

SNS ところ

F3 班

宮城県仙台第三高等学校

近年、SNS が急速に普及し、特に若者の SNS 上での過激な言動が問題となった。そこで私たちは、過激な言動をしてしまう心理について調べることにした。暇つぶしのために SNS を利用し、依存していき、過激化につながっているという仮説を立て、検証するためにいくつかの論文を読んだり、大学に訪問して教授にお話を伺ったりして考えを深めた。まず、利用する際の心理と、インターネット利用と家族関係についての論文を読んだ。次に、欲求の種類と、世界と比べた若者の幸福度と自己肯定感を調べた。その結果、自分に対しての相手の評価を確認するために現実よりも満足度の高い SNS を利用したり、家族や友人との関係がうまくいかないと、インターネットに依存したりする傾向が高いことが分かった。そこから、日本人の若者は対人関係がうまくいかず、寂しさを埋めるために SNS を利用するようになり、現実よりも満足度の得られる SNS に依存し、承認欲求を満たすために過激化してしまうと考えました。そして、このように過激化するのはいの連鎖であるため、現実を充実させることで自己肯定感を満たすことがこれから必要とされることだと考えました。

1 背景

近年、SNS の普及が急速に進んでいる。その結果、暇、かまってほしいなどの遊び半分の軽い気持ちで SNS を始め、利用者がインターネット依存に陥り、周りの状況に目を向けられなくなり、ひとりよがりな考えが増えて過激化に発展してしまうのではないかと考えた。例えば、芸能人の浮気の場合、他人の恋愛事情必要以上に調べて晒上げ、それだけでなく浮気とは関係ない過去まで暴露してその芸能人を社会的に抹殺してしまうことや、事実とは異なる嘘の情報をでっちあげて拡散し、混乱を招いてしまうことなど、いろいろな炎上の事例がある。

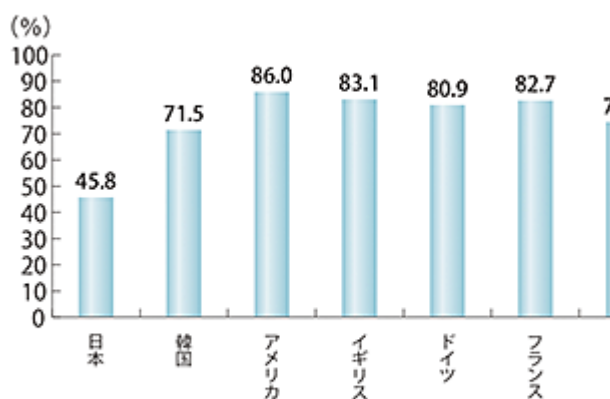
2 材料と方法

渡邊奈保子氏の論文「青年期の SNS 利用における自己開示とその心理的要因」より以下の3つのことが分かった。一つ目は、人と対面すると相手の自分に対する評価がきになるということである。対面時には、相手の表情や声色などを伺うことができるため、その反応を気にしがちになる。よって個人差はあれど対面している相手ありき

の会話をするようになるのである。二つ目は、対面時には自分自身への信頼感が必要であるということだ。反応がすぐに伺えて相手の評価が気になるため、自分を開示するには自分への信頼感つまり自信が必要であるとわかった。三つ目は、SNS と現実で満足度の質の差があるということである。SNS 利用時には、相手の自己開示についてすぐに対応する必要がなく自分のペースでやり取りが行えることに加えて、匿名性により情報を偽ったり脚色できるので、好きなことを好きなだけ発信することができる。これらは対面時のコミュニケーションでは難しいことなので、SNS 利用の満足感が高くなったと考えられる。また、平塚健太氏の論文「インターネット依存傾向と家族機能の関連」より以下のことが分かった。家族との関係性とインターネット依存傾向にはつながりがあるということである。近年の情報機器の普及により、家庭内で子供がスマートフォンやタブレット端末に触れる時間が多くなることで家族関係の希薄化に繋がっている。すると益々利用時間が長くなり、やがて依存していくというスパイラル

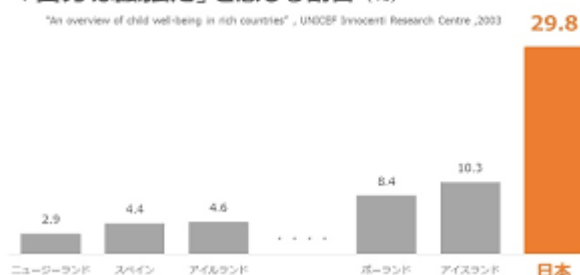
が生まれると考えられる。

図表1 自分自身に満足している



(注)「次のことがあなた自身にどのくらいあてはまりますか。」との問いに「私は、自分自身に満足している」に「そう思う」「どちらかといえばそう」と回答した者の合計。

「自分は孤独だ」と感じる割合 (%)



上：図1 下：図2

またインターネット調査を行った結果、図1の内閣府の自己肯定感調査より自己肯定感の高さがアメリカは86.0%、イギリスは83.1%なのに対し、日本は45.8%と約半分の低さであることが分かった。また図2のunicefのOECD諸国における子供の幸福度調査より、「自分は孤独だ」と感じる人の割合が他の国と比べ日本は29.8%とかなり高いことが分かった。

3 結果と考察

以上のことから、対面時とSNS利用時にはコミュニケーションの仕方に差があり、それが満足感の差につながっているとわかった。対面時と比べてSNS利用時は、気軽に自由なことが発信できるので、満足感が高くなるがそれが過激な

言動につながる可能性もある。また、家族関係が良好でないとインターネット依存の傾向があり、それがさらにSNS利用の満足感を助長させていると考えられる。さらに、日本人は他国に比べて孤独感が強く、自己肯定感が低いことから寂しさを埋めることや、承認欲求を満たすことを目的にSNSに頼っているのではないかと考えた。しかし、それは一時的に欲求を満たすことに過ぎず、根本的な解決にはなっていない。これらを踏まえ、SNS上での過激な言動を防ぐための手っ取り早い方法は、SNS利用時間を減らすことである。具体的な例としては、環境を変えることや、熱中することのできる趣味を探すことなどが挙げられる。そうすることで、対人関係をリセットすることができ、SNSから離れるきっかけにもなり得るだろう。また、今後の展望としては、他国のSNS利用状況を把握しSNS依存と自己肯定感や孤独感との関係性が本当にあるのかどうかを調査していきたいと思う。

【参考文献の書き方】

- 渡邊菜保子, 青年期の SNS 利用における自己開示とその心理的要因, 東京国際大学, 2015 年
- 平塚健太, インターネット依存傾向と家族機能の関連, 順天堂大学, 2013 年
- 平成 26 年度版子ども・若者白書 (全体版), 内閣府, 6 月 30 日, https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h26honpen/tokushu_02.html
- 日本人は世界一孤独!? 驚きのデータ, World CARP JAPAN(カープ)公式 Blog, 6 月 30 日, <http://worldcarp.jp/blog/blog/archives/3012>

