

不同休閒活動類型與網路成癮之研究

周正華、李德治

E-mail: 9706886@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究旨在探討大學生的背景變項、休閒活動參與類型與網路成癮之關係。本研究採便利取樣方式，研究對象為468名中部地區大學生，以問卷調查法搜集資料。本研究以參考文獻編製之「休閒活動參與類型問卷」與「中文網路成癮量表(CIAS)」為研究工具。資料分析方法包括描述性統計、列聯相關係數、獨立樣本t檢定、單因子變異數分析。主要研究結果如下：(1)大學生最常參與休閒活動類型依序為娛樂性、體能性、知識性、社交性、藝文性、服務性、宗教性等休閒活動；(2)大學生網路使用行為方面，最常上網地點，主要為家裡，其次為宿舍；(3)大學生網路活動中，以查詢資料、網路新聞及下載軟體的使用頻率較高；(4)網路成癮之四點量表統計結果推得大學生網路使用行為良好；(5)大學生會因性別的不同而在休閒活動參與類型上有顯著差異；(6)大學生會因性別、學院別、年級的不同在網路成癮上有顯著差異；(7)大學生休閒活動參與類型在網路成癮上有顯著差異。

關鍵詞：大學生(college students)，休閒活動(leisure activity)，網路成癮(Internet addiction)

目錄

內容目錄 中文摘要	iii	英文摘要	iii
iv 誌謝辭		vi 內容目錄	
vii 表目錄		ix 圖目錄	
xi 第一章 緒論	1	第一節 研究背景與動機	1
1 第二節 研究目的與研究問題	4	第三節 名詞解釋	4
5 第四節 研究範圍	6	第二章 文獻探討	7
7 第一節 休閒活動類型	7	第二節 網路成癮	20
20 第三節 相關實證研究	29	第三章 研究方法	34
34 第一節 研究架構	34	第二節 研究假設	35
35 第三節 研究對象與抽樣方法	36	第四節 研究工具	37
37 第五節 資料處理與分析	42	第四章 研究結果與討論	44
44 第一節 描述性分析	44	第二節 背景變項與休閒活動類型之差異分析	50
50 第三節 背景變項與網路成癮之差異分析	53	第四節 休閒活動類型與網路成癮之差異分析	59
59 第五章 結論與建議	61	第一節 結論	61
61 第二節 建議	68	附錄A 預試問卷	68
68 附錄B 正式問卷	79	附錄C 研究工具同意書	83
83 表目錄 表 2-1 休閒的定義	10	表 2-2 網路成癮的定義	23
21 表 2-3 網路成癮的類型	23	表 2-4 網路成癮症的界定標準	23
28 表 3-1 受試之大學院校一覽表	36	表 3-2 中文網路成癮量表修正版項目	39
39 表 3-3 中文網路成癮量表信度分析	41	表 4-1 研究樣本之背景變項分析	45
45 表 4-2 參與休閒活動類型各題之得分情形	46	表 4-3 研究樣本網路使用情形之現況	46
46 表 4-4 上網目的最常使用的網路功能	47	表 4-5 網路成癮量表各因素分項之得分情形	48
48 表 4-6 網路成癮量表及其分量表之得分情形	49	表 4-7 性別和休閒活動類型之交叉分析表	50
50 表 4-8 性別在休閒活動類型之卡方檢定	51	表 4-9 學院別在休閒活動類型之卡方檢定	51
51 表 4-10 年級在休閒活動類型之卡方檢定	52	表 4-11 支配額度在休閒活動類型之卡方檢定	52
52 表 4-12 住宿情況在休閒活動類型之卡方檢定	53	表 4-13 性別在網路成癮之獨立樣本t檢定	54
54 表 4-14 學院別在網路成癮之差異比較	55	表 4-15 年級在網路成癮之差異比較	56
56 表 4-16 支配額度在網路成癮之差異比較	56	表 4-17 住宿情況在網路成癮之差異比較	57
57 表 4-18 不同個人背景變項大學生網路成癮綜合分析	58	表 4-19 休閒活動類型在網路成癮之差異比較	59
59 圖目錄 圖 3-1 研究架構圖	34	圖 3-2 網路成癮量表之因素結構示意圖	38

參考文獻

- 一、中文部份 Bammel, G. & Burrus-Bammel, L.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)。王智弘(2003), 輔導網際網路中的青少年 - 探討青少年網路成癮之諮商與輔導策略[線上資料], 來源: <http://heart.ncue.edu.tw/wang/paper/paper92sts.htm>[2008, March 1] 王智弘(2005), 網路沉迷問題的可能成因與輔導策略[線上資料], 來源: <http://www.heart.net.tw/wang/paper-new/paper2005new.htm>[2008, March 1] 王智弘(2008), 網路成癮的成因分析與輔導策略, 輔導季刊, 44(1), 1-12。王煥琛(2004), 休閒教育從理論與實踐之探討, 台灣教育, 523, 9-114。古欣卉(2006), 國中生飲用含糖飲料行為、網路成癮及其相關影響因素之關聯探討, 雲林科技大學技術及職業教育研究所未出版之碩士論文。台灣網路資訊中心(2008), 2008年台灣寬頻網路使用調查報告[線上資料], 來源: <http://www.twnic.net.tw/download/200307/200307index.shtml>[2008, February 20]。行政院主計處(2004), 93年臺灣地區社會發展趨勢調查時間運用統計結果[線上資料], 來源: <http://www.dgbas.gov.tw/public/Attachment/571315101871.doc>[2008, March 15]。余玥林(2004), 單車活動參與者的目標取向、社會支持和休閒型態對休閒效益的影響, 國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。余嬪(1996), 國中生之學業成就與遊憩參與型態, 測驗與輔導, 137, 26-29。吳崇旗, 王偉琴(2007), 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, 台灣體育運動管理學報, 4, 153-168。呂有仁(2006), 嘉義地區青少年休閒參與及情緒智力之相關研究, 國立中正大學運動與休閒教育研究所未出版之碩士論文。李明宗(1988), Leisure, Recreation, Outdoor Recreation, 戶外遊憩研究, 1(1), 83-86。李枝樺(2004), 台中縣市國小高年級學童休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度之相關研究, 台中師範學院環境教育研究所未出版之碩士論文。李曉君(2005), 網路使用行為、網路成癮與親子互動關係之研究-以台南市國中生為例, 台南女子技術學院生活應用科學研究所未出版之碩士論文。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(國科會, No. NSC89-2511-S009-009-N), 台北:行政院國家科學委員會。林國順(2005), 陸軍軍官學校學生身體自我概念、休閒活動類型及休閒滿意度之探討, 私立大葉大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。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, 國立成功大學行為醫學研究所未出版之碩士論文。邱絨軒(2004), 沉迷網路遊戲高中生心理經驗之研究, 國立高雄師範大學輔導研究所未出版之碩士論文。施香如(1998), 中學生父母對子女網路沉迷現象之態度與行為研究, 行政院國家科學委員會專題研究計畫。柯志鴻(2003), 網路成癮之精神醫療觀點, 學生輔導雙月刊, 86, 36-57。徐西森, 連廷嘉(2001), 大專學生網路沈迷行為及其徑路模式之驗證研究, 中華輔導學報, 10, 119-149。高俊雄(1996), 跨世紀運動休閒之舞台與經營, 運動休閒管理論文集(一)(pp. 3-8), 台北:國立體育學院。張仁獻(2003), 台南縣國中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未出版之碩士論文。張少熙(1994), 青少年自我概念與休閒活動傾向及其阻礙因素之研究, 國立台灣師範大學體育研究所未出版之碩士論文。張文禎(2001), 國小學童休閒態度與休閒參與之研究:以屏東縣為例, 國立屏東師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。張酒雄(1995), 青少年對休閒活動看法之研究, 高師大教育季刊, 11, 107-144。教育部統計處(2003), 大學生時間運用調查結果摘要分析報告[線上資料], 來源: <http://faculty.ndhu.edu.tw/~cyhung/project.files/college.doc>[2008, January 15] 梁良淵(2007), 探討嘉義地區國小學童之休閒活動類型、學習態度與網路成癮之相關研究, 南華大學資訊管理學系研究所未出版之碩士論文。莊慧秋(1989), 樂在工作-上班族的休閒生活, 台北:張老師出版社。許志賢(2001), 臺閩地區高級中等學校校長參與休閒運動之研究, 國立台灣體育學院體育研究所未出版之碩士論文。郭欣怡(1998), 網路世界的我與我們-網路使用者之心理特性與網路人際關係特性初探, 國立台灣大學心理研究所未出版之碩士論文。陳定雄(1994), 休閒運動相關術語之歷史研究, 國立台灣體育學報, 4, 1-29。陳金英(2004), 網路使用習性、網路交友期望與社交焦慮之分析, 資訊社會研究, 7, 111-145。陳淑惠(1998), 我國學生電腦網路沈迷現象之整合研究-子計畫一:網路沈迷現象的心理病理之初探(1/2), 行政院國家科學委員會專題研究計畫(國科會, No. NSC90-2520-S002-001), 台北:行政院國家科學委員會。陳淑惠(1999), 我國學生電腦網路沈迷現象之整合研究-子計畫一:網路沈迷現象的心理病理之初探(2/2), 行政院國家科學委員會專題研究計畫(國科會, No. NSC90-2520-S002-001), 台北:行政院國家科學委員會。陳淑惠, 翁麗禎, 蘇逸人, 吳和懋, 楊品鳳(2003), 中文網路成癮量表之編製與心理計量特性研究, 中華心理學刊, 45(3), 279-294。陳彰儀(1984), 休閒活動之選擇與休閒教育, 幼獅月刊, 384, 50-53。陳彰儀(1985), 台北市已婚職業婦女之休閒興趣參與情形與生活形態, 政大教育心理研究, 8, 191-210。陳彰儀(1989), 工作與休閒-從工業心理學的觀點探討休閒現況與理論, 台北:淑馨出版社。富邦文教基金會(2004), 全國青少年媒體使用行為研究調查/陳藹玲執行, 台北:富邦文教基金會。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, 國立彰化師範大學教育研究所未出版之碩士論文。程紹同(2000), 中學生運動休閒參與模式研究, 台北:漢文書店。黃一玲(2001), 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未出版之碩士論文。黃士豪(2005), 大學生休閒消費支出結構之研究, 私立輔仁大學應用統計學系研究所未出版之碩士論文。黃立賢(1995), 專科學生休閒興趣相關因素之研究, 國立高雄師範大學輔導學系研究所未出版之碩士論文。黃俊傑(2004), 線上遊戲心流經驗與沉迷行為相關因素之探討, 輔仁大學資訊管理學系未出版之碩士論文。黃振球(1970), 休閒活動的理論與實施, 師大學報創刊號, 545-694。黃雅菁(2005), 高中職女生體育學習態度之研究, 國立台灣體育學院體育研究所未出版之碩士論文。黃德祥(1994), 青少年發展與輔導, 台北:五南出版社。黃瓊妙(2000), 臺北市在學少年不同休閒參與類型之刺激尋求動機、休閒阻礙對其心理社會幸福感之探討, 中國文化大學兒童福利研究所未出版之碩士論文。楊正誠(2002), 大學生網路成癮、社會支持與生活適應關係之研究, 私立東海大學教育研究所未出版之碩士論文。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沉迷關係之研究, 國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。楊峰洲(1998), 美國休閒運動相關的高等教育初探, 台灣體院休閒運動學系系刊, 1, 52-55。楊蘊哲, 梁朝雲(2001), 網路成癮及其研究需求, 視聽教育雙月刊, 43(3), 2-12。董氏基金會(2006), 大學生日常生活、網路使用行為與憂鬱傾向之相關性調查[線上資料], 來源: <http://www.jtf.org.tw/psyche/melancholia/survey.asp?This=66&Page=1>[2008, February 4] 資策會FINE(2007), 2007年12月底止台灣上網人口[線上資料], 來源: <http://www.find.org.tw/find/home.aspx?page=many&id=193>[2008, April 14] 資策

會FINE(2007), 棄電視、擁網路 消費者轉向新興媒體投懷送抱[線上資料], 來源: http://www.find.org.tw/0105/news/0105_news_disp.aspx?news_id=4711[2008, February 13] 廖建盛(2003), 國小高年級學童休閒運動需求及阻礙因素之研究-以雲林縣斗六市國小學童為例, 雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。網路成癮輔導知能導師專題座談(2007, May 15), 網路成癮輔導知能導師專題座談, 台中:東海大學。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, 國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。劉佩佩(1999), 未婚女性休閒生活之研究, 國立高雄師範大學成人教育研究所未出版之碩士論文。蕃薯藤(1999), 1999台灣網路使用調查[線上資料], 來源: <http://survey.yam.com/survey1999/result.htm>[2008, February 25] 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, 國立交通大學傳播研究所未出版之碩士論文。謝政諭(1989), 休閒活動的理論與實際-民主主義的台灣經驗, 台北:幼獅。鍾蔚起(1992), 青少年對休閒活動看法之研究, 國立高雄師範大學教育系教育學刊, 11, 107-143。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, 師範大學教育心理與輔導研究所未出版之碩士論文。簡郁雅(2004), 家庭休閒之探討[線上資料], 來源: <http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/42/42-22.htm>[2008, February 25]。羅明訓(1999), 桃園縣國小六年級學生休閒活動之調查研究, 臺中師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。二、英文部份 Bammel, C., & Burrus-Bammel, L. L. (1992). *Leisure and human behavior* (2nd ed.). Dubuque, IA: Wm. C. Brown Publishers. Cordes, K. A., & Ibrahim, H. M. (1979). *Applications in recreation & leisure: for today and the future* (2nd ed.). NY: The McGraw-Hill. Dumazedier, J. (1974). *Sociology of Leisure*. NY: Prentice-Hall. Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Fort Worth, TX: Harcourt Brace Jovanovich. Goldberg, I. (1996). *Internet Addiction Disorder*. [Online] Available http://www.physics.wisc.edu/~shaizi/internet_addiction_criteria.html[2007, November 25]. Godbey, G. (1997). *Leisure and leisure services in the 21st century* (4th ed.). State College, PA: Venture Publishing. Griffiths, M. (1998). Internet addiction: Does it really exist? In J. Gackenbach(ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications*. NY: Academic Press. Krech, D., Cruchfield, R. S., & Ballachey, E. L. (1962). *Individual in Society*. NY: McGraw-Hill. Maclean, J. R., Peterson, J. A. & Martin, W. D. (1985). *Recreation and leisure: The changing scene* (4th Ed.). NY: Macmillan. Russell, R. V. (1982). *Planning programs in recreation*. St. Louis: Mosby. Young, K. S. (1998). *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet Addiction and a winning strategy for recovery*. NY: John Wiley & Sons, Inc. Young, K. S. (1999). *Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium*. [Online] Available at <http://www.netaddiction.com/articles/cyberdisorders.html>18 Young, K. S. (2004). Internet addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.