

<原著>

## 個人性格要因がインターネット依存に与える 影響についての検討

井下七海 信州大学大学院総合人文社会科学研究科  
茅野理恵 信州大学学術研究院教育学系

### 概要

スマートフォンの普及に伴うインターネット依存者の増加が近年の課題となっている。本研究では、インターネット依存に影響を与える個人の要因を検討するにあたって、鄭(2013)が関連要因として指摘している「個人性格の要因」について、量的な調査による方法で明らかにすることを目的とした。その結果、「個人の性格要因」として指摘されていた「内向性」、「心配性」、「消極性」、「依存性」のうち、「内向性」、「心配性」、「消極性」においてインターネット依存傾向に関連性あることが示された。

**キーワード：**インターネット、依存、性格

### 問題と目的

今日、急激な勢いでスマートフォンの普及が広まっている。総務省(2018)の調査によると、6~12歳のスマートフォン個人保有率は30.3%にも及び、小学生であっても4人に1人以上の割合でスマートフォンを保有している事が明らかになっている。また、20代、30代のスマートフォン保有率は90%を超え、現代社会を語るにあたってスマートフォンは欠かせない存在になっている。年々向上していくその機能性や利便性に注目がおかれる一方で、スマートフォンの普及と共にインターネット依存者が増加しているという側面も、目をそらしてはいけない事実である。厚生労働省(2018)は、中高生を対象にインターネットの病的使用者をスクリーニングする8項目からなるテストを行い、結果を同じテストを用いた2012年の調査結果と比較している。その結果、2017年度では、不適応使用者および病的使用者の割合が、中高、男女とも顕著に増加していたと発表している。これは、累計約93万人の中高生が、インターネット依存傾向にある可能性を示唆する結果となっている。学業や仕事の都合上インターネットの利用時間が増加するのは、現代の効率的なツール利用として問題がないように感じる一方で、インターネット依存傾向が高まった結果日常生活に支障をきたす人も存在しており、本人や周囲の人々が生きづらさにつながってしまう現状が問題となっている。

インターネット依存とは、未だに定義が曖昧な概念である。DSM-5でも、インターネット依存に対する正式な診断基準は示されていない。しかしこの「インターネット依存」という言葉を現代的意味で始めに用いたのは、アメリカの精神科医 Ivan Goldberg であると考えられている。Robbie (2019)によると、Ivan は 1995 年、当時の精神科医用の人気掲示板「PsyCom.net」で「internet addiction disorder」という新しい疾患について説明し、インターネット利用を理由に重要な社会活動を放棄することや、「自発的または無意識にキーボードを打つ動作をしてしまう」といった症状を書き込んだ。後にこの書き込みは冗談のつもりであったことを告白しているが、彼のこの発現は当時の精神科医の間で大きな反響を呼んだ。このような周囲の反響を受け、Ivan はネット依存者のためのオンライン・サポートグループも立ち上げている。Young(1998 小田嶋訳 1998)は、インターネット依存者やその関係者の証言を元にインターネット依存についての研究を進めている。その中で、「インターネットを利用し続けるために知人に嘘をついたりごまかしたりする」といったインターネット依存者の多くに見られる現象や、「自らの中毒症状を自覚しても利用を続けようとする」といった回復の過程で課題となってくる事象についても検討している。また、インターネットの中毒的な利用と通常、あるいは許容範囲と言える利用は、利用時間のみで決められるものではないと論じている。そして、研究の過程で、DSM-IV の病的ギャンブルと物質関連障害の基準をベースとしたネット依存テスト「Young20」「Young8」を開発し、これらの尺度は現在多くのインターネット依存に関する研究で用いられている。また、インターネット依存と近い概念であるゲーム依存についても提唱当初から現在にかけて注目され続けており、2022 年 1 月に発行された ICD-11 において、国際疾病として「Gaming disorder」の診断基準が記載された。これは、「ゲームに関して自制ができない」「他の生活上の興味や日常的な活動よりもゲームの優先度が高い」「ゲームによって悪い結果が生じているにも関わらず、ゲームを継続し、またはゲーム使用がエスカレートする」などの病態が 1 年以上続いている場合に診断される。本研究においては、ICD-11 における「Gaming disorder」の診断基準に加え、鶴田・山本・七田・野嶋(2014)がインターネット依存に関する先行研究の多くで共通している概念であると指摘している「心理的な要因や欲求によりインターネット利用に没頭し、利用時間を自分自身で管理、コントロールすることができずに過度な利用を行うことで、それが日常生活や心身に悪影響を及ぼす状態」をインターネット依存の状態における定義として研究を進める。

先行研究においては、Young(1998 小田嶋訳 1998)が「インターネット依存」を衝動制御障害の一種と捉え、また DSM-IV の病的ギャンブルと物質関連障害の基準をベースとした 20 項目(5 段階尺度)から成るインターネット依存テスト「Young20」を開発している。さらに鄭(2013)は、グラウンデッド・セオリー法を用いてインターネット依存傾向形成要因のカテゴリー化を行い、その結果を Young(1998 小田嶋訳 1998)のインターネット依存に対する研究結果と比較し、日本と海外のインターネット依存傾向における異同を論じてい

る。しかし、鄭(2013)の研究は被験者の少なさが課題とされており、作成されたカテゴリーの内容における更なる検討が必要とされている。中でも、Young(1998 小田嶋訳 1998)の先行研究と顕著な差が見られた「個人性格の要因」については、量的研究を行なうことによって、日本特有のインターネット依存傾向形成要因をより明確にすることが可能であると考える。インターネット依存度と「個人性格の要因」としてあげられた性格傾向の特性には関連がある可能性が高いと考えが、鄭の研究を通して可能性が表出したこれらの関連性については、未だ量的な検討がされておらず信頼性の低さが課題となっている。また、自己申告制によるインターネット依存者を対象としていたため、自身で依存傾向にあることを意識していないインターネット依存者においても鄭の研究で明らかとなった個人性格の要因が示されるかは検討されていない。「個人性格の要因」として示された個人の性格傾向との関連性についての調査をより広い対象に対して行い、量的な検討を行うことで、インターネット依存者への理解や症状改善に対するひとつの手がかりになると考える。

よって、本研究では、鄭(2013)がカテゴリー化したインターネット依存傾向形成要因の内「個人性格の要因」としてあげられた各性格傾向について、実際のインターネット依存度との関連性を検討する

## 方法

### 調査対象者

大学生・大学院生 107 名を調査対象とした。全ての回答が分析対象としての条件を満たしていたため、107 名(男性 34 名, 女性 72 名, その他 1 名, 平均年齢 20.67 歳,  $SD=1.72$ )を分析対象とした。

### 調査内容

フェイスシート項目として年齢と性別、所属する学年を尋ねた。インターネット依存傾向を測定する尺度については、Young(1998)が作成したスクリーニングテスト「Young20」の日本語訳版である「IAT: Internet Addiction Test (インターネット依存度テスト)」(以下, IAT) 全 20 項目を用いた。日本語訳版は、独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターTLARの翻訳によるものである。「インターネットに関する以下の質問にお答えください。この場合、利用する機器は、パソコン、携帯電話、スマートフォン、ゲーム機などオンラインで使用するすべてを含みます。各質問の 1~20 について次の 1 から 5 の回答の中から、最もあてはまる番号を 1 つ選び、クリックしてください。自分に関係のない質問であれば「全くない」を選んでください。」と教示し、「1=まったくない、2=まれにある、3=ときどきある、4=よくある、5=いつもある」の 5 件法で尋ねた。個人性格の要因を測定する尺度については、鄭(2013)における、面接中に見られた各要因における特徴的な発言内容に基づき、類似した質問項目で構成されている尺度を使用した。鄭(2013)は「心配性」について、「いろいろと物事を敏感に考えて心配や不安を表す発言」と説明し、具体

的な例として、「みてくれると安心」、「漠然とした不安が強かった」、「嫌われているのではと不安」、「真剣に考えるタイプ」などを挙げている。これらの発言内容を参考に、類似する内容を質問項目としている「新性格検査」(柳井・柏木・国生, 1987)の下位尺度「神経質因子」を用いて、「心配性」の測定を行った。「消極性」については、「あまり活動的でなく家や自分の世界に消極的になっている発言」から定義しており、具体的な例として、「外出が面倒」、「外に出たがらない自分」、「自分の世界に逃げ込む」、「引きこもり」などをあげているため「早稲田シャイネス尺度」(鈴木・山口・根建, 1997)の下位尺度「消極性」を用いて、「行動 [消極性]」の測定を行った。「依存性」については、「ひとりであまくいられなく、孤独感を感じながらネットをしてしまう発言」から定義しており、具体的な例として、「さびしがりや」、「一人で上手く過ごしきれない」、「暇がストレス」などを挙げているため、「対人依存欲求尺度」(竹澤・小玉, 2004)の下位尺度「情緒的依存欲求」を用いて測定を行った。「内向性」については、「心的エネルギーが内向きになっている内向的な発言」から定義しており、具体的な例として、「人見知り」、「本音ではなせる人がいない」、「受け身」、「自分から話しかけない」などを挙げているため、逆転することで内容に類似する「新性格検査」(柳井ら, 1987)の下位尺度「社会的外向性因子」を用いて測定を行った。

#### 調査手続き

インターネット上に Google フォームを用いて調査内容を公開し、縁故法によってデータを収集した。回答に所要する時間は約 15 分であった。

#### 調査期間

2021 年 9 月～11 月に実施した。

#### 倫理的配慮

本調査は、信州大学教育学部研究委員会の審査を通過している(管理番号:21-11)。また、「IAT : Internet Addiction Test (インターネット依存度テスト)」の使用については、久里浜医療センターに使用許可申請を行い、使用許諾を得ている。

## 結果

### 各尺度における記述統計

表 1, 表 2 に各尺度における各因子及び合計の記述統計をそれぞれ示した。また、表 1 に示した IAT の記述統計については、久里浜医療センターの示した得点ごとの区分に従い、20～39 点, 40～69 点, 70～100 点の 3 群に分類したものに加え、合計の記述統計を示した。以降、この 3 群についての名称については、同じ Young(1998)を翻訳し調査に用いている総務省情報通信政策研究所(2013)の研究と同様に、20～39 点を「インターネット依存的傾向低群」、40～69 点を「インターネット依存的傾向中群」、70 点以上を「インターネット依存的傾向高群」と称する。

表1 依存傾向群別 IAT 得点の記述統計

|        | 度数  | %     | 平均    | 標準偏差  | 最小値   | 最大値   |
|--------|-----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 依存傾向低群 | 23  | 21.50 | 33.78 | 4.69  | 24.00 | 39.00 |
| 依存傾向中群 | 75  | 70.09 | 50.73 | 7.89  | 40.00 | 68.00 |
| 依存傾向高群 | 9   | 8.41  | 79.00 | 6.02  | 70.00 | 91.00 |
| IAT    | 107 | 100   | 49.47 | 13.39 | 24.00 | 91.00 |

表2 個人性格の要因の測定に用いた各尺度の記述統計

|                    | 度数  | 平均    | 標準偏差  | 最小値   | 最大値   |
|--------------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 新性格検査：社会的外向性因子     | 107 | 18.89 | 5.07  | 10.00 | 30.00 |
| 新性格検査：神経質因子        | 107 | 23.13 | 5.37  | 10.00 | 30.00 |
| 早稲田シャイネス尺度：行動[消極性] | 107 | 14.59 | 4.85  | 5.00  | 25.00 |
| 対人依存欲求尺度：情緒的依存欲求   | 107 | 37.06 | 11.19 | 11.00 | 58.00 |

### インターネット依存度と個人性格の要因との関連

インターネット依存度と個人性格の要因との関連について検討を行う。先述した従来の方法で IAT の得点ごとに調査対象を分類すると、「インターネット依存的傾向高群」にあたる対象のデータが少なく、分析の信頼性に影響をもたらすため、対象全体における IAT 得点の中央値 47 から、 $\pm 0.5SD$  の範囲で 3 群に分類した。以降、IAT 得点が  $47-0.5SD$  に満たない者の群を「改・依存傾向低群(以降, 改・低群)」、 $47 \pm 0.5SD$  の範囲内にある者の群を「改・依存傾向中群(以降, 改・中群)」、 $47+0.5SD$  を超える者の群を「改・依存傾向高群(以降, 改・高群)」と称し、記述統計を表 3 に示す。

表3 改・依存傾向群別 IAT 得点の記述統計

|      | 度数  | %     | IAT 平均 | 標準偏差  | 最小値   | 最大値   |
|------|-----|-------|--------|-------|-------|-------|
| 改・低群 | 27  | 25.23 | 34.70  | 4.87  | 24.00 | 40.00 |
| 改・中群 | 45  | 42.06 | 49.47  | 3.89  | 41.00 | 53.00 |
| 改・高群 | 35  | 32.71 | 64.71  | 9.86  | 54.00 | 91.00 |
| 合計   | 107 | 100   | 49.47  | 13.39 | 24.00 | 91.00 |

IAT 得点 3 群ごとに、個人性格の要因を測定するために用いた各尺度得点の平均値及び標準偏差を分析した。分析の結果を表 4 に示す。また、依存傾向と個人性格の要因の関連性を検討するために、IAT 得点 3 群を独立変数とした 1 要因 3 水準の分散分析を行った。分散分析表を表 5 に示す。分析の結果、「社会的外向性因子」「神経質因子」の得点において依存傾向群間に有意差が見られた(「社会的外向性因子」:  $F(2,104) = 3.64$ ,  $MSE = 1.01$ ,  $p = .03$ ,  $partial \eta^2 = .07$ , 「神経質因子」:  $F(2,104) = 3.50$ ,  $MSE = 1.01$ ,  $p = .03$ ,  $partial \eta^2 = .06$ )。また、「行動[消極性]」の得点において有意傾向が見られた( $F(2,104) = 2.28$ ,  $MSE = 1.01$ ,  $p = .09$ ,  $partial \eta^2 = .04$ )。そこで Holm 法(5%水準)を用いた多重比較を「社会的外向性因子」「神経質因子」「行動[消極性]」のそれぞれについて行った結果、「社会的外向性因子」において「改・低群」に比べて「改・高群」の得点が有意に低いことが明らかとなった( $p = .025$ ,  $d = .682$ )。一方で、「神経質因子」の尺度得点においては「改・低群」に比べて「改・高群」の得点が有意に高いことが明らかとなった ( $p = .025$ ,  $d = -.671$ )。

表 4 改・依存傾向群別「個人性格の要因」測定尺度の記述統計

| 下位尺度               | 依存傾向 | 度数  | 平均値   | 標準偏差  |
|--------------------|------|-----|-------|-------|
| 新性格検査：社会的外向性因子     | 改・低群 | 27  | 23.41 | 3.85  |
|                    | 改・中群 | 45  | 21.42 | 4.61  |
|                    | 改・高群 | 35  | 20.26 | 5.02  |
|                    | 合計   | 107 | 18.89 | 5.07  |
| 新性格検査：神経質因子        | 改・低群 | 27  | 21.07 | 5.61  |
|                    | 改・中群 | 45  | 23.20 | 5.41  |
|                    | 改・高群 | 35  | 24.63 | 4.72  |
|                    | 合計   | 107 | 23.13 | 5.37  |
| 早稲田シャイネス尺度：行動[消極性] | 改・低群 | 27  | 12.93 | 4.47  |
|                    | 改・中群 | 45  | 14.93 | 4.91  |
|                    | 改・高群 | 35  | 15.43 | 4.87  |
|                    | 合計   | 107 | 14.59 | 4.85  |
| 対人依存欲求尺度：情緒的依存欲求   | 改・低群 | 27  | 35.15 | 11.96 |
|                    | 改・中群 | 45  | 36.87 | 10.02 |
|                    | 改・高群 | 35  | 38.77 | 12.04 |
|                    | 合計   | 107 | 37.06 | 11.19 |

「行動[消極性]」の尺度得点においては、群間の有意差は見られなかった。「依存性」を測定する尺度「情緒的依存欲求」においては、主効果の有意差は見られなかった。この項目に関しては、鶴田ら(2014)の研究によると、他者とのつながりに対して精神的に依存する程度に性差があることが示唆されている。そのため、性別「その他」を選択した者を除く106名のデータを対象に、性別とIAT得点3群を独立変数とした2要因分散分析も行ったが、こちらにおいても有意な差は見られなかった( $F(2,104) = 3.64$ ,  $MSE = 1.01$ ,  $p = .50$ ,  $partial \eta^2 = .02$ )。

表5 個人性格の要因の各測定尺度とインターネット依存傾向の分散分析表

|          |       | 平方和      | 平均平方   | F値    | partial $\eta^2$ | 多重比較 |
|----------|-------|----------|--------|-------|------------------|------|
| 社会的外向性因子 | グループ間 | 152.38   | 76.19  | 3.64* | .07              | 3<1  |
|          | グループ内 | 2174.18  | 20.91  |       |                  |      |
|          | 合計    | 2326.56  |        |       |                  |      |
| 神経質因子    | グループ間 | 192.95   | 96.47  | 3.51* | .06              | 1<3  |
|          | グループ内 | 2859.22  | 27.49  |       |                  |      |
|          | 合計    | 3052.17  |        |       |                  |      |
| 行動[消極性]  | グループ間 | 104.68   | 52.34  | 2.28† | .04              | 1<3  |
|          | グループ内 | 2387.22  | 22.95  |       |                  |      |
|          | 合計    | 2491.91  |        |       |                  |      |
| 情緒的依存欲求  | グループ間 | 202.89   | 101.44 | 0.81  | .02              |      |
|          | グループ内 | 13062.78 | 125.60 |       |                  |      |
|          | 合計    | 13265.66 |        |       |                  |      |

注 自由度はいずれも2, 104であった。

多重比較の項目における表記：1=改・低群, 2=改・中群, 3=改・高群

## 考察

### 本研究の調査における統計上の傾向について

本研究においては、IAT(インターネット依存度テスト)の平均値が49.47を示した。また、Young(1998 小田嶋訳 1998)や総務省情報通信政策研究所(2013)が提示した、従来の依存傾向判定基準に則して考えると、全体で78%以上の者にインターネット依存傾向が見られたことが明らかとなった。八木(2017)は、大学生を対象に総務省情報通信政策研究所(2013)で提示された「Young20」の20項目を使用して測定を行い、65.1%の者にインタ

一ネット依存傾向が見られていることを明らかにしている。また、王・和田(2014)も日本の大学生を対象に、八木(2017)と同様の尺度、同様の区分で調査を行い72.9%の者にインターネット依存傾向が見られることを示した。これらの先行研究と比較すると、インターネット依存傾向にある対象者の割合は増加していることが推察される。新型コロナウイルス感染拡大防止による外出の自粛、スマートフォンやタブレット端末の普及率の上昇などによって、現代社会全体のインターネット依存傾向が上昇しているとも考えられる。また、IAT得点は、あくまで回答者本人の主観に基づいているため本人が自覚している以上にインターネットに依存しており、生活に支障をきたしている可能性もある。セルフチェック尺度で依存度を測定することに対する妥当性については、小寺(2013)も疑問視しているが、今後更なる一般性・汎用性の高い尺度の開発や使用尺度の統一、また問診や観察における他者評価の診断基準がより明確に作成されることで、対象者のインターネット依存傾向が、どれほど生活に問題を生じさせているかをより正確に評価できるようになると考える。

### 個人性格の要因とインターネット依存傾向における関連

**「内向性」との関連** インターネット依存傾向が高い者は、「社会的外向性因子」の得点が有意に低く、一方で「神経質因子」「行動[消極性]」の得点が有意に高いことが明らかになった。これは、インターネット依存傾向にある者が、鄭(2013)の提唱する個人性格の要因「内向性」、「心配性」、「消極性」の特徴を有することを示唆する結果と言える。個人性格の要因「内向性」においては、「心的エネルギーが内向きになっている内向的な発言」(鄭, 2013)を元に定義がなされている。この特徴に当てはまる者は、自己開示や自主的な相手への働きかけを行わずに楽しみ続けることができる娯楽の一種として、インターネットを用いる可能性が高いと考える。インターネット上のコミュニケーションツール、とくにSNSを見ていると、自己開示的な投稿を多く見かける。そのため、そのような投稿の一覧を辿っていると、むしろ外向的な人間が多く集まっているのではないかと錯覚することがある。しかし、実際に大学生を対象にSNSの利用目的を調査した際、「発信」や「対話」とは顕著に差を付け、一番主な目的として大多数の回答を占めたものは「閲覧」であった(井下, 2020)。この事からも、SNS利用者においては自己開示的に発信を行っている者だけでなく、基本的には情報を閲覧することを目的として利用する者も多く存在している。特に内向的な性格特性の者は、自主的な投稿や他者との対話はあまり行わず、それらの投稿を閲覧することで楽しんでいることが推察される。

**「心配性」との関連** インターネット依存傾向が高い者は、依存傾向が低い者に比べて「神経質因子」の得点が有意に高いことが明らかになった。これは、インターネット依存傾向にある者が、鄭(2013)の提唱する個人性格の要因「心配性」の特徴を有することを示唆する結果となる。個人性格の要因「心配性」においては、「いろいろと物事を敏感に考えて心配や不安を表す発言」(鄭, 2013)を元に定義がなされている。この特徴に当てはまる者は、日常の中で感じる些細な不安や心配を解消するツールとして、インターネットを用い

る可能性が高いと考える。例えば、インターネットを使用することで、災害に対する予防策や感染症予防に効果的な方法など、物理的に自身の身を守る最新の情報を即座に入手することができる。また、対人関係に不安を感じることが多い者は、Twitter や Instagram など相手の投稿を検索することで、相手の心情や動向を察知するために用いる可能性も大いにあると考える。心配性の性格特性を持つ者が、SNS などインターネット上のチャットツールを用いて誰かとよく連絡を取っている場合、対人関係上の不安から、「すぐにメッセージを返さなければ」「相手からメッセージが来たらすぐに確認しなければ」という思いが高まると推測する。その結果、端末画面から目を反らせなくなってしまい、最終的にインターネット依存傾向が高まると考える。

**「消極性」との関連** インターネット依存傾向が高い者は、依存傾向が低い者に比べて「早稲田シャイネス尺度：行動[消極性]」の得点が有意に高いことが明らかになった。これは、インターネット依存傾向にある者が、鄭(2013)の提唱する個人性格の要因「消極性」の特徴を有することを示唆する結果となる。個人性格の要因「消極性」においては、「あまり活動的でなく家や自分の世界に消極的になっている発言」(鄭, 2013)を元に定義がなされている。この特徴に当てはまる者は、物理的な人との関わりを持たずに娯楽や情報収集等の欲求を満たす手段として、インターネットを多く用いる可能性があると考えられる。また、インターネット依存傾向が、生活に支障をきたす程まで高まる前の段階においては、「消極性」の性格特性を持つ者であっても、仕事や授業などにより「やむを得ず」社会で活動をしている可能性は大いにある。その際、周囲との世間話といった言語的なコミュニケーションはもちろん、目が合う、会釈をするといった非言語的なコミュニケーションの機会も必要最低限に抑えるために、手元のスマートフォン端末、ひいてはインターネットの世界へ逃げ込むという手段を用いる可能性もあると考える。このような使用法を繰り返すことで、結果的にインターネット依存傾向が高まると考える。

**「依存性」との関連** 「対人依存欲求尺度：情緒的依存欲求」の得点と、インターネット依存傾向の有意な関連性は示されなかった。この結果の要因として、本研究の対象者において IAT の得点が 70 点を超える者、すなわち従来の研究において「依存傾向高群」の基準にあたる者が少なかったことが影響していると考えられる。インターネット依存によって、社会的な支障を感じている者や、IAT 得点などからインターネット依存傾向が高いと判断された者を対象として、十分なデータ数を集めた上で再度調査を行うことで、改めて個人性格の要因「依存性」とインターネット依存傾向の関連性をより正確に検討できると考える。また、「対人依存欲求尺度」を作成した竹澤ら(2004)の研究では、大学生・短大生を対象に調査を行った結果、本研究で使用した下位尺度「情緒的依存欲求」において男性に比べて女性の方が有意に高い得点を示していた。対して、本研究ではこの尺度における有意な性差は見られず、特に先行研究と比較すると女性の得点が低い値を示している。このように、女性における個人性格の要因「依存性」にあたる特徴が低い値を示している

ことも、仮説に反し、先行研究から推測されるものと異なる結果が示された原因のひとつとして影響している可能性もあると考える。個人性格の要因「依存性」は、「ひとりであまりいられなく、孤独感を感じながらネットをしてしまう発言(鄭, 2013)」を元に定義がなされている。よって、この特徴が低い値を示すということは、「他者から適度に距離を保ち、精神的に独立している」状態であると考えることができる。今回調査対象となった学生の多くは、新型コロナウイルス感染症の影響により、物理的に他者との接触を減少させられる機会も多く存在したと考える。その中で、他者と直接・間接問わずリアルタイムに関わりを持つことなく、一人の時間を過ごすことに対して徐々に適応した結果、本研究のような数値を示した可能性がある。そのため、現代社会において個人性格の要因「依存性」にあたる性格の特徴を持つことは、インターネット依存傾向を上昇させる要因とはなり得ない可能性があると考えられる。

「依存性」とインターネット依存傾向の関連性を一見示唆するように思われる研究としては、総務省(2014)によるインターネット利用目的と依存傾向の調査が挙げられる。この調査によると、インターネット利用目的として「コミュニケーション」を選択した者が、インターネット依存傾向も他コンテンツと比較して最も高い値を示している。また、総務省情報通信政策研究所(2018)の日本人を対象にした調査によると、日本の若年層においては SNS の利用がインターネットの利用時間上最も多く、この結果を受けて橋元(2018)は「利用時間からすれば、日本では SNS 依存が最も多い可能性が高い」との見解を示している。これらの先行研究に基づくと、他者とのつながりを希求する「依存性」がやはり高いのではないかという印象も拭えない。しかし、これらのコミュニケーションツールの利用に対して、橋元(2018)は「単に心理的なつながりの確認という側面だけでなく、アクセスしない場合仲間はずれにされる不安、陰で悪口を言われる不安から、頻りに連絡を取っていないと落ち着かないという心理」の影響も考えている。自主的に「他者とのつながり」を希求するというよりは、「他者とながら時間を作ることで関係性に支障が及ぶこと」を恐れる心理がコミュニケーションツールの使用を促進していると考えれば、「依存性」とはまた別の要因でインターネット依存傾向が上昇していると考えられることができる。また、「一人でいられない、孤独を感じやすい」特徴を持つ対象であっても、リアルでのコミュニティに所属することや、家族など身近な存在と頻りに接触することが可能であれば、対面上の人間関係を通してその欲求を満たすことができる。現代社会の情勢においても可能な範囲で対人接触を行うことで、「依存性」の性格特性から生じる欲求を満たしているのであれば、顕著にインターネットに依存することは避けることが可能であると考えられる。一方で、鄭(2013)の提示したインターネット依存に陥る要因のモデルにおいては、「対人関係の要因」内の下位項目として「希薄的関係」が示されており、また「家族的機能の要因」内の下位項目として「遠慮型(概念：親には自分たちの意思をつたえることができず、親とのコミュニケーションをすることへの遠慮を示す発言)」が示されている。本研

究では明確な結果に表れなかったが、「依存性」の性格特性を持ち、かつ現実での対人関係において欲求を上手く満たせていない状況にある場合は、インターネット依存に陥る可能性がある。よって、今後の研究においては、個人性格の要因「依存性」と、人的環境面との相互作用についても検討する必要があると考える。

### 本研究のまとめ

本研究は、鄭(2013)がカテゴリー化したインターネット依存傾向形成要因の内個人性格の要因としてあげられた「内向性」、「心配性」、「消極性」、「依存性」と、実際のインターネット依存度の比較を行い、それらの関連を検討することを目的として行った。その結果、個人性格の要因「内向性」、「心配性」、「消極性」とインターネット依存傾向の関連性が示された。「内向性」の高さ、「心配性」の高さ、「消極性」の高さが、インターネット依存傾向を高めることを示唆するものであった。また、「依存性」の特徴を持つ者のインターネット依存傾向が高い値を示すと考えたが、「依存性」とインターネット依存度の値に関連は見られなかった。鄭(2013)が主張したとおり、Young(1998 小田嶋訳 1998)が提唱したインターネット依存に陥りやすい性格傾向の特徴「自信家、単独活動、感情的反応が強い」と、現代日本におけるインターネット依存の要因となる可能性がある性格傾向との異同が、より一般的に示された。

「心配性」に示されているとおり、インターネット依存傾向に陥りやすい人は、比較的自分の考えや状況に自信が持てず、不安を感じやすい性格の特徴を有している可能性が高い。この点においては、Young(1998 小田嶋訳 1998)の提唱した特徴である「自信家」とは一見正反対の特徴を有することが示唆されているように思われる。しかし、他者の視点からは「自信家」であるように映る者の中には、周囲に対して弱みを見せることを恐れ、虚勢を張っている者も存在する可能性がある。そのような人物であれば、内心で対人関係や、その他些細なことに対して不安をおぼえ、対面上で人を頼らず、言い換えれば人に弱みを見せずに情報を収集することが可能であるインターネットの利用を積極的に行う可能性は高いと考える。また、Young(1998 小田嶋訳 1998)は、依存者の人物像として「独断的」「大胆」といった自信家に類する特徴が見られたことを明示しているが、これらの特徴は、調査においてインターネット依存者に自分の基本的な性格を述べてもらったものである。当時のアメリカで、依存者自身の発言から多く見られた性格傾向である点においては興味深い。主観の混ざったこの性格傾向が正確なものであるかは、疑問が残る点である。同じく依存者の主観に基づいた方法ではあるが、逃避目的に焦点を当てたYoung(1998 小田嶋訳 1998)の調査においては、「インターネットを利用するにあたって何から逃避しようとしたのか」という旨の質問に対して、「不安」という回答が上位10項目の内に入っていたことが示されている。この事からも、インターネット依存者に内在する心理の中には「心配」「不安」といったものがあり、彼らの自覚している「自信」が脅かされる機会が多ければ多いほど、依存に陥る可能性も高いと考える。この推測が正しければ、

1990年代のアメリカにおけるインターネット依存者と現代日本のインターネット依存者を比較した時に、依存の要因となる性格傾向として「心配性」にあたる特徴はむしろ共通していたのではないかと考える。

「単独活動」的な性格の特徴については、「内向性」、「消極性」が高く、自発的な他者との接触を避ける傾向にある様な、本研究におけるインターネット依存傾向に陥りやすい対象の性格とも類似する部分であることが示唆された。「感情的反応が強い」性格の特徴においては、本研究の結果のみではその全貌について言及することが困難である。しかし、「心配性」で示されたような、些細なことに対してすぐに不安が喚起される点においては、この特徴に合致していることが示唆されている。反対に、「内向性」で示されるように、例え感情が強く喚起されていても、それを他者の前ではあまり表現しない傾向にある場合、外部的に観察できる反応としては弱い傾向を示す可能性もあると考える。また、負の感情だけでなく、正の感情を喚起する状況下における反応については、本研究の結果のみでは言及することができない。本研究で取り上げた個人の性格要因とは別の視点から、「感情的反応の強さ」とインターネット依存傾向の関連性を検討することで、この特徴が現代社会においても適用するかを明らかにすることができると考える。

総合して、従来のアメリカにおける依存傾向に陥りやすい対象の性格と、現代日本の若者におけるインターネット依存傾向に陥りやすい対象の性格は、年代や文化を問わず、共通する点がある可能性が示唆された。しかし、我々とインターネットの関係性は年々変化し続けている。本研究の結果インターネット依存との関連性が示された3つの個人性格の要因も、今後年代の変遷を経て、インターネットを取り巻く環境が変わるにつれて、依存傾向との関連性に変化が生じる可能性がある。よって、インターネット依存の予防や症状改善のためにも、今後も環境の変遷に合わせて持続的に調査を行い、その年代に即した「個人性格の要因」となる性格の特徴を随時アップデートする必要があると考える。

### 今後の課題

本研究の限界点と今後の課題として、以下の2点を挙げる。

第1に、本研究の調査対象者のうち、大多数がひとつの大学・ひとつの学部・ひとつの学部に所属する学生に集中していることである。縁故法を用いたデータ収集により生じた限界点であると考えられる。また、今回はインターネット使用者として主要な年代層であることに加え、鄭(2013)の研究において「日本とアメリカの青年の性格の違いや文化の違い」が見られた項目の検討であることも考慮して調査対象を大学生・大学院生に限定した。しかし、総務省(2021)の調査によると、統計上最も若年層である6~12歳のインターネット利用率が増加しており、2018年度は67.1%であったのに対し、2020年度は80.7%の対象者がインターネットを利用していることが示された。このように、昨今ではより広い年代層でインターネットの使用率が増加している。そのため、今後の研究においてはより広い地域・より広い年代層に対して調査を行い、現代日本における依存傾向の要因をより詳細に検討してい

く必要があると考える。

第2に、インターネット依存度を測定するために使用した尺度において課題が生じている点を挙げる。IATの原文が作成された時代と現代においてでは、インターネットの利用形態が大きく変化している点である。ICT教育の発展やデジタル庁の設立からもわかるとおり、現代においてはインターネット利用自体が必須である。娯楽ツールとしての利用については当然必須では無いものの、学業や仕事など、リアルコミュニティのシステム上インターネットのない生活が厳しくなりつつあると考える。そのように、インターネットの必要性が上昇している現状においては、1990年代に作成された尺度で「インターネット依存」を測定するだけでは、測定結果の正確性に欠ける可能性がある。インターネット依存傾向を測定するための新しい尺度は複数開発されている。小寺(2013)は、インターネット依存研究における尺度作成の問題点として、「定義の不在」をそのひとつに挙げているが、類似する概念である「Gaming disorder」がWHOにより認定されたことにより、今後は定義の統一化が進むと考える。よって、今後もより妥当性の高い新たな尺度や、より明確な他者評価における診断基準が作成されることが期待できる。これらのインターネット依存を測定する新しい基準を用いて研究を重ね、より詳細に調査結果を検討していくことで、正確にインターネット依存と個人性格の要因における関連性を明らかにすることが可能であると考える。

#### 引用文献

- 独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター「IAT: Internet Addiction Test (インターネット依存度テスト)」 Retrieved from <https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/iat.html> (2021年7月17日)
- Gonzalez, R. (2019). デジタル機器の利用は、ウェルビーイングにとって本当に「悪」なのか? Retrieved from <https://wired.jp/2019/03/14/tech-addiction-debate-all-wrong/> (2021年12月20日)
- 橋元良明 (2018). ネット依存の現状と課題—SNS 依存を中心として— ストレス科学研究, 33, 10-14.
- 井下七海 (2020). インターネット依存傾向と SNS の利用目的・個人の性格特性における関連性の検討 信州大学教育学部卒業論文, 未公開.
- 小寺敦之 (2013). 「インターネット依存」研究の展開とその問題点 東洋英和女学院大学人文・社会科学論集, 31, 29-51.
- 厚生労働省 (2018). 飲酒や喫煙等の実態調査と生活習慣病予防のための減酒の効果的な介入方法の開発に関する研究 厚生労働科学研究成果データベース Retrieved from <https://mhlwgrants.niph.go.jp/niph/search/NIDD00.do?resrchNum=201709021A> (2021年12月13日)

- 総務省 (2014). 平成 26 年度版情報通信白書 Retrieved from <http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h26/html/nc143110.html> (2021 年 12 月 13 日)
- 総務省 (2021). 令和 3 年版情報通信白書 Retrieved from <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r03/pdf/01honpen.pdf> (2021 年 12 月 14 日)
- 総務省情報通信政策研究所 (2013). 青少年のインターネット利用と依存傾向に関する調査 調査結果報告書 Retrieved from <http://www.soumu.go.jp/iicp/chousakenkyu/data/research/survey/telecom/2013/internet-addiction.pdf> (2021 年 12 月 14 日)
- 鈴木裕子・山口創・根建金男 (1997). シャイネス尺度(Waseda Shyness Scale)の作成とその信頼性・妥当性の検討 カウンセリング研究, 30, 245-254.
- 竹澤みどり・小玉正博 (2004). 青年期後期における依存症の適応的観点からの検討 教育心理学研究, 52, 310-319.
- 瀧一世 (2013). インターネット依存とその測定について—インターネット依存傾向尺度作成の試み— 奈良大学大学院研究年報, 18, 83-91
- 鄭艶花 (2013). 若者のインターネット依存傾向形成要因と特徴に関する心理学的研究 — グラウンデッド・セオリー法を用いて— 九州共立大学総合研究所紀要, 6, 19-26.
- 鶴田利郎・山本裕子・七田麻美子・野嶋栄一郎 (2014). 高校生向けインターネット依存傾向測定尺度の開発 日本教育工学論文誌, 37, 491-504.
- 浮田徹嗣 (2015). 性格に与える遺伝的要因と環境的要因に関する考察—心的現実の再発見— 横浜市立大学論叢人文科学系列, 66, 23-39.
- 王霞・和田正人 (2014). 中国と日本の大学生のインターネット依存傾向 東京学芸大学紀要. 総合教育科学系, 65, 437-458.
- 八木成和 (2017). 大学生のインターネット依存と性格特性との関連について 四天王寺大学紀要, 64, 82-73.
- 柳井晴夫・柏木繁男・国生理枝子 (1987). プロマックス回転法による新性格検査の作成について (I) 心理学研究, 58, 158-165.
- Young, K. (1998). *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery*. John Wiley & Sons (小田嶋由美子(訳)『インターネット中毒—まじめな警告です』毎日新聞社)