

SNS上における対人ストレス

矢島 玲
(文化情報論)

要約

近年、SNS利用により生じるストレスが問題となっている。従来、インターネット上のストレス経験や日常の対人ストレスを検討した研究はあるが、SNS上における対人ストレスを直接扱う研究はみられなかった。そこで、本研究は、SNS上における対人ストレスの種類を把握すること、SNS上における対人ストレスとSNSの利用傾向との関連を検討することを目的とし、大学生179名（男子94名、女子85名）を対象とする質問紙調査を行った。その結果、以下の四点が明らかとなった。第一に、SNS上における対人ストレスは「閲覧状況」「プライバシー侵害状況」「悪口・中傷状況」「投稿状況」「疎外状況」の五つに分類され、最も負担を感じるのは「プライバシー侵害状況」であった。第二に、SNS利用が多い者ほど、SNS上における対人ストレス頻度が多く、精神的健康も低かった。第三に、SNS上の既知の社会的ネットワークが多い者ほど、SNS上における対人ストレス頻度が多く、精神的健康も低かった。第四に、SNSでの交流を利用動機とする者ほど、SNS上における対人ストレス頻度が多く、精神的健康も低かった。以上の結果から、適切なプライバシー意識を身につけること、友人ネットワークによってSNSを使い分けることで、SNS上における対人ストレスが低減する可能性が示唆された。