

女子大学生のスマートフォン依存と孤独感が 社会的スキルに及ぼす影響

Effects of Smartphone Addiction and Loneliness on Social Skills among Female University Students

高橋 和文¹⁾ 奥村 瑞季¹⁾ 稲嶋 修一郎²⁾
Kazufumi TAKAHASHI Mizuki OKUMURA Shuichiro INASHIMA

Abstract:

This study was intended to determine 1) the current level of smartphone dependence among female university students and 2) the interaction effect of smartphone dependence with loneliness on social skills.

This study determined that 42.6% of female university smartphone owners were smartphone-dependent. The duration of smartphone use and its dependence scores increased in the order of when the phone was acquired: elementary school > middle school > high school.

The social skills score showed a significantly negative correlation with the smartphone dependence score ($r = -0.217, p < 0.05$) and the loneliness scale score ($r = -0.453, p < 0.001$), respectively. On the contrary, the smartphone dependence score and the loneliness scale score showed no significant correlation. Therefore, considering the social skills score as the dependent variable and the smartphone dependence score and loneliness scale score as explanatory variables, a hierarchical multiple regression analysis was conducted, and an interaction effect was found between the smartphone dependence score and the loneliness scale score. These results suggest that for a generation that has been exposed to smartphones since childhood, everyone is at a risk of becoming smartphone-dependent, and that smartphone dependence, combined with loneliness, leads to a decline in social skills.

I. はじめに

総務省の令和2年情報通信白書によると、世帯におけるスマートフォン（以下スマホ）の保有率は83.4%となり、個人におけるスマホの保有率は67.6%となっている。いまやス

マホは、そのデザインと設計も含め身近な所有物となり、その利便性と合わせて、生活に欠くことのできないツールとして日常生活に浸透している。スマホの使い方も、家族や友人とのコミュニケーションツールだけでなく、

¹ Kinjo Gakuin University

² Aichi Prefectural University

LINEやメール、SNSやオンラインゲームなどの双方向の使用、電子決済や日常生活に関わる様々なアプリケーションによって身近に多様化している。大学生活においてもスマホは、授業中の課題やコメントの提出、出席の確認などにも活用されており、大学生にとって必須のアイテムと言える。大学生を対象とした先行研究においても、スマホの保有率は、98.4%（稲嶋・堀尾，2019）や100%（大道ほか，2020）となっている。このようにスマホの存在が日常的に身近な存在になるとともに問題となってきたのが、スマホ依存やスマホ利用に伴うインターネット依存である（本研究では、スマホを利用したインターネット依存もスマホ依存に含めることとする）。

学生が1日に使用するスマホの時間は、大塚ほか（2014）の報告では、1日4時間以上が58.3%、10時間以上が9.5%とされ、稲嶋・堀尾（2019）の報告では、平日で平均3時間42分、休日で4時間53分、大道ほか（2020）の報告では平均6.18時間とされている。大学生のスマホ依存についても、スマホ保有者の約半数が依存傾向にあること（片山ほか，2016、稲嶋・堀尾，2019）や、75%がスマホ依存もしくはスマホ依存傾向にある（大道ほか，2020）との報告もある。そして、大学生のスマホ依存は、依存傾向が低い者であっても生活リズムの乱れや睡眠習慣の悪化を引き起こしており、さらに依存傾向が高い者は一般的にスマホの使用を控える場面でも使用するなどの特徴が指摘されている（栗原ほか2014、稲嶋・堀尾，2019）。また、栗原ほか（2015）は、女子学生は男子学生よりもスマホ依存傾向が高くなることを示している。そして、スマホ依存度が高いほど、直情径行性（いらいら・短気）、抑うつ、心身症、神経症といった精神面の不調をもたらすことを指摘している。これらの研究より、大学生のスマ

ホ依存は、生活習慣を乱すだけでなく精神面に不調をきたすリスクもあり、相対的に女子学生のリスクが高いと考えられる。

大道ほか（2020）は、大学生のスマホの使用状況を調査し、孤独感や社会的スキルとの関係を調べている。スマホ依存群の社会的スキルは、非依存群や依存傾向群よりも孤独感との間に高い負の相関関係があることも示されている。Nichols and Nicki（2004）は、重回帰分析により、家族および社会的孤独感と退屈傾向がインターネット依存症スケール（IAS）と有意に相関していることが明らかになっている。これらの先行研究は、孤独感が大きいと社会的スキルが低くなることを示していると同時に、孤独感とスマホ依存は、交互に作用しながら影響することを示唆する。本研究で着目するのは、孤独感とスマホ依存の交互作用が、社会的スキルに及ぼす影響である。

社会的スキルは、他者と協働する力とされる（OECD，2015）。社会的スキルを高く有している人は、人生の様々な面での適応的な結果（石井，2014）として、他者と上手く関わることができる。そのため、社会的な適応が求められる仕事面や学業成績などに関連する。一方で、社会的スキルの不足は、他者との関係を上手く築くことができず、人と関わることが煩わしく不快なことになるので、他者との関わりを避けようとする。そのため、抑うつや孤独感など、精神的な面の不適応状態とも関連する。菊池（1988）は、対人関係を円滑に営むスキルとして社会的スキルを総体的に測定する尺度KiSS-18（Kikuchi's Scale of Social Skills: 18 items）を開発している。このKiSS-18の得点は、他の尺度との関係も分析されており、シャイネス、対人不安、孤独感、むなしさ感、ストレスなどの消極的な体験とはマイナスの関係になるとしている（菊

池・長濱, 2008)。

社会的スキルに対してスマホ依存と孤独感が交互作用を及ぼすのであれば、スマホ依存は直接的もしくは間接的にでも日常生活における他者との関わりに影響を与えることになる。大学生のスマホ利用は、社会的スキルにメリットを及ぼすとの報告もある（牛ほか, 2021）。この根拠として、FacebookやTwitterに関するネット・リテラシーの習得（叶ほか, 2016）を挙げている。そして、大学生のスマホ利用は、「スマホ上の対人関係は安心した交流の場と捉えられており、人間関係を構築する」ことのできるコミュニケーション・対人関係にもメリットがあるとされる。しかしながら、これらの研究で対象としているコミュニケーション・対人関係や社会的スキルは、スマホ上あるいはインターネット上の関係を想定している。スマホやインターネットを利用して他者との繋がりを図ることは、それらの使用時間を増やすことになり、スマホ依存になるリスクをはらんでいるとも考えられる。アンデシュ・ハンセン（2020）は、その著書「スマホ脳」の中で、「スマホは私たちの最新のドラッグである」と警鐘し、「睡眠、運動、そして他者との関わりが、精神的な不調から身を守る3つの重要な要素」であるとしている。また、子どもや若者へのアドバイスとして、「スクリーンタイムを制限し、代わりに別のことをしよう」として、具体的には「仕事や勉強以外でスマホ他のスクリーンに費やしていいのは最長2時間」、「宿題をする、運動をする、友達に会うなど」、「別のことをする時間を設けること」としている。つまり、スマホ依存に陥らないようにするには、リアルな対面での対人関係が重要になると考えられる。本研究では、社会的スキルをスマホやネット上ではなく、対面における他者との関わりとして捉え、KiSS-18を用いて

評価する。また、スマホ依存は、スマートフォン依存スケール（短縮版）（SAS-SV）（Kwan, M.ほか, 2013）を用いて評価する。また、孤独感は、先行研究（大道ほか, 2020）と同様に日本語版UCLAを用いて、スマホ依存との交互作用や社会的スキルに及ぼす影響を調査する。

以上より、本研究では、女子大学生のスマホ依存の現状を把握し、孤独感との交互作用が社会的スキルに及ぼす影響を明らかにすることを目的とする。

II. 方法

1. 対象

2023年に、A県の私立K大学の人間科学部の女子学生を対象として、googleフォームを活用してアンケート調査を実施した。195名を対象とし、166名から回答を得られた（回収率85.1%）。このうち有効回答は155名であった。

2. 調査方法

無記名式のアンケート調査とした。対象学生には、調査実施者が調査内容についての説明用紙を配布した後、口頭で説明を行った。調査内容の用紙には、研究の目的、方法、調査実施者、倫理的配慮等を記載した。対象者は、調査内容を理解した上で、同意ができる場合のみ回答をした。

3. 調査内容

アンケート調査の内容として以下の項目を設定した。

- (1) 属性：年齢、学年、学科
- (2) スマートフォンの入手時期と使用時間に関する項目
- (3) スマートフォン依存スケール（短縮版）SAS-SV（Kwan, M.ほか, 2013）

- (4) 日本語版UCLA孤独感尺度(舛田ほか, 2012)
- (5) 社会的スキルKiSS-18(菊池, 1988)

スマートフォンの入手時期と使用時間に関連する項目

スマートフォンの入手時期については、「1. スマートフォンを初めて入手したのはいつですか。」という質問に対して、「小学校」、「中学校」、「高校」、「その他」の中から回答を求めた。スマートフォンの使用時間については、「2. スマートフォンの1日の使用時間はどれくらいですか(回答例, 1時間30分など)。」という質問に対して、自由記述での回答を求めた。

スマートフォン依存スケール(短縮版) SAS-SV

スマートフォン依存スケール(短縮版) SAS-SVについては、館農(2019)に詳しいが、韓国のKwan, M.やKim, D.J.らのグループが開発したスマホ依存スケール(Smartphone Addiction Scale: SAS)の思春期用のSAS短縮版(SAS-SV)として開発された(Kwan, M.ほか, 2013)。本研究では、独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターのホームページで紹介されている日本語版を活用した。

日本語版UCLA孤独尺度

孤独感については、舛田ほか(2012)によって翻訳された日本語版のUCLA孤独感尺度を用いた。ベースとなっている英語版のUCLA孤独感尺度(D.W.Russell, 1996)は、20項目の質問からなり4件法による回答を求めている。日本語版では、「常にある」から「決してない」を4点から1点に換算して、合計点が高いほど孤独感尺度が高いことをあらわす。

社会的スキルKiSS-18

社会的スキルは、菊池(1988)のKiSS-18(Kikuchi's Scale of Social Skills)を用いた。18の質問項目からなり5件法による回答を行う。「いつもそうだ」から「いつもそうでない」を5点から1点に換算し、合計得点が高いほど社会的スキルが高いことをあらわす。

4. 統計処理

集計された対象者のデータは、ピアソンの積率相関により相関係数を求めた。

スマホの入手時期から見た各調査項目の比較は、一元配置分散分析を行った。有意差が認められた場合の事後検定は、Tukeyを用いた。

社会的スキルに及ぼす孤独感尺度とスマホ依存の交互作用を検討するために重回帰分析を行った。具体的には、社会的スキルを従属変数とし、Step 1に孤独感尺度とスマホ依存得点、Step 2に孤独感尺度とスマホ依存得点の交互作用を独立変数として、階層的重回帰分析を行った。多重共線性を避けるため独立変数は、中心化の処理をした。

交互作用が有意であった場合は、その詳細を分析するために単純傾斜分析を行うこととした。本研究では、孤独感に及ぼすスマホ依存の影響を捉えるため、調整変数はスマホ依存に設定した。具体的には、スマホ依存の得点が平均 ± 1 標準偏差である場合の孤独感尺度得点にかかる偏回帰係数を算出した。

いずれの検定においても、有意水準は5%未満に設定した。統計処理には、JASP(0.17.2.1)を使用した。

5. 倫理的配慮

本研究は、金城学院大学の「人を対象とした研究倫理審査委員会」の承認を得て実施した。

Ⅲ. 結果

1. 基本統計量

対象となった女子大学生で、有効回答155名のスマートフォン所有者は100%であった。

平均年齢は、平均18.34歳（SD0.73）であった。

スマホの入手時期は、小学校41人（26.5%）、中学校75人（48.4%）、高校39人（25.2%）であった。

スマホの1日当たりの使用時間は、平均5.42時間（SD2.50時間）であった。

スマートフォン依存スケールSAS-SVの得点は、平均31.6（SD8.60）であった。

孤独感尺度得点は、平均42.50（SD10.10）であった。

社会的スキルKiSS-18得点は、平均58.15（SD12.12）であった。

2. 相関関係

スマホの使用時間、スマホ依存得点、孤独感尺度得点、社会的スキル得点の各項目間の相関関係は、表1に示した。この中で、スマホ依存得点と社会的スキル得点の間に、 $r = -0.217$ で5%水準の有意な負の相関関係が認められた。また、孤独感尺度得点と社会的ス

キル得点の間には、 $r = -0.453$ で0.1%水準の有意な負の相関関係が認められた。

3. スマホの入手時期から見た各項目の比較

スマホの入手時期別に各項目の比較をおこなった。スマホの使用時間は、入手時期が小学校>中学校>高校の順に高くなり、入手時期が早いほど、スマホの使用時間が長くなる傾向があった。スマホ依存得点も、入手時期が小学校>中学校>高校の順に高くなり、入手時期が早いほど、スマホ依存得点が高くなる傾向があった。孤独感尺度得点は、入手時期が小学校>高校>中学校の順に高くなり、小学校と中学校の間に5%水準で有意差が認められた。社会的スキル得点は、入手時期が中学校>小学校>高校の順に高くなった。

4. 重回帰分析の結果

社会的スキル得点を従属変数に、Step 1として、スマホ依存得点と孤独感尺度得点を独立変数とした重回帰分析を行い、また、Step 2として、社会的スキル得点を従属変数に、スマホ依存得点と孤独感尺度得点の交互作用を独立変数とした階層的重回帰分析の結果は、表3に示した。

表1 各項目間の相関関係

	スマホ使用時間	スマホ依存得点	孤独感尺度得点
スマホ依存得点	0.138	-	-
孤独感尺度得点	0.064	0.116	-
社会的スキル得点	-0.078	-0.217*	-0.453***

* $p < 0.05$, *** $p < 0.001$

表2 スマホの入手時期から見た各項目の比較

	小学校	中学校	高校	多重比較の結果
スマホ使用時間	5.70 (2.77)	5.48 (2.31)	5.01 (2.55)	
スマホ依存得点	33.61 (8.06)	31.20 (9.01)	30.44 (8.20)	
孤独感尺度得点	45.05 (9.81)	40.36 (9.59)	43.90 (10.73)	*小学校・中学校 $p < 0.05$
社会的スキル得点	57.56 (13.66)	59.21 (10.58)	56.71 (13.26)	

階層的重回帰分析の結果から、スマホ依存得点と孤独感尺度得点の交互作用の決定係数の増分は、0.021 (2.1%) で、 $F=4.206$, $p=0.042$ から、5%水準で有意差が認められた。この結果は、社会的スキルを説明する上で、スマホ依存得点と孤独感尺度得点の交互作用は、重要であると言える。Step 2の決定係数は、0.254、自由度調整済み決定係数は、0.239であった。ダービン・ワトソン比は、2.057のため、残差は独立性を有すると判断できる。

交互作用の結果は、標準化されていない偏回帰変数が、 -0.022 , $p=0.042$ のため、スマホ依存と孤独感尺度は、5%水準で有意差が認められた。また、VIFも1程度のため多重共線性も認められなかった。

5. 単純傾斜分析の結果

階層的重回帰分析の結果より、交互作用が有意であったため、その詳細を検討するために単純傾斜分析を行った(図1)。具体的には、スマホ依存得点が平均±1標準偏差である場合の孤独感尺度得点にかかる偏回帰係数を算出した。その結果、スマホ依存得点が高い場合には、孤独感尺度得点と社会的スキル得点の間に0.1%水準で有意な負の相関関係

が認められた(偏回帰係数 $= -0.23$, 標準化偏回帰係数 $= -0.57$, $p<0.001$)。また、スマホ依存得点が高い場合には、孤独感尺度得点と社会的スキル得点の間に5%水準で有意な負の相関関係が認められた(偏回帰係数 $= -0.31$, 標準化偏回帰係数 $= -0.26$, $p<0.05$)。

IV. 考察

スマートフォン依存依存得点 (SAS-SV)

本研究の対象者のスマホ所持率は100%であり、現在の女子大学生にとってスマホは必須のアイテムと言える。本研究のスマホ依存得点は平均31.6 (SD8.60) となり、スマホ依存と判断される33点以上は66名 (42.6%) であった。SAS-SVを用いた先行研究(館農, 2019)と比較すると、SAS-SV得点は約5ポイント高く、スマホ依存率の割合は14ポイント高くなった。他のスケールを用いてスマホ依存を評価した先行研究では、調査対象の大学生のうち約半数(片山ほか, 2016, 稲嶋・堀尾, 2019)もしくは、75%がスマホ依存や依存傾向(大道ほか, 2020)とされており、それらと比較すると、やや低い値となった。いずれにせよ、本研究のスマホ依存得点の平均値は31.6となり、カットオフ値の33点に近

表3 階層的重回帰分析の結果

Step 1				
	偏回帰係数 (B)	標準誤差 (SE)	標準化偏回帰係数 (β)	VIF
スマホ依存得点	-0.234	0.101	-0.166*	1.014
孤独感尺度得点	-0.521	0.086	-0.434***	1.014

決定係数 = 0.23***

Step 2				
	偏回帰係数 (B)	標準誤差 (SE)	標準化偏回帰係数 (β)	VIF
スマホ依存得点	-0.227	0.100	-0.161	1.015
孤独感尺度得点	-0.499	0.086	-0.416	1.029
スマホ依存×孤独感尺度	-0.022	0.011	-0.145	1.018

決定係数 = 0.25***

交互作用による決定係数の増分 = 0.021*

* $p<0.05$, *** $p<0.001$

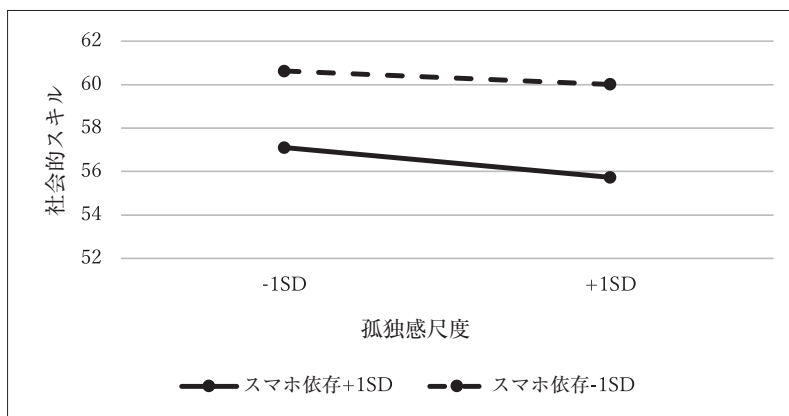


図1 社会的スキルを従属変数としたスマホ依存得点と孤独感尺度得点の交互作用

いことから、スマホ依存とは明確に判定できなくても、多くの者がスマホ依存傾向にあると考えられる。特にスマホの入手時期が、小学校だった者のスマホ依存得点は、平均値がカットオフ値を超えており、中学校や高校でスマホを入手した者よりも、スマホ依存のリスクが高くなっていると考えられる。

スマホの使用時間とスマホ依存の関係

本研究の対象者の1日のスマホ使用時間は、平均で5.42時間（SD2.50時間）となった。先行研究と比較すると、稲嶋・堀尾（2019）よりも平日で2時間長く、休日で1時間長くなっていたが、大道ほか（2020）よりも0.5時間程度短かった。

本研究において、スマホの使用時間とスマホ依存得点の間に有意な相関関係は認められなかった。また、スマホ使用時間は、孤独感尺度や社会的スキルとの間にも有意な相関関係を認めなかった。スマホ依存をはじめとする過去のインターネット依存研究を網羅的に調査した研究（小寺，2013）では、インターネットへの接触時間が長いほど影響が強く生じたり、依存に陥りやすいコンテンツの存在を挙げている。依存傾向が高い者は一般的にスマホの使用を控える場面でも使用するなど

の特徴もあるとされる（稲嶋・堀尾，2019，井上ほか，2019）。孤独感尺度や社会的スキルが、スマホの使用状況とどのような関係性にあるのかを調べるためには、スマホの使用時間という量的な側面（長いあるいは短い）だけでなく、スマホをどのような場面で使用しているのかという質的な側面との関係性を見る必要があることを示唆する。つまり、1日のスマホ使用時間は、スマホ依存の一つの特徴をあらわすが、スマホ依存が心理的な側面（孤独感尺度）や社会的な側面（社会的スキル）に及ぼす影響の調査に対しては、使用場面や使用アプリとあわせて多面的に評価する必要がある。スマホ依存得点は、スマホ使用時間だけでなくスマホ使用状況の質的な側面も含めてスマホ依存の状態を多面的に評価する指標である。その意味において、次項で論じる、スマホ依存得点が、社会的スキルや孤独感尺度との間に示す関係性は、スマホ依存の多面的な内容を含むものとなる。

スマホ依存得点、孤独感尺度得点、社会的スキル得点の関係

スマホ依存得点と孤独感尺度得点と社会的スキル得点の3つの相関関係の模式図は図2に示した。このうち社会的スキル得点とスマ

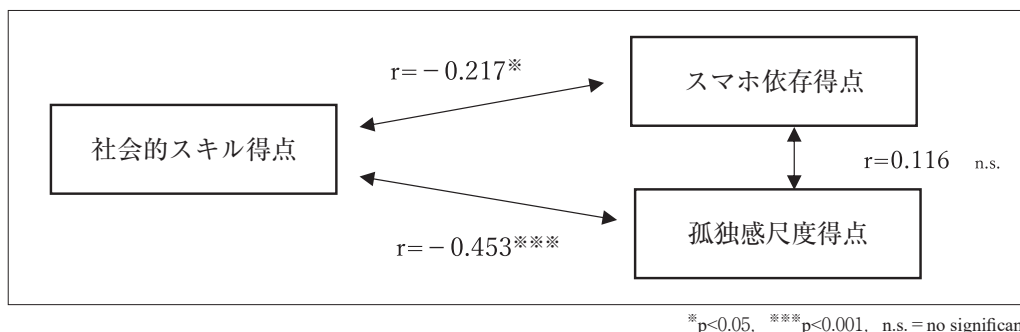


図2 スマホ依存得点，孤独感尺度得点，社会的スキル得点の相関関係の模式図

ホ依存得点 ($r = -0.217$, $p < 0.05$)，ならびに社会的スキル得点と孤独感尺度得点 ($r = -0.453$, $p < 0.001$) でそれぞれ有意な負の相関関係が認められた。一方，スマホ依存得点と孤独感尺度得点の間に，有意な相関関係は認められなかった。

先行研究においても，社会的スキル得点と孤独感尺度得点の間には有意な負の相関関係を示しており，本研究とも一致している（相川ほか，1993，大道ほか，2020）。大道ほか（2020）は，孤独感尺度得点がスマホ依存＞依存傾向＞非依存の順に高くなる結果を示している。そして，女子大学生に関して，この3群の孤独感尺度得点は，それぞれ社会的スキルの間に有意な負の相関関係があるとしている。これらの先行研究と本研究の結果は，孤独感が高ければ社会的スキルが低くなる結果（その逆も然り）を明確に示していると同時に，スマホ依存が高ければ社会的スキルが低くなることを示唆している。

スマホ依存のリスク要因として孤独感を指摘する研究がある。しかしながら，現在の女子大学生のスマホ保有率100%に近く，スマホ依存や依存傾向の者が50%～75%もある。本研究においても，対象の女子大学生のスマホの所有率は100%であり，そのうち75%はスマホを小学校や中学校時代から使用しており，スマホ依存と判定される者は40%を超え

ている。つまり，多くの者がスマホ依存になるリスクのある中で，スマホ依存の原因を孤独感や社会的スキルの低さと考えることもできるが，視点をかえて，子どもの頃の早い時期からスマホの使用がスマホ依存のリスク（橋本，2020）となり，孤独感や社会的スキルに影響を及ぼしていると考えられる。そこで，次項では，社会的スキル得点を従属変数に，スマホ依存得点と孤独感尺度得点を独立変数として交互作用の有無も含めて，階層的重回帰分析により検討する。

社会的スキルに及ぼす孤独感とスマホ依存の影響

社会的スキル得点に及ぼす孤独感尺度得点とスマホ依存得点の関係を階層的重回帰分析で検討したところ，孤独感尺度得点とスマホ依存得点の間に交互作用が認められた。この結果を模式的に図3のようになり，社会的スキル得点を説明する上で，スマホ依存得点と孤独感尺度得点の交互作用は，重要であることを示唆する。交互作用の詳細を検討した単純傾斜分析（図1）では，スマホ依存得点が高いほど社会的スキル得点が低くなることを示していると同時に，孤独感尺度得点が高くなるほど社会的スキル得点が低くなることを明確に示している。そして，2つの直線の傾きの比較から，スマホ依存得点が高くさらに

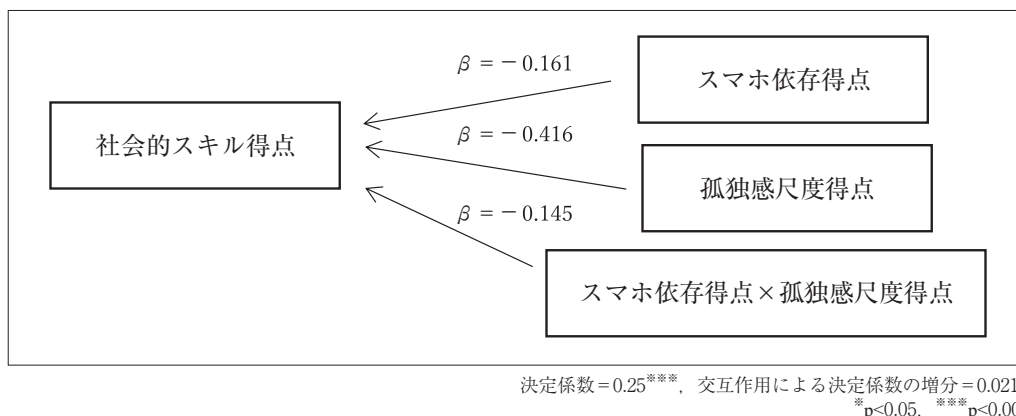


図3 社会的スキル得点に及ぼすスマホ依存得点と孤独感尺度得点の影響の模式図

孤独感尺度得点が高いほど、それらの交互作用によって、社会的スキル得点がより低くなった。これまでは、スマホ依存の原因として、孤独感や社会的スキルの低さを指摘されてきたが、子どもの頃からスマホに触れてきた世代にとっては、誰もがスマホ依存になるリスクをはらんでいる。そのため、本研究の結果は、スマホへの依存が孤独感と相まって、社会的スキルの低下を招くことを示唆する。

社会的スキルは、他者と協働する力である。スマホ依存と孤独感が単体だけでなく、交互作用を伴って社会的スキルに影響することは、スマホ依存を理解する上で、新しい知見を提供するものである。スマホ依存に対して、スマホの入手時期やスマホの利用時間が影響していることは、先行研究からも明らかであり、本研究においてもその傾向を確認できた。アンデシュ・ハンセン（2020）のアドバイスにもあるように「スクリーンタイムは2時間」というように、スマホの使用時間を短く限定することは、スマホ依存のリスクを軽減することにも繋がろう。子どもや若者の社会的スキルを豊かにする観点から、スマホの利用時間だけでなく、スマホの入手時期やスマホ依存になりやすいアプリの特徴等についても、慎重に検討する必要があると考えられ

る。また、女子大学生にとってスマホ依存は、孤独感と交互作用を起こすことで、社会的スキルのさらなる低下を招く恐れもある。他者とのコミュニケーションや相互理解を深めるためにも、現実的な体験や仲間との協力を必要とする学びの機会を提供することが必要となっている。

本研究の課題

最後に本研究の課題を記す。第一に調査対象が一地域の一大学であった点である。また、対象者は、女子大学生に限られている。そのため、男子大学生も含めて一般化するには、今後の追跡調査が必要となる。第二に本研究は、横断的研究のため、社会的スキル、スマホ依存、孤独感の因果関係については、明確に示すことができなかった。今後は、スマホの使用開始時期も含めて長期間のスマホ使用を縦断的に調査することや、スマホの使用場面や使用方法、スマホアプリの性質等とあわせそれらの影響を詳細に調査する必要がある。

V. まとめ

本研究の目的は、女子大学生のスマホ依存の現状を把握し、孤独感との交互作用が社会的スキルに及ぼす影響を明らかにすることで

あった。本研究の結果、スマホ保有者のうちスマホ依存と判定される女子学生の割合は42.6%となった。スマホの使用時間は、入手時期が小学校>中学校>高校の順に高くなった。また、スマホ依存得点も、入手時期が小学校>中学校>高校の順に高くなった。

社会的スキル得点は、スマホ依存得点 ($r = -0.217, p < 0.05$)、ならびに孤独感尺度得点 ($r = -0.453, p < 0.001$) との間にそれぞれ有意な負の相関関係が認められた。一方、スマホ依存得点と孤独感尺度得点の間に、有意な相関関係は認められなかった。そこで、社会的スキル得点を従属変数に、スマホ依存得点と孤独感尺度得点を説明変数にして、階層的重回帰分析を行ったところ、スマホ依存得点と孤独感尺度得点に交互作用が認められた。これらの結果から、子どもの頃からスマホに触れてきた世代にとっては、誰もがスマホ依存になるリスクをはらんでいるため、スマホへの依存が孤独感と相まって、社会的スキルの低下を招くことが示唆された。

参考文献

相川充, 佐藤正二, 佐藤容子, 高山巖, 1993, 孤独感の高い大学生の対人行動に関する研究－孤独感と社会的スキルの関係－, 社会心理学研究 第8巻(1), p.45-55.

アンデシュ・ハンセン(著), 久山 葉子(翻訳), 2020, スマホ脳, 新潮社

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター, スマートフォン依存スケール(短縮版)(SAS-SV), (オンライン) <https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/sas-sv.html>, 参照日2023年8月10日

橋本憲尚, 2020, 大学生のスマートフォン依存傾向に関する探査的研究(1)－学年と携帯開始期による差違の検討－, 佛教大学教育学部論集第31号, p.67-89.

稲嶋修一郎, 堀尾良広, 2019, 大学生のスマートフォン使用におけるインターネット依存傾向と

生活習慣との関係, 人間発達学研究第10号, p.1-10.

井上久美子, 小林三智子, 長澤伸江, 2019, 女子大学生における使用場面数を指標としたスマートフォンの使用状況と健康状態や生活行動に対する自己管理能力との関連, 日本健康教育学会誌 27(2), p.164-172.

石井佑可子, 2014, 青年期における社会的スキルの発達的変遷: メタ認知・対人的距離化スキルの機能から, 藤女子大学文学部紀要51, p.75-96.

叶少瑜, 歳森敦, 堀田龍也, 2016, 大学生のメディア/ソーシャルメディア使用とネット・リテラシーとの因果関係, 及び社会的スキルと性別の効果, 日本教育工学会論文誌 第40巻3号, p.165-174.

片山友子, 水野(松本)由子, 2016, 大学生のインターネット依存傾向と健康度および生活習慣との関連性. 総合健診43, p.657-664.

菊池章夫, 1988, 思いやりを科学する 向社会的行動の心理学 サイエンス社

菊池章夫, 長濱加那子, 2008, KiSS-18 の妥当性についての一資料, 尚綱学院大学紀要56, p.261-264.

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, p.29-46.

栗原久, 古俣龍一, 森正人, 佐々木貴雄, 2014, 大学/短期大学1年生におけるスマートフォンの使用状況と健康状態の相関性, 東京福祉大学・大学院紀要, 第5巻(1), p.19-27.

栗原久, 佐々木貴雄, 森正人, 古俣龍一, 2015, 大学/短大1年生におけるスマートフォンの使用状況と「健康チェック票THI」による健康度評価結果の男女差, 東京福祉大学・大学院紀要, 第6巻(1), p.3-10.

Kwon, M., Lee, J.-Y., Won, W.-Y., Park, J.-W., Min, J.-A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J.-H., & Kim, D.-J., 2013., Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). Pros One, 8, e56936

舛田ゆづり, 田高悦子, 臺有桂, 2012, 高齢者における日本語版UCLA孤独感尺度(第3版)の開発とその信頼性・妥当性の検討, 日本地域看護学会誌第15巻1, p.25-32.

Nichols, L.A. and Nicki, R. (2004): Development of a psychometrically sound internet addiction scale: A

- pre-liminary step. Psychol. Addict. Behav. 18, p.381-384.
- OECD, 2015, Fostering Social and Emotional Skills Through Families, Schools and Communities, 池迫浩子, 宮本晃司, ベネッセ教育総合研究所 (訳), 家庭, 学校, 地域社会における社会情動的スキルの育成 国際的エビデンスのまとめと日本の教育実践・研究に対する示唆, (オンライン), <https://www.oecd.org/education/ceeri/FosteringSocialAndEmotionalSkillsJAPANESE.pdf>, 参照日2023年8月10日.
- 大道乃里江, 前馬加奈, 堀川里介, 小山健蔵, 2019, 大学生のスマートフォン使用状況, 社会的スキルと孤独感の関係, 大阪教育大学紀要人文社会科学・自然科学 第68巻p.25-32.
- 大塚絵里子, 梶田鈴子, 2014, 短期大学生におけるスマートフォン利用の現状分析, 中村学園大学・中村学園大学短期大学部 研究紀要46, p.55-69.
- Russell D. (1996) The UCLA loneliness scale (version 3); reliability, validity and factor structure. J, Pers Assess 66. (1)20-40
- 総務省, 令和2年情報通信白書, 2020, (オンライン) <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r02/pdf/02honpen.pdf>, 参照日2023年8月10日
- 館農勝, 2019, インターネット依存の新しいかたち: スマートフォン依存 (スマホ依存), 精神神経学雑誌121 (7), p.549-55.
- 牛佳恵, 松本義如, 村田佳子, 高杉あすか, 河野有亮, 中藤由佳美, 時乗敦子, 和氣さち, 園田純子, 弘津公子, 吉村耕一, 長谷川真司, 2021, 大学生がスマートフォンを使用することのメリットとデメリット, 山口県立大学学術情報第14巻, p.145-150.