

大学生におけるインターネット依存傾向と 主観的幸福感・自己制御の関連について

渡 邊 卓 巳

問題と目的

厚労省の調査によれば、インターネット依存は急激な増加が見られ、中高生であっても93万人が依存傾向であるという結果を示している。現在、インターネットの長時間使用等による実生活への弊害も明らかで、太田（2003）は学生相談の最近のトピックはインターネットに関するものが多く、インターネット依存は無視できない問題であると指摘している。

本研究におけるインターネット依存傾向とは、鄭（2008）により「インターネットに没入してしまうあまり、コンピュータ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」と定義する。また、本研究においては、自己制御を二次元の構造で捉え、接近と回避による2側面の行動構造からなり、目標に向かって行動を始動させる働きの行動賦活系（BAS）と、否定的な結果を導く行動を抑制する働きを持つ行動抑制系（BIS）の二つの構造をもつものとする。王・加藤（2018）は予防の介入法に焦点を置き、自己制御を媒介し、ネット依存傾向と主観的幸福感について検討しているが、主観的幸福感がネット依存傾向そのものに与えている影響については明らかにしていない。

方 法

そこで、今回の研究では、鄭（2007）のインターネット依存傾向尺度と上出・大坊（2005）の日本語版BIS/BAS尺度、伊藤他（2003）の主観的幸福感尺度を用いて調査を行なった。大学生245名に質問紙による調査を行い、有効回答数は226名（男性83名、女性143名）であり、各変数の関連を明らかにするために相関分析を行った。

結果と考察

変数間の関連を検討するために、ピアソンの相関係数を算出した。相関分析の結果、「インターネット依存傾向」と「主観的幸福感」の間には相関が見られなかった（ $r = .068$, $n.s.$ ）。

「インターネット依存傾向」と「BIS（行動抑制システム）」に弱い正の相関が（ $r = .329$, $p < .001$ ），また、「インターネット依存傾向」と「BAS（行動賦活システム）」にも弱い正の相関が見られた（ $r = .365$, $p < .001$ ）。以上により、日本の大学生のインターネット依存傾向と自己制御、主観的幸福感の関連を検討した結果、現代の大学生はインターネットを通して、依存に陥るリスクを抱えていることが示唆された。また、現代の日本における、インターネット利用者が依存に陥ることへの予防として、ソーシャルサポートの有用性が示された。