

## 壹、緒論

### 一、研究動機與目的

正當網際網路成為生活中不可或缺的精神食糧之際，經由網際網路所引發的社會問題也逐漸形成並且被凸顯出來，在各種宣揚網路使用便利與優點報導的背後，網路所帶來的一些負面影響也不容忽視。有許多學者發現（王智弘，2006；戴秀津，2004；Young, 2004），無論在學校或家中，青少年對網際網路的依賴，使得青少年過度使用、無限制的投入時間與精神在網路上，而忽略課業的學習、人際互動、產生作息及健康的困擾，嚴重干擾生活功能。近年來，Block（2008）更進一步指出，網路沉迷是一種常見的強迫性衝動障礙，這將成為重要的更新和搜索詞彙。可知，網路成癮或沉迷的議題隨著時代背景的發展，已成為頗值得研究的議題。

在網路沉迷研究中，諸多過去研究將網路沉迷視為整體性的議題進行探討（徐西森、連廷嘉，2001；陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋、楊品鳳，2003）。而部分學者認為，以類型探討有其意義，但過去研究卻鮮少針對網路沉迷的類型進行探討，目前針對類型探討的只有林珊如（2000）、陳家慶（2008）、游森期（2002）、Block（2008）、Suler（1996）、Young（1999）等人，且這些研究對象大多屬於成人、大學生或高中職生，而非國中生。故本研究認為，將網路沉迷進行分類有其價值，可更深入地瞭解網路沉迷的形成因素，並達到預防效果。

國中生網路沉迷可能是為了舒緩沉重課業壓力、擺脫孤獨、找尋自我、無成就感、無聊或缺乏自我控制能力原因（王建楠，2004）。研究者實際和國中生接觸所感，國中生網路沉迷所衍生的負向問題與行為，確實需要加以關切與探究因應，以增加輔導功效。影響網路沉迷的因素多元且複雜，若要對網路沉迷現象有更全面性的瞭解，不單單只是個人的特質，外在環境因素和個人特質因素皆是很重要的一個環節。綜上所述，研究者將從外在環境和個人特質雙方面著手，瞭解其對於網路沉迷的交互影響作用，而非單就外在環境或個人特質做探討。

國中生在網路使用年資、使用時數、次數等已和中學生、大學生等群體相似（張仁獻，2003）。而相較之下，國中生所面臨之生活壓力乃高於中學生和大學生。國中生正值由兒童期轉到青少年期，根據發展心理學的觀點，正處於身心急劇發展的階段，需面對來自學業、同儕相處、異性交往等壓力事件（張春興，

1999)；且研究者認為，現今社會快速變遷、競爭之下，尤其政府實施教育改革後，國中生面臨的壓力比過去大很多。而Hall與Parsons（2001）研究也發現，青少年處在較高的壓力下，很容易利用網路來一吐心中的不快，排除內心過度的壓力感受。從上述可知，個體常會因過度的壓力，去尋找出口，以致於較易沉溺在網路中，因此，對於國中生沉迷網路的問題不得不加以重視。故於外在環境因素方面選用「生活壓力」，作為探討網路沉迷傾向關聯性和預測的變項。

在法務部的統計資料中（法務部保護司，2011）發現，歷年來少年兒童犯罪原因之「心理因素」，其中以自制力不足為最重要的因素，可見得自制力對於青少年的行為有很大的影響性，足見其影響之深遠。自制力和犯罪學理論中的「自我控制」相近，理論中認為，當青少年的自我控制能力愈低，就愈可能有偏差行為。而Bioulac、Arfi與Bouvard（2008）研究顯示，當人們有注意力不集中、過動、自我控制能力差的情形，較易有不當的遊戲行為。黃瓊慧（2004）也指出，自我控制力較低的人，較會受網路上的聲光效果影響，而沉迷在網路世界中。故研究者在個人心理特質部分，選用自我控制作為網路沉迷傾向關聯性和預測的探討變項。

有鑑於此，影響網路沉迷的因素錯綜複雜，若僅以單一向進行探討，恐難綜觀全局。Chou、Condron與Belland（2005）回顧網路沉迷文獻指出未來研究的方向，認為網路沉迷乃是多種物理、心理和現象的交集，而非單一現象。林以正、王澄華與吳佳輝（2005）也提到網路沉迷的發生其實是一個交互作用的結果，個人的特質會受到外在的環境因子所形塑，形塑而成的個人特質再與網路的環境交互作用，然後進一步形成網路沉迷。故本研究將國中生的所遭逢的社會環境因素（生活壓力）與個人心理因素（自我控制）來探討其與網路沉迷傾向間的關係，並瞭解不同網路沉迷類型者之差異性。本研究目的如下：

- （一）瞭解不同性別與網路使用行為之國中生在網路沉迷上之差異情形。
- （二）探討網路沉迷高危險群的分類及不同網路沉迷類型者之差異情形。
- （三）探討生活壓力、自我控制之交互作用在網路沉迷傾向上的差異情形。
- （四）分析生活壓力、自我控制與網路沉迷傾向的關聯情形。
- （五）探討「自我控制」在「性別」、「生活壓力」與網路沉迷關係之中介效果。