

The Impact of Using Facebook by Office Staffs on Their Job Stress and Job Performance – Taking Examples from Bank Telle

江瑞勤、胡瓊元

E-mail: 321844@mail.dyu.edu.tw

ABSTRACT

It is true that Facebook caused the most sensational topic in community networks in 2009. The results from various research reveals that using Facebook appropriately in office time can settle users' mind and increase production quantity and production ability. Furthermore, it is able to motivate office staffs and reduce stress in work. This study explores the influences of using Facebook by bank tellers on the job stress and job performance. And it also investigates on the differences and interactions among various interfaces. The research takes bank tellers as subjects, uses network and paper questionnaire as research methods. Then the result is analyzed through T-test, ANOVA, factor analysis, reliability and validity analysis to verify the assumptions of this thesis. The results suggest that the stronger stress the bank tellers encounter, the higher frequency they use Facebook, and the better performances are thus achieved.

Keywords : social networking services、 job stress、 job performance

Table of Contents

內容目錄 中文摘要	iii	英文摘要	iii
iv 誌謝辭		v 內容目錄	
vi 表目錄		viii 圖目錄	
x 第一章 緒論	1	第一節 研究背景與動機	1
1 第二節 研究目的	6	第三節 研究流程	6
6 第四節 研究範圍與限制	7	第二章 文獻探討	7
8 第一節 社群網絡	8	第二節 使用與滿足理論	8
12 第三節 工作壓力	19	第四節 工作績效	19
31 第三章 研究方法	36	第一節 研究架構	36
36 第二節 研究假設	37	第三節 研究變項與操作性定義	38
38 第四節 研究對象	39	第五節 抽樣設計與資料收集	39
39 第六節 研究工具	40	第七節 資料分析方法	44
44 第八節 問卷調查實施	45	第四章 研究結果與討論	48
48 第一節 金融從業人員使用Facebook使用與滿足之現況及分析	48	第一節 金融從業人員工作壓力之現況及分析結果	58
69 第二節 金融從業人員工作績效之現況及分析結果	69	第四節 探討金融從業人員使用Facebook、工作壓力與工作績效之關係	80
82 第三節 研究結論	82	第五章 結論與建議	82
85 第一節 研究結論	82	第二節 建議	82
85 參考文獻	88	附錄A 研究問卷	88
108 表目錄		表 2- 1Facebook的特色和功能	11
24 表 2- 2各學者對工作壓力的定義	24	表 2- 3工作壓力不良適應反應	28
38 表 3- 1變項所代表的定義	38	表 3- 2工作壓力量表之壓力源分析結果	43
44 表 3- 3工作力量表之壓力反應分析結果	44	表 3- 4有效問卷樣本之個人變項	46
48 表 4- 1金融從業人員使用社群網絡之次數分配	48	表 4- 2金融從業人員使用Facebook之百分比	49
49 表 4- 3每週使用Facebook的時間與個人屬性之差異性檢定	51	表 4- 4個人屬性和Facebook的動機與目的間之差異性檢定	53
55 表 4- 5與同伴使用Facebook的頻率和使用Facebook的動機與目的之相關分析	55	表 4- 6金融從業人員使用Facebook的滿意度	56
57 表 4- 7金融從業人員使用Facebook的滿意度	57	表 4- 8使用Facebook的動機與目的和滿足性相關分析	58
58 表 4- 9工作壓力各層面之統計分析	58	表 4- 10性別與工作壓力之統計檢定結果分析	59
60 表 4- 11年齡與工作壓力之統計檢定結果分析	60	表 4- 12教育程度與工作壓力之統計檢定結果分析	62
62 表 4- 13隸屬部門與工作壓力之統計檢定結果分析	63	表 4- 14婚姻狀況與工作壓力之統計檢定結果分析	64
64 表 4- 15子女人數與工作壓力之統計檢定結果分析	65	表 4- 16工作地點與工作壓力之統計檢定結果分析	65

. 66 表 4-17 通勤時間與工作壓力之統計檢定結果分析	67 表 4-18 每月平均薪資與工作壓力之統計檢定結果分析
. 68 表 4-19 金融從業人員之現況工作績效分析	69 表 4-20 性別與工作績效之統計檢定結果分析
. 70 表 4-21 年齡與工作績效之統計檢定結果分析	71 表 4-22 教育程度與工作績效之統計檢定結果分析
. 72 表 4-23 隸屬部門與工作績效之統計檢定結果分析	73 表 4-24 婚姻狀況與工作績效之統計檢定結果分析
. 75 表 4-25 子女人數與工作績效之統計檢定結果分析	75 表 4-26 工作地點與工作績效之統計檢定結果分析
. 77 表 4-27 通勤時間與工作績效之統計檢定結果分析	78 表 4-28 每月平均薪資與工作績效之統計檢定結果分析
. 79 表 4-29 使用 Facebook 的動機與目的和工作壓力及工作績效之分析	80 表 4-30 金融從業人員之工作壓力和工作績效之分析
. 81 圖目錄 圖 1- 1 國人在 Facebook 中常使用的功能 4 圖 1- 2 國人平均每日使用 Facebook 的時間
. 4 圖 1- 3 年齡與 Facebook 之交叉分析 5 圖 2- 1 Roseengren 使用與滿足基礎理論架構
. 14 圖 2- 2 Hans Selye 壓力分類 19 圖 2- 3 壓力來源
. 20 圖 2- 4 壓力基本模式 23 圖 2- 5 壓力適應症候群
. 29 圖 2- 6 壓力管理流程圖 30 圖 2- 7 工作壓力的程序模式圖
. 35 圖 3- 1 研究架構 37

REFERENCES

一、中文部份 ARO 網路測量研究(2009), 網路社群使用篇[線上資料], 來源: <http://www.insightxplorer.com> [2009, November 8].

Bammel, G., & Burrus, B. L. (1996), 休閒與人類行為(涂淑芳譯), 台北: 桂冠圖書公司, (原文於1992年出版)。 McQuail, D. (1994), 最新大眾傳播理論(陳芸芸譯), 台北: 韋伯文化出版, (原文於2001年出版)。 中央社即時新聞(2009), 國人在 Facebook 中最常使用的功能[線上資料], 來源: <http://www.cna.com.tw/> [2009, October 19]。 中廣新聞網(2009), 簡單, 好玩, 抒壓台網友開心瘋當農夫[線上資料], 來源: <http://news.sina.com.tw/cobrand/bccnews/> [2009, October 13]。 王穎駿(2006), 我國機場安檢人員工作壓力及其因應策略研究, 運輸計劃季刊, 35(1), 29-58。 王瑞琦(2007), 政風人員工作績效壓力之研究, 私立世新大學行政管理學系研究所未出版之碩士論文。 王舜偉(2001), 諱疾忌醫的神醫華陀 - 南台灣廣播賣藥節目分析初探, 私立南華大學傳播管理學研究所未出版之碩士論文。 王秋慶(2003), 員工的溝通滿足與組織氣候對其工作壓力、組織承諾與離職傾向的影響之研究 - 以嘉義縣土地政事務所為例, 私立南華大學管理研究所未出版之碩士論文。 古金英(2001), 建立一個輪調環境下受輪調員工的工作壓力源模式 - 以銀行業為例, 人力資源管理學報冬季號, 1(3), 1-25。 石宜正(2001), 高中(職)教師工作壓力、休閒需求及休閒參與之研究, 私立朝陽科技大學休閒事業管理系研究所未出版之碩士論文。 朱明謙(2002), 休閒行為、工作壓力與工作績效之相關研究 - 以高科技產業員工為例, 國立義守大學管理科學研究所未出版之碩士論文。 行政院勞工委員會勞工安全衛生研究所(1995), 國人工作壓力量表之建立, 勞工安全衛生研究報告, 84, 81-99。 李金泉(2009), 健康的職場: 壓力風險管理之應用[線上資料], 來源: <http://proj.moeaidb.gov.tw/cesh/data4/58-05> [2009, June 7]。 李維靈, 施建彬, 邱翔蘭(2007), 退休老人休閒活動參與及其幸福感之相關研究, 人文暨社會科學期刊, 3(2), 27-35。 李靜怡(2002), 休閒產業從業人員個人特質、工作特性、工作壓力與休閒行為之研究, 私立大葉大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。 李家聖, 陳益世(1999), 高科技產業特性、工作壓力、工作滿意暨離職傾向之相關性研究 - 以新竹科學園區高科技廠商研發技術人員為例, 人力資源學報, 11, 93-115。 何振誠, 邱張名琪, 陳威助(2009), 從網誌到微網誌: 網路社會參與型態的演變介紹, 資訊社會研究, 17, 1-51。 余緒德(2004), 中華航空女性空服員休閒條是策略與壓力 - 健康之研究, 國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所未出版之碩士論文。 快樂行銷誌(2010), 2010 百大網站社群網站改變搜尋時代新的入口網站誕生?[線上資料], 來源: <http://blog.awoo.com.tw/2010/05/user-website> [2010, June 8]。 吳水丕, 何敬之, 林佳慧(2000), 坐禪對企業員工壓力紓解及組織行為的影響, 華梵學報, 6, 77-90。 吳亦偉(2006), 金飯碗、鐵飯碗、破飯碗 - 台灣金融從業人員的勞動特徵與工作內容, 國立政治大學社會系博士班未出版之博士論文。 吳佩芳(2003), 管理才能與工作動機對工作績效之影響 - 以 K 公司為例, 國立中央大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 吳琬瑜(2010), 1000 大 CEO 大調查企業戰將: 樂觀看全球保守看台灣[線上資料], 來源: <http://www.cw.com.tw/article/index> [2009, May 13]。 吳劍雄(1999), 工作壓力的形成與因應之道之探討 - 個人、組織及社會環境三管齊下, 勞工之友, 585, 18-21。 林子凱(2002), 線上遊戲「天堂」之使用者參與動機與滿意度研究, 國立成功大學企業管理研究所未出版之碩士論文。 林信昌, 臧國仁(1999), 新聞從業人員之工作倦怠現象 - 以台北市平面媒體路線記者為例, 新聞學研究, 63, 91-135。 邱永林(2005), 輕鬆做好工作壓力管理, T&D 飛訊, 36, 1-10。 邱信憲(1994), 工作特性、人格特質型態、角色壓力與工作壓力、工作滿足、離職傾向之關係研究, 國立中興大學企業管理研究所未出版之碩士論文。 姚仁祿(2009), 創意姚言[線上資料], 來源: <http://tw.myblog.yahoo.com/jw!5tLyU0aHSERAJZoNWFgP/article?mid=1283> [2009, August 31]。 柯惠玲(1989), 工作滿足、工作績效與離職傾向之關係研究, 國立政治大學企業管理研究所未出版之碩士論文。 徐嘉禧(2004), 保全人員人格特質與工作績效之相關研究 - 以先鋒保全為例, 國立中山大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 徐瑋伶(2003), 工作動機研究之回顧與前瞻, 國立台灣大學心理系。 應用心理研究, 19, 89-113。 徐弘軒, 鍾佳倫, 陳慧依, 陳芷芸, 賴晏甄(2005), YAHOO 網路拍賣市場下買賣雙方之行為模式 - 以傳播學使用與滿足理論驗證之, 國立臺灣藝術大學圖文傳播藝術學系未出版之學士學位論文。 徐蓉芬(2003), 研發人員人格特質與工作績效關係研究 - 以某高科技公司為例, 國立中央大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 許士軍(1994), 管理學, 台北: 東泰書局。 高宇人(2006), 從苗栗縣長選舉夾報文宣分析選民投票意志, 國立台灣藝術大學應用媒體藝術研究所未出版之碩士論文。 修慧蘭(1986), 台北市就業者的休閒狀況與休閒倫理觀, 國立政治大學心理學研究所未出版之碩士論文。 財團法人資訊工業策進會(2010), 2010 年台灣寬頻網路使用調查報告[線上資料], 來源: <http://www.iii.org.tw/Default.aspx/> [2010, March 30]。 財團法人資訊工業策進會(2010), 台灣歷年上網人口統計[線上資料], 來源: http://www.find.org.tw/0105/howmany/usage_1.asp [2010, February 2]。

陳怡安(2004), 線上遊戲之魅力 - 以重度使用玩家為例(提綱), 私立南華大學社研所未出版之碩士論文。 陳智遠, 郭建志(2008), 工作壓力管理模式, 台北:行政院勞工委員會勞工安全衛生研究所出版。 陳昱宏(2005), 台灣綜藝談話性節目之娛樂探討 - 以「康熙來了」為例, 國立台灣藝術大學應用媒體藝術研究所未出版之碩士論文。 陳勝源(2005), 證券業務員對跨銷售業務之工作投入、工作壓力、薪酬滿足與工作績效之相關研究, 國立成功大學企業管理研究所未出版之碩士論文。 陳威廷(2003), 高科技人員工作壓力之研究 - 員工協助方案(EAPs)觀點, 國立中央大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 陳彰儀(1985), 工作與休閒 - 從工業心理學的觀點探討休閒的現況與理論, 台北:淑馨出版社。 陳致中(2002), 網路文學創作者行為之初探研究, 國立中山大學傳播管理研究所未出版之碩士論文。 陳宏光(2002), 員工工作投入、工作滿足與離職傾向相關因素之探討 - 以面對組織變革台鐵為例, 國立中山大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 崔來意(2000), 高科技公司女性專業人員工作 - 家庭衝突、工作倦怠及離職意願關係之研究, 國立中山大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 張宜慶(1999), 網路色情資訊的使用與閱聽人之樂趣經驗研究, 國立交通大學傳播研究所未出版之碩士論文。 張榮顯(2001), 試探澳門大學生之互聯網使用與傳統媒體的關係, 香港浸會大學傳理學院新聞系未出版之博士論文。 張良漢(2006), 金融從業人員工作壓力、休閒調適及身心健康狀況之研究, 管理與人文科學亞洲雜誌, 1(1), 161-174。 張美雲, 莊嘉坤(2007), 民眾參與休閒活動與健康效益之初探, 私立大仁科技大學休閒健康管理所未出版之碩士論文。 張雅惠(2002), 網際網路對公關人員之溝通滿意、工作滿意、工作壓力與資訊焦慮之影響, 國立中山大學傳播管理研究所未出版之碩士論文。 張春興(1984), 心理學, 台北:台灣東華書局出版。 曹慎慎(2006), 學子論文:從麥克盧漢媒介學說看中國數字電視的發展[線上資料], 來源: <http://media.people.com.cn.html> [2006, November 29]。 黃立文(1999), 網路使用的快感與神迷 - 遊戲理論與網路瀏覽行為之初探, 國立交通大學傳播研究所未出版之碩士論文。 黃美玉(2004), 組織政治知覺對工作績效之影響 - 以工作滿足、工作壓力、組織承諾為中介變項, 國立中山大學人力資源研究所未出版之碩士論文。 黃英忠(1997), 人力資源管理, 台北:華泰書局出版。 梁子英(2004), 整合行銷傳播應用於即時通訊軟體研究 - 以「MSN Messenger俱樂部」網站為例, 國立中山大學傳播管理研究所未出版之碩士論文。 夏傳位(2003), 銀行員的異想世界:臺北國際商業銀行產業工會的傳奇故事, 台北:臺灣勞工陣線。 連淑君, 余德成(2004), 薪資制度、責任感與工作績效之研究, 人力資源管理學報夏季號, 4(2), 47-59。 國人抗壓白皮書(2008), 線上抗壓調查[線上資料], 來源: <http://hospital.kingnet.com.tw/activity/stress/index.html> [2008, July 7]。 郭靜晃(2003), 心理學概論, 台北:楊智文化公司出版。 陸洛, 蕭愛玲(2001), 兩岸三地員工之工作壓力、控制信念、工作滿意度及身心健康, 中華心理衛生學刊, 14(1), 55-87。 鄒景平(2009), 精通web 2.0三層次, 工業技術與資訊月刊, 216(10), 4-12。 葉育秀(2008), 非營利組織員工人格特質、組織承諾與工作投入之相關研究, 國立中山大學人力資源研究所未出版之碩士論文。 葉濬彰(2007), 馳騁於工作, 淺談職場壓力調適, 公務人員終身學習入口網站電子報, 49(9609), 10-15。 孫秀蕙(1997), 如何研究網路傳播, 傳播研究簡訊, 9, 1-6。 楊意菁(1997), 新科技新滿足 - 網際網路媒體使用與滿足研究, 國立政治大學新聞所未出版之博士論文。 蔡祈賢(2007), 與壓力共舞 - 公務人員工作壓力的調適, 公務人員月刊, 133, 25-33。 蔡耀駿(2006), Web 2.0時代 - 更個人化的網路內容上場, 天下雜誌, 6(348), 29-32。 蔡繼正(2007), 社會網絡服務網站的利益 - 以Facebook為例, 國立中央大學資訊管理研究所未出版之碩士論文。 榮泰生(1998), 企業研究方法, 台北:五南圖書出版有限公司。 廖曜生(1998), 彈性工時制度、個人屬性與工作特性、工作滿足, 工作績效之關係研究 - 以國內電子業為例, 國立成功大學企業管理研究所未出版之碩士論文。 劉丹, 江璇(2009), 企業知識型員工組織承諾與工作績效關係研究[線上資料], 來源: <http://wiki.mbalib.com/zh-tw/> [2009, March 12]。 劉怡玟(2004), 點對點檔案分享軟體使用行動之研究, 國立中山大學傳播管理研究所未出版之碩士論文。 劉泳倫(2003), 基層消防人員休閒參與、工作壓力與工作滿意之相關研究, 私立雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。 劉彩珊(2009), 壓力面面觀, 台北:通識教育學習專題出版。 鄭緯筌(2009), 擁抱世界的Facebook, 台北:城邦文化發行。 賴正能(1998), 從隔週週休二日制探討公務人員的休閒行為 - 以高雄市政府為例, 國立中山大學公共事務管理研究所未出版之碩士論文。 蕭惠文, 李佩珍(2004), 從使用與滿足看競標網站, 國立交通大學傳播研究所未出版之碩士論文。 韓志翔, 高景彬, 吳宜貞(2002), 駐外人員人力資源管理制度對海外適應與工作績效影響之研究 - 以政府機關為例, 人力資源管理學報春季號, 2(1), 37-55。 繆敏志(1993), 工作壓力之理論基礎與模式及其管理方法, 中國行政, 53, 21-46。 顏瑞玲(2002), 壽險公司業務員人格特質、工作壓力與工作滿足關係之分析, 私立逢甲大學保險學系未出版之碩士論文。 羅文輝, 李郁青, 施盈廷, 楊秀娟(2005), 網路採用、使用與獲得之滿足, 新聞學研究, 83, 127-165。 蘇美卿(2004), 基層員警工作壓力、因應策略與健康狀況關係之研究 - 以高雄市警察為例。 國立高雄醫學大學行為科學研究所未出版之碩士論文。 二、英文部份 Armstrong, G., & John, H. (2006). The real value of on-line communities. *Harvard Business Review*, 74, 103-121. Alfred, K., & Yang, W. (2009). Privacy in Online Social Network at Workplace. *Conference on Computational Science and Engineering*, 438, 975-978. Adam, J. (2008). Looking at, Looking up or keeping up with People? Motives and Uses of Facebook. New York: Association for Computing Machinery Press, 1027-1036. Anderson, P. (2007). What is web 2.0? Ideas, technologies and implications for education. *JISC Technology and Standards Review*, 2, 1-64. Atkinson, J. M. (1988). Copying with stress at work. Wellingborough: Thorsons Publishers Limited. Becker, L. (1979). Measurement of Gratifications. *Communication Research*, 6(1), 54-73. Beehr, T., & Newman, J. (1978). Job stress, employee health, and organizational effectiveness: A facet analysis, model and literature review. *Personal Psychology*, 31, 665-699. Blumler, J. (1979). The Role Theory in Uses and Gratifications Studies. *Communication Research*, 6, 9-36. Boyed, D., & Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer Mediated Communication*, 13, 210-230. Campbell, J. (1990). Modeling the performance prediction problem in industrial and organizational psychology. Chicago: Consulting Psychologists press. Caroline, L. (2009). Opening Facebook: How to Use Facebook in the College Classroom. Unpublished master's thesis, Fairleigh Dickinson University, New Jersey, United States. Carolyn, M. K. (2008). I'll See You on Myspace: Self-Presentation in a Social Network Website. Unpublished master's thesis, Cleveland State University, Cleveland, News Ranking, United States. Cliff, L., Charles, S., & Nicole, B. (2008). Changes in Use and Perception of Facebook. Unpublished master's thesis, Michigan State University, East Lansing, United States. Cooper, C., & Marshall, J. (1978). Sources of

managerial and white collar stress. New York: John Wiley and Sons. December, J. (1996). Units of Analysis for Internet Communication, *Journal of Communication*, 46, 14-37. DiMicco, J., Geyer, W., Millen, R., Dugan, C., & Brownholtz, B. (2009). People Sensemaking and Relationship Building on an Enterprise Social Networking Site. *Proc. Hawaii International Conference on System Sciences*, 42, 40-44. DiMicco, J., Millen, R., Geyer, W., Dugan, C., Brownholtz, B., & Muller, M. (2008). Motivations for Social Networking at work. New York: Association for Computing Machinery Press, 711-720. Frank, M., & Michael, N. (2009). What Happens When Facebook is Gone? Unpublished master ' s thesis, Harding University, Arkansas, United States. French, J., Roger, W., & Cobb, S. (1974). Adjustment as person-environment fit. New York: Basic Books. Geyer, W., Dugan, C., Dmicco, J., Millen, R., Brownholtz, B., & Muller, M. (2008). Use and reuse of shared lists as a social content type. *ACM Press*, 978(1), 1-10. Golder, S., Wilkinson, D., & Huberman, A. (2007). Rhythms of Social Interaction: Messaging within a Massive Online Network. London: Springer. Griffin, M. (2000). A First Look at Communication Theory. New York: McGraw-Hill. Gross, R., & Acquisti, A. (2005). Information Revelation and Privacy in Online Social Networks in Workshop on Privacy in the Electronic Society. New York: ACM Workshop on Privacy n the Electronic Society. Hamann, K., & Wilson, M. (2003). Beyond search engines: Enhancing active learning using the internet. *Politics & Policy*, 31(3), 533-553. Ivancevich, J., & Matteson, M. (1980). Stress and work: A managerial perspective. New York: Scott foresman. Iwasaki, Y. (2001). Testing and optimal matchinghypothesis of stress, coping and health: leisure and general coping. *Society and Leisure*, 24, 163-203. Iwasaki, Y. (2003). The impact of leisure coping beliefs and strategies on adaptive outcome. *Leisure Studies*, 22, 93-108. James, M., Michael, L., Wotring, C., & Forrest, J. (1995). A Exploratory Study of the Perceived Benefits of Electronic Bulletin Board Use and their impact on their communication activities. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 39 30-50. Jex, M. (1998). Stress and job performance. London: Sage Publications. John, D. (1996). Units of Analysis for Internet Communication. *Journal of Communication*, 46(1), 14-37. Katz, D., & Kahn, R. (1978). The social psychology of organizations. New York: John Wiley. Kaye, B. (1998). Uses and gratifications of the World Wide Web: From couch potato to web potato. *The New Jersey Journal of Communication*, 6, 21-40. Kelly, J. (1996). Leisure. *Journal of Leisure Research*, 17(3), 241-250. Lina, J. (2009). Palestinian Facebook Groups: Their Uses and Gratifications. Unpublished master ' s thesis, Miami University, Oxford, United States. McGrath, J. (1976). Stress and behavior in organization. Chicago: Rand McNally. McLeod, M., & Becker, B. (1981). The Uses and Gratifications Approaches, *Handbook of Political Communication*, 4, 67-99. McQuail, D., & Windahl, S. (1993). *Communication Models*. London: Longman. Meredith, M., & Jonathan, G. (2009). When Social Network Cross Boundaries: A Case Study of Workplace Use Of Facebook and LinkedIn. *Conference on Computational Science and Engineering*, 10(1109), 975-978. Michael, J., Brzozowski, S., & Tad, H. (2009). Effects of Feedback and Peer Pressure on Contributions to Enterprise Social Media. New York: Association for Computing Machinery. Michael, J. (2006). Facing the Facebook. *Oxford University Press*, 52(21), 1-4. Needle, H., Griffin, T., Sevendsen, R., & Berney, C. (1980). Teacher Stress: Sources and Consequences. *Journal of School Health*, 50(2), 96-99. Newhagen, J., & Rafaeli, S. (1996). Why communication researchers should study the Internet: A dialogue. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 1(4), 4-13. Palmgreen, P., Wemner, A., & Rosengren, E. (1985). Uses and Gratifications Research: The Past Ten Years. New York: Longman. Perse, E., & Ferguson, A. (2000). The benefits and costs of Web surfing. *Communication Quarterly*, 48, 343-359. Ramon, T. (2007). Facebook the Facts: A Guide for Reducing Technology Stress and Increasing Workplace Productivity, 11, 1-9. Robbins, S. P. (1998). *Organizational Behavior* (8th ed.). New Jersey: Prentice Hall Intenational. Rosenberg, M. (1956). Misanthropy and political ideology. *American Sociological Review*, 21, 690-695. Rosengren K. E. (1974). Uses and Gratifications: The Uses of Mass Communication. Beverly Hills, California: Sage. Rubin, A., Perse, E., & Barbato, C. (1988). Conceptualization and Measurement of Interpersonal Communication Motives. *Human Communication Research*, 14(4), 602-628. Schott, R. (1999). Managers and mental health: mental illness and workplace. *Public Personnel Management*, 28(2), 161-183. Schuler, R. (1980). Definition and conceptualization of stress in organizations. *Journal of Organizational Behavior and Human Performance*, 25, 184-215. Sebastian, V. (2008). The Effect of Social Network Site on College Students Social Capital. *Journalism of International Symposium on Online Austin, Texas*, 9, 3-6. Selye, H. (1983). *The stress Concept: Past, Present, and The Future; Stress Research*. New York: John Wiley and Sons. Smith, C. (1993). The measurement properties of the role conflict and role ambiguity scales: A review and extension of the empirical research. *Journal of Organizational Behavior*, 14, 37-48. Steinfield, C., Ellison, N., & Lampe, C. (2007). Social Capital, self-esteem, and use of online social network sites : A longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(6), 48. Valkenburg, M., Peter, J., & Schouten, P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents well-being and self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584-590. Walther, J. (2007). Selective self-presentation in computer-mediated communication: Hyperpersonal dimensions of technology, language, and cognition. *Coumpter in Human Behavior*, 23, 2538-2557. Walther, J., Van Der Heide, B., Kim, S. Y., Westerman, D., & Tong, S. (2008). The role of friends' appearance and behavior on evaluations of individuals on Facebook: Are we known by the company we keep? *Human Communication Research*, 34(1), 28-49. Watson, J. (1996). The impact of leisure attitude and motivation on the physical recreation, leisure participation time of college students. Bostom: Houghton Mifflin. Williams, C. (2007). Facebook moves to cut down application annoyances [Online]. Available: [http://www.theregister.co.uk /Facebook \[2007, September 30\].](http://www.theregister.co.uk /Facebook [2007, September 30].)