



# 諮商心理與復健諮商學報

Journal of Counseling Psychology & Rehabilitation Counseling

<第四十卷 2 期>

發行人 王政彥（國立高雄師範大學）  
出版者 國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所  
主 編 刑志彬（國立高雄師範大學）

編審委員 （按姓氏筆畫排列）

王玉珍（國立台灣師範大學）	吳明宜（國立高雄師範大學）
吳芝儀（國立嘉義大學）	林真平（國立高雄師範大學）
卓紋君（國立高雄師範大學）	夏允中（國立高雄師範大學）
徐西森（國立高雄師範大學退休）	連廷嘉（國立臺南大學）
陳靜江（國立高雄師範大學退休）	陳婉真（國立政治大學）
許育光（國立清華大學）	葉光輝（中央研究院）
賴陳秀慧（國立高雄師範大學）	

執行編輯 林真平（國立高雄師範大學）

編輯助理 李映儒

編輯說明

- 一、本學報創刊於中華民國八十五年十一月，原名為「諮商輔導文粹」，民國九十二年改名為「諮商輔導學報：高師輔導所刊」，民國一〇一年更名為「諮商心理與復健諮商學報」。
- 二、本學報自九十二年六月第八期起每年出版二期。
- 三、本學報的稿件刊登順序，依審查完成日期排，中文稿件在前，外文稿件在後。

審稿委員 （按姓氏筆畫排列）

刑志彬（國立高雄師範大學）	陳殷哲（國立清華大學）
陳婉真（國立政治大學）	韓佩凌（玄奘大學）

**Publisher** Wang, Cheng-Yen, National Kaohsiung Normal University

**Published by** Graduate Institute of Counseling Psychology & Rehabilitation Counseling/  
National Kaohsiung Normal University

**Editor in Chief** Hsing, Chih-Pin, National Kaohsiung Normal University

### **Editorial Board Members**

**Chen, Ching-Chiang**, National Kaohsiung Normal University Retired

**Chen, Wan-Chen**, National Chengchi University

**Cho, Wen-Chun**, National Kaohsiung Normal University

**Lai, Sofia Hsiou-Huei**, National Kaohsiung Normal University

**Lin, Chen-Ping**, National Kaohsiung Normal University

**Lien, Ting-Chia**, National University of Tainan

**Shyu, Shi-Sen**, National Kaohsiung Normal University Retired

**Shiah, Yung-Jong**, National Kaohsiung Normal University

**Hsu, Yu-Kuang**, National Tsing Hua University

**Wang, Yu-Jen**, National Taiwan Normal University

**Wu, Ming-Yi**, National Kaohsiung Normal University

**Wu, Chih-Yi**, National Chiayi University

**Yeh, Kuang-Hui**, Academia Sinica

### **Acting Editors**

**Lin, Chen-Ping**, National Kaohsiung Normal University

### **Publication Assistants**

**Lee, Ying-Ru**

### **Board of Reviewers**

**Hsing, Chih-Pin**, National Kaohsiung Normal University

**Chen, Yin-Che**, National Tsing Hua University

**Chen, Wan-Chen**, National Chengchi University

**Harn, Pay-Ling**, Hsuan Chuang University

## 主編的話

心理諮商與復健諮商逐漸成為守護國人心理健康、職場就業的穩定力量，在中央各部會、各縣市政府願意投入心理諮商相關資源，也同時為身心障礙族群建立更為友善與實踐的就業環境，本所積極投入心理諮商與復健諮商專業人才的培訓，實踐並提升人類幸福感的專業服務，因此，本所在此社會使命之下積極投入相關研究的發表與開展。而榮幸地承蒙各界先進的支持，《諮商心理與復健諮商學報》（原《輔導諮商所刊》）已發行至第 40 期，是國內心理諮商領域具有一定歷史脈絡的學術刊物。雖然學術期刊在經營上有其辛苦之處，但是本學報秉持提供諮商心理與復健諮商相關領域之專家、學者、教師及研究生發表研究成果與交流專業理念的平台，持續提供讀者多篇豐富且多元的稿件，建請學術界的師長、同好、以及研究生們不吝賜稿。

本期共刊登兩篇文章，包含各類諮商心理實務工作經常需要面對的重要議題與對象。第一篇研究是發展一份針對憂鬱、焦慮和壓力核心特質之 DASS-12 簡式篩檢量表，研究進行量表的信效度、鑑別力及實測分析，後續可以提供諮商心理實務與後續研究之應用；第二篇研究則是採用縱貫研究設計，探討自尊在神經質與網路成癮關係中的中介效果，研究發現自尊在神經質與網路成癮關係中所扮演的完全中介角色，在後續預防青少年網路成癮的應用上提出具體建議。

本學報每期約刊登二到六篇論文，採隨到隨審方式，審稿與編輯等程序嚴謹。每篇投稿論文皆送請兩位以上在相關領域有傑出成果的審查委員進行匿名審查，透過專業審查意見的交流與修正，審查通過後刊登。有關本學報論文性質與投稿方式等訊息，請詳閱高師大諮商心理與復健諮商研究所網頁之徵稿簡介等相關內容，歡迎諮商、心理及復健諮商等相關領域之專家、學者與各校師生踴躍投稿、交流與支持。

國立高雄師範大學  
諮商心理與復建諮商研究所

所長



敬啟

民國 114 年 12 月



# 目 錄

01. 憂鬱焦慮和壓力簡式篩檢量表 DASS-12 之發展與  
應用實測研究
- 

許家驊 · 07

02. 高中職學生神經質與網路成癮之追蹤性關聯：自尊  
的中介效果
- 

鄭麗瑄、林旻沛 · 29





# 憂鬱焦慮和壓力簡式篩檢量表 DASS-12 之 發展與應用實測研究

許家驊

國立嘉義大學教育學系

通訊作者：許家驊；任職機構：國立嘉義大學教育學系

電子郵件：jhs@mail.ncyu.edu.tw

---

## 摘要

因 DASS-21 精簡版量表部份題目可能涉及所屬特質外之其他干擾因素，恐有應用篩選混淆之虞，故本研究發展聚焦憂鬱、焦慮和壓力表現核心特質之 DASS-12 簡式篩檢量表，作為學校輔導、臨床或諮商心理、精神醫療實務工作者進行負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之心理衡鑑及快速篩檢工具。採隨機及叢集取樣對嘉義縣市國小六年級學生施測量表後，進行信效度、鑑別力及實測分析，結果發現量表信效度及鑑別力良好，負向情緒向度內含憂鬱、焦慮和壓力三層面，不同性別學生之負向情緒整體、憂鬱、焦慮和壓力表現均具顯著差異，T 分數剖面圖亦顯示此項趨勢，故本量表品質良好並具使用實效。之後再提出本量表之應用參考指引及建議，含量表實施、分數意義區分參考尺度及使用建議。

**關鍵詞：**心理衡鑑、DASS-12 簡式篩檢量表、憂鬱、焦慮、壓力

## 壹、緒論

COVID-19 疫情 (COVID-19 pandemic) 自 2019 年末現蹤以來，歷經 2020 年的爆發、2021 年至今的延續及變異，曾帶給世界各國民眾在日常生活、經濟、文化、教育與學習、醫療、社會及人際互動、個人心理調適乃至於國際交流等各方面活動的巨大衝擊與變動，其中輔導與諮商工作的推展同樣也受到嚴重影響。

雖然臺灣在上述疫情前段嚴守邊境、有效遏止及降低 COVID-19 疫情對臺灣的衝擊，臺灣民眾各項活動在前段未受影響而正常運作，但在 2021 年 1 月部桃事件（衛生福利部部立桃園醫院院內群聚感染事件）、2021 年 5 月華航諾富特飯店機師群聚感染擴散事件陸續發生後，行政院在同月開始提升警戒層級至二級及三級警戒，一切狀況驟然改變，世界各國民眾遇到的困境，同樣也發生在臺灣民眾身上，前述各項，自日常生活、經濟、文化、教育與學習、醫療、社會及人際互動、個人心理調適、輔導與諮商工作推展乃至於國際交流等各方面活動同樣遭受巨大衝擊與變動。

提升警戒層級的結果，使得臺灣民眾的日常生活及活動型態，以減少移動、居家進行為原則，同時需要長時間戴口罩、保持社交距離、並降低減少聚會，習以為常的傳統人際互動、情感連結及心理依附 (attachment) 型態全然改變。雖然前述各項活動很多可改以減少人際互動之遠距線上方式替代，例如轉為宅經濟、網購、線上教學、線上學習、線上會面及交流活動等，但其中仍然缺少傳統人際互動、情感連結及心理依附關係等重要元素，特別是輔導與諮商工作推展受到相關法規限制，如線上或電話等通訊心理諮商需要依衛生福利部 (2020) 修正之「心理師執行通訊心理諮商業務核准作業參考原則」，向主管機關申請核准通過後才能實施。

在前述疫情期間，甚至連輔導與諮商工作者都受到疫情影響而無法順利推展工作，更遑論有心理情緒困擾協助需求的學生及當事人更可能求助無門，加上必須減少人際互動的限制，隨之而來如美國精神醫學會出版之診斷統計分類手冊第五版 (DSM-5-TR) 中提到的無助失落 (helpless and loss)、孤獨 (loneliness)、壓力 (stress)、焦慮 (anxiety)、憂鬱 (depression or melancholy) 等種種感受日積月累 (American Psychiatric Association, 2022)，若其無法及時有效進行心理調適的話，將不利於各族群當事人 (含學生) 正向心理健康之培養。

雖然目前疫情已經解封，各項人類活動及人際互動一如疫情前正常進行，但前述疫情期間研究發現，均指出心理調適及培養正向心理健康的重要性，此一方向亦與疫情解封後之心理健康調適研究趨勢相符，說明如後。

### 一、後疫情時代的心理調適焦點議題：負向情緒憂鬱焦慮和壓力

前述疫情期間研究均指出壓力、焦慮、憂鬱係前述各項心理調適中的主要重要焦點議題，例如 Akintunde 等人 (2021) 自文獻計量分析 (bibliometric analysis) 的觀點，針對全球 132 個國家出版的 1,224 種期刊、共 5,449 份，由 24,123 位作者撰寫完成的文獻文章，分析全球科學性研究文獻所發現的 COVID-19 疫情對心理健康的影響，其中在研究焦點關鍵字部份，出現次數排名前十二名分別是 502 次的憂鬱頻率 (frequency of depression)、

449 次的衝擊 (impact)、335 次的壓力、294 次的焦慮、289 次的心理健康 (mental health)、256 次的爆發 (outbreak)、231 次的心理衝擊 (psychological impact)、224 次的健康 (health)、218 次的盛行率 (prevalence)、213 次的非典型肺炎 (SARS)、188 次的照顧 (care)、186 次的無症狀 (asymptoms)。不同國家族群範圍涵括兒童、青少年、成年人至老年人，學生、一般人、上班族、醫護人員、照顧人員、心理與精神疾病患者等。前述發現最被研究者關注的三項焦點為憂鬱、壓力、焦慮，剛好分別居於 Akintunde 等人 (2021) 研究焦點關鍵字出現次數排名發現的第一、三、四名，代表憂鬱、壓力、焦慮確為全球心理健康研究焦點。

又如 Varma 等人 (2021) 針對來自 60 多個國家的 1,653 名參與者 (平均年齡界於 29.27 至 56.53 歲間；30.3% 男性與 69.7% 女性)，使用健康問卷和狀態特質焦慮量表評估憂鬱和焦慮，使用感知壓力量表 (Perceived Stress Scale)、匹茲堡睡眠質量指數 (Pittsburgh Sleep Quality Index)、UCLA 孤獨量表 (UCLA Loneliness Scale, University of California at Los Angeles) 和簡要復原因應量表 (Brief Resilient Coping Scale) 進行問卷量表調查研究。結果發現參與者具有焦慮、壓力和憂鬱、睡眠不足的顯著症狀。前述發現最應被研究者關注的三項焦點同樣為壓力、焦慮、憂鬱，與 Akintunde 等人 (2021) 研究焦點關鍵字出現次數排名發現的第一、三、四名相同。

再如 Cruyt 等人 (2021) 在比利時首次封城期間，針對能夠上網並居住在比利時的 1,781 位成年人，使用一般健康問卷、復原力量表進行橫斷面心理健康網路調查。結果發現參與者反應了較低的心理健康狀況。總共有近半的心理健康差異可以用性別、孩子、生活空間、婚姻狀況等變項來解釋，健康條件和復原力、失去有意義的活動都與心理健康有關。

自前述疫情期間研究文獻的探討可知，最被研究者關注的三項焦點為壓力、焦慮、憂鬱，因此在 COVID-19 疫情影響期間，全球不同國家研究者關注的焦點與前述文獻探討發現一致，且不同國家族群涵括範圍也一致。

前述研究涉及的不同國家族群範圍涵括各年齡層及多元職別從業人員，因此可確認在 COVID-19 疫情影響下，全球不同國家研究者關注的研究焦點與不同國家族群的研究涵括範圍一致，且與疫情解封後之負向情緒評估及篩檢工具發展焦點趨勢相符，亦即發展負向情緒評估及篩檢工具確有其必要性 (Gondal et al., 2024; Huang et al., 2024; Jotic et al., 2022; Kohli et al., 2022; Moya et al., 2022; Öztas et al., 2023; Salinas-Rodríguez et al., 2023; Shimelash et al., 2024; Singh et al., 2024; Tan et al., 2024)。

## 二、負向情緒憂鬱焦慮和壓力的心理評估與衡鑑：DASS 量表的應用與省思

自上述疫情期間的研究發現可知在 COVID-19 影響下，對不同國家、不同族群、不同文化的當事人而言，最被研究者關注的焦點大致為壓力、焦慮、憂鬱三項，不同國家族群範圍涵括兒童、青少年、成年人至老年人，學生、一般人、上班族、醫護人員、照顧人員、心理與精神疾患患者、監獄囚犯等。

整合張春興 (1989/2006)、American Psychiatric Association (2022) 對前述三項研究焦點的觀點，壓力係指壓力是個人與環境中人、事、物互動時產生的一種心理狀態，其

乃為個人在生活中因應生活環境不斷的改變及適應環境變遷時，所導致的心理情緒上之負向主觀覺受，核心指標特質為過量之心理負荷感、情緒緊張緊繃感與受壓迫感。焦慮係指大多數人自小至大或多或少曾經歷過的不確定、不安情緒反應之心理狀態，其易導致個人感到不穩定與心中莫名害怕的負向自我感受，核心指標特質為不安及焦躁感。憂鬱係指常因自身及生活環境中的焦慮與壓力累積而產生負向情緒之心理狀態，易導致個人覺得有沮喪失落感、沒有快樂、身心健康狀況不良、飲食及睡眠品質不佳，從而影響個人的正常工作能力或生活適應，核心指標特質為沮喪失落及不快樂感。

在壓力、焦慮、憂鬱的評估上，DASS 量表（憂鬱、焦慮和壓力量表，Depression Anxiety Stress Scales）是最常被採用之心理衡鑑工具之一，DASS 量表的包含內容最初由 Clark 與 Watson（1991）提出，其認為焦慮和憂鬱情緒通常是壓力反應的一種外在表現形式，所以提出憂鬱、焦慮和壓力的三因素結構。之後由 Lovibond 與 Lovibond（1995）針對該三因素結構編製憂鬱焦慮和壓力量表 42 題（DASS-42），以評定成人憂鬱、焦慮和壓力狀況。之後再由 Antony 等人（1998）再修訂憂鬱、焦慮和壓力量表 DASS-21 精簡版（Depression Anxiety Stress Scales-21，簡稱 DASS-21），共有 21 題，適用及研究對象擴大到兒童、青少年及老年人。DASS-21 精簡版量表具有實施方便快捷、簡易獨特等特點，已被翻譯成多種世界各國語言進行不同主題及族群之應用研究，發現各具心理健康研究意義之結果（Gondal et al., 2024; Huang et al., 2024; Jotic et al., 2022; Kohli et al., 2022; Moya et al., 2022; Salinas-Rodríguez et al., 2023; Shimelash et al., 2024; Singh et al., 2024）。

自上述可知，雖然 DASS-21 精簡版量表常被使用來研究個體的憂鬱焦慮壓力負面影響，但以前述三項憂鬱、焦慮、壓力之核心指標特質檢視 DASS-21 精簡版量表，可發現各特質仍均有部份題項之敘述易與其他可能影響因素重疊混淆，例如生理及人格特質等其他因素之干擾混淆，非常可能導致增加實務應用評估上之誤判機率，因此有必要再將 DASS-21 精簡版量表針對前述三項核心指標特質進行篩選修訂，以增加憂鬱、焦慮、壓力心理衡鑑之精確程度，並將保留題目數控制在各構面至少仍有四題之範圍內，以達成構面測量至少在三題以上之基本題數目標（Hair et al., 2019）。

上述修訂亦符合精簡 DASS 量表題數之國際研究趨勢，Dominguez-Lara 等人（2024）、Lee 等人（2019）、Makara-Studzińska 等人（2022）、Monteiro 等人（2023）、Osman 等人（2014）、Xiong 等人（2025）均曾使用 DASS-12 再精簡版量表進行研究，包括發展 DASS-12 再精簡版量表，或與 DASS-21 精簡版量表或 DASS-42 量表進行比較分析，結果發現 DASS-12 再精簡版量表具有良好測量信效度且優於 DASS-21 精簡版量表或 DASS-42 量表品質。

雖然如此，但前述各研究者定義的 DASS-12 再精簡版量表內容及題項並不相同，亦無清楚的選題標準，故並無一致的 DASS-12 再精簡版量表版本，而是各研究者自行依據研究目的需要選題編製，例如 Monteiro 等人（2023）就僅提及經過研究者的小心仔細挑選（carefully selected）選出 12 題成為該研究的 DASS-12 再精簡版量表，稱為迷你 DASS 量表（mini-DASS）。

因此在無共同版本及選題標準的狀況下，研究者並未直接挑選國外各研究者的 DASS-12 再精簡版量表經中譯後使用，而是自行依據研究目的及需求採用聚焦憂鬱、焦慮、壓

力三項核心指標特質進行篩選修訂，並刪減部份易與其他可能影響誤判因素重疊混淆之題目，例如可能受生理及人格特質等其他因素之干擾混淆之題目，以增加心理衡鑑之精確度，並使之成為臺灣版本的 DASS-12 簡式篩檢量表。

但在臺灣，經以 DASS-12 量表的中文或英文名稱查詢臺灣博碩士論文知識加值系統及期刊文獻資訊網系統（檢索於 2025 年 3 月 18 日），發現期刊論文數及學位論文數均為 0 篇，其他找到的 16 篇相關學位論文，15 篇以 DASS-21 精簡版量表或 DASS-42 量表作為資料蒐集研究工具之一進行研究，1 篇比較 DASS-42 量表及 DASS-21 精簡版量表工具測量之分析研究，均未發現有研究者提及 DASS-12 再精簡版量表，再於 2026 年 1 月 14 日以相同方式檢索查詢前述二系統，結果發現期刊論文數及學位論文數仍為 0 篇。因此可知在臺灣發展 DASS-12 簡式篩檢量表確有其必要性，除符合國際研究趨勢外，同時可補足臺灣在此方面的研究缺口。DASS-21 精簡版量表各題目、其他可能影響誤判因素如表 1 所示。

表 1

**DASS-21 憂鬱、焦慮和壓力精簡版量表構面、題目及其他可能影響誤判原因**

構面及題目	其他可能影響誤判原因
一、「憂鬱」構面，包含 7 個題目。 1.我好像一點都沒有感覺到任何愉快、舒暢。 2.我感到很難主動去開始工作。 3.我覺得自己對不久的將來沒有什麼可期盼的。 4.我感到憂鬱沮喪。 5.我對任何事情都不能產生熱情。 6.我覺得自己不怎麼配做人。 7.我感到生命毫無意義。	睡眠不足體力不濟飢餓  冷漠人格特質等 低自尊人格特質等
二、「焦慮」構面，包含 7 個題目。 1.我感到口乾舌燥。 2.我感到呼吸困難（例如：氣喘或透不過氣來）。 3.我感到顫抖（例如：手抖）。 4.我擔心一些可能讓自己恐慌或出醜的場合。 5.我感到快要崩潰了。 6.即使在沒有明顯的體力活動時，我也感到心律不正常。 7.我無緣無故地感到害怕。	飲水不足 呼吸系統有問題 甲狀腺亢進、飢餓寒冷
三、「壓力」構面，包含 7 個題目。 1.我覺得很難讓自己安靜下來。 2.我對事情往往做出過於敏感的反應。 3.我覺得自己消耗了很多精力。 4.我感到忐忑不安。 5.我感到很難放鬆自己。 6.我無法容忍任何阻礙我繼續工作的事情。 7.我發覺自己很容易被觸怒。	注意力不足及過動症  運動或工作過度  低挫折容忍力人格特質

經刪減部份易與其他可能影響因素重疊混淆之題目後之 DASS-12 簡式篩檢量表，各構面及題目如表 2 所示。

表 2

**DASS-12 憂鬱、焦慮和壓力簡式篩檢量表構面及題目**

構面及題目	篩選後新題號
一、「憂鬱」構面，包含 4 個題目。	
1.我好像一點都沒有感覺到任何愉快、舒暢。	1.
3.我覺得自己對不久的將來沒有什麼可期盼的。	2.
4.我感到憂鬱沮喪。	3.
7.我感到生命毫無意義。	4.
二、「焦慮」構面，包含 4 個題目。	
4.我擔心一些可能讓自己恐慌或出醜的場合。	5.
5.我感到快要崩潰了。	6.
6.即使在沒有明顯的體力活動時，我也感到心律不正常。	7.
7.我無緣無故地感到害怕。	8.
三、「壓力」構面，包含 4 個題目。	
2.我對事情往往做出過於敏感的反應。	9.
4.我感到忐忑不安。	10.
5.我感到很難放鬆自己。	11.
7.我發覺自己很容易被觸怒。	12.

### 三、研究目的與問題

基於上述，本研究旨在先針對憂鬱、焦慮和壓力三心理特質進行歸納，再考量其在學校輔導、臨床或諮商心理、精神醫療心理衡鑑上之應用需要，為利於現場專業人員使用上之快速及精確便利性，有必要針對核心特質指標發展簡式篩檢量表。但現有 DASS-21 精簡版量表有些題目可能涉及所屬向度特質外之其他因素，恐有應用篩選混淆之虞，故希望發展聚焦核心特質指標之 DASS-12 簡式篩檢量表。

再自上述憂鬱、焦慮和壓力的定義觀之，雖然憂鬱、焦慮和壓力的核心指標特質各有不同意涵，但本質均為個體負向情緒反應之展現，因此憂鬱、焦慮和壓力的背後乃為個體負向情緒運作之反應，此意指憂鬱、焦慮和壓力的共同點為負向情緒之映現，亦即負向情緒向度內含憂鬱、焦慮和壓力三個分層面。加上 Salinas-Rodríguez 等人（2023）的驗證性因素分析研究也發現可以使用二階（高階）模式來說明 DASS-21 西班牙語版本中憂鬱、焦慮和壓力症狀的因素模型。所以研究者將以負向情緒憂鬱、焦慮和壓力一個向度內含憂鬱、焦慮和壓力三個分層面的二階（高階）組成結構來發展 DASS-12 簡式篩檢量表。

此外因 Cruyt 等人（2021）、Kohli 等人（2022）、Öztaş 等人（2023）發現性別是個體心理健康、負向情緒憂鬱、焦慮和壓力狀況之重要影響因子，故針對張春興（1994／2007）所言將進入青少年發展期及佛洛依德兩性期的不同性別國小六年級學生進行憂鬱、焦慮和壓力 DASS-12 簡式篩檢量表（以下簡稱 DASS-12 簡式篩檢量表）之應用實測。

依上述目的衍生之研究問題，分列如下：

- （一）DASS-12 簡式篩檢量表之效度為何？
- （二）DASS-12 簡式篩檢量表之信度為何？

(三) DASS-12 簡式篩檢量表之鑑別力為何？

(四) 不同性別國小六年級學生在 DASS-12 簡式篩檢量表之表現差異為何？

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

依 Crocker 與 Aligina (1986) 「每項目至少需五人」編製分析標準計算，DASS-12 簡式篩檢量表需要篩選 12 個計分項目，每項目乘以五人，至少約需 60 人以上。張春興 (1994/2007) 提及國小六年級學生將進入青少年發展期及佛洛伊德兩性期，其中不少發展速度早熟的六年級學生更將提前進入此期，此期特徵為情緒起伏波動甚大，易有情緒高昂或低落現象，當情緒低落時易有負向情緒憂鬱產生，可能伴隨焦慮及壓力 (呂俊甫，1995；陳颯眉、洪福財，2024；黃德祥，2024；Shaffer & Kipp, 2010)，加上本量表題數精簡，適合專注區間不長之國小六年級學生使用，因此針對不同性別國小六年級學生進行實測。

以學校及班級為叢集單位，先針對縣市分層之學校叢集隨機取樣後，再以班級叢集進行隨機取樣，在徵求學校師長、家長、學生同意後進行，選取國小六年級學生為對象 (因有學生同意但家長不同意狀況無法實測、故各校各班不同性別學生數不一)。嘉義縣抽取七校二十班 (男 154 人佔 31.95%、女 106 人佔 21.99%) 合計 260 人佔 53.94%，嘉義市抽取三校十六班 (男 122 人佔 25.31%、女 100 人佔 20.75%) 合計 222 人佔 46.06%，總計 482 人 (均為有效樣本，無遺漏值)，已達前述項目編製分析人數標準。

### 二、研究設計架構

本研究以 DASS-21 原量表之憂鬱、焦慮和壓力項目為基礎，依序進行 DASS-12 簡式篩檢量表編修發展、品質分析與應用實測分析研究，含整合負向情緒憂鬱、焦慮和壓力內涵與實徵研究文獻探析以分析負向情緒憂鬱、焦慮和壓力，再依前述三項壓力、焦慮、憂鬱之核心指標特質檢視 DASS-21 精簡版量表，剔除易與其他可能影響因素重疊混淆，例如生理及人格特質等其他因素干擾混淆之誤判機率高的題目，之後進行 DASS-12 簡式篩檢量表品質及應用實測分析。

### 三、研究工具

#### (一) DASS-12 簡式篩檢量表

先綜合前述緒論各學者對負向情緒憂鬱、焦慮和壓力之解析層面觀點作為編修基礎，再配合是否涉及所屬向度特質外其他因素之標準來篩選表 1 題目內容。本量表分為負向情緒憂鬱、焦慮和壓力一向度 (頂層構念)，內含憂鬱、焦慮和壓力三層面 (下屬構念)，篩選後題目內容如表 2，上述篩選架構細目及題目示例如表 1 及表 2。

上述三層面量表分別依前述三項憂鬱、焦慮、壓力之核心指標特質檢視 DASS-21 精簡版量表如表 1 (含構面、題目及其他可能影響誤判原因)，剔除易與其他可能影響因素重疊混淆，例如生理及人格特質等其他因素干擾混淆之誤判機率高的題目後各篩選四題，

全量表共 12 題如表 2，採 DASS-21 精簡版量表原量表使用之「不符合、有時符合、常常符合、總是符合」（0、1、2、3）之 4 點量尺作為題目計分評定尺度，0 表示不符合；1 表有時符合；2 表示常常符合；3 表示總是符合，得分越高表示負向情緒憂鬱、焦慮和壓力指數越高，得分越低表示負向情緒憂鬱、焦慮和壓力指數越低。

在實測前先使用郭生玉（1985/2022）所提之內容效度比率（content validity ratio, CVR）進行專家內容效度評估，邀請二位具心理輔導與諮商專長之大學教授、一位心理師、一位學校輔導老師共四位專家，四位專家共識均認為對應三構面之各題均為各層面重要篩選辨認指標，其 CVR 值為 1，顯示專家內容效度良好。

之後將再進行鑑別力指標分析，並以極端組  $t$  考驗及單題總分相關為之，構念關聯（construct-related）或構念效度指標經施測後進行因素分析建構，信度指標採內部一致性  $\alpha$  係數及組合（composite）信度分析建構，詳見後續結果與討論。另外，本量表將以總量表及各層面分量表為分析使用單位。

#### 四、研究實施

##### （一）量表施測

對研究對象於不同時間，依各校各班方便時間實施量表施測，施測期間隨時提供實施諮詢。

##### （二）量表實測結果與應用分析

整合施測資料進行含信效度驗證在內之品質、實測結果與應用分析。

#### 五、資料處理與分析

採用描述統計、相關分析與極端組  $t$  考驗分析研究問題一。採用構念效度驗證性因素分析（confirmatory factor analysis, CFA）分析研究問題二。採用內部一致性與組合信度（internal consistency and composite reliability）分析研究問題三。採用獨立樣本單因子多變項平均數考驗（MANOVA）與  $\eta^2$  效果值、Roy-Bargman 的降步（step-down） $F$  考驗與同時信賴區間（simultaneous confidence interval）考驗，並輔以轉換為 T 分數之剖面圖（profile）分析研究問題四。前述除驗證性因素分析採 Amos 22 版為之，餘均以 SPSS for Windows 22 版進行。

### 參、結果與討論

#### 一、構念效度分析

##### （一）DASS-12 簡式篩檢量表各層面項目高階驗證性因素分析

首先進行驗證性因素分析，以驗證基於原 DASS-21 精簡版量表文獻理論架構發展之 DASS-12 簡式篩檢量表與資料組型間之關係。其描述統計及相關，負向情緒憂鬱、焦慮和壓力三分層面  $M$  界於 8.178 至 10.492 間， $SD$  界於 2.109 至 2.407 間， $r$  界於 .140 至 .855 間（ $M = .551$ ），各單題間相關界於 .13 至 .52 間，各分層面各單題與各分層面總分間相關界



於 .381 至 .719 間，均為  $p < .01$ ，代表各分層面內及彼此間具良好關聯、內部一致性良好，如表 3、表 4。

表 3

**DASS-12 簡式篩檢量表分層面描述統計 (N = 482)**

統計量	憂鬱	焦慮	壓力	負向情緒憂鬱、焦慮和壓力總分
<i>M</i>	9.834	10.492	8.178	28.504
<i>SD</i>	2.407	2.109	2.349	5.186

表 4

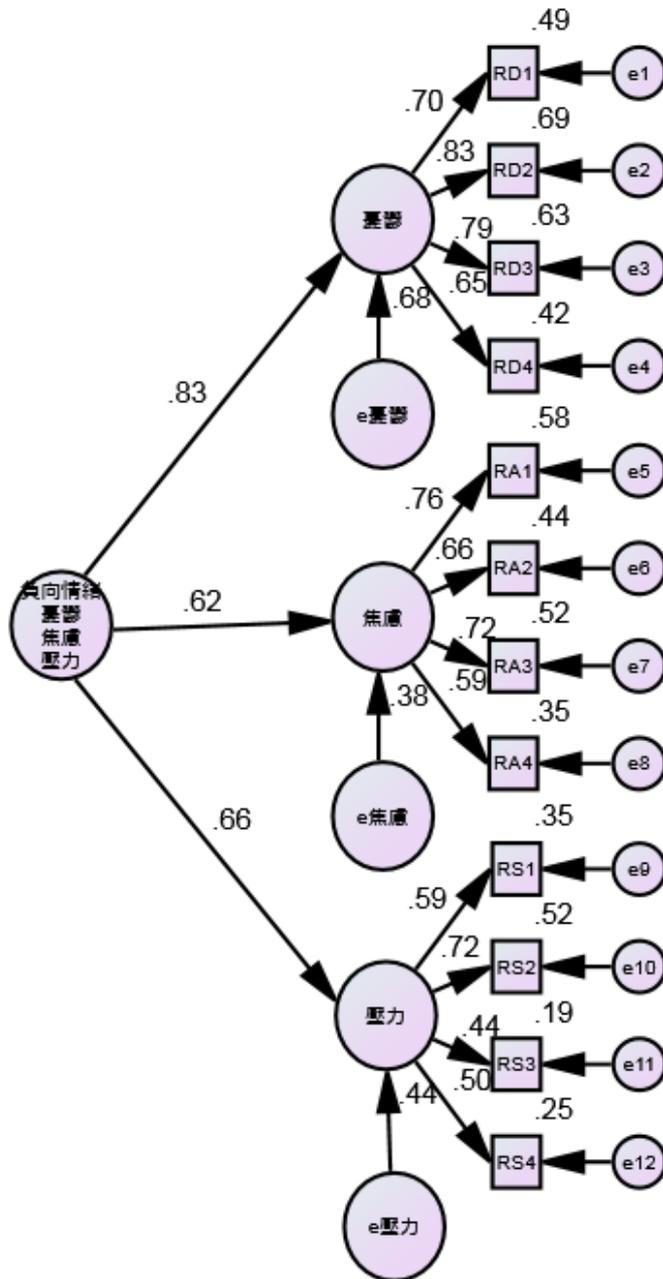
**DASS-12 簡式篩檢量表分層面相關 (N = 482)**

	憂鬱	焦慮	壓力
焦慮	.460 <sup>***</sup>		
壓力	.449 <sup>***</sup>	.140 <sup>***</sup>	
負向情緒憂鬱、焦慮和壓力總分	.855 <sup>***</sup>	.684 <sup>***</sup>	.718 <sup>***</sup>

註：\*\*\*  $p < .001$  (均為  $p = .000$ )

針對原 DASS-21 精簡版量表架構中之項目與層面間包含隸屬型態，使用 Amos 程式內定之最大可能性估計法 (maximum likelihood, ML) 進行 DASS-12 簡式篩檢量表高階驗證性因素分析。結構參數如圖 1、分析指標參數如表 5 (圖 1 及其說明內容，因軟體原估算輸出關係，部分輸出數據僅至小數點後二位)。

圖 1  
DASS-12 簡式篩檢量表高階驗證性因素分析



先自圖 1 結構觀之，此次被驗證之因素結構中，共分三個分層面潛在因素、12 個觀察指標變項項目，共同潛在因素「負向情緒憂鬱、焦慮和壓力」透過憂鬱、焦慮和壓力三個分層面潛在因素分別影響四題項、四題項、四題項共 12 個觀察指標變項。

接著，自標準化因素負荷量（觀察指標變項與因素相關）、測量變異解釋貢獻量看來，第一分層面標準化因素負荷量與變異解釋量分別界於 .65 至 .83、42% 至 69% 間、共同萃取變異解釋比為 55.64%，第二分層面標準化因素負荷量及變異解釋量分別界於 .59 至 .76、35% 至 58% 間、共同萃取變異解釋比為 46.99%，第三分層面標準化因素負荷量及變異解釋量分別界於 .44 至 .72、19% 至 52% 間、共同萃取變異解釋比為 32.75%。



所有觀察指標變項對潛在因素的共同萃取變異解釋比為 45.13%，所有分層面標準化因素負荷量及變異解釋量界於 .62 至 .83、38% 至 68% 間、共同萃取變異解釋比 50.30%。參照李茂能（2006）標準，前述所提變異萃取解釋比，除三分層面總和、第一分層面外，其他觀察指標變項雖未達 50%，但接近各自變異萃取總解釋比約二分之一或三分之一，表示觀察指標變項對所測構念之代表性尚可接受（變異萃取解釋比之計算公式請參見李茂能，2006，頁 144）。圖 1 模式各參數迴歸係數、變異數參數均達 .05 顯著水準以上（均為  $p = .000$ ）。

表 5

DASS-12 簡式篩檢量表模式整體適配度檢定項目分析 (N = 482)

項目	絕對適配檢定						增值/相對適配檢定					精簡適配檢定		
	$\chi^2$	GFI	SRMR	RMSEA	AGFI	NFI	TLI	CFI	RFI	IFI	PNFI	PCFI	AIC	CMIN/DF
適配標準	儘可能小 $p > .05$	> .90	< .05	< .05 優/ < .08 良	> .90	> .90	> .90	> .90	> .90	> .90	> .50	> .50	儘可能小 (90%信賴區間 下限-上限)	1-3
統計量	91.445 ( $p = .000$ )	.970	.043	.047 ( $p = .606$ )	.946	.951	.960	.973	.926	.974	.634	.649	159.445 (156-1877.628)	2.078
評估結果	-	+	+	+( 優)	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

註：以上項目及標準係參考自李茂能（2006）、蘇素美與吳裕益（2008）、Hair 等人（2019）之建議；+表符合 -表不符合

因李茂能（2006）、Hair 等人（2019）主張結構方程模型（structural equation modeling）整體模式適配度應綜合多重指標衡量，故依表 13 下方註各學者建議之模式適配度檢定項目與標準看來，表 13 的 14 個模式適配檢定項目中，13 項達理想標準、一項未符合，適配率為 92.86%，再以文中的分類挑選重要指標比對原則觀之，絕對適配檢定：GFI、AGFI、SRMR、RMSEA，增值/相對適配檢定：NFI、IFI、TLI、CFI，精簡適配檢定：PNFI、PCFI、AIC、CMIN/DF 等均達標準。因此本次模式整體適配程度應在可接受範圍內，亦即負向情緒憂鬱、焦慮和壓力簡式篩檢量表因素結構假定目前未被推翻、得以成立。

綜合上述，本次驗證性因素分析之因素結構與因素相關均符合前述負向情緒憂鬱、焦慮和壓力簡式篩檢量表結構假定，且因素模式結構適配程度均屬適當。因此可確認各自對應憂鬱、焦慮和壓力三類負向情緒，亦即 DASS-12 簡式篩檢量表測試之負向情緒內涵。

## 二、內部一致性及組合信度分析

### （一）內部一致性信度

使用內部一致性  $\alpha$  係數對資料進行分析，結果如表 6。各分層面與全量表標準化  $\alpha$  係數均大於 .70 以上或接近 .70，其中全量表標準化  $\alpha$  係數 .812，表示分層面與全量表內部一致性尚屬良好。

表 6

**DASS-12 簡式篩檢量表分層面與全量表內部一致性分析 (N = 482)**

	憂鬱分層面	焦慮分層面	壓力分層面	負向情緒憂鬱、焦慮和壓力全量表
標準化 $\alpha$	.820	.776	.661	.812
刪題建議	無	無	無	無
題數	4	4	4	12

## (二) 組合信度

研究者對前述驗證性因素分析所得資料，以轉化自 Reuterberg 與 Gustafsson (1992) 所提使用非標準化迴歸係數之標準化因素負荷量計算公式，進行組合信度分析，結果如表 7。除壓力分層面受部份負荷量不夠高之影響外，其他各項數據都在 .70 以上，參照李茂能 (2006) 標準，代表部分觀察指標變項之構念測量可靠性尚屬良好。

表 7

**DASS-12 簡式篩檢量表分層面與全量表組合信度分析 (N = 482)**

項目	觀察指標數	組合信度
憂鬱分層面	4	.833
焦慮分層面	4	.779
壓力分層面	4	.653
負向情緒憂鬱、焦慮和壓力全量表 (各項目)	12	.906

## 三、鑑別力分析

### (一) 極端組決斷值 $t$ 考驗及單題總分相關分析

研究者採古典測驗理論作法，將個體量表總分由高至低排序後，選取前 27% 及後 27% 個體為高低分組 (NH = 160; NL = 133)，再進行二組各單題、分層面及全量表表現之獨立樣本  $t$  考驗，並進行分層面、全量表與各單題表現相關分析，以了解各單題、分層面及全量表鑑別力，結果如表 8 及 9。表 8 各單題、分層面及全量表表現極端組  $t$  考驗之決斷值分析結果均達 .05 顯著水準且大於 3 以上，表示各單題、分層面及全量表對負向情緒憂鬱、焦慮和壓力的鑑別力良好。表 9 不同層面單題與分層面、及全量表相關係數均在 .3 以上且結果均達 .05 顯著水準 (僅有一題分層面相關 .684、總分相關 .381 但均達顯著)，表示各單題能良好反應各層面及全量表的負向情緒憂鬱、焦慮和壓力測量特質。

表 8

DASS-12 簡式篩檢量表各單題、分層面及全量表極端組決斷值檢定 ( $NH = 160$  ;  $NL = 133$ )

各單題／分層面／全量表			
項目之 $t$ 值及顯著性	憂鬱分層面	焦慮分層面	壓力分層面
1	14.078 <sup>***</sup>	7.841 <sup>***</sup>	10.359 <sup>***</sup>
2	15.622 <sup>***</sup>	8.573 <sup>***</sup>	14.599 <sup>***</sup>
3	16.881 <sup>***</sup>	7.822 <sup>***</sup>	13.180 <sup>***</sup>
4	12.099 <sup>***</sup>	6.856 <sup>***</sup>	15.409 <sup>***</sup>
分層面	19.631 <sup>***</sup>	9.782 <sup>***</sup>	19.274 <sup>***</sup>
全量表	24.064 <sup>***</sup>		

註：<sup>\*\*\*</sup>  $p < .001$  (均為  $p = .000$ ) ; 上述均採用不假設變異數相等之分析數據

表 9

DASS-12 簡式篩檢量表各單題與分層面、全量表總分相關 ( $N = 482$ )

分層面	項目	分層面總分	全量表總分
憂鬱	1	.787 <sup>***</sup>	.661 <sup>***</sup>
	2	.848 <sup>***</sup>	.719 <sup>***</sup>
	3	.833 <sup>***</sup>	.713 <sup>***</sup>
	4	.758 <sup>***</sup>	.665 <sup>***</sup>
焦慮	5	.798 <sup>***</sup>	.568 <sup>***</sup>
	6	.782 <sup>***</sup>	.530 <sup>***</sup>
	7	.770 <sup>***</sup>	.557 <sup>***</sup>
	8	.749 <sup>***</sup>	.470 <sup>***</sup>
壓力	9	.738 <sup>***</sup>	.475 <sup>***</sup>
	10	.690 <sup>***</sup>	.646 <sup>***</sup>
	11	.684 <sup>***</sup>	.381 <sup>***</sup>
	12	.709 <sup>***</sup>	.536 <sup>***</sup>

註：<sup>\*\*\*</sup>  $p < .001$  (均為  $p = .000$ )

#### 四、不同性別國小六年級學生負向情緒憂鬱、焦慮和壓力之差異表現實測結果分析

以不同性別為分組自變項 (男=276 ; 女=206) , DASS-12 簡式篩檢量表之憂鬱、焦慮和壓力分層面表現為依變項, 進行多變項獨立樣本平均數考驗分析, 以了解不同性別學生在 DASS-12 簡式篩檢量表之憂鬱、焦慮和壓力表現實測差異。

三依變項的多變項變異數考驗 Wilks'  $\Lambda$  值為 .944 ,  $F (3,478)$  值為 9.445 ( $p = .000$ ) , 達 .05 顯著水準, 表示不同性別學生在負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現間具有整體差異。

三依變項的單變項考驗結果,  $F (1, 480)$  值分別為 26.949 ( $p = .000$ ) 、10.566 ( $p = .001$ ) 、7.464 ( $p = .007$ ) , 三者分別達 .05 校正顯著水準 (Bonferroni 多重檢定顯著水準校正, 概率應小於  $.05 / 3 = .017$  , 以下均依此校正) , 三者均具顯著差異因前述均僅有

二組，故可直接以平均數進行表現差異比較，均為女生組表現高於男生組表現。

Roy-Bargman 降步  $F$  考驗結果，發現憂鬱表現（第一依變項） $F(1,480)$  值為 26.949 ( $p = .000$ )，達 .05 顯著水準。在排除憂鬱表現（第一依變項）影響後，焦慮表現（第二依變項） $F(1,479)$  值為 1.064 ( $p = .313$ )，未達 .05 顯著水準。在排除憂鬱（第一依變項）與焦慮表現（第二依變項）影響後，壓力表現（第三依變項） $F(1,478)$  值為 .357 ( $p = .550$ )，未達 .05 顯著水準，表示在排除變項重疊變異後，自變項僅對第一依變項具有影響，亦即不同性別學生間憂鬱表現確具顯著差異，其餘焦慮和壓力表現並無顯著差異。而焦慮表現單變項考驗顯著差異之因，主要來自於憂鬱表現之影響。此隱含憂鬱表現可能是焦慮和壓力表現之影響來源。

另外 Wilks' 聯合多變項 (joint multivariate) 與個別單變項 (individual univariate) 95% 信賴區間考驗，發現前述第一、二、三依變項區間值均不含零，表示在不同性別學生間，三者存有真正差異。

綜合上述，前述第一、二、三依變項的貢獻乃多變項考驗顯著之因，故可確認在負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現上，不同性別學生間存有真正差異，女生組平均數表現高於男生組平均數表現。前述分析如表 10。將表 10 不同性別學生之負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之平均數原始分數，參照整體平均數與標準差數據進行線性轉換後之  $T$  分數共同量尺剖面 (profile) 如圖 2，趨勢同前述說明。

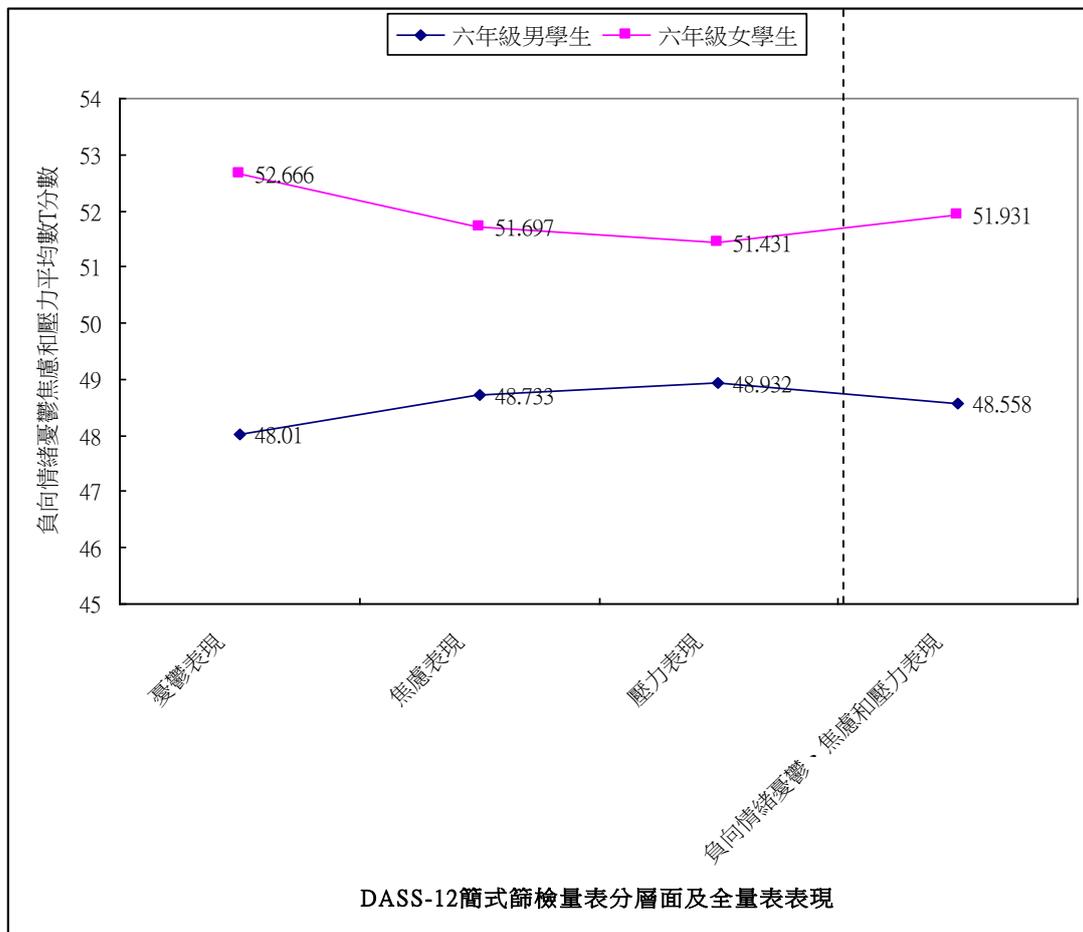
表 10

不同性別學生負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之單因子多變項變異數整合分析 ( $N = 482$ )

自變項：不同性別學生；依變項：負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現				
項目	負向情緒憂鬱、 焦慮和壓力	憂鬱	焦慮	壓力
多變項變異數分析	.944			
Wilk's $\Lambda$	9.445			
$F$ 及 $\eta^2$	( $p = .000$ ) $F(3,478)$ $\eta^2 = .056$			
單變項變異數分析		26.949	10.566	7.464
各依變項		( $p = .000$ )	( $p = .001$ )	( $p = .007$ )
$F$ 及 $\eta^2$		$F(1,480)$ $\eta^2 = .053$	$F(1,480)$ $\eta^2 = .022$	$F(1,480)$ $\eta^2 = .015$
差異直接比較		男<女	男<女	男<女
依變項:組別		(9.355 < 10.476)	(10.225 < 10.850)	(7.928 < 8.515)
(平均數 $M$ )		2.74	2.466	2.445
(標準差 $SD$ )		1.672	1.432	2.175
降步分析		憂鬱表現	排除憂鬱之焦慮	排除憂鬱、焦慮
Step-down $F$			表現	之壓力表現
排除前者之依變項		26.949	1.064	.357
$F$		( $p = .000$ ) $F(1,480)$	( $p = .313$ ) $F(1,479)$	( $p = .550$ ) $F(1,478)$

圖 2

不同性別國小六年級學生負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現（平均數線性轉換 T 分數）



綜合上述各分析結果可知，女性學生之負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現顯著高於男性學生，且在憂鬱層面顯著差異最大，但在排除憂鬱影響後，焦慮和壓力表現並無顯著差異。此結果顯示憂鬱可能是導致焦慮和壓力之源，意指有效偵測篩檢學生的憂鬱特質及程度，應是推動校園心理健康實務工作時之首要任務，若能有效偵測篩檢學生的憂鬱特質及程度，再輔以相對應之心理輔導與諮商專業支持協助，應能有效降低因憂鬱帶來的焦慮和壓力。

## 五、綜合歸納與討論

### (一) DASS-12 簡式篩檢量表編製發展

經由高階驗證性因素分析、內部一致性及組合信度分析、 $t$  考驗及單題與分層面、全量表相關分析，發現因素萃取、萃取變異比與模式適配度之構念效度指標分析，或內部一致性  $\alpha$  係數與組合信度指標分析，抑或內部相關及決斷值之鑑別力指標分析測試數據均屬良好，亦即在量表工具編製上具有相當良好品質。

前述發現本量表因素結構為負向情緒憂鬱、焦慮和壓力一個向度，憂鬱、焦慮和壓力三個分層面，三者各含四個題目，此指出本量表內容架構不僅符合原初 Antony 等人

(1998)、Clark 與 Watson (1991)、Lovibond 與 Lovibond (1995) 所提 DASS 量表一向度三層面編製架構目標，並與整合自研究文獻發現影響個體心理健康穩定度之負向情緒主要來源，包含憂鬱、焦慮和壓力層面內容相符 (張春興，1989/2006；Akintunde et al., 2021; American Psychiatric Association, 2022; Cruyt et al., 2021; Moya et al., 2022; Salinas-Rodríguez et al., 2023; Varma et al., 2021)。

同時更指出憂鬱、焦慮和壓力表現間之負向情緒整合特質。因此本量表不論在目標達成或理論基礎方面均具良好符應適用性。

## (二) DASS-12 簡式篩檢量表實測結果分析

發現不同性別學生在負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現上具多變項與單變項顯著差異，再經降步分析顯示不同性別學生間，僅有憂鬱表現具真正差異，其差異基礎來自部份變項之各自貢獻，亦即排除他者、各自表現仍具差異。未排除變項重疊變異前，不同性別學生之三項負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現具差異，但在排除變項重疊變異後，僅憂鬱表現仍具真正差異。

雖然目前未有文獻明確指出國小六年級不同性別學生具有負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現的差異，但前述發現仍然符合 Akintunde 等人 (2021)、American Psychiatric Association (2022)、Cruyt 等人 (2021)、Kohli 等人 (2022)、Öztaş 等人 (2023)、Varma 等人 (2021) 對負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現的研究觀點及研究發現趨勢。同時隱含 DASS-12 簡式篩檢量表具有輔導與諮商心理實務之應用可能性。

雖然 DASS-12 簡式篩檢量表、DASS-21 精簡版量表與 DASS-42 量表都基於相同的負向情緒理論特質架構發展，含憂鬱、焦慮和壓力等，但因在實務應用時，會發現 DASS-21 精簡版量表雖然相較於 DASS-42 量表題數精簡一半，但卻有部份題項內容混雜其他非負向情緒憂鬱、焦慮和壓力特質也能引起的相同生理表現或狀態，加上仍需要比 DASS-12 簡式篩檢量表更多的作答判斷時間，可能降低臨床應用的篩檢精確度。

自上述觀之，聚焦負向情緒憂鬱、焦慮和壓力核心特質的 DASS-12 簡式篩檢量表，去除其他非負向情緒憂鬱、焦慮和壓力特質也能引起相同生理表現或狀態之題項，題數更精簡且不需要太多的作答判斷時間，即能針對負向情緒憂鬱、焦慮和壓力核心特質進行臨床應用篩檢，更能提升結果精確度。

但綜合相關文獻分析可知，不論是 DASS-12 簡式篩檢量表或 DASS-21 精簡版量表，幾乎都是作為臨床篩檢或研究工具之用，若要進一步發揮 DASS-12 簡式篩檢量表或 DASS-21 精簡版量表之臨床診斷功能，除先進行臨床篩檢外，尚需要進一步由合格專業醫療人員如精神科或身心科醫師，搭配美國精神醫學會 2022 年出版之診斷統計分類手冊第五版 (DSM-5-TR) 之症狀特徵分類或相關醫學文獻才能進行臨床診斷，以符合衛福部法令規定。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

自前述研究結果與發現可知，本量表具負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之良好構念測

量有效度（一共同向度三層面）、內部一致性及可信度、能有效區分不同表現個體之各構念表現，並發現不同性別對憂鬱表現確實具有影響。因此對應前述四項研究問題可得到四項研究結論，歸納如下：

- （一）DASS-12 簡式篩檢量表具有良好負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之測量效度。
- （二）DASS-12 簡式篩檢量表具有良好負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之測量信度。
- （三）DASS-12 簡式篩檢量表具有良好負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之測量鑑別力。
- （四）不同性別之國小六年級學生 DASS-12 簡式篩檢量表實測結果的憂鬱、焦慮和壓力表現具有差異。

上述結論指出本量表確實具有良好整體測量品質，且具有實務應用潛力，未來除可作為學校輔導、臨床或諮商心理、精神醫療實務應用之心理衡鑑工具外，後續並可再搭配不同研究設計深入探討及驗證。

## 二、建議

### （一）學校輔導、臨床或諮商心理、精神醫療之心理衡鑑實務應用

基於前述發現與結論，本研究針對 DASS-12 簡式篩檢量表之應用提出參考指引及建議（量表實施、負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之分數意義區分參考尺度及使用建議）。

本量表可供學校輔導人員、臨床或諮商心理師、精神醫療人員等在晤談前或診療前，先請來談者或求診者自行填寫篩檢，之後前述相關人員可參考篩檢結果進行晤談或診療，並提供後續專業協助。其中學校輔導人員另可配合教育部三級輔導機制，於班級施測量表進行預防性輔導，並視篩檢結果再轉介或進行介入性輔導，再視需要轉介至相關醫療機構進行處遇性輔導。

因本量表採 DASS-21 精簡版量表原量表使用之「不符合、有時符合、常常符合、總是符合」（0、1、2、3）之 4 點量尺作為單題計分評定尺度，0 表示不符合；1 表示有時符合；2 表示常常符合；3 表示總是符合，得分越高表示憂鬱、焦慮和壓力指數越高，得分越低表示憂鬱、焦慮和壓力指數越低。加上三層面量表分別各有 4 題，全量表共 12 題，為便於現場實施計分核算，故直接採各層面及全量表總分數值作為分數意義解釋指標（若需要計算其平均數，可再將各層面及全量表總分除以各層面及全量表題數）。

各層面總分 0 分代表可能無憂鬱或焦慮或壓力，1 分至 4 分代表少有憂鬱或焦慮或壓力，5 分至 8 分代表稍有憂鬱或焦慮或壓力，9 分至 11 分代表常有憂鬱或焦慮或壓力，12 分代表具有強烈憂鬱或焦慮或壓力。

全量表總分 0 分代表可能無負向情緒，1 分至 11 分代表少有負向情緒，12 分至 24 分代表稍有負向情緒，25 分至 35 分代表常有負向情緒，36 分代表具有強烈負向情緒。

本量表除可作為提供學校輔導、臨床或諮商心理、精神醫療實務工作者進行負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之心理衡鑑工具外，且有助於快速篩檢了解個體負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之狀態，進一步發揮本量表之學校輔導、臨床或諮商心理、精神醫療實務應用功能。

## (二) 未來研究建議

未來可再進一步擴大群體、搭配不同取樣及不同研究方法，以本量表研究不同背景變項、不同精神醫療需求、不同發展階段如不同年齡及年級個體負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之狀態，例如以相關研究法及發展研究法，深入探討以了解不同背景變項、不同精神醫療需求、不同發展階段如不同年齡及年級個體間負向情緒憂鬱、焦慮和壓力表現之發展差異及其間關係，以擴大憂鬱、焦慮和壓力簡式篩檢量表之驗證範疇。

## 參考文獻

- 呂俊甫 (1995)。發展心理與教育。商務印書館。
- 李茂能 (2006)。結構方程模式軟體 Amos 之簡介及其在測驗編製上之應用。心理。
- 張春興 (2006)。張氏心理學辭典〔重訂版〕。東華。(原著出版年：1989)
- 張春興 (2007)。教育心理學：三化取向的理論與實踐〔重修二版〕。東華。(原著出版年：1994)
- 郭生玉 (2022)。教育測驗與評量〔重訂一版〕。精華。(原著出版年：1985)
- 陳幗眉、洪福財 (2024)。兒童發展與輔導。五南。
- 黃德祥 (2024)。青少年發展與輔導。五南。
- 衛生福利部 (2020)。心理師執行通訊心理諮商業務核准作業參考原則。衛生福利部。
- 蘇素美、吳裕益 (2008)。害羞量表之修訂及其效度研究。教育與心理研究, 31 (4), 53-82。
- Akintunde, T. Y., Musa, T. H., Musa, H. H., Musa, I. H., Chen, S.-J., Ibrahim, E., Tassang, A. E., & Helmy, M. S. E. D. M. (2021). Bibliometric analysis of global scientific literature on effects of COVID-19 pandemic on mental health. *Asian Journal of Psychiatry*, 63, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102753>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5-TR*. American Psychiatric Association.
- Antony, M., Bieling, P. J., Cox, B. J., & Enns, M. W. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the depression anxiety stress scales in clinical groups and community a sample. *Psychological Assessment*, 10, 176-181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 316-336. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.316>
- Crocker, L., & Aligina, J. (1986). *Introduction to classical and modern test theory*. Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Cruyt, E., De Vriendt, P., De Letter, M., Vlerick, P., Calders, P., De Pauw, R., Oostra, K., Rodriguez-Bailón, M., Szmalec, A., Merchán-Baeza, J. A., Fernández-Solano, A. J., Vidaña-

- Moya, L., & Van de Velde, D. (2021). Meaningful activities during COVID-19 lockdown and association with mental health in Belgian adults. *BMC Public Health*, *21*(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10673-4>
- Dominguez-Lara, S., Seperak-Viera, R., & Campos-Uscanga, Y. (2024). Análisis psicométrico de versiones breves de la Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS-21) en adultos mexicanos bajo un enfoque ESEM. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, *29*(2), 145-157. <https://doi.org/10.5944/rppc.38459>
- Gondal, M. U., Adil, A., & Khan, A. (2024). Tawakkul mediates between personality traits, depression, and anxiety in Pakistani Muslim adults. *Journal of Religion & Health*, *63*(1), 582-594. <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01771-1>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage.
- Huang, Y., Guo, H., Wang, S., Zhong, S., He, Y., Chen, H., Zhou, J., & Wang, X. (2024). Relationship between work-family conflict and anxiety/depression among Chinese correctional officers: a moderated mediation model of burnout and resilience. *BMC Public Health*, *24*(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17514-6>
- Jotic, A. D., Opankovic, A. M., Radin, Z. Z., Cvorovic, L., Vujovic, K. R. S., Krejovic-Trivic, S. B., Bukurov, B. M., Milicic, B. R., & Stojanovic, J. D. (2022). Symptoms of depression, anxiety and stress in patients with chronic otitis media. *PLoS ONE*, *17*(7), 1-13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270793>
- Kohli, S., Diwan, S., Kumar, A., Kohli, S., Aggarwal, S., Sood, A., Sachdeva, H. C., & Usha, G. (2022). Depression, anxiety, stress, and insomnia amongst COVID warriors across several hospitals after second wave: Have we acclimatized? a cross-sectional survey. *Indian Journal of Critical Care Medicine*, *26*(7), 825-832. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10071-24238>
- Lee, E.-H., Moon, S. H., Cho, M. S., Park, E. S., Kim, S. Y., Han, J. S., & Cheio, J. H. (2019). The 21-Item and 12-Item versions of the depression anxiety stress scales: Psychometric evaluation in a Korean population. *Asian Nursing Research*, *13*(1), 30-37. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.11.006>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, *33*(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Makara-Studzińska, M., Tyburski, E., Załuski, M., Adamczyk, K., Mesterhazy, J., & Mesterhazy, A. (2022). Confirmatory factor analysis of three versions of the depression anxiety stress scale (DASS-42, DASS-21, and DASS-12) in Polish adults. *Front Psychiatry*, *12*, 770532. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.770532>
- Monteiro, R. P., Coelho, G. L. D. H., Hanel, P., Gouveia, V. V., & Vilar, R. (2023). The 12-item mini-DASS: A concise and efficient measure of depression, anxiety, and stress. *Applied*

- Research in Quality of Life*, 18, 2955-2979. <https://doi.org/10.1007/s11482-023-10214-8>
- Moya, E., Larson, L. M., Stewart, R. C., Fisher, J., Mwangi, M. N., & Phiri, K. S. (2022). Reliability and validity of depression anxiety stress scale (DASS)-21 in screening for common mental disorders among postpartum women in Malawi. *BMC Psychiatry*, 22(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03994-0>
- Osman, Z. J., Mukhtar, F., Hashim, H. A., Latiff, L. A., Mohd Sidik, S., Awang, H., Ibrahim, N., Rahman, H. A., Ismail, S. I. F., Ibrahim, F., Tajik, E., & Othman, N. (2014). Testing comparison models of DASS-12 and its reliability among adolescents in Malaysia. *Comprehensive Psychiatry*, 55(7), 1720-1725. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.04.011>
- Öztaş, D., Akgun, Ş., Uymaz, P., Özpulat, F. (2023). Depression, anxiety and stress levels of hairdressers during the COVID-19 pandemic and the associated factors. *International Archives of Integrated Medicine*, 10(4), 35045. [https://www.iaimjournal.com/storage/2023/04/iaim\\_2023\\_1004\\_041.pdf](https://www.iaimjournal.com/storage/2023/04/iaim_2023_1004_041.pdf)
- Reuterberg, S.-E., & Gustafsson, J.-E. (1992). Confirmatory factor analysis and reliability: Testing measurement model assumptions. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 795-811. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004001>
- Salinas-Rodríguez, A., Argumedo, G., Hernández-Alcaraz, C., Contreras-Manzano, A., Jáuregui, A. (2023). Depression, anxiety, and stress scale: Factor validation during the first COVID-19 lockdown in Mexico. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 55, 83-90. <https://doi.org/10.14349/rlp.2023.v55.10>
- Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2010). *Developmental psychology: Childhood and adolescence*. Wadworth.
- Shimelash, N., Uwizeyimana, T., Dusabe, L., Uwizeyimana, J., Huston, T., & Schurer, J. M. (2024). Bearing the burden: Podoconiosis and mental health—A three-way comparative cross-sectional study in Rwanda. *PLoS Neglected Tropical Diseases*, 18(8), 1-15. <https://doi.org/10.1371/journal.pntd.0012346>
- Singh, S. K., Sweta, Upadhyay, R., Singh, U., Chakraborty, S. (2024). COVID-19 pandemic and psychological health of migrant workers in India. *Indian Journal of Positive Psychology*, 15(1), 32-36. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100737>
- Tan, M. Y., Lim, T. S., Kang, Y. Q., Lim, P. P., Shen, L., Chong, S. C., & Aishworiya, R. (2024). Psychological resilience of providers of children with developmental disabilities during the COVID-19 pandemic. *Journal of Developmental & Physical Disabilities*, 36(4), 665-679. <https://doi.org/10.1007/s10882-023-09926-4>
- Varma, P., Junge, M., Meaklim, H., & Jackson, M. L. (2021). Younger people are more vulnerable to stress, anxiety and depression during COVID-19 pandemic: A global cross-sectional survey. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 109, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110236>



Xiong, Y., Yap, A. U., Marpaung, C., & Wong, M. C. M. (2025). The depression, anxiety, stress scales-21: Principal component analysis and evaluation of abbreviated versions in young adults with temporomandibular disorders. *PLoS ONE*, 20(1), 1-14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0316703>

初稿收件：2024 年 11 月 23 日

一校修訂：2025 年 03 月 26 日

正式接受：2025 年 04 月 22 日

# **Research on the Development and Testing Application of the Depression, Anxiety and Stress Short-Form Screening Scale DASS-12**

**Chia-Hua Hsu**

Professor, Department of Education, National Chiayi University

## **Abstract**

Because some of the items in the existing DASS-21 may involve factors other than the dimensional traits to which they belong, and there is a risk of screening confusion, this study developed the DASS-12 short-form screening measure focusing on core trait indicators of depression, anxiety, and stress. The scale serves as a psychological assessment, appraisal and rapid screening instrument for guidance and counseling psychology and psychiatric medical practitioners to assess negative emotions, depression, anxiety and stress. After collecting random and cluster sampling to administer the scale to fifth-graders of elementary schools in Chiayi county and city, the reliability, validity, discriminability and actual measurement analysis were conducted. The results found that the reliability, validity and discriminability of the scale were good, and the negative emotional dimension contained the three levels of anxiety, anxiety and stress. Students of different gender have significant differences in their overall negative emotions, depression, anxiety and stress. The T-score profile also shows this trend, so the scale is one instrument of good quality and practical validity. Later, reference guidelines and suggestions will be provided for the application of this scale, including implementation, reference scale and usage suggestions for distinguishing the meaning of negative emotions, depression, anxiety and stress.

**KEY WORDS:** anxiety, depression, stress, short-form screening scale DASS-12,  
psychological assessment and appraisal



# 高中職學生神經質與網路成癮之追蹤性關聯： 自尊的中介效果

鄭麗瑄<sup>1\*</sup>、林旻沛<sup>2</sup>

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系博士生<sup>1</sup>

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系教授<sup>2</sup>

通訊作者：林旻沛；任職機構：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

電子郵件：lmmpp@ntnu.edu.tw

---

## 摘要

本研究旨在探究臺灣高中職學生神經質和自尊與網路成癮之關聯，並檢驗自尊是否能夠中介神經質對網路成癮的正向預測關係。本研究採縱貫研究設計，分別於兩個時間點進行問卷施測；第一年（T1）共回收 2,170 份有效問卷，且於一整年後（T2）追蹤回收有效問卷 1,832 份，故有效樣本追蹤率為 84.42%。研究結果顯示：（1）神經質（T1）與網路成癮（T2）呈顯著正相關，並且神經質（T1）可顯著且正向預測網路成癮（T2）；（2）自尊（T2）與網路成癮（T2）呈顯著負相關，且自尊（T2）可顯著且負向預測網路成癮（T2）；（3）自尊（T2）在神經質（T1）對網路成癮（T2）之預測關係中，具有完全中介效果。本研究發現自尊在神經質與網路成癮關係中所扮演的完全中介角色，並強調其在預防青少年網路成癮上的應用價值，且針對課程設計與輔導介入也提出具體建議。

**關鍵詞：**自尊、神經質、網路成癮

## 壹、緒論

現今，網路使用人口已不斷增加，尤以青少年族群為最（Sebre et al., 2020）。使用者可透過網路獲取資訊、娛樂及進行社群互動，網路不僅是有效的知識取得和社交之工具，也創造了終身學習的機會（Eynon & Malmberg, 2021; Prievara et al., 2019; Sebre et al., 2020）。然而，網路日益普及的同時，亦帶來各種問題，例如對工作、學習及其他生活層面產生負面影響，這些情況在青少年族群中尤為明顯（Xiang et al., 2022），也造成了網路成癮之現象；網路成癮（Internet Addiction）一詞於 1996 年被提出，其定義指個體在自願或非自願的情況下，因長時間使用網路而影響其身心理健康與生活功能（Goldberg, 1996）。網路成癮可能源自各種活動與行為，例如遊戲、色情內容、資訊搜尋及社群媒體的使用（Baggio et al., 2018; Bickham, 2021）。研究指出，青少年是網路成癮的高風險族群（Lukács, 2021），且臺灣的調查已顯示，12 歲至 19 歲青少年的上網率已達 100%（數位發展部，2023），顯示網路使用在青少年族群中已極為普及，且突顯了探討其使用風險的重要性。

近年來，I-PACE 模型（Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution）已成為解釋行為成癮發展歷程的重要理論架構之一，且此模型強調，成癮行為並非單一因素所致，而是源自「個人、情感、認知、執行」之間的交互影響歷程；其中，個人因素（person）係指受生理因素影響，屬於誘發因子（predisposing variables），例如：遺傳、人格特質、童年早期負向經驗、依附關係、氣質特質等，其會影響個體面對情緒與壓力時的反應方式；而情感（affect）和認知（cognition）部分，則解釋為何個體會產生與強化成癮行為，如以網路成癮行為為例，個體的核心特徵可能使其在特定情境中對外部刺激（如遊戲廣告）或內在刺激（如消極／積極情緒）產生主觀感知，進而觸發特定情感與認知歷程（例如對特定刺激的過度注意），最終導致行為的發生；至於執行（execution）層面，則關注個體的抑制控制能力，即在面對外部誘惑或內在衝突時，是否能夠進行自我監控、抑制衝動反應，並做出合宜的行為決策（Brand et al., 2019, 2025）。由於 I-PACE 模型之解釋涵蓋眾多因素，而本研究主要聚焦在「個人」、「情感」與「認知」構面，來探究臺灣青少年網路成癮的可能發展歷程，且在文獻探索過程中，本研究試圖以人格為個人因素之代表，發現五大人格中的神經質是網路成癮的重要變項（Günaydin, 2021）；同時，相關研究亦指出情感與認知構面中的自尊，同樣在網路成癮的形成與發展中扮演關鍵角色。Rosenberg（1965）指出，自尊是個體對自身作為有價值之人的整體評價，涵蓋自我尊重與自我接納，且不依賴外在認可或他人標準；此外，自尊不僅是認知上的自我評價，也深受情感經驗影響，有效調節情緒的能力能維持或提升自尊，反之，自尊亦會促進情緒調節能力（Zuffianò et al., 2023）。因此，本研究將自尊視為「情感」與「認知」中的代表變項，並進一步探究其與神經質及網路成癮之間的關聯機制。

### 一、神經質與網路成癮

過往研究指出，神經質會導致網路成癮（Marciano et al., 2022）。神經質為人格特質的一種，其易產生焦慮、緊張、情緒不穩定之表現（McCrae & Costa, 1996）。Günaydin

(2021) 指出，神經質是青少年網路成癮中重要的關聯變項；另外中國、荷蘭及英國等國所進行的研究亦顯示，神經質與網路成癮間具有顯著相關性 (Bulut, 2011; Kuss et al., 2014; Yanshu & Wilkinson, 2020)。此外在不同族群的研究也發現，神經質能正向預測運動員 (Bedir & Erhan, 2021)、電玩玩家 (Dieris-Hirche et al., 2020)，以及大學生 (Durak & Senol, 2014) 的網路成癮。而無論是透過量化研究或質性研究，都指出青少年神經質與網路成癮之間的相關性 (Yanshu, 2018; Xiao et al., 2019; Zhang, 2021)。綜合上述研究，本研究認為神經質是網路成癮的重要風險因子，然臺灣本土青少年研究中，較少以追蹤性研究來探究兩者間之追蹤關聯，故本研究採用一年的追蹤設計，以檢驗神經質是否為臺灣青少年網路成癮的風險因子，及其所涉及的關聯歷程。

## 二、神經質、自尊及網路成癮

自尊亦為網路成癮的重要預測因子，且已有研究 (Mamun et al., 2020) 指出，自尊是重要的中介變項。Sert Agir (2019) 發現，在 540 名土耳其高中生中，自尊在心理韌性與網路成癮間具有中介作用；Lin 等人 (2018) 以臺灣青少年為研究對象，發現自尊在網路與現實社會支持對網路成癮的預測關係中具有中介效果；Peng 等人 (2019) 研究指出孤寂感與網路成癮之間的關係，受到自尊的部分中介影響；Zhou 與 Wang (2021) 研究指出自尊在自我隱藏與網路成癮之間的負向關係中，具有中介作用；Koruklu (2015) 發現自尊在人格特質與社會問題解決能力之間具有中介效果。整體而言，自尊在預測網路成癮的相關變項中，扮演著關鍵的中介角色。

更進一步根據 Xiao 等人 (2019) 所進行的三年期追蹤研究發現，在控制人口變項與生活壓力事件後，儘管高神經質與第一年的網路成癮有顯著關聯，但卻無法顯著預測第二年與第三年的網路成癮，並推測神經質較可能是一個遠端的網路成癮預測因子，其中可能還存在其他近端的影響因素，故本研究嘗試納入自尊，來做進一步的歷程探究，因此，本研究從 I-PACE 模型視角出發，以釐清神經質、自尊與網路成癮三者間可能之關聯；其中，神經質為特質之誘發因子、較屬於個人因素，而自尊則涉及個體對自我價值的認知評估、較屬於此模型中的情感與認知因素，故有較高神經質特質的青少年，在面對人際互動或生活壓力時，較易出現焦慮、情緒不穩及自我懷疑等反應，這些經驗可能在發展歷程中會逐漸內化為對自我價值的負面評估，進而削弱其自尊 (Stokes, 2019)；此外，自我差異理論 (Higgins, 1987) 與自我概念理論 (Rogers, 1959) 指出，當青少年強烈感受到現實自我與理想自我之間的落差，且缺乏足夠的自我接納時，往往會出現自我否定與逃避傾向，而當今社會中、網路環境提供了一個可建構虛擬自我形象的空間，可使個體獲得暫時的心理補償，以緩解現實中的焦慮與低落情緒 (Turkle, 2005)，然而，這種補償性使用也可能因過度依賴而導致網路成癮 (Zhou & Wang, 2021)。故綜上所述，本研究假設在神經質對網路成癮之預測關聯中，自尊扮演著中介角色。

## 貳、研究方法

### 一、研究設計

本研究為一年期之追蹤研究，採用縱貫性量化研究設計，於兩個時間點進行問卷施

測。

## 二、研究對象

本研究以臺灣高中職學生為研究對象，並針對兩所高中與兩所高職進行研究；第一個時間點（T1）先針對 2,253 名高中職學生進行問卷施測，結果問卷回收率為 96.32%、有效樣本數為 2,170 人，且有效樣本的平均年齡為 16.82 歲（其中 1,129 人為女性）；一整年後（T2），第二個時間點完成追蹤的學生共有 1,832 名（其中 947 人為女性）、故有效樣本追蹤率為 84.42%。為檢視樣本流失情形對研究結果可能造成的影響，本研究比較第一年（T1）研究參與者中，後續有追蹤與未追蹤者在人口變項（年齡與性別）及研究變項（神經質）上的差異；分析結果顯示，神經質（ $t = 0.426, p = .670$ ）與年齡（ $t = -1.514, p = .131$ ）在流失與未流失樣本間無顯著差異，惟性別達顯著差異（ $\chi^2 = 6.009, p < .05$ ），顯示男高中生之追蹤率較低。

## 三、研究程序

本研究於課堂中進行資料蒐集，由問卷調查人員協助施測。本研究於問卷施測前，已取得校長和輔導主任等行政主管及班級輔導教師之同意，而後再向研究參與者清楚說明研究目的，並強調參與研究的自願性與資料的保密原則，且參與研究之研究參與者皆於說明後簽署同意書再進行問卷施測。此外，為了提升回答的準確性，研究人員在問卷施測前已先告知研究參與者，將於填寫問卷後的數個月內收到個人化的回饋報告，內容包括問卷分數、分數的意涵，以及相關心理教育資訊。上述問卷施測程序在 T1 時執行，並於 T2 時再次進行相同程序。

## 四、研究工具

### （一）簡式五大人格量表－神經質分量表（T1 施測）

本研究以簡式「五大人格量表」中的神經質分量表，來評估研究參與者的神經質程度（Chen & Piedmont, 1999; Chien et al., 2007）；簡式五大人格量表共包含 31 題，已被發現在臺灣青少年研究中具有良好的信度和效度（Chien et al., 2007; Tang et al., 2021），且其中神經質分量表為 6 題，採用李克特 5 點量表、從 1 分「非常不同意」到 5 分「非常同意」。在本研究中此量表的內部一致性係數為 .822。

### （二）Rosenberg 自尊量表（T2 施測）

本量表以 Rosenberg 自尊量表，來測量研究參與者整體自尊程度；此量表共 10 題，其中 5 題評估研究參與者自我評價的正向面向、另 5 題則描述負向面向，且負向題項於本研究中會進行反向計分。此量表具有良好的信、效度（McMullen & Resnick, 2013）、亦適用於臺灣青少年族群（Chang, 2016），且每題採用李克特 6 點量表，1 分代表「非常不同意」，6 分代表「非常同意」。在本研究中此量表的內部一致性係數為 .914。

### （三）陳氏網路成癮量表（T2 施測）

陳氏網路成癮量表共 26 題，採用李克特 4 點量表評分，總分範圍為 26 分至 104 分，



總分愈高代表研究參與者的網路成癮程度愈嚴重；此量表包含五個分量表：「強迫性使用」（五題）、「戒斷反應」（五題）、「耐受性」（四題）、「人際與健康問題」（七題）及「時間管理問題」（五題）等，且各分量表的內部一致性係數介於 .78 至 .81 之間，兩週後的半折信度為 .83（Chen et al., 2003）。在本研究中此量表的內部一致性係數為 .942。

## 五、統計分析

本研究使用 SPSS for Windows 18.0 版與 AMOS 18.0 版進行資料分析，並先透過皮爾森相關分析來檢驗變項間之相關性，且考量到相關分析涉及多組變項配對，為避免多重比較所造成的第一型錯誤（Type I error）累積風險，故本研究採用 Bonferroni 修正法調整顯著水準；由於本研究進行了 45 組變項間的配對相關分析，因此將原設定之顯著水準  $\alpha = .05$  除以比較次數（45），獲得修正後的顯著標準為  $\alpha = .0011$ ，故本研究僅將  $p < .001$  視為顯著，並於表格中以三顆星號 (\*\*\*) 表示。接續著，本研究以結構方程模式和拔靴法（bootstrapping analysis）來檢驗自尊（T2）在神經質（T1）和網路成癮（T2）間之中介作用（Shrout & Bolger, 2002），且在中介效果的顯著性判斷部份，本研究採用偏誤修正後的拔靴法信賴區間（bias-corrected bootstrap confidence interval），並進行 10,000 次重覆抽樣，若該間接效果之 95% 信賴區間不包含 0，即可視為中介效果達到統計顯著（Mallinckrodt et al., 2006）。

## 參、結果與討論

### 一、神經質、自尊及網路成癮間之相關

如表 1 所示，神經質（T1）與網路成癮（T2）間呈顯著正相關，而自尊（T2）與網路成癮（T2）間則呈顯著負相關；此外，神經質（T1）與自尊（T2）之間也顯示出顯著負相關。

表 1

各變項之平均數、標準差及相關係數

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.神經質 (T1)	—									
2.自尊 (T2)	-.52***	—								
3.正面面向	-.52***	.65***	—							
4.負面面向 <sup>+</sup>	-.66***	.65***	.62***	—						
5.網路成癮 (T2)	.23***	-.30***	-.15***	-.24***	—					
6.強迫性使用	.22***	-.28***	-.15***	-.24***	.90***	—				
7.戒斷反應	.21***	-.23***	-.11***	-.20***	.85***	.77***	—			
8.耐受性	.17***	-.22***	-.09***	-.17***	.82***	.70***	.66***	—		
9.人際與健康問題	.21***	-.30***	-.16***	-.24***	.89***	.75***	.64***	.65***	—	
10.時間管理問題	.17***	-.26***	-.12***	-.18***	.82***	.65***	.57***	.57***	.70***	—
M	17.58	39.16	29.57	18.38	49.92	9.29	10.15	8.35	13.22	8.91
SD	4.60	8.99	4.61	5.47	13.40	3.00	3.16	2.47	4.04	2.94

註：<sup>+</sup>負面面向為反向計分

\*\*\*  $p < .001$ ，符合 Bonferroni 修正後之顯著水準 ( $\alpha = .0011$ )

## 二、自尊的中介角色

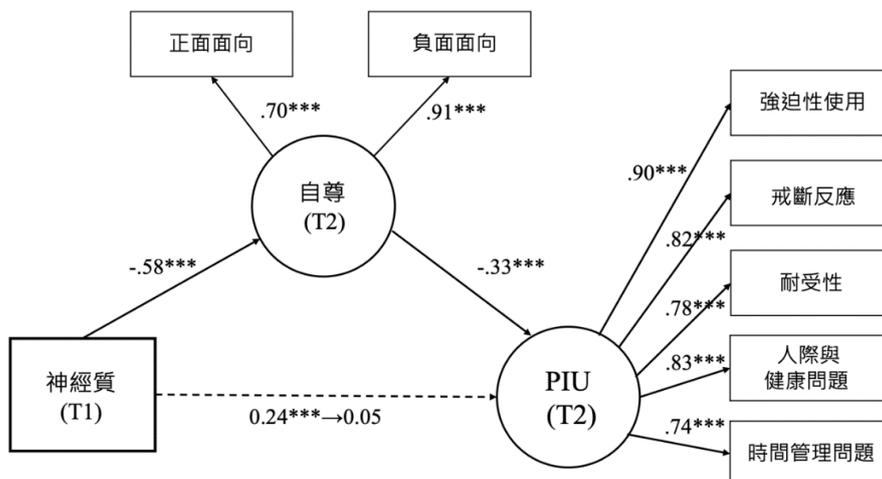
如圖 1 所示，本研究以結構方程模式來檢驗所假設的中介模式，但由於樣本人數較大時卡方值 ( $\chi^2$ ) 易顯著，因此本研究採用模式適配度指標進行評估，包括 CFI、IFI、NFI、NNFI 及 RMSEA；依據 Hu 與 Bentler (1999) 之建議，CFI、IFI、NFI 與 NNFI 值達 .90 以上表示模式具有可接受適配度，達 .95 以上則為良好適配；RMSEA 值小於 .08 表示可接受適配度，小於 .06 則為良好適配。本研究結果發現，中介模式的適配指標分別為：NFI = .98、NNFI = .95、CFI = .98、IFI = .98，以及 RMSEA = .07，故本研究之中介模式具有良好的模式適配度，且可解釋 12.9% 的變異量。

此外亦如圖 1 所示，神經質 (T1) 可顯著且負向自尊 (T2)，並且自尊 (T2) 也可顯著且負向預測網路成癮 (T2)，然而，儘管神經質 (T1) 可顯著且正向預測網路成癮 (T2)，但是當自尊 (T2) 一起納入分析後，神經質 (T1) 對網路成癮 (T2) 的預測關係卻由 .24 ( $p < .001$ ) 的顯著預測、下降至 .05 ( $p = .10$ ) 的不顯著預測。為清楚呈現中介效果，本研究彙整神經質 (T1) 對網路成癮 (T2) 的總效果、間接效果及直接效果等資料於表 2 之中，其中，神經質對網路成癮的總效果為顯著 ( $\beta = .24, p < .001$ )，然而在納入自尊後，其直接效果下降至不顯著 ( $\beta = .05, p = .10$ )，且間接效果為顯著 ( $\beta = .19, p < .001$ )，故支持中介之假設、且為完全中介 (full mediation)。

為進一步探究神經質 (T1) 是否會透過自尊 (T2) 完全中介來預測網路成癮 (T2)，本研究以拔靴法來進行檢驗中介效果，並根據 Mallinckrodt 等人 (2006) 之建議，進行 10,000 次重覆抽樣；在刪除部分資料缺漏者後，共以 1,785 份有效樣本進行分析，結果發現神經質 (T1) 透過自尊 (T2) 對網路成癮 (T2) 的間接效果預測值為 0.121 的未標準化間接效果，其偏誤修正後的 95% 信賴區間介於 .086 至 .139 之間、信賴區間中不包含 0，因此顯示該間接效果具有顯著性 ( $p < .001$ )，但是，神經質 (T1) 對網路成癮 (T2) 之直接效果的 95% 信賴區間為 -.007 至 .071、信賴區間包含 0，故此直接效果不具顯著性，所以經檢驗後本研究之中介模式成立。

圖 1

中介模型



\*\*\*  $p < .001$ .



表 2  
 中介分析表

效果類型	路徑說明	$\beta$ (標準化)	95% BCa CI	p 值	解釋
總效果	神經質 (T1) → PIU (T2)	.24	—	< .001	未控制中介變項
直接效果	神經質 (T1) → PIU (T2) (控制自尊)	.05	-.01, .07	.10	不顯著
間接效果	神經質 (T1) → 自尊 (T2) → PIU (T2)	.19	.09, .26	< .001	完全中介

### 三、討論

本研究旨在探討自尊 (T2) 是否在神經質 (T1) 對網路成癮 (T2) 的預測關係中扮演中介角色，而研究結果除了與先前研究相符，即神經質與網路成癮間呈正向關聯、自尊與網路成癮呈負向關聯 (Mamun et al., 2020; Marciano et al., 2022) 之外，過去鮮少有研究進一步解釋三者間可能之歷程模式，本研究透過為期一年的追蹤性研究，發現自尊 (T2) 在神經質 (T1) 與網路成癮 (T2) 間，扮演了完全中介的角色。

本研究發現，神經質 (T1) 對自尊 (T2) 有負向預測關係，這與先前研究的發現一致 (Stokes, 2019)。McCrae 與 Costa (1996) 所發展的五大人格系統指出，個體的人格特質會透過一連串與環境互動的動態過程，進而影響後續的自我概念發展。另外根據 I-PACE 模式 (Brand et al., 2016, 2019)，神經質可視為一種誘發因子 (predisposing factor)，其會影響個體面對壓力與情緒時的反應方式，進而影響後續的認知歷程與執行行為，因此在 I-PACE 架構下，神經質影響自尊的歷程，可視為個人—情感—認知相互作用的結果。此外 Erikson (1968) 的心理社會發展理論指出，青少年的主要發展任務是建立自我認同，其中包含「自我同一感」(self-sameness)，即個體在內在感受與人際關係中所經驗到的連貫性；然而高神經質的青少年常表現出情緒不穩、缺乏自信與焦慮，其人際經驗容易受負面情緒干擾而不穩定 (Costa & McCrae, 1992)，進而在建立自我認同的過程中產生阻礙，削弱其自我價值感，進一步影響自尊的發展。

本研究亦發現，神經質 (T1) 能正向預測網路成癮 (T2)，且自尊 (T2) 在其中扮演完全中介角色，此結果與 I-PACE 模式相符，即個體因人格特質 (如神經質) 而產生特定的情緒反應與認知評估 (如低自尊)，進而影響其行為選擇 (如成癮於網路)。另外本研究結果亦呼應自我差異理論與自我概念理論的預測，也就是當青少年現實自我與理想自我間存在顯著落差、且缺乏自我接納時，傾向出現負向自我評價與情緒困擾，進而以網路使用作為補償策略；而根據 Turkle (2005) 研究指出，虛擬空間讓青少年得以建構多重自我形象以逃避現實壓力，但若缺乏自我調節能力與健康自尊，過度依賴此策略恐導致問題性使用行為的惡化。因此，本研究以 I-PACE 模式提供一個整合性的理論視角，幫助理解臺灣青少年如何從人格特質出發，透過自尊的中介歷程，進而影響其網路使用行為的心理機制，而這也突顯出在青少年網路成癮預防與介入中，強化其正向自我概念與提升自尊，具有潛在的實務應用價值。

## 肆、結論與建議

本研究聚焦於網路成癮的成因歷程探究，且本研究的主要發現為，自尊可完全中介神經質對網路成癮的預測關係，因此根據研究發現來針對不同層面提出以下建議，並鎖定在提升青少年自尊的重要性。在發展階段中，青少年正處於自我認同的建構過程（Erikson, 1968），建議學校課程或教育方案，應強調並納入與自我概念相關的課程內容，包括自我探索、自我肯定訓練、自我價值感發展、生活經驗的反思與影響，以及正向經驗的建構（高旭繁，2021）；在家庭教育方面，研究指出自我概念的發展受到教養方式的高度影響（譚子文、董旭英，2010），所以家庭教育應鼓勵家長以民主型教養方式來教育青少年，引導他們探索並發展自我價值、提供尊重與陪伴，使其能夠建立正向的自我概念（Lamborn et al., 1991）；在心理諮商部分，青少年若因網路成癮接受諮商，諮商歷程可著重於內在自我的探索、自我價值的重建，並提升自尊的發展。

儘管本研究以一年追蹤研究方式，來檢驗神經質（T1）與網路成癮（T2）間之關係，並提出了中介歷程模式，然而，本研究仍有限制需要說明。首先，本研究所使用的資料皆為自陳式問卷，其回答的準確性有待提升，建議未來研究可納入更多客觀測量方式、如他人評量，以再次檢驗本研究假設；其次，本研究檢驗樣本流失情形所可能造成研究結果推論上之限制，建議未來研究可考慮在追蹤設計中納入男女性別樣本維持策略，以降低因性別差異而可能產生的潛在偏誤；再者，本研究僅針對高中職生進行調查，因此尚無法確定該族群的研究結果是否可推論至更廣泛的族群、如國中生或大學生；此外，本研究僅針對五大人格中的神經質進行探討，未能同時檢驗其他人格因子對網路成癮的影響，建議未來研究可納入完整人格特質架構，以更全面理解人格與網路成癮之間的關係；最後，為提升問卷回收率並減少因一次填答過多問卷所造成的疲乏與倦怠感，故本研究採分時施測設計：第一時間點測量神經質、第二時間點則測量自尊與網路成癮，然而，此設計卻也限制了對三變項變化歷程之深入掌握，故建議未來研究可於兩個時間點同時蒐集三個變項的資料，以強化推論的完整性與準確性。儘管本研究存在上述限制，但仍透過一年期的追蹤研究設計，檢驗了自尊（T2）在神經質（T1）與網路成癮（T2）間之中介效果，並為未來研究和臺灣諮商心理實務介入提供了重要參考依據。

整合言之，臺灣網路使用問題日益嚴重，尤其在青少年族群中網路使用已逐漸普遍，並成為學校與家庭當前面臨的重要課題，因此本研究主要焦點在於探討網路成癮的成因歷程，並嚴謹地採用一年期追蹤設計，結果發現神經質（T1）可正向預測一年後的網路成癮程度（T2），並且，自尊（T2）在兩者之間達完全中介作用，因此本研究特別建議有關人員能夠協助青少年發展自尊提升與強化自我認同，對於預防與介入其網路成癮行為是具有重要意義；本研究也建議未來研究應進一步針對不同族群進行檢驗，以獲得更全面的理解。總結而言，本研究對網路成癮之相關研究與預防介入提供了重要見解，對教育、家庭及諮商心理領域皆具實務應用價值。

## 參考文獻

高旭繁（2021）。自我探索的教學之路：以自我探索與覺察課程為例。《教學實務研究論叢》，10，265-296。

- 數位發展部 (2023)。112 年數位發展調查報告及摘要。數位發展部。取自 <https://www-api.moda.gov.tw/File/Get/moda/zh-tw/yg2U5UZOHhvWvtm>
- 譚子文、董旭英 (2010)。自我概念與父母教養方式對臺灣都會區高中生偏差行為之影響。《教育科學研究期刊》，55 (3)，203-233。
- Baggio, S., Starcevic, V., Studer, J., Simon, O., Gainsbury, S. M., Gmel, G., & Billieux, J. (2018). Technology-mediated addictive behaviors constitute a spectrum of related yet distinct conditions: A network perspective. *Psychology of Addictive Behaviors*, 32, 564-572. <https://doi.org/10.1037/adb0000379>
- Bedir, D., & Erhan, S. E. (2021). Investigation of problematic Internet use behaviors of athletes in terms of personality traits. *Cogent Psychology*, 8(1), 1-12. <https://doi.org/10.1080/23311908.2021.1940640>
- Bickham, D. S. (2021). Current research and viewpoints on Internet addiction in adolescents. *Current Pediatrics Reports*, 9, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s40124-020-00236-3>
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 71, 252-266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond Internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 104, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>
- Brand, M., Müller, A., Wegmann, E., Antons, S., Brandtner, A., Müller, S. M., Stark, R., Steins-Loeber, S., & Potenza, M. N. (2025). Current interpretations of the I-PACE model of behavioral addictions. *Journal of Behavioral Addictions*, 14(1), 1-17. <https://doi.org/10.1556/2006.2025.00020>
- Bulut Serin, N. (2011). An examination of predictor variables for problematic Internet use. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(3), 54-62.
- Chang, S. H. (2016). Testing a model of codependency for college students in Taiwan based on Bowen's concept of differentiation. *International Journal of Psychology*, 53(1). <https://doi.org/10.1002/ijop.12271>
- Chen, M. C., & Piedmont, R. L. (1999). Development and validation of the NEO-PI-R for a Taiwanese sample. In T. Sugiman, M. Karasawa, J. H. Liu, & C. Ward (Eds.), *Progress in Asian Social Psychology* (pp. 105-119). Kyoyook-Kwahak-Sa.
- Chen, S. H., Weng, L. C., Su, Y. J., Wu, H. M., & Yang, P. F. (2003). Development of Chinese Internet addiction scale and its psychometric study. *Chinese Journal of Psychology*, 45, 279-294. <https://doi.org/10.1037/t44491-000>

- Chien, L. L., Ko, H. C., & Wu, J. Y. (2007). The five-factor model of personality and depressive symptoms: One-year follow-up. *Personality and Individual Differences, 43*, 1013-1023. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.02.022>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences, 13*, 653-665. [http://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90236-I](http://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90236-I)
- Dieris-Hirche, J., Pape, M., te Wildt, B. T., Kehyayan, A., Esch, M., Aicha, S., Herpertz, S., & Bottel, L. (2020). Problematic gaming behavior and the personality traits of video gamers: A cross-sectional survey. *Computers in Human Behavior, 106*. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106272>
- Durak, M., & Senol, D. E. (2014). Which personality traits are associated with cognitions related to problematic Internet use? *Asian Journal of Social Psychology, 17*(3), 206-218. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12056>
- Erikson, E. E. (1968). *Identity, youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Eynon, R., & Malmberg, L. E. (2021). Lifelong learning and the Internet: Who benefits most from learning online? *British Journal of Educational Technology, 52*(2), 569-583. <https://doi.org/10.1111/bjet.13041>
- Goldberg, I. (1996). Internet addiction disorder. Columbia University.
- Günaydin, H. D. (2021). Personality traits, gender, frequency of Internet use as predictors of Turkish teenagers' Internet addiction. *Turkish Online Journal of Educational Technology, 20*(4), 44-52.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*(3), 319-340. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319>
- Hu, L., & Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*, 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Koruklu, N. (2015). Personality and social problem-solving: The mediating role of self-esteem. *Educational Sciences: Theory and Practice, 15*(2), 481-487.
- Kuss, D. J., Shorter, G. W., van Rooij, A. J., van de Mheen, D., & Griffiths, M. D. (2014). The Internet addiction components model and personality: Establishing construct validity via a nomological network. *Computers in Human Behavior, 39*, 312-321. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.07.031>
- Lin, M.-P., Wu, J. Y.-W., You, J., Chang, K.-M., Hu, W.-H., & Xu, S. (2018). Association between online and offline social support and Internet addiction in a representative sample of senior high school students in Taiwan: The mediating role of self-esteem. *Computers in Human Behavior, 84*, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.007>
- Lukács, A. (2021). Predictors of severe problematic Internet use in adolescent students. *Contemporary Educational Technology, 13*(4). <https://doi.org/10.30935/cedtech/10989>

- Mallinckrodt, B., Abraham, W. T., Wei, M., & Russell, D. W. (2006). Advances in testing the statistical significance of mediation effects. *Journal of Counseling Psychology, 53*(3), 372-378. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.372>
- Mamun, M. A., Hossain, M. S., Moonajilin, M. S., Masud, M. T., Misti, J. M., & Griffiths, M. D. (2020). Does loneliness, self-esteem and psychological distress correlate with problematic Internet use? A Bangladeshi survey study. *Asia-Pacific Psychiatry, 12*(2), e12386. <https://doi.org/10.1111/appy.12386>
- Marciano, L., Camerini, A. L., & Schulz, P. J. (2022). Neuroticism and Internet addiction: What is next? A systematic conceptual review. *Personality and Individual Differences, 182*(4), 111-260. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111260>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (1996). Toward a new generation of personality theories: Theoretical contexts for the five-factor model. In J. S. Wiggins (Ed.), *The five-factor model of personality: Theoretical perspectives* (pp. 51-87). Guilford Press.
- McMullen, T., & Resnick, B. (2013). Self-esteem among nursing assistants: reliability and validity of the Rosenberg self-esteem scale. *Journal of Nursing Measurement, 21*, 335-344. <https://doi.org/10.1891/1061-3749.21.2.335>
- Peng, W., Li, D., Li, D., Jia, J., Wang, Y., & Sun, W. (2019). School disconnectedness and adolescent Internet addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence. *Computers in Human Behavior, 98*, 111-121. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.011>
- Prievara, D. K., Piko, B. F., & Luszczynska, A. (2019). Problematic Internet use, social needs, and social support among youth. *International Journal of Mental Health & Addiction, 17*(4), 1008-1019. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9973-x>
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the Client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science. formulations of the person and the social context* (pp. 184-256). McGraw-Hill.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Sebre, S. B., Miltuze, A., & Limonovs, M. (2020). Integrating adolescent problematic Internet use risk factors: Hyperactivity, inconsistent parenting, and maladaptive cognitions. *Journal of Child and Family Studies, 29*(7), 2000-2009. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01726-0>
- Sert Agir, M. (2019). A model proposal regarding the effect of adolescents' psychological endurance on Internet addiction and intermediary role of self-esteem among related variables. *Turkish Online Journal of Educational Technology, 18*(1), 1-14.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*, 422-445. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.422>
- Stokes, J. E. (2019). Social integration, perceived discrimination, and self-esteem in mid- and

- later life: Intersections with age and neuroticism. *Aging and Mental Health*, 23(6), 727-735.  
<https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1450834>
- Tang, W.-C., Lin, M.-P., You, J., Wu, J.-Y., & Chen, K.-C. (2021). Prevalence and psychosocial risk factors of nonsuicidal self-injury among adolescents during the COVID-19 outbreak. *Current Psychology*, 42, 17270-17279. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01931-0>
- Turkle, S. (2005). *The second self: Computers and the human spirit*. The MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/6115.001.0001>
- Xiang, K., Song, H., & Cheng, Z. (2022). The relationship between family stress and Internet dependence: The mediating role of loneliness—empirical analysis based on CGSS2017. *Discrete Dynamics in Nature and Society*, 1-9. <https://doi.org/10.1155/2022/4878267>
- Xiao, J., Li, D., Jia, J., Wang, Y., Sun, W., & Li, D. (2019). The role of stressful life events and the Big Five personality traits in adolescent trajectories of problematic Internet use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 33(4), 360-370. <https://doi.org/10.1037/adb0000466>
- Yanshu, S. (2018). Internet addiction motivation among Chinese young people: A qualitative analysis. *China Media Research*, 14(1), 76-86.
- Yanshu, S., & Wilkinson, J. S. (2020). Parenting style, personality traits, and interpersonal relationships: A model of prediction of Internet addiction. *International Journal of Communication*, 14, 2163-2185.
- Zhang, Y. (2021). Direct and indirect effects of neuroticism on Internet addiction in college students: A structure equation modeling analysis. *Psychological Reports*, 124(2), 611-626. <https://doi.org/10.1177/0033294120918806>
- Zhou, G., & Wang, E. (2021). Effects of self-concealment and self-esteem on Internet addiction in college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 49(7), 1-9. <https://doi.org/10.2224/sbp.10370>
- Zuffianò, A., Sette, S., Manfredi, L., Gregori, F., Lopéz-Pérez, B., Polias, S., Martí Vilar, M., Valle, C., Benito-Ambrona, T., & Pastorelli, C. (2023). The relation between self-esteem and regulatory emotional self-efficacy in daily life: A study among university students. *Identity*, 23(1), 36-49. <https://doi.org/10.1080/15283488.2022.2108427>

初稿收件：2025年05月14日

一校修訂：2025年07月04日

正式接受：2025年09月18日



# Longitudinal Association between Neuroticism and Internet Addiction in a Representative Sample of Senior High School Students in Taiwan: The Mediating Role of Self-Esteem

Li-Hsuan Cheng<sup>1</sup>、Min-Pei Lin<sup>2\*</sup>

Doctoral Student, Department of Educational Psychology and Counseling,  
National Taiwan Normal University<sup>1</sup>

Professor, Department of Educational Psychology and Counseling,  
National Taiwan Normal University<sup>2</sup>

## Abstract

This study aimed to examine the mediating role of self-esteem between neuroticism and Internet addiction among adolescents by using a large representative sample of senior high school students in Taiwan. The study used a longitudinal quantitative design with a one-year follow-up, and 2,170 participants (1,129 females) were recruited from senior high schools using stratified and clustered sampling. Questionnaires were administered, and the study results explored the relationship between the three variables through Pearson's correlation analyses. Structural equation modeling and bootstrapping analyses found that Internet addiction (T2) was significantly predicted by neuroticism (T1) and fully mediated by self-esteem (T2). The results of this study discuss the mediating role of self-esteem in the relationship between neuroticism and Internet addiction and support the idea that self-esteem can be effectively used to improve the treatment of adolescent Internet addiction. Finally, this study makes suggestions for how we should discuss and understand self-esteem, whether through counseling or course arrangements.

**KEY WORDS:** internet addiction, neuroticism, self-esteem



# 諮商心理與復健諮商學報

## 徵稿簡則

### 一、發行宗旨：

為提供諮商輔導社群發表學術研究成果，溝通專業理念，以推展諮商輔導工作與促進專業交流。

### 二、徵稿主題：

以諮商、心理與復健諮商及相關領域（如特殊教育、職能治療、物理治療或職業災害等）之實徵研究、個案報告或實務報告為主。

### 三、稿件格式：

中英文不拘，每篇稿長以一萬五千字為原則。稿件依 **APA 第七版**格式撰寫，並均附中英文摘要及關鍵詞。

### 四、審稿規定：

來稿皆經匿名評審，通過後始得刊登。評審得要求作者對文稿作必要修正。

### 五、投稿方式：

於 114 年起採線上投稿 <https://www.ipress.tw/J0308>，請備齊投稿者基本資料、投稿者聲明書、著作權讓與同意書、稿件電子檔等，相關表件請上本所網頁 <https://cprc.nknu.edu.tw> 下載，如有其他疑問請電 07-7172930 轉 2101，或寄至 [th02nknucprc@gmail.com](mailto:th02nknucprc@gmail.com) 信箱。

### 六、截稿期程：全年徵稿。

## 諮商心理與復健諮商學報 稿件撰寫格式

- 一、來稿中英文不拘，每篇稿長以一萬五千字為原則；字數逾一千字以上者經審稿委員或主編同意，得免修改或部分修改且付印印刷費由作者自付。
- 二、文稿請使用 Microsoft Word 98 以上之版本格式處理，中英文字體以 12 級字，新細明體及 Times New Roman 為原則，標點符號及空白字的部份請使用全形，文稿上下左右各留邊界；每頁範圍：上 4.0cm、下 4.5cm、左 3.5cm、右 3.5cm。
- 三、稿件順序請分別依照中文摘要頁、正文、參考文獻、英文摘要頁放置，英文稿件則依照英文摘要頁、正文、參考文獻、中文摘要頁放置。
- 四、中英文摘要頁包括中英文論文篇名、全體作者之中英文姓名、任職機構中英文全名、中英文摘要與關鍵字。中英文摘要以五百字為原則，中英文關鍵字以不超過十個為原則。
- 五、正文原則上包括「緒論」、「研究方法」、「結果與討論」、「結論與建議」等四部份。
- 六、寫作格式、標題、圖表、數字、符號、引用文獻及參考文獻等之格式參考「美國心理學會出版手冊 (Publication Manual of the American Psychological Association) 第七版之規定。
- 七、表圖請附完稿，正文應為電腦打字之文字稿，請檢附電子檔，以利排版。



## 「諮商心理與復健諮商學報」 投稿者聲明書

本人（姓名\_\_\_\_\_）茲以下列\_\_\_\_\_  
為題之 中文 英文稿件 乙件投稿於貴學報，本稿件內容未曾以任何文  
字形式發表或出版，特此聲明。如有聲明不實，而致貴學報違反著作權法或引  
起版權糾紛，本人願負一切法律責任。

本稿件 是 否 為學位論文（博士 碩士）改寫或其中一部  
分。若是，亦會徵得原作者同意與簽名。

此致

「諮商心理與復健諮商學報」學報編輯委員會

投稿者簽名：

學位論文作者：

中 華 民 國                      年                      月                      日



## 國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所 「諮商心理與復健諮商學報」編輯委員會設置要點

101年10月15日101學年度第2次所務會議通過  
102年2月22日101學年度第5次所務會議修正通過  
108年11月21日108學年度第3次所務會議修正通過

- 一、國立高雄師範大學「諮商心理與復健諮商學報」（以下簡稱本學報）編輯委員會（以下簡稱本委員會），由諮商心理與復健諮商研究所（以下簡稱本所）專任教師及校外學者專家共九至十五人組成，其中校外編輯委員應佔二分之一（含）以上。校外編輯委員由本所所務會議遴聘之，任期三年。
- 二、本委員會每屆任期至少召開一次委員會議為原則，委員出席人數達二分之一（含）以上始得開會，出席人數達二分之一（含）以上始得決議；校外委員得依規定支領出席費及交通費。
- 三、本委員會設召集人一人，本學報設主編一人，皆為無給職，由本所所長兼任之。
- 四、本學報設執行編輯一至二人為原則，為無給職，由主編遴聘本所諮商心理組或復健諮商組專任教師一至二人兼任之，其任期同主編。
- 五、本學報另設助理編輯一至二人，遴選本所研究生擔任之，依規定支領研究生獎助學金，以協助本學報編輯行政事宜。
- 六、本學報所需經費由本所年度預算之相關項目下支應。
- 七、本要點經本所所務會議通過後實施。

## 「諮商心理與復健諮商學報」編輯委員會 編審工作要點

96年11月16日 96學年度第3次所務會議訂定  
99年06月04日 98學年度第1次學報編輯委員會討論修正  
99年06月04日 98學年度第5次所務會議通過  
102年01月18日 101學年度第1次學報編輯委員會修正  
102年02月22日 101學年度第5次所務會議通過  
105年01月08日 104學年度第1次學報編輯委員會通過  
105年03月04日 104學年度第5次所務會議通過  
109年04月17日 108學年度第1次學報編輯委員會修正  
109年06月12日 108學年度第8次所務會議通過

- 一、「諮商心理與復健諮商學報」（以下簡稱本學報）編輯委員會（以下簡稱本委員會）為處理編審相關事宜，建立學術評審制度，以提昇本學報之學術水準，特訂定本要點。
- 二、本學報論文以諮商、心理與復健諮商，及相關領域（如特殊教育、職能治療、物理治療或職業災害等）之實徵研究、個案報告或實務報告為主，採全年徵稿，每年六月、十二月各出刊一期，每期刊出至少四篇（含）論文為原則。
- 三、本學報之審稿程序採匿名審查制。凡投稿本學報的稿件先經當期執行編輯初步審閱其作者身份、主題範疇、文字格式及投稿等資料表件，確認其合乎本學報徵稿簡則等相關規定，由執行編輯將作者匿名後之稿件送交主編或審稿委員推薦與其主題相關專長至少兩位審稿委員名單。
- 四、本學報稿件通過初審後，由執行編輯送交兩位審稿委員，依匿名及迴避原則進行審查。編輯委員及本校專兼任教師之審稿費每人每篇（含修正後再審）新台幣伍佰元，非編輯委員及非本校專兼任教師之審稿費每人每篇（含修正後再審）新台幣壹仟元。
- 五、本學報審稿依其研究主題與論述（含文獻）、研究方法與步驟、研究價值與貢獻、文詞組織與體例，及綜合意見等五個項目進行審議評述。
- 六、本學報審稿之審查結果分為四類：（一）同意刊登；（二）修正後刊登；（三）修正後再審；（四）不予刊登。最後審查結果如下表，由主編（\*）依最後審查意見及論文品質裁量決定。

處理方式		第 二 位 審 稿 委 員 意 見			
		同意刊登	修正後刊登	修正後再審	不予刊登
第 一 位 審 稿 委 員 意 見	同意刊登	同意刊登	修正後刊登	修正後再審	送第三位複審
	修正後刊登	修正後刊登	修正後刊登	修正後再審	送第三位複審
	修正後再審	修正後再審	修正後再審	不予刊登 或再審*	不予刊登 或再審*
	不予刊登	送第三位複審	送第三位複審	不予刊登 或再審*	不予刊登

七、投稿文件通過審查後，將函請作者依本學報稿件格式及最新版 **APA** 格式修改：

1. 本學報論文格式電子檔公告於國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所網頁，請作者依此校對修改論文格式。
2. 每頁範圍：上 4.0CM、下 4.5CM、左 3.5CM、右 3.5CM。

八、本學報編輯工作流程及其審查期限、徵稿簡則、稿件撰寫格式、投稿者基本資料、投稿者聲明書、著作權讓與同意書、稿件評審表，如附件 1-1、1-2、1-3、1-4、1-5、1-6、1-7。

九、本要點經本學報編輯委員會議及本所所務會議通過後實施。

## 諮商心理與復健諮商學報編輯工作流程

