

高雄市高英高級工商職業學校

Kao Ying Industrial Commercial Vocational High School

專題製作報告



臉書對高職生人際關係影響之探討 以高英工商為例

指導教授：_____ 陳 權 _____ 博士

指導老師：_____ 黃英宗 _____ 老師

科別班級：_____ 資料處理 科 3 年 3 班 _____

座 號：_____ 09、01、30 _____

姓 名：_____ 周珊如、王慧婷、黃怡芳 _____

中 華 民 國 103 年 03 月

目錄

壹、前言.....	1
一、研究動機.....	1
二、研究目的.....	1
三、研究方法與流程.....	2
四、研究範圍與限制.....	2
貳、文獻探討.....	3
一、臉書的緣由.....	3
二、臉書的功能.....	3
三、人際關係的涵義.....	4
四、臉書對於高職生的影響.....	4
參、研究分析與說明.....	5
肆、結論與建議.....	11
一、結論.....	11
二、建議.....	12
參考文獻.....	13
附錄一 問卷.....	14

圖表索引

圖 1 研究流程圖.....	2
圖 2 每天使用臉書比率圖.....	5
圖 3 平日/假日使用臉書時間比較圖.....	5
圖 4 臉書朋友數量佔總人數比例圖.....	6
圖 5 朋友數量中現實生活認識比例圖.....	6
圖 6 臉書朋友中摯友比例圖.....	7
圖 7 男女使用臉書目的比較圖.....	7
圖 8 發佈動態比例圖.....	7
圖 9 男女臉書最常使用的功能比較圖.....	8
圖 10 使用臉書後和朋友的聯絡方式比例圖.....	8
圖 11 使用臉書後是否讓您更沉迷於網路比例圖.....	9
圖 12 家長有臉書對你使用臉書有何影響分析圖.....	9
圖 13 使用臉書後和朋友見面次數減少分析圖.....	9
圖 14 日常生活與作息之比較.....	10

臉書對高職生人際關係影響之探討-以高英工商為例

摘要

在科技日新月異、資訊爆炸的現今，人與人之間的溝通方式，早已不像早期面對面的溝通模式。臉書，這個現今位居社群網站龍頭的網站，早已顛覆了人們傳統的溝通模式。本研究主要是以本校學生為主要探討對象，透過研究了解高職生使用臉書的情形、臉書對高職生的人際關係及其他方面影響等議題，藉由文獻探討、問卷調查所分析出來的結果，提出最後的結論與建議。

在此次研究結果顯示出，多數學生幾乎每天都會使用臉書，而且常用臉書做為彼此溝通、聯絡的平台，使用臉書的目的主要以「發佈動態」及「聯絡感情」為主，學生也表示使用臉書有助於人際關係的提昇。而臉書的使用對於學生在課業上、生活作息上的影響，研究顯示普遍學生認為影響不大。

關鍵字：臉書、Facebook、人際關係

壹、前言

一、研究動機

網路的發展可以增進人際關係的互動，網路初期剛盛行時，E-mail 的出現可以讓人們互相傳送信件聯絡感情，但是無法立即得知對方是否看過此信件，並且不知何時可以收到回信，所以 E-mail 的流通速度較慢。為了加快流通的速度，而發展出即時通訊軟體（例如：MSN、yahoo 奇摩即時通），使人們可以立即在線上互相溝通。但隨著社群網站（例如：Facebook 臉書）慢慢蓬勃發展後，人們間的互動漸漸少用即時通訊軟體，反而逐漸由社群網站所取代。

據本組目前的觀察，一般同學在網路上與朋友間的互動方式上，臉書的使用顯得相當普遍。在臉書上，不但可以玩網頁遊戲，也可以透過塗鴨牆分享即時訊息。同學對臉書的依賴，是否會與現實朋友間的互動減少，而造成彼此間感情越來越疏遠呢？為什麼同學會沉溺於臉書？過度使用臉書對於同學的人際關係會帶來什麼樣的影響？這些都是本組想要透過此次專題加以探討與瞭解的地方。

二、研究目的

因為臉書的出現，讓人們之間的互動交流快速發展，我們好奇的是臉書到底有何魅力，為何臉書能吸引 10 億的使用者？（天下雜誌，2013）臉書對於同學的人際關係是否會有影響？所以，本組想要透過此次專題研究，針對以下幾個議題進行探討：

- （一）瞭解高職生使用臉書的目的及頻率
- （二）探討高職生使用臉書，是否影響人際關係與互動
- （三）探討高職生使用臉書所帶來的正負面影響

三、研究方法與流程

本組透過網路及報章雜誌蒐集與臉書相關的資料，將與此次探討主題相關之資料加以匯整、分析後，開始設計問卷內容，透過問卷的施測，得知與探討主題相關的重要資訊，最後再將問卷數據加以統計與分析，進而提出結論與建議。下圖為整個研究時程之甘特圖。

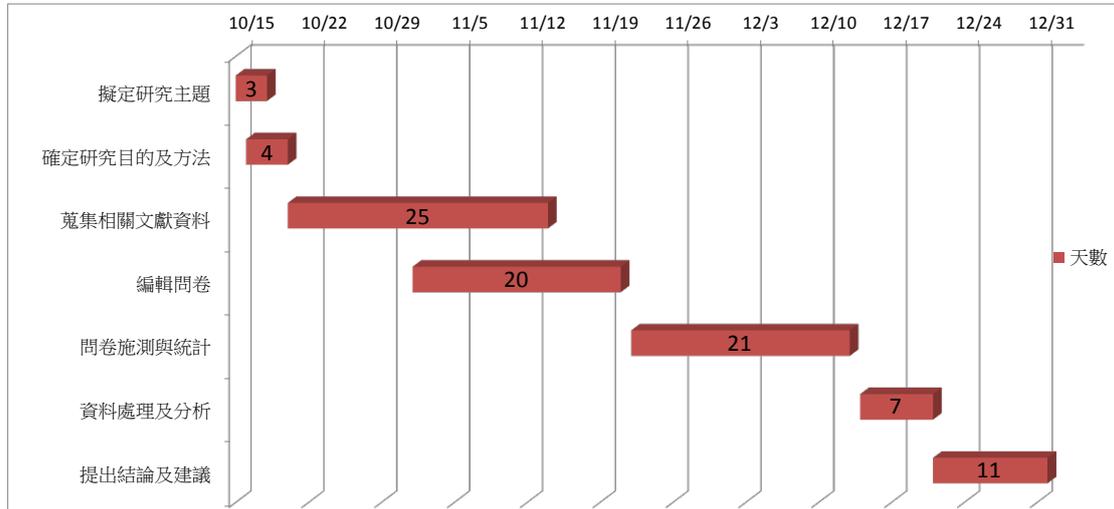


圖 1 研究流程圖

四、研究範圍與限制

由於使用臉書的使用族群太廣，而本組所有成員都是在學學生，在時間、人力上比較無法做大範圍的研究探討，於是此次研究臉書對人際關係之影響的對象，是以本組現在就讀的學校學生為主。在問卷的施測範圍上，因為學校的科系眾多，本組主要區分工科與商科的科系，工科以汽車科和資訊科做為問卷施測對象，商科以資處科和餐管科做為問卷施測對象。

貳、文獻探討

一、臉書的緣由

臉書是由「花名冊」(即現在的「通訊錄」)發展出來的，美國的大學為了讓新進的學生和教職人員能夠快速的互相認識，會把這種印有所有人員的「花名冊」發放給予新進人員，藉此讓新進人員可以更快適應環境。臉書創辦於美國，是一個社群網站，可以促進人與人之間的交流，創始人為 Mark Zuckerberg，他是哈佛大學的學生。初期臉書的註冊只限哈佛的學生，隨之其他學校也可以註冊，而發展至今，任何用戶只要輸入電子郵件和年齡達到標準即可註冊，成為臉書的用戶。

二、臉書的功能

臉書提供相當多的功能，隨著時間的推進，功能也隨之推陳出新，本組將臉書所提供的功能，整理成以下三種類型。

(一) 社交功能

社交功能包含發佈動態消息的塗鴉牆(發佈自己的想法、打卡)、相片(影片)上傳、成立社團、舉辦活動、遊戲裡的禮物、聊天的即時訊息等等功能。

社交功能雖然可以增進用戶與朋友間的互動，增進彼此的感情，但是在社交的過程中，也有可能帶來一些負面影響。例如「打卡」的功能，有時店家為了想要提高知名度，只要透過打卡，就會給予消費者適當的折扣，但是這樣的舉動也間接的暴露自己的行蹤，讓有心人士可以立即找到你，因而讓自己陷入危險的情況中。而「社團」這項功能，使我們能夠把一群有著共同興趣的人集結在裡面，可以一起分享心情或資訊，也能夠增進彼此互相認識，讓彼此的感情得以加溫，但是有些人卻會利用社團來進行物品的銷售，為了集結更多的社員，有的甚至盜取別人帳號來增加社員人數，使得社團也帶來了負面的影響。

(二) 娛樂功能

娛樂功能包含各類型的遊戲、線上心理測驗、相關應用程式等等功能。

娛樂功能雖然可以讓用戶得到娛樂，讓用戶與朋友間共通的話題增多，有助於感情的加溫，但這其中多少也會帶來些負面的影響。例如大多數遊戲必須透過朋友的協助才能過關，藉此透過玩遊戲而認識很多人，也增進彼此之間的互動，也可以使我們的身心靈放鬆、愉悅，但如果用戶因為想突破遊戲的關卡，而造成用戶無心於課業或工作上，長時間使用電腦或者手持設備而不肯罷手，長期沉溺於遊戲極可能危害到身體健康，例如造成視力增加、身體僵硬、腰酸背痛、熬夜等等的問題。而心理測驗也會帶來正負面的影響，正面的影響是可以略為知道自己內心的想法，有助於更加認識自己；但負面的影響是，有些人過於相信心理測驗的結果，導致影響到現實生活中的情緒與思考。

(三) 廣告功能

包含遊戲廣告、應用程式廣告、公司產品、活動的廣告。

廣告功能對於用戶而言，也會帶來正負面的影響。廣告就是廣為告知，當廣告做的好，不僅可以加深人們的印象，更有助消費者在購買產品時，聯想到該品牌或該企業產

品，進而達到促銷的效果；反之，如果廣告出現的太過於頻繁，而消費者又不喜歡廣告的內容或創意時，反而會增加消費者的反感，而不利於產品的銷售。

三、人際關係的涵義

人際關係是指社會人群中，因交往而構成的相互依存和相互聯繫的社會關係，又稱為社交、人緣，也被稱為「人際交往」，包括朋友關係、同學關係、師生關係、僱傭關係、戰友關係、同事及領導與被領導關係等。（維基百科，2013）

而本組專題研究中，以探討同學關係及朋友關係為主要範圍，瞭解同學使用臉書後，在人際互動的交流上是否會帶來相關的影響。

四、臉書對於高職生的影響

臉書的出現讓人為之著迷，在生活中，人們已漸漸習慣以臉書來做為彼此聯繫的平台，早已跳脫以往必須面對面才能溝通的方式，許多學生使用臉書已經成為生活中的一部分。大部分的家長認為，使用臉書對孩子成長產生許多負面的影響。部分學生與家庭的互動上，學生在家因為幾乎沉溺於臉書，因而與家人間的互動變少、感情疏遠了，更嚴重的是關係惡劣，雙方發生衝突。（Facebook 對青少年人際關係的影響，2013）

對於青少年的成長方面，沉迷於臉書而浪費太多時間，不僅會影響到學業，更會危害到健康。若青少年只會在虛擬的社交生活發展人際關係，缺乏在現實生活的社交關係經驗，將會影響青少年的身心發展。因此，青少年使用臉書衍生出不少負面影響，影響青少年的課業與身心，所以多數家長反對青少年過度使用臉書。（Facebook 對青少年人際關係的影響，2013）

臉書的誕生讓不少疏離的友人，再次的熟悉也感受到時光的飛逝。藉由資訊的傳達，奉獻不少知識傳遞、網上互動，生活上交際的樣式暴露出許多花樣，影響身邊的事物。臉書已經讓我們在生活上留下一筆精采的圖幅。

臉書的分享功能，經常會看到許多的資訊，就以動保團體所分享的「搶救生命」訊息，即可看見有許多的流浪動物等著被好心人領養，分享的訊息上面也預告著流浪動物被安樂死的日期，有使用臉書的人們如果看到此文章，只要把這篇文章分享，即可讓更多人得知這項訊息，也可以幫助些這流浪動物找到一個幸福美滿的家。（中國時報，2013）

參、研究分析與說明

此次問卷施測上，本組一共發出問卷 360 份，其中工科發放問卷 180 份；商科發放問卷 180 份，共回收 331 份問卷，其中男生佔 200 份、女生 131 份。以下是此次問卷的統計與分析。

一、各年級每天使用臉書比例

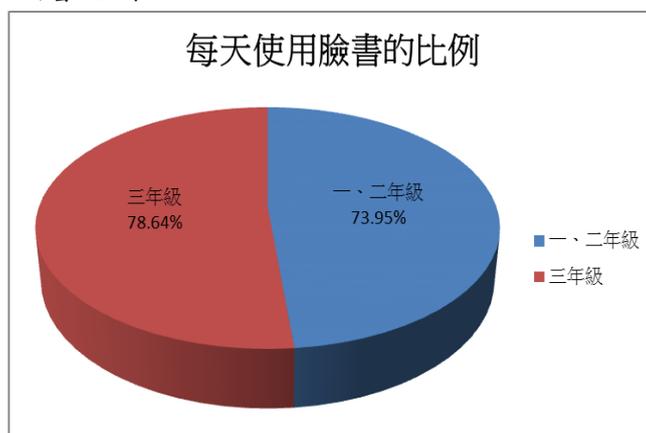


圖 2 每天使用臉書比率圖

本組原先預期三年級可能會因為有升學壓力，而會比一、二年級較少使用臉書，但從圖 2 的數據上發現，和我們預期的結果不同，這也說明三年級的學生認為，不會因為使用臉書而對課業方面較於鬆散。

二、平/假日使用時間

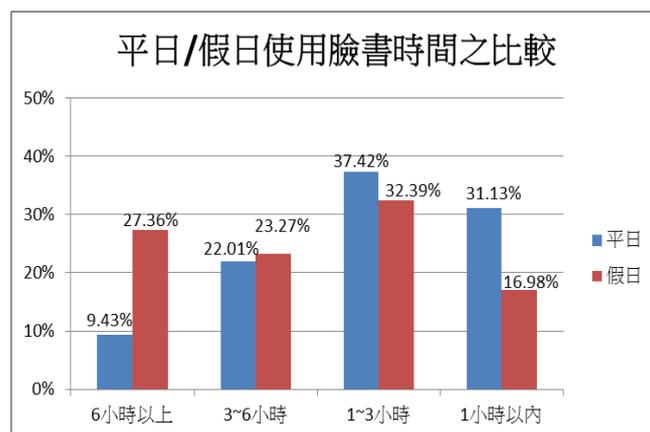


圖 3 平日/假日使用臉書時間比較圖

由圖 3 得知，在使用臉書時間為 6 小時以上的選項上，假日所佔的比例高於平日許多，據本組討論可能是因為平日在學校的時間較多，而無法使用臉書。另一方面也顯示，學生在假日使用臉書的時間顯得偏多了。

三、臉書朋友的人數

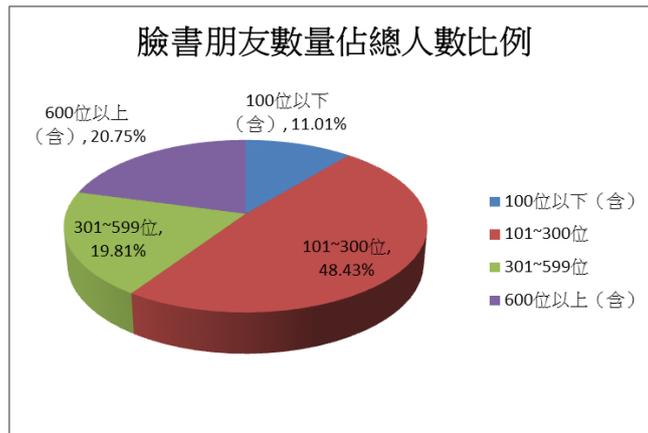


圖 4 臉書朋友數量佔總人數比例圖

由圖 4 得知，高職生的朋友數量大約為 101~300 位居多，其次為 600 位以上(含)，由此數據也反應出高職生的交友圈相當廣泛。

四、臉書朋友中，現實生活認識的人數

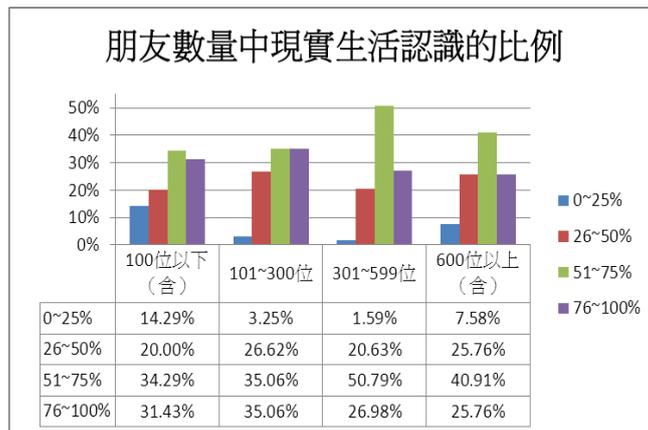


圖 5 朋友數量中現實生活認識比例圖

由圖 5 得知，臉書朋友中認識的比例以 51%~75% 佔最多數，代表在現實生活中，不認識的朋友佔二成五到五成左右，由此可知，高職生藉由臉書去認識網路上的朋友，而拓展自己的交友圈。

五、臉書朋友中摯友比例

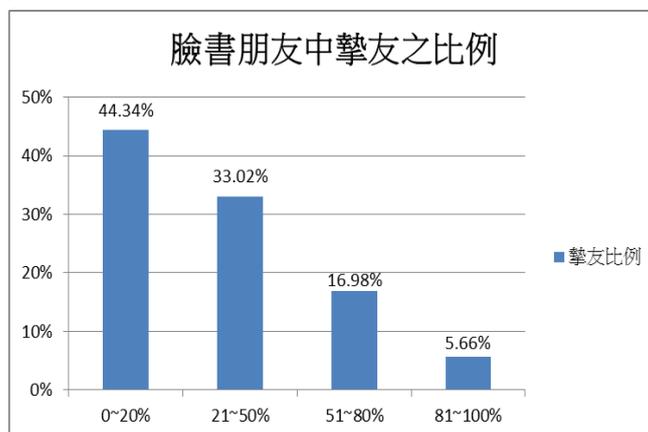


圖 6 臉書朋友中摯友比例圖

由圖 6 得知，高職生在臉書朋友中摯友佔的比例，以 0%~20%佔最多數，數據顯示臉書的朋友中，可能是因為同學或者是朋友的朋友而認識的，平時並沒有太多的互動與了解，所以才導致臉書朋友中摯友佔的比例不高。

六、臉書使用目的

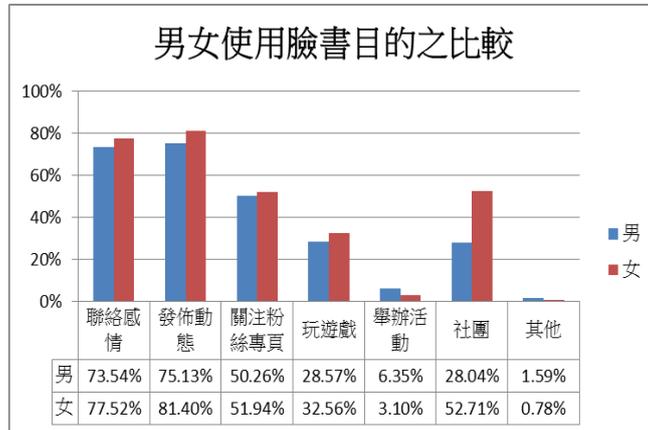


圖 7 男女使用臉書目的比較圖

由圖 7 得知，大多數人都是透過臉書來聯絡感情與發佈動態消息，男女生在各項使用臉書的目的上呈現的數據都差不多，唯獨在「社團」的比例上，女生明顯高出男生許多。經本組討論的結果，覺得可能是因為女生較為喜愛購買些化妝品、保養品、小飾品等等，因而加入一些購物性的社團，甚至是喜愛加入一些偶像明星的粉絲團，才導致男女生在「社團」的比例上相差較大。

七、發佈動態的比率

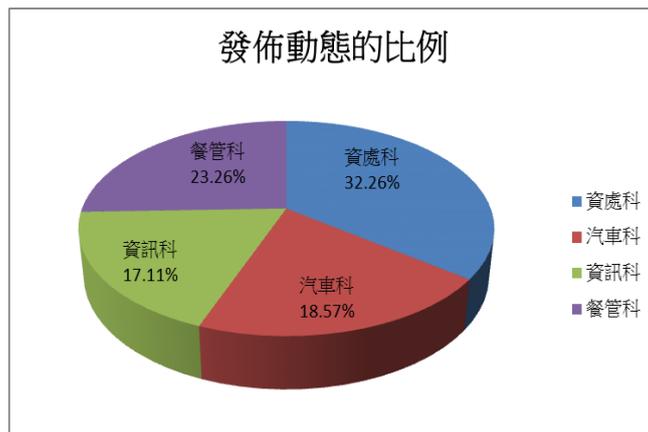


圖 8 發佈動態比例圖

由圖 8 得知，商科學生使用臉書發佈動態消息的比例，明顯比工科來得多。顯示女生較願意在臉書上抒發自己的心情與想法，和男生在臉書的使用目的上，有明顯的不同。

八、最常使用的功能

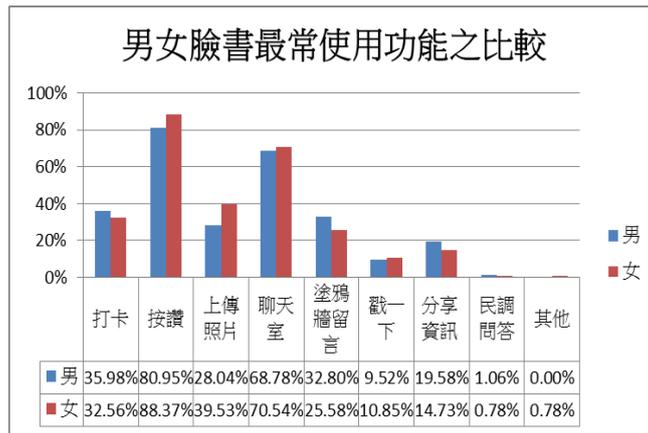


圖 9 男女臉書最常使用的功能比較圖

由圖 9 得知，大多數人最常按讚，代表的意義可能是認同朋友的動態消息，再者是為了表示有在關心朋友的動態消息。

九、與朋友聯繫的方式

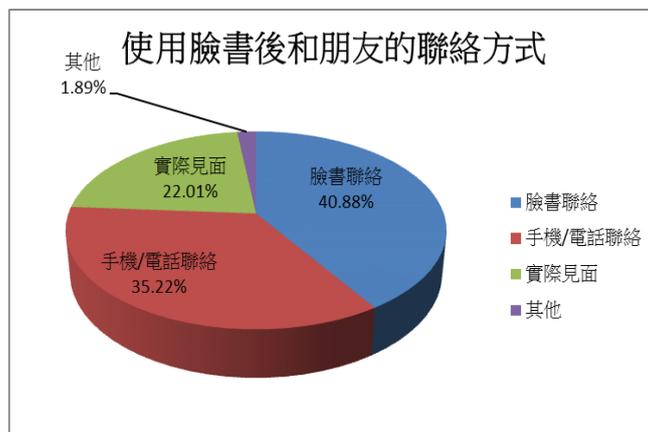


圖 10 使用臉書後和朋友的聯絡方式比例圖

由圖 10 得知，高職生在使用臉書後，和朋友間的聯絡方式反而以使用臉書做為聯絡的方式佔最多數，已有取代其他的方式的現象，這也說明現在使用臉書，已成為高職生中相當重要的社交平台。

十、是否會更沉迷於網路

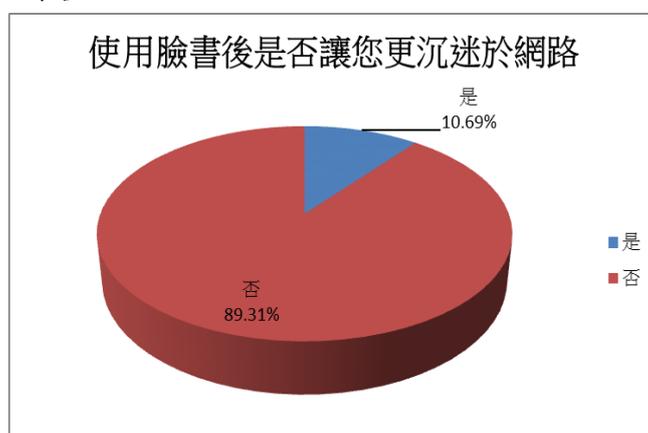


圖 11 使用臉書後是否讓您更沉迷於網路比例圖

由圖 11 得知，大部分高職生認為使用臉書並不會沉迷於網路，和本組預期的結果完全相反。此數據只能顯示同學們主觀自我認定，使用臉書不會讓自己花更多時間於網路上，因為問卷設計上較難呈現客觀的數據。

十一、家長有使用臉書是否會帶來影響

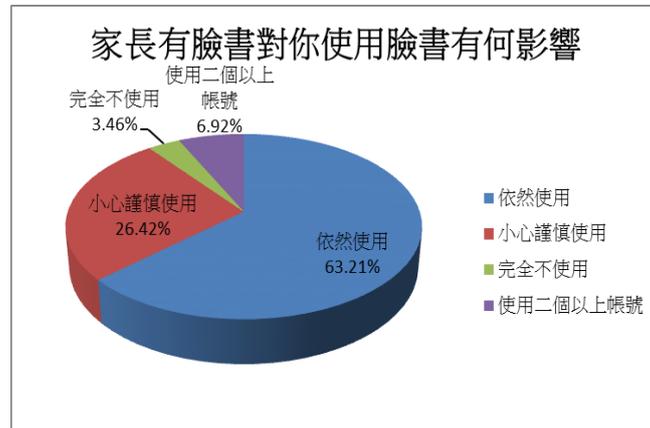


圖 12 家長有臉書對你使用臉書有何影響分析圖

由圖 12 可知，當家長有使用臉書，有 6 成以上的同學表示還是會繼續使用，顯示父母親是否有使用臉書，對同學們的影響並不大。

十二、與朋友見面的次數變少

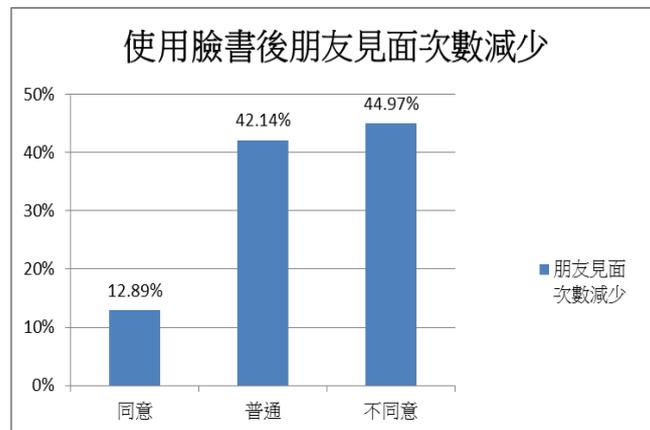


圖 13 使用臉書後和朋友見面次數減少分析圖

由圖 13 得知，會因為使用臉書後，而和朋友見面的次數減少的比例只有佔一成多，也許是大部分的朋友都在學校裡，每天都可以見得到面，所以影響不大。

十三、日常作息與課業

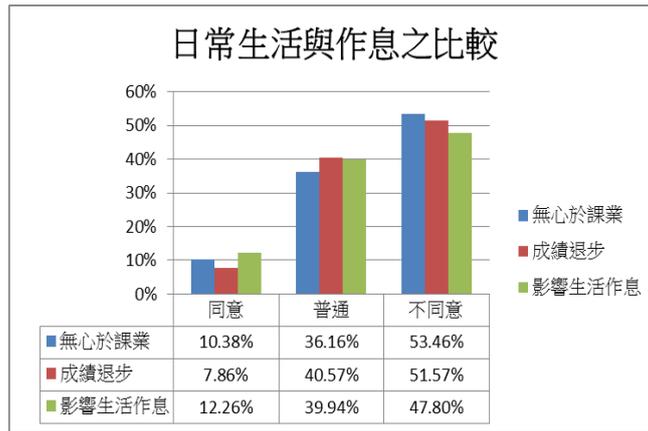


圖 14 日常生活與作息之比較

本組原本預期大部分的人會因為沉溺於臉書，而影響到日常生活和作息，但由圖 14 得知，只有少部分的人符合我們的預期，表示仍有大多數人不覺得使用臉書會影響到日常生活與作息。

肆、結論與建議

根據文獻的蒐集及問卷施測後的統計分析，本組歸納出以下結論與建議。

一、結論

(一) 高職生使用臉書的目的及頻率

問卷統計分析數據上顯示，高職生幾乎人人都有使用臉書的經驗，而且幾乎每天都會使用臉書，尤其到了假日，使用臉書的時間明顯變長許多。在使用的目的上，在「聯絡感情」及「發佈動態消息」上都佔有相當大的比例，本組特別在「發佈動態消息」做了交叉分析，發覺商科（資處科和餐管科）學生使用臉書發佈動態消息的比例，明顯比工科（汽車科和資訊科）學生來得多，顯示女生較願意在臉書上抒發自己的心情與想法，和男生在臉書的使用目的上，有明顯的不同。在臉書最常使用的功能中，最多人所使用的功能是「按讚」，按讚除了表示認同朋友發佈的動態消息外，也代表著有在關心朋友的動態消息。其次最常使用的功能是「聊天室」，這也是同學們使用臉書聯絡感情的另一個主要途徑。

(二) 臉書帶給高職生的影響

由問卷分析的結果中顯示，自從使用臉書後，原本和朋友間的聯繫是透過打電話或直接見面，現在反而是以透過臉書來聯繫彼此佔最多數。高職生人際關係的互動，有很大部分是透過臉書來交流的，而且使用臉書後，會拓展自己的交友圈，讓自己有機會去認識不是現實生活中的朋友。而臉書上因為遊戲、社團或透過朋友間接認識的朋友佔了二成五到五成左右的比例，顯示臉書雖然可以拓展自己的交友圈，但是在這不認識的網友中也有可能隱藏自己見不到的危機。

有將近四成的同學，朋友數達 300 位以上，但這些朋友中實際認識的僅佔一半，而認識的朋友中，摯友數目佔的比例也不高，由此可見，臉書裡的朋友數量多並不代表人際關係好。

1. 正面影響

從統計的數據得知，透過臉書讓同學在交友圈上，有明顯的拓展。不但找到了許久不見的老朋友，也有現實生活中的朋友以及網路上的朋友，網路的朋友可能是透過社團、粉絲專頁、遊戲等等而認識，這些相同興趣的人因此集結在一起並增進彼此感情。在使用臉書後，和朋友聊天話題上也有明顯增加的趨勢，這些都有助於人際關係的增溫。

2. 負面影響

在文獻的蒐集中得知，部分學生與家庭的互動上，學生在家因為幾乎沉溺於臉書，因而與家人間的互動變少、感情疏遠了，更嚴重的是關係惡劣，雙方發生衝突。若青少年只會在虛擬的社交生活發展人際關係，缺乏在現實生活的社交關係經驗，將會影響青少年的身心發展。

而在問卷的分析結果中顯示，平日使用臉書的時間，以每天 1~3 小時佔大多數，但是值得注意的是，有一成左右的同學，每天使用臉書超過 6 小時，長時間沈溺於臉書不但會影響到課業，甚至會為健康帶來不好的影響。而到假日使用臉書的時間，有將近三成的學生一天會使用臉書超過 6 小時，沈溺於網路的問題更顯得嚴重。本組原本預期同

學會因為使用臉書後，而更沈溺於網路上、會減少和朋友及家人的互動、無心於課業上、成績退步、影響生活作息等等，可能都會帶來負面的影響，但實際調查的數據呈現，卻和本組預期落差甚大，表示同學使用臉書後，並未在這些方面有明顯帶來負面的影響。

二、建議

水能載舟亦能覆舟，臉書的使用雖然有助於人際關係的提昇，但若不知有所節制與正確的使用態度，也有可能為學生帶來不良的影響。根據蒐集的文獻資料與問卷分析所得結果，本組提出以下建議。

- (一) 在臉書使用的時間上要懂得規劃，避免長時間使用臉書而影響課業或傷害健康。
- (二) 假日期間可多安排戶外活動，避免長時間沈溺於臉書上。
- (三) 在臉書的使用上，應注意個人隱私的保護，避免讓自己處於危險的情境而不知。
- (四) 學校應適時宣導正確使用臉書的觀念與態度。
- (五) 家長應注意孩子使用臉書狀況，避免孩子接觸色情、暴力等相關訊息。

參考文獻

全球第3大國家！臉書使用者突破10億。2013年11月4日，取自天下雜誌
維基百科。2013年11月4日，取自

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%BA%BA%E9%9A%9B%E9%97%9C%E4%BF%82>

Facebook 對青少年人際關係的影響。2013年11月18日，取自
<http://loving1216.blogspot.tw/>

黃宗慧。臉書分享的意義必須深化。2013年12月4日，取自中國時報

附錄一 問卷

臉書對高職生人際關係影響之探討-以高英工商為例

親愛的同學您好：

我們是高英工商商用資訊科三年三班的學生，目前使用臉書（Facebook）的人數相當眾多，您是否也已加入了臉書這個大家庭呢？此份問卷主要是想調查高職生對於使用臉書的情況，以及使用臉書是否會影響到高職生人際關係的問卷，請您依現實生活中實際使用狀況填寫以下這份問卷，您所提供的問卷資料，純粹只做專題研究之用而且絕對保密，請您放心填寫，謝謝您的合作。

指導老師：黃英宗 老師
商用資訊科三年三班第一組 敬上

一、個人的基本資料

1. 請問您的性別是？男女
2. 請問您就讀幾年級？一年級 二年級 三年級
3. 請問您的科別是？資料處理科 餐飲管理科 資訊科 汽車科
4. 請問您是否有使用臉書？（無使用者請結束問卷）有 無

二、使用臉書的情況

1. 請問您平均多久使用一次臉書
每天 1~3天 3~6天 7天以上
2. 請問您平日所使用臉書的時間為何？
1小時以內 1~3小時 3~6小時 6小時以上
3. 請問您假日所使用臉書的時間為何？
1小時以內 1~3小時 3~6小時 6小時以上
4. 請問您在臉書的朋友總共有幾位？
100位以下（含） 101~300位 301~599位 600位以上（含）
5. 請問您在臉書的朋友中在現實生活認識的人佔百分之幾？
0~25% 21~50% 51~75% 76~100%
6. 請問您在臉書的朋友當中摯友佔百分之幾？
0~20% 21~50% 51~80% 81~100%
7. 請問您使用臉書目的為何？（請用 1. 2. 3 標示出前三名的目的）
聯絡感情 發佈動態 關注粉絲專頁 玩遊戲 舉辦活動 社團
其他（請說明）_____
8. 請問您最常使用臉書哪一項功能？（請用 1. 2. 3. 4. 5 標示出前五名的功能）
打卡 按讚 上傳照片 聊天室 塗鴉牆留言 戳一下 分享資訊
民調問答 玩遊戲 其他（請說明）_____

三、使用臉書對您在人際關係方面所影響的程度

1. 使用臉書後，您和朋友之間的聯絡以什麼方式居多？

臉書聯絡 手機/電話聯絡 實際見面 其他（請說明）_____

2. 如果家長使用臉書，對你使用臉書有何影響？

依然使用 小心謹慎使用 完全不使用 使用二個以上帳號

3. 使用臉書後，是否讓您更沉迷於網路，少和他人接觸？

是 否

4. 使用臉書後，現實的朋友是否有增加許多

是 否

5. 使用臉書後，網路的朋友是否有增加許多

是 否

四、使用臉書為您所帶來的影響

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
01. 我無法忍受一天不使用臉書。	<input type="checkbox"/>				
02. 使用臉書，讓我找到許久不見的朋友。	<input type="checkbox"/>				
03. 使用臉書，讓我和朋友聊天的話題增加了。	<input type="checkbox"/>				
04. 使用臉書，讓我和朋友見面次數逐漸減少。	<input type="checkbox"/>				
05. 使用臉書，讓我無心於課業。	<input type="checkbox"/>				
06. 對我而言臉書非常重要。	<input type="checkbox"/>				
07. 在臉書上與他人話題多，實際見面卻很陌生。	<input type="checkbox"/>				
08. 使用臉書能夠表達出自己真正的情緒。	<input type="checkbox"/>				
09. 在臉書中，可以和現實的朋友分享我的心情。	<input type="checkbox"/>				
10. 在臉書中，可以和網路的朋友分享我的心情。	<input type="checkbox"/>				
11. 即使電腦與手持設備（智慧型手機、平板）壞掉，無法使用臉書也沒關係。	<input type="checkbox"/>				
12. 使用臉書，讓我和家人之間的互動變少。	<input type="checkbox"/>				
13. 使用臉書，讓我和少接觸的同學互動變多。	<input type="checkbox"/>				
14. 使用臉書，讓我學業成績逐漸退步。	<input type="checkbox"/>				
15. 使用臉書，影響到我的生活作息。	<input type="checkbox"/>				