

令和 4 年 6 月 15 日現在

機関番号：14302  
研究種目：若手研究  
研究期間：2020～2021  
課題番号：20K14212  
研究課題名(和文) 大学生のSNSコミュニケーションに対するアサーショントレーニングモジュールの開発

研究課題名(英文) Development of assertion training program for SNS

研究代表者  
安達 知郎 (ADACHI, TOMOO)  
京都教育大学・大学院連合教職実践研究科・准教授

研究者番号：90710228  
交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、大学生のSNSコミュニケーションを改善するための心理教育プログラムを開発することであった。特に本プログラムでは、コミュニケーションを支える心的能力を高めることに主眼を置いた。

大学生のSNSコミュニケーションの特徴を明らかにする基礎研究を行ったところ、女性はLINE利用時に他者の視点を気にしていること、Instagram利用時に非日常感が高まっていることなどが明らかになった。これらの結果を踏まえ、自己内対話、および、自分の気持ちを活用した他者の気持ちの理解を促進することに焦点を当てた、SNSコミュニケーション用の心理教育プログラムを開発した。

#### 研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の結果、大学生を対象としたSNSコミュニケーション改善のための心理教育プログラムが開発された。このプログラムの特徴は、各SNSコミュニケーション(LINE、Twitter、Instagram)の特徴についての基礎研究に基づいている点とコミュニケーションの背後にある心的能力(他者の気持ちを理解する力など)に焦点を当てている点である。

本研究で開発した心理教育プログラムは、コミュニケーションの背後にある心的能力に焦点を当てているため、SNSコミュニケーションだけでなく様々な場面でのコミュニケーションに応用可能であると考えられる。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study is to develop psycho-educational program for undergraduates' communications in social networking services. The feature of this program is to pay attention to mental faculty.

Basic researches on undergraduates' communications in social networking services reveal that in LINE females worry about what others think and in Instagram females feel a sense of the extraordinary. Based on these basic researches, the psycho-educational programs that focus on dialogue in self and understanding others' mind by understanding one's own mind developed.

研究分野：臨床心理学

キーワード：アサーショントレーニング SNS 大学生

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

大学生を対象とした心理教育プログラムにおいては、大学生の対人交流の主要な部分となりつつある SNS コミュニケーションをその対象とすることが重要である。このとき、SNS で他者とコミュニケーションする際には、自他の気持ちを読み取る力、自らの感情を制御しそれを出する力といった心的能力が必要とされると考えられる。

### 2. 研究の目的

本研究の目的は、コミュニケーション行動を支える心的能力をターゲットとしてきたアサーショントレーニング(以下、AT)の手法、理念を SNS コミュニケーションに応用し、大学生の SNS コミュニケーションに対する AT(AT for SNS)を開発することである。AT for SNS は、SNS コミュニケーションに対する教育プログラムである点、コミュニケーション行動を支える心的能力をターゲットとする点が特徴である。

### 3. 研究の方法

本研究は2つの基礎研究、および、1つの実践研究から成る。

#### <基礎研究 >

【目的】 AT for SNS 作成のための基礎資料として、大学生が様々な SNS (LINE、Twitter、Instagram、Facebook、TikTok) の長所、短所をどのように認定しているのかを探索的に明らかにする。

【方法】 2020年8月に大学生108名に対して、LINE、Twitter、Instagram、Facebook、TikTok の長所と短所について、自由記述で回答を求めた (Web 調査)。

#### <基礎研究 >

【目的】 基礎研究 で得られた各 SNS の特徴を定量的に検証する。

【方法】 2021年11~12月に大学生672名に対して、LINE、Twitter、Instagram 使用時、および、普段における他者の視点取得、境界の曖昧さ、公的自意識、二分法の選好、日常的離人感、防衛機制(投影、行動化)などの程度を尋ねた。

#### <実践研究>

【目的】 仮作成した AT for SNS を大学生に実施し、本プログラムを完成させる。

【方法】 2021年11月、および、2022年2月にそれぞれ大学院生5名に対して、仮作成した AT for SNS を実施した。その後、参加者からプログラムについてのフィードバックを文書で提出してもらった。

### 4. 研究成果

#### <基礎研究 >

96名から得られた長所、短所についての自由記述をそれぞれカテゴリ化した(ただし、使用頻度の低かった Facebook と TikTok は分析から除外した)。カテゴリ化の結果、長所として情報収集、気軽、情報発信、自己表現、関係作りなど9個のカテゴリが得られた。また、短所として壁の低さ、他者への意識過剰、攻撃的など9個のカテゴリが得られた。さらに、カイ二乗検定を用いてサービス間で長所、短所の回答比率をそれぞれ比較した結果、長所として、LINE では可視化、相互交流などが、Twitter では自己表現、情報収集が、Instagram では気分高揚、友人の情報収集などが認知されていた。また、短所として、LINE ではグループ、他者への意識過剰などが、Twitter では誤情報、攻撃性が、Instagram では依存、壁の低さが認知されていた。

#### <基礎研究 >

既卒の大学生、いずれかの SNS 利用にストレスを感じていない大学生などは分析対象から除外し、227名を分析対象とした。共分散分析 (SNS × 性別、共変量: 普段) を用いてサービス間での利用時における各得点を比較したところ、視点取得、日常的離人間で有意な交互作用が見られた。視点取得では、LINE で女性が男性よりも、そして、女性で LINE が Twitter、Instagram よりも得点が有意に高かった。日常的離人感では、LINE で男性が女性よりも、そして、女性で Instagram が LINE よりも得点が有意に高かった。

<実践研究>

仮作成プログラムに対する 10 名からのフィードバックをもとにして、2 つのブロック（自己内対話の促進、自分の気持ちの活用）から成る 180 分間の本プログラムを完成させた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 安達知郎	4. 巻 46
2. 論文標題 学校教育におけるアサーション - メンタライジングに注目して	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 312-317
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 -

1. 著者名 安達知郎	4. 巻 25(1)
2. 論文標題 SNSの長所，短所に関する大学生の自由記述の量的分析 LINE，Twitter，Instagram間の比較	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 学校メンタルヘルス	6. 最初と最後の頁 印刷中
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1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 安達知郎
2. 発表標題 SNS利用時の大学生の心理状態に関する一考察 LINE，Twitter，Instagram利用時の比較
3. 学会等名 日本家族心理学会第38回大会
4. 発表年 2021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
---------	---------