

國小學童樂觀解釋風格量表之發展研究：結構方程模式取向

The Development of Children's Optimistic Attribution Style Questionnaire

楊蕙欣*
Hui-Hsin Yang

游森期**
Sen-Chi Yu

(收件日期 104 年 3 月 23 日；接受日期 104 年 6 月 3 日)

摘 要

本研究目的在於編製「國小學童樂觀解釋風格量表」，用以評估學童對日常生活中正負向事件的解釋風格。研究以便利抽樣方式抽取臺灣地區五、六年級學童 744 位進行研究。研究工具有自編之「國小學童樂觀解釋風格量表」、唐淑華 (2005) 之「兒童希望感量表」和董氏基金會之「青少年憂鬱情緒自我檢視表」。本研究結果顯示：(一)「國小學童樂觀解釋風格量表」包含個別性、穩定性、普遍性、接納性四個分量表，每個分量表又區分為對好、壞事件的解釋向度，合計 8 個向度。(二) 各向度的內部一致性 Cronbach's α 值介於 .65 到 .73 之間，全量表的 Cronbach's α 係數為 .77。(三) 整體量表的驗證性因素分析結果 ($\chi^2 = 8.22$, $p = .016$, CFI = .99, RMSEA = .065, SRMR = .026, $\chi^2 / df = 4.11$, NFI = .97, CFI = .99, RFI = .96, AGFI = .97) 顯示本量表的模式適配度佳。效標關聯效度方面，本量表的四個分量表和兒童希望感量表的總分相關介於 .41 到 .56；和青少年憂鬱情緒自我檢視表的總分相關介於 -.31 到 -.53，顯示本量表具有不錯的效度。進行迴歸分析後發現，「接納性」向度對兒童希望感量表具最大預測力，而「普遍性」向度則是對青少年憂鬱情緒具最大預測力。最後，研究者依據研究結果，對未來研究提出建議，供教師或輔導人員與家長參考。

關鍵詞：國小學童、樂觀、解釋風格

*彰化縣二林鎮萬興國民小學輔導教師

**國立臺中教育大學諮商與應用心理學系副教授 (通訊作者)

Abstract

The purpose of this study was to develop and validate the Children's Optimistic Attribution Style Questionnaire (COASQ) to measure the attribution style of children. The participants in this study were 744 students sampled from the fifth and sixth grades in Taiwan elementary schools. The instrument of this study included the COASQ, CHS (Children's Hope Scale), and the ADI (Adolescent Depression Inventory). The results are listed as follows: (1) The COASQ consists of four factors, including internality, stability, globality, and acceptance. (2) Reliability studies of the eight dimensions of COASQ yielded Cronbach α coefficients ranging from .65 to .73, and .77 for the entire scale, indicating modest stability. (3) The construct validity and concurrent validity were found to be satisfactory. Confirmatory factor analysis: $\chi^2 = 8.22$, $p = .016$, CFI= .99, RMSEA=.065, SRMR = .026, $\chi^2 /df = 4.11$, NFI= .97, CFI= .99, RFI= .96, AGFI= .97, indicating a good fit of COASQ in this study. There were significant ($p < .01$) positive associations of CHS and COASQ factors, including: internality=.41, stability=.48, globality=.56, acceptance= .54 ; There were significant ($p < .01$) negative associations of ADI and COASQ factors, including: internality= -.31, stability=-.45, globality=-.53, acceptance= -.45. Based on the findings of the study, implication and suggestions are offered for reference regarding teachers, counselors, parents, and future research.

Key words: Elementary School Student, Optimism, Attribution style.

壹、緒論

在日常生活中，常聽到「樂觀」這個詞彙，坊間也愈來愈多探討樂觀及教人如何樂觀的書籍。從來沒有一個世代像現在一樣讓人確信，我們應得的不僅只是免於不幸及悲痛，而是要去追求正向的幸福 (Gunnell, Pimollt, & Motevalli, 2004)。Seligman 擔任美國心理協會 (American Psychological Association, APA) 主席時，開始推廣正向心理學。他認為只是消除失能者的苦痛是不夠的，我們應該想的是如何能讓人類心靈成長，並找出可以使人們感到滿足，投入並獲得有意義的快樂之活動 (Wallis, Coady, Cray, Park, & Ressler, 2005)。

探究目前國內學童的幸福程度，講義雜誌為了解小朋友的幸福感受，自 2001 年起開始進行的「小朋友幸福大調查」，今年已邁入第 10 年。根據講義雜誌公佈「2010 年小朋友幸福大調查」發現孩童的幸福指數創十年新低，大約有 77.3% 的小朋友覺得幸福，比去年下降了 6.1%。然而，更令人憂心的是，調查發現竟然只有 44.2% 的小朋友覺得未來會比現在更幸福。若綜合比較這十年來的數據，小朋友的整體幸福感大致是呈現下滑的趨勢。探究兒童幸福感低落之原因，除外在環境的變化因素使然外，兒童對自己及未來所抱持的態度與看法，也值得重視。兒童對未來的看法，不只左右了個人的生活適應，更影響國家未來發展力，如果身為國家未來主人翁的兒童，無法感受到幸福快樂，甚至是以悲觀的心態來看待未來生活，那麼此種現象著實令人擔憂。兒童對自己及未來感到希望固然重要，然而，Seligman 認為所謂的樂觀並非只是跟自己說肯定的話或對未來抱持美好憧憬，更重要的是去改變具摧毀力量的負向想法。若能培養樂觀的解釋風格，重新對挫敗事件給予不同的定義，一方面有益於個人跳脫負向情緒，另一方面也避免了消極思考可能為個人生活適應所帶來的阻礙 (洪蘭譯, 1997)。

吳相儀、陳學志、邱發忠、徐芝君與許禕芳 (2008) 認為樂觀與悲觀養成的關鍵期始於兒童中期。國內外皆有針對學生施以樂觀訓練課程以提升兒童樂觀信念的研究，國內方面針對高年級學童所進行的實驗研究發現，樂觀課程的實施有助於提升兒童之樂觀信念 (吳相儀等人, 2008) 及樂觀的解釋風格 (杜品儀, 2006; 陳玫菁, 2008; 常雅珍, 2006)，而針對低年級學童所做的實驗研究，也有相同的發現 (曾雪芳, 2008)。由上述研究推論，樂觀教育課程的實施確實能提升兒童的樂觀程度。因此，若能建立一套具信效度之樂觀量表來測量兒童樂觀程度，在協助學校老師及家長更充分了解兒童對事件的解釋風格，及依個別差異與需求擬定兒童樂觀思考養成計劃上，應能有所裨益。

國內許多研究者針對國小學童所編製的解釋風格量表 (王麗香, 2008; 杜品儀, 2006; 吳美玲, 2001; 徐佩君, 2000; 曾雪芳, 2008; 鄭芳怡, 2004)，在題目上雖然是根據國內學童之實際生活情形而加以編修，但西方人與華人在不同文化背景的差異下，是否具有相同的樂觀概念值得深入探討。因此，本研究量表的編製，除以解釋風格理論為基礎外，擬更進一步提出在華人文化背景影響下，華人兒童所特有的解釋風格向度，並探討其對國小學童之樂觀解釋風格之影響。

貳、文獻探討

文獻探討部份首先探討樂觀的概念，並針對華人文化背景提出豁達的觀點加以闡述，接著整理樂觀解釋風格之理論基礎，最後並列出樂觀解釋風格之測量工具以供參考。

一、樂觀的概念

我們時常會以樂觀來形容一個人，但如果繼續細問何謂樂觀，則很難明確的給予一個清楚簡要的詮釋。若以傳統文化思想的脈絡來看，易經繫辭：「樂天知命，故不憂」、陶淵明採菊東籬下的怡然自得，再加上俗諺亦云：「塞翁失馬，焉知非福」，早期文人的樂觀似乎隱含著順應命運安排，隨遇而安、不與天爭的一種看法（李澄賢，2004）。隨著社會文化的遞嬗，華人對於樂觀的概念，也產生了些許的改變。根據教育部重編國語辭典修訂本的定義，樂觀是指對人生或一切事物的發展充滿信心。楊國樞（1994）則指出樂觀者會將負面的經歷視為短暫的挫敗，且不因此而貶低自我價值，反而能將挫敗轉化成激勵個人成長的動機。現今學者所定義的樂觀，已不再只是消極的順應天命，更融入了信心、正向與期待這種積極主動的態度。

再來檢視西方文化對樂觀的看法。Scheier 與 Carver (1985) 提出了「預期」的概念，他們認為樂觀是指預期好事將發生在個人身上，而相對的，悲觀則是指預期壞事即將降臨，亦即，樂觀的人較會對未來抱持正向的態度與期待。Peterson 與 Seligman (1984) 則是以「歸因」的觀點來解釋樂觀，個人習慣將發生在日常生活中的負向事件解釋為外在、暫時及特定，而對正向事件解釋為內在、穩定及普遍歸因者，即是所謂的樂觀。Snyder (2002) 則指出，面對困境時，能以理性的態度面對並接納事實，就是樂觀。綜合西方人所定義的樂觀可發現，其樂觀的概念著重於對現有的困境與挑戰能勇於接受與面對，並對未來抱持正向預期及自信，且期待事情最終能圓滿結束。

綜合東西方對樂觀的定義可發現，東方人所認定的樂觀從早期不與天爭、順應天命安排的態度，增加了正向積極的面對挑戰與挫敗，並對未來發展充滿信心與期待的元素，這樣的觀點與西方人所認定的樂觀在某種程度上是不謀而合的。然而東西方對於樂觀的定義，在「大同」中仍存有「小異」。西方人所定義的樂觀，涵蓋了歸因這個概念，將好事歸因於己而壞事歸咎於外被視為樂觀，但這樣的想法與作為，在東方社會可能較不易被認同為樂觀。在傳統儒家思想的傳承與薰陶下，中國人似乎較重視「內自省」的功夫，曾子曰：「吾日三省吾身：為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」；論語·里仁篇：「見賢思齊焉，見不賢而內自省也」。不管是在工作、學習或與人交往，我們所重視的是個人能否自我反省，並督促自我追求精進。對於好的事件我們傾向低調以對，謙卑的避談自己的功勞而較常感恩於貴人的相助，至於不好的事件，卻相反的較少論及或歸咎外在環境，反倒是多了份對自己的苛求。文化背景的不同雖然影響了歸因風格上的差異，但對於樂觀的定義卻也同時引發了更多可討論的空間。

二、樂觀與達觀

相較於西方人所強調對事物採主動出擊並預期美好結果的樂觀態度，中國人更強調的卻是一種不與天爭、不與人爭，以宏觀的視野去看待世間萬物，以從容不迫的心境去面對人生百態的一種豁達態度。宋蘇軾《贈江州景德長老》詩：「白足高僧解達觀，安排春事滿幽欄，不須天女來相試，總把空花眼裡看」正是此種境界的體現。比起樂觀，中國文人更重視「達觀」，達觀是為「豁達樂觀」，從字彙上的詮釋可看出，除了樂觀，東方人更多了豁達的觀點。根據教育部重編國語辭典修訂本的解釋，達觀指的是看透是非，不為喜怒哀樂境遇所影響，如何體悟此等悠閒自得，或許可從中國人特有「樂天知命」之觀點中窺見一二。嚴格說來，「樂天知命」並非消極放棄，反而是化被動為主動調和，有種「船到橋頭自然直」的意味，因此將其視為坦然的豁達或許更為適切。陳秋虹 (2002) 指出若能心胸坦蕩，不怨天、不尤人，不被得失的情緒所苦，正是古聖賢所稱道樂天知命的豁達。《論語·雍也》中，孔子對他最心愛的弟子顏回稱讚不已：「一簞食，一瓢飲，居陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂！」這種即使身處困境卻仍然怡然自得的超然態度，正是孔子一直以來所推崇的樂觀主義精神（朱嵐，1997）。華人文化的特點，涵蓋了不與天爭的論點，面對無法改變的事實，與其強求或因求之不得而頓足，倒不如敞開心胸接受，盡人力所能為，其餘的就順自然而行吧！Lai 與 Yue (2000) 在一份探討中國大陸及香港大學生是否具有相同樂觀概念的研究中指出，對中國的受試者而言，樂觀是指能正向的接受現在的生活狀況，而非去預期好事將在未來發生，他們認為這當中牽涉了很重要的意識形態，亦即在傳統中央集權體制下，為避免不同社會階層間的衝突所發展而成。而西方人所定義的樂觀，卻是根植於其傳統心理學理論及正向預期。換句話說，在不同文化背景的差異下，西方人樂觀的概念未必能適合於中國人的定義。

比較傳統文化思想的觀點及學者們針對不同文化背景的受試者所做之研究結果可發現，不同文化背景影響下的個體，對於樂觀的定義及表現必然存在不同的差異。因此，雖然不同於西方人對事件的發展採正向預期或以歸因向度來解釋樂觀，但對於人事物，不論好壞皆順其自然不加強求且坦然以對，以中國人的觀點而言，也是種樂觀的人生態度。因此，在本研究中，研究者將此種華人特有的文化思想背景融入樂觀解釋風格量表的編製中，並以「接納性」來稱之，意指以接納的態度來看待事件的好壞結果而不耿耿於懷，更不會加以強求。

三、樂觀解釋風格的理論

本研究量表之編製係以 Peterson 與 Seligman (1984) 所提出的樂觀解釋風格理論 (optimistic explanatory style) 為基礎，以下即針對解釋風格理論的形成與發展進行介紹。

解釋風格理論的發展，最早源自於「習得無助感」的發現，研究者在實驗情境中發現，將狗置於無法控制的情境中，會使狗產生無助的反應，即使後來障礙解除，狗仍然不會主動嘗試去逃離不愉快的情境，而是被動的接受電擊，這種無助的反應稱為「習得無助

現象」(Seligman & Maier, 1967)。接著許多研究者想探究動物的無助現象，是否也會在人類身上發生，因此嘗試將個人置於無法控制的事件中觀察其影響，並進一步比較動物與人類反應的相似性，結果在人類身上也發現同樣的問題 (Peterson & Steen, 2009)。然而，隨著愈來愈多的研究發現，習得無助感理論無法充分解釋後續實驗的結果，尤其是以「人」為研究對象時，人類在無法控制結果的情境下反應比動物更複雜。為了解釋原始理論的缺失，Abramson、Seligman 及 Teasdale (1978) 等人以歸因理論為藍本，重新檢視習得的無助理論，並於 1978 年提出修正的習得無助理論 (Reformulated learned helplessness theory, RLHT)，因其為探討個人的歸因解釋風格，因此亦稱為「解釋風格理論」。以下介紹解釋風格三向度的發展過程與內涵：

(一) 個人無助與普遍無助及個別性向度的提出

若個人相信他們無法解決的問題別人卻能解決，就是所謂的個人性無助，但若是個人相信其他人和自己一樣也無法解決問題，這就是普遍性的無助。兩者歸因上的差別在於：普遍性無助的人對失敗通常是做外在歸因，而個人性無助的人則是會做內在歸因，這種對個人無助及普遍無助的闡明，形成了修正習得無助理論對個別性歸因向度的定義。個人如果相信結果與自己的行為間沒有關聯，但其他人的行動卻與結果有所相關（內在性歸因），比起相信自己與他人的行為與結果皆無相關者（外在性歸因），前者較容易產生低自尊的情形 (Abramson et al., 1978)。

(二) 無助的普遍性與長期性及普遍性與穩定性向度的提出

研究發現個人會不適當的將無關聯性的預期類化到其他新的或可控制的情境中。無助的存在是當個人對無法控制結果產生預期時，表現出動機和認知失能的結果。當無助發生的範圍是廣泛的，被稱之為「普遍性」；當它的發生只侷限於較小的範圍，則稱為「特定性」。至於時間方面，當無助是長久會一再發生的，稱為「穩定性」；若是短期或不再發生的話，則稱為「暫時性」(Abramson et al., 1978)。

綜合上述，無助的個人會對行為與結果間的關聯做歸因，而此歸因會間接影響對未來結果與行為的預期，並進一步決定無助的長期性、普遍性及自尊的喪失與否。解釋風格的三個重要向度為：個別性（內在對外在）、穩定性（穩定對暫時）及普遍性（普遍對特定），不同的歸因方式會產生不同的結果。(1) 個別性歸因會影響自尊的低落與否，(2) 穩定性向度的歸因屬時間面向，影響了無助與憂鬱的長期性，最後，(3) 普遍性向度的歸因屬空間面向，會影響無助的普遍性，假如歸因為普遍因素，那麼會導致無助蔓延並跨越到不同情境中，如果是特定的，那麼無助就會被限制在特定的情境中，而不會對生活中其他面向產生影響。

四、樂觀風格的測量

本部份僅以樂觀解釋風格的測量工具為主，介紹成人解釋風格問卷 Attributional Style

Questionnaire (ASQ, Seligman et al., 1979)、兒童歸因風格問卷 (The Children's Attributional Style Questionnaire, CASQ; Seligman et al., 1984) 及口語解釋內容分析法 (Content Analysis of Verbatim Explanations, CAVE; Peterson, Luborsky, & Seligman, 1983)。

(一) 解釋風格問卷 (Attributional Style Questionnaire, ASQ)

解釋風格傳統上是以自陳量表來測量，稱為解釋風格問卷 (Attributional Style Questionnaire, ASQ)。ASQ 是 1979 年由 Seligman 等人所發展，ASQ 是自陳式量表，包含了 12 個假設情境，其中正負向事件各 6 件。每個情境中包含了 5 個待答的問題，受試者被要求去想像這件事發生在自己身上並決定他們認為什麼可能是引起該事件最可能的原因，接著以李克特氏七點量表要求受試者去指出，該原因是內在或外在、穩定或暫時、普遍或特定的程度。個人認定的原因，如果越偏向內在、穩定、普遍，圈選的分數越高，越偏向外在、暫時、特定，則圈選分數越低 (Peterson et al., 1982; Seligman et al., 1979; Seligman et al., 1984)。

Peterson et al., (1982) 發現，ASQ 的內部一致性信度，正向事件及負向事件得分的 Cronbach's alpha 信度在 .75~.72 間，六個次量表的平均信度為 .54 (範圍從 .44~.69)，而五週後的再測信度，正向事件：內在性為 .58、穩定性為 .65、普遍性為 .59，而整體分數則為 .70；至於負向事件：內在性為 .64、穩定性為 .69、普遍性為 .57、整體分數為 .64，全部皆達顯著。至於建構效度方面，ASQ 與 CAVE 之間有高度相關 (Schulman, Castellon, & Seligman, 1989)。效標關聯效度上，ASQ 的預測效度在很多向度中得到支持。擁有一個較樂觀的解釋風格的人，可被預測有較低程度的憂鬱、較高的成就及較佳的身體健康狀態 (Peterson & Seligman, 1984)。

(二) 兒童歸因風格問卷 (The Children's Attributional Style Questionnaire, CASQ)

兒童歸因風格問卷 (The Children's Attributional Style Questionnaire, CASQ; Seligman et al., 1984) 適用於 8~14 歲的兒童，它包含 48 個題目。計分方式採二分法的強迫選擇回答方式，每個事件提供兩項該事件可能發生的原因供選擇，要求受試者從兩個選項中選出最能描述為何該事件會發生的原因，藉此測量受試者的因果關係歸因。量表包含了三個次量表以測量三個歸因向度，此三向度為普遍性 (普遍對特定)、穩定性 (穩定對暫時) 及個別性 (內在對外在)。3 個向度各有 16 個題目，所有題目中，正負向事件各一半。

CASQ 具中度的內部一致性信度：正向事件介於 .47-.73、負向事件介於 .42-.67、整體分數為 .62。6 個月後重測信度，正向事件為 .71，負向事件為 .66，12 個月後的整體分數則為 .35。在效度方面，CASQ 與兒童憂鬱量表 (Children's Depression Inventory, CDI) 呈相關 (Nolen-Hoeksema et al., 1986; Nolen-Hoeksema, Girgus, & Seligman, 1992; Seligman et al., 1984)。

有鑑於 CASQ 題目太多，易導致兒童注意力不足，因此 Kaslow 與 Nolen-Hoeksema 於 1991 修訂 CASQ，簡稱 CASQ-R。Thompson et al., (1998) 另外以 1086 名 9~12 歲的學童為對象，再次檢驗了 CASQ-R 的信度效。重新施測的結果發現，兒童在 CASQ

與 CASQ-R 所表現的因果歸因大致相同。信度方面，整體複合分數為 .61、正向分數為 .53~.60、負向分數則為 .45~.46。效標關聯效度方面，CASQ-R 與范德比爾特憂鬱量表 (Vanderbilt Depression Inventory, VDI) 有顯著相關。整體而言，CASQ-R 具有良好的效標關聯效度、中度的內部一致性及再測信度，且比 CASQ 較簡短也更容易使用。

(三) 口語解釋內容分析法 (Content Analysis of Verbatim Explanations, CAVE)

口語解釋內容分析法 (CAVE) 此項技術是由 Peterson、Luborsky 與 Seligman 於 1983 所共同發展。Seligman 等人稱它為「時間機器」，使用此技術的優點在於它可以不受時間及空間的限制，針對個人早期生活及資料進行回顧及探究，使得對已發生的事件進行縱貫性研究成為可能 (Peterson & Seligman, 1984)。此技術主要是藉著分析某些資料，如：訪問、日記、信件、文章、新聞報導、治療記錄、演講等，去測量一個人的解釋風格。其包含兩個步驟：首先，針對因果關係的語句進行摘要，接著針對所收集到的內容去分析、評定其在個別性、普遍性與穩定性三個向度上的程度。CAVE 比起自我陳述量表更具生態 (ecologically) 效度。在蒐集的材料中被描述的事件對個人而言，比起在 ASQ 中的事件，更具關聯性及意義性 (Reivich & Gillham, 2003)。

在信度方面，Schulman et al., (1989) 發現 CAVE 有令人滿意的內部一致性，負向事件的內在性為 .93、穩定性為 .63、普遍性為 .73；正向事件，內在性為 .95、穩定性為 .66、普遍性為 .48。效度方面，Peterson、Bettes 與 Seligman (1985) 研究結果支持了 CAVE 的效度。如同修正的習得無助理論所預測，個人對事件的因果解釋風格與貝克憂鬱量表 (Beck depression inventory, BDI) 的分數達顯著相關；再者，CAVE 的分數與 ASQ 量表達顯著相關。

本研究係以解釋風格理論為基礎，進行樂觀解釋風格量表之編製。在量表編製上當盡量避免 CASQ 及 CASQ-R 在應用上之限制。首先，有鑑於前述提及東西方文化異同之考量，故在個別性、穩定性，以及普遍性之外，將接納性融入做為本研究在編製樂觀解釋風格量表時的其中一個因素。此外，CASQ 及 CASQ-R 皆採二分法的強迫選擇，為提高量表之信度，在本量表中擬改採李克特氏四點量表進行計分。再者，CASQ 及 CASQ-R 是採三個各別向度分數較為複雜，且相關研究一致指出組合分數比個別分數具較佳信度，因此，在本量表中，題目的編製上雖包含四個向度的問項，但在計分上，並不另行計分而是採總得分計算，得分愈高代表個體愈樂觀。最後，在問項的設計上，為避免與兒童生活脫節，所設計之題目顧及兒童日常生活可能發生之事件，以獲得兒童對事件較真實的反應。

參、方法

一、研究參與者

(一) 預試

本研究預試樣本係抽取彰化地區平和國小、中正國小及青山國小五六年級學童，發出

300 份預試問卷，回收後剔除作答不全者，計有效問卷 284 份，有效率達 94%，接著進行項目分析，刪除不當題目並初步考驗量表信度。

(二) 正式施測

本研究係以臺灣地區國小五、六年級學童為研究對象，採便利取樣共發放 853 份量表至北、中、南三區共 15 所公立國小。回收後，剔除作答不全者，計有效量表 744 份，有效率為 88%。其中男生 363 人 (49%)，女生 381 人 (51%)，國小五年級學童 370 人 (49.7%)，六年級學童 374 人 (50.3%)。

二、研究工具

本研究旨在編製「國小學童樂觀解釋風格量表」，預試研究工具「國小學童樂觀解釋風格量表」之內容包括個別性向度、穩定性向度、普遍性向度及接納性向度共計四個分量表。除此之外，並以唐淑華 (2005) 編製的「兒童希望感量表」及董氏基金會「青少年憂鬱情緒自我檢視表」作為效標依據，進行相關係數分析。

(一) 國小學童樂觀解釋風格量表

本研究經參考相關理論基礎，並蒐集相關之問卷及量表，以研擬出國小學童樂觀解釋風格量表之相關問題，以李克特氏四點量表進行計分，「1」表示非常不同意、「2」不太同意、「3」還算同意、「4」非常同意。本研究針對預試回收的有效問卷 284 份進行資料建檔與統計分析。預試題目原有 40 題，共有 4 個分量表，每個分量表分好壞事件共計 10 題，經項目分析刪題後，正式量表為 24 題。內部一致性考驗 $\alpha = .77$ ，各分量表的 α 值介於 .65 至 .73 間，編製為正式量表。各題加總後為總量表得分，得分越高表示越具有樂觀之解釋風格。

(二) 青少年憂鬱情緒自我檢視表

青少年憂鬱情緒自我檢視表為董氏基金會心理衛生組依據黃君瑜及許文耀於 2003 所編製之青少年憂鬱情緒量表為基礎，並參酌國內外使用的各種憂鬱情緒量表之題目加以修編而成，適用於 13~18 歲之兒童與青少年，量表題目共 20 題。此量表共有四個分量表，包含情緒、生理、行為及認知四個因素，整體信度為 .87。

在本研究的應用上，在徵求董氏基金會心理衛生組的同意授權後，將量表句問修改成適合國小高年級閱讀的語句，另外，為避免學生有先入為主或自我防衛現象，本量表在施測時，標題改以「生活經驗問卷」稱之。而此量表施測於本研究之受試者，所得信度高達 .929，証實量表具有良好的信度。

(三) 兒童希望感量表

兒童希望感量表為唐淑華 (2004) 修改自 Snyder 及 Hoza 等人在 1997 年所編製之兒童希望感量表 (The Children's Hope Scale, CHS)，修訂之量表分為意志力與方法兩個分量表，

共七題。整體信度係數為 .82，意志力分量表（共四題）內部一致信度係數為 .72，方法分量表（共三題）內部一致信度係數為 .69。唐淑華 (2005) 又增加一題題目：「我對我的人生充滿希望」用來測量中學生的希望感。

三、資料分析

本研究運用驗證性因素分析之因素負荷量、校正後項目與分量表相關，及內部一致性效標法（又稱極端組檢驗法）等分析方法，進行預試題目的刪除，並針對預試結果進行內部一致性分析，採用 Cronbach's α 係數計算量表內题目的可信度。效度考驗方面係以驗證性因素分析模式，檢驗國小學童樂觀解釋風格量表因素結構的適配情形，確立量表之因素（建構）效度。另外，並以唐淑華 (2005) 編製之「兒童希望感量表」及董氏基金會「青少年憂鬱情緒自我檢視表」為效標依據，進行正式量表之相關係數分析。

肆、結果

一、預試結果與正式量表建立

本研究以 284 人為預試對象，其結果主要將作為題目修改或刪除依據，以完成最後的國小學童樂觀解釋風格量表。本研究之項目分析判斷指標共有三項，分別為：(1) 每個分量表中，驗證性因素分析結果因素負荷量最低及次低的題目，即刪除之；(2) 計算各分量表總分高分組與低分組兩組間在各題上的差異，以分析題目鑑別度，刪除鑑別 t 值小於 3 者；(3) 該題與所屬層面分量表總分校正後之相關值低於 .30 的題目，即刪除之。為考量各分量表題數之均衡，第 7 題及第 31 題雖與所屬層面分量表總分校正後之相關值低於 .30，但因其鑑別 t 值大於 3，因此予以保留。表 1 至表 8 是國小學童樂觀解釋風格量表中四個分量表各向度的項目分析與選題結果。

本研究預試量表經預試樣本施測後進行項目分析，接著進行各分量表內部一致性 α 值的計算。各向度的 α 係數介於 .65 至 .73 之間，總量表之內部一致性達 .77。所有 α 係數在 .65 以上，符合 Hair et al., (2010) 的標準。由此可知本量表具有可接受的內部一致性。

表 1

好事內在向度項目分析摘要表

預試 題號	題幹	因素 負荷量	t -value	校正後項 目與分量 表相關	
				刪留	新題號
1	如果參加競賽活動，我常常得名，這是因為我很努力付出。	0.74	-10.63*	.46	1
2	如果月考時，我得到了好成績，通常是因為我很認真準備考試。	0.69	-10.25*	.43	2
3	如果我有很多的好朋友，那是因為我的個性很好，大家都喜歡我。	0.36	-10.97*	.42	刪

預試題號	題幹	因素負荷量	t-value	校正後項目與分量表相關	刪留	新題號
4	如果參加歌唱大賽，我得到很好的成績，這是因為我的歌聲特別好聽。	0.40	-12.11*	.45		3
5	如果我說了一個笑話，同學們哈哈大笑，是因為我很會說笑話。	0.36	-10.85*	.42	刪	
刪除後總 α 信度 .682						

* $p < .05$

表 2

壞事外在向度項目分析摘要表

預試題號	題幹	因素負荷量	t-value	校正後項目與分量表相關	刪留	新題號
6	如果過馬路時，我差一點被車子撞到，那是因為我自己太不小心了。	0.65	-9.46*	.31		4
7	如果這一次平常考考得很差，都是因為我沒有好好準備。	0.67	-7.87*	.29		5
8	如果上藝術與人文課時，同學不肯借我水彩，那是因為我平時對他不夠好。	0.19	-10.09*	.26	刪	
9	如果這次考試成績非常不理想，這是因為我很不聰明。	0.10	-10.38*	.25	刪	
10	如果閱讀課外讀物時，很多地方看不懂，這是因為我自己的程度很差。	0.37	-16.51*	.45		6
刪除後總 α 信度 .650						

* $p < .05$

表 3

好事穩定向度項目分析摘要表

預試題號	題幹	因素負荷量	t-value	校正後項目與分量表相關	刪留	新題號
11	如果聖誕節的交換禮物中，我抽到了大獎，因為我的運氣總是很好。	0.55	-15.16*	.47		7
12	如果作業抽查時，我獲得老師的讚賞，是因為我總是按時訂正作業。	0.42	-10.48*	.38	刪	
13	如果今天跟同學玩得特別開心，是因為不論何時我們總能都玩得很開心。	0.51	-13.21*	.45	刪	

預試 題號	題幹	因素 負荷量	<i>t</i> -value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
14	如果校長今日突然讚美我，我覺得我總是能得到師長的讚美。	0.78	-18.29*	.61		8
15	如果籃球比賽時，關鍵時刻我投進了，這是因為我的運氣總是很好。	0.70	-16.09*	.55		9

刪除後總 α 信度 .725

* $p < .05$

表 4

壞事暫時向度項目分析摘要表

預試 題號	題幹	因素 負荷量	<i>t</i> -value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
16	如果上音樂課時，我忘記帶笛子，那是因為我常常都會忘東忘西的。	0.52	-15.32*	.46	刪	
17	如果你的好朋友說他們不想理你了，我心想我的人緣總是很差。	0.57	-12.71*	.48		10
18	如果棒球比賽時，我漏接了一球，我心想我總是一直失誤。	0.56	-12.03*	.48		11
19	如果進行活動時，我們這一組成績很差，是因為我們這一組合作從來沒有好結果。	0.58	-11.29*	.47		12
20	如果今日老師責備我，我心想每次老師責備的總是我。	0.55	-10.60*	.38	刪	

刪除後總 α 信度 .661

* $p < .05$

表 5

好事普遍向度項目分析摘要表

預試 題號	題幹	因素 負荷量	<i>t</i> -value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
21	如果我很快就把功課作完，這是因為我做任何事都很快。	0.61	-14.89*	.50		13
22	如果這次數學我考得很好，我覺得其他科目我也一樣考得很好。	0.69	-14.82*	.53		14
23	如果今天老師稱讚我表現很棒，那是因為我做每件事都很細心。	0.53	-12.77*	.45	刪	

預試 題號	題幹	因素 負荷量	t-value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
24	如果老師請我上臺展示我的作品，是因爲我 每一件事 都能做得很好。	0.70	-15.15*	.55		15
25	如果你跟兄弟姊妹感情很好，這是因爲你跟 每個人都能相處的很融洽。	0.27	-7.39*	.22	刪	
刪除後總 α 信度 .705						
* $p < .05$						

表 6
壞事特定向度項目分析摘要表

預試 題號	題幹	因素 負荷量	t-value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
26	如果班上的聖誕節活動，我卻忘記帶最重要的 的道具，我心想很多事情我都記不牢。	0.55	-9.82*	.44	刪	
27	如果同學請我幫忙做事，我搞砸了，我心想 很多事我都做不好。	0.69	-13.30*	.50		16
28	如果我最好的朋友在走廊上看到我，卻假裝沒 有看到，這是因爲每個同學都對我視若無睹。	0.65	-13.50*	.52		17
29	如果掃地不認真被老師處罰時，我心想我每 一件事都做得不好。	0.60	-12.36*	.45		18
30	如果你在夜市買到一個瑕疵品，你心想夜市 賣的東西，品質都很不可靠。	0.24	-9.93*	.19	刪	
刪除後總 α 信度 .681						
* $p < .05$						

表 7
好事接納向度項目分析摘要表

預試 題號	題幹	因素 負荷量	t-value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
31	如果我獲選爲班級幹部時，我會欣然接受， 但不會四處跟人炫耀。	0.48	-9.99*	.27		19
32	如果我做了某件事得到老師的稱讚時，我心 想我只是做了我該做的事。	0.66	-10.72*	.46		20
33	如果我有很多好朋友，大家都很喜欢我，我 心想是因爲大家都合得來。	0.43	-9.14*	.27	刪	

預試 題號	題幹	因素 負荷量	<i>t</i> -value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
34	如果生日時收到一份特別的禮物，我雖然感到開心但並不會特別放在心上。	0.20	-11.27*	.09	刪	
35	如果我演講比賽獲得第一名，我心想我並不認為自己高人一等。	0.46	-10.30*	.35		21
刪除後總 α 信度 .707						

* $p < .05$

表 8

壞事接納向度項目分析摘要表

題號	題幹	因素 負荷量	<i>t</i> -value	校正後項 目與分量 表相關	刪留	新題號
36	如果看到別班有同樂會，而自己的班級沒有時，我心想我們班也有自己好玩的地方，不需要跟別班一樣。	0.50	-10.69*	.33		22
37	如果上臺表演出糗時，同學哈哈大笑時，我心想讓大家開心也很好。	0.37	-12.87*	.35	刪	
38	如果當同學告訴我說不想跟你當朋友，我心想是因為我們兩個不適合當朋友。	0.11	-8.61*	.17	刪	
39	如果雖然現在遇到困難的事情，但我不會因此心情不好，因為我認為事情會有解決的一天。	0.58	-9.09*	.33		23
40	如果賽跑時發現自己總是比不上同學，心想我已經盡力而不因此感到氣餒。	0.51	-10.42*	.32		24
刪除後總 α 信度 .717						

* $p < .05$

二、正式量表的效度考驗

為檢驗本研究發展之國小學童樂觀解釋風格量表是否具有良好的效度，研究者使用驗證性因素分析、效標關聯效度分析，以建立量表之效度。

(一) 驗證性因素分析

利用 Hair et al., (2010) 提出的整體模式適配標準予以檢視。研究者以兩個部份來考驗國小學童樂觀解釋風格量表之建構效度，首先是各分量表之驗證性因素分析，考驗每個題項之適切性，第二部份為整體量表之驗證性因素分析，考驗各向度之適切性。

(1) 分量表之驗證性因素分析

本研究編製的國小學童樂觀解釋風格量表驗證性因素分析模式共有四個因素，包括：個別性、穩定性、普遍性及接納性，而個別性又可分為好事內在及壞事外在兩向度；穩定性又分別好事穩定、壞事暫時兩向度；普遍性分為好事穩定與壞事特定向度，接納性則分為好事接納及壞事接納兩向度。

研究者首先檢視國小學童樂觀解釋風格四個分量表是否有產生不良估計，經檢測後發現本模式參數估計大致符合適切性的基本條件標準，故可進一步檢驗整體模式適合標準。四個分量表驗證性因素分析之結果如圖 1 至圖 4 所示，而絕對適切度指標結果顯示，國小學童樂觀解釋風格量表個別性、穩定性、普遍性及接納性分量表與觀察資料適切度的卡方考驗的 p 值皆 $\geq .05$ ，GFI 指數、RMSEA 指數、SRMR 指數及正規化卡方值皆在理想的範圍，此結果顯示模式與觀察資料適切。在增值適切度指標方面，四個分量表的 NFI、NNFI、CFI、RFI 全部都大於 .90，最後在簡效適切指標方面，調整後 AGFI 指數介於 .98~.99 之間，也都在 .90 以上。從上述三類適切度指標顯示各分量表模式的整體適合度佳，此亦代表研究者所提出的模式與研究資料的適合度被接受。

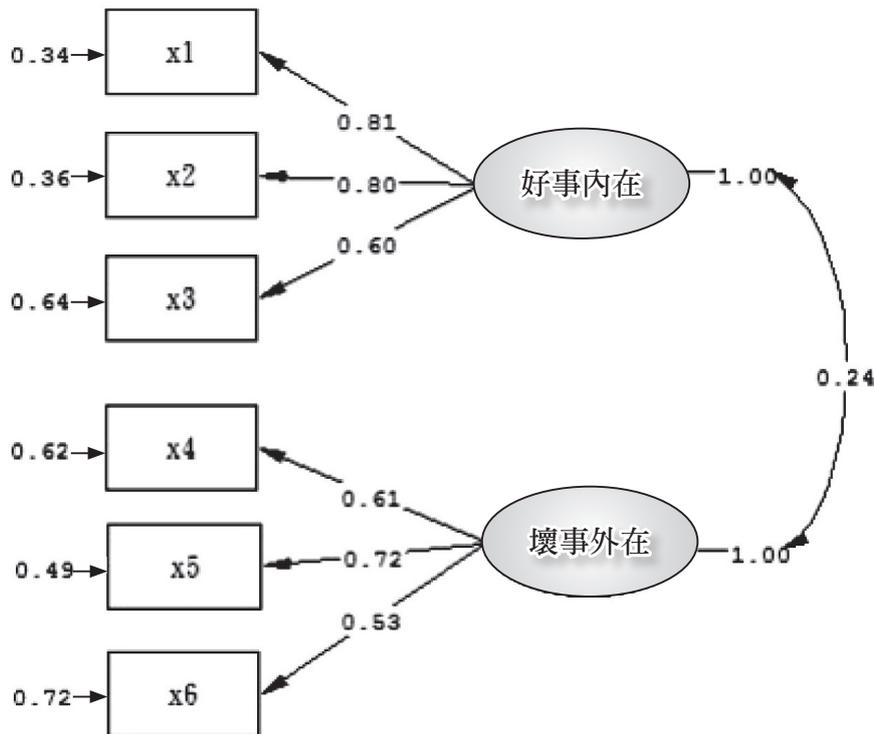


圖 1 個別性分量表之驗證性因素分析標準化解

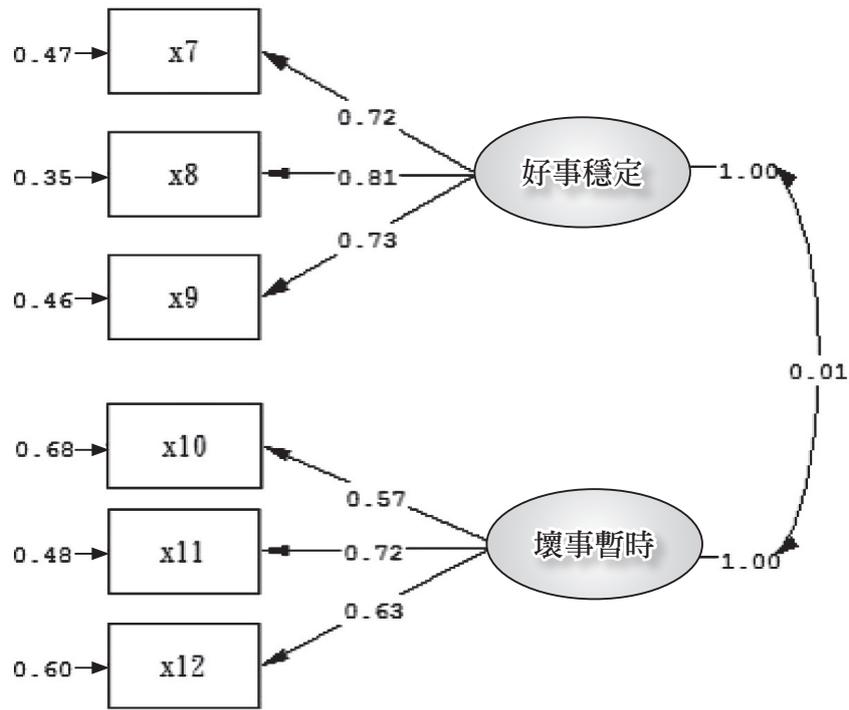


圖 2 穩定性分量表之驗證性因素分析標準化解

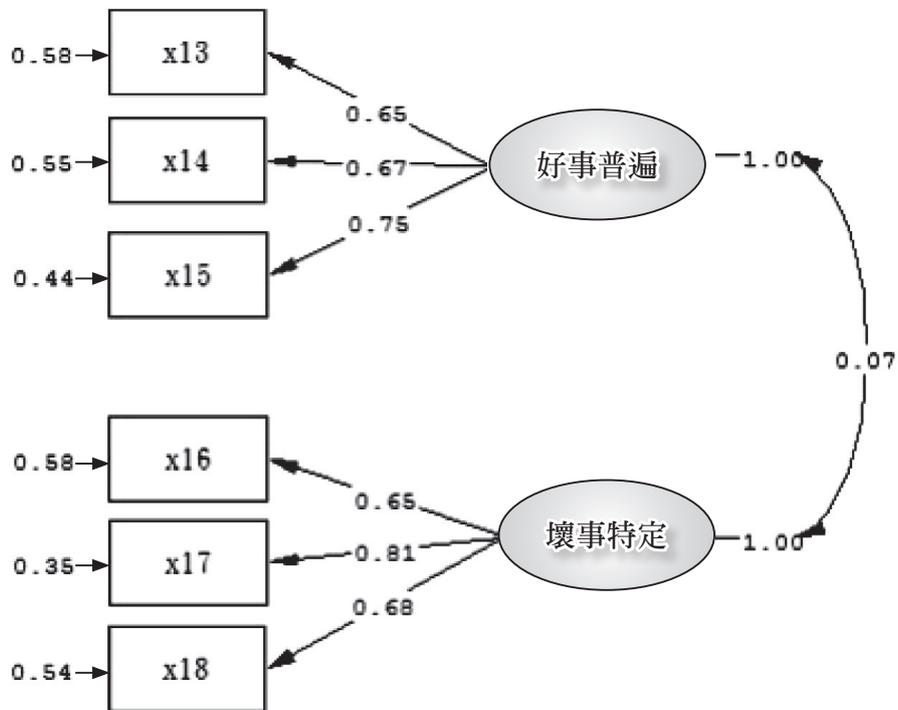


圖 3 普遍性分量表之驗證性因素分析標準化解

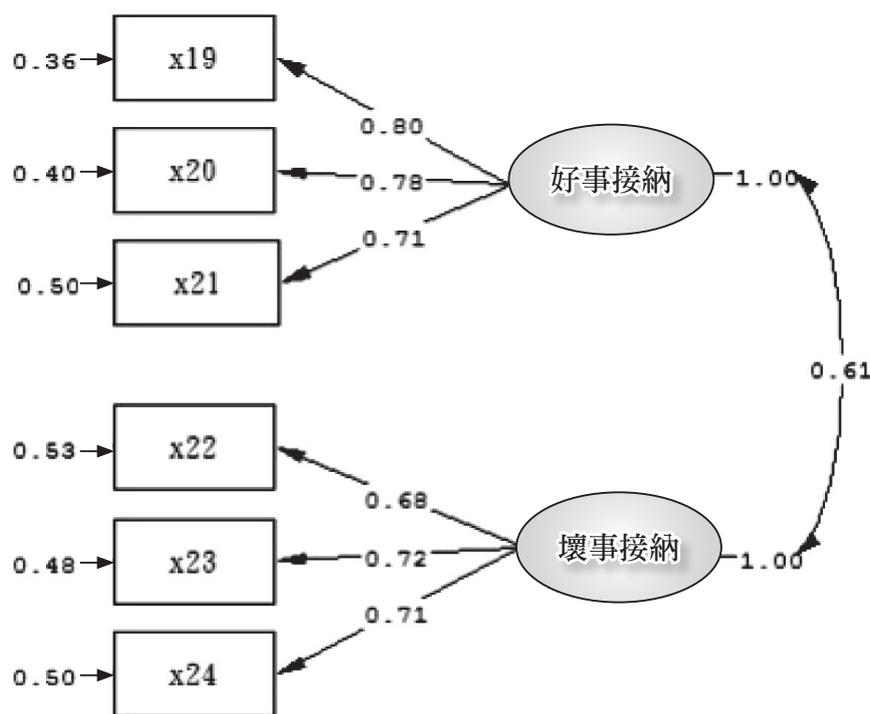


圖 4 接納性分量表之驗證性因素分析標準化解

(2) 整體量表之驗證性因素分析

在國小學童樂觀解釋風格量表整體量表的驗證性因素模式中，研究者將「樂觀解釋風格」當作潛在變項，而將「個別性」、「穩定性」、「普遍性」、「接納性」作為其觀察變項。其中「個別性」的觀察值乃是由「好事內在」與「壞事外在」兩個變項相加而來；「穩定性」的觀察值乃是由「好事穩定」與「壞事暫時」兩個變項相加而來；「普遍性」的觀察值乃是由「好事普遍」與「壞事特定」兩個變項相加而來；「接納性」的觀察值乃是由「好事接納」與「壞事接納」兩個變項相加而來。

在檢驗模式的適配度前，同樣先檢測國小學童樂觀解釋風格整體量表是否有產生不良估計，經檢測後發現本模式參數估計大致符合適切性的基本條件標準，故可進一步檢驗整體模式適合標準。

驗證性因素分析之結果如圖 5 所示，而絕對適配度指標結果顯示，量表模式與觀察資料適配度的卡方考驗為 $\chi^2 = 8.22$, $p = .016$ ，此一結果顯示模式與觀察資料未適配，然 χ^2 常會隨著樣本人數波動，當樣本數很大時，幾乎所有模式都可能被拒絕（黃芳銘，2007），本研究樣本人數為 744 人，因此，卡方考驗不符合標準為仍可接受結果。在其他指標方面，GFI、RMSEA、SRMR 皆在理想範圍，正規化卡方值為 4.11，雖未符合小於 3 的標準，但整體結果顯示模式與觀察資料適配。在增值適配度指標方面，整體量表的 NFI、NNFI、CFI、RFI 介於 .96~.99 之間，皆大於 .90 以上，最後在簡效適配指標方面，調整後 AGFI 指數為 .97，大於 .90。從上述三類適配度指標顯示國小學童樂觀解釋風格量表模式

的整體適合度佳，此亦代表研究者所提出的模式與研究資料的適合度被接受。

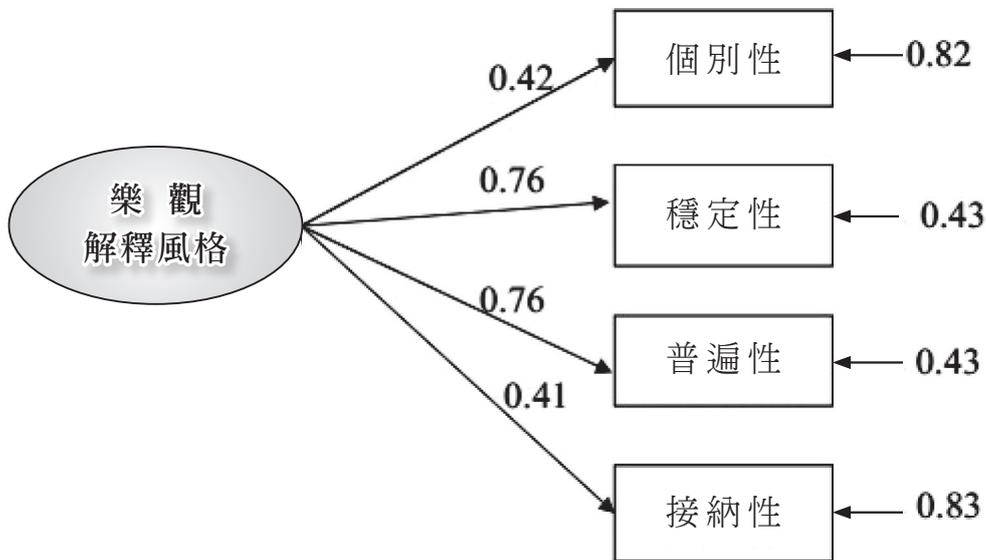


圖 5 國小學童樂觀解釋風格量表驗證性因素分析標準化解

從整體量表及各分量表之驗證性因素分析結果顯示，國小學童樂觀解釋風格量表符合理論模式，具有良好建構效度。

(二) 效標關聯效度分析

本研究以「兒童希望感量表」及「青少年憂鬱情緒自我檢視表」為效標關聯變項，分別進行 Pearson 積差相關分析及逐步多元迴歸分析，以建立本量表之效標關聯效度，其結果分別敘述如下。

(1) 樂觀解釋風格量表與兒童希望感量表之關聯性分析

國小學童樂觀解釋風格量表與「兒童希望感量表」彼此呈現顯著正相關，相關係數為 .70，各分量表部份，個別性、穩定性、普遍性及接納性分量表與「兒童希望感量表」相關係數介於 .41 至 .56 ($p < .01$)，此結果顯示國小學童樂觀解釋風格量表之各分量表具有良好的效標關聯效度。進行相關分析之後，接著更進一步以樂觀解釋風格的 4 個向度為預測變項，以「兒童希望感量表」總分為效標變項，應用逐步多元迴歸法來進行聯合預測力分析。結果顯示 4 個主要變項對「兒童希望感」預測力達顯著水準 ($p < .001$)，而上述 4 個變項共可解釋「兒童希望感」50.6% 的變異量，其中以「接納性」的 β 值最大 ($\beta = .356$)，顯示「接納性」對「兒童希望感」有較大的預測力，而此也証實，研究者將「接納性」向度納入兒童樂觀解釋風格量表中具有其意義及必要性。

研究者新增的接納向度對希望感具最大預測力。在希望理論中，希望感係指達成個人想要的目標之動機，其內涵包含了目標、路徑思考及動力思考。路徑思考意指能找出解決問題的方法以激勵自我達成目標，動力思考則是一種信念，相信自己具有能力，並引領

個人朝目標邁進 (Snyder et al., 1998)。而本研究中的接納是一種豁達的態度，指的是能以平常心看待事件的好壞結果並不加強求。接納向度之所以對希望感最具預測力可從兩個面向來討論：首先，面對困境時，接納度高代表較能容忍生活中失敗與挫折的經驗，因不被得失所影響，反而可以一再嘗試，並持續對未來抱持希望。因此，順其自然不強求並不意味放棄，其實是在等待並尋求適當的時機與方法，突破困境達成目標。接著，是處於順境時，接納度高者不會因為一時的成功而顯得驕傲自滿或畫地自限，在獲得成就感與信心的同時，仍能繼續以審慎的態度去接納各種可以達成目標的方法，並獲得最後的成功。因此，接納度高者，不論處於順境或困境，皆能以豁達的心胸來面對未來可能的挑戰，並充滿希望。此證明了華人的樂天知命並非被動消極的順應命運，反而蘊藏了一種超然自得的智慧，愈能不被生活中的得失所操控，順勢而為，反倒能對未來懷抱希望的信念。施建彬 (1994) 在探究幸福感相關因素時也指出，儒家的人文精神在於並非消極的等待上天賜予幸福，反而強調自身應該改變現狀自求多福，利用自己的能力突破限制。此種追求幸福的歷程，其實正蘊含了一種樂觀的接納態度，若能以此種豁達態度來對生活中正負向事件做歸因，將有助於個人達到樂觀的境界，而此也證實接納實屬一種樂觀的態度。

(2) 樂觀解釋風格量表與青少年憂鬱情緒自我檢視表之關聯性分析

國小學童樂觀解釋風格量表與「青少年憂鬱情緒自我檢視表」呈現顯著負相關，相關係數為 -0.62 。各分量表部份，個別性、穩定性、普遍性及接納性分量表與「青少年憂鬱情緒自我檢視表」之相關介於 -0.31 至 -0.53 ($p < .01$)，顯示國小學童樂觀解釋風格量表之各分量表具有良好的效標關聯效度。進行相關分析之後，接著更進一步以樂觀解釋風格的 4 個向度為預測變項，以「青少年憂鬱情緒自我檢視表」總分為效標變項，應用逐步多元迴歸法來進行聯合預測力分析，以瞭解各預測變項的聯合預測力功能。研究結果發現，整體而言，4 個主要變項對「憂鬱情緒」預測力達顯著水準 ($p < .001$)，而上述 4 個變項共可解釋「憂鬱情緒」39.6% 的變異量，其中以「普遍性」的 β 值最大 ($\beta = -.331$)，顯示「普遍性」對「憂鬱情緒」有較大的預測力。亦即，對正向事件愈具普遍性歸因，對負向事件做特定性歸因者，其憂鬱情緒愈低，反之，愈對負向事件做普遍性歸因者，其憂鬱程度愈高。

而在迴歸分析過程當中「接納性」向度仍被留在模式中並未被排除，且其對憂鬱情緒之預測力僅次於「普遍性」向度，此同樣也支持了研究者將「接納性」向度納入兒童樂觀解釋風格量表之重要性。接納性向度對憂鬱具預測力，或許可從「樂天知命，故不憂」的觀點來加以闡述。快樂、難過、得意、失志都只是一時的情緒，不論過去或未來皆不是個人所能掌握的，因此能否豁達以對，端看個人以何種心態來面對及解釋。接納度高的人，能不加強求，以坦然的心胸面對所有事件，因此能隨遇而安而不憂愁，而接納度低者，因過度看重個人成敗得失，使其心境易受影響而大起大落，甚至導致終日抑鬱而一蹶不振。

本研究以驗證性因素分析檢驗國小學童樂觀解釋風格量表之因素結構，觀察資料與研究者所提的理論模式具有基本適合度標準外，從多種的適合度指標來看，都顯示出觀察資料大致符合本研究所提出之理論模式，亦即本研究之假設性模式獲得支持。樂觀解釋風格可分為：個別性、穩定性、普遍性及接納性四個因素，前三個因素，符合 Peterson

與 Seligman (1984) 對樂觀解釋風格所提出的理論架構。此外，研究結果也顯示研究者依據華人特有文化背景所提出之「接納性」向度是可以被接受的。而在效標關聯上，國小學童樂觀解釋風格量表整體量表及各分向度與「兒童希望感」量表達顯著正相關，與「青少年憂鬱情緒自我檢視表」則是呈現顯著負相關，進行多元迴歸分析後發現，接納性向度能預測希望感及憂鬱情緒，此証實研究者所提出的接納性屬於樂觀解釋風格的向度之一。本研究中之接納性係指個體對自身所抱持的一種積極樂觀之態度，能夠欣然接受自己現實中的狀況，不因自身的優點而感到驕傲，亦不因自己的缺點而感到自卑，基於此信念，能夠自我接納的人，必能正視自己的優缺點，以寬容而客觀的態度面對自己，審慎評估自己的能力，並對自己及未來具備相當的自信心；相反地，接納度低的人，在面對自己或處理事物上，不是對自身的要求過於苛刻，就是容易放棄或產生無助感，因此造成心理上的不平衡，而對自己及未來不抱期待。由此觀之，接納度越高，越具備強大的自信心，因此無論面對正向或負向事件時，越能夠以一種積極而客觀的態度來對事件做歸因，在面對正向事件時，能相信自己的能力，而面對負向事件時，更能夠以開放及正向的心胸正視問題的所在，不怨天尤人。因此，接納度高者不僅具有較佳的自信，也能擁有較樂觀正向之解釋風格。

綜合以上效度的驗證結果，顯示「國小學童樂觀解釋風格量表」的題項在內容上符合該分量表所代表的心理構念，同時對於效標關聯的相關係數上，也能達到顯著相關。此結果顯示國小學童樂觀解釋風格量表符合理論架構，具有良好之建構效度。

伍、建議

本研究旨在編製「國小學童樂觀解釋風格量表」，以提供教育工作者與輔導人員對學童之解釋風格有概括且整體性的了解，並做為輔導介入前可使用的評量工具。本部份研究者針對本研究主要發現與結論提出建議，以供後續研究之參考。

(一) 對學校教師及輔導人員的建議

(1) 強化樂觀解釋風格，以提升學童希望感、降低憂鬱情緒之風險

學童面對負向事件時如能將其視為暫時及特定事件，此種樂觀的解釋風格，能有效預防兒童憂鬱情緒之發展，且是兒童在面對挫折時的復原因子。因此，當學生出現樂觀的解釋風格時，可以多給予肯定及增強，促進其樂觀解釋風格之發展。但學童若將正向事件視為暫時及特定的悲觀歸因解釋，以長期來看較令人感到擔憂。學童會將好事視為暫時及特定，或許與國人認為對於好事應該低調以對的教育方式有關。「福兮禍所伏」、「滿招損、謙受益」許多文辭典故或俚語均一再告誡，認為對好事過度張揚會招人嫉妒甚至引來禍害，並被視為彰顯出自己的過度自滿，因此對正向事件過度的愉悅與期待似乎是不適宜的。因此，當學生對正向事件出現悲觀解釋風格時，老師或輔導工作者，可引導學童從不同的角度重新建構，當有好事發生時，對其他好事可能也會同時發生抱持正向預期也無傷

大雅，毋須太多的擔憂。

兒童解釋風格的養成始於兒童及青少年期，若能把握此時期，培養兒童之正向解釋風格，強化原有對負向事件的樂觀解釋風格，再透過將正向事件往普遍及穩定方向做解釋，促使個人對未來懷抱正向期待與希望，一方面提升其希望感，同時也在另一方面降低了被憂鬱情緒影響的潛在威脅。

(2) 培養學生建立正向解釋風格，提升自我概念及認同感

負向的解釋風格會引發習得的無助，最終導致動機、認知及情感的失能 (Maier & Seligman, 1976)。當學童在各方面表現不佳時，就很容易陷入負向思考的危機當中，並對自我能力產生懷疑。雖然華人文化強調反求諸己，對於負向事件的發生會先進行自我檢討，謙卑的認為是自我的過錯並找尋改善之道，適時的謙虛雖是美德的表現，但若長期過度的自我貶抑，恐對自我概念之形成會有負面的影響，且不利自我認同感的培養。因此教師平時應多關心學童對事件之解釋風格，尤其是面對壓力或負向事件時更是如此，當發現學生產生錯誤及負向的自我歸因時，適時給予引導及情緒上的支持，幫助學生停止負向內在歸因，改以正向解釋風格取代，如此除了杜絕無助感的滋長，也增加了對未來抱持成功的期待，此對學生自尊自信的建立是必要且不容忽視的。

樂觀解釋風格之建立與養成，對個人未來工作、學業成就、人際表現甚至生理健康均有正面助益，因此，教育工作者當盡力培養兒童正向解釋風格以改變其具摧毀力量的負向思考，提升學童積極行動力，提高自我信心以建立良好的自我概念。

(二) 對未來研究的建議

(1) 研究對象方面

本研究樣本係以臺灣地區北、中、南三區國小高年級學童進行便利抽樣，並非採隨機抽樣，且並未針對東部地區樣本進行抽樣，因此在研究結果的解釋及推論上仍有其限制。未來研究可考慮全國隨機抽樣，增加外在效度。

(2) 研究工具方面

本研究參考國內外文獻及華人特有文化背景而編製的國小學童樂觀解釋風格量表，經由項目分析、因素分析等程序驗證量表之信度與效度，雖然本量表已建立初步之信度、效度，結果尚稱良好，不過在使用上尚待進一步探究。研究者建議為更充分了解兒童之解釋風格，未來研究可考慮加入訪談方式蒐集資料，以獲得更多元的資訊，使得評量更加周延。

(3) 研究方法方面

本研究以問卷調查法進行，在使用上較為方便，然而量化研究無法深入瞭解受試者之想法，此為其限制。因此，研究者建議未來研究者除了量化的問卷調查外，還可以進一步配合訪談、教室觀察或使用質性歷程研究，如同前述提及之口語解釋內容分析法 (CAVE)，以更深入了解國小學童樂觀解釋風格的形成過程，並找出可能的影響因素，以作為學校教師及輔導工作者參考。

參考文獻

一、中文部份

- 王麗香 (2008)。國小高年級學童解釋型態、教師期望與學業成就之相關研究 (未出版之碩士論文)。銘傳大學，臺北。
- 朱嵐 (1997)。論儒家的中庸苦樂觀。中國文化月刊，203，30-38。
- 吳相儀、陳學志、邱發忠、徐芝君、許禕芳 (2008)。樂觀訓練課程對國小高年級學童樂觀信念之影響研究。師大學報，53，193-221。
- 吳美玲 (2001)。國小學童父母管教方式、教師期望與習得無助感相關之研究 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 李澄賢 (2004)。大學生的情緒調節、調節焦點、樂觀與創造力之關係 (未出版之碩士論文)。國立政治大學，臺北。
- 杜品儀 (2006)。樂觀學習課程方案對國小六年級學童樂觀解釋型態及正向情緒之影響 (未出版之碩士論文)。國立臺南大學，臺南。
- 施建彬 (1994)。幸福感來源及其相關因素之探討 (未出版之碩士論文)。私立高雄醫學院，高雄。
- 洪蘭 (譯) (1997)。學習樂觀，樂觀學習 (原作者：M. E. P. Seligman)。臺北：遠流。(原著出版年：1990)
- 唐淑華 (2004)。希望感的提升—另一個進行情意教育的取向 (I)。行政院國家科學研究委員會專題研究計劃成果報告 (NSC92-2413-H-259-001)。花蓮：國立東華大學。
- 唐淑華 (2005)。希望感的提升—另一個進行情意教育的取向 (II)。行政院國家科學研究委員會專題研究計劃成果報告 (NSC92-2413-H-259-002)。花蓮：國立東華大學。
- 徐佩君 (2000)。父母管教方式、解釋風格、負向家庭生活經驗與兒童解釋風格之相關研究 (未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 常雅珍 (2006)。以正向心理學建構情意教育之行動研究。師大學報，51，121-146。
- 陳玫菁 (2008)。減悲 / 增樂教學方案對國小高年級學童悲觀 / 樂觀信念、憂鬱及焦慮之影響 (未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北。
- 陳秋虹 (2002)。綜論莊子的快樂觀。正修學報，15，11-19。
- 曾雪芳 (2008)。樂觀創意教學對國小學童樂觀解釋型態影響之研究 (未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北。
- 黃芳銘 (2007)。結構方程模式理論與應用。臺北：五南。
- 楊國樞 (1994)。心理學。臺北：桂冠。
- 鄭芳怡 (2004)。國小中、高年級學童解釋型態、領域知識及創意生活經驗與科技創造力之關係 (未出版之碩士論文)。國立中山大學，高雄。

二、英文部份

- Abramson, L.Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology, 87*(1), 49-74.
- Gunnell, B., Pimlott, D., & Motevalli, G. (2004). The happiness industry. *New statesman, 133*(4074), 10-12.
- Hair, Jr. J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis*. New York, NY: Prentice Hall.
- Lai, J. C. L., & Yue, X. (2000). Measuring optimism in Hong Kong and mainland Chinese with revised life orientation test. *Personality and Individual Differences, 28*(4), 781-796.
- Maier, S. F., & Seligman, M. E. P. (1976). Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal Experimental Psychology: General, 105*(1), 3-46.
- Nolen-Hoeksema, S., Girgus, J. S., & Seligman, M. E. P. (1992). Predictors and consequences of childhood depressive symptoms: A 5-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(3), 405-422.
- Nolen-Hoeksema, S., Girgus, J. S., & Seligman, M. E. P. (1986). Learned helplessness in children: A longitudinal study of depression, achievement, and explanatory style. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(2), 435-442.
- Peterson, C., Luborsky, L., & Seligman, M.E.P. (1983). Attributions and depressive mood shifts: A case study using the symptom-context method. *Journal of Abnormal Psychology, 92*(1), 96-103.
- Peterson, C., Semmel, A., Von Baeyer, C., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Seligman, M. E. P. (1982). The attributional style questionnaire. *Cognitive Therapy and Research, 6*(3), 287-299.
- Peterson, C., & Bettes, B. A., & Seligman, M. E. P. (1985). Depressive symptoms and unprompted causal attributions: Content analysis. *Behavior Research and Therapy, 23*(4), 379-382.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review, 91*(3), 347-374.
- Peterson, C., & Steen, T. A. (2009). Optimistic explanatory style. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (pp. 313-321). New York: Oxford University Press.
- Reivich, K., & Gillham, J. (2003). Learned optimism: The measurement of explanatory style. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 57-74). Washington, DC: American Psychological Association.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and

青少年臉書成癮量表編製與臉書使用現況之研究

The Development of a Facebook Addiction Scale and Usage of Facebook in Adolescent

謝龍卿*
Lung-Ching Hsei

黃德祥**
Der-Hsiang Huang

(收件日期 104 年 7 月 28 日；接受日期 104 年 9 月 21 日)

摘要

本研究旨在發展青少年臉書成癮量表，並探討青少年對於臉書的使用現況。在量表編製方面，受試青少年共 260 名，以描述性統計的評估、決斷值分析，以及試題反應理論之 Rasch 模式來進行分析。再以 1410 位青少年為對象，透過描述性統計來分析使用現況。本研究主要研究發現如下：一、90.96% 青少年有聽過且使用過臉書；使用目的第一名是「聯絡失散已久的朋友」；曾使用過的功能與最喜歡的功能第一名是「玩遊戲」；使用年資大多是一年至三年；每天使用時間大多是 30 分鐘以下；青少年真實朋友人數平均 33.29 人，網友數平均 14.96 人，臉書上登錄的朋友數平均高達 201.17 人，每週休閒時數平均 21.06 小時，大約每天 3 小時；臉書上有聯絡的朋友數比例最多的是 10 人以上至 50 人。

關鍵詞：臉書成癮、量表編製、Rasch 模式

*臺中市立霧峰國民中學校長（通訊作者）

**大葉大學教育專業發展研究所教授兼所長、兼師資培育中心主任

Abstract

The purposes of this study were to develop an Adolescence Facebook Addiction Scale and explore the usage of Facebook in adolescents. On the aspect of scale development, participants consisted of 260 adolescents from Taiwan, and then descriptive statistics, a critical ratio, and a Rasch Model of Item Response Theory were used to analyze the reliability and validity of the scale. For the usage of Facebook, descriptive statistics were used to analyze 1410 adolescents' behavior. The main findings were as follows: 90.96% had heard of and used Facebook; the purpose of the first use was to contact a long-lost friend; the game-playing function was used and the favorite function was "playing games"; primarily one to three years of use; use every day for mostly less than 30 minutes; [an average of 33.29 young people real friends, friends an average of 14.96,???] the average number of friends logged on to Facebook up to 201.17 during weekly leisure time, an average of 21.06 hours, every day for about three hours; [Facebook contact friends proportion of the number is more than 10 people to 50 people.???]

Key words: Facebook Addiction, Scale Development, Rasch Mode.

壹、緒論

21 世紀是資訊化的社會，網路社交文化已然成爲網路世代的一股新勢力、新潮流，其中又以 Facebook(本研究以下以臺灣名稱「臉書」稱之)爲現今最火紅的網路社交平臺。臉書是一個社群網路服務網站，也是全世界最具人氣的部落格 (Blog) 網站第一名，從 2004 年 2 月 4 日上線，起初僅限美國特定學校的學生加入，2006 年 9 月 11 日才開放大眾使用 (Sheldon, 2008; Urista, Dong, & Day, 2009)，當年年底，用戶即達 1 億 2 千萬，2009 年有 3 億五千萬 (Facebook, 2009)，至 2011 年 12 月 24 日從臉書官方網站查知，用戶數已逼近 8 億 (Checkfacebook, 2011)。

臉書於 2008 年 6 月 19 日有了中文版本，在華人世界尤其是臺灣，更是激起一股人人競相討論與使用的網路浪潮 (蔡士源, 2011)。臉書和 Twitter、Plurk、無名嘀咕等網站一樣，都是微網誌的一種，差別只在於針對使用者不同的需求特性，而有功能強弱與使用方式上的差異 (郭亦伶、曠文琪、蘇鵬元, 2009)，這些網站其魅力之一就在，透過網站可以創造比實體社會更快、更廣的傳播力。這些微網誌，在臺灣都有一定的支持者與使用者，其中以臉書的使用者人數最多，至 2011 年 12 月 24 日爲止，用戶數已高達一千一百六十萬人 (Checkfacebook, 2011)，遠遠超過其他微網誌的使用人數。

自從 2008 年臉書中文版問世以來，短短數年，臉書已儼然成爲部落格與微網誌的代表，它的介面設計相當人性化，系統強大且具多種功能，加上互動式網頁遊戲好玩刺激，吸引不少使用者加入，臉書已是全世界流量最多的個人照片分享網站 (蔡士源, 2011；蘇依文, 2008)；在臺灣，根據科技部傳播調查資料庫 (2013) 的數據指出，臉書是臺灣人最常使用的社交網站。Educause (2006)、Golder、Wilkinson 與 Huberman (2007) 以及 Stutzman (2006) 研究發現，雖然其他的線上社交網站如 MySpace 和 Friendster 等也具有連結網路人際的功能，但臉書仍是大學生用來擴展社會網路的首選。在某些調查研究指出，臉書的使用已普遍存在於學生之中，其中包括超過 90% 的美國大學在校生會使用臉書 (Ellison, Steinfield, & Lampe, 2007; Stutzman, 2006)。在英國，最受學生歡迎的社交網站 (social network site) 也是臉書 (Madge, Meek, Wellens, & Hooley, 2009)。由此可見，臉書引發的網路現象，已成爲全世界各國學生共通的話題。

挪威卑爾根 (Bergen) 大學的 Andreassen、Torsheim、Brunborg 與 Pallesen(2012) 研究青少年臉書使用行爲後提出警告，若青少年過度沉迷於社交網站，可能會出現臉書成癮症 (Facebook Addiction)。Andreassen 等人發展出全世界第一份臉書成癮量表，稱爲卑爾根臉書成癮量表 (Bergen Facebook Addiction Scale, BFAS)，並針對 423 位大學生進行臉書成癮現象的研究發現，量表分數愈高的人，通常愈傾向晚睡晚起，而神經質 (neuroticism) 與外向性 (extraversion) 與臉書成癮呈正相關，責任感 (conscientiousness) 與臉書成癮呈負相關，亦即愈神經質與愈外向的臉書使用者其臉書成癮傾向較高，而愈盡責的使用者愈不容易臉書成癮。Andreassen 等人也發現，女性臉書使用者較男性更容易沉迷於臉書，這可能是因爲女性天性喜歡社交所致。這是全世界第一個提醒臉書過度使用者可能上癮的忠

告，同時也開啓了臉書成癮的相關研究。

Karaiskos、Tzavellas、Balta 和 Paparrigopoulos (2012) 臨床診斷表示，因為社交網站臉書的過度使用，使得案主的生活受到嚴重的干擾而出現上癮的現象稱為臉書成癮。他們建議，臉書成癮必須視為網路成癮的一種，其嚴重性不輸網路成癮。Karaiskos 等人也強調，患者具有七年的上網經驗都未出現成癮現象，但卻在短短八個月的臉書經驗中出現嚴重的臉書成癮症狀，造成生活失序，頗令人震驚。經診斷發現，患者每天花五小時在臉書身上，網友數高達 400 人以上，甚至因太想玩臉書而被解雇。臨床檢查結果，患者具有輕度焦慮與睡眠障礙的情況。根據此項研究，Karaiskos 等人認為，臉書成癮是必須加以重視的新成癮症。除此之外，美國兒科學會 (American Academy of Pediatrics, AAP) 亦曾表示，孩子在社交網站被排擠，比他們在現實生活中被朋友忽略更具傷害性，網路社交困擾可能引發嚴重的心理社會後果 (基督日報，2011)。

綜上所述，本研究動機乃在探究臉書成癮現象，研究者參考國內外文獻之後，自編「青少年臉書成癮量表」，量表得分愈高者，表示其網路成癮現象愈嚴重。同時也使用調查表來探討臺灣青少年的臉書使用概況與使用行為分析。

貳、文獻探討

一、臉書成癮之內涵及其量表的發展

根據 Karaiskos 等人 (2012) 針對一個 24 歲女生的臨床診斷表示，因為社交網站的過度使用，使得案主的生活受到嚴重的干擾而出現上癮現象，然而，這個女生具有七年的上網經驗，卻從未有網路成癮的狀況發生，但為何一使用臉書就上癮？因此他們建議，這種臉書成癮現象絕對可以視為網路成癮的其中一種，其嚴重性甚至不輸網路成癮。

近幾年來，網際網路擴張快速，網路上什麼都有，已經成為資訊百寶箱，是世界上最大的資料庫，即便如此，過度上網卻可能造成網路上癮症狀。根據研究顯示，成癮行為包括物質性成癮 (substance addiction) 與行為性成癮 (behavioral addiction)。如菸癮、藥癮、酒癮等人體對於外在物質的沉迷及依賴程度，引起無法控制及想再度使用的慾望，同時並會產生想要增加成癮物質使用量的傾向與耐受度 (tolerance)、克制性 (abstinence)、戒斷性 (withdrawal) 等現象，視為標準的物質性成癮 (June, Sohn, So, Yi, & Park, 2007; Hur, 2006)。另外，像賭博、性、運動、看電視、打電玩、電腦和網路等，過度從事以上行為的結果，也會形成病態性的成癮現象，這種現象即稱為行為性成癮。雖然，這些行為並不像菸、酒、藥物等涉及某種特定物質的依賴，但同樣造成使用者生理或心理上難以克制，甚至無法自拔的沉迷狀態 (王智弘，2008；謝龍卿，2003，2004；謝龍卿、黃德祥，2005；Douglas et al., 2008)。

在網路上，青少年經由不斷的變換 ID (Identification) 中扮演與現實生活截然不同的角色，以獲得各種不同的同儕團體的支持與認可，形塑真實生活中所體驗不到的價值觀與自我認同經驗，紓解真實人際互動關係不良所帶來的困擾，並能彌補現實生活親密關係中

所欠缺的歸屬感 (Ko, Yen, Yen, Lin, & Yang, 2007; Lorek, 1998; Suler, 1996; Walther & Reid, 2000; Young, 1996, 1998a, 1998b)。在網路交友網站如臉書的使用行為上，使用者往往沉溺於網友的關心與互動，甚或長時間掛於相簿上傳與搜尋以及互動式應用程式與遊戲等等，就可能經常讓青少年學生流連忘返於網路中的虛擬角色和虛擬情感，而難以克制再度上網的需求 (Liu & Kuo, 2007; Storm, 1998; Young, 1996, 1998a, 1998b)，最後恐怕導致臉書成癮。

挪威卑爾根 (Bergen) 大學的 Andreassen et al. (2012) 發展出全世界第一份臉書成癮量表，稱為卑爾根臉書成癮量表 (Bergen Facebook Addiction Scale, BFAS)，並針對 423 位大學生進行臉書成癮現象的研究發現，量表分數愈高的人，通常愈傾向晚睡晚起，而神經質 (neuroticism) 與外向性 (extraversion) 與臉書成癮呈正相關，責任感 (conscientiousness) 與臉書成癮呈負相關，亦即愈神經質與愈外向的臉書使用者其臉書成癮傾向較高，而愈盡責的使用者愈不容易臉書成癮。卑爾根臉書成癮量表共有 18 題，經實際施測因素分析後共包含六個核心因素，包括重要性 (salience)、情緒調適 (mood modification)、耐受性 (tolerance)、戒斷性 (withdrawal)、衝突 (conflict)、病情復發 (relapse)。量表的因素結構相當良好 (RMSEA = .046, CFI = .99)，Cronbach α 信度係數達 .83，三週重測信度係數 (3-week test-retest reliability coefficient) 達 .82，表示此量表的信度、效度皆相當高。美國強迫症基金會 (Obsessive Compulsive Foundation, OCF) 曾編製了一份「臉書成癮篩選量表」來協助父母親瞭解是否自己的兒女過度使用網路而不自知。此量表共有 20 題，填答時請針對使用臉書的實際狀況進行評分，每題依照「從來都沒有」、「很少出現」、「偶而這樣」、「頗常出現」、「經常如此」、「始終都是這樣」分別給予 0 分到 5 分，當總分落在 20 至 49 分間，顯示臉書的使用程度大致正常，雖偶爾會玩較久，但尚在合理範圍內。50 至 79 分間表示有過度的傾向，須嘗試自我管理，回歸正常使用方式。80 至 100 分則代表可能已有成癮現象，最好儘快尋求心理醫師的協助 (柯俊銘，2010)。

由於網路心理學 (Cyber Psychology) 還是一個年輕的學門，對於人類在網路上所展現的行為現象探討，與其行為理論的建立，都仍處於探索階段，關於網路為何會使人上癮的原理機制，也還有待研究者的建立。綜觀目前網路成癮的研究我們發現，大多數的研究者對於網路成癮多是以一種負面的評價看待，認為網路沉迷者是因為無法面對與解決現實生活中的困境，例如寂寞、人際關係技巧不好等，才會選擇以網路作為一個逃避的手段，利用網路的匿名特性來獲得現實生活中所不能被滿足的部分。Morahan-Martin 與 Schumacher (1997) 甚至承認其研究假設的推論中有一部份就是來自所謂的刻板印象，因此這樣的研究結果究竟反映出的是事實真相，還是研究者的偏見，讓我們不禁持保留態度。

二、臉書使用概況

(一) 臉書的使用動機

Joinson (2008) 針對 137 名臉書使用者進行訪問，並將訪問內容編製成 46 題問卷，調查結果發現，臉書的使用動機約可分成七類：1. 社交聯結 (social connection)；2. 身分分享 (shared identities)；3. 圖片使用 (photographs)；4. 內容滿意度 (content gratifications)；5. 社會調查 (social investigation)；6. 社交網路探險 (social network surfing) 和 7. 狀態更新 (status updating)。在「圖片使用」和「狀態更新」兩個使用動機上面的得分愈高，使用臉書的頻率愈高；內容滿意度越高，越會花更長的時間停留在臉書。綜合整理國內外學者有關於臉書的使用動機，大致有以下十一個，分述如下：1. 維持現存關係的存在，例如：Dwyer、Hiltz 與 Passerini (2007) 指出，使用者使用臉書的目的，根本動機是爲了與人溝通和保持現有的關係。Acquisti 與 Gross (2006) 的研究也認爲，青少年加入社交網站的最大動機是爲了與朋友保持聯繫。其他動機尚有傳簡訊給朋友、在朋友的塗鴉牆上傳訊息、與認識的朋友保持聯繫、與不常見面的人保持關係以及瞭解熟人朋友的動向 (林欣俞、羅涓華、余宏仁、廖建順，2010；潘巧絹、許瑜芳，2011；Bosch, 2009; Ellison et al., 2007; Joinson, 2008; Lampe, Ellison, & Steinfield, 2006, 2008; Lewis & West, 2009; Pempek, Yermolayeva, & Calvert, 2009; Sheldon, 2008; Stern & Taylor, 2007; Young & Quan-Haase, 2009)。2. 認識新朋友，例如：尋找他人的資訊、發展浪漫的關係、找尋友誼、與好友言歡 (林欣俞等人，2010；潘巧絹、許瑜芳，2011；Ellison et al., 2007; Lampe et al., 2006; Sheldon, 2008; Stern & Taylor, 2007; Urista et al., 2009; Zhao, Grasmuck, & Martin, 2008)。3. 使用臉書又酷 (cool) 又有趣 (Lewis & West, 2009; Pempek et al., 2009; Sheldon, 2008)。4. 讓自己更受歡迎，例如：讓自己在臉書上更有聲望、擁有更多的網友 (Urista et al., 2009)。5. 打發時間 (pass time)、紓解壓力，例如：將無聊的時間填滿、藉由玩遊戲或應用程式轉移自己的注意力 (盧一伶，2010；BloggerAds, 2009; Joinson, 2008; Pempek et al., 2009; Sheldon, 2008; Stern & Taylor, 2007)。6. 自我表達或呈現，例如：隨時更新自己的狀態或檔案 (Joinson, 2008; Pempek et al., 2009)。7. 爲了學習的目的，例如：尋求學校功課方面的協助 (Bosch, 2009; Pempek et al., 2009)。Bosch (2009) 針對南非一所大學的 50 個學生和 5 個講師的研究當中發現，學生運用臉書從網友處找尋課程問題或任務細節的答案，分享有關的項目或想法、演講或讀書筆記，並告知講師哪些領域或主題是他們需要老師引導才能學習的，也因此，透過臉書的幫忙，讓授課教師了解如何備課、備什麼課。另一位講師則認爲，與其在課堂上認識學生、尋找到學生後再給他指導，不如利用臉書傳送或與學生溝通課程當中重要的資訊來得快速而方便。另一位講師也認爲，臉書幫助學生問問題，因爲在課堂上學生可能會害羞而不敢發問。8. 作爲一項資料管理工具，例如：儲存和組織照片，聯繫信息，如 e-mail、電話號碼和生日 (Young & Quan-Haase, 2009)。較受歡迎的工具包括：更新自己的近況和活動訊息、與朋友照片共享、更新朋友的活動或消息、發送郵件、贈送虛擬禮物等等 (Dwyer et al., 2007)。9. 爲了學生活動所需，例如，學

生使用臉書提供訊息作為各地選民教育，以及讓選民加入特殊群體表達自己對某些候選人的投票意願 (Sheldon, 2008; Stern & Taylor, 2007)。10. 朋友都在用，我也跟著用 (林欣俞等人, 2010; 潘巧絹、許瑜芳, 2011)。11. 玩遊戲 (盧一伶, 2010; Sheldon, 2008; Stern & Taylor, 2007)。

基於上述十一個動機，學生使用臉書主要用於社會互動 (social interaction)，特別是保持現有的人際關係。然而，這種互動卻很少用於學習或教學的目的上。學生們很明顯地指出，使用臉書後，使他們更忙於下線後的聯繫與交往，這些對象包括真實朋友、同學、鄰居甚至是陌生人，臉書無疑地增加了真實人際互動的頻率與機會 (Bosch, 2009; Ellison et al., 2007; Golder et al., 2007; Ophus & Abbitt, 2009; Pempek et al., 2009)。

臉書最常用於與高中時代的同學或朋友聯繫，或用於找尋久未連絡的昔日好友 (Lampe et al., 2006)。例如，286 位受試學生中有 97% 贊同他們的個人檔案曾讓高中的朋友們看過 (Ellison et al., 2007)。一般而言，臉書較少用來當作認識線上新朋友的工具，例如，16 名學生中只有兩個說，他們確實曾在臉書上認識從未謀面的朋友 (Lewis & West, 2009)。大多數的學生 (77.7%, N =92) 認為，他們臉書的好友中並沒有任何一個是在網路上認識的 (Pempek et al., 2009)。此外，在 68,169 則塗鴉牆的文章中僅有 4% 和教育有關 (Selwyn, 2009)。Selwyn (2009) 研究發現，學生年級、學習經歷與評量表現在與教育相關的臉書活動中，並沒有顯著差異。有許多研究都證實，臉書很少用於教育相關活動 (Kolek & Saunders, 2008; Madge et al., 2009; Mazer, Murphy, & Simonds, 2009; Pempek et al., 2009)。例如：調查結果顯示，使用臉書來學習的次數平均為 0.4 次 (Kolek & Saunders, 2008)。為了學校功課而上臉書搜尋資料者僅占 2.17% (92 個受試者中的 2 位) (Pempek et al., 2009)。312 個在學學生中只有 10% 使用臉書與其他同學討論功課 (如：修訂或安排工作組別與項目) (Madge et al., 2009)。而大部分的學生 (312 位中的 91%) (Madge et al., 2009) 和 (110 位中的 85.5%) (Ophus & Abbitt, 2009) 坦言，他們從未使用臉書來與學業上的夥伴溝通或聯繫。

在國內的研究方面，在加入臉書主要原因或其使用動機上，比例最高的為打發時間，其次為玩遊戲和心理測驗，最低的是為訊息分享，此結果顯示，臺灣的臉書使用人口中，針對遊戲和心理測驗而加入臉書的使用者，占了很大的比例，而另外值得注意的是有 16% 的人是屬於大家都在用，我也要用的心態。像是林欣俞等人 (2010) 的研究發現，臉書的使用動機以「同學朋友都在用，我也跟著用」的強度最高，同樣的情況也在潘巧絹與許瑜芳 (2011) 的研究出現，有 58% 的高中學生使用動機是因為「周遭朋友都在用」，其次是「喜歡臉書的遊戲」，佔 41%。這可能也是為什麼臉書在臺灣忽然會員數增多的原因之一。林彥呈 (2011) 利用集群分析法，以臺灣臉書使用者為研究探討對象，將臉書使用動機分為「互動型」、「交際型」、「傳播型」、「娛樂型」，其中前三項都與網友溝通有關。盧一伶 (2010) 將臉書使用動機分為「社交維持動機」、「社交補償動機」與「社交娛樂動機」三類，並以 846 位國內大學生為對象進行研究後發現，臉書主要使用動機為「社交維持動機」與「社交娛樂動機」兩項，顯示使用者使用臉書的主要目的是與朋友維持關係及尋求

娛樂。蔡宜蓁 (2012) 利用調查研究法因素分析進行使用動機量表因素的萃取後，總共得出了：網站設計因素、紓壓放鬆因素、心靈安頓因素、安全信任因素、群體凝聚因素、獲得資訊因素、逃避現實因素、負面因素等八個具信度的使用動機因素。

(二) 花費在臉書的時間

許多研究顯示，學生每天花費在臉書的時間大約介於 10~60 分鐘之間 (Christofides, Muise, & Desmarais, 2009; Joinson, 2008; Lampe et al., 2006; Muise, Christofides, & Desmarais, 2009; Orr, Sisic, Ross, Simmering, Arseneault, & Orr, 2009; Pempek et al., 2009; Ross, Orr, Sisic, Arseneault, Simmering, & Orr, 2009; Sheldon, 2008; Stern & Taylor, 2007; Valenzuela, Park, & Kee, 2009)。根據 mySurvey (2012) 年對臉書使用動機的調查發現，臉書使用者使用時數每天一小時以下最多，佔 34%，其次為 1~2 小時，佔 30%。潘巧絹與許瑜芳 (2011) 的研究亦發現，每天使用時間 30 分鐘至一小時的使用者最多，佔受試人數的 33%。

大多數的學生 (97 位學生中的 79%) 自陳，他們每天花 10~60 分鐘玩臉書 (Ross et al., 2009)；364 位學生中的 96% 每天登錄臉書從少於 10 分鐘到 60 分鐘都有 (Stern & Taylor, 2007)。而 Muise et al., (2009) 研究發現，所有受試者平均每天花 38.93 分鐘的時間上臉書，而且女同學明顯比男同學要花更多的時間。根據 BloggerAds (2009) 九月的調查，每日使用臉書的時間以 1~3 小時為最多，佔 31.7%，其次為半小時 ~1 小時，佔 30.3%。林欣俞等人 (2010) 的研究指出，高中生每日使用臉書時數在 0.5 小時以內者達 63%，在使用頻率上，幾乎不用與很少使用的比例合計達 52%，其結果顯示，雖然臉書會員屢創新高，但不少人是趕流行去嘗試，經常使用的用戶沒有會員數那麼多。

(三) 臉書上的網友數

根據過去的研究，學生在臉書上擁有的朋友數通常介於 150 至 300 位 (Christofides et al., 2009; Ellison et al., 2007; Golder et al., 2007; Lewis & West, 2009; Muise et al., 2009; Sheldon, 2008)。Christofides et al., (2009) 研究發現，學生臉書網友數平均為 297.07；Lewis 與 West (2009) 的研究指出，大部分的學生回答其臉書網友數介於 100~200 位；而 Sheldon (2008) 則認為，大部分介於 200~300 位網友。而臉書使用者找尋朋友的模式，一開始大多是因認識的朋友邀約成為臉書的好友，待加入之後才發現原來很多朋友早已加入，於是透過臉書網絡的聯結，讓好友與好友之間也變為好朋友 (動腦 BRAIN, 2009)。

臉書上的朋友群可以看出使用者先前在線下所認識的朋友多寡，它也同時可以反映出最表淺的關係形態 (也就是所謂的弱連結, weak ties)，因為這是使用者與最不熟悉的朋友間建立關係狀態所經常使用的方式 (boyd, 2006)。只有一個學生指出，他的媽媽是他臉書上的一個好友。學生不願意和年紀大的人 (尤其是父母) 結為網友的原因，通常和尷尬、社會規範以及擔心父母曝光後易受傷害有關 (West, Lewis, & Currie, 2009)。臉書上的網友通常都是年紀相仿的同儕居多 (West et al., 2009)。

臉書在學生社會資本 (social capital) 的建立與維持扮演關鍵的協助角色。根據 Ellison

et al., (2007) 的研究顯示，臉書藉由個人檔案網頁內容的建置，讓使用者得知他人的訊息，同時找到自己與他人的共通性及個殊性，從而發現每個人擁有不同的能力可資運用，這些特性，增進了學生的社會資本。

(四) 臉書使用年資

根據 BloggerAds (2009) 九月的調查，除了半年以上的使用者之外，其他在臉書爆紅的期間（2008~2010 年）加入臉書的使用者約佔 80%，也就是超過八成的使用者臉書使用年資超過一年。根據 mySurvey(2012) 年對臉書使用動機的調查發現，臉書使用年資大致在一年以下最多，佔 47.8%，三年以上的人數最少，可見大部分的使用者接觸臉書的時間並不長。

(五) 朋友來源

在臉書中，朋友的來源也與人際關係上的來往有密切相關，調查中發現，朋友來源前三名皆為我們身邊的朋友，舊識的朋友占最大多數，而在臉書上的拒絕往來戶，比率最高的是不曾認識的人與曾有過節的人，另外，遇有陌生人邀請加入朋友時，也只有 24% 的人會大方加入，會考慮加入新朋友的比率大約佔邀約加入朋友的 62%，加入新朋友之前都會先查看對方的底細，再決定要不要加入，這其中也有 13% 的臉書使用者是直接拒絕加入不認識朋友的臉書好友 (BloggerAds, 2009)。

Madge et al., (2009) 的歸納發現，臉書使用的相關研究對象幾乎集中於美國大學生，且以北美洲的學校居多，最常研究的地區依序是美洲、歐洲、非洲。因此，他建議未來研究應可考慮國、高中學生或老師，並多進行亞洲及大洋洲等較少臉書研究出現的地區，並與美歐非等國的研究進行跨社經文化與地理背景對臉書使用情況的差異性研究。因此，本研究乃針對臺灣地區青少年（國高中生）進行青少年臉書成癮量表的編製，並調查臉書使用的概況，期待歸納出臺灣青少年臉書使用概況與其他國家做比較。

參、研究方法

一、研究參與者

在臉書成癮量表的編製方面，研究者以便利取樣的方式自臺灣中部地區之國高中抽取 324 名學生為樣本，量表回收後，扣除沒使用過臉書和疑似亂答的份數，共計收得有效量表 260 份。

在臉書使用現況的分析方面，研究者共發出量表 1718 份，國中部份回收 782 份，高中部份回收 438 份，高職部份回收 387 份，總共回收 1607 份。扣除無效及含有遺漏值的量表 25 份，沒聽過臉書的量表 32 份，有聽過臉書但沒使用過的量表 140 份，共得有效且聽過使用過臉書的量表共 1410 份。

二、研究工具

(一) 青少年臉書成癮量表

本量表之編製主要以謝龍卿（2003）編製的「青少年網路成癮量表」中所提出之架構為主，並參考國內外相關文獻（陳淑惠，1999；游森期，2002，Sheldon, 2008; Urista et al., 2009; Young, 1998a）自編而成，偏重臉書使用過度後可能產生的強迫上網、虛擬依賴等網路成癮跡象，以及成癮後心理層面的改變及其對日常生活、行為舉止的影響。研究者以下列預設的概念結構，編製「青少年臉書成癮量表」，共計五因素 30 題：

1. 自我解禁 (Self-Disinhibition)

自我解禁行為是指上網後的自己和真實世界的自己有很大的不同，在網路上會做出許多實際生活中不會做出的行為。

2. 重要與強迫 (Salience & Compulsive)

重要性是指當事人將上網玩臉書視為日常生活中非常重要的活動，而且會影響他們日常的生活作息。強迫使用是只要一接近電腦，就想上臉書看看，這種渴望與衝動甚至無法自我控制。渴望能有更多的時間留在臉書上。

3. 耐受與戒斷 (Tolerance & Withdrawal)

耐受症是指必須持續增加玩臉書的時間，才能達到和之前相同的滿足效果。否則，當減少時間或停止上網時，就會產生心理不安、情緒不穩定或生理狀態的不舒服等現象，此即是戒斷症。

4. 否定與違常 (Denial & Disorder)

「否定」是上癮者的一種自我保護作用，他們拒絕承認他們的行為失序，更不願告訴別人上癮的實情。而且因為過度沈迷於網路，引起許多日常生活上或行為上的「違常」現象。

5. 虛擬友誼依賴 (Virtual Friendship Dependence)

虛擬友誼依賴是指過度依賴臉書網站上虛擬友誼所提供的情感支持，過度沈迷於網路虛擬友誼容易造成病態性的網路使用行為。

本量表採 Likert 四點量表計分，選項為「非常符合」、「符合」、「不符合」、「極不符合」四種，代號分別為 4、3、2、1，請受試者針對量表題目圈選與自己情況最接近的選項代號後，依受試者之選答分別給予 4、3、2、1 分。最後計算量表總分，受試者在量表中得分越高，代表臉書成癮傾向越高。表 1 為本研究編製之青少年臉書成癮量表的構及題項內容。

(二) 青少年臉書使用經驗調查表

臉書使用經驗調查表，主要的目的在調查目前青少年臉書的使用狀況，藉以瞭解其不同的使用行為，本調查表包括臉書使用動機、吸引你的原因（使用目的）、曾使用過的項目、最喜歡使用的項目、臉書登錄的網友數、臉書使用年資、每天使用時間。

使用動機指的是第一次使用臉書的原因，分為同學朋友介紹、學校教的、新聞報導好奇、新鮮好玩、趕流行、其他等六類；臉書吸引你的原因（使用目的）分為功能多又強、好用易學、聯絡失散已久的朋友、容易認識新朋友、紓解壓力、遊戲有趣又好玩、可以跟網友吐露心事、容易打發時間、資訊取得很容易、其他等十項；曾使用過的項目指的是臉書的功能，分為塗鴉牆、訊息、戳戳樂、聊天室、相簿、玩遊戲、心理測驗、寫網誌、社團群組、網聚活動、其他等十一類；臉書登錄的網友數指通訊錄中的朋友數；臉書使用年資指的是使用臉書從開始到現在的歷史；每天使用時間是指花在臉書上的分鐘數。

表 1

「青少年臉書成癮預試量表」題項與預設之概念結構一覽表

預設之概念結構	題數	題號與題項內容
重要性 (Salience)	4	1.我曾因為上臉書而擱置重要的事情。 2.若生活缺少臉書會毫無樂趣可言。 3.心情不好時，我會上臉書找朋友。 4.寂寞時，我會上臉書找人聊天。
耐受與戒斷 (Tolerance & Withdraw)	3	7.比起以前，我上臉書的時間越來越多。 9.只要有一段時間沒有上臉書，就會覺得失去什麼一樣。 11.當我嘗試減少或停止上臉書時，心情會變得不好。
強迫上網 (Compulsive Use)	6	5.我上臉書的時間常常超出自己的預期。 6.我曾嘗試減少上臉書的時間卻徒勞無功。 8.我每次都只想上臉書待一下下，但常常一待就待很久。 10.我在離線時會覺得空虛、心情不好或緊張，卻在上臉書後，上述的現象卻一掃而空。 12.我只要一有空，就會忍不住想上臉書。 13.我只要一看到電腦就有想上臉書的衝動。
否定與違常 (Denial & Disorder)	7	14.我曾經向家人和朋友隱瞞自己玩臉書的情形。 15.雖然上臉書對我的日常生活造成負面影響，但我仍然沒有減少上網的時間。 16.我曾因為上臉書太久而有腰酸背痛等其他不適症狀。 17.我曾因為上臉書而犧牲睡眠時間。 18.因為上臉書的關係，我和家人及朋友的互動減少了。 19.因為上臉書的關係，我平常休閒活動的時間減少了。 20.玩臉書對我的學業成績已造成負面的影響。
虛擬友誼依賴 (Virtual Friendship Dependence)	6	21.我覺得在臉書裡比在真實世界更容易交到朋友。 22.我覺得臉書上的朋友是我重要的情感支持者。 23.我覺得在臉書中的自己和現實生活中的自己有很大的不同（例如：變得較不害羞、更善於社交、有更多的朋友、更有人緣）。 27.我很喜歡在臉書上認識新朋友。 28.我大部份的朋友都是在臉書上認識的。 29.我覺得臉書上的網友比現實中的朋友還關心我。

預設之概念結構	題數	題號與題項內容
自我解禁 (Self-disinhibition)	4	24.在臉書上可以做我想做的事，不受約束。 25.被別人誤解時，我會上臉書尋求慰藉。 26.在臉書上，我什麼話都敢說。 30.我會向臉書上的網友傾吐心中的祕密。

肆、結果與討論

一、青少年臉書成癮量表編製

(一) 項目分析

本研究在量表回收後，為檢驗量表中設計的題目是否適切，依序以遺漏值檢測、描述統計的評估、內部一致性效標分析法（高低組平均數差異比較）等三種方法進行正式量表題目的篩選。詳細過程說明如下：

1. 遺漏值檢測

資料分析前，必須先對資料進行遺漏值檢測，其目的在檢查題目的回答結果是否有遺漏，若有遺漏的狀況出現，必須在資料輸入的同時將其設定為遺漏值，才不致影響分析的結果。有太多遺漏值的題目，必須刪除，表示該題受試者可能抗拒回答或超出受試者的經驗範圍之外而難以回答。

研究者先將回收的量表逐本編號，待資料輸入完成後進行遺漏值檢測，本研究「青少年臉書成癮量表」中 30 題，並未發現有遺漏值產生，故此階段 30 題暫時全部予以保留。

2. 描述性統計的評估

以描述性統計來評估題目的基本性質，可以看出題目的標準差是否太小以及偏態是否過於明顯。具有以上其中一種傾向的題目，即表示鑑別度不足，應考慮予以刪除（邱皓政，2001）。本研究「青少年臉書成癮量表」描述性統計分析結果如表 2 所示。

表 2

「青少年臉書成癮量表」描述性統計分析結果一覽表

題號	平均數	標準差	偏態 絕對值	題號	平均數	標準差	偏態 絕對值
1	2.06	.885	.350	16	1.69	.712	.785
2	2.05	.855	.345	17	1.68	.806	1.085
3	2.58	.969	.062	18	1.64	.756	1.034
4	2.52	.948	.067	19	1.74	.751	.801
5	2.42	.970	.142	20	1.72	.756	.833
6	1.99	.856	.684	21	1.87	.908	.698
7	2.20	.974	.348	22	2.06	.928	.286
8	2.33	.989	.261	23	2.25	.941	.314

題號	平均數	標準差	偏態 絕對值	題號	平均數	標準差	偏態 絕對值
9	1.95	.890	.635	24	2.42	.903	.033
10	1.85	.853	.811	25	2.18	.903	.198
11	1.79	.742	.697	26	1.98	.946	.747
12	2.40	.999	.067	27	2.35	.953	.047
13	2.38	1.078	.136	28	1.60	.772	1.335
14	1.73	.886	1.093	29	1.58	.712	1.189
15	1.95	.904	.851	30	1.68	.798	.924

本量表的刪題標準為以下兩種：

(1) 標準差太小，鑑別度明顯過低者。

標準差低於 .70 的題目，鑑別度太低，應予刪除。經描述性統計分析結果，本量表 30 題標準差均大於 .70，不需刪題。

(2) 偏態明顯者。

偏態絕對值大於 1.0 的題目，亦應刪除。經描述性統計分析結果，本量表 14、17、18、28、29 等五題之偏態絕對值大於 1.0，考慮刪題。

3. 內部一致性效標分析法（高低組平均數差異比較）

本研究以內部一致性效標分析法求出各題項的決斷值 (Critical Ratio, CR)。選取量表總分平均數排名前 30% 為高分組（總分平均數 2.267~4），後 30% 為低分組（總分平均數 0~1.733），以 t 考驗來進行高低分兩組在該題得分之平均數差異檢定。

決斷值即為兩者平均數差異檢定之 t 值，t 值越大，表高低兩組的差異性越大，題目越好。當決斷值達顯著水準時，代表該題目具有鑑別力（張紹勳、林秀娟，1999）。本研究刪除「青少年臉書成癮量表」中決斷值之絕對值小於 3.0 或未達統計顯著水準 ($p > .05$) 之題目。此階段量表中 30 題均達顯著水準，故全數予以保留，如表 3 所示。

表 3

「青少年臉書成癮量表」項目分析之決斷值一覽表

題號	決斷值	題號	決斷值
1	9.870***	16	10.335***
2	12.874***	17	10.892***
3	9.212***	18	10.229***
4	8.689***	19	9.014***
5	15.320***	20	11.570***
6	13.921***	21	14.265***
7	11.020***	22	13.784***
8	12.664***	23	9.737***

題號	決斷值	題號	決斷值
9	12.729***	24	10.599***
10	13.343***	25	12.453***
11	13.339***	26	9.931***
12	10.823***	27	8.460***
13	11.052***	28	9.275***
14	6.654***	29	8.761***
15	8.949***	30	7.300***

*** $p < .001$

根據上述三項指標的數據，對「青少年臉書成癮量表」進行項目分析的刪題工作，在此 30 題中，經三項指標的綜合結果研判，在項目分析的過程中，總計刪除 14、17、18、28、29 等五題。

(二) Rasch 模式分析

為檢驗量表是否適合用以測量青少年臉書成癮構念的潛在特質，本研究以試題反應理論之 Rasch 模式分析「青少年臉書成癮量表」各題項與總量表的適配程度。在適配度方面，Rasch 模式的適配度值指標最常採用的是以卡方基礎的 Outfit 與 Infit 指標。Outfit 是以標準化殘差的平方和為基礎的統計量。因此對第 n 個受試者來說，受試者所作答的題目之標準化殘差平方和，除以題數，得到的是均方 (mean square)。Infit 則是以變異數為權重，來加權計算的指標。Outfit 與 Infit 以卡方除以自由度的方式來表示，因此 Outfit 與 Infit 期望值為 1，值域介於 0 到正無限大之間。Outfit 與 Infit 數值 $(1+x)$ 表示觀察值與理論值之間，有超過 $100x\%$ 模式所預測的變異 (Bond & Fox, 2001)。例如 Infit mean square=1.2 (i.e., $1+0.2$; $1+20\%$)，代表觀察值之中，有超過 20% ($100*20\%$) 的變異超過模式所預測。Outfit 與 Infit mean square 數值 <1 ，表示資料可能有相依性 (dependency in data)； >1 表示有雜訊 (noise) (Linacre, 2004)。在 Outfit 與 Infit mean square 的判斷標準方面，Linacre (2004) 認為， $<.5$ 表示資料變異程度遠低於模式所預測 (overly predictable)； >2 表示資料過多的雜訊和干擾。一般而言，適當的 Outfit 與 Infit mean square，對於的臨床觀察而言，介於 $.5\sim 1.7$ ；對於評定量表而言，介於 $.6\sim 1.4$ (Bond & Fox, 2001; Briggs & Wilson, 2003)。

本研究編製的量表經前一階段的項目分析結果共保留 25 題，其題目內容以及 Rasch 分析的結果如表 4 所示。其中：measure 為題目的難度 (Estimated Item Calibration)，s.e. 為題目的模式標準差 (Model standard error)，ptmeasur 為觀察值與題目難度的相關 (Point-measure correlation: observations vs. reported measures)，Discrimination 相當於二參數模式的鑑別度，lowerasy 相當於三參數模式的低漸進線，p 為題目平均答對率或選項的平均 (Item Proportion correct or average rating) INFIT MNSQ 為加權適配度指標 (Information-weighted residual chi-square divided by d.f.)，OUTFIT MNSQ 為未加權適配度指標，INZSTD，OUTZSTD 分別為 INFIT 與 OUTFIT 之 Z 值。

由 INFIT、OUTFIT 的標準看來，量表的 INFIT MNSQ 與 OUTFIT MNSQ 指標值均介於 0.70~1.38 之間，符合前述的標準 .6~1.4，顯示題目的適配度符合要求，也顯示出本量表符合單向度的假定。

表 4

臉書成癮量表 Rasch 分析

item	measure	s.e.	INFIT	INZSTD	OUTFIT	OUTZSTD	ptmeasure	discrimn	lowerasy	p
1	0.01	0.13	1.11	0.96	1.26	1.93	0.55	1.17	0.00	2.68
2	0.05	0.13	0.95	-0.42	0.97	-0.19	0.6	1.14	0.00	2.78
3	-1.12	0.12	1.2	1.71	1.25	1.94	0.57	0.91	0.00	2.72
4	-0.96	0.12	1.2	1.65	1.38	2.85	0.56	0.61	0.01	2.91
5	-0.83	0.12	0.91	-0.81	0.88	-1.01	0.66	1.07	0.00	2.88
6	-0.05	0.13	0.95	-0.3	1.51	3.29	0.61	0.87	3.00	2.75
7	-0.4	0.12	1.1	0.86	1.24	1.8	0.58	0.75	0.00	2.75
8	-0.67	0.12	0.9	-0.87	0.87	-1.09	0.66	1.05	0.00	2.93
9	0.09	0.13	0.82	-1.53	0.75	-1.95	0.66	1.14	0.00	3.26
10	0.24	0.13	0.8	-1.56	0.71	-2.17	0.66	1.05	0.00	2.79
11	0.62	0.15	0.75	-2.04	0.78	-1.68	0.67	1.13	0.00	2.44
12	-0.72	0.12	1.04	0.37	1.04	0.33	0.62	1.14	0.00	3.30
13	-0.69	0.11	1.1	0.89	1.15	1.1	0.61	0.95	0.00	2.91
14	-0.09	0.12	1.1	0.77	1.04	0.31	0.57	1.10	0.00	3.15
15	0.93	0.15	0.95	-0.35	0.88	-0.82	0.57	0.94	0.00	3.61
16	0.7	0.14	0.95	-0.37	0.99	-0.04	0.56	1.08	0.00	3.24
17	0.72	0.14	0.77	-1.85	0.7	-2.23	0.65	0.93	0.00	2.91
18	0.26	0.12	0.91	-0.75	0.93	-0.41	0.6	0.93	0.00	3.17
19	0.05	0.12	0.91	-0.8	0.85	-1.09	0.64	1.00	0.00	3.09
20	-0.51	0.12	1.19	1.54	1.23	1.77	0.54	1.04	1.76	2.45
21	-0.75	0.13	1.06	0.55	1.05	0.47	0.6	0.87	0.00	2.78
22	-0.23	0.13	0.88	-0.98	0.88	-0.96	0.66	0.88	0.00	3.12
23	-0.12	0.12	1.03	0.29	1.24	1.62	0.56	0.92	0.00	2.98
24	-0.59	0.12	1.37	2.86	1.51	3.61	0.49	1.03	0.00	2.81
25	0.79	0.14	1.12	0.94	1.36	2.01	0.47	0.89	0.00	3.10

經由 Rasch 分析可知，試題同意度（measure 值）的分佈大致以 0.0 為中心的對稱分配。臉書成癮量表的試題同意度分配，包含在本研究受試者（國高中學生）的能力分佈範圍內，顯示出本量表的同意度（特質）分配適合用來測量這些受試者。

進一步檢視題目同意度的分配，分配介於 -1.12-.93 之間，並沒有同意度特別高或特別低的題目。臉書成癮量表之中，同意度最低的題目是「心情不好時，我會上臉書找朋

友」(b=-1.12) (第 3 題)，同意度最高的題目是，「我曾因為上臉書太久而有腰酸背痛等其他不適症狀」(b=.93) (第 15 題)。因此，就本研究的受試者而言，最容易達到的題目是「心情不好時，我會上臉書找朋友」，顯示出這些受試者大部份在心情不佳時，都傾向於在臉書上找朋友傾訴，以消滅心中的不悅並獲得安慰與鼓勵。較不至於的情況是上臉書太久而導致腰酸背痛。

(三) 信度考驗

本研究以 Cronbach α 係數檢定「青少年臉書成癮量表」中各分量表與總量表的內部一致性。「青少年臉書成癮量表」總量表之信度係數 .94。各分量之信度係數介於 .79 至 .87 之間，可知各因素之間具有高度的顯著相關，顯示「青少年臉書成癮量表」的信度相當良好，且測量結果具有高度的可靠性。

(四) 結構方程模式分析

研究者將本研究編製之青少年臉書成癮量表進行結構方程模式分析，在偏態與峰度的檢定方面，根據 Kline (1998) 認為，若是變項的偏態係數絕對值大於 3、峰度係數絕對值大於 10，則表示研究資料應被視為非常態。而本研究之臉書成癮五個觀察變項的偏態係數絕對值介於 .023 至 .585 之間、峰度係數絕對值介於 .089 至 .912 之間，符合前述標準，可視為常態資料，適用最大概似法 (Maximum Likelihood, ML) 進行參數估計。

1. 整體模式的適配度考驗

本研究之青少年臉書成癮量表的結構方程模式分析如圖 1 所示。經過分析，本模式的整體適配度指數顯示，卡方值 (χ^2) 為 56.804 ($p < .05$)，達顯著水準，模式與觀察資料不適配。整體模式適配度，即模式的外在品質。一般而言，卡方考驗是評鑑理論模式與觀察資料的適配程度最重要的統計考驗，但是模式的卡方值會隨著樣本數的增加而變

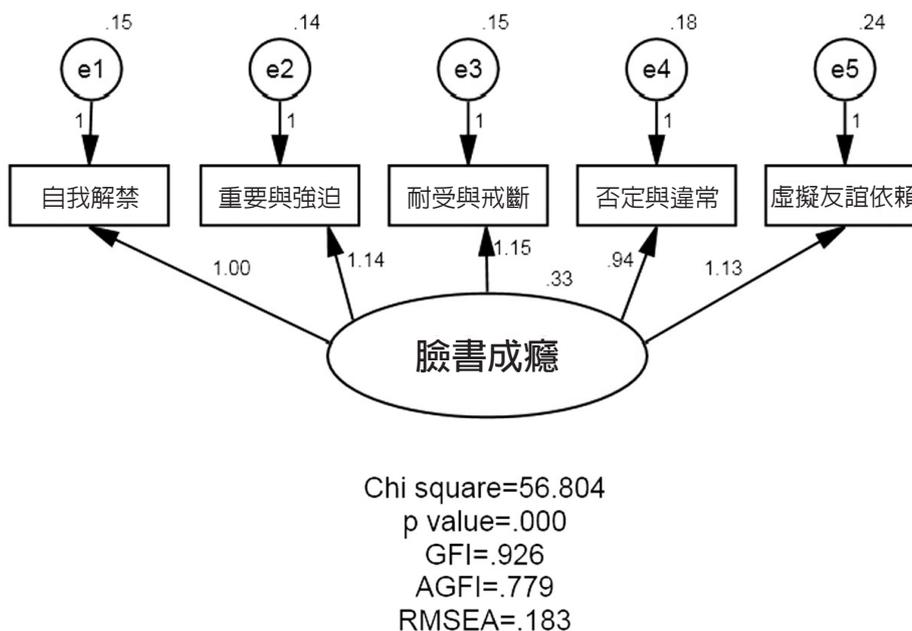


圖 1 臉書成癮結構方程模式

大 (Jöreskog 與 Sörbom, 1993)。既然卡方值易受大樣本影響，容易達顯著，拒絕虛無假設，因此本研究參考其他指數為準。其中，適配指數 GFI 為 .926，調整適配指數 AGFI 為 .779，基準適配度指數 NFI 為 .696，非基準適配度指數 TLI (NNFI) 為 .415，比較適配度指數 CFI 為 .708，增量適配度指數 IFI 為 .716，相對適配度指數 RFI 為 .393，由於這七項數值的最大值都是 1，而 Hair、Black、Babin 與 Anderson (2010) 認為這些指數要大於 .90 以上，才表示理論模式與觀察資料可以適配。本研究所得到的這七項指數中僅有 GFI 大於 .90，顯示模式與觀察資料適配度不佳，還有待改進；另外，漸近的誤差均方根 RMSEA 為 .183，根據 Jöreskog 與 Sörbom (1993) 的主張，RMSEA 指數若低於 .05，則表示模式適配度極佳，介於 .05 與 .08 之間，表示模式適配度尚可，本模式之 RMSEA 大於 .08，顯示模式與觀察資料無法適配。

在模式的精簡適配度方面，本模式的 Akaike 訊息標準指數 AIC 為 76.804，雖然小於獨立模式指數之 197.109，但是大於飽和模式之指數 30.000；因此本模式在精簡度方面必須進一步改善。

整體而言，本模式整體適配度雖有少部分指標達到標準，但大部份的指標都未達標準值以上，因此整體檢定結果仍未達理想。尤其模式有關精簡度指標皆未達標準，顯示出本模式變項的精簡度有進一步改善的空間，因此本研究將針對此模式加以進一步修正。

本研究檢視臉書成癮結構方程模式的修正指標 MI 值發現，觀察變項「自我解禁」與「重要與強迫」、「自我解禁」與「虛擬友誼依賴」、「否定與違常」與「虛擬友誼依賴」彼此間可能存有相關性，所以本研究接著在兩變項的誤差項間由固定參數 (fixed parameters) 改設定為自由參數 (free parameters) 予以估計。修正後的臉書成癮結構方程模式如圖 2 所示。

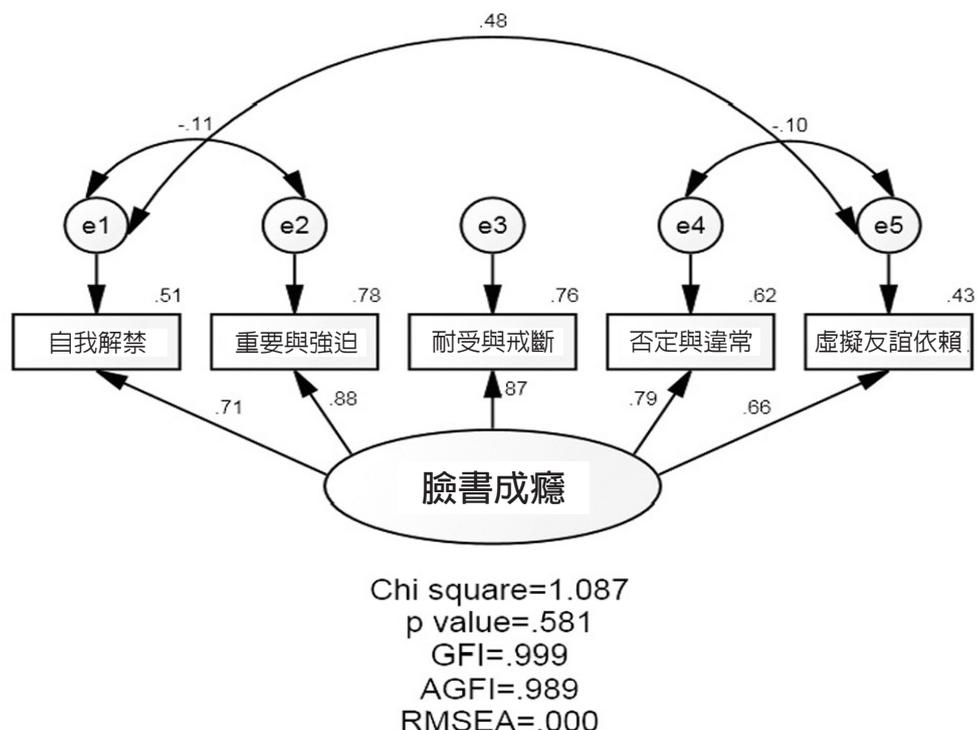


圖 2 修正後的臉書成癮結構方程模式

經由 ML 法分析，臉書成癮測量修正模式 1 無辨識問題，各徑路係數均達顯著水準 ($p < .001$)。

進一步檢視整體模式適配度，各項指標值如表 5 所示，各項指標均顯示資料與修正模式適配良好。

表 5
臉書成癮測量修正模式 1 的整體適配度考驗

統計檢定指標	指標值	適配標準	適配與否
絕對適配度			
χ^2	1.087 ($df=2, p=.581$)	$p > .05$	是
GFI	.999	>.90	是
AGFI	.989	>.90	是
RMSEA	.000	<.08	是
增值適配度			
NFI	.994	>.90	是
RFI	.971	>.90	是
IFI	1.000	>.90	是
TLI(NNFI)	1.000	>.90	是
CFI	1.000	>.90	是
簡約適配度			
CN 值	1699 ($\alpha = .05$)	>200	是
AIC	理論模式 27.087 獨立模式 197.109 飽和模式 30.000	理論 < 獨立及飽和	是
CAIC	理論模式 88.620 獨立模式 220.776 飽和模式 101.000	理論 < 獨立及飽和	是

在修正模式的內在結構適配度方面，臉書成癮修正模式的五個觀察變項的個別項目信度介於 .433 至 .776 之間，組合信度為 .889，平均變異抽取量為 .621。綜合言之，修正後的模式不論在整體模式適配度方面，還是在內在結構適配度方面都有相當理想的表現，這表示此修正模式和收集所得的觀察資料相當適配，對本研究資料而言，是一非常理想的模式。

二、青少年臉書使用概況分析

茲根據前述青少年臉書使用行為的研究結果，將本節的重要發現加以歸納，並進一步

深入討論如下：

(一) 聽過並使用過臉書的人佔九成，其最大使用動機為同學朋友介紹

本研究發現，所有受試者中聽過並使用過臉書的人佔總人數的 90.96%，當時他們第一次使用臉書最大的原因是透過同學朋友的介紹，自己也想嘗試玩看看。第二名和第三名的原因分別是新鮮好玩和趕流行。

其實，不論是同儕介紹還是新鮮趕流行，青少年最大的特質就是喜歡追求認同感和新鮮感，朋友同學玩手機我也想擁有，別人上臉書我也跟著玩，如此才有共通的話題，才能擁有同為一個團體的感覺，這種透過與團體成員做相同事同眾心裡，是一種團體認同感的表現。

(二) 青少年使用臉書的目的，最重要的是聯絡失散已久的朋友

本研究發現，青少年臉書使用目的次數分配最高的是聯絡失散已久的朋友，其次是容易打發時間、資訊取得容易、紓解壓力、遊戲好玩又有趣、功能多又強、容易認識新朋友、好學易用、可以跟朋友吐露心事、其他等。本研究結果與國外的研究雖頗為相近，但仍有些許差異。

國外許多研究發現，大學生使用臉書的目的大致有下列四種與本研究相同：(1) 與朋友溝通並維持彼此關係 (Bosch, 2009; Joinson, 2008)；(2) 打發時間 (Joinson, 2008; Stern & Taylor, 2007)；(3) 認識新朋友 (Ellison et al., 2007; Stern & Taylor, 2007; Zhao et al., 2008)；(4) 很酷很有趣 (Lewis & West, 2009)。另外，不同於本研究的使用目的尚有：自我表達或呈現 (Joinson, 2008)、讓自己更受歡迎 (Urista et al., 2009)、用來學習 (Bosch, 2009) 等等。國內研究發現，使用臉書提供了孩子和朋友保持聯繫 (59.4%)、以及可以分享心情或資訊 (58.2%) 的管道 (兒福聯盟, 2012)。

綜論國內外的研究，臉書使用者的使用目的幾乎均包含：聯繫舊朋友、結交新朋友、打發時間和臉書有趣又好玩。由此可以看出，臉書使用目的集中於與朋友互動與認識，而這互動認識的過程，係透過有趣的功能和好玩的遊戲牽線，讓使用者與朋友群樂在其中，自然忘記時間，成為填補打發時間的最好工具。

(三) 青少年曾使用的臉書功能第一名與最喜歡的項目都是「玩遊戲」

本研究發現，青少年曾使用過的臉書功能次數分配最多的是玩遊戲，其次是塗鴉牆、訊息、社團群組、聊天室、相簿、心理測驗、戳戳樂、寫網誌、網聚活動與其他；而青少年最喜歡使用的臉書功能排行榜第一名也是玩遊戲，其次為塗鴉牆、訊息、社團群組、聊天室、心理測驗、相簿、戳戳樂、其他、寫網誌與網聚活動。兩種調查結果的冠軍都是「玩遊戲」。本研究結果與兒福聯盟 (2012) 年的研究結果相近，上網最常做的事情前三名依序是聽音樂或觀看影片 (57.8%)、經營臉書或部落格 (52%) 以及玩線上遊戲 (51.2%)。其中經營臉書或部落格比例較去年成長了近兩成 (17%)，逐漸成為孩子們上網

最喜歡做的事情。

其實，臉書中的遊戲非常重視「共同參與」，這種集體行為與一般網路遊戲練功過關的模式不同，臉書透過遊戲的分享，與同學朋友共同參與完成的團體合作感與歸屬感，就是臉書最初引人入勝的原因。所以，臉書基本上可以算做是一個自己與別人一起玩遊戲，對遊戲社群產生自我歸類 (self-categorization) 的現象時，能達到社會認同 (social identity) 的社交網站。然而，雖然透過共同遊戲可以建立歸屬感與認同感，但是青少年對聲光刺激強烈、具挑戰性誘惑的遊戲軟體總是難以抗拒，從電視遊樂器、電玩到網路遊戲，青少年浸淫其中之後容易產生身處其境的幻境，分不清現實與虛幻的結果，將虛幻的場景搬移至現實的生活當中，是一種虛幻與真實的變相連結，同時也可能是遊戲暴力色情內容入侵真實人生的安全通道。因此，如何正向引導青少年建立正確健康的遊戲觀，並且將網路遊戲視為正當休閒活動的一部分，是我們必須共同努力的。

(四) 青少年臉書使用年資不長，但每天使用臉書的時間卻不短

本研究發現，高過七成的青少年臉書使用者其臉書使用年資介於半年～三年之間，歷史不算太長。只是有些國中生使用年資超過三年，可以想見國小階段就已開始接觸臉書，而當時卻還只是臉書在臺灣剛興起的時候。即便使用年資不長，但臉書實在魅力無法擋，高過七成五的青少年每天用 0~1 小時的時間在臉書身上，以在學青少年學生而言，每天一小時的量就已不短。此結果與國外許多相關的研究不謀而合，他們的時間也是介於 10 分鐘至 1 小時不等 (Christofides et al., 2009; Joinson, 2008; Stern & Taylor, 2007; Valenzuela et al., 2009)。兒福聯盟 (2012) 針對兒少社群網路使用行為的調查結果發現，有兩成一 (21.1%) 的孩子每天平均上社群網站超過 2 小時，三成 (30.2%) 的孩子週末平均每天使用超過 3 小時，比本研究結果時間更長。

國內對於臉書使用年資有相關的研究指出，高過六成的成人受試者其臉書使用資歷超過兩年，而本研究的青少年平均資歷介於半年～三年之間，可見也不遑多讓。由此顯示，青少年學生均在國中甚至國小就開始接觸臉書，因此臉書相關研究的受試者年齡層明顯必須向下延伸，才能瞭解臉書成癮現象的全貌及其前因後果。

(五) 青少年在臉書上登錄的朋友數遠超過真實朋友數

本研究發現，青少年真實世界的朋友數平均僅 14 人，可見學生終日埋首書群，實無暇交友。在有聯絡的網友數方面，高過八成五的青少年臉書上有聯絡的朋友數在 100 人以下，超過 200 人的僅佔 5.7%。但是，在臉書上有登錄卻未必有聯絡的網友數平均值為 201.17 位，與國外相關的研究接近，例如：Christofides et al., (2009) 的研究發現，學生臉書上的網友數平均為 297.07；Lewis 與 West (2009) 的研究指出，大部分的學生回答其臉書上的網友數介於 100~200 位；而 Sheldon(2008) 則認為，大部分介於 200~300 位網友。可見，臉書上的朋友數遠超過真實朋友數，因此，臉書實在是一個可以快速擴增朋友群的好工具。若能好好透過教育的方法，教導學生正確使用臉書的方式，相信對學生真實人際關係與虛擬人際關係的提昇都會有所幫助。

伍、結論與建議

一、結論

研究者編製的「青少年臉書成癮量表」在本研究中經過項目分析、試題反應理論之 Rasch 模式的檢驗及刪題、結構方程模式分析之後，證實具有良好的心理計量特性。而青少年在臉書的使用概況方面，研究發現青少年九成以上使用過臉書，使用原因最多是因同學朋友介紹；臉書使用目的的前兩名是聯絡失散已久的朋友以及打發時間；臉書使用功能的前兩名是玩遊戲與塗鴉牆，最喜歡的是玩遊戲；臉書使用年資一年以上～三年最多；每天使用時間 10 分鐘以上～30 分鐘最多；臉書登錄的網友數平均約 200 人，有聯絡者僅四分之一不到。

二、建議

(一) 對青少年臉書使用者的建議

預防成癮最好的方式就是降低臉書使用時間，投入室外的休閒活動。因為真正最好的休閒方式與運動就是要接近大自然。陽光的照射，可以促進維他命 D 的形成，可以減少骨質疏鬆，與大自然的接觸中，不但有好的空氣，還有變化萬千的美景可以欣賞。這是在電腦面前在臉書的世界所尋找不到的。運動接近大自然可以促進新陳代謝，讓自己流汗，可以有效提升身體的機能，更能解除壓力，擴展視野。因此，建議青少年朋友減少上網玩臉書的時間，多將自己的身心投入大自然的懷抱。

此外，透過臉書與朋友聯繫溝通已是平常忙碌的生活中較直接快速的方式，其新鮮好玩程度確實相當吸引人，但人是群體的動物，經常離群索居，較容易喪失人際互動能力，因此建議青少年，多與朋友共處，可以彼此相約同遊山林，體會鳥獸蟲鳴，可以深刻地感受生命的存在與生活的價值，必並與朋友同享。如此，較可避免過度的網路虛擬友誼依賴。

最後，本研究發現青少年上網玩臉書的主要目的第二名是打發時間，可見除了學校繁重的課業壓力之外，青少年幾乎不知道如何運用空餘的時間，因此，最簡單的方式就是上網，玩臉書時間過久，不但傷眼傷身，更會影響日常生活的正常作息，得不償失，因此，妥善規劃自己的空餘時間，參與更多有別於上網打發時間的活動，讓自己的生命空間更寬廣，拓展自己的生命經驗與風采，才能活得精采有意義又不致臉書成癮。

(二) 對家長的建議

父母有時忙於工作與生計，卻忽略了小孩子玩臉書的正確引導。因此，父母對子女平日的關懷應不只限於課業成績的關心，子女的生活、感情、健康、未來都是為人父母者所應一併重視的。家長若能對孩子平日的生生活主動聞問，多細心關懷孩子，對於孩子是否過度沉迷臉書，才能儘快知道，並妥善處理。至於，如何判斷青少年是否過度沈迷於臉

書呢？父母親要能多多注意子女的行為表現，父母親經由子女生活習慣的突然改變，或出現生活困擾，就應當主動加以了解、關懷，及早發現、及早處理。許多沉迷臉書或網路的孩子，家長往往不知情，也疏於管教，父母與孩子的互動關係很重要，對孩子的網路行為要懂得察言觀色，例如孩子已經無法克制上網或玩臉書的時間，或嚴重時與父母發生衝突時，就是網路沉迷或臉書成癮的徵兆。

此外，本研究發現，青少年有使用臉書的比例高於九成，臉書幾乎已是青少年的全民運動，孩子有時非常看不起父母親放棄學習、不求上進的模樣，正所謂身教重於言教，父母親並不一定要是網路高手，但是必須瞭解臉書的基本操作技巧，最好互相加入彼此的臉書，成為臉書的好友，共同和孩子在臉書上分享生活與想法，才能預防其過度使用臉書。尤其家長在工作之餘，應抽空陪孩子上網，藉由分享臉書經驗，擁有共通話題。千萬別為了防止孩子吵鬧，就把孩子丟給電腦不加理睬，少了一旁父母的建議與關心，孩子自然只能訴諸臉書上同儕的陪伴與虛擬的人際互動。

最後，家庭功能的發揮著實有賴良好親子關係的建立，要建立良好的親子關係，必須先從父母親率先做起，多留時間陪孩子，多參與子女生活，才能了解子女的生活近況，子女有問題才會想與父母親談。假日時，多陪孩子到郊外踏青，接近大自然，尤其全家出遊樂趣多，另一方面，也可減少子女固守電腦螢幕的時間。

（三）對學校老師與教育輔導人員的建議

學校可考慮舉辦親職教育講座，宣導臉書成癮概念並正向用於學習。因為家長普遍對於網路新興媒體較不熟識，本研究發現青少年使用臉書原因的第一名是經由同學朋友介紹，第二名是因為臉書新鮮好玩，由此可見同儕影響力之重要。學校應多舉辦臉書相關的親職教育講座，宣導臉書使用並非壞事，但不能沉迷而壞了身體與學習，若能將臉書多用於學習與教學之上，誠然是一大利器。學校也應經常宣導，盡量降低同儕間相互比較的心理與追求新鮮刺激的天性，淺嘗即止，才不致流連忘返於臉書世界，終致成癮。另外，學校應透過研習講座的辦理，設計親子臉書教育課程，讓父母擁有基本的網路知識與技巧，也才能了解孩子為何著迷網路的原因。

最後，本研究發現，青少年使用臉書功能第一名及最喜歡的臉書功能第一名都是「玩遊戲」，可見臉書遊戲的超強吸引力，是學生族群的最愛。過去流行的電玩總給人沉迷、暴力、血腥、犯罪等負面印象，學校應教導學生正確選擇遊戲的方法，讓玩網路遊戲變成暨健康、又好玩且富有教育意義的休閒活動。尤其應透過學生會或班級組織共同訂定「上網公約」與「遊戲分級」觀念，甚至舉辦「新心網路遊戲觀」簽署活動，由學校扮演推手，落實宣導給學生正確的遊戲觀念與遊戲分級制度。

（四）對教育行政單位的建議

重視臉書對學生影響的研究課題，預防重於治療。對於臉書成癮的研究，必須兼重質與量，針對量化研究的初步探討，擬定深入的質性研究問題，以其對臉書成癮者提供預防性的輔導計畫與措施。

此外，教育是防止現況惡化很重要的一環。因此，唯有透過相關課程的安排與設計，教導學生正確的臉書使用觀念，自我管理並加以節制。例如：教育局與老師、家長、學生一起訂立「臉書遊戲公約」，公約主旨為「小孩遵守停看聽，大人善用 CPR」，「停」是玩臉書三十分鐘，休息十分鐘，每天玩臉書不要超過一小時；「看」是看到限制級或不健康的遊戲不要玩；「聽」是聽從長輩的提醒，玩遊戲不超時、注意內容與安全；「C」是 Company，陪伴小孩玩臉書；「P」是 Plenty，給孩子多元的休閒娛樂活動；「R」是 Rule，訂定明確的臉書遊戲規定。讓老師、家長、學生都能了解及遵守公約守則，讓電玩有趣又健康。

(五) 對未來研究的建議

本研究係抽取臺灣本島北中南東地區的學生為研究對象，未來研究可擴及離島、外島，或進行跨國研究。在資料蒐集方面，本研究採用問卷調查法來蒐集資料，其中牽涉到較敏感問題的題項，受試者可能會有防衛心態而無法得知真實的情形。進一步的研究，應可以採用訪談法或個案研究法，以彌補問卷調查法之不足。

本研究探討內容謹涉及量表編製及臉書使用現況的調查，在未來的研究中，可考慮將臉書成癮與其他變項結合，像是自尊、社會技巧、社會資本、自我揭露、寂寞感、以及生理狀態等等，用以探討變項之間的關係。最後，後續研究可以針對臉書成癮者的輔導策略或臉書應用於教學學習等課題加以研究，或以質性研究方法，針對特定臉書成癮者的成因、疾病歷程、心病理狀態分析等面向進行深入探究。

參考文獻

一、中文部份

- BloggerAds (2009)。Facebook 社交行為調查。取自 <http://www.BloggerAds.net/AdsPortal/BlogTell/8>
- mySurvey (2012)。Facebook 使用動機調查。取自 <http://www.mysurvey.tw/quizresult.htm?id=30cd027c-8bcf-4e2e-926f-5dcc4bf65138>
- 王智弘 (2008)。兒童及青少年網路成癮症之輔導策略。兒童及青少年網路成癮之探討研討會。臺北，國立臺灣大學。
- 兒童福利聯盟文教基金會 (2012)。2012 年兒少網路行為調查報告。取自 http://www.children.org.tw/database_report.php?id=386&typeid=4
- 林欣俞、羅涓華、余宏仁、廖建順 (2010)。Facebook 的使用動機與使用滿意度之研究—以新社高中為例。取自 <http://ba.tchcvs.tc.edu.tw/99projects/upload/C047%E7%AC%AC%E4%B8%89%E5%90%8D.pdf>
- 林彥呈 (2011)。Facebook 使用者生活型態與使用動機對廣告效果之研究 (未出版之碩士論文)。朝陽科技大學，臺中。

- 邱皓政 (2001)。量化的研究與統計分析。臺北：五南。
- 柯俊銘 (2010)。職場歹症頭 -- 臉書慢性成癮上班非死不可。取自 <http://libertytimes.com.tw/2010/new/nov/24/today-work1.htm>
- 科技部傳播調查資料庫 (2013)。臺灣傳播調查資料庫—第一期第二次調查計畫執行報告。取自 <http://www.crctaiwan.nctu.edu.tw/material/files/12147102014.pdf>
- 動腦 BRAIN (2009)。Facebook 的社群遊戲讓人潮變錢潮？。取自：<http://cubychu.pixnet.net/blog/post/25792814>。
- 基督日報 (2011)。美臨床報告：青少年中呈現「臉書憂鬱症」。取自 <http://www.gospelherald.com/news/soc-16367-0/>
- 張紹勳、林秀娟 (1999)。SPSS For Windows 統計分析 - 初等統計與高等統計上下冊。臺北：松崗電腦。
- 郭亦伶、曠文琪、蘇鵬元 (2009)。140 字的威力。商業周刊，1127，79-110。
- 陳淑惠 (1999)。我國學生電腦網路沈迷現象之整合研究 - 子計畫一：網路沈迷現象的心理病理之初探 1/2。行政院國家科學委員會專題研究計畫。取自 <http://report.ice.ntnu.edu.tw/nscreport/872511002023N>
- 游森期 (2002)。大學生網路使用行為、網路成癮及相關因素之研究 (未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 潘巧絹、許瑜芳 (2011)。高中生對 Facebook 網路社群網站使用情形探討—以樹德家商為例。取自 <http://www.shs.edu.tw/works/essay/2010/11/2010111311494357.pdf>
- 蔡士源 (2011)。一起瘋 Facebook、嘆浪。臺北：松崗。
- 蔡宜蓁 (2012)。Facebook 使用動機與滿意度之研究 (未出版之碩士論文)。世新大學，臺北。
- 盧一伶 (2010)。內外向人格特質與 Facebook 使用動機與行為之探討 (未出版之碩士論文)。國立政治大學，臺北。
- 謝龍卿 (2003)。青少年生活壓力、網路成癮與攻擊行為及其相關因素之研究 (未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 謝龍卿 (2004)。青少年網路使用與網路成癮現象之相關研究。臺中師院學報，18(2)，19-44。
- 謝龍卿、黃德祥 (2005)。青少年網路成癮與生活壓力之相關研究。彰化師大教育學報，6 與 7 合輯，29-62。
- 蘇依文 (2008)。Facebook 躍登社群網站龍頭。經濟日報。取自 http://mag.udn.com/mag/digital/storypage.jsp?f_MAIN_ID=319&f_SUB_ID=2941&f_ART_ID=142829。

二、英文部份

- Acquisti, A., & Gross, R. (2006). *Imagined Communities: Awareness, Information Sharing, and Privacy on the Facebook*. Privacy Enhancing Technologies Lecture Notes in Computer Science, 2006, 4258/2006, 36-58. doi: 10.1007/11957454_3

- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012) Development of a facebook addiction scale. *Psychological Reports, 110*(2), 501-517.
- Bond, T. G., & Fox, C. M. (2001). *Applying the Rasch model: Fundamental measurement in the human sciences*. Mahwah, N. J.: Erlbaum.
- Bosch, T. E. (2009). Using online social networking for teaching and learning: Facebook use at the university of cape town. *Communicatio: South African Journal for Communication Theory and Research, 35*(2), 185–200. doi:10.1080/02500160903250648
- boyd, D. (2006). Friends, friendsters, and Myspace top 8: Writing community into being on social network sites. *First Monday, 11*(12), December. Retrieved from http://www.firstmonday.org/issues/issue11_12/boyd/index.html
- Briggs, D. C., & Wilson, M. (2003). An introduction to multidimensional measurement using Rasch models. *Journal of Applied Measurement, 4*(1), 87–100.
- Checkfacebook (2011). *Global Audience: 798,810,980 about Facebook.com*. Retrieved from <http://www.checkfacebook.com/>
- Christofides, E., Muise, A., & Desmarais, S. (2009). Information disclosure and control on Facebook: Are they two sides of the same coin or two different processes? *CyberPsychology & Behavior, 12*(3), 341–345. doi:10.1089/cpb.2008.0226.
- Douglas, A. C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., Lee, S. K., Loutfi, J., Lee, J. K., Atallah, M. & Blanton, M. (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. *Computers in Human Behavior, 24*(6), 3027-3044. doi:10.1016/j.chb.2008.05.009
- Dwyer, C., Hiltz, .S., & Passerini, K. (2007). Trust and privacy concern with social networking sites: A comparison of Facebook and MySpace. *Proceedings of the Thirteenth Americas Conference on Information Systems Keystone, Colorado, USA*. Retrieved from <http://aisel.aisnet.org/amcis2007/339>
- Educause (2006). 7 Things you should know about facebook. *Educause Learning Initiative*. Retrieved from <http://net.educause.edu/ir/library/pdf/ELI7017.pdf>
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of facebook “Friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1143–1168. doi: 10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x
- Facebook (2009). *Company timeline*. Retrieved from <http://www.facebook.com/press/info.php?timeline>
- Golder, S. A., Wilkinson, D., & Huberman, B. A. (2007). Rhythms of social interaction: Messaging within a massive online network. In C. Steinfeld, B. T. Pentland, M. Ackerman, & N. Contractor (Eds.), *Communities and technologies 2007: Proceedings of the third communities and technologies conference* (pp. 41–66). London: Springer-Verlag Limited.

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective, 7th ed.* Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Hur, M. H. (2006). Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of internet addiction disorder: An empirical study of Korean teenagers. *CyberPsychology & Behavior, 9*(5), 514-525. doi:10.1089/cpb.2006.9.514
- Joinson, A. N. (2008). 'Looking at', 'Looking up' or 'Keeping up with' people? Motives and uses of facebook. In *Proceedings of the 26th annual SIGCHI conference on human factors in computing systems* (pp. 1027–1036). New York, NY: ACM.
- Jöreskog, K. G. & Sörborm, D. (1993). *LISERAL VI: Analysis of linear structural relationships by maximum likelihood and least square methods.* Mooresville, IN: Scientific Software, Inc.
- June, K. J., Sohn, S. Y., So, A. Y., Yi, G. M., & Park, S. H. (2007). A study of factors that influence internet addiction, smoking, and drinking in high school students. *Taehan Kanho Hakhoe chi, 37*(6), 872-882.
- Karaiskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., Paparrigopoulos, T. (2012). Social network addiction : a new clinical disorder? *European Psychiatry, 25*(1), 855. doi:10.1016/S0924-9338(10)70846-4
- Kline, R. B. (1998). *Principle and practice of structural equation modeling.* New York, NY: Guilford Press.
- Ko, C., Yen, J., Yen, C., Lin, H., & Yang, M. (2007). Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: A prospective study. *Cyber Psychology & Behavior, 10*(4), 545-551. doi:10.1089/cpb.2007.9992
- Kolek, E. A., & Saunders, D. (2008). Online disclosure: An empirical examination of undergraduate Facebook profiles. *NASPA Journal, 45*(1), 1–25.
- Lampe, C., Ellison, N., & Steinfield, C. (2006). A face(book) in the crowd: Social searching vs. social browsing. In *Proceedings of the 2006 20th anniversary conference on computer supported cooperative work* (pp. 167–170). New York, NY: ACM.
- Lampe, C., Ellison, N., & Steinfield, C. (2008). Changes in use and perception of facebook. In *Proceedings of the ACM 2008 conference on computer supported cooperative work* (pp. 721–730). New York, NY: ACM.
- Lewis, J., & West, A. (2009). 'Friending': London-based undergraduates' experience of facebook. *New Media & Society, 11*(7), 1209–1229. doi: 10.1177/1461444809342058
- Liu, C. Y., & Kuo, F. Y. (2007). A study of internet addiction through the lens of the interpersonal Theory. *Cyber Psychology & Behavior, 10*(6), 799-804. doi:10.1089/cpb.2007.9951
- Linacre, J. M. (2004). From Microscale to Winsteps: 20 years of Rasch Software development. *Rasch Measurement Transactions, 17*(4), 958.

- Madge, C., Meek, J., Wellens, J., & Hooley, T. (2009). Facebook, social integration and informal learning at university: 'It is more for socialising and talking to friends about work than for actually doing work'. *Learning, Media & Technology*, 34(2), 141–155. doi: 10.1080/17439880902923606
- Mazer, J. P., Murphy, R. E., & Simonds, C. J. (2009). The effects of teacher selfdisclosure via facebook on teacher credibility. *Learning, Media and Technology*, 34(2), 175–183. doi:10.1080/17439880902923655
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (1997). Incidence and correlates of pathological internet use. *Computer in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Muise, A., Christofides, E., & Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: Does facebook bring out the green-eyed monster of jealousy? *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 441–444. doi:10.1089/cpb.2008.0263
- Ophus, J. D., & Abbitt, J. T. (2009). Exploring the potential perceptions of social networking systems in university courses. *Journal of Online Learning and Teaching*, 5(4). Retrieved from http://jolt.merlot.org/vol5no4/ophus_1209.htm
- Orr, E. S., Sisic, M., Ross, C., Simmering, M. G., Arseneault, J. M., & Orr, R. R. (2009). The influence of shyness on the use of facebook in an undergraduate sample. *CyberPsychology & Behavior*, 12(3), 337–340. doi:10.1089/cpb.2008.0214.
- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A. & Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(3), 227-238. doi:10.1016/j.appdev.2008.12.010
- Ross, C., Orr, E. S., Sisic, M., Arseneault, J. M., Simmering, M. G., & Orr, R. R. (2009). Personality and motivations associated with facebook use. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 578–586. doi:10.1016/j.chb.2008.12.024
- Selwyn, N. (2009). Faceworking: Exploring students' education-related use of facebook. *Learning, Media and Technology*, 34(2), 157–174.
- Sheldon, P. (2008a). Student favorite: Facebook and motives for its use. *Southwestern Mass Communication Journal*, 23(2), 39–53.
- Stern, L. A., & Taylor, K. (2007). Social networking on facebook. *Journal of the Communication, Speech & Theatre Association of North Dakota*, 20, 9–20.
- Storm, A. K. (1998). *Is the Internet addictive, or are addicts using the Internet?* Retrieved from <http://rdz.stjohns.edu/~storm/iad.html>
- Stutzman, F. (2006). An evaluation of identity-sharing behavior in social network communities. *International Digital and Media Arts Journal*, 3(1). doi:10.1.1.91.617&rep=rep1&type=pdf
- Suler, J. (1996). *Internet Addiction*. Retrieved from <http://www.rider.edu/users/psygyber/ausinterview.html>

- Urista, M. A., Dong, Q., & Day, K. D. (2009). Explaining why young adults use MySpace and Facebook through uses and gratifications theory. *Human Communication, 12*(2), 215–229.
- Valenzuela, S., Park, N., & Kee, K. F. (2009). Is there social capital in a social network site?: Facebook use and college students' life satisfaction, trust, and participation. *Journal of Computer-Mediated Communication, 14*(4), 875–901. doi: 10.1111/j.1083-6101.2009.01474.x
- Walther, J. B., & Reid, L. D. (2000). Understanding the allure of the internet. *Chronicle of Higher Education, B4-B5*.
- West, A., Lewis, J., & Currie, P. (2009). Students' facebook 'Friends': Public and private spheres. *Journal of Youth Studies, 12*(6), 615–627. doi:10.1080/13676260902960752
- Young, A. L., & Quan-Haase, A. (2009). Information revelation and internet privacy concerns on social network sites: A case study of facebook. In *Proceedings of the fourth international conference on communities and technologies* (pp. 265–274). New York, NY: ACM.
- Young, K. S. (1996). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*. Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association. August, 15, 1996, Toronto, Canada. Retrieved from <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.html>
- Young, K. S. (1998a). *The center for on-line addiction — Frequently asked questions*. Retrieved from <http://www.netaddiction.com/faqsindex.htm>
- Young, K. S. (1998b). *Caught in the net: How to recognize of internet addiction — and a winning strategy for recovery*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Zhao, S., Grasmuck, S., & Martin, J. (2008). Identity construction on facebook: Digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior, 24*(5), 1816–1836. doi:10.1016/j.chb.2008.02.012