

傳播科技與生活韻律—— 關於研究方法的探討

王淑美^{*}

國立政治大學新聞學系助理教授

摘要

學者討論現代社會時間的加速、標準化、壓縮等特質時，經常將傳播科技放在核心位置。然而，有關傳播科技與時間經驗的實證研究非常少，仍處於初探階段。探討人們實際如何感受時間加速，亦即日常生活中行動和經驗的速度與壓縮，常見的研究方法包括量化取向的時間運用調查，質性取向的民族誌觀察、日記、深度訪談等，本文除了檢討這些方法的優缺點，也提出一研究設計實例，並反思執行的細節及可能的分析方向。

關鍵詞：傳播科技、時間、時間壓縮、研究方法、日常生活

^{*} Email: sw@nccu.edu.tw

投稿日期：2013 年 9 月 9 日

接受日期：2013 年 11 月 6 日

壹、前言：關於時間的討論

利用鐘錶理性規劃時間是現代社會的特色，不同的個體為了能一起行動，必須預先安排時程，並且依照共同的時間標準來協調，社會才得以進行有效率的協作。隨著現代性的推展，社會時間已明顯從自然時間秩序中獨立出來，有另一套運行邏輯。

《更快一點：幾乎所有事物都加速》（*Faster: The Acceleration of Just About Everything*）是 Gleick (2000) 著作的書名，因為精準地描寫了當代現象被廣為引用。從 80 年代後期起，或許因為時空經驗改變的程度加劇，多位學者不約而同提出見解，並將此現象與資本主義及傳播科技的發展緊密連結。Harvey (1989: 147) 指出「時空壓縮」（time-space compression）是「後現代」社會的主要特徵。藉著衛星通訊與便宜交通，私人或公共的決策都可以立即傳送得更遠且更廣，這種彈性和行動力使得跨國分工成為可能，其影響性深入到人們的日常生活：「電子通訊使整個空間像是『地球村』、整個地球像是經濟與生態互相依賴的『太空船』，……時區縮短至只剩當下……我們因而必須學習對應當代時間與空間世界壓倒性地壓縮」（同上引：240）。Harvey 被稱為新馬克思主義者，因為他認為資本主義追求效率、縮短生產流程的需求，是促使傳播科技發展進而時空經驗改變的主因 (Scheuerman, 2001)。

其實，關於社會時間的討論，一直與資本主義的發展緊密連結。從馬克斯（Karl Marx）視「時間」為最常被視為勞動的單位，社會的加速也被等同為資本主義進展帶來的工作擴增。Mumford (1934) 將資本主義對時間的規訓回溯至中古世紀僧侶的作息紀律，Thompson (1967) 指出隨著工業化的擴張，以時計酬的普遍化，資本主義的時間工作紀律也逐漸內化至勞動者的價值裡，並塑造了當代生活形態。Zerubavel (1976, 1982) 承接 Weber 認為時間理性化是資本主義基本精神的看法，考察世界時間的標準化與資本主義的擴張、交通工具的延伸有絕對關係。Thrift (1990) 也考據，資本主義的發展伴隨著分工細化，生產時程不斷縮短，時間紀律伴隨著學校等機構，已經內化成為現代人的時間韻律與生活方式。

除了 Harvey，不少學者約在相同時期也提出相近概念¹。如 Giddens (1987: 398) 用「時空聚合」（time-space convergence）來傳達運輸與傳播科技對於時間

1 除了 Harvey 與 Giddens，多位學者也提出相似關注，如 Bauman (2000) 提出「加速」（speed-up）、「液態」（liquid）為晚期現代性的特徵，描繪人口、金錢、資訊、商品、影像等事物的流動共同建構出全球的「液態」網路。Castells (2010: 491) 指出，網際網路不僅擴大了「同時性」（simultaneity）、提供前所未有的立即性，且打破時間序列的線性關係，帶來「無時間性」（timeless time）。

與空間經驗的影響。他使用「高度現代性」(Giddens, 1991: 25) 來指涉 80 年代後的社會，並指出「越來越複雜交織的印刷媒體與電子傳播媒體科技發展」(同上引) 為其起源。他認為，大眾媒體是由現代性諸多條件共同創造出來的，媒體本身又加深了現代性的特質，且深刻地進入一般人的日常生活，明顯地改變生活形態與作息，將各地發展不一的人們都帶入標準化的工作時程，向都會區集中的工作及生活形態，並加速且加劇了全球化。除了討論資本主義，Giddens 也將現代國家的權力施展視為影響因素之一，例如美國境內的郵政電話系統發展，使國內的時空聚合程度遠勝於國際 (Giddens, 1987)。

「時間就是金錢」是朗朗上口的定律，多數關於時間與社會的討論也特別著重於經濟因素，但 Scheuerman (2001) 認為，科技帶來的同時性與瞬時性不應只從經濟面考量。例如古典政治學理論中認為理想的民主形態是小眾、代議式、長時辯論的審議民主，在當代科技條件下，更快速即時的政治辯論可能取代不必要的審議遲緩，公民可取得公開資訊並跨越時空橫向聯繫，直接民主似更有可為。因此，加速現象確實應與文化、社會等其它面向的影響一起考量。傳播科技如手機、電子郵件等，的確提供了橫向聯繫、細部協調等功能，只是在科技與社會共同演化的過程中，新的文化、標準、需求也一起衍生。

Rosa (2003) 也認為，西方社會為首的加速現象不應只有經濟因素，還有文化與結構面向：文化面向指的是現代社會的文化價值，追求「滿」的人生，也因此帶來生活腳步的加速；結構面向則是因為社會以政治、科學、經濟、法律等任務分工且高度複雜化，使得結構的更替更加快速並刺激了社會變遷。Rosa 提出三個分析層次來討論西方社會的「加速」現象：第一是科技加速 (technological acceleration)，交通與傳播科技的加速縮短旅遊傳播時間都歸此類。第二是社會變遷加速 (acceleration of social change)，相對於第一類是社會內元素的加速，第二類則是社會本身的加速，包括各種美學、政治、規範、科學或認知，亦即文化與結構等各面向的更替。第三是生活步調加速 (the acceleration of the pace of life)，指的是日常生活中行動和經驗的速度與壓縮，以及明顯的時間壓力。

Rosa 提出，常見的解讀認為是資本主義與科技的發展，帶來社會整體與時間經驗的加速，也就是把第一種與第三種加速相連結。但若第一種加速帶來傳播與運輸的省時，應該會帶來空閒時間的增加，何以反而導致匆忙的經驗？例如 Rifkin (1987: 19) 寫道：「現代世界的高效率運輸、瞬時時間、省時科技應該讓我們從時鐘的支配中解放出來，讓我們有更多的休閒。然而時間好像永遠不夠。我們有的時間是被切成碎片，每塊都填滿了前置約定和計劃。」在臺灣，行政院

主計處（2005）時間運用調查也發現，當一天結束時，臺灣 15 歲及以上人口有 20.59% 自覺「總是」或「經常」無法完成預先想要做的事情；有 23.34% 自覺「總是」或「經常」沒有足夠的時間陪伴家人或朋友；有 24.64% 自覺「總是」或「經常」有時間的壓力，其中約 1/3 的 15-44 歲受訪者認為常有時間壓力。

Wajcman (2008) 批評，學界關於時間的理論雖多，但如何將時間的抽象理論聯結到真實生活經驗需要更多實證研究。Rosa 將加速現象概念化，並提出有助於實證研究的區分，他建議欲研究傳播科技與生活韻律的關係，應從第三種加速，也就是生活步調的改變切入，可從主觀和客觀面檢驗「生活步調」：主觀面是瞭解個人對於時間的經驗，包括時間壓力、感覺緊張等，客觀面則是從實際的時間配置，以及行動的壓縮或多工來測量。

Shove (2002) 指出，人們求助於資訊傳播科技（the information and communication technologies, ICTs）來解決時空問題，但每人都使用科技的結果，也使得個人的時間更加瑣碎，互相協調難上加難。這種動態的互動過程，逐漸改變並重新定義了「常態」生活。這個「常態」反映出社會認可的價值、義務、尋常與不尋常、以及社會的秩序。本研究著眼於 Rosa 提出的第三種加速，也就是生活步調的加速，並且特別關注研究方法的探討。若能從日常生活使用 ICTs 的經驗，瞭解傳播科技與生活韻律的關聯性，我們得以一窺加速邏輯下的新常態生活，以及所其反映的社會意義。

貳、傳播科技與日常生活

Snow (1987) 指出，媒體透過三種方式，形塑了個人與社會每天的韻律與節奏：一、使用媒體並維繫規律的行為，每天行動韻律與節奏是透過與媒體間有計畫且規律的互動來組成與標明的。二、媒體退入背景，卻是維繫韻律與節奏的依據。三、將媒體的韻律內化至日常活動當中而不自覺。Snow 給實證研究的啟發在於，欲討論傳播科技與生活韻律的關聯，應該直接切入日常生活中使用媒體與其他傳播科技的種種細節，包括有意識與無意識的舉動。不少前人研究也與 Snow 的看法相呼應，如 Hobson 研究電視節目在特定時段播出，成為人們日常的習慣與例行公事之一，與其他活動相交融與協調，形成一種「時間帶」（time band）（Hobson, 1982: 115），但各家庭都因其特定的情境與媒體科技協調出不同的時間韻律。Moore (2000) 研究 BBC 廣播節目與英國家庭生活作息交互影響，使得皇室、宗教與國家的韻律都內化成韻律與價值的一部分。這些都呼應了第一種關係。

Bausinger 重視媒體的儀式性意義。人們常常不經意地選擇適當媒體作為維繫韻律，例如洗車、園藝、用餐的時候都可能聽著廣播或開著電視，即使並未專注於媒體的內容，還是習慣其陪伴。例如某些人一回家就打開電視，未必認真看其內容 (Bausinger, 1984)；有人在下午茶休息時間一定打開廣播，廣播內容並不重要，但是讓下午茶時間更加有趣 (Silverstone, Hirsch, & Morley, 1992)。這些都與第二種形塑有關。Bausinger 認為，日常生活中不可能只用一種媒體，而是多種媒體交互使用。

發表於 1987 年，Snow 的指涉對象以雜誌、廣播、電視等媒體科技為主，但關於媒體韻律內化至日常生活的現象，在電腦時代可能更加明顯。例如 Rifkin (1987) 指出，電腦時代來臨使西方文明對效率的追求達到新高峰。電腦科技並改變了我們對時間的概念，也改變了思考自我與周遭世界的面向。網際網路伺服器永遠開機，隨時隨地可以近用，任何時間都可交易，卻也使人們的工作時間無限延長至每天廿四小時，打亂工作與休閒的界線 (Lee & Liebenau, 2000)。正如 Negroponte (1995: 195) 傳神地描寫：「電子郵件是一種衝擊我們工作與思考的生活方式，特別是改變了工作和遊戲的韻律。朝九晚五、周間五天工作而周末兩天休息的周期變了，工作和私人的訊息混雜，周日也變得跟周一沒什麼兩樣。」因此，在當代跨媒體、跨載具的時代，討論傳播科技對時間經驗的影響更具有挑戰性。正如 Tomlinson (2007: 102) 所言，手機成為新式「終端機」(terminals) 的發展，正是為了與人們生活日益增加的移動性相結合。

瞭解日常生活中各種傳播科技交織使用的情形，這些實踐與生活韻律的關聯為何，是研究科技與生活韻律的一個重要的切入點。常見方法包括電腦記錄檔分析、時間運用記錄、以及調查法等。使用電腦記錄檔分析，可以精確掌握在電腦上的活動時間，例如用臉書同時又上了哪些新聞網站、看影片，但無法瞭解除了電腦以外的傳播科技交替使用的情形，也無法瞭解人們如何經驗或感受忙碌。行政院主計處不定期進行時間運用調查，其研究方法是請受訪者自述或記錄一天廿四小時各種活動的時數。以網際網路使用為例，這類調查可整理出網路經常使用者的人口學粗貌，但有三大限制：一、未考慮網際網路本身是多種科技的複合體，「上網」一詞包含搜尋、瀏覽、聽音樂、看網路電視等等多樣化的活動。二、使用網際網路時經常是一心多用，例如一邊上網、一邊看電視、一邊講電話，因此回報的時間數未能反映出真正的網路使用時間。三、無法瞭解網路使用與生活中其他活動交織的情況。

又如美國時間運用調查學者 Robinson 從 1965 年起在大型調查中問：即使只是做一些該做的事，你是否總覺得／偶爾／或從不覺得匆忙？18-64 歲受訪者回答感覺總匆忙的比例從 1965 年的 24% 上升至 1992 年的 32%。許多調查也發現，人們覺得休閒時間變少，並指出美國人花越來越多時間在工作上。這屬於受訪者對於時間經驗的主觀認知，但實際上工業國家的工作時間並未明顯增加，Robinson & Godbey (1997) 發現，1965-1995 年間美國人一邊抱怨越來越匆忙，實際上休閒時間是增加的。

也有人認為忙碌的感受是因為雙薪家庭增加，兩性都投入職場後，面對工作與家庭的責任，因此感到時間稀少、生活匆忙。但實際調查發現，兩性投入工作的時數其實並沒有太大差異，因此時間的匱乏感受並不只在於實際投入的時間「數量」。因此，對於時間匱乏、匆忙的感受，除了涉及時間的量以外，還須考慮時間的質。時間的質難以用量化方法探討，因此仍以質性方法為主流。已知文獻多採取觀察法、記錄法與訪談法等方式。

- 一、訪談法：Southerton 作了一系列跟時間運用有關的研究，雖不針對資訊傳播科技的影響，但討論忙碌感受的成因。例如 Southerton (2007) 訪問英國 Bristol 郊區的廿個家庭，包括單身、夫妻、有與沒有小孩等成員組合，年齡介於 25-65 歲間，包括雙薪、專業與退休人士，約訪的方式是在最貴與最窮的街上投遞信件，徵求訪談的對象。訪問題目包括「是否覺得社會整體來說比過去壓力更大」，「是否覺得時間壓力大」，「上週是否有覺得時間壓力大的時候，情況為何」，「請描述平常如何安排時間」。在該研究中，受訪者指出難以協調的困難也是感覺忙亂的主因，而他們因應的策略包括：固定家庭的慣例，列出任務清單、排出優先順序，與家人分享日記或行程表等。
- 二、觀察法：可以回溯到 1980 年代英國文化研究學者進行家戶內傳播科技的使用研究，由研究者到受訪家庭內觀察並記錄。此類的研究優勢在於可瞭解傳播科技在日常生活情境下交替使用的情形，也可理解受訪者的想法與感受，但限制在於外人進入家庭內扮演的角色，一來觀察者難以 24 小時持續觀察受訪家庭各成員的生活，受訪家庭成員也難以在外來觀察者的凝視下自在活動。
- 三、日記法：Gauntlett & Hill (1999) 在 1991-1996 間蒐集 427 位英國人記錄自己每天收看電視的生活細節。這由一個大型研究計畫的經費支持，其問題在於跨時長、退出率很高，難以要求每位記錄者都持之以恆如實地長期記錄。

這些方法經常在實證研究中被綜合運用。如 Frissen (2000) 在荷蘭的研究，訪問了七個有小孩的雙薪家庭，以及一個有小孩的單親家庭，家長多為高等教育程度的受薪者。訪談對象包括所有家長，每次歷時約一個半至兩個小時，所有的對話都打成逐字稿並透過紮根方法來分析。他們發現，當描述與科技的關係時，女性常常說自己「不是那麼科技的人」。文中引用一對夫婦的對話，丈夫說「像今天假日我就想在家休息一下讀讀報」，太太則說「我就沒有那個時間」、「我要打掃、整理花園、洗衣，做這做那的。」傳播科技在生活中的確提供了彈性和更高的掌握，例如「誰先去接小孩就用手機聯絡一下」，不過也因為媒體科技就在日常生活中隨處可見，受訪者很難清楚表達科技與傳播需求的關聯。

Nansen, Arnold, Gibbs, & Davis (2009) 記錄澳洲墨爾本地區五個典型家庭。此處是指父母與小孩住在墨爾本市郊有房子的家庭。研究者交給他們自我記錄的一套工具內包括：可標明來源和目的地圖，可記錄科技的使用者與頻率的彩色標籤，用來隨手拍下日常使用科技情況的照相機，每位成員一本日記及一本隨手記事與繪圖的素描本。為期三年間在日常生活中使用資訊傳播科技的情形，他們所發現的現象在傳播科技普及之富裕社會可能極為普遍：生活中無時無刻有多種媒體科技同時且持續地傳遞內容，人們對工作時間的延長感到挫折，卻又慣性地需求這些科技。本文的研究設計也嘗試綜合觀察法與日記法。細節在研究方法的部分說明。

參、ICTs、家庭與女性時間

Lewis & Weigert (1981) 提出現代社會時間的三大特質：鑲嵌性（embeddedness）、階層性（stratification）與同步性（synchronicity）。時間的鑲嵌性表現在人的壽命、事業、機構的時間表和個人計畫等等各種世俗活動上。因為每個人都同時屬於多個社會團體，時間通常是極複雜的劃分與交集。從家庭的角度來看，將工作帶入家庭是把外來的「時間政權」（temporal regime）(Kaufman-Scarborough, 2006) 移入家中，因此個人必須整合、協商工作節奏於家庭生活之中。她發現，當前工作與家庭的界線已經模糊化。之前研究指出，ICTs 使得個人花在工作上的時間更多了，在家工作不僅迴避了家務需要的時間、也使得個人的休息時間減少。但 Kaufman-Scarborough (2006) 發現，同樣須兼顧工作與家庭的責任，或是在家處理工作，兩性的感受卻有明顯差異。

ICTs 能轉化空間的意義，卻難以扭轉兩性在家庭的角色。Osnowitz (2005) 訪問美國居家工作者（包括作家、編輯、程式設計等）的工作歷程、每天生活、工作與家庭工作的分配策略，以及對在家工作的看法等，其中女性還是傾向負擔起多數家務，並且為了照顧小孩使得工作時間零碎化。女性必須應付更多的性別期待，因家務為其自然的責任，專業工作的部分常被忽略。相對的，男性居家工作者就可以安心在家工作，不易因為家務而分心。Forsberg (2009) 對於瑞典雙薪家庭的研究也得到相似結果。這些研究顯示，兩性在家務分工的地位仍不同，女性感受比男性更多的責任與時間壓力。

Southerton & Tomlinson (2005) 比較 1985 與 1992 年兩波英國健康與生活形態調查 (Health and Lifestyle Survey, HALS) 資料，七年之間回答「感受到時間壓力」的受訪者明顯增加。與人口背景資料比對，又發現性別是最顯著相關的因素：相同職業的兩性之間，女性總傾向感受到更高的時間壓力。由於女人須兼顧家庭責任，配合小孩的作息，女性對於生活步調加速的感受也更加明顯 (Southerton 2007, 2009)。尤其職業婦女，必須在家庭、公司、孩子學校之間穿梭，趕每個組織的時間點，過著像是有十八般武藝的「雜耍型生活」(juggling lifestyle) (Thompson, 1996)。

針對時間壓力，Southerton & Tomlinson (2005) 提出三種有用的區分。第一是實質沒時間，肇因於需要完成任務的時間「量」不足；第二是時間失序，因為彈性工時、作息各異，與他人協調困難；第三種是時間密度太高，有限時間內要做太多事情，以至需要多工並進或一心多用。換言之，三種造成時間壓力的類型分別是沒時間、沒共同時間、以及忙碌時間。但是如果與廿世紀初相比，當前的整體工作時間並未比過去增加，但緊張和焦慮的情緒不減。因此更可能造成忙亂的因素是後二者。Bittman & Wajcman (2000) 檢視 OECD 國家女性休閒時間，發現女性的休閒經常是零碎的，必須在照顧孩子及許多其他無償工作之間斷斷續續地進行，男性在家裡經常得有一整塊完整的休閒時間。對照 Southerton & Tomlinson 的研究，缺少完整的休閒時間，可能是「時間不夠」的焦慮來源。

Couclelis (2004) 提出網路使行動零碎化 (fragmentation of activities) 的概念：ICTs 容許人們將行動拆解至不同的時空中進行。最常見的例子是購物，原本上街購物的行動可拆成多次上網查價比價、手機與朋友確認款式、下單、然後等候快遞，這些零碎化的動作可以分時、分地進行。延續零碎化的概念，Hubers, Schwanen, & Dijst (2008) 分析荷蘭都會區購物者使用 ICT 與行動零碎化的關係，卻發現非科技因素影響比起是否使用科技來得高，例如養育幼兒的家庭休閒活動

最零碎。Schwanen, Dijst, & Kwan (2008) 認為這樣的研究結果並不令人驚訝，因為科技本來就是與其它因素，例如社會規範、人的生命歷程等等，一起成為影響生活中活動的力量。

Jarvis (2005) 認為，多數關於加速社會、時間緊迫的文獻都歸因到資本主義對於工作時間的要求，以及傳播科技使得時間感加速。但其實時間韻律在各地可能不同，實際上人們的生活有許多結構性的條件（materially embedded infrastructure）影響了時間的感受，研究者應該實際去瞭解人們的生活情況，也就是加速經驗的情境因素。他選擇在倫敦中央地區和外圍的城市進行 20 個訪談，這些家庭有共同點：異性雙親家庭、有小孩、幾乎雙親都在工作，但工作時間、次數和職業有多元性。受訪者關注於生活中的難題，包括住的負擔、照護幼兒的人力、交通阻礙和學校選擇等等。

上述與時間感受、科技與家庭相關的研究都指出兩個重點：一、女性因家務分工，似比男性更易感受到時間壓力；二、討論傳播科技與時間感受的關聯，應瞭解在日常生活中科技與其他活動交織的情形，因為傳播科技並非影響生活韻律的單一原因。

肆、研究設計

受上小節文獻的啟發，本文從女性的角度來探討生活韻律，並且將傳播科技放在日常生活的脈絡下來進行研究。本研究採取多種方法探討網際網路在女性日常生活中的使用、與時間韻律的關聯性。第一階段先招募年齡介於 18-25 歲的女大學生或研究生擔任受訪者兼訪員。受訪者先經過初步面談，瞭解其家庭成員、居住地點及家中是否使用網路，以及暑假能否至少與媽媽共住一週。由於女性在臺灣常被賦予不善使用科技的刻板印象，聚焦在女性使用者可望一探此現象。

訓練訪員時，我們先分批為受訪者講解記錄的方法，先以自己與室友為對象試作記錄，寒暑假時再記錄自己跟媽媽的生活。受訪者不僅需記錄自己的作息與使用網路的時機、場合等，也需記錄家中其他成員使用傳播科技的情況與生活作息，並順手拍下使用傳播科技的照片。記錄的主題不限於某一種傳播科技，因為我們認為傳播科技在日常生活中是交互使用，且與其他活動密切交織。若只側重特定科技，恐有見樹不見林之慮。訪員記錄期間需長達一週，至少需完成自己與母親平日、假日各兩份記錄，一共八份。此設計避免了陌生觀察員在家的尷尬，由於記錄者受過訓練，可提高回收資料的品質。

訪員除了做文字的記錄，還需填作息表格。此表格乃從 BBC Daily Life 調查的表格簡化而來，側重日常網路與手機的使用，並容許記錄者新增項目。BBC Daily Life 是針對成年女性、男性、4 歲以上未成年人設計不同的表格。以 2002、2003 年調查為例，5,212 份回收資料中七成來自 PDA 記錄資料，其餘來自傳統紙本，表格為 24 小時制、每 30 分鐘劃一欄位。有鑑於本研究目的不在量化統計出大眾的普遍作息，且 BBC 所設計的活動項目也不適合臺灣，因此大幅地簡化並改造其內容。

日常生活記錄表格（附錄一）是由研究者與多位研究助理共同試作、討論而後定案。三位研究助理為受過社會科學研究方法訓練的碩士生，他們試著記錄由研究者草擬的記錄表，指出可能有的疑問、難以歸類之處，再予以修正。另外，記錄表不限定某種傳播科技，也包含其他活動，以期探討生活中活動相互交織的情形。橫向欄位為時間欄，從早上七點到隔天早上六點；縱向欄位為活動欄，分 ICT 媒體與工作、休閒、通訊、家中活動、運動、外出活動等六大項，除了所列細項外，每一大項都附有「其他」欄，方便記錄者說明。

伍、研究反思

此研究獲得大量的實證資料，包括日常生活記錄表、日常生活記錄及照片等三大部分。在此小節，研究者將針對此研究方法提出反思。

一、徵選訪員

研究者先透過任教單位的公告系統徵求訪員。公告中寫明：「需要徵求 18-25 歲之間的女學生擔任觀察員，記錄自己與母親的日常生活，幫助我們瞭解當代社會中，女性與資訊傳播科技的關係。」我們原先認為學生們就讀同一所大學方便集體訓練，暑假時學生回到各自家鄉，如此得到的生活經驗就不僅限於特定都市與校園。

然而，可能因為徵求途徑、主題、數位落差等關係，多數應徵的訪員都來自臺灣西部都會區中上家庭，於是又循管道請師長介紹藍領背景或家居東部的原住民學生協助。徵求報名表中，除了要求訪員填上個人聯絡資料，也包括父母親年齡、職業、學歷及家庭經濟情況等欄位（附錄二）。統計收到的 30 份報名表中，8 位住在臺北市，13 位自認家庭經濟情況從是「低收入」「普通」「小康」到「富裕」中的「小康」。母親年齡最輕者為 43 歲，最年長者 61 歲，約八成集中在 45-53 歲之間。有填母親學歷者分布情形如下表 1：

學歷	國中	高中職	專科	大學	碩博士
人數	1	9	8	7	2

表 1：記錄者母親學歷分布情形

資料來源：本研究整理。

為避免資料過度集中於都會中產階級，再透過師長尋找認識的學生來擔任記錄者，特別是藍領背景或是臺灣東部的原住民家庭，以期使資料能夠反應更多元社經與文化族群的經驗。但是有些訪員回家跟媽媽解釋這份工讀的目的及內容時，就發現這份表格的內容難以描述被記錄者的生活，「這是適合都市上班族的、這些活動跟我的生活都沒關係」。

這也凸顯了研究的限制，其一，關於傳播科技無所不在的印象，是否過度集中某些族群。**Couldry (2005)** 曾整理三種關於社會對於媒體的想像：一是「功能論」，認為媒體存在於社會上有許多功能，例如可以促進公共溝通、穩定社會秩序等。二是「中心論」，認為媒體是討論社會現象的中心，當代人們的生活也是以媒體為中心。第三是「懷疑論」，認為媒體無端攪亂社會活動。他認為這三種都過度假設，研究應該回到個人如何選擇媒體、媒體如何與生活中其他活動關聯，也就是回歸到媒體在日常生活中的位置。當研究者將視角完全集中在媒體身上，容易忽略其他面向，誇大了媒體的重要性，例如衍生出媒體科技進展帶領生活步調的歸因。在我們進行研究前，可能也過度聚焦在網路與手機上，將之視為現代生活必需品。

其二，承襲英國文化研究傳統，**Silverstone** 的馴化理論強調，同樣一種科技在不同社會、個人會有不同用法，即使是同一人在不同生命階段、使用情境下，也有不同用法。我們一方面不希望資料來源過度集中於都會區中產家庭，但是也發現所設計表格未必適用於非都會區使用者。這樣的限制可能需再細分不同的生活形態，設計出相符活動的表格，以更多的實證研究來彌補缺憾。

其三，由於資料包括訪員自我日記及觀察媽媽記錄兩部分，可以發現兩者有明顯差異。自我記錄的部分包括更多細節、當下心情及感想等等，觀察媽媽的部分相對簡略許多。有些訪員請媽媽轉述，例如媽媽去上班時的情況，在下班回家後再陳述給女兒；也有些訪員因為跟媽媽一起活動的時間很長，便把日記與觀察記錄寫在一起，變得難以區分。而本研究設計是希望不要干擾到受訪對象的自然作息，但也有訪員寫道：「媽媽知道這是最後一份記錄，很高興地說終於解脫了」。可見觀察研究要完全不介入平常生活是非常困難，只能勉力為之，而日後研究若能加入深度訪談的部分，或可補足女兒對母親記錄不周的缺憾。

二、時間記錄

Ellegård & Cooper (2004) 指出，每日生活看起來非常簡單且每人都有經驗，但是當學者想要從某個角度進行有系統地探索時，卻發現日常生活的複雜性難以處理。個人、家庭和社會經濟群體在興趣和活動類型上的差異超級巨大。因此許多嘗試分析的方式，最後都流於過度簡化。

這也是所有時間運用研究所遇到的難題。在文獻中提到，過去時間運用資料被批評為過於簡化，無法窺得日常生活的全貌，尤其若研究焦點聚於特定媒體科技上時，便無法理解該科技在生活中的位置，以及與其他活動的相互關係。但是擴大視角可能會使得資料過於雜亂而難以分析，例如在本研究收集到的日常生活記錄表中，包含 ICTs 使用，以及生活中的其他活動，照片及示意圖呈現家庭中使用科技的空間分布，觀察日記則有使用的細節和心得，提供使用的脈絡。如何將這些資料有系統地分析是一大挑戰。

Lauer (1981: 28-35) 提出五個有用概念來探討工作場合的時間條理：韻律（或週期性）、節奏、同步（時機）、歷時與順序（rhythm or periodicity, tempo, synchronicity or timing, duration and sequence）。Fine (1990) 以餐廳為實例來衍伸：韻律指的是行動週期性，例如餐廳工作以用餐時間最忙；節奏討論行動速度的快慢；時機是看相互協調以同時進行，例如這程序與哪個並行最適宜；歷時指的是完成某行動需時長短，例如完成烹飪菜餚的時間；順序則討論適當的先後秩序。

若把上述時間概念運用到傳播科技與生活韻律的主題中，我們可試著從實證資料挖掘以下問題：

- （一）韻律：使用傳播科技的韻律週期，例如，工作日、假日的使用方式是否有差別？什麼時候是使用的尖峰時間？
- （二）節奏：使用傳播科技的節奏感是否有差異？如：同樣是聯繫管道，發 email 或網上留言可能都比不上打手機迅速。等待電視播出某則新聞，跟上網直接搜尋，其節奏感也有所不同。
- （三）同步：使用傳播科技時通常與哪些行動一起發生？例如資料中顯示工作、家事時伴隨著廣播，用餐時開著電視，邊上網邊與人聊天也是常見的情形。而且使用者經常同時使用多種科技。
- （四）歷時：不同科技的歷時性為何？例如手機簡訊每傳一通費時很短，但使用者可能花好幾個小時專注在與朋友間的簡訊往返。
- （五）順序：傳播科技的使用通常是整合實踐，是否能從資料中拆解實踐細節中的先後順序？

本研究中的日常生活記錄表並未著眼於很精確的時間記錄，但從中確實可以獲取使用傳播科技與時間之韻律、節奏、同步、歷時與順序的線索。佐以日記資料，便可更進一步瞭解使用內容與使用者的心情、環境、個人背景、家人互動等重要情境因素的關係。

例如從訪員日記中發現，由於暑假中對學生而言並無假日與工作日的差別，使用傳播科技的韻律跟週間或周末關係不大，但跟當日是否外出活動有關。通常獨處、用餐的時候，同步多工的情況也越明顯，工作、娛樂與通訊活動同時進行，每項活動歷時不久，但可能一整天都是掛在網路上。多位訪員們的一天是在手機鬧鈴中開始，隨後打開電腦，查信箱、看臉書、掃描入口網站的新聞標題，邊看邊吃早餐，許多時候打開網頁的順序也有既定流程，形成生活中的慣例。從日記中對不同媒體科技的描述，也區分出科技節奏的差異，例如報紙新聞的節奏可能比網路還快：

覺得報紙跟網路新聞的不同是，網路新聞雖具有快速更新的特點，但網頁通常有廣告，版面看起來感覺比較雜亂。因此還是喜歡先看報紙、瀏覽大事，上網無聊時再看網路新聞。我都是在吃早餐時一邊閱讀報紙一邊與家人討論時事，會與媽媽一起聊娛樂版（編號 24 訪員記錄）。

記錄中的媽媽們很少透露出自己「很忙」或覺得「有壓力」，但是可看出媽媽與傳播科技的互動是在家事、接送家人及工作的空檔進行。例如一份訪員（編號 10）的記錄中描述，媽媽五點起床後與爸爸去作運動，之後開始瑣碎的家事，邊看股市節目邊吃早餐，載哥哥去補習順便去上班，擔任兼職清潔工。中午返家，午餐邊看電視，卻是被收曬衣服的動作屢次打斷。晚餐全家一起看電視的時間，媽媽則是忙著煮菜、洗碗、切水果，最後才邊拖地邊看電視的方式參與討論劇情。由於媽媽可能不會透露自己的心情，研究者需要更仔細詮釋資料才能理解其生活情境。

三、數位落差

時間是文化的，時間感受因生命階段、社會角色等有所差異，除此外，傳播科技對於生活韻律的影響還須考量物質條件，畢竟舉凡廣播、電視、網路、手機等，背後涉及複雜的支援系統。Silverstone (2005) 認為傳播科技構連私人與公

共領域，能藉著科技納入現代社會能獲得更多機會，若無法透過傳播科技參與網絡，可能形成社會排除。從所蒐集的實證資料中，還可朝以下方向來思考數位落差問題：

- (一) 地理：約 1/3 訪員來自臺北市家庭，這些訪員在居家、通勤、上學時，都處於高密度的無線網路服務中。其他來自非大臺北都會區，包括位於西部都市、鄉鎮及東部如宜蘭、臺東等地的家庭，其傳播科技與時間韻律的關係，理應受到城鄉科技條件與生活型態差異的影響，研究者可試圖從實證資料中比對。
- (二) 階級：從日記中可以瞭解訪員家庭中成員的生活作息，互動關係，從照片中可以瞭解科技的空間分布，由誰使用，以及被賦予的任務。在布迪厄（Pierre Bourdieu）的生活風格與品味區辨研究中，階級是分析消費與實踐的關鍵。生活韻律與職業、階級也密切相關，研究者可從經濟面向切入，瞭解階級因素之於傳播科技使用的影響，包含使用者對於科技之物質與象徵意義的詮釋。
- (三) 世代：研究設計邀請女兒觀察他們的母親，即著眼在世代比較。從資料中可以看出學生與主婦／職業婦女的生活情況不同，使用傳播科技的習慣與韻律也有差異，年齡與科技技能是關鍵影響因素，但也有不少精於使用傳播科技的母親。

從所搜集的記錄中，可以發現很多時候女兒對於母親的低網路技能感到不耐，認為怎麼解釋媽媽還是不懂。但也有些訪員呈現出跟刻板印象不同的記錄，如網路技能未必受限於學歷、城鄉差距、職業階級，住在臺灣東部、中學學歷的母親，因為擅長使用臉書，樂於聽女兒喜愛的 YouTube 音樂、一起觀賞網路的連續劇，不僅親子關係親密，也成為女兒眼中很酷又能幹的典範。從此也可瞭解，欲縮短數位落差應不是開設文書處理等電腦技能班，而是從生活中提升數位資訊技能。

陸、小結

如前所述，學界關於時間與科技的討論非常豐富，尤其對於當代社會所運用的科技，是否導致生活風貌與過去有截然不同的性質，吸引了各種論述。理論家們嘗試描述新科技的特質，並擴及現象面的分類與概念化。不過，也因為時間難以捉摸的特質，理論雖多、實證研究卻非常稀少。

在 Rosa 所提的三個社會加速層次中，生活步調加速，包括日常生活中行動與經驗速度與壓縮，是實證研究可切入的角度。他建議從主觀與客觀面檢驗生活步調，主觀面是指個人對時間的認知與經驗，客觀面則是從時間配置、行動壓縮與多工來討論。換句話說，實證研究或可探討感覺忙碌，與時間的配置、行動時間擠壓、以及需同時從事多種活動是相關的，而這些現象與科技的關係為何？亙古的因果難題為：究竟是電腦、網路、手機等新傳播科技使多工環境成為常態？或者，片段、零碎、一心多用原本就是人們生活的實況，傳播科技更貼近服務這樣的需求？

本文聚焦於研究方法的探討。關於時間運用的量化研究，包括電腦記錄、時間運用調查等，或可從大規模資料彙整出現象，但難以深入瞭解背後的原因，也難以理解使用傳播科技時多重並用，以及與其他活動交織的情形。至於質性研究方法，則以深度訪談、觀察法與日記法最為常見，其優點是可挖掘出使用者與傳播科技互動的具體細節，但是因為個別差異極大，難以擴大推論。

綜合量與質性研究方法的優缺點，本文嘗試提出一整合的研究設計，招募訓練訪員，由訪員記錄自己並觀察母親在日常生活中與傳播科技的互動。在招募方式、主題的限制下，所徵選的訪員可能會有偏向都會中產階級家庭的情況，因為傳播科技在社會中的使用原本就不是均質地分布。這也意味著需要進行更多的小規模質性研究，才可能瞭解不同年齡、族群、職業背景、地理分布與主觀偏好的使用者的時間韻律與傳播科技使用經驗。本文也指出，藉由時間記錄表，可嘗試將傳播科技使用與時間概念結合，試圖掌握科技使用與時間的韻律、節奏、同步、歷時與順序的關係。並從地理、階級、世代差異切入，理解數位落差與生活韻律的關聯性。

傳播科技介入生活以及時間壓力的感受是普遍的經驗，但傳播科技與時間經驗的實證仍少，以量化大型調查難以得知經驗的細節，以質化觀察記錄則有對象的數量限制，並且難以做跨世代的資料比對。進一步而言，欲瞭解當代的時間感受又與之前世代有何差異，與傳播科技演變的密切關係為何，在研究方法領域仍是待探索的課題。

參考書目

行政院主計處 (2005) 。〈93 年社會發展趨勢調查——對時間的認知與感受〉。

取自 http://win.dgbas.gov.tw/dgbas03/ca/society/time-93/02_lib_01.htm

Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Cambridge, UK: Polity Press.

Bausinger, H. (1984). Media, technology and daily life. *Media, Culture & Society*, 6, 343-351.

Bittman, M., & Wajcman, J. (2000). The rush hour: The character of leisure time and gender equity. *Social Forces*, 79, 165-189.

Castells, M. (2010). *The rise of the network society* (2nd ed.). Malden, MA: Wiley-Blackwell.

Couclelis, H. (2004). Pizza over the Internet: E-commerce, the fragmentation of activity and the tyranny of the region. *Entrepreneurship & Regional Development*, 16, 41-54.

Couldry, N. (2005). Transvaluing media studies: Or, beyond the myth of the mediated centre. In J. Curran & D. Morley (Eds.), *Media and cultural theory* (pp. 177-197). London, UK: Routledge.

Ellegård, K., & Cooper, M. (2004). Complexity in daily life -- A 3D-visualization showing activity patterns in their contexts. *Electronic International Journal of Time Use Research*, 1(1), 37-59.

Fine, G. A. (1990). Organizational time: Temporal demands and the experience of work in restaurant kitchens. *Social Forces*, 69, 95-114.

Forsberg, L. (2009). Managing time and childcare in dual-earner families: Unforeseen consequences of household strategies. *Acta Sociologica*, 52, 162-175.

Frissen, V. A. J. (2000). ICTs in the rush hour of life. *The Information Society*, 16, 65-75.

Gauntlett, D., & Hill, A. (1999). *TV living: Television, culture and everyday life*. London, UK: Routledge.

Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity*. Stanford, CA: Stanford University Press.

-- (1987). *The nation-state and violence*. Cambridge, UK: Polity.

Gleick, J. (2000). *Faster: The acceleration of just about everything*. New York, NY: Vintage Books.

- Harvey, D. (1989). *The conditions of postmodernity: An enquiry into the origins of cultural change*. Oxford, UK: Blackwell.
- Hobson, D. (1982). *Crossroads: The drama of a soap opera*. London, UK: Methuen.
- Hubers, C., Schwanen, T., & Dijst, M. (2008). Ict and temporal fragmentation of activities: An analytical framework and initial empirical findings. *Tijdschrift voor Economische en Sociale Geografie*, 99, 528-546.
- Jarvis, H. (2005). Moving to London time: Household co-ordination and the infrastructure of everyday life. *Time & Society*, 14, 133-154.
- Kaufman-Scarborough, C. (2006). Time use and the impact of technology: Examining workspaces in the home. *Time & Society*, 15, 57-80.
- Lauer, R. H. (1981). *Temporal man: The meaning and uses of social time*. New York, NY: Praeger.
- Lee, H., & Liebenau, J. (2000). Time and the internet at the turn of the millennium. *Time & Society*, 9, 43-56.
- Lewis, J. D., & Weigert, A. J. (1981). The structures and meanings of social time. *Social Forces*, 60, 432-462.
- Moore, S. (2000). *Media and everyday life in modern society*. Edinburgh, UK: Edinburgh University Press.
- Mumford, L. (1934). *Technics and civilization*. New York, NY: Harcourt, Brace and Company.
- Nansen, B., Arnold, M., Gibbs, M. R., & Davis, H. (2009). Domestic orchestration: Rhythms in the mediated home. *Time & Society*, 18, 181-207.
- Negroponte, N. (1995). *Being digital*. New York, NY: Vintage Books.
- Osnowitz, D. (2005). Managing time in domestic space: Home-based contractors and household work. *Gender & Society*, 19, 83-103.
- Rifkin, J. (1987). *Time wars: The primary conflict in human history*. New York, NY: Touchstone.
- Robinson, J., & Godbey, G. (1997). *Time for life: The surprising ways Americans use their time*. University Park, PA: Pennsylvania State University Press.
- Rosa, H. (2003). Social acceleration: Ethical and political consequences of a desynchronized high-speed society. *Constellations*, 10, 3-33.
- Scheuerman, W. E. (2001). Liberal democracy and the empire of speed. *Polity*, 34, 41-67.

- Schwanen, T., Dijst, M., & Kwan, M.-P. (2008). ICTs and the decoupling of everyday activities, space and time: Introduction. *Tijdschrift voor Economische en Sociale Geografie*, 99, 519-527.
- Shove, E. (2002, October). *Rushing around: Coordination, mobility and inequality*. Paper presented at the ESRC Mobile Network Meeting, London, UK.
- Silverstone, R. (2005). Introduction. In R. Silverstone (Ed.), *Media, technology and everyday life in Europe: From information to communication* (pp. 1-18). Hants, UK: Ashgate.
- Silverstone, R., Hirsch, E., & Morley, D. (1992). Information and communication technologies and the moral economy of the household. In R. Silverstone & E. Hirsch (Eds.), *Consuming technologies* (pp. 15-31). London, UK: Routledge.
- Snow, R. P. (1987). Interaction with mass media: The importance of rhythm and tempo. *Communication Quarterly*, 35, 225-237.
- Southerton, D. (2009). Re-ordering temporal rhythms: Coordinating daily practices in the UK in the 1937 and 2000. In E. Shove, F. Trentmann, & R. Wilk (Eds.), *Time, consumption and everyday life* (pp. 49-66). New York, NY: Berg.
- (2007). Time pressure, technology and gender: The conditioning of temporal experiences in the UK. *Equal Opportunities International*, 26, 113-128.
- Southerton, D., & Tomlinson, M. (2005). 'Pressed for time'-- The differential impacts of a 'time squeeze'. *The Sociological Review*, 53, 215-239.
- Thompson, C. J. (1996). Caring consumers: Gendered consumption meanings and the juggling lifestyle. *Journal of Consumer Research*, 22, 388-407.
- Thompson, E. P. (1967). Time, work-discipline, and industrial capitalism. *Past & Present*, 38(1), 56-97.
- Thrift, N. (1990). The making of a capitalist time consciousness. In J. Hassard (Ed.), *The sociology of time* (pp. 105-129). New York, NY: St. Martin's Press.
- Tomlinson, J. (2007). *The culture of speed: The coming of immediacy*. London, UK: Sage.
- Wajcman, J. (2008). Life in the fast lane? Towards a sociology of technology and time. *The British Journal of Sociology*, 59, 59-77.
- Zerubavel, E. (1982). The standardization of time: A sociohistorical perspective. *American Journal of Sociology*, 88, 1-23.
- (1976). Timetables and scheduling: On the social organization of time. *Sociological Inquiry*, 46, 87-94.

附錄一：日常生活記錄表

日常生活記錄表

編號_____

此表為 (歲 /) 於 101 年 月 日 星期 的紀錄。 [如：此表為爸爸(65 歲/已退休)於 100 年 7 月 10 日星期日的紀錄]

本日為：☐ 休閒日 ☐ 工作日 ☐ 備註：_____

時間 活動	7 時	8 時	9 時	10 時	11 時	12 時	13 時	14 時	15 時	16 時	17 時	18 時	19 時	20 時	21 時	22 時	23 時	24 時	1 時	2 時	3 時	4 時	5 時	6 時
ICT 媒體與工作																								
上網查資料																								
文書處理																								
寫 email																								
其他_____																								
ICT 媒體與休閒																								
看電視、DVD																								
聽廣播																								
上網瀏覽訊息																								
上網看電視																								
上網玩遊戲																								
上網聽音樂																								
聽音樂(音響、隨身聽、電腦擴音器)																								
其他_____																								
ICT 媒體與通訊																								
打家用電話																								
打手機																								
傳手機簡訊(包含 Whatsapp、line)																								
網路電話或視訊																								
即時通訊(MSN, Yahoo, FB 聊天)																								
其他_____																								

附錄二：訪員背景資料表

編號	年齡	居住地點	母親 年齡	母親 教育程度	母親職業	父親職業	經濟狀況
01.	22	新竹市北區	51	大學	退休教師	退休商	小康
02.	19	臺北市文山區	52	大學	家管	商	小康
03.	19	臺北市中山區	52	專科	商	商	普通
04.	20	高雄市小港區	45	高中	家管	技術師	普通
05.	21	臺北市信義區	52	大學	保險業	退休教官	普通
06.	20	臺北市南港區	45	高中	會計 + 家管	工程公司	小康
07.	23	新北市板橋區	48	碩博士	金融業	科技業	小康
08.	19	臺南市南區	49	師專	國小老師	退休教職員	小康
09.	21	高雄市楠梓區	50	高中職	家管	賣衣服	小康
10.	20	臺南市善化區	51	高中職	清潔工	水電工	普通
11.	19	臺北市中正區	47	碩博士	家管	醫師	小康
12.	19	桃園縣八德市	45	專科	服務業	服務業	普通
13.	18	新北市瑞芳區	NA	大學	國中教師	國中教師	小康
14.	18	新竹縣新埔鎮	51	專科	家管	工	低收入—普
15.	21	臺北市士林區	56	大學	財務經理	經理	小康
16.	23	新北市板橋區	53	高中職	家管	軟體工程師	普通
17.	19	彰化縣社頭鄉	48	專科	家管	織襪業	普通
18.	20	臺北市大安區	50	高中職	家管	貿易商	小康
19.	22	屏東縣長治鄉	45	專科	公務員	教師	普通
20.	18	新北市雙溪區	47	高中職	商	商	普通
21.	20	桃園縣大溪鎮	55	大學	退休教師	退休教師	小康
22.	19	臺北市內湖區	51	大學	程式設計師	資訊管理	普通
23.	19	高雄市楠梓區	43	高中	服務業	服務業	普通
24.	19	宜蘭縣五結鄉	50	國中	家管	汽修	普通
25.	22	彰化縣員林鎮	61	高中職	家管	風水師	普通
26.	24	臺東縣臺東市	54	高中	開早餐店	(分居)	貧窮
27.	25	臺東縣海端鄉	47	國中	農	農	低收入

ICTs and Everyday Rhythms: Looking into the Methods

Wang, Sumei*

Assistant Professor, Department of Journalism, National Chengchi University

Abstract

There is a rich body of literature concerning the features of time in modern societies. Scholars often consider that the information and communication technologies (ICTs) play a crucial role in changing paces of life. However, few empirical studies have investigated daily experiences of time squeezing involving the ICTs. This paper reviews a range of research methods usually adopted to study time experiences, including time use survey, ethnographic observation, diaries, in-depth interviews. Proposing a research design as an explanatory example, the author then assesses it reflexively and suggests possible directions for future research.

Keywords: information and communication technologies (ICTs), time, time squeezing, research methods, everyday life

* Email: sw@nccu.edu.tw

Received: 2013.09.09

Accepted: 2013.11.06