

インターネット依存傾向における使用目的と 日常生活スキルとの関連性

田ノ上実沙*・田邊 敏明

The Relationship between Reasons for Internet Addiction Tendency and the Daily Life Skills in University Students

TANOUE Misa*, TANABE Toshiaki

(Received September 27, 2019)

問題と目的

近頃、数多くの人が路上や電車などあらゆる場所でスマートフォンや携帯電話を使用している姿をみかける。中には、歩きながらや自転車で乗りながらスマートフォンを使用するといった危険な姿をみかけることもある。総務省(2018)の通信利用動向調査では、13歳～59歳の年齢層でインターネット利用が9割を超えており、スマートフォンは13歳～49歳の各年齢層で7割以上が利用していると報告している。このように、インターネットは我々の生活にとって欠かせないツールとなっている。

インターネットは、ソーシャルメディアの進展やスマートフォンの急速な普及により、利便性が向上する一方で、ネットの長時間利用により実生活に悪影響が出る、いわゆる「ネット依存」と呼ばれる事例が一部で問題となっている(総務省, 2013)。インターネット依存傾向の定義について鄭(2008)は、インターネットに過度に没入してしまうあまり、コンピューターや携帯が使用できないと何らかの情緒的苛立ちを感じる、また実生活における人間関係を煩わしく感じたり、通常の対人関係や日常生活の心身状態に弊害が生じるにも関わらず、インターネットに精神的に依存してしまう状態であると述べている。総務省(2013)の青少年のインターネット利用と依存傾向に関する調査によると、情報通信機器の利用状況は、「スマートフォン」は小中学生では20%前後だが、高校生で50%を超え、大学生・社会人(25歳以下)では約70%まで伸び、大学生の51.1%がインターネット依存傾向にあると報告している。さらに、片山・水野(2016)は、大学生においてネット依存傾向のある者は、睡眠習慣と身体的および精神的健康

に相互に悪影響を与える可能性があることを報告している。以上を踏まえると、これから社会人となり日本を支えていく大学生のインターネット依存傾向は非常に深刻な問題であるといえる。

ところで、大学生のスマートフォンの利用アプリ・サービスは、「ソーシャルメディアを見る(65.9%)」、「ソーシャルメディアに書き込む(43.8%)」、「友だちとメールをする(39.4%)」(総務省, 2013)の順となっている。その他にも、動画視聴やネットショッピングなどインターネットの使用目的は多岐に渡るが、勉強や就活のためにインターネットを利用するのと友だちとたわいもない会話をするためにインターネットを利用するのは、インターネット依存傾向の特徴や日常生活に与える影響は異なるのではないかと考えられる。

インターネット依存傾向が日常生活に影響を及ぼすことを踏まえ、日常生活のあり様を反映する指標として高校生の学校生活スキルに着目した研究がある(堀田・稲垣・和田, 2016)。しかし、大学生においては学校生活よりもアルバイトや就職活動といった社会との繋がりが多いことを考え、本研究では日常生活スキルに着目した。日常生活スキル(ライフスキル)とは、日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力(WHO, 1997)と定義されている。また、島本・石井(2006)は、大学生における日常生活スキル尺度を開発し、主に個人場面で展開されるスキルを表す対人スキル(計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考)と、主に対人面で展開される対人スキル(親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー)という2つに分類している。高校生におけるイ

*平成30年度山口大学教育学部学校教育教員養成課程小学校教育コース心理学選修卒業生

ンターネット依存傾向と学校生活スキルの関連性の研究（堀田・稲垣・和田、2016）において、男子ではゲームやインターネット動画視聴などの長時間利用が、女子ではメールやSNSなどのコミュニケーションツールとしてのインターネット利用によって生じる不安が、学校生活スキルにそれぞれ影響を及ぼしていることを踏まえると、大学生においてはインターネット依存傾向またその使用目的の違いによって個人場面および対人面での日常生活スキルにもそれぞれ影響を及ぼすと推察される。

従って、インターネットの使用目的と日常生活スキルに着目し、またインターネット依存傾向との関係を明らかにすることは、大学生活を効果的に過ごすための知見として役立つと考えられるが、まだ研究がなされていない。

そこで本研究では、大学生におけるインターネット依存傾向と使用目的及び日常生活スキルの関連性について検討することを目的とする。

方法

調査時期 2018年12月上旬

調査対象者 2年生国立大学の大学生、合計126名（男性45名、女性81名、平均年齢19.90、SD=0.65）が調査に参加した。

質問紙の構成 質問紙は、フェイス項目、インターネット依存傾向尺度、日常生活スキル尺度、各インターネット使用目的における1週間の1日平均利用時間を調査する項目で構成された。

フェイス項目 調査対象者の学部、学年、年齢、性別について回答を求めた。

インターネット依存傾向尺度（J-尺度） 鄭（2007）によって作成された、日本独自の大学生向けのインターネット依存傾向を測定する尺度である。全49項目からなり、「禁断状態」「現実との区別支障」「日常生活・身体的悪影響」「肯定的メリット」「快的満足感」「仮想的対人関係」「没入」の7つの下位尺度から構成される。各下位尺度項目は「まったくそうでない1、～「いつもそうである5、の5件法で回答を求めた。

日常生活スキル尺度（大学生版） 島本・石井（2006）によって作成された、効果的に日常生活を過ごすために必要な学生のライフスキルを測定する尺度である。全24項目からなり、「親和性」「リーダーシップ」「計画性」「感受性」「情報要約力」「自尊心」「前向きな思考」「対人マナー」の8つの下位尺度から構成される。各下位尺度項目は「ぜんぜん当てはまらない1、～「とても当てはまる4、の4件法で回答を求めた。

インターネット使用目的 予備調査として大学生（男性1名、女性6名、平均年齢20.86歳、SD=1.55）に普

段自分が行うインターネットの使用目的を使用時間が多い順に3つ記述してもらった。予備調査の結果から、「コミュニケーション」「情報収集」「ネットショッピング」「動画」「メディア」「ゲーム」の6つを使用目的として選出した。各使用目的の1週間での1日あたりの平均利用時間を「①使わない、②1時間以内、③1～2時間、④2～3時間、⑤3～4時間、⑥4～5時間、⑦5時間以上」の6件法で回答を求めた。

手続き 質問紙を大学の講義時間内に配布し回答を求めた。質問紙への回答は自由であり、個人情報漏えいすることはないことを口頭および文で説明した。質問紙は、フェイス項目、インターネット依存傾向尺度（J尺度）、日常生活スキル尺度、各インターネット使用目的における1週間の1日平均利用時間を調査する項目の順に回答してもらった。所要時間は約20分であった。

結果

分析には、R（3.5.1）、lavaanパッケージ（0.6-3）、psychパッケージ（1.8.10）、anovakun（3.5.1）を使用した。

1. 使用した尺度の因子数と信頼性の確認

①インターネット依存傾向尺度（J-尺度）

「インターネット依存傾向尺度（J-尺度）」（鄭、2007）の全49項目について、確認的因子分析を行った。その結果をTable 1に示した。

第1因子は「ネットができなくなるとどこでもいいから一刻も早く使える環境に行きたい、の項目で因子負荷量が高く「禁断状態」、第2因子は「ネットをやらないときもネット上の音が聞こえたり、ネットをしている夢を見る、の項目で因子負荷量が高く「現実との区別支障」、第3因子は「ネットのせいで疲れて授業中居眠りする、の項目で因子負荷量が高く「日常生活・身体的悪影響」、第4因子は「ネットすると嬉しい、の項目で因子負荷量が高く「肯定的メリット」、第5因子は「ネットをするとストレスが全部解消されるように思う、の項目で因子負荷量が高く「快的満足感」、第6因子は「実生活上で会う人よりネット上で会う人のほうがよりよく理解できる、の項目で因子負荷量が高く「仮想的対人関係」、第7因子は「ネットすることで家族とトラブルがある、の項目で因子負荷量が高く「没入」とする先行研究と同様の7因子構造が適当と判断した。

また、内的整合性を検討するため α 係数を算出したところ、「禁断症状」は $\alpha = .925$ 、「現実との区別支障」は $\alpha = .862$ 、「日常生活・身体的悪影響」 $\alpha = .858$ 、「肯定的メリット」は $\alpha = .814$ 、「快的満足感」は $\alpha = .785$ 、「仮想的対人関係」は「没入」は $\alpha = .656$ とな

り十分な値が得られた。

②日常生活スキル尺度（大学生版）

「日常生活スキル尺度（大学生版）」（島本・石井、2006）の全24項目について、確証的因子分析を行った。その結果をTable 2 に示した。

第1因子は、「親身になって友人らに相談に乗ってもらえることができる」の項目で因子負荷量が高く「親和性」、第2因子は、「集団で行動するときに先頭に立ってみんなを引っ張っていくことができる」の項目で因子負荷量が高く「リーダーシップ」、第3因子は「やるべきことをテキパキと片付けることができる」の項目で因子負荷量が高く「計画性」、第4因子は「他人の幸せを自分のことのように感じることができる」の項目で因子負荷量が高く「感受性」、第5因子は「手に入れた情報を使って、より価値の高いもの（資料等）を生み出せる」の項目で因子負荷量が高く「情報要約力」、第6因子は「自分の言動に対して自信を持っている」の項目で因子負荷量が高く「自尊心」、第7因子は「嫌なことがあっても、いつまでもくよくよと考えない」の項目で因子負荷量が高く「前向きな思考」、第8因子は「目上の人の前では礼儀正しく振る舞うことができる」の項目で因子負荷量が高く「対人マナー」とする先行研究と同様の8因子構造が適当と判断した。また、内的整合性を検討するため α 係数を算出したところ、「親和性」は $\alpha = .733$ 、「リーダーシップ」は $\alpha = .791$ 、「計画性」は $\alpha = .786$ 、「感受性」は $\alpha = .735$ 、「情報要約力」は $\alpha = .708$ 、「自尊心」は $\alpha = .828$ 、「前向きな思考」は $\alpha = .638$ 、「対人マナー」は $\alpha = .828$ となり十分な値が得られた。

Table1 インターネット依存傾向尺度(J-尺度)の確証的因子分析結果

	I	II	III	IV	V	VI	VII
(第I因子 禁断状態) $\alpha=.925$							
8 ネットができなくなるとどこでもいいから一刻も早く使える環境に行きたい	.806						
9 ネットができないと他のことに集中できない	.803						
3 ネットに接続できないと欲求不満になる	.802						
7 ネットができないと生活は退屈で面白くない	.799						
6 ある程度のネットの接続時間がないと満足できない	.789						
10 ネットしないとイライラして気持ちが落ち着かない	.759						
5 二度とできないと思うととても耐えられない	.704						
1 ネットがないと人生そのものが面白みがなくなる	.689						
4 ネットのできないときや使用後は時々むなしくなる	.675						
2 ネットがないことは考えられない	.635						
11 使用が原因で実生活上問題が発生してもネット使用をやめられない	.558						
(第II因子 現実との区別支障) $\alpha=.862$							
13 ネットをやっていないときもネット上の音が聞こえたり、ネットをしている夢を見る	.837						
14 つねにネット上のことが心配で気になる	.831						
17 ネットをやっていないときもやっているような幻覚を覚えたことがある	.753						
20 ネットは友達より重要な存在である	.712						
16 ネットをしていると異空間に入れる感じがして自分がいつもの自分と少し違う	.675						
12 ネットの接続を切断するときに憂うつな気持ちになる	.668						
19 ネットして非道徳的なことをすることがある	.527						
15 ネットをした後はぼんやりして危ない感じがした	.501						
18 ネットでやっていることを実生活でやってみたい	.464						
(第III因子 日常生活・身体的悪影響) $\alpha=.858$							
23 ネットのせいで疲れて授業中居眠りをする			.844				
24 ネットに集中し成績が落ちた			.786				
21 ネット使用で生活が不規則になった			.770				
22 ネットを深夜までしてしまい、睡眠不足になった			.742				
26 計画していたことをやらなかったことがある			.568				
27 ネットし過ぎで視力など問題が出た			.536				
25 ネットするため遅刻したり、授業を休んだりした			.510				
(第IV因子 肯定的メリット) $\alpha=.789$							
28 ネットすると嬉しい			.750				
29 ネットをすると楽しい			.750				
31 ネットは退屈さを解消してくれる			.638				
30 ネットは交流の手段である			.594				
32 ネットを通してコミュニケーションができる			.571				
33 ネットではすぐ必要な情報が得られるので便利だ			.374				
(第V因子 快的満足感) $\alpha=.814$							
35 ネットをするとストレスが全部解消されるように思う					.744		
37 ネットをすると気分がよくなり興味津々になる					.712		
34 ネットをするとき心が一番ほっとする					.702		
36 ネットを途中で終わるとまたやりたくなる					.699		
38 ネットをしている間はとても自由だと思う					.578		
(第VI因子 仮想的対人関係) $\alpha=.785$							
41 実生活上で出会う人よりネット上で出会う人のほうがよりよく理解できる						.970	
39 現実の人よりネットで知り合った人が、私によくしてくれる						.865	
42 オフライン状態よりオンライン状態のほうが私を理解してくれる人が多い						.840	
40 オンラインで友だちを作ったことがある						.548	
44 ネット荒らしに遭って嫌な思いをした						.400	
43 ネット上のことで不安がある						.300	
(第VII因子 没入) $\alpha=.656$							
47 ネットすることで家族とトラブルがある							.757
45 する時間を短くしようと試してみても失敗したことがある							.642
46 する時間が長いと周囲の人から文句を言われることがある							.615
48 ネット使用のためにお金をたくさん使う							.443
49 つねに使用時間を減らすべきだと考えている							.288
因子間相関							
I	-						
II	.511	-					
III	.429	.371	-				
IV	.495	.315	.465	-			
V	.725	.689	.552	.639	-		
VI	.320	.661	.092	.192	.424	-	
VII	.375	.472	.578	.300			-

Table2 日常生活スキル尺度(大学生版)の確証的因子分析結果

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
(第I因子 親和性) $\alpha=.733$								
24 親身になって友人らに相談に乗ってもらえることができる	.829							
18 困ったときに、友人らに気軽に相談することができる	.749							
7 どんな内容のことでも友人らと本音で話し合うことができる	.516							
(第II因子 リーダーシップ) $\alpha=.791$								
2 集団で行動するときに先頭に立ってみんなを引っ張っていくことができる	.783							
14 話し合いのときにみんなの意見を1つにまとめることができる	.761							
8 自分が行動を起こすことによって、周りの人を動かすことができる	.701							
(第III因子 計画性) $\alpha=.786$								
15 やるべきことをテキパキと片付けることができる			.849					
23 先を見通して計画を立てることができる			.737					
11 課題が出ると、提出期限を自ら決める等の工夫をしてやる気を引き出す			.657					
(第IV因子 感受性) $\alpha=.735$								
22 他人の幸せを自分のことのように感じるができる				.804				
21 悲しくて泣いている人を見ると、自分も悲しい気持ちになる				.766				
19 困っている人を見ると援助をしてあげたくなる				.542				
(第V因子 情報要約能力) $\alpha=.708$								
3 手に入れた情報を使って、より価値の高いもの(資料等)を生み出せる					.767			
9 多くの情報をもとに自分の考えをまとめることができる					.696			
1 数多くの情報の中から、本当に自分に必要な情報を手に入れられる					.534			
(第VI因子 自尊心) $\alpha=.828$								
13 自分の言動に対して自信を持っている						.861		
12 自分の今までの人生に満足している						.744		
6 自分のことが好きである						.730		
(第VII因子 前向きな思考) $\alpha=.638$								
5 嫌なことがあっても、いつまでもくよくよ考えない							.788	
17 何かに失敗したときにすぐ自分はダメな人間だと思ってしまう							.719	
20 困ったときでも「なんとかなるだろう」と楽観的に考えることができる							.564	
(第VIII因子 対人マナー) $\alpha=.828$								
10 目上の人の前では礼儀正しく振る舞うことができる								.992
16 初対面の人に対しては言葉遣い等に気を配ることができる								.719
4 年上の人に対しては敬語を使うことができる								.684
因子間相関								
	I	-						
	II	.359	-					
	III	.328	.559	-				
	IV	.376	.277	.338	-			
	V	.391	.776	.356	.370	-		
	VI	.351	.750	.486	.246	.673	-	
	VII	.500	.650	.353	.201	.566	.674	-
	VIII	.115	.115	.346	.327	.283	.135	-.003

2. インターネット使用目的の分類

調査参加者のインターネット使用目的の特徴を検討するために、インターネット使用目的における1週間の1日平均利用時間を変数としてWard法による階層的クラスター分析を行い、デンドログラムを参考にクラスター数を3に決定した。各クラスターの特徴を確認するため、

使用目的ごとの平均利用時間を算出した (Table 3)。使用目的ごとの平均利用時間から、クラスター1は「低使用群」、クラスター2は「コミュニケーション高使用群」、クラスター3「動画およびゲーム高使用群」と命名した。各クラスターの人数は、クラスター1が81名、クラスター2が33名、クラスター3が12名であった。

Table 3 各クラスターの特徴

	コミュニケーション	情報収集	ネットショッピング	動画	メディア	ゲーム
低使用群	1~2時間	1時間以内	1時間以内	1時間以内	1時間以内	1時間以内
コミュニケーション高使用群	4~5時間	2~3時間	1時間以内	2~3時間	1時間以内	1時間以内
動画およびゲーム高使用群	1時間以内	1~2時間	使わない	2~3時間	1時間以内	4~5時間

3. インターネット依存傾向と使用目的との関連についての分析

使用目的の違いでインターネット依存傾向の特徴が異なるのかを検討するために、クラスターを独立変数、インターネット依存傾向の各因子得点を従属変数とした1要因3水準被験者間分散分析を行った。その結果、禁断症状、日常生活・身体的悪影響、仮想的対人関係において有意な差が認められ、現実との区別支障、肯定的メリット、快的満足感、没入においては有意な差はみられなかった。以下に有意差の見られた依存傾向について詳しく見ていく。

まず禁断症状において、クラスターと有意な主効果が認められた ($F(2,123) = 7.260, p < .01, \eta^2 = 0.106$)。Shaffer法の多重比較の結果、コミュニケーション高使用群は低使用群より有意に高いことが示された。その結果をFigure 1に示す。

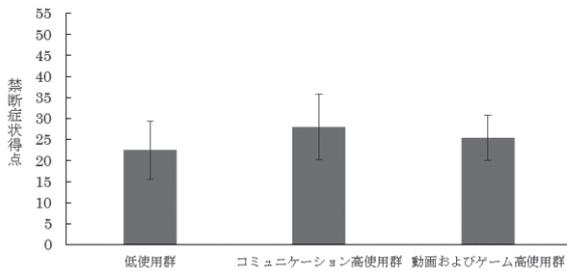


Figure 1 禁断症状における各クラスターの得点

日常生活・身体的悪影響において、クラスターと有意な主効果が認められた ($F(2,123) = 4.165, p < .05, \eta^2 = 0.063$)。Shaffer法の多重比較の結果、コミュニケーション高使用群は低使用群より有意に高いことが示された。その結果をFigure 2に示す。

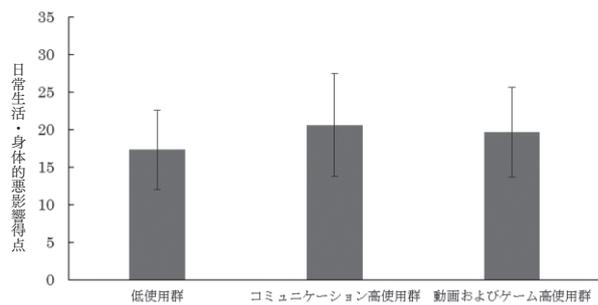


Figure 2 日常生活・身体的悪影響における各クラスターの得点

また仮想的対人関係において、クラスターと有意な主効果が認められた ($F(2,123) = 4.459, p < .05, \eta^2 = 0.068$)。Shaffer法の多重比較の結果、動画およびゲーム高使用群は低使用群、コミュニケーション高使用群より有意に高いことが示された。その結果をFigure 3に示す。

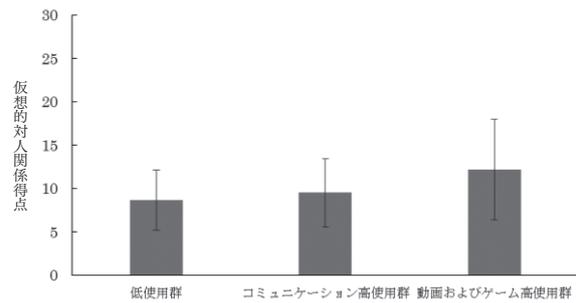


Figure 3 仮想的対人関係における各クラスターの得点

4. インターネット依存傾向と日常生活スキルとの関連についての分析

インターネット依存傾向と日常生活スキルの関連を検討するために、相関分析を行った。その結果、日常生活・身体的悪影響と計画性との間には弱い負の相関 ($r = -0.28, p < .01$)、快的満足感と情報要約能力の間には弱い正の相関 ($r = 0.24, p < .01$)、肯定的メリッ

トと対人マナーとの間には弱い正の相関 ($r=0.23$, $p<.01$) が認められた。

考察

本研究では、大学生におけるインターネット依存傾向と使用目的、日常生活スキルとの関連性を検討することを目的としていた。

1. インターネット依存傾向と使用目的との関連性

まず、禁断状態において「コミュニケーション高使用群」は、「低使用群」よりも優位に高いことが示された。この結果は、禁断状態の項目に「ネットのできないときや使用後は時々むなしくなる」、「ネットができなくなるとどこでもいいから一刻も早く使える環境に行きたい」、「ネットがないと生活は退屈で面白くない」とあることや、ティーンは、終始つながって相手から反応をもらうことで、互いに友達・恋人であることを確認したり、相手の気持ちを確かめたいという欲求を持っている(高橋, 2014)ことから、コミュニケーション高使用群は低使用群に比べてLINEやメールで常に他者と繋がっていないと不安になるということが考えられる。

続いて、日常生活・身体的悪影響において、「コミュニケーション高使用群」は、「低使用群」よりも優位に高いことが示された。この結果は、日常生活・身体的悪影響の項目に「ネット使用で生活が不規則になった」、「計画していたことをやらなかったことがある」、「ネットを深夜までしてしまい、睡眠不足になった」とあることから、コミュニケーション高使用群は低使用群に比べて、夜遅くまでLINEやメールを行うことで生活リズムが不規則になり、身体に悪影響を及ぼしていることが示唆された。また、LINEは、短文でチャットのように即時性の高い、素早いやり取りがされる(高橋, 2014)ことから、他者とのやり取りが続きやすくなかなか終わらせることができない、やめるタイミングを逃すことで睡眠不足や計画を実行できないといった日常生活・身体的悪影響に影響を及ぼしていると考えられる。

最後に、仮想的対人関係において、「動画およびゲーム高使用群」は「コミュニケーション高使用群」および「低使用群」よりも優位に高いことが示された。この結果は、仮想的対人関係の項目に「現実の人よりネットで知り合った人が、私によくしてくれる」、「実生活で出会う人よりネット上で出会う人のほうがよりよく理解できる」、「オンラインで友だちを作ったことがある」とあることから、動画およびゲーム高使用群はコミュニケーション高使用群および低使用群に比べて、現実世界における対人関係よりもインターネット上での対人関係に満足することが推察される。また、ゲーム内というバーチャル(仮想現実)な世界でヒーローとなり、ほか

の参加者から賞賛されるようになると、いつの間にか現実世界よりもバーチャルな世界ほうが大切なものとなり、ゲームの世界から抜け出るのが困難になってしまう(樋口, 2017)ことから、動画およびゲーム高使用群は仮想的対人関係に影響を及ぼしたと考えられる。

2. インターネット依存傾向と日常生活スキルとの関連性

まず、日常生活・身体的悪影響と計画性との間に弱い負の相関が認められた。この結果から、インターネットを使用することで生活が不規則となり先を見通して計画を立てることが困難であることが推察された。また、計画を立てたとしてもインターネットの使用を優先させることで計画を実行できないと考えられる。

続いて、快的満足感と情報要約能力との間に弱い正の相関が認められた。この結果は、快的満足感の項目で「インターネットを使用することで気分がよくなり興味津々になる」とあることから、自分の興味のあることについてインターネットを使用するため本当に必要な情報を手に入れられることができ、手に入れた情報を使って、より価値の高いもの(資料等)を生み出すことができると推察される。また、インターネット使用によってストレスが解消されることで頭の中が整理され自分の考えをまとめることができると考えられる。

最後に、肯定的メリットと対人マナーとの間に弱い正の相関が認められた。この結果は、肯定的メリットの項目で「ネットは交流の手段である」とあることから、現実における対人マナーをインターネット上においても身につけていることが推察される。従って、現実世界で対人マナーを心がけている人はインターネット上においても同じように振る舞うことができると考えられる。

3. 総合考察

本研究の結果から、インターネット依存傾向は使用目的および日常生活スキルと関連があることが明らかとなった。特にインターネット依存傾向の日常生活・身体的悪影響において、使用目的と日常生活スキルに関連が見られ、「コミュニケーション高使用群」は、「低使用群」よりも優位に高く、さらにインターネット依存傾向の日常生活・身体的悪影響と日常生活スキルの計画性との間に弱い負の相関が認められた。これは、コミュニケーションを行うためにインターネットを使用する人は、メールやLINEを夜遅くまで行うことで生活が不規則になる。そのため、先を見通して計画を立てることや計画を実行することが困難となってしまうと考えられる。従って、「コミュニケーション高使用群」においては、メールやLINEを夜は控え、規則正しい生活を心がけることでインターネット依存傾向の低下を促すと考えられる。また、生活のリズムを整えることで時間を効果

的に使うことができ、計画を立てたり、実行しやすくなることで日常生活スキルにおいて計画性が回復すると推察される。従ってこれらの予防策を講ずることで、インターネットとの関わり方を見直し大学生活をより効果的に過ごすことができると期待される。

4. 今後の課題

本研究では性差を取り上げなかったが、堀田・稲垣・和田（2016）の高校生におけるインターネット依存傾向と学校生活スキルの関連性の先行研究では性差を踏まえており、男子では長時間利用、女子ではメールやSNSなどのコミュニケーションツールとしてのインターネット利用によって生じる不安が、学校生活スキルにそれぞれ影響を及ぼしてしている（堀田・稲垣・和田，2016）と述べられていることから、大学生においても性差を踏まえて研究を行いインターネット依存と日常生活スキルとの関連性をより詳しくみていく必要があるだろう。また、本研究では使用目的を6つに分類して質問紙調査を行った。しかし、他にも使用目的はまだあると考えられるので自由記述による項目を増やし研究を進めていく必要があるだろう。

引用文献

- 樋口進（2017）．心と体を蝕む「ネット依存」から子どもたちをどう守るのか ミネルヴァ書房
- 堀田龍也・稲垣俊介・和田裕一（2016）．高校生におけるインターネット依存傾向と学校生活スキルの関連性とその性差 日本教育工学会論文誌 40, 109-112.
- 片山友子・水野由子（2016）．大学生のインターネット依存傾向と健康度および生活習慣との関連性 総合健診, 43, 657-664.
- 島本好平・石井源信（2006）．大学生における日常生活スキル尺度の開発 教育心理学研究 54, 211-221.
- 総務省（2018）．平成29年通信利用動向調査結果
- 総務省（2013）．青少年のインターネット利用と依存傾向に関する調査 調査結果報告書
- 高橋暁子（2014）．ソーシャルメディア中毒 つながりに溺れる人たち 幻冬舎
- 鄭 艶花（2007）．日本大学生の「インターネット依存傾向測定尺度」作成の試み 心理臨床学研究 25（1）, 102-107.
- 鄭 艶花（2008）．インターネット依存傾向と日常的精神健康に関する実証的研究 心理臨床学研究26（1）, 72-83.
- WHO（編）（1997）．WHOライフスキル教育プログラム 大修館書店