

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2024 年度
氏名	登坂彩子	指導教員 (主査)	諏訪絵里子准教授

論文題目	過度な SNS 利用が現実や SNS 上でのソーシャルサポートを介して孤独感に与える影響
------	---

本文概要

【研究目的】 SNS は若者を中心に普及しているが、日常生活を阻害するような過度な利用に繋がったりやういことが示唆されている(Griffiths et al., 2014)。孤独感が高い者ほど SNS を利用することがわかっており(Ranaeiry, 2016)、孤独感が生じやすい青年期では、孤独感解消のために SNS を過度に利用すると考えられる。しかし、過度な SNS 利用が孤独感を実際に解消するのかについては一致した見解がない(Lin et al., 2022; Hunt & Young, 2018; Phu & Gow, 2019)。SNS 利用は対人関係への量的な不満（社会的孤独感）を低減させるが、対人関係への質的な不満（情緒的孤独感）には影響しないことや(Hopp et al., 2022)、過度な SNS 利用は SNS 上のソーシャルサポートを増加させるが現実のソーシャルサポートを減少させることが示されている (Meshi & Ellithorpe, 2021)。このことから、SNS を過度に利用することで現実や SNS 上での対人関係が変化し、それぞれの関係性が孤独感の量的・質的な側面に異なる影響を与えられと考えられる。そこで本研究では、青年期の過度な SNS 利用が、現実および SNS 上での対人関係や、孤独感の 2 側面にどう影響するのかを明らかにする。

【研究方法】 大学生 228 名を対象に無記名式の質問紙調査を行い、欠損値を含む回答を除いた 213 名(男性 77 名, 女性 131 名, その他 1 名, 回答したくない 4 名, 平均年齢 20.40 歳, $SD=1.25$)を分析対象とした。質問紙の内容は以下の通りである。①フェイスシート(年齢, 性別, SNS の利用の有無, 1 日の SNS の利用時間, 1 ヶ月の SNS の利用頻度) ②Bergen Social Media Addiction Scale(Andreassen et al., 2016)を著者らが日本語訳したもの(以下, BSMAS 日本語版) ③Multidimensional Scale of Perceived Social Support 日本語版(岩佐他, 2007) ④de Jong Gierveld Loneliness Scale 日本語版(内平他, 2022)

【結果と考察】 パス解析を実施し、過度な SNS 利用を説明変数、現実・SNS 上のソーシャルサポートを媒介変数、社会的・情緒的孤独感を従属変数としたモデルを構築した($GFI=.99$, $AGFI=.96$, $CFI=.99$, $RMSEA=.04$)。過度な SNS 利用は現実のソーシャルサポートに有意に影響せず、SNS 上のソーシャルサポートを増加させた。現実のソーシャルサポートは両孤独感を減少させたが、SNS 上のソーシャルサポートは社会的孤独感を増加させた。次に、対象者を SNS 過度利用群($n=35$)と SNS 標準利用群($n=178$)に分け、現実・SNS 上のソーシャルサポートを説明変数、社会的・情緒的孤独感を従属変数とするモデルを作成し、多母集団同時分析を実施した($GFI=.98$, $AGFI=.92$, $CFI=.98$, $RMSEA=.04$)。どちらの群でも現実のソーシャルサポートは両孤独感を減少させた。SNS 標準利用群では、現実のソーシャルサポートは SNS 上のソーシャルサポートを増加させたが、SNS 上のソーシャルサポートはいずれの孤独感にも影響するとはいえなかった。しかし、SNS 過度利用群では、現実のソーシャルサポートは SNS 上のソーシャルサポートに有意に影響せず、SNS 上のソーシャルサポートは社会的孤独感を増大させた。以上のことから、過度な SNS 利用は、現実の対人関係を損なうとはいえず、SNS 上でのサポートイブな関係を増大させると考えられる。さらに、標準的な利用であれば、SNS 上の関係は現実の関係を拡張させたものであることが多く、SNS 上での関係が孤独感に対して悪影響を与えるとはいえないが、SNS の利用が過度になると、SNS 上でのサポートイブな関係性は社会的孤独感を増大させるリスクがあると考えられる。また、SNS の利用方法に関わらず、現実のソーシャルサポートは孤独感を解消していたため、現実でのソーシャルサポートなくして孤独感の解消は期待できないといえる。