

大學生日常生活、網路使用行為 與憂鬱傾向之相關性調查報告

調查單位：董氏基金會

研究報告：葉雅馨

發表時間：2006年10月3日

調查目的

為瞭解：

1. 當前大學生網路使用行為概況。
2. 大學生日常生活現況、社會支持情形。
3. 大學生網路使用行為與憂鬱傾向之相關程度。
4. 不同人口變項下大學生網路使用行為與憂鬱傾向之差異。

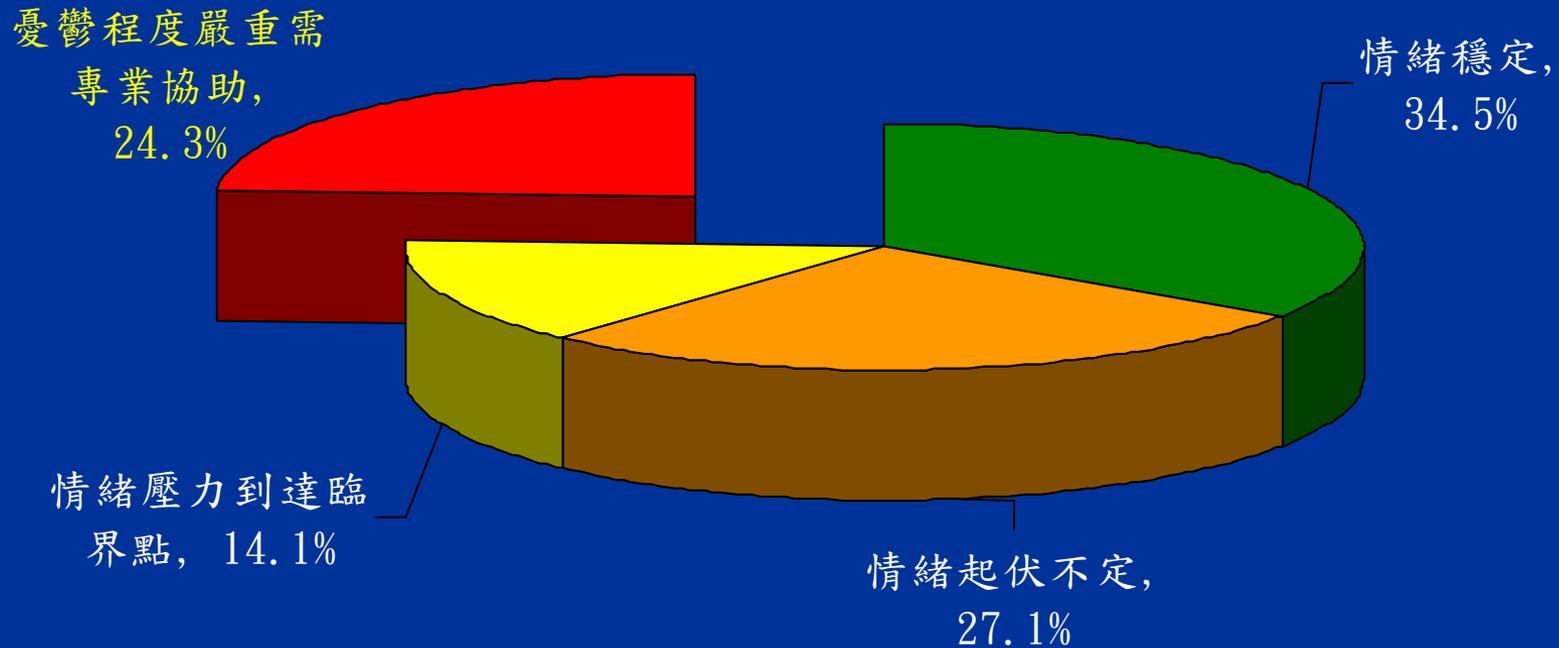
調查方式:立意抽樣法

調查時間:2006年4-5月

樣本:

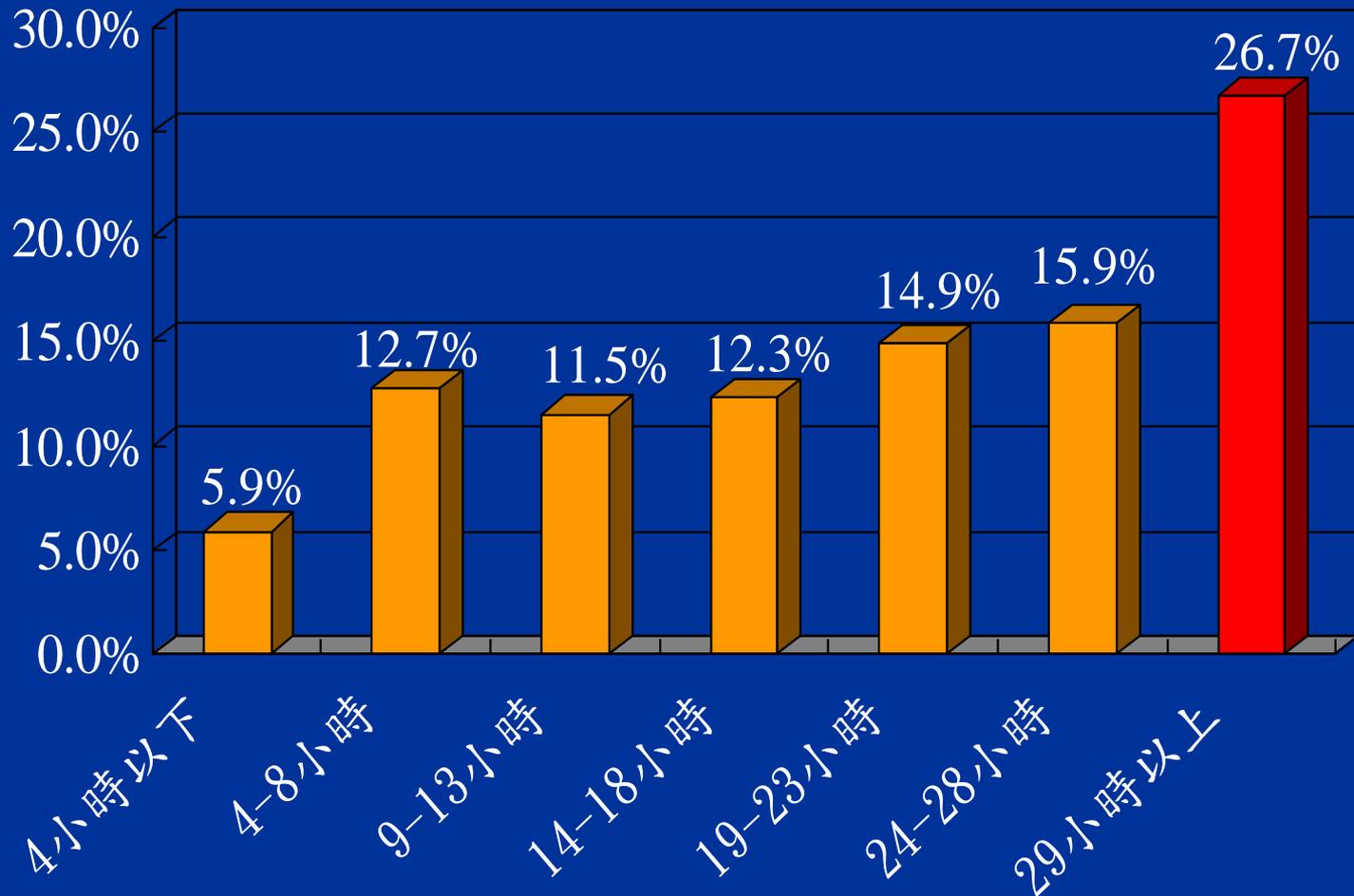
- 1、依據全國公私立一般體系、師範體系及技職體系大學或獨立學院學生人數比例分配各體系大學應抽樣之總樣本數及應抽樣校數。
- 2、依據北、中、南、東及桃竹苗各區域內公私立各體系校數比例，分配各區域內公私立各體系學校抽樣校數，總計抽取58學校。
- 3、立意抽取有意願合作進行此調查之學校進行，有效問卷為6543份。

大學生憂鬱程度分布



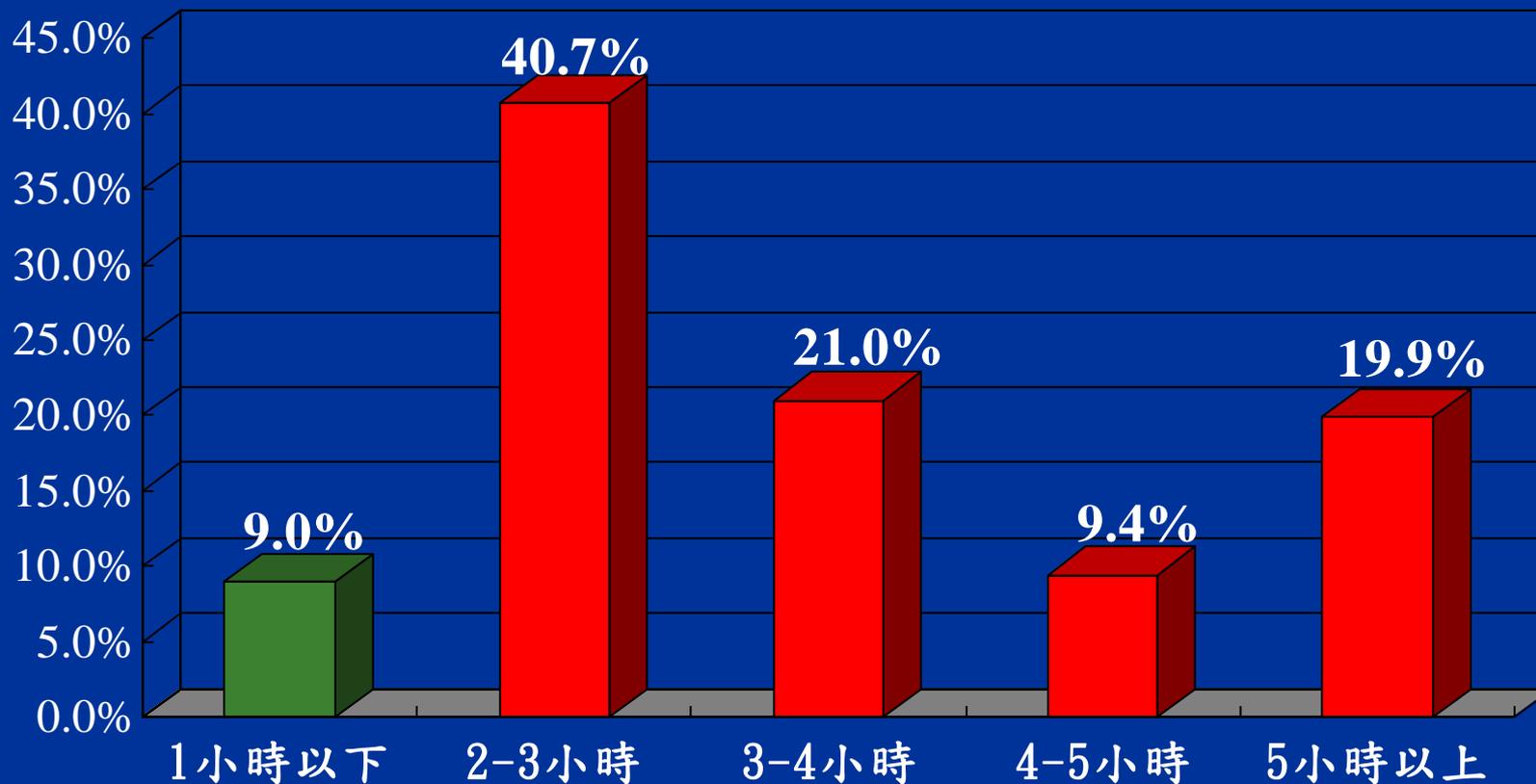
- 近乎每四位大學生就有一位憂鬱情緒嚴重需專業協助

大學生每週上網總時數



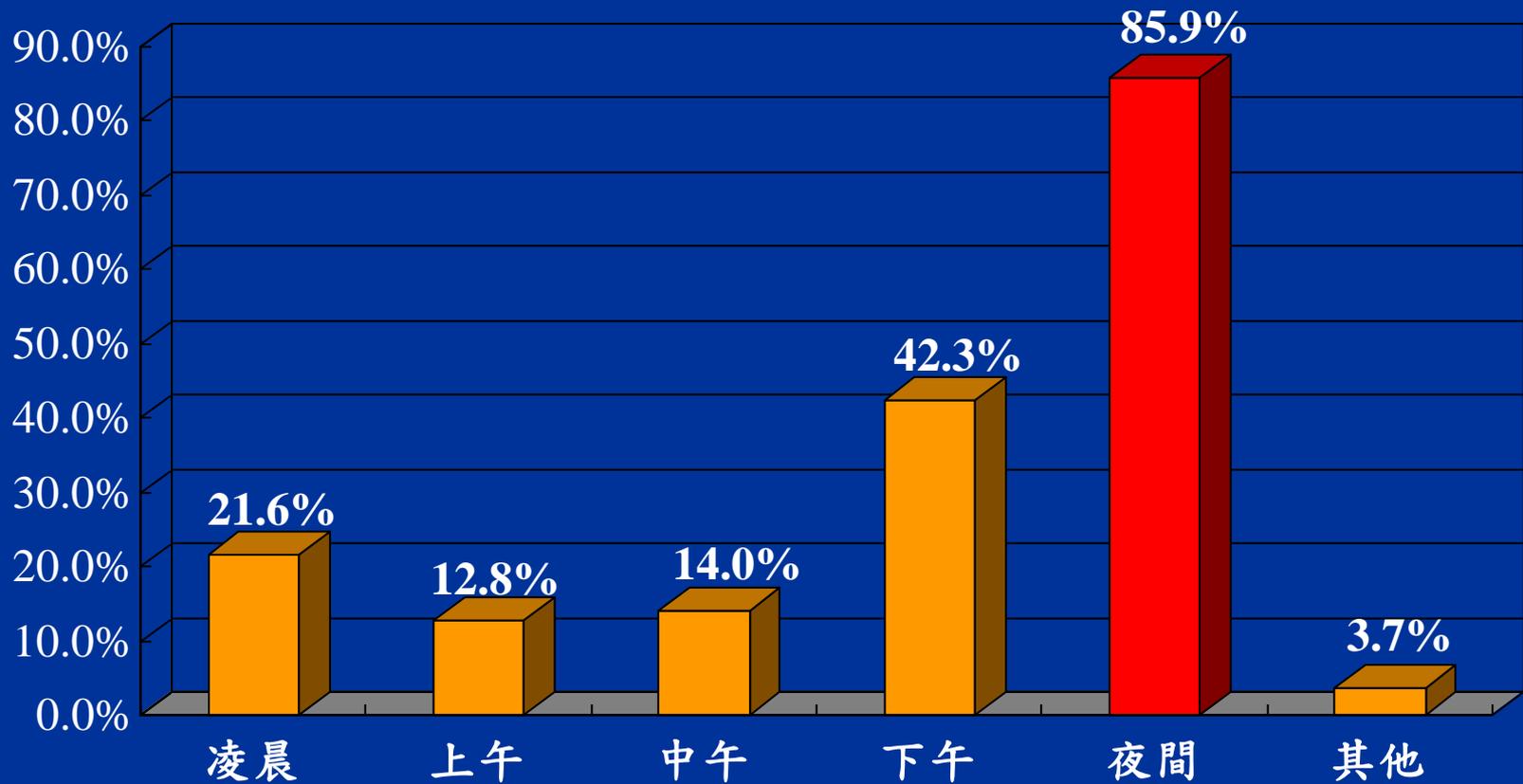
- 超過四分之一的大學生每週上網總時數超過29小時以上。

大學生每次上網持續時間分布



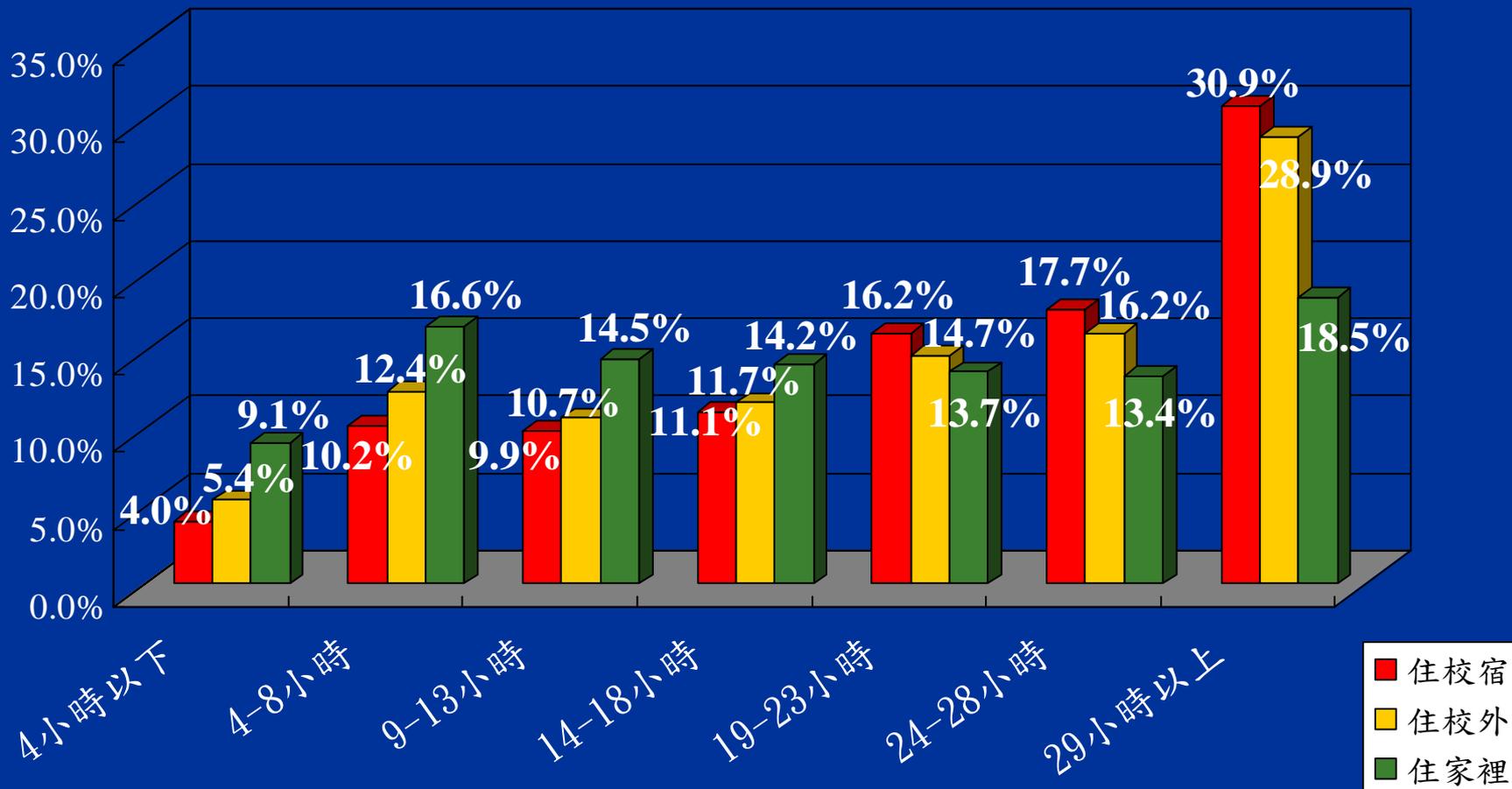
- 九成以上大學生每次上網持續二到三小時以上

大學生上網時段分布



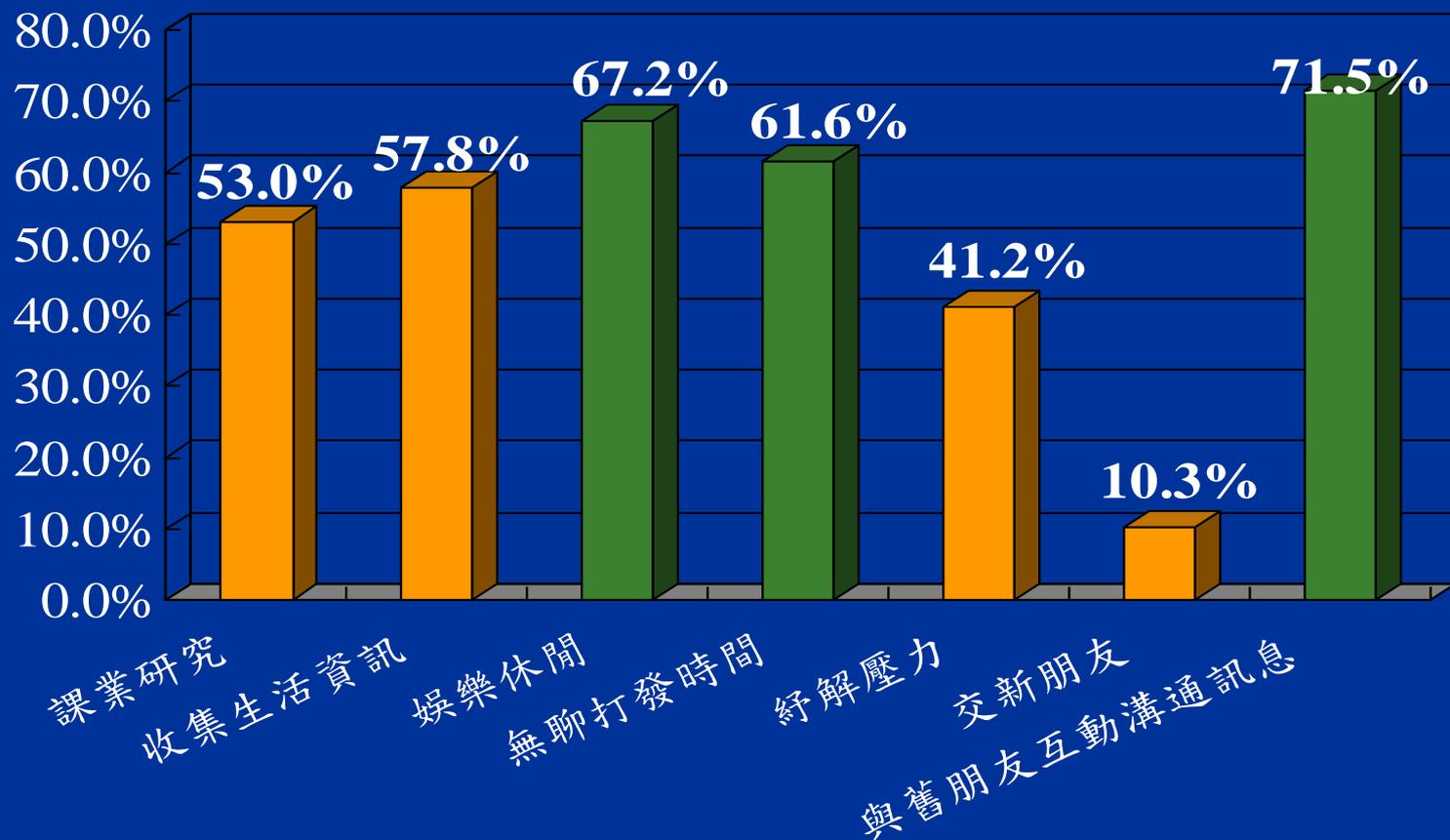
- 大學生夜間上網最多佔85.9%。

不同住宿狀況上網時間差異



- 住校生比校外住宿及住家裡的學生花更多時間上網

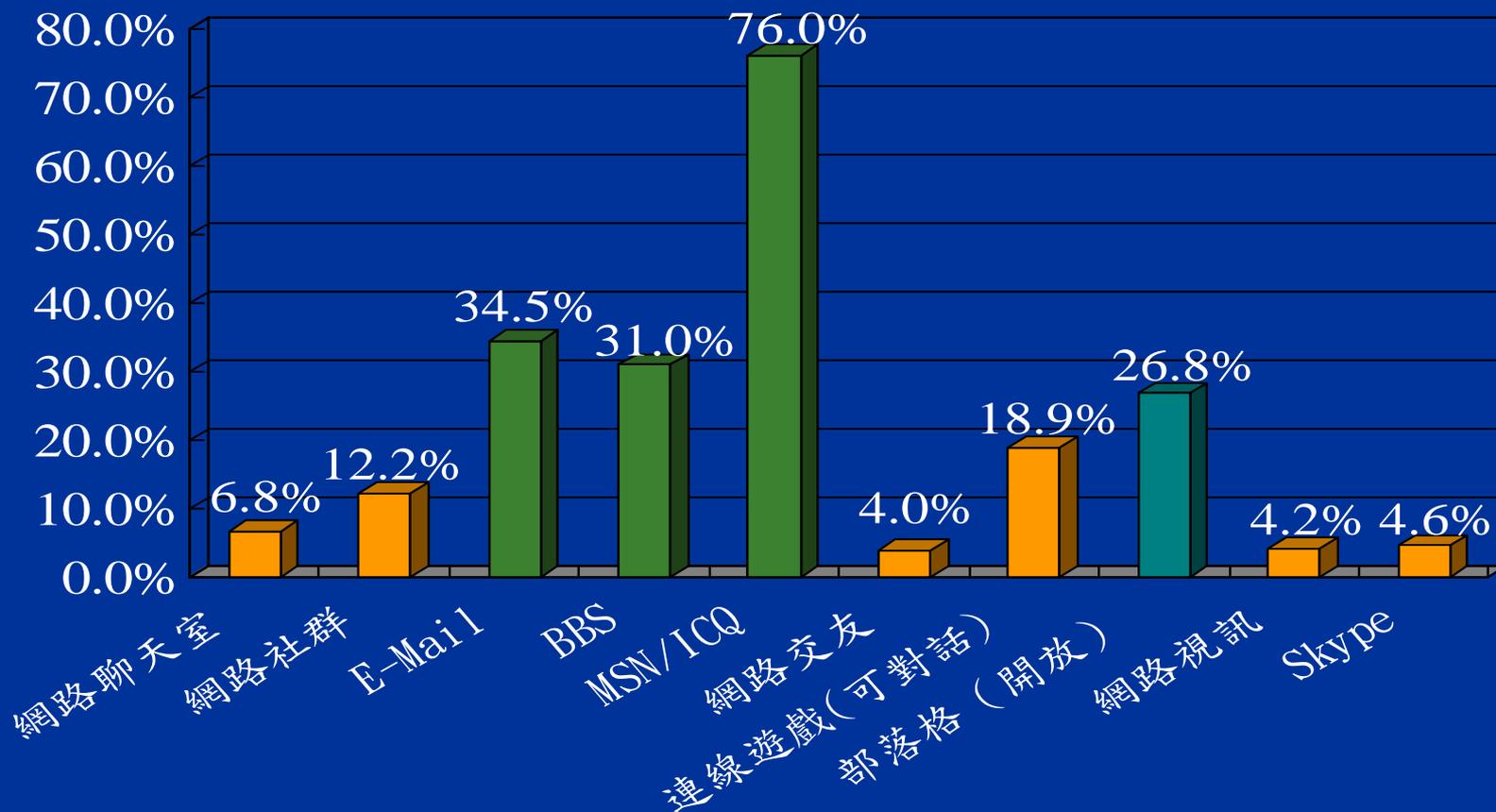
大學生上網目的分布



- 大學生上網目的前三名依序是「與舊朋友互動溝通訊息」、「娛樂休閒」、「無聊打發時間」。

本圖每一變項均由受試者在分為「沒有或極少」、「有時候」、「時常」、「總是如此」的量尺上進行選擇為複選。百分比值為受試者回答「時常」或「總是如此」的加總比例。

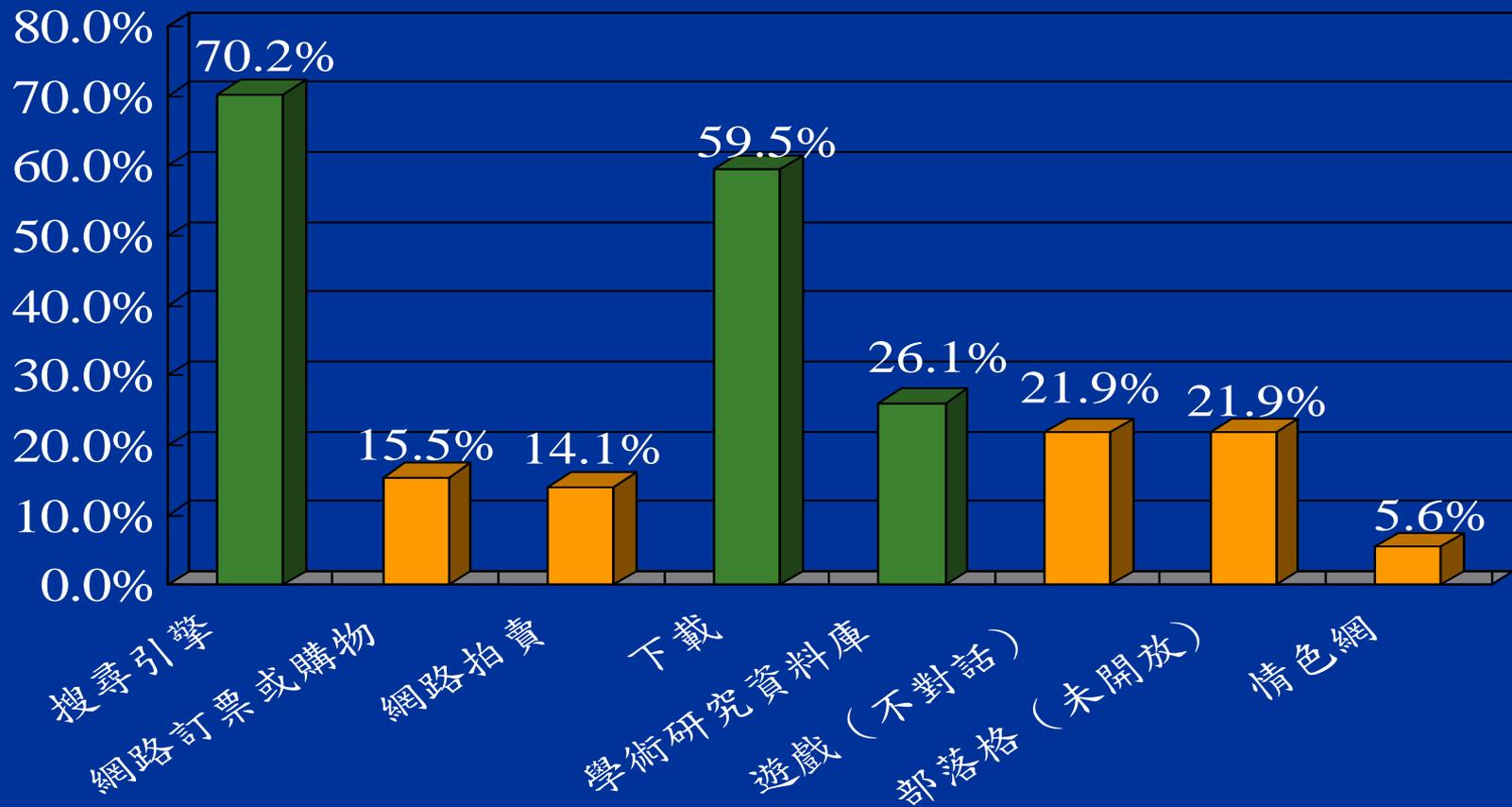
大學生使用網路溝通功能分布



- 大學生經常或總是使用網路溝通功能前三名依序是「MSN/ICQ」、「E-Mail」、「BBS」。

本圖每一變項均由受試者在分為「沒有或極少」、「有時候」、「時常」、「總是如此」的量尺上進行選擇為複選。百分比值為受試者回答「時常」或「總是如此」的加總比例。

大學生使用網路非溝通功能分布



- 大學生經常或總是使用網路非溝通功能前三名依序是「搜尋引擎」、「下載」、「學術研究資料庫」。

本圖每一變項均由受試者在分為「沒有或極少」、「有時候」、「時常」、「總是如此」的量尺上進行選擇為複選。百分比值為受試者回答「時常」或「總是如此」的加總比例。

性別、憂鬱情緒及網路使用行為之關係

- 女生比男生憂鬱。
- 男生每次上網持續時間比女生長。
- 男生每週上網總時數、每週使用網路溝通及非溝通功能總時數等，都比女生多。

使用溝通/非溝通功能總時數 與憂鬱情緒之相關性

- 每週上網總時數越多的大學生越有憂鬱傾向。
- 每週使用非溝通功能總時數越多的大學生越憂鬱。
- 每週使用溝通功能總時數的多寡對憂鬱情緒的影響不顯著。

憂鬱情緒狀態與上網時間關連之差異

	憂鬱情緒 嚴重	憂鬱情緒 不嚴重
每次上網持續五小時以上***	24.2%	18.7 %
每週上網29小時以上***	30.4%	25.4 %
經常或總是因上網而翹課***	2.4 %	1.3 %

憂鬱情緒嚴重的大學生比憂鬱情緒不嚴重者花更多時間上網。

*** $p < .001$

建議

- 避免因長時間上網影響正常生活作息及健康。
- 善用網路溝通功能如E-Mail、MSN，以維繫或強化真實生活的人際支持。
- 學校教育或相關設計單位可嘗試發展更多網路溝通互動機制，如game、動畫、短片等。