

106 年臺灣中小學學生網路使用行為調查報告

委託單位：教育部

執行單位：國立交通大學教育研究所

計畫主持人：周倩教授

中華民國 106 年 10 月

目次

壹、調查目的.....	1
貳、研究問題.....	1
參、調查方法.....	1
肆、調查結果.....	2
一、學生網路使用情形.....	2
二、學生網路沉迷現況.....	3
三、學生智慧型手機沉迷現況.....	4
四、學生網路沉迷與智慧型手機沉迷之關係.....	4
五、學生家長對孩子網路使用的管理與指導情形.....	5
伍、結論與建議.....	7

壹、調查目的

為能持續掌握中小學生使用網路的行為現況，教育部委託進行本調查，擬瞭解 106 年度國小四至六年級、國中七至九年級及高中職一至三年級學生網路使用情形之現況，以及家長的管教與指導模式是否影響孩子網路使用行為。盼藉此提供未來滾動式修正教育部安全健康上網實施計畫之參考，以促進學生健康使用網路科技的行為。

貳、研究問題

- 一、瞭解 106 年國小四至六年級、國中七至九年級及高中職一至三年級年級學生網路使用情形之現況。
- 二、瞭解 106 年國小四至六年級、國中七至九年級及高中職一至三年級學生網路沉迷現況，並與 100 年的調查結果進行比較，以瞭解學生網路沉迷之情形是否隨著時間而有所改變。
- 三、瞭解 106 年國小四至六年級、國中七至九年級及高中職一至三年級學生智慧型手機沉迷現況。
- 四、瞭解 106 年國小四至六年級、國中七至九年級及高中職一至三年級學生家長對孩子網路使用的管理與指導情形。

參、調查方法

一、調查對象

本調查以臺灣北、中、南、東、離島等地區之國小四至六年級、國中七至九年級及高中職一至三年級學生及其父母為調查對象。

二、抽樣設計

調查採分層隨機抽樣法，以臺灣之北、中、南、東及離島等地區之縣市為分層單位，每一縣市視為一個副母體。各縣市中樣本數的分配，則依照分層比例隨機抽樣原則，根據各縣市之學生人數比例進行隨機抽樣，全國共抽樣 277 所學校，其中包含國小 111 所、國中 92 所、高中職 74 所，於 106 年 3 至 5 月進行問卷抽樣調查，總計回收 13,832 份問卷，扣除一致性作答及作答不完全者，有效問卷數為 10,012 份。

三、受試者保護方式

本調查採用紙本匿名問卷方式進行。由於學生受試者皆為未成年，為了維護學生的受試權益，本調查通過「國立交通大學人體與行為研究倫理委員會」審查，於施測之前發放受試者參與同意書，取得學生的法定代理人簽署參與同意書後始發放問卷。

四、統計分析

利用描述性統計、Pearson's r 、 χ^2 檢定、ANOVA 檢定、Scheffé 事後檢定進行資料分析。

肆、調查結果

一、學生網路使用情形

(一) 學生使用電腦或網路的情形

針對不同學制學生近三個月是否有使用電腦或網路的部分進行分析，調查結果顯示在國小、國中、高中職學生近三個月有使用電腦或網路的人數比例分別為 94.4%、98.7%、99.6%。整體而言，無論是哪個學制階段，使用電腦或網路的學生人數已占絕大多數，僅少數的學生未接觸電腦或網路，表示電腦與網路已經很普及，已成為現代臺灣學生日常生活的一部分。

(二) 學生擁有智慧型手機或平板電腦的情形

針對不同學制學生近三個月是否擁有智慧型手機或平板電腦部分進行分析，調查結果顯示在國小、國中、高中職學生近三個月擁有智慧型手機或平板電腦的人數比例分別為 68.7%、91.4%、99%。整體而言，無論哪個學制階段的學生，隨著智慧型手機與平板電腦的發展與普及，多數學生皆被允許擁有智慧型手機或平板電腦，且隨著年級越高，學生持有率也越高。

(三) 學生上網最常進行的活動

國小四至六年級所有填答學生中，上網最常進行的活動主要以：看網路上分享的影片 79.9%、玩網路／手機遊戲 76.5%、使用社群網站 47.0%、找課業相關資料 42.2%、使用即時通訊 38.5%等活動居多。

國中七至九年級所有填答學生中，上網最常進行的活動主要以：看網路上分享的影片 84.9%、使用社群網站 79.8%、玩網路／手機遊戲 68.9%、使用即時通訊 49.9%、使用圖片影片分享軟體 39.3%等活動居多。

高中職一至三年級所有填答學生中，上網最常進行的活動主要以：看網路上分享的影片 84.7%、使用社群網站 77.2%、使用即時通訊 67.5%、使用圖片影片分享軟體 54.4%、玩網路／手機遊戲 53.9%等活動居多。

整體而言，無論哪個學制階段，多數學生皆以看網路上分享的影片為主要的上網活動。在國小學生部分，玩網路／手機遊戲也是經常進行的上網活動；國中學生與高中職學生則經常使用社群網站。此外，部分

學生表示仍會上網找課業相關的資料，但並不是最主要的上網活動。整體而言，學生使用網路的目的以休閒娛樂、拓展／維持人際關係為主，而找資料或是其他生活事務處理並不是學生上網最主要的活動。

不同性別學生上網最常進行的活動部分，國小四至六年級男學生中，上網最常進行的活動主要以：玩網路／手機遊戲 86.4%、看網路上分享的影片 78.5%、使用社群網站 39.4%、找課業相關資料 36.7%、使用即時通訊 27.4%等活動居多；國中七至九年級男學生中，上網活動主要以：玩網路／手機遊戲 85.6%、看網路上分享的影片 82.6%、使用社群網站占 74.8%、使用即時通訊 41.0%、找課業相關資料 24.6%等活動居多；高中職一至三年級男學生中，上網活動主要以：看網路上分享的影片 88.3%、使用社群網站 82.5%、玩網路／手機遊戲 80.6%、使用即時通訊 57.1%、使用圖片影片分享軟體 44.4%等活動居多。

國小四至六年級女學生中，上網最常進行的活動主要以：看網路上分享的影片 81.4%、玩網路／手機遊戲 67.0%、使用社群網站 54.2%、使用即時通訊 48.9%、找課業相關資 47.6%等活動居多；國中七至九年級女學生中，上網活動主要以：看網路上分享的影片 86.8%、使用社群網站 84.3%、使用即時通訊 57.3%、玩網路／手機遊戲 54.8%、使用圖片影片分享軟體 52.1%等活動居多；高中職一至三年級女學生中，上網活動主要以：看網路上分享的影片 82.4%、使用即時通訊 74.2%、使用社群網站 73.8%、使用圖片影片分享軟體 60.7%、找課業相關資料 41.9%等活動居多。

整體而言，男學生上網最常進行的活動多以玩網路／手機遊戲、看網路上分享的影片為主，女學生上網最常進行的活動多以看網路上分享的影片為主。

二、學生網路沉迷現況

(一) 106 年學生網路沉迷現況

本調查為瞭解不同學制階段學生網路沉迷現況，根據學生填答之陳淑惠「網路使用習慣量表」(以下簡稱「網路使用習慣量表」)(總分 40 分)，將學生分為一般學生(總分為 27 分以下)、高使用沉迷傾向學生(總分為 28 分或以上)。

調查結果顯示，學生的網路沉迷情形，以國中學生的情形較為嚴重。在國小、國中、高中職學生中分類為一般學生的人數皆為多數，人數比例分別為 89.0%、85.7%、87.2%，而在國小、國中、高中職學生分類為高使用沉迷傾向學生人數比例分別為 11.0%、14.3%、12.8%。

在不同性別的學生網路沉迷現況中，在國小高使用沉迷傾向的學生部分，男女人數比例分別為 12.0%及 9.8%；國中高使用沉迷傾向的學生部分，男女人數比例分別為 15.7%及 12.9%；高中職高使用沉迷傾向的學生部分，男女人數比例分別為 16.2%及 10.6%。

無論哪個學制階段，具有高使用沉迷傾向的男學生比例皆比女學生高，且隨著年級增加，具有高使用沉迷傾向的男學生比例也逐漸增加，此與全世界所有調查結果一致。

(二) 100 年與 106 年學生網路沉迷現況比較

為瞭解學生其網路沉迷的人數變動趨勢，本次調查特別針對 100 年與 106 年之不同學制階段學生網路沉迷程度進行比較。

在國小學生部分，高使用沉迷傾向學生人數比例由 100 年的 12.1% 下降為 106 年的 11.0%，在國中學生部分，高使用沉迷傾向學生人數比例由 100 年的 17.0% 下降為 106 年的 14.3%，在高中職學生部分，高使用沉迷傾向學生人數比例由 100 年的 17.2% 下降為 106 年的 12.8%。

整體而言，無論哪個學制階段，106 年高使用沉迷傾向的學生人數比例皆有明顯下降，但仍有一成一至一成四的學生具有高使用沉迷傾向，此一結果值得持續注意。

三、學生智慧型手機沉迷現況

本調查為瞭解不同學制階段學生智慧型手機沉迷現況，根據學生填答之 Lin、Pan、Lin 和 Chen(2016)之「智慧型手機沉迷量表—短版」(以下簡稱「智慧型手機成癮量表」)(總分 40 分)，將學生分為一般學生(總分為 24 分以下)、高使用沉迷傾向學生(總分為 25 分或以上)。

調查結果顯示，學生智慧型手機沉迷情形，以國中與高中職學生的情形較為嚴重，學生人數比例近三成。在國小、國中、高中職學生中分類為一般學生的人數皆為多數，人數比例分別為 80.7%、70.1%、69.2%，而在國小、國中、高中職學生分類為高使用沉迷傾向學生人數比例分別為 19.3%、29.9%、30.8%。

四、學生網路沉迷與智慧型手機沉迷之關係

本調查為瞭解不同學制階段的學生智慧型手機沉迷情形是否與其網路沉迷情形相關，特別針對學生的手機沉迷分數與網路沉迷分數進行分析。

調查結果顯示，無論哪個學制階段的學生，學生的智慧型手機沉迷分數與網路沉迷分數呈現顯著正相關。顯示學生的手機沉迷分數愈高，

其網路沉迷分數也會愈高，反之亦然。一般網路沉迷者中，屬於手機沉迷者相當多。

不同學制階段學生網路沉迷分數與智慧型手機沉迷分數之關係分析摘要

	國小 4~6 年級	國中 7~9 年級	高中職 1~3 年級
	網路沉迷分數	網路沉迷分數	網路沉迷分數
智慧型手機 沉迷分數	.803***	.832***	.795***

*** $p < .001$

五、學生家長對孩子網路使用的管理與指導情形

(一) 學生網路沉迷與家長介入行為之關係

家長介入行為可分為三種，依序為「限制型」（例如限制孩子上網時間、禁止孩子上某些網站、在一段時間後切斷網路、需經過家長同意才可以上網）、「主動介入型」（例如教導如何在網路世界中保護自己的資料、與孩子討論或教導網路的功能及內容、主動與孩子討論網路使用時間規定等。）與「共用型」（例如和孩子一起使用電腦及分享網路上的訊息）。

為瞭解不同學制階段的學生其網路沉迷情形，是否與家長介入行為類型有關，特別針對不同學制階段的學生網路沉迷分數與家長介入行為的認同程度進行相關比較。

調查結果顯示，國小學生的網路沉迷分數與家長介入行為之「限制型」、「主動介入型」呈現顯著負相關。簡言之，對於國小學生而言，若學生感受到家長對自己網路使用行為的管理與指導方式是採取限制型或主動介入型，其學生在網路沉迷分數會比較低（網路沉迷傾向的程度較低）。

在國中學生部分，國中學生的網路沉迷分數與家長介入行為之「主動介入型」亦呈現顯著負相關。簡言之，對於國中學生而言，若學生明顯感受到家長對自己網路使用行為的管理與指導方式是採取主動介入型的話，其學生在網路沉迷分數會比較低（網路沉迷傾向的程度較低）。

在高中職學生部分，高中職學生的網路沉迷分數與家長介入行為之「主動介入型」呈現顯著負相關。簡言之，對於高中職學生而言，若學生感受到家長對自己網路使用行為的管理與指導方式採取主動介入型的話，其孩子的網路沉迷分數會比較低（網路沉迷傾向的程度較低）。

(二) 學生智慧型手機沉迷與家長介入行為之關係

為瞭解不同學制階段的學生其智慧型手機沉迷情形是否與家長對孩子手機沉迷管理與指導有關，特別進行相關比較。

調查結果顯示，無論哪個學制階段的學生，其智慧型手機沉迷分數與家長對孩子手機沉迷管理與指導的認同程度皆呈現顯著負相關，顯示學生的智慧型手機沉迷分數雖然會因為家長對孩子手機沉迷管理與指導的認同程度增加而降低，但影響程度較不明顯。

換言之，若家長認同自己給予孩子關於手機使用的指導並即時覺察孩子的手機沉迷行為之程度愈高，孩子的智慧型手機沉迷的分數則會比較低，亦即智慧型手機沉迷的傾向較不嚴重。顯示家長管教確能發揮其作用。

不同學制階段的學生智慧型手機沉迷分數與家長對孩子手機沉迷管理與指導之關係分析摘要

	國小 4-6 年級 智慧型手機沉迷分數	國中 7-9 年級 智慧型手機沉迷分數	高中職 1-3 年級 智慧型手機沉迷分數
家長（自評）對 孩子手機沉迷管 理與指導	-.202***	-.103**	-.146***

** $p < .01$ *** $p < .001$

(三) 學生對家長網路使用行為之覺察

不同學制學生是否覺察到家長的網路使用行為的結果分析顯示，以「我的家長會限制我用手機或電腦的時間，但他們自己會繼續使用」為最多，在國小、國中、高中職學生人數比例分別為 37.5%、31.2%、20.8%，其次為「我的家長會一邊使用手機或電腦，一邊吃飯（或看電視、或上廁所）」，在國小、國中、高中職學生人數比例分別為 28.3%、24.8%、23.1%。

整體而言，無論哪個學制階段的學生，或多或少都有覺察到家長使用手機或電腦的行為。

不同學制階段學生覺察家長網路使用行為題項之整體同意人數百分比

題項	國小 4~6 年級	國中 7~9 年級	高中職 1~3 年級
	整體同意	整體同意%	整體同意
我的家長會因為使用手機或電腦，而忽略其他事情	21.4	21.1	17.9
我的家長比較喜歡在家使用手機或電腦，而減少出門的機會	13.4	13.6	11.4
我的家長會一邊使用手機或電腦，一邊吃飯(或看電視、或上廁所)	28.3	24.8	23.1
我的家長會限制我用手機或電腦的時間，但他們自己會繼續使用	37.5	31.2	20.8
我的家長曾因為使用手機或電腦的時間太長而身體出現病痛	12.6	9.4	10.6

註：學生對家長網路使用行為覺察量表，總分介於 5~25 分之間

伍、結論與建議

一、學生網路使用情形

(一) 學生使用電腦或網路的情形

調查結果發現，無論是哪個學制的學生，皆超過九成以上的學生最近三個月以來皆有使用電腦或網路。顯示電腦與網路已普及，身處資訊時代的學生使用電腦或網路已成為日常生活的一部分。建議應以教導學生善用資訊科技工具為目標，以培養學生安全健康的上網，智慧使用科技。

(二) 學生擁有智慧型手機或平板電腦的情形

調查結果發現，近七成的國小學生、超過九成的國中生與高中職學生擁有個人的智慧型手機或平板電腦。顯示隨著智慧型手機與平板電腦的快速發展，多數學生被允許擁有智慧型手機或平板電腦的機會越多，且隨著年級越高，學生持有率也越高。

建議在未來教育宣導上，強化家長對學生智慧型手機給予及使用的宣導，提醒家長應與孩子建立正確使用行動裝置的規範，例如：規範使用的時間長度，以避免過度使用可能造成的身心健康問題，以培養學生正確的使用習慣與態度。

(三) 學生上網最常進行的活動

調查結果發現，多數學生皆以看網路上分享的影片、使用社群網站、使用即時通訊、玩網路／手機遊戲為主要的上網活動，且會因為年齡、性別的不同，從事不同的網路活動，例如女生愛看影片、上社交網站，

男生可能沉迷網路／手機遊戲。

建議在未來教育宣導上可依據不同年齡的學生，設計相關的教材及宣導內容，鼓勵教師持續配合十二年課程綱要，落實科技或行動載具的合宜使用相關議題融入各領域教學，培養學生成為具備運用數位科技達到自主學習能力的世界公民。

二、學生網路沉迷現況

(一) 106 年學生網路沉迷現況

調查結果發現，無論是哪個學制的學生，分類為一般學生（沒有網路沉迷傾向）為多數，約占 8 成。而國小、國中、高中職學生分類為高使用沉迷傾向學生人數比例分別為 11.0%、14.3%、12.8%。其中以國中學生的情形較為嚴重。

建議應特別留意國中學生網路使用情形，國中階段是「他律」轉「自律」的重要階段，因此，可採用理解溝通的方式幫助學生培養合宜的網路使用知能。

(二) 100 年與 106 年學生網路沉迷現況比較

調查結果發現，無論是哪個學制的學生，106 年被分類為高使用沉迷傾向的學生人數比例比 100 年人數比例皆有明顯下降，但 106 年被分類為高使用沉迷傾向的學生人數比例仍有 11%至 14.3%。

建議應該特別注意從國小升上國中的學生其網路使用行為，深化國小高年級學生網路正向使用相關素養，培養網路使用自律習慣，並適時的指導與管理，以降低其網路沉迷發生的機率。

三、學生智慧型手機沉迷現況

調查結果發現，無論是哪個學制的學生，分類為一般學生（沒有智慧型手機沉迷傾向）為多數，約占 7 至 8 成。國小、國中、高中職學生分類為高使用沉迷傾向學生人數比例分別為 19.3%、29.9%、30.8%，表示隨著學制階段愈高，具有高使用沉迷傾向的人數比例也愈高，其中以高中職學生的情形較為嚴重。

根據調查結果推測，可能原因是國小學生使用智慧型手機較容易受到家長的管理與限制，而國中學生與高中職學生較容易被允許擁有智慧型手機，比起國小學生來說較不容易受到家長的限制，因此也造成國高中生智慧型手機沉迷傾向程度較高。

建議應隨著科技應用的改變與智慧型手機的日益普及，建議應調整教育的方針，落實智慧型手機使用的正向引導及教育，同時考量家長在

中小學生數位使用上扮演非常重要的角色，建議未來應加強家長相關的教育宣導，依據孩子年齡的不同，提供家長調整合適的管教與引導方式。

四、學生網路沉迷與智慧型手機沉迷之關係

調查結果發現，無論哪個學制階段的學生，學生的手機沉迷分數愈高，其網路沉迷分數也會愈高，反之亦然，表示學生被分類為網路沉迷的同時，同時也被分類為智慧型手機高使用沉迷傾向的機會也愈高。

建議深化學生網路正向使用相關素養觀念與行為，從小培養網路使用自律習慣，以預防學生擁有智慧型手機後可能產生的沉迷情形。

五、學生家長對孩子網路使用的管理與指導情形

(一) 學生網路沉迷與家長介入行為之關係

調查結果發現，國小學生的網路沉迷分數與家長介入行為之「限制型」、「主動介入型」呈現顯著負相關。在國中學生部分，國中學生的網路沉迷分數與家長介入行為之「主動介入型」亦呈現顯著負相關。在高中職學生部分，高中職學生的網路沉迷分數與家長介入行為之「限制型」呈顯著正相關。

建議在未來教育宣導上，提供家長不同學制的學生與其相對應的指導策略建議，例如指導國中小孩子上網行為時，務必要讓孩子明顯感受到，如此才能夠確實降低孩子網路沉迷傾向的程度。而對於高中職學生的網路使用行為管理與指導方式，建議家長亦可以採用主動介入型，但與其他學制不同之處是，家長應盡量讓孩子不要明顯感受到家長主動對於自己的網路使用行為有一定程度的介入或限制，降低高中孩子對家長限制的排斥感，如此才能夠確實降低孩子網路沉迷傾向的程度。

(二) 學生智慧型手機沉迷與家長介入行為之關係

調查結果發現，無論哪個學制階段的學生，其智慧型手機沉迷分數與家長對孩子手機沉迷管理與指導的認同程度皆呈現顯著負相關。

換言之，若家長認同自己給予孩子關於手機使用的指導並即時覺察孩子的手機沉迷行為之程度愈高，孩子的智慧型手機沉迷的分數則會比較低，亦即智慧型手機沉迷的傾向較不嚴重。顯示家長管教確能發揮其作用。

建議在未來教育宣導上，建議家長從國小階段就開始培養孩子正向的智慧型手機使用行為與態度，同時亦提供家長針對不同年齡的孩子適用的使用規範與建議，家長應該採用開放的態度和孩子討論智慧型手機使用的規範，並從旁教導孩子網路使用應注意的事項與正確的網路素養

觀念，以培養學生善用科技輔佐學習，從防止數位科技負面影響轉變為積極預防及正向使用。

(三) 學生對家長網路使用行為之覺察

調查結果發現，近四成的國小學生與超過三成的國中學生皆表示自己已有覺察到家長會限制自己使用手機或電腦的時間，但家長自己卻不受這樣的限制可以繼續使用手機或電腦。而高中職也有二成的學生同樣表示自己也有覺察到這樣的情形。

顯示家長使用手機或電腦的行為，若沒有以身作則，可能會給孩子產生不良的影響。因此，未來在親職宣導教育中，建議可加強家長在對孩子進行網路使用管理與指導的同時，也應該反思並注意自身是否也有一些不好的使用習慣，或訂定了不公平的限制等，家長應以身作則，可規劃家庭無網路時間，透過無網路時間瞭解孩子生活及學習的狀況，分享彼此的生活體驗，增進親子情誼；假日也可以多從事戶外運動及體育活動，多安排親子活動。