

大學生之自我概念與智慧型手機成癮相關研究

莊秀敏¹ 陳揚學²

¹國立臺南大學 教育學系

E-mail : y3m04cj8@gmail.com

²國立臺南大學 教育學系

E-mail : siderali@gmail.com

摘要

智慧型手機愈益普及，卻也同時帶來手機成癮等諸多問題。本研究由個體之內在心理層面出發，探討大學生之自我概念與智慧型手機成癮、手機使用情形之關聯性。研究之自我概念係指「心理自我」、「家庭自我」、「社會自我」之層面，而智慧型手機成癮則包括強迫行為、戒斷、耐受性、功能障礙之構面。本研究採調查研究法，針對臺灣北、中、南、東七所公立大學 840 位日間部一至四年級學生發放紙本調查問卷，採自陳量表方式作答。研究結果顯示大學生自我概念良好($M = 3.716$)，手機成癮情形較弱($M = 2.803$)，但轉變為中度成癮的可能性高。本研究亦發現自我概念與智慧型手機成癮確實存在顯著之關聯性，其中「家庭自我」是關聯性（負相關）最高，而「強迫行為」、「戒斷」、「功能障礙」亦有顯著負相關。雖然手機誤用與成癮容易導致許多不良影響，但正確、平衡使用也會帶來更多生活之便利性與正向自我發展的可能。研究者綜合各項研究結果及相關文獻，建議大學生能善用手機特性，提升其人際關係、學習應用與自我價值。研究者亦期盼本研究能拋磚引玉，激發更多學者投入大學生手機使用與自我概念等心理因素之研究，俾能發展出更健全的輔導配套措施，以及更具涵括性與解釋力之手機成癮理論，未來能夠應用在個人、家庭及學校場域之中。

關鍵詞：自我概念、智慧型手機成癮、大學生