

上課使用手機對課業成績績效的影響 以元培資訊管理系學生為例

摘要

從以前非智慧型手機的時代，人們手機只能接聽電話與簡訊，然而使學生們無法成為我們現在所謂的”低頭族”，智慧型手機的發明，讓這充滿科技的世紀衍生了“低頭族”的新名詞。

它讓人們生活產生了依賴，使用它玩遊戲、聽音樂、看 DVD 以及 YouTube 影片，隨時隨地享受流行脈動，生活便利又豐富，甚至人們在閒暇之餘不能放鬆心情，出去大自然走走時，根本無法靜下心來，仍需要隨時隨地的滑一下，例如：打卡、臉書……等，就連學生抱著書本讀書的時間，也被它所攻佔。

當「智慧型手機」這個產物，在我們的生活中掀起一股熱潮的同時，它的功能也愈來愈多元，除了改變了人們使用手機的習慣外，也衍生了一些問題。身為學生的我們，是否也受到「它」的影響呢？因此，智慧型手機對學生造成什麼樣的影響，是值得深入探討及思索的議題。

而然我們的研究方法，由研究人員於目標班級上課時間於該班級各個同學作答問卷，並利用 Excel 來檢視是否有無效問卷，其回收有 178 份的問卷，有 40 份問卷為無效問卷，剩下 138 份的有效問卷進行分析。

分析時依照專案架構圖還製作表格，並用 Excel 將資料套入並且做成圖表，然後再利用圖表來分析出其中的差異與假設是否成立，並且找出高度機率可行的方案。

貢獻的部分對學生而言，玩遊戲下課或有空閒時間在玩，把時間留在聽課是對成績會比較有幫助，對老師而言，可以像葉丙成教授一樣使用線上遊戲學習系統，利用學生對玩遊戲的熱情，來讓學生配合遊戲去學習東西，利用破關、升級、賺錢等等增加遊戲性以及教育性，去激發學生想解題的慾望讓讀書跟打電動一樣學生也能即時掌握自己的學習狀況，進行學習策略的掌握與調整，了解到自己學習的程度。

關鍵字：學習績效、手機成癮症、網路成癮症

緒論

一、背景與動機

智慧型手機的功能也愈來愈多元，除了改變了人們使用手機的習慣外，也衍生了一些問題。身為學生的我們是否也受到「它」的影響呢？因此，智慧型手機對學生造成什麼樣的影響，是值得深入探討及思索的議題。

二、研究目的

- (1) 手機使用行為
 - a. 探討大學生上課使用手機行為
 - b. 手機「替代率」
 - c. 探討手機對生活之影響
- (2) 生活品質、學業及工作、人際關係之影響
 - a. 手機依賴性
- (3) 差異性比較
 - a. 性別之差異
 - b. 手機世代差異(功能手機 v.s 智慧型手機)

三、研究方法

- (4) 文獻蒐集：蒐集網路資料及各種相關報章雜誌報導。
- (5) 問卷調查：在較多學生聚集的路上發紙本問卷並發放網路問卷，調查學生使用手機的狀況。

四、關鍵詞定義

學習績效：以成績、證照或比賽得獎...等做為參考根據來進行分析所獲得得數據。

手機成癮症：如毒癮般一定時間內不接處手機會發生焦慮的狀況。

網路成癮症：為過度使用或網路成迷的詞語

文獻探討

由於必須要有所證實手機使用會影響到學業，所以我們必須先查詢許多相關的文獻，其中也包括手機對健康的影響以及除了使用手機以外會影響學業的相關因素。

一、會影響學習績效相關的因素

由於我們目標只有上課使用手機與課業績效的相關關係，所以我們必須先查出會影響學業的相關事項，然後才能將這些事項變數固定，才能獲得比較正確的數據，以下為翻閱各種相關文件所獲得的結論：

- (6) 家庭因素:成長的原動力。有鑑於此,父母親以及各國政府部門皆積極地在子女人力資本的形成上扮演重要地角色,此可由家庭及政府對子女的支出的快速成長,及教育部門的大幅擴張可得知。因此,家庭背景以及教育政策對人力資本累積之影響大小及方向,是長久以來許多人文社會科學者共同關注的重點之一(黃芳玫、吳齊殷, 2010)。

課業壓力是學生的學業成就無法政府和教師、家長或學生個人的期待。學生由於在學習環境裡所產生的困擾造成成績不理想,無法專心學習,致使學習效果受到嚴重的影響,或是課業學習上,造成學童困擾,課業壓力為課業學習過程中個人對本生能力與外在環境的期許,由於同學間的人際互動、學業成績的競爭、父母的期望、科目多元以及自己的起許等方面所產生的壓力來源,致使學習效果受到影響(陳青眉, 2015)。

- (7) 經濟因素:家庭經濟的影響會使學生想去外面工作再回到學校學習,精神體力多少會影響到課業,工作累了不想上課或不想聽沒有心思在學業上成績自然地就比較差,學生就應該認真讀書充實自己不要被外來因素給影響,如果學生自身沒辦法只好走類似半工半讀的方式完成學業,會嚴重影響課業的都是重度打工的學生,幾乎整天都在工作都不來學校在校成績一定不好,有的學生則是多數在假日工作且時數少不會影響太大,或者不打工專心讀書的也有。
- (8) 玩樂因素:除了使用手機外,上課聊天、上網、畫畫...等都算是此因素。
- (9) 自我期望:對於成績的渴望以及求過不被當的壓力都算此類。

二、使用手機的影響

不管每項事物都有好處以及壞處，在完全否定的同時也必須整理出相關的資料來證明，而然以下為網路上論文整理出的跟手機相關的影響：

- (10) 可以隨時上網查資料，學習不受時間及空間限制。
- (11) 網路通話節省通話費。
- (12) 利用 APP 可縮短等公車的時間。
- (13) 適當使用社群軟體，提升社交圈：王啟璋 (2003) 則進行了手機對人際關係影響之關聯性研究，對於手機的社會使用、及時可得性、情境模糊性進行探討，結果發現手機對於關係的增進上男女朋友的關係受惠最大，在空間接近性上與手機使用有互相增強的情形，在同儕關係中越常見面者，越覺得手機增進彼此關係；在克服空間阻隔上，手機具有及時可得性也讓少見面的好友或不易見面的男女朋友覺得增進彼此的關係。手機對於人際關係的影響中「行動」(mobility) 的功能讓人隨時隨地彼此相繫的感覺，是最重要的。(李育銘、陳佳鈴、陳浩剛、呂露、鄭詩穎、彭郁玲，2013)
- (14) 可以隨時更新資訊。
 - a. 喪失注意力及削減思考能力。
 - b. 過度沉溺虛擬世界影響人際關係：PARK(2005)針對南韓都會區 157 名大學生進行的手機上癮研究顯示，從其每日使用的時間(以分鐘計算)、打接手機及收發簡訊通數、以及每通平均使用的時間分成重度使用者和輕度使用者，進行比較發現寂寞(loneliness)的學生更可能使用手機變成習慣，而脫離現實的生活情境，手機對高度使用者而言是一種鎮定劑，對其人際的影響則是強化了寄存的社會網路，但同時阻斷了現實生活的人際發展(李育銘、陳佳鈴、陳浩剛、呂露、鄭詩穎、彭郁玲，2013)。
 - c. 影響作息導致生活不規律：人們的生活行為，移轉到網路世界的情形愈益普遍，伴隨著手機的普及，行動網路的成熟，手機功能的轉變帶動了行動應用服務的發展，將促成更多人使用行為的轉變，也將連帶影響每個人的生活模式，以往只被拿來作為撥打電話的行動電話，如今已衍生出上網、拍照、聽音樂、網路社群、線上遊戲等多重功能。而手機成為每個人每日深度接觸的必需品，不但對品牌業者與製造商帶來銷售成長之外，更進一步衍生出行動應用服務的潛在市場，透過行動應用服務的加值，而形成不同的使用行為(李育

銘、陳佳鈴、陳浩剛、呂露、鄭詩穎、彭郁玲，2013)。

專題規劃

我們將許多資料以及論文來做最基礎的分析，分析出會影響上課的事項，在排除這些事項來找出「上課手機使用與學習績效」的相關關係

我們將以問卷來做樣本基礎，將手機使用程度與成績的高低來進行比較比較，並且以表單的形式來互相比較出其中的差異性。

一、專題規劃目的

由於學術論文上在這方面的研究過於欠缺，所以才為此而決定這個主題，並且也發現現在的大學生跟以前相比之下，反而過於鬆散，所以或許能以這份報告的結果作為對大家的警惕。

最後，如果老師們可以接受的話，也能夠用此方式來發現上課時，下面的同學通常在做甚麼，並且能夠用此份資料來調整上課的方式。

二、專案藍圖描述

專案架構圖

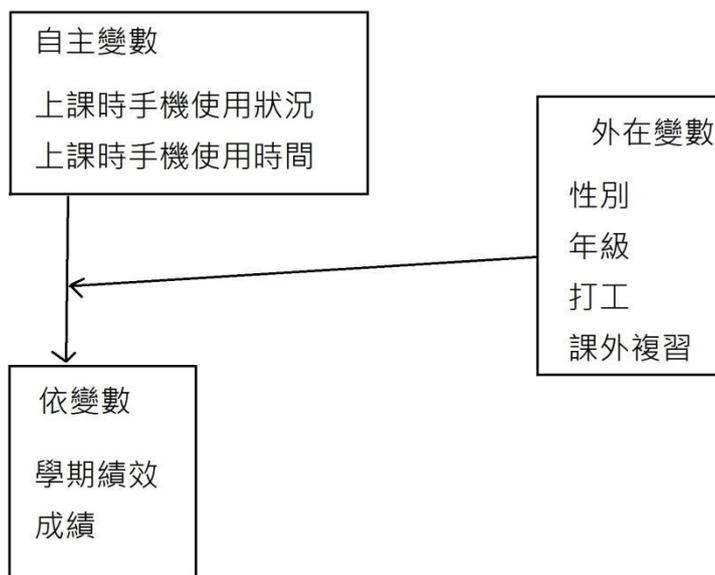


圖 3-1 專案架構圖

主要為手機使用上與成績的相關關係分成以下層面：

- 1.上課手機使用內容與成績的關係。
- 2.上課手機使用時間與成績的關係。
- 3.性別上同學間的成績差異。
- 4.打工時間是否影響成績。
- 5.家庭狀況是否會影響到成績。

研究方法

一、研究假設

推理 1：上課注意力放在手機上會分心，然後無法專心上課。

H1：使用手機時間越長，成績就會越不理想。

推理 2：使用手機內容會影響到上課時的專心度，

H2：如果是看影片或玩遊戲這類要專注使用的會比滑個 Facebook 這類不用專注使用的糟糕。

推理 3：家庭狀況影響，學生必須為了打工而翹課而影響成績。

H3：打工時數越長，成績越不好。

二、研究對象

目標對象：元培資管系二、三年級的同學。

時間點：期中考週。

地點：各班考試的教室。

三、抽樣方法

由研究人員於目標班級上課時間於該班級各個同學作答問卷，並利用 Excel 來檢視是否有無效問卷，其回收有 178 份的問卷，有 40 份問卷為無效問卷，剩下 138 份的有效問卷進行分析。

分析時依照專案架構圖還製作表格，並用 Excel 將資料套入並且做成圖表，然後再利用圖表來分析出其中的差異與假設是否成立，並且找出高度機率可行的方案。

四、問卷

題目	選項
----	----

<p>請問您上課時用手機來做什麼？(可複選)</p>	<p>A. 聊天 B. 玩遊戲 C. 看新聞 D. 看影片 E. 查資料 F. 沒有使用手機 G. 其他：</p>
<p>請問您上課時，一堂課 50 分鐘內使用手機的平均時間？</p>	<p>A. 40~50 分鐘 B. 21~40 分鐘 C. 1~20 分鐘 D. 完全沒使用手機 E. 其他：</p>
<p>請問您前一個學年上下學期成績總平均為何？(大概就好請務必填答)</p>	<p>A. 85 分以上 B. 75~85 分 C. 55~75 分 D. 55 分以下</p>
<p>您的性別？</p>	<p>A. 男 B. 女</p>
<p>請問您是幾年級？</p>	<p>A. 二年級 B. 三年級 C. 其他：</p>
<p>請問您一周七天總打工時數為何？</p>	<p>A. 43 小時以上 B. 29~42 小時 C. 15~28 小時 D. 1~14 小時 E. 沒有打工</p>
<p>請問您父母親的最高學歷為何？(取學歷較高者)</p>	<p>A. 博士畢業 B. 碩士畢業 C. 大學畢業</p>

	D. 高中畢業 E. 國中畢業 F. 小學畢業
請問您課後是否有複習功課？	A. 是 B. 否

結論與建議

一、結論

智慧型幾乎人手一機且日漸普及，科技隨著時間不斷進步讓手機成了離不開的身上的生活工具，手機影響了人們的生活作息要聊天、看影視新聞或雜誌、玩遊戲娛樂自己，眼睛幾乎都離不開螢幕機身小且方便隨時可得，攜帶方便也會在工作時用手機，也會在課堂學習過程中無聊時來滑手機多少影響課業，因為大多數學生都有智慧型手機在課堂上幾乎都在使用手機沒有專心聽老師講課這樣會不會影響成績。

我們針對資管二、三年級來做問卷調查取樣本作分析，發現學生確實在課堂上幾乎用了手機只是差在時間及使用方式，大多數人都在聊天做回應並不是整堂課沉溺在聊天室，玩手遊及看影片也是占多數要花精神及心思在遊戲裡課業就無法兼顧成績自然下滑，影片要知道劇情內容也是要聚精會神的自然的也無法聽到課堂老師教什麼，聊天、手遊、看影片是占多數的。

課堂時間裡手機使用在娛樂方面就如數據顯示，大多數學生的成績都在 55%~75%，一堂課 50 分鐘有 36% 的學生都在 21~40 分鐘，學生在一堂課裡占了一半以上的時間使用手機大多用在娛樂性質，40~50 分鐘占了 35% 這幾乎都沒在上課只在滑手機，71% 的學生被手機影響無法專心上課，29% 的學生比較認真在課堂上都不會被手機影響，還是有滑手機的情況且不會使用太久，有的是都不用手機有些是不會用久均在十幾分鐘內，滑了一下手機但大部分還是有在聽課。

75% 的學生都有打工賺錢，大多均在一周 15~28 小時占 38% 工作會耗精神體力課業自然無法成績理想，大部分學生成績都在 55~75 分還是有兼顧課業的，打工時數較多相對課業影響較大，多數學生沒嚴重打工都是會來學校聽課的，學生都是白天讀書晚上或假日工作來完成大學學業。

二、貢獻

- (15) 對學生而言：玩遊戲下課或有空閒時間在玩，把時間留在聽課是對成績會比較有幫助。
- (16) 對老師而言：可以像葉丙成教授一樣使用線上遊戲學習系統，利用學生對玩遊戲的熱情，來讓學生配合遊戲去學習東西，利用破關、

升級、賺錢等等增加遊戲性以及教育性，去激發學生想解題的慾望讓讀書跟打電動一樣 學生也能即時掌握自己的學習狀況，進行學習策略的掌握與調整，了解到自己學習的程度。

三、建議

1. 使用統計工具 **SPSS** 來完成分析問卷的作業。
2. 目標可以擴大為全校，甚至是全台灣。
3. 樣本可以以不同科目、學校做分類。

參考文獻

1. 李育銘、陳佳鈴、陳浩剛、呂露、鄭詩穎、彭郁玲，明新科技大學，企業管理系，智慧手機使用行為及對生活影響之探討，2013年12月6日。取自
http://acade.must.edu.tw/upfiles/ADUUpload/c23_downmul1457930300.pdf
2. 吳英琄，國立高雄應用科技大學，企業管理系碩士在職專班，「影響學業成就之因素探討，以南部某科技大學為例」，2015年05月24日。取自
<http://handle.ncl.edu.tw/11296/ndltd/58909347781989717218>
3. 黃芳玫、吳齊殷，國立台灣大學經濟學系出版，「台灣國中學生個人特質、家庭背景與學業成績，追蹤調查資料之研究」，2010年03月01日。取自
<http://www.ios.sinica.edu.tw/ios/people/personal/wupaper/J2010-1.pdf>
4. 陳青眉，朝陽科技大學，休閒事業管理系，國中生休閒參與對課業壓力與學業成就影響之探討—以台中市國中生為例，2015年07月03日。取自
<http://handle.ncl.edu.tw/11296/ndltd/60901554737183342503>
5. 臺灣博碩士論文知識加值系統
<http://ndltd.ncl.edu.tw>