

令和 5 年 6 月 3 日現在

機関番号：32690

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2020～2022

課題番号：20K04975

研究課題名（和文）新型うつ傾向予防のためのレジリエンス向上に関わるインターネット利用効果分析

研究課題名（英文）Effect analysis of Internet Use in Improving Resilience for the Prevention of New-Type of Depressive Tendency

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） 1,000,000円

研究成果の概要（和文）：新型うつ傾向とは、青年層において増加しつつある従来型うつとは対照的な症状の予備軍の便宜的総称であり、時間的推移を伴う縦断調査で次の結果が得られた。レジリエンス（精神的回復力）の低下が新型うつ傾向を増す最大要因であり、ネット依存症傾向が高い学生ほどそのレジリエンスが悪化する傾向を示し、逆にオンライン上で苦楽を共有し相互に励まし合う共感的ネット利用や、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する活力喚起型動画視聴が多い学生ほどレジリエンスが高い傾向を示すことも検証された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究のように新型うつ傾向と情報行動との因果的連鎖を縦断分析した先行研究はみあたらない。レジリエンス（精神的回復力）の低下が新型うつ傾向を増す最大要因であることが、縦断調査のデータ分析で検証された。そのレジリエンスへのインターネット利用の向上あるいは低減の効果を、それら以外の良書読書や共同運動愛好度の要素も含めながらモデル化し、ネット利用の影響度が低くないことを具体的な効果として数値で示し、今後のデジタルウェルビーイングへの新たな視点をも提供した。

研究成果の概要（英文）：New-type depressive tendency is a convenient generic term for a reserve of symptoms in contrast to traditional depression, which is increasing among the young adults, and a longitudinal study with time trends showed the following results. The primary factor in the increase in the new depressive tendency was a decline in psychological resilience, and college students with internet addiction disorder tendency tended to have worse resilience. Conversely, it was also verified that college students who exhibit higher level of empathetic internet usage frequency tending to encourage each other, and higher level as more frequency of moving image viewing with bring mental vitality in own mind, tended to have higher resilience.

研究分野：社会システム工学

キーワード：新型うつ傾向 レジリエンス SNS 共感的ネット利用 活力喚起型動画視聴 ネット依存症傾向 デジタル認知症傾向 デジタルウェルビーイング

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

1. 研究開始当初の背景

本研究室での先行研究の縦断分析では、新型うつ傾向に対しテクノ・ネット依存症傾向や現実逃避型ネット利用が直接的な悪化要因であることが検証されているが、新型うつ傾向を直接的あるいは間接的に抑制するネット利用に関する再検証が課題として残された。そこで、前述の先行研究で新型うつ傾向に対し、最も高い抑制効果を示したレジリエンスを経由したネット利用効果に対し下記の3の研究の方法の箇所に示した仮説を設定した。なお、この仮説は本研究室で長年研究してきた横断調査分析結果に基づいており、今回はその集大成の縦断分析となる。

2. 研究の目的

近年、青年層において新型うつ傾向が増加しつつあり、とりわけIT技術者にその傾向が著しい。また、以前からこの職業におけるテクノ依存症傾向が懸念されてきたが、さらにその中に占めるネット依存の影響度も悪化の傾向を示している。このテクノ・ネット依存症傾向が新型うつ傾向をさらに悪化させる懸念も報告されている。一方で、ストレス社会の様相は加速度を増していることから、精神的回復力を意味する心理的レジリエンス(以降、レジリエンスと記術)の研究の促進も現代的な課題となっている。このレジリエンスの低下が新型うつ傾向を増す最大要因であることが既に本研究室で検証されていることから、社会人の予備軍である大学生を対象に調査を実施し、レジリエンス向上や低下に関わるインターネット利用効果の分析を行い、新型うつ傾向を抑制するインターネットの利用方法を提案する。

3. 研究の方法

A大学の大学生に調査したデータに縦断分析をし、因果の方向性を確認した要因間の組み合わせを二時点目のデータにあてはめた複数のモデルを作成した。各モデルの適合度は良好で因果経路のパス係数の有意性も満たしている。下記の仮説がこれらのモデルでは検証されており、4の研究成果はその各モデルをベースにして、さらなる改善をしたものや、新たな追調査による再現性の検証結果の成果発表の内容を示している。事前仮説は、仮説1:「テクノ・ネット依存症傾向が高い学生ほどレジリエンスとQOLが低い関係性を示す」、仮説2:「共感的ネット利用や活力喚起型動画視聴が高い学生ほど、レジリエンスとQOLが高い関係性を示す」、仮説3:「利他的価値観、共同運動愛好度や良書読書傾向の高い学生ほど、レジリエンスとQOLが高い傾向性を示す」、仮説4:「共感的ネット利用や活力喚起型動画視聴が高い学生ほど、利他的価値観や良書読書傾向が高い傾向性を示す」

4. 研究成果

テクノ・ネット依存症傾向が高い学生ほど心理的レジリエンスが悪化する傾向を示し、共感的ネット利用が多い学生ほどレジリエンスが高い傾向を示すとの仮説を設定した。A大学の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、仮説は検証された。このことから、情報化社会におけるレジリエンスの向上策として、テクノ・ネット依存症傾向の回避や、過剰依存にならないような適度な共感的ネット利用の有効性が示唆された(坂部・山崎, 2020)。なお、新型うつ傾向に対して、共感的ネット利用の直接的な抑制効果も縦断の同時効果モデルで検証された。

上記の仮説を理工系の学生に限定せず、共感的ネット利用の上記の効果の追試調査を、A大学の文系の学生も含めた一般の学生でのデータで再検証した。共感的ネット利用が多い学生ほど、レジリエンスが高い傾向を示すとの仮説を設定した。共感力やネット依存症傾向とSNS疲れの要素も含めて大学生を対象に縦断調査を行い、共分散構造分析によって分析した結果、仮説は検証された。このことから、情報化社会におけるレジリエンスの向上策として、ネット依存症傾向やSNS疲れのような過剰依存にならない適度の共感的ネット利用の有効性が示唆された(鎌田・坂部, 2021)。

レジリエンスが新型うつ傾向に関連する他の悪化要因にも抑制効果を示すことを検証するために次の仮説を設定した。その結果、「ネット依存症傾向と新型うつ傾向、および生活ストレスが高い学生ほど、デジタル認知症傾向が悪化する」と、「レジリエンスと共同運動愛好度およびQOLが高い学生ほど、ネット依存症傾向や新型うつ傾向およびデジタル認知症傾向が抑制される」の仮説は、大学生を対象にした縦断調査に基づく共分散構造分析の手法でほぼ検証された。また、これら3種類の傾向の連鎖的な悪影響に対する予防策として、レジリエンスの向上と共同運動

愛好度の重要性が示唆された(坂部・山崎, 2022a)。

その中でもやはりレジリエンスの新型うつ傾向等への予防効果は顕著であることから、レジリエンスを向上させるネット利用効果に関して、下記のように仮説検証の一般化を試みた。

それは、「共感的ネット利用が多い学生ほど、レジリエンスが高い傾向を示す」であり、共感的ネット利用は「オンライン上(メール, SNS, 音声・ビデオ通話)で苦楽を共有し相互に励まし合うこと」と定義する。この仮説は、前述したように特定の A 大学での縦断調査で検証済みであるが、日本国内の大学生へ調査対象を拡大し、コロナ禍で変化した情報環境を反映させることによって先行研究で示された効果の一般化を目指し、2022 年 4 月, 7 月の計 2 回, 国内の大学 1~4 年生を対象に 5 段階評定法による縦断調査を行った。2 回ともに回答を得られた有効回答数は 668 名である。その結果、共感的ネット利用からレジリエンスへの直接効果と併せて、連鎖的な間接効果によって前述の仮説が検証された(鎌田・坂部・山崎, 2022)。

さらに別件の縦断調査では、レジリエンスの向上に対し、重要と想定される利他的価値観、共同運動愛好度、共感的ネット利用、良書読書、活力喚起型動画視聴が、この並び順に向上効果を示した。また、上記の共感的ネット利用と活力喚起型動画視聴がこの自他共の幸福の向上に努力するライフスタイルである利他的価値観を高めることの重要性も示唆された(坂部・山崎, 2022b)。

なお、上記の仮説には QOL は明示的に含まれていないが、実際の各モデル上では含まれており、上記の 3 の研究の方法で事前に設定した仮説は、3 年間の研究期間において、全て下記の引文献の中で検証される結果となった。

(引用文献)

坂部創一・山崎秀夫(2020) テクノ・ネット依存症傾向と共感的ネット利用が心理的レジリエンスへ及ぼす影響の縦断研究. 環境情報科学学術研究論文集, Vol.34, 137~142.

鎌田正行, 坂部創一 (2021). 共感的ネット利用がレジリエンスへ及ぼす影響の縦断研究. 環境情報科学学術研究論文集, Vol.35, 13~18.

坂部創一・山崎秀夫(2022a) 新型うつ傾向とネット依存・デジタル認知症傾向との関連の縦断分析, 環境情報科学学術研究論文集 36,167-172.

鎌田正行・坂部 創一・山崎秀夫(2022) 共感的ネット利用がレジリエンスへ及ぼす影響の縦断分析, 2022 年環境情報科学ポスターセッション

坂部創一・山崎秀夫(2022b) インターネット利用がレジリエンスに及ぼす影響の縦断分析, 日本行動計量学会大会抄録集, 50, 263-264.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計7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 6件）

1. 著者名 坂部創一, 山崎秀夫	4. 巻 36
2. 論文標題 新型うつ傾向とネット依存・デジタル認知症傾向との関連の縦断分析	5. 発行年 2022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 167-172
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	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 鎌田正行, 坂部創一	4. 巻 35
2. 論文標題 共感的ネット利用がレジリエンスへ及ぼす影響の縦断研究	5. 発行年 2021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 13-18
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.11492/ceispapers.ceis35.0_13	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	4. 巻 49
2. 論文標題 新型うつ傾向とネット依存・デジタル認知症傾向との関連分析と予防策	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 日本行動計量学会大会抄録集	6. 最初と最後の頁 198-201
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.20742/pbsj.49.0_198	査読の有無 無
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 鎌田 正行, 坂部 創一	4. 巻 49
2. 論文標題 共感的ネット利用がレジリエンスとQOL に及ぼす影響の縦断研究	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 日本行動計量学会大会抄録集	6. 最初と最後の頁 194-197
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.20742/pbsj.49.0_194	査読の有無 無
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 34
2. 論文標題 テクノ・ネット依存症傾向と共感的ネット利用が心理的レジリエンスへ及ぼす影響の縦断研究	5. 発行年 2020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 13-18
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.11492/ceispapers.ceis34.0_13	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 48
2. 論文標題 新型うつ傾向予防のためのレジリエンス向上に関わるインターネット利用効果分析	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 日本行動計量学会第48回大会抄録集	6. 最初と最後の頁 208-211
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
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 古山幸一, 坂部創一, 山崎秀夫	4. 巻 巻番号無
2. 論文標題 デジタル認知症傾向の要因分析と予防策	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 https://socio.xrea.jp/ssi2020/program/	6. 最初と最後の頁 1-4
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
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12件(うち招待講演 0件/うち国際学会 2件)

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レジリエンスに及ぼす影響の縦断分析
3. 学会等名 日本行動計量学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 新型うつ傾向とネット依存・デジタル認知症傾向との関連の縦断分析
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 鎌田正行, 坂部 創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 コロナ禍における共感的ネット利用のレジリエンスへの影響度分析
3. 学会等名 社会情報学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 鎌田正行, 坂部 創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 共感的ネット利用がレジリエンスへ及ぼす影響の縦断分析
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Hideo Yamazaki, Soichi Sakabe, Xiao Qing, Minako Danbara, Hikaru Yamazaki, Linda Barley
2. 発表標題 Fractionalized model of the primary prevention in preventive medicine from a light of health promotion activities
3. 学会等名 The Society for Epidemiologic Research (国際学会)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Hideo Yamazaki, Soichi Sakabe, Xiao Qing, Minako Danabara, Hikaru Yamazaki, Linda Barley
2. 発表標題 Screening test of health state for the young-adults at risk in susceptibility phase based on the natural history of diseases
3. 学会等名 The Society for Epidemiologic Research (国際学会)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 鎌田正行, 坂部創一
2. 発表標題 共感的ネット利用がレジリエンスへ及ぼす影響の縦断研究
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 鎌田正行, 坂部創一
2. 発表標題 共感的ネット利用がレジリエンスとQOL に及ぼす影響の縦断研究
3. 学会等名 日本行動計量学会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 坂部創一
2. 発表標題 新型うつ傾向とネット依存・デジタル認知症傾向との関連分析と予防策
3. 学会等名 日本行動計量学会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 新型うつ傾向予防のためのレジリエンス向上に関わるインターネット利用効果分析
3. 学会等名 日本行動計量学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 テクノ・ネット依存症傾向と共感的ネット利用が心理的レジリエンスへ及ぼす影響の縦断研究
3. 学会等名 環境情報科学センター
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 古山幸一, 坂部創一, 山崎秀夫
2. 発表標題 デジタル認知症傾向の要因分析と予防策
3. 学会等名 社会情報学会
4. 発表年 2020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
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8 . 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------