

突破機構 青少年網絡危機研究 研究摘要

研究於 2002 年 7 月至 9 月進行，突破資訊研究組以隨機電話訪問形式，成功訪問本地 1058 名 10 至 29 歲的青少年，訪問成功率 37.5%，樣本標準誤差少於± 3.0%。

受訪者中男性略佔多（52.0%），平均年齡為 18.2 歲，六成多（68.9%）依然在學，二成（24.8%）為全職工作人士，近三成（29.1%）具預科或以上學歷。

突破資訊研究組分別於 1997 年及 2000 年進行多次青少年網絡研究，是次研究集中於跟進現時本地青少年的網絡使用情況，並嘗試探究有關網絡沉溺的現象。外地的文獻及研究顯示，網絡沉溺問題在多個地區逐漸形成，如美國、韓國等地，當中涉及五類型的沉溺：1)沉溺於網絡色情資訊（cybersex）2)網絡關係（cyber-relation）3)網絡博彩或購物（net compulsion on gambling or shopping）4)網絡資訊瀏覽（information overload）及 5)網絡遊戲（online game）。

是次研究嘗試評估本地青少年有關的網絡沉溺傾向，探討其出現模式及促成誘因等。

青少年網絡使用情況：

1. 【網絡人口】- 在 10 至 29 歲的青少年中，最近半年也有上網者接近九成（89.2%），推算有關的網絡人口高達一百六十三萬人。
2. 【上網年資】- 青少年網絡人口中，超過六成（61.9%）的上網年資達 3 年或以上，整體上網年資平均為 3.3 年。
3. 【上網頻密程度】- 整體平均每星期上網 5 天之多；六成（60.9%）的網絡使用者每星期上網共 5 天或以上，四成多（46.7%）更是每日都上網。整體網絡青少年每日平均上網 3.1 小時，較 1977 年及 2000 年的結果（約 2 小時）上升了五成。整體網絡時間的上升相信與新興的網絡活動及網絡遊戲有關。
4. 【網上活動】- 最多人參與的 2 項網上活動依然是網絡人際溝通（84.5%）（包括電郵通訊、ICQ 及 chatroom 等），及觀看新聞、網頁資訊（81.1%）；其次是網上資料搜尋（66.6%）及於網站聽歌、download 歌（59.3%）。只有少數人參與網上購買/售賣（9.2%）、觀看色情資訊（6.8%）、網上賭博/博彩（5.2%）。
5. 【網上活動時數】- 在各項網上活動的參與時數中，以網絡遊戲及網絡人際溝通的時間最高，參與者平均每星期使用 10 小時及 9.5 小時；其次，是觀看新聞、網頁資訊（4.2 小時）及於網站聽歌、download 歌（3.8 小時）。
6. 【網絡遊戲】- 值得注意的是約三成四（34.1%）的網絡青少年已有參與網絡遊戲（online game）活動，比率較 2000 年調查的 6.3% 大幅飆升 5.4 倍，

估計參與的 10 至 29 歲青少年人口增長至四十萬以上。參與者平均每星期玩 10 小時，是各項網上活動之中平均時間最長的一項。

7. 【網吧與網絡遊戲】- 另外，調查顯示約一成半（15.1%）的網絡青少年有去網吧，平均每星期參與 3.5 小時；當中絕大部分（92.3%）都是有參與網絡遊戲活動。

青少年網絡沉溺的傾向：

1. 研究發現整體 10 至 29 歲的青少年中，約一成半（14.7%）開始出現沉溺上網的傾向。
2. 這些青少年出現兩項或以上沉溺上網的癥狀，例如**經常出現**「上網時間總會超過自己想用的時間」（83.3%）「返屋企第一時間就要上網」（62.8%）「家人或者朋友投訴自己用太多時間上網」（56.4%）或「自己試過減少上網時間，但無法達到」（41.0%）等。
3. 此類有沉溺上網傾向的青少年每星期平均上網 6.1 天，每日平均上網 4.6 小時，明顯高於一般網上人士（4.7 天；2.7 小時）（ t -test: $t=9.042, p<.001$ ； $t=6.585, p<.001$ ）；此類人士當中近四成（37.5%）是每日上網 5 小時或以上。
4. 有沉溺上網傾向的人士中，男性（62.2%）及 15-19 歲（50.3%）的青少年所佔的比率較高。
5. 是次發現的 14.7% **沉溺上網比率較 2000 年**研究所得的 3.0% **大幅上升近 5 倍**，顯示近年間出現沉溺上網傾向的人數激增，相信此現象與網絡人口增加及新興的網絡活動有關。

本地青少年網絡沉溺的模式：

1. 分析受訪者的沉溺上網傾向與各項網上活動的關係，結果發現本地青少年沉溺上網的傾向與 4 項網上活動有關，包括：1)於網站聽歌、download 歌（spearman's rho = .214, $p<.001$ ）；2)網絡人際溝通（spearman's rho = .184, $p<.001$ ）3)參與網絡遊戲（spearman's rho = .182, $p<.001$ ）；4)去網吧（spearman's rho = .115, $p<.001$ ）。
2. 研究反映，在調查前的過去一星期，有沉溺傾向的人士中大部分（90.4%）有參與網絡人際溝通（包參與網上群體傾偈），約四分之三（75.6%）曾於網站聽歌、download 歌，一半（50.0%）有參與網絡遊戲，四分之一（25.6%）有去網吧。其中參與網上群體傾偈及網絡遊戲，每星期平均時數高達 16 小時，遠遠高於其他網絡活動。
3. 將以上 4 項因素與沉溺上網傾向進行「多元回歸分析」（multiple regression），結果發現**只有「參與網絡遊戲」（online game）一項**能夠解釋受訪者沉溺上網的傾向（Standard Beta = .553, R Square = .305, $p<.05$ ），顯示本地青少年網絡沉溺模式主要是**網絡遊戲沉溺（online game addiction）**。
4. 以上結果指向本地青少年網絡沉溺人數上升，其主要誘因是新興的網絡遊戲。由於參與網絡遊戲同時涉及與遊戲伙伴的長時間交談及傾偈，部分參與網絡遊戲人士亦喜歡到網吧玩 game，所以**參與網絡遊戲本身可包含了網絡人際溝通及去網吧 2 項活動**。此可解釋沉溺人士參與以上 3 項活動比率同時較高的原因。

網絡沉溺者的情況：

1. 研究顯示，有沉溺網絡傾向青少年的情緒管理能力、辦事集中能力都明顯較一般上網人士為差（ t -test： $t = -4.232$ ， $p < .01$ ； $t = -3.255$ ， $p < .01$ ）；他們的家庭聯繫較薄弱（ t -test： $t = -3.966$ ， $p < .001$ ）網上安全意識較弱（ t -test： $t = -2.244$ ， $p < .05$ ）；但他們的朋輩聯繫則較強（ t -test： $t = 2.818$ ， $p < .01$ ）。
2. 以上結果反映出現沉溺傾向的人士本身缺乏的個人管理能力，包括在時間、處事集中能力、情緒控制等；因此面對極具吸引力的新科技媒體遊戲活動，容易被吸引而形成沉溺的情況。加上他們與家庭及家人的聯繫不足，容易孤立而傾向在網絡遊上追尋刺激玩意及認同感。相信這都是形成傾向沉溺的背景因素。
3. 值得注意的是傾向沉溺者的朋輩聯繫較強，此結果反映傾向沉溺者在朋輩間並非孤立，相反可能擁有較強的認同感。因此研究相信現時網絡的沉溺傾向並未導致他們脫離現實，網絡上的關係及活動並未取代現實生活上的朋友交往，相反加強了朋友間聯繫。

網絡色情資訊：

1. 研究顯示，現時青少年網絡人口中曾經看過網上海情資訊只佔二成多（27.2%），較1997研究所得的46.9%大幅減少，主要原因相信是網絡人口增加，當中包括大量女性網絡使用者。
2. 在青少年網絡人口中，曾經看過網上海情資訊的佔27.2%；而過去3個月有觀看的下降至12.4%，過去一星期有觀看更只有6.8%（每星期平均觀看少於1小時），顯示活躍於觀看網絡色情的人士並不多。
3. 研究顯示整體10至29歲的青少年中，約只有1.1%經常出現一些沉溺看網上海情資訊的傾向，例如「不滿足於看舊的色情網頁，會不時搵新的網頁看」、「會Bookmark自己鍾意的色情網頁」、「沒有上網的時候，色情網頁的內容都會浮現在腦海裡面」或「因為看色情網頁而同家人、朋友或者情侶出現問題」。
4. 此結果反映本地只有極少數青少年出現沉溺網絡色情資訊（cybersex）的問題，情況並未嚴重，此亦非本地網絡沉溺的主要模式。
5. 研究同時發現沉溺於網絡色情資訊與沉溺上網的傾向無關，亦與其他的網絡活動都沒有任何關連，顯示沉溺於網絡色情資訊純粹是個別行為。

總結：

總結研究顯示，本地青少年參與網絡活動情況不斷上升，其中參與網絡遊戲及於網站聽歌等活動開始普遍。值得關注是青少年沉溺網絡的比率開始大幅上升，當中主要的誘因是新興的網絡遊戲。

綜觀網絡沉溺的問題，本地出現的模式暫時以是「網絡遊戲沉溺」（online game addiction）為主，其他模式的沉溺並不明顯。本地只有少數人士出現沉溺於網絡色情資訊（cybersex）的情況，比率低於一般病態性的行為；其他例如網絡博彩或購物（net compulsion on gambling or shopping）及網絡資訊瀏覽（information overload）似乎尚未出現。

突破資訊研究組認為，研究正好顯示在科技媒體不斷發展的年代，我們需要更加關注及訓練青少年對媒體的判別及應用能力。高科技的媒體產品，如網絡遊戲，能為參與者帶來極高質素的快感和刺激；網絡遊戲的特殊文化，讓青少年自發形成網上團隊，

具共同興趣、任務、目標和團隊精神，又能贏取遊戲級別，提供認同感及滿足感，實有莫大的吸引力。若參與者個人紀律性不足便很容易誘發沉溺的問題，類似的挑戰未來只會有增無減。

研究組呼籲老師、家長應多加關注青年人參與網絡遊戲的情況，瞭解他們如何運用時間，協助他們制定有節制的參與方式，並且保持均衡的生活及活動模式，避免過度側重於某方面。適當的政策管制網吧對青少年之開放時間，營造穩定成長的環境，進而提供更多樣正面活動給青少年選擇，以援解當前青少年網上的問題。

長遠來說，社會大眾需要重視培養青少年對各項媒體的判別能力，加強青少年的個人管理能力，相信可減少青少年在生活中過度依賴媒體或出現沉溺的傾向。

2003 年 1 月 突破資訊研究組
(研究員：陳之虎、陳碧凌)