無	1(0.4)	0(0.0)	3(3.7)	8(1.3)	79.063 ^{***}
1-2 次	8(3.6)	5(5.4)	19(23.5)	100(16.0)	
3-4 次	19(8.5)	7(7.5)	14(17.3)	105(16.8)	
5-6 次	26(11.6)	10(10.8)	13(16.0)	93(14.9)	
7 次以上	170(75.9)	71(76.3)	32(39.5)	319(51.0)	
上網時間					
假日	11(4.9)	3(3.2)	13(16.0)	36(5.8)	22.253 ^{***}
非假日	18(8.0)	5(5.4)	7(8.6)	42(6.7)	
兩者皆是	188(83.9)	83(89.2)	58(71.6)	510(81.6)	
其他	7(3.1)	2(2.2)	3(3.7)	37(5.9)	
每次上網持續時間					
1 小時以下	42(18.8)	17(18.3)	27(33.3)	126(20.2)	27.528 ^{***}
2 小時	89(39.7)	30(32.3)	31(38.3)	235(37.6)	
3 小時	31(13.8)	14(15.1)	13(16.0)	135(21.6)	
4 小時以上	62(27.7)	32(34.4)	10(12.3)	129(20.6)	
每週上網總時數					
2 小時以下	4(1.8)	3(3.2)	12(14.8)	37(5.9)	59.730 ^{***}
2-5 小時	23(10.3)	8(8.6)	21(25.9)	130(20.8)	
5-10 小時	46(20.5)	16(17.2)	19(23.5)	132(21.1)	
10-20 小時	61(27.2)	21(22.6)	16(19.8)	140(22.4)	
20 小時以上	90(40.2)	45(48.4)	13(16.0)	186(29.8)	
對發展網路戀情之期待分析					
非常希望	3(1.3)	3(3.2)	4(4.9)	12(1.9)	20.883 ^{***}
希望	19(8.5)	10(10.8)	5(6.2)	44(7.0)	
有一點希望	86(38.4)	48(51.6)	34(42.0)	217(34.7)	
不希望	116(51.8)	32(34.4)	38(46.9)	352(56.3)	
網路交友信任度					
非常信任	2(0.9)	0(0.0)	1(1.2)	3(0.5)	17.414 ^{***}
大致信任	41(18.3)	16(17.2)	13(16.0)	69(11.0)	
保留信任	148(66.1)	72(77.4)	57(70.4)	481(77.0)	
不敢信任	33(14.7)	5(5.4)	10(12.3)	72(11.5)	
註：*	p < .05	**	p < .01	***	p < .001

三、社交焦慮感分析

從資料分析結果可以發現在網路使用習性的相關變項中，以每次上網持續時間對個人社交焦慮感最具相關性；同時，個人對於網路戀情之期望程度亦與現實生活中之社交焦慮感受呈現關聯性，進一步研究結果討論如下：

(一)「社交焦慮感」心理量表分析

表7 社交焦慮感描述性統計量分析

題目	平均數	標準差
即使在平常的聚會中,我也常感到緊張	1.91	0.9
和一大堆我不熟悉的人在一起時,我總感到不自在	2.77	1.04
同一位異性交談時,我通常能隨意自如	2.64	1.07
當我必須與老師或老闆談話時,我感到緊張	3.45	1.07
社交聚會常令我感到焦慮和不自在	2.25	1.00
與大多數人相比,在社交場合中,我可能算是比較不怕羞的	3.4	1.04
與同性朋友講話時,如果我和他們不熟悉,有時也會感到緊張	2.26	1.07
如果為求職而被約面談,我會感到緊張	3.01	1.04
我要是在社交場合中能對自己更有信心就好了	3.09	1.1
在社交場合中,我很少感到焦慮	3.58	1.02
總體來講,我是一個怕羞的人	2.59	1.15
與一個外表很吸引人的異性談話,我常感到緊張	2.73	1.15
給一個與我不十分熟的人打電話時,我常感到緊張	2.37	1.15
與位高權重的人談話時,我會緊張	3.19	1.1
與其他人在一起,即使他們和我很不一樣,我通常也感到輕鬆自在	2.5	1.02

表 7 所呈現的社交焦慮感之心理量表分析，有下列幾點值得說明的地方：

1. 在超過 3.0 為基準平均數之題項中，依序為「當我必須與老師或老闆談話時，我感到緊張」(M=3.45)、「與位高權重的人談話時，我會緊張」(M=3.19)及「如果為求職而被約面談，我會感到緊張」(M=3.01)，顯示出面對權威者時焦慮不安有顯著的現象。

2. 在社交場合表現之焦慮感部份，依題項分別為「與大多數人相比，在社交場合中，我可能算是比較不怕羞的」(M=3.4)、「我要是在社交場合中能對自己更有信心就好了」(M=3.09)及「在社交場合中，我很少感到焦慮」(M=3.58)，顯示相較於他人在社交場合之表現，認為自己基本上並不怕羞，但仍需增強對自己的信心，。

(二) 每次上網持續時間與社交焦慮感分析

由表 8 分析結果可知，每次上網持續時間對於社交焦慮有顯著差異($p < .05$)。每次上網持續四小時以上，社交焦慮感較其他時間的焦慮感明顯較高。

表 8 上網持續時間與社交焦慮感分析

	交往焦慮感			事後比較
	平均數	標準差	F值	
一小時(含一小時)以下(G1)(n=212)	41.27	5.88	3.38*	G4>G1, G2,G3
二小時(G2)(n=385)	41.36	5.50		
三小時(G3)(n=193)	41.82	6.17		
四小時(含四小時)以上(G4)(n=233)	42.76	5.95		

註：* $p < .05$

此一研究結果發現，有下列兩項意義：

1. 「每次上網持續時間」與社交焦慮感有顯著的相關性，且從結果平均數可知，隨著時間的增長，個人在社交生活所呈現之焦慮情形，會愈趨明顯。此一發現與多數以網路時間為變項對人際生活影響的研究結果一致(Young, 1996；連偉成，1999；林以正、王澄華，2001；黃一玲，2002)，顯示正確上網時間觀念的建立，是一個值得探討的後續問題。
2. 本項研究同時發現，「每次上網持續時間」變項對社交焦慮之心理狀態有較高的預測力。

(三) 以網路為媒介之交友與社交焦慮感分析

由表9之結果可知，希望透過網路媒介與異性朋友交往對社交焦慮有顯著差異($p < .001$)，其中以「非常希望」利用網路與異性朋友交往且有機會發展戀情者，焦慮感較為顯著。

表9 以網路媒介之交友與社交焦慮感分析

	交往焦慮感			事後比較
	平均數	標準差	F值	
非常希望(A)(n=22)	44.09	5.28	6.76 ^{***}	A>B,C,D
希望(B)(n=78)	41.79	5.51		
有一點希望(C)(n=385)	42.60	5.69		
不希望(D)(n=538)	41.03	5.91		

註：*** $p < .001$

此一研究結果，有下列幾項意義：

1. 以網路與異性交往且對發展戀情有較高期望者，社交焦慮狀況會相對顯著。此一研究發現與以往研究所獲得的結果（邱秋雲，2003），認為對發展網路戀情的期望較高，個人焦慮依附特性也會增加的推論一致。
2. 在網路使用的交友動機部份，非常希望以網路為媒介與異性朋友交往者，有顯著的社交焦慮感。此一研究發現與以往研究所獲得之結果（郭欣怡、林以正，1998），認為高度使用網路在寂寞心理量表現也呈顯著現象的結果一致。

伍、結論與建議

網路快速的發展，已經成為工作、學習與生活不可或缺的一部份，也使得整個傳統社會活動型態發生結構性變化。網路使用不當所

造成或衍生出來的各種教育與社會問題，非但直接衝擊人際往來與互動關係模式，其高度隱密，無限連結與缺乏限制卻具高度創意發揮的特性，更已逐漸成為心理慰藉、逃避乃至沉溺與行為偏差的地方。如何正確使用網路工具，教導網路應用價值與精神，以減少個人虛擬與真實社會生活的心理落差，降低各種人際、社會與價值觀念的偏差，存在著許多值得努力思考的空間。

教育正確使用資訊網路知識與觀念，協助網路使用在生活重心的平衡分配能力；相對地，避免過度依賴或將時間閒置於網路，減少網路所帶來的多元化人際關係能力降低，應列為目前教育輔導的重要目標。對於網路使用過度依賴或沉溺的結果，易造成時間掌控失衡，影響日常作息包括課業學習及其它社團活動之參與，減損人際溝通與維繫技巧及能力的習得。以往研究主要偏向於中小學年齡層之青少年，並且重視預防與結果層面的分析，對影響社會程度較直接的青年，且介於預防與結果所可能顯現的表癥之探討，卻明顯缺乏。大學生正值青年期人格養成與發展階段，一方面教導其學習與他人互動的正確觀念，建立人際關係的處理能力；另一方面，從預防角度，瞭解網路使用環境，並且注意其對期待所產生的焦慮現象，均是值得投入的工作。

本研究以實證方式，針對網路使用習性、網路交友與發展戀情期望與社交焦慮現象等三個變項關係加以分析，發現不同性別、年級、學院、學校類型在網路使用習性與網路交友目的確有不同，然後利用這些發現，進一步分析每次上網持續時間與網路戀情之期待對社交焦慮感的相關性，確有顯著情形。

以網路作為各種活動的工具，對整個人類社會已造成根本性的變革，並使個人現實生活、人際互動與心理預期間產生落差，衍生出許多社會與教育的問題。本研究結果可作為學校網路環境規範、網路使用輔導及焦慮表癥等層面，預防網路成癮形成的參考。由於從網路使用者背景、使用習性到焦慮表癥甚或網路成癮之形成過程應該考量的

因素極多，未來仍應有多層面項目與因素分析，以作為學校輔導方向的依據。

參考文獻

資策會(2003)。我國寬頻用戶數達 289 萬戶。

http://www.find.org.tw/0105/howmany/howmany_disp.asp?id=70

王秀燕(2002)。《國中生電腦網路沈迷現象之研究》。國立政治大學教育學系碩士論文。

王勝欽(2003)。《青少年在網咖中使用網路成癮之研究》。國立高雄師範大學資訊教育研究所碩士論文。

江南逸(2003)。《國中生使用網路之偏差行為和網路沈迷程度對生活適應之研究》。國立中正大學博士論文。

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》。大葉大學資訊管理研究所碩士論文。

吳齊殷(2001)。網路使用者與非網路使用者的社會意向，《圖書館學與資訊科學》27(1)，16-36。

李逢堅(2002)。《中學生網際網路使用行為之研究》。國立政治大學教育學系博士論文。

林以正、王澄華(2001)。性別對網路人際互動與網路成癮之影響與仲介效應。《輔導季刊》37(4)，1-10。

林珊如、周倩(2000)。《我國學生電腦網路沈迷現象與因應策略之研究總計畫》。國科會研究計劃。

林珊如、蔡今中(1999)。《我國學生電腦網路沈迷現象之整合研究》。國科會研究計劃。

邱秋雲(2003)。《網路戀情者個人特質與其網戀經驗之初探》。國立交通大學傳播所碩士論文。

柯文生(2003)。《學童網咖沉迷與偏差行為之相關因素研究》。國立屏東師範學院心理輔導教育研究所碩士論文。

施香如(1989)。《國中學生、教師對學生問題行為的態度與歸因研究》。國立彰化師範大學/教育心理與輔導研究所碩士論文。

- 梁朝雲、劉守信(2001)。青少年網路行為與輔導策略--以新竹市在學青少年為例。《教學科技與媒體》55, 72-91。
- 連偉成(1999)。《全球資訊網(WWW)使用者行為與時間分配之研究》。長榮管理學院碩士論文。
- 郭欣怡、林以正(1998)。網路使用者的心理特性與人際關係。《科學月刊》29(6), 469-476。
- 張仁獻(2003)。《台南縣國中學生網路使用行為對網路沈迷現象的影響之調查研究》。國立高雄師範大學工業科技教育學系碩士論文。
- 許靜伊(2002)。《國中生網咖消費行為與其相關問題之探討—以屏東縣為例》。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 曾豔慧(2003)。《小學生之網際網路使用態度探討—以高雄市為例》。中華大學經營管理研究所碩士論文。
- 黃一玲(2002)。《影響大學生網路成癮的相關因素研究》。長庚大學護理學研究所碩士論文。
- 遊森期(2002)。《大學生網路使用行為網路成癮及相關因素之研究》。彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 楊佳幸(2001)。《高雄區大學生網路使用行為、網路心理需求與網路沈迷關係之研究》。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。
- 楊靜芳(2003)。《社交焦慮，網路社交焦慮與網路環境特性之關聯性探討》。國立台灣大學心理學研究所碩士論文。
- 陳淑惠(1998)。上網會成大癮！？。《科學月刊》，29(6), 477-481。
- 陳富添(2002)。《網咖青少年網路成癮相關因素之研究》。國立中央警察大學資訊管理研究所碩士論文。
- 劉家儀(2001)。《以人際關係論與計畫行為論探討網路交友之現象》。國立中山大學資訊管理學系研究所碩士論文。
- 盧諭緯(1999)。《當我們同在一起：BBS 社交性討論區之言說分析》。國立中正大學電訊傳播研究所碩士論文。
- 蕭銘均(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》。交通大學傳播學系碩士論文。
- 魏麗香(2002)。《青少年沉迷網咖經驗及其影響之研究》。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文。

戴怡君 (1998)。《使用網際網路進行互動者特質之探索》。南華管理學院教育社會學研究所碩士論文。

韓佩凌 (2000)。《台灣中學生網路使用者特性、網路使用行為、心理特性對網路沈迷現象之影響》。國立台灣師範大學教育與輔導研究所碩士論文。

蘇船利 (2001)。青少年與網際網路。《師友月刊》410, 20-23。

嚴增虹(2002)。《國小學童網際網路使用者背景、行為與心理特質關係之研究》。台南師範學院教師在職進修輔導教學碩士學位班碩士論文。

Amichai-Hamburger, Y. & Ben-Artzi, E. (2003). "Loneliness and Internet use," *Computers in Human Behavior*. 19: 71-80.

Armstrong L., Phillips J. & Saling L.(2000). "Potential determinants of heavier Internet usage," *International-Journal-of-Human-Computer-Studies*. 53(4): 537-550.

Brenner, V.(1997). "Psychology of computer use: XL VII. Parameters of internet use, abuse and addiction: the first 90 days of the internet usage survey," *Psychological-Reports*. 80(3, Pt 1):879-882.

Chou, C. & Hsiao, M. C. (2000). "Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case," *Computers & education*. 35: 65-80.

Davis, R. A. (2001). "A cognitive-behavioral model of pathological Internet use," *Computers in Human Behavior*. 17: 187-195.

Hiltz S.R., & Turoff M. (1993). *The Network Nation*. Cambridge, MA: MIT Press.

Jones S.G. (1995). "Understanding community in the information age," in SG Jones (ed.), *Cyber society: Computer-Mediated communication and community* (pp.10-35), Thousand Oaks, CA: Sage.

King, S. (1994). "Analysis of electronic support groups for recovering addicts," *Interpersonal Comp. Tech*, 2(3): 47-56.

Kraut, R., M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W.

- (1998). "Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?" *American Psychologist*, 53(9): 1017-1031.
- Leary, M.R. (1983). "Social anxiousness: The construct and its measurement," *Journal of Personality Assessment*, 47:66-75.
- Lewis P.H. (1994). "Strangers, not their computers, build a network in time of grief," *The New York Times*, 8 March: A1, D2.
- Lohr, Steve. (1996). "Sizing up internet as engine of development," *The New York Times*, September 16, p.D1.
- Mantovani F.(2001). "Networked seduction: A test-bed for study of strategic communication on the Internet," *Cyberpsychology-and-Behavior*. 4(1): 147-154.
- McKenna K.& Bargh J. (1999). "Causes and consequences of social interaction on the internet : A conceptual framework," *MEDIA-Psychology*. 1(3): 249-269.
- McKenna K. & Bargh J. (2000). "Plan 9 from cyberspace: The implications of the internet for personality and social psychology," *Personality – and - Social- Psychology - Review*. 4(1): 57-75.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). "Incidence and correlates of pathological internet use among college students," *Computers in Human Behavior*, 16(1): 13-29.
- Talamo A. & Ligorio B. (2001). "Strategic identities in cyberspace.," *Cyberpsychology-and-Behavior*. 4 (1) :109-122.
- Tapscott, D. (1998). *Growing up digital: The rise of the net generation*. (Chinese version) McGraw-Hill Taiwan.
- Wallace P. M., (1999). *The psychology of the internet*. Cambridge Univ. Press.
- Walther J. B. (1996). "Computer-mediated communication: impersonal, interpersonal and hyperpersonal interaction," *Communication Research*, 23(1): 3-43.
- Walther J. B. (1992). "Interpersonal effects in computer-mediated

- interaction: a relational perspective,” *Communication Research*, 19(1): 52-90.
- Young, K. S. (1996). “Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder,” Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Young, K. S. (1996). “Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype”. *Psychological-Reports*. 79(3,Part 1):899-902.
- Young, K. S. (1998). “The relationship between depression and Internet addiction,” *CyberPsychology-and –Behavior*.1 (1): 25-28.
- Young, K.S. & Rodgers, R.C. (1998). “The relationships between depression and Internet addiction,” *Cyber Psychology and Behavior*, 1:25-28.

Internet use, Relationship Expectations, and Social Anxiousness for College Students: An Empirical Study

Jin-Ying Chen

Department of Social Work

National Pingtung University of Science and Technology

Abstract

The purpose of this study is to provide an analysis on internet use, relationship expectations, and social anxiousness for college students through a systematic investigation process. Samples studied in this work were from six various types of universities. A self-designed questionnaire was initially introduced to pre-examine followed by a formal measurement of social anxiousness implemented to collect data. Results from the designated measurement are varied and notable findings are also provided, such as time differentiation consumed on academic internet between male and female users; different habits among schools are also identified. The results also reveal that the longer one spent online each time, the higher the expectation on romantic relationship, and hence the more evident social anxiousness is correlated.

**Key Words: Internet, social anxiousness, internet addiction,
college students.**

