

# 主論文の要約

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

## 論文内容の要約

本論では専門機関への来談率の低さが課題となっている抑うつの問題を中心に大学生における精神的健康上の問題を取り上げ、それらの精神的健康上の問題が、多くの大学生が使用している SNS (Social Networking Service) にどのように表出されるのかを明らかにするための一連の研究を行った。

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、専門機関に相談しない者が多いことが課題となっていることを示した。第2節では、近年においては上記のような精神的健康上の問題に対して、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ことに触れ、インターネットと精神的健康に関する研究、および近年の SNS を活用した研究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、SNS 上の言動を規定する要因として、抑うつ以外の要因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節において、①大学生における精神的健康上の問題が SNS 上の言動に与える影響、②大学生における SNS 上の言動を規定する要因、および③SNS 上を通じた他者からの支援についての方向性を明らかにすること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、パス解析の結果、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可能性が示された。

第 4 章では、大学生における Twitter の投稿内容を規定する要因について検討を行った。第 3 章と同一のデータを用い、抑うつを含め、性別、自己意識特性、投稿の効果予想、および Twitter 上のネットワークサイズと匿名性を投稿内容の規定要因として扱った。パス解析の結果、オリジナルツイート中のポジティブ語の割合に関しては性別の影響が有意であり、女性の方がポジティブ語を使用しやすいことが示された。また、個人情報の開示度の影響も有意となり、Twitter のプロフィール上で自身の情報を他者に対して開示している者ほど、ポジティブ語を使用しやすいことが示された。次に、ネガティブ語については、性別は公開設定を介して影響を与えており、女性の方がアカウントを非公開に設定しやすく、既知の友人に対してネガティブ語を使用しやすい傾向があると考えられた。また、個人情報の開示度による影響も有意傾向となり、自身の情報を開示している者ほどネガティブ語を使用しやすい傾向があることが示された。さらに、抑うつがネガティブ語の割合に与える影響は投稿の効果予想によって媒介されており、抑うつが対自効用を媒介する場合にはネガティブ語の使用が促進され、対他的傷つきを媒介した場合にはネガティブ語の使用が抑制されることが示された。これらの結果から、Twitter 上の投稿内容には先行研究で指摘されている抑うつのみではなく、様々な要因が影響を与え、さらに抑うつの影響は投稿の効果予想によって媒介され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投稿者のニーズを検討し、SNS 上でつながりのある他者を通じた支援の方向性について検討を行った。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不調に関する投稿が抑制される可能性が示唆された。

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。本論では先行研究とは異なり、大学生の抑うつと抑うつ症状に関連した感情、苦痛といった投稿内容との直接の関連は見出されなかった。一方、研究 3 では、抑うつと投稿内容との関係が、投稿の効果をもとに予想するかによって規定されることが示された。すなわち、投稿することによってカタルシスなどの効果が期待できれば、先行研究と同じように抑うつ症状を抱えた者は自身の症状と関連した内容を投

稿しうるが、逆に投稿することによって対他的な傷つきを予想すれば、抑うつ症状に関連した投稿は抑制されることが示された。また、本論における結果は、抑うつ症状を抱えた学生は抑うつ症状に関連した投稿を行わない可能性を示唆しているが、研究1や研究2の結果からは、抑うつ症状が学業からの逃避や、現実生活から距離を置く姿勢、躁的な防衛、あるいは詩的な表現の増加など、抑うつ症状の内容とは異なる形として Twitter 上に表現される可能性も考えられた。また、先行研究では Twitter 上の投稿内容を規定する要因として抑うつという単一の要因のみしか扱われてこなかったが、本論においては性別、公開設定、個人情報の開示度が Twitter 上の投稿内容に影響を与えることが示され、抑うつの影響以外にも Twitter 上の投稿内容に影響を与える流れがあることが示唆された。加えて、SNS を通じた支援のあり方については、友人や知人、家族、大学教員による支援の方向性を示した。一方、支援方針に関してはサンプル数の低さが課題であることや、SNS 上の他者からのサポートによる効果を検証するための研究などが必要であることが考えられた。

本論の意義は、国内の心理学研究では初めて 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したことである。また、その結果、日本の大学生を対象とした場合には先行研究とは異なる結果が得られる可能性を示唆していること、抑うつと投稿内容との関係が投稿の効果予想によって媒介されることや、抑うつ以外に投稿内容を規定しうる要因を検討しているという点でも意義があると考えられる。次に、大学生の精神的健康に関する研究として、大学に登校しない、あるいは周囲との接触を避けることでその動向を知ることができなかった大学生の精神的健康上の問題が、多くの他者が観察することのできる SNS 上に表現されうることを示唆しているという意義も挙げられる。さらに、支援への応用に関して、抑うつの水準を考慮した支援方針を提案している研究も国内では初めての試みであり、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指摘しているという点でも意義があると考えられる。