

前言

網路擴展人們的視野，帶給社會大眾許多便利，但過度使用網路的結果可能會對網路的使用產生上癮情況，影響心理及生理上的自主及發展，陳淑惠（2002，2003）即指出，網路成癮（internet addiction）是一種適應不良的行為或內在心理問題的投影，會妨礙個體的現實生活。學生族群普遍皆為網路的使用者，而大學生相較國中小、高中等求學階段學生而言，其學習之課程與時間較具彈性，擁有較多自主時間進行學業以外的活動，且由於大學生較容易取得使用網路的途徑，網路的易得性增添了過度使用的危機（Hall & Parsons, 2001）；因此，大專校院學生可說是網路成癮的高危險群（徐西森、連廷嘉，2001；游森期，2001；Young, 2001），受到的負面影響可能很大，一項調查就發現，11%大學生每天上網超過6小時，他們較易頭痛、失眠、焦慮，不上網還會出現煩躁不安、了無生趣的網路上癮症（柯慧貞，2005）。網路成癮現象對大學生帶來的影響與衝擊不容忽視，對於輔導工作人員來說，這是一個必須正視的問題；故本研究擬針對大學生來探討其網路成癮現況及相關議題。

國內學生課業壓力之沉重程度是眾所皆知的，當學生無法應付學校課業而感受到學校的功課負荷太重時，易導致學生的情緒和人際關係受到影響，甚至對課業不再有興趣，而且產生成就感低落的情形，此即所謂的「學習倦怠」。正如工作者會產生工作倦意外，學者（Balogun, Helgemoe, Pellegrini, & Hoerberlein, 1996; Jacobs & Dodd, 2003）研究發現，學生族群同樣會出現倦怠現象，意即學生族群也會產生學習倦怠，而且此現象更是大學生的一種經驗（McCarthy, Pretty, & Catano, 1990）。林清文（2001）認為，學業學習是大學生主要的生涯課題之一，此議題往往關係學生的生涯滿意與自尊，因此，關切大學生在學業學習過程中倦怠行為的可能影響因素是相當重要的

議題。

隨著個體長時間的使用電腦，網路成癮及相關問題也逐漸衍生而出，除可能因時常注視螢幕及長時間使用鍵盤和滑鼠，導致身體不適外，在精神疾病方面，嚴重的網路沉迷者甚至會對網路世界產生妄想，分不清楚現實與虛擬生活，或是因為無法上網而感到憂鬱、焦慮、失眠（楊志偉、羅中廷，2006；Kuo & Hwu, 2007）。對學生而言，嚴重者可能影響其學業的學習，Kubey、Lavin 與 Barrows（2001）及 Young（1996）的研究即指出，青少年網路成癮易造成熬夜、缺課和學業成績退步的情況。Rasmussen（2000）認為，網路成癮者無法實踐個人在工作、學業的重要角色；陳淑惠（2002）表示，網路成癮高危險群可能因使用網路的時間過長，而耽誤學業時間的安排，進而影響學業成績。透過以上研究結果，研究者認為，網路成癮傾向與學業學習之間似乎存在些許程度的關聯，特別是負向的學習行為，因此，研究者欲以實徵數據探究大學生的網路成癮傾向與其學習倦怠之間的關聯，冀望研究結果可以作為諮商人員對於輔導大學生網路沉迷者的參考；而在進行研究目的的探究前，本研究擬先考驗研究工具的信度與效度，亦即驗證量表模式針對研究對象的適配度，以提升研究結果的可信度。具體而言，本研究的目的為：

- 一、驗證「中文網路成癮量表」與「大學生學習倦怠量表」的信度與效度。
- 二、調查大學生的網路使用行為。
- 三、探討網路成癮高危險群與一般學生在網路成癮傾向、學習倦怠程度上的差異。
- 四、探討網路成癮傾向與學習倦怠兩者間的相關情形。