

投稿類別：教育類

篇名：

社交軟體對生活上的佔用

作者：

陳威洋 新北市立秀峰高級中學 高二 1 班

李治齊 新北市立秀峰高級中學 高二 1 班

涂詠睿 新北市立秀峰高級中學 高二 1 班

## 壹●前言

### 一、研究動機

現在的人們手上都人手一隻手機，不論是火車上、公車上、學校、路上都可以看到人們在使用手機，而走過去時經常看到大家幾乎都在使用 FB、LINE 之類的社交軟體，比起很多人都說在玩遊戲我看到的居多都是在使用社交軟體，究竟社交軟體有什麼吸引力，又會對我們帶來什麼影響呢？就讓我們藉著這篇論文來探討吧。

### 二、研究目的

- (一) 了解為何大家使用社交軟體的量如此頻繁
- (二) 探討社交軟體對大家的影響及自己對社交軟體使用的認知（問卷調查）

### 三、研究問題

- (一) 是否有過度使用FB等等的軟體？
- (二) 對大家來說，社交軟體會帶來什麼影響？

### 四、研究方法

我們用問卷的方式，先搜集和討論有關論文寫作的資料，然後利用網路尋找有關社交軟體的資訊，最後弄成一張問卷來調查大家對社交軟體使用上的的看法。

### 五、研究流程

研究動機 → 蒐集資料 → 互相討論 → 發放問卷 → 結果討論 → 結論



(三) Instagram

這也就是所謂的IG，純粹的分享圖片、影片，可以簡單留個言之類的，意外地在國內國外都很有名氣。



圖五 Instagram Logo



圖六 Instagram 介面

三、社交軟體的狀況

(一) 依賴問題

許多人會用手機上社交軟體，然而久而久之有人會成了一種習慣，打開手機就是打開社交軟體，久而不上會不習慣，無聊、繁瑣的小時間時也會打開，和人的交流也多在社交軟體上，比起在面對面的交談上，在社交軟體上的交談還來的多，也許明明同一桌吃飯，也要用社交軟體來交流，也許誇大了點，但也是真的有這種情形。

(二) 占用問題

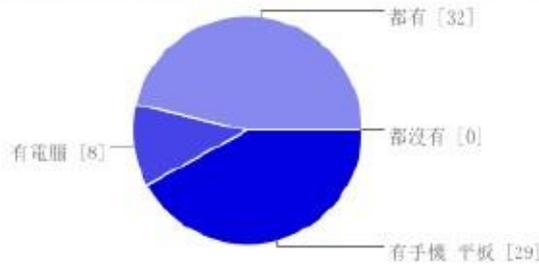
許多人使用社交軟體可能會有這種感覺，我原本要看書、寫作業，開啟社交軟體，說著用一下，結果好幾個小時過去了，自己可能沒有自覺，但往往人們使用在社交軟體的時間，都會有1個小時上下的時間，我們不會注視著它，可是零散用一下、用一下就成了可觀的數字，可能聊一下天，半個小時就過去了，許多人會沒有自覺，然後在社交軟體上花了過多的時間，而發現自己的事情拖延了。

四、問卷調查

我們的問卷調查是放在網路上的，統計出來填寫的人有 69 人，以下是針對問卷部份進行的分析：

(一) 請問你/妳有手機電腦或平板嗎?(都沒有請至12題)

1.請問你/妳有手機電腦或平板嗎?(都沒有請至12題)



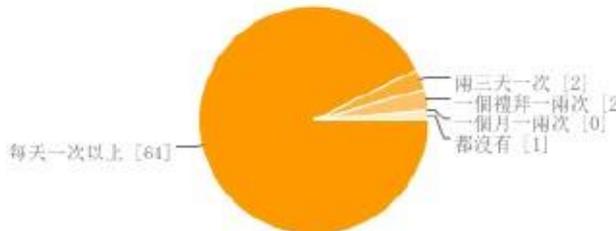
有手機 平板	29	41.4%
有電腦	8	11.4%
都有	32	45.7%
都沒有	0	0%

圖七 有無手機電腦或平板之統計圖

由上圖可知，都有和單有手機、平板的人居多。

(二) 請問你/妳平時多久用一次手機電腦呢?

2.請問你/妳平時多久用一次手機電腦呢?



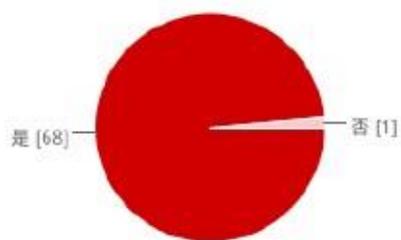
每天一次以上	64	91.4%
兩三天一次	2	2.9%
一個禮拜一兩次	2	2.9%
一個月一兩次	0	0%
都沒有	1	1.4%

圖八 使用手機或電腦統計圖

由上圖可知，多數人每天上線的比例偏高，其他的比例都偏少。

(三) 手機或電腦 是否有灌社交軟體(FB LINE IG等等)

3.手機或電腦 是否有灌社交軟體(FB LINE IG等等)



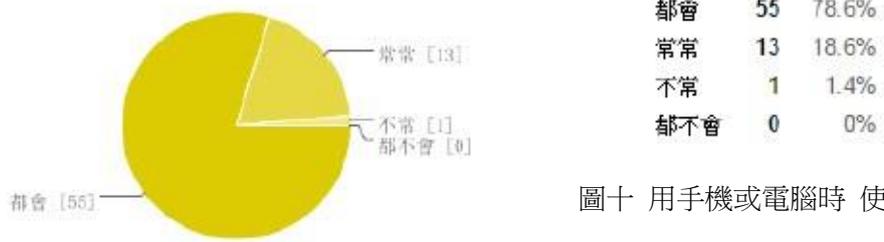
是	68	97.1%
否	1	1.4%

圖九 有無安裝社交軟體統計圖

由上圖可知，多數人的手機一定會安裝社交軟體。

(四) 用手機或電腦時 是否每次會打開社交軟體(LINE FB)

4.用手機或電腦時 是否每次會打開社交軟體(LINE FB)

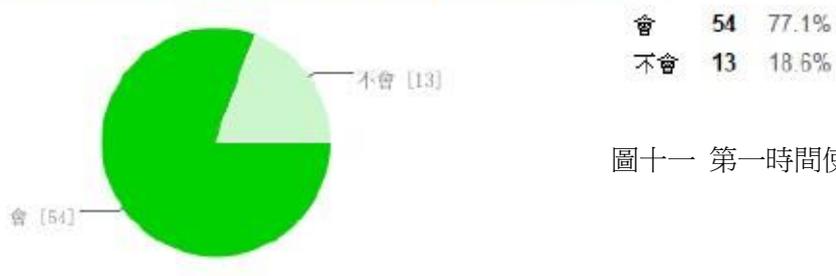


圖十 用手機或電腦時 使用社交軟體統計圖

由此上圖可知，當使用電腦或手機時都會開社交軟體的比例高，其餘也是常常開。

(五) 當你/妳打開手機或電腦時的第一時間是否會打開社交軟體

5.當你/妳打開手機或電腦時的第一時間是否會打開社交軟體

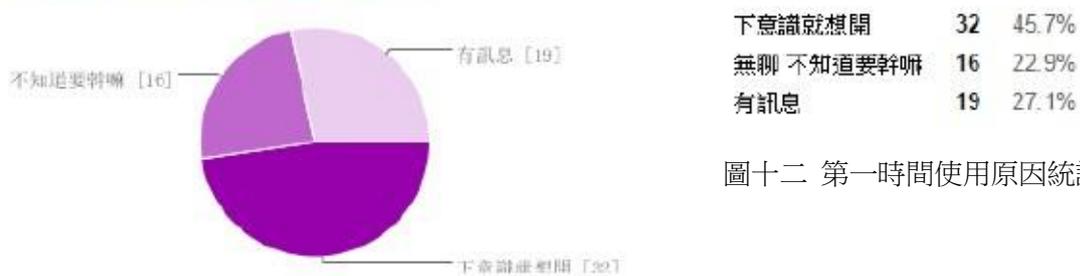


圖十一 第一時間使用社交軟體統計圖

由圖可知，許多人第一時間都是會打開社交軟體的。

(六) 承上題 當你/妳打開時是因為什麼

6.承上提 當你/妳打開時是因為什麼

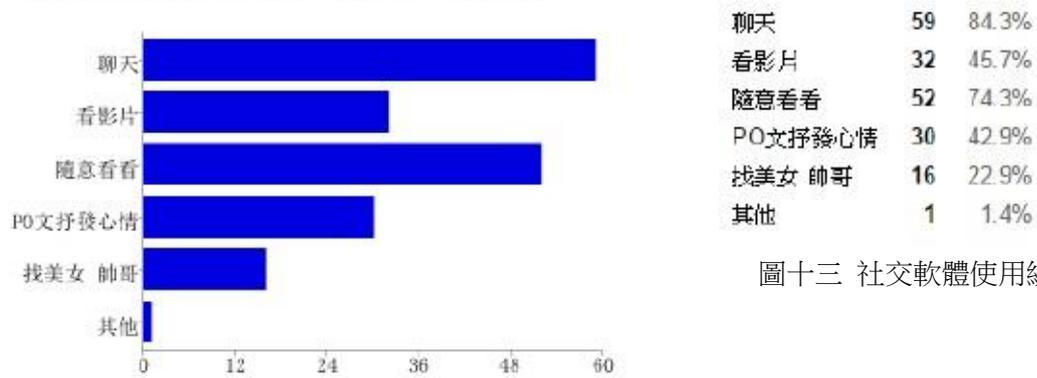


圖十二 第一時間使用原因統計圖

由上圖可知，45%的人已成了一種習慣，總是下意識就會去開，而另外的22%無聊，也是一種沒事就會去開社交軟體的習慣，人們形成一種自動會去開啟社交軟體的習慣，雖然不能說一定是壞，但是有些過度依賴。

(七) 當你/妳在使用社交軟體時 通常都在做甚麼?

7.當你/妳在使用社交軟體時 通常都在做甚麼

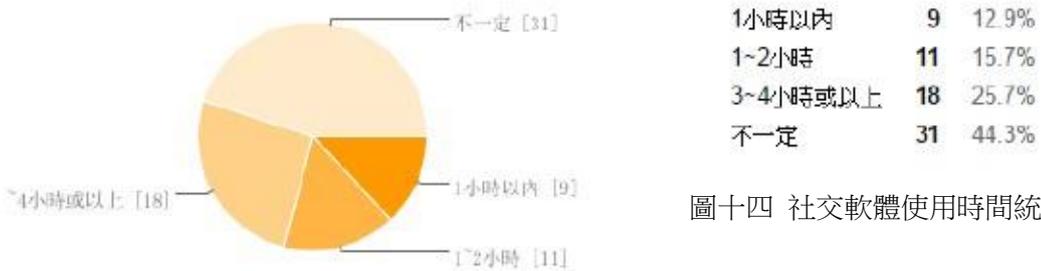


圖十三 社交軟體使用統計圖

由圖所知，聊天及隨意看看的比率較多。

(八) 請你/妳自認平時使用社交軟體的時間

8.請你/妳自認平時使用社交軟體的時間

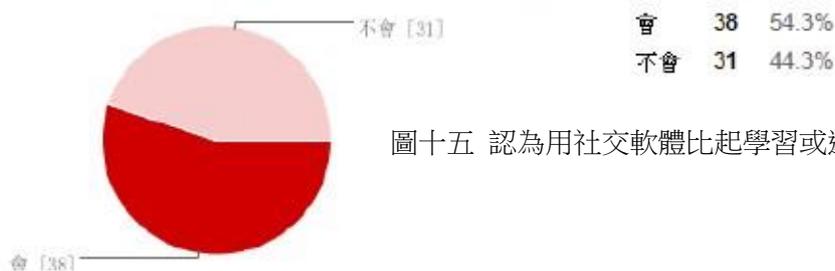


圖十四 社交軟體使用時間統計圖

由圖可知，多數人認為時間不一定，出乎意料的是，3~4小時或以上的人佔了 25.7%，原本預測是 1~2 小時以內的人較多。

(九) 有沒有覺得自己的在社交軟體上的時間比起在遊戲或學習上的時間少

9.有沒有覺得自己的在社交軟體上的時間比起在遊戲或學習上的時間少



圖十五 認為用社交軟體比起學習或遊戲時間少統計圖

由圖可知，半數的人認為在學習或遊戲的時間上比社交軟體多，而另一半的人則認為自己在社交軟體上的時間比學習或遊戲的時間來的多，半數人有感覺都把時間花在社交軟體上很多，這就是我們前面所提到的佔用問題。

(十) 是否會在遊戲或是吃飯中的小空檔滑滑FB LINE等社交軟體

**10.是否會在遊戲或是吃飯中的小空檔滑滑FB LINE等社交軟體**



圖十六 是否在小空檔使用社交軟體統計圖

由圖可知，會在空檔裡上社交軟體的人占大多數，以前的人會裡用這種小空檔來做不一樣的事，而現在的人都把時間花在手機上。

(十一) 會不會覺得自己在使用社交軟體上 拖延一些事(睡眠 功課之類的)

**11.會不會覺得自己在使用社交軟體上 拖延一些事(睡眠 功課之類的)**

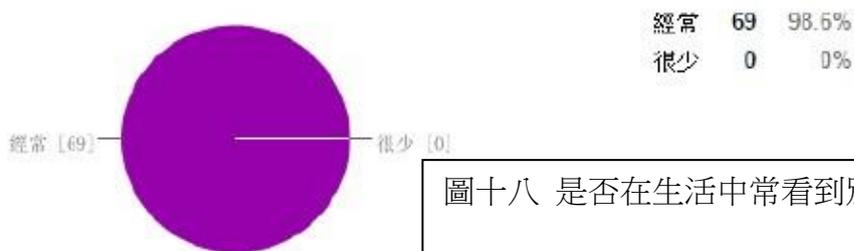


圖十七 使用社交軟體是否會影響到其他事情統計圖

由圖可知，很多人都會把時間花在社交軟體身上，常常會影響到原本應該做的事情，而大多數人數都有自覺，但是卻無法改變。

(十二) 在生活中 是不是經常看到別人在使用社交軟體

**12.在生活中 是不是經常看到別人在使用社交軟體**



圖十八 是否在生活中常看到別人在使用社交軟體

由圖可知，大家在生活上幾乎都會看到別人在使用社交軟體，社交軟體已經成為了許多人的必需品之一，和生活密不可分，經常會過度依賴社交軟體，導致許多問題。

### 參●結論

經由上述問卷的分析，總和來說有以下三點：

- 一、大部分的人都有使用社交軟體的習慣。使用社交軟體的時間日益增長。
- 二、日常生活中，處處可見的手機通訊軟體已經融入我們的生活了，不管在何時何地做什麼事，都會不自主地拿出手機來打卡、聊天等...
- 三、隨著使用社交軟體的習慣以後，人們會在淺意識之下拿出手機來使用，卻沒有目的滑手機，而拖延了許多做正事的時間。

我們覺得社交軟體已竟漸漸融入我們的生活，慢慢地佔據人們的時間，在淺意識之下漫無目的的拿出手機來觀看，而導致生活作息不正常的現象，這將會導致該做的事情而沒有做完。也會影響正常人的生活作息，雖然不能說完全不能使用通訊軟體，但也不能過度使用，在某種程度上通訊軟體是讓人們更方便於溝通與社交，但過與不及都是不太好的行為。

### 肆●引註資料

- 一、張純富(2013)。社交網站人際關係維繫之研究：以Facebook為例。台灣：致知學術。
- 二、Matthew A. Russell(2013)。社群網站的資料探勘。台灣：歐萊禮。
- 三、(加)弗雷澤(2013)。社交網絡改變世界。台灣：中國人民大學出版社。
- 四、Facebook。2015/3/30 取自 <http://www.facebook.com/>。
- 五、維基百科。2015/3/30 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki>。