

國立臺灣大學理學院心理學研究所



碩士論文

Graduate Institute of Psychology

College of Science

National Taiwan University

Master Thesis

尋求再保證於網路：

憂鬱與網路成癮的形成路徑之前瞻性探索

Reassurance-seeking in Internet:

A prospective study of path to depression and Internet addiction

謝佳穎

Chia-Ying Hsieh

指導教授：陳淑惠 博士

Advisor: Sue-Huei Chen, Ph.D.

中華民國 105 年 6 月

June, 2016

國立台灣大學理學院心理學研究所

論文口試委員會審定書

謝雅穎先生所提論文 尋求再保證之網路：
憂鬱與網路成癮的形成路徑之前瞻性探索

經本委員會審議，符合碩士學位標準，特此證明。

論文考試委員會

主席 柯志鴻

委員 柯志鴻 陳淑惠

孫心亭 _____

指導教授：陳淑惠

所主任：李孝玲

中華民國105年6月29日

謝誌



出發已久，八年已過，重返本我的路上仍有無數的謎，而我何其有幸，仍可傾聽著無所不在的密語，見證人心的純粹，與這世間超越或然的排列。我願以最透明的心寫出最後的謝誌，為這段求學生涯作結。

謝謝我的指導教授陳淑惠老師，您讓我看見如何以好奇、誠實且慧黠的眼光來待人處事做研究，並讓我相信，這世界還有如此值得相信的大人。

謝謝柯志鴻醫師與劉同雪老師，在百忙之中願意為素未謀面的我口試，你們身而為人的溫暖，對我的提點與肯定，都成為我再進步的養分。

謝謝家人與像家人的你們，你們像恆星般存在，給我最奢侈的平凡。謝謝研究所同學與朋友們的寵愛，陪我一起玩，我度過很快樂的時光。謝謝各項人類文明陪我度過寫論文的階段，數獨、日劇、白馬走過天亮、榮格心靈地圖、碧昂絲與電台司令的新專輯，讓我能醒著出門，做著夢回家。

最後，謝謝當初執拗的少年我，有過不凡的夢。願未來在蹣跚的步伐裡，學做踏實的好人。

摘要



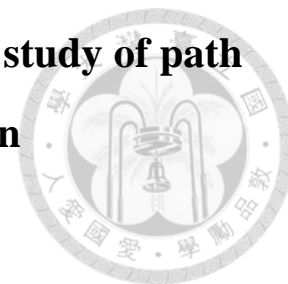
目的：在網路成癮之研究領域中，憂鬱為最常被報告的共病問題，然而過去研究多為橫斷性研究，而未能釐清兩者的病理前後關係。因此，本研究欲以相隔四週之前瞻性研究設計，檢驗憂鬱先於網路成癮之病理路徑的可能性。考量現今網路人際溝通隨科技進展而越趨重要，本研究將以人際取向探討之。基於 Coyne (1976b) 憂鬱人際模式之論述，Joiner、Alfano 及 Metalsky (1992) 認為尋求再保證乃惡化憂鬱之關鍵人際行為，本研究則進一步檢驗尋求再保證風格能否作為憂鬱與網路成癮之共同危險因子，並檢驗個體是否透過了現實/網路尋求再保證後果，而惡化了後續憂鬱與網路成癮。**方法：**研究參與者為網路招募之成年人，有效樣本共 181 名 (43.1% 男性，56.9% 女性，年齡範圍為 20 至 39 歲)。參與者以匿名方式作答，於初始時間點填答貝氏憂鬱量表第二版 (BDI-II)、陳氏網路成癮量表 (CIAS)、及中文版尋求再保證量表 (CRSS)，並於四週後填答 BDI-II、CIAS、及現實/網路尋求再保證量表。**結果：**(1) 控制初始網路成癮傾向後，初始憂鬱仍能顯著預測後續網路成癮。(2) 尋求再保證風格能顯著預測網路成癮，且此一關係受到初始憂鬱之調節。(3) 初始網路成癮能調節尋求再保證風格與現實/網路尋求再保證後果之關係，然而初始憂鬱並無調節效果。(4) 現實/網路尋求再保證後果皆能中介尋求再保證風格與後續症狀之關係。(5) 憂鬱與網路成癮形成模式僅獲部分支持，考量初始症狀後，現實/網路尋求再保證後果無法顯著預測後續症狀。**討論：**本研究將依據結果探討尋求再保證於憂鬱與網路成癮之形成路徑中所扮演的可能人際歷程，接著針對不符合原先假設的研究結果提出可能

解釋，並依序闡述本研究結果之貢獻、臨床意涵、限制以及未來研究方向。

關鍵字：網路成癮、憂鬱、共病、尋求再保證、人際模式



Reassurance-seeking in Internet: A prospective study of path to depression and Internet addiction

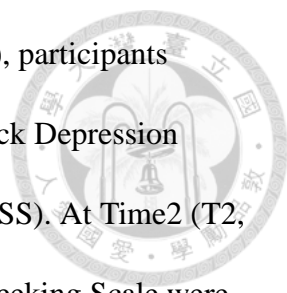


Chia-Ying Hsieh

Abstract

OBJECTIVE: Previous studies have demonstrated that depression is the most frequently reported psychiatric symptom comorbid with Internet addiction. However, these studies were mostly with cross-sectional design and insufficient to clarify the temporal sequence of the psychopathology of these two problems. Hence, the current study aimed to examine the path from depression to Internet addiction with a prospective design. With respect to progress in technology science, interpersonal activities in Internet become more popular and indispensable in people's lives. An alternative interpersonal approach is necessary to understand the development of depression and Internet addiction in this digital era. The current study explored whether reassurance-seeking style, an interpersonal tendency for eliciting other's rejection and deteriorating depressive symptoms proposed by Joiner, Alfano, and Metalsky (1992) conjoining Coyne's (1976b) interpersonal model of depression, may serve as a common risk factor for the development of depression and Internet addiction. Moreover, this study further tested the mediation role of offline/online reassurance-seeking outcomes in the path to depression and Internet addiction.

METHOD: We recruited a valid sample of 181 adults (43.1% Male, 56.9% Female,



age range = 20-39 years old) via web advertisement. At Time 1 (T1), participants were asked to fill out the Chen Internet Addiction Scale (CIAS), Beck Depression Inventory-II (BDI-II), and Chinese Reassurance-Seeking Scale (CRSS). At Time2 (T2, 4 weeks later), the CIAS, BDI-II, and Offline/online Reassurance-Seeking Scale were assessed. **RESULTS:** 1) After controlling T1 Internet addiction symptoms, T1 depressive symptoms still significantly predicted T2 Internet addiction symptoms. 2) Reassurance-seeking style significantly predicted T2 Internet addiction symptoms, and such correlation was moderated by T1 depressive symptoms. 3) T1 Internet addiction symptoms moderated the relationship between reassurance-seeking style and offline/online reassurance-seeking outcomes respectively, while T1 depressive symptoms did not serve as a moderator. 4) Offline/online reassurance-seeking outcomes mediated the relationship of reassurance-seeking style and T2 depressive as well as Internet addiction symptoms. 5) The model of path to depression and Internet addiction was partially supported. In specific, offline/online reassurance-seeking outcomes could not predict the followed-up symptoms while taking initial symptoms into account. **DISCUSSION:** Based on the above findings, the interpersonal process of reassurance seeking was discussed to elucidate the development of depression and Internet addiction. Finally, applications, clinical implications, limitations and future directions of the study were further addressed.

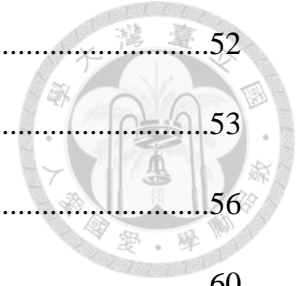
Keywords: *Internet addiction, depression, comorbidity, reassurance-seeking, interpersonal model*

目錄



第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機.....	1
第二節 網路成癮與憂鬱.....	2
第三節 網路成癮與尋求再保證.....	7
第四節 研究目的與假設.....	17
第二章 研究方法.....	22
第一節 研究對象與研究程序.....	22
第二節 研究工具.....	23
第三節 統計分析程序.....	27
第三章 研究結果.....	29
第一節 描述統計與相關分析.....	29
第二節 憂鬱與網路成癮之跨時間預測檢驗.....	32
第三節 重驗憂鬱人際模式.....	33
第三節 尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果及網路成癮之關聯探索	40
第四節 憂鬱與網路成癮形成模式檢驗.....	44
第四章 綜合討論.....	47
第一節 憂鬱與網路成癮之前後病理關係.....	47
第二節 重驗憂鬱人際模式.....	48
第三節 尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果及網路成癮之關聯探索	50

第四節	憂鬱與網路成癮之形成路徑.....	52
第五節	研究貢獻與臨床意涵.....	53
第六節	研究限制與未來研究方向.....	56
參考文獻.....		60
附錄.....		67



表圖目次



表 2-1 現實/網路尋求再保證量表之因素結構.....	28
表 3-1 各變項之描述統計	29
表 3-2 各變項之相關係數表	31
表 3-3 交互作用項預測現實尋求再保證後果之逐步多元迴歸分析	38
表 3-4 初始網路成癮之調節效果分析：現實尋求再保證後果為依變項	38
表 3-5 交互作用項預測網路尋求再保證後果之逐步多元迴歸分析	39
表 3-6 初始網路成癮之調節效果分析：網路尋求再保證後果為依變項	40
表 3-7 尋求再保證風格與交互項預測後續網路成癮之多元逐步迴歸分析	41
表 3-8 初始憂鬱之調節效果分析：後續網路成癮為依變項	41
圖 1-1 憂鬱與網路成癮之形成模式圖	21
圖 3-1 憂鬱與網路成癮跨時間預測概念圖	32
圖 3-2 憂鬱與網路成癮跨時間預測之路徑分析結果	33
圖 3-3 現實尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續憂鬱之中介分析	35
圖 3-4 網路尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續憂鬱之中介分析	36
圖 3-5 初始憂鬱/網路成癮之調節概念示意圖	37
圖 3-6 現實尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續網路成癮之中介分析	43
圖 3-7 網路尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續網路成癮之中介分析	44
圖 3-8 憂鬱與網路成癮形成之原模型路徑分析檢驗	45
圖 3-9 憂鬱與網路成癮形成之新模型路徑分析檢驗	46

第一章 緒論




第一節 研究動機

早於九零年代網際網路普遍化之前，媒體理論大師 McLuhan (1962, 1964) 已隱喻般揭示網路時代的藍圖，他認為電科技 (electric technology) 如同人類神經與感官之延伸，像電視延伸了眼、無線廣播延伸了耳、電話延伸了口，電的速度能穿越距離的阻礙，讓我們得以觸及遠方不可見、不可聽、不可對話之人事物，使得人類意識得以連繫世界脈動，形塑立即交會、共時共感的地球村 (global village) 面貌。網路自二十世紀末開始廣為使用，更徹底發揮了電子媒介作為人之延伸的特性，大幅且迅速地改變了人類與世界互動的方式。在此一變動之中，關切人類身心福祉的學者們便發現到有人從中受益，如新型態的數位學習、強化並擴大了個人社會網絡等，亦有人陷落虛擬延伸受苦其中，「網路成癮」便是極度受到重視的病理現象之一。

根據「2015年台灣無線網路使用狀況調查報告」指出，12歲以上民眾曾經上網的比例逐年攀升，已由2009年的71.3%至2015年83.4%，而12歲以上民眾曾使用「行動上網」(亦即透過電信公司網路上網)的比例更於近年來急遽增加，由2009年的11%至2015年的79.8%，其中行動網民最常使用的上網活動為即時通訊軟體(80.6%)與網路社群(74.1%)，高達76%的行動網民認為行動上網對社交生活拓展有所幫助(財團法人台灣網路資訊中心，2015)。

由上述資料推知，隨智慧型手機與行動上網之普及，網路於人的社會生活有著舉足輕重的地位，甚至，有學者觀察到個體可能會透過網路即時通訊活動，而



越聊越憂鬱、甚至網路成癮 (van den Eijnden, Meerkerk, Vermulst, Spijkerman, & Engels, 2008)。過去研究中，網路成癮與憂鬱一直有著顯著的關聯 (Ha et al., 2006; Whang, Lee, & Chang, 2003; Yen et al., 2007; Young, 1997; Young & Roger, 1998)，在網路人際活動愈趨蓬勃的時代脈動中，本研究欲以人際觀點切入網路成癮與憂鬱之關聯，援用憂鬱人際模式中尋求再保證之概念作為關鍵變項，探討尋求再保證於網路之可能樣貌，企圖勾勒出形成網路成癮與憂鬱之人際歷程並檢驗之。

第二節 網路成癮與憂鬱

壹、網路成癮的定義

在網路新興之際，Goldberg (1996) 發現開始有人因天天上網而廢寢忘食，因而模仿精神疾病診斷與統計手冊第四版 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, DSM-IV; American Psychiatric Association, 1995) 中成癮行為之概念，提出「網路成癮症 (Internet Addiction Disorder, IAD)」一詞。起初半開玩笑的「網路成癮症」，卻引來廣大的回應：第一，「網路成癮症」成了新興的臨床關注議題，一群深深陷於網路世界而無法自拔的上網族，突然有了詞彙可以標定出自己的問題，相繼發出求救訊號；第二，相應於此一臨床現象，英國學者 Griffiths (1996) 與美國學者 Young (1996) 開始啟動網路成癮之實徵研究，帶起一波新起的研究風潮。

在網路成癮最初的病理概念模式中，Young (1998) 認為 DSM-IV 所列的精神疾病中，乃病態賭博 (pathological gambling) 最接近網路成癮的本質，網路成癮使用 (addictive Internet use) 可視為一種不涉及藥物、酒精等物質 (intoxicants) 的衝動控制疾患類型。她參照 DSM-IV 病態賭博的診斷準則，提出網路成癮症的

建議性診斷，若一年內符合下列八項症狀中五項或以上，即符合此 IAD 之診斷：

- (1) 下網後仍對網路朝思暮想；
- (2) 花更多的時間上網才能達到同等的滿足感；
- (3) 時常無法成功地減少網路的使用或控制上網的衝動；
- (4) 當無法上網時發現自己變得疲憊、消沈、憂鬱；
- (5) 上網時間比預期來得更長；
- (6) 曾因網路的使用而影響關係、工作、學業或生涯的機會；
- (7) 曾因網路的過度使用而向家人或專家求助；
- 及 (8) 曾使用網路來紓解憂鬱的心情。

Griffiths (2000) 亦認為網路成癮乃行為成癮 (behavior addiction) 之一種類型，如同賭博、性愛等行為成癮，即便不涉及物質/藥物之攝入，仍同樣具備「成癮」的六項核心症狀，亦即 (1) 顯著性 (salience)，上網成為個體生活中最重要的事情，主宰其思考、感受及行為；(2) 心情改變 (mood modification)，因上網而產生的情緒後果，可作為因應情緒的策略(如以上網來紓解煩悶情緒)；(3) 耐受性 (tolerance)，花越來越多時間才能達到上述改變心情的效果；(4) 戒斷症狀 (withdrawal symptoms)，當中斷或減少網路使用時感到不舒服；(5) 衝突 (conflict)，因網路使用而產生的內在衝突 (如：想控制上網使用量卻又控制不了) 或外在衝突 (如：人際關係的緊繃)；及 (6) 再發 (relapse)，節制一陣子後又重複過度使用網路的行為模式。

在國內的研究中，陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋、楊品鳳 (2003) 依據傳統成癮疾患的診斷概念模型，且注重心理行為層面的描述，以強迫性上網、網路成癮戒斷反應、網路成癮耐受性、人際與健康問題、時間管理問題等因素建構了網路成癮之模型，而發展了用以測量網路成癮傾向程度的陳氏網路成癮量表 (Chen Internet Addiction Scale, CIAS)，。

根據上述國內外早期研究可發現，起初網路成癮的概念模型，大致援引自 DSM-IV 中成癮疾患的核心症狀架構。Kuss、Griffiths、Karila 及 Billieux (2014)

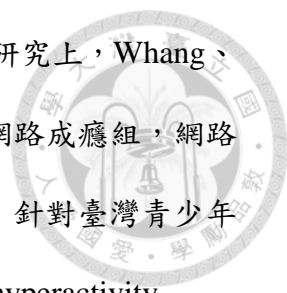
針對過去十年間的網路成癮文獻之回顧研究亦發現，現存的 21 份網路成癮評估工具，雖其概念、內容有所差異，但大部份均以物質使用疾患（substance use disorders）與病態賭博的診斷準則作為參照，包含了耐受性、戒斷症狀、強迫性使用以及不良後果等核心症狀，顯示網路成癮之核心定義於學術領域中有了相當共識。

然而，雖然網路成癮的研究發展至今已有不少成果，但網路成癮是否能視為一疾病實體仍有所爭議，有不少研究便指出網路成癮常與其他精神疾患的共病，如 Ha 等人(2006)便發現其青少年的網路成癮者樣本，與重鬱症(major depressive disorder)、思覺失調症(schizophrenia)、強迫症(obsessive-compulsive disorder)共病。Pies (2009) 亦質疑網路成癮的病程、生理證據、對藥物或心理治療的反應等資料尚未充足之條件下，網路成癮難以證明為一獨立疾病，建議釐清其他精神疾病與網路成癮的前後次序、探究某些家族病史(如情感疾患)的子女是否有更高機率發展網路成癮等，以了解網路成癮與其他疾病之交疊關係。

綜言之，現今網路成癮之概念定義，大多引用成癮疾患的診斷架構，包含網路過度使用、耐受與戒斷症狀、心理社會功能受損等因素。然而，網路成癮常與其他精神疾病同時存在，加深獨立診斷之複雜度，到底網路成癮為一種原發(primary)的疾病，抑或是其他精神疾患所導致的次發(secondary)疾病，至今仍未有定論。

貳、網路成癮與憂鬱之共病關係

截至目前為止，在探討網路成癮與其他精神疾病之共病研究中，憂鬱為最常被提及的共病對象。在網路成癮成為新興研究話題之際，Young (1997)、Young 與 Roger (1998) 便已開始探討網路成癮與憂鬱之間的關聯，發現病態網路使用



者與較高的憂鬱程度有關。此後相關研究持續累積，在橫斷性研究上，Whang、Lee 與 Chang (2003) 在韓國成人大型樣本中，發現相較於非網路成癮組，網路成癮組有較高的寂寞感、憂鬱情緒及衝動性；Yen 等人 (2007) 針對臺灣青少年的研究發現，網路成癮與注意力不足過動症 (Attention deficit hyperactivity disorder, ADHD) 症狀、憂鬱症狀有顯著正相關；Jang、Hwang 與 Choi (2008) 研究則發現青少年的網路成癮組，在九項精神症狀得分中，屬憂鬱分數最高。

除了憂鬱症狀的向度測量，診斷層次的研究亦有一些成果，如 Ha 等人 (2006) 自青少年網路成癮組中隨機選出 12 人、進行疾病診斷的半結構式晤談後發現，除了當中有 4 人的貝氏憂鬱量表得分超過 21 分，其中 3 人更達到 DSM-IV 的重鬱症診斷標準，人數高過其他精神疾病診斷；Bernardi 與 Pallanti (2009) 以義大利成人門診病患為樣本的研究，亦發現輕鬱 (dysthymia) 與網路成癮有 7% 之共病率。

綜觀這些橫跨了不同地區、年齡層、族群及時間點的研究結果，雖然在研究方法上有所差異，仍可一致發現憂鬱與網路成癮的顯著關聯。不過，由於上述研究乃為橫斷性研究 (cross-sectional study)，難以論斷憂鬱與網路成癮的病理因果關係，因此有賴於前瞻性研究以提供更多的實徵證據。

然而，累積至今的前瞻性研究成果較為有限。van den Eijnden 等人 (2008) 於荷蘭青少年的追蹤研究發現，網路即時通訊 (instant messaging) 的使用頻率可預測六個月後的憂鬱、衝動性網路使用 (compulsive Internet use)，然而「憂鬱」與「衝動性網路使用」兩者之間並未發現任何前後預測關係。Ko 等人 (2009) 以精神疾病來預測後續網路成癮的研究發現，憂鬱預測了女性青少年於兩年後的網路成癮。Lam 與 Peng (2010) 則以病態網路使用 (pathological Internet use) 能否預測精神疾病的角度，發現病態使用網路的青少年，其九個月後的憂鬱發生

率為未病態使用網路者的 2.5 倍；然而此一研究並未控制初始憂鬱程度對後續憂鬱之影響，因此，由網路成癮對後續憂鬱的作用仍需保守看待。

過去研究中，網路成癮病理現象之解析，常有賴於物質成癮疾患所累積的研究基礎，以提供可能的研究方向。在共病方面，依據 Mueser、Drake 與 Wallach (1998) 在探討物質使用疾患與嚴重精神疾患的研究中，便整理過去文獻所提出的四種共病解釋模式：第一，共同因子模式 (common factor model)，意指物質使用疾患與其他精神疾患有共同的致病因子 (如基因、反社會人格等)，以致兩者有較高的關聯；第二，次發型物質使用疾患模式 (secondary substance use disorder model)，意指其他精神疾患提高了物質使用疾患的風險；第三，次發型精神疾患模式 (secondary psychiatric disorders model)，意指物質使用疾患導致或惡化了其他精神疾患的症狀或病程；第四，雙向模式 (bidirectional model) 則假設兩種疾患的關係為持續地相互惡化，而讓兩者的病程越趨嚴重。

Mueser 等人 (1998) 研究發現，相對於物質使用疾患導致精神症狀/疾患之惡化，現有的實徵證據較為支持次發型物質使用疾患模式，其中三個次模式獲得較多佐證。第一，超敏模式 (supersensitivity model)，意指個體特定的生理脆弱性 (vulnerability) 與後天的早期經驗、壓力的交互作用，容易致使特定的精神症狀之發生與復發，而此一生物脆弱性亦使得個體在使用藥物後有較為負面的後果；第二，緩解憂鬱模式 (the dysphoria alleviation model) 意指精神疾患患者通常伴隨情緒低落之經驗 (dysphoric experience)，而使用藥物來緩解前述的憂鬱狀態，因而提高藥物濫用之風險；第三，多重危險因子模式 (the multiple risk factor model)，為緩解憂鬱模式的進一步擴充，意指輕鬱與多種危險因子 (如社會孤立、人際技巧弱、貧窮、成就挫敗等) 之積累效應下，容易導致後續的物質濫用。

參照前述成癮疾患共病模式之研究發現，憂鬱較可能為網路成癮的前置病理因子，亦即個體可能透過網路來緩解低落心情，因而提高網路成癮之風險。由於過去研究多為橫斷性研究，僅於討論中假設透過網路因應憂鬱情緒以致網路成癮之關聯，而前瞻性研究又較為有限，故本研究將以前瞻性研究設計再次驗證此一假設。


第三節 網路成癮與尋求再保證

本節首先將探討網路成癮的人際面，再援用憂鬱人際模式之論述，以「尋求再保證風格」此一人際行為特質，探討與網路成癮、憂鬱之可能關聯。

壹、網路成癮的人際面

在探討網路成癮與憂鬱之病理關聯時，由於網路使用動機、活動類型與內容多元而複雜，並隨著科技之演進而有了不同的面貌，因此有必要進一步爬梳過去文獻以探究其中異同。


在早期網路成癮研究中，若以網路活動類型加以區分，Young (1996, 1998) 研究便發現，非成癮者所使用的網路功能以資訊蒐集為主，而成癮者則以雙向溝通的網路功能為主，依序為聊天室 (35%)、MUDs (28%)、新聞群組 (15%) 及電子郵件 (13%)。Sherer (1997) 發現網路成癮者，花費在全球資訊網與寄發電子郵件的時間，並未與非成癮/依賴者有明顯差異，然而，網路成癮/依賴者卻花費了兩倍時間於網路聊天室與線上遊戲。Morahan-Martin 與 Schumacher (2000) 發現網路成癮者相較非成癮者，較常透過網路認識新朋友、尋求情緒支持、與興趣相投的人聊天、玩線上互動遊戲，也較常從事網路賭博與網路性愛。



若以上網動機加以區分，Wolfradt 與 Doll (1999) 的研究便將青少年的上網動機區分為人際、娛樂與資訊等三種功能，而 Matsuba (2006) 依據此一分類研究發現「人際」與「娛樂」之使用動機，則與網路病態使用有顯著正相關。國內研究中，韓佩凌 (2000) 發現網路沉迷者在「扮演與現實不同的角色」、「對眾人發表意見」、「結交新朋友」、「替代傳統聯絡方式」等網路使用動機項目上得分較非沉迷者高。

後續社交平台之興起，眾多年輕人的社交生活與網路平台的使用密不可分，許多學者開始投入社交平台 (social networking sites, SNS) 的相關研究 (如 Raacke & Bonds-Raacke, 2008)，並有研究聚焦於不同的心理特性如何影響社交平台的成癮現象 (如 Wilson, Fornasier, & White, 2010)。在這一波新起的社交平台研究風潮，開始有學者聚焦於網路人際互動、憂鬱與網路成癮之關係，其中有研究指出：有憂鬱症狀的青少年中，會投入較多自我揭露的網路互動之中，亦會以網路活動取代面對面的人際互動，而網路的即時通訊活動能各別預測青少年後續的憂鬱症狀與網路成癮 (van den Eijnden et al., 2008; Ybarra, Alexander, & Mitchell, 2005)。隨智慧型手機的問世與普及化，人手一機只要指頭一滑，便可迅速於線上經營其人際圈，更有 Phubbing 此一新詞用來描繪因過度沈迷手機 (phone) 而冷落 (snub) 生活周遭人事物之低頭族現象。Wu、Cheung、Ku 及 Hung (2013) 於中國的社交平台成癮研究，即在關心手機的可得性提升後人們的社交平台使用時間越來越長之現象；Salehan 與 Negahban (2013) 以美國樣本之研究，亦發現過度使用手機社交軟體則能顯著手機成癮。

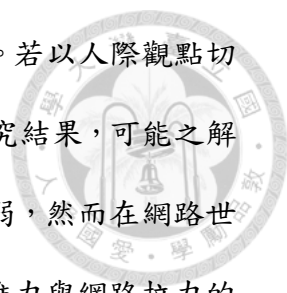
然而，有些研究並未發現社交平台的使用量與負性適應結果 (如憂鬱、網路成癮等) 有顯著相關 (如 Datu, Patrica, & Datu, 2012)，有兩種觀點提供了值得檢驗與修正的空間：第一，有研究表示現實社會支持 (offline social support) 能



調節網路社會支持與網路成癮間的關係（吳佳輝，2004），而人際關係品質不好的青少年，其上網時間才與憂鬱症狀的增加有關（Selfhout, Branje, Delsing, ter Bogt, & Meeus, 2009），現今網路與現實的區隔越趨模糊，大多數人亦將網路作為現實人際關係的延伸場所，網路社交活動的使用頻率與時間，不一定與負向適應結果有關，現實人際關係品質可能為此類研究之混淆變項；第二，其他學者批評若以頻率、時間總量等數值來簡化互動的內容，則難以釐清社交平台與負向適應結果之關聯，若以社交平台的互動品質為檢驗構念，則能發現線上互動品質與憂鬱之間的顯著關聯（Davila, Stroud, & Starr, 2009; Greca, Davila, & Siegel, 2008）。

根據國內近期報告，由國家發展委員會於民國 104 年所執行的「網路沈迷研究」指出，現今的網路成癮可能為一種「關係成癮」，排除工作或課業之上網用途，目前網路族最主要的網路活動是參與網路社群（44.9%）與使用通訊軟體（38.9%），且網路沈迷/成癮者在這兩項活動之頻率皆略高於非網路沈迷/成癮者；而自評網路沈迷/成癮者，有 39.8% 的人認為自己有人際關係的成癮傾向，比例明顯高於手機/遊戲/資訊取得之成癮。有趣的是，即使網路沈迷/成癮者的人際活動頻率略高於非網路沈迷/成癮者，非網路沈迷/成癮者有 52.6% 的人認為「網路上有更多人際聯繫與互動」為上網的好處，然而網路沈迷/成癮者僅有 37.8% 的人認同此一看法，相反地，網路沈迷/成癮者主要認為上網可以「帶來娛樂感」（51.5%）及「打發時間」（42.7%）。

總結上述，我們可以想見，現今網路活動隨科技演進不斷推陳出新，在此一快速變化之中人類的基本需求——人際需求——仍然存在，甚至可能因科技溝通媒介變得更加便利、溝通成本顯著下降，使得網路人際溝通在現代人的生活中佔有愈來愈高的比例。從上述早期至新近的網路成癮研究可發現，經歷科技的蓬勃發展，



「網路人際溝通」依舊為網路成癮者主要從事的網路活動之一。若以人際觀點切入，究竟是什麼原因導致並維持網路成癮？根據先前所提之研究結果，可能之解釋模式為：網路成癮者現實生活中人際關係互動較少、品質較弱，然而在網路世界中與人暢所欲言、獲得社會支持的可能性較高，在此一現實推力與網路拉力的雙重作用下，使得個體沈迷於網路世界中。然而，本研究在此提出另一種可能性，個體在網路世界的重要人際需求可能也是受挫的，由於不滿才會繼續想於網路世界中繼續填滿。據此，本研究將援用憂鬱人際模式來探討個體之依賴需求，如何透過人際行為的特定傾向而引發後續的人際拒絕，進而導致負向適應結果之歷程，以提供人際觀點的網路成癮病理模型。

貳、憂鬱人際模式

在憂鬱的研究脈絡中，相對於聚焦於憂鬱個體本身的認知及行為模式，Coyne (1976b) 從「憂鬱個體與其人際處境」的觀點著手，針對憂鬱個體之心理狀態、特定行為模式、以及他人相對應之反應加以描述，為憂鬱的維持或增加提出了人際取向的動態論述。

Coyne 依循精神分析的理論基礎，認為在憂鬱個體的心中，與憂鬱個體互動的他者既是要給予支持、安撫與保證的對象，同時亦是嚴厲、不真誠、會拒絕自己的對象。為了修復自身的失落，憂鬱個體常對依賴關係(dependent relationship) 中的互動對象，釋放出自己脆弱無助的訊息，使得與其互動的他者不得不去安撫、照顧、提供保證。然而當他者回應之後，憂鬱個體常質疑對方是否發自肺腑之言，無法確認自己是否足夠被愛、被接納，而再次向他者展現脆弱一面，以尋求撫慰與保證。起初他者可能基於同情與關心而繼續提供支持，然而憂鬱個體極有可能再次懷疑其真誠度，並透露自己內在需求尚未滿足與修復，以冀他者能再度提供

撫慰。在上述人際互動中可發現，所謂的憂鬱症狀，是一連串憂鬱個體向他者要求肯認、保證的訊息，用以調度、修復其內在的失落。

對他者而言，面對這般修復的任務卻如面臨無底的黑洞，反覆再三提供了支持與保證，卻屢屢遭到懷疑，還得接收憂鬱個體有形無形中所透露的無助、無望、退縮、易怒或激動等訊息，經常讓他者感到挫敗、負擔甚至厭煩。於是，即使他者按捺情緒來給予憂鬱個體口頭上的保證，仍可能在非口語訊息、或其他口語內容上出現不一致的情形。若在關係中需檢核言行不一的訊息時，需要時間與更多資訊來釐清狀況，以確定對方到底是否真的接受、肯認自我的價值。然而，憂鬱個體可能不願忍受、或無法忍受對方尚未解開自己心中的疑惑，而使用其憂鬱症狀來尋求反覆的回饋，以測試關係中是否有足夠的安全感。此一憂鬱的展現會讓他者感到罪惡，而不得不克制自己的厭煩與敵意來提供保證，不過可以想見，支持、保證的品質會隨著負面情緒的積累而逐漸下降，憂鬱個體所釋放的情緒負擔與反覆質疑，亦會導致他者更多的拒斥甚至離去，進而限縮憂鬱個體的人際範疇，使得憂鬱症狀持續惡化。

綜合上述，Coyne 綜合過去研究與自身的臨床觀察，動態地描繪了憂鬱個體如何致使其人際環境更加令人憂鬱的過程，為憂鬱症狀的維持或惡化提供了人際取向的論述。當然，憂鬱個體在引發此一人際僵局上佔了重要地位，不過既然存在於互動中，若沒有另一方的協同參與是難以維持下去的，憂鬱個體對外在環境的負面知覺與認知，除了可能是片面、扭曲的個人詮釋，亦可能與其逐漸變調的關係有著一定的關聯性。

為了量化驗證此一憂鬱人際模式，Coyne (1976a) 在初始研究中將 45 個女大學生分成三組，分別與憂鬱組、非憂鬱組與控制組進行 20 分鐘的電話交談，結果發現相對於與其他組互動的人，與憂鬱組互動後的人會感到較多的憂鬱、焦

慮、敵意等負面情緒，且互動後顯著降低未來與憂鬱個體互動的意願。在此，在原初憂鬱人際模式的複雜動態論述中，Coyne (1976a) 部分驗證了「憂鬱」至「他人負向情緒與拒絕」的關聯。

此後相關的實徵研究逐漸累積，根據 Marcus 與 Nardone (1992) 的回顧文章，在與憂鬱陌生的人短期互動中，大部份均未發現「憂鬱」至「他人負向情緒與拒絕」的顯著關聯，不過若以長期互動的熟識對象（如配偶、室友等）當作樣本，則較能發現與憂鬱個體互動的他者，有較多的負向情緒及人際拒絕。此一結果凸顯了 Coyne 在原初憂鬱人際模式的闡述中，憂鬱個體所互動的對象是依賴關係中的重要他人。

然而，累積至此的實徵結果，僅針對「憂鬱」與「他人負向反應與拒絕」之關聯提供幅合證據，許多研究問題仍未被回應與檢驗，如：憂鬱個體接收到這些人際拒絕後有何後果？上述研究以憂鬱個體為研究對象，憂鬱是在初始階段如何發生並未予以解釋，若同樣以人際行為的角度切入，是否有特定的人際行為以致憂鬱的發生？在此一憂鬱維持及惡化的人際模式中，到底是憂鬱個體的哪些特定行為，引發了他人負向情緒與拒絕呢？

參、尋求再保證

為了回應上述的研究議題，Joiner 等人 (1992) 提出「尋求再保證」之概念，亦即「憂鬱個體會要求重要他人對其價值與可被接納性做出一再保證，且『再三重複』地質疑與要求」，以明顯標定出憂鬱個體造成他人情緒改變與拒絕的關鍵行為。此舉補足了過去研究缺少的憂鬱個體之行為模式，讓 Coyne 的憂鬱人際模式有了更加清晰且可被驗證的理論架構。

Joiner 等人 (1992) 認為先前實徵資料中，「憂鬱」到「他人拒絕」之關聯

未有一致發現，有可能是此一關係受到其他調節變項之影響，而「尋求再保證」作為憂鬱人際模型中的關鍵行為，應扮演此一途徑的調節角色。其研究結果發現，「憂鬱」與「他人拒絕」之關係未有顯著主要效果，然而此一關係會受到「尋求再保證」與「自尊」等調節變項影響，亦即高憂鬱個體若伴隨高尋求再保證、低自尊，則能顯著預測後續的他人拒絕。

研究上，尋求再保證除了當作調節變項，亦開始轉向為脆弱因子，以預測憂鬱的發生。像是 Potthoff、Holahan 與 Joiner (1995) 便將尋求再保證風格視為人際脆弱因子，在其為期五週的前瞻性研究發現，時間一的尋求再保證會透過時間二的社會壓力（如：家人間意見不合、被重要他人情緒性傷害、被朋友排除聚會在外）之間接效果來顯著預測時間三的憂鬱症狀。Joiner 與 Schmidt (1998) 亦以空軍學生為研究樣本，在初始時間點測量尋求再保證與憂鬱症狀，在經歷基本軍事訓練（視為壓力事件）後再測量其憂鬱症狀，結果發現時間一的尋求再保證能預測時間二壓力後憂鬱症狀之增加。

為了進一步檢驗尋求再保證於憂鬱的脆弱因子角色，Joiner、Metalsky、Katz 與 Beach (1999b) 的文章中依據 Garber 與 Hollon (1991) 所提的心理病理脆弱因子之三項準則，依序驗之：(1) **共發性** (covariation)：意指尋求再保證與憂鬱之間應有穩定顯著相關，研究者引用 8 篇研究發現皆發現顯著相關，範圍介於.16 至.48；(2) **先行性** (temporal antecedence)：意指尋求再保證作為一脆弱因子應先於憂鬱發生，在體質—壓力模式為架構下，過去研究確實發現尋求再保證與壓力的共同作用下，能預測後續憂鬱（如：Joiner & Schmidt, 1998; Potthoff, Holahan, & Joiner, 1995）；(3) **非偽性** (nonspuriousness)：意指尋求再保證與憂鬱之關聯，須在概念上盡可能地排除第三變項對兩者關聯之影響，診斷特異性 (diagnostic specificity) 即為其中一種重要的檢驗方式，如 Joiner 與 Schmidt (1998) 便發現

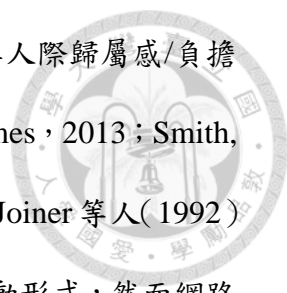
在控制焦慮症狀後，尋求再保證依舊能預測後續憂鬱程度。簡言之，Joiner、Metalsky、Katz 與 Beach (1999b) 依據脆弱因子的判準並統整了過去文獻，大致支持了尋求再保證作為憂鬱的脆弱因子之立論。

然而，之後便有學者對尋求再保證作為脆弱因子的非偽性提出質疑，譬如 Davila (1999b) 在專文中提出三個質疑：(1) 只有憂鬱會導致過度尋求再保證嗎？(2) 是否真的只有過度尋求再保證會特定促使憂鬱惡化？(3) 是否過度尋求再保證只會導致憂鬱此一後果？Davila (1999a)、Davila、Cobb、Lindberg、Polsky 及 Baliotis (1999) 發現在控制憂鬱症狀後，尋求再保證仍然與自戀型人格、依賴型人格顯著相關，推論尋求再保證為一種人格特徵，而非專屬於憂鬱的行為傾向，直接挑戰了前述尋求再保證與憂鬱之非偽性，並將尋求再保證視為一種特質性 (trait-like) 的危險因子，進一步導致憂鬱與其他可能的人際失能狀況。Timmons 與 Joiner (2008) 於專書中，終於也將尋求再保證重新定義為危險因子，並與其他危險因子共同作用影響憂鬱，而非專屬憂鬱之脆弱因子。

總結來說，「尋求再保證」被視為憂鬱人際模式中維持或惡化憂鬱症狀之關鍵行為，起初有兩條檢驗路徑，第一，尋求再保證作為調節因子，已憂鬱者若具高尋求再保證，會經由他人拒絕中介，導致後續憂鬱 (如：黃天豪，2004)，第二，尋求再保證作為脆弱因子，與壓力之共同作用下，會發展後續憂鬱 (如 Potthoff et. al., 1995; Joiner & Schmidt, 1998)。後續研究中，尋求再保證從脆弱因子角色拓寬為一種危險因子，因此，尋求再保證可能與其他危險因子共同作用下影響後續憂鬱之外，亦可能影響其他可能之人際失能或精神症狀等負性適應結果。

肆、網路成癮與尋求再保證

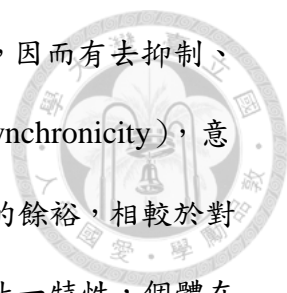
截至目前為止，並無直接探討尋求再保證與網路成癮的研究，僅有兩篇以「臉



書尋求再保證」(Facebook reassurance seeking) 為構念、探討與人際歸屬感/負擔感與身體不滿意/暴食症狀之關聯的研究 (Clerkin, Smith, & Hames, 2013; Smith, Hames, & Joiner, 2013)。回溯 Coyne(1976b)提出憂鬱人際模式、Joiner 等人(1992)提出尋求再保證概念的時代，均以面對面溝通為主要的人際互動形式，然而網路自二十世紀末開始蓬勃發展後，電腦中介溝通 (computer-mediated communication) 發展至今日的行動溝通 (mobile communication)，人類的溝通媒介有了巨大的改變。究竟，尋求再保證與網路的關係為何？在網路的人際溝通環境中，是否塑造一個更可能過度尋求再保證的環境，因而在當中感到更多的人際疏離？此一人際負面處境是否讓個體更有可能發展出網路成癮？

根據 Wellman & Haythornthwaite (2002) 描述人類社會的人際互動隨科技發展有了不同階段的樣貌：在前工業時代，是以門戶對門戶 (door to door) 為單位的互動關係，鄰居彼此發生什麼事、去了哪裡，都能在整個社區、村莊裡傳聞；後來火車、飛機等公共運輸交通的科技出現，在物理距離上任兩個點能被連接起來，變成地點對地點 (place to place) 的互動關係；而當手機這類行動科技的出現，人們更不用固定待在同一個地點、或在同一個位置使用電腦來和對方互動，無論何時何地，個體都能以人對人 (person to person) 的方式直接互動。簡言之，透過現今通訊科技的進步，人類的溝通方式已從「定址」走向「定位」的新生活型態，此一發展方向似乎逐步破除原有互動中所面臨到的空間與時間限制，提升了兩個端點溝通之立即性與同步性，形塑一種隨身體移動的個人社會網絡。

進一步地，Valkenburg 與 Peter (2011) 根據過去文獻整理了三項影響網路人際溝通的網路特性：第一，匿名性 (anonymity) 是指無法辨識個人的真實身分與特徵。在匿名性的環境中，因為缺少個人身分的辨別或語音視覺的訊息，個體能控制在溝通中讓對方接收怎樣程度的訊息，對自我呈現有較多控制，且在匿



名性的環境中，個體較不擔心對方對其自我呈現的想法或評價，因而有去抑制、去個人化的感受，會有較多的自我揭露。第二，非同步性（asynchronicity），意指在網路溝通中，個體在回應對方前擁有較多思考、修改訊息的餘裕，相較於面對面的溝通，其訊息的可編輯性（editability）是較高的，基於此一特性，個體在網路上有更多的時間去編輯其所欲求的自我呈現；第三，可得性（accessibility），是指在社交平台或即時通訊中，獲得觀眾或聽眾的可能性較高，甚至這些對象可能是個體在現實生活中很少連絡的人、或是根本不會碰到的人，抑或擁有相同經驗、興趣的陌生人。

基於上述網路環境特性，對於想要尋求再保證的個體，網路可能提供一個便利且具吸引力之環境。相對於面對面的溝通環境，網路的匿名、去身體化特性，使人在網路上溝通時可能較易表達內在感覺與想法；網路的可得性高，使人在其移動式的個人社會網絡中，隨時隨地皆有表達、抒發的機會，彷彿走到哪裡、哪裡就有聽眾；網路混合了同步性和非同步性，則顯示網路溝通多重樣貌，當溝通對方仍在線上時，跨越時空的即時聯繫滿足了共在（co-present）的關係需求，而回應的非同步性則使人有更多時間與空間思考如何表達自己。

然而，這些便利的環境亦可能有其負面的影響。當具高尋求再保證傾向之個體，渴望透過網路媒介滿足其倚賴需求時，由同步性帶來的人際立即性回饋，與非同步性帶來的空白時間混合，亦可能形成一種間歇式增強安排（intermittent reinforcement schedule）進而維持或增強上網行為，提高網路成癮之風險。且相對於傳統面對面的溝通情境，在網路互動的情境中，個體覺知對方是否在乎自己、願意回應自己、或開始厭惡/拒絕自己等問題，因身體不在場而較為缺乏對方具體的非語言訊息與情境線索，因而有更多的猜測空間，此一處境可能帶給個體相當的焦慮感，生活中常聽聞的「已讀不回」、「不讀不回」即是一例。個體為了因


應此一不確定性，個體可能會重複檢查手機訊息、在網路上追蹤重要他人的行蹤，而對網路較為依賴，另一方面，亦可能透過網路來紓解主觀知覺到人際拒絕後之負向情緒。

總結上述，網路作為一種人際溝通媒介，其影響是多樣多變的，然而網路特性如何對人產生影響，則必須看待個體差異如何與這些環境條件互動而定，而「尋求再保證風格」作為一種體現個體差異的特質，於網路環境中有何展現？是否導致網路成癮等負面適應結果？至今仍極少有研究探討。

第四節 研究目的與假設

壹、研究目的


從以上文獻回顧可得知，網路成癮自二十世紀末受到關注以來，是否為一獨立的疾病實體仍有爭議。其中，與網路成癮最常被報告的共病對象即為憂鬱，在不同國家/時間點/年齡層之橫斷性研究，大致皆發現網路成癮與憂鬱有一致而顯著的關聯。然而，在前瞻性研究上，網路成癮與憂鬱之病理前後關係仍未有一致的研究結果。基於過去物質成癮疾患與精神疾病之共病模式研究結果，由精神疾患導致次發型成癮疾患之解釋模式受到較多實徵支持。其中，緩解憂鬱模式即為解釋此一病理關聯之常見模式，亦即個體為了消緩其憂鬱心情而提高了物質成癮風險，而擴充緩解憂鬱模式之多重危險因子模式，進一步將發生於憂鬱之前的危險因子納入考量，而危險因子與憂鬱之積累效應，則導致後續成癮疾患之發生。簡言之，依循上述兩個共病模式之概念，因憂鬱而成癮之路徑於病理研究中已有相當實徵資料之累積，有鑑於此，本研究欲透過四週之前瞻性研究設計，以檢驗憂鬱於病理上是否先於網路成癮。



基於前述憂鬱與危險因子之致病模型，本研究將以「尋求再保證風格」作為危險因子，探討可能的網路成癮與憂鬱之形成路徑。本研究爬梳過去文獻，發現自二十世紀末網路成癮受到關注以來至今，「網路人際互動」為網路成癮者最頻繁使用的活動類型之一，然而過去文獻中網路人際互動之測量較為單一，如使用某網路平台之時間長短或頻率作為網路人際互動的實體，而未能細緻捕捉致使網路成癮之特定人際互動樣貌。因憂鬱作為網路成癮之常見共病對象，本研究將援引憂鬱人際模式中「尋求再保證」之概念，亦即「個體要求重要他人對其價值與可被接納性做出一再保證，且『再三重複』地質疑與要求」，以探討可能導致網路成癮與憂鬱之人際運作歷程。此外，本研究基於網路特性之文獻回顧與推想，假設對於高尋求再保證風格之個體而言，網路此一媒介可能為一既吸引又危險的溝通情境，進而區分「網路尋求再保證」與「現實尋求再保證」，以凸顯除了面對面之溝通外，現今網路人際溝通對人之可能影響。

接著，呼應 Davila (1999b) 在專文中對憂鬱與尋求再保證之非偽性的質疑：「只有憂鬱會導致過度尋求再保證嗎？」、「是否過度尋求再保證只會導致憂鬱此一後果？」，本研究欲將「尋求再保證風格—尋求再保證後果（他人拒絕）—後續憂鬱」此一中介路徑，延伸為「尋求再保證風格—尋求再保證後果（他人拒絕）—負向適應結果」，檢驗尋求再保證風格是否可能透過網路/現實尋求再保證後果而惡化網路成癮。此外，考量初始憂鬱作為尋求再保證與其後果間之調節角色，網路成癮症狀作為一種狀態不良的先行條件，亦可能推使高尋求再保證風格之個體較易出現不良人際後果。由於尚未有研究探討尋求再保證與網路成癮之關聯，上述所列問題值得進一步檢驗。

最後，回到前述「危險因子→憂鬱→網路成癮」之共病模型為架構，本研究欲以初始憂鬱/網路成癮、尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果、後續憂



鬱、以及後續網路成癮等建構憂鬱與網路成癮之形成模式，藉以完整描繪個體在危險因子之積累作用下透過憂鬱心情而導致網路成癮之歷程。換言之，本研究欲探索尋求再保證此一入際行為傾向，如何與初始憂鬱/網路成癮等先行不良之條件共同作用，而引發網路與現實情境中所主觀知覺的人際拒絕（現實/網路尋求再保證），接著此一負向人際處境再透過後續憂鬱，進而惡化了後續網路成癮。

綜合上述，本研究目的有三：

1. 以四週之前瞻性研究設計，釐清憂鬱與網路成癮之前後病理關係。
2. 以尋求再保證風格作為危險因子，是否透過網路/現實尋求再保證後果，影響後續憂鬱/網路成癮，並檢驗初始憂鬱、初始網路成癮可能扮演的調節角色。
3. 建構尋求再保證風格、初始憂鬱、初始網路成癮、現實/網路尋求再保證後果、後續憂鬱、以及後續網路成癮等憂鬱與網路成癮之形成模式，並檢驗之。

貳、研究假設

綜合文獻回顧與論述推衍，本研究將檢驗以下假設：

一、網路成癮與憂鬱之跨時間預測

假設 1-1：若以初始憂鬱與初始網路成癮同時預測後續憂鬱，僅有初始憂鬱能顯著預測後續憂鬱。

假設 1-2：在控制初始網路成癮程度對於後續網路成癮程度之影響後，初始憂鬱程度能預測後續網路成癮程度。

二、重驗憂鬱人際模式：網路/現實尋求再保證後果之中介效果檢定

假設 2-1：現實尋求再保證後果能中介尋求再保證風格與後續憂鬱程度之關係。



假設 2-2：網路尋求再保證後果能中介尋求再保證風格與後續憂鬱程度之關係。

假設 2-3：初始憂鬱/網路成癮程度能調節尋求再保證風格與現實尋求再保證後果之關係。

假設 2-4：初始憂鬱/網路成癮程度能調節尋求再保證風格與網路尋求再保證後果之關係。

三、尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果與網路成癮之關聯探索

假設 3-1：尋求再保證風格能預測後續網路成癮程度。

假設 3-2：初始憂鬱程度能調節尋求再保證風格與後續網路成癮之關係。

假設 3-3：現實尋求再保證後果能中介尋求再保證風格與後續網路成癮之關係。

假設 3-4：網路尋求再保證後果能中介尋求再保證風格與後續網路成癮之關係。

四、檢驗憂鬱與網路成癮之形成模式（見圖 1-1）

假設 4-1：在模式中，尋求再保證風格、初始憂鬱及初始網路成癮能預測網路尋求再保證後果。

假設 4-2：在模式中，初始憂鬱、尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果能預測後續憂鬱。

假設 4-3：在模式中，初始網路成癮、初始憂鬱、尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果、後續憂鬱能預測後續網路成癮。

假設 4-4：在模式中，現實/網路尋求再保證後果會透過後續憂鬱影響後續網路成癮。

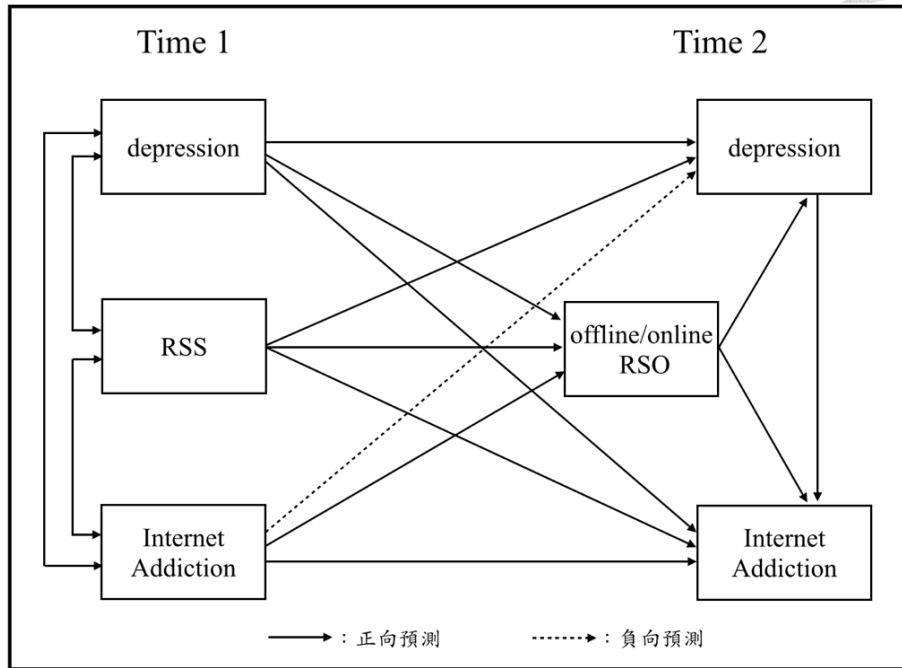


圖 1-1：憂鬱與網路成癮之形成模式圖。RSS 為尋求再保證風格，offline/online RSO 為現實/網路尋求再保證後果。

第二章 研究方法



第一節 研究對象與研究程序

壹、研究對象

本研究為兩階段之前瞻性研究，於民國 105 年 3 月與 4 月兩階段(間隔四週)，以方便取樣的形式，於知名網路平台 PTT 的打工版與台大版招募成人受試者。第一階段 (T1) 的蒐案前後共進行了三週，以分批進行施測，每個時段受測人數不等，範圍介於為 1 至 13 人，最後共有 205 人完成，其中男性 86 人 (42%)，女性 119 人 (58%)，年齡分佈自 20 至 39 歲，平均年齡為 23.13 歲，標準差為 3.55 歲。第二階段 (T2) 亦花了三週分批進行追蹤，每個時段受測人數介於 1 至 10 人，最後共有 183 人完成，剔除第一階段有重複填答量表狀況之受試者資料後，兩階段皆完成的有效樣本為 181 人，為第一階段完成人數之 88.3%，其中男性 78 人 (43.1%)，女性 103 人 (56.9%)，年齡分佈自 20 至 39 歲，平均年齡為 23.15 歲，標準差 3.58 歲。

貳、研究程序

本研究將量表轉換成 Google 表單的形式，於台大心理系電腦教室團體施測。第一階段時，首先向受試者說明知情同意書 (內容包括研究目的、內容及參與者之權益義務等)，待受試者詳細閱讀並同意後，始於電腦上填寫量表，此階段包含陳氏網路成癮量表 (CIAS)、貝氏憂鬱量表第二版 (BDI-II) 及中文版尋求再保證量表 (CRSS)。第二階段 (四週後)，填寫陳氏網路成癮量表 (CIAS)、貝

氏憂鬱量表第二版 (BDI-II) 及現實/網路尋求再保證量表 (online/offline RSS) 等量表，結束所有量表的填答後予以微薄酬勞以示感謝。



第二節 研究工具

壹、陳氏網路成癮量表 (Chen Internet Addiction Scale, CIAS)

陳氏網路成癮量表為陳淑惠等人 (2003) 依循傳統成癮疾患的診斷模式，以「網路成癮核心症狀」與「網路成癮相關問題」為主要架構，而發展出評估網路成癮程度的自陳式量表。該量表採用四點李克氏量尺，自 1 至 4 分，分別代表「極不符合」、「不符合」、「符合」及「非常符合」等程度，共有 26 題，總分數範圍為 26 分至 104 分，分數愈高表示網路成癮的傾向愈高。此外，CIAS 可用於篩選出高風險族群，根據 Ko、Yen、Cheng、Chen 及 Yen (2005) 建議以 63/64 為青少年網路成癮高風險族群的切截點，得分 64 分以上 (含) 即為網路成癮高風險群；此一切截點具備良好的診斷準確率 (87.6%)、特異性 (92.6)，以及中等的敏感度 (67.8%)。

CIAS 經因素分析後得到五個分量尺，網路成癮核心症狀可再分為強迫性上網、網路成癮戒斷反應、網路成癮耐受性等三個因素量尺，網路成癮相關問題可分為人際與健康問題、時間管理問題等兩個因素量尺；在信度分析上，原量表研究係以大學生為樣本，CIAS 全量表內部一致性係數 (Cronbach's α) 為.93，各因素量尺之內部一致性介於.79 與.81，兩週後的全量表再測信度為.83 (陳淑惠等人，2003)。

後續研究亦提供該量表更多心理計量特性的實徵證據，如 Yen 等人 (2007) 以高中/高職生為樣本之研究結果顯示，CIAS 全量表內部一致性係數為.94，各因

素量尺之內部一致性介於.75與.82；在本研究的成人樣本中，CIAS的內部一致性分別為：強迫性上網(.68)、網路成癮戒斷反應(.75)、網路成癮耐受性(.69)、人際健康問題(.74)、時間管理問題(.73)、總量表(.88)，而四週後的再測信度為.86。綜合上述，經不同年齡、時間之本土樣本檢驗，顯示CIAS具有良好且穩定的信效度。

貳、貝氏憂鬱量表第二版 (Beck Depression Inventory-II, BDI-II)

貝氏憂鬱量表第二版為臨床與研究上廣為使用、用以測量憂鬱的自陳式量表 (Beck, Steer, & Brown, 1996)，使用年齡範圍落於13至80歲。BDI-II採用四點李克氏量尺，自0至3分，受試者需在各題的四個陳述中，選擇一個最符合最近兩週以來自身情形的描述。該量表共有21個題項，所有題項分數的加總(0到63分)即為憂鬱症狀嚴重程度之指標。

在心理計量特性方面，Beck、Steer與Brown(1996)分別以大學生與門診病人等不同樣本進行信效度檢驗，BDI-II經因素分析得到認知情感症狀(cognitive-affective symptoms)與身體化憂鬱症狀(somatic depressive symptoms)兩因素，且具備了足夠的內部一致性信度(Cronbach's $\alpha = .92 \sim .93$)；後續研究亦驗證了BDI-II為兩因素結構，內部一致性範圍介於.85~.92(如Dozois, Ahnberg, & Dobson, 1998；Storch, Roberti, & Roth, 2004；黃天豪, 2004；楊如泰, 2010)；本研究的內部一致性為.92，四週後再測信度為.87。綜合以上，國內外研究皆指出該量表具良好的信效度。

參、中文版尋求再保證量表 (Chinese Reassurance Seeking Scale, CRSS)

中文版尋求再保證量表由黃天豪、陳淑惠(2012)所發展的自陳式量表，共

有 12 題題項，採七點李克氏量尺，分數愈高，則表示個體的尋求再保證的行為傾向與後果愈高。

中文版尋求再保證量表乃依循 Coyne (1976b) 憂鬱人際取向心理病理模式的脈絡下，針對 Joiner、Alfano 及 Metalsky (1992) 論述憂鬱個體引發周遭他人反感與拒絕的核心因素—「尋求再保證」—而發展出的量表。過去探討尋求再保證的文獻中，係使用 Metalsky 等人 (1991) 所編製的憂鬱人際關係問卷之尋求再保證分量表 (Depressive Interpersonal Relationships Inventory-Reassurance-seeking Subscale, DIRI-RS)，作為個體尋求再保證傾向之測量指標。黃天豪、陳淑惠 (2012) 考量既有測量工具 DIRI-RS 在心理計量特性上的缺點，並跟循原作者對尋求再保證的理論基礎，以「尋求再保證 (Reassurance Seeking, RS)：一種請求他人對其價值以及是否被接納做出一再保證之傾向」與「尋求再保證後果 (Reassurance Seeking Outcome, RSO)：他人因個體的尋求再保證而產生產生的負向情緒或拒絕」作為新量表 CRSS 的主要架構，並且維持 DIRI-RS 原有的 4 題題項，再新增 8 題題項，以作為新的測量工具。

在心理計量特性方面，CRSS 所新增的 8 題題項，與原 DIRI-RS 的 4 題題項相關高達.91；在因素分析的檢驗下，符合原預期「尋求再保證」與「尋求再保證後果」的兩因素結構（各區分為 6 題的分量尺）；尋求再保證分量尺、尋求再保證後果分量尺及全量表之內部一致性 (Cronbach's α) 分別為.90、.93 及.91，四週後的再測信度：尋求再保證分量尺為.72，尋求再保證後果分量尺為.71（黃天豪、陳淑惠，2012）。本研究中尋求再保證分量尺、尋求再保證後果分量尺以及全量表的內部一致性分別為.91、.95、.93。綜合上述，顯示 CRSS 為有效且可信的測量工具。

肆、網路/現實尋求再保證量表(Online/Offline Reassurance Seeking Scale, Online/offline RSS)

網路/現實尋求再保證量表乃依本研究目的而自行編修的量表，以中文版尋求再保證量表為樣板，原題項敘述不更動的前提下，在各題前頭分別加上網路(網路即時通訊)/現實(透過面對面溝通、電話或網路電話等)等情境描述，因而編修成各 12 題的兩份自陳式量表，用以測量個體一個月內透過不同媒介之尋求再保證行為與其後果。據此，網路/現實尋求再保證量表一樣為七點李克氏量尺，並分為「尋求再保證」與「尋求再保證後果」兩個分量尺，分數愈高，則代表個體使用不同媒介(網路/現實)的尋求再保證行為頻率與其後果愈高。

然而，網路成為當代社會中人際溝通的重要工具，當網路世界成為現實生活的一部分、甚至不可或缺時，要區分何為網路/現實之尋求再保證實屬不易。本研究依據 Valkenburg 等人(2011)所整理出影響人際互動的三項網路特性—匿名性(anonymity)、非同步性(asynchronicity)與可得性(accessibility)—作為區分的參照。根據文獻論述，本研究假設個體在使用網路即時通訊時，尋求再保證的便利度與可得性可能較高，且在去身體的情境中，個體有可能較為自在地表達倚賴需求，而在知覺對方是否對自己的尋求再保證感到反感、拒絕時，非語言線索較為缺乏的情境中可能使個體有更多猜測的空間。據此，本研究企圖以不同互動媒介中所感受到的非語言線索多寡，區分出「透過面對面溝通、電話或網路電話等」與「網路即時通訊」等兩種互動情境，以各別作為現實尋求再保證、網路尋求再保證之構念測量。

在心理計量特性方面，依據因素分析之結果(見表 2-1)，現實/網路尋求再保證量表皆能萃取出預期的原 CRSS 兩因素結構，而兩因素各可解釋 74.36%(現實)、80.49%(網路)之變異，兩因素相關則皆為.55；現實尋求再保證分量尺、

尋求再保證分後果量尺、全量表的內部一致性(Cronbach's α)分別為.92、.96、.94；網路尋求再保證分量尺、尋求再保證分後果量尺、全量表的內部一致性，分別為.95、.97、.95。綜合上述，現實/網路尋求再保證量表屬信效度良好的可用工具。

第三節 統計分析程序

本研究以 SPSS 21.0、Process v2.15 以及 AMOS 24.0 等統計套裝軟體進行資料分析，以瞭解量表的心理計量特性，並檢驗本研究之假設，詳細的統計分析程序如下：

1. 效度檢驗：檢驗本研究自編的「現實/網路尋求再保證量表」是否符合「中文版尋求再保證量表」的兩因素結構（結果見表 2-1）。
2. 信度檢驗：瞭解「陳氏網路成癮量表」、「貝氏憂鬱量表第二版」、「中文版尋求再保證量表」及「現實/網路尋求再保證量表」等全量表或分量表的內部一致性信度。
3. 相關分析：採取合適的相關分析方法，以探討各變項之間的關聯性，包含基本人口學變項、憂鬱程度（包含 T1、T2）、網路成癮程度（包含 T1、T2）、尋求再保證風格（T1）及網路/現實尋求再保證行為與後果（T2）。
4. 迴歸分析：於中介關係與調節關係之相關假設上，使用單元迴歸、逐步多元迴歸來協助檢驗。
5. 中介/調節效果分析：使用 Hayes(2012)所研發的統計附件軟體 PROCESS 中之模型 1（調節模型），以檢驗調節變項不同水準之估計效果量，而以模型 4（中介模型）以檢驗中介效果是否達顯著。
6. 路徑分析：檢驗時間一的憂鬱與網路成癮是否能預測時間二的憂鬱與網



表 2-1

現實/網路尋求再保證量表之因素結構

	題項	現實尋求再保證量表		網路尋求再保證量表	
		因素一 RS	因素二 RSO	因素一 RS	因素二 RSO
因素一： 尋求再保證 (RS)	1	.84	.39	.92	.47
	2	.91	.45	.94	.45
	3	.91	.46	.92	.44
	4	.70	.41	.79	.47
	5	.74	.65	.81	.64
	6	.75	.63	.81	.65
因素二： 尋求再保證後果 (RSO)	7	.55	.92	.52	.94
	8	.55	.92	.51	.93
	9	.50	.91	.54	.95
	10	.45	.87	.47	.90
	11	.41	.88	.38	.93
	12	.47	.86	.49	.82

註：使用最大概似法 (Maximal Likelihood Method; ML) 萃取因素、最優法 (Promax) 進行斜交轉軸。

第三章 研究結果



第一節 描述統計與相關分析

壹、描述統計

表 3-1 包含所有變項之樣本數、最大值、最小值、平均值及標準差。其中，本研究參考黃天豪（2004）之分析作法，將尋求再保證行為當作「尋求再保證風格」（Reassurance-Seeking Style, RSS）之特質測量指標，將尋求再保證後果（Reassurance-Seeking Outcome, RSO）作為主觀認為他人拒絕之測量指標，而時間二的網路尋求再保證亦可分為行為與後果等兩個因素，後續分析將以「現實/網路尋求再保證後果」為主要檢驗之變項，以代表個體在現實/網路情境中主觀所知覺的人際拒絕。

表 3-1
各變項之描述統計

變項	樣本數	最小值	最大值	平均數	標準差	
時間一 (初始)	憂鬱症狀	181	0	56	11.16	8.84
	網路成癮程度	181	32	88	61.40	10.07
	尋求再保證	181	12	67	28.49	13.08
	尋求再保證行為	181	6	37	17.72	8.54
	尋求再保證後果	181	6	40	10.77	6.29
時間二 (後續)	憂鬱症狀	181	0	59	10.97	9.39
	網路成癮程度	181	33	87	62.09	10.25
	現實尋求再保證	181	12	71	26.09	12.50
	現實尋求再保證行為	181	6	36	15.45	7.86
	現實尋求再保證後果	181	6	41	10.65	6.27
	網路尋求再保證	181	12	65	24.08	12.77
	網路尋求再保證行為	181	6	42	13.92	8.17
	網路尋求再保證後果	181	6	32	10.17	6.24

由表 3-1 之結果可見，時間一/時間二的憂鬱程度之平均數為 10.97 與 11.16 分，而臨床憂鬱組之切截分數 13/14 (Beck, Steer, & Brown, 1996)，顯示本研究樣本之憂鬱可能有偏高狀況；時間一/時間二的網路成癮平均分數為 61.4 與 62.09 分，亦相當接近高網路成癮風險族群之切截分數 63/64 (Ko 等人，2005)。

貳、相關分析

如表 3-2 所示，在憂鬱與網路成癮方面，同一時間點上，初始（時間一）憂鬱與初始網路成癮具顯著正相關 ($r = .50, p < .001$)，後續（時間二）憂鬱亦與後續網路成癮具顯著相關 ($r = .53, p < .001$)。跨時間點之比較上，初始憂鬱與後續憂鬱（4 週後）有顯著正相關 ($r = .87, p < .001$)，初始網路成癮與後續網路成癮（4 週後）亦具顯著正相關 ($r = .86, p < .001$)；此外，初始的網路成癮與後續憂鬱達顯著正相關 ($r = .47, p < .001$)，初始憂鬱與後續網路成癮亦達顯著正相關 ($r = .50, p < .001$)。

在憂鬱與尋求再保證方面，兩個時間點的憂鬱皆與時間一的尋求再保證風格有顯著正相關 ($r_s = .16 \& .18, p < .05$) 兩個時間點的憂鬱亦與時間二的現實/網路尋求再保證總分有顯著正相關 ($r_s = .15 \sim .17, p < .05$)，而兩個時間點的憂鬱與本研究主要變項—現實/網路尋求再保證後果—之相關則略高於前者關聯 ($r_s = .24 \sim .26, p < .05 \sim 0.1$)。

在網路成癮與尋求再保證方面，兩個時間點的網路成癮皆與時間一的尋求再保證風格有顯著正相關 ($r_s = .24 \& .25, p < .01$)，而兩個時間點的網路成癮皆與所有時間二的尋求再保證項目有顯著正相關 ($r_s = .19 \sim .35, p < .05 \sim .01$) 其中，兩個時間點的網路成癮與本研究主要變項—現實/網路尋求再保證後果—之相關則介於 .32 ~ .35 ($p < .001$)。

此外，所有尋求再保證相關變項彼此間皆具顯著正相關 ($r_s = .36 \sim .92, p < .001$)。在主要變項之間，尋求再保證風格與現實/網路尋求再保證後果之相關分別為.36 ($p < .001$) 與.38 ($p < .001$)，而現實尋求再保證後果與網路尋求再保證後果則高達.82 ($p < .001$)。

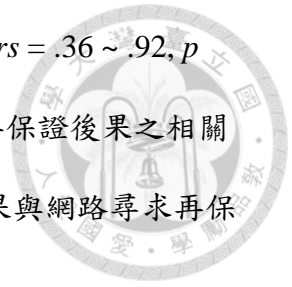


表 3-2
各變項之相關係數表

		T1			T2							
		BDI-II	CIAS	RSS	BDI-II	CIAS	Off-RS	Off-beh	Off-out	On-RS	On-beh	On-out
T1	BDI-II											
	CIAS	.50***										
	RSS	.16*	.24**									
T2	BDI-II	.87***	.47***	.18*								
	CIAS	.50***	.86***	.25**	.53***							
	Off-RS	.15*	.28***	.53***	.15*	.32***						
	Off-beh	.05	.19*	.56***	.04	.23**	.91***					
	Off-out	.24**	.33***	.36***	.25**	.35***	.85***	.56***				
	On-RS	.17*	.35***	.56***	.17*	.35***	.84***	.73***	.76***			
	On-beh	.07	.30***	.58***	.06	.31***	.78***	.79***	.56***	.92***		
	On-out	.24**	.33***	.38***	.26***	.32***	.70***	.46***	.82***	.85***	.56***	

註：T1 為時間一；T2 為時間二（四週後）；BDI-II 為貝氏憂鬱量表總分；CIAS 為陳氏網路成癮量表總分；RSS 為尋求再保證風格；Off-RS 為現實尋求再保證總分；Off-beh 為現實尋求再保證行為；Off-out 為現實尋求再保證後果；On-RS 為網路尋求再保證總分；On-beh 為網路尋求再保證行為；On-out 為網路尋求再保證後果。

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

第二節 憂鬱與網路成癮之跨時間預測檢驗



由於上述相關分析無法判斷憂鬱與網路成癮之間的方向性，故本研究將藉由四週前瞻性研究之實徵資料，並以路徑分析進行檢驗。見圖 3-1 所示，在病理前後關係上，後續憂鬱可能同時會受初始憂鬱、初始網路成癮之影響，而後續網路成癮亦可能同時會受初始網路成癮、初始憂鬱之影響，此外，在概念上亦需考量初始憂鬱與初始網路成癮之相互關聯，與後續憂鬱與後續網路成癮之相互關聯，以此建構概念圖進行分析。

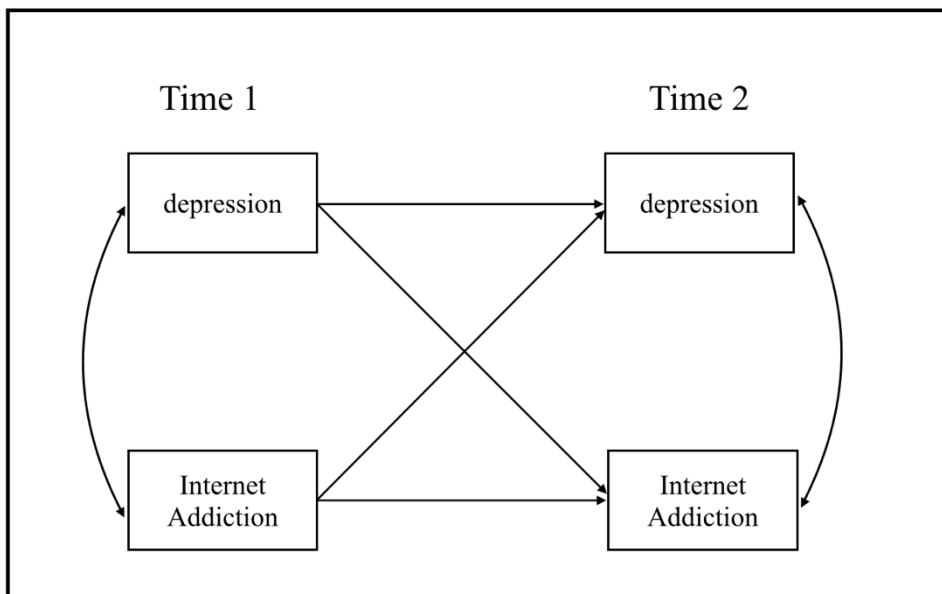


圖 3-1：憂鬱與網路成癮跨時間預測概念圖

分析結果如圖 3-2 顯示，對於後續憂鬱而言，初始憂鬱仍是最主要的解釋變項，且控制了初始憂鬱後，初始網路成癮即無法預測後續憂鬱；對於後續網路成癮而言，初始網路成癮亦是最主要的解釋變項，然而控制了初始網路成癮後，初始憂鬱仍能顯著預測網路成癮。

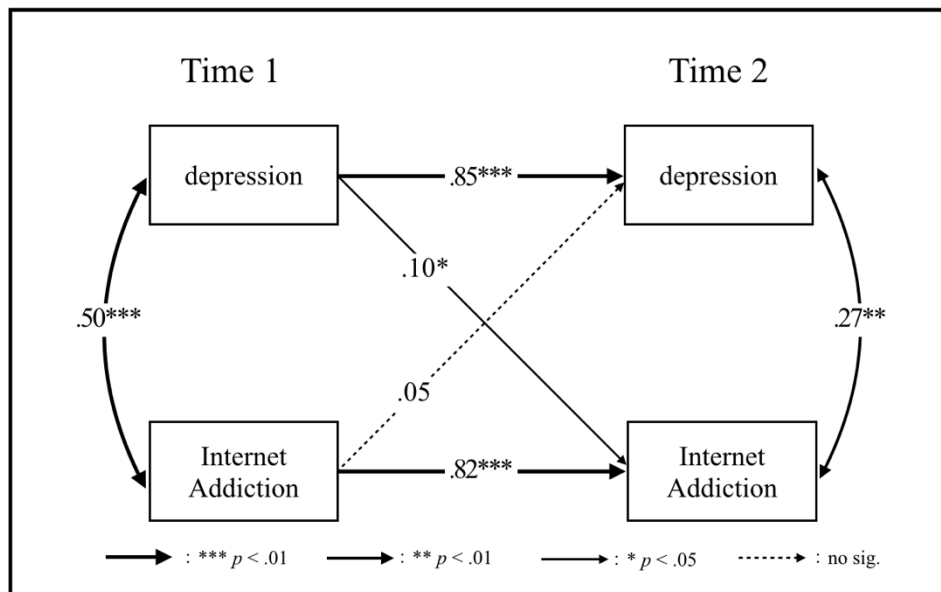


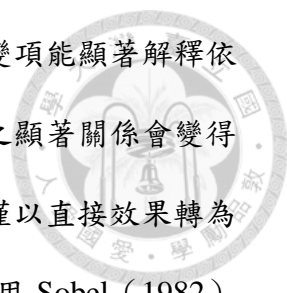
圖 3-2：憂鬱與網路成癮跨時間預測之路徑分析結果

第三節 重驗憂鬱人際模式

本研究考量現今網路成為人際溝通的重要媒介，因而將尋求再保證區分網路尋求再保證與現實尋求再保證，以檢驗具有尋求再保證傾向之個體，是否會透過不同情境中的尋求再保證後果，亦即於現實或網路溝通中主觀所知覺到的人際拒絕，而導致後續憂鬱。此外，考量初始憂鬱對於尋求再保證風格致使後續負面人際後果所扮演的調節角色之外，初始網路成癮症狀作為一種狀態不佳的先行條件，亦可能使得高尋求再保證個體惡化尋求再保證後果之程度，本節將一併檢驗在尋求再保證風格與現實/網路尋求再保證後果間初始憂鬱/網路成癮之調節效果

壹、「尋求再保證風格—現實/網路尋求再保證後果—後續憂鬱」之中介效果檢驗

根據 Baron 與 Kenny (1986) 所提之中介效果檢驗程序，需依序檢測以下三



個條件：(1) 獨變項能顯著解釋中介變項之變異量；(2) 中介變項能顯著解釋依變項之變異量；(3) 當前面兩條路徑存在時，獨變項與依變項之顯著關係會變得不顯著，若同時滿足以上三個條件則為完全中介。然而，此法僅以直接效果轉為不顯著來推論間接效果，而非直接估計間接效果之量，此時可用 Sobel (1982) 所提出的 Sobel's t 考驗以直接檢驗間接效果量之顯著性。然而，Sobel's t 考驗的前提假設為間接效果的取樣分佈必須為常態，而由兩個常態分佈的迴歸係數相乘所得的間接效果，分佈通常傾向偏態，因而違反原初統計假設 (Bollen & Stine, 1990; Stone & Sobel, 1990)。本研究採用 Hayes (2012) 所研發的套用至 SPSS 之統計附加軟體 PROCESS，便使用自助抽樣法 (bootstrapping) 來校正 Sobel's t 考驗偏態取樣分佈的問題。所謂的自助抽樣法乃透過對原樣本隨機重新取樣 (resampling)，在重複抽取數次後便能建立一間接效果量之分配，以減低上述偏態的問題，並可估算其標準誤與信賴區間，以檢驗間接效果的顯著性。

在此，本研究先依據 Baron 與 Kenny (1986) 所列條件，使用單元迴歸式檢驗獨變項分別與中介變項/依變項之關聯，並以中介變項與獨變項放入預測獨變項之多元迴歸式以檢驗其關係。接著，依 PROCESS 模型 4 (中介模型，為 Sobel's t 考驗) 並使用自助抽樣法重複執行 1000 次，來檢驗間接效果量，以協助判斷是否達到顯著中介效果。

一、現實尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續憂鬱之中介效果檢定

分析結果顯示 (見圖 3-3)：(1) 尋求再保證風格 (RSS) 能顯著預測後續憂鬱 ($\beta = .18, p < .05$)；(2) 尋求再保證風格能顯著預測現實尋求再保證後果 ($\beta = .36, p < .01$)；(3) 將尋求再保證風格與現實尋求再保證後果 (offline RSO) 共同放入預測後續憂鬱程度的迴歸式，現實尋求再保證後果能顯著預測後續憂鬱程度 (β

= .32, $p < .01$)，尋求再保證風格對於後續憂鬱程度的標準化迴歸係數從.18 降為.10，此時的直接效果已無法達到顯著水準 ($p = .19$)；而使用自助抽取法估算此一間接效果之效果量為.08 ($p < 0.05$)，95%信賴區間介於.01 至.18，不包含 0，推論此一間接效果達顯著水準。依據以上結果，顯示現實尋求再保證後果能完全中介尋求再保證風格與後續憂鬱之關係。

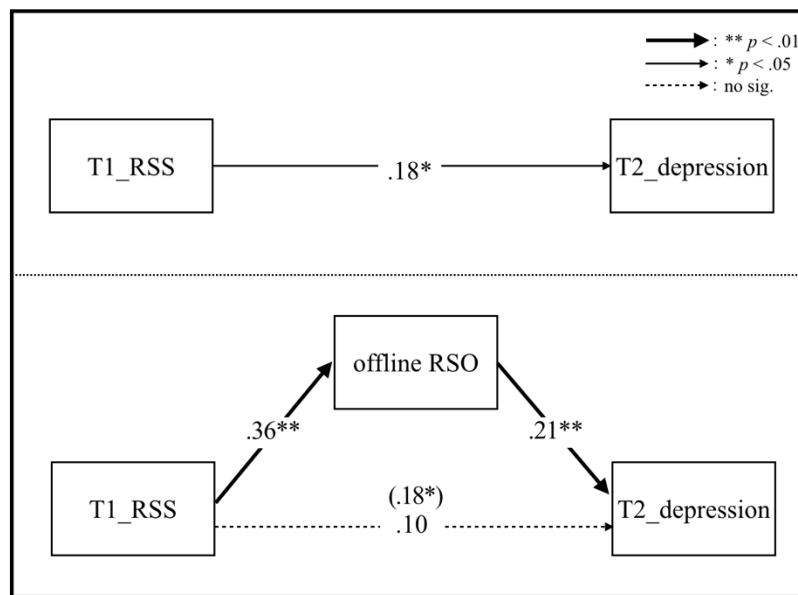


圖 3-3：現實尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續憂鬱之中介分析。

RSS 為尋求再保證風格，offline RSO 為現實尋求再保證後果

二、網路尋求再保證對尋求再保證風格與後續憂鬱之中介檢定

分析結果顯示(見圖 3-4):(1)尋求再保證風格能顯著預測後續憂鬱($\beta = .20$, $p < .05$);(2)尋求再保證風格能顯著預測網路尋求再保證後果($\beta = .28$, $p < .01$);

(3) 將尋求再保證風格與網路尋求再保證後果共同放入預測後續憂鬱程度的迴歸式，網路尋求再保證後果能顯著預測後續憂鬱程度 ($\beta = .34$, $p < .01$)，尋求再保證風格對於後續憂鬱程度的迴歸係數從.18 降為.09，此時的直接效果已無法達

到顯著($p = .25$);而使用自助抽取法估算此一間接效果之效果量為.10($p < 0.05$), 95%信賴區間介於.03 至.18, 不包含 0, 推論此一間接效果達顯著水準。依據以上結果, 顯示網路尋求再保證後果能完全中介尋求再保證風格與後續憂鬱之關係。

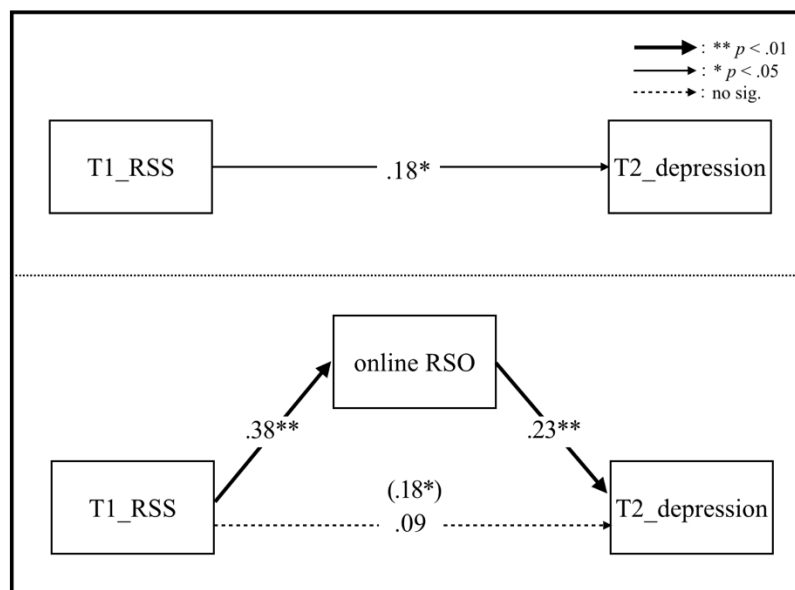


圖 3-4: 網路尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續憂鬱之中介分析。
RSS 為尋求再保證風格, online RSO 為網路尋求再保證後果

貳、檢驗初始憂鬱/網路成癮於「尋求再保證風格—現實/網路尋求再保證後果」之調節角色

本研究將以多元迴歸式檢驗初始憂鬱/網路成癮是否與尋求再保證風格產生交互作用, 而影響現實/網路尋求再保證後果 (見圖 3-5), 並採用 PROCESS 之模型 1 (調節模型) 以檢驗調節效果。

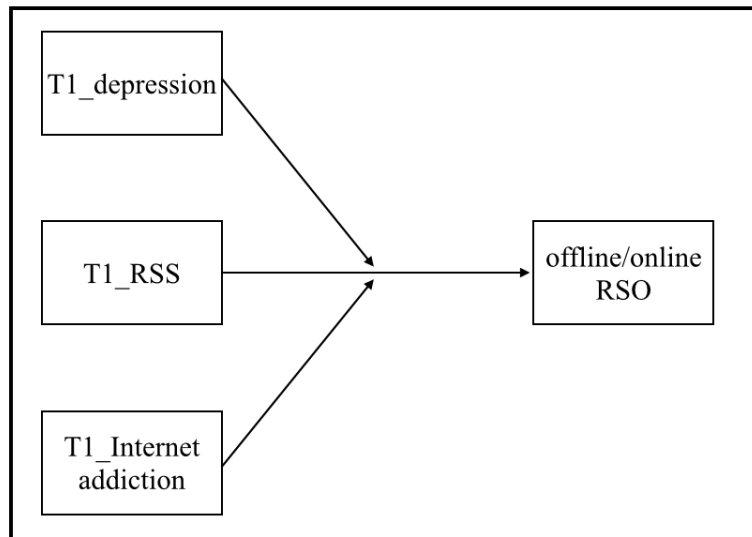


圖 3-5：初始憂鬱/網路成癮之調節概念示意圖

註：RSS 為尋求再保證風格，offline/online RSO 為現實/網路尋求再保證後果

一、初始憂鬱/網路成癮的調節效果檢驗：以現實尋求再保證後果為依變項

使用逐步多元迴歸式進行分析(見表 3-3)，首先在第一步放入尋求再保證風格，第二步放入初始憂鬱、初始憂鬱與尋求再保證風格之交互項，第三步放入初始網路成癮、初始網路成癮與尋求再保證風格之交互項。分析結果顯示，控制其他變項後，尋求再保證風格與初始憂鬱的交互項未達顯著，而尋求再保證風格與初始網路成癮的交互項達到顯著 ($p < .001$)。

接著，僅以顯著之調節變項納入 PROCESS 的調節模型進入分析，以檢驗初始網路成癮的調節效果(見表 3-4)，先將初始網路成癮區分為百分位數 10th、25th、50th、75th、90th 等五個水準後，再依序檢驗尋求再保證風格對現實尋求再保證在前述不同水準之下的預測效果量，結果發現在 50th、75th、90th 等三個水準時有正向的顯著效果量，其效果量有增加的趨勢。根據以上結果，顯示初始網路成癮能顯著調節尋求再保證風格與現實尋求再保證後果之關係，初始網路成癮越高的個體，其尋求再保證風格對現實尋求再保證後果的效果量越大。

表 3-3

交互作用項預測現實尋求再保證後果之逐步多元迴歸分析

模型	預測變項	依變項：現實尋求再保證後果		
		β	t	ΔR^2
1	T1_RSS	.36	5.15***	.13***
2	T1_RSS	.32	4.60***	
	T1_dep	.19	2.76**	
	T1_RSS×T1_dep	.05	0.66	.03*
3	T1_RSS	.28	4.05***	
	T1_dep	.09	1.23	
	T1_IA	.24	3.12**	
	T1_RSS×T1_dep	-.07	-.94	
	T1_RSS×T1_IA	.26	3.22**	.08***

註：RSS = 尋求再保證風格；dep = 憂鬱；IA = 網路成癮

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

表 3-4

初始網路成癮之調節效果分析：現實尋求再保證後果為依變項

初始網路成癮		估計效果量	t	95%信賴區間
百分位數	分數			
10 th	49	-.003	-.03	-.17~.17
25 th	54	.08	1.21	-.05~.21
50 th	61	.20	3.87***	.10~.29
75 th	67	.29	5.34***	.19~.40
90 th	74	.41	5.28***	.26~.56

註：*** $p < .001$

二、初始憂鬱/網路成癮的調節效果檢驗：以網路尋求再保證後果為依變項

使用逐步多元迴歸式進行分析(見表 3-5)，首先在第一步放入尋求再保證風

格，第二步放入初始憂鬱、初始憂鬱與尋求再保證風格之交互項，第三步放入初始網路成癮、初始網路成癮與尋求再保證風格之交互項。分析結果顯示，控制其他變項後，尋求再保證風格與初始憂鬱的交互項未達顯著、尋求再保證風格與初始網路成癮的交互項達到顯著 ($p < .001$)。接著，僅以顯著之調節變項納入 PROCESS 的調節模型進入分析，以檢驗初始網路成癮的調節效果 (見表)，先將初始網路成癮區分為百分位數 10th、25th、50th、75th、90th 等五個水準後，再依序檢驗尋求再保證風格對現實尋求再保證後果在前述不同水準之下的預測效果量，結果發現在 50th、75th、90th 等三個水準時有正向的顯著效果量，且隨初始網路成癮程度越高，其效果量有增加的趨勢。根據以上結果，顯示初始網路成癮能顯著調節尋求再保證風格與網路尋求再保證後果之關係，尤其初始網路成癮越高的個體，其尋求再保證風格對網路尋求再保證後果的效果量越大。

表 3-5

交互作用項預測網路尋求再保證後果之逐步多元迴歸分析

模型	預測變項	依變項：網路尋求再保證後果		
		β	t	ΔR^2
1	T1_RSS	.38	5.46***	.14***
2	T1_RSS	.35	4.95***	
	T1_dep	.19	2.76**	
	T1_RSS×T1_dep	.02	0.33	.04*
3	T1_RSS	.30	4.45***	
	T1_dep	.10	1.28	
	T1_IA	.24	3.17**	
	T1_RSS×T1_dep	-.12	-1.60	
	T1_RSS×T1_IA	.30	3.92***	.09***

註：RSS=尋求再保證風格；dep=憂鬱；IA=網路成癮

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$



表 3-6

初始網路成癮之調節效果分析：網路尋求再保證後果為依變項

初始網路成癮		估計效果量	t	95%信賴區間
百分位數	分數			
10 th	49	-.01	-.16	-.16~.14
25 th	54	.08	1.38	-.03~.19
50 th	61	.21	4.19***	.11~.30
75 th	67	.32	5.04***	.19~.44
90 th	74	.44	4.87***	.26~.62

註：*** $p < .001$

第三節 尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果 及網路成癮之關聯探索

本節將探討憂鬱人際模式的核心行為「尋求再保證」與網路成癮的可能關聯，亦即尋求再保證除了影響後續憂鬱之外，是否會影響後續網路成癮？在初始憂鬱與尋求再保證風格的共同作用下，是否能預測後續網路成癮？為了探究其中的人際歷程，現實/網路尋求再保證後果（亦即個體主觀知覺的人際拒絕）是否中介尋求再保證風格至後續網路成癮之關係？本節將於此逐一檢驗。

壹、初始憂鬱調節尋求再保證風格對後續網路成癮預測之檢驗

本研究以逐步多元迴歸式檢驗本節前兩個假設，第一步放入尋求再保證風格，第二步放入初始憂鬱、初始憂鬱與尋求再保證風格之交互項。分析結果顯示（見表 3-7），首先放入尋求再保證風格時，及能顯著預測後續網路成癮之程度（ $(\beta = .25, p < .01)$ ），且當所有變項同時置入迴歸式時，尋求再保證風格仍能維持顯

著水準 ($\beta = .19, p < .01$)，此時尋求再保證風格與初始憂鬱的交互項亦達顯著水準 ($\beta = -.13, p < .05$)。

接著，以 PROCESS 進一步檢驗調節效果（見表 3-8），先將初始憂鬱區分為百分位數 10th、25th、50th、75th、90th 等五個水準後，再依序檢驗尋求再保證風格對後續網路成癮在前述不同水準之下的預測效果量，結果發現在 10th、25th、50th、70th 等四個水準時皆有正向的顯著效果量，且隨初始憂鬱程度越高，其預測效果量有減少趨勢。根據以上結果，顯示初始憂鬱能顯著調節尋求再保證風格與網路尋求再保證後果之關係，尤其初始憂鬱越低的個體，其尋求再保證風格對後續網路成癮的效果量越大。

表 3-7

尋求再保證風格與交互項預測後續網路成癮之多元逐步迴歸分析

模型	預測變項	依變項：後續網路成癮		
		β	t	ΔR^2
1	T1_RSS	.25	3.47**	.06**
2	T1_RSS	.19	3.00**	
	T1_dep	.47	7.37***	
	T1_RSS×T1_dep	-.13	-1.98*	0.24***

註：RSS = 尋求再保證風格；dep = 憂鬱；IA = 網路成癮

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

表 3-8

初始憂鬱之調節效果分析：後續網路成癮為依變項

初始憂鬱		估計效果量	t	95%信賴區間
百分位數	分數			
10 th	2	.37	3.15**	-.16~.14
25 th	5	.33	3.26**	-.03~.19
50 th	9	.26	3.22**	.11~.30
75 th	14	.19	2.41*	.19~.44
90 th	22	.06	.54	.26~.62

註：* $p < .05$; ** $p < .01$

貳、網路/現實尋求再保證後果中介尋求再保證風格與後續網路成癮之檢驗

本節將延用第二節所採用的中介效果檢驗方式，亦即依據 Baron 與 Kenny (1982) 所列條件，先使用單元迴歸式檢驗獨變項分別與中介變項/依變項之關聯，並以中介變項與獨變項放入預測獨變項之多元迴歸式以檢驗其關係。接著，再使用 PROCESS 模型 4 (中介模型，為 Sobel's t 考驗) 並利用自助抽樣法重複執行 1000 次，來檢驗間接效果量，以協助判斷是否達到顯著中介效果。分析結果如下：

一、現實尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續網路成癮之中介效果檢定

分析結果顯示 (見圖 3-6): (1) 尋求再保證風格能顯著預測後續網路成癮 ($\beta = .25, p < .01$); (2) 尋求再保證風格能顯著預測現實尋求再保證後果 ($\beta = .36, p < .01$); (3) 將尋求再保證風格與網路尋求再保證後果共同放入預測後續網路成癮的迴歸式，現實尋求再保證後果能顯著預測後續網路成癮程度 ($\beta = .30, p < .01$)，尋求再保證風格對於後續憂鬱程度的標準化迴歸係數從.18 降為.10，此時的直接效果為顯著邊緣水準 ($p = .06$)；而使用自助抽取法估算此一間接效果之效果量為.13 ($p < 0.001$)，95%信賴區間介於.07 至.22，不包含 0，推論此一間接效果達顯著水準。依據以上結果，顯示現實尋求再保證後果能完全中介尋求再保證風格與後續網路成癮之關係。

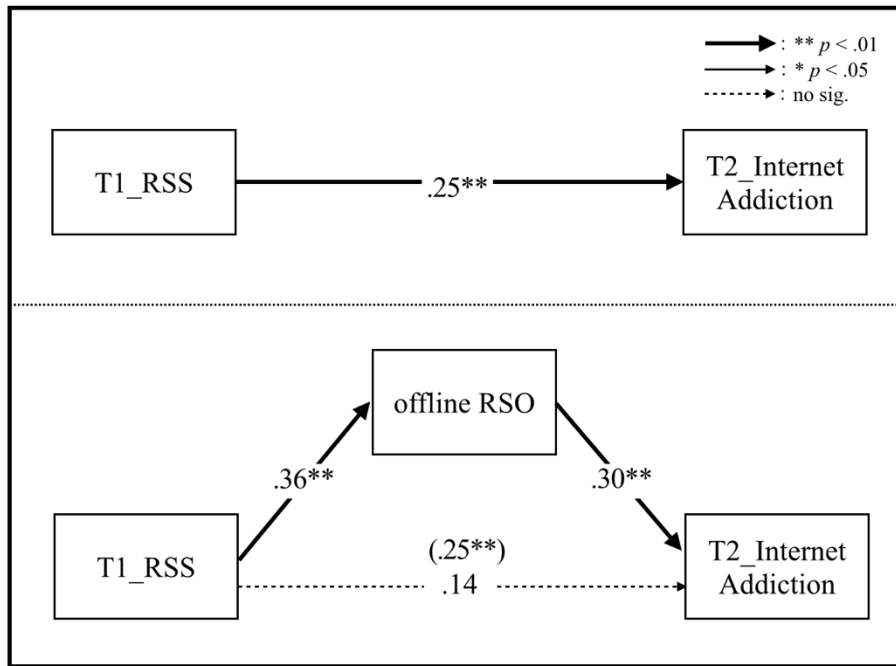


圖 3-6：現實尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續網路成癮之中介分析。
RSS 為尋求再保證風格，offline RSO 為現實尋求再保證後果

二、網路尋求再保證對尋求再保證風格與後續網路成癮之中介效果檢定

分析結果顯示(見圖 3-7):(1) 尋求再保證風格能顯著預測後續網路成癮 ($\beta = .25, p < .01$); (2) 尋求再保證風格能顯著預測網路尋求再保證後果 ($\beta = .38, p < .01$); (3) 將尋求再保證風格與網路尋求再保證後果共同放入預測後續網路成癮的迴歸式，網路尋求再保證後果能顯著預測後續網路成癮程度 ($\beta = .26, p < .01$)，尋求再保證風格對於後續憂鬱程度的標準化迴歸係數從.25 降為.15，此一直接效果仍為顯著水準 ($p = .04$)；而使用自助抽取法估算此一間接效果之效果量為.12 ($p < 0.001$)，95%信賴區間介於.05 至.21，不包含 0，推論此一間接效果達顯著水準。依據以上結果，顯示網路尋求再保證後果能部分中介尋求再保證風格與後續網路成癮之關係。

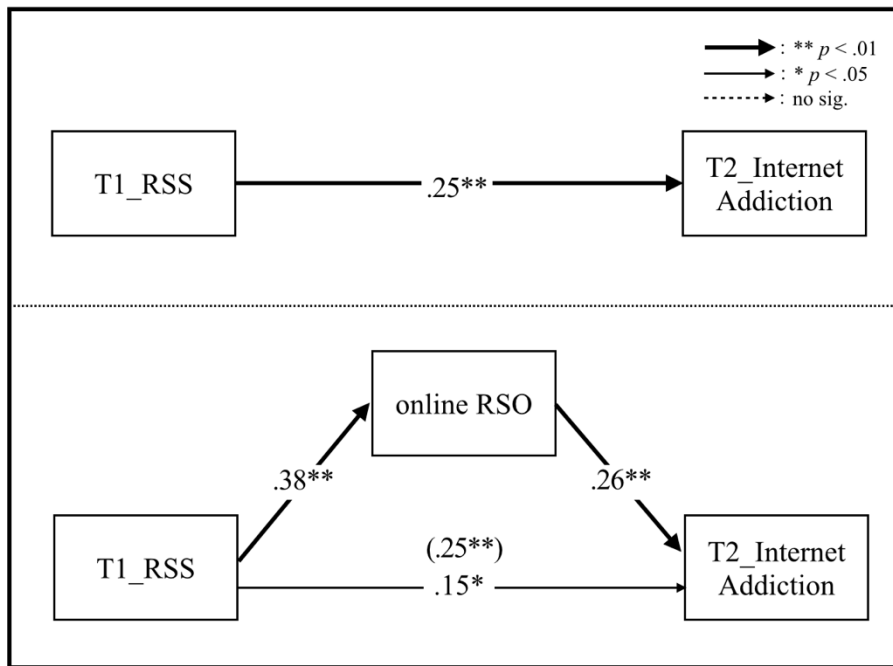


圖 3-7：網路尋求再保證後果對尋求再保證風格與後續網路成癮之中介分析。
 RSS 為尋求再保證風格，online RSO 為網路尋求再保證後果

第四節 憂鬱與網路成癮形成模式檢驗

本節使用路徑分析 (path analysis) 來檢驗研究架構中所推演的憂鬱與網路成癮形成模式是否成立。在原模型中，外衍變項為時間一所測量的憂鬱、尋求再保證風格以及網路成癮，而內衍變項為時間二所測量的現實/網路尋求再保證、憂鬱以及網路成癮。由於各變項並未符合多變量常態性之假設，故以常態性假設要求較為寬鬆的概化最小平方法 (generalized least squares, GLS) 進行參數估計。

分析結果 (見圖 3-8) 顯示，尋求再保證風格與初始網路成癮皆能顯著預測現實/網路現實尋求再保證後果，且尋求再保證風格能透過現實尋求再保證後果預測後續網路成癮；症狀方面，初始憂鬱能透過後續憂鬱影響後續網路成癮，然

而初始網路成癮僅能預測後續網路成癮，而無法預測後續憂鬱。然而，此一模式屬飽和模式（自由度為 0，AIC 值為 56），為統計上完全無法推翻之模型，無實際使用之價值，故需逐步刪除未顯著路徑以建立新的模型。

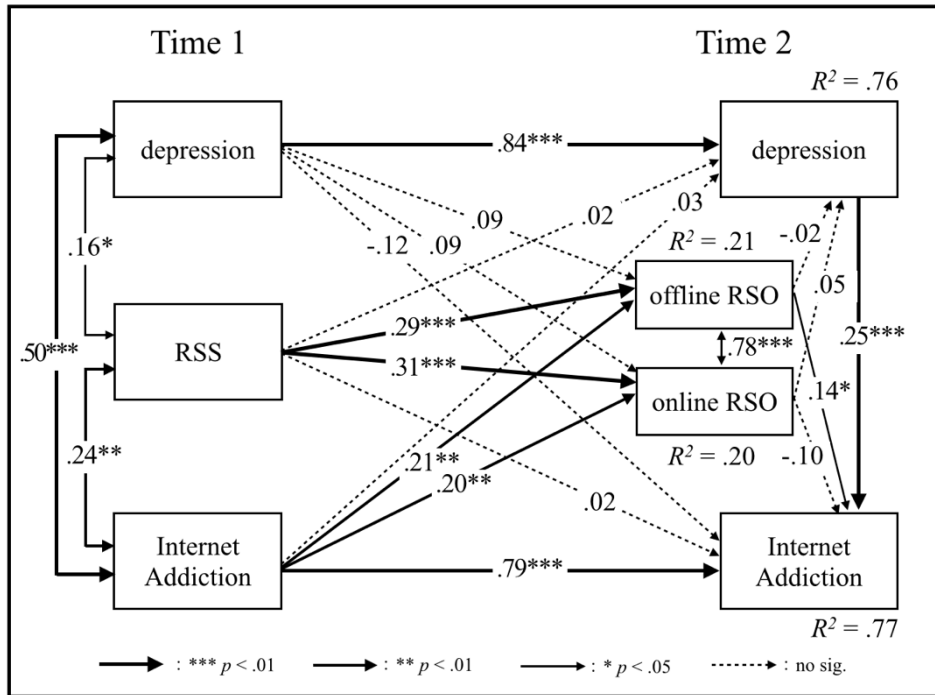


圖 3-8：憂鬱與網路成癮形成之原模型路徑分析檢驗。RSS 為尋求再保證風格，offline/online RSO 為現實/網路尋求再保證後果

經逐步精簡路徑後的新模型如圖 3-9 所示，根據吳明隆（2009）所建議的適配度指標之標準，新模型的 χ^2 為 11.98，自由度為 10， p 值為 .286，其中卡方自由度比值落於建議範圍 1 至 3 之間；GFI (goodness-of-fit index) 為 .98，符合 .90 以上之標準；CFI (comparative fit index) 為 .991，符合 .90 以上之標準；RMSEA (root mean square error of approximation) 為 .03，符合小於 .08 之標準；AIC (Akaike information criteria) 為 47.98，小於上述飽和模型之 AIC 值。綜合上述，推論此一模型之適配度達理想標準，無法拒絕此一模型之合理性。分析結果方面，新模

型的顯著路徑大致與原模型相符，唯原本現實尋求再保證預測後續網路成癮之顯著路徑，於新模型之建構中因未達顯著水準而刪除；而各內衍變項可被解釋之變異量：現實尋求再保證後果為 18.3%、網路尋求再保證後果為 19.4%、後續憂鬱為 76.6%、以及後續網路成癮為 77.3%。

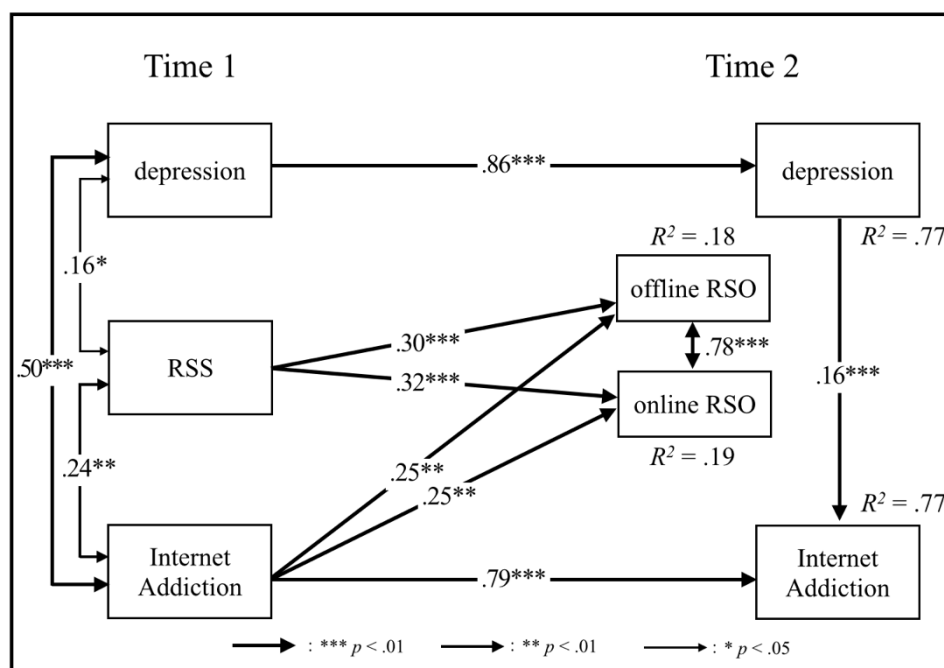


圖 3-9：憂鬱與網路成癮形成之新模型路徑分析檢驗。RSS 為尋求再保證風格，offline/online RSO 為現實/網路尋求再保證後果

第四章 綜合討論



第一節 憂鬱與網路成癮之前後病理關係

網路成癮研究發展至今，憂鬱為最常被報告的共病問題，過去針對憂鬱與網路成癮之橫斷性研究，皆發現兩者之間穩定且顯著的關聯(Ha et al., 2006; Whang, Lee, & Chang, 2003; Yen et al., 2007; Young, 1997; Young & Roger, 1998)，而本研究採取橫跨四週之前瞻性研究設計，亦發現初始憂鬱與初始網路成癮、後續憂鬱與後續網路成癮皆有顯著正相關，與過去研究有一致發現。

進一步地，依據 Mueser、Drake 與 Wallach (1998) 探討物質成癮疾患與嚴重精神症狀之共病模式，假設個體為了緩解憂鬱而致使次發型成癮疾患之路徑獲得相當實徵支持，因此本研究假設憂鬱致使後續網路成癮為更有可能的致病路徑(假設 1-1 與 1-2)。研究結果發現，控制了初始憂鬱對後續憂鬱之影響，初始網路成癮便無法預測後續憂鬱，然而，當考量初始網路成癮症狀之存在時，初始憂鬱仍能顯著預測後續網路成癮，顯示假設 1-1 與 1-2 獲得支持。過去前瞻性研究中，Ko 等人 (2009) 即發現憂鬱能預測女性青少年兩年後之網路成癮，本研究在四週之時間內觀察憂鬱與網路成癮症狀之變動關係，亦為網路成癮乃一憂鬱所導致的次發型疾病之觀點提供了符合證據，顯示若個體受到外在壓力刺激時而發生憂鬱心情的變動，在一個月中即有可能促使個體過度使用網路來紓解心情而增加成癮機率，然而一個月內網路成癮之變動可能仍多少混雜著紓解壓力之放鬆與娛樂刺激之滿足感，而不一定導致憂鬱發生。

第二節 重驗憂鬱人際模式



壹、現實/網路尋求再保證後果之中介角色

本研究以 Joiner 等人 (1992) 所提出的尋求再保證概念出發，以探討此一人際風格對於憂鬱與網路成癮之可能影響。不過，在驗證尋求再保證與網路成癮之關聯前，重新思考現今網路互動情境對於高尋求再保證傾向者的可能影響，本節先重新檢驗原先憂鬱人際模式中「現實/網路尋求再保證」之角色。本研究假設個體除了於面對面的互動中，向其重要他人質問自身價值與可被接納性之外，當互動他者不在身旁時亦可能透過網路即時通訊與之連繫，繼續釋放尋求支持、撫慰與保證之訊息，亦即尋求再保證風格若作為一相對穩定的特質測量，應會跨情境地出現於現實與網路兩個溝通場域。依據憂鬱人際模式之論述基礎，個體反覆再三的詢問與質疑，容易引發他者的厭煩與迴避，因此無論在現實或網路情境，個體皆有可能會逐漸知覺到他人的負向反應與拒絕，而發展後續憂鬱症狀。簡言之，本研究假設現實/網路尋求再保證後果能中介尋求再保證風格與後續憂鬱之關聯（假設 2-1 與 2-2）。

研究結果顯示，時間一的尋求再保證風格與時間二的現實/網路尋求再保證行為之相關係數同為.56 ($p < .01$)，顯示尋求再保證風格同時具備了跨時間與跨情境的穩定性，佐證了尋求再保證行為作為一相對穩定之特質構念。在中介變項之檢驗上，結果發現無論現實或網路情境中的尋求再保證後果，皆能完全中介尋求再保證風格與後續憂鬱之關聯，顯示假設 2-1 與 2-2 獲得支持。換言之，當個體過度詢問其重要他人對自己真正的感覺或想法時，容易引發他人之敷衍或疏遠等負面反應，並在現實與網路情境中覺知到此一人際負面後果而感到憂鬱。

貳、初始憂鬱/網路成癮之調節角色

後續憂鬱人際模式之量化研究中（如 Joiner et al., 1992），發現當個體的憂鬱程度愈高且尋求再保證風格越強時，其導致後續的人際拒絕應該越多，亦即初始憂鬱程度能調節尋求再保證風格與其後果之關聯。然而，本研究呼應 Davila(1999) 對憂鬱與尋求再保證之非偽性關係的提問，假設網路成癮症狀亦有可能對後續人際拒絕產生作用，當個體處於高網路成癮狀態時，此一狀態不良的先行條件，使得高尋求再保證風格個體能向其互動對象釋放更多脆弱徵狀，而更容易引發他人反感。綜合上述，依據本研究將尋求再保證後果區分為現實與網路不同情境，假設 3-3 與 3-4 即欲檢驗初始憂鬱或初始網路成癮應能調節尋求再保證與現實/網路尋求再保證後果之關聯。

研究結果顯示，當尋求再保證風格、初始憂鬱、初始憂鬱與尋求再保證風格之交互項置入預測現實/網路尋求再保證後果的多元迴歸式時，僅有初始憂鬱與尋求再保證風格能對後續人際結果有顯著預測，然而交互項卻未發生效果，換言之，高尋求再保證傾向之個體容易引發後續人際拒絕，即使當高尋求再保證個體之憂鬱程度較高，亦未特別惡化其人際後果，顯示假設 2-3 與 2-4 中憂鬱之調節角色未受支持。此一結果與國外研究並不一致，有可能反映著不同文化於人際關係運作之差異所致。王偉信（2004）即以「關係義務感」探討憂鬱病患親友（包括家屬、夫妻、朋友）在覺知患者尋求再保證行為後，所產生的後續負向情緒與拒絕。其結果發現，當親友之關係義務感較高時，其覺知患者的尋求再保證行為後較不易有迴避型拒絕。因此，當個體透過其憂鬱症狀反覆再三地向親友尋求再保證時，親友若在認知上較受關係義務感之規範，即便如何地不願回應，可能還是得按捺情緒來給予撫慰與協助而不會直接離去。在此，關係義務感可能緩衝了尋求再保證風格與憂鬱症狀的交乘效應，以致憂鬱與尋求再保證風格的交互效果

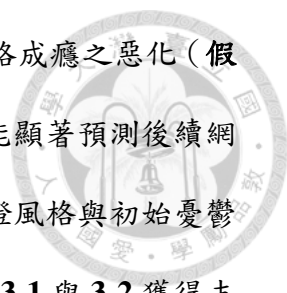
未能顯現。

進一步地，若將尋求再保證風格、初始憂鬱、初始憂鬱與尋求再保證風格之交互項、初始網路成癮、初始網路成癮與尋求再保證的交互項同時放入多元迴歸式時，此時僅有尋求再保證風格、初始網路成癮、初始網路成癮與尋求再保證的交互項達顯著預測水準。此一結果顯示，當個體初始網路成癮越高時，其尋求再保證風格對於後續人際拒絕的影響越大，部分支持了假設 2-3 與 2-4 中網路成癮之調節角色。此外，原本憂鬱症狀能直接預測現實/網路尋求再保證，但同時考量憂鬱症狀與網路成癮症狀時，僅有網路成癮症狀能直接預測現實/網路尋求再保證，顯示了當個體過度沈迷網路世界時，在現實與網路情境中即使試著向其重要他人尋求支持與保證，仍會感到他者的疏遠。然而，為何相較於初始憂鬱症狀，網路成癮與後續人際拒絕之關聯較為明顯呢？若從他人端之知覺與反應來思考，是否為這些家屬朋友對於憂鬱與網路成癮有著不同的應對態度？當個體處於憂鬱狀態時，沮喪、低迷的情緒氛圍可能較能引發他者之同情與撫慰，但當個體處於網路成癮狀態時，隔絕自我與他者般地投入網路無法自拔，可能讓他者在互動時更加無力、困擾甚至憤怒。此一對待憂鬱/網路成癮症狀之態度差異是否存在？若存有差異，如何於個體之人際系統中交織作用？此議題仍需後續研究進一步釐清。

第三節 尋求再保證風格、現實/網路尋求再保證後果 及網路成癮之關聯探索

壹、尋求再保證風格與網路成癮

本研究企圖以人際觀點切入網路成癮之病理探討，假設尋求再保證風格為網



路成癮之危險因子，並與初始憂鬱之交互作用下，共同致使網路成癮之惡化（假設 3-1 與 3-2）。依據逐步多元迴歸式之結果，尋求再保證確實能顯著預測後續網路成癮，且初始憂鬱對上述關係發揮了調節作用，在尋求再保證風格與初始憂鬱的共同作用下，能解釋後續網路成癮 24%之變異量，顯示假設 3-1 與 3-2 獲得支持。進一步分析調節效果，可發現百分位數 75 以下、BDI-II 分數 14 分以下之低憂鬱組中，若其尋求再保證風格愈高，能預測其後來的網路成癮程度較高，然而在百分位數 75 以上、BDI-II 分數 14 分以上的高憂鬱組中，並未發現此一關聯，亦即高憂鬱個體之後續網路成癮程度，並未受其尋求再保證風格之影響。

若依 Beck、Steer 及 Brown (1996) 所建議之憂鬱切截點 13/14，將本研究樣本區分為低初始憂鬱組 (125 人) 與高初始憂鬱組 (56 人)，分別進行以尋求再保證風格與初始憂鬱放入預測後續網路成癮之多元迴歸式，亦可發現在低憂鬱組中，尋求再保證風格 ($\beta = .25, p < .01$) 與初始憂鬱 ($\beta = .25, p < .01$) 皆能顯著後續網路成癮，然而在高憂鬱組中，僅有初始憂鬱能顯著預測後續網路成癮 ($\beta = .50, p < .001$)。此一結果顯示了當個體處於高憂鬱狀態時，其本身的症狀便足以惡化後續網路成癮，而其他入際危險因子的貢獻則顯得微乎其微，而當個體的憂鬱程度較低時，其尋求再保證風格越高，越能預測後續網路成癮的嚴重性。

貳、現實/網路尋求再保證後果之中介角色

接著，為了探討尋求再保證致使後續網路成癮之可能入際歷程，本研究假設具尋求再保證傾向之個體無論於現實與網路情境中，皆反覆再三釋放尋求支持、撫慰與保證之訊息而導致他人負向反應，而透過此一負向入際狀態影響後續網路成癮 (假設 3-3 與 3-4)。

研究結果顯示，無論現實或網路尋求再保證後果，皆能中介尋求再保證風格

與後續網路成癮之關聯，顯示**假設 3-3** 與 **3-4** 獲得支持。上述結果顯現了個體無論透過現實或網路媒介來傳達自身的倚賴需求，但卻於其人我處境中感到需求受挫之人際歷程，其中尋求再保證風格作為一危險因子，反覆再三地釋放需要被認同、接納的訊息反而增加了遭受他人拒絕之機會，因而提高網路成癮之風險。

第四節 憂鬱與網路成癮之形成路徑

本節將檢驗初始憂鬱/網路成癮症狀與尋求再保證風格作為初始變項，如何透過影響現實/網路尋求再保證後果而致使後續憂鬱/網路成癮之形成路徑。經逐步精簡後的路徑分析結果顯示，初始網路成癮症狀與尋求再保證風格皆會影響現實與網路尋求再保證後果之程度，當個體尋求再保證的人際風格較強或是網路成癮程度較高時，皆容易致使個體於現實與網路情境中向重要他人尋求自我價值肯定時遭受拒絕，顯示**假設 4-1** 獲得部分支持，然而上述人際挫敗皆未於模式中直接影響後續的憂鬱與網路成癮，現實/網路尋求再保證未透過後續憂鬱影響後續網路成癮，顯示**假設 4-4** 未受支持。在各症狀的相互關聯上，初始憂鬱症狀便能解釋 76.6% 後續憂鬱症狀之變異量，而後續網路成癮除了受初始網路成癮之主要影響外，初始憂鬱症狀亦會透過憂鬱症狀之延續，而影響後續的網路成癮症狀，上述兩方向路徑共解釋了 77.3% 後續網路成癮症狀之變異量，上述顯示**假設 4-2** 與 **4-3** 獲部分支持。

此一結果凸顯了個體本身的初始症狀即能強力解釋後續症狀之現象，使得現實/網路尋求再保證後果可貢獻的影響顯得較弱。當個體處於高憂鬱、高網路成癮狀態時，其症狀可變動之幅度相對較小，此時現實/網路尋求再保證後果雖未能引發症狀嚴重程度之變化，但仍然可能提供了個體維持其症狀、或減緩其復原

的負向人際處境。




第五節 研究貢獻與臨床意涵

壹、研究貢獻

由於過去探討憂鬱與網路成癮共病之前瞻性研究較為有限，本研究以四週之前瞻性研究設計檢驗憂鬱與網路成癮之前後病理關係，結果發現控制了初始網路成癮後，初始憂鬱仍能顯著預測後續網路成癮，反之，控制了初始憂鬱後，初始網路成癮並未能顯著預測後續憂鬱。此一結果支持個體為了緩解憂鬱而提高網路成癮風險之假設，為憂鬱與網路成癮之病理因果關係提供了較具說服性之實徵證據。

為了進一步建構憂鬱與網路成癮之病理模型，本研究以「尋求再保證」作為憂鬱與網路成癮之共同危險因子，加以探討憂鬱與網路成癮如何形成之人際歷程。結果發現，此一人際風格透過他人的負向情緒與拒絕（現實/網路尋求再保證後果）進而導致後續的憂鬱/網路成癮，而網路成癮甚至能調節尋求再保證風格至現實/網路尋求再保證之關聯。

由於過去未有研究直接探討「尋求再保證」此一人際特質與網路成癮之關聯，而本研究首次量化檢驗上述關聯，並以四週之前瞻性研究設計，更能提供較為動態的人際歷程資訊。相對於單純評定網路社交活動之頻率/時間，或線上人際關係品質好壞等測量網路人際面貌之作法，本研究更彰顯了個體於人際互動中的重要內在需求，亦即「希望瞭解重要他人對自我真正的看法與感覺，以確認自己獲得接納與認可」，如何透過現實與網路管道反覆質疑與確認的尋求再保證行為，並逐漸於四週內累積負面之人際效應，而連動後續的憂鬱與網路成癮。



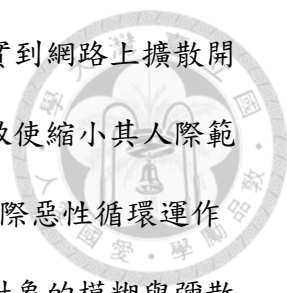
此外，本研究亦拓展了原本憂鬱人際模式中「尋求再保證—憂鬱」之病理關聯。第一，並非只有憂鬱會引發個體的過度尋求再保證後果，初始網路成癮作為一種先行症狀條件，亦能直接預測後續現實/網路尋求再保證後果，且初始網路成癮與尋求再保證風格的加乘作用下，更能引發上述人際負面後果。第二，過度尋求再保證並非只會造成憂鬱此一負面後果，當個體頻頻在現實與網路溝通情境中，釋放渴望重要他人認同與接納的訊息，而造成他人反感與拒絕時，這般孤絕且挫敗的人際處境亦提高了網路成癮的風險。

貳、臨床意涵

在現代社會中，網路通訊與網路社群已成為人們最常使用的網路活動，行動上網的普遍化，使得人隨時隨地皆能透過輕薄便捷、功能俱全的智慧型手機或平板電腦等科技產品，與網路彼端的他者進行互動。然而，看似可以毫無時差的傳情達意，是增進了彼此的情誼？抑或成為瑣碎龐雜的人際負擔？若以臨床心理學的視角出發，將如何關注此一議題？

參照 Bauman (2003)「液態社會」之關係型態論述，科技進展降低了溝通成本與代價後，虛擬鄰近使得人際溝通變得頻繁、細碎而膚淺，彷彿可以隨時開始也可隨時結束，因而不易淬煉成紐帶 (bonds)。本研究以心理學思考個體差異的角度，探討「尋求再保證」與網路環境之可能互動，發現此一人際特質容易致使個體過度尋求他人認可與接納，反而在現實與網路情境中遭受他人的負向情緒與回應，因而提高後續憂鬱與網路成癮之風險。

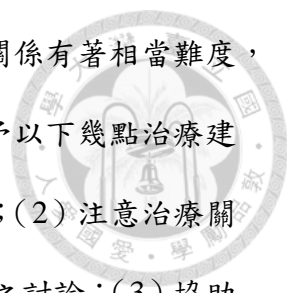
依循 Coyne (1976b) 之憂鬱人際惡性循環之論述，由於憂鬱不斷釋出脆弱症狀以操弄他人付出支持與安撫，卻不斷質疑他者之真誠性，將導致個體可用之人際資源逐漸縮小。當網路確實成為現代人溝通不可或缺的管道時，可以想見當



個體欲尋求再度保證時，其反覆再三地釋放瑣碎訊息，將從現實到網路上擴散開來，此一處境有可能使他者更加難以負荷，而增加他人拒絕、致使縮小其人際範疇之風險。Coyne (1976b) 於該文之末更提及，此一憂鬱之人際惡性循環運作到最後，當個體想向他者傾訴卻又無人可說時，將會導致傾訴對象的模糊與彌散 (diffuseness)。此時，網路可否作為一傾訴的洞口？根據精神分析對於物質成癮的觀點，成癮現象反映著個體內在客體恆存之困難，並透過物質/藥物作為撫慰性內在客體的替代品 (Johnson, 1999)，而當個體在其限縮的人際網絡中，無法滿足其渴望他人肯認之需求時，網路可能成為個體模糊且彌散的傾訴對象，以虛擬形象替代了其所缺乏的撫慰性內在客體。

若回到憂鬱個體本身內在客體之組成，我們亦可發現類似之癥結。在 Coyne (1976b) 原初憂鬱人際模式之論述基礎中，憂鬱個體何以頻頻懷疑他者回應之真誠性，於精神分析取向之詮釋即為憂鬱個體的內在客體矛盾動力所致。對於憂鬱個體，他者既是應該給予安定撫慰力量的人，亦為批判、拒絕自己的嚴厲他者，憂鬱個體反覆將壞的內在客體投射出去、導致他者投射性認同之過程，亦反映著憂鬱個體撫慰性內在客體不穩定之心理特性。

簡言之，從精神分析之角度切入，憂鬱與網路成癮可能共享了部分心理特徵，亦即撫慰性內在客體之不穩與缺乏，因此重建穩固的撫慰性內在客體則為介入目標之一。然而，若當個體之症狀程度已達臨床關注時，此一目標如何現實生活中實踐則顯得困難重重。第一，對於給予提供撫慰性經驗的外在客體而言，因個體端的過度尋求再保證而反覆遭受質疑、否認及負面情緒的襲擊，本身累積的情緒負荷條件下，他者更難以提供穩定恆常的關心。第二，由本研究資料可見，當個體的憂鬱與網路成癮較嚴重之狀況下，其症狀可被變動之程度亦較小，尤其網路成癮核心症狀又涉及戒斷反應，使個體難以斷離與網路之病態連結，因此在這些



令人失能的症狀消解之前，要與他人重新建立穩定正向的人我關係有著相當難度，此時考量專業之心理治療有其必要。依據本研究結果，應可給予以下幾點治療建議：(1) 同理個案之負面人際處境，探索潛藏底下的倚賴需求；(2) 注意治療關係中是否重現過往的人際相處模式，並以開放且穩定的態度與之討論；(3) 協助個案回溯過往人際關係經驗，肯定曾經歷的正向關懷，再來察覺自身作為何以造成他人疲憊、反感與拒絕；及(4) 當個體察覺對別人造成之困擾時可能引發罪疚感，然而罪咎感能成為修復關係之原動力，此時可著重如何修正與建立人際關係的社交技巧。

不過，尋求再保證風格作為憂鬱與網路成癮之共同危險因子，則宜於症狀嚴重不已、人際關係損耗到難以挽救之地步前，便予以辨識與修正。現今網路溝通當道，使得人們面對內心自我價值之不安，隨時擁有媒介尋求再保證以暫時紓解焦慮。然而，若未能正視此一焦慮根源，令人困擾之人際處境將一再發生，因此本研究提供以下建議：(1) 從日常培養肯定自我之習慣，學習瞭解與接納自我的面向；(2) 增進情緒涵容力，面對焦慮不安或沮喪情緒時，學習具適應性的情緒因應方式；及(3) 察覺過度尋求再保證可能造成的人際風險，並學習適當溝通方式傳達自我需求。當個體能逐漸自我覺察並修正自身作為時，相信網路將從難以淬煉紐帶的危險地帶，轉向為滋養其人際網絡的豐沃土壤。

第六節 研究限制與未來研究方向

壹、現實/網路尋求再保證之測量

本研究以中文版尋求再保證量表為基，自行編修了現實/網路尋求再保證量表，並以當中第二個因素—現實/網路尋求再保證後果—作為人際拒絕的主要測

量。然而，此處的人際拒絕係以個體主觀評定的結果為主，因而可能混淆了主觀詮釋與實際情況。若要完整了解實際人際歷程，除了個體主觀感受之外，應可測量互動他者本身的實際感受與反應，提供進一步的幅合證據。

此外，本研究雖區分了網路與現實兩種不同的溝通情境，以論證現今網路溝通盛行之際，尋求再保證亦會跨情境地出現於網路情境。然而，從研究結果可發現網路尋求再保證與現實尋求再保證具高度顯著相關，且兩者平均數與變異數均相當接近，而無論現實或網路情境，個體所尋求再保證的親近對象應有所重疊，因而在不同管道上的行為頻率與覺知後果上即使略有差異，但不至差距過大。若從概念上推想，雖網路尋求再保證之測量能代表網路人際活動的部分面貌，然而若單純以「尋求再保證」加以測量，便已包括不同情境的尋求再保證評估。因此，在概念上區分網路與現實溝通情境之必要性確實值得商榷。

貳、研究樣本限制

本研究於知名網路平台 PTT 的台大版與打工版招募 20 歲以上之成人受試者，並於台大心理系電腦教室施測。最後進入施測程序的個體，其必要條件即為有使用 PTT 且願意出門至台大施測的族群，故此一取樣方式觸及樣本的機率並不均勻，致使樣本於母群的代表性較為有限。

此外，透過本研究資料的基本特性可發現，無論時間一或時間二的憂鬱與網路成癮皆有偏高狀況，尤其是網路成癮之平均分數已相當接近篩選高網路成癮危險群之切截分數，顯示本研究樣本可能有偏態之情形，建議後續研究能以較為隨機之方式抽取樣本。

在年齡方面，參照 Newman 與 Newman (2014) 重新劃分的心理社會發展階段，18 至 24 歲的後青春期 (late adolescence) 對於自我認同、親密與社會關係

仍處邁向成熟的試驗期，而本研究樣本之年齡範圍介於 20 至 39 歲，20 至 24 歲之人數便佔了多數（78%，141 人）。然而，由於本研究未對年齡進行相關假設，且分析的事前檢驗亦未發現年齡與任何變項有顯著關聯，建議後續研究可多加思索年齡於尋求再保證此一現象可能扮演之角色，以進行相應的量化檢驗。

參、網路成癮人際模型之擴充

為了進一步擴充網路成癮之人際模式，本研究列舉四點以供參考。

第一，若網路成癮可能與個體逐漸減少現實人際連結有所關聯，在個體實際社交連結的不同程度下，是否有不同的人際病理歷程？當個體仍有實際對象可以尋求再保證時，確實有可能因過度尋求再保證而遭致他人拒絕，此一處境可能提高的網路成癮風險；然而當個體鮮少有對象能夠尋求再保證時，便難以有相應的尋求再保證後果，此時尋求再保證後果可能便無法扮演致病角色。因此，後續研究可針對現實社交連結之差異，以探討不同族群是否具有不同的網路成癮病理機制。

第二，本研究結果發現，當同時考量網路成癮與憂鬱時，網路成癮能顯著直接影響尋求再保證後果，反而憂鬱卻無此直接效果。究竟是什麼原因造成此一差異？此為憂鬱個體與網路成癮個體於人際行為面（如社交技巧）之差異？或是其人際處境中他者對待兩種不同症狀的態度差異？抑或是個體主觀知覺他人回應的認知差異？上述人際與認知觀點值得進一步探究。

第三，本研究以人際行為層面來描繪人際風格、負向人際結果以及後續負向適應結果之關聯，然而個體何以有此行為特性呢？當中是否有潛在的心理病理構念（如自尊、依戀型態等）於此一人際歷程扮演了關鍵角色？

第四，本研究係以整體樣本進行模型之檢驗，而未針對性別進行詳細假設與

驗證，然而無論對網路成癮、憂鬱以及尋求再保證之研究而言，性別仍是重要議題之一，因此未來研究有必要將性別納入考量，以建立更加完整的網路成癮人際病理模式。



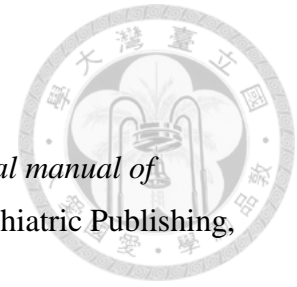
參考文獻



中文部分：

- 王偉信 (2003)。「親友對憂鬱病患的反應：覺知尋求再保證與關係義務感的機制探討」(未發表之論文)。臺北：國立臺灣大學心理學研究所。
- 何定照、高瑟濡(譯)(2008)液態之愛：論人際紐帶的脆弱(原作者 Bauman, Z.)。臺北：商周。(原著作初版年：2003)
- 吳佳輝 (2004)。社會支持對網路成癮的影響。「資訊社會研究」, 7, 173-189
- 吳明龍 (2009)。「結構方程模型：AMOS 的操作與應用」(二版)。臺北：五南
- 財團法人台灣網路資訊中心 (2015)。2015 年台灣無線網路使用狀況調查報告。2015 年 10 月，取自「財團法人台灣網路資訊中心網路使用調查網站」：
<http://www.twnic.net.tw/download/200307/20160108c.pdf>
- 國家發展委員會資訊管理處 (2016)。104 年網路沈迷研究 (AE120001)。取自中央研究院人文社會科學研究中心調查研究專題中心學術調查 研究資料庫
doi:10.6141/TW-SRDA- AE120001-1
- 陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋、楊品鳳 (2003)。中文網路成癮量表之編製與心理計量特性研究。「中華心理學刊」, 45 (3), 279-294。
- 黃天豪 (2003)。「憂鬱人際模式之探討：尋求再保證的促發、調節與補償機制」(未發表之論文)。臺北：國立臺灣大學心理學研究所。
- 黃天豪、陳淑惠 (2012)。「尋求再保證：憂鬱的人際互動模式與中文版尋求再保證量表之編製研究」。「中華心理學刊」, 54 (2), 133-148。
- 楊如泰 (2010)。「整合憂鬱人際與認知模式：苦惱自責式反芻及因果不確定感於過度尋求再保證與憂鬱間之多重中介效果」(未發表之碩士論文)。臺北：國立臺灣大學心理學研究所。
- 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」(未發表之碩士論文)。臺北：國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所。

英文部分：



- American Psychiatric Association. (1995). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, Inc.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). Beck depression inventory-II. *San Antonio, TX: Psychological Corporation*, b9.
- Bernardi, S., & Pallanti, S. (2009). Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Comprehensive Psychiatry, 50*(6), 510–516.
- Clerkin, E. M., Smith, A. R., & Hames, J. L. (2013). The interpersonal effects of Facebook reassurance seeking. *Journal of Affective Disorders, 151*(2), 525–530.
- Coyne, J. C. (1976a). Depression and the response of others. *Journal of Abnormal Psychology, 85*(2), 186–193.
- Coyne, J. C. (1976b). Toward an interactional description of depression. *Psychiatry, 39*(1), 28-40.
- Datu, J. A. D., Valdez, J. P., & Datu, N. (2012). Does Facebooking make us sad? Hunting relationship between Facebook use and depression among Filipino adolescents. *International Journal of Research Studies in Educational Technology, 1*(2).
- Davila, J. (1999). Exploring Alternative Explanations for the Association between Depression and Excessive Reassurance-Seeking. *Psychological Inquiry, 10*(4), 285–287.
- Davila, J., Hershenberg, R., Feinstein, B. A., Gorman, K., Bhatia, V., & Starr, L. R. (2012). Frequency and Quality of Social Networking Among Young Adults: Associations With Depressive Symptoms, Rumination, and Corumination. *Psychology of Popular Media Culture 1*(2), 72–86.
- Davila, J., Stroud, C. B., & Starr, L. R. (2009). Depression in couples and families. *Handbook of depression, 2*, 467-491.

Dozois, D. J. A., Ahnberg, J. L., & Dobson, K. S. (1998). Psychometric Evaluation of the Beck Depression Inventory-II. *Psychological Assessment, 10*(2), 83–89.

Goldberg, I. (1996). Internet addiction disorder. Retrieved November, 1, 2002, from Rider University, Department of Psychology, The Psychology of Cyberspace Web site: <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/suppotgp.html>

Griffiths, M. (1996). Internet "addiction": an issue for clinical psychology?. In *Clinical Psychology Forum, 32-36*.

Griffiths, M. (2000). Internet addiction-time to be taken seriously?. *Addiction research, 8*(5), 413-418.

Ha, J. H., Yoo, H. J., Cho, I. H., Chin, B., Shin, D., & Kim, J. H. (2006). Psychiatric Comorbidity Assessed in Korean Children and Adolescents Who Screen Positive for Internet Addiction. *The Journal of Clinical Psychiatry, 67*(5), 821–826.

Haythornthwaite, C., & Wellman, H. (2002). The Internet in everyday life: An introduction. *The Internet in everyday life, 1-41*.

Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [White paper]. Retrieved from <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf>

Israelashvili, M., Kim, T., & Bukobza, G. (2012). Adolescents' over-use of the cyber world – Internet addiction or identity exploration? *Journal of Adolescence, 35*(2), 417–424. <http://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.07.015>

J. Kuss, D., D. Griffiths, M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet Addiction: A Systematic Review of Epidemiological Research for the Last Decade. *Current Pharmaceutical Design, 20*(25), 4026–4052.

Johnson, B. (1999). Three perspectives on addiction. *Journal of the American Psychoanalytic Association, 47*(3), 791-815.

Joiner Jr., T. E., & Schmidt, N. B. (1998). Excessive reassurance-seeking predicts depressive but not anxious reactions to acute stress. *Journal of Abnormal Psychology, 107*(3), 533–537. <http://doi.org/10.1037/0021-843X.107.3.533>

Joiner, T. E., & Metalsky, G. I. (2001). Excessive Reassurance Seeking: Delineating a Risk Factor Involved in the Development of Depressive Symptoms. *Psychological Science, 12*(5), 371–378.

<http://doi.org/10.1111/1467-9280.00369>



Joiner, T. E., Alfano, M. S., & Metalsky, G. I. (1992). When depression breeds contempt: Reassurance seeking, self-esteem, and rejection of depressed college students by their roommates. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(1), 165–173. <http://doi.org/10.1037/0021-843X.101.1.165>

Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H., & Yen, C. F. (2005). Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. *The Journal of nervous and mental disease, 193*(11), 728-733.

La Greca, A. M., Davila, J., & Siegel, R. (2008). Peer relations, friendships, and romantic relationships: Implications for the development and maintenance of depression in adolescents. *Adolescent emotional development and the emergence of depressive disorders, 318-336*.

Lam LT, & Peng Z. (2010). Effect of pathological use of the internet on adolescent mental health: A prospective study. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 164*(10), 901–906. <http://doi.org/10.1001/archpediatrics.2010.159>

Marcus, D. K., & Nardone, M. E. (1992). Depression and interpersonal rejection. *Clinical Psychology Review, 12*(4), 433–449. [http://doi.org/10.1016/0272-7358\(92\)90126-S](http://doi.org/10.1016/0272-7358(92)90126-S)

McLuhan, M. (1962). *The Gutenberg Galaxy. The making of topographic man.* Canada: University of Toronto Press.

McLuhan, M. (1964). *Understanding Media. The Extensions of Man.* New York : McGraw-Hill

Metalsky, G. I., Joiner Jr, T. E., Potthoff, J., Pacha, L., Alfano, M. S., & Hardin, T. (1991). The depressive interpersonal relationships inventory. *Unpublished manuscript.*

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in human*

behavior, 16(1), 13-29.



- Mueser, K. T., Drake, R. E., & Wallach, M. A. (1998). Dual diagnosis: A review of etiological theories. *Addictive Behaviors*, 23(6), 717–734.
[http://doi.org/10.1016/S0306-4603\(98\)00073-2](http://doi.org/10.1016/S0306-4603(98)00073-2)
- Newman, B., & Newman, P. (2014). *Development through life: A psychosocial approach*. Cengage Learning.
- Pies, R. (2009). Should DSM-V Designate “Internet Addiction” a Mental Disorder? *Psychiatry (Edgmont)*, 6(2), 31–37.
- Potthoff, J. G., Holahan, C. J., & Joiner, T. E. (1995). Reassurance seeking, stress generation, and depressive symptoms: An integrative model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 664–670.
<http://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.664>
- Raacke, J., & Bonds-Raacke, J. (2008). MySpace and Facebook: Applying the uses and gratifications theory to exploring friend-networking sites. *Cyberpsychology & behavior*, 11(2), 169-174.
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632-2639.
- Schouten, A. P., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Precursors and Underlying Processes of Adolescents’ Online Self-Disclosure: Developing and Testing an “Internet-Attribute-Perception” Model. *Media Psychology*, 10(2), 292–315.
<http://doi.org/10.1080/15213260701375686>
- Selfhout, M. H. W., Branje, S. J. T., Delsing, M., ter Bogt, T. F. M., & Meeus, W. H. J. (2009). Different types of Internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. *Journal of Adolescence*, 32(4), 819–833.
<http://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.10.011>
- Sherer, K. (1997). College life on-line: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Student Development*. 38, 655-665.
- Smith, A. R., Hames, J. L., & Joiner Jr., T. E. (2013). Status Update: Maladaptive Facebook usage predicts increases in body dissatisfaction and bulimic

symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 149(1–3), 235–240.

<http://doi.org/10.1016/j.jad.2013.01.032>

Storch, E. A., Roberti, J. W., & Roth, D. A. (2004). Factor structure, concurrent validity, and internal consistency of the beck depression inventory—second edition in a sample of college students. *Depression and Anxiety*, 19(3), 187–189. <http://doi.org/10.1002/da.20002>

Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121–127.

Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online Communication Among Adolescents: An Integrated Model of Its Attraction, Opportunities, and Risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121–127.

<http://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>

Whang, L. S.-M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet Over-Users' Psychological Profiles: A Behavior Sampling Analysis on Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 6(2), 143–150.

<http://doi.org/10.1089/109493103321640338>

Wilson, K., Fornasier, S., & White, K. M. (2010). Psychological Predictors of Young Adults' Use of Social Networking Sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(2), 173–177. <http://doi.org/10.1089/cyber.2009.0094>

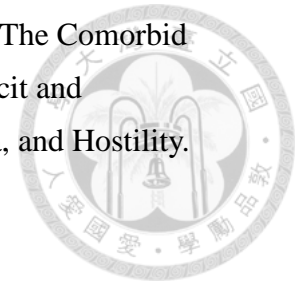
Wolfradt, U., & Doll, J. (2001). Motives of Adolescents to Use the Internet as a Function of Personality Traits, Personal and Social Factors. *Journal of Educational Computing Research*, 24(1), 13–27.

<http://doi.org/10.2190/ANPM-LN97-AUT2-D2EJ>

Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L., & Hung, E. P. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of behavioral addictions*, 2(3), 160–166.

Ybarra, M. L., Alexander, C., & Mitchell, K. J. (2005). Depressive symptomatology, youth Internet use, and online interactions: A national survey. *Journal of Adolescent Health*, 36(1), 9–18.

Yen, J.-Y., Ko, C.-H., Yen, C.-F., Wu, H.-Y., & Yang, M.-J. (2007). The Comorbid Psychiatric Symptoms of Internet Addiction: Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD), Depression, Social Phobia, and Hostility. *Journal of Adolescent Health, 41*(1), 93–98.
<http://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.02.002>



Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological reports, 79*(3), 899-902.

Young, K. S. (1997). What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use. In 105th annual conference of the American Psychological Association, 15, 12-30. Chicago.

Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior, 1*(3), 237–244.
<http://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior, 1*(1), 25–28.
<http://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.25>

附錄



附錄一：陳氏網路成癮量表

©本量表未經同意，請勿翻印使用。版權請洽原作者陳淑惠博士，台北市羅斯福路四段一號國立台灣大學心理學系。
Tel: (02) 3366-3100, Fax: (02) 2369-9129
E-mail: shchen@ntu.edu.tw

親愛的朋友：您好！

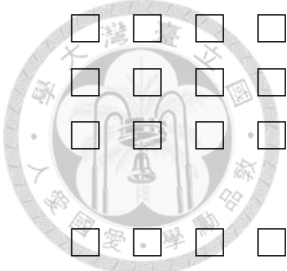
這是一份有關網路使用行為的調查量表，主要的內容是想瞭解您上網的情形。請您花幾分鐘的時間填寫，您的資料僅供學術使用，不做其它用途。所以，請您放心。在此謝謝您的參與和協助！

一、這半年以來到現在，您是否有使用電腦網路？

- 是（勾「是」者，請繼續完成整份問卷）
 否（勾「否」者，請停止作答）

二、下面是一些有關個人使用網路情況的描述，請評估您目前的實際情形是否與句中的描述一致。請您依照自己的看法來勾選 。由 1 至 4，數字越大，表示句中所描述的情形與目前您實際的情形愈符合。

	實際情況			
	極不符合 (1)	不符合 (2)	符合 (3)	非常符合 (4)
1. 曾不只一次有人告訴我，我花了太多時間在網路上	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我只要有一段時間沒有上網，就會覺得心裏不舒服	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我發現自己上網的時間越來越長	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 網路斷線或接不上時，我覺得自己坐立不安	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 不管再累，上網時總覺得很有精神	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 其實我每次都只想上網待一下子，但常常一待就待很久不下來	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 雖然上網對我的日常人際關係造成負面影響，我仍未減少上網	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 
8. 我曾不只一次因為上網的關係而睡不到四小時
9. 從上學期以來，平均而言我每週上網的時間比以前增加許多
10. 我只要有一段時間沒有上網就會情緒低落
11. 我不能控制自己上網的衝動
12. 發現自己投注在網路上而減少和身邊朋友的互動
13. 我曾因上網而腰痠背痛，或有其他身體不適
14. 我每天早上醒來，第一件想到的事就是上網
15. 上網對我的學業或工作已造成一些負面的影響
16. 我只要有一段時間沒有上網，就會覺得自己好像錯過什麼
17. 因為上網的關係，我和家人的互動減少了
18. 因為上網的關係，我平常休閒活動的時間減少了
19. 我每次下網後其實是要去做別的事，卻又忍不住再次上網看看
20. 沒有網路，我的生活就毫無樂趣可言
21. 上網對我的身體健康造成負面的影響
22. 我曾試過想花較少的時間在網路上，但卻無法做到
23. 我習慣減少睡眠時間，以便能有更多時間上網
24. 比起以前，我必須花更多的時間上網才能感到滿足
25. 我曾因為上網而沒有按時進食
26. 我會因為熬夜上網而導致白天精神不濟

附錄二：中文版尋求再保證量表



誰是你覺得比較親近的人，請填出你與他/她的關係稱謂，最多三位。

1. _____ 2. _____ 3. _____

請先回答上一問題↑。

在下列題目中,請你圈選出最符合自己狀況的數字,各數字代表意義如下:

1=完全沒有 2=幾乎沒有 3=不完全是 4=我不確定

5=有時如此 6=經常如此 7=幾乎總是

	完 全 沒 有	幾 乎 沒 有	不 完 全 是	我 不 確 定	有 時 如 此	經 常 如 此	總 是 如 此
1. 你發覺自己經常詢問親近的人他們對你真正的感覺?	1	2	3	4	5	6	7
2. 你經常詢問親近的人他們對你真正的想法?	1	2	3	4	5	6	7
3. 你經常要求親近的人表達他們對你真正的評價?	1	2	3	4	5	6	7
4. 你發覺自己經常向親近的人尋求關於「他們是否真的贊同你」的再三保證?	1	2	3	4	5	6	7
5. 你經常向親近的人尋求關於「他們是否真的接納你」的再三保證?	1	2	3	4	5	6	7
6. 你經常向親近的人尋求關於「他們是否真的在乎你」的再三保證?	1	2	3	4	5	6	7
7. 你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你感到不耐煩?	1	2	3	4	5	6	7
8. 你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你表示敷衍?	1	2	3	4	5	6	7
9. 你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而覺得很累?	1	2	3	4	5	6	7
10. 你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你表現疏遠?	1	2	3	4	5	6	7
11. 你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而感到困擾?	1	2	3	4	5	6	7
12. 你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而被你激怒?	1	2	3	4	5	6	7

附錄三：現實/網路尋求再保證量表



誰是近一個月以來，你覺得比較親近的人，請填出你與他/她的關係稱謂，最多三位。

1. _____ 2. _____ 3. _____

請先回答上一問題↑。

在下列題目中,請你圈選出最符合自己狀況的數字,各數字代表意義如下:

1=完全沒有 2=幾乎沒有 3=不完全是 4=我不確定

5=有時如此 6=經常如此 7=幾乎總是

一、以下題目將詢問當透過面對面對談或電話溝通(包括語音與視訊等網路電話)時，最近一個月以來的互動的行為與感受為主：

	完 全 沒 有	幾 乎 沒 有	不 完 全 是	我 不 確 定	有 時 如 此	經 常 如 此	總 是 如 此
1. 你發覺自己經常透過面對面對談或電話等方式，詢問親近的人他們對你真正的感覺？	1	2	3	4	5	6	7
2. 你經常透過面對面對談或電話等方式，詢問親近的人他們對你真正的想法？	1	2	3	4	5	6	7
3. 你經常透過面對面對談或電話等方式，要求親近的人表達他們對你真正的評價？	1	2	3	4	5	6	7
4. 你發覺自己經常透過面對面對談或電話等方式，向親近的人尋求關於「他們是否真的贊同你」的再三保證？	1	2	3	4	5	6	7
5. 你經常透過面對面對談或電話等方式，向親近的人尋求關於「他們是否真的接納你」的再三保證？	1	2	3	4	5	6	7
6. 你經常透過面對面對談或電話等方式，向親近的人尋求關於「他們是否真的在乎你」的再三保證？	1	2	3	4	5	6	7
7. 在面對面對談或電話等互動過程中，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你感到不耐煩？	1	2	3	4	5	6	7
8. 在面對面對談或電話等互動過程中，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你表示敷衍？	1	2	3	4	5	6	7
9. 在面對面對談或電話等互動過程中，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而覺得很累？	1	2	3	4	5	6	7

- | | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 10. | 在面對面對談或電話等互動過程中，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你表現疏遠？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. | 在面對面對談或電話等互動過程中，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而感到困擾？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. | 在面對面對談或電話等互動過程中，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而被你激怒？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |



二、以下題目將詢問使用網路即時通訊時（如透過 line、whatsapp、Facebook 訊息等即時通訊軟體，所進行的文字、貼圖、語音訊息等網路互動），最近一個月以來的的行為與感受為主：

- | | | 完 | 幾 | 不 | 我 | 有 | 經 | 總 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全 | 乎 | 完 | 不 | 時 | 常 | 是 |
| | | 沒 | 沒 | 全 | 確 | 如 | 如 | 如 |
| | | 有 | 有 | 是 | 定 | 此 | 此 | 此 |
| 1. | 你發覺自己經常透過網路即時通訊的方式詢問親近的人他們對你真正的感覺？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. | 你經常透過網路即時通訊的方式詢問親近的人他們對你真正的想法？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. | 你經常透過網路即時通訊的方式要求親近的人表達他們對你真正的評價？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. | 你發覺透過網路即時通訊的方式自己經常向親近的人尋求關於「他們是否真的贊同你」的再三保證？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. | 你經常透過網路即時通訊的方式向親近的人尋求關於「他們是否真的接納你」的再三保證？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. | 你經常透過網路即時通訊的方式向親近的人尋求關於「他們是否真的在乎你」的再三保證？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. | 在網路即時通訊的介面上，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你感到不耐煩？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. | 在網路即時通訊的介面上，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你表示敷衍？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

9. 在網路即時通訊的介面上，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而覺得很累? 1 2 3 4 5 6 7
10. 在網路即時通訊的介面上，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而對你表現疏遠? 1 2 3 4 5 6 7
11. 在網路即時通訊的介面上，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而感到困擾? 1 2 3 4 5 6 7
12. 在網路即時通訊的介面上，你親近的人有時會為了「你不斷向他們尋求關於他們是否真的在乎你的再三保證」而被你激怒? 1 2 3 4 5 6 7

