

研究論文

公與私的交會：探討社交媒體、網路霸凌與自我觀感之關聯性

施琮仁

摘要

網路霸凌已是網路世代青少年面對最嚴重的問題之一，對其身心健康都有不良的影響，因此不論政府機關或教育單位皆應高度關注。本研究以網路霸凌受害為中心，一方面探討社交媒體(包括公開的社群網站及封閉的即時通訊軟體)使用是否增加青少年在網路上被霸凌的機率，另一方面也探討遭到霸凌後可能衍生的結果，尤其是自尊心與心理幸福感。本研究使用台灣傳播調查資料庫第二期第一次的資料，以國中生及高中生為樣本進行分析，結果顯示臉書使用時間和網路霸凌受害並無關連，但即時通訊軟體使用時間越長，青少年越可能成為受害者。本研究也發現曾在網路上被霸凌的青少年，其心理幸福感較低；被霸凌的經驗也會降低自尊心，進而間接降低心理幸福感，亦即自尊心為重要的中介變項。本研究也發現了社會支持會惡化網路霸凌對自尊心及心理幸福感的影響。

關鍵詞：網路霸凌、自尊心、社會支持、心理幸福感、社交媒體

施琮仁，政治大學國際傳播英語碩士學位學程副教授、台灣政經傳播研究中心成員。研究興趣：科技與環境傳播、風險傳播。電郵：tjshih@gmail.com
論文投稿日期：2019年2月28日。論文接受日期：2020年4月3日。

Research Article

Crossing the Borders of Public and Private: Relationships among Social Media Use, Cyberbullying, and Self-Views

Tsungjen SHIH

Abstract

Cyberbullying is a major threat facing teenagers in the Internet age, for it may negatively affect their physical and mental health. Therefore, both authorities and educational institutions should pay attention to the phenomenon and its potential consequences. This study examined the role of social media, including open social networking sites (SNSs), such as Facebook, and closed instant messaging sites (e.g., Line and Facebook Messenger) as potential breeding grounds for cyberbullying. In addition, this study investigated how social media, with its networked nature, could mitigate the negative effects of cyberbullying with respect to self-esteem and perceived well-being. By analyzing data collected in the 2017 Taiwan Communication Survey, this study found that the use of instant messaging sites, not SNSs, increased the likelihood of being a victim of cyberbullying. In addition, being cyberbullied was negatively associated with self-esteem and well-being. Self-esteem was found to mediate the relationship between cyberbully victimization and well-being. More importantly, this study found that social support may exacerbate the negative effects of cyberbullying on self-esteem and subjective well-being.

Tsungjen SHIH (Associate Professor). College of Communication & Taiwan Institute for Governance and Communication Research, National Chengchi University. Research interests: science and environmental communication, risk communication.

Crossing the Borders of Public and Private

Keywords: cyberbullying, self-esteem, well-being, social media

Citation of this article: Shih, T. (2021). Crossing the borders of public and private: Relationships among social media use, cyberbullying, and self-views. *Communication and Society*, 56, 93–125.

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

前言

隨著網際網路及社交媒體的發達，日常生活中「公」與「私」的界線日益模糊、時有交錯。社交媒體的盛行提高了公眾參與、人際互動的機會，另一方面也造成新型態的社會問題，例如網路霸凌。網路霸凌現象涉及了很多「公」、「私」領域的融合與轉換，過去傳統霸凌事件多發生於校園，但網路卻將霸凌可能發生的場域從公開的學校環境延伸至較為私密的個人或個人社交網絡之中(Juvonen & Gross, 2008; Kwan & Skoric, 2013)。在網路霸凌的成因方面，青少年在部落格(Blogs)這類的公共空間上進行自我揭露，雖然有利於身份建構、社交互動，但這些私人資訊同時也可能成為網路霸凌的素材(Huffaker, 2006, February)。而網路霸凌型態也有「公」與「私」的區分，研究顯示，公開的霸凌(例如在網路上公開私人照片或影片)比私下霸凌(例如傳送私人訊息)對青少年心理的傷害更重(Sticca & Perren, 2013)。因此，網路霸凌是檢視新媒體中公領域、私領域如何透過交互作用產生影響的理想案例。

網路霸凌事件不論在國內外都時有所聞，2006年時，居住於密蘇里州的13歲女童Megan Meier因受不了網友不友善的言語而自殺；2010年時，美國Rutgers大一新生Tyler Clementi被偷拍性愛影片且該影片被放到網路上流傳，因而輕生；2015年時，台灣藝人楊又穎也因同儕排擠、網民言語霸凌而選擇結束生命。雖然網路霸凌可能發生在任何年齡層，但對於正在求學的青少年來說，霸凌現象可能對其學業表現、未來人格發展、情緒及社會融合產生特別關鍵的影響(Navarro, Ruiz-Oliva, Larrañaga, & Yubero, 2015)，是重要且值得探討的議題。

學者Olweus(2003)認為一個人或群體蓄意以負面行為(negative action)意欲傷害他人時，就算是霸凌。在台灣，針對學齡青少年網路霸凌狀況所進行的系統性調查或研究很少，大多是以特定地區或學校為對象的非機率抽樣調查，因此各項霸凌相關行為的百分比差異相當大。台灣傳播調查資料庫是少數對青少年進行代表性抽樣的調查，其2014年的結果顯示，5.8%的台灣青少年有在網路上被霸凌的經驗，而有8.3%曾在網路上霸凌他人。此二數字皆低於校園中的霸凌狀況，在

學校裡，14.8%的青少年曾為霸凌受害者，而近一成(9.9%)則為霸凌加害者。研究也發現，在網路上被霸凌，和其他三類霸凌行為有關；而在學校中曾霸凌他人者、在網路上曾被霸凌者，較可能成為網路霸凌加害人(施琮仁，2017)。

然而，2014年之台灣傳播調查資料庫僅詢問四類主要的網路霸凌行為，在測量上較不全面。此外，社群媒體是台灣青少年最容易遭遇網路霸凌的管道，比例為68.7%；然而，現有文獻對於社群媒體與網路霸凌之間的關連性卻還未有充分的檢驗，尤其是公開社交媒體(例如臉書、推特)和較為封閉的即時通訊軟體，可能因為管道特性的差異而對網路霸凌產生不同的影響，這些都是值得關注的議題。

現有研究已經指出霸凌對青少年各個生活面向都可能產生負面影響，例如學業表現、社交狀況、自尊心、情緒(Beran & Li, 2008; Patchin & Hinduja, 2006)，甚至是生活滿意度(Moore, Huebner, & Hills, 2012)。本研究側重霸凌對自尊心及心理幸福感兩類自我觀感(self views)的影響，因為自我觀感能夠指引個人行為，並決定人們和外界互動的方式，過去研究較少同時探討此二概念，特別是將自尊心視為中介變項。自尊心是對自身價值的整體判斷，和個人社會關係是否正常運作有緊密的連結(Leary, Tambor, Terdal, & Downs, 1995)。換句話說，自尊心會因為人際間的互動往來情況而有所變化，而網路霸凌作為重要的人際社交問題，對自尊心的影響格外直接。此外，個人的自我觀感可能投射在社交媒體的使用上，亦即社交網站上的個人形象可能是自我意識的反映，而他人又可能根據反映出的形象與個人進行互動(Swann, Chang-Schneider, & Larsen McClarty, 2007)。因此，自尊心在霸凌、幸福感及社交媒體使用的關係中，可能扮演動態、複雜的角色。

關於社交媒體和網路霸凌的關係，目前相關研究甚為稀少，社交媒體一方面是遭遇網路霸凌的頻繁場域(施琮仁，2017)，另一方面又是社會資本及社會支持的重要來源(Ellison, Steinfield, & Lampe, 2007; Nabi, Prestin, & So, 2013)，因此不論是社交媒體使用如何助長網路霸凌，或是此新媒介平台如何藉由提升使用者之社會支持而成為一股正面力量，協助網路霸凌受害者做出適當的調適，都亟需更深入的研究。

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

因此,本研究將探討下列重要問題:(1)社交媒體和網路霸凌的關係;(2)自尊心如何中介網路霸凌與心理幸福感的關係;(3)社會支持如何調節網路霸凌對自尊心、心理幸福感的影響。此外,在社交媒體方面,本研究也區分了公開的社交媒體與封閉的及時通訊軟體。

文獻探討

霸凌的定義

由於網路霸凌是數位媒介發展後產生的新現象,它的定義相當紛雜,有些學者沿用傳統霸凌的定義,將其延伸到電子媒體的情境中,例如Patchin及Hinduja(2006)認為網路霸凌就是藉由電子媒介平台,對他人造成蓄意、持續的傷害。也有些學者以電子媒介的特性為中心來定義網路霸凌,例如Li(2008, p. 224)將網路霸凌定義為「發生在電子通訊工具上的霸凌行為,例如電子郵件、手機、PDA、即時通訊軟體或網際網路」。Slonje及Smith(2008, p. 147)也將網路霸凌等同於「發生在現代科技裝置上的侵略行為,尤其是行動電話或網路」。由這些敘述可看出,後者通常沒有明確的定義出何謂霸凌行為,而是較為強調霸凌出現的管道。因此,若要對網路霸凌有更深入的了解,應該要先檢視傳統霸凌的定義,再探討傳統與網路情境的差異之處。

挪威學者Olweus(2003)認為霸凌就是一個人或群體意圖以負面行為(negative action)傷害他人;霸凌需具備三大條件,分別是(1)包含侵略行為或蓄意造成傷害;(2)要重複發生;(3)牽涉到權力的不平等。雖然定義清楚,但現有研究在操作化此概念時存在不同作法。有學者直接詢問受訪者是否曾經受到網路霸凌(Li, 2007);也有研究者正面表列各種傷害行為,詢問受訪者涉入其中的頻率。Vandebosch及Van Cleemput(2009)就曾以12種行為來測量網路霸凌,包括「透過網路或手機散播八卦」、「透過網路或手機散佈私密訊息」等。因此總結來說,網路霸凌的測量方式可分為兩類,第一類係直接詢問受訪者是否在電腦中介平台上遭遇霸凌(包含網路、即時通訊軟體或社交網站),此類問法可能因為受訪者對霸凌的定義不同,導致調查結果產生差異。第

二類則是表列出各種不同霸凌行為讓受訪者選擇，雖然結果仍可能因為研究者納入的變項種類、數量而有所不同，但至少受訪者是針對相同的傷害行為(hurtful activities)進行回答。

由於測量方式不同，各個研究所得到的普遍程度也有很大的差異。例如Kowalski、Limber及Agatston(2008)的論文指出，不同研究所發現的網路霸凌受害比例從4%至53%不等，而曾在網路上霸凌他人的比例則介於3%至23%之間。Vandebosch及Van Cleemput(2009)在他們的研究中同時以上述兩類方法詢問受訪者，結果顯示，在請受訪者自行判斷是否為網路霸凌受害者的情況下，有11.1%的青少年回答「是」；然而，當改用特定的網路霸凌行為進行詢問時，此數值上升至61.9%。因此，以個別霸凌行為進行詢問，通常會比直接詢問受訪者是否曾受到霸凌獲得較高的頻率。由於受訪者對霸凌一詞可能有不同的解釋與理解，為了避免信度與效度出現問題，本研究採用詢問個別冒犯行為的方式，來測量網路霸凌。此測量方式能對霸凌現況提供較為清楚的描繪，畢竟了解整體遭受霸凌的百分比，在資訊明確的程度上還不如知道青少年所遭遇的不同霸凌型態。

社交媒體與網路霸凌

社交媒體雖然拓展了人們的社交網絡，提升了社交生活的豐富性與便利性，卻也可能成為網路霸凌發生的高風險場域。使用者在社交媒體上容易遭遇霸凌的原因有很多，從受害者促成模型(victim precipitation model)的觀點來看，受害者可能在有意無意間涉入到某些事件中，讓他們特別容易成為受害的目標。

第一，已經有研究開始探討人們使用社交媒體來呈現自我形象的方式，會不會讓他們更容易成為網路霸凌的受害者。根據Goffman(1959)的自我呈現理論，為了獲得物質利益、維護自尊，以及創造討喜的自我認同身份，人們會積極管理形象。研究顯示，臉書使用者會上傳大量的個人資訊，包含生日、電子郵件、個人照片、聚會照片等(Debatin, Lovejoy, Horn, & Hughes, 2009)，而這類資訊揭露行為和個人「受歡迎需求」(need for popularity)有顯著的正面關連性(Christofides,

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

Muise, & Desmarais, 2009; Utz, Tanis, & Vermeulen, 2012)。可見社交媒體使用者會因為想要呈現良好形象、受他人歡迎,而揭露個人資訊。

但另一方面,在社交媒體平台上透露過多的個人資訊卻可能帶來負面影響。研究顯示,臉書使用(定義為個人資訊維護)和五類風險行為有顯著的正面關係,包括在網路上看到色情圖片、遭到霸凌、在現實生活中和不認識的網友見面、接收到色情訊息,以及接觸到負面的使用者自製內容(Staksrud, Ólafsson, & Livingstone, 2013)。個人資訊揭露也可能讓隱私遭到侵犯(Debatin et al., 2009),例如個人言論被廣為散播、照片被重製並發送他人,或者遭到陌生人的監視與騷擾,這些都是構成網路霸凌的重要元素。

第二,使用者在社交網站上所發布的內容,可能成為他人決定如何互動的依據。根據社交訊息處理理論(social information processing theory),在溝通情境中的雙方,會從對話中找尋線索,藉以定義對方(Walther, 1992)。因此,社交網站上的貼文、照片都可能成為他人判斷自身喜好、性格、個性的社交線索,而他人所形成的印象會決定後續和己方的互動方式。而在社交平台上,個人印象的呈現可能不僅僅來自使用者自己發布的訊息,還會來自其他社交對象所遺留的線索,例如留言、對話等。Walther、Van Der Heide、Hamel及Shulman(2009)的研究結果發現,關於外在吸引力的判斷,社交媒體上朋友的留言比使用者自己的留言更有影響力。套用到霸凌的情境下,如果青少年的社交平台上出現不恰當的內容(indiscreet content),例如喝酒、髒話、具挑逗性的照片等,可能讓他人形成負面印象,進而促發霸凌動機,而這一類的內容在年輕人臉書上出現的頻率頗高(Miller, Parsons, & Lifer, 2010; Peluchette & Karl, 2008)。研究指出,臉書上這些不適當的內容,不論是由使用者自己還是朋友所發布,都會增加網路霸凌受害的機率(Peluchette, Karl, Wood, & Williams, 2015)。

第三,社交媒體有助於維繫及拓展人際網絡,但網絡的內涵會影響社交媒體使用可能造成的後果。研究顯示,青少年偏好在臉書上加入大量好友,且不太進行篩選。Miller等(2010)發現約五分之一的學生從不篩選交友邀請;Stefanone、Lackaff及Rosen(2008)也發現在其受訪者的臉書網絡中有大量的未曾謀面的「友人」。雖然較大的線上社

交網絡可能對其他使用者傳達出較為正面的訊息，但過多的線上友人也可能會引發交友浮濫的負面觀感。更重要的是，研究指出臉書上的朋友數量和網路霸凌受害經驗有正面關係(Dredge, Gleeson, & de la Piedad Garcia, 2014; Peluchette et al., 2015)。

第四，使用時間的長短也和網路霸凌受害有關，因為在網路上花費的時間越長，可能進行越多的人際互動，包含收發電郵、發表文章、傳送即時訊息等(Huang & Chou, 2010; Li, 2007)，這些活動都有可能讓青少年被霸凌或接觸其他網路風險。研究顯示，越依賴年輕人使用臉書的時間越長或強度越高，遭受網路霸凌的機率就越大(Akbulut, Sahin, & Eristi, 2010; Kokkinos, Antoniadou, & Markos, 2014; Whittaker & Kowalski, 2015)。由於使用時間長短是社交媒體使用最基本的測量方式，故本研究將其作為社交媒體使用的操作化變項，若能透過此簡單、直接的測量發現和網路霸凌的關係，其他更為複雜的測量方式(如使用強度、朋友人數、對社交媒體的依賴等)應會產生更強的效果。

公開社交網站與封閉即時通訊軟體

除了社交網站，即時通訊軟體也是發生網路霸凌的重要場域，一份美國的機率抽樣調查顯示，在曾被網路霸凌的青少年中，有超過三分之一最常從事的網路活動是傳送網路即時訊息(Ybarra & Mitchell, 2004)。Kowalski及Limber(2007)也發現，不論對網路霸凌者或被霸凌者來說，即時通訊平台都是最常進行或遭遇霸凌行為的地方。在台灣，2014年傳播調查資料庫的結果也指出，在有被霸凌經驗的青少年中，有四分之一表示霸凌發生的管道是即時通訊軟體(例如Line, WhatsApp、Yahoo Messenger等)(施琮仁, 2017)。然而，關於即時通訊軟體使用與網路霸凌受害的關係，現有研究大多為百分比的呈現或交叉分析，較少進行更深入的統計檢定。

相較於臉書、推特等較為開放式的社交平台空間，即時通訊軟體屬於較為封閉(closed)與私下的(private)的個人溝通管道。此二類社群媒體有幾點較為顯著的不同，首先，開放式社交平台一般而言可被定義為公共空間，發生在該管道的傳播行為可歸類為大眾傳播。例如使

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

用者在臉書上的公開訊息，他人皆能公開自由讀取。但即時通訊軟體則大體上屬於私人溝通管道的範疇，使用者在該管道中進行一對一的溝通，或是需受邀成為群組的成員才能發表與接收言論。雖然新數位媒介科技的出現某種程度上模糊了大眾傳播和人際傳播的分界(Lüders, 2008)，開放式社交平台 and 即時通訊軟體仍然大致可用「公」與「私」的概念來區分。

第二，兩者在使用者的互動性上也有顯著差別。即便使用者在公開的社交網站中也有互動機會(例如按讚、留言)，但基本上互動程度不高，使用者間的關係也不如小團體中的成員親密。從社會網絡的觀點來看，在大眾傳播的型態中，訊息發布者和接收者互動不多，因此連結較弱。但在即時通訊軟體中，使用者透過緊密相連的節點相互結合，朋友間聯繫越頻繁的程度與聯絡方式的多元性越高，關係就可能越緊密(Haythornthwaite, 2002)。研究顯示，人們的聯繫管道會依據不同的交情程度而有差別。如果對方屬於強連結，則聯繫的管道很廣，包含封閉的即時通訊軟體；若對方屬於是不太熟的人，人們則偏好面對面或使用公開社交網站進行聯繫(Van Cleemput, 2010)。

由於管道特性的差異，使用者在使用社交網站與即時通訊軟體時也有行為的差異。美國Pew Research Center的調查指出，在2018年有近七成的民眾會從臉書上獲取新聞(Matsa & Shearer, 2018, September 10)，顯示臉書的角色或許已朝向大眾媒體的方向轉變。另一方面，即時通訊軟體則主要作為日常生活中和朋友對話的工具(Lenhardt, Madden, & Hitlin, 2005)。另一篇研究也顯示，人們使用臉書大多是為了好玩或是獲取社交活動訊息，但使用封閉的即時通訊軟體則大多為了發展或維持較為緊密的人際關係(Karapanos, Teixeira, & Gouveia, 2016; Quan-Haase & Young, 2010)。可見對於使用者來說，兩種管道中人際關係的緊密度是有差異的。

由於此領域的研究非常稀少，也並未聚焦於網路霸凌，故針對社交網站、即時通訊軟體和「網路霸凌受害」之間的關係，本研究提出以下研究問題。

研究問題 1a：社交網站使用和網路霸凌受害的關係為何？

研究問題 1b：即時通訊軟體使用和網路霸凌受害的關係為何？

網路霸凌受害經驗與心理幸福感

研究已指出，受到霸凌可能使學生難以專心於課業，或是對現狀感到挫折，進而使學業表現下降(Beran & Li, 2008)。除此之外，霸凌受害者可能出現社交焦慮、(與社會或他人)疏離、外在敵意，甚至可能出現犯罪行為(Tokunaga, 2010)。而心理健康狀況(包括情緒反應與人格轉變)可說是目前受到最多關注的面向，被霸凌者常見的反應包括沮喪、自尊心下降、憤怒與傷心等(Didden et al., 2009; Patchin & Hinduja, 2006)。在心理健康層面中，心理幸福感是研究霸凌後果時不可或缺的重要元素，因為心理幸福感代表個人對自身整體生活狀況的評估(Shin & Johnson, 1978)，對生命意義的認知有重要影響。研究發現對生活較為滿意的學生，較會覺得生活有希望、有較好的同儕關係及校園學習經驗(Gilman & Huebner, 2006; Suldo & Huebner, 2006)。

心理幸福感的衡量通常是和某一套標準對照之後產生的後果，而這一套標準是個人為自己所設立的，並非由外界強加。因此，心理幸福感是一種主觀的判斷(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)。當前對心理幸福感的測量，以Diener等(1985)所發展的Satisfaction with Life Scale(SWLS)量表受到最多的引用，該量表使用五個問題，請受訪者評估自身整體生活的狀況，例如「你目前的生活和你理想中的生活差距不遠」、「我對我的生活很滿意」等。然而，也有學者(甚至包含Diener本人)採用更為簡約的測量方式，亦即將心理幸福感等同於「快樂」(happiness)(Diener & Diener, 1996)。事實上，早期在美國的許多調查，都使用「快樂」作為代表心理幸福感或生活滿意度的單一變項(Gurin, Veroff, & Feld, 1960)。

Abdel-Khalek(2006)試圖檢視單一的「快樂」量表是否具有足夠信度與效度，其研究結果顯示，快樂量表和SWLS及牛津幸福感量表(Oxford Happiness Inventory)皆高度相關，顯見該量表具有同時性效度(concurrent validity)。此外，快樂量表和自尊心、希望、樂觀等正面情感具有正相關；和焦慮、悲觀等負面情感具有負相關，顯示該量表具有收斂效度及區辨效度。因此，基於簡約原則，本研究採用「快樂」作為測量心理幸福感的指標之一。

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

一份針對英國12–19歲男性青少年的研究指出,霸凌受害和快樂與否具有負面的關連性,曾經有霸凌受害經驗的男孩對其生活感到較不快樂(Flouri & Buchanan, 2002)。這樣的負面關係在西班牙的10–12歲兒童樣本中也獲得支持,Navarro等(2015)的研究指出,曾在網路上被霸凌的學童,對於整體生活經驗及學校生活都感到較不快樂。綜合上述文獻,本研究提出以下研究假設:

研究假設1:網路霸凌受害經驗和心理幸福感有負面關連性。

網路霸凌受害與自尊心

從臨床心理學的角度來看,自尊心是人們認為自己有能力應付生活中基本挑戰及值得獲得幸福的一種認知(Branden, 1994);而社會心理學的觀點則將自尊心定義為個人對自我的正面詮釋(Baumeister, Smart, & Boden, 1996)。然而,更廣義來說,自尊心可說是對個人自我價值(self-worth)的評估,可能是正面,也可能是負面。而自我價值除了和個人特質有關,也和個人所處的外在社交環境有關。Leary及Downs(1995)就認為自尊心反映了一個人在社交生活中被接受或拒絕的程度,意即被他人接納或排除的程度。因此,自尊心大致上可區分為兩個維度,一個稱為「自我能力」(self-competence),另一個稱為「自我喜愛」(self-liking)。前者意指個人能夠執行自我意志、實現所望;後者則強調個人賦予自身的社會價值(Tafarodi & Swann, 2001)。因此,本研究對自尊心的測量也沿用此二分概念,同時涵蓋個人對於自我能力的評估,以及對自身、社交、整體生活的喜好評估。

早期研究認為自尊心是長期穩定的,但後續研究發現自尊心也可能受到生活事件或經驗的影響而有波動(Crocker & Major, 1989),即便這樣的波動一般而言並不會太過劇烈(Savin-Williams & Demo, 1983; Wells, 1988),而網路霸凌正是會影響自尊心的日常生活經驗之一。在幾篇傳統霸凌的研究中,霸凌受害經驗和自尊心皆呈負面關係(Salmivalli, Kaukiainen, Kaistaniemi, & Lagerspetz, 1999);而這樣的關聯性在網路霸凌的情境中也仍存在(Patchin & Hinduja, 2010)。此外,

一份以台灣北部高中生為對象的研究也顯示，網路霸凌受害者的自尊心顯著低於未遭遇過霸凌的學生，值得注意的是，霸凌者兼受害者這個族群，自尊心是最低的，但沮喪程度(depression)卻是各類別中最高的(Chang et al., 2013)。

自尊心除了受到霸凌經驗的影響，後續也可能對生活滿意度或心理幸福感發生作用，低自尊心的人通常會覺得自己沒有價值、不受歡迎，以及覺得自己很失敗(Crocker & Park, 2004)。因此，自尊心是許多重要身心健康指標的影響因素(Ford & Collins, 2010)。許多研究已經發現自尊心和心理幸福感相關之變項有高度的連結，例如生活滿意度(Campbell, 1981; Huebner, 1991) 對生活的正負面情感(Orth, Robins, & Widaman, 2012)。根據以上文獻，青少年受到網路霸凌後可能會導致自尊心的降低，而自尊心降低又會減弱心理幸福感。易言之，自尊心或許能部分解釋網路霸凌為什麼會降低心理幸福感的原因，本研究因此推論自尊心可能成為中介變項。有鑒於自尊心僅為心理健康的面向之一，而如前所述，網路霸凌可能對不同層面的心理健康都產生影響，例如沮喪感、生活滿意度，因此本研究不預期自尊心會完全中介網路霸凌和心理幸福感的關係，但此論點仍待驗證。此外，跨國研究指出自尊心和生活滿意度的關係在不同的文化情境下可能有所差異(Diener & Diener, 1995)，因此在台灣的社會條件下，自尊心和心理幸福感的關係會呈現何種樣貌，值得探討。基於上述文獻，本研究提出以下研究問題：

研究問題2：自尊心是否會中介霸凌受害經驗和心理幸福感之間的關係？

社會支持對網路霸凌的緩衝作用

社會支持(social support)是降低網路霸凌負面影響的可能機制之一，社會支持在人們的生活環境及不同的成長階段中皆為不可或缺的基本要素，因為人類天生具有和他人連結的需求與想望(Tardy, 1985)，故許多有關兒童、青少年發展的研究都將此概念視為重要的保護因素

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

(Rueger, Malecki, Pyun, Aycocock, & Coyle, 2016)。Tardy(1985)將社會支持區分為可獲得的社會支持與實際運用的社會支持,前者指的是一個人擁有的資源,包括數量與品質,亦即感知社會支持;後者指的是在這些現有的社交資源中,人們能夠實際運用的狀況,亦即實際社會支持。

感知社會支持與實際社會支持雖然相關,但兩者的內涵與作用都有所差異。一篇檢視了約1,400篇相關論文的統合研究顯示,感知社會支持和心理幸福感的關係較為強烈,實際社會支持(如支持人數)卻和幸福感無關。其他文獻大致上也得到類似的結果,唯有在實際社會支持的效果上稍有不同,例如Rueger、Malecki、Pyun、Aycocock及Coyle(2016)的統合分析發現,實際社會支持和幸福感的關係雖然微弱($r = .11$),但在統計上卻達到顯著水準。

社會支持的作用通常可透過兩個不同的模型來了解,一個是「主效果模型」(general benefits, GB),另一則是「壓力緩衝模型」(stress-buffering, SB)(Rueger et al., 2016)。主效果模型認為社會支持能夠為生活帶來正面效果,包括增加心理幸福感(well-being)、提升自我價值、釐清人生目的(Cohen, 2004),也可能會降低負面情感。研究發現,個人和朋友、鄰居的連結與幾個心理健康相關的指標皆有正面關係,例如自尊心的提高與生活滿意度的提升(Bargh & McKenna, 2004; Helliwell & Putnam, 2004)。

另一方面,為了更加了解「壓力—健康」之間的關係,學者們又提出了壓力緩衝模型,此模型和主效果模型類似,認為社會支持整體而言對於人的心理健康與情緒有正面作用,不論人們所面對的壓力大小;然而其特殊之處在於主張壓力所造成的負面影響,對於缺乏社會支持的人來說更為強烈。研究指出,在高社會支持的情況下,曾受暴力對待的青少年較不會發生創傷後壓力症候群(Salami, 2010)。在網路霸凌的情境下,研究已發現感知社會支持能讓受到霸凌的青少年免於成績退步之害(Rothon, Head, Klineberg, & Stansfeld, 2011)、降低發生憂鬱及焦慮的症狀,以及提升心理幸福感(Hellfeldt, López-Romero, & Andershed, 2020)。

公與私的交會

本研究亦關注社會支持對自尊心的緩衝作用，亦即社會支持是否能減低網路霸凌對自尊心的負面影響。關於社會支持和自尊心的關係，現有研究主要關注兩者的因果連結，有學者認為自尊心的建立和個人對人際關係的評估有關，若自覺人際接受度高，就會有較高的自尊心；換句話說，社會支持是自尊心的前置變項。也有其他學者發現高自尊心者較容易維持良好的人際網絡，進而獲得社會支持，因此自尊心是社會支持的來源。然而，鮮少有研究討論自尊心和社會支持對於生活壓力的交互作用。

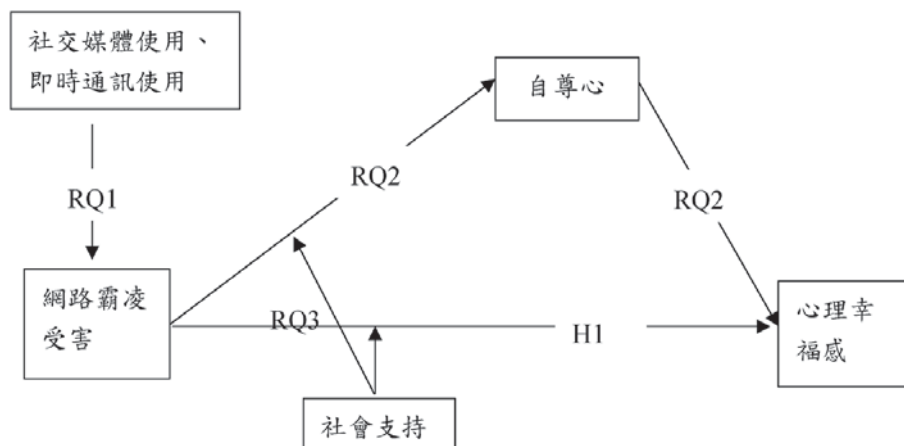
Pearlin、Menaghan、Lieberman 及 Mullan(1981)的研究發現，高自尊心者較會尋求社會支持來降低壓力；此外，由於人們具有維持自我價值的需求，因此若生活中的逆境傷害了個人自尊，人們會希望從人際支持中彌補回來。綜合以上所述，生活壓力(例如霸凌)可能對高自尊心且同時擁有社會支持的民眾來說影響較小；易言之，社會支持可能會緩衝網路霸凌對自尊心的傷害。然而，鑒於相關實證研究非常缺乏(Mishna et al., 2016)，也鮮少應用於網路霸凌情境，本研究因此提出以下研究問題：

研究問題 3a：社會支持是否會調節網路霸凌和自尊心之間的關係？

研究問題 3b：社會支持是否會調節網路霸凌和心理幸福感之間的關係？

綜合本研究之研究問題與假設，整理出研究架構圖(圖一)：

圖一 研究架構圖



《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

研究方法

調查資料

本研究使用《科技部傳播調查資料庫》2017年第二期第一次之青少年調查資料,本次調查以全國的高中職、國中、國小抽出61所學校,並針對抽出班級中之9-17歲學生進行調查訪問。青少年調查採用分層兩階段叢集抽樣法,首先,以《台灣社會變遷基本調查計劃》第六期之鄉鎮市區分層方法進行分層,鄉鎮分層是以侯佩君、杜素豪、廖培珊、洪永泰與章英華(2008)建立的鄉鎮市區發展類型為基礎,共分為六層。分層後,本研究將各層中不同類型之學校(國小、國中、高中、高職)由南至北、由西至東進行排序,以等距抽樣抽取出學校,此為第一階段抽樣。在確定中選學校之後,再以隨機亂數方式抽取兩個班級,此為第二階段抽樣。第一抽取出之班級為優先訪問班級,第二抽選出之班級為備用樣本,若第一抽選出之班級無法訪問或樣本數不足30份時,則調查訪問第二抽選出之班級。

調查時間為2017年5月18日至6月29日,本次調查總計回收1,852份有效問卷,在95%信賴水準下,抽樣誤差不超過2.29%。為使樣本符合母體結構且具代表性,故以性別、年齡、鄉鎮市區層之母體比例進行交叉加權,加權後的人口學資料和母體結構無異[加權後性別: $\chi^2(1) = 3.822, p > 0.05$;加權後年齡: $\chi^2(2) = 0.000, p > 0.05$;加權後居住地區: $\chi^2(5) = 0.002, p > .05$],顯示本調查之樣本具代表性。由於國小樣本並未詢問社交媒體使用狀況,故本研究僅使用國中、高中樣本,排除沒有上網的受訪者,最終樣本為1,235人。

變項描述

本研究的依變項為心理幸福感,測量方式為詢問受訪者「整體而言,你覺得目前的日子過得快不快樂?」受訪者回答的選項皆為李克特五點量表,從「非常不快樂」(編碼為1)至「非常快樂」(編碼為5),數值越高代表青少年的心理幸福感越高($M = 3.80, SD = 0.86$)。

公與私的交會

青少年在網路上被霸凌的狀況，是透過詢問受訪者過去一年中是否曾在網路上(包含社群媒體、電子郵件、網站或部落格、聊天室、手機簡訊、即時通訊軟體)遇到以下九種情況，且次數超過兩次，包括(1)被罵、嘲笑或捉弄同學(鬧著玩不算);(2)被排擠而無法參加某個團體或活動;(3)被威脅或侮辱同學(包括訊息或影像);(4)有人說你的壞話或不實的謠言;(5)有人講你不想公開或讓人家知道的事;(6)被他人拍攝及散布自己受到欺負時的影片或照片;(7)被他人拍攝及散布和自己有關的私密影片或照片;(8)被他人蓄意更改社交媒體或電子郵件帳號，使自己無法登入;(9)被他人盜用社交媒體或電子郵件帳號，並以自己名義發布訊息。若受訪者曾遇過九種狀況之一，則編碼為1，若都沒有遇過，則編碼為0。

社交媒體使用時間是透過詢問受訪者在有使用社群媒體的那一天，整天大約使用多久，回答選項包含小時數與分鐘數，本研究將此變項轉換為以分鐘計算。而在詢問使用時間之前，受訪者也被問到「大約每週有幾天會使用社群媒體(例如：臉書、推特、YouTube)?」若回答「0天」，使用的分鐘數則以0計算($M = 162.37, SD = 141.42$)。此變項的偏度(Skewness)為1.67、峰度(Kurtosis)為3.09，過去文獻指出(West, Finch, & Curran, 1995)，若偏度值小於2、峰度值小於7，該變項之分布即接近常態分布，本研究社群媒體使用時間的數值皆在合理範圍之內。

即時通訊軟體使用是透過詢問受訪者「除了課業或工作需要以外，你每天和別人透過即時通訊軟體互動的時間有多少?」回答選項包含小時數與分鐘數，本研究將此變項轉換為以分鐘計算($M = 112.40, SD = 92.04$)。此變項的偏度為1.24、峰度為1.86，故本研究之及時通訊軟體使用變項符合常態分布假設。

感知社會支持的測量方式，是詢問受訪者是否同意下列敘述：「當你遇到困難時，你能找到信賴的人幫你解決問題。」受訪者的回答選項為李克特五點量表，從「非常不同意」(編碼為1)至「非常同意」(編碼為5)，數值越高代表青少年的感知社會支持越高($M = 4.04, SD = 0.97$)。實際社會支持則詢問受訪者「經常會一起討論重要問題或分享心事的人有幾位?」受訪者回答的人數越多，代表其實際社會支持度越高($M = 4.01, SD = 4.02$)。

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

自尊心的量表由四個變項組成,本調查詢問受訪者:(1)「整體而言,你對於你的生活滿不滿意?」;(2)「整體而言,你對於你的課業成績滿不滿意?」;(3)「整體而言,你對於你和朋友相處的情況滿不滿意?」;以及(4)「整體而言,你對自己滿不滿意?」。受訪者回答的選項皆為李克特五點量表,從「非常不滿意」(編碼為1)至「非常滿意」(編碼為5)。本研究將此四變項加總並取平均數,作為代表自尊心的量表($M = 3.51, SD = 0.71, Cronbach's \alpha = .74$),數值越高代表青少年的自尊心感知越高。

本研究也控制了一些人口學變項,包括年齡($M = 14.18, SD = 2.33$)、性別(53%為男性),以及社交狀況變項,例如社交媒體使用天數($M = 5.90, SD = 1.92$)及每天接觸人數($M = 50.05, SD = 64.40$)。

研究結果

在檢視研究假設與問題前,本研究先呈現青少年網路霸凌之狀況,結果顯示,約七分之一的國、高中青少年(14.2%)曾經在網路上被霸凌。最普遍的網路霸凌型態是「被說壞話或不實的謠言」(6.0%),其次是被「罵、嘲笑或捉弄」(5.2%)、「有人講你不想公開或讓人家知道的事」(3.4%)、「被他人盜用社交媒體或電子郵件帳號,並以自己名義發布訊息」(3.3%)、「被他人蓄意更改社交媒體或電子郵件帳號,使自己無法登入」(3.1%)、「被威脅或侮辱」(2.6%)、「被排擠而無法參加某個團體或活動」(2.2%)、「被他人拍攝及散布和自己有關的私密影片或照片」(1%)、「被他人拍攝及散布自己受到欺負時的影片或照片」(0.6%)。

研究問題1探討社交媒體使用、即時通訊軟體使用和網路霸凌受害是否有關。由於網路霸凌受害為二元變項,為了回答此研究問題,本研究採用羅吉斯迴歸(logistic regression)模型進行分析。結果顯示,在控制了年齡、性別、社交媒體使用天數、每天接觸人數、自尊心等變項後,社交媒體使用時間和網路霸凌受害並無顯著關連(odds ratio = 1.000, $p > .05$)。然而,即時通訊軟體使用和網路霸凌受害的關係具有統計顯著水準,使用時間越長的青少年越有可能成為網路霸凌的受害者(odds ratio = 1.003, $p < .01$);此模型總共解釋了5.3%的變異量。

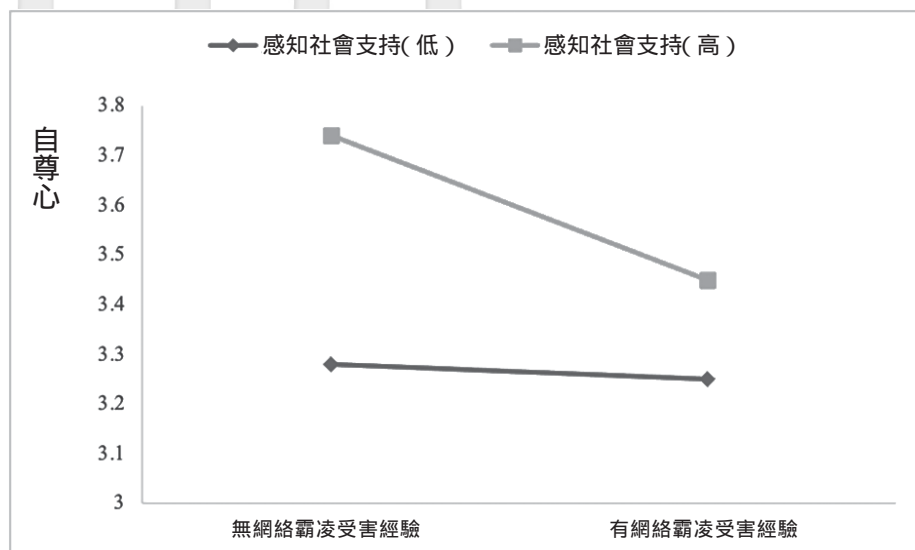
研究假設1指出網路霸凌受害經驗和心理幸福感會有負面關係，為了驗證此假設，本研究採用多元迴歸分析，將心理幸福感當作依變項、網路霸凌受害經驗當作自變項，並控制了年齡、性別、社交媒體使用天數、每天接觸人數、社交媒體使用時間、即時通訊軟體使用時間、自尊心等變項。迴歸分析結果顯示，曾在網路上被霸凌的青少年，其心理幸福感較低($\beta = -.09, p < .01$)。此模型總共解釋了39.8%的變異量。

研究問題2探討自尊心是否中介網路霸凌受害經驗和心理幸福感的關係，本研究使用Hayes(2018)所發展的「PROCESS」巨集，來檢驗變項間的中介關係(Model 4)。Hayes提倡使用拔靴法(bootstrapping)來分析中介關係，認為該方法比起傳統的Sobel test有更多好處。例如中介效果(或間接關係)經常不是常態分布，但Sobel test卻有常態分布的預設，拔靴法則無。此外，Sobel test需要計算間接關係的標準誤，作為評估迴歸係數顯著與否的參考，但標準誤如何計算仍有爭議；而拔靴法則能夠透過信賴區間來決定係數顯著性，省去計算標準誤的步驟(Hayes, 2018)。如附錄一上半部的中介變項模型所示，霸凌受害和自尊心有負面關係($B = -.15, p < .01$)，完整模型的結果也顯示自尊心越高的青少年，其心理幸福感也越高($B = .74, p < .01$)。檢驗整條間接路徑的結果指出，此間接路徑具有負面效果且達到統計上的顯著標準($B = -.11, p < .05$)，亦即在網路上被霸凌的經驗會降低青少年的自尊心，而較低的自尊心又會降低其心理幸福感。

研究問題3a探討社會支持是否會調節網路霸凌和自尊心之間的關係，如前所述，本研究使用兩個變項代表社會支持的概念，分別為「感知社會支持」及「實際社會支持」。結果顯示，網路霸凌受害與感知社會支持之交互作用達到了統計上的顯著水準($B = -.1159, p < .05$)。如圖二所示，整體而言，感知社會支持較低的青少年，其自尊心也較低。然而，當感知社會支持不高時，網路霸凌和自尊心的關聯性在統計上並不顯著($B = -.0410, p > .05$)，亦即網路霸凌受害經驗對於自尊心的傷害不大。相反地，對於高感知社會支持的青少年而言，受到網路霸凌顯著地傷害了他們對自身價值的評估($B = -.2729, p < .01$)。另一方面，實際社會支持和網路霸凌受害對自尊心則無顯著的交互作用關係($B = -.0040, p > .05$)。

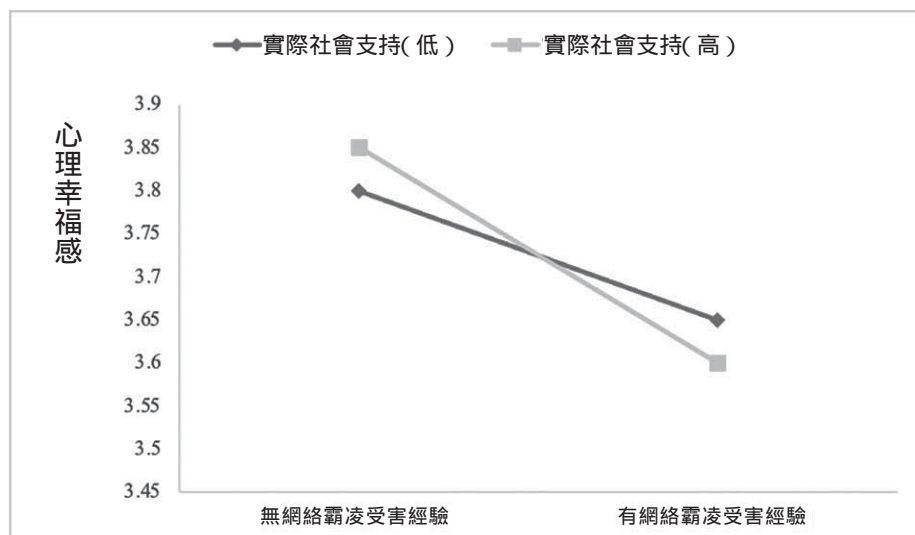
《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

圖二 網路霸凌受害和感知社會支持對自尊心之交互作用關係



研究問題3b 探討社會支持是否會調節網路霸凌和心理幸福感之間的關係。結果顯示，網路霸凌受害經驗和感知社會支持的交互作用並不顯著($B = -.0495, p > .05$)；但實際社會支持的調節作用卻達到統計顯著水準($B = -.0262, p < .05$) (請見附錄二)。如圖三所示，在實際社會支持較低的情境下，網路霸凌會降低青少年的心理幸福感($B = -.1461, p < .05$)。但當實際社會支持程度較高時，網路霸凌對心理幸福感的負面關係又更強烈($B = -.2511, p < .01$)。換句話說，實際社會支持不僅無法緩衝網路霸凌的負面作用，甚至更強化了負面影響。

圖三 網路霸凌受害和實際社會支持對心理幸福感之交互作用關係



討論

本文使用台灣傳播調查資料庫第二期第一次之資料，除了是台灣少數針對青少年族群具代表性的機率抽樣調查，更延伸了2014年第一期第三次的資料，更廣泛地涵蓋了網路霸凌的各個面向。和2014年的資料相比，網路霸凌的現象似乎略有增加，整體而言，網路霸凌受害者從5.8%上升至15.9%。比較幾個相同的變項，「罵、嘲笑或捉弄」從2.9%上升至5.1%；「排擠」則從1.7%上升至2.8%。「被同學到處說壞話或散播自己不想讓人家知道的事」增加最為明顯，從2.6%上升至9.6%。由此可見，即便政府及各教育單位已開始重視網路霸凌，但防止的成效還不甚明顯。

本研究以網路霸凌受害為中心，一方面探討社交媒體使用是否增加青少年在網路上被霸凌的機率，另一方面也探討遭到霸凌後可能衍生的結果，尤其是自尊心與心理幸福感。結果顯示，社交網站使用時間和網路霸凌受害並無關連，但即時通訊軟體使用時間越長，青少年越可能成為受害者。此結果意味著網路霸凌可能從比較公開的社交平台轉移至較為封閉的即時通訊管道，表示在霸凌的防治與即時監管上產生了較大的挑戰，因為不論家長或教師可能無法在第一時間得知網路霸凌的發生。其次，和公開社交網站不同，即時通訊軟體有時不需要透過「交友認證」，即便非朋友關係也能傳送訊息，讓霸凌變得更加無孔不入。對於青少年來說，因為課業或聯絡需要，常會需要和同儕建立即時通訊軟體群組，增加了霸凌發生的管道。由於和即時通訊軟體相關的研究較少，本研究提供了初步的發現，未來仍須持續探索。

本研究也發現曾在網路上被霸凌的青少年，其自尊心和心理幸福感都較低，和過去的研究結果一致(Chang et al., 2013; Patchin & Hinduja, 2010)。此外，網路霸凌除了對青少年的自我價值的評估有直接影響，也會傷害青少年的自尊心，進而降低其心理幸福感。此發現代表網路霸凌受害經驗不僅對心理幸福感有直接的負面效果，也會透過自尊心產生間接效果。因此，未來在霸凌的防制上，也應注重青少年自尊心的強化，藉以降低對整體幸福感的負面影響。

關於自尊心，本研究的結果指出公開社交平台使用和青少年對自身價值的評估有負面關係，封閉的即時通訊軟體使用則無，此結果和

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

過去研究發現一致(Chen, Fan, Liu, Zhou, & Xie, 2016),顯示廣播式、公開的人際溝通方式對於自尊心的養成並無益處。這可能是社會比較所產生的結果,亦即青少年在社交平台上觀看他人精彩的生活後,對自己的人生產生懷疑,進而降低對自身的評價(Vogel, Rose, Roberts, & Eckles, 2014)。

雖然並非本研究關注的主效果,但分析結果顯示兩類社會支持對於自尊心及心理幸福感都有正面、直接的效果,和現有文獻的方向一致(Kong, Zhao, & You, 2013; Tian, Liu, Huang, & Huebner, 2013)。此發現也與心理幸福感的社會認知模型(social-cognitive models of subjective well-being)相符,該模型提出環境經驗(例如霸凌)和心理幸福感的關係,會受到認知變項(例如自尊心或自我價值)的中介(Tian et al., 2013)。此外,社會支持和自尊心之間的顯著關係也意味著自尊心的形成具有某種程度的社交互動成分。尤其對青少年而言,自尊心會因為社交回饋或人際關係而有高低起伏(Lamer, Reeves, & Weisbuch, 2015; Leary, Tambor, Terdal, & Downs, 1995)。

值得一提的是,本研究發現社會支持非但沒有出現緩衝效應,反而還有「反緩衝」效應(reverse buffering)(Rueger et al., 2016),亦即社會支持沒有降低網路霸凌對心理健康帶來的負面影響。相反地,當青少年自覺有高度社會支持卻又遭到霸凌時,其自尊心所受之傷害反而更大。過去研究曾指出類似的「期望落差」現象,當人們在面對生活困境時沒有獲得期待中的社會支持,其後續產生憂鬱狀況(depression)的風險就會更高(Brown, Andrews, Harris, Adler, & Bridge, 2009)。

另一方面,在網路霸凌和心理幸福感的關係上,實際社會支持也呈現了反緩衝效應,不論實際社會支持程度的高低,網路霸凌都會降低心理幸福感,然而此負面關係對於實際社會支持高者較為強烈。此現象可能和共同反覆咀嚼(co-rumination)有關,「反覆咀嚼」指的是朋友間過度頻繁、重複地討論生活中遇到的難題。研究指出,如果朋友圈中太常討論這些困難,反而可能會讓心情更為沮喪(Rose, 2002),進而讓心理幸福感更加低落。此外,許多研究將社會互動等同於社會支持,但社會交換理論認為人際互動中可能有好處也有傷害,即便在和強連結的互動中也可能出現爭論、尷尬、嫉妒、侵犯隱私等負面過程

或結果(Rook, 1984)。本研究將實際社會支持操作化為平時可以談心的人數，根據社會交換理論，雖然青少年實際互動的人數不少，但互動的內容和品質則難以掌握，可能因此讓心理幸福感更為低落。事實上，現有文獻對於社會支持的緩衝效應並未有一致的結論，例如在 Rigby(2000)及 Bennett(1988)的研究中，社會支持也並未緩衝霸凌受害經驗對生活滿意度造成的負面影響。

本研究也具有以下限制。第一，如前所述，社交媒體的功能日趨複雜，包括社團、直播皆是現代青少年經常使用的功能，但本研究受限於傳播調查資料庫的題項，僅能納入使用時間作為自變項，無法涵蓋其他社交媒體的豐富面向，未來研究應據此延伸。第二，本研究也沒有充分考慮社會支持的概念，如文獻中所述，不同的社會支持來源(家人或朋友)可能發揮不同的作用，未來的研究可探討社會支持的各個層面，以便更加了解此概念能在網路霸凌情境中扮演的角色。第三，由於缺乏社交網站或即時通訊的內容，本研究無法解釋為什麼使用這些社群媒體和網路霸凌會產生關係，未來研究或許可更深入了解青少年如何使用這兩類平台，例如對話內容、造訪的頁面等，以增加相關發現的解釋空間。第四，本研究使用橫斷面調查資料，因此無法確認變項間的因果關係。例如，雖然研究結果顯示自尊心是網路霸凌受害和心理幸福感的中介變項，但過去也有研究顯示自尊心低的青少年較容易成為霸凌受害者(Egan & Perry, 1998)，故未來研究應更仔細區分兩者之關係。另一方面，在本研究中，網路霸凌受害為過去經驗，而自尊心與心理幸福感皆為受訪當下之評估，時序上晚於霸凌發生之時。因此，對於網路霸凌受害經驗可能導致青少年自尊心降低，本研究結果至少能作為初步的證據。

結論與建議

近年來，和網路霸凌有關的負面事件在台灣社會時有所聞，且發生的對象已向下延伸至中小學生，使得教育當局不得不開始注意此一議題，並且特別針對霸凌成立特定的通報流程。尤其網路霸凌不同於傳統校園內的霸凌，可以透過更多元的管道以及更深入生活的方式觸

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

及學童(Tokunaga, 2010),因此了解網路霸凌在學齡青少年之間的普遍程度及其發生原因,實有其重要性。

本研究發現有霸凌受害經驗的青少年,其自尊心與心理幸福感都普遍較低,可見網路上的騷擾雖然沒有肢體暴力成分,對青少年的自我價值評估及心理狀態仍有不小的負面傷害。有鑒於國高中正是建立自尊心的黃金時期,此階段的自尊心不僅和學業表現有關(Pullmann & Allik, 2008),更關係身心健康的發展(Mann, Hosman, Schaalma, & de Vries, 2004),有關單位除了應盡力防治網路霸凌,更應該建立有效的輔導機制,避免青少年因自我否定而加深霸凌的負面影響。此外,公開社交平台和自尊心的負面關係也值得注意,因為若青少年受到霸凌,又誤認為使用公開社交平台能夠有所幫助,則其自尊心可能受到二度傷害。

而過去認為提供社會支持有助於減緩霸凌負面效果的看法,在本研究中並未獲得支持;因此,希望藉由增加青少年的朋友數量來提供社會支持可能不是恰當的作法,特別是公開的社交平台(例如臉書、Instagram)可能讓青少年輕易拓展人際網絡,而造成高社會支持的假象。一旦青少年在該平台上遇到霸凌,或在眾多網路朋友中找不到協助解決問題的對象,其自尊心或心理幸福感都可能受到更大的傷害。

有鑒於此,在針對受霸凌者的協助上,有關單位應著重於社會支持的品質或對象,而非數量。過去研究顯示,同儕或教師的支持可以減緩霸凌對學生生活品質的負面影響(Flaspohler, Elfstrom, Vanderzee, Sink, & Birchmeier, 2009);因此,輔導人員或教師應該了解青少年在乎哪些重要他人(significant others),進而引入這些重要他人的支持,一方面因為這些重要他人所提供的社會支持較為有效,另一方面也因為這些核心人士若無提供適時的支持,可能讓受害之青少年期望落空,而加深霸凌的負面影響(Brown et al., 2009)。

參考文獻

中文部分(Chinese Section)

侯佩君、杜素豪、廖培珊、洪永泰、章英華(2008)。台灣鄉鎮市區類型之研究：「台灣社會變遷基本調查」第五期計劃之抽樣分層效果分析。《調查研究方法與應用》，第23期，頁7-32。

Hou Pei-Chun, Tu Su-Hao, Liao Pei-Shan, Hung Yung-Tai, Chang Ying-Hwa (2008). Taiwan xiangzhen shiqu leixing zhi yanjiu: "Taiwan shehui bianqian jiben diaocha" di wu qi jihua zhi chouyang fengceng xiaoguo fenxi. *Diaocha yanjiu—Fangfa yu yingyong*, 23, 7-32.

施琮仁(2017)。台灣青少年網路霸凌現況、原因與影響。《中華傳播學刊》，第32期，頁203-240。

Shih Tsungjen (2017). Taiwan qingshaonian wanglu baling xiankuang, yuanyin yu yingxiang. *Zhonghua chuanbo xuekan*, 32, 203-240.

英文部分(English Section)

Abdel-Khalek, A. M. (2006). Measuring happiness with a single-item scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34(2), 139-150.

Akbulut, Y., Sahin, Y. L., & Eristi, B. (2010). Cyberbullying victimization among Turkish online social utility members. *Journal of Educational Technology & Society*, 13(4), 192-201.

Bargh, J. A., & McKenna, K. Y. (2004). The Internet and social life. *Annual Review of Psychology*, 55, 573-590.

Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103(1), 5-33.

Bennett, G. (1988). Stress, social support, and self-esteem of young alcoholics in recovery. *Issues in Mental Health Nursing*, 9(2), 151-167.

Beran, T., & Li, Q. (2008). The relationship between cyberbullying and school bullying. *The Journal of Student Wellbeing*, 1(2), 16-33.

Branden, N. (1994). *The six pillars of self-esteem*. New York: Bantam.

Brown, G. W., Andrews, B., Harris, T., Adler, Z., & Bridge, L. (2009). Social support, self-esteem and depression. *Psychological Medicine*, 16(4), 813-831.

Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends*. New York: McGraw-Hill.

Chang, F. C., Lee, C. M., Chiu, C. H., Hsi, W. Y., Huang, T. F., & Pan, Y. C. (2013). Relationships among cyberbullying, school bullying, and mental health in Taiwanese adolescents. *Journal of School Health*, 83(6), 454-462.

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

- Chen, W., Fan, C.-Y., Liu, Q.-X., Zhou, Z.-K., & Xie, X.-C. (2016). Passive social network site use and subjective well-being: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior, 64*, 507–514.
- Christofides, E., Muise, A., & Desmarais, S. (2009). Information disclosure and control on Facebook: Are they two sides of the same coin or two different processes? *CyberPsychology & Behavior, 12*(3), 341–345.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist, 59*(8), 676–684.
- Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review, 96*(4), 608–630.
- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychological Bulletin, 130*(3), 392–414.
- Debatin, B., Lovejoy, J. P., Horn, A.-K., & Hughes, B. N. (2009). Facebook and online privacy: Attitudes, behaviors, and unintended consequences. *Journal of Computer-Mediated Communication, 15*(1), 83–108.
- Didden, R., Scholte, R. H., Korzilius, H., de Moor, J. M., Vermeulen, A., O'Reilly, M., Lang, R., Lancioni, G. E. (2009). Cyberbullying among students with intellectual and developmental disability in special education settings. *Developmental Neurorehabilitation, 12*(3), 146–151.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science, 7*(3), 181–185.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*(4), 653–663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71–75.
- Dredge, R., Gleeson, J., & de la Piedad Garcia, X. (2014). Presentation on Facebook and risk of cyberbullying victimisation. *Computers in Human Behavior, 40*, 16–22.
- Egan, S. K., & Perry, D. G. (1998). Does low self-regard invite victimization? *Developmental Psychology, 34*(2), 299–309.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1143–1168.
- Flaspohler, P. D., Elfstrom, J. L., Vanderzee, K. L., Sink, H. E., & Birchmeier, Z. (2009). Stand by me: The effects of peer and teacher support in mitigating the impact of bullying on quality of life. *Psychology in the Schools, 46*(7), 636–649.
- Flouri, E., & Buchanan, A. (2002). Life satisfaction in teenage boys: The moderating role of father involvement and bullying. *Aggressive Behavior, 28*(2), 126–133.

- Ford, M. B., & Collins, N. L. (2010). Self-esteem moderates neuroendocrine and psychological responses to interpersonal rejection. *Journal of Personality and Social Psychology, 98*(3), 405–419.
- Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence, 35*(3), 293–301.
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Garden City, New York: DoubleDay Anchor.
- Gurin, G., Veroff, J., & Feld, S. (1960). *Americans view their mental health: A nationwide interview survey*. New York: Basic Books.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: Guilford Publications.
- Haythornthwaite, C. (2002). Strong, weak, and latent ties and the impact of new media. *The Information Society, 18*(5), 385–401.
- Hellfeldt, K., López-Romero, L., & Andershed, H. (2020). Cyberbullying and psychological well-being in young adolescence: The potential protective mediation effects of social support from family, friends, and teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(1), 45–61.
- Helliwell, J. F., & Putnam, R. D. (2004). The social context of well-being. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 359*(1449), 1435–1436.
- Huang, Y.-y., & Chou, C. (2010). An analysis of multiple factors of cyberbullying among junior high school students in Taiwan. *Computers in Human Behavior, 26*(6), 1581–1590.
- Huebner, E. S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly, 6*(2), 103–111.
- Huffaker, D. (2006, February). *Teen blogs exposed: The private lives of teens made public*. Paper presented at the the American Association for the Advancement of Science (AAAS), St. Louis, MO.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds? —Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health, 78*(9), 496–505.
- Karapanos, E., Teixeira, P., & Gouveia, R. (2016). Need fulfillment and experiences on social media: A case on Facebook and WhatsApp. *Computers in Human Behavior, 55*, 888–897.
- Kokkinos, C. M., Antoniadou, N., & Markos, A. (2014). Cyber-bullying: An investigation of the psychological profile of university student participants. *Journal of Applied Developmental Psychology, 35*(3), 204–214.
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2013). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between social support and subjective well-being among Chinese university students. *Social Indicators Research, 112*(1), 151–161.

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health, 41*(6), S22–S30.
- Kowalski, R. M., Limber, S., & Agatston, P. (2008). *Cyber bullying: Bullying in the digital world*. Malden MA: Blackwell Publishing.
- Kwan, G. C. E., & Skoric, M. M. (2013). Facebook bullying: An extension of battles in school. *Computers in Human Behavior, 29*(1), 16–25.
- Lamer, S. A., Reeves, S. L., & Weisbuch, M. (2015). The nonverbal environment of self-esteem: Interactive effects of facial-expression and eye-gaze on perceivers' self-evaluations. *Journal of Experimental Social Psychology, 56*, 130–138.
- Leary, M. R., & Downs, D. (1995). Interpersonal functions of the self-esteem motive: The self-esteem system as a sociometer. In M. Kernis (Ed.), *Efficacy, Agency, and Self-Esteem* (pp. 123–144). New York: Plenum.
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K., & Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*(3), 518–530.
- Lenhart, A., Madden, M., & Hitlin, P. (2005). Teens and technology: Youth are leading the transition to a fully wired and mobile nation. Retrieved from http://www.pewinternet.org/PPF/r/162/report_display.asp
- Li, Q. (2007). New bottle but old wine: A research of cyberbullying in schools. *Computers in Human Behavior, 23*(4), 1777–1791.
- Li, Q. (2008). A cross-cultural comparison of adolescents' experience related to cyberbullying. *Educational Research, 50*(3), 223–234.
- Lüders, M. (2008). Conceptualizing personal media. *New Media & Society, 10*(5), 683–702.
- Mann, M., Hosman, C. M. H., Schaalma, H. P., & de Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research, 19*(4), 357–372.
- Matsa, K. E., & Shearer, E. (2018, September 10). News use across social media platforms 2018. Retrieved from <http://www.journalism.org/2018/09/10/news-use-across-social-media-platforms-2018/>
- Miller, R., Parsons, K., & Lifer, D. (2010). Students and social networking sites: the posting paradox. *Behaviour & Information Technology, 29*(4), 377–382.
- Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Schwan, K., Wiener, J., Craig, W., Beran, T., ...Daciuk, J. (2016). The contribution of social support to children and adolescents' self-perception: The mediating role of bullying victimization. *Children and Youth Services Review, 63*, 120–127.
- Moore, P. M., Huebner, E. S., & Hills, K. J. (2012). Electronic bullying and victimization and life satisfaction in middle school students. *Social Indicators Research, 107*(3), 429–447.
- Nabi, R. L., Prestin, A., & So, J. (2013). Facebook friends with (health) benefits? Exploring social network site use and perceptions of social support, stress, and well-being. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(10), 721–727.

- Navarro, R., Ruiz-Oliva, R., Larrañaga, E., & Yubero, S. (2015). The impact of cyberbullying and social bullying on optimism, global and school-related happiness and life satisfaction among 10–12-year-old schoolchildren. *Applied Research in Quality of Life, 10*(1), 15–36.
- Olweus, D. (2003). A profile of bullying in school. *Educational Leadership, 60*(6), 12–17.
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(6), 1271–1288.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2006). Bullies move beyond the schoolyard: A preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice, 4*(2), 148–169.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health, 80*(12), 614–621.
- Peluchette, J. V., & Karl, K. (2008). Employers accessing Facebook: Examining student attitudes and gender differences in posting faux pas. *Journal of Contemporary Business Issues, 16*(2), 12–27.
- Peluchette, J. V., Karl, K., Wood, C., & Williams, J. (2015). Cyberbullying victimization: Do victims' personality and risky social network behaviors contribute to the problem? *Computers in Human Behavior, 52*, 424–435.
- Pearlin, L. I., Menaghan, E. G., Lieberman, M. A., & Mullan, J. T. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social Behavior, 22*(4), 337–356.
- Pullmann, H., & Allik, J. (2008). Relations of academic and general self-esteem to school achievement. *Personality and Individual Differences, 45*(6), 559–564.
- Quan-Haase, A., & Young, A. L. (2010). Uses and gratifications of social media: A comparison of Facebook and instant messaging. *Bulletin of Science, Technology & Society, 30*(5), 350–361.
- Rigby, K. (2000). Effects of peer victimization in schools and perceived social support on adolescent well-being. *Journal of Adolescence, 23*(1), 57–68.
- Rook, K. S. (1984). The negative side of social interaction: impact on psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(5), 1097–1108.
- Rose, A. J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child Development, 73*(6), 1830–1843.
- Rothon, C., Head, J., Klineberg, E., & Stansfeld, S. (2011). Can social support protect bullied adolescents from adverse outcomes? A prospective study on the effects of bullying on the educational achievement and mental health of adolescents at secondary schools in East London. *Journal of Adolescence, 34*(3), 579–588.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycocock, C., & Coyle, S. (2016). A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence. *Psychological Bulletin, 142*(10), 1017–1067.

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

- Salami, S. O. (2010). Moderating effects of resilience, self-esteem and social support on adolescents' reactions to violence. *Asian Social Science*, 6(12), 101–110.
- Salmivalli, C., Kaukiainen, A., Kaistaniemi, L., & Lagerspetz, K. M. (1999). Self-evaluated self-esteem, peer-evaluated self-esteem, and defensive egotism as predictors of adolescents' participation in bullying situations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(10), 1268–1278.
- Savin-Williams, R. C., & Demo, D. H. (1983). Situational and transsituational determinants of adolescent self-feelings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(4), 824–833.
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5(1–4), 475–492.
- Slonje, R., & Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 49(2), 147–154.
- Staksrud, E., Ólafsson, K., & Livingstone, S. (2013). Does the use of social networking sites increase children's risk of harm? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 40–50.
- Stefanone, M. A., Lackaff, D., & Rosen, D. (2008). *We're all stars now: Reality television, Web 2.0, and mediated identities*. Paper presented at The Nineteenth ACM Conference on Hypertext and Hypermedia.
- Sticca, F., & Perren, S. (2013). Is cyberbullying worse than traditional bullying? Examining the differential roles of medium, publicity, and anonymity for the perceived severity of bullying. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(5), 739–750.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78(2), 179–203.
- Swann, W. B., Jr., Chang-Schneider, C., & Larsen McClarty, K. (2007). Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist*, 62(2), 84–94.
- Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 653–673.
- Tardy, C. H. (1985). Social support measurement. *American Journal of Community Psychology*, 13(2), 187–202.
- Tian, L., Liu, B., Huang, S., & Huebner, E. S. (2013). Perceived social support and school well-being among Chinese early and middle adolescents: The mediational role of self-esteem. *Social Indicators Research*, 113(3), 991–1008.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287.
- Utz, S., Tanis, M., & Vermeulen, I. (2012). It is all about being popular: The effects of need for popularity on social network site use. *CyberPsychology, behavior, and social networking*, 15(1), 37–42.

- Van Cleemput, K. (2010). "I'll see you on IM, text, or call you": A social network approach of adolescents' use of communication media. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 30(2), 75–85.
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2009). Cyberbullying among youngsters: Profiles of bullies and victims. *New Media & Society*, 11(8), 1349–1371.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206–222.
- Walther, J. B. (1992). Interpersonal effects in computer-mediated interaction: A relational perspective. *Communication Research*, 19(1), 52–90.
- Walther, J. B., Van Der Heide, B., Hamel, L. M., & Shulman, H. C. (2009). Self-generated versus other-generated statements and impressions in computer-mediated communication: A test of warranting theory using Facebook. *Communication Research*, 36(2), 229–253.
- Wells, A. J. (1988). Variations in mothers' self-esteem in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(4), 661–668.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp. 56–75). Newbery Park, CA: Sage.
- Whittaker, E., & Kowalski, R. M. (2015). Cyberbullying via social media. *Journal of School Violence*, 14(1), 11–29.
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Youth engaging in online harassment: Associations with caregiver–child relationships, Internet use, and personal characteristics. *Journal of Adolescence*, 27(3), 319–336.

本文引用格式

施琮仁(2021)。公與私的交會：探討社交媒體、網路霸凌與自我觀感之關聯性。《傳播與社會學刊》，第56期，頁93–125。

《傳播與社會學刊》,(總)第56期(2021)

附錄一 自尊心中介模型

| | 中介變項模型(DV = 自尊心) | | | |
|--------------------|------------------|---------|--------------|---------|
| | B | SE | t-Value | p-Value |
| 年齡 | -.05 | .01 | -3.88 | .00 |
| 性別(1 = 男) | .04 | .04 | .90 | .37 |
| 社群媒體使用天數 | .01 | .01 | .53 | .60 |
| 每天接觸人數 | .00 | .00 | .23 | .82 |
| 網路霸凌受害經驗(1 = 有) | -.15 | .05 | -2.86 | .00 |
| 公開社交媒體使用 | -.00 | .00 | -3.94 | .00 |
| 即時通訊軟體使用 | .00 | .00 | 1.09 | .27 |
| 完整變項模型(DV = 心理幸福感) | | | | |
| 年齡 | -.02 | .01 | -1.94 | .052 |
| 性別(1 = 男) | -.03 | .04 | -.89 | .38 |
| 社群媒體使用天數 | -.00 | .01 | -.28 | .78 |
| 每天接觸人數 | .00 | .00 | 1.99 | .05 |
| 網路霸凌受害經驗(1 = 有) | -.19 | .05 | -3.69 | .00 |
| 公開社交媒體使用 | -.00 | .00 | -1.62 | .11 |
| 即時通訊軟體使用 | .00 | .00 | .81 | .42 |
| 自尊心 | .74 | .03 | 28.18 | .00 |
| 中介效果 | | | | |
| 中介變項 | B | Boot SE | Boot 95% CI | |
| 自尊心 | -.11 | .04 | -.19 to -.03 | |

註：B = 非標準化迴歸係數

附錄二 社會支持對自尊心、心理幸福感的調節作用

| DV = 自尊心 | 實際社會支持模型 | 感知社會支持模型 |
|-------------------|----------|----------|
| 年齡 | -.04** | -.04** |
| 性別 | .04 | .03 |
| 每天接觸人數 | -.00 | .00 |
| 公開社交平台使用 | -.00** | -.00** |
| 即時通訊軟體使用 | .00 | .00 |
| 實際社會支持 | .02** | -- |
| 感知社會支持 | -- | .22** |
| 網路霸凌受害經驗(1 = 有) | -.15* | .31 |
| 網路霸凌受害 * 社會支持 | -.00 | -.12* |
| R ² | 4.45% | 9.64% |
| <hr/> | | |
| DV = 心理幸福感 | | |
| 年齡 | -.02 | -.02* |
| 性別 | -.04 | -.03 |
| 每天接觸人數 | -.00 | .00* |
| 公開社交平台使用 | -.00 | -.00 |
| 即時通訊軟體使用 | .00 | .00 |
| 網路霸凌受害經驗(1 = 有) | -.09 | -.00 |
| 自尊心 | .73** | .71** |
| 實際社會支持 | .01* | -- |
| 感知社會支持 | -- | .09* |
| 網路霸凌受害經驗 * 實際社會支持 | -.03* | -- |
| 網路霸凌受害經驗 * 感知社會支持 | -- | -.05 |
| R ² | 40.60% | 40.94% |

註：表格內的數值為非標準化迴歸係數 * $p < .05$; ** $p < .01$