

科別：行為與社會科學科

# 青少年對於偶像崇拜的心理及因素分析

作者：陳苡帆、廖玟璇、蕭宇樂 | 指導老師：張良蕙

## 一. 研究背景與動機

- 社群媒體普及，使追星變成年輕世代的日常行為。
- 偶像可能影響青少年的情緒、價值觀、自我認同與生活習慣。
- 許多高中生會追蹤偶像、購買商品、參與社群，因此想了解：  
**追星對青少年究竟是正向還是負向？心理需求為何？**



## 二. 研究目的

- (一) 探討青少年追星現象的形成背景
- (二) 調查高中生追星類型、行為模式與主要影響因素
- (三) 了解追星帶來的心理作用（正向與負向）
- (四) 評估追星是否影響學習、作息、人際與金錢觀

## 三. 研究方法與流程

### (一) 研究方法：混合研究法

- 量化：46 份問卷
- 質性：5 位訪談
- 工具：Google 表單、通訊軟體訪談、文獻資料庫

### (二) 研究對象與限制

- 年齡 12–17 歲，以女性為主 (85%)
- 以台北市學生為主，推論性有限

### (三) 研究流程圖



### (四) 問卷內容構面

- 基本資料
- 喜愛的偶像類型與喜歡原因
- 參與行為（影片、周邊、社群、活動）
- 正面影響量表
- 三項負面影響題目



# 青少年對於偶像崇拜的心理及因素分析

作者：陳苡帆、廖玟璇、蕭宇樂 | 指導老師：張良蕙

## 四. 研究結果

### (一) 基本資料

- 本研究共取得 46 份有效問卷，對象為台北市 12–17 歲青少年，主要以高中生為主，結果較能反映高中生族群的追星情形。
- 在性別分布上，女性比例明顯高於男性，另有少數選擇其他或不便回答。由於性別比例失衡，若進行性別比較時需特別留意樣本代表性限制。

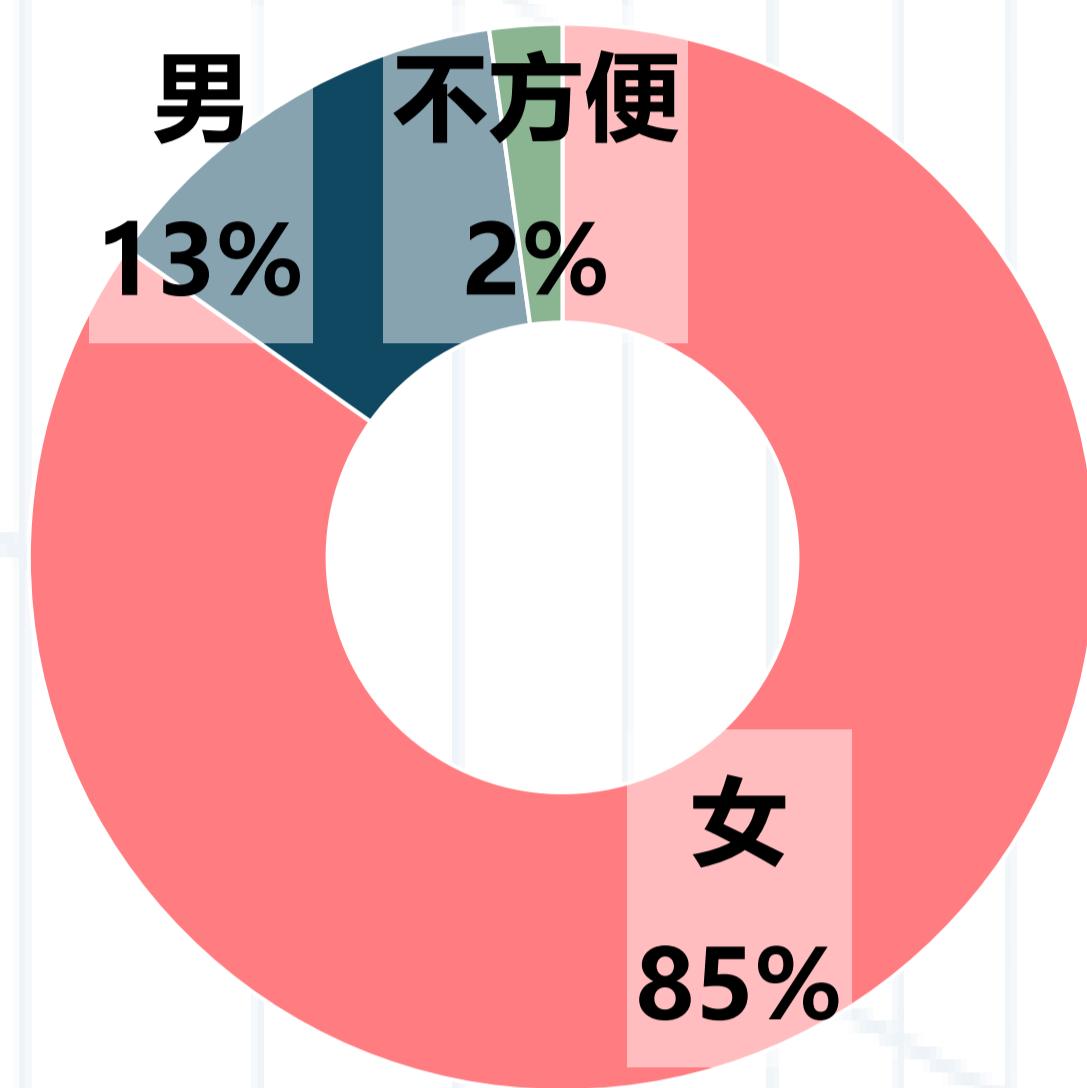


圖1.性別比例

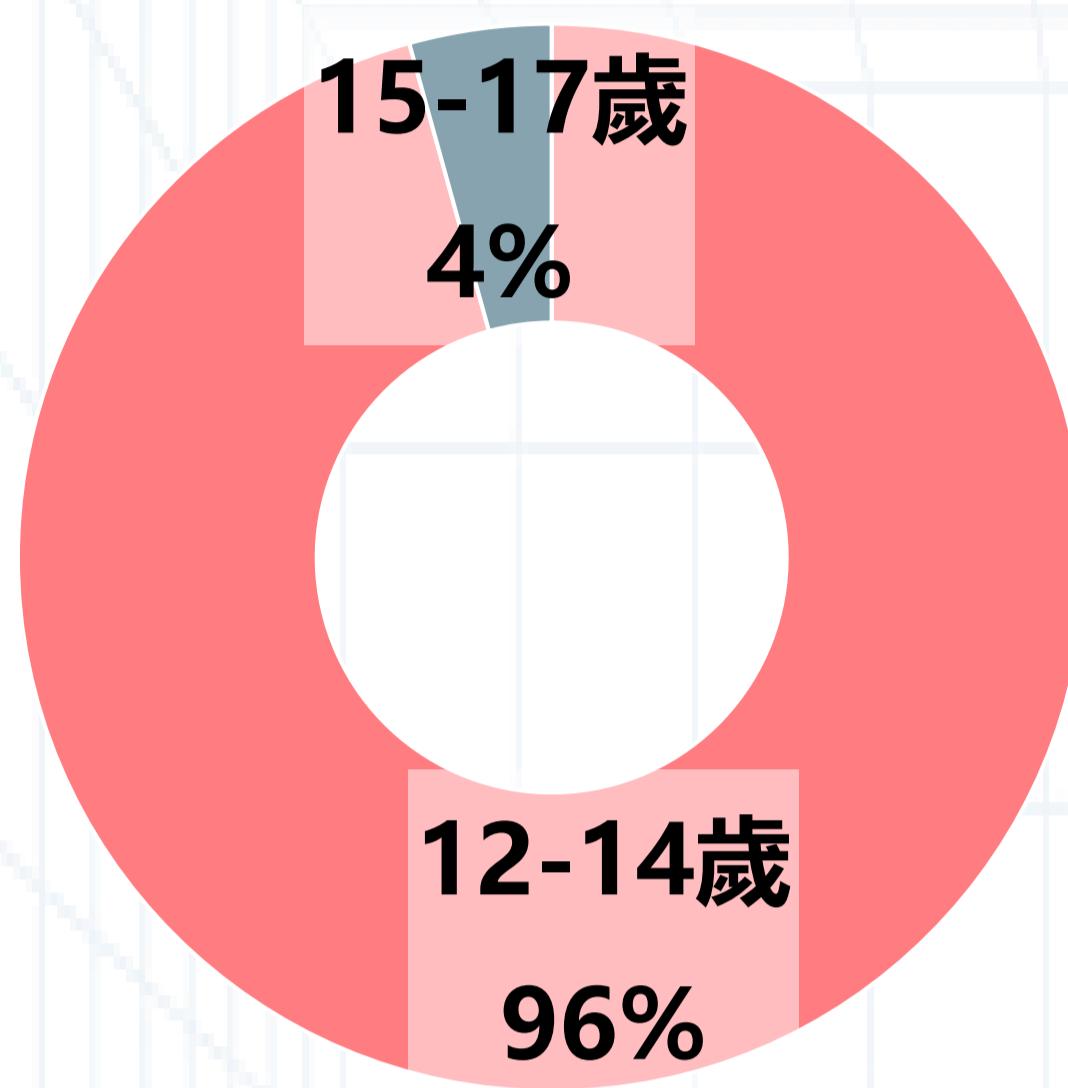


圖2.年齡比例

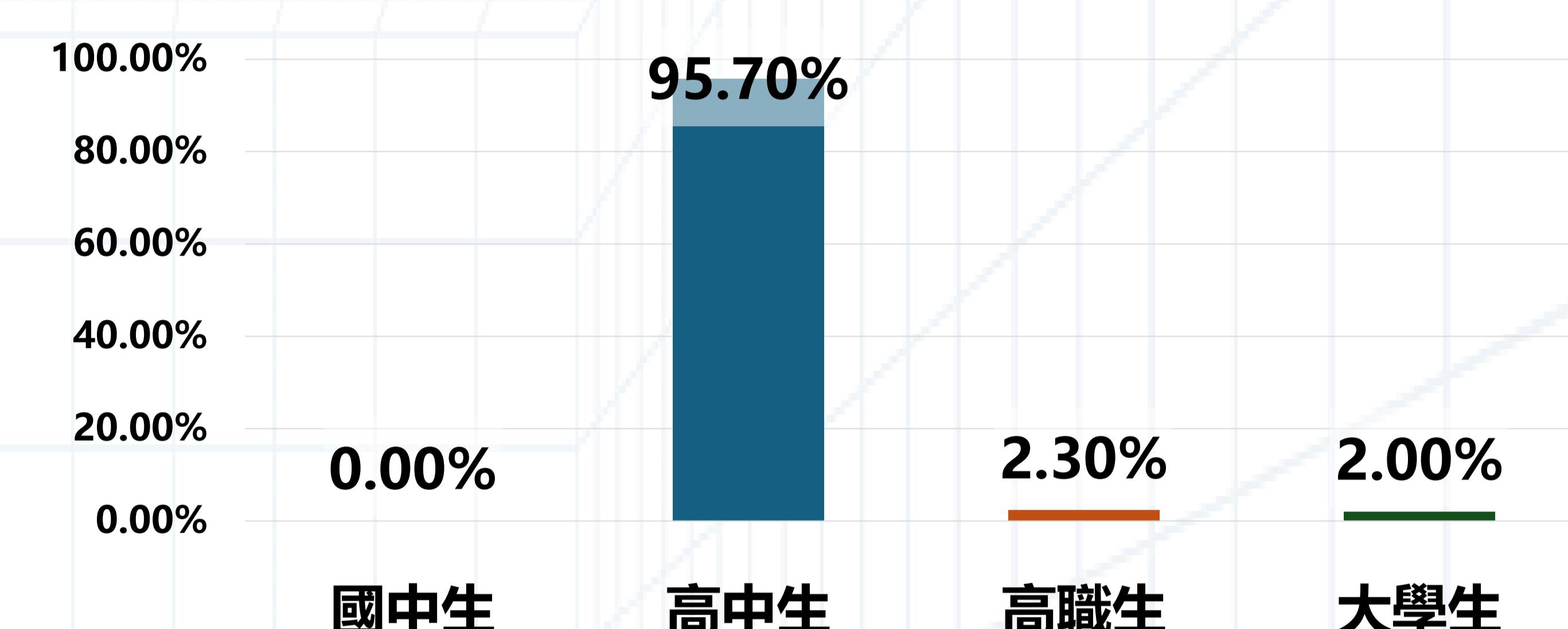


圖3.學歷比例 (在學中身分)

### (二) 偶像偏好與吸引因素

- 調查結果顯示青少年對「偶像的吸引力」並非單純建立在外貌，而是同時涵蓋能力、個性、態度等多層面因素，呈現更為多元的審美與評價標準。

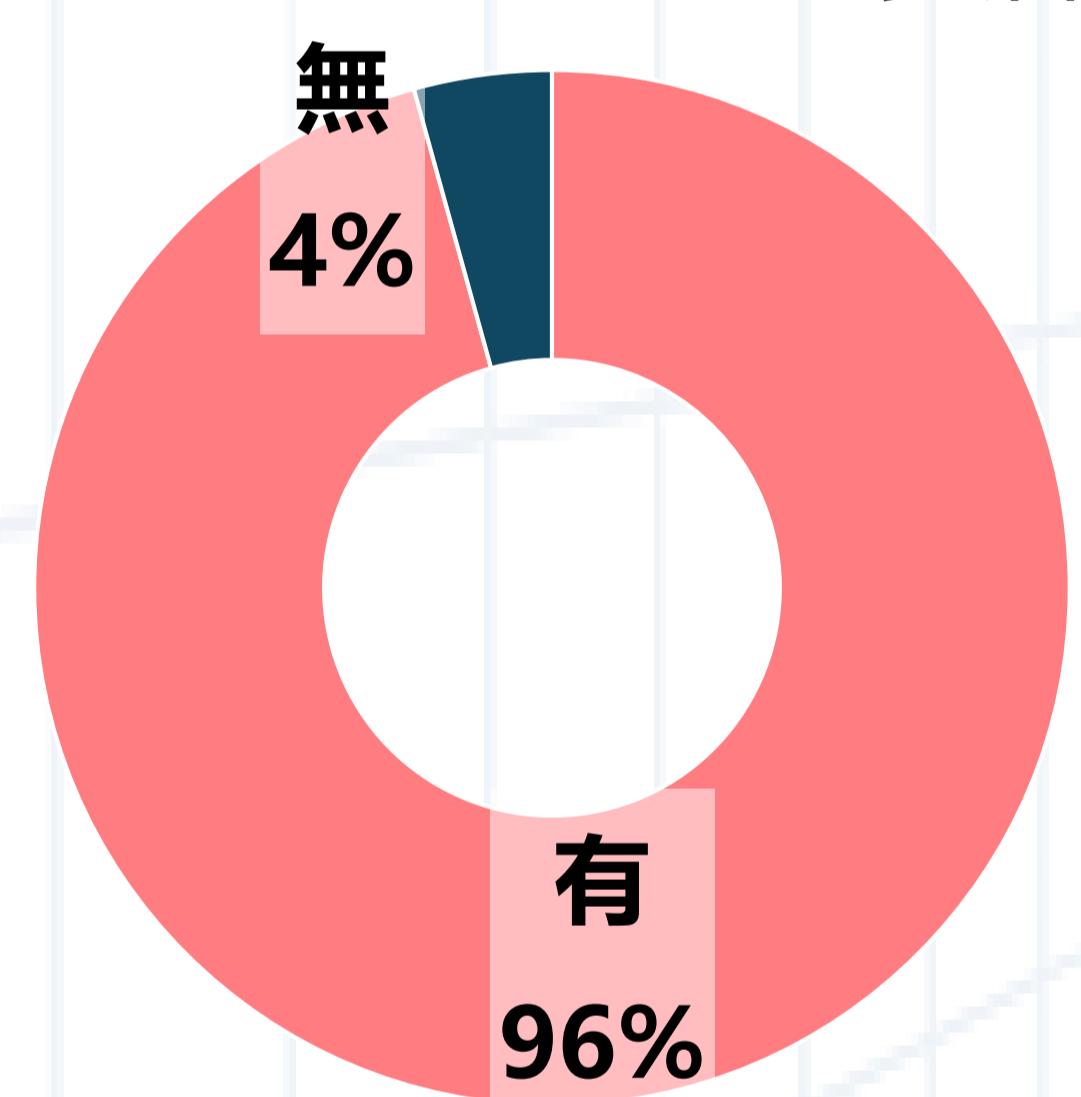


圖4.是否有喜歡的偶像分布

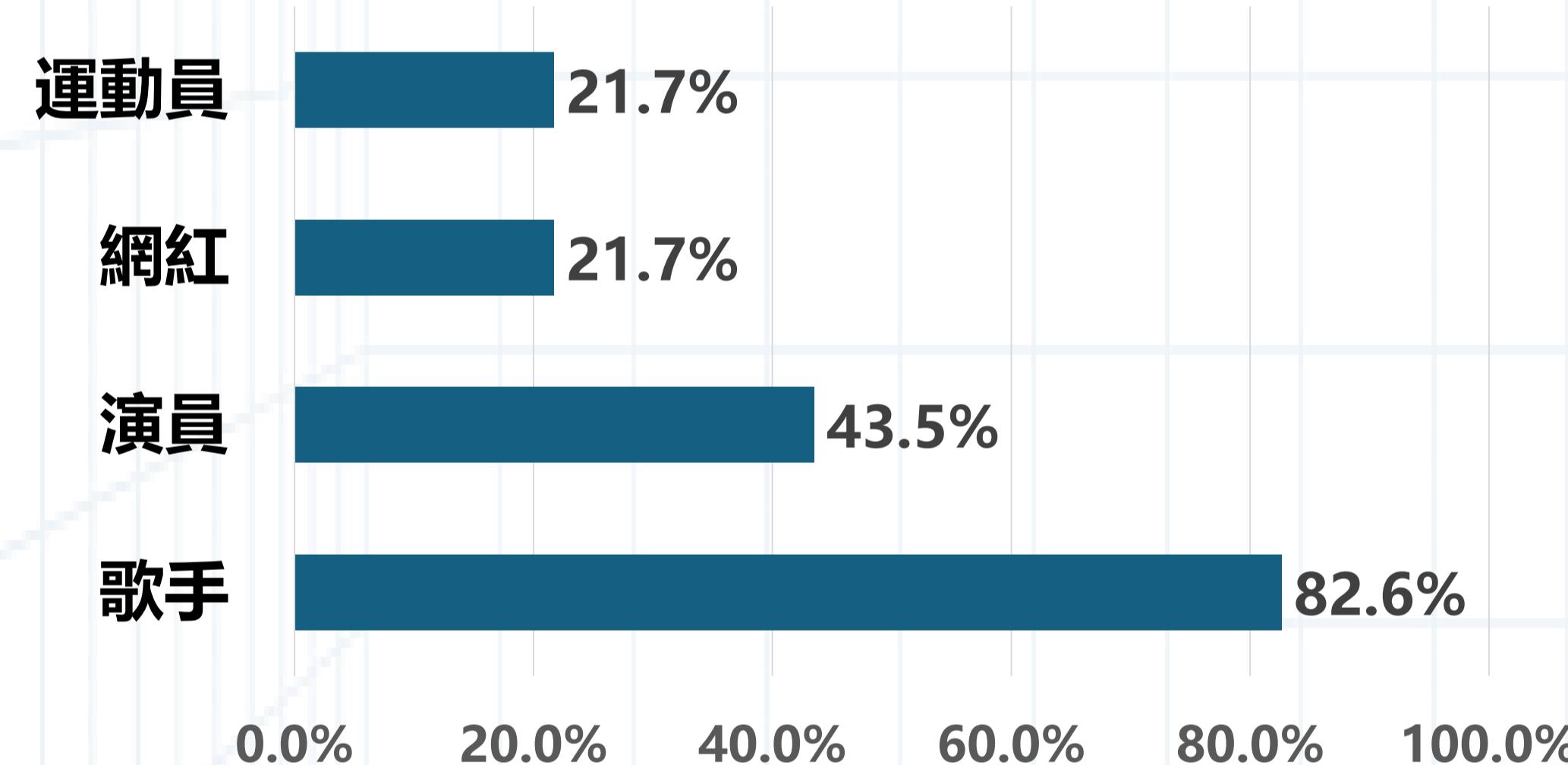


圖5.喜歡的偶像類型比例

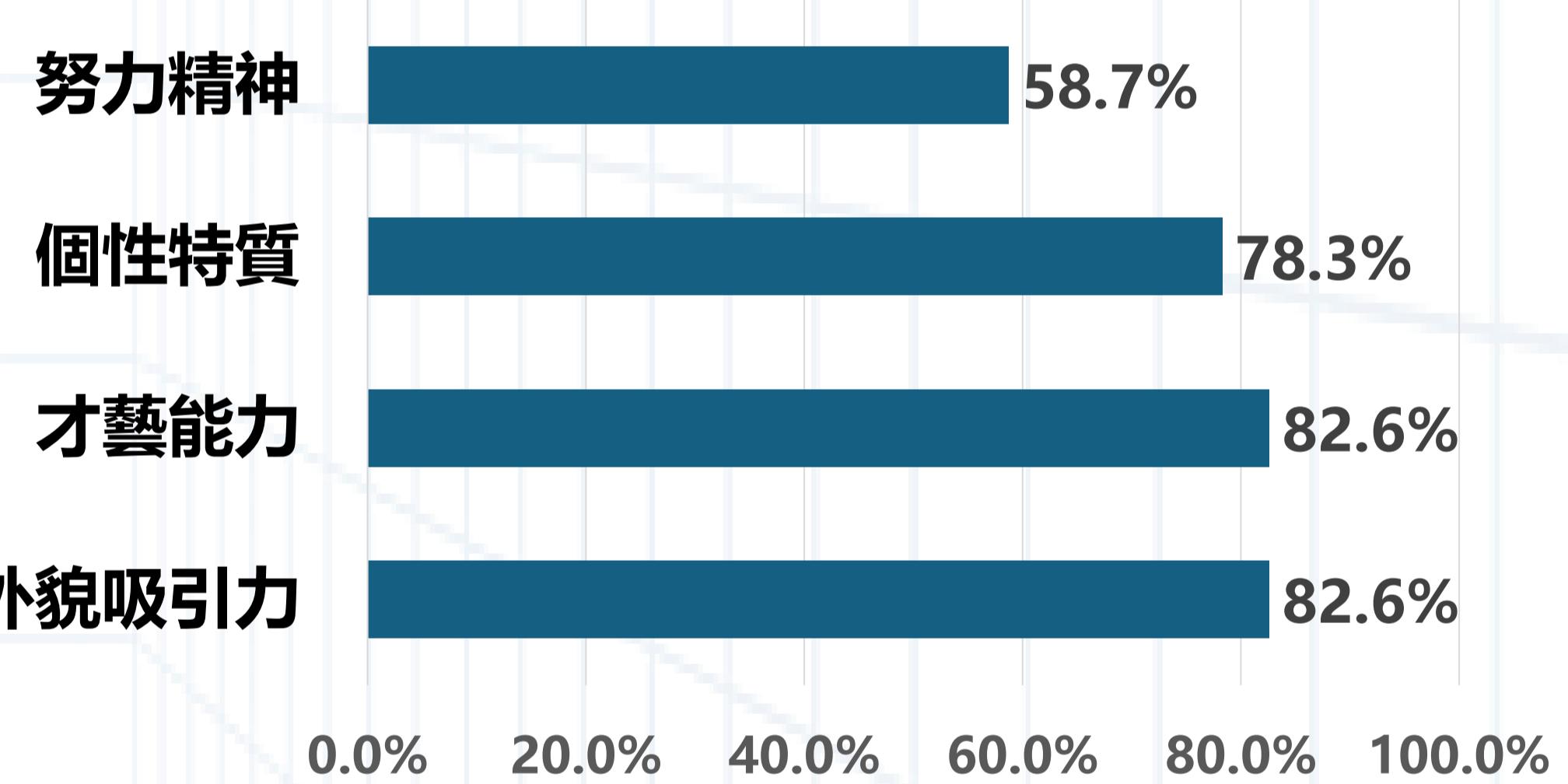


圖6.喜歡的偶像原因比例

### (三) 追星行為頻率

- 調查結果顯示青少年多以日常性的線上追蹤作為主要追星方式，透過影片與社群平台關注偶像動態，並在能力範圍內進行小額消費，整體參與模式偏向穩定且節制。
- 社群互動以交流與獲取資訊為主，較少投入爭論；線下活動因時間與成本限制參與較低。整體呈現適度、理性的追星行為。

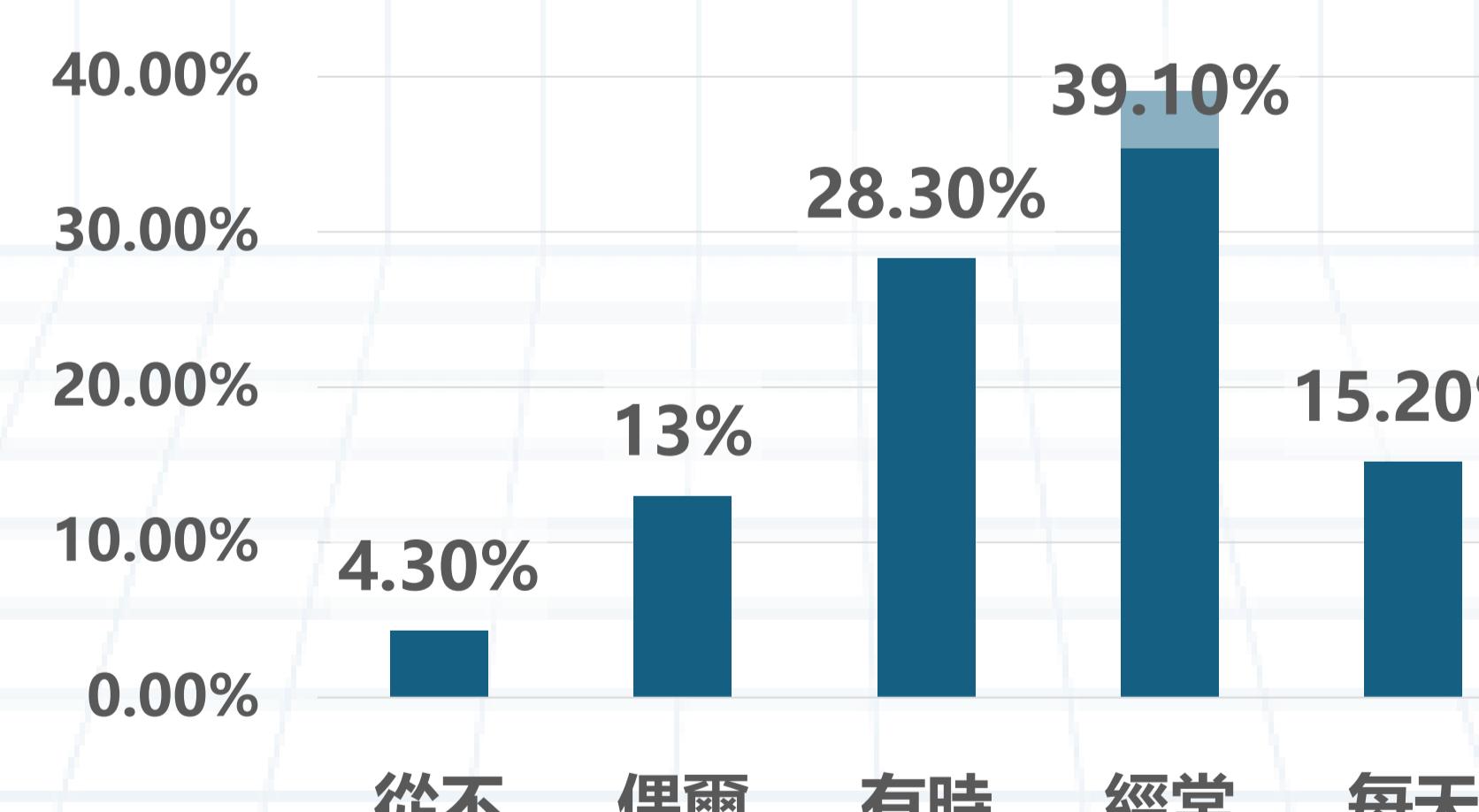


圖7.觀看影片/新聞頻率

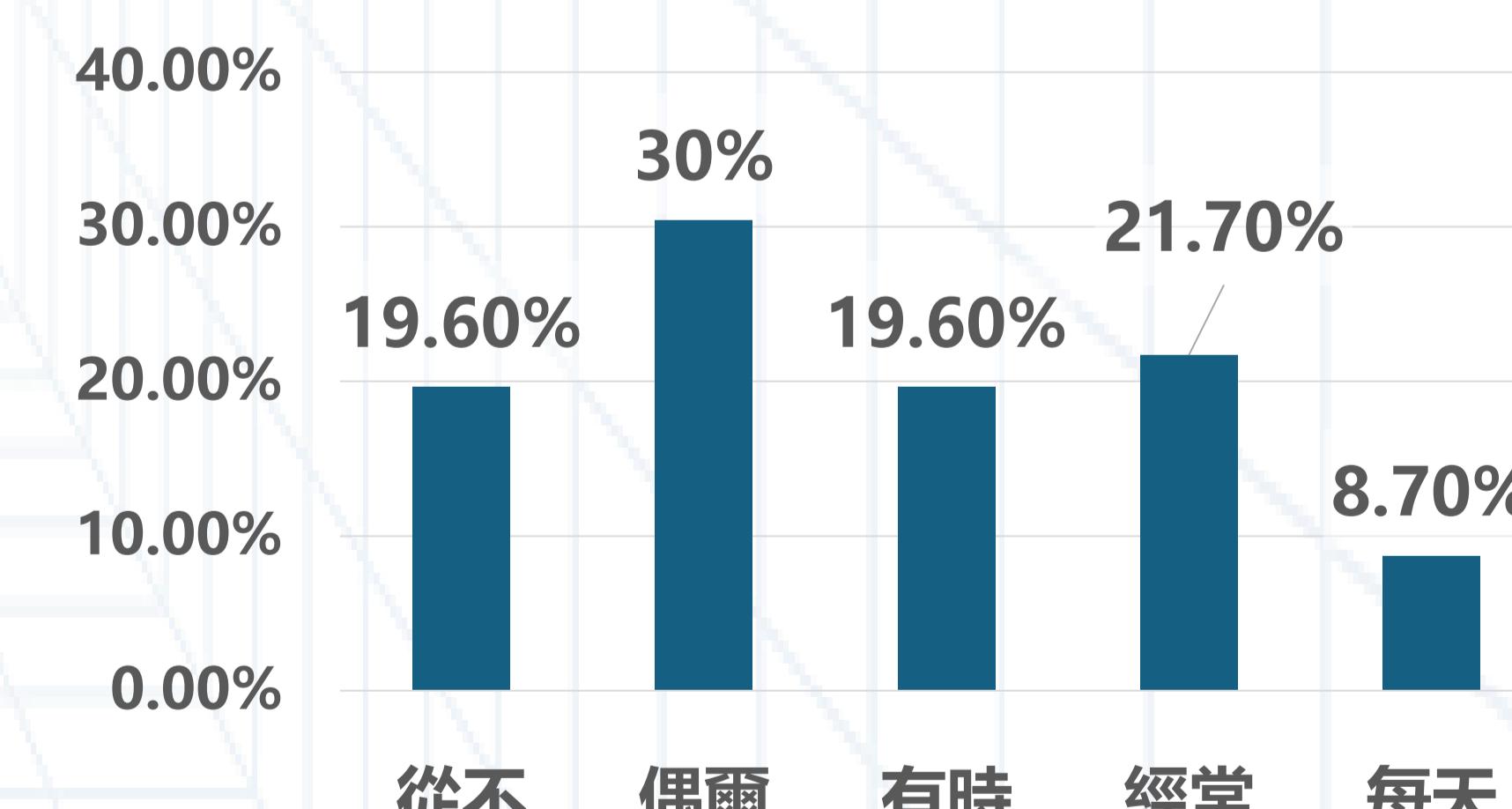


圖8.購買周邊商品頻率

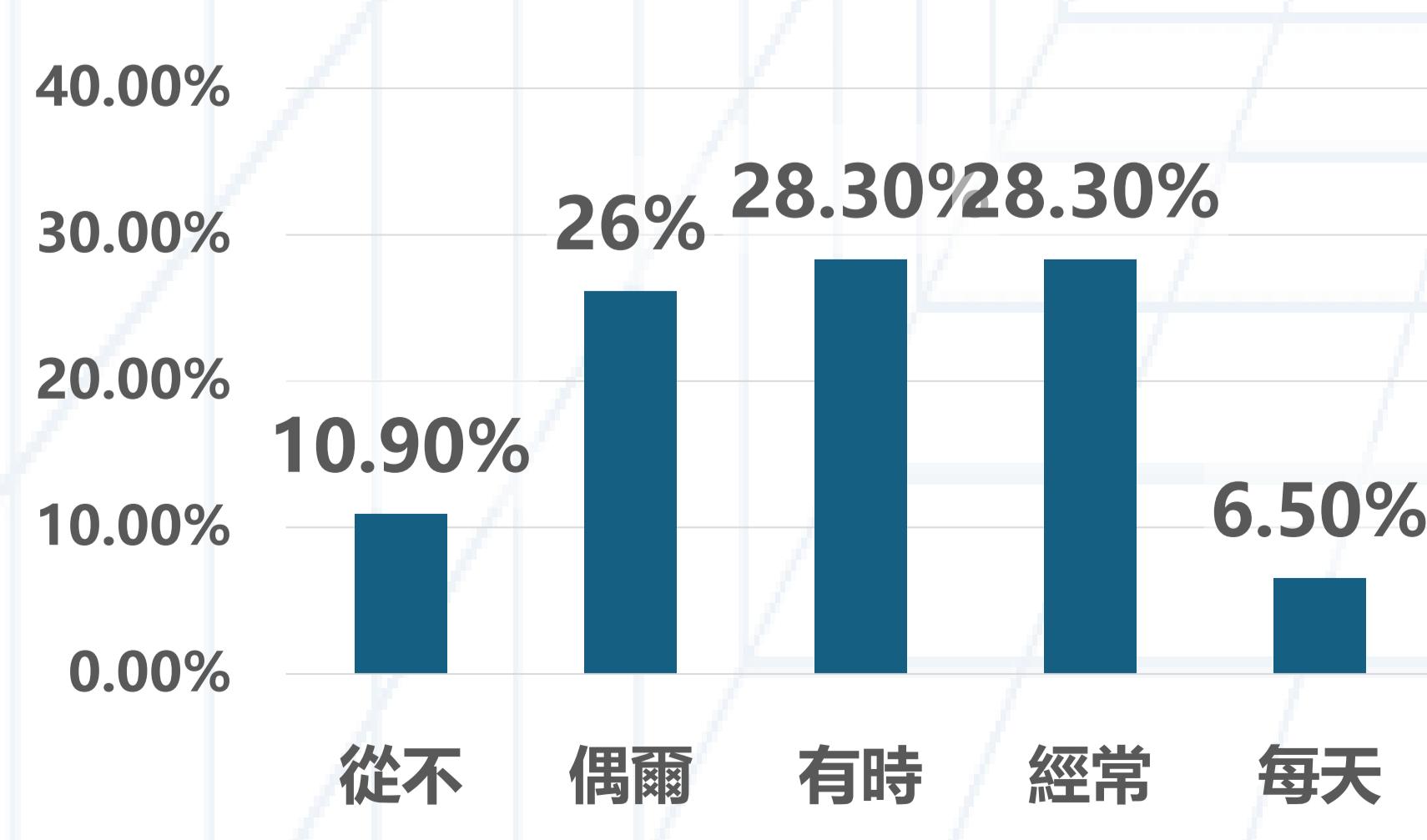


圖9.參與粉絲社群頻率

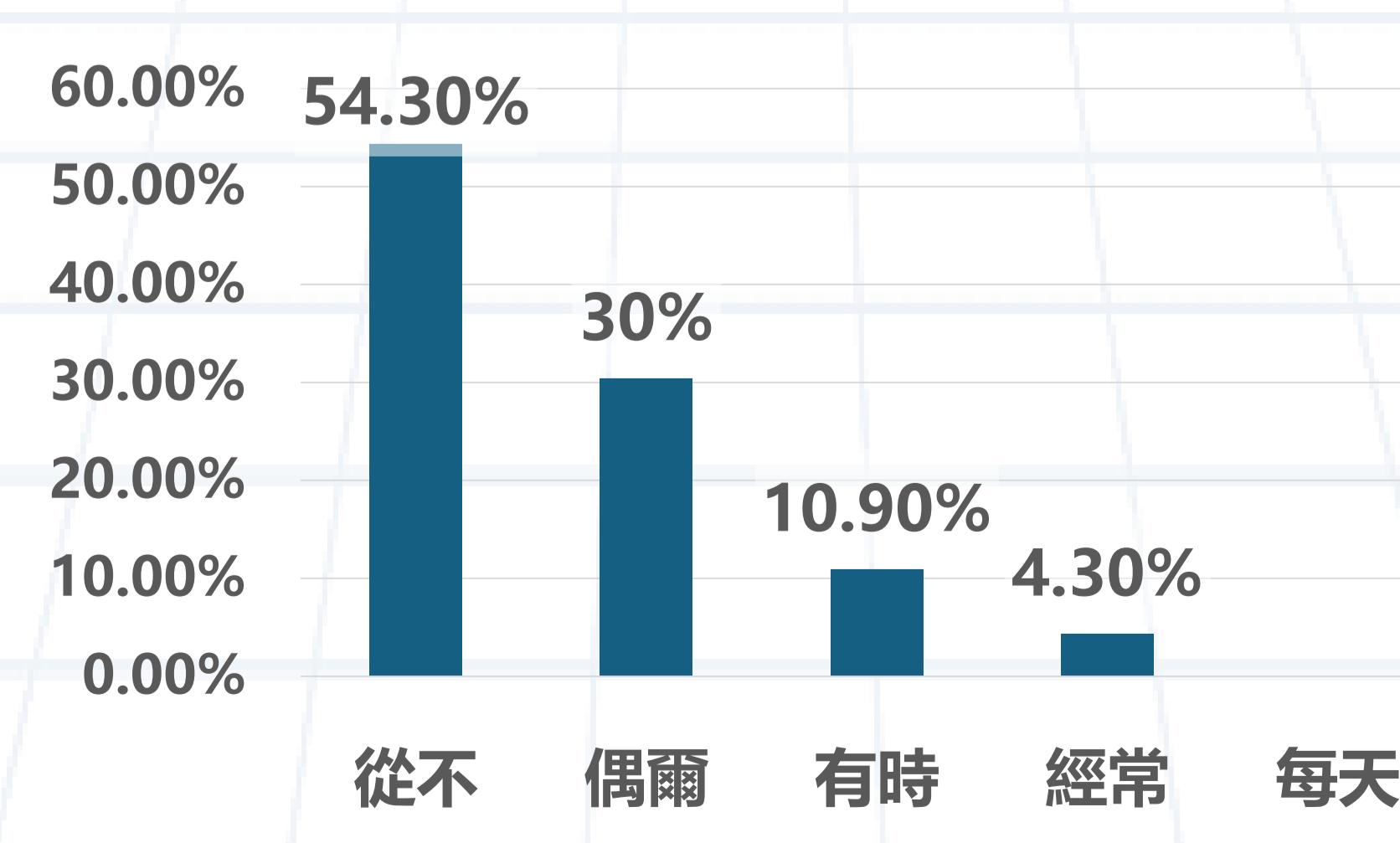


圖10.位偶像發生或辯護頻率

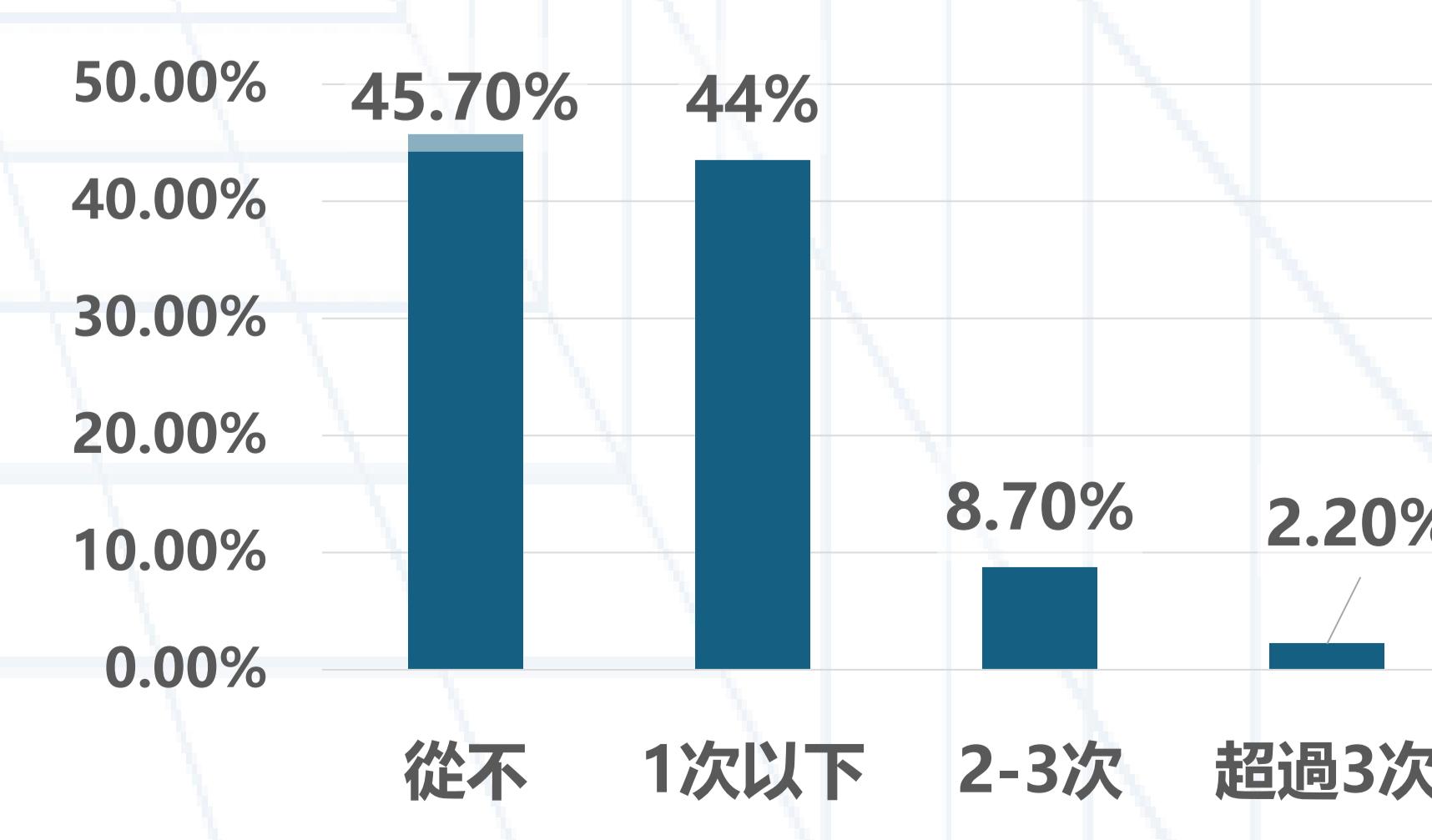


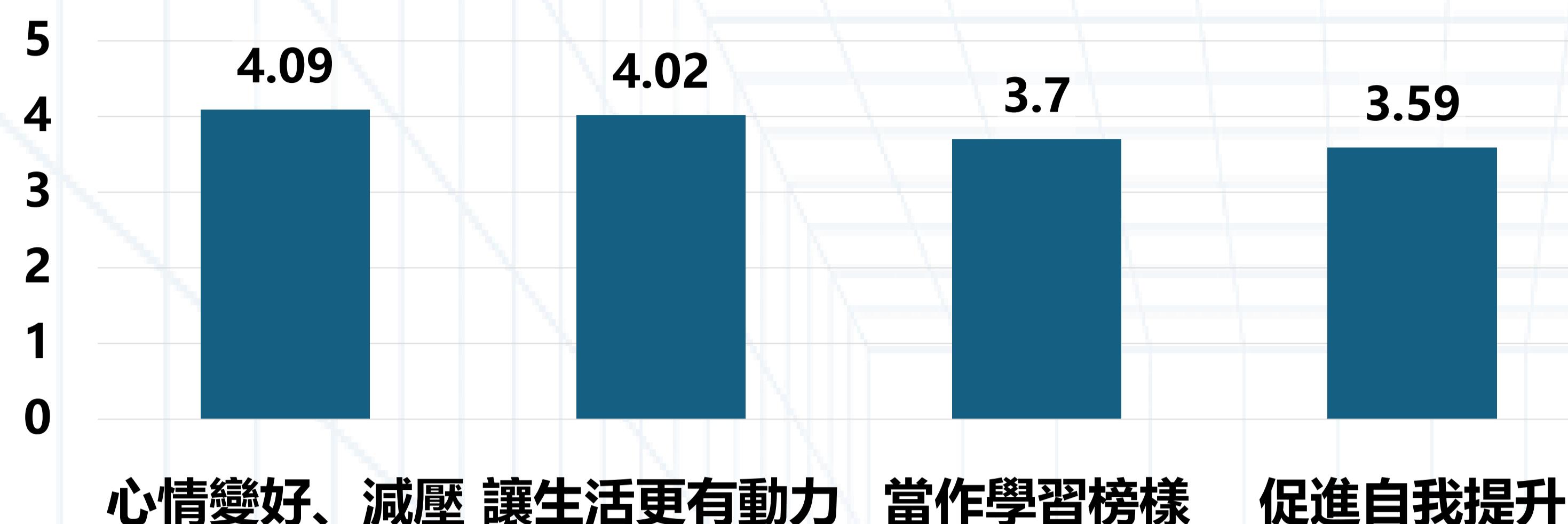
圖11.每年參加偶像活動頻率

# 青少年對於偶像崇拜的心理及因素分析

作者：陳苡帆、廖玟璇、蕭宇樂 | 指導老師：張良蕙

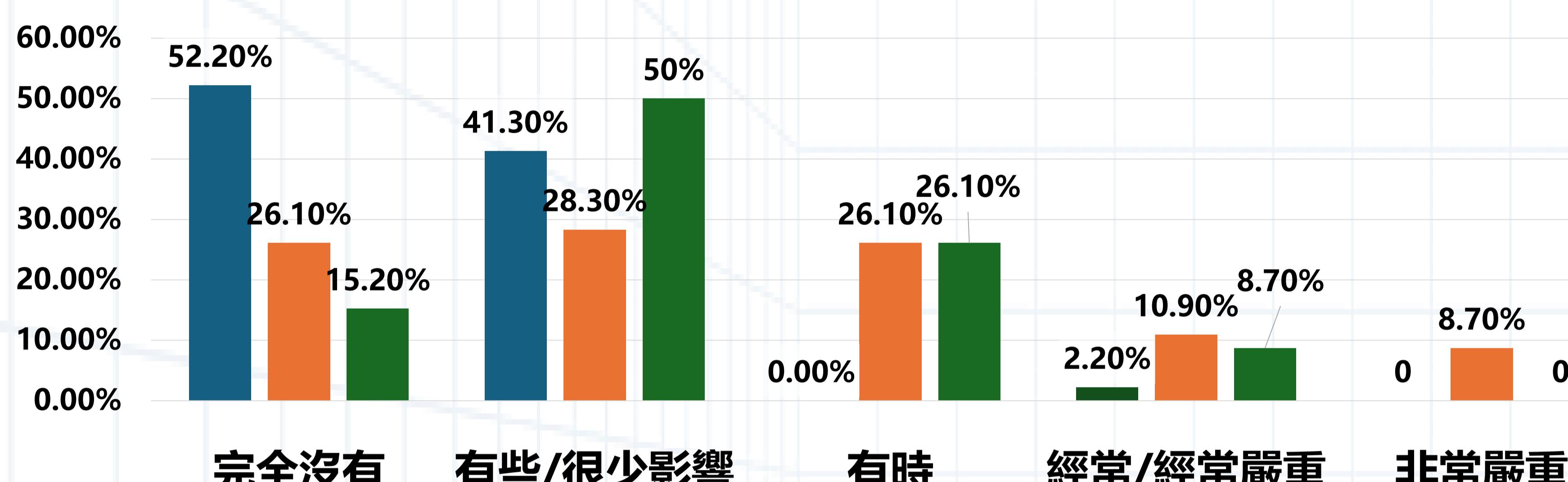
## 四. 研究結果

### (四) 正向影響



- 整體而言，各題平均分數多落在 3.5 分以上，顯示多數受試者普遍同意偶像能帶來正向作用。
- 其中，得分最高的項目為：「心情變好、減少壓力」、「生活更有動力」，顯示偶像在青少年日常生活中具有明顯的情緒支持與激勵效果。

### (五) 負向影響



- 青少年在課業、睡眠與金錢使用方面，整體未受到明顯干擾，多能依自身節奏調整追星活動，僅少數個案出現作息或花費上的壓力，顯示大多仍維持可控與理性的投入。
- 面對偶像的負面評價時，多數青少年僅產生短暫情緒波動，較少出現強烈反應；只有投入度較高者影響較明顯，屬個別狀況，值得後續關注。

## 五. 討論

### 1. 青少年普遍有崇拜對象

追星已成常態，符合青春期尋求認同與情感寄託。

### 2. 吸引偶像的原因多元化

重視外貌、個性、努力精神與價值觀，顯示獨立判斷能力。

### 3. 追星行為大多屬「理性支持」

- 時間金錢投入保持節制，未出現普遍沉迷。
- 符合許多文獻指出：追星與幸福感呈正相關。

### 4. 正向效益顯著、負面影響有限

- 提供情緒支持、動力與自我提升
- 僅少數案例出現：花費過多、作息受影響



## 六. 結論

- **追星在高中生中高度普及，是常態行為。**
- **青少年追星的理由多元，重視外貌，也重視個性與努力精神。**
- **整體行為呈現「理性追星」：能控制時間與金錢。**
- **正向效益大於負面效益：提升心情、動力、自我成長。**
- **若能適度追星，偶像崇拜可成為青少年的重要情緒支撐力量。**

## 七. 參考文獻

- 蔡馨沂 (2011)。偶像崇拜在青少年同儕關係與自尊、歸屬需求之間的角色
- 張芷睿 (2016)。偶像崇拜、自我概念、學業成就與幸福感之關係研究—以桃園市國中生為例
- 舒緒緯 (2019)。國中學生偶像崇拜與消費行為之相關研究
- 陳勝發 (2003)。國中生偶像崇拜之研究 - 以台東市國中生為例