

晚睡人口的非慣俗性、放鬆與人際關係*

Nighttimers' Unconventionality, Slacking and Personal Relationship

中央研究院人文社會科學研究中心研究員 蔡明璋
Ming-Chang Tsai

Research Fellow, Research Center for Humanities and Social Sciences, Academia Sinica

國防大學政治作戰學院心理及社會工作學系副教授 郭盛哲
Sheng-Che Kuo

Associate Professor, Department of Psychology and Social Work, National Defense University

* 本文初稿在政治大學社會科學院2013年10月5日舉辦的「如何再創臺灣奇蹟：1990年代後的轉型、發展與挑戰」研討會發表。通訊地址：台北市南港研究院路128號中央研究院人文社會科學研究中心。E-mail：mtsai304@gate.sinica3.edu.tw。

晚睡人口的非慣俗性、放鬆與人際關係

蔡明璋

中央研究院人文社會科學研究中心研究員

郭盛哲

國防大學政治作戰學院心理及社會工作學系副教授

中文摘要

本文的目的是分析夜間活動對台灣民眾的社會行為與主觀福祉的影響。根據Melbin（1978）及傅仰止（1997）的研究，夜晚是社會生活的一個前沿，這個新擴展的時空領域激發個人的非慣俗傾向。本文延伸了夜晚疆界的論點，提出數個可能的影響範疇，就晚睡與夜晚在外對放鬆自己（菸酒消費、看電視與上網）、社會網絡與主觀福祉的潛在影響進行評估。利用「台灣社會變遷基本調查」四波的跨年資料（1995、2000、2005及2010年），我們的迴歸分析結果顯示，夜間活動人口的基本特徵是都會中較年青的族群。同時，服務業工作者在夜間活動的頻率頗高，反映了這個部門在夜間擴張的傾向。夜間活動與非慣俗性的相關並不高，這點不支持傅仰止的觀點，但與消費菸酒、接觸陌生人的相關較高。我們的結論是，夜晚疆界仍然存在，但白天與夜晚區隔出來的並非是驚世駭俗的想法，而是煙酒消費和較開闊的人際網絡。

關鍵詞：夜晚、非慣俗性、社會互動、主觀福祉

夜晚是謎樣的社會空間。因為人工照明的發明，更多人充分利用夜晚的時間，這的確是人類社會變遷的一個大趨勢。在台灣，夜晚的時間，及夜晚活動的空間，逐漸的也廣受利用。但是，這些夜間人口，或所謂「夜鶯」的樣子、使用深夜的方式，以及他們的想法價值觀等，一直是社會科學研究的化外之地。Melbin（1978）在三十多年前發表的經典論文，啟發了本研究的主要構想，因此，我們先在這裡討論他的觀點。Melbin指出，夜晚可以想像成是一個空間的邊疆地帶（frontier）。這像是一個國家領域的最外沿，人煙稀少，在入夜時仍醒著的人口寥寥可數。但這種稀少乃至荒涼，提供了一種結構性的條件，促成一群不一樣的夜鶯。Melbin提出幾個主要的假設：(1)夜間人口的基本特徵是男性與年輕人。這樣的性別與年齡與邊疆地區的人口特徵是相似的。(2)或許更重要的，是夜晚的社會空間，比起白天而言，規範性限制較鬆。「街友、同性戀者在黑暗中找到更多的寧靜，因為監控減低了」（Melbin, 1978: 9）。容易受到汙名化的人口，也從白天撤退，以避免無謂的羞辱與反感。(3)夜間人口表現較高的孤立性，與一般外界較少接觸，但這並不表示他們與少數人的社會互動密度較低。(4)夜間人口較具社會親和性，夜間較慢的生活步調，允許他們與一般人、甚至陌生人進行較耗時間的社會互動，也更願意相信、幫助他人。(5)許多社會組織在進入夜晚時，權威移轉給非主管，這些人不必負太多的責任，紀律較鬆散，官僚程序暫時擱置，代理人的管理方式顯得更為「個人性」。

夜晚成爲社會的前沿疆界的想法，逐漸激發了許多相關的研究。不過，在數十年前認爲是「夜晚」活動，在當下或已不是侷限在特殊人口上，而可能成爲是一普遍的白天正常活動的延伸。夜店，舞廳，或更特殊的「俱樂部」，曾經是特殊身分者的消費場所，現在化身、甚至是晉升成爲正常流行消費文化的一部分。同時，在日漸「文明化」的變遷中，白天活動人口的親和度亦不必然較夜間人口爲低。特別是Melbin的研究場域是美國東岸大都市（波士頓），他注意到移民大量配合夜間勞動市場的需求。特殊的偏差社群（街友、「同性戀」、妓女、藥物濫用者）及宵小之徒，充斥、占用入夜後的地理空間。而在當下，夜間人口也許不再那麼特定。不過，拜資訊技術發達之賜，網路提供內容豐富的虛擬空間，也可能吸引著一群不同於Melbin觀察到的人口，悠閒的消

磨漫漫的長夜。

本研究的背景1990年代後的台灣。1990年前後可以視為台灣社會政治變遷的一個分水嶺，台灣就在1980年代末終止戒嚴法的實施，政治、經濟、社會、大眾傳播各項活動不再受到限制，同時出現爆炸性的成長。與本研究相關方面，舉凡各種店家的營業時間、電視媒體的播放時間都不斷因應夜間活動人口增加而延長，甚至出現全世界首家且唯一的二十四小時書店。我們認為這些趨勢對民眾、特別是對夜間人口的影響，應當會反映在往後的社會調查資料中。

台灣的夜間人口逐漸增加，但社會科學的研究相對不足。主計處進行的「社會發展趨勢調查」¹指出在2003年，台灣民眾在晚上11至12點間之睡眠率高達82.3%，與2000年相比，降低1.1%。而更多晚睡的人口，其人口特徵與行為，則沒有進一步的分析。同時，這項調查在2005年之後不再進行，也無從藉此調查資料了解相關的趨勢變化。本文從夜間作為邊疆的觀點出發，以另一個全國性的調查資料庫，觀察台灣民眾的入睡時間以及夜晚在外這兩個行為，探索深夜仍然醒著的人口社會心理。底下，我們(1)先回顧相關的研究文獻，(2)提出相關的假設，(3)說明本文的研究設計與資料，(4)分析近15年來的經驗資料，(5)指出本文的限制並提供一般性的結論。

壹、夜晚：疆界、價值與生活方式

人們在晚間的社會活動由美國社會學家Murray Melbin在1978年進行先驅性的研究，將鮮為人知的夜間社會活動搬進學術研究領域（Melbin, 1978）。他在1969年已經先發表了關於精神病院當中作息規律的研究（Melbin, 1969），開始討論夜間時間逐漸擴展的現象（Melbin, 1977）。在1978年關於夜間活動的論文“Night as Frontier”，成為夜間疆界研究的經典文獻。他自己則是在1987年將研究成果出版成為專書，作完整的說明（Melbin, 1987）。

從長期歷史而言，人類活動時間從日間逐漸擴展到深長的夜晚，最後

¹ 資料來源<http://win.dgbas.gov.tw/dgbas03/ca/society/time-93/index.htm>。取用日期：2014/5/12。這項官方調查在2006年停辦。

二十四小時的活動（不夜城）在現代社會的許多角落已成為常態。Melbin將往夜間延長的時間運用，比喻成美國西部的拓荒，逐漸地往邊疆地帶（frontier）一步一步的延伸。具體地說，他將美國1830至1880年之間的西部拓荒與1960、1970年代夜間活動的延長整理出八項相似之處。

首先是延長的比較，這點較為直接了當，夜間時間的延長就好像空間逐漸往西部擴展。其次是指出這些往空間或時間邊疆逐漸移動的人，同質性較高，多半是年輕男性。第三是西部荒野和深夜時刻都是讓人放鬆心情、卸下心理防備、較不受社會約束的情境（所謂的「邊城浪子」現象）。第四，西部的邊緣城鎮的人和夜間活動的人，均是相當隔離與孤立（isolated）。第五是天高皇帝遠，無論是在西部前緣的人，或是上夜班的人，例如護士或是守衛，較需要自己做出決定，較少去請示很遙遠或是已經下班的上級單位。第六是會出現新的行為模式，在前面第五點的情境下，人們會發展出新奇的想法、行動與生活方式，包括偏差的行為都在內。第七，時間的邊疆中，社會與法律的限制較放鬆，出現較多法律空窗狀態，行動者感知其行為受到較低的法律節制。第八點，較為有趣、但也較具爭議性。Melbin指出，西部或夜間儘管有較多的暴力，但是卻有更多對陌生人的友善協助行為。陌生人來到西部邊緣小鎮，得到的是更多的溫暖關懷與幫助。在夜間，正是因為較危險、較多暴力，一旦陌生人彼此確認對方是安全的，反而會互相協助，有別於白天的冷漠。

為了驗證這些主張，Melbin花了相當的篇幅來介紹他所設計的四種情境：問路、回答簡單的問卷、找不見的鑰匙、在超市與結帳員閒聊。結果顯示，除了找鑰匙這一項外，各項都是夜間願意幫助的比例最高。這個結果與一般的刻板印象相反，在夜間，人們可能因為恐懼而從人群中退縮到自己認為安全的角落（例如家裡）而不在乎其他人，但實際上一旦人確認情境並不危險時，通常更願意伸出援手。

Melbin的理論上的重要貢獻是，將地理學上的邊疆擴展的概念延伸到時間的領域，時間也像空間一樣，不斷地向外延伸到原本屬於休息與睡眠的時段（Turner, 1981）。在後續衍生的實證研究方面，包括了Zerubavel（1979）關於人們如何處理分配屬於私人與公共的時間。他以醫療工作為例，儘管當代社會有嚴格的上下班時間，但在這個領域仍然有許多的彈性，例如家庭醫師的出

診、護士工作時間的調整等等。在White與Keith對輪班制的研究中，也認為晚班的工作者發展出Melbin所稱的夜間社群（nighttime community），較不受傳統生活模式的拘束（White and Keith, 1990: 460）。Hobbs等人將它應用到都市的夜間經濟活動，認為都市的日間經濟活動是一個由政府與公司高度管理的治理結構，到了夜間則是轉變為政府與公司難以插手的鬆散經濟型態（Hobbs et al., 2000）。Adler與Adler研究一家度假旅館的員工作息，他們發現，縱然科技與實際的需求經常迫使員工延長工時，值夜班，以符合旅館連續不斷的運作模式，但是員工仍然透過各種技巧來適應或抗拒科技與管理的要求（Adler and Adler, 2001）。Williams與Boden則是研究睡眠如何被商業化的過程，也就是說，在睡眠逐漸延後與減少的現代社會，睡眠本身日益顯得重要，越來越成為商業消費的重要一環，從寢具、服裝、甚至安眠藥的服用都看得到商業運作的深刻痕跡（Williams, 2007; Williams and Boden, 2004）。Flaherty與Seipp-Williams將焦點放在電子郵件的發送上，表面上，電子郵件是個二十四小時隨時待命的工具，但實際上，它的使用仍然服膺生活的節奏與步調，人們並沒有因此改變原來的規律生活作息（Flaherty and Seipp-Williams, 2005）。Hunter（2010）觀察夜間俱樂部當中的黑人族群，發現他們會利用這個特殊的空間來減輕白天所帶來的社會隔離與歧視，並拓展他們的社會網絡。在另一份研究中，香港華人學者Chew（2010）注意到華人社會的夜間經濟活動越來越延長與熱鬧，它帶來經濟效益的同時，也帶來社會的代價，例如犯罪、侵犯到非商業住宅區，凸顯城鄉之間的貧富差距等社會問題。

以上相關的文獻針對夜晚的社會空間進行的概念化，並利用個案研究確認夜間活動的重要意義，但是經驗性的研究卻相對缺乏。一份直接有關的經驗研究是Adams（1987）的研究，他們將Melbin的概念具體應用在研究大學生與已婚夫妻的晚睡與早起的作息，發現在學生族群中，早起者與晚睡者是截然劃分的兩個族群，彼此都不喜歡對方的生活方式，但也各自互不干擾。不過在夫妻當中，若是出現作息不相同的現象，那麼兩者之間的協調與配合，就成為婚姻和諧與否的關鍵。

台灣地區的民衆表現的時間律動模式，亦需要很基本的探討。這方面國內學者傅仰止（1997）的論文是少數直接相關的研究。他以1994年的「台灣社

會變遷基本調查」及「都市意向、居住環境與居住選擇」兩項調查所得到的資料進行分析。他界定以晚上12點以後至上午12點以前睡覺的人為「晚睡」人口，這些人口約佔32%。同時，他也界定「晚歸」人口，這是一周中至少有一天晚上10點時仍在外者，約有30%，不過就當下夜生活日益普遍的情況而言，這個標準或許較寬，高估了其普遍性。一般而言，晚睡晚歸者，常為男性、年輕、未婚、都會、高教育、高收入的群體。傅仰止亦檢證Melbin的假設，分析「非慣俗心態」與夜晚習性的相關。非慣俗心態的測量，是以「反叛主流價值性的傾向」來操作，主要是以「爲了子女不該離婚」、「捨己成全父母願望」、「傳統家庭與婚姻觀念」來測量。他發現「晚睡者」較不支持這些想法。他的結論是「晚睡者」與「晚歸者」都表現出明顯的「非慣俗心態」。本文試著複證晚睡、晚歸與非慣俗心態的關係。傅仰止（1997）的研究設計將晚睡與晚歸以類別變項處理，這個做法忽略了此群體內部對於夜晚的眷戀程度或有相同，從操作化的角度而言，以連續變項來處理是比較合適的。本文的複證將以這個方式來進行，同時，進一步探究晚睡晚歸影響的放鬆行爲與人際關係的傾向，這是傅仰止（1997）沒有注意到的地方，本文也利用調查資料進行檢證。我們接著提出所欲檢證的假設。

貳、假設

根據現有的文獻，我們試提出幾個重要的假設以引導觀察並進行驗證：

一、Melbin的研究認為夜晚活動人口具有特定的人口特徵，男性、年輕的都會居住人口傾向在夜晚活動。教育程度高低相較於職業並不認為是重要的影響因素。某些職業強調可近性（或「隨時待命」），壓縮了私人時間，這些職業（醫師、軍人、警察、買賣工作者），可能成爲夜晚活動的主要成員（Zerubavel, 1979）。「家庭生活」亦是限制了個人在睡覺與起床時間的彈性（Adams, 1987）。

二、夜晚活動人口具有較鬆弛的社會控制，或者說享受較高的自由與自主（Melbin, 1978; Hogan, 1985）。在檢測這個重要假設時，重要的議題是哪些層面的社會控制或自主性較值得注意。相關研究指出家庭生活的不協調（溝

通、合作甚至是性生活)是常出現的負面結果(White and Keith, 1990; Adams, 1987)。本文研究的是一般人口,因此不適合在家庭關係這個方面進行單獨的「影響評估」。傅仰止(1997)認為非慣俗性的價值傾向,是表示對主流想法的一種「挑戰」。延伸而言,我們認為一般而言,消費菸酒的動機是放鬆自己,從緊張的日常生活壓力中釋放出來。過度使用菸酒這些所謂的「精神作用性的物質」,反映的是缺乏社會控制,從Merton(1968)的失序觀點而論,不但是一種非順從性的行為,亦是退縮性的傾向。過量飲酒或過度抽菸,在某個意味上,亦是放任對自己健康行為的約制。

另外我們亦試探與生活方式相關的行為。我們選取看電視與上網時間做為指標,一方面這些是現代娛樂的重要來源,據此觀察夜晚活動人口是否有更多的獨立自由時間來做這些個人性質的休閒活動。以往研究也指出,「室內」與「久坐不動」的活動,是「夜貓子」偏好的行為(Adams, 1987)。不過亦有研究提出不同的觀點與證據。例如,Flaherty與Seipp-Williams認為網路使用的頻率仍然服膺慣常生活的律動,他們使用email收發次數來證實夜晚與周末是最為「低潮」的時期。不過這並不表示使用網路不是夜間活動的重要出路,網路使用與發出email可以是互相獨立的(Flaherty and Seipp-Williams, 2005)。

三、夜間活動人口的社會關係更為互相依賴、友善,更容易發展較廣泛的網絡關係。夜晚疆界的研究強調工作同儕以及夜間「當下」的社會關係,並觀察這個時段的行為。對於這個假設的檢證,我們將採用較一般性的社會關係指標,包括接觸人群以及與親近關係者的互動。上述的正向關係假設並非未受到質疑。現代社會的時間的間斷性與區隔性已不似早期那麼明顯,時間更接近是一種連續性的現象,即使日夜仍然有別,但是夜間時段再加細分的意義(從初更、深夜、到近破曉時分),也許不再那麼大,夜晚這個因素對人類行為而言不具有太強的解釋性的功能(Nottingham, 2003)。甚至一些研究者將夜間工作視為是非典型的,增強工作-家庭的衝突,不利於家庭關係與滿意感,這個論點亦有相當證據的支持(Davis, Goodman, Pirretti and Almeida, 2008; White and Keith, 1990)。夜間活動包括夜間工作,亦因為與正常時間的律動不同,難與白天時間的人有較深入的互動交往,個人的社交關係不一定就較廣泛或具擴張性。

前述的假設——夜間活動人口較不受社會一般規範節制，但是人際關係較為互賴、友善——是本研究認為值得再加以檢證的。同時，本研究也複證夜間活動人口與非慣俗性的相關的假設。這些假設的來源，仍是從Melbin（1978）援引出來的。不同的是，我們是以全國樣本多次調查資料來進行，而非是針對特殊的夜間活動人口。但這樣的研究設計亦有其長處，可以讓我們同時比較不同時間出沒的人群的可能差異。

參、資料與測量

本研究的資料取自「台灣社會變遷基本調查」的資料（以下簡稱「變遷調查」）。這套資料每年進行一次調查，以不同主題在全國民眾中進行面對面的訪問。我們使用的資料是五年一次的一般性調查，個人的睡覺時間、夜晚外出的次數以及相關的行為與態度資料，從1995年起，均有連續性的蒐集，可以作為長期趨勢觀察之用。我們合併使用了1995年至2010年四個期次的資料，所得到的較大樣本，可以提供穩定的估計。一些行為態度指標較近才變得更為普遍（例如網路行為），因此這些現象的分析僅限於較近的時期。

變項測量

睡覺時間與夜晚在外活動。我們利用受訪者自述幾點睡覺的訊息來測量其夜間活動長短。我們使用的測量方法，與傅仰止（1997）相同，以晚上12點為基準，至早上12點為止，在這12小時中，受訪者回報自己的入睡時間愈晚，即表示他們擁有夜晚時間更長。而以下午12點以後，至晚上12點以前，在這段期間入睡的受訪者，視同為是晚上12前點睡覺，在編碼上給予一個極小的負值（-.001）作為區別，這個編碼方式可以避免24小時制所產生的循環問題（例如，下午二時睡覺的人，若計算為 $12+2=14$ 時，則會混淆了他們與晚上12點前入睡者（=0）的差距）。

前一個變項無法掌握晚睡者是否「不在家」（或晚歸）的情況，為了補充了這個重要資訊，我們使用另一個重要的變項是夜間在外活動。「變遷調查」請受訪者回答「一個星期中晚上10點以後會在外面」的情況，以天數計，次數

愈多者，其夜晚活動的範圍不在居住的房子裏的頻率越高。這個項目中的10點鐘，乃是「社會變遷調查」所設定，與夜晚入睡時間測量的標準差了二個小時。

社會—人口變項。本研究嘗試分析下列幾個背景變項與夜間活動的關連：除了性別（男=1，女=0），年齡，婚姻（已婚=1，其他情況=0）外，教育程度亦以虛擬變項方式處理，分為四組：大學以上，高中，國中，以及小學以下（對照組）。在職業方面，區分六個層級：專業及管理，半專業，低階白領、藍領技術員、藍領非技術員，以及底層服務工作人員。初步分析發現底層服務工作人員與其他群體的差異最為明顯，因此以之作為對照組。這一套虛擬變項另包括不在勞力市場中的家管與失業者（基本統計列於表1）。

■表1 基本變項統計

	1995年	2000年	2005年	2010年
性別				
女性	48.7	49.8	50.0	48.6
男性	51.3	50.2	50.0	51.5
年齡	43.3	45.0	44.6	45.4
	(14.3)	(15.3)	(16.9)	(16.8)
婚姻				
其他婚姻狀況	17.3	17.9	26.2	30.7
已婚	82.7	82.1	73.8	69.3
教育程度				
小學以下	38.2	30.4	25.8	19.1
國中	15.4	14.2	11.8	11.1
高中	36.1	41.8	41.2	41.3
大學以上	10.3	13.6	21.2	28.5
職業				
藍領低技術（農非技）	15.6	15.1	13.2	9.9

	1995年	2000年	2005年	2010年
藍領低技術	22.9	17.4	19.7	21.2
白領低技術	8.0	10.0	9.8	10.8
半專業	6.4	11.2	13.1	16.5
專業與管理	12.4	16.2	12.5	12.8
家務工作	19.5	15.8	15.1	10.0
失業	4.1	2.8	3.6	5.9
服務工作	11.2	11.5	13.1	13.0
家庭收入	70099.9	72262.6	82369.6	90560.4
	(50126.0)	(51697.7)	(117776.0)	(147375.6)
最近兩星期身體狀況	3.1	3.1	3.0	3.1
	(.7)	(.7)	(.7)	(.8)
地區				
核心都市（都會核心）	23.0	17.9	23.2	22.9
一般都市（工商市區）	24.2	26.8	26.4	26.2
新興市鎮	25.0	30.0	23.4	25.6
傳統產業	10.4	13.2	9.5	8.5
低度 / 高齡化 / 偏遠鄉鎮	17.4	12.2	17.5	16.8
信仰宗教				
佛教	26.1	28.3	20.9	21.7
道教	11.2	15.1	13.5	15.7
民間信仰	30.7	27.2	41.4	34.3
天主教	2.3	1.4	2.5	1.0
基督教	4.5	4.8	4.2	3.9
無宗教信仰	20.9	20.1	16.8	20.8
其他宗教	4.3	3.2	.8	2.5
沒有孩子的婚姻是不圓滿的				

	1995年	2000年	2005年	2010年
非常同意			8.9	11.0
同意			38.1	31.9
不同意			47.7	48.7
非常不同意			5.4	8.4
沒有結婚就沒有圓滿的生活				
非常同意			4.5	5.7
同意			29.2	23.0
不同意			59.2	59.7
非常不同意			7.1	11.6
把父母送進養老院				
非常錯	48.4	40.0	27.4	27.7
相當錯	28.1	31.3	25.3	20.2
有點錯	18.0	19.8	28.9	26.5
沒有錯	5.6	8.8	18.4	25.6
抽多少菸	4.5	4.3	3.9	3.5
	(8.8)	(9.0)	(9.0)	(8.4)
喝多少酒				
從不喝	54.2	60.9	61.1	60.6
偶而喝	38.4	32.7	34.0	34.9
經常喝很少醉	6.6	5.8	4.3	4.0
經常喝經常醉	.8	.6	.6	.5
看幾小時電視	0.3	2.1	2.5	2.4
	(.3)	(1.6)	(1.8)	(1.9)
一天上多少網			2.0	2.9
			(2.3)	(2.8)
一天接觸多少人		30.6	29.4	33.9

	1995年	2000年	2005年	2010年
		(29.0)	(28.7)	(30.0)
當中多少人是認識的				
幾乎不認識		.9	1.0	.8
大部分不認識		4.3	4.0	6.6
大概一半一半		12.4	15.1	19.5
大部分認識		37.8	38.3	31.3
幾乎都認識		44.6	41.6	41.7
鄰居互動頻率				
沒有	5.8	6.9	11.5	21.9
很少	27.6	28.7	34.4	32.4
有一些	34.7	35.1	36.9	32.0
多	12.6	12.6	9.5	5.9
很多	19.4	16.8	7.8	7.8
親戚聚會頻率				
沒有	2.6	2.8	3.6	3.7
很少	33.9	29.6	33.9	30.3
兩三個月一次	32.4	28.7	31.1	29.3
一個月1-3次	16.3	18.7	15.5	22.5
一個禮拜一次	7.3	10.0	9.5	7.8
一個禮拜兩次以上	7.7	10.1	6.4	6.4
朋友聚會頻率				
沒有	4.8	5.4	6.7	7.8
很少	33.2	31.1	28.6	23.9
兩三個月一次	19.9	17.5	20.4	17.7
一個月1-3次	18.5	18.2	18.4	25.8
一個禮拜一次	8.8	11.1	11.5	12.0

	1995年	2000年	2005年	2010年
一個禮拜兩次以上	14.7	16.7	14.5	12.8
朋友關係滿意度				
不滿意			7.1	7.9
還算滿意			81.1	65.1
很滿意			11.8	27.0

家庭收入是以萬元計。考慮到通貨膨脹的影響，這個變項已利用2011年的消費者物價指數加以調整。健康狀況亦加以測量，以自評「最近兩周身體好否」作為指標（很好=4，還不錯=3，差一點=2，很差=1）。

最後，個人的居住地區方面區分出五個不同都市化程度的類屬：核心都市，工商都市，新興市鎮，傳統產業市鎮以及低商業活動鄉鎮（對照組），²以檢視都市化脈絡所產生的影響。

在評估夜晚活動者的特殊性時，除了重複檢證非慣俗性的傾向之外，本研究特別重視這個因素在生活模式與人際關係上產生的影響。傅仰止（1997）從對一般價值規範的「反叛」來選取適合的非慣俗心態的指標。我們亦以同樣的角度選取了三個指標：(1)「請問您同不同意一個沒有孩子的婚姻是不圓滿的說法？」，(2)「請問您同不同意人們沒有結婚同樣可以有圓滿的生活的說法？」，(3)「您認為將父母送入養老院而不親自奉養有沒有錯？」（均為四點量表），編碼時我們設定「非慣俗傾向」較強者，為相對較高的等級，以對照遵守傳統的婚姻家庭觀念者。關於低控制的行為與生活方式，有三個指標加以測量：(1)每天抽菸的數目（以根計）；(2)喝酒的頻率，從「經常喝經常醉（=4）」到「從不喝（=1）」。本研究亦試著分析看電視（以每日幾小時計）與上網（同前）這兩個休閒相關的行為。有些受訪者的上網活動，或許是

² 這個分類方式是變遷調查利用「人口密度」、「教育程度」、「65歲以上人口百分比」、「15-64歲人口百分比」、「工業就業人口百分比」、「商業就業人口百分比」指標，將台灣鄉鎮市區分為六層（參照章英華、傅仰止2006）。我們將「一般鄉鎮」與「高齡化暨偏遠鄉鎮」兩項合併為低度商業活動鄉鎮。

工作必需，而非全然是休閒之用，可惜的是我們無法再加以細分。我們的假設是夜間活動不但放鬆了對自己身體（包括健康）的規範，也同時延長了「生產經濟」以外的私人時間，而使個人生活的方式更為鬆弛、不受拘束，不但菸酒消費更多，沈浸在電視、網路上活動上亦更為頻繁。

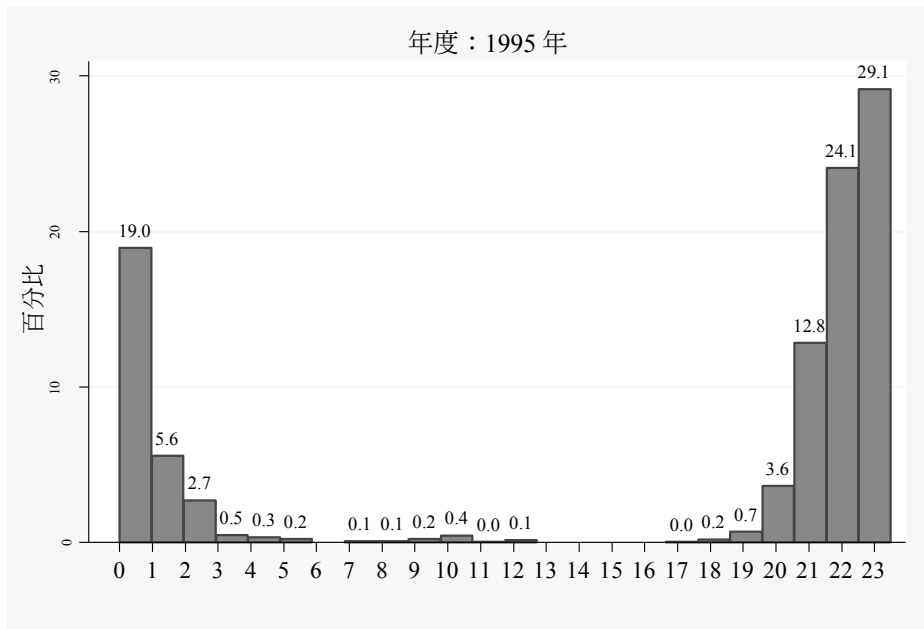
同時，我們假設夜間活動亦與人際關係的擴張與互動的密切度呈正向關係。在人際向度上，共有六個相關的指標：(1)每天接觸的人數；(2)接觸的人中多少是認識的（「幾乎不認識(=5)」到「幾乎都認識(=1)」）；(3)與鄰居互動的頻率（原題為「鄰居彼此會到對方家裡坐坐聊聊」，從「很多(=5)」到「沒有(=1)」）；(4)親戚聚會的頻率（從「一周兩次以上(=6)」到「沒有(=1)」）；(5)朋友聚會的頻率（同前題六點量表）；(6)朋友關係的滿意度（從「很滿意(=3)」到「不滿意(=1)」）。

估計方法。本研究的經驗分析，首先估計夜晚活動時，以晚上睡覺時間多晚來表示夜晚仍然醒著的狀態。下節將以Tobit迴歸模型來估計，這是因為我們將晚上12點前與早上12點以後的入睡時間視為一種「受限資料（constrained data）」。在操作上，我們將這些早睡者視為具同質性的聚落，而其他的晚睡者的數值範圍在0與12之間。在這個情況下，一般最小平方的估計較易產生不一致與偏誤。因為要顧及非常態分配的依變項的異質性，以及避免估計數出現負值，我們將使用Tobit的估計方式（Wooldridge, 2002），就晚睡者的數值，設定一定潛在變數。由於Tobit迴歸係數的估計值不易直接閱讀，因此我們將另外計算依變數的期望值，設定以各組變數的平均值作為基準，對依變項大於等於零的那段數值進行邊際值的計算。

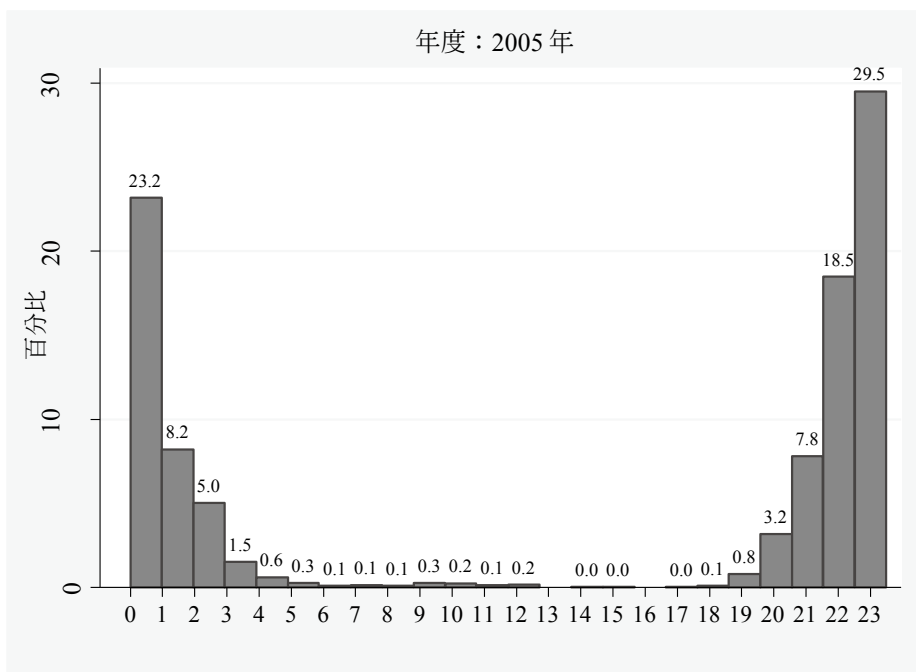
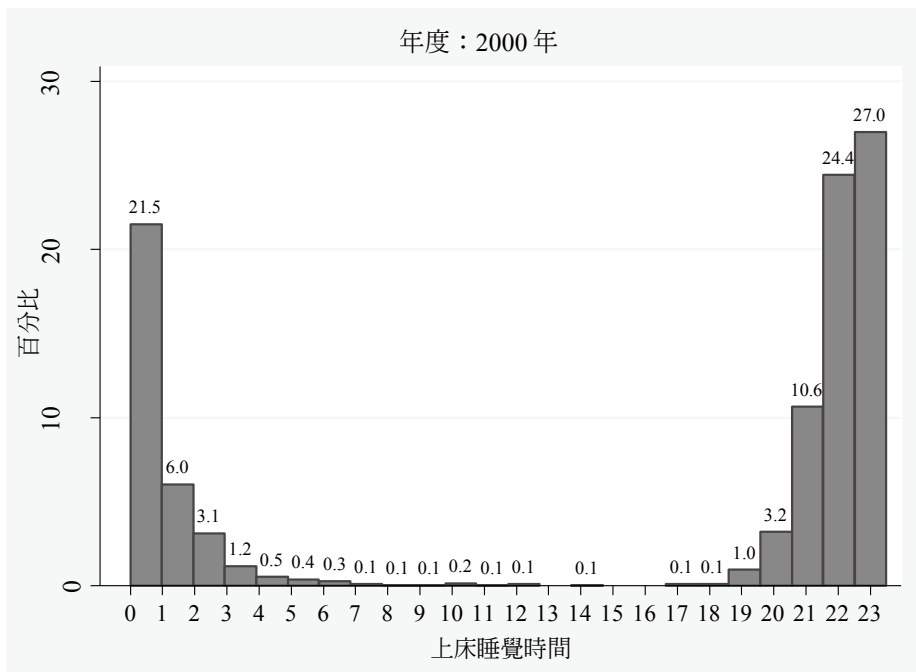
每週晚上10時以後在外的次數作為依變項時，它的特徵是零次人口特別多（61.3%），其他表示1至7次者的分配亦拉的很開。但因為這並不是受限的資料，我們就以零次膨脹係數計次模型（zero inflated negative binomial model）進行估計（Long, 1997）。一方面我們估計依變項為1至7次的外出次數部分，另一方面，以邏輯迴歸方法估計屬於未曾外出（ $y=0$ ）與其他所有受訪者（ $y \geq 1$ ）的相對機率。初步的估計顯示使用這個模型，相對於不考慮過多零值的模型，可以產生較有效的估計。常態分配的連續變項（例如每天接觸人數），是以最小平方迴歸進行估計。

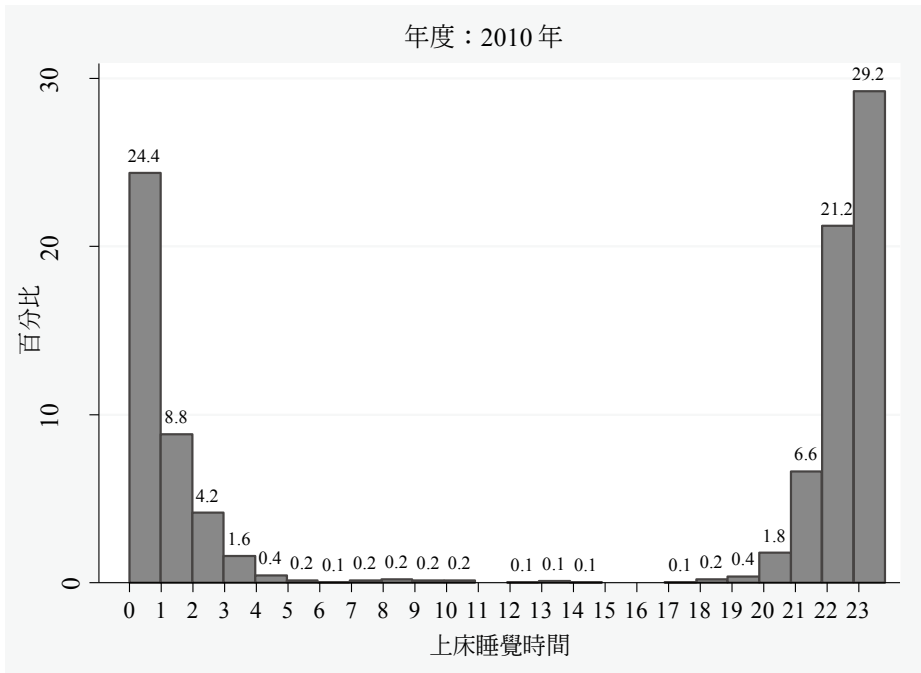
肆、分析與結果

在台灣一般人口中，上床睡覺的時間，大部分在晚上12點以後。過了晚上12點才睡的「夜貓子」亦有相關高的比例，在1995年，晚上12點到隔天中午以前睡覺的比例是近30%，在2010年，這個比例上升到約40%（圖1），³是很顯著的增加，也暗示了深夜已是一個普通、不足為奇的時段。晚上十點以後在外的情況則是相對的穩定，在1995年，平均每周至少一次在外的比例是38%，在2010年亦是相近的比例。這亦是傅仰止（1997）界定「晚歸」的方法。但是，如果以每周三次（含）以上作為「晚歸／經常在外」人口的標準，則僅有約在15%上下的人口屬於這類（2010年的統計）（圖2）。亦即，晚上經常在外的普遍性不是那麼高。

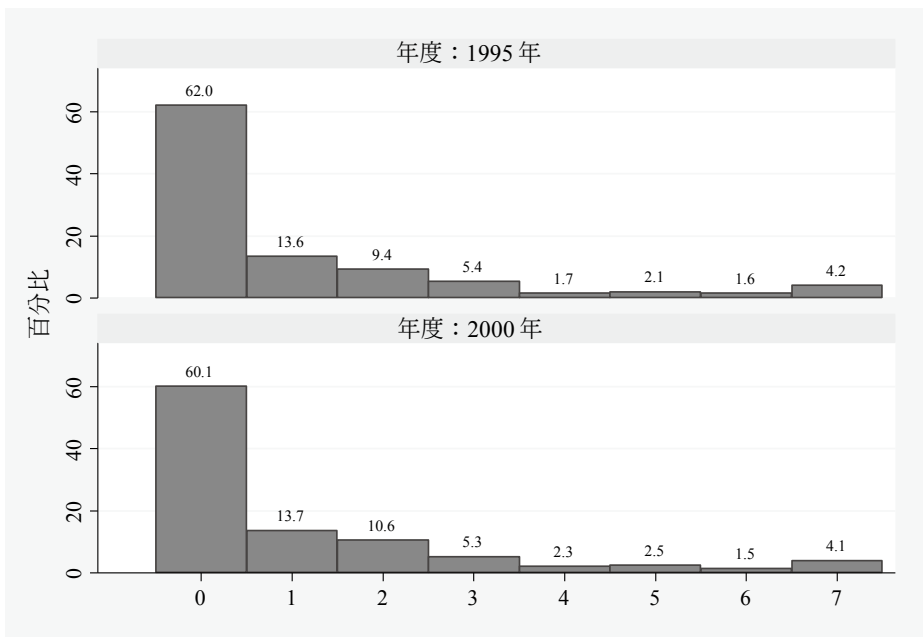


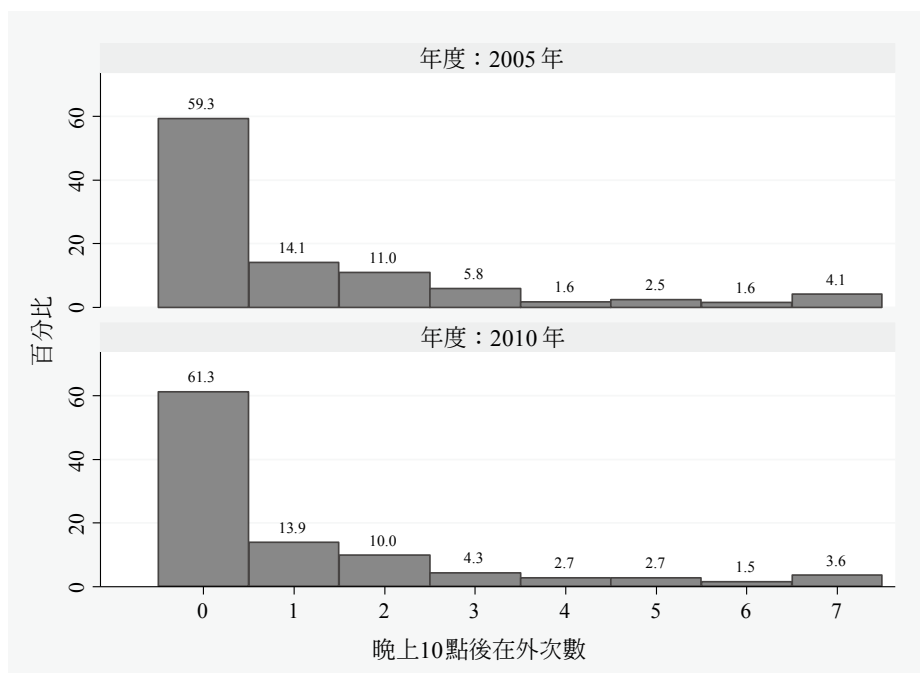
³ 〈社會變遷調查〉的統計結果，與主計處的〈社會發展趨勢調查〉有頗大的落差（請看註二）。後者是觀察各時段的睡眠發生率。或許是主計處的樣本包括了15歲以上的學生，中學生的作息比較規律，但這仍不能完全解釋兩份調查差異巨大的因素。





■圖1 幾點上床睡覺





■圖2 每周晚上10點後在外次數

表2列出睡覺時間的Tobit估計值與邊際值。男性較傾向晚睡，相對的，年長者與已婚者則較早睡，他們的夜間活動時間明顯較少。教育效果的估計是以小學以下者為基準，我們發現高中教育程度者的夜間活動較長，國中、大學以上者則沒明顯的差別。這個「非線性」的關係值得注意，但從現有文獻中很難提出合理的解釋。不同的職位，亦有極為明顯的差異。主要的差別是從事服務性工作（不一定是「服務業」），通常會較晚入睡，從低階藍領到失業者七個虛擬變項，其迴歸係數值均為負值。不過從邊際值來看，各個職業之間差別並不是很大，以低階藍領為例，比服務工作人口的入睡時間平均晚了僅11分鐘（.179乘以60分，在其他自變項設定為其均值時的預測結果）。上述的人口變項特徵效應，均在控制收入、以及健康的基本條件下獲致的。

■表2 睡覺時間的迴歸分析：Tobit估計值與邊際值

	估計值	邊際值
男性（女性=0）	.524*** (.069)	.130*** (.017)
年齡	-.046*** (.003)	-.011*** (.001)
已婚（其他婚姻狀況=0）	-.287*** (.085)	-.073** (.022)
教育程度（小學以下=0）		
國中	.006 (.112)	.002 (.028)
高中	.205* (.102)	.051* (.025)
大學以上	-.124 (.133)	-.030 (.032)
職業（服務工作=0）		
藍領低技術（農非技）	-.784*** (.130)	-.179*** (.027)
藍領低技術	-.819*** (.105)	-.189*** (.023)
白領低技術	-.698*** (.124)	-.159*** (.026)
半專業	-.411*** (.114)	-.097*** (.026)
專業與管理	-.553*** (.120)	-.129*** (.026)
家務工作	-.703***	-.162***

	估計值	邊際值
	(.122)	(.026)
失業	-.154	-.038
	(.157)	(.037)
家庭收入	-.005	-.001
	(.017)	(.004)
最近兩星期身體狀況	-.105*	-.026*
	(.042)	(.011)
地區 (低度 / 高齡化 / 偏遠鄉鎮=0)		
核心都市 (都會核心)	.902***	.242***
	(.105)	(.031)
一般都市 (工商市區)	.766***	.201***
	(.103)	(.029)
新興市鎮	.370***	.094***
	(.103)	(.027)
傳統產業	-.002	-.001
	(.130)	(.032)
年度 (1995年=0)		
2000年	.230**	.058**
	(.086)	(.022)
2005年	.468***	.120***
	(.085)	(.022)
2010年	.444***	.114***
	(.090)	(.024)
常數	.900	
	(.298)	
Pseudo R ²		.069

	估計值	邊際值
觀察值		7,382

括號內的數值為標準誤

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

我們估計的另一個重要變項是都市化，這個變項與夜間社群的形成一直有緊密的關係（Hunter, 2010; White and Keith, 1990）。在核心都市以及工商都市的人口，晚睡的幅度與「低度商業 / 高齡 / 偏遠鄉鎮」作為對照組的差別，分別為15與12分鐘左右，在新興市鎮中，這個差別較小，但仍具統計的顯著性。以傳統就業作為特徵的市鎮，其差別就不很明顯。這些都市化的作用，與以往研究頗為相似（Melbin, 1978; Adams, 1987; 傅仰止，1997）。

表3是每週晚上10點以後仍然在外的Zero-inflated Model的估計結果。第一欄列出對計次的負二項式迴歸（negative binomial regression）模型。我們最關心的一個變項是入睡時間，正如所預期的，愈是晚睡的人，每週在外的次數就愈多。⁴亦即，許多夜貓子並不是「宅」在家裡。男性夜晚在外的次數多於女性，已婚者則相對少於未婚者。教育程度愈高，夜晚在外次數愈低。服務工作者夜晚在外的次數明顯的多於其他職業類型。不過都市化並未有明顯的影響。

■表3 晚上未回家每週次數的迴歸分析：Zero-inflated model

	外出次數的估計	未外出的估計
幾點睡	.213*** (.015)	-.200*** (.041)
男性（女性=0）	.166*** (.043)	-.873*** (.109)
年齡	-.004	.078***

⁴ 每增加一個小時的晚睡，在外活動的增加的次數為 $e^{(.213)}=1.24$ ，因為這個函數並非線性的，再增加一個小時，其增加的次數僅有.29次（ $e^{(.426)}=1.53$ ）。

	外出次數的估計	未外出的估計
	(.002)	(.005)
已婚 (其他婚姻狀況=0)	-.261***	.453**
	(.051)	(.162)
教育程度 (小學以下=0)		
國中	-.122	.004
	(.077)	(.135)
高中	-.247***	-.160
	(.070)	(.127)
大學以上	-.418***	-.212
	(.089)	(.216)
職業 (服務工作=0)		
藍領低技術 (農非技)	-.203*	-.132
	(.082)	(.160)
藍領低技術	-.342***	-.218
	(.063)	(.140)
白領低技術	-.382***	-.469*
	(.074)	(.190)
半專業	-.363***	-.955***
	(.067)	(.203)
專業與管理	-.383***	-.827***
	(.071)	(.193)
家務工作	-.594***	.165
	(.106)	(.175)
失業	-.499***	-.140
	(.101)	(.266)
家庭收入	-.010	-.062**

	外出次數的估計	未外出的估計
	(.013)	(.024)
最近兩星期身體狀況	-.071**	-.025
	(.027)	(.062)
地區 (低度 / 高齡化 / 偏遠鄉鎮=0)		
核心都市 (都會核心)	.081	-.541***
	(.065)	(.150)
一般都市 (工商市區)	.055	-.332*
	(.064)	(.143)
新興市鎮	.067	-.068
	(.065)	(.139)
傳統產業	.009	.235
	(.083)	(.171)
年度 (1995年=0)		
2000年	-.040	-.387**
	(.052)	(.124)
2005年	-.071	-.287*
	(.053)	(.124)
2010年	-.043	-.164
	(.057)	(.134)
常數	1.658	-1.994
	(.205)	(.432)
Alpha		.406***
		(.038)
Vuong		15.24***
觀察值		7367

括號內的數值為標準誤。

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

表3的第二欄是未外出者相對於有外出活動者的邏輯迴歸分析。愈是晚睡的受訪者，他們愈不屬於「一週內未曾外出活動」的群體。性別與年齡的差別亦很明顯，男性未曾外出者機率相較低；高齡長者的機率則較高。已婚者未曾外出的機率亦較高。教育並不是很有效的預測變項，三個虛擬變項均不顯著。服務工作人員外出次數為零的估計結果顯示，他們較其他職業工作者的機率高。這點似乎與第一欄的次數估計結果矛盾。進一步的交叉分析（未顯示表格以省篇幅），的確發現這個群體深夜外出次數為零的比例近57.7%，僅僅低於家管（84.2%）以及藍領低技術工作者（76.2%），有可能是許多這類工作人員就在自家經營的室內場所工作所致。收入較高以及核心都市的居住者明顯地較不屬於宅在家裡的群體。

表4估計了非慣俗傾向的影響因素。我們的發現是，晚睡與晚歸次數均與三個非慣俗指標呈現很低的相關。這不同於傅仰止（1997）的研究結果。相對的，女性顯得有更高的非慣俗性，或許是因為這些指標給予女性較重的家庭負擔，因此她們較不傾向支持。年齡較低的受訪者，或非結婚狀態者（未婚、離婚或喪偶），亦具較高的非慣俗性。高教育程度者亦有相似的傾向。相對的，職業與收入並不是很有效的預測因素。具有宗教信仰者，大致上比無宗教信仰者的非慣俗性較低。都會居民的非慣俗性明顯較強，特別在「沒有婚姻人生亦能圓滿」以及「將父母送進養老院」這二個指標上，都市性的效應與傅仰止（1997）的發現相似。表四下方的時間虛擬變項顯示，這種非慣俗性長期呈現增長的趨勢。

■表4 夜晚活動與非慣俗傾向

變項	沒有小孩亦能	沒有婚姻亦能	將父母送進養
	圓滿 ^a	圓滿 ^{a b}	老院
幾點睡	.024 (.032)	.025 (.034)	-.009 (.023)
一週幾天10點後在外	.008 (.021)	.031 (.022)	-.022 (.015)

變項	沒有小孩亦能	沒有婚姻亦能	將父母送進養
	圓滿 ^a	圓滿 ^{a b}	老院
男性 (女性=0)	-0.222** (.076)	-0.611*** (.081)	-0.361*** (.054)
年齡	-0.014*** (.003)	-0.018*** (.003)	.009*** (.002)
已婚 (其他婚姻狀況=0)	-0.484*** (.101)	-.225* (.106)	.267*** (.070)
教育程度 (小學以下=0)			
國中	.303* (.122)	.377** (.127)	.235** (.082)
高中	.233* (.113)	.564*** (.118)	.320*** (.076)
大學以上	.232 (.149)	.788*** (.157)	.499*** (.104)
職業 (服務工作=0)			
藍領低技術 (農非技)	-.050 (.140)	.076 (.147)	-.278** (.096)
藍領低技術	-.074 (.118)	.013 (.124)	-.044 (.084)
白領低技術	.035 (.138)	.212 (.147)	.093 (.100)
半專業	.193 (.127)	.132 (.135)	.114 (.094)
專業與管理	.091 (.141)	.379* (.150)	.388*** (.098)
家務工作	-.142	-.076	-.112

變項	沒有小孩亦能	沒有婚姻亦能	將父母送進養
	圓滿 ^a	圓滿 ^b	老院
	(.134)	(.140)	(.092)
失業	.076	.441*	.136
	(.179)	(.193)	(.133)
個人收入	.019	-.015	.023
	(.017)	(.018)	(.013)
最近兩星期身體狀況	.018	-.044	-.095**
	(.045)	(.047)	(.032)
宗教 (無=0)			
佛	-.148	-.060	-.291***
	(.108)	(.114)	(.072)
道	-.562***	-.233	-.299***
	(.117)	(.125)	(.082)
民間信仰	-.355***	-.355***	-.108
	(.099)	(.104)	(.068)
基督	-.213	-.519	-.134
	(.263)	(.265)	(.179)
天主	-.501**	-.637***	-.003
	(.182)	(.190)	(.122)
其他	.165	-.268	-.229
	(.272)	(.277)	(.147)
地區 (低度 / 高齡化 / 偏遠鄉鎮=0)			
核心都市 (都會核心)	.167	.408***	.389***
	(.110)	(.115)	(.079)
一般都市 (工商市區)	.033	.323**	.352***
	(.105)	(.110)	(.076)

變項	沒有小孩亦能	沒有婚姻亦能	將父母送進養
	圓滿 ^a	圓滿 ^{a b}	老院
新興市鎮	.095 (.105)	.145 (.110)	.212** (.074)
傳統產業	.078 (.136)	.170 (.142)	-.057 (.094)
年度 (1995年=0;2005年=0)			
2000年			.249*** (.065)
2005年			.903*** (.066)
2010年	.129 (.067)	.255*** (.071)	1.075*** (.070)
切點1	-3.071 (.327)	-4.001 (.354)	.575 (.233)
切點2	-.949 (.323)	-1.681 (.347)	1.732 (.234)
切點3	2.062 (.326)	1.721 (.346)	3.092 (.237)
Pseudo R ²	.038	.068	.046
觀察值	3515	3520	6607

^a ordered logistic迴歸估計，愈高分代表非慣俗性愈強。

^b 「沒有小孩亦能圓滿」、「沒有婚姻亦能圓滿」資料期次：五期一次與六期一次。

^c 括號內的數值為標準誤。

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

表5呈現了夜間活動者的低控制行為與休閒生活。越晚睡者，抽更多的菸，看更多的電視，更長的時間掛在網上。而晚上在外者，也消費更多的菸與

酒。這些結果支持夜晚疆界的假設。不過，因為觀看電視大多是在室內進行，經常晚歸者這方面的時間相對較少，同時，晚上在外與上網時間的長短則無相關。在控制變項方面，男性、年輕者大致上有較多的菸酒消費。已婚者較少看電視、較少時間上網，這應是他們的家務時間較多所致；不過他們也消費較多的酒，暗示酒作為家庭生活的一部份在台灣是頗為普遍的。教育程度在國中者，抽菸喝酒較多於小學以下的對照組，但大學以上教育者，抽菸是最少的，花在電視前面的時間亦不多，不過喝酒並未較少。

■表5 夜晚活動、菸酒消費與休閒

變項	抽多少菸 ^a	喝多少酒 ^b	看幾小時 電視 ^a	一天上多 少網 ^{a,c}
幾點睡	.476*** (.094)	.019 (.025)	.084*** (.018)	.112* (.051)
一週幾天10點後在外	.359*** (.058)	.141*** (.015)	-.040*** (.011)	-.022 (.031)
男性(女性=0)	7.087*** (.219)	1.467*** (.062)	.036 (.041)	.545*** (.119)
年齡	-.046*** (.009)	-.023*** (.003)	-.003 (.002)	-.053*** (.006)
已婚(其他婚姻狀況=0)	.540 (.288)	.314*** (.077)	-.167** (.054)	-.592*** (.145)
教育程度(小學以下=0)				
國中	.877** (.329)	.293** (.092)	.079 (.062)	-.179 (.419)
高中	-1.336*** (.307)	.150 (.086)	-.047 (.057)	-.324 (.381)
大學以上	-3.551*** (.424)	.160 (.115)	-.515*** (.079)	-.126 (.403)

變項	抽多少菸 ^a	喝多少酒 ^b	看幾小時 電視 ^a	一天上多 少網 ^{a,c}
職業（服務工作=0）				
藍領低技術（農非技）	.733 (.388)	-.081 (.109)	-.290*** (.073)	-.449 (.319)
藍領低技術	1.360*** (.343)	.109 (.092)	-.173** (.064)	-.331 (.213)
白領低技術	-.438 (.410)	.114 (.110)	-.348*** (.077)	.538* (.210)
半專業	-.337 (.391)	-.047 (.104)	-.351*** (.073)	.622** (.199)
專業與管理	-.473 (.404)	.086 (.107)	-.405*** (.076)	.718*** (.217)
家務工作	-.098 (.378)	-.294* (.116)	.158* (.071)	.533 (.275)
失業	2.089*** (.544)	.280 (.144)	.386*** (.102)	1.083*** (.279)
個人收入	-.028 (.050)	.045** (.016)	.007 (.009)	.014 (.037)
最近兩星期身體狀況	-.127 (.131)	-.012 (.037)	-.090*** (.025)	.007 (.075)
宗教（無=0）				
佛	-.167 (.292)	.027 (.079)	-.057 (.055)	.146 (.163)
道	.496 (.336)	.211* (.090)	-.011 (.063)	-.124 (.178)
民間信仰	-.173	.048	-.030	-.061

變項	抽多少菸 ^a	喝多少酒 ^b	看幾小時 電視 ^a	一天上多 少網 ^{a,c}
	(.281)	(.076)	(.053)	(.143)
基督	.095	.562**	.017	-.251
	(.732)	(.197)	(.137)	(.438)
天主	-.255	.309*	-.216*	-.246
	(.497)	(.134)	(.093)	(.273)
其他	-.912	-.411*	.016	-.368
	(.605)	(.177)	(.113)	(.404)
地區（低度 / 高齡化 / 偏遠鄉鎮=0）				
核心都市（都會核心）	-.182	.003	.161**	.301
	(.323)	(.089)	(.061)	(.184)
一般都市（工商市區）	-.584	-.009	.189**	.302
	(.311)	(.086)	(.058)	(.181)
新興市鎮	-.240	-.086	.086	-.017
	(.302)	(.084)	(.057)	(.186)
傳統產業	-.103	-.087	-.004	.077
	(.372)	(.104)	(.070)	(.236)
年度（1995年=0；2005年=0）				
2000年	.360	-.263***	1.844***	
	(.264)	(.072)	(.049)	
2005年	.316	-.305***	2.178***	
	(.265)	(.072)	(.050)	
2010年	-.022	-.293***	2.239***	1.073***
	(.281)	(.076)	(.053)	(.109)
常數 / 切點1	3.343	.927	.903	3.359
	(.933)	(.271)	(.175)	(.670)

變項	抽多少菸 ^a	喝多少酒 ^b	看幾小時 電視 ^a	一天上多 少網 ^{a,c}
切點2		3.657 (.276)		
切點3		5.966 (.309)		
Adj. R ² / pseudo R ²	.222	.120	.299	.188
觀察值	7365	7327	7299	1952

^a OLS迴歸估計。

^b ordered logistic迴歸估計。

^c 「一天上多少網」資料期次：五期一次與六期一次。

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

就業狀況的影響，並不是很一致。非農工作的低技術藍領階級抽菸雖多，但喝酒致醉的機率並沒有較多。服務工作者看電視最多，在台灣，許多小型零售業的工作者，常邊看電視等待客人上門，這應是統計結果所反映的狀況。他們上網的時間亦少。專業人員使用網路時間較長，這部分的發現應不令人意外。失業者面對較高的經濟壓力，又有較多的空閒，於是更常抽菸、喝酒（但相關較低， $p < .1$ ）、看電視，以打發時間或是解悶，掛在網上時間亦多。

在分析這些關係時，我們仍控制收入與身體健康兩個很基本的因素，不過結果發現其作用不是很高。同時，這些比較放縱性的行為，可能亦受到宗教社群的制約。在表五的分析中，我們加入了一組宗教虛擬變項，比較六種宗教信仰者與無宗教信仰者的差別。估計結果並不理想，道教與兩群基督教徒雖然有更常喝酒過量的機率，在其他方面的差別不足為意。

都市化的影響亦不明顯，除了一般都市地區比偏遠鄉鎮居住者看較多電視之外，其他的差別都不是很大。最後，各調查年份之間的比較顯示，抽菸行為並沒有普遍增加，但過量喝酒是有減低的趨勢，看電視與上網則越來越多。

■表6 夜晚活動與人際關係

變項	一天接觸多 少人 ^{a,c}	當中多少人 是認識的 ^{b,c}	鄰居互動頻 率 ^b	親戚聚會頻 率 ^b	朋友聚會頻 率 ^b	朋友關係滿 意度 ^{b,d}
幾點睡	-1.100 (.385)	-.029 (.026)	.002 (.021)	-.032 (.022)	-.014 (.021)	-.065 (.039)
一週幾天10點後在外	1.810*** (.238)	-.060*** (.016)	.017 (.013)	-.003 (.013)	.134*** (.014)	.067** (.024)
男性(女性=0)	1.652 (.873)	-.203*** (.060)	.354*** (.051)	-.210*** (.050)	.373*** (.050)	-.285** (.088)
年齡	-.327*** (.037)	.021*** (.003)	-.000 (.002)	-.019*** (.002)	-.004* (.002)	.007 (.004)
已婚(其他婚姻狀況=0)	6.131*** (1.156)	-.100 (.080)	.200** (.067)	.710*** (.067)	-.373*** (.064)	.023 (.118)
教育程度(小學以下=0)						
國中	-1.029 (1.381)	-.081 (.096)	-.067 (.076)	.289*** (.077)	.047 (.077)	-.265 (.145)
高中	1.391 (1.278)	-.106 (.089)	-.141* (.071)	.393*** (.071)	.174* (.071)	-.325* (.134)
大學以上	2.887	-.069	-.245*	.548***	.284**	-.081

變項	一天接觸多 少人 ^{a,c}	當中多少人 是認識的 ^{b,c}	鄰居互動頻 率 ^b	親戚聚會頻 率 ^b	朋友聚會頻 率 ^b	朋友關係滿 意度 ^{b,d}
職業 (服務工作=0)	(1.698)	(.117)	(.098)	(.097)	(.095)	(.175)
藍領低技術 (農非技)	-13.610***	.850***	-.050	.257**	.127	-.023
	(1.576)	(.109)	(.090)	(.090)	(.091)	(.165)
藍領低技術	-15.526***	.892***	-.189*	.184*	.122	.052
	(1.385)	(.096)	(.079)	(.079)	(.079)	(.140)
白領低技術	-6.917***	.687***	-.280**	.384***	.195*	.201
	(1.607)	(.111)	(.095)	(.093)	(.092)	(.162)
半專業	-11.673***	.954***	-.241**	.386***	.326***	.233
	(1.501)	(.103)	(.090)	(.088)	(.087)	(.150)
專業與管理	-3.754*	.882***	-.279**	.369***	.265**	.034
	(1.604)	(.109)	(.094)	(.091)	(.090)	(.168)
家務工作	-22.084***	.941***	.007	.250**	.014	-.053
	(1.539)	(.107)	(.087)	(.087)	(.088)	(.159)
失業	-23.924***	1.168***	-.427***	.172	-.024	.123
	(2.179)	(.151)	(.126)	(.128)	(.125)	(.213)
個人收入	.464*	-.004	.011	.052***	.028*	.032

變項	一天接觸多 少人 ^{a,c}	當中多少人 是認識的 ^{b,c}	鄰居互動頻 率 ^b	親戚聚會頻 率 ^b	朋友聚會頻 率 ^b	朋友關係滿 意度 ^{b,d}
最近兩星期身體狀況	(.201) .653 (.519)	(.014) .071* (.036)	(.012) .146*** (.031)	(.012) .066* (.030)	(.012) .135*** (.030)	(.021) .467*** (.053)
宗教 (無=0)						
佛	3.359**	.035	.411***	.189**	.267***	.196
道	(1.195) 4.611***	(.083) .021	(.068) .691***	(.067) .277***	(.065) .322***	(.126) .117
民間信仰	(1.339) 5.256***	(.092) -.034	(.078) .334***	(.076) .188**	(.075) .212***	(.138) .144
基督	(1.136) 1.008 (3.080)	(.079) .062 (.208)	(.065) .522** (.166)	(.064) .544** (.169)	(.062) .307 (.168)	(.115) .084 (.308)
天主	-1.184 (2.014)	-.006 (.141)	.144 (.114)	.175 (.116)	.450*** (.112)	.174 (.215)
其他	3.360 (2.721)	.002 (.182)	.416** (.138)	.128 (.138)	.536*** (.140)	-.051 (.317)
地區 (低度 / 高齡化 / 偏遠鄉鎮=0)						

變項	一天接觸多 少人 ^{a,c}	當中多少人 是認識的 ^{b,c}	鄰居互動頻 率 ^b	親戚聚會頻 率 ^b	朋友聚會頻 率 ^b	朋友關係滿 意度 ^{b,d}
核心都市 (都會核心)	-3.498** (1.304)	-1.188* (.091)	-.990*** (.076)	-.057 (.074)	-.081 (.074)	-.184 (.128)
一般都市 (工商市區)	-2.557* (1.241)	-.116 (.086)	-.896*** (.072)	-.066 (.072)	-.121 (.071)	-.268* (.123)
新興市鎮	.722 (1.219)	-.174* (.084)	-.480*** (.069)	-.014 (.070)	-.023 (.070)	-.144 (.123)
傳統產業	.157 (1.513)	-.107 (.106)	-.246** (.084)	.139 (.086)	-.214* (.085)	.074 (.157)
年度 (2000年=0 ; 1995年=0 ; 2005年=0)						
2000年			-.104 (.061)	.239*** (.061)	.089 (.060)	
2005年	-.812 (.931)	-.104 (.064)	-.602*** (.061)	.002 (.060)	-.028 (.060)	
2010年	3.319*** (.977)	-3.00*** (.068)	-1.037*** (.066)	.125 (.064)	.015 (.063)	.700*** (.081)
常數 / 切點1	39.657 (3.849)	-3.433 (.300)	-2.267 (.221)	-2.465 (.226)	-1.866 (.221)	-.446 (.387)

變項	一天接觸多 少人 ^{a,c}	當中多少人 是認識的 ^{b,c}	鄰居互動頻 率 ^b	親戚聚會頻 率 ^b	朋友聚會頻 率 ^b	朋友關係滿 意度 ^{b,d}
切點2		-1.581 (.273)	-.387 (.219)	.480 (.219)	.391 (.219)	3.778 (.395)
切點3		-.018 (.270)	1.281 (.219)	1.810 (.220)	1.223 (.219)	
切點4		1.672 (.271)	2.031 (.220)	2.852 (.221)	2.182 (.220)	
切點5				3.723 (.223)	2.891 (.221)	
Adj. R ² / pseudo R ²	.140	.032	.047	.024	.026	.042
觀察值	5368	5406	7365	7363	7362	3649

^a OLS迴歸估計。

^b ordered logistic迴歸估計。

^c 「一天接觸多少人」、「當中有多少人是你認識的」資料期次：四期一次、五期一次與六期一次。

^d 「對朋友關係滿意程度」資料期次：五期一次與六期一次。

^e 括號內的數值為標準誤。

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

表6呈現了夜間活動者的人際關係的網絡張度與互動的密切程度。越晚睡者在各項指標都沒有呈現比較頻繁的人際關係互動。這一點與我們原先的預期不同。深夜在外的人，接觸人的總數較多，但大部分並非是熟識者，他們與鄰居或親戚的互動往來，未必較多，與朋友聚會的頻率則較高，與朋友的關係亦較滿意。

其他的預測變項的效應亦值得注意。男性相對於女性，接觸人數稍多（但是 $p < .1$ ），但不一定是認識的，與鄰居和朋友的互動頻率較明顯，但與親戚互動較低。男性與朋友關係的滿意度並未高過女性，後者常保有持續的親密關係網絡（Jamieson, 1998）。年齡大致上在人際關係的廣泛度呈負向的關係，也較侷限在熟悉關係之內（認識的人），但與親戚、朋友的互動隨年齡增加而減少。已婚的地位顯然有助於人際關係的擴展，包括接觸人的數目，以及鄰居，親戚的聚會。不過，與朋友的聚會頻率相對較低，家庭生活與朋友頻繁互動所需的時間，有所衝突。相關研究亦顯示，朋友的地理分散較廣，受家庭牽絆者較不容易維持高頻率的互動（Tsai, 2006）。高教育者營造社會關係的能力頗強（Jamieson, 1998），他們與親戚，朋友的聚會頻率較高，與鄰居或許並不具同質性，在選擇互動的對象時，並不一定有特別的偏好，彼此的互動並不特別頻繁。

服務工作者接觸較多的人，但並非是在熟識關係內為之。他們與鄰居關係熱絡，似乎鄰居僅是「一般人」的延伸。但是他們與親戚、朋友的聚會就相對較少（其他職業的虛擬變項的係數大部分為正值）。朋友關係的滿意度與職業地位無關。

收入與健康程度是進行人際關係的基本條件，這兩個變項均有助與親朋好友的互動頻率。收入愈高者，接觸的人亦愈多，但不會因而與鄰居有更多互動。宗教信仰這個背景間接反映個人所參與的宗教社群，因而接觸的他人（或教會成員）也就較多。但這個相關只是就較大的本土宗教而言，不包括西方的基督宗教信仰者，或許這是因為教會的內聚力限制了與更廣大的教會以外的人群的接觸。不過，基督教與天主教徒在與特定的鄰居、親戚、朋友的互動深度上，並不低於無宗教信仰者。都市地區居民接觸的人數非但較少，亦非是熟識

的人，與鄰居的互動亦生疏，表現的是典型的都市疏離性格。⁵

伍、討論與結論

本文試著指出夜間活動在台灣社會所表現的樣貌，以及所可能產生的相關態度與行爲。社會生活在時間面向上進行，不同人口群體選擇、偏好或不得已在特定時段工作、用餐、休閒或社交，每個群體的特有時間韻律與週期，構成很基本的社會生活特徵。台灣都市中的服務工作是「台灣夜未眠」的主要成員，這個特徵大致亦與西方研究發現很相近。夜未眠者並非宅在家中，他們深夜在外活動的傾向很明顯，這個行爲特徵亦加強他們成爲「夜生活」愛好者的典型代表。正如夜晚疆界觀點（Hunter, 2010; Melbin, 1978）所預期，夜間活動人口較不在意社會節制與規約，但他們的特殊性並不是表現在非慣俗的價值上，這個發現與傅仰止（1997）不同。在當下社會，深夜已不是一個人煙稀少的時空，晚睡或晚歸者的周遭燈火通明，所面對的互動者，也在白天見到面。這個情境的次文化，不是那麼特殊而能強力的產生一種不同於主流的想法。不過，我們發現的是這個群體與菸酒之間，有著「選擇性親近」。網路也提供另一種消磨漫漫長夜的方式，愈晚入睡者，掛網的時間愈長（雖然我們不排除對一些人而言這個時間仍在工作，或是與世界的彼端的人們因公（或工）聯繫）。夜晚活動人口的社會關係並不特別，但夜晚在外的活動的確有機會接觸更多的人，與朋友關係亦較熱絡。

夜晚活動似乎是一個兩面刃，一方面這種生活韻律提供了一種特殊的時段或氛圍，趁機放輕鬆，從容做個人喜好的活動，享受珍貴的私人時間。愈多這樣的活動，也意謂著與社會主流——亦即白天醒著的多數人群脫離，與家庭成員的時間不對稱，是很值得注意的「成本」，這方面的損失或許抵銷了夜間活動的「收益」（Davis, Goodman, Pirretti and Almeida, 2008; White and Keith, 1990）。綜合而言，夜晚疆界仍然存在，但白天與夜晚區隔出來的並非是墨

⁵ 夜晚疆界的觀點可能預期晚睡的人浸淫在一個放輕鬆、很友善的世界，人們的主觀福祉因而較高。我們的資料分析發現，愈晚入睡的人，並未較快樂，深夜在外的次數，亦與快樂高低無關。這些結果未列入表中，本文作者可以提供給有興趣的讀者。

守成規相對於驚世駭俗之舉，而是精神作用性物質的使用，在電視與電腦前放鬆自己，以及較開展的社會網絡。

這個研究有幾項限制仍須注意。第一、夜間活動規律常是工作組織的設計，例如醫院的護士輪流大夜班的工作。而組織層次的組織要求與規定，並不在我們使用的資料中，未來研究宜將與工作組織相關的元素納入分析。第二，夜晚的效應可能是立即性的，在夜晚裡感受到的友善，自由，規範鬆弛，高漲情緒，奇思異想，在日出之後可能很快消散，這種間隔性仍應注意。亦即，晚上很high的人，白天也許跟一般人在想法上沒有太大的差異。Melbin（1987）的自然情境實驗亦指出這種差別性。這亦使得我們在白天蒐集到他們的想法或反應，僅是一部份的表現，較不易反映我們想觀察到的「另外一面」。第三、考慮晚睡人口在深夜互動的「對象」（朋友或工作伙伴），亦是影響他們的價值、生活方式或整體福祉的重要因素，這方面的資訊也應納入資料收集的範圍。最後，夜間活動者與其他人的「不同特性」，在諸多面向（家庭生活，人際溝通，工作機會與職業生涯等），應加以考慮，以充分理解深夜未眠的浪漫及可能的損失。最後，在當代時空間隔日漸磨損的情境下，夜晚的模糊化的機制也需要再加以探究，都市化與科技變遷雖然提供基本的解釋（Melbin, 1978; Nottingham, 2003），更細緻的特殊個案或勞動團體的分析（「文創」工作者、夜班護理人員或南來北往的送貨司機），仍值得就近觀察，以了解他們與夜晚特有的親近性與共時性。

參考書目

中文書目

- 章英華、傅仰止，2006，**台灣地區社會變遷基本調查計畫第五期第一次調查計畫執行報告**（南港：中央研究院社會學研究所）。
- 傅仰止，1997，「夜間活動人口的型態與特質」，張荳雲、呂玉瑕、王甫昌編，**九〇年代的台灣社會：社會變遷基本調查研究系列二**（台北市：中央研究院社會學研究所籌備處），頁311-357。

英文書目

- Adams, Bert N. 1987. "Early Birds and Night Owls among College Students and Married Couples," *Sociology and Social Research*, vol. 71, pp. 245~248.
- Adler, Patricia A. and Peter Adler. 2001. "Off-time Labor in Resorts: The Social Construction of Commercial Time," *American Behavioral Scientist*, vol. 44, no. 7 (March), pp. 1096~1114.
- Chew, Matthew M. 2009. "Research on Chinese Nightlife Cultures and Night-Time Economies," *Chinese Sociology and Anthropology*, vol. 42, no. 2 (January), pp. 3~21.
- Davis, Kelly D., W. Benjamin Goodman, Amy E. Pirretti and David M. Almeida. 2008. "Nonstandard Work Schedules, Perceived Family Well-Being, and Daily Stressors," *Journal of Marriage and Family*, vol. 70, no. 4 (November), pp. 991~1003.
- Hobbs, Dick, Stuart Lister, Philip Hadeld, Simon Winlow and Steve Hall. 2000. "Receiving Shadows: Governance and Liminality In The Night-Time Economy," *British Journal of Sociology*, vol. 51, no. 4 (December), pp. 701~717.
- Hogan, Richard. 1985. "The Frontier as Social Control," *Theory and Society*, vol. 14, pp. 35~51.

- Hunter, Marcus Anthony. 2010. "The Nightly Round: Space, Social Capital, and Urban Black Nightlife," *City and Community*, vol. 9, no. 2 (April), pp. 165~186.
- Jamieson, Lynn. 1998. *Intimacy: Personal relationships in modern societies* (Cambridge: Polity).
- Long, J. Scott. 1997. *Regression Models for Categorical and Limited Dependent Variables*. Thousand Oaks (CA: Sage).
- Melbin, Murray 1969. "Behavior Rhythms in Mental Hospitals," *American Journal of Sociology*, vol. 74, no. 6 (May), pp. 650~665.
- Melbin, Murray. 1977. "The Colonization of Time," in T. Carlstein, D. Parkes, and N. Thrift eds., *Timing Space and Spacing Time in Social Organization* (London: Arnold).
- Melbin, Murray. 1978. "Night as Frontier," *American Sociological Review*, vol. 43, no. 1 (February), pp. 3~22.
- Melbin, Murray. 1987. *Night as Frontier* (New York: Free Press).
- Merton, Robert K. 1968. *Social Theory and Social Structure* (New York: Free Press).
- Nottingham, Chris. 2003. "'What Time Do You Call This?': Change and Continuity in the Politics of the City Night," in Lodewijk Brunt and Brigitte Steger eds., *Night-time and Seep in Asia and the West: Exploring the Dark Side of Life* (London: RoutledgeCurzon), pp. 191~214.
- Tsai, Ming-Chang. 2006. "Sociable Resources and Close Relationships: Intimate Relatives and Friends in Taiwan," *Journal of Social and Personal Relationships*, vol. 23, no. 1, pp. 151~169.
- Turner, Barry A. 1981. "Some Practical Aspects of Qualitative Data Analysis: One Way of Organising the Cognitive Processes Associated with The Generation of Grounded Theory," *Quality and Quantity*, vol. 15, no. 3 (June), pp. 225~247.
- White, Lynn and Bruce Keith. 1990. "The Effect of Shift Work on the Quality and Stability of Marital Relations," *Journal of Marriage and Family*, vol. 52, no. 2 (May), pp. 453~462.

- Williams, Simon J. 2007. "The Social Etiquette of Sleep: Some Sociological Reflections and Observations," *Sociology*, vol. 41, no. 2 (April), pp. 313~328.
- Williams, Simon J. and Sharon Boden. 2004. "Consumed with Sleep? Dormant Bodies in Consumer Culture," *Sociological Research Online*, vol. 9, no. 2, <<http://www.socresonline.org.uk/9/2/williams.html>>.
- White, Lynn and Bruce Keith. 1990. "The Effect of Shift Work on The Quality and Stability of Marital Relations," *Journal of Marriage and the Family*, vol. 52, no. 2 (May), pp. 453~462.
- Wooldridge, Jeffrey M. 2002. *Introductory Econometrics*, 2nd edition (Mason, OH: South Western).
- Zerubavel, Eviatar. 1979. "Private Time and Public Time: The Temporal Structure of Social Accessibility and Professional Commitments," *Social Forces*, vol. 58, no. 1 (September), pp. 38~58.

Nighttimers' Unconventionality, Slacking and Personal Relationship

Ming-Chang Tsai

Research Fellow, Research Center for Humanities and Social Sciences, Academia Sinica

Sheng-Che Kuo

Associate Professor, Department of Psychology and Social Work, National Defense University

Abstract

This study aims to investigate the influence of nighttime on social behaviors and attitudes among Taiwanese people. Melbin's (1978) idea of "night as a frontier" suggests that night constitutes a unique social space which encourages unconventional values and deeds (Fu, 1997). We further extend the theorizing of frontier and propose several hypotheses for empirical testing, with a new attention to the effect on slackening and social relationships. Pooling four waves of data from the Taiwan Social Change Survey (1995, 2000, 2005 and 2010), we replicated previous findings that urban youth is a major group of "night owls". We additionally show that people working in the service sector more likely are awake and being outside home after midnight. However, these night owls are not more unconventional in values, a finding differing from Fu's (1997) study of Taiwan sample. Night activities yet correlate with consumption of tobacco and alcohol and contacting with unknown persons. We conclude that while nighttime remains be a frontier, what divides day people and night owls is not freaky thoughts but use of psychoactive substances as well as widespread personal relationships.

Keywords: Night, Unconventionality, Social Interaction, Subjective Well-being