

希望感與大學生的網路成癮之研究

黃致達

國立東華大學教育研究所

摘要

網路隨著科技不斷的進步與發展，已經逐漸成為現代人生活當中的一部份，甚至成為最重要的資訊與休閒來源，而相對的網路所帶來的問題，像是網路成癮、網路沉迷也不斷的發生在我們週遭的生活當中。而在網路使用的族群當中，其中又因為大學網路的便利，以及自身的自主性高而以大學生為最多，另外加上大學生在脫離傳統升學主義後，大部份的人並沒有為自己的人生建立追尋的目標，而對於未來的感到茫然，進而對未來產生莫名壓力，因此常常藉由網路虛擬的世界來逃避現實中的壓力，久而久之便開始對網路產生了依賴、沉迷等現象。

因此本研究將根據 Snyder 的希望感理論來探討大學生的希望感為何？而希望感究竟與網路沉迷、成癮之間的關係，並希望可從本研究找出如何經由提升大學生的希望感，來幫助大學生尋找到正確的人生目標，同時也能夠幫助大學教師透過本研究來輔導大學生如何避免網路沉迷、成癮的問題。

關鍵詞：希望感、網路成癮

Keywords：Hope、Internet addiction