

# 女大學生女性照顧者教養態度對其網路沉迷之影響

\*邱言凱<sup>1</sup>、彭梅芳<sup>2</sup>

<sup>1</sup>玄奘大學應用心理學系、<sup>2</sup>國立屏東大學教育行政研究所

\*openwish88@gmail.com

## 摘要

本研究旨在探討女大學生的女性主要照顧者與其網路沉迷的相關情形。本研究採用問卷調查法，以台灣地區之女大學生為主要研究對象，使用「雙親教養量表－母親版」、「網路成癮量表」作為主要研究工具，正式施測有效樣本為 269 份，並將資料以統計分析方法進行分析，透過描述性統計、t 檢定、單因子變異數分析、迴歸分析、皮爾森積差相關分析等統計方法，以考驗研究假設。研究發現：女大學生之網路沉迷不因年齡、家庭結構、居住地區、主要照顧者的不同而有所差異；女大學生女性照顧者教養態度之「保護」與其網路沉迷具有正相關、女大學生女性照顧者教養態度之「關懷」與其網路沉迷具有負相關，且不同的教養態度類型對網路沉迷具有顯著差異，情感約束型教養態度與理想型教養態度有顯著差異、缺乏情感控制型教養態度與理想型教養態度有顯著差異、缺乏情感控制型教養態度與忽略型教養態度有顯著差異，顯示教養態「保護」層面愈高，女大學生愈有可能出現網路沉迷之現象。綜合本研究之結果，提出相關建議以供教育、輔導、相關單位及實務工作者之參考。

**關鍵詞：**女性教養態度、網路沉迷

## A Study on the Influence of Women's Parenting Attitudes on Internet Addiction of Female College Students

\*Yen-Kai Chiu<sup>1</sup>, Mei-Fang Peng<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Applied Psychology, Hsuan Chuang University,

<sup>2</sup>Graduate Institute of Educational, National Pingtung University

### Abstract

The purpose of the study was to explore the relationship between women's parenting attitudes and internet addiction of female college students. Parenting bonding Instrument (PBI) – Mother, and Chen Internet Addiction Scale (CIAS) were used in the study. The valid sample size was 269 female college students in Taiwan. The data was analyzed by the statistical methods of descriptive statistics, t-test, one-way ANOVA, regression analysis, and Pearson correlation analysis. The main findings of the study were that the parenting attitudes of female college students did not vary remarkably given the variables such as the age, structure of family, living area, and caregiver. There was a low positive correlation between “protection” of women's parenting attitudes and internet addiction. And there was a low negative correlation between “care” of women's parenting attitudes and internet addiction. Different parenting attitudes have significant differences in their internet addiction. The higher the “protection” of women's parenting attitude, the higher the internet addiction of female college students. The study not only discussed the research result, but also offered some suggestions to education, and counseling organizations concerned and researchers of extended studies.

**Keywords:** Women's parenting attitude of female college students, Internet addiction

Received: Feb., 7, 2023; first revised: Apr. 3, 2023, second revised: Apr. 23, 2023; accepted: Aug. 2023.

Corresponding author: Y.K. Chiu, Department of Applied Psychology, Hsuan Chuang University, Hsinchu 300102, Taiwan

## 壹、緒論

近年科技日漸發達，最初網路的發展是為了讓人們更方便蒐集資料及克服距離的問題，而現今使用網路的目的非常多，如：網路購物、遊戲娛樂、新潮流等，讓原先單純的網路行為，開始複雜化，人們對於網路的需求及依賴更是日益增加。根據財團法人台灣網路資訊中心 (TWNIC) 2022 年的報告顯示 18 歲以上使用網路的民眾高達八成以上，其中透過手機使用網路者高達 81.47%，且 18-29 歲的民眾使用網路的比例更是高達 99%。Young (1996) 指出網路沉迷是一種新的臨床疾病，許多網路使用者因沉迷而影響其學業、工作、家庭關係，在網路蓬勃發展的時代下，現今的青少年更是網路的高度使用者及依賴者，在 110 年網路沉迷研究調查報告指出我國民眾網路沉迷逐年上升，從 104 年的 3.5% 到 110 年 7% (陳素玲, 2022 年 3 月 21 日)。由此可見，三十年前至今皆相當重視網路的使用及網路沉迷之影響。

隨著網路時代的到來，人們互動與聯繫感情的方式大有改變，從電視古裝劇裡看到的飛鴿傳書情節，至今已成為人手一機的通訊網路，在生活與心理層面受到外在環境而有所改變，在家庭教養與互動模式也出現極大的差異。過去多數研究指出網路對於人們有絕對的影響程度，尤其是成癮行為 (楊家幸, 2001; Kraut et al., 1998; Shotton, 1991; Young, 1996)，並探討人們形成網路成癮之原因，發現家庭教養方式對於網路成癮有著密切之關係，包含家庭氛圍、教養態度等 (邱郁雯, 2003; 施香如, 2001; Bilge et al., 2022)，亦有許多研究指出父母教養態度與網路或手機使用具有高度密切關係，不同的教養態度對於孩子網路使用具有極大的影響性，積極的教養方式可降低青少年手機使用，消極的教養方式則會增加青少年對於手機的依賴程度 (Bae, 2015; Lian et al., 2016; Miller and Plant, 2010)。

綜合以上，可以得知父母教養態度對於孩子網路沉迷具有影響性，隨著經濟時代與雙薪家庭的出現，主要照顧者不再僅是父母。根據中華民國家庭照顧者關懷總會 2007 年的調查顯示，台灣家庭照顧者以女性居多，事隔多年後進行統計調查發現台灣家庭照顧超過八成的主要照顧者為女性 (行政院性別平等會, 2020)。然而，本研究進行預試分析時，從回收 35 份之樣本發現其台灣之父母教養態度以母性角色為主要照顧者高達 85%，與過去調查資料相符，因此本研究將聚焦於女性進行討論，以女大學生作為主要研究對象，並試圖瞭解其女性主要照顧者之教養態度對其網路沉迷之影響，進而探討母親教養態度與網路沉迷之相關性。

### 一、研究背景與動機

家庭是人類最基本的學習環境，也是我們出生後，最先接觸到的社會互動，更是在我們生命經驗裡很重要的學習、模仿、成長的環境，家庭對於個體具有一定的影響力，包含社交與人際互動 (Carolyn, 2001; Kazuhisa et al., 2000)。父母教養態度對於孩子身心健康具有一定的影響程度，包含：人格形成、情緒反應等，並與其適應行為具有正向相關，當父母教養態度關愛程度高，可降低孩子的壓力，且高積極與低消極有助於孩子的身心發展，而不當的教養態度會造成青少年的身心困擾及不適應的行為，進而產生不當的偏差行為，如：反社會人格的形成 (邱郁雯, 2003; 洪雪雅, 2004; Hao-kang Li et al., 2022; Schorr et al., 2022; Sideridis and Kafetsios, 2008)。

在財團法人台灣網路資訊中心 (TWNIC) 2022 年最新的調查報告指出，台灣近兩成的民眾幾乎隨時隨地都在使用網路 (20.39%)，一天使用網路數次高達 56.14%，可見台灣民眾對於網路具有高度使用及高度依賴。網路時代讓人們更加便利，同時也產生許多健康問題，如果過度使用網路，將會引發許多的問題，包含：人際、健康、時間管理，且因長時間沉溺在網路而忽略現實生活的連結，亦可能因沉迷網路而影響個人生活作息與健康，嚴重的沉迷甚至可能會導致精神妄想，而無法分辨現實與虛擬的生活，進而出現無法順利使用網路所出現的心理情緒變化，如：憂鬱、失落、低落等 (陳淑惠等, 2003; 郭約瑟、胡海國, 2007)。

施香如 (2016) 指出父母的教養態度會影響青少年使用網路，父母與孩子之間的互動溝通，也會影響個體的外顯行為，若家庭氣氛不佳，孩子出現偏差行為的可能性較高，若家庭氣氛和諧，孩子出現偏

差行為的機率較低，當家庭互動感受極差且親子關係多為衝突，容易導致孩子的偏差行為出現（徐美雯、魏希聖，2015；Carolyn, 2001）。青少年在求學階段，對於人際需求增加，若因家庭氛圍而造成關係的疏離，容易在外尋求同儕之間的心理滿足，透過網路使用可以促使個體在其中獲得歸屬感與社會認同，孩子感受到父母教養態度的忽略會增加其對手機依賴，亦會透過學習模仿父母的行為而產生網路沉迷的現象（Doo & Kim, 2022; Schorr et al., 2022）。在網路盛行的時代下，教養態度與網路使用成為很重要的關鍵因子，台灣的主要照顧者多為女性，本研究試圖瞭解女大學生感知女性主要照顧者的教養態度如何影響其網路使用，進而探討教養態度類型如何影響沉迷行為，此為過往研究鮮少討論之部分，亦是當今各大領域皆關注及留意的科技議題。

## 二、研究目的與問題

（一）研究目的：根據上述研究背景與動機，本研究之目的為以下：

1. 瞭解女大學生的網路使用之現況
2. 探討不同個人變項之女大學生的網路沉迷情形
3. 探討不同教養態度類型之女大學生在網路沉迷之差異情形
4. 瞭解女大學生之女性照顧者教養態度與網路沉迷之相關情形
5. 瞭解女性照顧者教養態度對於女大學生的網路沉迷之影響程度

（二）研究問題：由以上研究目的，本研究提出以下研究問題：

1. 女大學生網路使用現況為何？
2. 不同背景變項的女大學生網路沉迷是否有差異？
3. 女大學生之女性照顧者之不同教養態度類型與網路沉迷是否有顯著差異？
4. 女大學生之女性照顧者之教養態度與網路沉迷是否有顯著相關？
5. 女大學生之女性照顧者之教養態度是否能有效預測其網路沉迷？

## 貳、文獻探討

### 一、網路沉迷

隨著科技日漸發達，人們的聯繫與休閒娛樂方式隨之改變，尤其在網路盛行的時代裡，人們可透過網路進行許多的日常事物，如：網路購物、手機遊戲、行動錢包、人際社交、關係聯繫等，讓網路的普及率及使用率逐漸提升。根據財團法人台灣網路資訊中心（TWNIC）2022年的報告顯示18歲以上使用網路的民眾高達八成以上，且在2022年行動網路首度超越固網寬頻，也就是說人們使用手機網路的時代正式來臨，相較於過去固網的時代，人們更經常使用的網路是行動網路。

網路普及化，容易產生沉迷的現象，網路沉迷容易被解釋為「網路成癮」（internet addiction），也就是網路沉迷行為，係指經常使用網路而產生的慢性著迷狀態，且困難抗拒使用網路的慾望，在學術研究稱之為網路成癮，多數研究針對網路過分使用仍以「網路成癮」較為普遍，對於成癮的解釋為長時間使用網路而產生許多負面的症狀，視為一種行為成癮（Brenner, 1996; Goldbers, 1996; Young, 1996），且因使用網路而損害日常生活中的社交、課業、工作等，但成癮含有疾病的診斷，具有幾個特性，如：耐藥性、依賴性、戒斷反應、再發性，大多用至臨床診斷治療依據（邱聖玲，2004；楊佳幸，2001；）。因此，為了避免涉及個人價值或疾病化考量，對於網路過度使用或不當使用之行為，本研究以「網路沉迷」稱之。

根據台灣國家發展委員會2021年的網路沉迷研究調查報告顯示，台灣年滿12歲以上具有上網經驗的民眾裡有7%有網路沉迷的傾向，最容易有網路沉迷傾向的年齡為20-29歲的民眾（11.2%）、次要為12-17歲（9.6%），且高達34.7%的民眾未覺察自身的網路沉迷現象，可見青少年至大學階段為主要網

路沉迷之年齡，卻出現不自覺的現象（Lin, 2020;Lozano-Blasco et al., 2022）。針對網路沉迷之評估與衡量方法，過去學者有著相同的看法，如：使用時間、頻率、次數，亦有學者針對網路使用者的身心健康、人際互動進行探討，本研究整理過去國內外學者對於網路沉迷之衡量與其標準，如表 1 所示。

表 1

國內外學者之網路沉迷衡量標準

學者 (年)	診斷標準	網路沉迷指標
Goldberg(1996)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 耐受性：持續使用網路以獲得滿足感</li> <li>2. 戒斷反應：停止使用網路而產生的負向身心反應</li> <li>3. 使用網路時間超出預期時間</li> <li>4. 無法停止使用網路</li> <li>5. 花費許多時間在使用網路</li> <li>6. 因使用網路而減少其他日常生活</li> <li>7. 發現網路造成的身心問題，仍無法控制使用網路</li> </ol>	符合其中三個症狀，且持續長達 12 個月。
Griffiths(1996)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 顯著性(Salience)：網路已經成為使用者生活中獨有的存在，且是生活中重要的活動，足以影響使用的思考、感受與行為。</li> <li>2. 情緒調節(mood modification)：透過網路獲得正向感受，如：成就感、愉悅感等，並藉由上網行為來降低因生活所產生的負面情緒或迴避現實。</li> <li>3. 耐受性(tolerance)：必須增加網路的使用時間或更多元的網路活動，方能得到先前獲得的滿足感。</li> <li>4. 戒斷反應(withdrawal symptom)：因停止使用網路而引發身心的不適感。</li> <li>5. 衝突(conflict)：因使用網路而拒絕或減少其他日常生活活動的參與。</li> <li>6. 復發(relapse)：使用者無法控制自己停止使用網路，不斷重複出現沒有辦法控制自己的慾望。</li> </ol>	符合三個以上，便可視為網路沉迷。
Young(1996)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你使用網路時是否容易忘我？</li> <li>2. 你是否需要更多時間使用網路才能感到滿足？</li> <li>3. 你是否對於要自我控制、暫停、終止使用網路感到困難？</li> <li>4. 你是否在網路使用暫停或終止時，感到難過、沮喪、空虛？</li> <li>5. 你使用網路的時間是否超過做其他事物？</li> <li>6. 你是否願意因使用網路而承擔失去朋友、工作、學習等的風險與考驗？</li> <li>7. 你是否曾經對關心你的人隱瞞你使用網路的內容與事實？</li> <li>8. 你是否藉由網路來逃避困擾或降低自身的不適感（如：無助感、焦慮感）？</li> </ol>	回答題目「是」，超過五題（含以上）便可稱為網路沉迷。
陳淑惠等 (2003)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 耐受性：隨著網路使用的次數與頻率增加，需要透過更多的網路內容及更長的使用時間，才能獲得相同程度的滿足。</li> <li>2. 強迫性上網行為：在想到或看到手機或電腦時，就會產生想要上網的意念，且在使用網路時會感到興奮，期待有更多的時間可以上網。</li> <li>3. 戒斷反應：一旦上網後便很難離開手機或電腦，若突然被迫離開則會出現強烈的負向感受。</li> <li>4. 人際健康問題：沉迷於網路的時間過長，而忽略原有週遭環境的居家與社交生活，其中包含與家人朋友疏遠、身體出現眼酸、頭痛、肌肉痠痛、睡眠不足等問題。</li> <li>5. 時間管理問題：使用者長時間於網路，因而延誤到睡眠、工作、學業、飲食等時間安排。</li> </ol>	CIAS 網路沉迷量表。青少年分數達 64 以上；大學生分數達 68 分以上將被視為網路沉迷。

因網路使用增加而產生的沉迷現象日益嚴重，Young (1998) 將網路沉迷區分為五個類別，分別是網路性成癮、網路關係成癮、網路強迫行為、網路資訊超載、網路電腦成癮，並指出大學生喜歡使用網路的六大原因為，分別為學校提供免費網路、有較多時間可使用網路、較不易受到父母的管教約、網路匿名而發言較不受限、滿足娛樂需求、尋求社群帶來的人際關係與社會支持 (Lin, 2020; Young, 1996)。劉名誼 (2014) 探討不同個人變項之網路沉迷差異情形，分別為：性別差異、年級 (年齡)、家庭結構、上網的時間、社經地位，發現不同性別、社經地位、上網時間等在網路沉迷上具有差異，其中男性網路使用者較女性沉迷之狀況嚴重 (方紫薇, 2010; 劉名誼, 2014; Su et al., 2020); 而在家庭結構方面，多數研究顯示家庭結構對網路沉迷沒有顯著差異，但少數研究發現隔代教養在網路沉迷有顯著差異 (葉士如, 2009)。由此可知，在現今的網路時代下，網路已是社會大眾共有的「生活物」，網路沉迷已是當今社會下的心理健康議題。

## 二、父母教養態度

家庭源自於父母，父母在家庭裡所扮演的角色，對於孩子來說，具有相當重要的意義，尤其父母教養態度亦是影響一個孩子的個性、發展、信念、行為等，不同的教養方式將形成極大的差異 (陳婉琪、徐崇倫, 2011; Dhar et al., 2019; Hao-kang Li et al., 2022; Schorr et al., 2022)。國內學者針對教養給予不同的名詞定義，如：管教方式、教養方式、教養態度 (吳承珊, 2000; 林惠雅, 1999)，但多數學者對父母教養提出之定義有許多相同的觀點，如：均強調父母對於子女的情緒、行為、認知等層面的影響，其中包含父母教養態度的信念及行為，也就是說，父母教養態度意指父母在教養過程中與孩子的互動、回應、要求、家庭氛圍等方式，透露出其內在的教養信念以及外顯行為。

過去學者針對父母教養風格與類型進行不同向度的分類，可分為單向度、雙向度、多向度，依據向度在進行教養態度類型的分類，不同的學者對於父母教養態度的衡量與評估有著不同的見解，但可從中找到其共同點，如：父母親對於孩子的關懷、要求程度以及給予的回應方式，如表 2 所示。這也代表父母教養的評估與衡量可分為許多種。國外學者 Parker 等 (1979) 提出雙親教養態度量表 (parents bonding instrument, 簡稱 PBI) 作為其研究工具，後續受到許多國外學者使用，其適用於任何族群之衡量，國內學者徐畢卿等 (1999) 針對 Parker 等所編製的雙親教養態度量表進行研究，並考量文化背景、醫療環境等可能造成不同國家對於量表的適用性問題，將量表翻譯成中文，並測試雙親教養態度的信度、效度等，結果顯示此量表適用在本國，尤其是母親版，但在父親版仍需擴大樣本以支持此量表適用於本國。

表 2

父母教養態度類型

學者 (年)	向度	教養類型
Elder(1962)	單向	獨裁、專制權威、民主、平等、溺愛、放任、忽視
Pumroy(1966)	單向	溺愛、嚴厲、冷漠、保護、拒絕
Baumrind(1971)	單向	專制威權、開明權威、自由放任
Williams(1958)	雙向(權威、關懷)	高關懷高權威、高關懷低權威、低關懷高權威、低關懷低權威
Maccoby & Martin(1983)	雙向(回應、要求)	開明權威、冷漠忽視、專制權威、寬鬆放任
Parker 等(1979)	雙向(關懷、保護)	高保護高關懷、高保護低關懷、低保護高關懷、低保護低關懷
Becker & Epstein(1964)	多向(限制—溺愛、敵意—溫暖、焦慮情緒—冷靜分離)	縱容、民主、神經質的焦慮、忽視、嚴格控制、權威性、有效的組織、過度保護

過去多數研究使用雙親教養態度量表進行衡量青少年、精神疾患者等，皆發現自覺教養態度較差的族群容易產生心理健康問題，可見雙親教養態度與身心健康有很大的相關（Favaretto & Torresani, 1997；Warner & Atkinson, 1988;）。Bowlby（1977）指出親子之間的互動及教養態度，對於個體的個性發展以及未來生活的適應有著巨大的影響，父母的教養態度將影響個體從年幼時的性格，一直延續到成人後的行事作風，不當的教養態度可能引起孩童、青少年的心理健康問題（邱郁雯，2003；洪雪雅，2004；陳婉琪、徐崇倫，2011）。

由此可知，父母教養態度對於個體的影響甚大，父母教養態度亦會影響孩子對於網路的使用，當父母使用手機成癮，孩子也會模仿與學習父母的行為；當父母教養態度較為消極，孩子使用網路增加；當父母教養積極，可降低孩子對於網路的依賴（Bae, 2015; Lian et al., 2016; Doo & Kim, 2022）。Sabat等（2021）發現當父母雙方皆為權威教養時，父親對於孩子適應性行為有重要影響，相對於母親更加明顯，尤其是孩子在青春期時，母親的態度、父親的控制、母親的溫暖都將對孩子行為產生影響（Sekaran et al., 2020）。Forbes等（2022）研究疫情下的父母教養態度，發現父母教養態度因性別、種族、受教育程度、年齡而有所差異，且母親具有強烈的家庭責任，並指出母親比起父親更適合教養子女。

趙翊湘與魏美惠（2023）針對母親正向教養行為與情感表達進行探討，發現母親正向教養行為與幼兒負向社會行為具有負相關，當母親正向教養行為愈多，幼兒的負向行為愈少，且可能隨著孩子的年齡愈大，母親的正向情緒教養態度分數愈低，父母教養態度會隨著孩子的發展階段進行改變，其中母親教養態度在孩子學齡期具有高度的控制和關懷，主要原因為母親期待孩子可適應社會文化及符合社會期待（Lee & Han, 2021）。人類最初的學習對象即是主要照顧者，根據長期照顧者平台－愛長照2020年的文章指出過去到現在，多數的家庭照顧者有八成以上皆是女性，因此，本研究以女性主要照顧者作為教養態度的衡量，採用雙親教養態度量表裡的母親教養態度版做為研究的主要工具，探討女大學生之女性照顧者教養態度對其網路沉迷之影響。

## 參、研究方法

本研究為探討女大學生母親教養態度對其網路沉迷之影響，瞭解母親教養態度與網路沉迷之相關情形，以雙親教養態度（PBI）－母親版以及陳氏網路沉迷量表（CIAS）做為主要資料蒐集調查工具，以下說明研究架構、研究對象與抽樣方法、研究變數與設計。

### 一、研究架構

本研究依據研究背景與動機及文獻探討之結果，擬定研究設計，使用問卷調查的方式進行資料蒐集，主要在於探討女大學生的個人背景變項、女性照顧者教養態度與網路沉迷之相關，研究在不同背景變項、女性照顧者教養態度、網路沉迷有無差異。本研究將女性照顧者的教養態度分為「保護」、「關懷」兩個層面，教養類型分為情感約束型、缺乏情感約束型、理想型、忽略型等四個類型；在網路沉迷方面，根據陳氏網路沉迷量表（CIAS），分為耐受性、強迫性、戒斷反應、人際健康問、時間管理問題等五個構面。探討女大學生之女性照顧者教養態度的網路沉迷之本研究之研究架構如圖 1 所示：

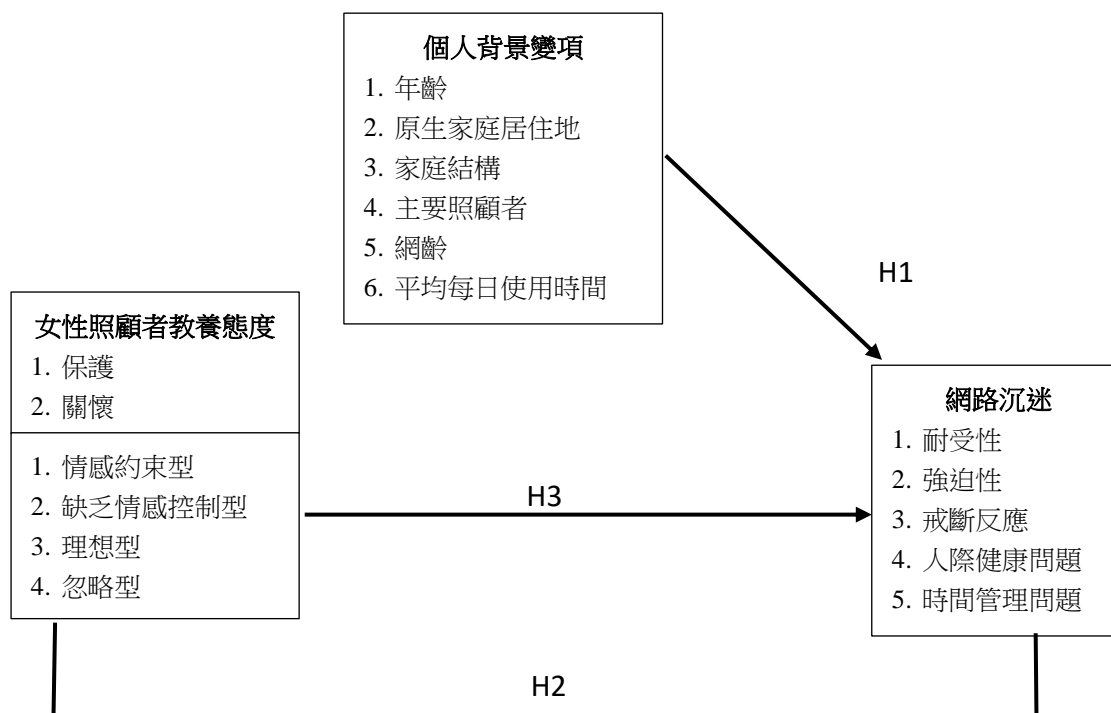
因個人可能受到背景變項而產生不同的研究結果，且因時代的變遷，可能由雙親教養改為單親教養或隔代教養、主要照顧者由父母可能轉變成阿公阿嬤，甚至是家中其他親人，這些皆可能影響本研究之結果，因此將個人背景區分為年齡、原生家庭居住地、家庭結構、主要照顧者、網齡、平均每日使用時間。綜合以上，本研究提出研究假設一：不同個人背景變項對女大學生網路沉迷具有差異。

在父母教養方面，多數研究已指出父母教養態度對於孩子的身心健康，及其適應行為具有正向相關，不當的教養態度會造成孩子的身心困擾及不適應的行為，進而產生不當的偏差行為（邱郁雯，2003；吳偲嫻、鄧運林，2011；徐美雯、魏希聖，2015），且父母的教養風格會影響青少年對於網路的使用，當父

母態度較為冷淡權威，青少年愈容易有網路成癮的可能（施香如，2016；張高賓，2009）。因此，本研究提出研究假設二：女性照顧者教養態度與網路沉迷具有顯著相關；研究假設三：不同女性照顧者教養態度類型對女大學生網路沉迷具有顯著差異。

圖 1

研究架構圖



## 二、研究對象與抽樣方法

本研究以全台女大學生為研究對象，透過社群網站、社群軟體 APP 等進行問卷訊息的推廣與連結發放，更能符合研究之目標對象進行網路使用者之資料蒐集，共回收 290 份問卷，確認受試者的填答狀況後，去除填答不完整者及遺漏填答之問卷，有效樣本為 269 份，有效問卷回收 92.76%。

## 三、研究工具

因考量到使用量表工具的適切性以及文化特色，本研究之問卷使用具有良好信效度之陳氏網路成癮量表（CIAS），該量表由國內學者陳淑惠等（2003）所編製之，其修訂版（CIAS-R）進行衡量，將結構更加合理、穩定可靠，分為網路沉迷核心症狀及網路沉迷相關問題兩個因素，又可細分為強迫性行為、戒斷反應、耐受性、人際與健康問題、時間管理問題等五個構面。在父母教養態度量表則使用國內學者徐畢卿等（1999）針對學者 Parker 等所制訂之雙親教養態度（PBI）量表，分為關懷與保護等兩個衡量構面，該量表具有良好信效度，且符合台灣文化之中文雙親教養態度之衡量，尤其是母親版。因此，本研究採用陳淑惠等（2003）網路沉迷量表及徐畢卿等（1999）之雙親教養態度量表作為問卷衡量工具。

本研究採用問卷調查法，以網路發放問卷之調查方式進行資料的蒐集，由於本研究之主題為網路沉迷，主要為高度網路密切之使用者，因此調查工具為網路問卷（google 表單），而非實體紙本問卷。問卷內容包含二大部分，第一部分為網路沉迷與母親教養態度量表工具，以李克特（Likert）四點量表計分，分別代表符合自身狀況的程度，以「非常不符合」、「不符合」、「符合」、「非常符合」作為變項之衡量。第二部分為個人背景資料，瞭解受試者個人之年齡、家庭居住地、16 歲之前主要照顧者。本研究之變數包含網路沉迷、女性照顧者教養態度，個人背景變項亦列入為變數，分別為年齡、原生家庭居住地、家庭結構、主要照顧者、網齡、每日平均使用時間，主要變數之操作性定義如表 3 所示：

表 3

變數之操作性定義說明表

研究變項	子構面	操作性定義	參考文獻
網路沉迷	耐受性	網路使用者因不當使用網路而出現的核心症狀與負面影響。量表共計 26 題，耐受性 4 題、強迫性 5 題、戒斷反應 5 題、人際健康問題 7 題、時間管理問題 5 題。	陳淑惠等(2003)
	強迫性		
	戒斷反應		
	人際健康問題		
	時間管理問題		
女性照顧者教養態度	保護	女性主要照顧者在 16 歲前教養過程中的互動、回應、要求等方式。量表共計 25 題，分為保護 13 題、關懷 12 題，包含正反向題。	徐畢卿等(1999)
	關懷		

本研究針對回收之問卷資料進行統計分析，以敘述性統計瞭解女大學生使用網路現況，自變項為個人背景變項，包含年齡、原生家庭居住地、家庭結構、主要照顧者、使用網路的時間（網齡）、每日平均使用網路時間以及母親教養態度，依變項為網路沉迷，透過統計方法等，探討個變數間是否具有顯著相關，並檢驗不同背景變項之女大學生的網路沉迷是否具有顯著差異。

## 肆、研究結果與討論

### 一、敘述性統計

本研究的個人基本資料包含：年齡、原生家庭居住地、家庭結構、主要照顧者、網齡、每日平均使用時間，受試者之女大學生年齡分布，分別為 22 歲 93 人（34.6%）、19 歲（19%）、20 歲（18.2%）、21 歲 39 人（14.5%）、18 歲 37 人（13.8%）；原生家庭居住地為南部 139 人（51.7%）、中部 64 人（26%）、北部 59 人（21.9%）、東部 7 人（2.6%）；主要照顧者為母親 242 人（90%），奶奶 19 人（7.1%）、外婆 8 人（3%）；家庭結構為雙親家庭 224 人（83.3%），單親家庭 38 人（14.1%）、隔代教養家庭 5 人（1.9%）、重組家庭 2 人（0.7%）。

使用網路的時間（網齡）依序為 10 年 91 人（33.8%）、8 年 40 人（14.9%）、7 年 28 人（10.4%）、6 年 25 人（9.3%）、9 年 24 人（8.9%）、12 年 20 人（7.4%）、13 年以上 14 人（5.2%）、5 年 11 人（4.1%）、11 年 9 人（3.4%）、4 年 6 人（2.2%）、3 年以內 1 人（0.4%）；每日平均使用網路小時是 2 至 3 小時 52 人（19.3%）、3 至 4 小時 48 人（17.8%）、4 至 5 小時 45 人（16.7%）、7 小時以上 41 人（15.2%）、1 至 2 小時 40 人（14.9%）、5 至 6 小時 24 人（8.9%）、6 至 7 小時 16 人（5.9%）、1 小時以下 3 人（1.1%）。由回收資料可以得知：女大學生開始使用網路的時間（網齡）多數為 6-10 年，推估為國小階段開始使用網路，且隨著網路時代的降臨，接觸網路的機會大幅提升，平均每日使用網路的時間以 2 至 5 小時居多，相較於網路尚未盛行時，使用網路的時間明顯增加許多，與財團法人台灣網路資訊中心（TWNIC）2022 年的報告資訊相符。

本研究亦進行女性照顧者教養態度之類型的敘述性統計，詳見表 4。女大學生之母親教養態度分別為理想教養型 97 人（36.1%）、忽略型 83 人（30.8%）、缺乏情感控制型 77 人（28.6%）、情感約束型 12 人（4.5%）。在受試者的母親教養態度類型中，可以得知「高保護高關懷」之教養態度類型相對較少，後續將針對此四種不同類型之母親教養態度進行分析，以瞭解不同母親教養態度類型對於其網路沉迷是否具有顯著差異。



表 4

受試者之母親教養態度類型概況表

女性照顧者教養態度類型	情感約束型	缺乏情感控制型	理想型	忽略型
<i>N</i>	12	77	97	83
%	4.5	28.6	36.1	30.8

## 二、個人背景變項之差異分析

由於網齡資料由受試者自行填寫，回收資料結果區間為 3 年以下至 13 年以上，因此將此個人背景變項調整合併調整為「5 年以內」、「5 年至 10 年」、「10 年以上」三個選項。每日平均使用時間的選項區間為不到 1 小時至 7 小時以上，因此將此變項調整合併變項為「3 小時以內」、「3 小時以上未滿 5 小時」、「5 小時以上」，以利後續進行 *t* 考驗，比較個人背景變項是否具有差異。

### (一) 不同年齡女大學生的網路沉迷之差異分析

以年齡做為分組，進行 ANOVA 檢定分析，結果表 5 所示：不同年齡之女大學生在網路沉迷皆未達.05 顯著水準，其中網路沉迷之分量表及其五個構面：耐受性、強迫性、戒癮症狀、人際健康問題、時間管理問題，皆未達.05 顯著水準，表示不同年齡的女大學生在網路沉迷上未有顯著差異。

表 5

不同年齡女大學生網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	年齡	個數 <i>N</i>	平均數 <i>M</i>	標準差 <i>SD</i>	變異來源	平方和 <i>SS</i>	自由度 <i>df</i>	平均平方和 <i>MS</i>	<i>F</i> 檢定
網路 沉迷	18	37	2.27	.616					
	19	51	2.44	.579	組間	.942	4	.24	.66
	20	49	2.40	.561	組內	94.75	264	.36	
	21	39	2.37	.644	總和	95.70	268		
	22	93	2.31	.603					

### (二) 不同家庭結構女大學生的網路沉迷之差異分析

以家庭結構做為分組，進行 ANOVA 檢定分析，結果由表 6 可以得知：不同家庭結構之女大學生在網路沉迷皆未達.05 顯著水準，其中網路沉迷之分量表及其五個構面：耐受性、強迫性、戒癮症狀、人際健康問題、時間管理問題，皆未達.05 顯著水準，表示不同家庭結構的女大學生在網路沉迷上未有顯著差異。也就是說，不論是雙親家庭、單親家庭、隔代教養家庭等家庭結構的女大學生，對其網路沉迷是沒有明顯的差異。

表 6

不同家庭結構的女大學生網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	家庭結構	個數 <i>N</i>	平均數 <i>M</i>	標準差 <i>SD</i>	變異來源	平方和 <i>SS</i>	自由度 <i>df</i>	平均平方和 <i>MS</i>	<i>F</i> 檢定
網路 沉迷	雙親	224	2.35	.609					.30
	單親	38	2.37	.577	組間	.33	3	.11	
	隔代	5	2.25	.160	組內	95.37	265	.36	
	重組	2	2.72	.091	總和	95.70	268		

### (三) 不同原生家庭居住地的女大學生與網路沉迷之差異分析

以原生家庭居住地做為分組，進行 ANOVA 檢定分析，結果如表 7 所示：不同原生家庭居住地之女大學生在網路沉迷皆未達.05 顯著水準，其中網路沉迷之分量表及其五個構面：耐受性、強迫性、戒癮症狀、人際健康問題、時間管理問題，皆未達.05 顯著水準。由此可知，女大學生之網路沉迷在不同原生家庭居住地上無顯著差異。

表 7

不同原生家庭居住地的女大學生網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	居住地	個數 <i>N</i>	平均數 <i>M</i>	標準差 <i>SD</i>	變異來源	平方和 <i>SS</i>	自由度 <i>df</i>	平均平方和 <i>MS</i>	<i>F</i> 檢定
網路 沉迷	北部	59	2.36	.533	組間 組內 總和	.21	3	.070	.90
	中部	64	2.31	.670		95.48	265	.360	
	南部	139	2.37	.576		95.70	268		
	東部	7	2.46	.624					

#### (四) 不同女性主要照顧者女大學生的網路沉迷之差異分析

以女性主要照顧者做為分組，進行 ANOVA 檢定分析，結果表 8 可以得知不同主要照顧者之女大學生在網路沉迷皆未達 .05 顯著水準，其中網路沉迷之分量表及其五個構面：耐受性、強迫性、戒癮症狀、人際健康問題、時間管理問題，皆未達顯著水準，表示女大學生的主要照顧者不同對其網路沉迷沒有差異。

表 8

不同主要照顧者的女大學生網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	主要照顧者	個數 <i>N</i>	平均數 <i>M</i>	標準差 <i>SD</i>	變異來源	平方和 <i>SS</i>	自由度 <i>df</i>	平均平方和 <i>MS</i>	<i>F</i> 檢定
網路 沉迷	母親	242	2.35	.604	組間 組內 總和	.36	2	.18	.70
	奶奶	19	2.49	.574		95.34	266	.36	
	外婆	8	2.32	.423		95.70	268		

#### (五) 不同網齡女大學生的網路沉迷之差異分析

以網齡做為分組，行 ANOVA 檢定分析，結果表 8 可以得知不同主要照顧者之女大學生在網路沉迷皆未達 .05 顯著水準，其中網路沉迷之分量表及其五個構面：耐受性、強迫性、戒癮症狀、人際健康問題、時間管理問題，皆未達 .05 顯著水準，表示女大學生不因網齡長短而影響其網路沉迷。

表 9

不同網齡的女大學生網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	網齡	個數 <i>N</i>	平均數 <i>M</i>	標準差 <i>SD</i>	變異來源	平方和 <i>SS</i>	自由度 <i>df</i>	平均平方和 <i>MS</i>	<i>F</i> 檢定
網路 沉迷	五年(含)以內	18	2.40	.762	組間 組內 總和	.11	2	.06	.86
	五至十年(含)	208	2.34	.556		95.59	266	.36	
	十年以上	43	2.39	.716		95.70	268		

#### (六) 每日平均使用時間不同的女大學生網路沉迷之差異情形

女大學生每日平均使用時間不同在網路沉迷上達顯著差異，如表 10 所示。Tukey HSD 事後比較結果顯示：每日平均使用 5 小時以上較 3 小時未滿 5 小時者分數高；每日平均使用時間 5 小時以上較 3 小時以內者分數高；每日平均使用 3 小時以內與 3 小時未滿 5 小時兩者之間無顯著差異。結果顯示女大學生每日平均使用網路時間超過 5 小時可能產生網路沉迷之現象。如同多數研究，長使用時間網路可能產生網路沉迷之現象 (Goldbers, 1996; Young, 1997; 陳淑惠, 2000)。

表 10

每日平均使用時間的女大學生網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	網齡	個數 N	平均數 M	標準差 SD	變異來源	平方和 SS	自由度 df	平均平方和 MS	F 檢定	事後比較
網路 沉迷	三小時以內	95	2.21	.539	組間	6.17	2		9.16***	(1)<(3) (2)<(3)
	三小時以上	93	2.31	.558	組內	89.52	266	3.08		
	未滿五小時	81	2.57	.647	總和	95.70	268	.34		
	五小時以上									

\* $p<.05$ ，\*\* $p<.01$ ，\*\*\* $p<.001$  註：(1) 三小時以內 (2) 三小時未滿五小時 (3) 五小時以上**(七) 不同母親教養態度類型之女大學生網路沉迷之差異情形**

由表 11 可以得知：不同母親教養態度之女大學生在網路沉迷上達顯著差異，亦即不同類型的母親教養態度類型對女大學生之網路沉迷有所不同。在網路沉迷方面，Tukey HSD 事後比較顯示：情感約束型教養較理想型教養者分數高；缺乏情感控制型教養較情感約束型教養者分數高；缺乏情感控制型教養較理想型教養者分數高；缺乏情感控制型教養較忽略型教養者分數高；其餘母親教養態度類型之間無顯著差異。結果顯示母親教養態度類型裡缺乏情感控制型教養的女大學生其網路沉迷程度最高。

表 11

不同母親教養態度類型之網路沉迷之變異數分析摘要表

變項名稱	女性照顧者 教養態度	個數 N	平均數 M	標準差 SD	變異來源	平方和 SS	自由度 df	平均平方和 MS	F 檢定	事後比較
網路 沉迷	情感約束型	12	2.67	.565	組間	8.77	3	2.9	8.91***	(1)>(3) (2)>(3) (2)>(4)
	缺乏情感控制型	77	2.57	.606	組內	86.92	265	2		
	理想型	97	2.16	.610	總和	95.70	268	.33		
	忽略型	83	2.36	.491						

\* $p<.05$ ，\*\* $p<.01$ ，\*\*\* $p<.001$  註：(1) 情感約束型 (2) 缺乏情感控制型 (3) 理想型 (4) 忽略型**三、女大學生母親教養態度與網路沉迷之相關情形**

本研究以皮爾森積差相關分析來考驗兩個變項之間是否存在相關性，結果如表 12 所示。母親教養態度包含保護與關懷兩個構面，網路沉迷包含：耐受性、強迫性、戒斷反應、時間管理問題、人際健康問題、網路沉迷總分。在母親教養態度的保護構面，與網路沉迷及其五構面，皆達顯著水準相關，皆呈現正相關 ( $r=.159\sim.368$ ,  $p<.01$ )。母親教養態度的關懷構面與網路沉迷及其五構面，皆達顯著水準相關，皆呈現負相關 ( $r=-.334\sim-.115$ ,  $p<.05$ )。

表 12

女大學生母親教養態度與網路沉迷之相關情形

母親教養態度	耐受性	強迫性	戒斷反應	時間管理	人際健康	網路沉迷
保護	.159**	.230**	.218**	.225**	.368**	.293**
關懷	-.115*	-.170**	-.131*	-.153*	-.334**	-.219**

\* $p<.05$ ，\*\* $p<.01$

表 13

大學生網路沉迷之預測分析結果摘要表

投入變項順序	多元相關係數 ( $R$ )	決定係數 $R^2$	$R^2$ 改變量	$F$ 值	標準化迴歸係數 ( $\beta$ )	$t$ 值
母親教養態度－保護	.29	.086	.083	25.14	.293	5.25***
每日平均使用時間	.41	.168	.162	26.88	.246	5.12***

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

#### 四、女大學生女性照顧者教養態度對網路沉迷之預測分析

本研究進一步以女性照顧者教養態度等因素為預測變數，以網路沉迷為效標變項，採取逐步多元迴歸分析，以瞭解各預測變項的聯合預測能力，結果如表 13 所示：在投入的預測變項中，有兩個變項進入迴歸方程式，其  $F$  值達顯著 ( $p < .001$ )，多元相關係數為 0.41，聯合解釋變異量為 0.168。顯示女大學生在網路沉迷之預測分析中「母親教養態度－保護」、「每日平均使用時間」兩個變項能聯合預測網路沉迷的 16.8% 的變異量，兩個變項皆為正向預測，亦即預測變項的分數愈高，女大學生網路沉迷的程度愈高。

綜合以上，本研究發現女大學生在個人背景變項無顯著差異，唯有每日平均使用時間有所差異，且因女性主要照顧者的教養態度而影響其網路沉迷，其中教養態度的關懷與保護是主要影響因子，研究結果與陳品潔 (2020) 研究發現雙親關懷程度與網路社交行為呈負相關，雙親保護程度與網路社交行為呈正相關，網路社交行為與父母教養態度有顯著相關，可以得知教養態度的過度保護和監控成為孩子增加使用網路，是影響孩子使用網路的重要因素 (Bilge et al., 2022)。何慧卿與高旭繁 (2021) 發現家長的管教態度為支持型能降低網路沉迷與遊戲沉迷的狀況，女性主要照顧者的關懷可降低網路沉迷，與本研究的結果相同，女性照顧者的教養態度為高關懷與低保護可降低女大學生網路沉迷的可能性。

根據本研究之結果，可以瞭解到網路已是新世代下重要的影響關鍵因素，網路使用是 E 世代的大家皆需要正視的議題，特別是近年竄紅的社群軟體，如：FB、IG、YT 等，亦值得探討與研究，不論是手機遊戲或社群媒體，皆是屬於網路使用的一部分，對於網路沉迷的治療層面可提升自我效能以增加正向適應，並建議 18 歲以下家長與師長可建立孩子的正向思考與情緒管理能力，可有效預防孩子網路沉迷的出現，降低虛擬社群使用與增加現實社會支持有助於預防網路沉迷之風險 (蕭宇涵, 2020; 陳冠竹, 2021)。簡言之，網路沉迷為新時代的健康問題，正向社會支持是重要的預防關鍵，不論是家長或是教育輔導及其相關單位，皆應留意青少年之網路使用。

#### 伍、研究結論與建議

根據本研究之研究架構、研究目的、研究結果加以整理與分析，旨在探討女大學生女性照顧者教養態度與網路沉迷之相關，並依研究結果提出建議，歸納出以下的結論，以提供學校輔導、家庭教育單位及其他相關機構作為參考。因研究變數父母教養態度主要探討為受試者感知 16 歲以前之父母教養態度，為過去經驗累積而成，網路沉迷亦是由時間累積所形成之個體狀態，此兩個構面衡量為網路時代下的很重要的考量因素。

##### 一、結論

##### (一) 女大學生網齡以十年最多，每日平均使用時間以二至三小時為最多

女大學生的網齡以「10 年」為最多，超過 60% 的女大學生網齡為「7 年至 10 年」，僅有 3% 的女大學生網齡是 4 年以內 (含 4 年)，可見多數女大學生從國小階段開始使用網路，且因網路日漸便利，台灣民眾接觸網路的年齡可能隨之提前。女大學生每日平均使用時間為「2 小時至 3 小時」，超過 50% 的女大

學生每日平均使用時間為「2小時至5小時」，其中高達15%的女大學生每日平均使用時間為「7小時以上」，與台灣國家發展委員會網路沉迷調查報告資料相符，20-29歲民眾亦出現網路沉迷現象。

## （二）不同背景變項之女大學生在網路沉迷上無顯著差異，每日平均使用時間是關鍵

本研究進行統計考驗後，發現不同背景變項的女大學生在網路沉迷上無顯著差異，不論是年齡、原生家庭居住地、家庭結構、主要照顧者等個人變項，與過往研究有所差異（劉名誼，2014；葉士如，2009）。在個人背景變項下，影響女大學生網路沉迷為每日平均使用時間，若每日使用時間愈久，愈有可能產生網路沉迷之現象（陳淑惠，2003；蘇素美，2017）。

## （三）不同教養態度類型在網路沉迷具有顯著差異，教養的保護是影響主因

針對不同教養態度類型對女大學生網路沉迷之差異，發現主要照顧者的教養態度為情感約束型與理想型的女大學生在網路沉迷具有差異、主要照顧者的教養態度為缺乏情感控制型與理想型的女大學生在網路沉迷具有差異、主要照顧者的教養態度為缺乏情感控制型與忽略型的女大學生在網路沉迷具有差異，本研究進一步以保護及關懷層面比較差異，發現主要影響女大學生網路沉迷的教養因素為「高保護」的教養態度（Bac, 2015; Lian et al., 2016），在不同關懷程度的教養態度無明顯差異。因此，女性主要照顧者教養態度的保護層面對女大學生的網路沉迷具有影響力。

## （四）教養態度的保護與關懷層面與網路沉迷具有顯著相關

在教養態度的方面，若女性主要照顧者教養態度的保護較高，則會造成大學生網路沉迷的可能性較高，而母親教養態度的關懷較高，大學生網路沉迷的可能性會降低，與過往研究結果相同（陳品潔，2020；Bilge et al., 2022）。教養態度與網路沉迷兩個變項之間的相關程度，母親教養態度中的保護與網路沉迷總分及其五構面之間，皆呈顯著正相關，而母親教養態度的關懷則與網路沉迷呈現負相關，由此可知：母親教養態度「保護」對於女大學生的網路沉迷為危險因子，而母親教養態度「關懷」則為保護因子，過往研究多指出積極教養與消極教養對孩子具有影響（Hao-kang Li et al., 2022; Schorr et al., 2022; Sideridis and Kafetsios, 2008）。

## （五）教養態度的保護與每日使用網路的時間可有效預測網路沉迷

以整體模型來看，女性照顧者教養態度的保護層面及女大學生每日平均使用網路時間可預測其網路沉迷，其整體的預測力為16.8%。女性照顧者教養態度之保護程度愈高，愈有可能產生網路沉迷；每日平均使用網路的時間愈高，網路沉迷的可能愈高，與過往研究結果相同（蘇素美，2017；Chiu et al., 2018; Schorr et al., 2022; Doo & Kim, 2022）。由此可知，過度保護的教養態度與長時間使用網路對於孩子在手機依賴及沉迷行為有相當的影響程度。

## 二、建議

本研究依據前述之研究結論，發現女大學生個人背景變項對其網路沉迷無顯著差異，在其女性照顧者教養態度保護層面有顯著正相關，女性照顧者教養態度關懷層面顯著負相關。針對本研究結果提出教育輔導相關單位、未來研究的建議如下：

### （一）教養態度與網路使用的平衡

#### 1. 教養態度的棒子與糖果，棒子將可能產生偏差行為

本研究的結果發現女性照顧者教養態度的保護層面與每日平均使用時間將影響大學生網路沉迷的狀況，不再僅是關懷的部分受到重視，很重要的是有限度的保護。Doo & Kim（2022）針對韓國民眾進行研究，發現父母使用手機成癮與消極教養對於青少年使用手機的相關性，孩子會學習模仿父母使用手機的行為，且當父母教養態度趨於消極會影響孩子使用網路的狀況，當孩子感受到被忽略、不被支持，可能增加孩子尋求網路獲得情感連結，因此出現網路沉迷之現象。

女大學生在大學階段可能面臨的壓力與挑戰增加，如：學校課業、情感議題、同儕互動、人際適應

等，又因網路帶來的便利性，如：社交、娛樂、購物等，進而使其可能透過手機網路降低自身內在的壓力與情緒（盧浩權，2007），若其父母教養態度對其過往教育經驗以保護、限制居多，讓女大學生產生負向感受，可能進而強化其使用網路的慾望，因此提升使用網路的需求以帶來的正向感受，進一步形成網路沉迷的可能性。

## 2.文化形塑教養態度的過度保護，親職教育的重要性

教養態度對於孩子的影響甚大，本研究結果顯示女大學生的女性主要照顧者教養態度與網路沉迷具有顯著相關，然而教養態度在個體 16 歲前就可能形成並產生影響，根據艾瑞克森的社會心理發展階段，個體在 16 歲前為探索、成長等身心發展階段，容易受到身邊重要他人之影響，如：家人、伴侶、師長、同儕等，過往研究亦指出家庭對於人們的影響甚大（Kraut et al.,1998; Shotton,1991; Young,1996）。

從文化脈絡來看，東方文化在學齡期間指出發現父母教養態度會隨著孩子的發展階段進行改變，其中母親教養態度在孩子學齡期具有高度的控制和關懷，主要因為母親期待孩子可適應社會文化及符合社會期待（Lee & Han, 2021; Chao, 1994）。建議學校及社區單位可提升親職教育知能的教養態度宣導及推廣，培養家長適切的管教方式，如：限制孩子使用手機的主要因素為擔心孩子的視力、情緒調節、課業表現等，可嘗試表達自身的關心，而非過度的限制或保護，以降低孩子進而產生網路沉迷的可能性，過度保護可能產生負向效果，亦可建立系統合作，連結不同資源（莊明珍，2020）。然而，教養態度的關懷層面可降低網路沉迷，因此建議家長可從小建立良好的親子互動，如：共遊時間、餐桌時間等，增進彼此的對話與互動，進而讓孩子形成教養態度的良好感受，如：被關懷、被重視、被瞭解等關懷感受（趙翊湘、魏美惠，2023；Bae, 2015; Sekaran et al., 2020）。

## 3.使用網路的時間是參考依據，更重要的是親子關係與教養態度

近年來因應新冠肺炎（COVID-19）的政策與措施，網路被更加頻繁的使用，如：實體課程改為視訊課程、班級聯繫與親師對話改為 LINE 群組、輔導諮商改為遠距諮商等，皆是網路使用的一種呈現。本研究發現在每日平均使用時間上，超過 5 小時的女大學生網路沉迷的可能性較高，未滿 5 小時及 3 小時以內的每日平均使用時間無顯著差異。2018 年臺灣國家衛生研究院針對網路沉迷者進行調查，發現網路沉迷者每週平均使用時間超過 40 小時，也就是說每日平均使用時間 5.7 小時（Chiu et al., 2018），可見若使用每日使用網路「5 小時」以上，可能導致沉迷行為的出現，因此，如何教育孩子適當的使用網路及時間是 E 世代下刻不容緩的議題。若可協助個案對於自身的使用網路的狀態有更多的覺察與理解，如：使用目的、使用頻率、人際需求等，將有助於孩子在面對網路吸引時，有更多的抵抗力。

### （二）未來研究之建議

因網路興起而產生跨時代的改變，從過往低網路的階段至現階段的高速網路，財團法人台灣網路資訊中心（2020）報告指出 15 至 29 歲的年輕族群之網路使用率高達 100%，本研究僅以大學生作為研究對象，建議未來研究可針對不同時代的對象進行研究，如：Y 世代、Z 世代、E 世代等不同時代的族群是否存有網路沉迷之差異。本研究之限制為樣本回收數量較少，僅以回收 290 份問卷，且有效樣本為 269 份，尚無法明確推論全台灣女大學生的行為，若要具體且更精確地瞭解台灣地區之女大學生女性照顧者教養態度與其網路沉迷之影響，建議未來可擴大樣本回收數量，讓研究更加完整呈現。此外，本研究的研究對象為 18 至 22 歲之女大學生，未將延畢生及休學生等列入考量，可能產生回收資料的差異，且因採用網路問卷之便利抽樣方式，產生全台灣各地區域回收樣本的人數不均，未來研究可針對不同地區的女大學生進行比例抽樣，使研究更加完整與可靠。

## 參考文獻

- 方紫薇 (2010)。網路沉迷、因應、孤寂感與網路社會支持之關係：男女大學生之比較。**教育心理學報**，**41** (4)，773–797。
- 行政院性別平等會 (2020)。性別統計指標：一般護理之家護理人員及照顧服務員人力統計表。  
[https://www.gender ey.gov.tw/gecdb/Stat\\_Statistics\\_DetailData.aspx?sn=e%24Qa0NA1NoHYHlbnthSG9A%40%40&d=194q2o4!otzoYO!8OAMYew%40%40](https://www.gender ey.gov.tw/gecdb/Stat_Statistics_DetailData.aspx?sn=e%24Qa0NA1NoHYHlbnthSG9A%40%40&d=194q2o4!otzoYO!8OAMYew%40%40)
- 吳承珊 (2000)。母親與教師的管教方式對幼兒社會行為影響之研究〔未出版碩士論文〕。國立臺灣師範大學。
- 吳偲嫻、鄧運林 (2011)。父母不同教養態度與幼兒社會行為之研究。**南亞學報**，**31**，469–493。
- 邱郁雯 (2003)。家庭功能、父母管教態度對4-6歲學齡前兒童行為與情緒問題之影響 (系統編號：091NCKU5666009)〔碩士論文，國立成功大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- 邱聖玲 (2003)。中學生網路沉迷與改善歷程之研究〔未出版碩士論文〕。國立高雄師範大學。
- 何慧卿、高旭繁 (2021)。高中生遊戲沉迷，網路沉迷與生活整體滿意度之研究—以家長對子女上網行為管教態度為調節變項。**教育科學研究期刊**，**66** (4)，35–67。
- 林惠雅 (1999)。母親信念、教養目標與教養行為 (一)：內涵意義之探討。**應用心理研究**，**2**，143–180。
- 洪雪雅 (2004)。影響青少年偏差行為的家庭因素之整合分析〔未出版碩士論文〕。國立高雄師範大學。
- 施香如 (2016)。青少年網路使用的親職教養。**輔導季刊**，**52** (2)，62–74。
- 施香如 (2001)。迷惘，迷網—談青少年網路使用與輔導。**台灣心理諮商資訊網**。  
<http://www.heart.net.tw/paper4.shtml>
- 郭約瑟、胡海國 (2007)。網際網路相館妄想症。**臺灣精神醫學**，**21** (1)，66–72。
- 徐畢卿、羅文倬、龍佛衛 (1999)。雙親教養態度量表中文版之信效度研究。**護理研究**，**7** (5)，479–489。
- 徐美雯、魏希聖 (2015)。華人文化教養信念、教養行為對青少年憂鬱及偏差行為之影響。**家庭教育與諮商學刊**，**18**，35–63。
- 財團法人台灣網路資訊中心 (2020)。  
[https://report.twinc.tw/2020/assets/download/TWNIC\\_TaiwanInternetReport\\_2020\\_CH.pdf](https://report.twinc.tw/2020/assets/download/TWNIC_TaiwanInternetReport_2020_CH.pdf)
- 財團法人台灣網路資訊中心 (2022)。  
[https://report.twinc.tw/2022/assets/download/TWNIC\\_TaiwanInternetReport\\_2022\\_CH.pdf](https://report.twinc.tw/2022/assets/download/TWNIC_TaiwanInternetReport_2022_CH.pdf)
- 莊明珍 (2020)。青少年網路使用行為與網路成癮之輔導策略。**諮商與輔導**，**420**，35–38。
- 陳品潔 (2020)。青少年網路社交行為與人格特質、雙親教養風格之關係探討 (系統編號：108CSMU5821003)〔碩士論文，中山醫學大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- 陳婉琪、徐崇倫 (2011)。愛的教育，鐵的紀律？父母教養方式與青少年心理健康之相關。**教育研究集刊**，**57** (2)，121–154。
- 陳冠竹 (2021)。國中生憂鬱與網路成癮之相關研究：現實和虛擬社會支持與拒網自我效能的調節式中介效果模式 (系統編號：109NTNU5328017)〔碩士論文，台灣師範大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- 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。
- 陳素玲（2022年3月21日）。國家級網路沉迷調查報告 三分之一民眾不自覺已達沉迷。聯合報。  
<https://udn.com/news/story/7266/6180995>
- 國家發展委員會（2022）。110年網路沉迷研究（AE120003）。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。<https://doi.org/10.6141/TW-SRDA-AE120003-1>
- 張高賓（2009）。父母教養態度家庭心理環境與青少年網路成癮之相關研究。家庭教育與諮商學刊，6，97。
- 楊佳幸（2001）。大學生網路沉迷與網路心理需求關係之研究〔未出版之碩士論文〕。國立高雄師範大學。
- 趙翊湘、魏美惠（2023）。學齡前幼兒母親運用正向心理特質之教養態度與其幼兒社會行為表現之探究。幼兒教保研究，1，25。
- 劉名誼（2014）。國中生網路沉迷情形、同儕關係與性態度之相關研究（系統編號：102NCYU5464030）〔碩士論文，國立嘉義大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- 蕭宇涵、李宣信、李孟智（2020）。青少年網路成癮。台灣公共衛生雜誌，39（1），1–4。
- 盧浩權（2007）。青少年網路沉迷的心理分析與因應。社區發展季刊，119，206–221。
- 蘇素美（2017）。大學生的害羞和網路使用時間及網路成癮之關係研究：以潛在成長模式進行分析。清華教育學報，34（2），95–130。
- Bae, S.M. (2015). The relationships between perceived parenting style, learning motivation, friendship satisfaction, and the addictive use of smartphones with elementary school students of South Korea: Using multivariate latent growth modeling. *School Psychology International*, 36, 513–531. <https://doi.org/10.1177/0143034315604017>
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental psychology*, 4(12), 1.
- Becker, H.J., & Epstein, J.L. (1964). Parent involvement: A study of teacher practices. *The Elementary School Journal*, 83, 85–102
- Bilge, M., Uçan, G., & Baydur, H. (2022). Investigating the association between adolescent internet addiction and parental attitudes. *International Journal of Public Health*, 67, 1605065. <https://doi.org/10.3389%2Fijph.2022.1605065>
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *The British journal of psychiatry*, 130(3), 201–210.
- Brenner, V. (1996). An initial report on the online assessment of internet addiction: The first 30 days of Internet usage survey. *Psychological Reports*, 70, 179–210.
- Carolyn, S. (2001). Emotion communication and relationship context. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 354–357.
- Chao, R.K. (1994). Beyond parental control and authoritarian parenting style: Understanding Chinese parenting through the cultural notion of training. *Child Development*, 65(4), 1111–1119. <https://doi.org/10.2307/1131308>
- Chiu, Y., Pan, Y., & Lin, Y. (2018). Chinese adaptation of the Ten-Item Internet Gaming Disorder Test and prevalence estimate of Internet gaming disorder among adolescents in Taiwan. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 719–726. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.92>



- Dhar, D., Jain, T., & Jayachandran, S. (2019). Intergenerational transmission of gender attitudes: Evidence from India. *The Journal of Development Studies*, 55(12), 2572–2592.
- Doo, E.-Y., & Kim, J.-H. (2022). Parental smartphone addiction and adolescent smartphone addiction by negative parenting attitude and adolescent aggression: A cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 10, 981245. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.981245>
- Elder, G.H. (1962). Structural variation in the child rearing relationship. *Sociometry*, 1(25), 241–262.
- Favaretto, E., & Torresani, S. (1997). The parental bonding as predictive factor for the development of adult psychiatric disorders. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 6(2), 124–138.
- Forbes, L.K., Lamar, M.R., Speciale, M., & Donovan, C. (2022). Mothers' and fathers' parenting attitudes during COVID-19. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 41(1), 470–479. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01605-x>
- Goldberg, I. (1996). Internet Addiction Disorder. [On-Line] [http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet\\_addiction\\_criteria.html](http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet_addiction_criteria.html)
- Griffiths, M. (1996). Gambling on the internet: A brief note. *Journal of Gambling Studies*, 12(4), 471–473.
- Li, H.K., Shi, L.J., & Cao, X.L. (2022). Smartphone addiction is more harmful to adolescents than Internet gaming disorder: Divergence in the impact of parenting styles. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1044190>
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox—a social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017–1031.
- Kazuhisa, N., Jyo, T., Kenji, T., Hisanori, K., Madoka, I., Kazuhiro, Y., & Masatoshi, T. (2000). The influences of family environment on personality traits. *Psychiatry & Clinical Neurosciences*, 54, 91–96.
- Miller, P., & Plant, M. (2010). Parental guidance about drinking: Relationship with teenage psychoactive substance use. *Journal of Adolescence*, 33, 55–68. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.05.011>
- Lee, H., & Han, J.W. (2021). Analysis of Parenting Attitude Types and Influencing Factors of Korean Parents by Using Latent Transition Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 18(14), 7394. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147394>
- Lian, L., You, X., Huang, J., & Yang, R. (2016). Who overuses smartphones? Roles of virtues and parenting style in smartphone addiction among Chinese college students. *Computers in Human Behavior*, 65, 92–99. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.08.027>
- Lin, M.P. (2020). Prevalence of internet addiction during the COVID-19 outbreak and its risk factors among junior high school students in Taiwan. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8547.
- Lozano-Blasco, R., Robres, A.Q., & Sánchez, A.S. (2022). Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review. *Computers in Human Behavior*, 130, 107201.
- Maccoby, E.E., & Martin, J.A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-Child interaction. In P.H. Mussen, & E.M. Hetherington (Eds.), *Handbook of child psychology: Socialization, personality, and social development* (pp.1–101). Wiley.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L.B. (1979). A parental bonding instrument. *British journal of medical*

- psychology*, 52(1), 1–10.
- Pumroy, D.K. (1966). Maryland parent attitude survey: A research instrument with social desirability controlled. *The Journal of Psychology*, 64(1), 73–78.
- Sabat, C., Burke, M.M., & Arango, P. (2021). Parental styles and attitudes of fathers of children and adolescents with intellectual disability: Do parental styles and attitudes impact children's adaptive behaviour? *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 34(6), 1431–1441. <https://doi.org/ezproxy.nptu.edu.tw/10.1111/jar.12885>
- Schorr, M.T., Tietbohl-Santos, B., de Oliveira, L.M., Terra, L., de Borba Telles, L.E., & Hauck, S. (2020). Association between different types of childhood trauma and parental bonding with antisocial traits in adulthood: A systematic review. *Child abuse & neglect*, 107, 104621.
- Sekaran, V.C., Kamath, V.G., Ashok, L., Kamath, A., Hegde, A.P., & Devaramane, V. (2020). Parenting attitudes and dimensions as predictors of adolescent behavioural problems in the Indian context: A community-based study. *Asian Journal of Psychiatry*, 50, 101941. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.101941>
- Shotten, M.A. (1991). The costs and benefits of 'computer addiction. *Behavior and Information Technology*, 10, 219–230.
- Sideridis, G.D., & Kafetsios, K. (2008). Perceived parental bonding, fear of failure and stress during class presentations. *International Journal of Behavioral Development*, 32(2), 119–130.
- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y., & Potenza, M.N. (2020). Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113, 106480.
- Warner, R., & Atkinson, M. (1988). The relationship between schizophrenic patients' perceptions of their parents and the course of their illness. *The British Journal of Psychiatry*, 153(3), 344–353.
- Williams, W.C. (1958). The PALS tests: A technique for children to evaluate both parents. *Journal of Consulting Psychology*, 22, 487–495.
- Young, K.S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237–244.
- Young, K.S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons.
- Young, K.S. (1999). Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in clinical practice: A source book*, 17(17), 351–352.