

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系  
教育心理學報，民 99，41 卷，4 期，773-798 頁

# 網路沉迷、因應、孤寂感與網路社會支持 之關係：男女大學生之比較\*

方紫薇

國立交通大學  
教育研究所

**研究目的：**1.探討兩性在網路使用時間、網路社會支持、因應、孤寂感及網路沉迷上之差異。2.檢視兩性有效預測網路沉迷之因素。3.檢證因應方式透過孤寂感之中介作用影響網路沉迷之性別差異。**研究方法：**本研究針對使用網路之大學生進行調查研究，共施測 752 位大學生（393 男，359 女）。**研究結果：**經統計分析後其結果顯示 1.男性在一周網路使用總時數、打電玩時間、網路沉迷、孤寂感及問題焦點因應之分數上，皆顯著高於女性。而女性在逃避因應、尋求支持及網路社會支持之分數上，皆顯著高於男性。2.兩性之孤寂感、打電玩時數、人際互動時數、逃避因應、情緒焦點因應皆能有效預測網路沉迷，只是次序不同。3.由 SEM 分析結果顯示兩性之逃避因應及情緒焦點因應皆會透過孤寂感之中介作用，而沉迷網路；但女性之逃避因應及情緒焦點之因應對沉迷於網路亦有直接效果。

**關鍵詞：**因應、孤寂感、網路沉迷、網路社會支持

大學階段對許多學生而言是一個重要的轉變階段，其生活的各個層面都產生了巨大的改變，大多數青年學子離家開始到外地求學，我國大學生在進大學前，常常很多事是由父母安排。進大學後，父母對他們的直接干涉會因時空的距離而減少，大學生有更大的自由，同時由於在大學的網路是免費使用且快速便捷，因而過度使用網路之問題也增加了 (Beard, 2005; Young, 1998; Young, 2004)，也就是有一些大學生日以繼夜的上網，其生活、交友全部都依賴網路，即學生常說的「掛」在網上。一些研究指出過度沉迷於網路常造成一些生理、心理、社交及專業上的問題，如憂鬱、焦慮、學業及專業表現之退步、睡眠困擾、健康退化、社交退縮等問題 (Beard, 2005; Griffiths, 2000; Young, 1998; Young, 2004)。

網路沉迷之問題近年來已越來越浮出檯面，Block (2008) 指出南韓政府 2006 年之調查顯示有 2.1%之青少年網路成癮，須要治療，故於 2007 年訓練 1043 位諮商師及列出 190 家醫院或治療

\* 本研究承蒙國科會之支助，計畫編號為 NSC92-2413-H-009-002。本研究承蒙台大大心理系陳淑惠教授慷慨允使用其量表及郭媯如、沈婉鈴等之協助施測及資料整理，特此感謝。

中心，來協助網路沉迷者進行治療。中國大陸亦報告約有 13.7%之青少年網路沉迷，也開始重視這方面之預防。而美國精神醫學會也已在考慮要將網路成癮列入精神病診斷手冊第五版（DSM-V）中，可見網路沉迷已是這個世代不容忽視的問題了。Beard（2005）即提出大家應採取較主動積極之態度去了解它，而非坐等問題變嚴重。有鑒於此，研究者認為有必要加以了解大學生網路沉迷之一些相關因素，以便能在這種網路加速發展的時代及早預防，進一步提出有效防治或解決之道，及早讓學生能減低傷害，同時也提供教師、諮商師及家長有效協助之參考。

大學生網路沉迷之比率目前研究結果顯示大約介於 6-14%（方紫薇，2008；游森期，2001；Gray & Gray, 2006; Huang, 2006；Morahan-martin & Schumacher, 2000; Scherer, 1997）。多數的研究發現網路沉迷是男性多於女性（方紫薇，2002；朱美慧，2000；周榮和周倩，1997；楊佳幸，2001；Anderson, 2001; Brenner, 1997; Morahan-martin & Schumacher, 2000; Scherer, 1997）。但目前之研究大多探討學生一周上網的平均時數，並未針對男女兩性在上網之主要活動上有否差異進行研究。Charlton 與 Danforth（2007）指出在網路電玩之沉迷中男性佔 85%。國內青少年之研究亦發現網路電玩之沉迷男性高於女性，且男性沉迷打電玩和尋求成就感有關（Ko, Yen, Chen, Chen, & Yen, 2005）。有理論即指出女性重視人際關係，女性的自我概念常建構於關係中，女性上網之社會性需求可能和男性是不同的（Howerton, 2005）。研究亦指出女性在親密性之人際互動高於男性（黃琪皎，2007）。因此，女性上網是否比男性更著重在人際互動上？但多數研究著重在樣本之一周平均使用時間長短，很少研究有探討男女生網路沉迷者其使用之網路媒介時間有否不同？研究者認為若研究結果顯示兩性在使用網路活動及相關因素上有差異，則有助於針對不同性別採取不同之協助策略。

國內不少研究指出大學生使用之不同網路媒介中，社會互動高的網路媒介與網路過度使用有很大之關係（朱美慧，2000；吳姝蓓，1996；周倩，1999；陳淑惠，1998；韓佩凌，2000）。也有研究指出女性較會尋求社會支持（Folkman & Lazarus, 1985; Howerton, 2005），且女性重視親密感，是否會因而較會運用人際互動之網路媒介，尋求情緒或情感上之支持？Leung 與 Lee（2005）之研究指出使用網路活動時間與社會支持有顯著相關。但網路沉迷之比率卻是男性比女性高，是否因網路之匿名性及不用面對面之特性，因而提供一個環境，允許男性更能開放的表達情緒、親密感（Lanthier & Windham, 2004），也易從網路上獲得社會支持，但他們所知覺到的社會支持會和女性有所不同嗎？目前國內對這方面並未進行探討，因此本研究想進行這方面之研究，以了解網路沉迷與網路上之社會支持之關係為何？男女兩性在網路上所獲得之社會支持是否有差異？

成癮行為的壓力-因應理論認為當個體有壓力時，使用有效的因應會促成健康的結果，若用無效的因應或缺乏因應技巧，則會造成上癮行為（Lightsey & Hulsey, 2002; Wills, Sandy, Yaeger, Cleary, & Shinar, 2001）。這個理論已經在酗酒、藥物及賭博成癮上得到驗證，一些研究即指出當面對壓力時，高度使用情緒焦點及逃避因應的人，會增加其成癮的可能性（Chung, Langenbucher, Labouvie, Pandina, & Moos, 2001; Wills et al., 2001）。但在網路沉迷方面目前卻鮮少有人探討壓力因應方式與網路沉迷的關係，研究者認為若壓力因應方式與網路沉迷有關，則可以從壓力因應方面著手來預防沉迷之產生。

至於兩性在壓力因應上是否有差異呢？有學者提出兩個假說，社會化假說（socialization hypothesis）及角色限制假說（role-constraint hypothesis）來說明兩性在因應上之差異，這兩個假說主要強調兩性是因社會角色及有關資源不同，而會傾向採取不同的因應方式（Howerton, 2005），因此推論女性較易採用情緒焦點因應及尋求支持，男性較易採用問題焦點因應及逃避因應。一些研究也証實不同性別在壓力之因應方式上確實有差異，男性傾向用問題焦點的因應，而女性較傾向用情緒焦點因應（Howerton, 2005; Matud, 2004）及較會尋求社會支持（Folkman & Lazarus, 1985;

Howerton, 2005)。因此本研究想探討兩性使用之壓力因應方式是否不同？過度使用情緒焦點及逃避因應者，是否會增加其網路沉迷之可能性？

另外，個體用了無效的因應後，不見得會沉迷網路，近來之研究指出孤單寂寞者較會上網打發時間、逃避憂鬱、焦慮及寂寞感，更易用網路來與朋友互動、調節其負向情緒及尋求情緒支持（Gross, Juvonen, & Gable, 2002; Morahan-Martin & Schumacher, 1999, 2003）。Davis（2001）即指出孤寂者若有不當之認知，認為只有在網路上才能得到別人的正面回應與肯定，離開網路沒人會喜歡他的，就較會依賴網路與人互動及抒解情緒，因而沈溺在網路上而難以自拔。因此，研究者好奇在壓力因應上無法有效解決問題者，是否會因孤寂感，而沉迷網路並形成惡性循環？孤寂感是否為因應與網路沉迷間之中介因素？而男女兩性在因應方式之差異，是否也會在這個中介作用上顯示出不同的影響路徑及效果？

## 文獻探討

### 一、網路沉迷

現代社會網路快速發展，運用網路帶給生活、學業等很多之便利，網路可以是我們得力之助手；但有些學生卻因自我控制力不夠而沉迷網路，因而影響其學業、人際及生活。Young（1996）最早提出網路沉迷此一現象嚴重性之資料，以提醒世人重視此一現象。在相近時間 Goldberg（1996）亦提出「網路成癮失調症」（Internet Addiction Disorder）的七點判定標準。但後來有許多學者認為用「成癮」（Addiction）一詞並不妥，如 Wallace（1999）認為這太容易造成貼上有病的標籤，容易使人產生偏見。且 Davis（2001）認為網路過度使用與生理上之藥物成癮之生理依賴不同，故不應視為是「成癮」，因此後來學者們大多將過度使用網路改為病態網路使用（pathological internet use, PIU）、有問題的網路使用（problematic internet use）、過度的網路使用（excessive internet use）、不適應的網路使用（maladaptive internet use）等用詞，以免太早將這些人貼上標籤。並將其定義為：因為網路的過度使用而造成困擾或造成身體、心理、人際、經濟及社會功能之影響。

大學生網路沉迷之比率有多少呢？目前之研究結果不太一致，但大約介於 6-14%（Gray & Gray, 2006）。如 Scherer（1997）調查了 531 個大學生的網路使用習慣，發現大約有 13% 的學生吻合網路濫用或倚賴的診斷。Greenfield（2000）以大學生為研究對象，用他們自編的診斷工具篩選，發現大約有 12% 的人達到電玩成癮的判準。Morahan-Martin 和 Schumacher（2000）研究的 277 名大學生樣本中，吻合高病態性網路使用診斷條件的學生約佔整體之 8.1%。國內游森期（2001）研究的 801 名大學生樣本中，大約有 7.2% 的人達到網路成癮的標準。陳淑惠（1999, 2000）之研究則認為約介於 5-10% 之間。周倩之研究則顯示約 5.9% 大學生沉迷網路（Chou, 2001）。方紫薇（2008）對大一學生之研究顯示一週使用網路時間在 71 小時以上，即每天平均 10 小時以上的重度使用者佔 6.1%。Huang（2006）研究結果顯示台灣大一新生有 7.2% 是沉迷於聊天，大約有 5.1% 是沉迷於網路電玩。

至於網路沉迷的性別差異，多數的研究結果支持網路沉迷是男性多於女性（方紫薇，2002；朱美慧，2000；周榮和周倩，1997；陳細鈿，2007；楊佳幸，2001；Anderson, 2001; Brenner, 1997; Morahan-martin & Schumacher, 2000; Scherer, 1997）。Scherer（1997）之研究大學生的網路濫用或倚

賴的，其中 71%是男性。Morahan-Martin 和 Schumacher (2000) 研究顯示大學生吻合高病態性網路使用診斷條件的，男學生約佔男生總數之 12.2%，女學生則佔女生總數之 3.2%。國內朱美慧 (2000) 之研究發現大專學生男生比女生容易在上網時間上失控，且在網路沉迷量表之平均亦顯著高於女生。

由上可知，過去之研究顯示大學男生在網路沉迷量表之分數顯著高於女生，但研究大多未針對男女兩性在上網之主要活動上有否差異進行研究。若由社會化假說及角色限制假說提到性別角色期望及性別角色刻板印象，影響兩性之社會化之觀點，女性重視人際關係，女性的自我概念常建構於關係中，和男性重視問題解決是不同的 (Howerton, 2005)。國內研究亦指出女性在親密性之人際互動高於男性，也較常使用 e-mail、MSN 等人際互動之媒介 (黃琪皎, 2007; 黃瓊慧, 2000; 楊佳幸, 2001)。同時，一些研究指出在網路電玩之沉迷男性高於女性 (朱美慧, 2000; 楊佳幸, 2001; Charlton & Danforth, 2007; Ko et al., 2005)。因此本研究推測大學生不同性別在使用不同網路媒介之時間是有差異的，男性花在打電玩之時數高於女性；而女性花在人際互動上之時間高於男性，若使用媒介有所不同，且對網路沉迷之預測有所不同，則兩性在網路沉迷之協助上，可針對其不同媒介發展出不同之協助策略。

## 二、網路沉迷與網路上之社會支持

社會支持與個人調適壓力及增進心理健康有極大的相關；過去研究指出人們有較多的社會接觸者會比社會接觸少者的心理更快樂及健康 (Cohen & Will, 1985)。社會支持有其各種不同之功能：(1) 情緒支持 (emotional support) 包括關懷、愛及同情；(2) 工具性支持 (instrumental support) 提供物質或行為上等實質之協助；(3) 資訊之支持 (information support) 提供解決問題之引導、建議、訊息或回饋；(4) 情感上之支持 (affectionate support) 表達愛或情感；(5) 陪伴 (social companionship) 包括花時間陪對方休閒娛樂 (Leung & Lee, 2005)。

若以心理健康的角度來看，Cohen 與 Will (1985) 曾指出社會支持影響心理健康的兩項作用在於：「直接效果假說」(direct effects hypothesis) 與「緩衝假說」(buffering hypothesis)。1. 直接效果：透過接納、服務和情緒支持，且藉由個人需求 (如：安全感、自尊、歸屬感、情感及社會肯定等) 的滿足，感受到充分之支持及有自我價值感，而直接提升個人的身心健康及幸福感，並減輕壓力對個人所造成的負面影響。2. 緩衝效果：對於身處壓力情境的個人，經由社會支持的獲得，以減緩壓力對個人所造成的衝擊，間接對個人的身心健康及生活產生正面的效果 (Eastin & LaRose, 2005)。

一些學者之研究亦顯示利用網路溝通可提供有意義的社會支持，網路支持降低其對生活之壓力感、憂鬱，並得到與他以往來自非網路一樣的社會支持力量 (Shaw & Gant, 2002; Tichon & Shapiro, 2003; Turner, Grube, & Meyers, 2001; Walther & Boyd, 2002)。Morgan 與 Cotten (2003) 之研究結果亦顯示大一新鮮人用網路與別人溝通的，比使用非溝通作用的網路媒介者，其憂鬱症狀較少，且知覺到獲得社會支持越高的，其憂鬱程度亦越低。可見利用網路來獲得社會支持有其效用。

但 Leung 與 Lee (2005) 之研究即指出使用網路活動時間與社會支持有顯著相關，Young (1998) 之研究指出網路依賴者主要是依賴聊天室、MUDs、e-mail 等，高度社會互動性的媒介，來與新認識的人做社交活動或交換意見、獲得社會支持感，但也很容易造成太依賴網路。因此若過度依賴網路來發展或獲得社會支持，很可能會有副作用，即造成沉迷於網路。我國近年之研究亦發現網路使用者最大的動機是「社會性動機」(蕭銘鈞, 1998)。在大學生使用之不同網路媒介中，社會

互動高的網路媒介與網路過度使用有很大之關係（朱美慧，2000；吳姝蓓，1996；周倩，1999；陳淑惠，1998；韓佩凌，2000）。也有研究指出女性較會尋求社會支持（Folkman & Lazarus, 1985; Howerton, 2005），且女性重視親密感，是否會因而較會運用人際互動之網路媒介，尋求情緒或情感上之支持？但網路沉迷之比率卻是男性比女性高，是否因網路之匿名性及不用面對面之特性，因而提供一個環境，允許男性能跳出性別刻板印象，更能開放的表達情緒、親密感及真心（Lanthier & Windham, 2004），也易從網路上獲得社會支持。但他們所知覺到的社會支持之內涵及程度會和女性有所不同嗎？因此本研究推測網路沉迷與網路上之社會支持有關；男女兩性在網路上所獲得之社會支持之內涵及程度上也有所不同。

### 三、網路沉迷與因應

在過去之研究中顯示因應在處理壓力之生活事件上扮演很重要的角色，且常是壓力及生理、心理健康間重要的中介或調節因素（Heppner, Witty, & Dixon, 2004）。一些研究顯示生活壓力在預測心理問題的起因上，只能解釋很少的變異（Goodman, Gravitt, & Kaslow, 1995; Liu, Tein, & Zhao, 2004），因此紛紛轉而研究有關的中介或調節因素，因應即是其中一個受重視之因素（Campas, Connon-Smith, Saltzman, Thomsen, & Wadsworth, 2001）。

一些研究發現不同性別在壓力之因應方式有差異，男性傾向用問題焦點的因應，而女性較傾向用情緒焦點因應（Cecen, 2008; Howerton, 2005; Matud, 2004）。也有研究顯示女性較會尋求社會支持（Cecen, 2008; Folkman & Lazarus, 1985; Howerton, 2005），有些研究亦顯示女性較會用逃避因應（Howerton, 2005; Matud, 2004）。國內楊雅惠（2003）以大四學生為對象的研究指出，男生較常採用消極問題焦點因應策略，女生較男生常採用消極情緒焦點因應策略。由以上國內外研究可知男女兩性在使用因應方式上是有差異的，男性傾向用問題焦點的因應，而女性傾向用情緒焦點因應。

有兩個假說用來說明兩性在因應上之差異，社會化假說及角色限制假說（Howerton, 2005）。社會化假說認為性別角色期望及性別角色刻板印象，影響兩性之社會化。如女性被教導要順從、依賴、親和且可以表達情緒，故女性較會用情緒焦點因應及尋求支持。男性則被教導要自主、自我肯定、目標取向，較不能表達弱點、沒能力、害怕等，故男性較被鼓勵用主動的問題焦點因應，男性若用情緒表達及尋求社會支持常不被鼓勵，故男性為掩飾其情緒，因而較會用否認及逃避之因應（Tamres, Janicki, & Helgeson, 2002）。角色限制假說則認為兩性著重的社會角色及面對之壓力源不同，而與角色有關的資源及機會亦隨之不同。因男性較在意工作，故男性較會用問題焦點因應。現代女性即使是在雙生涯家庭的，仍然比男性花較多時間在家事及照顧家人，且較在意人際之壓力源，故女性較會用情緒焦點因應及尋求社會支持（Howerton, 2005; Tamres et al., 2002），因此本研究推測不同性別在壓力下之因應策略會有所不同。

再者成癮行為的壓力-因應理論已經應用在酗酒及賭博成癮上，這個理論認為當個體有壓力時，使用有效的因應會促成健康的結果，若用無效的因應或缺乏因應技巧，則會造成上癮行為（Lightsey & Hulse, 2002; Wills et al., 2001）。一些研究指出當面對壓力時，高度使用情緒焦點及逃避-疏離因應的人，會增加其成癮的可能性（Chung et al., 2001; Wills et al., 2001）。有些研究發現情緒焦點之因應與酗酒或藥物濫用有顯著相關（Nyamathi, Stein, & Swanson, 2000; Unger et al., 1998）。有些研究發現逃避之因應與酗酒及藥物濫用有顯著相關（Windle & Windle, 1996）。Lightsey 和 Hulse (2002) 之研究顯示大學生在高壓力下，使用情緒焦點之因應與賭博成癮有顯著正相關，

而任務取向之因應與賭博成癮有顯著負相關。可見當面對壓力時，越使用情緒焦點及逃避因應的人，越會增加其成癮的可能性，但在網路沉迷上卻鮮少有人探討。因此本研究推測使用情緒及逃避因應者，會增加其網路沉迷的可能性，亦即情緒焦點及逃避因應可有效預測網路沉迷。若依社會化假說及角色限制假說之觀點來推論，女性之情緒焦點因應較能有效預測網路沉迷，而男性則可能是逃避因應可有效預測網路沉迷。

#### 四、網路沉迷與孤寂感

由上述引發上癮行為的假說上，認為當個體面對壓力時，過度使用情緒焦點及逃避因應的人，會增加其成癮的可能性，但成癮的方式有很多種類，何以會沉迷於網路？這可能與網路之特性有關，網路是現代社會收集資訊、娛樂及人際互動的重要工具，尤其它能讓人們的社會網路可以超越傳統的地理及社會界限。網路提供一個安全、低冒險的社交情境，匿名性及非面對面的互動，沒有視覺、聽覺之線索，沒有地位、名譽之線索且沒有身體、社交吸引力之象徵等。同時，上網溝通形成一種有歸屬感且被接納，又可控制其與別人之社交距離、親密感及友誼程度(Moore, 1995; Turkle, 1995)。因而，網路這種特殊的另類溝通方式，可能會吸引有人際需求者，上網溝通及與人交往互動。

Morahan-Martin 和 Schumacher (2000) 即認為網路是重度網路使用者之百憂解，當感到孤寂時，只要上網隨時都可以很快的得到別人正面之回應，解除其孤寂感，又可獲得所需的支持。Young 之研究就指出孤寂者在網路之任何時刻皆可有事做，而轉移其注意力，甚至找到真實生活中所缺乏的傾訴對象，但也容易因此沉迷於網路(Young, 1998; Young & Rogers, 1998)。Davis (2001) 也指出一般的病態網路使用(generalized pathological internet use, GPIU)者會依賴網路為唯一溝通管道，尤其社會孤立或缺少社會支持者，若抱持不適當之認知，如他認為只有在網路上才能得到別人的正面回應與肯定、尊重，離開網路沒人會喜歡他的，就較會依賴網路與人互動及抒解情緒，因而沈溺在網路上而難以自拔。

有一些研究也驗證了孤寂者較會上網打發時間、逃避憂鬱、焦慮及寂寞感，較容易利用網路來與朋友互動、調節其負向情緒及尋求情緒支持(Morgan & Cotton, 2003; Morahan-Martin & Schumacher, 2003)。國內郭欣怡(1998)之研究指出每周使用網路超過 20 小時以上者，其寂寞程度亦達顯著。蘇文進(2005)對高中職生之研究結果顯示越網路沉迷者越寂寞。方紫薇(2008)對大一學生進行研究，結果顯示對網路沉迷之預測，以孤寂感最能有效預測網路沉迷。由這些研究結果顯示網路沉迷與孤寂感有關，因此研究者推論當個體面對壓力時，過度使用情緒焦點及逃避因應的人，之所以會沉迷網路，可能是因其有孤寂感，且太依賴網路與人互動及抒解情緒，因而易沈溺在網路上而難以自拔。

有些實證研究顯示男性之孤寂感比女性高(陳冠中, 2002; 蔡鳳薇, 2006; Austin, 1983; Schultz & Moore, 1986)，網路沉迷之比率也是男性比女性高，本研究前面討論提到，若依社會化假說及角色限制假說之觀點來推論，女性之情緒焦點因應較能有效預測網路沉迷，而男性則可能是逃避因應可有效預測網路沉迷。因此，研究者好奇的是若採取情緒焦點及逃避因應者，是否會透過孤寂感之中介作用，而影響網路沉迷；而男女兩性是否會因在其在因應方式上之差異，因而在中介作用上亦顯示出不同的影響路徑及效果？

#### 五、綜合評述

綜合以上之資料，高速資訊網路對本世紀的人類生活，產生巨大的影響。網路的使用已經日漸普及，加上網路不但可以跨越地理位置之阻隔，且有去個人化、匿名性等特性，網路已成為 e 世代學生資訊、娛樂及互動之主要管道，人們之學習及人際溝通越來越倚賴網路，但在運用網路來協助生活、學業等過程中，有一部份的學生使用過當，自我控制力不夠，因而沉迷網路而影響其學業、人際及生活，因此有必要對網路沉迷之現象加以研究。但過去的研究並未加以探討兩性花在各種網路活動上的時間、網路社會支持、壓力的因應方式及孤寂感上有否不同？男女之各種網路活動上的時間、因應、孤寂感及網路社會支持對網路沉迷之預測有否差異？採取情緒焦點及逃避因應者，是否會透過孤寂感之中介作用，而影響網路沉迷？而兩性在此中介作用上是否所不同？故本研究根據前述之討論，擬定出下列的研究假設：

假設 1. 兩性在各種網路活動時間、網路社會支持、壓力的因應、網路沉迷及孤寂感的分數上有顯著差異。

假設 2. 兩性在有效預測網路沉迷之因素上是有所不同的。

假設 3. 採取情緒焦點及逃避因應者，會透過孤寂感之中介作用預測網路沉迷，且在影響途徑及效果上有性別差異。

## 研究方法

### 一、研究對象

本研究以大學生為母群，採叢集取樣的方法進行抽樣，本研究取樣後，經與學校教授聯繫後，由研究助理親自至該校並在徵求學生同意後進行班級施測。共施測台灣師範大學、交通大學、中央大學、輔仁大學、銘傳大學、朝陽大學及玄奘大學共七所學校，分別是化學系、資工系、外文系、國貿系、教育心理與諮商系及兩校修通識心理學（包含多系）之大學生。總計正式施測所得之問卷為 767 份，篩選無效問卷 15 份後，得有效問卷為 752 份，男生共 393 位（佔 52.3%），女生為 359 位（佔 47.7%）。其中大一共 231 位（佔 30.7%），大二為 208 位（佔 27.7%），大三共 196 位（佔 26.33%），大四共 115 位（佔 15.5%）。

### 二、研究工具

本研究量表前面有測（一）.背景資料: 包括性別及年級（二）.在網路上各項活動每周平均花費之時間包括: 一周平均花在社交互動、打電玩及從事非社交之活動之時間。題目為 1. 您一周平均花\_\_\_\_\_小時在網路上與人談話或交流（MSN、BBS、聊天室、ICQ、網路電話如 skype、E-mail 等）。2.您一周平均花\_\_\_\_\_小時在網路上打電玩。3.您一周平均花\_\_\_\_\_小時在網路從事非社交之活動（在網路上蒐集功課或工作所需要的資訊、設計程式、維護網頁或網站、購物或拍賣物品、看影片、逛網站等）。

本研究採用的測量工具包括四份量表，「中文網路成癮量表」、「網路社會支持量表」、「孤寂感量表」、「壓力因應量表」。其中「中文網路成癮量表」是陳淑惠（1999）編製，而「網路社會支

持量表」、「孤寂感量表」、「壓力因應量表」三個量表，則為研究者自編的量表。自編量表皆是在預試量表確定後，共施測 376 位大學生，然後進行項目分析、信度及效度考驗。項目分析採用七項指標（遺漏值應小於 5%、各題平均數介於全量表平均數正負 1.5 個標準差之間、標準差高於 0.7、偏態係數絕對值不接近或大於 1、極端值檢驗達顯著、項目-總分相關大於 0.3、因素負荷量大於 0.3）的數據來加以整體研判，再刪除指標未臻理想者。茲分述如下：

### （一）中文網路成癮量表（Chinese Internet Addiction Scale, CIAS）

本量表乃是陳淑惠（1999）綜合 DSM-IV 之各種成癮症狀與臨床個案之觀察，擬定了 26 個量表項目，涵蓋了下列幾個向度：1. 網路成癮症狀（IA-Sym）包括（1）成癮耐受性（Sym-T）、（2）強迫性上網行為（Sym-C）、（3）網路退癮症狀（Sym-W）三個分量表。2 網路成癮相關問題（IA-RP），包括（1）人際與健康問題（RP-IH）、（2）時間管理問題（RP-TM）兩個分量表。全量表之內部一致性係數為 .93，兩週之再測信度為 .83。各因素量尺之 Cronbach's  $\alpha$  介於 .79 與 .89 之間。其量表進行因素分析得到符合理論之因素結構，且可有效的篩選出網路沈迷者（陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋與楊品鳳，2003；Ko, Yen, Chen, Yen, & Chen, 2005）。

### （二）網路社會支持量表

本量表乃研究者自編，主要是依 Thoits（1982）社會支持之概念，訪談六位大學生，及參考 Leung 與 Lee（2005）依社會支持之功能設計之量表，內容包括 1. 情緒支持、2. 工具性支持、3. 資訊之支持、4. 情感上之支持、5. 陪伴五部份，因網路上之支持鮮少工具性支持，故去除工具性支持之題目，並配合網路上之特性，編了 30 個項目成為網路社會支持之預試量表。

作答方式採用 4 點量表方式作答，根據題目敘述，每題後面有 4 個選項，由受試者評估題目內容符合自己得到社會支持之頻率，頻率從「0%-25%的頻率（從未如此）」、「25%-50%的頻率（有時如此）」、「50%-75%的頻率（經常如此）」到「75%-100%的頻率（總是如此）」，計分方式依序從 1 至 4 分。預試量表確定後，進行項目分析，及信、效度考驗。項目分析根據上述分析指標的數據來加以整體研判，共刪除五題指標未臻理想者。

本量表先進行探索性因素分析，共得釐清問題與資訊提供、情緒支持與抒解、鼓勵接納共三個因素，共可解釋社會支持總變異量之 59.64%，其解釋總變異量依序是：第一個因素佔 21.28%，其題目之內容包括「和他/他們談過後，我比較清楚問題在那裏了」、「他/他們提供資訊或建議對我最有幫助」，比較是著重清楚問題在那裏、提供資訊、解決方法等，因此命名為「釐清問題與資訊提供」。第二個因素佔解釋總變異量之 19.93%，其題目內容偏向情緒支持與抒解，包含減輕不安、痛苦、忘掉煩惱等，如「他/他們降低了我的不安，讓我有安全感」、「他/他們花相當多時間陪我一步步渡過低潮」，因此乃命名為「情緒支持與抒解」。第三個因素能解釋 18.42%之總變異量，其題目內涵是包含關懷、鼓勵、肯定等，如「他/他們真心關懷我、鼓勵我」、「他/他們會耐心的聽我傾訴心曲」、「他/他們會表達對我的肯定」，故將第三個因素命名為「鼓勵接納」。

三個分量表之題數分別為 1.「釐清問題與資訊提供」11 題；2.「情緒支持與抒解」7 題；3.「鼓勵接納」7 題。全量表之內部一致性係數 Cronbach's  $\alpha$  為 .96。三個分量表之 Cronbach's  $\alpha$  係數，1.「釐清問題與資訊提供」為 .92；2.「情緒支持與抒解」為 .88；3.「鼓勵接納」為 .88。

為更確定其建構效度，乃將三個因素再進行驗證性因素分析，以 LISREL 8.54 進行分析；結果  $\chi^2$  (263,  $N=376$ ) = 483.32,  $p < .01$ ，因為卡方值易受樣本數影響，所以 Kline（1998）建議卡方值與自由度比值若低於 3，則模式可視為適配，本量表卡方值與自由度比值為 1.83，為可接受之模型。另外其他適配指標為  $GFI = .907$ ,  $NFI = .985$ ,  $NNFI = .992$ ,  $RMSEA = .047$ ,  $SRMR = .033$ ，可以發現

各項指標均符合要求 ( $GFI > .90$ ,  $NFI > .95$ ,  $NNFI > .95$ ,  $RMSEA < .05$ ,  $SRMR < .05$ )，整體而言，本量表的因素結構佳 (Kelloway, 1998; Kline, 1998)。

### (三) 孤寂感量表

本量表參考 UCLA 寂寞量表，並由半結構訪談 6 位大學生，蒐集到一些生活中之孤寂感、寂寞之內容，編製成預試量表題目。預試量表確定後，進行項目分析、信度及效度考驗。量表之題數為 9 題，如「即使和別人在一起，大部份時間我還是覺得孤獨」、「我的生活不會孤寂感，因為有人常常會關心我」等。

作答方式採 4 點量表方式作答，根據題目敘述，每題後面有 4 個選項，依序為 1、2、3、4，表示符合程度之百分比，即 1-符合程度為 1-25%，2-符合程度 26-50%，3-符合程度 51-75%，4-符合程度 76-100%。本量表之信度，Cronbach's  $\alpha$  係數為 .80。建構效度是進行驗證性因素分析，採用 LISREL 8.54 進行分析； $\chi^2 (23, N=376) = 44.88$ ,  $p < .01$ ，本量表之卡方值與自由度比值為 1.95，為可接受之模型。其他適配指標為  $GFI = .974$ ,  $NFI = .966$ ,  $NNFI = .973$ ,  $RMSEA = .05$ ,  $SRMR = .036$ ，可以發現各項指標均符合要求 ( $GFI > .95$ ,  $NFI > .95$ ,  $NNFI > .95$ ,  $RMSEA < .05$ ,  $SRMR < .10$ )，整體而言本量表的因素結構佳。

### (四) 壓力因應量表

本量表主要測量受試者在遭遇壓力、挫折或困擾問題時，為去除壓力以達心理平衡，所採取的處理態度與方法。研究者參考 Connor-Smith、Compas、Wadsworth、Thomsen 和 Saltzman (2000) 之因應量表修編而成。

作答方式採用 4 點量表方式作答，根據題目敘述，每題後面有 4 個選項，由受試者評估題目內容符合自己因應策略的使用頻率包括「從未使用」、「有時使用」、「經常使用」及「總是使用」，計分依序為 1 到 4 分。項目分析後再以主成分因素分析法進行因素分析，作為構念效度之考驗，共得問題焦點、情緒焦點、逃避因應、尋求協助共四個因素，四個因素共可解釋因應策略總變異量之 45.91%，其解釋總變異量依序是：第一個因素佔 20.61%，其題目之內容包括「試著從不同的角度來看事情，找出它的益處」、「想想是否還有其他方法可以處理此事件」比較是著重問題解決方面等，因此命名為「問題焦點」。第二個因素佔解釋總變異量之 11.83%，其題目內容偏向情緒抒解，包含減輕不安、痛苦、忘掉煩惱等，如「用宗教的方法調整情緒（禱告、念佛、讀經等）」、「我會藉由喝酒讓自己放鬆或比較容易入睡」，因此命名為「情緒焦點」。第三個因素能解釋 7.27% 之總變異量，其題目內涵包含「我假裝這事不曾發生過」、「不管它，讓時間去改變一切」、「找許多事情讓自己忙碌，就可以不去想它」，故將第三個因素命名為「逃避因應」。第四個因素能解釋 6.20% 之總變異量，其題目內涵包含「找親朋好友討論如何解決問題」、「向別人傾訴心理的感受，以得到情感上的支持」、「找與我有類似經驗的人互相交換心得與訊息」，故將第四個因素命名為「尋求協助」。

全量表之內部一致性係數 Cronbach's  $\alpha$  為 .80。四個分量表之題數及 Cronbach's  $\alpha$  係數，分別為 1. 「問題焦點」10 題及  $\alpha$  為 .84；2. 「情緒焦點」5 題  $\alpha$  為 .73；3. 「逃避因應」5 題及  $\alpha$  為 .63；4. 「尋求協助」3 題及  $\alpha$  為 .66。

為更確定其建構效度，乃將四個因素再進行驗證性因素分析，以 LISREL 8.54 進行分析； $\chi^2 (219, N=376) = 419.45$ ,  $p < .01$ ，本量表卡方值與自由度比值為 1.91，為可接受之模型。另外其他適配指標為  $GFI = .91$ ,  $NFI = .91$ ,  $NNFI = .95$ ,  $RMSEA = .049$ ,  $SRMR = .05$ ，可以發現各項指標均符合要求 ( $GFI > .90$ ,  $NFI > .90$ ,  $NNFI > .95$ ,  $RMSEA < .05$ ,  $SRMR < .10$ )，整體而言本量表的因素結構尚佳。

### 三、研究步驟

本研究之實施過程，分為編製、預試、取樣及實施調查。將半結構深度訪談的資料整理後，隨即完成預試之問卷。並進行項目分析及信效度考驗。然後進行抽樣。在協調聯繫後，再至各校並在徵求學生同意後進行班級施測，於施測後再進行問卷的資料分析。

### 四、資料分析

當資料蒐集完成後，隨即將所得之每筆資料進行檢查，剔除資料不合者，然後以 SPSS window 10.0 版進行統計。首先為瞭解兩性在各種網路活動上的時間、網路社會支持、壓力的因應、網路沉迷及孤寂感上之差異。乃進行  $t$  檢定及多變項變異數分析；為了解各變項間之關係乃進行 Pearson 積差相關統計；接下去為分別檢視兩性有效預測網路沉迷之因素，乃分別進行多元逐步迴歸。最後為檢證男女兩性之因應策略與孤寂感對網路沉迷之影響模式，乃以 LISREL 8.54 進行結構方程模式 (structure equation modeling) 之分析。

## 研究結果

### 一、假設 1：兩性在各變項上之差異

為瞭解兩性花在各種網路活動上的時間、網路上獲得之社會支持、壓力因應、網路沉迷及孤寂感上之差異。乃進行  $t$  檢定及多變項變異數分析，其結果如表 1：性別在使用網路時間上只有在一周總時數及打電玩時間達顯著差異， $t$  分別為 3.52 及 8.99 ( $p < .01$ )，是男生顯著高於女生。在網路沉迷總分上達顯著差異， $t$  為 5.88 ( $p < .01$ )，男生顯著高於女生。在網路沉迷核心症狀及相關問題方面，多變項檢定  $Wilks' \lambda$  為 .924， $F(1, 750) = 30.61$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .076$ ，由單變項分析顯示網路沉迷核心症狀及相關問題之分數上達顯著差異， $F(1, 751) = 16.81$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .022$ ； $F(1, 751) = 54.76$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .068$ ，皆為男高於女。

兩性在孤寂感分數上達顯著差異， $t$  為 4.03 ( $p < .01$ )，是男生顯著高於女生。在壓力因應方面，多變項檢定  $Wilks' \lambda$  為 .936， $F(1, 750) = 12.86$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .064$ ，由單變項分析顯示除了情緒焦點外，其他皆達顯著差異，其中問題焦點， $F(1, 751) = 4.86$ ， $p < .05$ ， $\eta^2 = .009$ ，是男高於女。而逃避因應及尋求支持， $F(1, 751) = 8.53$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .011$ ； $F(1, 751) = 18.66$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .024$ ，則是女高於男， $F$  分別為 8.53 及 18.66。在網路社會支持方面，多變項檢定  $Wilks' \lambda$  為 .953， $F(1, 750) = 12.38$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .047$ ，由單變項分析顯示情緒支持與抒解及鼓勵接納之分數上達顯著差異， $F(1, 751) = 14.40$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .019$ ； $F(1, 751) = 18.23$ ， $p < .01$ ， $\eta^2 = .024$ ，皆為女高於男。

表 1 兩性在各量表上之平均數、標準差與差異檢定

性別		網路使用時間				孤寂感	沉迷總分
		人際互動	一周電玩	非社交時	一周總時		
男	M	12.05	6.44	16.79	35.29	19.82	55.32
(N=393)	SD	13.72	10.79	17.79	30.69	4.73	14.16
女	M	12.57	1.05	14.68	28.30	18.46	48.93
(N=359)	SD	12.56	3.70	13.33	22.68	4.47	15.61
<i>t</i>		-.54	8.99**	1.83	3.52**	4.03**	5.88**
性別		壓力的因應				網路成癮 核心症狀	網路成癮 相關問題
		問題焦點	情緒焦點	逃避因應	尋求協助		
男	M	28.26	6.81	11.29	8.17	30.50	24.82
(N=393)	SD	4.56	2.39	2.61	1.74	8.33	6.86
女	M	27.48	6.70	11.84	8.72	27.84	21.09
(N=359)	SD	5.05	2.06	2.56	1.75	9.44	6.94
<i>F</i>		4.86*	.41	8.54**	18.66**	16.81**	54.76**
性別		網路社會支持				網路支持 總分	
		釐清問題 資訊提供	情緒支持 與抒解	鼓勵接納	網路支持		
男	M	31.94	20.58	21.19	73.71		
(N=393)	SD	6.16	4.15	4.01	13.44		
女	M	32.52	21.76	22.41	76.69		
(N=359)	SD	6.56	4.35	3.76	13.71		
<i>F</i>		1.60	14.40**	18.24**	-2.80**		

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

註：網路之一周平均使用時間分人際互動、打電玩及非社交活動時間三個分量表；壓力因應方面分問題焦點、情緒焦點、逃避因應及尋求支持四個分量表；網路社會支持方面分釐清問題資訊提供、情緒支持與抒解及鼓勵接納三個分量表。

## 二、假設 2：對網路沉迷程度之預測

在探討各變項對網路沉迷之預測因素前，先檢視各變項間之關係，乃進行 Pearson 積差相關統計，結果如下表所示。

表 2 各量表分數之相關

	孤寂感	問題 焦點	情緒 焦點	逃避 因應	尋求 協助	釐清問題 資訊提供	情緒支持 與抒解	鼓勵 接納	沉迷 總分	網路使用 總時數
1. 孤寂感		-.203**	.270**	.155**	-.173**	-.274**	-.272**	-.305**	.461**	.071
2. 問題焦點	-.164**		.073	.254**	.463**	.411**	.335**	.292**	-.009	.079
3. 情緒焦點	.299**	-.057		.209**	.056	.025	-.012	-.035	.273**	-.020
4. 逃避因應	.244**	.228**	.240**		.157**	.153**	.187**	.109*	.243**	.040
5. 尋求協助	-.142**	.376**	.044	.147**		.387**	.444**	.396**	.076	.074
6. 釐清問題	-.148**	.248**	.061	.165**	.411**		.828**	.764**	-.062	.046
7. 情緒支持	-.176**	.239**	.058	.179**	.428**	.845**		.817**	-.003	-.035
8. 鼓勵接納	-.214**	.198**	.028	.124*	.419**	.796**	.814**		-.055	-.075
9. 沉迷總分	.429**	-.033	.222**	.217**	.077	.027	.053	.045		.252**
10. 總時數	.011	.015	-.003	.059	.047	.076	.077	.040	.227**	

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

註：下三角為男生之相關；上三角為女生之相關。

由上表結果可知，網路沉迷與孤寂感之相關最高，男女生分別為  $r = .429$  及  $.461$  ( $p < .01$ )，其次是與網路使用總時數 ( $r = .227$  及  $.252$ )、因應行為之情緒焦點 ( $r = .222$  及  $.273$ ) 及逃避因應 ( $r = .217$  及  $.243$ )，皆達  $.01$  之顯著相關，但與尋求協助及三個知覺到的網路社會支持分數皆未達顯著相關。孤寂感與問題焦點、尋求協助、三個知覺到的網路社會支持皆達顯著的負相關，而與情緒焦點及逃避因應達顯著正相關 ( $p < .01$ )。知覺到的網路社會支持三個分量表與因應行為之尋求協助之相關最高 (由  $.387$  至  $.444$ )；與因應行為的釐清問題、逃避因應亦皆達  $.01$  之顯著相關，但與情緒焦點之因應則未達顯著相關。

本研究為探討男女兩性有效預測其沉迷之因素分別為何？乃以網路沉迷總分為依變項，並以使用各項網路活動之一周平均花在人際互動、打電玩、非社交性互動 (3 項)、各項因應 (4 項) 及孤寂感之量表分數，共八個變項來進行多元逐步迴歸分析 (網路社會支持皆未達顯著相關，故不加入預測)，其結果如表 3 所示：

表 3 各變項對沉迷程度預測之迴歸分析

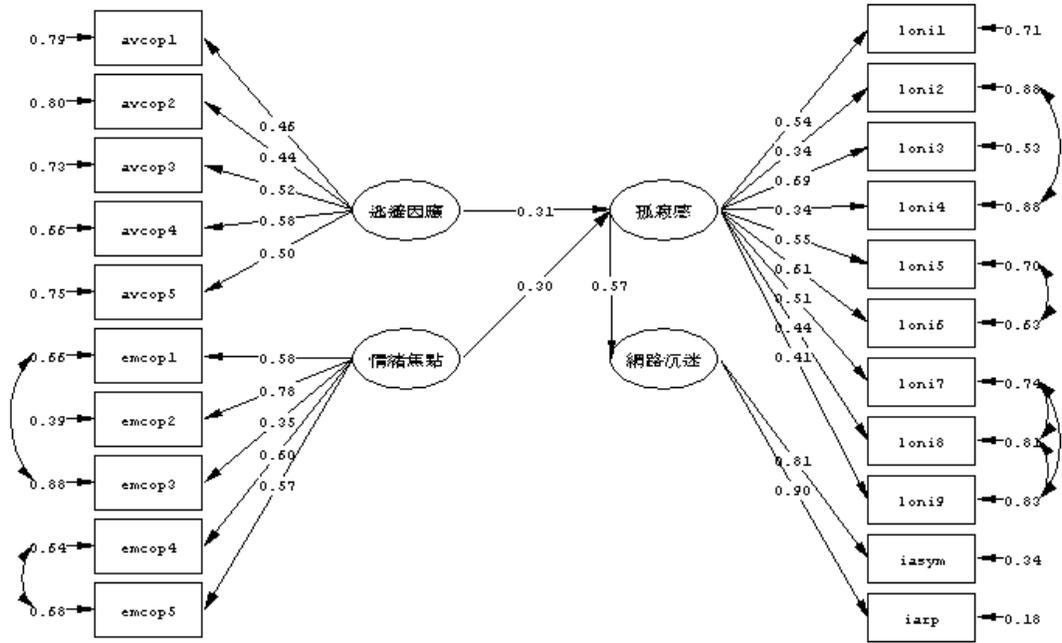
性別	步驟	投入變項順序	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> change	β 係數	t	p
男生	1.	孤寂感	.429	.184	.184	.388	8.31***	.000
	2.	一週平均打電玩時數	.463	.214	.030	.174	3.95***	.000
	3.	一週平均人際互動時數	.492	.242	.027	.160	3.66***	.000
	4.	逃避因應	.504	.254	.012	.096	2.10*	.037
	5.	情緒焦點	.511	.261	.007	.092	1.98**	.049
女生	1.	孤寂感	.461	.212	.212	.387	8.39***	.000
	2.	一週平均人際互動時數	.498	.248	.036	.190	4.31***	.000
	3.	逃避因應	.528	.278	.031	.143	3.15**	.002
	4.	一週平均打電玩時數	.547	.299	.021	.136	3.07**	.002
	5.	情緒焦點	.561	.314	.015	.130	2.79**	.006

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

由表 3 結果可知：整體而言，各變項可以有效的預測網路沉迷總分，男女皆以孤寂感最能有效預測網路沉迷總分，預測之變異量分別佔 18.4%及 21.2%，其  $\beta$  值分別為 .388 及 .387，表示其越有孤寂感者越會網路沉迷；男性方面，其五個變項之預測總變異量為 26.1%，女生方面，其五個變項之預測總變異量為 31.4%。在有效之預測變項中，除了孤寂感外，其次之預測變項在男生是一週平均打電玩時數，在女生方面則是一週平均人際互動時數；由上表顯示男女兩性之一週平均人際互動及打電玩之時數，皆可有效預測網路沉迷；因應各變項中之逃避因應及情緒焦點，皆可有效預測男女兩性之網路沉迷；另外，非社交性互動、問題因應及尋求協助則未能有效的預測網路沉迷。

### 三、假設 3：兩性之因應與孤寂感對網路沉迷之影響

由上面相關及預測之結果皆顯示孤寂感、逃避因應及情緒焦點皆與網路沉迷有顯著相關，為探討高度使用情緒焦點及逃避因應者，是否會透過孤寂感，而影響網路沉迷之程度。亦即孤寂感是否為因應方式與網路沉迷間之中介因素？男女兩性在這個影響網路沉迷之中介作用上是否也會有差異？乃進行模式之驗證，其結果如圖 1 及圖 2 所示：



Chi-Square=312.35, df=178, P-value=0.00000, RMSEA=0.044

圖 1 男性因應與孤寂感對網路沉迷之影響模式圖

由圖一結果顯示男性在因應與孤寂感對網路沉迷之影響模式之適配度考驗， $\chi^2(178, N=392) = 312.35, p < .01$ ，本量表卡方值與自由度比值為 1.75，為可接受之模型。另外其他適配指標為  $GFI = .929, NFI = .917, NNFI = .956, RMSEA = .044, SRMR = .057$ ，可以發現各項指標均符合要求 ( $GFI、NFI、NNFI$  皆大於 .90， $RMSEA < .05, SRMR < .10$ )，可見此模式符合要求。由影響路徑觀之，逃避因應與情緒焦點皆可直接影響孤寂感，其路徑係數分別為 0.31 ( $t = 3.94$ ) 及 0.30 ( $t = 4.05$ )，皆達 .01 之顯著水準。孤寂感亦可直接影響網路沉迷，其路徑係數為 0.58 ( $t = 6.83$ )，逃避因應與情緒焦點皆無法直接影響網路沉迷，其  $t$  值未達顯著水準，因此，逃避因應與情緒焦點皆須透過孤寂感來產生影響，其間接效果係數分別為 0.18 及 0.17。

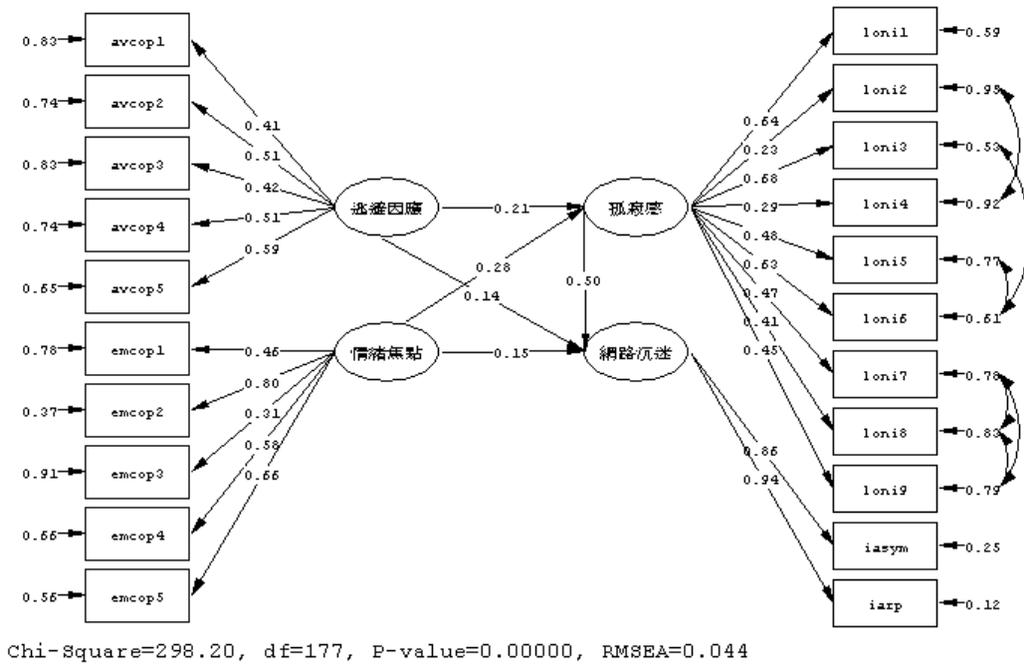


圖 2 女性因應與孤寂感對網路沉迷之影響模式圖

由圖 2 結果顯示女性在因應與孤寂感對網路沉迷之影響模式之適配度考驗， $\chi^2(177, N=357) = 298.20, p < .01$ ，本量表卡方值與自由度比值為 1.68，為可接受之模型。其他適配指標為  $GFI = .927$ ， $NFI = .907$ ， $NNFI = .949$ ， $RMSEA = .044$ ， $SRMR = .059$ ，可以發現各項指標均符合要求 ( $GFI$ 、 $NFI$ 、 $NNFI$  皆大於 .90， $RMSEA < .05$ ， $SRMR < .10$ )，可見此模式符合要求。由影響路徑觀之，逃避因應與情緒焦點皆可直接影響孤寂感，其路徑係數分別為 0.21 ( $t = 2.54$ ) 及 0.28 ( $t = 3.63$ )，皆達 .01 之顯著水準。孤寂感亦可直接影響網路沉迷，其路徑係數為 0.50 ( $t = 6.44$ )，逃避因應與情緒焦點皆可直接影響網路沉迷，其路徑係數分別為 0.14 ( $t = 2.02$ ) 及 0.15 ( $t = 2.40$ )，皆達 .01 顯著水準。逃避因應與情緒焦點亦可透過孤寂感來產生影響，其間接效果係數分別為 0.11 及 0.14，其總影響效果分別為 0.25 及 0.29。

## 討論與建議

### 一、假設 1：各變項之性別差異

本研究假設 1 探討兩性在各種網路活動時間、網路社會支持、壓力的因應、網路沉迷及孤寂感的分數上是否有顯著差異。結果顯示男性在使用網路時間上之一周總時數及打電玩時間、在網路沉迷分數上（總分、網路沉迷核心症狀及相關問題）、孤寂感及問題焦點因應上，皆顯著高於女

性。而女性在逃避因應、尋求支持及在網路社會支持之情緒支持與抒解、鼓勵接納之分數上，皆顯著高於男性。在人際互動時數、非社交互動時數、情緒焦點因應及網路社會支持之釐清問題資訊提供之分數上，則未達顯著差異，因此假設 1 獲得部份支持。

與過去研究一致的包括孤寂感、網路沉迷及壓力因應方式之分數。本研究顯示男性之孤寂感比女性高，與陳冠中（2002）、蔡鳳薇（2006）及 Schultz 和 Moore（1986）等之研究結果一致。在網路沉迷與網路使用方面，男性在使用網路時間上之一周總時數及網路沉迷分數上（總分、網路沉迷核心症狀及相關問題），皆顯著高於女性，此結果和多數的研究結果包括方紫薇（2002）、朱美慧（2000）、楊佳幸（2001）、Anderson（2001）、Morahan-martin 和 Schumacher（2000）等之研究一致，支持網路沉迷是男性多於女性。男性在打電玩時間上顯著高於女性，此結果和國內外一些研究一致（朱美慧，2000；楊佳幸，2001；Charlton & Danforth, 2007; Ko et al., 2005）。但在人際互動之使用時數上兩性未達差異，未符合本研究之預測，可能之原因是網路對男性而言反而是其去與人互動的有利工具，有研究指出男性較易透過網路認識網友，進而與網友有較良好的互動（黃琪皎，2007）。研究者與男性大學生接觸之經驗，亦常發現男學生與別人面對面時，常拙於言詞或表達情感，但在網路上常很主動的找人互動，故男性亦如同女性一樣，常使用網路進行人際互動，故這方面之使用時間兩性未有差異。

在壓力因應方面，男性在問題焦點之因應顯著高於女性。而女性在逃避因應及尋求支持之分數上，皆顯著高於男性。此結果和一些研究發現一致，如男性傾向用問題焦點的因應（楊雅惠，2003；Howerton, 2005; Matud, 2004）；女性較會尋求社會支持（Folkman & Lazarus, 1985; Howerton, 2005）；女性較會用逃避因應（Howerton, 2005；Matud, 2004）。本研究兩性在情緒焦點之因應未達顯著，與過去之研究（楊雅惠，2005；Howerton, 2005; Matud, 2004），女性較傾向用情緒焦點因應之研究結果不一致。可能之原因是不同的壓力源用不同的因應方式會有不同結果（Hussong, 2003），本研究並未針對特定之壓力源，混合了不同之結果。另外 Campas 等人（2001）指出過去之研究界定情緒焦點之範圍太廣，包括放鬆、由別人處得到情緒支持、寫下內心之情緒、希望問題消失、壓抑情緒、自責、幽默、社交退縮、否認、使用酒精或藥物、宗教、認知或行為之分心等皆是，而每個研究使用之內涵不同，因此易造成不同之研究結果。

在網路社會支持方面，女性在網路上知覺到的社會支持中，情緒支持與抒解、鼓勵接納兩個分量表之分數，皆顯著高於男性，但在釐清問題與資訊提供此分量表之分數，則未達顯著差異。這可能與兩性之社會化有關，女性被教導可以依賴且可以表達情緒，故女性較會尋求社會支持，且因情緒有表達出來也較易得到支持、鼓勵與接納。反之，男性則被教導要自主，不能表達弱點、情緒等，故男性較少表達情緒，甚至掩飾其情緒，情緒沒有表達出來也較不易得到支持、鼓勵與接納，或者因男女兩性網路沉迷所偏重之活動不同，男性較易沉迷於電玩，故較不易知覺到情感上之社會支持。而在釐清問題與資訊提供此分量表之分數，未達顯著差異，則可能是兩性皆善於利用網路來釐清問題與獲得資訊，故未達顯著差異。

## 二、假設 2：對網路沉迷之預測

本研究假設 2 推論兩性在有效預測網路沉迷之因素上是有所不同的。研究結果顯示兩性有效預測網路沉迷之變項是一致的，但次序不同，兩性皆以孤寂感最能有效預測網路沉迷。本研究之孤寂感是測生活中之孤寂感，一些研究顯示在生活中感到孤寂者，較孤單與無聊，因而促使他們會去上網，以隨時隨地有事做且可以得到快速回饋（Cummings, Sproull, & Kiesler, 2002; Gross et al.,

2002)。除了孤寂感為最有效之預測變項外，其次之預測變項在男性是打電玩時數，在女性則是人際互動時數。本研究結果男性在打電玩時間顯著高於女性，且對網路沉迷總分之預測上，第二個預測變項在男生是一週平均打電玩時數，在女生方面則是一週平均人際互動時數；顯示男女兩性網路沉迷所偏重之活動可能有所不同，因此在協助及和他們互動時，應依其所關注的網路使用媒介之不同而不同。

情緒焦點及逃避因應與網路沉迷達顯著相關，且能有效預測網路沉迷；問題焦點與尋求協助兩種因應與網路沉迷未達顯著相關，此結果符合成癮行為的壓力-因應理論及本研究之假設，即當面對壓力時，高度使用情緒焦點及逃避因應者，會增加其網路沉迷的可能性（Chung et al., 2001; Wills et al., 2001）。研究者在與沉迷網路之學生晤談時，他們亦談到自己因功課或人際（包括情感、社團、室友等）碰到困境就逃避問題，或上網去抒解情緒，但上網時間常超過預期，而常曠課，缺課幾次後也想法振作，嘗試回去上課又發現聽不懂、跟不上進度，很自責也很焦慮，加上很少與同學相處，因而與同學不熟，就不好意思請求幫助，但面對課業的壓力或同時加上其他方面之壓力，又更令其感到焦慮及無力，而促使他們不由自主的又上網去逃避這壓力，因而難以跳脫此惡性循環，有鑒於此，我們更應針對傾向使用情緒焦點及逃避因應的大學生，在其壓力因應之能力上加以訓練，讓他們學會如何使用更有效且更積極的方式因應壓力。

網路社會支持三個分量表與網路沉迷無顯著相關，此結果與本研究之預期不符，知覺自己有較高的網路社會支持者，不會因想獲得社會支持而沉迷網路，此結果可能之解釋，可依完形心理治療理論之未竟事物觀點來看，需求在得到滿足後，其形象即退到背景中。若需求的滿足過程中被干擾，而無法形成完形，則我們常會滯留在未完的情境中，這些未完成的情境會一再的催促我們去完成它們（Corey, 2005），知覺自己有較高的網路社會支持者，感受到需求已滿足了，故他們不需繼續要由網路上得到滿足。

另外，本研究知覺網路上之社會支持之題目，是問受試者在網路上知覺到好友的社會支持，而方紫薇（2008）之研究顯示由不同來源所感受到之社會支持是不同的，且本研究未探討因不同的問題所尋求的社會支持對象有否不同？那些議題是向原來之緊密之親人或朋友中尋求支持，那些議題是向不熟悉的對象尋求支持？因此筆者認為未來之研究可以探討兩性上網談話之主題不同，所尋求之社會支持來源是否有所差異？是否會因互動主題及支持來源不同，影響其所知覺之社會支持之程度。

### 三、假設 3：因應方式透過孤寂感之中介作用對網路沉迷之影響

本研究假設 3.推測採取情緒焦點及逃避因應者，會透過孤寂感之中介作用預測網路沉迷，且在影響途徑及效果上有性別差異。結果顯示兩性之逃避因應及情緒焦點因應皆會透過孤寂感之中介作用，而沉迷網路；但女性之逃避因應及情緒焦點之因應對沉迷於網路亦有直接效果。基於上述實證研究結果，更可以確定不適當的因應，會因孤寂感之中介，而沉迷網路。此結果在協助網路沉迷者上，將是相當重要之啓示，在協助網路沉迷者，應著重孤寂感之處理。

本研究之孤寂感是測生活中之孤寂感，一些研究顯示在生活中感到孤寂者，較孤單與無聊，因而促使他們會去上網，以隨時隨地有事做且可以得到快速回饋（Cummings et al., 2002; Gross et al., 2002）。誠如 Morahan-Martin 和 Schumacher（2000）所言網路是重度網路使用者之百憂解，當感到孤寂時，只要上網隨時都可以很快的得到別人正面之回應。但如前面所述，若生活中缺乏社會支持或有孤寂感者容易上網尋求社會支持，而方紫薇（2008）之研究又指出高孤寂感者比低孤寂感

者知覺自己得到各項之社會支持較少，且覺得較不被接納了解，因為其感受不到支持之力量，讓其更有孤獨感，有孤寂感又更想上網，因此而沉迷網路並陷入惡性循環中。因此生活中有高孤寂感者是值得教師、諮商師及家長加以關注及協助之個體。如何協助他們降低孤寂感，是值得著力的地方，包括如何運用各項活動，來幫助大學生有各種互動機會、增進彼此之熟悉度、學習如何與人互動，尤其如何與人建立親密之好友或異性關係，以滿足其需求。

另外，Morahan-martin (1999) 指出為什麼孤寂者會沈溺在網路上，他們發現孤寂者傾向缺乏社會技巧及易有認知扭曲，可能與他們較有社交焦慮、較自我意識、對被拒絕敏感、社交技巧較差、在關係中較少有親密感及自我表露有關。故教師或諮商師等亦可觀察及找出內向、社交焦慮、不善與人交往之學生，評估是缺乏社交技巧，或互動時易有認知上之曲解，針對其特性以認知行為治療技術加以協助之。

本研究顯示男性在打電玩時間及孤寂感上，皆顯著高於女性，Huang (2006) 針對台灣 174965 位大一學生之研究，指出沉迷於電玩之學生是更孤寂且缺乏社交技巧的。而陳麗婉 (1989) 之研究指出有適宜自我坦露者其孤寂感較低，因從小社會化之影響，男性較不能表達情緒及尋求社會支持，故男性較少有自我坦露之機會，但拜網路之賜，研究者發現不少男學生會在 e-mail、部落格或 MSN 上表達出不少豐富情感之語句，誠如 Lanthier 和 Windham (2004) 所言，網路提供一個環境，允許男性更能開放的表達情緒、親密感，但沉迷電玩之男學生，可能比女學生或沉迷於網路人際互動者，可能較少有機會表達內在情感，其孤寂感不易被照顧到，因此對沉迷於網路電玩之男學生，我們更須去關注其孤寂感，並加強其社交技巧，尤其如何由親密關係中，去滿足其被關懷、支持等需求。

兩性在逃避及情緒焦點因應透過孤寂感對網路沉迷之影響作用上是有差異的，男性主要是透過孤寂感之中介，而沉迷於網路；但女性除了透過孤寂感之中介外，亦會因其採取逃避因應及情緒焦點之因應方式，而沉迷於網路。顯示出女性採這兩類因應者對網路沉迷有直接效果，因此在協助女性網路沉迷者，即使其孤寂感不高，但傾向使用這兩類因應方式者，亦值得加以注意，可直接由壓力因應方式上著力，加以協助其學會更有效的壓力因應方式。

#### 四、本研究之限制

本研究在對網路沉迷之預測上，男性之預測總變異量為 26.1%，女生為 31.4%，表示還有其他因素之影響。研究者認為將來之研究可能還需要考慮一些因素：如考慮個體之人格特質：Amichai-Hamburger (2002) 之研究結果發現神經質易造成孤獨，而孤獨促使其去用網路與人社交。Ko 等人 (2005) 之研究男性低自尊者易沉迷於電玩，並於電玩中尋求成就感及交朋友。或家人關係：如 Wolak、Mitchell 和 Finkelhor (2003) 之研究發現青少年中女生與父母有衝突的，男生與父母之溝通低的，較容易在網路上尋求親密關係而沉迷網路，故未來仍可再探討有關之個人因素及家庭因素。

沉迷於那種網路活動值得再細分，並分別進行深入研究，如 Morahan-Martin 和 Schumacher (2000) 也指出男性青少年有較高的網路使用需求通常是因為其較喜歡使用網路遊戲、網路色情以及網路賭博等網路相關活動。國內研究楊佳幸 (2001) 針對大學生的研究調查發現，在電子郵件的使用上，女性的使用情形明顯比男性為多，而下載軟體、網路連線遊戲及上色情網則是男性投入情形明顯多於女性，但本研究只分社交互動、打電玩及從事非社交之活動之時間，因此未來之研究可針對沉迷於不同網路活動者，去探討性別差異及為何沉迷於不同之網路活動。

另外，本研究為橫斷性研究，較無法了解沉迷過程之變化及一些因果關係，將來仍待更多之研究，如進行長期縱貫研究以更了解沉迷電玩及人際互動者，其因孤寂感而長期持續在網路上互動，會產生什麼變化？沉迷在不同媒介者其變化有否差異？或進行質化研究，以釐清兩性在情緒焦點及逃避因應方式上及透過孤寂感造成網路沉迷之更細節之內涵或變化歷程上之差異。

本研究之限制是請受試者自陳網路使用時間，但自陳使用時間可能會有記憶之誤差，將來之研究可請資訊工程之專家協助，設計一個程式來記錄受試之上網使用時間，以得到各項上網活動之明確使用時間，且記錄其尋求支持對象、得到那方面之支持以及對此支持之滿意度等，以得到較立即性且較精確之資料。

### 參考文獻

- 方紫薇 (2002)：高低網路沉迷者在自我認同、情緒調整及人際互動上之差異。**中華心理衛生學刊**，15 (2)，65-97。
- 方紫薇 (2008)：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**，21 (2)，139-168。
- 朱美慧 (2000)：我國大專學生個人特性、網路使用行為與網路沉迷關係之研究。大葉大學資訊管理研究所碩士論文。
- 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 (編號：NSC87-2511-S-009-013-N)。
- 周榮，周倩 (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。中華傳播學會主辦「1997年會」宣讀之論文 (台北)。
- 吳姝蓓 (1996)：電腦中介傳播人際情感親密關係之研究—探訪電子布告欄 (BBS) 中的「虛擬人際關係」。國立政治大學新聞研究所碩士論文。
- 黃琪皎 (2007)：大學生依附風格、人際關係與網路成癮之相關研究。國立台南大學諮商與輔導學系碩士論文。
- 黃瓊慧 (2000)：從沉浸 (flow) 理論探討台灣大專播學生之網路使用行為。國立交通大學傳研究所碩士論文。
- 陳細鈿 (2007)：網路成癮、人際關係與自我學習態度間關係之研究--以長榮大學學生為例。**長榮大學學報**，11 (2)，113-132。
- 陳冠中 (2002)：「天堂」遊戲參與者之動機、沉迷與交易行為關係之研究。國立中正大學企業管理研究所碩士論文。
- 陳淑惠 (1998)：「網路沉迷症」之初探。臺北國際會議中心主辦「Net'98 Taiwan—網路新紀元」國際研討會宣讀之論文 (台北)。

- 陳淑惠 (1999) : 網路沉迷之心理治療研究。國科會專題研究計畫成果報告 (編號: NSC 90-2520-S-002-001)。
- 陳淑惠 (2000) : 網路沉迷現象的心理病理之初探 (2/2)。國科會科教處「網路科技對教育的影響」專題研究計畫成果報告 (編號: NSC 89-2500-S-002-010-N)。
- 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製與心理計量特性研究。中華心理學刊, 45 (3), 279-294。
- 陳麗婉 (1989) : 自我意識、自我坦露與寂寞感之關係研究。國立政治大學教育研究所碩士論文
- 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。台灣大學心理研究所碩士論文。
- 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。
- 楊雅惠 (2003) : 依附、負向情緒調適預期和壓力因應對情緒經驗的影響歷程之探討: 以大四學生的生涯抉擇壓力為例。國立政治大學教育研究所博士論文。
- 蔡鳳薇 (2006) : 大學生親子互動模式與其寂寞感之相關研究。國立台中教育大學諮商與應用心理研究所碩士論文。
- 韓佩凌 (2000) : 台灣中學生網路使用者特性、網路使用行為、心理特性對網路沉迷現象之影響。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 蕭銘鈞 (1998) : 台灣大學生網路使用行為、使用動機、滿足程度與網路沉迷現象之初探。國立交通大學傳播研究所碩士論文。
- 蘇文進 (2005) : 青少年網路使用與寂寞感相關因素研究—以雲林縣高中職學生為例。國立中正大學資訊管理研究所碩士論文。
- Amichai-Hamburger, Y. (2002). Internet and personality. *Computers in Human Behavior*, 18, 1-10.
- Anderson, K. J. (2001) Internet use among college students: an exploratory study. *Journal of American College Health*, 50, 21-26.
- Austin, B. A.(1983). Factorial structure of the UCLA Loneliness Scale. *Psychological Reports*, 53, 883-889.
- Beard, K. W. (2005) Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *Cyber Psychology and Behavior*, 8(1), 7-14.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306-307.

- Brenner, V. (1997). Parameters of Internet use, abuse and addiction: The First 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports, 80*, 879-882.
- Campas, B. E., Connon-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin, 127*, 87-127.
- Cecen, A. R. (2008). The effects of gender and loneliness level on ways of coping among university students. *College Student Journal, 42*(2), 510-516.
- Charlton, J. P., & Danforth, I. D. W. (2007). Distinguish addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior, 23*, 1513-1548.
- Chung, T., Langenbucher, J., Labouvie, E., Pandina, R. J., & Moos, R. H. (2001). Changes in alcoholic patients' coping responses predict 12-month treatment outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69*, 92-100.
- Chou, C. (2001). Internet heavy use and addiction among Taiwanese college students: An online Interview study. *CyberPsychology and Behavior, 4*(5), 573-585.
- Cohen, S., & Will, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.
- Connor-Smith, J. K., Compas, B. E., Wadsworth, M. E., Thomsen, A. H., & Saltzman, H. (2000). Responses to stress: Measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*, 976-992.
- Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (7th ed.). USA: Brooks/Cole.
- Cummings, J., Sproull, L., & Kiesler, S. (2002). Beyond hearing: Where real world and online support meet. *Group Dynamics, 6*, 78-88.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior, 17*, 187-195.
- Eastin, M. S., & LaRose, R. (2005). Alt. Support: Modeling social support online. *Computers in Human Behavior, 21*(6), 977-992.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 150-170.
- Goodman, S. H., Gravitt, G. W., & Kaslow, N. J. (1995). Social problem solving a moderator of the relation between negative life stress and depression symptoms in children. *Journal of Abnormal Child Psychology, 23*, 473-485.

- Goldberg, I. (1996). *Internet Addiction Disorder*. Retrieved July 04, 2008, from [http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet\\_addiction\\_criteria.html](http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet_addiction_criteria.html).
- Gray, J. G., & Gray, N. D. (2006). The Web of Internet dependency: Search results for the mental health professional. *International Journal of Mental Health and Addiction, 4*, 307-318.
- Greenfield, D. N. (2000). Psychological characteristics of compulsive Internet use: A preliminary analysis. *CyberPsychology and Behavior, 5*(2), 403-412.
- Griffiths, M. (2000). Internet addiction-time to be taken seriously? *Addiction Research, 8*(5), 413-418.
- Gross, E. F., Juvonen, J., & Gable, S. L. (2002). Internet use and well-being in adolescence. *Journal of Social Issues, 58*, 75-90
- Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research utilizing the Problem Solving Inventory. *The Counseling Psychologist, 32*, 344-428.
- Huang, Y. R. (2006). Identity and intimacy crises and their relationship to Internet dependence among college students. *Cyber Psychology and Behavior, 9*(5), 571-576.
- Howerton, A. (2005). *Gender difference in coping: Implications for depression and crime*. Unpublished doctoral dissertation. University of New Hampshire.
- Hussong, A. M. (2003). Further refining the stress-coping model of alcohol involvement. *Addictive Behaviors, 28*, 1515-1522.
- Kelloway, E. K. (1998). *Using Lisrel for structural equation modeling: A researcher's guide*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Kline, R. B. (1998). *Principle and practice of structure equation modeling*. New York: The Guilford Press.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H., & Yen, C. F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *Journal of Nervous and Mental Disease, 193*(4), 273-277.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Yen, C. F., & Chen, S. H. (2005). Screening for Internet Addiction: An empirical research on cut-off points for the Chen Internet Addiction Scale. *Kaohsiung Journal of Medical Sciences, 21*, 545-551.
- Lanthier, R., & Windham, R. C. (2004). Internet use and college adjustment: The moderating role of gender. *Computers in Human Behavior, 20*, 591-606.
- Lightsey, O. L., & Hulsey, C. D. (2002). Impulsivity, coping, stress, and problem gambling among university students. *Journal of Counseling Psychology, 49*(2), 202-211.

- Liu, X., Tein, J. Y., & Zhao, Z. (2004). Coping strategies and behavioral/emotional- problems among Chinese adolescents. *Psychiatry Research, 126*, 275-285.
- Leung, L., & Lee, P. S. N. (2005). Multiple determinants of life quality: The roles of Internet activities, use of new media, social support, and leisure activities. *Telematics and Informatics, 22*, 161-180.
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and individual differences, 37*, 1401-1415.
- Moore, D. (1995) *The emperor's virtual clothes: The naked truth about the Internet culture*. Chapel Hill.
- Morahan-Martin, J. (1999). The relationship between loneliness and Internet use and abuse. *Cyber Psychology and Behavior, 2*, 431-440
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (1999). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers and Human Behavior, 16*, 1-17.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior, 16*, 13-29.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior, 19*, 659-671.
- Morgan, C., & Cotten, S. R. (2003). The relationship between Internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshmen. *Cyber Psychology and Behavior, 6*(2), 133-142.
- Nyamathi, A. M., Stein, J. A., & Swanson, J. M. (2000). Personal, cognitive, behavioral, and demographic predictors of HIV testing and STDs in homeless women. *Journal of Behavioral Medicine, 23*, 123-147.
- Scherer, K. (1997). College life online: Healthy and unhealthy internet use. *Journal of College Student Development, 38*, 655-665.
- Schultz, N. R., & Moore, D. (1986). The loneliness experience of college students: Sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin, 12*(1), 111-119.
- Shaw, L. H., & Gant, C. S. W. (2002). In defense of the Internet: the relationship between Internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support. *Cyber Psychology and Behavior, 5*, 157-171.
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review, 6*, 2-30.
- Thoits, P. A. (1982). Conceptual, methodological and theoretical problem in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social behavior, 23*, 145-159.
- Tichon, J. G., & Shapiro, M. (2003). The process of sharing social support in cyberspace. *Cyber Psychology and Behavior, 6*, 161-170.

- Turner, J. W., Grube, A., & Meyers, J. (2001). Developing an optimal match within online communities: An exploration of CMC supports communities and traditional support. *Journal of Communication, 51*, 231-251.
- Turkle, S. (1995). *Life on the screen: Identity in the age of the Internet*. New York: Simon & Schuster.
- Unger, J. B., Kipke, M. D., Simon, T. R., Johnson, C. J., Montgomery, S. B., & Iverson, E. (1998). Stress, coping, and social support among homeless youth. *Journal of Adolescent Research, 13*, 134-157.
- Wallace, P. (1999). *The Psychology of the Internet*. Cambridge University Press.
- Walther, J. B., & Boyd, S. (2002). Attraction to computer-mediated social support. In C. A. Lin & D. Atkin (Eds.), *Communication technology and society: Audience adoption and uses* (pp. 153-188). Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Wills, T. A., Sandy, J. M., Yaeger, A. M., Cleary, S. D., & Shinar, O. (2001). Coping dimensions, life stress, and adolescent substance use: A latent growth analysis. *Journal of Abnormal Psychology, 110*, 309-323.
- Windle, M., & Windle, R. C. (1996). Coping strategies, drinking motives, and stressful life events among middle adolescents: Associations with emotional and behavioral problems and with academic functioning. *Journal of Abnormal Psychology, 105*, 551-560.
- Wolak, J. W., Mitchell, K., J., & Finkelhor, D. (2003). Escaping or connecting? Characteristics of youth who form close online relationships. *Journal of Adolescence, 26*, 105-119.
- Young, K. S. (1996). Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports, 79*, 899-902.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior, 1*(3), 237-244.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist, 48*(4), 402-415.
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *CyberPsychology and Behavior, 1*(1), 25-28.

收稿日期：2008年08月19日

一稿修訂日期：2008年12月08日

二稿修訂日期：2009年02月16日

三稿修訂日期：2009年04月02日

接受刊登日期：2009年04月06日

Bulletin of Educational Psychology, 2010, 41(4), 801-826

National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

## **Relations among Problematic Internet Use, Coping, Loneliness and Online Social Support: A Comparison of Male and Female Undergraduates.**

Tzu-Wei Fang

Institute of Education

National Chiao Tung University

**Purpose:** This study examined(a) gender differences in time spent on Internet, using internet for social support, coping, loneliness, and problematic Internet use;(b) variables that could effectively predict problematic Internet use for both genders; and(c) gender difference in the mediating effects of problematic Internet use. Participants were 752 undergraduate students (393 males and 359 females) who have used the Internet. **Result:**(a) Males yielded higher scores than females on total number of hours spent on the Internet per week, amount of time playing games online, problematic Internet use, loneliness, and problem-focused coping. In contrast, females produced higher scores on avoidance coping, seeking social support and online social-support. (b) Loneliness, time spent on playing video games, number of hours in interpersonal interact, emotion-focused coping and avoidance coping all effectively predicted problematic Internet use for both male and female students. (c)For both male and female students, results of the SEM analysis indicated that loneliness mediated the relationship between (both emotion-focused and avoidance) coping and problematic Internet use. For female students, there is a direct effect of(both emotion-focused and avoidance) coping on problematic Internet use.

**KEY WORDS:** coping, loneliness, online social support, problematic Internet use

