

行政院國家科學委員會專題研究計畫 成果報告

網路沈迷高危險群長期心理轉變歷程之研究(II)

計畫類別：個別型計畫

計畫編號：NSC92-2413-H-009-002-

執行期間：92年08月01日至93年07月31日

執行單位：國立交通大學教育研究所

計畫主持人：方紫薇

計畫參與人員：張雅嵐 聶慧文 林怡君

報告類型：精簡報告

處理方式：本計畫可公開查詢

中 華 民 國 93 年 11 月 3 日

行政院國家科學委員會補助專題研究計畫

成果報告  
 期中進度報告

(計畫名稱)

網路沈迷高危 群長期心理 歷程之研究(II)

計畫類別： 個別型計畫  整合型計畫

計畫編號：NSC92-2413-H-009-002

執行期間：92年08月01日至93年07月31日

計畫主持人：方紫薇

計畫參與人員：張雅嵐 聶慧文 林怡君

成果報告類型(依經費核定清單規定繳交)： 精簡報告  完整報告

本成果報告包括以下應繳交之附件：

- 赴國外出差或研習心得報告一份
- 赴大陸地區出差或研習心得報告一份
- 出席國際學術會議心得報告及發表之論文各一份
- 國際合作研究計畫國外研究報告書一份

處理方式：除產學合作研究計畫、提升產業技術及人才培育研究計畫、列管計畫及下列情形者外，得立即公開查詢

涉及專利或其他智慧財產權， 一年  二年後可公開查詢

執行單位：國立交通大學教育研究所

中華民國 93 年 10 月 28 日

## 中文摘要

網際網路在未來將對學習及溝通產生重大之影響，但有些學生卻在使用網路後沉迷其中無法自拔，為深入了解沉迷於網路高危險群長期之內在心理歷程，尋求解決之道，並及早預防，因此，本研究利用半結構式深入訪談之方式，針對大學生之網路沉迷高危險群進行多階段訪談和觀察。以深入探討 1、大學生其網路沉迷之心理轉變歷程。2、探討其在自我認同上之心理變化及對自我認同發展之影響。3、探討高沉迷者在網路上之情緒調適策略及效能之差異。4、了解其在不同的人際互動上之歷程及對真實生活人際關係之影響。希望藉由對上述長期複雜歷程及其變化之了解，期能找到更適當及有效的著力點，以協助網路沉迷之高危險群及早察覺並克服沉迷之問題。同時也提供具體之建議供教師、家長及諮商人員在教學、親職教育及諮商上之參考。

**關鍵字:**網路沉迷、自我認同、情緒管理、人際互動、歷程機轉

## (二) 英文摘要

### Abstract

Internet World Wide Web definitely will have crucial influence onto the future communication and learning. However, a lot of students become pathological Internet user after their frequently use of the Internet. The purpose of this project is to understand the process mechanism of their deeply psychological dynamic of these pathological Internet users and find a way out to prevention. In this project had carried out by successive multi-staged, semi-structured in-depth interviews to the pathological Internet user of the undergraduate students. The investigation had focus on the following points: 1.The psychological mechanism of undergraduate student that had pathological Internet used. 2. The change process mechanism of ego identity and its effect to the development of ego identity for these pathological Internet users. 3. The strategies and efficiencies of the applied emotional regulation, which may further affect the ability of emotional management for these pathological Internet users. 4. The long-term change course of interpersonal relationship of pathological Internet users and its effect to the interpersonal relationship in the real life. We hope to analyze from these complicated courses of pathological Internet users and find out the solutions for the addicts. We also present some useful suggestions for solution and prevent students from being computer Internet abusers.

**Keywords :** pathological Internet use , ego identity, emotional management, interpersonal relation, process mechanism

## 研究背景

數位化的革命帶來了新的可能性，高速資訊網路對本世紀的人類生活，產生巨大的影響。資訊網路的流通，使得學習及人際溝通越來越倚賴網路。根據資策會 ACI-FIND 報導，聯合國「貿易暨發展委員會(UNCTAD)」的電子商務發展年度報告指出，2002 年時全球上網人口已達 5 億 9,100 萬，截至 2003 年 12 月 31 日底止，根據 eMarketer 的統計，2003 年美國上網人口有 1.62 億人，中國大陸上網人口達 7,950 萬，僅次於美國，居世界第二位。資策會 ACI-FIND 調查我國歷年經常上網人數，在 2003 年已達 883 萬人(引自資策會 ACI-FIND, 2004)。可見資訊網路的使用日漸普及，網路已成為 e 世代學生資訊、娛樂及互動之主要管道，根據行政院研考會「台閩地區九十一年數位落差調查」，結果顯現我國在上

網年齡方面，上網比率依年齡增加呈現明顯的減少趨勢，15至20歲接近百分之百(96.6%)的上網比率為最高(引自資策會 ACI-FIND, 2004)，在許多的研究中皆指出，國內網路之使用以高教育程度者比例最高，尤其大學生是接觸網路最頻繁的族群(陶振超, 1996; 黃瓊慧, 2000; 蔡珮, 1995; 蕭銘鈞, 1998)。

教育專家們致力於研究如何利用網路環境來增加學習效益之際，大多數人看到網路上資訊傳遞及溝通的正面性，可是網路之使用有一個重要且不可忽視的現象是：在使用網路之社群中，有一群人是過度沈迷於網路的高危險群。研究者在與大學生進行諮商之過程中，也漸漸發現網路帶來一些負面的影響，一些大學生日以繼夜的上網路，其生活、交友全部都依賴網路，即學生所說的「掛」在網上，但也常因此荒廢學業、疏離人際關係……等，研究者認為運用網路來協助生活、學業等，若能相得益彰，則網路是我們的助手；但若是使用過當而使正常生活被擾亂了，甚至因沈迷而造成困擾，則網路是被誤用與濫用了。學生們常因自我控制力不夠，容易因沈迷網路而影響其學業、人際及生活，因此有必要事先預防此情形發生，亦即須對可能沈迷之高危險群者加以了解及協助。

英美學者在1996年左右開始發現有一些人是曠日費時地在使用網路，因而造成個人身心不適應症狀及造成學業、工作、經濟及人際關係上之困擾(Brenner, 1996; Egger & Rauterberg, 1996; Morahan-Martin & Schumacher, 1997; Scherer & Bost, 1997; Thompson, 1996; Young, 1996, 1997, 1998a)，分別編製網路成癮量表來進行研究。近幾年來國內學者也開始對網路沈迷現象進行研究，其中周倩與陳淑惠各自編製了以大學生為主的網路成癮問卷(周榮、周倩, 1997; 陳淑惠, 1998; Chou, Chou, & Tyan, 1999)，發現我國的確有一小群大學生正面臨重度使用網路，而影響到身心適應與生活機能。然而，「網路成癮」此一名詞為一疾病之名稱，由於未有足夠豐富之研究資料證明此為一種心理疾病，故學者們用「網路成癮症」，引發爭論頗多(Davis, 2001; Griffiths, 1998)；在臨床心理上定義為疾病必須視其是否嚴重地干擾正常生活、學校課業和其他學習活動、社會關係，且須持續有一段長期之時間，才可稱其為心理疾病，但因目前這方面之研究才剛起步，研究者為恐太早標籤當事人，因此在本研究中即採「網路沈迷」來代替以前研究所用的「網路成癮症」，以描述有沈迷於網路之傾向的族群。

對網路沈迷不管國內外之研究皆是在起步階段，值得積極的去瞭解及觀察，及早了解網路沈迷之內在心理特性及機制，以便能現在網路加速發展的時代及早預防，並提出解決之道。而且目前本土性之研究有限，國人之文化特性與歐美相距甚遠，因此造成其沈迷之心理特性可能不同，相對的我們在預防及諮商輔導之著力點亦可能不同。由前面之論述可知，唯有積極探討本土學生之網路沈迷高危險群內在之心理特質，才能進一步提出有效防治之重點，及早讓學生能減低受害，且提供在親職教育及輔導上一個有效的切入面，同時也作為未來建立理論架構之參考。

## 網路沈迷與自我認同

Turkle (1995) 指出網路提供機會讓人們用各種方式呈現自己。人們可以輕微的改變風格或誇張的改變年齡、歷史、人格、外型、甚至性別等認同。尤其進入後現代以後，多重認同已不再是罕見的事。由於匿名性，使網路使用者有其足夠的空間可以進行各式各樣的身份轉換，及自我探索。同時，學者亦指出網路之社會互動中，由於匿名性之關係，因而可以去除真實生活的束縛，並創造及經驗另一個自我，讓自我認同低的人，在這過程中因而覺得自己更有力量及有信心(Rheingold, 1996; Young, 1997)。

黃厚銘(2001)曾引用 Goffman 的劇場理論，以戲劇為架構分析，個人如何呈現多個

自我，認為人分為兩個部分，一個前台一個後台，個人平常在社會上的行為，如同演員在前台表演一般以符合社會需求，然而個人私密的想法行為如同演員在後台一般不願意被他人看到，所以一方面個人得以塑造有別於真實世界的自我認同，另一方面在網路上也可以同時維持數個不同的身分。個人因而可以藉此主動地塑造一個全新的自我以及相應的人際關係。

上網令網路沈迷者流連忘返的一個因素是自我認同之轉變問題。研究者由過去之研究中，觀察到處於自我認同發展的關鍵期之青少年，尤其高網路沉迷者在網路上較會變換自我，使用多種不同的ID，但變換自我對其自我認同之發展有甚麼樣之影響？尤其長期之影響又是如何？有助於自我認同之整合，還是對自己之獨特性更難掌握？網路世界所造就之青少年多重自我認同能否令其更有信心？其信心能否內化到真實生活中？國內外這方面之研究尚付闕如，因此有必要加以進行長期之觀察及探討。

## 網路沈迷與情緒調整

情緒管理在目前備受重視，乃是因為許多的文獻指出情緒管理或調適能力對人格與社會功能有重要之影響 (Eisenberg & Moore, 1997; Mayer, & Salovey, 1995)。研究指出青少年之物質成癮行為模式，常是個體因應壓力及其情緒感受的一個無效機制 (Lee & Goddard, 1989; Raviv, 1993)，其之所以會一直沈迷在其中，則是因為在成癮中可讓其逃避真實生活的痛苦 (Raviv, 1993)。

大學生在進大學後，其開始離家住宿須要更獨立，在遭遇到挫折時，通常不會尋求父母師長之協助，而網路具匿名性、立即性及方便性，而使其很容易有認識朋友及訴苦之機會，以調解其在真實生活中之情緒低落 (Young, 1998b)。網路沈迷方面之研究亦指出網路沈迷的個體，常是在真實生活中有一些問題如學業或工作之困境、存在、認同或分離的焦慮、人際關係的問題等，而令其有許多負向的情緒感受，使用網路有助於個體逃避問題所帶來的情緒，及創造一個緩衝，使個體較不會意識到負向感受 (Kandell, 1998)。

Young 之研究亦發現網路沈迷者與憂鬱並存；寂寞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 (Young, 1998a; Young & Rogers, 1998)。同時，在聊天室與人互動亦可降低其在面對面人際互動的焦慮及挫折感。近來之研究更驗證孤單及網路沈迷者較會上網殺時間、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 (Morahan-Martin & Schumacher, 1999, 2003)。

國內對利用網路來調節情緒之研究，只有韓佩凌 (2000) 研究指出當中學生面臨生活壓力時，為了逃避生活壓力的挫敗感容易造成網路沈迷。而因生活壓力的過大而產生情緒、認知、人際人格型態的失調，藉由網路的使用，最大的滿足來自於情緒的抒解。因而網路中虛擬人際關係中溫暖的情緒支持，是會讓中學生沈溺於這樣的網路互動活動而難以克制的。黃一玲 (2002) 之研究中指出最佳預測網路沉迷的變項，依序為：憂鬱、社會焦慮、主觀負向生活壓力。由上可知網路沈迷可能是因應情緒的一個方式，但這樣的一個機制是否就是讓其沈迷的一個重要因素呢？研究者亦認為過份依賴網路抒發情緒，在生活中是壓抑或逃避的，長期而研言對其情緒管理及親密人際關係之發展是否會造成不良之影響，是值得關切的。因此本研究探討高網路沈迷者在情緒調整上是怎樣的機制，這樣的一個機制是否如藥物沈迷者一樣是暫時性的，但長期是無效的呢？其情緒管理是否太依賴網路此一固定的模式？皆是值得詳細加以了解的，以做為大學生情緒管理訓練之參考。

## 網路沉迷與人際互動

一些學者認為網路使人們不再受限於地區及不被標籤等，而能自由的發展更多的社會關係(Katz & Aspden, 1997; Rheringold, 1993)。網路其無遠弗屆的連結功能，拓展了我們的世界，讓我們足不出戶地與世界上的其他人相連結。使得我們的人際關係可以超越地域的限制，增加了認識各式各樣的人之可能性。換言之，網路可以拓展個人的人際關係，不僅使原來就已經熟識的朋友能夠保持聯繫，還使得陌生人之間有了互相接觸與建立關係的機會。而且在網路上互動，可感受到一個心理距離，較少視覺、聽覺及情緒的回饋，反而較少威脅性而令人更敢冒險。在網路上人們可以很快的與陌生人談論各種內在的想法、感受、價值觀，可以不怕被拒絕，反而覺得很親近，有社會支持感(Young, 1997)。另外，網路的人際互動訊息之數量較少，依完形之歷程，人腦就會用自己的願望、投射或想像來完成它，故用高度社會互動性的網路媒介，似乎可以彌補其在現實生活中人際問題所無法滿足的親密關係需要，又可保持安全距離。

在國外研究指出網路過度使用者常是社會技巧不良，沒有朋友、害羞、孤獨、沒有信心的(Turkle, 1995); 研究者去年之研究結果，高沈迷組在人際關係上比低沈迷組較不習慣面對人、與人之關係較疏離虛應、迴避衝突及喜歡說服別人(方紫薇, 2002)。國內朱美慧(2000)之研究顯示在現實生活中人際關係有較多障礙，自我控制力差及生活適應不良等問題之大專學生，網路使用時間就越長，在網路上找的不是資訊，而是社會支持，即找到快速的友誼及抒解煩悶的心情。顯示網路沉迷高危險群比一般網路使用者更依賴網路作為人際互動的場域是情有可原的。

綜上所述，網路沉迷之高危險群有較負面之自我，在匿名之環境其較易在網路上與人社交，並滿足其需求，但是否因此降低了其面對面的社會互動時間，因而與身邊的人疏離，造成在真實生活人際互動上的困難，讓其更需要依賴網路社交，因此陷入惡性循環中呢？由於過去之研究大多是片段之調查及推測，研究者認為目前並不完全了解這是短暫的現象，還是長期的？其是否會長期依賴網路，把虛擬社交當為唯一重要的，而持續影響其和生活周圍的人之互動，進而影響其往後親密關係的發展？另外，許多研究將網路上與熟人互動和與陌生人互動；以及網路上認識之網友後來有見面或與一直未謀面網友之互動混在一起研究。因此本研究加以探討其網路之人際互動之性質及歷程有何變化？沈迷之歷程中其人際關係之轉變機制為何？並深入探討其網路上與熟人互動和與陌生人互動；與網友後來有見面或一直未謀面之網友之長期互動有那些差異？對其真實生活人際關係之影響為何？

本研究對沈迷之高危險群進行半結構多階段深度訪談，以深入了解 1. 其在使用網路之過程中，變換自我對自我認同發展之影響；2. 探討沈迷之高危險群情緒管理之心理機制及歷程；3. 探討沈迷高危險群其人際關係之心理機制及歷程、人際問題解決等之變化及對其生活中人際關係之影響為何？希望藉由對上述之複雜歷程及其變化之了解，期能找到更適當且有效的著力點，以協助網路沈迷之高危險群及早察覺及克服沈迷之問題，同時也提供建議供教師、諮商人員、家長在教學及親職教育上，如何預防及解決網路沈迷上之參考。因此本研究之目的為：

- (一). 探討沈迷之高危險群其在使用網路之過程中自我認同之轉變
- (二). 分析網路沈迷高危險群在情緒管理上之心理機制及歷程
- (三). 探討不同性質的網路沈迷者在人際互動之變化歷程

## 研究方法

### 一、研究對象

本研究以大學生為研究對象，在網路上張貼佈告徵求受試。邀請 20 位網路沉迷分數高之大學生，進行半結構式深入訪談。

## 二、研究工具

半結構式訪談大綱：

本研究先擬出第一次訪談內容，將來擬針對訪談所得之資料，再繼續編較深入之訪談大綱。後續之訪談則著重將前一次訪談資料整理後與其討論，其使用網路在長期使用過程中，上述訪談重點之轉變，以了解其轉變之機轉。

## 三.研究步

實施過程分為準備階段、聯繫協調、資料整理及進行訪談。研究者編擬半結構深入訪談大綱後，由研究助理擔任訪員，先進行訪談訓練與討論，然後進行抽樣工作。在協調聯繫後，由訪員親自拜訪進行訪談，每一位受試者接受一次 1~2 小時之訪問。每隔二至三個月進行一次訪問。每次訪談為求蒐集較完整之資料，訪員在每次之訪談後皆須做訪談心得筆記。每次之訪談騰成逐字稿再與受訪者討論，以確定訪談結果可以代替其個人之經驗。訪談後將訪談內容整理分析、編碼後，加以歸類彙整，並進行質的分析。

## 研究結果

由於訪談資料經質性分析後有很豐富之結果，故只摘述於後，詳細內容請見發表之論文。

### 網路與平常特性有差異

1. 放得開 (變得話較多、比較會講話、敢說、能暢所欲言、較直接坦白 較搞笑) 2. 表現出比較正向的特質 (表現出比較開朗、理性、禮貌、智慧、親和力、沉穩的一面) 3. 表達內容比較豐富 有趣 4. 表達內容會比較精簡(切中話題核心) 5. 較嚴肅 6. 比較容易冷場 7. 較謹慎 較有時間去思考要說的話 8. 表現得比較接近真正的自己 9. 表現得比較不真實

### 網路上自信之改變

1. 因為可以表現得比較完美 2. 因為獲得成就感 3. 較放得開 (變得話較多、比較會說話、敢說、能暢所欲言、較有主見)

### 網路抒解情緒【抒發方式】

1. 發表文章(po版 開個人版) 2. 轉貼 3. 找人聊天 傾訴 4. 上網打電動 5. 看版上的文章(逛網頁) 6. 不理會當事人 7. 表現在暱稱或名片檔 8. 直接對當事人發洩或表達 9. 寫信表達感覺

### 網路抒解情緒【產生效果】

1. 尋求支持(信任感 認同 肯定 安慰 被了解 被關心) 2. 放鬆(休息) 3. 間接宣洩 4. 逃避或暫忘(轉移注意力 打發時間) 5. 尋求問題解決的方法 6. 找到不同的想法(積極想法 合理化) 7. 報復攻擊 8. 分享 9. 得到成就感或自信 10. 直接對當事人發洩或表達 11. 引起人家的注意 12. 做快樂的事 13. 儀式(重新開始) 14. 普同感

### 網路上不同程度朋友其互動方式的差異

有差異

1. 好朋友 vs. 一般朋友

好朋友(較隨便 哈拉 較坦白 較活潑 Po版 較自在 較無話不談 比較多話 較熱情 較接近真實的自己 較重視)

一般朋友(較嚴肅 較尊重 不 po版 較膚淺的應付 不會隨便去揣測對方想法 較活潑開朗 較內向 較內斂 較保留 較忽視冷淡 較客氣)

## 2. 一般朋友 vs. 陌生人

一般朋友(較保留 會較擔心心事會被洩漏出去 較重視)

陌生人(較隨便 較有企圖的互動 較謹慎 較應付 較冷漠 較不用擔心心事會被洩漏出去)

## 3. 好朋友 vs. 陌生人

好朋友(較自在 講話不經大腦 較放得開 較有默契)

陌生人(偽裝成理想的樣子 較沉穩 表現親和態度 講話會三思 較被動 較保留 較難維繫 較應付 較謹慎)

### 對原有人際互動的影響【好朋友】

1. 減少生活上的互動 2. 減少因空間距離所造成的疏遠 3. 增加溝通或互動的管道 4. 增加現實生活中的話題 5. 增進彼此的了解 6. 越來越不喜歡跟人互動(變疏離) 7. 因較難正確得知對方內心想法而增加衝突的機會 8. 因在網路上吵架而在現實生活中互動尷尬 9. 受網路上的互動影響情緒而引發現實中的人際互動 10. 忘記生活邀約 11. 現實生活中與人互動會產生不適感

### 當發現用太多時間如何讓自己拔出來

1. 利用 BBS 上的防水功能 2. 隔離 3. 公告封網 4. 行為上的改變(改變習慣) 5. 餓足 6. 轉移注意力(忙碌於其他事 課業壓力加重) 7. 想法上的改變(反省 發現新的生活意義 用意志力克制) 8. 借助他人(提醒 約法三章)

### 計畫成果自評

本研究因受訪者為網路沈迷者，但網路沈迷者對面對面之互動可能較不習慣，故本研究在尋找受訪者之過程遭到相當大的挫折，雖用了各種方法仍然只有 20 位受訪者願意接受多次之訪談，另外，沈迷者須花較多的時間建立關係，且受訪者遍及全省，故在訪談時間及安排上煞費周章，所幸因是多次之訪談，故在逐漸建立關係後，再進行更深入之訪問，且因是多次訪談，所以對受訪者前面有所防衛或表達不清楚之處可以再加以澄清，故本研究可以一步步深入以得到較少防衛及較真實之結果。

本研究之價值市可提供未來在觀察網路 N 世代發展次文化現象的參考模式，並由於對於網路這種新興互動式的媒介有深入了解及觀察的紀錄及對青少年網路沈迷內在歷程轉變之探討後，不但有助教育與諮商人員對此現象有詳細之了解，且更能由此找出解決沈迷問題之著力點，以增進老師、家長及諮商人員協助之效能。由於本研究結果對本土之青少年網路沈迷歷程有較細節之了解，將有助於在國家加速推動資訊科技之際，能及早發現可能沈迷之青少年，及早加以協助；不但可讓資訊科技之推展更順利，而且可減少個人心理問題，家庭及社會問題等之發生，減低了社會成本之付出。

## 參考文

- 王澄華(2001)。人格特質與網路人際互動對網路成癮的影響。輔仁大學心理學系碩士論文。
- 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。第十五卷，第二期，65-97 頁。
- 朱美慧(2000)。我國大專學生個人特性、網路使用行為與網路成癮關係之研究。大葉大學資訊管理研究所碩士論文。
- 吳妹蓓(1996)。電腦中介傳播人際情感親密關係之研究—探訪電子佈告欄(BBS)中的「虛擬人際關係」。台北：國立政治大學新聞研究所碩士論文。
- 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。論文發表於中華傳播學會 1997 年會。台北，6 月 18 日至 19 日，1997。
- 林珊如(1998)。中學生網路沈迷現象之深度訪談研究。國科會研究成果報告。
- 侯蓉蘭(2002)。角色扮演的網路遊戲對少年自我認同的影響。東海大學社會工作研究所碩士論文。
- 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。彰化師範大學教育研究所碩士論文。



- 陳淑惠(1998). 「網路成癮症」之初探。論文發表於「Net'98 Taiwan—網路新紀元」國際研討會。台北，3月26日至30日，1998。
- 陳俞霖(2003). 網路同儕對N世代青少年的意義：認同感的追尋。南華大學社會研究所碩士論文。
- 程玲玲(1997). 海洛因成癮者的家庭研究。《中華心理衛生學刊》，10(2)，頁45-65。
- 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。
- 蕭秀玲(1993). 台北市少年用藥行為特質之探討。從虛幻回到真實—青少年濫用藥物防制與輔導研討會，台北市少年輔導委員會。
- 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。新竹：國立交通大學傳播研究所碩士論文。
- 謝瑤偉(1993). 少年濫用安非他命之研究報告提要。從虛幻回到真實—青少年濫用藥物防制與輔導研討會，台北市少年輔導委員會。
- 盧怡秀(2001). 高雄市高中生網路素養及網路使用現況之研究。國立高雄師範大學工業科技教育研究所碩士論文。
- 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。
- 顧為瑾(2002). 台北市國中學生網路行為與學習自我效能之研究。國立臺灣師範大學社會教育學系在職進修碩士班碩士論文。
- Amichai-Hamburger, Y. and Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*, 19, 71-80.
- Anderson (1994). T. L.(1994) ,Drug abuse and identity: Linking micro and macro factors. *The Sociological Quarterly*, 35(1), 159-174.
- Anderson, T. L. and Mott, J. A. (1998). Drug related identity change: Theoretical development and empirical assessment. *Journal of Drug Issues*, 28(2), 299-328.
- Armstrong, L., Phillips, J. G., & Saling, L. L. (2000). Potential determinants of behavior internet usage. *International Journal of Human-Compute Studies*, 53, 537-550.
- Borud, B. (1998). Link Pages Considered Harmful. <http://borud.priv.no/>.
- Brenner, V. (1996). An initial report on the online assessment of Internet addiction: The first 30 days of the Internet usage survey.[On-Line] Available at <http://www.ccsnet.com/prep/pap/pap8b/638b012p.txt>. [1998/01/09]
- Brenner, V. (1997). Parameters of Internet use, abuse and addiction: The First 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in development psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7, 1-10.
- Chou, C., Chou, J., & Tyan, N. N. (1999). An exploratory study of Internet addiction, usage and communication pleasure – The Taiwan's case. *International Journal of Educational Telecommunications*, 5(1), 47-64.
- Chou, C. (2001). Internet heavy Use and Addiction among Taiwanese College Students: An Online Interview Study. *CyberPsychology & Behavior* 4(5), 573-585.
- Clark, H. H. (1996). *Using language*. New York: Cambridge University Press.
- Davis, R.A.(2001). A Cognitive Behavior Model of Pathological Internet Use, *Computers In Human Behavior* 17, pp. 187-195.
- Egger, O. & Rauterberg, M.(1996). Internet Behavior and Addiction.[On-Line] Available at <http://www.ifap.bepr.ethz.ch/~egger/ibq/res.htm>. [1997/12/18]
- Eisenberg, E., & Moore, B. (1997). Emotional regulation and development. *Motivation and Emotion*, 21(1), 1-5.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*, New York: Norton.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goldberg, I. (1996). Internet Addiction Disorder. [On-Line] Available at [http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet\\_addiction\\_criteria.html](http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet_addiction_criteria.html).
- 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.
- Grohol, J.M.(1999). “Internet Addiction Guide” , <http://psychcentral.com/netaddiction/>
- Huizinga D., R. Loeber & T. P. Thornberry (1994) Urban Delinquency and Substance Abuse: Initial Findings. A publication of the Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention. U.S. Department of Justice.

- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 11-17.
- Katz, J. E., & Aspden, P. (1997). A nation of strangers? *Communications of the ACM*, 40(12): 81-86.
- King, S. A. Is the Internet Addictive, or Are Addicts Using the Internet ?. [On-Line] Available at : <http://rdz.stjohns.edu/~storm/iad.htm>
- Kraut, R.; Patterson, M.; Lundmark, V.; Kiesler, S. Mukopadhyay, T. and Scherlis, W.(1998). Internet Paradox-a social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, v53(9), 1017-1031.
- Lee, T. R. and Goddard, H. W.(1989), Developing family relationship skill to prevent substance abuse among high risk youth. *Family Relations*, 38, 301-305.
- Losoya, S., Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1998). Developmental issues in the study of coping. *International Journal of Behavioral Development*, 22(2), 287-313.
- Morahan-Martin, J. M., & Schumacker, P. (1997, August). *Incidence and correlates of pathological Internet use*. Paper presented at the 105<sup>th</sup> Annual convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.
- Raviv, M.(1993). Personality characteristics of sexual addicts and pathological gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 9(1), 17-30.
- Rheingold, H. (1996). A Slice of Life in My Virtual Community. World Wide Web, <http://www.welll.com/user/hlr/vcbook/index.html>.
- Robinson, B. E. and Post, P. (1997). Risk of addiction to work and family function. *Psychological Report*, 81, 91-95.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence and the self-regulation of affect. In D. M. Wegner, & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 258-277). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Scherer, K., & Bost, J. (1997). *Internet use pattern:Is there internet dependency on campus?* Paper presented at the 105<sup>th</sup> Annual convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.
- Spivack, G. & Shure, M. B.(1974). *Social adjustment of young children: a cognitive approach to solving real-life problems*. Washington, D. C.; Jossey-Bass.
- Stoll, C. (1995). *Silicon snake oil: Second thoughts on the information highway*. New York: Doubleday.
- Suler, J. (1996). Why is This Thing Eating My Life? Computer and Cyberspace Addiction at the "Palace". [On-Line] Available at <http://www1.rider.edu/~suler/psycyber/eatlife.htm>
- Turkle, S. (1995). *Life on the screen: identity in the age of the Internet*. New York: Simon & Schuster.
- Thompson, R. A. (1994). Emotional regulation: A theme in search of definition. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral aspects*. Monographs of the Society for Research in Child Development, 59, 25-52.
- Thompson, S. (1996). *Internet connectivity: Addiction and dependency*. Unpublished Master's thesis, Pennsylvania State University, USA.
- Wallace, P. (1999). *The Psychology of The Internet*. Cambridge University Press.
- Young, K. (1996a). Internet addiction: *The emergence of a new clinical disorder*. Unpublished manuscript.
- Young, K. (1996b). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79, 899-902.
- Young, K. S. (1997, April). *Levels of depression and addiction underlying pathological Internet Use*. Poster presented at the annual meeting of the Eastern Psychological Association, Washington, DC.
- Young, K. S. & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *CyberPsychology and Behavior*, 1(1), 25-28.
- Young, K. S. (1998a). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, K. S. (1998b). *Caught in the net*. NY: John Wiley.