

令和 2 年 6 月 15 日現在

機関番号：32690
 研究種目：基盤研究(C) (一般)
 研究期間：2017～2019
 課題番号：17K01275
 研究課題名(和文) テクノ・ネット依存症傾向が及ぼす新型うつ傾向へのレジリエンス強化による予防策

研究課題名(英文) Longitudinal Study of Adverse Effects of Techno-internet Addiction Disorder Tendency on a New Type of Depressive Tendency and Preventive Measures by Strengthening Psychological Resilience

研究代表者
 坂部 創一 (SAKABE, Soichi)
 創価大学・理工学部・教授

研究者番号：50235165
 交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,300,000円

研究成果の概要(和文)：テクノ・ネット依存症傾向が高い学生ほど、新型うつ傾向とQOL(Quality of Life:生活の質)が悪化する傾向を示し、共感的ネット利用とレジリエンスや共同運動愛好度(複数人での運動を好む程度)が高い学生ほど、新型うつ傾向が抑制されQOLが高い傾向を示すとの仮説を設定した。情報系大学生を対象に縦断調査を行い、共分散構造分析で分析した結果、新型うつ傾向の予防策として、テクノ・ネット依存症傾向の回避や共同運動愛好の促進とレジリエンス向上の有効性が検証された。また、最も高い抑制効果を示したレジリエンスは、共同運動愛好度、共感的ネット利用、活力喚起型動画視聴により向上する可能性が示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

近年、青年層で増加傾向にある新型うつ傾向の逃避・非協調・打たれ弱いという性格の脆弱性に対し、挑戦・共感・負けない心などの要素を含む心理的レジリエンスの強化が、心的側面からの強い予防策になるのではないかと着目した。本研究で行った実証研究において、理工系情報のみならず文系学生も、新型うつ傾向を抑制する最も大きな要因がこのレジリエンスであることを時間的推移を考慮した縦断分析で検証された。また、レジリエンスは、共同運動愛好度(複数人での運動を好む程度)、共感的ネット利用(ネット上での苦楽の共有と励ましあい)、活力喚起型動画視聴(やる気や元気のでる動画視聴)により向上する可能性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：We hypothesized that college students with techno-internet addiction disorder tendency tend to develop a more severe, new type of depressive tendency and experience decreased quality of life (QOL). Conversely, students who exhibit higher levels of empathetic internet usage tending to encourage each other, have a higher psychological resilience, and show a preference for exercising with others, all of which suppress this new type of depressive tendency and improve QOL. Longitudinal data collected by questionnaire surveys of university students in the information sciences were analyzed by structural equation modeling, and the results appeared to support our hypothesis. In order to prevent this new type of depressive tendency, it is essential to reduce techno-internet addiction disorder tendency and promote both exercising with partners and resilience which is improved by the exercising, empathetic internet usage and moving image viewing with calling forth energy in someone's mind.

研究分野：社会学

キーワード：テクノ・ネット依存症 新型うつ QOL(Quality of Life) レジリエンス 共同運動愛好度 共感的ネット利用 活力喚起型動画視聴

1. 研究開始当初の背景

新型うつとは、従来型うつと対照的で、主として仕事や勉学をしようとする時にのみ強い疲労感や不調感を訴えて逃避的傾向を示し、自身への批判に弱いと共に自責感に乏しく他罰的でその不調を会社(学校)や上司・同僚(教師・友人)のせいにして根に持つ傾向を示す。これは、仕事熱心で責任感が強く、協調性があり他人に気を遣い自責的な傾向を示し、常時抑うつ傾向を示す従来型うつ病患者の特徴とかなり異なっている(傳田,2009)。NHK取材班が、新型うつに関する全国的なアンケート調査を上場企業2277社に実施した結果、65%の企業が新型うつと見られる社員が存在すると回答した。また、新型は性格的な問題が絡み薬が効きにくく慢性的に悪化するケースも多いという臨床医の見解も示されている(NHK取材班,2013)。この種のうつは、2000年頃より青年層から台頭してきており、現在でも精神科臨床・産業保健などの現場でこうした症例に遭遇することは稀ではないのに、有用な診断基準やエビデンスに基づく治療ガイドラインは未だに存在せず、精神科医の対応はさまざまである(加藤ほか,2017)。この新型うつ傾向を助長する要因としてテクノ依存症傾向との関係性を示唆した研究があり、この予防策として主に、現実逃避目的ネット利用からのテクノ依存症傾向を回避する重要性を論じている(坂部ほか,2013;吉水ほか,2014)。また、このテクノ依存症傾向と新型うつ傾向が共同運動(複数人での運動)を好む学生ほど抑制され、さらに共感的ネット利用が多い学生ほどレジリエンス(精神的回復力)が高い関係性を示し、そのレジリエンスが新型うつ傾向を抑制する連鎖的関連性も示唆された分析例がある(吉水ほか,2015)。しかし、これらの先行研究は主として横断調査データでのモデル分析であり、縦断調査は今後の課題となっている。本研究では、これらの横断分析で因果の可能性が示唆された要因の縦断調査を実施して、縦断モデルを作成し横断分析の結果もふまえて総合的な考察を行う。

2. 研究の目的

本研究の目的は、情報環境の進展に伴いPCやインターネットへの過剰依存や、うつ病が職業病的傾向を示すIT技術者(厚労省,2017)になる可能性が高い情報系の学生に対し、治療が容易でない新型うつ病の予備軍の傾向を調査し、発症のリスクを減らしてQOL(Quality of Life)を向上させるレジリエンス強化を中心とした予防策を検討することである。

3. 研究の方法

本研究では、IT技術者の予備軍である情報系大学生を対象に、現実逃避利用に陥りがちな「テクノ・ネット依存症傾向」が「新型うつ傾向」を悪化させ、苦楽を共有し相互に励ましあう共感的ネット利用が精神的回復力を意味する「レジリエンス」を高めて、それが新型うつ傾向を抑制するという仮説を検証し、主としてネット利用に伴う新型うつ傾向悪化の予防策をH30年度に分析・提案する。

H29年度は、その事前関連研究としてレジリエンスや共感的ネット利用を促進すると考えられる活力喚起型動画視聴(以降、活力型動画視聴)のレジリエンスへの向上効果を検証する。

H30年度の研究は理工系情報の学生を対象にしたモデル分析であり、文系の学生を対象にした縦断分析の報告はみあたらない。両者の間に異なる傾向があるかどうかを比較することで、理工系情報の学生への予防策の特徴的視点を明らかにしたい。そこで、H31年度の研究では、文系学生を調査対象に縦断調査を実施してネット利用の新型うつ傾向への悪化と抑制の要因分析をする。また、理工系情報との比較も行い、今後の新型うつ傾向への予防策を提示する。

なお、具体的な分析手法例を下記に示す。

テクノ・ネット依存症傾向、新型うつ傾向、QOL等の要素間の悪化や抑制等に関する因果的關係について、先行研究の因果の方向性の理論的根拠やその横断的検証結果を参考に理論仮説を設定した。その検証のため作業仮説を設定し、調査票の構成と作成を行い、縦断調査を実施した。この調査データを使用して、多変量解析(因子分析・主成分分析・共分散構造分析)を統計解析ソフトのSASとAmosの連携で行い、仮説を検証した。なおこのデータに基づく縦断モデルは、時間的推移に伴う因果の方向性を検証できるが、モデルがシンプルなため第三の要素や他からの連鎖的な関係性がモデルに反映されない。また、関連する構成概念が多い場合の全体的な連鎖関係とその適合度が検証できず、2時点間の調査期間では変化しづらい要素は因果関係が抽出できない。そこで縦断調査に基づく短期効果を含めた中期的な因果的連鎖全体の適合度検証や、因果の直接と間接効果の総合的分析のために、2時点目の調査データを用いて縦断モデルの結果を反映した横断モデルをも作成し、両モデルから総合的考察を行う。

4. 研究成果

(1) H29 年度の研究成果

「活力喚起型動画視聴と心理的レジリエンスとの関係性」
(阿部弘樹・坂部創一・山崎秀夫,2017)

活力型動画視聴とは、「精神的な活力を得ることの出来る特定の動画視聴」を意味し、その主観的頻度を分析に用いた。この調査では、レジリエンスという心の強さや QOL のような主観的な項目への影響度を分析することから、客観的回数や時間よりも、動画の印象に残っている回数を重視し主観的頻度を適用した。ここでの動画視聴の対象は、ネット、映画、テレビ、各種磁気メディア等である。

本稿の理論仮説である、「活力型動画視聴の主観的頻度が多い学生ほど、レジリエンスと QOL が高い関係性を示す」は、横断調査データに基づく共分散構造分析のモデル全体が基準を満たす良好な適合度を満たし、さらに上記仮説の因果関係性に該当するモデル内におけるパス係数の統計的有意性が示されたことから検証された。QOL に及ぼす向上効果は活力型動画視聴よりも良書読書行為の方が高いものの、追加調査の縦断データに基づく共分散構造分析モデルにおけるレジリエンスに及ぼす短期的効果に関しては、その即時性の故か活力型動画視聴のみ有意性を示すという結果を示し、質の良い動画視聴のレジリエンス向上効果を確認した。

(2) H30 年度の研究成果

「テクノ・ネット依存症傾向に伴う悪影響と新型うつ傾向への予防策の縦断研究」
(坂部創一・山崎秀夫,2018)

本研究の目的は、情報環境の進展に伴い PC やインターネットへの過剰依存や、うつ病が職業病的傾向を示す IT 技術者になる可能性が高い情報系の学生に対し、治癒が容易でない新型うつ病の予備軍の傾向を調査し、発症のリスクを減らして QOL(Quality of Life)を向上させる予防策を検討することである。

本稿の理論仮説の、「テクノ・ネット依存症傾向が高い学生ほど、新型うつ傾向と QOL が悪化する傾向を示す」と、「共感的ネット利用とレジリエンスや共同運動愛好度が高い学生ほど、新型うつ傾向が抑制され、QOL が高い傾向を示す」は、縦断モデル分析の結果検証された。また、この縦断モデル上での因果の方向性を、2 時点目の調査データによる横断モデルに反映した要因間の全体的な因果連鎖の適合度もその良好度が検証された。これらから今回のモデル上では、新型うつ傾向への予防策としては、過剰な動画視聴を控えるなどテクノ・ネット依存症傾向のリスクに注意し、複数人での共同運動の促進とレジリエンスの強化が有効である。また、活力が得られる動画視聴や苦楽を共有し相互に励ましあう共感的ネット利用のレジリエンス向上効果にも着目すべきであろう。

(3) H31 年度の研究成果

「インターネット利用が新型うつ傾向へ及ぼす悪影響と予防策の縦断研究」
(坂部創一・山崎秀夫,2019)

本研究の目的は、情報環境の進展に伴うインターネット利用(以降、ネット利用と記す)と新型うつ病の予備軍の関係性を、文系の学生を対象に調査分析し、発症のリスクを減らして QOL(Quality of Life)を向上させる予防策を検討することである。

縦断モデル分析の結果から、本稿の理論仮説 1 の「ネット依存症傾向や現実逃避型ネット利用が高い学生ほど、新型うつ傾向と QOL が悪化する傾向を示す」は、現実逃避型ネット利用のみが検証され、利用目的の限定性がみられた。仮説 2 の「共感的ネット利用、レジリエンスや共同運動愛好度が高い学生ほど、新型うつ傾向が抑制され、QOL が高い傾向を示す」は、共感的ネット利用以外は検証され、このようなネットの利活用効果の再検証は今後の課題である。また、この縦断モデル上での因果の方向性を、2 時点目の調査データによる横断モデルに反映した要因間の全体的な因果連鎖の適合度もその良好度が検証され、標準化総合効果の値から効果の順位も把握できた。これらから今回の調査対象に対する新型うつ傾向への予防策としては、生活ストレスや安易なネット動画視聴から現実逃避型ネット利用へと移行する過剰な行為を控え、複数人での共同運動の促進とレジリエンスの強化が有効である。特にレジリエンスが新型うつ傾向への抑制と QOL への効果が最も高く、そのレジリエンスは共同運動により即時的に大きく向上することも注目に値する。また、新型うつ傾向への影響度は、今回の文系の学生を対象とした分析結

果と比較すると、先行研究の理工系情報の学生の方がネットの悪影響の程度がかなり高いことから、今後の情報教育においてそのリスクの可能性を学生に留意させるとともに、文系の学生においても、ネットのみならず PC への包括的な過剰依存がさらに新型うつ傾向を悪化させる可能性に注意喚起させる必要がある。

(4) 三年間の研究成果の総合的考察

今回の理工系情報と文系の学生の新型うつ傾向の予備軍は、両者ともに約 3 割であり、楽観視できない状況であった。調査データをもとにした、モデル分析から、新型うつ傾向に対し最も抑制効果を示したのはレジリエンスであった。

このレジリエンスに対し、ネット利用からの悪影響はテクノ・ネット依存症傾向や現実逃避～ネット利用であった。逆に向上効果をもたらしたネット利用は、活力喚起型動画視聴や共感的ネット利用であった。

活力喚起型動画視聴は、縦断調査の年度により、レジリエンスへの直接的向上効果がみられたり、共感的ネット利用を経由してのレジリエンスの間接効果のみ見られる場合の二通りがあり、今後も継続的な効果検証が必要と思われる。

共感的ネット利用に関しては、理工系情報の学生に対しレジリエンスへの直接的向上効果がみられ、近年の感染症によるフィジカル・ディスタンスを考慮すると、今後このようなネット利用の重要性がさらに高まっていくと思われる。しかし、文系の学生では理工系情報のような利活用効果が年度継続的に示されなかった。その後の継続調査では、共感的ネット利用のレジリエンスへの効果は、直接と間接のどちらかに偏る傾向がみられたり、文系と理系の学生別の効果も調査年度によって変動している。

そこで新たに 2020 年度から採択された科研費では、この継続研究として新型うつ傾向への予防策のためのレジリエンスへのネット利用の影響力をさらに調査分析していく予定である。

引用文献

- 阿部弘樹・坂部創一・山崎秀夫(2017) 活力喚起型動画視聴と心理的レジリエンスとの関係性. 環境情報科学学術研究論文集, No.31, 219-224.
- 傳田 健三(2009)若者の「うつ」 「新型うつ病」とは何か. 筑摩書房,東京, 191pp.
- 加藤隆弘・桑野信貴・神庭重信(2017)「現代抑うつ症候群(新型うつ・現代うつ)」は閾値下うつ, あるいは、適応障害か? 精神医学的知見に鑑みて. ストレス科学, 32, 63-73.
- 厚生労働省(2017),平成 29 年「労働安全衛生調査(実態調査)」の概況
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/h29-46-50_gaikyo.pdf>, 2018/09/07, p5, 参照
- NHK 取材班(2013) 職場を襲う「新型うつ」. 文藝春秋, 東京, 203pp.
- 坂部創一・山崎秀夫(2013) 情報環境におけるテクノ依存症傾向の新型うつ傾向に及ぼす影響に関する研究. 環境情報科学学術研究論文集, No.27, 341-346.
- 坂部創一・山崎秀夫(2018) テクノ・ネット依存症傾向に伴う悪影響と新型うつ傾向への予防策の縦断研究. 環境情報科学学術研究論文集, No.32, 137-142.
- 坂部創一・山崎秀夫(2019) インターネット利用が新型うつ傾向へ及ぼす悪影響と予防策の縦断研究, 環境情報科学学術研究論文集, No33, 139-144.
- 吉水湧樹・坂部創一・山崎秀夫(2014) 情報環境におけるテクノ依存症傾向が及ぼす新型うつ傾向の抑制要因. 環境情報科学学術研究論文集, No28, 337-342.
- 吉水湧樹・北上大樹・坂部創一・山崎秀夫(2015) インターネット利用が新型うつ傾向に及ぼす影響. 2015 年社会情報学会(SSI)学会大会研究発表論文集, 36-39.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 坂部 創一, 山崎 秀夫	4. 巻 32
2. 論文標題 テクノ・ネット依存症傾向に伴う悪影響と新型うつ傾向への予防策の縦断研究	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 環境情報科学学術研究論文集	6. 最初と最後の頁 137-142
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) https://doi.org/10.11492/ceispapers.ceis32.0_137	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている(また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 阿部 弘樹, 坂部 創一, 山崎 秀夫	4. 巻 31
2. 論文標題 活力喚起型動画視聴と心理的レジリエンスとの関係性	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 環境情報科学学術研究論文集	6. 最初と最後の頁 219-224
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) https://doi.org/10.11492/ceispapers.ceis31.0_219	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている(また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 坂部 創一, 山崎 秀夫	4. 巻 33
2. 論文標題 インターネット利用が新型うつ傾向へ及ぼす悪影響と予防策の縦断研究	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 環境情報科学学術研究論文集	6. 最初と最後の頁 139-144
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) https://doi.org/10.11492/ceispapers.ceis33.0_139	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計6件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 テクノ・ネット依存症傾向が及ぼす新型うつ傾向へのレジリエンス強化による予防策
3. 学会等名 日本行動計量学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 阿部弘樹, 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 活力喚起型動画視聴と心理的レジリエンスとの関係性
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 阿部弘樹, 上東伸洋, 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 活力型動画視聴の心理的レジリエンスに及ぼす影響
3. 学会等名 社会情報学会 (SSI)
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 現実逃避型ネット利用が新型うつ傾向へ及ぼす悪影響と予防策の縦断研究
3. 学会等名 社会情報学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 坂部 創一, 山崎 秀夫
2. 発表標題 インターネット利用が新型うつ傾向へ及ぼす悪影響と予防策の縦断研究
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 テクノ・ネット依存症傾向に伴う悪影響と新型うつ傾向への予防策の縦断研究
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----