

令和1年度(2019年度)  
社会調査実習報告書  
「大学生の生活と意識に関する調査」

東京成徳大学 応用心理学部

臨床心理学科 社会調査実習受講者

## 目次

1. 大学生の居住環境の違いに関する意識調査 . . . . . 1
2. 大学生の化粧事情 . . . . . 6
3. 対人関係におけるストレス . . . . . 12
4. SNS と炎上 の関係性 . . . . . 16
5. 音楽が感情にもたらす効果と変化 . . . . . 20
6. 大学内施設・環境調査 . . . . . 25
7. 現代の大学生の信頼を失う要素 . . . . . 28
8. 会話場面における感情と自己認知との関連性 . . . . . 31
9. 大学生の SNS 依存 . . . . . 34
10. 大学生のアプリゲームに対する意識調査 . . . . . 39
11. 対人関係で生じる感情の変化 . . . . . 43
12. 親しい友人間における不快感と対処法に関する調査 . 47

# 大学生の居住環境の違いに関する意識調査

17C101 相澤 里菜

17C156 千葉 和華

17C158 手塚 みなみ

## 1. 問題と目的

通いやすさなどの理由から、大学へ進学するタイミングで一人暮らしを始める学生は多い。親元を離れ一人暮らしをすることは、物理的自立である。実家暮らしをしていた頃とは異なり、一人暮らしは家事などの生活面において自分で行わなければならないことが増える。そういった居住環境の違いで抱く感情や考えの変化から、大学生が一人暮らしをすることは親から精神的に自立する手段であると仮定した。

本研究では、大学生を対象に一人暮らしと実家暮らしという居住環境に関する意識の違いを明らかにし、大学生の一人暮らしは親からの精神的自立するための一つの手段になるのかを検討していく。

## 2. 方法

### 調査対象者

都内の大学に通っている10代～30代の大学生73名(男性24名、女性47名、その他2名)。

### 調査時期

2019年12月12日から12月21日に、Googleフォームを用い調査を実施した。

### 調査内容

質問は、フェイスシート(学年、性別、年齢)と以下の質問から構成されている。

一人暮らしと実家暮らしを比較する為、「一人暮らしをしている」と尋ねた。回答は、「はい」「いいえ」の2件法で、回答により質問項目を別々にした。

さらに比較するために、「実家暮らしのメリット・デメリット」、「自分で払っているもの」、「親と連絡を取る頻度」、「親からの精神的自立ができていない」を共通の質問とした。

「実家暮らしのメリット」の回答選択肢は、「家事をしてくれる人がいる」「話す相手がいる」「さみしさを感じにくい」「安心感がある」「生活費がかからない」「交通手段(親の送り迎えなど)が多い」「看病してくれる人がいる」「起こしてくれる人がいる」「貯金ができる」である。「実家暮らしのデメリット」の回答選択肢は、「家族に干渉されやすい」「一人の時間がとりにくい」「気をつかう」「気軽に友達を呼べない」「家事(料理・洗濯など)が身につかない」「門限がある」「行動の自由がない」「生活リズムを合わせる」「こまめに連絡(行く場所・帰る時間など)をとる」である。それぞれ3項目の限定回答法で回答を求めた。「自分で払っているもの」は、「家賃」「光熱費」「学費」「食費」「娯楽費」「衣服費」「払っていない」の複数回答法で回答を求めた。「親と連絡を取る頻度」は、「毎日」「週に一回程度」「月に一回程度」「年に一回程度」「とっていない」の5件法で回答を求め

た。「親からの精神的自立ができてきている」は、「はい」「どちらかといえばはい」「どちらかといえばいいえ」「いいえ」の4件法で回答を求めた。

「はい」と回答した人への他の質問は「一人暮らしのメリット・デメリット」, 「仕送りももらっている」である。「一人暮らしのメリット」の回答選択肢は, 「一人の時間がある」「家事ができるようになる」「家族に気を使わない」「家族のしがらみがない」「気軽に友達を呼べる」「家族に干渉されない」「家族(親)のありがたみに気づける」「経済的感覚が身につく」「時間管理ができる」である。「一人暮らしのデメリット」の回答選択肢は, 「人との交流が減る」「お金がかかる」「生活習慣が乱れる」「防犯・防災対策が大変」「隣人トラブル」「時間管理が大変」「やること(家事など)が多い」「一人の時間がさみしく感じる」「体調崩した時が大変」である。それぞれ3項目の限定回答法で回答を求めた。「仕送りももらっている」は, 「はい」「いいえ」の2件法で回答を求めた。

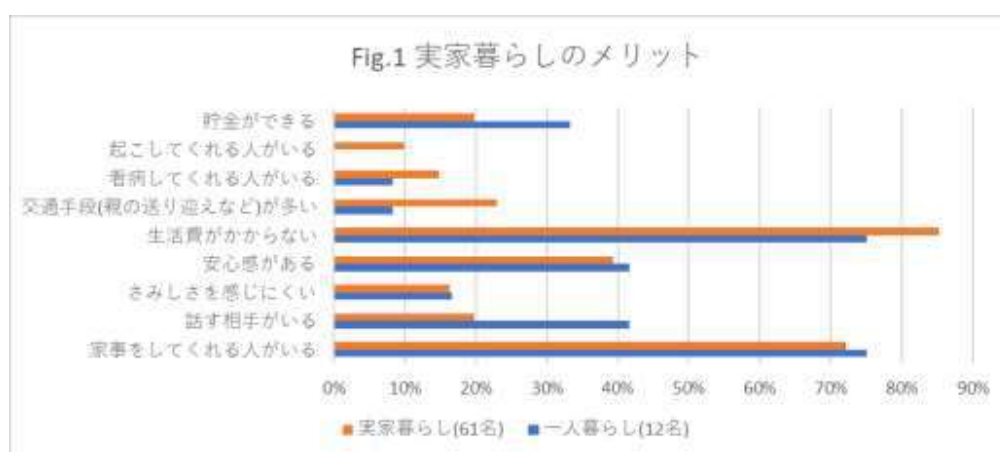
「いいえ」と回答した人への他の質問は, 「一人暮らしをしたい」であり, 「はい」「いいえ」の2件法で回答を求めた。

### 3. 結果

「一人暮らしをしている」質問に「はい」と回答したのは12名で, 「いいえ」と回答したのは61名であった。

実家暮らしのメリット・デメリットについて, 一人暮らしをしている人と実家暮らしの人の回答をグラフに示した(Fig.1, Fig.2 参照)。

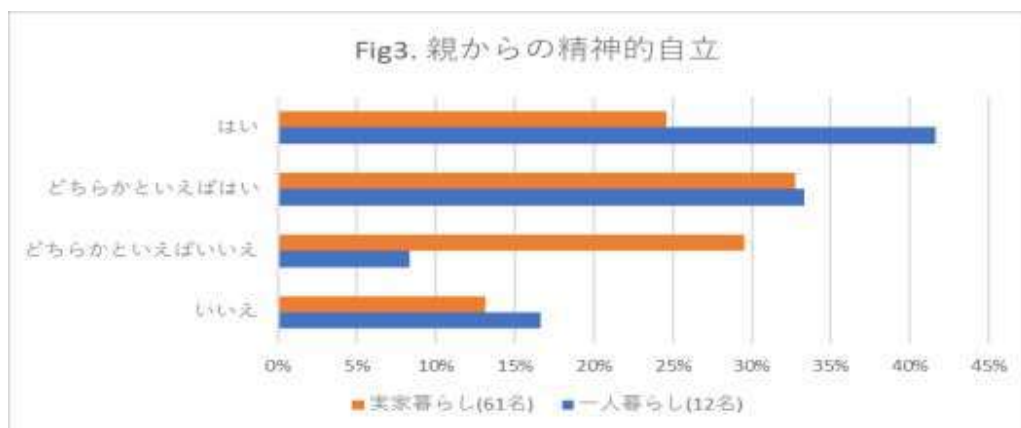
「実家暮らしのメリット」で, 一人暮らしをしている人が最も多く回答したのは, 「生活費がかからない」「家事をしてくれる人がいる」でどちらも9名, 75%であった。実家暮らしの人が最も多く回答した項目は, 「生活費がかからない」で52名, 85%であった。



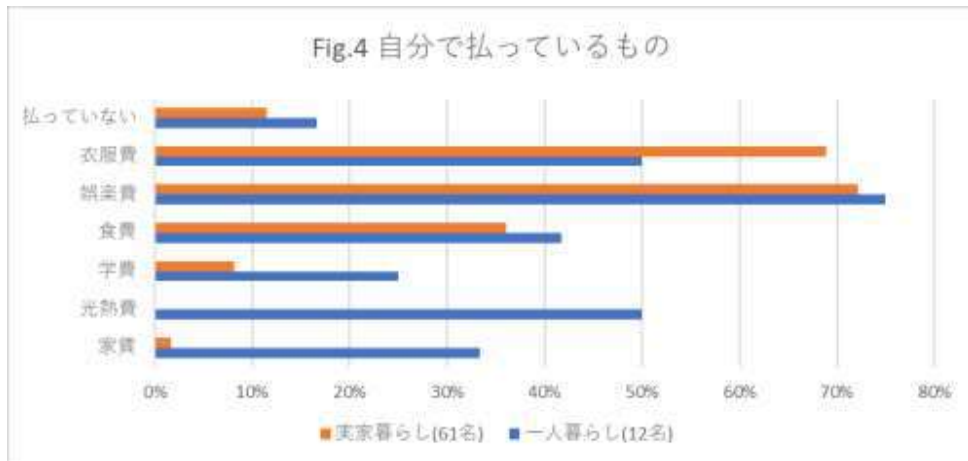
「実家暮らしのデメリット」は, 「一人の時間がとりにくい」「家族に干渉されやすい」項目が一人暮らしをしている人は10名, 83%と最も多く回答された。実家暮らしの人も「一人の時間がとりにくい」は30名で49%, 「家族に干渉されやすい」は最も多く, 45名で74%が回答した。



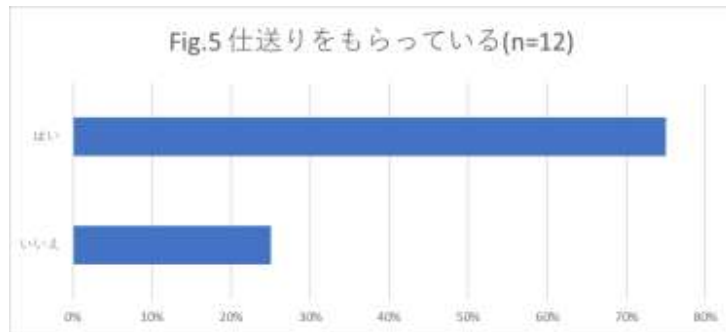
また、「自分が親から精神的自立ができています」という質問の一人暮らしをしている人と実家暮らしの人の回答を、グラフに示した(Fig.3 参照)。「はい」「どちらかといえばはい」と回答した一人暮らしをしている人は75%、実家暮らしの人は57%であった。「いいえ」「どちらかといえばいいえ」は、一人暮らしをしている人は25%、実家暮らしの人は43%が回答した。



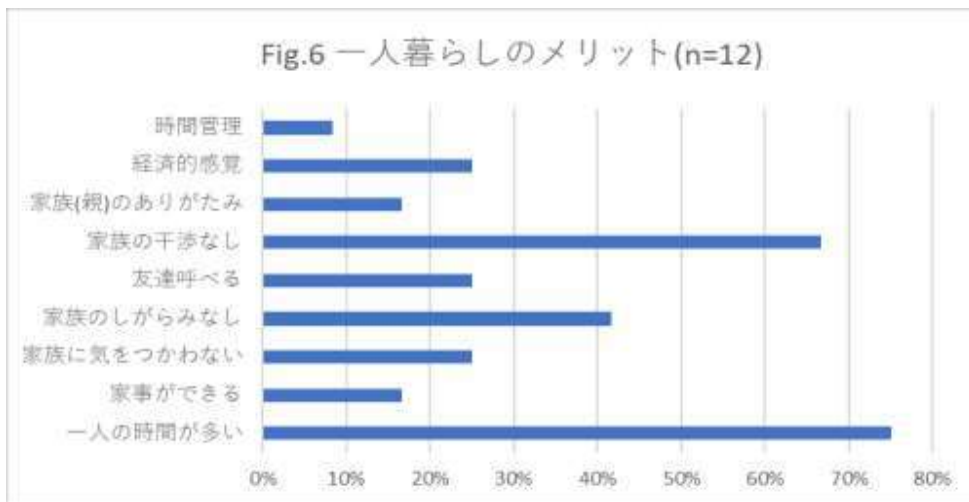
「自分で払っているもの」という質問に対する一人暮らしをしている人と実家暮らしの人の回答を、グラフに示した(Fig.4 参照)。一人暮らしをしている人が、払う対象のもので最も少なかった回答は、学費の3名、25%であった。次に少なかった回答は、家賃の4名、33%であった。実家暮らしの人は、光熱費と回答した人が最も少なく、0名であった。



一人暮らしをしている人にも質問した「仕送りももらっている」をグラフに示した (Fig.5 参照)。「はい」と回答したのは9名、75%で、「いいえ」と回答したのは3名、25%であった。



一人暮らしをしている人にも回答を求めた「一人暮らしのメリット」の回答を、グラフに示した (Fig.6 参照)。最も多く回答されたのは、「一人の時間が多い」項目で9名、75%が回答した。次に多く回答されたのは、「家族の干渉なし」で、8名、67%であった。



#### 4. 考察

本調査では、大学生を対象に一人暮らしと実家暮らしという異なる居住環境に関する意識の違いを明らかにし、一人暮らしは親からの精神的自立の一つの手段になり得るのかを検討するため Google フォームでの調査を実施した。

一人暮らしをしている人も実家暮らしの人も「実家暮らしのメリット」で最も多く回答した項目は、「生活費がかからない」であり、4分の3が回答した。また、「自分で払っているもの」での一人暮らしをしている人の回答は、「家賃」項目が3分の1ほどと他の項目と比べると少なく、多くの一人暮らしをしている大学生が親や家族といった他の人に払ってもらっていると考えられる。さらに、一人暮らしをしている人のみに質問した「仕送りももらっている」では、4分の3が「はい」と回答した。これらの結果から、大学生のうちに経済的に自立することは難しいと考えられる。

「親からの精神的自立」は、一人暮らしをしている人の4分の3が「はい」「どちらかといえばはい」のどちらかに回答し、実家暮らしの人も半数以上が「はい」「どちらかといえばはい」に回答したと結果で示された。このことから、大学生の一人暮らしが親からの物理的自立になっても、精神的な自立の手段としては考えにくく、大学生の一人暮らしは親からの精神的自立の手段となるという仮定は立証されなかった。しかし、「実家暮らしのデメリット」で、8割以上の一人暮らしをしている人が「一人の時間がとりにくい」「家族に干渉されやすい」ことがデメリットであると回答し、「一人暮らしのメリット」では、6割以上が「一人の時間が多い」「家族の干渉がない」ことがメリットとして回答している。これらの結果から、「一人の時間をとれること」「家族から干渉されていると感じるか」が精神的自立に影響を及ぼしていると推測される。

本研究では、一人暮らしをしている人のサンプルが実家暮らしの人の5分の1程度と少なく比較するには不十分な数であった。したがって今後は、一人暮らしや実家暮らしに限らず、自分が親から精神的に自立できたと感じた状況に家族はどう関係していたのかを調査し、親からの精神的自立するための手段と家族の因果関係を検討する研究が望ましいと考え、比較するための十分な調査対象者を集めることが必要である。

# 大学生の化粧事情

17C104 浅野 めい

17C141 小林 胡桃

17C185 吉崎 愛香

## 問題と目的

多くの若者（主に女性）にとって化粧をするという行為は、洋服を着ると同じように日常生活において欠かせないものとなっている。だが、人それぞれによって化粧に対するイメージ、意識は異なりお金をかける割合も様々であると考えられる。また、毎回同じように化粧をする人もいれば出掛ける先や会う相手によって化粧の仕方を変える人がいるだろう。天野・斉藤（2015）では、好きな人とデートするという場面とバイトへ行く時に化粧度が高かった。好きな人とデートする時では、特別な相手なので、化粧をし外見的魅力を上げるためではないかと考えられると指摘されている。そこで、本研究では、大学生の金銭事情と化粧の関連性についてと場面により気を遣う箇所は異なるのかについて明らかにすることを目的とする。

## 方法

### ・調査対象

2019年12月に都内の大学に通う10代～20代前半の学生74名（男性17名、女性54名、その他3名）を対象とし、Googleフォームを用い調査を実施した。

### ・調査内容

化粧に対するイメージを尋ねるため、「Q1：化粧に対してどのようなイメージを持っているのか」と尋ね、自由記述で回答を求めた。次に化粧に対する意識について4項目で質問をした。質問内容は「Q2：化粧は好きか」や「Q3：化粧をするか」、「Q4：化粧をする理由」、「Q5：化粧をしない理由」である。回答方法は、Q2は「はい」「いいえ」「どちらでもない」の3件法。Q3は「毎日する」「ほとんどする」「時々する」「しない」の4件法。Q4は「かわいくみられたいため」「自分に自信がない

ため」「自己満足のため」「周囲に合わせるため」「気分を上げるため」「恋人ができたため」「その他」の7件法。Q5は「化粧に対して興味がないため」「自分に自信があるため」「周囲を気にしないため」「肌が弱いため」「面倒くさいため」「化粧をする時間がないため」「その他」の7件法。Q4とQ5は複数選択を可能にし、「その他」を選択した人には自由記述で回答を求めた。また、「Q3：化粧をするか」について「しない」と回答した人はここで回答を終了してもらった。

「Q3：化粧をするか」について「毎日する」「ほとんどする」「時々する」と回答した人には次の質問を行った。まず、化粧を始めたきっかけについて「Q6：化粧を始めたきっかけはなににか」と「Q7：何歳から化粧をしているか」の2項目で質問をした。回答方法は、Q6は自由記述で回答を求め、Q7は「6歳未満」「6～12歳」「13～15歳」「16～18歳」「19～22歳」「23歳以上」の6件法である。次に、金銭事情と化粧の関連性について5項目で質問をした。質問内容は「Q8：アルバイトをしているか」「Q9：一か月の平均的なアルバイトの収入」「Q10：化粧品に関わらず、一か月のアルバイトの収入のうち、あなたが自由に使える平均的な金額」「Q11：Q10の金額のうち化粧品に使う平均的な金額」「Q12：化粧品の値段はいくらから高いと感じるか」「Q13：一年を通してどの化粧品を購入することが多いか」である。回答方法は、Q8は「している」「していない」の2件法。Q9～Q12は自由記述。Q13は「スキンケア」「ベース」「リップ」「アイメイク」「その他」の5件法。最後に出掛ける場所や会う人など場面により化粧の気を遣う箇所に違いがみられるのかについて10項目で質問した。回答する際に、各質問の場面を想像してもらいそれぞれ最も気を遣う箇所はどこか回



答してもらった。各質問の場面とは、「Q14：大学に行く時」「Q16：好きな人又は恋人に会う時」「Q18：休日にバイトに行く時」「Q20：フォーマルな場面（会社訪問など）」「Q22：友人と遊びに行く時」である。上記の回答方法は、全て「スキンケア」「ベース」「リップ」「アイメイク」「その他」の5件法であり、「その他」を選択した人には自由記述で回答してもらった。また、Q15、Q17、Q19、Q21、Q23では、なぜこの場面ではこの箇所を最も気を遣うのかについての理由を自由記述で回答してもらった。

## 結果

自由記述の回答結果の分析方法は、KJ法を参考にして分析を行った。

「Q1:化粧に対するイメージ」については、【ポジティブなイメージ】と【ネガティブなイメージ】の2つに分類することができた。例としてそれぞれ回答数が多かったものを挙げる。

### 【ポジティブなイメージ】

綺麗になれる（10名）、可愛くなれる（6名）、社会に出る上でのマナー（5名）、自信がつく（3名）、楽しい（3名）、テンションを上げるもの（2名）など。

### 【マイナスなイメージ】

お金がかかる（3名）、時間がかかる（2名）、面倒くさい（2名）など。

「Q2:化粧は好きか」については「はい」50%、「いいえ」16.2%、「どちらともいえない」33.8%であった。

「Q3:化粧をするか」については、「ほとんどする」40.5%で最大値であった。次に多かったのは「しない」28.4%。続いて「毎日する」24.3%。最小値は「時々する」6.8%であった。

「Q4:化粧をする理由」については、「気分を上げるため」（39名）が最も多く、「恋人ができたため」（2名）が最も少なかった。（図1参照）

「Q5:化粧をしない理由」については、「化粧に

対して興味がないため」（16名）が最も多く、「肌が弱い」（0名）が最も少なかった。（図2参照）

「Q6:化粧をするきっかけ」については、【自発的に始めた群】と【周りの影響により始めた群】の2つに分類することができた。例としていくつか挙げる。

### 【自発的に始めた群】

好きなモデルの化粧方法を真似したいと思ったから（2名）、興味本位（2名）、可愛くなりたいから、人に良くみられたい、大人っぽくなりたかった、好きなアイドルに釣り合うようにするためなど。

### 【周りの影響により始めた群】

周りがみんな化粧をしだしたから（13名）、友達に言われたから（3名）、姉に言われたから、女性は年頃になると化粧をするのがマナーだと言われ仕方なくなど。

「Q7:何歳から化粧をしているか」については、「16～18歳」54.7%が最大値であった。続いて「19～22歳」26.4%。最小値は「13～15歳」18.9%であった。

「Q8:アルバイトをしているか」については、「している」88.7%、「していない」11.3%であった。

「Q9:一か月の平均的なアルバイト収入」について、回答人数が最も多かったのは「70000円」で8名。次に、「50000円」「60000円」「80000円」がそれぞれ6名であった。金額が最も高かったのは「200000円」（1名）、最も低かったのは「20000円」（1名）であった。

「Q10:化粧品に関わらず、一か月のアルバイト収入のうち自由に使える金額」について、回答人数が最も多かったのは「20000円」で6名。次に、「50000円」「60000円」がそれぞれ5名であった。金額が最も高かったのは「200000円」（1名）、最も低かったのは「20000円」（6名）であった。

「Q11:Q10の金額のうち化粧品に使う金額はいくらか」について、回答人数が最も多かったのは

「10000円」で13名。次に、「5000円」が10名であった。金額が最も高かったのは、「50000円」(1名)、最も低かったのは「1000円」(3名)であった。

「Q12:化粧品の値段はいくらから高いと感じるか」について、回答人数が最も多かったのは「2000円」と「3000円」で11名。次に、「5000円」が7名。金額が最も高かったのは「15000円」(1名)、最も低かったのは「1200円」であった。

「Q13:一年を通して、どの化粧品を購入することが多いか」については、「スキンケア」44.2%、「リップ」28.8%、「アイメイク」17.3%、「ベース」7.7%、「その他」1.9%であった。

「Q14:大学に行く時、最も化粧に気を遣う箇所」については、「アイメイク」34%、「ベース」24.5%、「リップ」と「スキンケア」17%、「その他(眉毛)」7.6%であった。

「Q15:それはなぜ」については気を遣う箇所ごとに分類した。例としていくつか挙げる。

#### 【アイメイク】

顔を合わせる時に、一番見られる箇所だから(4名)、マスクをしても目は隠れないから(2名)、目を大きく見せたい、アイメイクをすることが一番楽しい・好きだからなど。

#### 【ベース】

肌を綺麗に見せたい(4名)、崩れたくないから、乾燥肌だから、必要最低限のものとしてなど。

#### 【リップ】

血色を良くするため(3名)、リップをすることである程度綺麗に見えると思うから(2名)など。

#### 【スキンケア】

肌が荒れやすいから(2名)、あまり化粧をしないからなど。

#### 【その他(眉毛)】

好きだから、上手くできたら友達が褒めてくれるからなど。

「Q16:好きな人又は恋人に会う時、最も化粧に気を遣う箇所」については、「アイメイク」44.2%、

「ベース」30.8%、「スキンケア」13.5%、「リップ」9.6%、「その他(特に気にしない)」1.9%であった。

「Q17:それはなぜか」については気を遣う箇所ごとに分類した。例としていくつか挙げる。

#### 【アイメイク】

目を最も見られると思うから(4名)、印象を良くしたいから(3名)、目元で可愛さを出したいから(2名)、一番印象が変わると思うから(2名)など。

#### 【ベース】

肌を綺麗に見せたいから(7名)、クマとかを消したいから、崩れにくくしたいからなど。

#### 【スキンケア】

肌を綺麗に見られたいから、肌荒れが気になるから、スッピンで汚い肌は嫌だからなど。

#### 【リップ】

血色を良くしたいから(2名)、お気に入りの色を使うと気分が上がるからなど。

#### 【その他】(特に気にしない)

こだわりのないから。

「Q18:休日にバイトに行く時、最も気を遣う箇所」については、「アイメイク」25.5%、「ベース」23.5%、「スキンケア」23.5%、「リップ」17.6%、「その他(眉毛, しない)」9.8%であった。

「Q19:それはなぜか」については気を遣う箇所ごとに分類した。いくつか例を挙げる。

#### 【アイメイク】

一番見られる所だから(4名)、目を大きくしたいから(2名)、見栄えがいいから、マスクをしても隠せないからなど。

#### 【ベース】

肌を綺麗に見せたいから(3人)、顔がベタベタすると不快だから、崩れたくないから、汗で化粧が落ちるからなど。

#### 【スキンケア】

知らない人にスッピンを見られても平気だから(2名)、乾燥が気になるから(2名)、肌を休めたいから、飲食店だからほほ化粧をしないため清潔感を

重視しているからなど。

【その他】

(化粧をしない)

バイトで禁止されている，接客をしないから着飾る必要なし。

(眉毛)

眉毛が好きだから上手くかけたら満足だから，眉を綺麗にしておけばしっかりとした雰囲気に見えるからなど。

「Q20:フォーマルな場面（会社訪問など）で，最も化粧に気を遣う箇所」については，「ベース」41.2%，「アイメイク」35.3%，「リップ」11.8%，「スキンケア」5.9%，「その他（特に気にしない，眉毛，全部）」6%であった。

「Q21:それはなぜか」については気を遣う箇所ごとに分類した。いくつか例を挙げる。

【ベース】

肌を綺麗に見せたいから（6名），きちんと感を出したいから（2名），崩れにくくしたいから（2名），健康的に見られたいからなど。

【アイメイク】

派手になりすぎないように気を付けるから（5名），スッピン感をなくしたいから，印象をつけたいから，場面によってメイクは変えないからなど。

【リップ】

いつも濃い分薄くしなくちゃいけないから（3名），印象を良くしたいから，口をよく見られると思うからなど。

【スキンケア】

肌を綺麗に見られたいから，素の肌が汚いとうとうにもならないから，肌荒れが気になるから。

【その他】

(特に気にしない)

こだわりのないから。

(眉毛)

眉毛が好きだから。

(全部)

良い顔で行きたいから。

「Q22：友人と遊びに行く時，最も化粧に気を遣う箇所」については，「アイメイク」54.9%，「リップ」25.5%，「ベース」11.8%，「スキンケア」5.9%，「その他（特に気にしない）」2%であった。

「Q23:それはなぜか」については気を遣う箇所ごとに分類した。いくつか例を挙げる。

【アイメイク】

一番見られる所だから（4名），写真が盛れるから（3名），印象が変わるから（3名），気分を変えたいから，上手くできているか不安だからなど。

【リップ】

血色を良くしたいから（3名），リップに関する会話が弾むから（2名），顔を良くしたいから（2名），気分が上がるからなど。

【ベース】

肌を綺麗に見せたいから（3名），すぐに直すことができないから，顔を良く見せたいから，乾燥肌だからなど。

【スキンケア】

素の肌が汚いとうとうにもならないから，肌荒れが気になるからなど。

【その他】（特になし）

こだわりのないから。

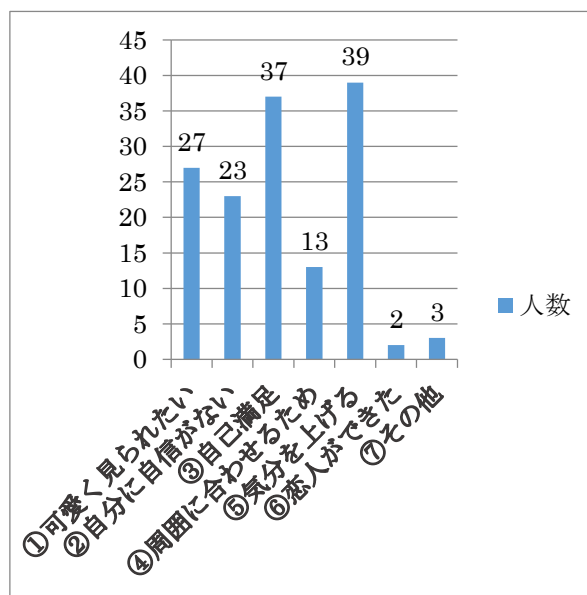


図1 Q4 化粧をする理由

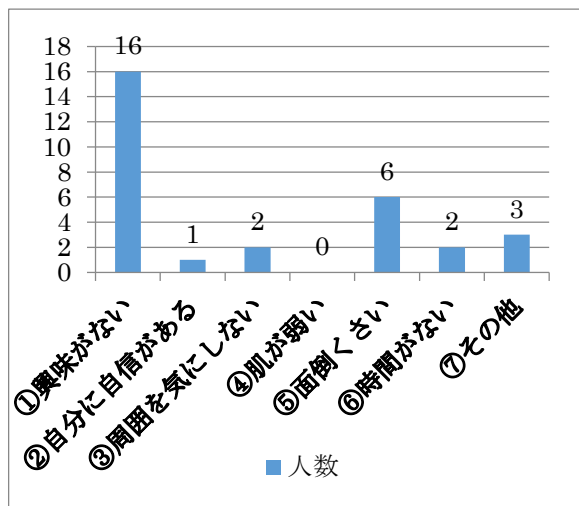


図2 Q5 化粧をしない理由

## 考察

本研究では、学生の金銭事情と化粧の関連性、場面により気を遣う箇所は異なるのかを検討するため調査を行った。

まず、学生の金銭事情と化粧の関連性についてだ。結果より、一か月の平均的なアルバイト収入のうち、自由に使えるお金のほとんどを化粧品に使っている人は見られなかった。また、化粧をすることが好き、嫌いに関わらず化粧品はいくらから高いと感じるかについては、2000円、3000円と回答する人が最も多かった。これらのことから、化粧をすることが好きだから高い化粧品を使っている訳ではないことがわかった。しかし、中には自由に使えるお金が60000円で、化粧品に使うお金は30000円と回答する人もいた。以上のことから、人によって化粧に対する価値観は様々であると考えられる。

次に場面により気を遣う箇所は異なるのかについてである。大学に行く時、好きな人又は恋人に会う時、休日にアルバイトに行く時、フォーマルな場面、友人と遊ぶ時の5つの場面について回答してもらった。各場面の特徴を述べる。

大学に行く時では、回答数が多い順に「アイメイク」「ベース」、「リップ」と「スキンケア」は同じ数であった。なぜその箇所を選んだのかという

理由については「マスクで隠れないから」「肌を綺麗に見せたい」「リップを塗ることで顔がある程度綺麗に見えると思うから」など周りの視線を意識した意見が多数であった。また、「アイメイクが一番好き」「顔がサラサラして不快にならないから」など自分のためや自己満足のために行っているという意見もあった。

好きな人又は恋人に会う時では、回答数が多い順に「アイメイク」「ベース」「スキンケア」「リップ」であった。その箇所を選んだ理由については「目が最も見られる箇所だと思うから」「印象よくしたい」「目元で可愛さだしたい」「他の人よりも距離が近くなるから肌を綺麗に見せたい」など好きな人、恋人の視線を意識した意見がほとんどであった。自分のためや自己満足のために行っている人はほとんどいなかった。

休日のアルバイトに行く時では、回答数が多い順に「アイメイク」「ベース」と「スキンケア」は同じ数、「リップ」であった。その箇所を選んだ理由については、「目が最も見られる箇所だと思うから」「肌を綺麗にみせたい」「顔を明るくしたい」など接客業などでは人に見られる仕事もあるため人目を意識した意見が多数であった。また「リップはバイト中塗り直せないから持続力重視」「肌を休めたい」「肌を汚したくない」など自分のために行っている意見が大学に行く時、好きな人、恋人に会う時に比べ多かった。バイトの職種上思いっきりメイクを楽しめなかったり、友人や恋人に比べ視線を意識する相手がいないと考えている人が比較的多いためこのような結果になったと考えられる。

フォーマルな場面では、回答数が多い順に「ベース」「アイメイク」「リップ」「スキンケア」であった。その箇所を選んだ理由については、「派手になりすぎないように気を付けるから」「印象を良くしたいから」「印象をつけたい」「クマなどを隠し、健康的に見られたい」などTPOを意識した意見が多数であった。また、「普段気を遣っている箇所が

濃くならないようにする」など普段の化粧よりも薄い化粧をするよう心がけていることがわかった。

友人に会う時では、回答数が多い順に「アイメイク」「リップ」「ベース」「スキンケア」であった。その箇所を選んだ理由については、「目が最も見られる箇所だと思うから」「肌を綺麗に見せたい」「顔色を良く見せたい」など友人の視線を意識した意見が多数であった。また、「写真が盛れるから」「可愛いリップを塗っていくことでリップに関する会話が弾む」など友人と会ってからの行動を予測して化粧をする人もいたことがわかった。

これら5つの場面において、「アイメイク」に気を遣っている人が多数いることがわかった。ただ、各場面によりアイメイクを選んだ理由は様々であった。そのため日頃から純粋に化粧を楽しむ人に比べ、マナーやTPOなどそれぞれの場面により化粧の仕方を変えている人がほとんどであることがわかった。また、全体的にみて自分のためや自己満足で化粧をするというよりは周りの視線を意識して化粧している人が多数であることがわかった。

最後に本研究の限界と展望を述べる。金銭事情と化粧の関連性について、いくらから化粧品は高いと思うかという質問をしたがベースやリップなど物によって全く異なるため化粧品の種類ごとに質問すべきであった。すると、深く金銭事情と化粧の関連性について研究することができたと考える。

#### 引用文献

天野 怜美・斉藤 勇 (2015). 女子大生の化粧行動と意識の関連性について 立正大学心理学研究年報, 6, 9 - 10

# 対人関係におけるストレス

17C136 木村 雪乃

## 問題と目的

近年、社会問題として精神的ストレスの慢性化が取りざたされている。ストレス適応障害、うつ病、慢性疲労症候群などに罹患する人が増えている。少子高齢化や核家族化により親戚との関わりが希薄になり、隣人や近所に住む人、友人との友好的な関係を大切になってくるだろう。気軽に親戚に頼ることができなくなったときに、身近な人に頼る必要があるため多少のストレスは我慢することが多々あるだろう。ハラスメントの認識も広がり、「ヌードルハラスメント」「ペットハラスメント」「スメルハラスメント」といった日常的なストレスにも名前が付けられ、ストレスの明確化がされている一方、表立ってハラスメントを主張することは少ない。

そのような日々のストレスに耐え続けている現代人は口に出さないが、どんなことにストレスを抱えて生活しているのか調査し、精神的ストレスによる疾病を減らすことができるだろうか。

## 方法

### 調査対象者

東京成徳大学応用心理学部臨床心理学科に在籍する学生 64 名（男性 23 名、女性 38 名、その他 3 名、平均年齢 20.19 歳）

### 調査手続き

2019 年 12 月初旬、大学の講義中にグーグルフォームの URL を配布して、質問紙の集合調査を行った。

### 調査内容

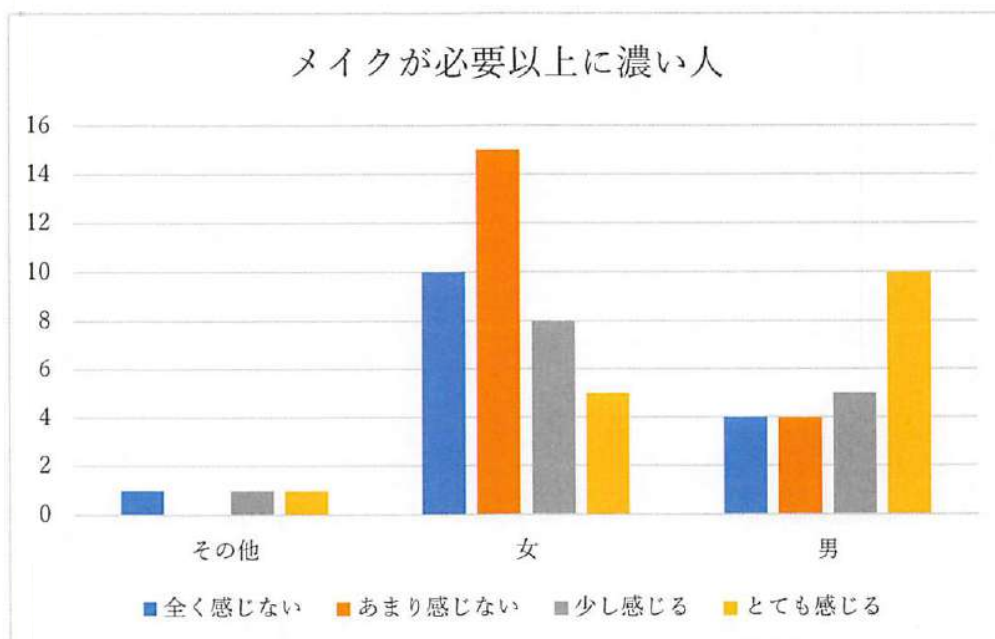
質問紙はフェイスシート（性別、年齢）と以下の質問（計 25 個）から構成されている。1. 「時間にルーズな人」 2. 「金銭感覚の合わない人」 3. 「会話中の反応が薄い人」 4. 「会話中にスマホ等をいじる人」 5. 「笑い方に癖のある人」 6. 「道徳的配慮の足りない人」 7. 「悪癖（貧乏ゆすり等）が目立つ人」 8. 「身体的距離の近すぎる人」 9. 「マナーを守らない喫煙者」 10. 「威圧的な話し方をする人」 11. 「聞き手に対して否定的な発言の多い人」 12. 「話し手に対して否定的な発言の多い人」 13. 「声の音量が極端な人」 14. 「一方的に話続ける人」 15. 「精神的距離の近すぎる人」 16.

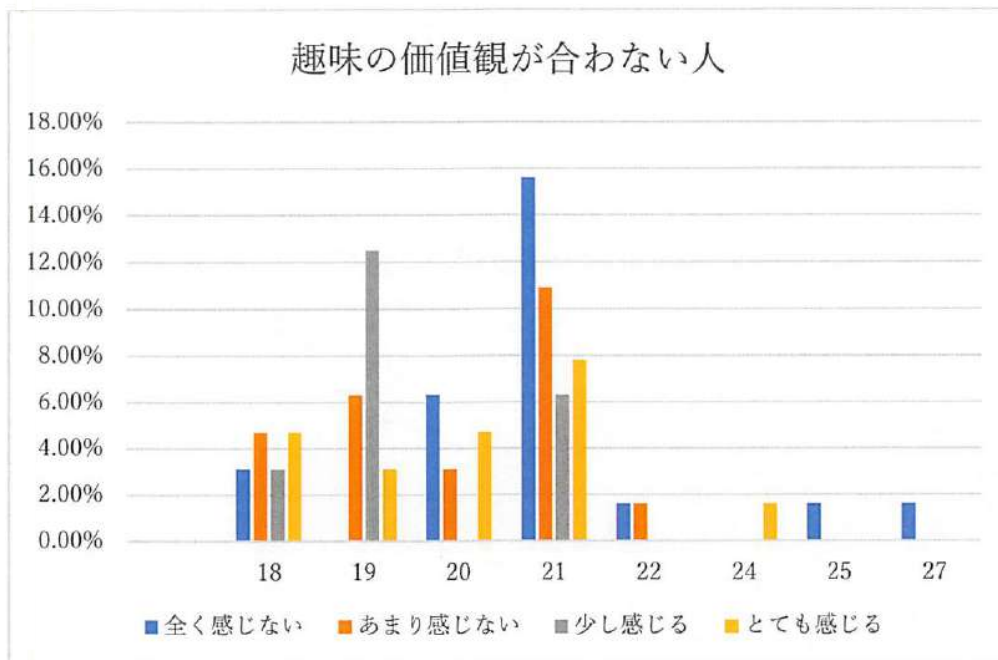
「自慢話が多い人」 17. 「愚痴が多い人」 18. 「身だしなみが整ってない人」 19.  
 「TPOに服装を合わせない人」 20. 「清潔感のない人」 21. 「過剰に匂いのする人」 22.  
 「メイクが必要以上に濃い人」 23. 「無責任な人」 24. 「趣味の価値観が合わない人」の24項目は「とても感じる」「少し感じる」「あまり感じない」「全く感じない」の4件法である。25. 「この他に対人関係においてストレスを感じるものがあれば回答ください」は自由回答式である。

## 結果

対人関係におけるストレスを感じる項目で、「とても感じる」とより多くの方が回答したのは、「道徳的配慮の足りない人」(54.7%)、「マナーを守らない喫煙者」(78.1%)、「威圧的な話し方をする人」(70.3%)、「聞き手に対して否定的な発言の多い人」(57.8%)、「話し手に対して否定的な発言の多い人」(60.9%)、「精神的距離の近すぎる人」(35.9%)、「自慢話が多い人」(35.9%)、「愚痴が多い人」(32.8%)、「清潔感のない人」(51.6%)、「過剰な匂いのする人」(75.0%)、「無責任な人」(54.7%)である。

「メイクが必要以上に濃い人」、「趣味の価値観が合わない人」の項目では回答が分散した。「メイクが必要以上に濃い人」の項目は性別との関連を(図1)、「趣味の価値観が合わない人」の項目では年齢との関連を(図2)検討するためにクロス集計を行った。自由回答の項目では、「自分の話ばかりする人」や「ひいきをする人」「店員に愛想が悪い人」などの相手の行動面で不快に思うことが多かった。





## 考察

日々のストレスに耐え続けている現代人は口に出さないが、どんなことにストレスを抱えて生活しているのか調査し、精神的ストレスによる疾病を減らすことができるかについて調べた。

特にほとんどの人がストレスをとても感じたのは「マナーを守らない喫煙者」「威圧的な話し方をする人」「過剰な匂いのする人」の項目であった。喫煙者がマナーを守らず、禁煙スペースで喫煙することによって受動喫煙により身体に悪影響を及ぼし、威圧的な言葉を浴びることで、脳に大きな影響を及ぼす。また、過剰な匂いによって自律神経が乱れ、心身に影響を及ぼす。よって、身体や心に悪い影響があるものにストレスを感じやすいといえる。

「メイクが必要以上に濃い人」と性別の関連については、女性よりも男性のほうがメイクが必要以上に濃い人に対してストレスを感じるといえる。これは、女性のほうがメイクをする人が多いことがメイクに対しての許容度に繋がっていると考えられる。つまり、自分がよく知らない分野に対してストレスを感じるといえる。「趣味の価値観が合わない人」と年齢の関連については若い人のほうがよりストレスを感じ、年を重ねるごとに全く感じない人が増えているといえる。年を重ね経験を積んでいるとより許容できるおも考えられるが、18歳～27歳の人にしか調査をとっていないので、すべての人に当てはまると



は言えません。

したがって、心身に大きな被害を合うときにより多くのストレスを感じ、自分の理解がある領域においてはストレスをあまり感じないことが分かった。疾病の原因となる精神的ストレスを軽減するためには、より多くの見聞を深めることが大切だといえる。また、厚生労働省がハラスメントに対策していたり、喫煙に関する取り締まりが厳しくなったり、生活の中で人々が受けるストレスから守られてきている。このような社会の動きが強まれば必要のないストレスによる疾病に罹患する人が減少するといえる。

### 参考文献

岡本 泰昌（2005）ストレスを感じる前頭前野—ストレス適応破綻の脳内機構— 日本薬理学雑誌 194-198

田代 学, 鹿野 理子, 福士 審, 谷内 一彦（2005）ヒトの情動メカニズムにせまる脳イメージング研究の進歩 日本薬理学雑誌 88-96

田中 喜秀, 脇田 慎一（2011）ストレスと疲労のバイオマーカー 日本薬理学雑誌 185-188

## SNS と炎上の関係性

17C165 西澤 ひかり

### 問題と目的

インターネットや SNS の普及により、様々なツールを通じてどの時間帯でも簡単に情報の取得ができるようになった。また、匿名性があるため、気軽にどのような相手とも共有することができる。一方情報の伝達が早くなったことにより、どんな情報でも瞬時に拡散してしまうようになった。現在では炎上というものが起こるようになった。炎上とは、インターネット上において、不祥事の発覚や失言により批判や避難が殺到して收拾がつかなくなっている事態や状況のことを指す。インターネットが普及する前は炎上という言葉がなかったことから、失言などに対し、相手に自分と知られない状態で非難を書き込む人が増えていったのではと考えた。

この調査では大学生を対象に、SNS の現在の利用方法に加え、炎上のとらえ方などを明らかにすることを目的とする。

### 方法

#### 調査対象者

関東の T 大学に在学している学生 143 名（男性 55 名、女性 83 名、その他 4 名、欠損値 1、平均年齢 19.46 歳）を対象とした。

### 調査手続き

2019 年 12 月、大学の講義中に質問紙を配布し、集団調査を行った。

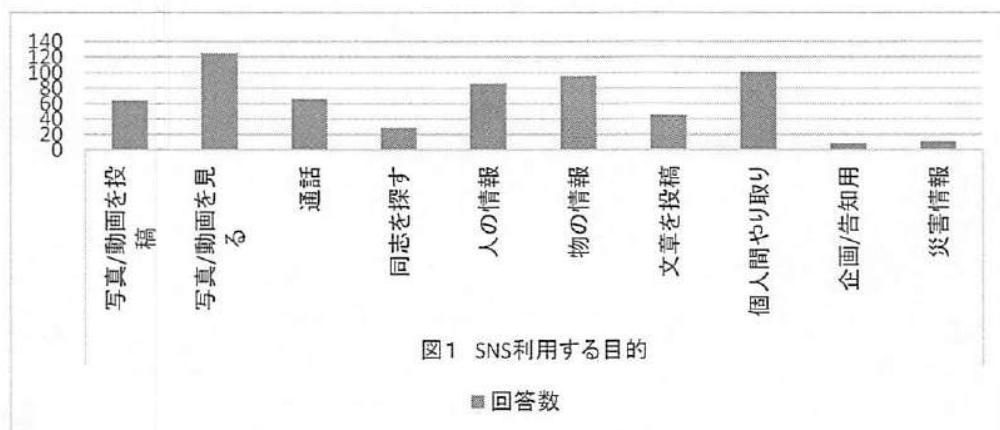
### 調査内容

質問紙はフェイスシート（学年、性別、年齢）と以下の質問から構成されている。また、前半では SNS の利用状況について質問し、後半では炎上について質問した。SNS について 1「あなたは SNS を利用しますか」は 2 件法で、いいえと答えた方は以降炎上について回答を移動させた。2「あなたが良く利用する SNS はどれですか」は複数回答である。3「あなたは昨日、SNS をどれくらい使いましたか」は利用時間を記入させた。4「あなたは SNS をどのような目的で利用しますか」5「あなたはニュースや社会情勢を知りたいとき、主にどのツールを使いますか」の 2 つは複数回答である。6「あなたは 1 つの SNS のサービスについて、複数アカウントを持っていますか」2 件法で、いいえと答えた方は炎上についての 8 に移動させた。7「あなたはその複数アカウントを使っていますか」は 4 件法である。8「あなたは SNS で、どのようなことを発言することが多いですか」は 5 件法である。9「あなたは SNS についてどう思いますか」は複数回答である。10「あなたは、自身の SNS の利

用方法に問題があると思いますか」は4件法である。

炎上について1「あなたは、SNSでいう「炎上」を知っていますか」は2件法で、いいえと答えた方は回答を終了させた。2「あなたは「炎上」という言葉にどのような印象を持ちますか」は5件法である。3「あなたは炎上を見たことがどの程度ありますか」4件法で、4の全くないを答えた方は6まで進ませた。4「あなたが炎上を目にしたことがあるツールはどれですか」は複数回答である。5「あなたが見た炎上にはどのような傾向のものが多いですか」傾向1)2)で

分け、それぞれ7件法である。6「『自分』の投稿が原因で炎上が起こったとき、あなたはまず何をしたいと思いますか」7件法である。7「6のとき、あなたはどのような気持ちになりますか」は複数回答である。8「『自分以外』の投稿で炎上起きたとき、あなたはまず何をしたいと思いますか」7件法である。9「8のとき、あなたはどのような気持ちになりますか」は複数回答である。10「あなたはSNS上で、炎上を目にする機会が多いと感じますか」4件法である。



## 結果

SNSについては、SNS回答者の97%近くが利用しており、複数アカウントを所持している場合では72%であった。SNSの利用状況では、一番利用されているのがLine、次にTwitter、Youtube、Instargramであった。利用の目的としては写真や動画を見るや個人のやり取りが多かった。(図1参照)ニ

ュースや社会情勢について手段としてはSNSやテレビやインターネットが多かった(図2参照) SNSを利用時の感情については便利や楽しいが多かった一方で、怖いという感情を抱いているものも一定数いた。(図3参照)

炎上については、炎上について知っていた回答者は97%だった。炎上の印象につい

ては悪いが 54%、どちらかといえば悪いが 35%、特に何も思わないが 27%、どちらかといえば良いが 1%いた。また自分が炎上した際の感情について、慌てるや不安を感じ

る人が多く（図 4 参照）、他人が炎上した際は呆れやかわいそうと感じる人が多かった。（図 5 参照）

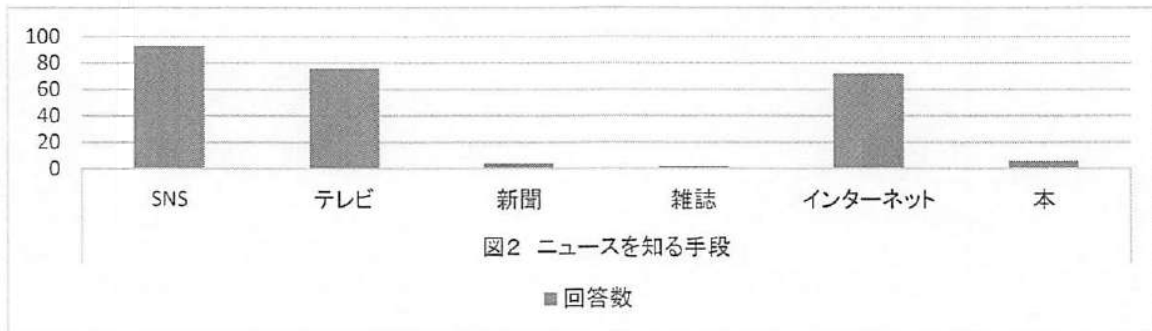


図2 ニュースを知る手段

■ 回答数

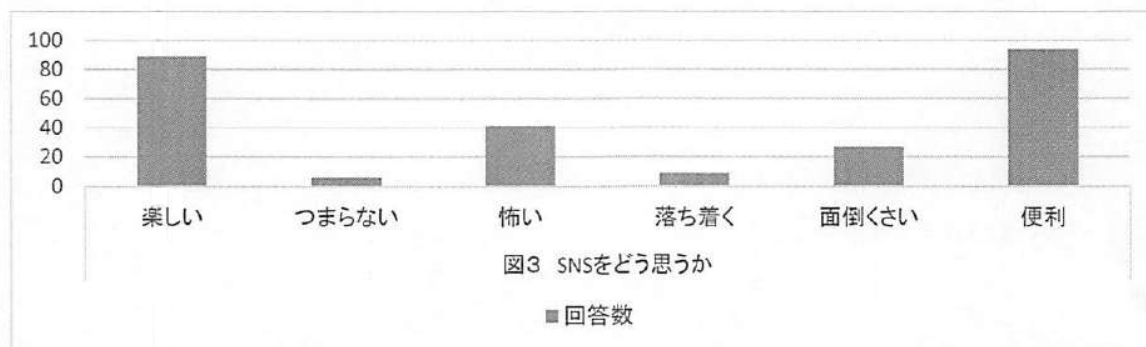


図3 SNSをどう思うか

■ 回答数

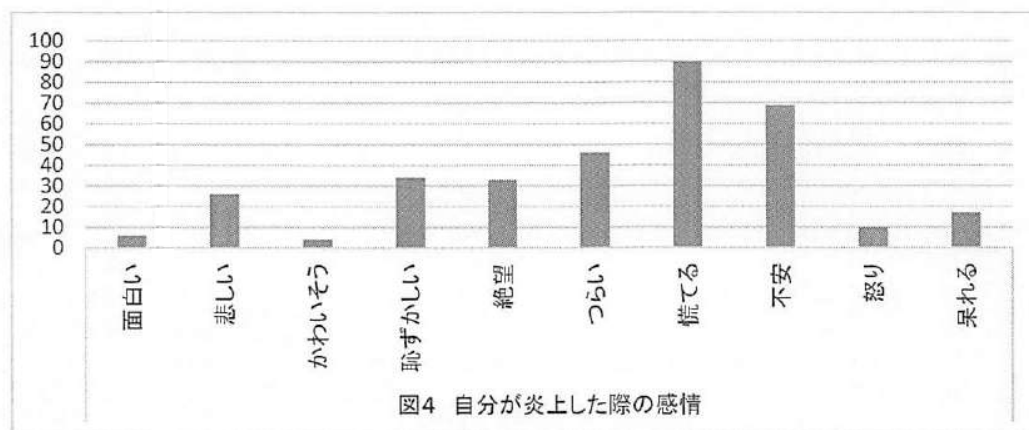
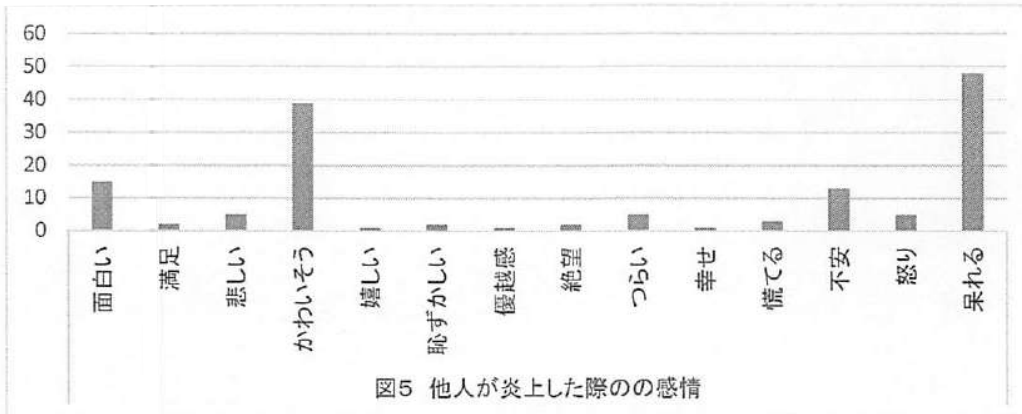


図4 自分が炎上した際の感情



### 考察

本調査では、大学生を対象に、SNSの現在の利用方法に加え、炎上のとらえ方などを明らかにすることを検討した。

SNSを利用している学生は9割以上であり、ニュースなどの情報を得る手段としても一番であった。画像を見たり個人間のやり取りとしての利用が多いものの、人や物の情報を取得するための利用も上位に入っていた。近年では有名人や会社などが新商品の情報など積極的にSNSで発信しているため、情報取得のため利用する人が多いと推測される。またSNSに対する感情では、便利や楽しいなどの感情のほかに、怖いと感じたものが一定数いた。これは次の炎上や、赤の他人であること、個人情報への漏えいなどの原因があると考えられる。

文字としての炎上では、悪い・どちらかといえば悪いと考える人で7割近くを占めた。一方でどちらかといえば良いと考える人も1%いて、自分が炎上した際に面白い

という思考の人が少ないが、SNSでいう炎上の火元になりやすい人物ではないかと考えた。また他人が炎上した際には呆れやかわいそうといった感情を持つ人が多いものの面白いと考える人が三番目に多く、他人の炎上を一つのコンテンツや楽しむのとして捉えていると考えられる。

これからの課題として、今回の調査ではSNSに対する感情は、どういった状況発生するのかは調査できなかった。怖いと思う状況はどういったときかなど、今後具体的にさらに細かく調べる必要がある。また、他人の円城寺の行動で、炎上の様子を拡散すると回答した人はいなかったが、考えていた言葉のとらえ方ではなかったように思うため、今後は相手にわかりにくい箇所を作らないよう検討したい。

# 音楽が感情にもたらす変化と効果

17C107 新井里媛加

17C125 角田 瑠海

17C133 菊地 未紀

17C143 小林 里緒

## 問題と目的

現代の社会は、ストレスの多い社会といわれている。そのような中でリラクゼーションに関する関心が高まっている。その一つの方法として音楽があげられるだろう。音楽はTV、商店やレストランのBGMなど我々は、日常生活の中において、特に意識はしていないが、常に音楽に触れた生活をしている。音楽に触れることで、人間の生活に潤いをもたらしているともいえるだろう。近年では、音楽を利用した音楽療法が盛んになってきた。音楽を利用することで、痛みを軽減されたり、機能が改善されたりする。また、村井（2001）は音楽と「癒し」について考察しているが、イライラしている、緊張状態、憂鬱、不安などの心理状態のとき、音楽を聞き心理状態を緩和させること、と述べている。栗原・伊藤（2001）は音楽聴取前後は抑うつ・不安的な感情が減ることが報告されている。

以上から、音楽は日常生活に多く利用されている環境を踏まえ、この調査では、どのような感情のときにどのような音楽を聴くのかについて明らかにすることを目的とする。

## 方法

### 調査対象者

関東T大学に在籍している学生75名

（男性38名、女性32名、その他5名）を対象とした。

## 調査時期

2019年12月、大学の講義中にGoogleフォームのQRコードの読み取りによる集合調査を行った。

## 調査内容

質問は学年、性別、年齢、普段音楽を聴くかと以下の質問から構成されている。

1. 「どのようなジャンルの音楽を聴きますか」
  2. 「テンポの速さはどのくらいですか」
  3. 「曲の雰囲気はどれですか」
  4. 「どのように曲を聴きますか」
  5. 「音楽を聴く前と後で、感情の変化は起こりましたか」
  6. 「感情の変化が起こる場合、どのような変化が起こりますか」
  7. 「曲を聴くとき、どのように曲を選びますか」
- の7項目はそれぞれの気分（普段の時、悲しい時、楽しい時、リラックスしたい時）に分けて質問項目を別々にした。
8. 「ライブや音楽フェスに行ったことはありますか」
  9. は8.で回答が「はい」の場合「それらのイベントに行ったことでどのような感情の変化が起きましたか」
  10. は9.の回答で「気持ちが変わった理由は何ですか」

回答方法は、1. が11件法、2. 3. が3件法、4. 7. は6件法、5. 8. は2件

法、6. 9. 10. は記述形式で用いて回答した。

## 結果

普段から音楽を聴く人の割合が「はい」が98.7%、「いいえ」が1.3%であった。

(図1参照)

(1) どのような気分の時(普段の時、悲しい時、楽しい時、リラックスしたい時) 聴く音楽のジャンルの結果

4つの気分全てJPOPが最も割合が高く、普段では54.1%、悲しい時は54.5%、楽しい時は、54.1%、リラックスしている時は52.7%であった。また、普段の時ではアニメソングとロックが同じ割合で10.8%であった。悲しい時ではロックが11.4%で次にKPOPが9.1%で高かった。楽しい時は、アニメソングが10.8%で次にロックが9.5%で高かった。リラックスしたい時は、洋楽が9.5%で次にアニメソングとクラシックが同じ割合で8.1%であった。

(図2参照)

(2) 曲の選び方の結果

4つの気分すべて「メロディで選ぶ」の割合が最も高く、普段の時は76%、悲しい時は72%、楽しい時82%、リラックスしたい時76%であった。また、普段の時、悲しい時、楽しい時では、「動画サイトのおすすめに出てくるものを選ぶ」が最も低くリラックスしたい時は「流行で選ぶ」が最も低い割合となった。(図3参照)

(3) 曲の聴き方の結果

4つの気分すべて「シャッフル」で音楽を聴く割合が最も高く、普段の時は54%、悲しい時は49%、楽しい時は55%、リラックスしたい時は50%であった。また、4

つすべての気分で「アルバム」で音楽を聴く割合が最も低く、普段の時は11%、悲しい時は13%、楽しい時は12%、リラックスしたい時は14%であった。

(図4参照)

(4) 曲を聴くテンポの速さの結果

普段の時と楽しい時のテンポの速さでは、「テンポが速い」と回答した人の割合が高く、普段の時は61.8%、楽しい時は73.7%であった。また、悲しい時とリラックスしたい時は「テンポが遅い」と回答した人の割合が高く、悲しい時は34.2%、リラックスしたい時は、55.3%であった。普段の時と楽しい時はどちらも「テンポが遅い」と回答した人の割合が低かった。

(図5参照)

(5) 曲を聴く前後の感情の変化の結果

普段の時は59.2%、悲しい時は48.7%、楽しい時は36.8%、リラックスしたい時は40.8%であり、普段の時が最大値となった。(図6参照)

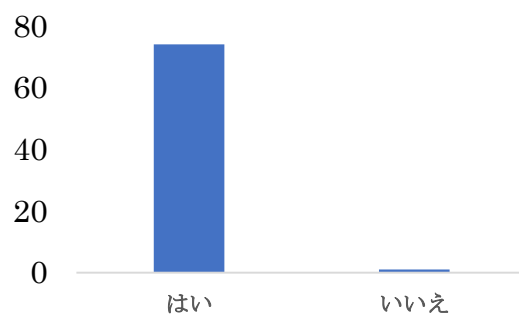


図1 普段音楽を聴くか

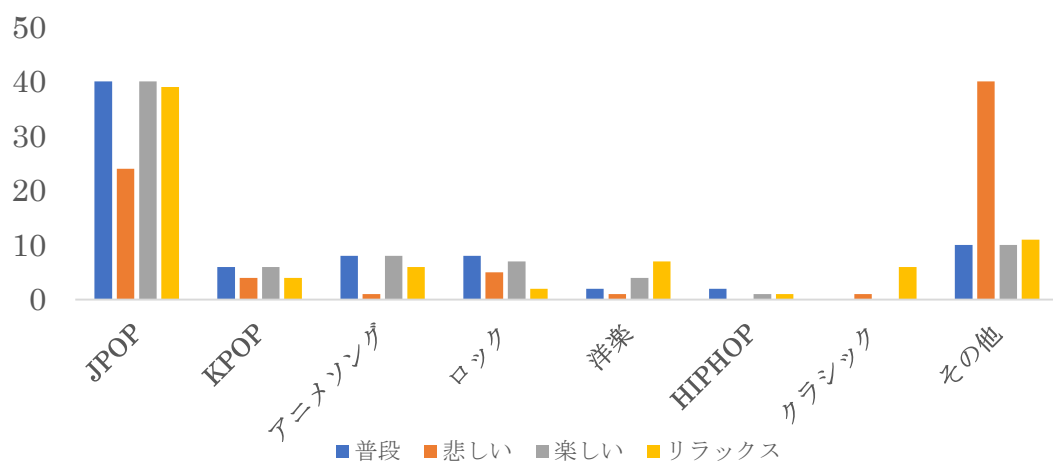


図2 どんなジャンルの音楽を聴くか

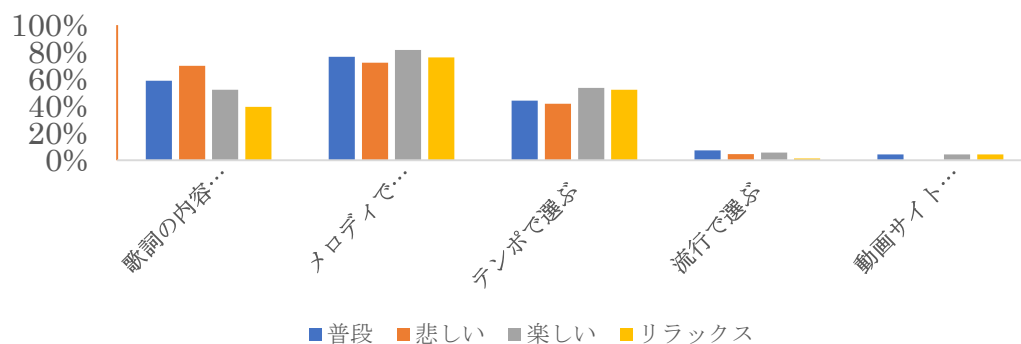


図3 曲の選び方

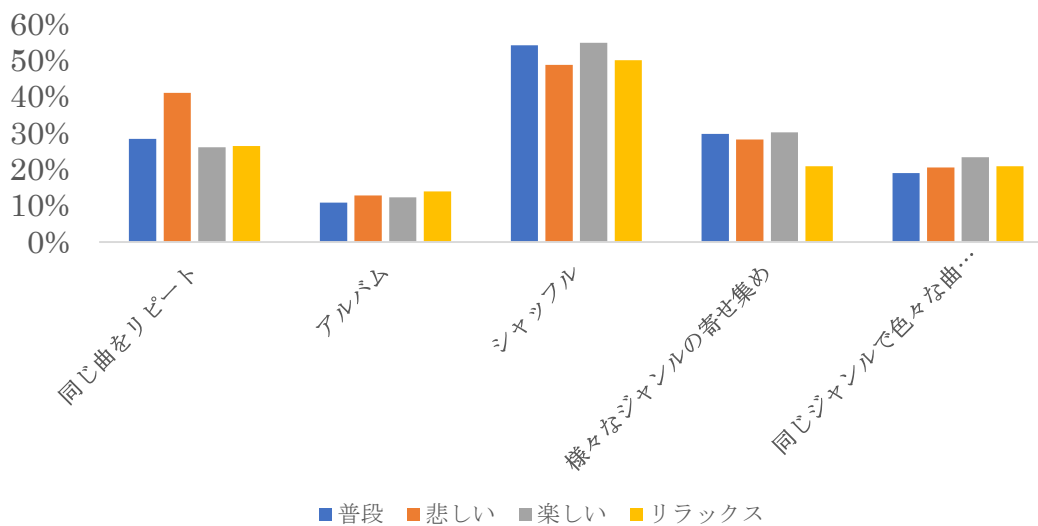




図4 曲の聴き方

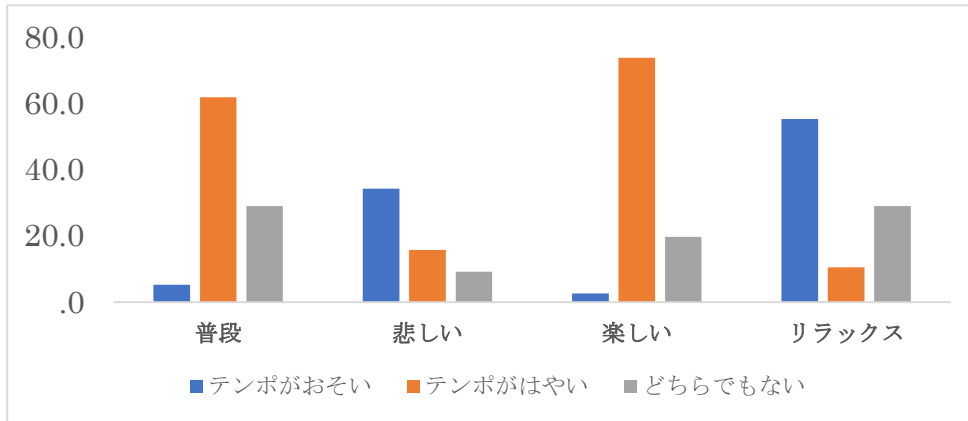


図5 テンポの速さ

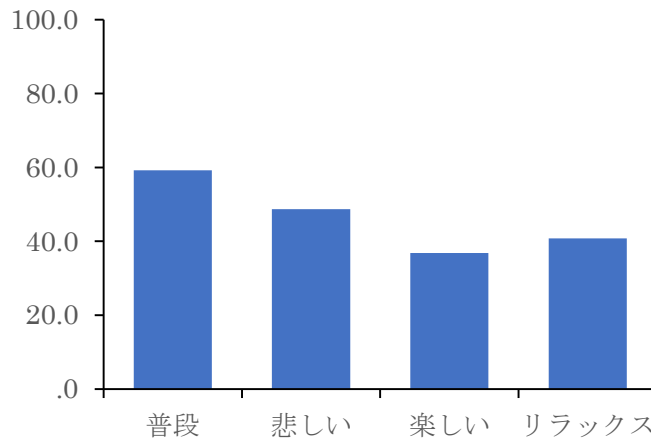


図6 聴く前後の感情の変化

## 考察

本調査では、大学生を対象にどのような感情のときにどのような音楽を聴き聴取前後の感情に変化があるのかについて明らかにすることを検討した。

普段音楽を聴く人の割合が高かったことが結果からわかった。また、気分による音楽のジャンルの質問では、4つの気分すべてJPOPの割合が高かった。しかし、その他の記述で回答している人が多く、普段の

時、悲しい時、楽しい時リラックスしたい時では、「オリジナル楽曲」、「電子音楽」、「邦ロック」などの回答が多く、自分の気分に合わせて作曲する手段があるということが結果からわかった。また、リラックスしたい時のその他の記述回答では、「ヒーリング効果」、「自然の音」という回答があり、作曲されたものではなく自然の音を聴くことにより自然が生み出す音を聴くと気

持ちが穏やかになったり精神を安定させやすくする効果があるのだと考えられる。曲に、楽しい気分の時が最も割合が高かったことから、メロディを聴くことにより耳に入ってくる音の情報から自分に合う良いメロディ程気分を上げやすくする効果があるのだと考えられた。また、悲しい時は「歌詞の内容で選ぶ」と回答した人の割合が高く、歌詞から自分と同じ共感であったり、受け止めきれそうにない悲しみから自分を守る手段として負の感情を抑制する効果があるのではないかと考えられた。曲の聴き方についての質問では4つの気分すべて「シャッフル」で聴くという回答の割合が高かった。しかし、悲しい時に「同じ曲をリピート」して聴く割合が他の気分よりも最も高く、同じ曲をリピートして聴くことによって、負の感情を抑制し精神を安定させるまたは、気分を変えられる作用があるのではないかと考えられた。テンポの速さでの質問では、普通の時と楽しい時は「テンポが速い」と回答した割合が高く、悲しい時とリラックスしたい時は「テンポが遅い」と回答した人の割合が高かったことから、気分がマイナスではない限りテンポの速い音楽を聴くことが多いということが結果から考えられる。聴く前後の感情の変化では、それぞれの気分で大きな差はなかったが、最も高かったのは普段の時であったことから、通学の時の電車の中や街中を歩いているときなどで曲を聴いていた場合、その場の環境や周りの景色から曲のメロディや歌詞に影響されやすい状況がつくられているのではと

の選び方の質問では、4つの気分すべて「メロディで選ぶ」と回答した人が多く特考えられた。また、どのように変化したのか記述回答では、全体的に音楽を通してリラックス効果を求める人の割合が高いことがわかった。このことから、音楽が感情にもたらす効果と変化ではリラックス効果または気分をマイナスから普段へ、普段からプラスへと変えさせていくための一つの手段として音楽が利用されているということが考えられた。

最後に本研究の限界と展望を述べる。本研究では、質問に対して性別が反映されていなかったことから、男女の特徴を調査することができなかった。また、曲を聴くというだけの状況の質問であったため、周りの環境への影響や特に感情が変化しやすい場所など今後の調査に取り入れるべきだと考える。最後に作成したGoogleフォームでは言葉の意図が読み取りにくい箇所があったことから検討したほうがよいと考えた。

## 引用文献

- ・栗野 理恵子・伊藤 義美 (2001). 音楽聴取がもたらす感情的変化に関する心理学的研究 ——不快感情動における音楽聴取の効果と検討——
- ・村井靖児 (2001). 音楽療法の基礎 音楽の友社

## 大学内施設・環境調査

17C135 木部 優一朗

17C168 信澤 宣世

### 問題と目的

近年、大学内の施設や環境について、様々な大学間で比較されることがある。大学施設はそこに通う大学生を中心として、多くの人たちに使用されている。特に、大学生は授業を受ける、食事をするなど、使用用途は様々である。多くの場合、その大学の施設の内装や設備は大学側の、学生に必要だと思った設備で構成されてしまうことが多い。したがって、大学での過ごしやすさの認識に大学側と学生側で少なからず差異が生じてしまう。各大学によって施設やその使用状況も多様であると思うが、では大学生自身が現在通っている大学で必要としているものは何であろうか。我々は、学生がより過ごしやすい施設・環境となるためには何が必要なのかということに興味を持った。そこで本研究では、東京成徳大学内施設・環境の認知度、使用度の検討、また学生のニーズを調査することで大学の環境改善に役立てることを目的とする。

### 方法

**調査対象者** 2019年12月に、東京成徳大学臨床心理学科の学生67名（男性26名、女性37名、その他3名）を対象とした。

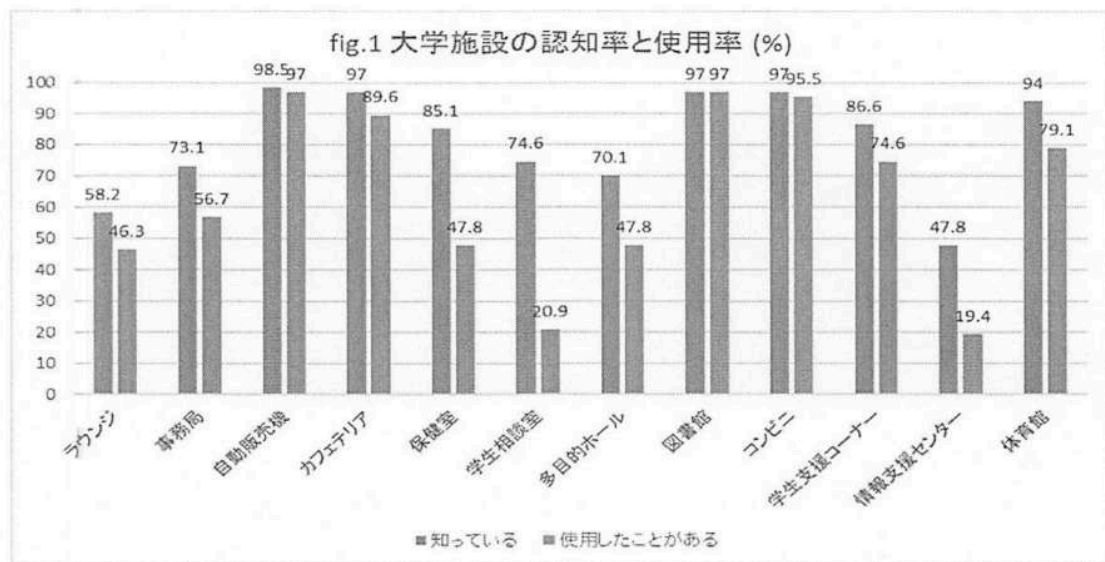
**調査手続き** 大学内の講義の中でQRコードを配布し、スマホなどを使ってGoogle Formで作成したアンケートに回答してもらい集合調査を行った。

**調査内容** 質問項目としては、大学内施設の認知度、使用度について尋ねるため「あなたが知っている施設や場所の項目へチェックをつけてください」、「あなたが使用したことがある施設や芭蕉の項目のへチェックをつけてください」と尋ねた。回答は「ラウンジ」や「事務局」、「自動販売機」など大学施設に関係のある項目12項目で回答を求めた。また、「使用したことのある施設や場所に不満を感じたことはありますか」という質問を尋ね、その質問に対して「はいと答えた方」と「いいえと答えた方」に分け、自由記述で回答を求めた。また、施設・環境の改善に役立てるための参考として、「大学内にどのような施設が欲しいか」、「大学内の施設等を利用したイベントの希望」について自由記述で回答を求めた。

### 結果

東京成徳大学の学生の大学施設の認知度、使用度を統合して比較した(表1)。表1から、保健室や学生相談室はよく認知されているのにもかかわらずあまり使用されていない。また情報支援センターも認知と使用に大きな差ができています。

次に、「使用したことのある施設や場所に不満を感じたことはありますか」の質問に対して「はい」と答えた人で大学施設に対して不満に思ったところ(表2)を見ると学生から、大学内のカフェテリア、空調、コンビニに不満を抱く声が複数あがっている。また他にも「WiFi設備が悪かった」、「学生の人数に対して教室が狭いと感じることがある」などの意見も出された。



最後に表3を見ると、学生が大学内に欲しいと思っている施設には「ATM」や「仮眠室」、「両替機」などがあつた。

### 考察

本研究では、東京成徳大学内施設・環境の認知度、使用度の検討、また学生のニーズを調査することで大学の環境改善に役立てることを目的とした調査を行うため質問紙調査を実施した。その結果、多くの施設に対して学生の認知度と使用度にあまり差異がないが、保健室や学生相談室、情報支援センターの認知度と使用度に大きく差異が生じた。また大学施設に不満を抱いている学生の中にはカフェテリアや空調、コンビニに不満を抱いている学生が多いこと、学生の中には「ATM」や「仮眠室」、「両替機」が欲しいと思っている

表2) 「はい」と答えた人で大学施設に対して不満に思ったところ

| カフェテリア                         | 空調  | コンビニ   | その他                               |
|--------------------------------|---|--|-----------------------------------|
| カフェテリアが一つしかないのが人数にあてない         | 種類が少ない、空調の調節が出来ない   | コンビニがひとつしかなく使いづらい                                | 図書室ではトイレに行くのにカードがないと行けないのが大変である   |
| カフェテリアが狭い                      | 空調最悪  | コンビニを6号館の方にも増やしてほしい                              | 学生の人数に対して教室が狭いと感じることがある           |
| カフェテリアでは人が多くて使えないこともある         | 寒い時期は、使う教室のエアコンを事前にいれてほしいです。授業が始まってから電源を入れたら、広い部屋だと温くなるまでに時間がかかって寒いです | コンビニの混み具合  | 権の木ホールが、十分に使わせてもらえないところ           |
| カフェテリアのメニューが少ない                | 冷暖房の使い方がおかしい  | コンビニが速く感じる                                       | WiFi設備が悪かった                       |
| カフェテリアの席数が少なく、今の学生数にあてない       | 寒い  | コンビニが小さい   | 学生が利用できる教室が少なすぎる                  |
| 食べ物の種類も少なく、割に価格が高いので使ってもお得感が無い |   | コンビニは利用する人が多いのにも関わらず小さいし、レジも1個しかないため混雑するのが利用しにくい | 前にアンケートに答えてしっかりと書いたにも関わらず何も通らなかった |
| ご飯食べる場所が少ない                    |   | コンビニが一つしかない。狭い。すごく混むからもう一つ作って欲しい                 |                                   |
|                                |   | コンビニが狭い・品揃えが希薄                                   |                                   |

| 表3) 学生が大学内に欲しい施設    |
|---------------------|
| 食堂                  |
| ATM                 |
| 証明写真                |
| 大手3社のコンビニ           |
| 仮眠室                 |
| 部室を増やして欲しい          |
| 学食をもうひとつ            |
| 多目的トイレが増えると嬉しい。     |
| 両替機                 |
| 喫煙所                 |
| ATM、生協、グループで視聴できる部屋 |
| ライブのできる本格的なスタジオ     |
| ハンドドライヤー            |
| 実験室                 |
| コンビニ。ドトールなどコーヒーショップ |

学生がいることが示された。

保健室、学生相談室、情報支援センターの認知と使用に差異があったのは、施設については知っているが使用する必要性を感じていない、または実際に使用する必要がないためと考えられる。また、カフェテリア、空調、コンビニへの不満が多かったのは、学生が日常的に大学内でよく使用するもので、レストランや外界のコンビニなど、ほかの施設と比較したときに劣っていると感じ、またそれらがよりよく活用される方法や活用されている環境を知っているからだと推察される。また、欲しい施設の中にATMや両替機があったのは、印刷やコンビニなど、学内でも金銭を使用する機会が少なくともあるため、入出やコンビニ外での両替をよりスムーズにする目的があるものと考えられる。したがって、これらのことから、学生のニーズを理解し、学内の改善に生かすためには、より学生の意見を取り入れ、実現可能なものから少しずつ学生の意見とすり合わせて現実に近づけていく必要があると考えられる。

最後に本研究の限界と展望を述べる。本研究では、東京成徳大学のみを対象とした調査だったため、東京成徳大学の中の施設・環境という一側面から見た意見であったので、より学内の改善を図るためには、他大学との比較を行い、施設・環境改善の参考にしていく必要がある。また、今回の調査では、施設が欲しい理由を尋ねなかったことにより、施設を改善する際への説得力不足になってしまうことが考えられる。大学内の施設を改善していくには少なからず費用が発生する。したがって今後は、定期的に今回のアンケートを参考とした質問紙調査を行っていき、施設・環境改善のための根拠を明確にし説得力のあるものへと仕上げていく必要がある。

## 現代の大学生の信頼を失う要素

17C123 押田 陸人 17C139 黒田 侑里  
17C147 杉浦 翔太 17C167 野藤 梨乃  
17C176 藤田 拓未

### 問題と目的

近年、若者たちのコミュニケーションというと、ほとんどが SNS でのやりとりである。すぐ隣の友人にさえ、メールで交換したり、家庭内でもスマホで連絡をしたりと、2000 年依然では想像もつかなかったコミュニケーション手段となっている。便利なこともあるが、そういった手段によるさまざまな弊害も起き、人間関係も大きく変化していることに気付く。(木村, 2016) このことから、現代の大学生の人間関係にも変化があるのではないかと考えた。本調査では現代の大学生が信頼を失う行動を減らすことによって人間関係が良好になるのか、どのような行動が信頼を失うかを調査し、人間関係を構成する要素を明らかにすることを目的とした。信頼を「人を信じて頼りにすること」、友人は「対等な関係であること」と定義した。質問 1 から 10 までの質問を社会性、11 から 15 までをコミットメント、16 から 20 までを人的魅力と分類する。社会性は人とかかわる能力のことで、集団生活にふさわしい性質と定義した。次にコミットメントは責任や約束を守るという意味と定義した。最後に人的魅力は人を惹きつける力のことと定義した。

### 方法

**調査対象者** 東京成徳大学に在籍している学生 42 名 (男性 14 名、女性 26 名、その他 2 名、平均年齢 20.71 歳) を対象に行った。

**調査時期** 2019 年 12 月上旬 大学の講義中にグーグルフォームの QR コードを配布して調査を行った。

**調査内容** グーグルフォームでは年齢と性別を含め以下の質問から構成した 1、「普段の生活で友人に対して信用できないと思うことはあるか」の項目は「はい」「いいえ」の 2 件法にした。次に、以下のような行動をとる人に対して、あなたはどの程度信頼できますか? と質問をした。2、「挨拶を返してくれない」3、「威圧的な人」4、「人のことを悪く言う人」5、「人の話を聞かない人」6、「意見を言わない人」7、「空気を読めない人」8、「気分で態度が変わる人」9、「ネガティブな人」10、「疑い深い人」11、「期限を守らない人」12、「言動に矛盾がある人」13、「誰にでもいい顔をする人」14、「時間を破る人」15、「予定を急に断る人」16、「借金がある人」17、「一生懸命取り組まない人」18、「うそをつく人」19、「自信過剰な人」20、「学歴が低い人」は「信頼できる」「どちらかといえば信頼できる」「どちらでもない」「どちらかといえば信頼できない」「信頼できない」の 5 件法にした。21、「ほかに信頼できないと思う要素はありますか」は自由回答である。

### 結果

社会性の中では人の話を聞かない人が信頼できないと答えていた人が 19 人で最も多かった。また、疑い深い人が信頼できると答えていた人が 5 人で最も多い結果となった。コミットメントは言っていることとやっていることが違う人が信頼できないと答える人が 26 人で最も多かった。期限を守らない人が信頼できると答えた人が 1 人で最も多い結果となった。他の質問では信頼できると答えた人がいなかった。人的魅力は借金がある人と嘘をつく人に信頼できないと答えた人が 23 人で最も多かった。学歴が低い人が信頼できると答えた人が 4 人で最も多い結果となった。

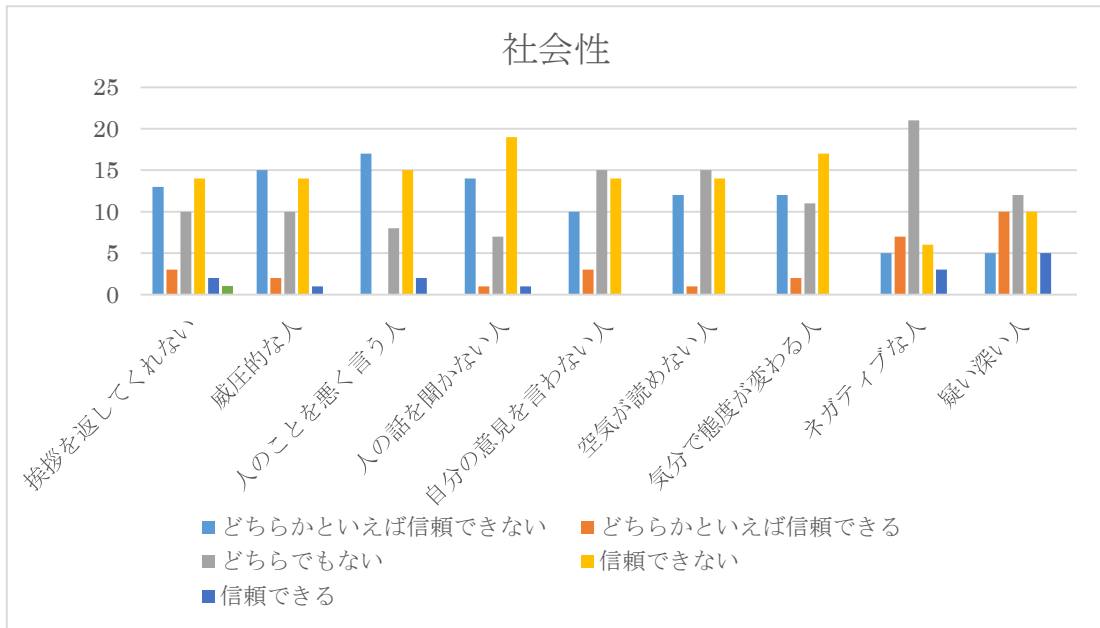


図1 社会性

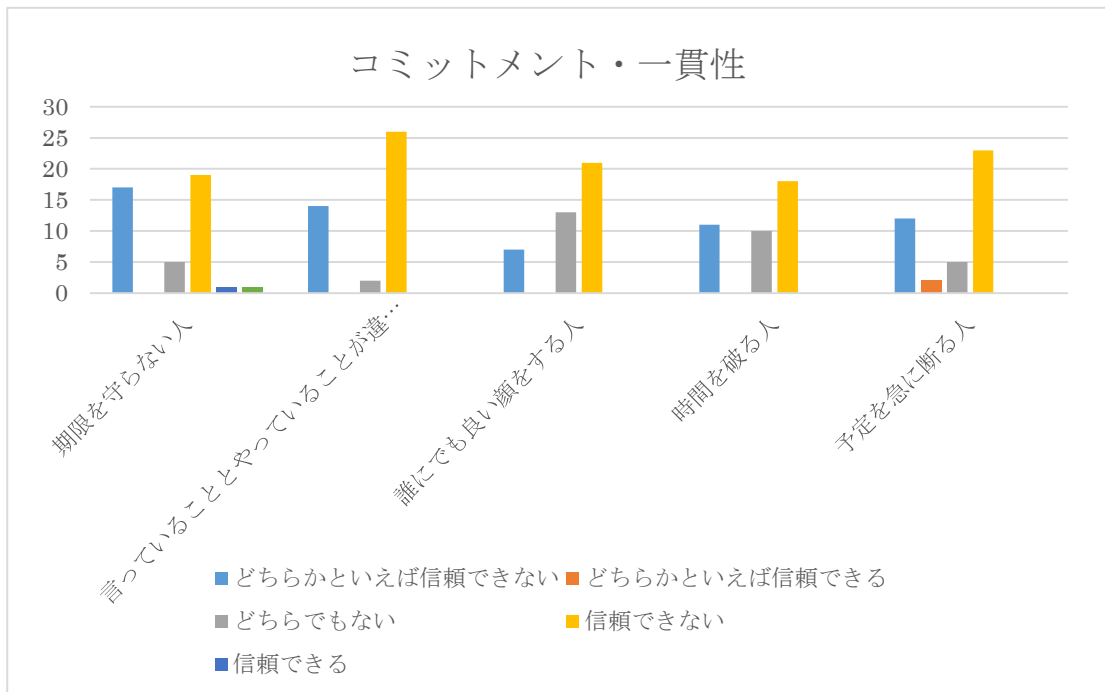


図2 コミットメント・一貫性

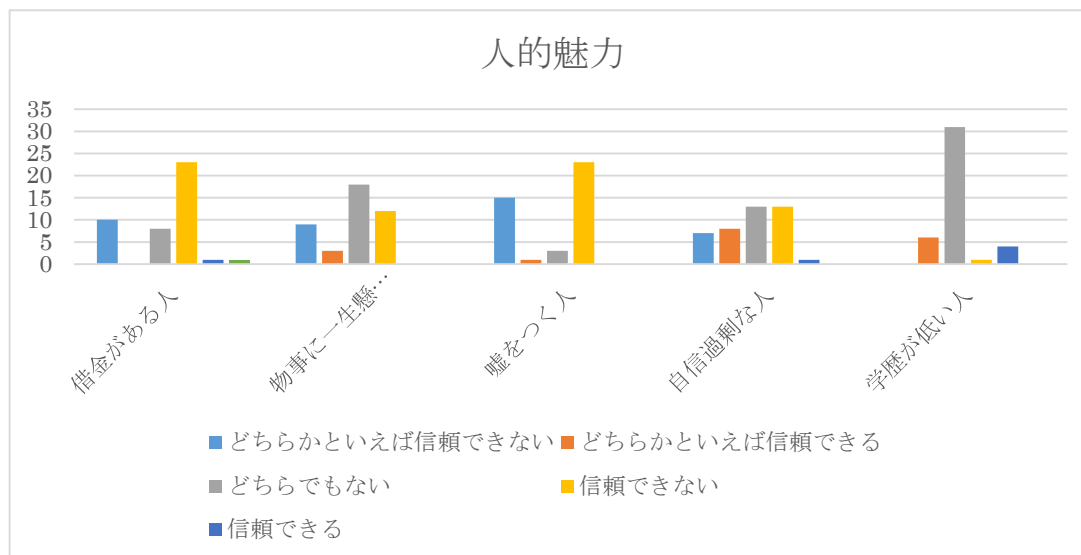


図3 人的魅力

### 考察

現代の大学生が信頼を失う要素を調査した結果、社会性、コミットメントでは信頼できないと答えた人が多くみられた。しかし、人的魅力では信頼できないと答えた人が少ない結果となった。このことから信頼できない要因として、人と関わる能力があり約束を守る人でないと信頼できないと考えられる。また、このことから誠実さがあるひとは信頼における人物と考えられる。それに対して、人的魅力で信頼できないと答えた人が少ないことから周囲と直接関わらない能力は信頼できない要因にならないのではないかと考えられる。また、人的魅力で比較的多く信頼できないと答えた項目は嘘をつく、借金があるなど他者に悪影響を与える項目が信頼できないとなっている。また、全体の結果で信頼できないと答えた項目が最も多いのが一貫性の中の「言っていることとやっている事が違う人」だった。このことから人間関係を構成する要素の一つとして一貫性があるのではないかと考えられる。本研究では全体的にどちらでもないと答えた人が多かったため、今度はどちらかに答えやすい項目を作るべきだと考えた。

### 引用文献

木村 晶子 (2016) . 現代の若者たちの人間関係-人間生活研究, 1-5



## 会話場面における感情と自己認知との関連性

17C131 河野真由子

### 問題と目的

私たちは日頃から会話を通してコミュニケーションをしている。その中で、「人前で話すのが苦手、緊張して上がってしまう、自然に人付き合いができず、社交をつい避けてしまう」というような症状が見られる人がある。そのような症状は、「社交不安症」と呼ばれる(岡田,2019)。社交不安症を持った人は自分に自信が持てず、他人と関わる場면을不安に思い、避けてしまうという人も多い。以上のことから言えることは、人前で話すことに対して非常に緊張感を持ち、避けてしまう人は社交不安症と診断されることが多い、ということである。ところで、近年、人々の価値観や関心が多様になったことで、様々な人間関係が生じていると考える。その人間関係を円滑に進めるためにはコミュニケーションが必要不可欠であると考えられる。コミュニケーションの種類は2種類あり、言語的コミュニケーションと、非言語的コミュニケーションがある。その中で、言語的コミュニケーションでは言葉の相互交換による会話が主となっている。様々な人間関係が生じ、コミュニケーションが複雑化していることにより、会話場面において緊張する場合もあると考える。その緊張は、社交不安症の説明でも述べたように、「自分に自信が持てず、他人と関わる場면을不安に思い、避けてしまう」ということに類似していると考えられる。このことから、自己認知の仕方によって会話場面での他人との関わり方が変わるのではないかと考えた。よって今回は、自己認知と会話場面におけるネガティブ感情には関連があるのかどうかを検証するために調査を行なった。今回の会話場面の定義は、3人以上の複数人で会話をしていることとする。

### 方法

**調査対象者** 本学所属の10代～50代(平均年齢21.08歳)の成人77名(男性27名、女性48名、無回答2名)を対象に2019年12月調査を行った。

**調査手続き** QRコードのついた調査依頼表を授業時間内に配布し、スマートフォンでQRコードを読み取り、Googleフォームにて回答を受け付けた。

**調査内容** 会話場面において不安に感じることと自己をどう認識しているかを尋ねるため、質問の項目を「自己認知」と「会話場面におけるネガティブな感情」の2つに分け、それぞれに質問項目を作成した。自己認知については、「あなた自身の性格についてお聞きします。普段のご自身の考え方や行動を思い出しながら回答してください。」と尋ね、会話場面におけるネガティブ感情については、「あなたの普段の会話に関する考えについてお尋ねします。あなたが普段仲の良い友人複数人(3~5人)で日常的な会話をしている場면을思い浮かべながら回答してください。」と尋ねた。質問を合計

で25項目設定した。回答は、1「そう思わない」、2「どちらかといえばそう思わない」、3「どちらでもない」、4「どちらかといえばそう思う」、5「そう思う」の5件法で回答を求めた。

## 結果

|      |              | 自己評価   | 会話     |
|------|--------------|--------|--------|
| 自己評価 | Pearsonの相関係数 | 1      | .635** |
|      | 有意確率(両側)     |        | .000   |
|      | N            | 77     | 74     |
| 会話   | Pearsonの相関係数 | .635** | 1      |
|      | 有意確率(両側)     | .000   |        |
|      | N            | 74     | 74     |

|                                  | Q1 新しいことに挑戦するとき、やる前からできないかと思ってしまっている | Q2 やりたくないことには挑戦しても自分にはできないと思ってしまう | Q3 周囲の人に嫌われているか不安になる | Q4 世間体が悪いことになる | Q5 悪見や偏見の人のまわりのときなど振る舞いはいやわららない | Q6 自分の力量を周囲の人からどう評価しているか気になる | Q7 自分の性格が周囲の人からどう思われているか気になる | Q8 自分には長所があると思えている | Q9 自分に満足している | Q10-1 1にに対して後悔しやすい | Q10-2 周囲の人に対して行った言動に対して後悔しやすい | Q11 Q10-1・Q10-2に質問に対し「5」と回答した方に質問します。どちらの後悔の理由がより強く感じましたか。 |
|----------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|----------------------|----------------|---------------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------------|--------------|--------------------|-------------------------------|--|
| Q1 悪見や偏見の人のまわりのときなど振る舞いはいやわららない  | .235*                                | .245*                             | .288*                | .282*          | .426**                          | .169                         | -.236*                       | -.080              | -.183        | .235*              | .368*                         | .388*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .039                                 | .032                              | .011                 | .013           | .000                            | .118                         | .003                         | .491               | .103         | .040               | .001                          | .000   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q2 悪見や偏見の人のまわりのときなど振る舞いはいやわららない  | .305**                               | .180                              | .328**               | .266*          | .247*                           | .169                         | .419**                       | -.016              | -.123        | .236*              | .280*                         | .245*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .007                                 | .117                              | .004                 | .019           | .023                            | .142                         | .000                         | .888               | .287         | .029               | .014                          | .021   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q3 周囲の中で文章を積み立ててからできないかと思えない     | .384**                               | .159                              | .309**               | .269**         | .446**                          | .201**                       | .231**                       | -.019              | -.189        | .238*              | .290*                         | .203   |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .001                                 | .168                              | .006                 | .001           | .000                            | .006                         | .003                         | .869               | .062         | .037               | .011                          | .077   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q4 相手の発言を考えて発言しているのか気になる         | .311**                               | .234*                             | .343**               | .468**         | .395**                          | .515**                       | .402**                       | -.172              | -.267*       | .312**             | .423**                        | .348*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .006                                 | .042                              | .002                 | .000           | .002                            | .000                         | .000                         | .138               | .021         | .006               | .000                          | .002   |
| N                                | 76                                   | 76                                | 76                   | 76             | 76                              | 76                           | 76                           | 76                 | 76           | 76                 | 76                            | 76   |
| Q5-1 相手の自分に対するポジティブな発言を素直に受け取れない | .452**                               | .228*                             | .389**               | .504**         | .429**                          | .370**                       | .405**                       | -.041**            | -.246*       | .428**             | .476**                        | .294*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .000                                 | .004                              | .000                 | .000           | .000                            | .001                         | .000                         | .000               | .000         | .000               | .000                          | .009   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q5-2 相手の自分に対するポジティブな発言を素直に受け取れない | .147                                 | -.017                             | .209                 | .157           | .209                            | .237*                        | .296**                       | .136               | -.062        | .063               | .155                          | .163   |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .206                                 | .883                              | .070                 | .176           | .070                            | .040                         | .009                         | .241               | .592         | .476               | .182                          | .159   |
| N                                | 76                                   | 76                                | 76                   | 76             | 76                              | 76                           | 76                           | 76                 | 76           | 76                 | 76                            | 76   |
| Q6 自分の話す内容が相手に伝わっているかどうか気になる     | .311**                               | .268*                             | .274*                | .186           | .250*                           | .231*                        | .287**                       | -.192              | -.246*       | .304**             | .374**                        | .272*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .006                                 | .019                              | .016                 | .106           | .028                            | .043                         | .001                         | .084               | .002         | .007               | .001                          | .016   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q7 相手に話されたことを覚えておくことができない        | .349**                               | .412**                            | .422**               | .379**         | .386**                          | .229*                        | .447**                       | -.057              | -.217        | .324**             | .431**                        | .276*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .002                                 | .000                              | .000                 | .001           | .006                            | .047                         | .000                         | .625               | .058         | .004               | .000                          | .014   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q8 自分の意見が聞き取れない                  | .344**                               | .282*                             | .414**               | .422**         | .418**                          | .278*                        | .485**                       | -.141              | -.214        | .385**             | .453**                        | .258*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .002                                 | .021                              | .000                 | .000           | .000                            | .015                         | .000                         | .221               | .062         | .000               | .000                          | .023   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q9 話し相手の会話の場面に立ち入りたくない           | .370**                               | .297*                             | .440**               | .394**         | .280*                           | .406**                       | .559**                       | -.035              | -.291*       | .355**             | .283*                         | .143   |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .001                                 | .011                              | .000                 | .000           | .014                            | .000                         | .000                         | .764               | .010         | .002               | .021                          | .209   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q10 自分から新しい話題に入ることができない          | .281*                                | .178                              | .264*                | .269*          | .370**                          | .229                         | .335**                       | -.069              | -.097        | .010               | .186                          | .211   |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .022                                 | .124                              | .010                 | .023           | .001                            | .056                         | .003                         | .552               | .403         | .929               | .000                          | .069   |
| N                                | 76                                   | 76                                | 76                   | 76             | 76                              | 76                           | 76                           | 76                 | 76           | 76                 | 76                            | 76   |
| Q11 会話を終らせたいと思えることができない          | .382**                               | .159                              | .325**               | .451**         | .415**                          | .220*                        | .359**                       | -.123              | -.184        | .297**             | .347**                        | .221*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .001                                 | .168                              | .004                 | .000           | .000                            | .005                         | .001                         | .287               | .109         | .009               | .002                          | .053   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |
| Q12 会話を終らせたいと思えることができない          | .474**                               | .394**                            | .372**               | .397**         | .294**                          | .315**                       | .423**                       | -.241**            | -.483**      | .350**             | .478**                        | .324*  |
| Pearsonの相関係数                     |                                      |                                   |                      |                |                                 |                              |                              |                    |              |                    |                               |  |
| 有意確率(両側)                         | .000                                 | .000                              | .001                 | .001           | .010                            | .005                         | .000                         | .035               | .000         | .002               | .000                          | .004   |
| N                                | 77                                   | 77                                | 77                   | 77             | 77                              | 77                           | 77                           | 77                 | 77           | 77                 | 77                            | 77   |

自己認知と会話場面におけるネガティブ感情の関連を検討するため、相関関係を算出したところ、統計的に有意だという結果が示された(表.1)。また、自己認知と会話場面におけるネガティブ感情のそれぞれの項目の関連を表.2に記した。表.2から、会話場面におけるネガティブ感情の項目 Q5-1の「相手の自分に対するポジティブな発言を素直に受け取れない」と、自己認知の項目 Q1「新しいことに挑戦するとき、やる前からできないかと思ってしまう」から Q10-1「自分一人で行った言動に対して後悔しやすい」まで統計的に有意であった。逆に、Q10-2の「周囲の人に対して行った言動に対して後悔しやすい」のみが統計的に有意ではなかった。

## 考察

結果から、自己認知と会話場面におけるネガティブ感情の関連の相関は統計的に有意であり、とても高い相関が見られた。このことから、自己認知が低い、つまり自己肯定感が低い人は会話場面において悩みやすいのではないかと考えられる。自己肯定感が低くなることで社交不安症の発症を助長することになることがあるとされている(岡田,2019)。つまり、自己肯定感と対人不安・緊張とは深く結びついていると考えられる。

また、会話場面におけるネガティブ感情の項目の Q5-1「相手の自分に対するポジティブな発言を素直に受け入れない」と自己認知の項目の Q1 から Q10-1 まで統計的に有意であることが示された。逆に言うと、自己認知の項目の Q10-2 の「周囲の人に対して行なった言動に対して後悔しやすすい」のみが統計的に有意でなかったことがわかる。このことから、自分自身に視点が向き、自分一人で行なった言動に対して後悔しやすくなるのではないかと考える。社交不安症でも、自己に注意が向きやすくなる「自己注目」(富田,2017)が起こっている。それと同じことが自己肯定感の低い人で起こっているのではないかと考える。

また、自己認知の項目の Q10-2「自分の性格が周囲の人からどう思われているか気になる」は、会話場面におけるネガティブ感情の項目の Q5-2「相手の自分に対するネガティブな発言を素直に受け取れない」以外に統計的に有意だった。つまり、会話場面におけるネガティブ感情の項目 Q5-2 は自己認知の Q10-2 の項目と統計的に有意ではないと考えられる。これより、ネガティブな認知を「いじり」として受け止めている人が少なくともいると考えられる。ネガティブな発言は悪口や誹謗中傷とは限らず、愛のある「いじり」として捉える文化ができていることからその思考ができたのではないかと考える。

以上で述べたことにより、自分に対する認知と会話場面におけるネガティブ感情の関連は大きいと考えられる。自分に対する認知、特に自己肯定感が低いと会話場面でもネガティブな感情に陥りやすくなるのだろう。長所であるところを長所と受け入れられず、それに伴って他人からの自分へのポジティブな言動も受け入れ難くなってしまうことが起こっていると考えられる。

今後の課題について述べる。自分に対する認知についての質問で、振る舞い方に対する認知も入っていたため、自己肯定感と会話場面による認知が正しく測れなかったところがあると考えられる。自分に対する認知を測るためには、既存の自己肯定感の尺度などを使用する必要があると考えられる。

## 引用文献

岡田尊司, 社交不安障害 理解と改善のためのプログラム, 中央精版印刷株式会社, 2019

富田望, 社交不安症における注意制御不全への介入方法の最適化, ストレス科学研究, 2017, 32, 83-84

# 大学生の SNS 依存

17C154 田邊 健

## 1. 問題と目的

大学生は、大学への行き帰りや食事中、時には授業中でもスマートフォンを使用している。中高校生の時は、自由に使うことはできなかったが、大学生になり、親からの制限も無くなったことで使う頻度が多くなっているのかもしれない。

2017年11月にキャリアスが行った「大学生のインターネットおよびスマートフォンアプリ利用実態調査」によると、インターネットの利用目的では、SNSやメール送受信などの通信目的が約9割だった。その中でもスマートフォンでも利用しやすいSNSに注目し、近年問題になっているSNS依存について調査を行った。

そもそもSNSとは人と人とのつながりを促進・サポートする「コミュニティ型の会員制のサービス」と定義されている。当初、SNSは「会員制」として成り立っていたが、今では「会員制」という部分は形骸的になっており、会員という限定的なコミュニティではなくなっている。

大学生が利用するSNSの中でも、今流行っているのは、TwitterやLINE、Facebook、Instagramなどだろう。今では連絡手段としてもSNSは1日中使われており、連絡手段としての側面が大きく出ている。しかし、SNSを情報を得る場としてしか利用していない人もいる。

果たして情報を得る為だけに使っている場合は依存しているといえるのだろうか。

依存しているといっても、どれだけの大学生が1日にSNSを使っているのか、それらを明らかにすることを目的とする。

## 2. 方法

### 調査対象

関東の大学に在籍している学生55名（男性17名、女性36名、その他2名）

### 調査時期

2019年12月上旬、大学の講義中にGoogle foamで作成した質問用ホームページのリンクが乗っているQRコードを配布。回答してもらい、集合調査を行った。

### 調査内容

質問内容はフェイスシート（性別、年齢）と以下の質問から構成されている。

1. 「SNSに発信、投稿する頻度はどれくらいですか？」は「一日に十件以上」「一日に数回」「一週間に数回」「月に数回」「月に一回以下」の5件法。
2. 「SNS上でのつながりを増やしたいですか？」
3. 「スマートフォンを手放せないという自覚はありますか？」
4. 「日常での出来事をついSNSなどを通して発信したくなりますか？」
5. 「発言や投稿への反応が気になって何度もSNSを開いてしまいますか？」
6. 「時間があるとき、気が付くとSNSを使っていますか？」
7. 「SNSでの自分と日常生活の中での自分との間に性格の違いを感じますか？」
8. 「SNSを使うことで夜寝る時間が遅くなりますか？」
9. 「スマートフォンの電池が切れると

SNS が使用できなくてイライラしますか？」10.「充電用のバッテリーを持っていますか？」11.「SNS の使い過ぎが原因で、身近な人との関係が悪化しましたか？」12.「食事をしながら、SNS をしますか？」の11項目は「はい」「いいえ」の2件法である。8. と9. の回答が「はい」の場合、自由回答の質問を用意した。13.「普段使う SNS は何ですか？」は「LINE」「Twitter」「Instagram」「Facebook」「その他」の5件法である。

### 3. 結果

SNS に発信、投稿する頻度を調べた結果、「一日に十回以上」は女性3人、男性1人、その他1人の合計5人であった。「1日に数回」は女性10人、男性6人、その他1人の合計17人であった。「一週間に数回」は女性6人、男性3人の合計9人であった。「月に数回」は女性7人、男性2人の合計9人であった。「月に一回以下」は女性10人、男性5人の合計15人であった。(図1参照)なお、今回の調査では「月に一回以下」をSNSで情報を得るために使用しているということにした。

次にスマートフォンを手放せないという自覚があるかという質問に対して、「一日に十回以上」は5人中、「はい」と回答した人は5人全員だった。「1日に数回」は17人中、「はい」は12人、「いいえ」は5人だった。「一週間に数回」は9人中、「はい」は8人、「いいえ」は1人だった。「月に数回」は9人中、「はい」は4人、「いいえ」は5人だった。「月に一回以下」は15人中、「はい」は8人、「いいえ」は7人だった。(図2参照)

次に「時間があるとき、気が付くと SNS を使っていますか？」という質問に対して、「一日に十回以上」は5人中、「はい」は4人、「いいえ」は1人。「1日に数回」は17人中、「はい」は12人、「いいえ」は5人だった。「一週間に数回」は9人中、「はい」は8人、「いいえ」は1人だった。「月に数回」は9人中、「はい」は6人、「いいえ」は3人だった。「月に一回以下」は15人中、「はい」は11人、「いいえ」は4人だった(図3参照)。

次に「SNS の使い過ぎが原因で、身近な人との関係が悪化しましたか？」という質問に対して、「一日に十回以上」は5人中、「はい」は1人、「いいえ」は4人。「1日に数回」は17人中、「はい」は1人、「いいえ」は16人だった。「一週間に数回」は9人中、「はい」は3人、「いいえ」は6人だった。「月に数回」は9人中、「はい」は0人、「いいえ」は9人だった。「月に一回以下」は15人中、「はい」は0人、「いいえ」は15人だった(図4参照)。

最後に「食事をしながら、SNS をしますか？」という質問に対して、「一日に十回以上」は5人中、「はい」は4人、「いいえ」は1人。「1日に数回」は17人中、「はい」は5人、「いいえ」は12人だった。「一週間に数回」は9人中、「はい」は5人、「いいえ」は4人だった。「月に数回」は9人中、「はい」は3人、「いいえ」は6人だった。「月に一回以下」は15人中、「はい」は2人、「いいえ」は13人だった(図5参照)。

### 4. 考察

本調査では大学生を対象に大学生がどれ

だけ SNS に依存しているのかについて明らかにすることを目的とし、検討した。

大学生が SNS を使用する頻度で、男性よりも女性の方が 1 日の使用量は多かった。これは男性よりも女性の方が人との繋がりを重要視するからではないかと考えられる。それにより、友人が SNS に発信、投稿をした内容や届いた連絡を見逃さないために、食事中にも SNS をしてしまうのだと考えられる。また、男女共にスマートフォンを手放せないという自覚があるという結果が出た。自覚があるのに手放せないというのは非常に危険であると言える。情報を集めるために SNS を使うと思われる人もスマートフォンを手放せないのは、新聞や雑誌を確認するよりも、スマートフォンで SNS を利用した方が、使用者の気になる情報を素早くピンポイントに入手する

ことができるからではないかと考えられる。

今回の調査の課題としては、男女比が均一では無いため、男性の人数を増やす必要がある。さらに、集計人数が 55 人ととても少ないので、人数を増やすことで、今回よりも正確で信用性のある結果が得られるのではないかと考えられる。また、今回の調査は、関東の大学のみでの調査であるため地域による差が出てしまっている可能性があるためそこにも注意したい。

## 5. 参考文献

大学生のインターネットおよびスマートフォンアプリ利用実態調査  
[https://www.disc.co.jp/wp/wp-content/uploads/2017/11/Internet\\_App\\_201711.pdf](https://www.disc.co.jp/wp/wp-content/uploads/2017/11/Internet_App_201711.pdf)

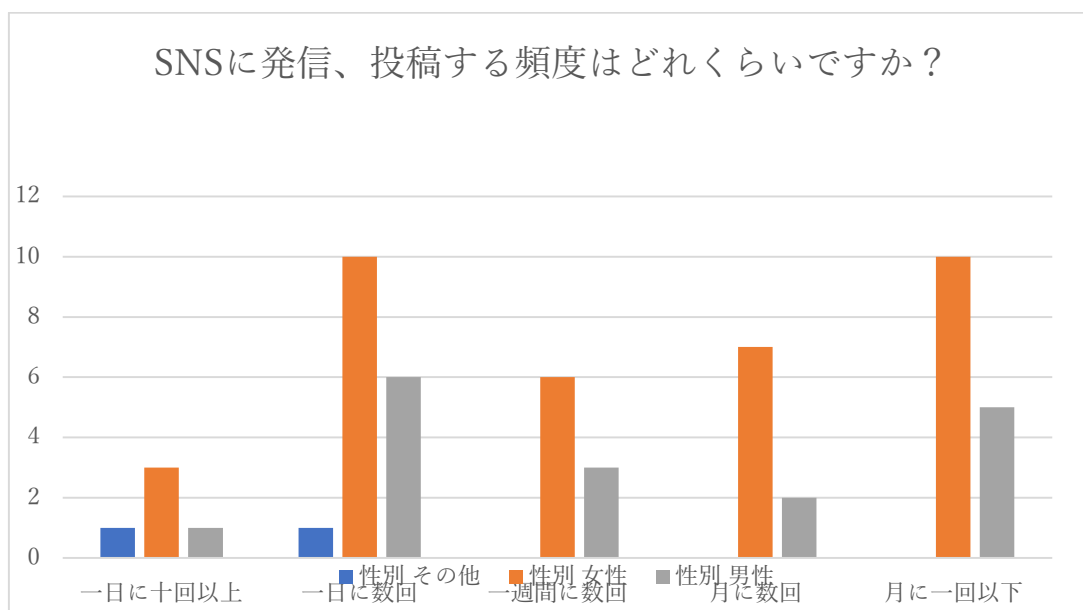


図1 SNSに発信、投稿する頻度

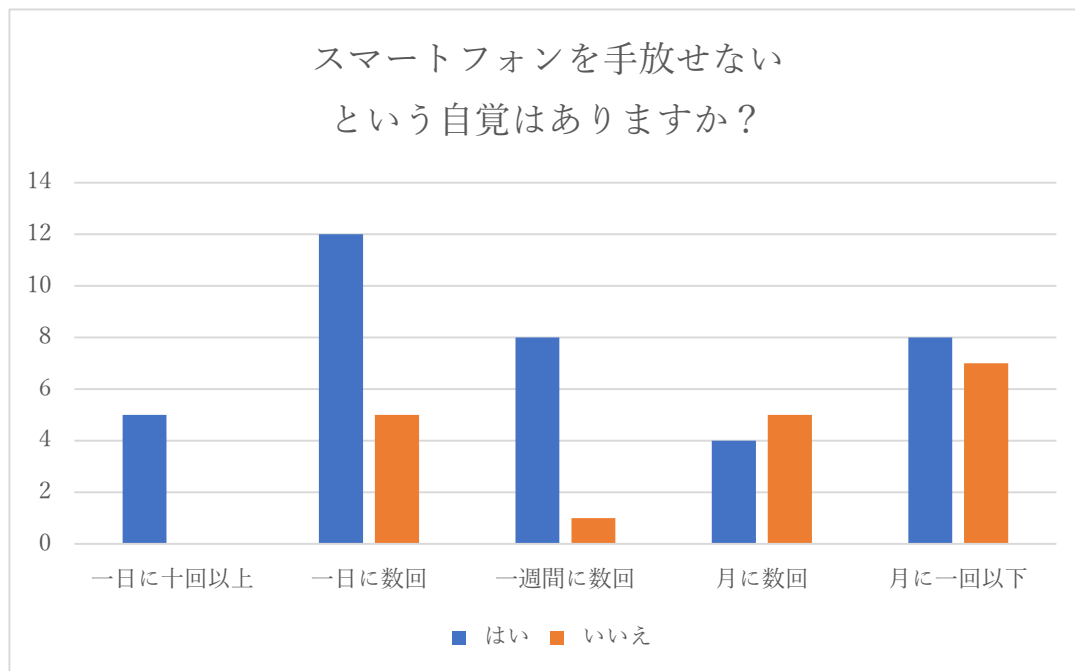


図2 スマートフォンを手放せないという自覚があるか

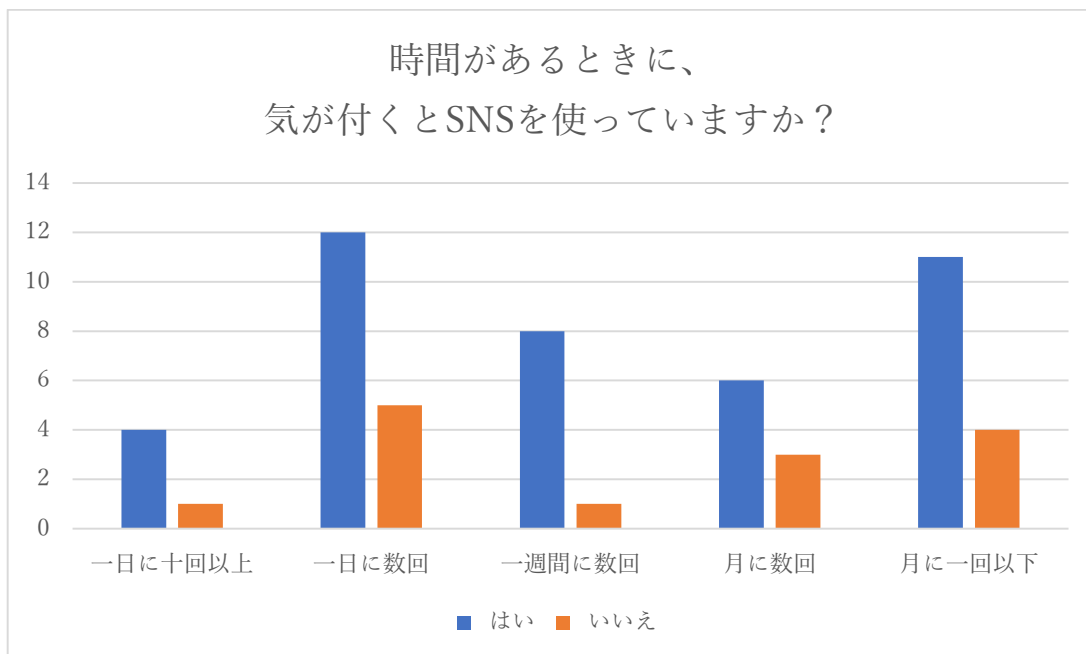


図3 時間があるときに、気が付くとSNSを使っていますか？

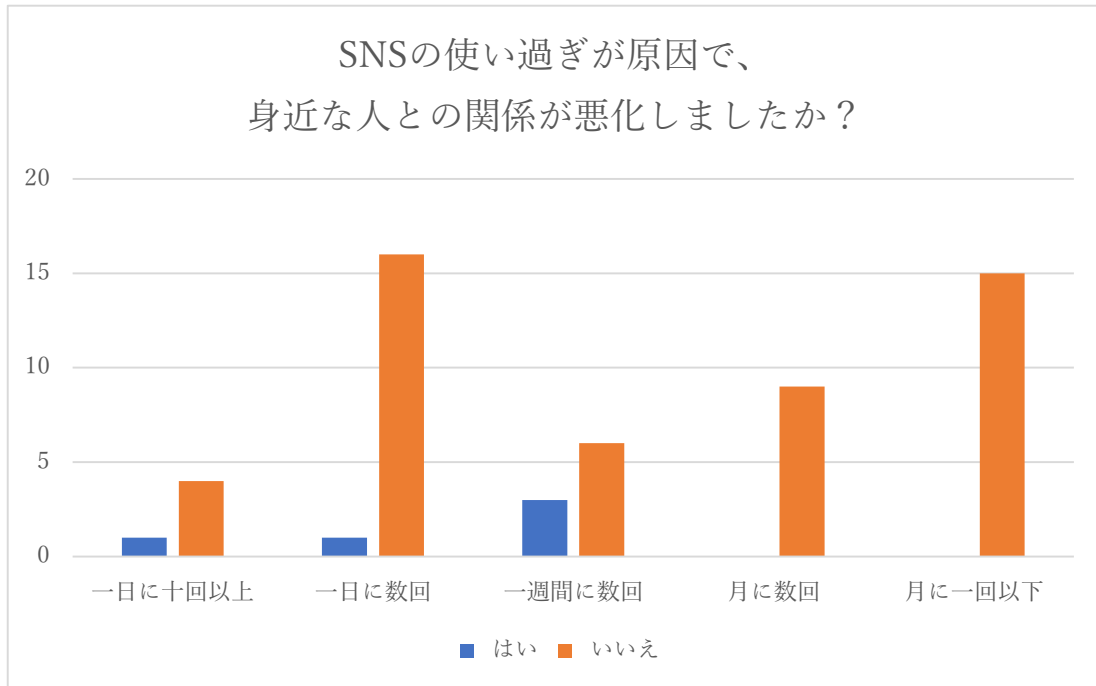


図4 SNSの使い過ぎが原因で、身近な人との関係が悪化したか

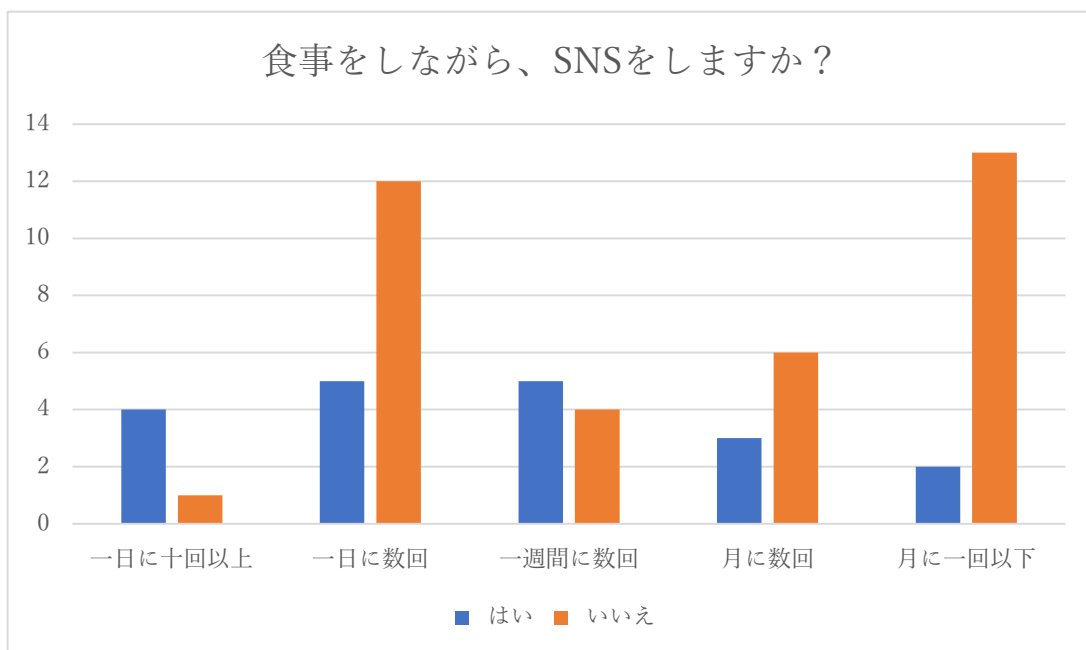


図5 食事時のSNS利用



# 大学生のアプリゲームに対する意識調査

17C164 成田 優風

## 問題と目的

スマートフォンの普及に伴い、専用の機械を必要とせず場所を選ばなくともゲームをプレイできる環境となった。この手軽さ、とっつきやすさから元々ゲームに関心が高くない人でもゲームに触れる機会が増加した。多くの人は、アプリゲームをダウンロードし、空いた時間にプレイしたという経験があるだろう。アプリゲームがリリースされたことにより、以前よりもゲームに触れやすい環境になったことは明らかである。しかし、アプリゲームをプレイしている全ての人がゲームに高い関心を持っているわけではない。先述したように、アプリゲームをプレイする時間の多くは空いた暇な時間である。また、アプリゲームのみをプレイする人のほとんどはゲームを日常の一部と考えてはいないことが「大学生ゲーム嗜好調査」より明らかになっている。

一方で、学生による講義中のスマートフォンの使用を教授が注意するシーンを度々見かける。その一部はアプリゲームをプレイしている学生である。ゲームに関心が高くないと自称してはいるが、本来すべきではない時間にアプリゲームをプレイしている。この事実は、第三者の目線で見ればゲームに高く関心があると捉えられても不思議ではない。このことから、ゲームを日常の一部であると感じていなくとも第三者の目線から見れば十分ゲームにのめり込んでいる人が存在するのではないかと考えられる。

そこで本調査では、自身はゲームを日常の一部と感じていないが第三者の目線ではゲームに高い関心を持っていると捉えられる人の存在を明らかにすることを目的とする。

## 調査方法

### 調査対象

東京成徳大学に在籍している学生 65 名

### 調査時期

2019 年 12 月頃、大学の講義中に質問が掲載されたサイトの QR を配布し集合調査を行った。

### 調査内容

質問はフェイスシートと以下の質問から構成されている。

1. 「現在又は過去にアプリゲームをプレイしたことがある」
2. 「新作リリースやゲーム内イベントに関心を寄せている」
3. 「アプリゲームは貴方にとって日常の一部である」の 3 項目は「はい」「いいえ」の 2 件法である。
4. 「現在プレイしているアプリの数」は自由回答方式である。
5. 「空き時間などにゲームをプレイしている」
6. 「授業中、走行中などにゲームをプレイしている」の 2 項目は「頻繁にしている」「たまにしている」「ほとんどしない」「まったくしない」の 4 件法である。
7. 「先月のアプリゲームへの課金額」は「1 万円以下」「1 万-5 万」「5 万-10 万」「10

万以上」の4件法である。

8.「過去又は現在のプレイスタイル」は「シングルプレイ」「マルチプレイ」「両方」の3件法である。

9.「現在又は過去にプレイしていたゲームのどこが面白いか」は「自分のキャラを育成するのが楽しい」「誰かと一緒に協力してプレイできるのが楽しい」「他人との競争が楽しい」「他のゲームプレイヤーと交流できるから楽しい」「暇な時間をつぶせるから都合がいい」「面白くはないがやっている」の5以上の中から選択、複数回答を用いた。

また9.の回答で「面白くはないがやっている」を選択した場合のみ10.「面白くないのにやっている理由」を「友達もやっているから」「多額の課金をしたから」「好きなキャラ・作品とコラボしているから」「ランキング・スコア・レートの順位を保ちたいから」「その他」の5以上の中から選択、複数回

答を用いた。

## 結果

調査対象65名の内、質問2、質問3において「いいえ」と回答した人数は18名であった。その中で質問6において「頻繁にしている」又は「たまにしている」を選択した人数は2名であった(図1参照)。

また、質問2、質問3で「いいえ」と回答した18名の、質問5での選択を以下の円グラフに示した(図2参照)。

上記18名のアプリゲームをプレイする理由について、「自分のキャラを育成するのが楽しい」14%、「誰かと一緒に協力プレイできるのが楽しい」20%、「他人との競争が楽しい」3%、「暇な時間をつぶせるから」60%、「面白くはないがやっている」3%、という結果となった(図3参照)。

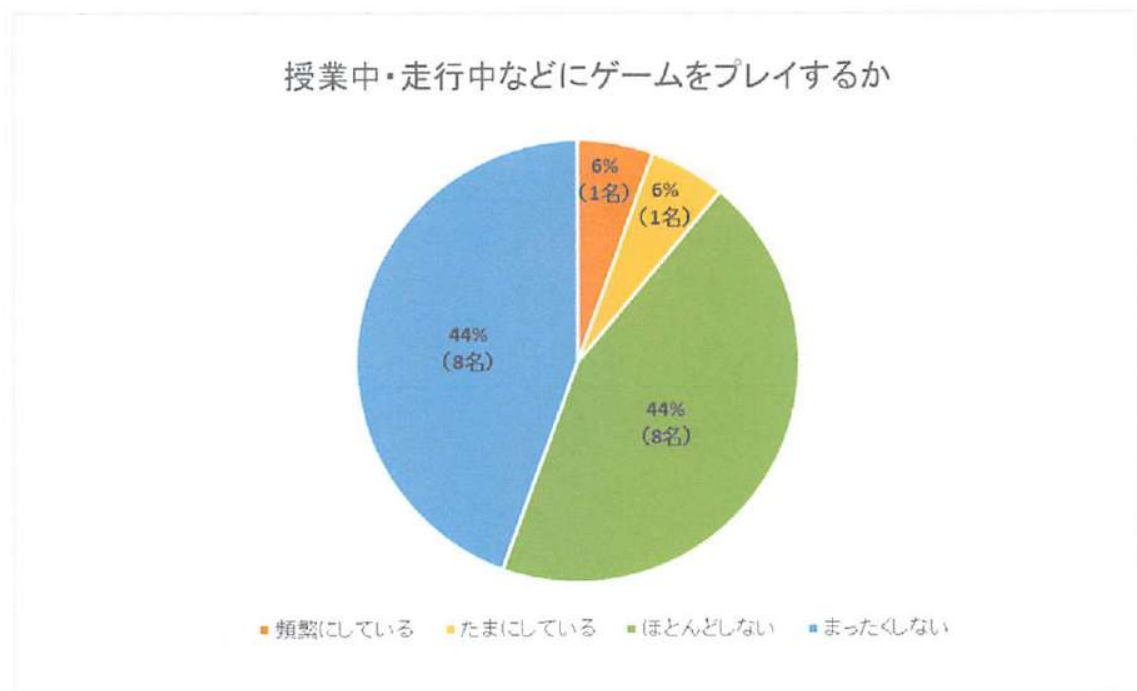


図1

### 空き時間などにゲームをプレイするか

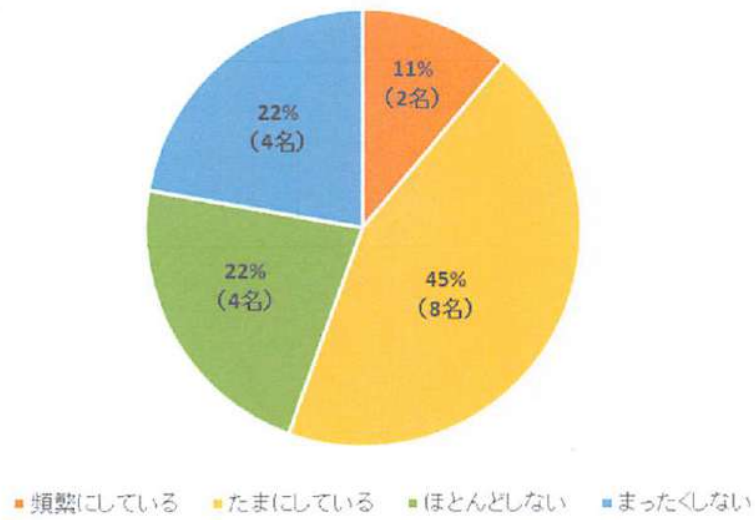


図 2

### ゲームをする理由

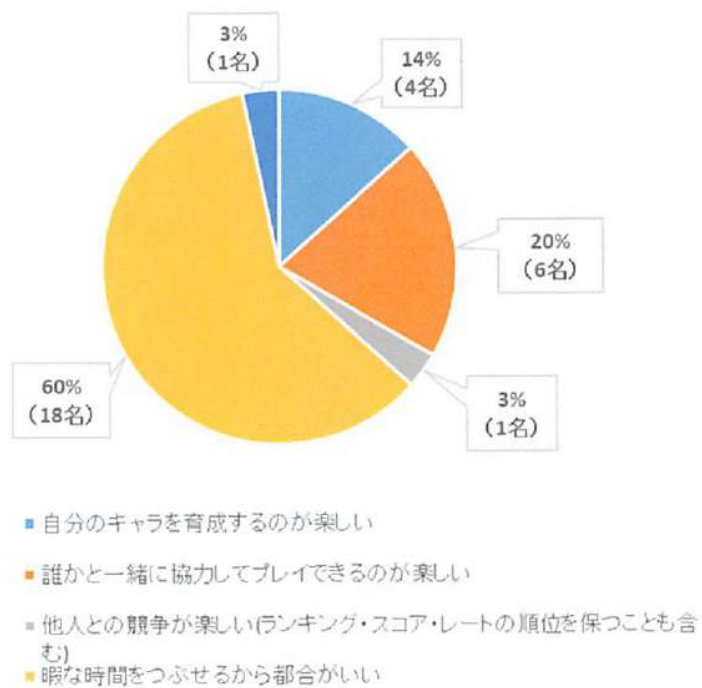


図 3

## 考察

本調査では本人は自覚していないがゲームに高く関心を向けている人を明らかにすることを検討した。

本人に自覚がないという点から、質問2、質問3において共に「いいえ」と回答した人をゲームに高く関心を向けていないと判断する。加えて、質問5、質問6においてともに「頻繁にしている」又は「たまにしている」を選択した人を自覚はないがゲームに高く関心を向けているとした(以下「自覚なし群」と称す)。

自覚なし群は調査対象65名の内、わずか2名であることが明らかとなった。自覚なし群は存在こそするものの少数であることが明らかとなった。

ゲームに高い関心を向けていない人の多くは授業中や走行中ではなく空き時間にアプリゲームをプレイしていることが結果から見て取れる(図2参照)。これは、暇な時間をつぶすことが目的になっているからである(図3参照)。ほとんどの人は自覚のないままゲームに高く関心を向けることがあまりないと判断できる。

自覚がない、の判断基準として質問2「新作リリースやゲーム内イベントに関心がある」を尋ねている。今日のアプリゲームでは、期間が決まったゲーム内イベントが開催されることがほとんどである。そして、そのイベントのみで手に入れることができるキャラクターやアイテムがでることが期間限定イベントの特徴だ。期間限定には特別強いキャラクターやアイテムがあることが常である。特定のアプリゲームをやりこむとしたら、ゲーム内イベントに関心を持たざるを得ないのが今の現状である。その上

でそこに関心を持たず、やりこむという状況には中々陥らないのだろうと考えられる。

最後に、本研究の限界と展望を述べる。本研究では自覚なし群を判断するための質問項目として質問5、質問6、質問7を設定した。その中で質問7で尋ねた課金額の設定は適切ではなかった。課金が行われる主なシーンは期間限定キャラクターやアイテムの存在だ。自身が欲しいと思うキャラクターやアイテムが毎月出るとは限らない。「先月」と期間を設定して尋ねている為、丁度その月に欲しいものが出なかった可能性もある。これにより、金額の選択肢をもう一段回下げる必要性がある。

## 対人関係で生じる感情の変化

17C149 園部 真子

17C177 松田 瞳

17C178 松谷 佳怜

### 問題と目的

近年インスタグラムやツイッターなどの SNS が普及してきたことにより、他人の情報が手軽に目に入りやすくなったため「いいね」の数で無意識に自分の評価をしてしまう若者が増えてきていると考える。そのため自分と他人を比較するつもりはないのに無意識に比較してしまい、自己肯定感の喪失がしやすくなってきている。

自己肯定感が低いと自分の価値観を自分で見出すことが難しい。そのため、自分の価値観を他人に高く評価してもらいたいと思うようになる。これは親しい人物に対して思いやすい傾向にあるとされているため、私たちはその中の「恋人」に着目した。恋人が他の異性と関わりを持つことに対して、自分以外に感情が動くことを防ぎたい、また、選び続けてもらうことへの不安の数値が高い人物は嫉妬をしやすい傾向にある。そしてこの数値が自己肯定感の高低差と深い関係があるのではないかと考えた。

上記を踏まえ、この調査では、18~25 歳の男女を対象に嫉妬感情と自己肯定感のつながりについて検討することを目的とする。

### 方法

**調査対象者** 2019 年 12 月中旬に、18~25 歳の 67 名（男性 25 名、女性 42 名、平均年齢 21 歳）を対象とした。

**調査手続き** Google フォームにて作成したアンケートを、SNS を介して配布し、調査を行った

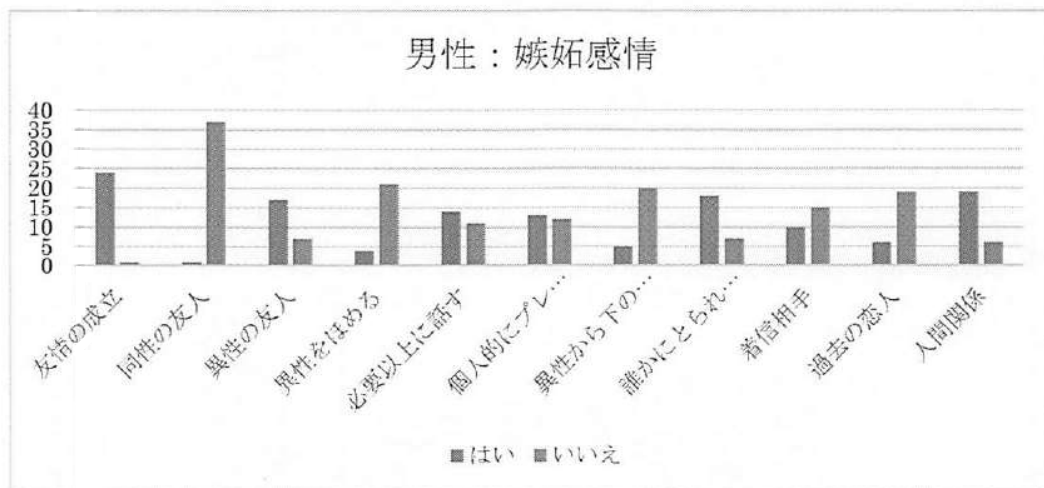
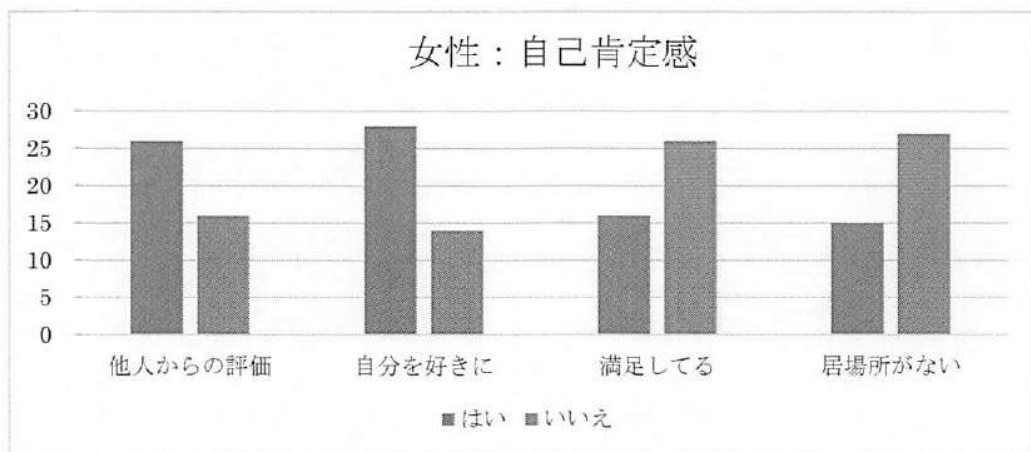
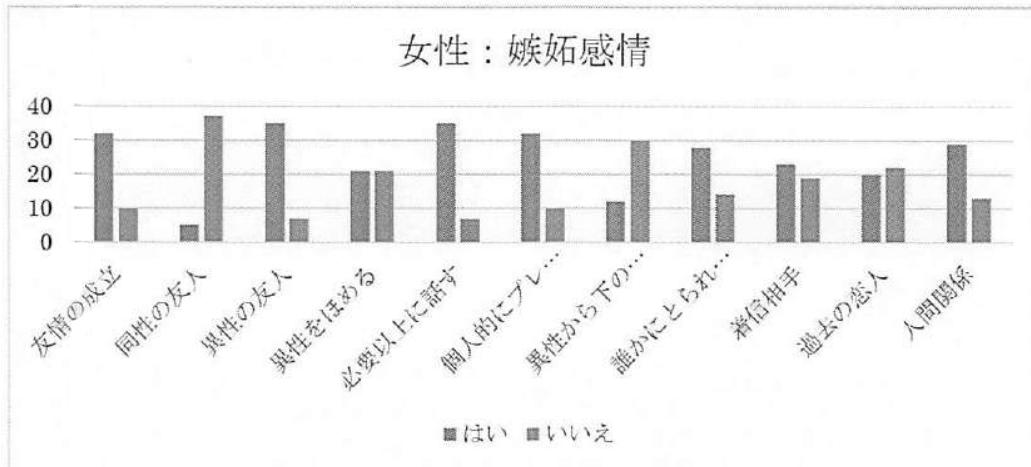
**調査内容** 嫉妬感情と自己肯定感について尋ねるため、「男女の友情は、成立すると思う」「恋人が同性の友人と 2 人で食事に行くと嫌な気持ちになる」「恋人が異性の友人と 2 人で食事に行くと嫌な気持ちになる」「恋人が異性を褒めていたら嫌な気持ちになる」「恋人が異性と必要以上に話していると嫌な気持ちになる」「恋人が異性と必要以上に話していると嫌な気持ちになる」「恋人が異性から下の名前で呼ばれていたら嫌な気持ちになる」「恋人が誰かに取られてしまうかと思ってしまう」「恋人への着信相手が気になる」「恋人に過去に付き合っていた人がいた場合、聞きたくなる」「恋人の人間関係について気になる」「他人からの自分の評価を気にしてしまいがち」「自分のことを、もっと好きになれたらいいのにとと思う」「自分に満足している」「自分の居場所がないと感じる」「私は後悔ばかりしている」と尋ねた。回答は、1「はい」、2「いいえ」の 2 件法で回答を求めた。

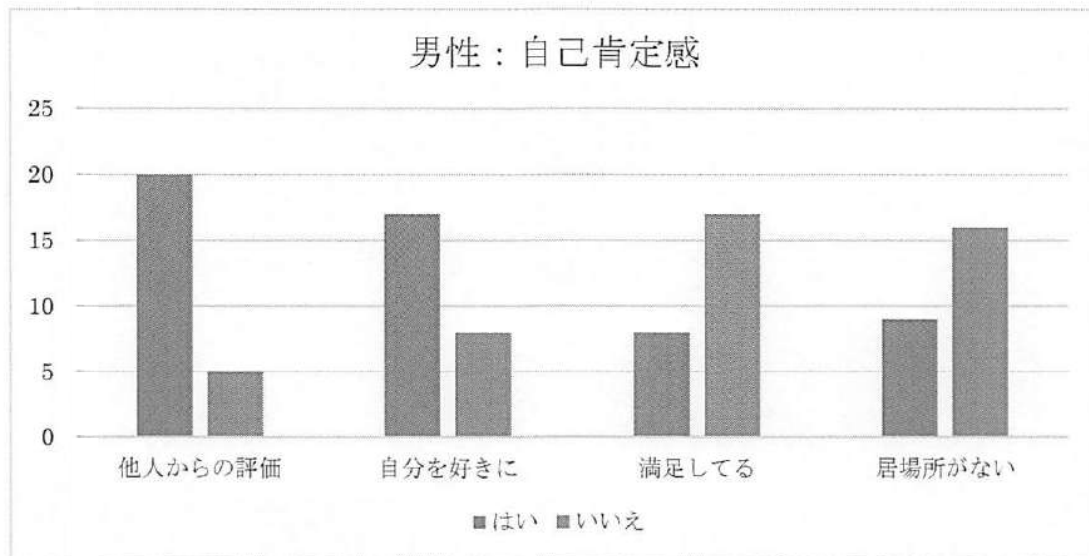
## 結果

嫉妬感情の質問では、『男女の友情は成立すると思う』に「はい」と回答した女性は32名、男性は24名であった。「いいえ」と回答した女性は10名、男性は1名であった。『恋人が同性の友人と2人で食事に行くとき嫌な気持ちになる』に「はい」と回答した女性は5名、男性は1名であった。「いいえ」と回答した女性は37名、男性は24名であった。『恋人が異性の友人と2人で食事に行くとき嫌な気持ちになる』に「はい」と回答した女性は35名、男性は17名であった。「いいえ」と回答した女性は7名、男性も7名であった。無回答が1名となった。『恋人が異性を褒めていたら嫌な気持ちになる』に「はい」と回答した女性は21名、男性は4名であった。「いいえ」と回答した女性は21名、男性も21名であった。無回答が1名となった。『恋人が異性と必要以上に話していると嫌な気持ちになる』に「はい」と回答した女性は35名、男性は14名であった。「いいえ」と回答した女性は7名、男性は11名であった。『恋人が異性から個人的にプレゼントを貰っていたら嫌な気持ちになる』に「はい」と回答した女性は32名、男性は13名であった。「いいえ」と回答した女性は10名、男性は12名であった。『恋人が異性から下の名前と呼ばれていたら嫌な気持ちになる』に「はい」と回答した女性は12名、男性は5名であった。「いいえ」と回答した女性は30名、男性は20名であった。『恋人が誰かに取られてしまうかもしれないと思う』に「はい」と回答した女性は28名、男性は18名であった。「いいえ」と回答した女性は14名、男性は7名であった。『恋人の着信相手が気になる』に「はい」と回答した女性は23名、男性は10名であった。「いいえ」と回答した女性は19名、男性は15名であった。『恋人に過去に付き合っている人がいた場合、聞きたくなる』に「はい」と回答した女性は20名、男性は6名であった。「いいえ」と回答した女性は22名、男性は19名であった。『恋人の人間関係について気になる』に「はい」と回答した女性は29名、男性は19名であった。「いいえ」と回答した女性は13名、男性は6名であった。

自己肯定感の質問では『他人からの評価を気にしてしまいがち』に「はい」と回答した女性は26名、男性は20名であった。「いいえ」と回答した女性は16名、男性は5名であった。『自分のことを、もっと好きになれたらいいのと思う』に「はい」と回答した女性は28名、男性は17名であった。「いいえ」と回答した女性は14名、男性は8名であった。

『自分に満足している』に「はい」と回答した女性は16名、男性は8名であった。「いいえ」と回答した女性は26名、男性は17名であった。『自分の居場所がないと感じる』に「はい」と回答した女性は15名、男性は9名であった。「いいえ」と回答した女性は27名、男性は16名であった。





### 考察

本研究では、18~25 歳の男女を対象に嫉妬感情と自己肯定感のつながりについて明らかにすることを検討した。

調査を行った結果、嫉妬感情と自己肯定感の繋がりが明らかとなった。自己肯定感の図を男女別に確認してもらったらわかる通り、どちらも自己肯定感が低い人が多いことがわかる。そして、嫉妬感情の図を男女別に確認してもらくと、異性に対する嫉妬感情の高さがわかる。このことから、自己肯定感が低いほど自分の価値観を自分で見出すことが難しいことがわかった。そのため、自分の価値観を他人に高く評価してもらいたいと思うようになり、恋人が他の異性と関わりを持つことに対して、自分以外に感情が動くことを防ぎたい、また、選び続けてもらうことへの不安の数値が高い人物は嫉妬をしやすい傾向にあることが以上の結果からわかった。

そして嫉妬感情を調査していくうちに、男女での違いがあることがわかった。男女別に嫉妬感情の図を確認してもらくと、『恋人が異性を褒めていたら嫌な気持ちになる』（異性をほめる）、『恋人の着信相手が気になる』（着信相手）、この2つが男女で結果が違うことが確認できる。このことから、女性は異性を褒めることがいやだな、着信相手が誰なのかといったことが男性よりもより強い不安を感じてしまうことが推察できた。

最後に本研究では、女性と男性の人数に差があったこと、『恋人が異性を褒めていたら嫌な気持ちになる』（異性をほめる）、『恋人の着信相手が気になる』（着信相手）の回答の差があった。したがって今後は、より深く追及する研究が望ましいと考える。



# 親しい友人間における不快感と対処法に関する調査

17C161 永田紗奈恵

## 問題と目的

物心がついてから現在に至る我々の生活において、友人とカテゴライズされた他者が存在している。その友人と出会う場は様々であると想定されるが、親密な友人関係は適応や精神的健康を高めていることを示し、友人とは日常生活において、気持ちを穏やかにして楽しく過ごし、自身の成長において必要不可欠な存在であるとされている（岡田，2008）。しかし親しい友人と関わる際、一度でも疑問や不快感を感じたことはないだろうか。親しき中にも礼儀ありといったことわざが存在しているように、良好な人間関係を構築する上では行動を慎重に検討していく必要があると言える。そこで本研究では親しい友人にされて嫌だった経験や行動についての質問を作成し、どのように向き合い対処するのか、また経験や行動に男女の違いは見られるのかといったことを明らかにしたうえで、他者との良好な人間関係構築を検討する目的とする。

## 方法

### 調査対象

2019年12月、本学に在籍している学生とその友人75名（男性22名、女性55名）

### 調査手続き

web上のアンケートシステムを利用。大学の講義中にQRコードが記載された用紙を配布、その後SNS上で同様のページが閲覧できるURLを投稿、拡散の協力を募り、アンケート冒頭の注意書きに同意した者が各自回答を行う集合調査とした。

### 調査内容

質問内容は友人と回答者の人間関係を測る目的として、まず回答者の「性別（2件法）」、「年齢（自由記述）」、「親しい友人にされて嫌だった経験の有無または頻度（を4件法）」といった回答者自身についての質問を尋ねた。次に友人の「年齢（かなり年下～かなり年上の6件法）」、「出会った場所（6件法）」、性格や趣味といった「自分と似ているところ（複数回答可）」、性格・容姿・学力面それぞれにおいて「自分よりも優れていると思うか」を1.全くあてはまらない～5.非常にあてまはるの5件法で尋ねた。これらの質問の回答で想像した友人の行動「優柔不断」、「人の話を聞かない」、「口が軽い」、「待ち合わせに遅刻をする」、「貸したお金を返さない」、「食べ方が汚い」、「一緒に写真を撮る時に少し後ろに下がる」を例に挙げ、これらの一面を知った時に近い心境をそれぞれ1.全く不快ではない～5.非常に不快であるの5件法で質問した。友人との関わり方を調査する目的で「友人が不快な行動をしたとき、どのような

対処ををすると思うか」,「友人の行動で最も不快だと感じたとき,実際にどのような対処をしたか」を1.今までと変わらず接する 2.直接指摘をする 3.他者に相談する 4.嫌なところを他者に言いふらす 5.距離を置く 6.無視する 7.その他で尋ねた。最後にこれらの質問で想像した友人との「現在の関係について」1.良好な関係であり継続している 2.以前と比べ良好ではないが継続している 3.継続していない 4.どちらともいえないと尋ねた。

## 結果

本調査で例に挙げた優柔不断や人の話を聞かないといった友人の行動に関する質問の回答「1.全く不快ではない～5.非常に不快である」のうち,4と5いずれかに回答した合計を男女別でグラフに示した(図1)。

次に「友人が不快な行動をしたとき,どのような対処ををすると思うか」を想定に対処法,「友人の行動で最も不快だと感じたとき,実際にどのような対処をしたか」を実際の対処法とし,2つ質問に対する回答の割合を比較した。「今までと変わらず接する」の回答が想定に対処法では41.3%,実際の対処法では28.0%,「直接指摘をする」の回答が想定に対処法では41.3%,実際の対処法では46.7%,「他者に相談する」の回答が想定に対処法では10.7%,実際の対処法では8.0%,「距離を置く」の回答が想定に対処法では5.3%,実際の対処法では14.7%であり,「嫌なところを他者に言いふらす」,「無視する」は想像の対処法・実際の対処法どちらにおいても0%であった(図2)。またその他の回答では「時と場合による」といった回答が見られ,実際の対処法として「声を掛けられた時だけ話す」が,相手が都合よく近づいたと感じた場合は「距離を置く」といった回答も見られた。

図3は友人との現在の関係について「良好な関係であり継続している」回答と実際の対処法の回答でクロス集計を行い,良好な関係の友人への対処法としグラフで示したものである。

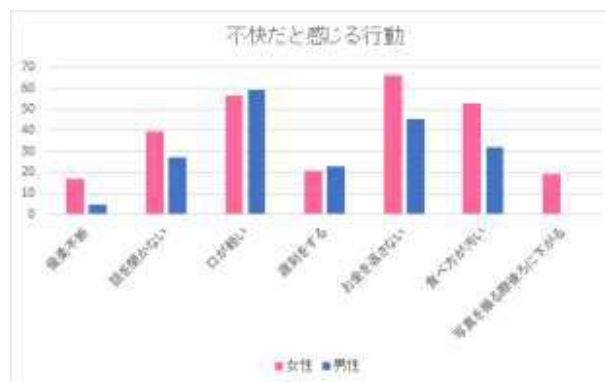


図1 不快だと感じる行動

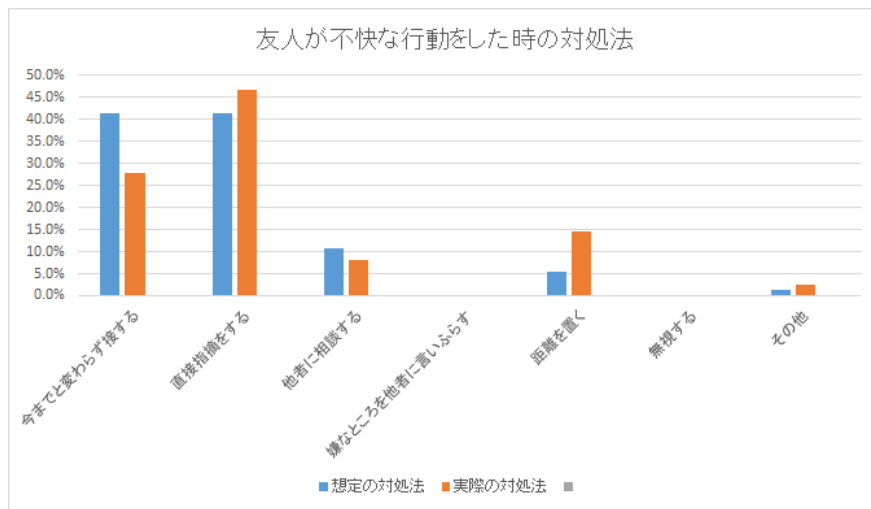


図2 友人が不快な行動をした時の対処法

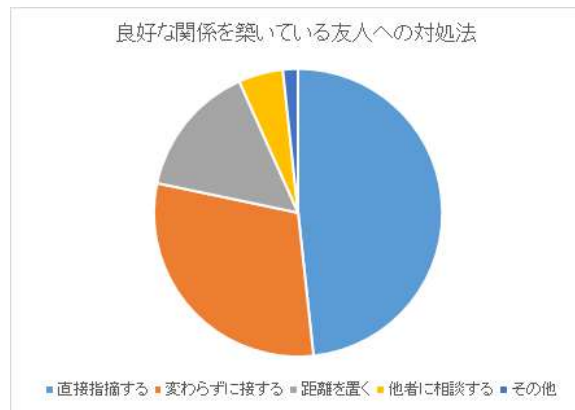


図3 良好な関係を築いている友人への対処法

### 考察

本研究では良好な人間関係構築を検討するため、親しい友人に関する質問調査を行った。その結果、親しい友人であっても不快に感じる行動は存在しながらも、関係を継続している場合が多いということが示された。

不快に感じる行動の存在は図1の通りであり、不快に感じる度合いは女性が男性と比較して全体的に高い傾向にあることが示された。「写真を撮る時に少し後ろに下がる」行動(=後ろに下がったほうが小顔に見える)が不快という回答は少ないものの、回答者が女性のみであることから男女間で違いがみられることが明らかとなった。「話を聞かない」、「写真を撮る時に少し後ろに下がる」を不快に感じるのは女性特有の自己愛傾向やグループ意識が関連しているのではないかと考えられるが、その他の質問では明らかとなっていないため、今後より深く関連性を研究していくことが望まれる。

次に不快に感じた際、想定に対処法においては「今までと変わらず接する」、「直接指摘をする」がどちらも41.3%と最も多い結果であったが、実際に対処法および図3の良好な関係の友人への対処法では「直接指摘をする」ことが半数近くの割合を示している。親しい友人がしている行動に対して「直接指摘をする」ことは勇気を要しトラブルになりうる可能性も想定されるが、良好な関係の継続においては重要な方法であることが示された。「直接指摘をする」ことを「嫌なところを他者に言いふらす」という対処法と比較すると、後者は嫌な“ところ”を言った場合だとしても嫌な“人”という認識で伝わる可能性が高い。また他者に言いふらしたところでその行動をとった親しい友人自身が変わることはないであろう。そのため親しい友人が自分にとって重要な“人”であり今後も関係を継続したいからこそ直してほしい、不快に感じている“ところ”があると伝えることが重要なのではないかと考えられる。しかしその際の友人への具体的な伝え方を本研究では尋ねていないため、今後さらに良好な人間関係構築を検討するうえで研究を続けていくことが望ましいと考えられる。

#### 引用文献

岡田 涼 (2008). 親密な友人関係の形成・維持過程の動機づけモデルの構築 教育心理学研究, 56, 575-588.