

# ケータイ依存と大学生の孤独感との関連

## —ソーシャルメディアの Wechat 利用を例として—

MA Yi

ソーシャルメディアは人気になっている同時に、社会の中でスマホやソーシャルメディアに対する批判の声もますます強くなり、携帯依存やソーシャルメディア依存は使用者の体(例えば視力)だけでなく、使用者の心理にも悪影響を及ぼすと考えられている。このような課題をめぐって、特にケータイ利用と孤独感・人間関係との関連性は注目されて、多くの研究者はそれに関する研究を行った。しかし、研究結果は一致せず、ケータイやソーシャルメディアの利用が孤独感を強めること、ケータイやソーシャルメディアの利用が孤独感を緩和できること、孤独だからこそケータイやソーシャルメディアに依存すること、ケータイやソーシャルメディアの使い方によって効果が異なることなどさまざまな研究成果や理論が出された。

孤独感は個人の自分の人間関係への不満によって生じる。中国大学生の人間関係に関するケータイ利用の中で、ソーシャルメディアの Wechat は一位を占めている。先行研究においてケータイとソーシャルメディアの利用全般に関する研究が多いが、Wechat に焦点を絞った、Wechat 依存と大学生の孤独感との関連に関する研究はまた少ない。また、先行研究では量的調査が多く、大学生のケータイとソーシャルメディアの具体的な利用状況に関する研究が不足である。孤独感は主観的・心理的体験であり、量的調査では孤独な者の心の世界を深く理解することは難しい。

従って、筆者は Wechat 利用を中心に、主に先行研究が提出した 3 つの視角(利用目的、対人恐怖、ソーシャルサポートとインターネットソーシャルサポート)から、J 大学の 5 人の大学生にインタビューをして、ケータイ依存と大学生の孤独感との関連を考察した。

本論文は主に四つの論点がある。

一つ目は、現実逃避を目的とした Wechat 利用は孤独感に悪い影響を与える可能性があり、また、主に人間関係と自己呈示を目的として Wechat を利用しても、依然として孤独が高いかもしれない。

二つ目は、Wechat 依存は対人恐怖を生まず、むしろ対人恐怖によって他人とのオフラインの交流がうまくできず、孤独を感じ、孤独を避けるために徐々に Wechat に依存するようになる。

三つ目は、ソーシャルサポートが低い人は孤独感を感じ、Wechat の利用で高度なインターネットソーシャルサポートを得ることができる(結果的には、高度なインターネットソーシャルサポートによって孤独感を減少する効果が見えないが)。また、Wechat 利用によって高度なインターネットソーシャルサポートを得られるが、ソーシャルサポートは減少する可能性がある。

四つ目は、Wechat 利用は孤独感による心の痛みを緩和することができるが、孤独感そのものを消さない。仮に孤独感が「心の病気」であるとするならば Wechat の利用行為は「鎮痛剤」のようなもので、孤独感という病気による痛みを止めることができ、患者に「少し楽になる」と感じさせるが、病気そのものへの治癒はできない。大学生のメンタルヘルスを注目し、「このケータイから離れない時代において、どのようにケータイを使うと、大学生のメンタルヘルスに有益であるのか？」という質問に本論の研究結果から答えると、孤独感の場合、時にはケータイで孤独感による苦痛を一時的に解消しているようである。しかし、本格的に孤独感から離れるには、やはりケータイではなく、身近な人とのオフラインの交流で「仲がいい、頻繁に会える、一緒にご飯や勉強をしてくれる」人間関係を築かなければならないということである。