若者のスマートフォン依存傾向の形成要因に関する予備的研究

○厚見由佳¹・安藤美華代¹

(¹岡山大学大学院教育学研究科)

キーワード: スマートフォン, インターネット依存, 若者

A preliminary study on affecting factors of smartphone addiction tendencies among young people

Yuka ATSUMI¹ and Mikayo ANDO¹

(¹Graduate School of Education, Okayama University)

Key Words: smartphone, internet addiction, young people

目 的

近年スマートフォン（以下、スマホ）の普及により、若者を中心にインターネット（以下、ネット）への依存が問題となっている。とくにネットの利用端末は、スマホがPCを上回っており、その手軽さからメディア接触の長時間化が窺われる（総務省, 2016）。スマホの普及により、ネットがより身近となった現代では、よりネット依存傾向に陥るリスクは高くなると考えられる。

ネット依存については、Young (1996, 1998) の研究をはじめ、多様な捉え方をされてきた。本邦でもネット依存に関する研究がなされており、実生活への影響は依存的に利用するサービスの種類によって異なることが示されている（大野・小室・橋元・小笠原・堀川, 2011）。

しかし近年ではスマホの普及に伴い、ソーシャル ネットワーキング サービス（以下、SNS）や様々なアプリケーションの普及により、ネット依存の背景も様々となり（清川, 2014）、さらに諸外国ではスマホ依存尺度も作成されていることから、スマホに着目した研究が必要であろう。

以上のことから、本研究はスマホの利用実態を明らかにするため、スマホの利用状況、スマホ依存傾向の類型別での心理状態、スマホ利用の被害の認識について検討する。

方 法

調査協力者 大学生及び大学院生 50 名に協力を依頼し、未回収者 6 名を除く 44 名、（男性 12 名、女性 32 名）を対象者とした。

調査期間 2016 年 12 月末～2017 年 1 月末に実施。

調査方法 個人を特定しないこと、回答の自由、成績とは無関係であること、論文発表といった倫理的配慮について、質問紙配布時に表紙及び口頭で説明し、提出をもって、同意とみなした。

質問紙構成 1) プロフィール：性別、学年について尋ねた。2) スマホの利用状況：スマホをよく操作する場面を提示し、当てはまるものすべてを選択してもらい、平日の 1 日平均操作時間について回答を求めた。さらに大野他 (2011)、眞部・安藤 (2016)、清川 (2014) を参考に、サービスを「ゲーム」「コンテンツ」「コミュニケーション」の 3 つのタイプに分類し、自分がどの程度それぞれのサービスを利用しているか、加算して 100% になるように記入してもらった。また、それぞれのサービスをどのような時またはどのような気持ちの時に利用しているか記述式で回答を求めた。3) スマホ利用の経験：よかった経験および困った経験について記述式で回答を求めた。4) スマホ依存の認識：「スマホ依存」と聞いて連想される行動または状況について自由記述で回答を求めた。さらに自分がどの程度依存していると思うかについて、「依存していない」を 0 とし、5 段階評価で回答を求めた。

結 果

依存度 0 から 2 と回答したものを非依存群 (N=13)、3 およ

び 4 と回答したものを依存群 (N=31) として分析を行った。

操作場面については、「就寝前」($\chi^2=(1, N=44) 4.60, p<.05$) と「勉強・課題をしながら」($\chi^2=(1, N=44) 5.10, p<.05$) は、依存群の方が有意に多かった。

平均操作時間の範囲は、依存群は 60～900 分、非依存群は 60～240 分であった。平均操作時間は、115.38 分 ($SD=62.64$ 分) の非依存群よりも、224.67 分 ($SD=164.67$ 分) の依存群の方が有意に長かった ($t(41)=2.31, p<.05$)。

利用サービスのタイプは、2 つ以上を同程度に利用している場合が見られたことから、6 つに分類され、全体では「コミュニケーション」が 23 名と最も多かった。また、依存群にのみ「ゲーム」と「コンテンツ&コミュニケーション」が見られた。

次に記述式の回答に関して、KJ 法（川喜田, 1967, 1970）を用いて、教育臨床心理学を専攻する大学院生 5 名で分析を行った。なお【 】は、カテゴリを示す。サービスの利用は、3 つのいずれのタイプにおいても、【暇なとき】に利用されていた。3 タイプの利用率にかかわらず、「ゲーム」の利用時では【達成感】、「コンテンツ」の利用時では【不安なとき】、「コミュニケーション」の利用時では【寂しいとき】といった異なる感情的側面が見られた。

スマホを利用してよかった経験として、【情報の獲得】【連絡の簡便さ】【つながり】【生活の便利さ】【記録】【暇つぶし】の 6 つのカテゴリが生成された。また、困った経験として、【他の活動への影響】【睡眠への影響】【時間の無駄】【目への影響】【不安の増大】【意思疎通の困難】【既読機能による影響】【過度の利用】【他者の依存による被害】【必要なときに使えない】【不快な情報】の 11 のカテゴリが生成された。

考 察

以上の結果、困った経験では、他の活動への影響が多かったことから、操作時間と関係している可能性がある日常生活への被害が依存傾向の認識に影響を与えていると推察された。

また、それぞれのサービス利用時の心理状態について、特有の心理状態が見られたが、「退屈」といった心理状態が共通して見られたことから、これらの心理状態と退屈がスマホの利用の背景要因にあると考えられた。

主要引用文献

大野志郎・小室広佐子・橋元良明・小笠原盛浩・堀川裕介 (2011). ネット依存の若者たち、21 人インタビュー調査、東京大学大学院情報学環境情報研究、調査研究編、27、101-139

清川輝基 (2014). 「メディア漬け」で壊れる子どもたち - スマホ社会の落とし穴 -. 保健師ジャーナル、70、652-658