

『就実大学大学院教育学研究科紀要 2019（第4号）』 抜刷

就実大学大学院教育学研究科 2019年3月10日 発行

# 高校生および大学生の SNS対人ストレスコーピングの特徴

**Characteristics of SNS interpersonal stress coping in high school and  
university students.**

中 田 悠 介

# 高校生および大学生の SNS対人ストレスコーピングの特徴

教育臨床心理学コース 3617003 中田悠介

## I. 序論

現在、SNS対人ストレスイベントの研究は一部行われているが、それに対するSNS対人ストレスコーピングについては、対面での対人ストレスコーピング尺度を用いた研究となっており、SNS特有のコーピングは明らかになっていない。そこで、①SNS対人ストレスコーピングの種類を探索的に明らかにすること、②SNS対人ストレスコーピングを行うようになったプロセスと、そのコーピングによる友人関係への影響について明らかにすることを目的とした。

## II. SNS対人ストレスコーピングの特徴

SNS対人ストレスコーピングの特徴を探索的に明らかにする。

### 1. 方法

2017年11月～12月に、高校3年生68名（男性：40名，女性：28名），大学1年生138名（男性：51名，女性：87名）の合計206名を対象に質問紙調査を行った。岡本（2017）の尺度からSNS場面に限定した対人ストレスイベントが生じる8場面を提示し、SNS対人ストレスイベントの生起頻度とSNS対人ストレスコーピング、また、提示外のSNS対人ストレスイベントとそのコーピングについて自由記述で尋ね、KJ法に準じた方法で分析を行った。

### 2. 結果と考察

SNS対人ストレスイベントの生起頻度について分析を行った結果、高校生は意図的なSNS対人ストレスイベントが多く、大学生は非意図的なSNS対人ストレスイベントが多くなることが示された。またSNS対人ストレスコーピングでは、高校生・大学生ともにSNS対人ストレスイベントに対して【SNSでの関係の改善を試みる】が、SNS対人ストレスイベントが生起し続けると、大学生は【SNSでの関係作りを手放す】ようになり、高校生は「現実で関係を持たない」ことが示された。これらは高校生の友人関係は閉鎖的であり、SNS対人ストレスイベントに対する客観性を持っていないためであると考えられる。高校生は、SNS上でのことを対面でも引きずり、対面とSNSを分けて考えることが出来ないが、大学生はSNS上での出来事と現実の友人を区別する力を持ち合わせていると考えられた。

## III. 大学生が新たなSNS対人ストレスコーピングを行うようになるプロセス

大学生が新たなSNS対人ストレスコーピングを用いるようになったプロセス、またそのコーピングを用いることでの友人関係への影響を明らかにする。

### 1. 方法

「高校生の頃とはSNS対人ストレスイベントに対する対処が変化した者」に該当する大

学1年生7名（男性：3名，女性：4名）を対象に半構造化面接を行い，M-GTAによる分析を行った。分析テーマは「過剰にSNSを用いていた状態から，SNSでの関係作りを手放すまでのプロセス」とし，分析焦点者を「過剰にSNSを用いていたが，SNSでの関係作りを手放した大学生」とした。

## 2. 結果と考察

『上位カテゴリー』1個，〈下位カテゴリー〉2個，「概念」15個が生成された。「SNSでの関係作りにしがみつ়く」状態から，〈SNS対人ストレスイベント〉が度々生起し，「SNSでの友人関係が面倒になる」ことでSNSでの連絡をしなくなり，また状況に対して客観的になれ，「SNSでの関係作りを手放す」ことが明らかになった。このことから，大学生は高校生に比べて閉鎖的な友人関係ではないため，高校生ほど「SNSでの関係作りにしがみつ়く」必要性が薄くなり，「SNSでの関係作りを手放す」ようになることで，結果的に程よい友人関係を構築するのではないかと考えられる。

## IV. 総合考察

高校生は，閉鎖的な友人関係の中で自己を顧みる力が十分に発達していないために，SNSでの過剰な関係作りにしか注意が向かず，対面での関係までも放棄してしまうのではない。一方大学生は，アルバイトやサークルなど広がっていく関係の中から対面，SNSともに友人関係を構築する。その中から「自分に合う友人」を見つけ，自身を客観視することでSNSでの関係作りは手放すが，手放すことでお互いに自分の経験や思いを自分の中で落ち着かせることができ，対面で話の食い違いが生じにくくなる。その結果，対面での良い友人関係を深めると考えられる。一方，SNS対人ストレスに対する客観性を持ってない大学生については今後の課外とした。

指導教員：石原みちる