

網路成癮是一種心理疾病嗎？ 從實證與論述文獻的脈絡檢視*

許韶玲

國立交通大學
教育研究所暨諮商中心

施香如

國立新竹教育大學
教育心理與諮商學系

本文主要目的乃在透過文獻的回顧與整理，從實證與論述文獻的脈絡，梳理出學術研究看待網路成癮現象的視框轉變情形，結果發現，從病態的疾病觀到非病態的適應觀之視框轉變趨勢正在形成。一方面，疾病觀點的本質探究使得物質依賴之視框逐步挪移到目前受到最多研究支持的衝動控制疾患，另一方面，受到共病研究發現的影響，網路成癮是一個獨立存在疾病的這個視框成爲尚待檢驗的命題；此外，非疾病觀點的其他主張也逐漸匯集成幾種不同論述，有問題的網路使用則成爲繼網路成癮之後，另一個普遍被使用的辭彙，多向度與連續光譜的檢視角度亦在成形中。因此，我們建議未來研究應以開放的態度探究此一問題的各種形貌與特徵、並加入對網路使用者及網路使用脈絡情境的檢視。在臨床實務上，我們則建議從更開放的視角理解當事人、並從內在精神層次理解有問題的網路使用之心理意涵。

**關鍵詞：心理疾病、心靈避難、有問題的網路使用、強迫性網路使用、
網路成癮**

因「使用網路而造成問題」的現象，一開始即被以「網路成癮」(internet addiction) 這個名詞予以命名、指稱與概括，因此「網路成癮」成爲理解此現象的主流視框，是以「病態性」的「疾病」觀點成爲學術研究檢視此一問題的立基點與起始點。然而，從 Goldberg (1996) 提出「網路成癮疾患」這個名詞至今 10 餘年來，看待因過度使用網路而造成問題的視框，逐步在其是／否爲疾病的觀點之間變化著。

許多學者主張網路成癮是一種心理疾病，然而對此疾病究竟是一種什麼樣的病態，則有幾種不同的看法，且主要集中在物質(藥物)成癮、行爲成癮、以及衝動控制疾患這 3 種觀點。此外，網路成癮的診斷指標、病因及治療方法迄今也都未有定論，因此雖然病態的疾病觀點是最早理解此現象的視框，也的確有愈來愈多實證研究支持衝動控制疾患的論點，然而時至今日，究竟其疾病本質爲何卻尚無定論。回顧十餘年來，學者們進行相關研究時，各自運用不同的定義與效標看

* 本篇通訊作者施香如，shjshih@mail.nhcue.edu.tw。

待網路成癮現象，使得網路成癮現象雖已有相當多的研究發現，卻仍無法完整地描繪此一現象（Byun et al., 2009）。

另一方面，許多學者注意到高比例的網路成癮者具有其他心理疾患史、或目前同時存在其他臨床關注的焦點或症狀、以及其他心理疾患的診斷，這樣的發現使得許多學者開始投入網路成癮共病現象（comorbid）的探究。而受到這些共病研究發現的影響，許多學者逐步在共病研究的結論中形成共識，那就是目前實證研究的結果尚未能確認網路成癮是一個獨立存在的心理疾患。

此外，從學術辭彙選擇的角度予以檢視，我們也發現，「有問題的網路使用」已經成為繼網路成癮之後，另一個普遍被使用的名詞，同時，許多其他較不具疾病視框的學術用語亦陸續出現，包括：頻繁的網路使用（frequent internet use）、過度的網路使用（excessive internet use/internet overuse）、重度/較重度的網路使用（heavy/heavier internet use）、無法自我管理的網路使用（unregulated internet usage）、不健康的網路使用（unhealthy internet use）、以及強迫性的網路使用（compulsive internet use）等。如 Beard 和 Wolf（2001）所指出的，不同名詞的使用創造出網路使用者被別人如何觀看的不同內涵，當然也反映出辭彙使用者對有問題的網路使用者之看待與理解觀點，上述辭彙使用的轉變情形明顯傳遞出，對因網路使用所造成的問題之理解視框逐漸從「疾病的病態性觀點」挪移到「適應的非病態性觀點」。

另外，在網路成癮是一種心理疾患的研究脈絡之外，開始有許多學者不從疾病的角度看待此一現象，這些認為網路成癮並非疾病的觀點也陸續匯集成幾種不同的論述，這些論述或主張包括：網路是其他心理疾病表達其病態或症狀的平台、網路成為現實困難或情緒困擾的避難空間、以及網路使用作為心理成長的媒介等等。

換言之，從疾病本質的論戰、共病研究的發現、學術辭彙觀點的轉變、乃至於對過度使用網路所出現的其他非疾病觀點的論述，我們觀察到，網路成癮是一種心理疾病的視框正在擴展中。本文主要目的乃嘗試在網路成癮實證與論述文獻的脈絡中，整理出網路成癮作為一種心理疾病的視框轉變情形，並進一步提出此一轉變對實證研究與臨床實務的意義與啟示。

網路成癮是一種心理疾病

在發現網路過度使用對人們生活造成許多負向影響之初，網路成癮之現象即被以心理疾病的觀點看待，時至今日，學者們對於網路成癮是否成為一種獨立的心理疾病仍有不同的見解。許多學者以它是一種心理疾病的觀點來看待，在 Thorens、Khazaal、Billieux、Van der Linden 與 Zullino 等人（2009）針對瑞士的心理病理學家進行的調查發現，認為網路成癮是一種心理疾病者，是不將其視為心理疾病者人數的近 4 倍之多（74: 20），可見這樣的觀點仍普遍被接受。然而在將網路成癮視為心理疾病的同時，我們是以哪一種心理疾病的名稱及診斷標準來指稱，至今仍未有定論，以下將就文獻中最常提到有關網路成癮的三種診斷標準：物質成癮、行為成癮及衝動控制疾患等三種觀點加以說明。

一、網路成癮是一種物質成癮疾患

物質成癮是定義成癮症狀最常被引用的診斷標準，當 Goldberg（1996）首先提出網路成癮一詞時，他主要是以物質依賴（substance dependence）的 7 個診斷準則，包括耐受性（tolerance）、戒斷反應（withdrawal）、以及持續的渴求等標準來界定，但他並沒有發展出明確的診斷標準（<http://www.psychom.net/iadcriteria.html>）；然而這樣的診斷標準最為人所爭議之處就是，在網路使用的過程中，有的使用者的確會出現如多巴胺或鴉片的反應機制，但網路本身不像毒品一樣會對人體產生中毒反應或生理的戒斷症狀，所以不能完全以物質成癮之概念看待（Pies, 2009）。

台灣常用的中文版網路成癮量表（Chen Internet Addiction Scale）也是引用 DSM-IV-TR 中物質成癮的症狀作為其診斷指標（陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋、楊品鳳，2003；Yen, Ko, Yen, Chen,

& Chen, 2009; Yen et al., 2008)，但 Shaffer (1996) 認為要定義網路成癮是否為一種心理疾病，應先確認成癮的本質，他指出網路成癮應是一種成癮行為，它與特定的目標物有關，它們有時只出現固定成形的行為模式，並未出現反社會行為；雖然它們可能出現如物質成癮般的神經適應經驗，但並未出現物質依賴的現象。或許我們可以稱它們為一種因過度使用的過程成癮，但這種成癮經驗是發生在人與目標物間的關係，是一種移轉的主觀經驗，單因物質本身或使用過程並不足以使其成癮，所以我們不能說網路成癮是網路使用的直接產物，而需考慮使用者的生理及社會心理等因素。也因此網路成癮不應被視為是一種物質成癮疾患，而應是一種類似於賭博等行為的過程成癮疾患。

陳淑惠等人 (2003) 也認同 Shaffer 的看法，認為網路使用雖足以讓人產生轉移意識的狀態，但這樣的成癮過程與強迫購物或運動類似，它並沒有如藥癮的生理機制，所以他們也認為網路成癮疾患的診斷或許可以暫時借用傳統的藥物成癮之診斷，但並非以藥物成癮的本質視之。

由此來看，網路成癮的診斷一開始雖是借用了物質依賴的診斷標準，但學者們並未認同它的本質就是一種物質成癮。而 Holden (2001) 也認為網路成癮不是承襲藥物成癮的模式，雖會與藥物成癮有類似的腦部活動及生物化學反應，並出現神經適應過程及如多巴胺釋出的自然愉悅感。然而行為成癮與物質成癮是否可沿用同一診斷標準，仍未有定論，所以我們在使用相關的診斷標準及評估量表時，宜先了解它們背後的理念，以免誤解網路成癮的本質。

二、網路成癮是一種行為成癮疾患

由於網路成癮並非化學物質依賴的結果，長期投入病態賭博行為研究的 Griffiths (1995) 則以科技成癮 (technological addictions) 一詞指稱網路使用成癮，認為它與成癮的賭博行為類似，是一種包含人機互動的非化學物質之成癮現象，Griffiths (2000) 認為這樣的名稱可以強調其為非物質成癮之概念，但它仍同時符合行為成癮的顯著性、情緒調節、耐受性、退縮、衝突及復發等六項診斷標準。Brenner (1997) 也認為網路成癮是一種重覆且會增加生理疾病或生活各層面問題的行為模式，所以它是一種行為成癮而非物質成癮，他依這樣的理念加上對生活負向結果的評估，發展出網路相關成癮行為量表 Internet-Related Addictive Behavior Inventory (IRABI)，於網路上評估 536 位曾因網路使用而產生與藥物成癮類似經驗的人。

最先以篩選量表進行相關研究，開啓網路成癮實證研究風氣的 Young (1996, 1998) 也是以病態性賭博的觀點為網路成癮設立診斷標準，Young (1996) 先依此理念編製一份 8 題的診斷問卷，分別評估是否“全神貫注於網際網路或線上活動”、“曾多次努力想要控制或停止使用網路，但都沒有成功”、“花在網路上的時間比原先計劃的還要多”、“曾向家人、朋友或是他人說謊，以隱瞞涉入網路的程度”等問題，當受試者有 5 題填答“是”時，即為網路成癮的高危險群 (Leung, 2004; Lin, Lin, & Wu, 2009)；其後 Young (1998) 仍依病態性賭博的診斷指標，發展出 20 題的篩選量表，採用 5 點量表的方式，以加總後的分數得分在 20-49 分為有自我控制能力的網路使用者，得分在 50-79 分者為正遭遇到因網路而引起的生活問題，雖然並非到了積習難改的地步，但還是要有所警覺，並改變上網的習慣。得分在 80-100 分則為危險級，網路使用情形已經引起生活上嚴重的問題，應該要評估網路帶來的重大影響，並加以改善。至今這兩份量表是最廣為運用的網路成癮篩選量表，在 Tokunaga 和 Rains (2010) 整理 100 篇全球各地網路成癮之相關研究發現，有 10 篇是運用上述 8 題的診斷問卷，15 篇是運用上述 20 題的網路成癮測驗，由此可見行為成癮的概念仍是目前最廣為被使用的篩選標準，因此學者們也一直將網路成癮定義為習慣性強迫行為 (Young & de Abreu, 2010)。

Beard 和 Wolf (2001) 也認同網路成癮是一種病態性賭博的觀點，他們將病態性賭博的 10 項診斷標準修改成適用於網路成癮的 8 項，其中病態性賭博的 1-5、7、9 等 7 項之用語修正為適用網路使用的情況，而刪除了病態性賭博中提及“想扳回本”、“參與非法行為”、及“造成經濟困境”等 3 項，而增加“上網的時間超過原本的預期”的標準。這樣的準則與前述 Young (1996) 的診斷問卷類似，然而 Beard 和 Wolf 等人認為 Young 以達到 8 項準則中的 5 項作為診斷標準，不足以

看到網路使用是否造成當事人生活功能的受損，所以他認為在 8 項指標中，前 5 項的症狀指標都須符合，而後三項有關生活功能的指標（危害關係或工作、對重要他人說謊以持續使用、藉此逃避問題或負向情緒）至少要有 1 項，也就是說網路成癮的定義應是較全面性的：「成癮是個人因過度使用此種媒介而造成個人心理及情緒的心理狀態，及他們的學業、職業及社交互動受損」（Beard, 2005）。所以診斷標準應能呈現網路的過度使用是否造成生活功能受損面向，方能作出較精準的評估。

Widyanto 和 Griffiths (2006) 指出網路成癮的人機互動過程，可依使用的情況區分為被動（如看電視）及主動（有互動的，如電玩）兩種，其中主動的人機互動較易誘導並增強科技成癮的形成。而 Young (1996) 及 Leung (2004) 的研究中都發現，當網路的使用有更多的互動性與娛樂性時，成癮的可能性越高。因此 Young、Pistner、O'Mara 與 Buchanan 等人 (1999) 發現網路成癮可依所參與的活動性質來分類，分別是：網路性成癮、網路關係成癮、上網強迫行為（net compulsions）、資訊成癮、及電腦成癮等。若綜合上述論點來看，主動且互動式的活動是網路成癮的常見現象。但 Davis (2001) 則提出廣泛性的網路成癮（generalized internet addiction）之概念，認為網路成癮行為並不受網路活動所影響，雖然是與互動及社交功能有關，不論是否有特定的網路活動使用，在使用過程中被誘導或增強，就被視為是一種『行為成癮』（Warden, Phillips, & Ogloff, 2004）。

所以根據上述的觀點，Hechanova 和 Czincz (2008) 歸結說網路成癮是一種行為成癮，它的定義應包含：（1）個人無法控制自己的網路使用，而最終導致心理、社交、學校、及工作上的困境；（2）心理上對網路依賴而不斷增加對網路相關活動的投注，下線時的不悅感受及否認自我的問題行為。

然而在網路成癮就是種行為成癮的說法廣被接受的同時，許多研究也致力於找到一個更有效的診斷指標或篩選工具，Ko 等人 (2005) 提出網路成癮的診斷指標應是修正自心理疾病診斷準則手冊（DSM-IV-TR）中的病態性賭博及物質依賴的診斷指標之看法，其中包含 9 種網路成癮的症狀、因網路使用而產生的功能受損、以及除外症狀等 3 種指標。Huang 等人 (2010) 則更進一步結合了 Young 及 Ko 等人的診斷指標，提出了包含症狀、嚴重程度、病程及除外診斷等 4 個領域的指標。由此可見，學者們在接受網路成癮是一種行為成癮的看法時，似乎仍未能排除運用物質成癮診斷的可能性。

三、網路成癮是一種衝動控制疾患

Shaffer (1996) 針對成癮的概念提出更進一步的看法，認為所謂的行為成癮若指稱的是行為模式，就不宜再用成癮的名詞，而應以依賴或衝動控制疾患稱之；而事實上，Young (1998) 在文章中除了將病態性的網路使用（pathological internet use）與網路成癮交替使用外，亦曾提到強迫性網路使用（compulsive use of the internet）一詞。而後 Young (2009) 更直接說明網路成癮被視為是一種與病態性賭博有重疊診斷標準的衝動控制疾患。在網路成癮的相關症狀研究中，「失去控制」一直是普遍被提出的特性之一（Armstrong, Phillips, & Saling, 2000）。

多位學者（Meerkerk, Van den Eijnden, & Garretsen, 2006; Meerkerk, Van Den Eijnden, Vermulst, & Garretsen, 2009）則以「網路強迫使用」一詞來稱之，並提出下列診斷標準，他們認為網路成癮者是至少具有下列一種症狀的強迫行為：（1）持續地使用網路，不論是否想要停止或中斷使用；（2）當無法使用網路時，會經驗到不舒服的情緒；（3）使用網路來逃避負向感受；（4）網路使用主導了個人的認知及行為；（5）網路使用導致了與他人或個人內在的衝突；但不會有任何身體戒斷症狀。

Shaffer、Hall 與 Bilt (2000) 則對 20 位有問題的網路使用者進行評估，發現所有受訪者均符合衝動控制疾患的診斷，相較於強迫性的（compulsive）的自我不一致（ego-dystonic）特性，這些有問題的網路使用者是較衝動性的（impulsive）且與自我一致的（ego-syntonic），更接近精神疾病診斷手冊中的衝動控制疾患，而不是強迫性疾患。這樣的看法與 Charlton 及 Danforth (2010)

的觀點一致，同樣過度涉入網路的人，有的人出現了負向結果仍不可自拔，就應被視為是一種病態行為，可稱之為「成癮」，然而有些人的過度投入並未出現負向結果，就只能被視為是一種「高度投入」（high engagement）的非病態行為。

而當我們回頭檢視精神疾病診斷準則手冊，並未能見到行為成癮的分類，而病態性賭博被歸類至他處未分類之衝動控制疾患（Impulse Control Disorder not otherwise specified）。因此 Shapira 等人（2003）認為應將網路成癮行為歸類至他處未分類之衝動控制疾患（Impulse Control Disorder not otherwise specified），Shaw 和 Black（2008）也認同這樣的看法，他們雖以網路成癮指稱此一現象，也認為在應以 DSM-IV-TR 第一軸中「他處未分類之衝動控制疾患」類別視之（實以衝動控制疾患視之），主要的評估標準為：無視於嚴重的結果，仍無法有效地抗拒投入某特定行為，或因為不愉快的感受卻甚少抗拒此衝動。

Cao、Su、Liu 和 Gao（2007）在大陸對網路成癮的青少年進行研究，也發現網路成癮者的衝動性是較高的，Dong 和 Zhou（2010）也發現網路成癮的大學生之衝動控制能力比一般學生低，Armstrong、Phillips 及 Saling（2000）的研究中也發現衝動性高的特性，是網路成癮者的預測因子，因此他們都認為網路成癮與衝動控制高度相關，但這些研究結果也未能定論網路成癮是由衝動控制的特性所促發，或它本身即是一種衝動控制疾患，還是它是衝動控制疾患的共病現象。

因此 Block（2008）提出另一種觀點，他主張網路成癮應另行獨立以 compulsive-impulsive spectrum disorder 來指稱，並列入 DSM-V 的心理疾病分類中，他認為網路成癮主要以遊戲、性及訊息等三種類型呈現，會出現過度使用、戒斷症狀、耐受性及負向結果等症狀，應在 DSM-V 獨立為一類與強迫及衝動控制有關的心理疾病，但不再生硬地套入過去既有診斷病名中。Pies（2009）則認為網路成癮它同時會出現如同強迫症（Obsessive-Compulsive disorder）患者會有的與自我分離（ego-alien）的情況，但這樣的情況多發生在他們停止使用網路時，但在停止使用之前，他們對於網路使用其實是與自我一致的（ego-syntonic），所以強迫症與衝動控制疾患兩種類型，都可能是網路成癮的次級模式。但同時他也提出，網路成癮也可能是一種次級的躁症，所以他並未為網路成癮是衝動控制或強迫行為疾患下定論。

四、目前疾病觀點所存在的困境與挑戰

當試圖理解網路成癮的症狀時，它先被視為是一種心理疾病，從一開始以物質成癮的標準來看待，接著被視為是行為成癮及衝動控制的心理疾患，但時至今日仍未為網路成癮找到心理疾病分類的明確根據（Aboujaoude, 2010），同時它到底是不是一種心理疾病仍受到許多的質疑（Aboujaoude, Koran, Gamel, Large, & Serpe, 2006），Pies（2009）主張，若網路成癮要能成為獨立的心理疾病，它必須至少符合以下一項效標：發現一組基因轉換模式或確認一個特定基因的所在；必須充分地理解該症狀之原因，病理心理及或病理解剖等；要能預測症狀的病程、預後、穩定程度及對治療的反應，且在不同族群中有一致性。

若依上述標準來看，網路過度使用後產生的心理化學反應及失去控制與負向的生活結果等，雖指向它可能是一種心理疾病的呈現，然而目前網路成癮是否為心理疾病的一種，仍受到相當多的質疑，以下是一些常見的挑戰論點。

（一）診斷指標的重疊

由上述將網路成癮視為是一種心理疾病的 3 種論點來看，它們的診斷指標其實是重疊的，以 Young（1998）為例，她透過網路成癮診斷標準的提出、以及進一步的實證探究，確認了網路成癮現象的存在。然而 Young 的診斷準則用的卻是衝動控制疾患與病態性賭博之重疊標準，而陳淑惠等人的量表則運用物質成癮之指標，但在本質上並未接受網路成癮是一種物質成癮。Ko 等人（2005）、Huang 等人（2010）及 Tao 等人（2010）在努力建構更有效的網路成癮篩選工具時，也都同時整合了物質成癮、行為成癮及衝動控制等診斷指標，無法單由某類疾病來看。此外，目前常見的幾個網路成癮評估工具也都尚未能找到明確的決斷點，這也讓它的診斷類別更難單獨成立（Warden et al., 2004）。由此來看，網路成癮是否是一種心理疾病的第一個挑戰，應是至今所有的

研究尚未能為網路成癮建構獨立的診斷指標，或是上述三類診斷指標無法單獨且完全符合網路成癮之症狀。

(二) 論點無法解釋其獨立的病因

目前許多研究常在探討網路成癮的形成原因 (Armstrong et al., 2000)，但仍無法具體說明網路成癮的形成因素，許多研究指出它的共病性相當地高，也讓它是否為一種獨立的心理疾病受到很大的質疑，無法有足夠的證據支持網路成癮本質上應是一種心理疾病，所以就如 Pies (2009) 所言，若要将網路成癮視為一種心理疾病並放入 DSM-V 的疾病分類系統中，仍言之過早。Charlton 和 Danforth (2010) 則指出因為網路成癮的多重樣貌，若是一直以類別的方式而非以一種向度的方式 (dimensional system) 來看待，DSM 將很難解釋網路成癮的現象。

而從名詞的應用來看，以成癮這個名詞來解釋人們的習慣行為模式本身就受到爭議，所以 DSM-IV 並不用「成癮」的字眼，而以「依賴」及「衝動控制疾患」稱之 (Czincz & Hechanova, 2009)，所以要將網路成癮放入心理疾病的分類中，需重新考慮「成癮」一詞的用語。

(三) 未能找到有效的治療方法，讓診斷類別的意義無法突顯

將網路成癮置入心理疾病的分類中，能否帶出明確的治療方法？如果這樣的診斷是無助於治療的，我們各說各話地給予病名，事實上是無意義的 (Warden et al., 2004)，所以能以不同的視框看待，而為網路成癮的困境找到可行的解決方法，可能才是我們目前需努力的方向。

而 Byun 等人 (2009) 及 Douglas 等人 (2008) 分別針對 1996-2006 年的網路成癮之量化與質化實證研究進行整合分析時，的確發現各研究雖努力找出引發網路成癮的前置因素及其後續的影響因素，然而因為目前對於網路成癮現象的本質定義及診斷指標尚無定論，以致於各種因素與網路成癮現象間的關聯情形，無法找到有效的解釋，繼而影響有效治療方法的確認。時至今日，這樣的挑戰仍普遍存在於網路成癮研究中。

網路成癮與其他心理疾病的共病現象

網路成癮與其他心理疾病的共病現象是最近許多學者關注的議題，在這些共病的研究中，網路成癮與心理特徵/臨床或精神症狀、以及網路成癮與心理疾患之間的關係受到許多探究。在網路成癮與心理特徵/臨床或精神症狀之間關係的探究中，低自尊 (Armstrong, Phillips, & Saling, 2000)、寂寞/孤寂感 (方紫薇, 2010; Morahan-Martin, 1999; Morahan-Martin & Schumacher, 2003; Whang, Lee, & Chang, 2003)、憂鬱 (游森期, 2003; 韓佩凌, 1999; 韓佩凌、鄔佩麗、陳淑惠、張郁雯, 2007; Whang et al., 2003; Young & Rogers, 1998)、焦慮 (游森期, 2003)、自我控制 (Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008)、衝動性 (Cao, Su, Liu, & Gao, 2007)、強迫性特徵或症狀 (Pratarelli, Browne, & Johnson, 1999; Whang et al., 2003)、自戀性人格特質 (Kim et al., 2008)、神經質人格特質 (戴秀津、楊美賞、顏正芳, 2004)、傷害性的酒精使用 (Yen, Ko, Yen, Chen, & Chen, 2009)、攻擊行為 (Kim et al., 2008; Ko, Yen, Liu, Huang, & Yen, 2009)、以及焦慮型與懼怕型依附形態 (林以正、王澄華、吳佳輝, 2005; 林旻沛、丁建谷、賴雅純、柯慧貞, 2005) 均受到許多關注，其中又以對憂鬱的探究為最。

在網路成癮與其他心理疾患共病的研究中，Ko、Yen、Yen、Chen 和 Chen (2012) 對相關研究進行回顧時，發現網路成癮與心理疾病的關聯是常被探討的主題，而其中與物質使用疾患、注意力缺失/過動疾患、重鬱症、社交焦慮及敵意與攻擊行為等，與網路成癮的關聯情形，是近年研究常見的焦點。其中 Black、Belsare 與 Schlosser 等人 (1999) 找到 21 位因網路使用自覺傷害其生活功能或主觀苦惱者，結果發現，38% 的受試者有物質使用疾患、33% 的人有憂鬱疾患、19% 有焦慮疾患。此外，52% 的受試至少符合 1 項人格疾患的診斷，最普遍的是邊緣型人格疾患、其次是反社會與自戀人格疾患。最後，衝動控制疾患，特別是強迫性購物也很普遍。Shapira、Goldsmith、Keck、Khosla 與 McElroy (2000) 則對 20 位有問題的網路使用者進行評估後發現，所有受訪者均

符合衝動控制疾患的診斷，而且所有受訪者過去至少有一個第一軸的診斷，且 80.0% 的受試過去均符合雙極性疾患或分裂情感性疾患，相對較少出現憂鬱疾患（15%）與強迫性疾患（20%）。

Ko、Yen、Chen、Chen 和 Yen（2008）則是針對大學生網路成癮的問題與憂鬱疾患、社交恐懼症與成人的注意力缺失/過動疾患的關係進行研究，結果發現成人的注意力缺失/過動疾患及憂鬱疾患與網路成癮相關。Yen、Chen、Tang 與 Ko（2009）除了繼續探究網路成癮與成人注意力缺失與過動疾患間的關係之外，他們更進一步檢查網路成癮與注意力缺失、過動或衝動性之間的關係、以及性別在網路成癮與注意力缺失、過動、以及衝動性之間是否具調節作用。結果發現，成人注意力缺失與過動疾患與網路成癮相關，其中又以注意力缺乏的症狀與網路成癮相關最高、其次是衝動性的症狀，進一步檢查性別因素後發現，對女大學生而言，注意力缺乏的症狀與網路成癮有更顯著的相關。

Bernardi 與 Pallanti（2009）則是從 50 位門診病人中進行網路成癮的篩選並排除單一目的網路使用者（例如只玩遊戲），結果篩選出符合標準的 9 位女性與 6 位男性。在 15 位受試中，有 14% 符合注意力缺失/過動疾患、7% 符合輕躁症、15% 符合廣泛性焦慮疾患與社交恐懼症、7% 符合輕躁症與強迫性人格疾患、14% 符合邊緣性人格疾患、7% 符合畏避型人格疾患、並有 1 位暴食症。Allison、von Wahlde、Shockley 與 Gabbard（2006）的個案研究中也發現當事人同時有強迫症、廣泛性焦慮疾患、以及重度憂鬱症等診斷。

此外，有 5 篇研究針對兒童青少年網路成癮的共病問題進行探究，Yoo 等人（2004）發現小學兒童的網路成癮與注意力缺失過動疾患有關，Ha 等人（2006）分別從 63 位與 170 位符合網路成癮診斷的兒童與青少年中各隨機抽取 12 位，施予最近狀態的精神病評估，結果發現 12 位符合網路成癮診斷的兒童中，有 7 位被診斷出注意力缺失與過動疾患，12 位符合網路成癮的青少年中則有 3 位符合重度憂鬱疾患的診斷、1 位符合精神分裂的診斷、以及 1 位符合強迫性疾患的診斷。Cao 等人（2007）則發現青少年的網路成癮與衝動性有關，在 64 位符合網路成癮診斷標準的青少年中，有 14 位符合注意力缺失與過動疾患的診斷。

Frolich、Lehmkuhl 與 Dopfner（2009）則探究與證實了兒童青少年注意力缺失與過動疾患與電腦遊戲的成癮有關。Ko、Yen、Chen、Yeh 與 Yen（2009）更進一步以台灣國中學生為對象，探究精神症狀對網路成癮的預測價值、以及其中的性別差異，研究結果發現：憂鬱、注意力缺失與過動疾患、社交恐懼症、以及敵意可以預測 2 年後網路成癮發生與否，而其中敵意與注意力缺失過動疾患分別是預測男、女青少年網路成癮最有力的因子。

如 Ko 等人（2008）所言，由於 2 種疾患的共病可能指出一種因果關係或是共同病因，因此評估是否有共病的其他心理疾患與網路成癮發展與維持的相關性乃極為重要，加上，共病通常與較差的預後相關，因此，瞭解與網路成癮共病的其它心理疾患，對於網路成癮的預防與處理有積極的啟示、甚至得以掌握此種失功能底下的潛在機制（underlying mechanism）。

目前對於網路成癮究竟代表的是潛藏的心理疾病的一個顯現、或者是一個獨立存在的疾病尚未清楚，尤其目前經常發現網路成癮存在於許多共病情境的脈絡下，讓孰因孰果的論斷更為複雜，因此現在要將網路成癮視為是一個獨立的精神疾病尚言之過早，Yellowlees 與 Marks（2007）也認為以目前缺乏完善方法論的實證研究結果尚不足以確認網路成癮為一種心理疾病。Morahan-Martin（2005）認為兩種疾病共病的現象無法決定病因學上的方向，在目前有限的研究現況下，他認為目前將網路濫用與其他心理疾病視為同時存在且不要認定其一是另一個的原因或症狀，可能更具生產性，因此，de Abreug、Karam、Goes 與 Spritzer（2008）呼籲未來研究應釐清其間的關係。

非疾病論點的其他觀點

一、網路是其他心理疾病表達其病態或症狀的平台

在網路成癮與其他臨床症狀或精神疾病共病的研究中，許多學者均提出了非常類似的觀點，即網路成癮截至目前為止，尚未有足夠的證據支持其為一個獨立的心理疾患。共病研究的發現不得不讓我們思考到，網路其實提供了一個新的平台，讓罹患精神疾病的病人得以有不同的方式，表達出其原本即已存在的問題或症狀。陳淑惠（2003）在一篇「擬像世界中的真實心理問題？從心理病理實證研究談起」之論述文章便點出了這個現象。

事實上，在一篇探究病態的性問題與網路色情圖片瀏覽的個案研究中，Stein、Black、Shapira 與 Spitzer（2001）即指出，網路已經成為一個用以表達不同症狀的重要處所（location），Morahan-Martin（2005）也有類似的論述，他指出網路正在重新定義病態是如何被表達的，他以 paraphilias 為例，說明因為網路的特性，使得網路提供一種新的管道（channel）去表達。他更指出，在網路特殊的環境下，病態被表達出來的方式可能也有了改變，他以線上賭博為例，說明其可能是舊行為的一種新形式，然而其模式可能不同於非網路的賭博。

Kratzer 與 Hegerl（2008）透過結構式的精神疾病診斷訪談篩選出 30 位病態的網路使用者，同時另外找出 31 位密集使用網路但未達到病態性網路使用者，結果發現，在 30 位病態性使用網路者之中，就有 27 位有一種精神疾病的診斷，其中 50% 是焦慮疾患；相對的，在無病態性網路使用的 31 位密集網路使用者當中，只有 7 位有一種精神疾病的診斷。由上可知，在病態性網路使用者中，有相當高比例的人同時存在其他心理疾患，作者因此認為這樣的實證資料，對網路成癮作為一個普遍且獨立的疾患，提供了反證，同時他們認為此一現象可能表示網路成癮只是另一種精神疾患的結果或症狀。另一篇名為「網路成癮：新時代的診斷或舊時代問題的症狀」的文章亦討論了類似的議題（Collier, 2009）。

Shaffer、Hall 與 Bilt（2000）認為聚焦於網路，而非網路特定活動是錯誤的方向，問題不在於網路本身，而是在於人們在網路上所從事的特定活動。自從 Young（1998）發現當網路使用者使用更多具人際互動本質的應用程式時，就愈容易提高其網路成癮的風險，後續愈來愈多研究有同樣或類似的發現（林以正，2000；韓佩凌，1999；Pratarelli et al., 1999）。Morahan-Martin（2005）更進一步呼籲，不應該將焦點放在網路濫用這樣一個大的單一概念，概念化與探究特定網路活動的各種不同失調模式才更有助益，他並引述 Holmes 的一段話「人們是沉溺於網路上的活動、而不是網路，就像是人們是沉溺於性，而非性圖片所在的雜誌或光碟」。

二、網路成為現實困難或情緒困擾的避難空間

網路是一個容易接觸與取得的媒介，在人們感覺到現實生活的困難或問題、或經驗到難以忍受或消化的情緒或感覺時，可以透過網路這個空間，暫時避開或阻隔困難的現實/感受。

在 Young（1998）八題的診斷量表中，最後一題「你將網路的使用當成是逃避問題或減輕煩躁情緒的方法嗎？」就已注意到網路使用與情緒舒緩之間的關係，當學生面臨生活壓力時，投入網路最大的動機或滿足即是情緒或壓力抒解（褚志鵬、林珍如、陳國文，2008；韓佩凌，1999），而方紫薇（2002）也發現高低網路沉迷組在情緒調節上有顯著差異，高網路沉迷組在現實生活中較壓抑逃避且較多以網路抒發情緒。王智弘（2008）在討論網路成癮的成因時，也指出將網路作為生活問題的避難所即為個人心理因素、抑或是現實生活的推力之一。

Morahan-Martin 與 Schumacher（2003）也發現寂寞者更常因為心情低落或焦慮而上網、當他們感到疏離時，上網能讓他們感到全神貫注。Whang 等人（2003）則發現，網路成癮者較可能的網路成癮者與非成癮者有更多逃避現實的現象，Kwon、Chung 與 Lee（2011）對成癮於網路遊戲

的青少年所進行的探究同樣指出沉浸於網路遊戲乃是為了逃避自我與現實。Turkle (1984) 研究中的當事人便提到「就坐在螢幕前，其他什麼事也不想，因為如果能如此投入，你就不會想到煩惱事，不會想到你的難題」。Schimmenti 與 Caretti (2010) 則從精神分析的觀點指出，新科技是高度互動的，他們促成想像的涉入，並令人得以產生不同自我狀態的經驗，像是那些包含退縮或「心靈避難」(psychic retreat) 的經驗。

因此，從這個角度觀之，網路世界提供了人們最便捷且廉價的空間，可以快速逃離或避開現實生活的難題，而這與心情煩躁時大睡一覺、拿起手邊的書刊躲進書海世界、或遁入白日夢的幻想天地，在從現實世界遁逃並避開難耐的惱人情緒一事上，本質是相同的。真正的問題在於逃避之後有沒有重回現實，是暫時逃避、還是持續逃避，前者可以紓解情緒並重回現實，不僅不是病態行為，更是重要的自我保護機制，然而後者則將因長期逃避而造成情緒或現實問題的持續或加劇，並因而造成身心問題，需要進一步的介入與協助。

三、網路使用作為心理成長的媒介

與非成癮者相較，網路成癮者更常使用具人際互動本質的應用程式，已受到許多研究的一再確認，然而上網時間過長究竟是成癮、抑或是健康的社會互動？Grohol (1999) 認為網路成癮的研究隱含著病態化網路關係的現象，他認為許多網路研究者隱含假設一線上人際互動與網路人際關係劣於真實生活的人際關係，然而並沒有任何研究證實那些偏好線上關係甚於真實關係的人適應較差或生活品質較差，它只是一種不同的互動方式，不見得是一種較差品質的互動。事實上，因為線上關係獨特的心理元素，對某些人而言，線上關係可能具有更高的品質或價值，例如匿名性促成更真誠的互動、以及較現實更大、更多元的人際組成提高獲得志同道合友誼的機會。在一個橫跨 13 個國家超過 2 萬人的大型研究中，我們可以看到網路的使用確實能增進使用者的社交生活 (Amichai-Hamburger & Hayat, 2011)

更積極的來看，網路也提供個人一個自我認同探索、人我關係試驗、社交技巧練習、甚至是心理困擾解決的地方。Bargh、McKenna 與 Fitzsimons (2002) 的實驗結果發現，與面對面的互動方式相較，網路上的互動使得人們更能呈現出其真實或內在自我，並更能被他人所接納。Morahan-Martin (1999) 對寂寞與網路使用/濫用關係的探究也指出，除了負向影響之外，寂寞的人使用網路可能感覺到被接納、因而提升自尊，有機會學習社交技巧並將之應用到真實世界、或者在其中實驗自我呈現的風格與社會互動模式、進而改變自我認同。

Turkle (1984) 則發現雖然 MUDs 的使用者每月上網時數已超過 100 小時，而且對其現實生活造成重大干擾或妨礙，然而的確有些使用者能在此一歷程中體驗到心理治療的經驗，他們在網路上扮演不同的角色、試驗不同的人格、擴展更多元的自我形貌、甚至透過虛擬社群關係解決其心理問題，但她也承認，有些人使用網路不是再一次的處理、而是再一次行動出 (acting out) 他們真實生活中的困難，換言之，社會互動網站在修通與重覆之間同時存在可能性。她在另一篇論文中指出由於虛擬人際社群具備持續性、匿名性、不可見性、以及多樣性，使得使用者在其中得以對自我進行建構與再建構 (Turkle, 1994)。

四、從網路成癮到有問題的網路使用

國內多數研究採用網路成癮或網路沉迷之學術用語 (王智弘, 2008)，且如王智弘 (2009) 觀察發現，兩個辭彙常被交替使用。當我們回顧國內期刊論文時發現，使用網路成癮一詞者約 3 倍於網路沉迷，當檢視其英譯時更發現，幾乎大部分為「internet addiction」，少數使用「excessive internet use」、「heavy internet use」、「problematic internet use」、「pathological internet use」等名詞。相較之下，我們發現許多國外學者開始使用其他辭彙來指稱或描述因網路使用而造成傷害或問題的現象，例如：「頻繁的網路使用」(frequent internet use) (Leon & Rotunda, 2000)、「過度的網路使

用」(excessive internet use/Internet overuse) (Kratzer & Hegerl, 2008)、重度/較重度的網路使用 (heavy/heavier internet use) (Armstrong, Phillips, & Saling, 2000)、網路濫用 (internet abuse) (Morahan-Martin, 2005)、無法自我管理的網路使用 (unregulated internet usage) (LaRose, Lin, & Eastin, 2003)「不健康的網路使用」(unhealthy internet use) (Scherer, 1997)、「強迫性的網路使用」(compulsive internet use) (Black, Belsare, & Schlosser, 1999; Meerkerk et al., 2006)、以及「有問題的網路使用」(problematic internet use) (Aboujaoude, 2010; Aboujaoude, Koran, Gamel, Large, & Serpe, 2006; Shapira et al., 2000; Shapira et al., 2003; Yellowlees & Marks, 2007) 等等。其中, 又以「有問題的網路使用」為最多學者所採用, 甚至, 我們也逐漸看到, 「有問題的網路使用」已經逐漸成為繼「網路成癮」之後, 普遍被學者所使用的一個名詞, 而這些名詞反映出的是對此現象不同的概念化。

Morahan-Martin (2008) 及 Beard 與 Wolf (2001) 均指出, 不同名詞的使用創造出網路使用者被別人如何觀看的不同內涵, 當然也反映出辭彙使用者對有問題的網路使用者之看待與理解觀點。有問題的網路使用這個辭彙相較於網路成癮, 只描繪出問題使用造成適應困難或問題之現實, 而未對此一問題是否構成疾病、以及屬於何種特定疾病給出任何預設或觀點、同時亦對非疾病本質之其他具內在適應價值的心理特徵或問題保持開放態度。雖然國內未出現表徵網路使用問題之辭彙的改變情形, 然而筆者認為部份國內學者對網路沉迷一詞的採用與國外愈多愈多學者使用有問題的網路使用之現象, 其本質意義乃是共通的。

Morahan-Martin (2005) 即指出, 從 1970 年開始, 與藥物依賴相關的行為及特定活動之間的平行關係即被描繪, 這些特定的活動包括吃、運動、看電視、購物、買電腦遊戲、賭博、以及性, 他不認可將成癮的概念這麼擴大的使用到其他具強迫性、重覆性、甚至是自我傷害性的行為 (包括網路濫用), 他認為此一作法對各種問題病因與處遇的瞭解有負面傷害。然而不可否認的, 網路成癮的確是表徵網路使用造成主觀苦惱或功能損傷最普遍的學術辭彙, 雖然有問題的網路使用已繼之成為另一個廣為接受與認可的學術用語, 目前多數投入此一研究議題的學者仍會在網路成癮的脈絡下提出這個名詞。換言之, 網路成癮一詞就像是此一研究領域的入門票, 也像是研究者進場的通關用語, 網路成癮這個概念的先驅地位可見一斑。然而網路使用所造成的問題究竟是否是成癮問題仍存在相當爭議, 是與不是的論戰仍在進行中。

在現今網路成癮與其他心理疾病共病現象如此普遍, 再加上其疾病本質存在諸多混淆與論辯的情況下, 愈來愈多學者使用「有問題的網路使用」的辭彙、以及此辭彙的定義「因網路的使用而造成主觀的苦惱或功能的損傷」的確是可理解的, 從此一角度出發將提供更大的空間進行對此一現象本質與形貌的描繪, 在此一基礎上進行實證研究也將有更多機會解決目前網路成癮研究中持續存在的論辯。

五、多向度與連續光譜的有問題網路使用

此外, 是不是只存在單一的網路使用問題樣貌 (網路成癮) 也非常值得探究, Davis (2001) 雖然從認知的角度檢視其在病態性網路使用問題的發展與維持上所扮演的角色, 然而他嘗試提出以之區分特定 (specific) 與一般性 (generalized) 病態網路使用問題的認知模式, 事實上是一種以更細緻或分化眼光看待網路使用問題的嘗試。LaRose 等人 (2003) 則不主張從疾病的觀點來看網路使用的問題, 他們認為這是自我管理能力缺損的問題, 相似的, 他們也認為此一問題從正常到有問題的連續線之間存在不同嚴重程度的表現。此外, Schimmenti 與 Caretti (2010) 則從心靈避難 (psychic retreat) 的角度檢視科技成癮的問題, 他們從臨床治療經驗中發現同樣是沉溺在網路的科技世界, 有些個案只是暫時從一個現實的痛苦事件撤退, 此一撤退雖然表面上看似適應不良, 然而實際上卻保護了個人免於內在衝突的痛苦, 然而卻也有另一些個案的網路成癮是植基於較慢性與病態的解離機制, 此一防衛機制避免了個人內在心智世界因早期依附關係的損傷所經驗到的創傷狀態。換言之, 在病態性到適應性的連續光譜之間, 看起來並不只存在一種樣貌, 這之間確

實存在多元與差異的形貌與特徵，因此，以多向度與連續光譜的觀點來看待有問題的網路使用可能更符合我們對此一現象的觀察。

結論與建議

一、結論

(一) 網路成癮是否是一個獨立存在的疾病尚未有足夠的實證支持

從 Young 開始了第一個網路成癮的實證研究後，截至目前為止已經累積了許多網路成癮相關議題的實證探究，我們發現多數學者仍然從病態的疾病觀點看待網路使用所造成的問題，審視的角度在物質成癮、行為成癮及衝動控制疾患之間移動，雖然目前的實證發現以支持衝動控制疾患為最多，然而由於診斷指標的相互重疊，因此目前尚無法斷言網路成癮是何種心理疾患，再加上網路成癮與其他臨床症狀的相關性、及其與其他心理疾病共病如此普遍的情況下，我們的確尚未有足夠的實證資料支持網路成癮為一個獨立存在的心理疾患，此一問題仍需要更多實證研究予以釐清。

(二) 除了網路成癮之外，有問題的網路使用普遍被用以描繪類似現象

網路成癮這個學術辭彙及其代表的臨床診斷與治療意義一直持續存在爭議，因此許多學者使用其他學術辭彙用以表徵類似現象，以之區別。雖然在這些學術辭彙的使用中存在許多分歧性，然而我們可以觀察到有問題的網路使用是目前相當普遍被使用的名詞，我們認為這個變化反映的是觀看角度的改變，許多學者傾向從更開放且無理論預設的角度檢視此一問題，事實上，如果只以疾病觀點看待網路使用所造成的問題，而忽略其他可能的面向，很可能造成對此現象偏頗或不完整的瞭解。

(三) 從單一觀點挪移至多向度與連續光譜的角度看待有問題的網路使用

除了疾病觀點的論述之外，我們發現對網路成癮的非疾病觀點陸續匯集成幾個重要論述，包括：網路是其他心理疾病表達其病態或症狀的平台、網路成為現實困難或情緒困擾的避難空間、以及網路使用作為心理成長的媒介。此外，因網路使用而造成的問題也不再僅被視為是一個單一現象，從病態性到適應性的連續光譜之間，確實存在多元與差異的形貌與特徵。

二、建議

(一) 對實證研究的啓示

1. 建議以開放的角度探究因網路使用而造成問題的各種形貌與特徵

除了對有問題的網路使用抱持更開放且無理論預設的觀點之外，我們亦應在對此問題單一概念或現象的理解眼光之外，再從多向度與連續光譜的角度來看待因網路使用所造成的問題，將之定義為「因網路的使用而造成主觀的苦惱或功能的損傷」，由此一立基點出發，透過開放性的檢視角度進行實證研究，描繪與勾勒出「因網路使用而造成問題」的各種形貌與特徵。在此發現導向的目的上，質性研究應是非常適切的研究範疇。

2. 建議加入對網路使用者及網路使用脈絡情境的檢視，以獲得對網路使用問題更全面而完整的瞭解

對「網路使用問題」的瞭解，很難脫離造成問題的這個「人」，也很難不從其置身處境來深入了解，人的置身處境除了外在現實世界外、還包括網路世界，這包括這個人所使用之網路應用程式或功能。此兩者共同形構出人的置身所在與環境脈絡。因此，建議未來的研究能同時對有問題的網路使用者及網路使用行為兩個角度予以檢視。

(二) 對臨床實務的啓示

1. 建議諮商心理師從多向度與連續光譜的有問題網路使用觀點理解當事人

諮商心理師可以從有問題的網路使用，而非網路成癮，來看待因使用網路而造成問題的現象。此外，有問題的網路使用形貌可能具有多向度與連續光譜的概念，是以，在適應性到病態性的光譜之間、以及在有問題的網路使用向度與特徵上可能存在多元形貌，諮商心理師應嘗試從當事人所描述之網路使用問題，勾勒與理解其有問題的網路使用特徵與樣貌。

2. 建議諮商心理師在初談或評估時，將共病現象納入觀察

在目前共病現象如此普遍的情況下，建議諮商心理師在進行諮商初談或心理評估時，應審慎瞭解有網路使用問題的當事人，是否同時存在其他臨床症狀或心理疾患，以作為後續概念化個案問題的基礎。

3. 建議諮商心理師從內在精神層次檢視有問題的網路使用之心理意涵

有問題的網路使用固然造成當事人在現實生活的功能損傷，但是諮商心理師也應注意有問題的網路使用是否是當事人避開問題情境或困難情緒的防衛機制、而其中有否存在對當事人自我認同、人際探索、或問題解決的積極意義，換言之，有問題的網路使用對當事人的內在心理意義不該被忽略。

參考文獻

- 王智弘 (2008)：網路成癮的成因分析與輔導策略。*輔導季刊*，44 (1)，1-12。[Wang, C. H. (2008). Determinants and treatments of internet addiction. *Guidance Quarterly*, 44(1), 1-12.]
- 王智弘 (2009)：網路諮商、網路成癮與網路心理健康。台北：學富文化。[Wang, C. H. (2009). *Online Counseling, Internet Addiction, & Online Mental Health*. Taipei, Taiwan: Pro-Ed.]
- 方紫薇 (2002)：高低網路沉迷者在自我認同，情緒調整及人際互動上之差異。*中華心理衛生學刊*，15 (2)，65-97。[Fang, T. W. (2002). The difference between heavy and light internet users' self identity, emotion regulation and interpersonal interaction. *Formosa Journal of Mental Health*, 15(2), 65-97.]
- 方紫薇 (2010)：網路沉迷、因應、孤寂感與網路社會支持之關係：男女大學生之比較。*教育心理學報*，41 (4)，773-798。[Fang, T. W. (2010). Relations among problematic internet use, coping, loneliness and online social support: A comparison of male and female undergraduates. *Bulletin of Educational Psychology*, 41(4), 801-826.]
- 林以正 (2000)：虛擬與真實之間：網路世界與真實生活的對比。行政院國科會專題研究成果報告 (編號：NSC 89-2413-H-002-014)。[Lin, Y. C. (2000). *Between the virtual and reality: The comparison of online world and real life*. National Science Council research report (No: NSC 89-2413-H-002-014)]
- 林以正、王澄華、吳佳輝 (2005)：網路人際互動特質與依戀型態對網路成癮的影響。*中華心理學刊*，47 (3)，289-309。[Lin, Y. C., Wang, C. H., & Wu, C. H. (2005). The influence of attachment

style and internet interpersonal interactions on internet addiction. *Chinese Journal of Psychology*, 47(3), 289-309.]

林旻沛、丁建谷、賴雅純、柯慧貞（2005）：不同成人依附型態大學生在網路成癮傾向上之差異。
中華心理衛生學刊，18（4），93-119。[Lin, M. P., Ting, C. K., Lai, Y. C., & Ko, H. C. (2005).
Internet addition among college students with adult attachment styles. *Formosa Journal of Mental
Health*, 18(4), 93-119.]

陳淑惠（2003）：擬像世界中的真實心理問題？從心理病理實徵研究談起。**學生輔導**，86，16-35。
[Chen, S. H. (2003). The real mental problem in the virtual world? The empirical studies on
psychiatric symptoms. *Students Guidance*, 86, 16-35.]

陳淑惠、翁儷禎、蘇逸人、吳和懋、楊品鳳（2003）：中文網路成癮量表之編製與心理計量特性
研究。**中華心理學刊**，45（3），279-294。[Chen, S. H., Weng, L. J., Su, Y. J., Wu, H. M., &
Yang, P. F. (2003). Development of a Chinese internet addiction scale and its psychometric study.
Chinese Journal of Psychology, 45(3), 279-294.]

褚志鵬、林珍如、陳國文（2008）：高中學生網路使用行為、成癮狀況及戒減自我效能之調查研
究。**健康管理學刊**，6（1），73-93。[Chu, C. P., Lin, C. J., & Chen, K. W. (2008). A survey research
on the behaviors of internet usage, addiction, and self-reduction efficacy of high school students.
Journal of Health Management, 6(1). 73-94.]

游森期（2003）：臺灣地區大學生人格特質、網路成癮、憂鬱與焦慮之結構方程式模式檢定。**教
育與心理研究**，26（93），501-525。[Yu, S. C. (2003). The structural equation modeling test of
personality traits, internet addiction, depression, and anxiety. *Journal of Education & Psychology*,
26(3), 501-525.]

韓佩凌（1999）：台灣中學生網路使用者特性、網路使用行為、心理特性對網路沉迷現象之影響。
臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。[Harn, P. L. (1999). *The impact of internet
users' characteristics, behaviors, and psychological traits on Internet Addiction for Taiwanese
high school students*. Master's dissertation of Department of educational psychology and
counseling, National Taiwan Normal University.]

韓佩凌、鄔佩麗、陳淑惠、張郁雯（2007）：北部高中職學生網路沈迷模式之徑路分析研究。**教
育心理學報**，38（3），355-373。[Harn, P. L., Wu, P. L., Chen, S. H., & Chang, Y. W. (2007). A
study of the internet addiction model for northern Taiwanese high school students. *Bulletin of
Educational Psychology*, 38(3), 355-373.]

戴秀津、楊美賞、顏正芳（2004）：台灣南部青少年網路成癮及其對身心健康影響之探討。**慈濟
醫學雜誌**，16（4），241-248。[Tai, H. C., Yang, M. S., & Yen, C. F. (2004). Internet addiction

- and its impact on physical and mental health among adolescents in southern Taiwan. *Tzu Chi Medical Journal*, 16(4), 241-281.]
- Aboujaoude, E. (2010). Problematic Internet use: An overview. *World Psychiatry*, 9(2), 85-90.
- Aboujaoude, E., Koran, L. M., Gamel, N., Large, M. D., & Serpe, R. T. (2006). Potential markers for problematic Internet use: A telephone survey of 2,513 adults. *Cns Spectrums*, 11(10), 750-755.
- Allison, S. E., von Wahlde, L., Shockley, T., & Gabbard, G. O. (2006). The development of the self in the era of the Internet and role-playing fantasy games. *American Journal of Psychiatry*, 163(3), 381-385.
- Amichai-Hamburger, Y., & Hayat, Z. (2011). The impact of the internet on the social lives of users: A representative sample from 13 countries. *Computers in human behavior*, 27(1), 595-589.
- Armstrong, L., Phillips, J. G., & Saling, L. L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53(4), 537-550.
- Bargh, J. A., McKenna, K. Y. A., & Fitzsimons, G. M. (2002). Can you see the real me? Activation and expression of the "true self" on the Internet. *Journal of Social Issues*, 58(1), 33-48.
- Beard, K. W. (2005). Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 7-14.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, 4(3), 377-383.
- Bernardi, S., & Pallanti, S. (2009). Internet addiction: A descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Comprehensive Psychiatry*, 50(6), 510-516.
- Black, D. W., Belsare, G., & Schlosser, S. (1999). Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60(12), 839-844.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306-307.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XLVII, parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychological reports*, 80, 879-882.
- Byun, S., Ruffini, C., Mills, J. E., Douglas, A. C., Niang, M., Stepchenkova, S., Lee, S. K., Loutfi, J. Lee, J. K., Atallah, M., & Blanton, M. (2009). Internet Addiction: Metasynthesis of 1996-2006 Quantitative Research. *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 203-207.
- Cao, F. L., Su, L. Y., Liu, T. Q., & Gao, X. P. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. *European Psychiatry*, 22(7), 466-471.

- Charlton, J. P., & Danforth, I. D. W. (2010). Validating the distinction between computer addiction and engagement: Online game playing and personality. *Behaviour & Information Technology*, 29(6), 601-613.
- Collier, R. (2009). Internet addiction: New-age diagnosis or symptom of age-old problem? *Canadian Medical Association Journal*, 181(9), 575-576.
- Czincz, J., & Hechanova, R. (2009). Internet addiction: Debating the diagnosis. *Journal of Technology in Human Services*, 27(4), 257 - 272.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- de Abreu, C. N., Karam, R. R., Goes, D. S., & Spritzer, D. T. (2008). Internet and videogame addiction: A review. *Revista Brasileira De Psiquiatria*, 30(2), 156-167.
- Dong, G. H., & Zhou, H. (2010). Is impulse-control ability impaired in people with internet addiction disorder: Electrophysiological evidence from ERP studies. *International Journal of Psychophysiology*, 77(3), 334-335.
- Douglas, A. C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., Lee, S. K., Loutfi, J., Lee, J. K., Atallah, M., & Blanton, M. (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. *Computers in Human Behavior*, 24(6), 3027-3044.
- Frolich, J., Lehmkuhl, G., & Dopfner, M. (2009). Computer games in childhood and adolescence: Relations to addictive behavior, ADHD, and aggression. *Zeitschrift Fur Kinder-Und Jugendpsychiatrie Und Psychotherapie*, 37(5), 393-402.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addictive disorder (IAD) diagnostic criteria*. Retrieved February 21, 2011, from <http://www.psycom.net/iadcriteria.html>
- Griffiths, M. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Griffiths, M. (2000). Does internet and computer "addiction" exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology & behavior*, 3(2), 211-218.
- Grohol, J. M. (1999). Too much time online: Internet addiction or healthy social interactions? *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 395-401.
- Ha, J. H., Yoo, H. J., Cho, I. H., Chin, B., Shin, D., & Kim, J. H. (2006). Psychiatric comorbidity assessed in Korean children and adolescents who screen positive for Internet addiction. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(5), 821-826.
- Hechanova, M. R. M., & Czincz, J. (2008). *Internet addiction in Asia: Reality or myth?* Retrieved May 16, 2011, from <http://network.idrc.ca/uploads/user-S/12531993781rad4E1AD.DOC>

- Holden, C. (2001). Compulsive behaviors "Behavioral" addictions: Do they exist? *Science*, *294*(5544), 980-982.
- Huang, X. Q., Zhang, H. M., Li, M. C., Wang, J. A., Zhang, Y., & Tao, R. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with internet addiction disorder. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, *13*(4), 401-406.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, *23*(3), 212-218.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. S., Chen, C. C., & Yen, C. F. (2008). Psychiatric comorbidity of Internet addiction in college students: An interview study. *Cns Spectrums*, *13*(2), 147-153.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. S., Yeh, Y. C., & Yen, C. F. (2009). Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents a 2-year prospective study. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, *163*(10), 937-943.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Liu, S. C., Huang, C. F., & Yen, C. F. (2009). The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, *44*(6), 598-605.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., & Chen, C. C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *European Psychiatry*, *27*, 1-8.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. C., Yen, C. N., & Chen, S. H. (2005). Screening for internet addiction: An empirical study on cut-off points for the Chen Internet Addiction Scale. *Kaohsiung Journal of Medical Science*, *21*(12), 545-551.
- Kratzer, S., & Hegerl, U. (2008). Is "Internet Addiction" a disorder of its own? A study on subjects with excessive internet use. *Psychiatrische Praxis*, *35*(2), 80-83.
- Kwon, J. H., Chung, C. S., & Lee, J. (2011). The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of internet games. *Community Mental Health Journal*, *47*, 113-121.
- LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, *5*(3), 225-253.
- Leon, D. T., & Rotunda, R. J. (2000). Contrasting case studies of frequent internet use: Is it pathological or adaptive? *Journal of College Student Psychotherapy*, *14*(4), 9-18.
- Leung, L. (2004). Net-generation attributes and seductive properties of the Internet as predictors of online activities and Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, *7*(3), 333-348.

- Lin, C., Lin, S., & Wu, C. (2009). The effects of parental monitoring and leisure boredom on adolescents' internet addiction. *Adolescence*, 44(176), 993-1004.
- Meerkerk, G. J., Van den Eijnden, R., & Garretsen, H. F. L. (2006). Predicting compulsive Internet use: It's all about sex! *CyberPsychology & Behavior*, 9(1), 95-103.
- Meerkerk, G. J., Van Den Eijnden, R., Vermulst, A. A., & Garretsen, H. F. L. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some psychometric properties. *CyberPsychology & Behavior*, 12(1), 1-6.
- Morahan-Martin, J. (1999). The relationship between loneliness and Internet use and abuse. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 431-439.
- Morahan-Martin, J. (2005). Internet abuse. *Social Science Computer Review*, 23(1), 39-48.
- Morahan-Martin, J. (2008). Internet abuse: Emerging trends and lingering questions. In A. Barak, *Psychological aspects of cyberspace: Theory, research, applications* (pp. 32-69). New York, NY: Cambridge University Press.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659-671.
- Pies, R. (2009). Should DSM-V designate "Internet Addiction" a mental disorder? *Psychiatry*, 6(2), 31.
- Pratarelli, M. E., Browne, B. L., & Johnson, K. (1999). The bits and bytes of computer Internet addiction: A factor analytic approach. *Behavior Research Methods Instruments & Computers*, 31(2), 305-314.
- Scherer, K. (1997). College life on-line: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Student Development*, 38(6), 655-665.
- Schimmenti, A., & Caretti, V. (2010). Psychic retreat or psychic pits? Unbearable states of mind and technological addiction. *Psychoanalytic Psychology*, 27(2), 115-132.
- Shaffer, H. (1996). Understanding the means and objects of addiction: Technology, the internet, and gambling. *Journal of Gambling Studies*, 12(4), 461-469.
- Shaffer, H. J., Hall, M. N., & Bilt, J. V. (2000). "Computer addiction": A critical consideration. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(2), 162-168.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1), 267-272.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216.

- Shaw, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction: Definition, assessment, epidemiology and clinical management. *Cns Drugs*, 22(5), 353-365.
- Stein, D. J., Black, D. W., Shapira, N. A., & Spitzer, R. L. (2001). Hypersexual disorder and preoccupation with Internet pornography. *American Journal of Psychiatry*, 158(10), 1590-1594.
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., & Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 105, 556-564.
- Thorens, G., Khazaal, Y., Billieux, J., Van der Linden, M., & Zullino, D. (2009). Swiss psychiatrists' beliefs and attitudes about Internet addiction. *Psychiatric Quarterly*, 80(2), 117-123.
- Tokunaga, R. S., & Rains, S. A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic Internet use, time spent using the Internet, and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 36(4), 512-545.
- Turkle, S. (1984). *The second self: Computers and the human spirit*. New York, NY: Simon & Schuster.,
- Turkle, S. (1994). Constructions and reconstructions of self in virtual reality: Playing in the MUDs. *Mind, Culture, and Activity*, 1(3), 158-167.
- Warden, N. L., Phillips, J. G., & Ogloff, J. R. P. (2004). Internet addiction. *Psychiatry, Psychology and Law*, 11(2), 280 - 295.
- Whang, L. S. M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 6(2), 143-150.
- Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). 'Internet Addiction': A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 31-51.
- Yellowlees, P., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447-1453.
- Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Chen, C. S., & Chen, C. C. (2009). The association between harmful alcohol use and Internet addiction among college students: Comparison of personality. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 63(2), 218-224.
- Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., Tang, T. C., & Ko, C. H. (2009). The association between adult ADHD symptoms and Internet addiction among college students: The gender difference. *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 187-191.
- Yen, J. Y., Ko, C.H., Yen, C. F., Chen, S. H., Chung, W. L., & Chen, C. C. (2008). Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry & Clinical Neurosciences*, 62(1), 9-16.

- Yoo, H. J., Cho, S. C., Ha, J. Y., Yune, S. K., Kim, S. J., Hwang, J., . . . Lyoo, I. K. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and Internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 58(5), 487-494.
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: A case that break the stereotype. *Psychological reports*, 79, 899-902.
- Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, K. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241-246.
- Young, K. S., & de Abreu, C. N. (2010). *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Hoboken, New Jersey: Wiley.
- Young, K., Pistner, M., O'Mara, J., & Buchanan, J. (1999). Cyber disorders: The mental health concern for the new millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 475-479.
- Young, K., & Rogers, R. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.

收稿日期：2011年08月29日

一稿修訂日期：2012年03月06日

二稿修訂日期：2012年03月29日

三稿修訂日期：2012年06月25日

四稿修訂日期：2012年09月11日

五稿修訂日期：2012年09月26日

接受刊登日期：2012年09月11日

Bulletin of Educational Psychology, 2013, 44(4), 773-792

National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Is internet addiction a mental disorder? A review of empirical and conceptual studies

Shao-Ling Hsu

Education institution & counseling center,
National Chiao Tung University

Hsiang-Ju Shih

Department of educational psychology and
counseling
National Hsinchu University of Education

This paper aimed to sort out how researchers' view of the internet addiction phenomenon evolved by providing an integrated review of the related empirical and conceptual studies. We found there was a transition from a pathological disease perspective to a non-pathological adaptation perspective. On the one hand, the view point about internet addiction's essence of disease was moving from substance abuse to the impulsive control disorder which is supported by majority of researches; on the other hand, due to the researches on comorbidity, whether internet addiction is a solitary disorder or not needs to be further examined. Besides, other non-pathological assumptions were discussed in this paper. "Problematic internet use" is becoming the popular term as multidimensional and continuum spectrum perspectives toward IAD were sprouted in related references. Therefore, we recommend that future researchers exam the internet addiction phenomenon with broader perspectives taking into account the users and using conditions to figure out its various appearances and characteristics. For clinical practice, we recommend counselors to understand clients with an open mind and to explore their meaning of internet use at the inner psychological level.

KEY WORDS: compulsive internet use, internet addiction, mental disorder, problematic internet use, psychic retreat