

青少年網路使用、日常生活、與 憂鬱傾向之相關性調查報告

—以大台北地區、大台中地區、大高雄地區、花東地區
青少年為例

調查單位：董氏基金會

調查研究：葉雅馨

調查執行協助：戴怡君、曾鈺琄、黃健旭、鄭成惠、黃國忠、
顏鴻吉、黃連盛、陸思如、廖郁芬

發表時間：2004年9月30日

調查目的

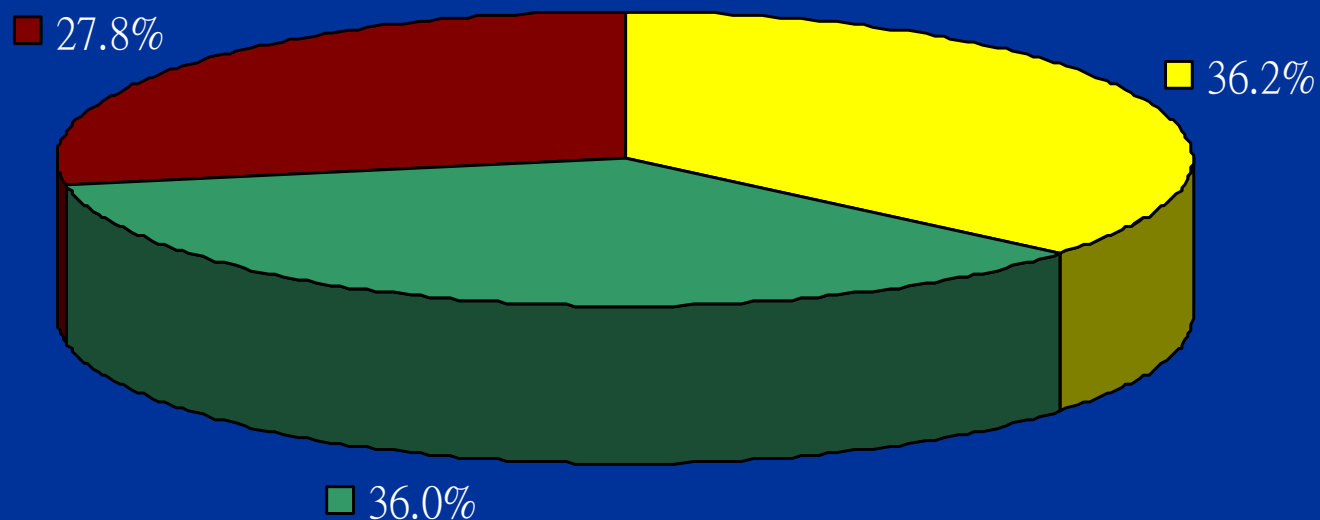
1. 瞭解在學青少年使用網路現況與其憂鬱傾向之相關程度。
2. 瞭解青少年使用網路者現況之差異。
3. 瞭解青少年生活現況。
4. 比較不同世代青少年生活現況與情緒紓解方式的差異。

調查方式:立意抽樣法

調查時間:2004年5-6月

樣本:以大台北地區、大台中地區、花東地區、大高雄地區國中、高中職之學生為對象。將同質性的區域合併抽樣，依人口比例各區採樣，共選取60所進行施測，發出6848份問卷，有效樣本為6341份

受訪者憂鬱程度分布

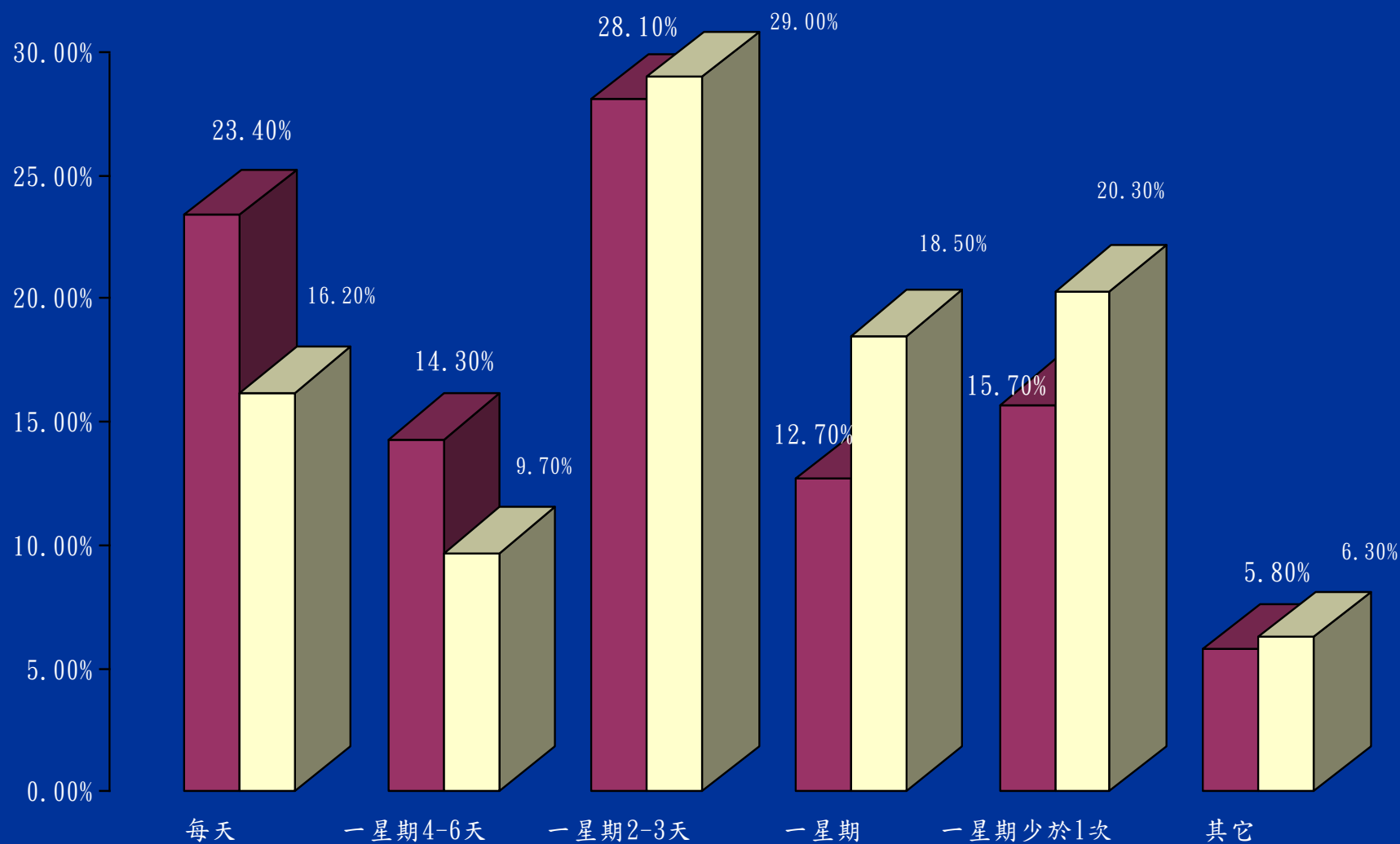


■ 情緒穩定 ■ 情緒起伏不定 ■ 憂鬱情緒嚴重，需求助

✓ 女生比男生憂鬱。

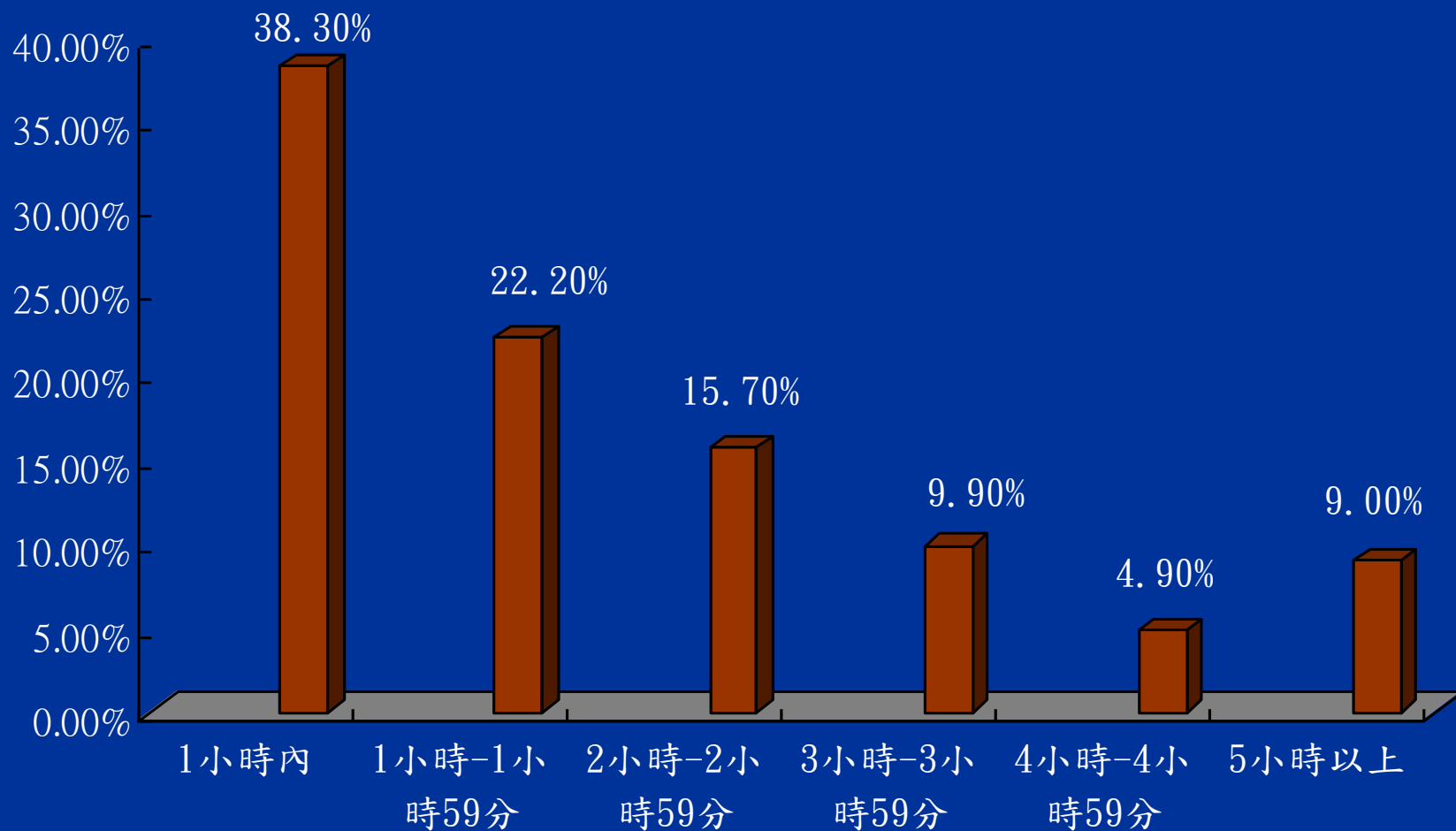
✓ 回答「想要消失不見」者佔30.6%。

受訪者使用網路與人talk或e-mail的頻率

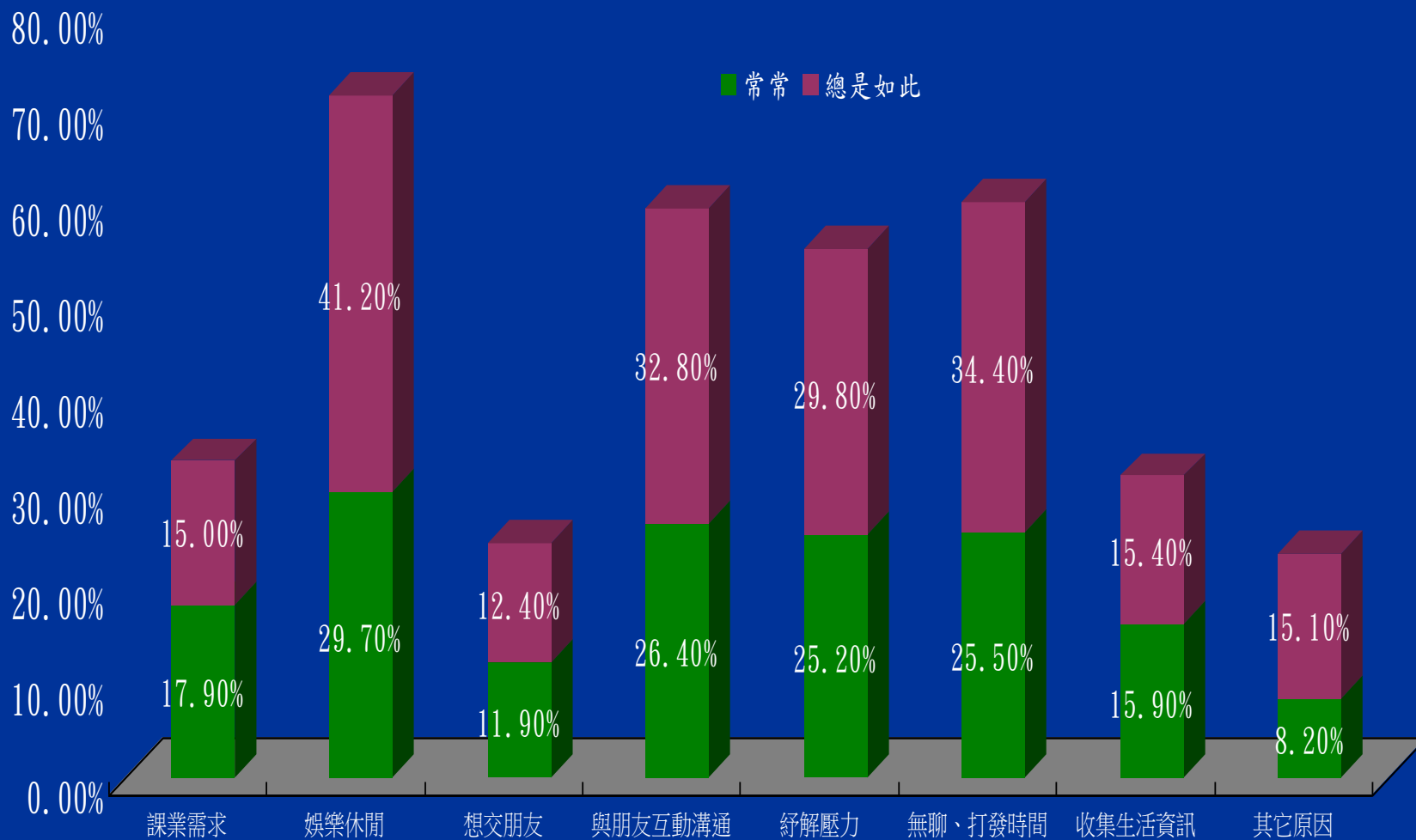


■ 與人交談(talk)或E-mail ■ 蒐尋或閱讀資料

受訪者每次使用網路與人talk或e-mail平均時間



受訪者使用網路的需求



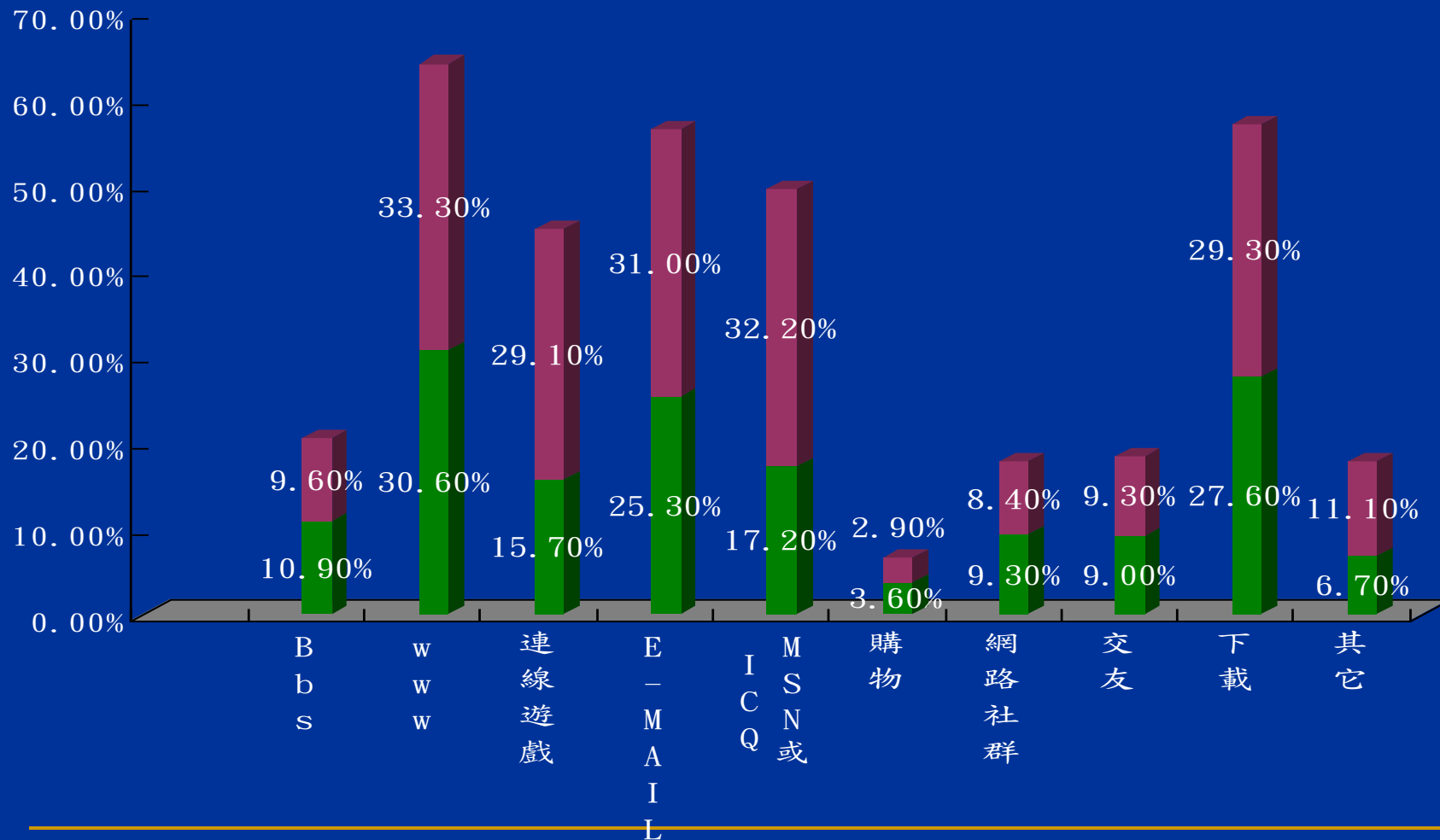
受訪者使用網路的原因

選項 方式	同意(含非常同意) 次數百分比	不同意(含非常不同意) 次數百分比
聯絡方便	94.50%	5.50%
容易認識新朋友	70.90%	29.10%
可獲他人注意與關心	58.90%	41.10%
可以紓發情緒	83.20%	16.80%
上網時，覺得很愉快	83.40%	16.60%
比較敢說出不敢說的 話題與言辭	73.50%	26.50%

八成以上受訪者都同意使用網路聯絡較方便、覺得上網很愉快，及比較可以紓發情緒。

受訪者使用網路功能之分布

■ 常常 ■ 總是如此



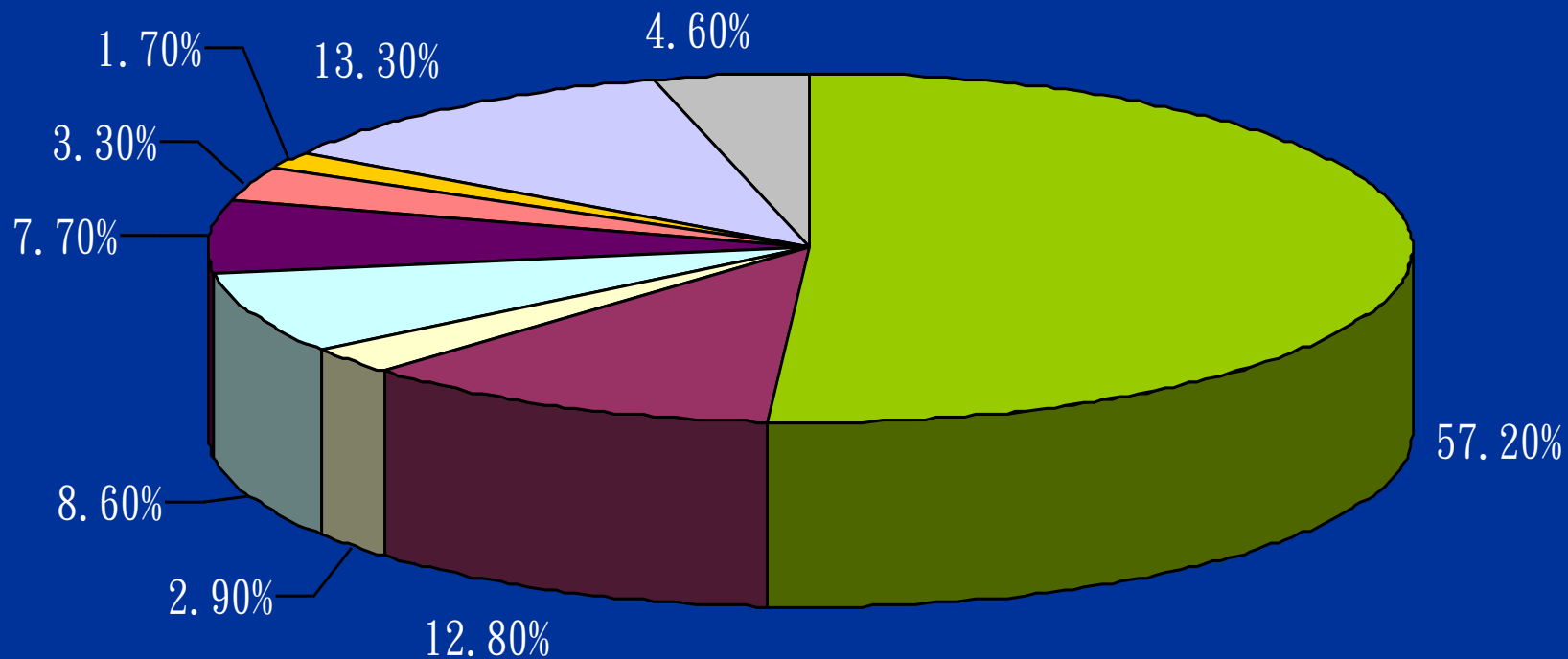
進一步分析發現

- ✓ 男生比女生常上網
- ✓ 女生每次上網talk與mail的時間比男生長
- ✓ 越憂鬱，每次上網與人talk或e-mil的時間越長

受訪者有負面情緒，壓力大時的紓解方式

- ✓ 前三名分別為「聽音樂」佔76.1%，「看電視」佔61.1%，「睡覺」佔56.1%。
- ✓ 其次為「找人聊天」佔52.7%，「打電動或連線遊戲」佔47%。再其次為「看課外書及漫畫」則佔43.7%。
- ✓ 與本會在民國91年進行之調查結果比較，紓解方式排名相同，但是打電動或連線遊戲的比例顯著提高。

心情不好，第一考慮去談話的對象



朋友或同學 媽媽 爸爸 男(女)朋友 哥哥或姊姊
弟弟或妹妹 其它親人 沒有人可談 其它

受訪者放學後最常做的活動分布情形

