

## 別紙 4

報告番号	※	第	号
------	---	---	---

## 主 論 文 の 要 旨

論文題目

大学生が SNS に表出する精神的健康上の問題に関する研究

氏 名

二宮 有輝

## 論 文 内 容 の 要 旨

本論では大学生の精神的健康と SNS (Social Networking Sites) 利用との関連について、抑うつと SNS 上の投稿内容との関連、および SNS 上の情報を通じた支援方針の検討を中心とした一連の研究を行い、大学生が SNS に表現する精神的健康上の問題について論じた。

第 1 章の第 1 節では、大学生における精神的健康上の問題とその支援に関する研究を整理し、大学生の精神的健康上の問題のうち、抑うつは自殺などの深刻な問題と関連している一方、専門機関に相談する割合が低いことが課題となっていることを示した。近年ではこうした問題に対して、大学生の多くが利用している SNS の情報から個人の精神的健康の水準を予測することを試みる研究が報告されている。第 2 節では、近年の SNS を活用した研究を中心に、ネット利用と精神的健康との関連についての知見を整理した。その上で、第 3 節では先行研究における課題を指摘した。すなわち、SNS の活動データを活用した研究が国内ではほとんど見当たらないこと、抑うつを抱えた学生が抑うつ症状に関連した投稿を行うことを意図的に避ける可能性を考慮し、抑うつと SNS 上の活動との関連に影響を与える変数を検討した研究が皆無であること、さらに、SNS 上のデータをどのように支援につなげるのかについては踏み込んだ検討がほとんどなされていないことを先行研究の課題として指摘した。最後に第 4 節にて、①日本の大学生を対象に、抑うつの問題がどのように SNS 上の活動に影響を与えるのかを明らかにすること、次に、②抑うつと SNS 利用との関連に影響を与えるその他の変数を明らかにすること、さらに、③抑うつ症状を持つ学生が投稿を見た他者にどのような対応を望んでいるのかを中心にした検討を行い、SNS 上の情報を通じた支援の方向性を検討すること、④本論における限界を示し今後の課題を明らかにすること、の 4 点を本論における目的として明示した。

第 2 章では SNS 上の自己呈示を取り上げ、大学生の精神的健康上の問題が SNS 上の自己呈示、および SNS 依存にどのような影響を与えるのか検討を行なった。計 6 校に通う大学生 403 名を対象に、自尊感情、孤独感、解離傾向、SNS 上の自己呈示、および SNS 上の行動と SNS 依存に関する項目を含むアンケートを実施した。相関分析から、Twitter 上で理想的な自分を演じる、虚栄的自己呈示は精神的健康の指標と負の相関を示した。また、パス解析を用いて SNS 上の自己呈示を媒介して SNS 依存傾向に与える影響について検討を行なった結果、自尊感情の低さが Twitter 依存傾向に与える影響は、虚栄的自己呈示によって媒介されることが示された。さらに、解離傾向が Twitter 依存傾向に

与える影響は虚栄的自己呈示によって媒介されていたが、解離傾向は直接 Twitter 依存傾向を助長することも明らかとなった。これらの結果は、精神的健康の問題がネット上の言動やネットとの関わり方に影響を与えることを示していると考えられた。

第3章では大学生158名を対象に Twitter の活動データを収集し、抑うつ得点との関連を検討した。その結果、抑うつ症状を有する群では午前中のオリジナルツイート（独り言）の割合が高くなる傾向が認められた。そこで、午前中のオリジナルツイート1,919件を対象にテキスト分析を用い、対応分析を用いて群ごとの特徴の検討を行なった。その結果、「現実生活の多忙さ」と「現実生活からの逃避」の2成分が得られ、軽度の抑うつ群では学業などの現実生活の多忙さが表現されやすく、中程度以上の抑うつ群では学業からの逃避態度や、躁的な防衛と考えられる特徴が Twitter 上に表現されやすいことが示された。

第4章では、投稿の効果予想という取り上げ、媒介効果および調整効果の検討を行った。対象は第3章において収集したものと同一のデータを用いた。その結果、対自的な効用（投稿することで気持ちスッキリさせたい、等）の予想は、抑うつが Twitter 上のネガティブ語の割合や投稿件数に与える影響を媒介することに加え、Twitter 上のネットワークを縮小する方向に作用することが示された。また、他者との関係に対する効用（投稿を通じて他者と親密な関係をつくりたい、等）の予想は、フォロワー数を増加させ、抑うつが Twitter 上のポジティブ語の割合に与える影響を調整していた。また、他者からの拒絶を予想することは、抑うつが Twitter 上のネガティブ語の割合に与える影響を抑制することに加え、抑うつがフォロワー数に与える影響を調整していた。つまり、他者との関係についての意識は、抑うつ症状を抱えた者が Twitter 上の人間関係を維持、あるいは促進する方向に作用することが示唆された。

第5章では、抑うつ症状を有する大学生が投稿を見た他者にどのような対応を望むのかを中心に、SNS への投稿に関する投稿者のニーズに着目することで、SNS 上の投稿を通じた、大学の教職員、友人や知人による支援の方向性を検討した。その結果、不調に関する投稿（以下、不調投稿）の有無および投稿内容は抑うつ症状の有無との関連が認められず、少なくとも一般大学生を対象とした場合には、SNS 上に不調を投稿していることから学生が何らかの精神的問題を呈しているかを判断することが困難である可能性が示された。一方、抑うつが中程度以上の者では、対人関係上の問題や悩みを抱えた際に不調投稿を行いやすいことが示され、対人関係上の問題が不調投稿に影響している可能性が示された。また、友人や家族、大学教員といった対象別に望まれる対応の内容を検討し、抑うつ症状の水準も考慮した支援方針についての方向性に関する示唆が得られた。最後に、不調投稿を行わない理由についても抑うつとの関連を検討し、不調投稿が抑制される要因を検討した結果、抑うつが重度の場合には不調を他者に知らせることによる対自的な影響を懸念することで投稿が抑制されることが示唆された。

最後に、第6章では本論全体における総合的な考察を行った。第1節では本論で得られた知見の整理と考察を行なった。まず、先行研究とは異なり、本論では抑うつ症状を抱えた学生が自身の抑うつ症状やそれに伴う感情、苦痛といった明確な兆候を SNS 上に開示しないことが示唆された。この点について、本論で対象とした SNS アカウントが、親しい間柄の者から親

密性の較的低い者も含まれるアカウントであるために、抑うつ症状のような否定的内容の自己関連情報の開示が行われにくい可能性について論じた。また、第3章で明らかとなった抑うつが中程度以上の者における、現実逃避的な投稿内容の特徴が、疾患単位としてのうつ病に対応する特徴であるとは限らないことを指摘し、引きこもりなどの問題を呈する近年の大学生の状態像を反映している可能性について論じた。次に、第4章では SNS に抑うつ症状やそれらに伴う気分や思考といった内容を投稿するかどうかは認知的な判断による影響を受けることが示された一方、対自的な傷つきに関して一貫性のある結果が得られなかった。この点について、対自的傷つきが SNS 上に情報を開示するかどうかではなく、自己の否定的な側面を他者から隠す方向に作用する可能性について論じた。また、第1節の最後に、第5章において検討を行なった SNS を通じた支援のあり方について論じた。具体的には、第5章で得られた知見から考えられる友人や知人、家族、大学教員による支援の方向性について改めて整理を行なった上で、大学生の友人が精神的不調を有する学生を抱え込むことで、過剰な負担が生じる可能性やバーンアウトが引き起こされる可能性について指摘し、抑うつ症状が深刻な状態であることがうかがえる場合には、専門機関への受診、近隣の専門機関や学生相談に関する情報を伝えるといった具体的対応が望ましいことについて論じた。

第2節では、本論の意義について述べた。本論では SNS の投稿内容と精神健康との関連を心理学的な視点から検討することに加え、SNS を通じた支援のあり方を検討した。こうした知見は国内では初めての試みであるという点で、意義があると思われた。また、支援への応用に関して、本研究で得られた知見を心理教育に活用することの有効性について論じた。また、従来その悪影響に注目が偏っていたネット利用について、心理学領域においてネット上のデータを有効に活用することの重要性について論じた上で、本論で得られた知見の重要性について論じた。

第3節では本論の限界と今後の課題について述べた。具体的にはサンプルに偏りがあることや対象とした SNS が Twitter に限定されていること、縦断的な検討を行っていないことなどが本論の限界として考えられた。また、今後の課題として、実際に投稿を見た他者が何らかのサポートを提供するとは限らないこと、本研究で提示した支援方針を活用した心理教育にどの程度の効果があるかを検討できていないことを挙げ、今後の研究で取り組むべき課題について論じた。