

タイトル	スマホ依存		
所属	中京大学 現代社会学部 岡部ゼミ	氏名	澤田志侑

【研究背景】
 コロナ禍において、スマホを見る時間が増えた。
 コロナ前:夜はテレビ→コロナ禍:スマホでyoutube
 ↓
 スマホに依存している？



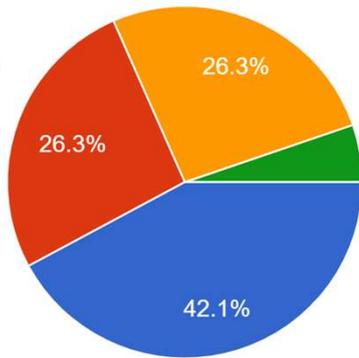
【調査方法】
 文献調査
 アンケート調査(主に20代)
 テレビとyoutubeの視聴時間比較



【研究結果】 ・アンケート調査

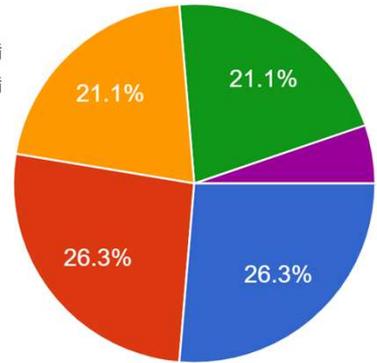
一日のテレビ番組を見る時間 一週間の平均
 19件の回答

- 1時間未満
- 1時間以上2時間未満
- 2時間以上3時間未満
- 3時間以上4時間未満
- 4時間以上



一日のYouTubeを見る時間 一週間の平均
 19件の回答

- 1時間未満
- 1時間以上2時間未満
- 2時間以上3時間未満
- 3時間以上4時間未満
- 4時間以上



テレビより動画配信サービスを好む理由
 ・手に取りやすい
 ・好きな時間に見ることができる

コロナ禍において、動画配信サービスの利用はどれだけ増えましたか。



・文献調査(2018.橋元)

横浜市中学生調査

22校 10,596名を対象「ネット依存」に関する質問票調査を実施。

・調査結果

利用情報機器別:スマートフォンの利用時間

利用サービス別:動画サイトの閲覧・SNSの利用が大きく関連

・依存度を高めてしまう対応

「成績低下で利用を不可にする」という約束

「あなたに干渉すぎる」「あなたへの関心が無い」等の感情を持つ場合
 保護者との関係の満足度, 学校生活への満足度が低い

・依存度を高めてしまう利用目的

現実から逃れるため
 ストレス解消

中でも
Twitter
 が一番依存度が高い

逃避目的による利用が依存度と関連深い

【まとめ】

YouTubeの方が見られやすい理由

- ・スマホで手軽に見ることができる
- ・コロナ禍によって利用が増えた

文献を読んで生まれた疑問

・アンケートで依存しているという結果が出た生徒に自覚はあるのか？

・私はコロナ禍において自分の時間が増え、スマホを使うことが多くなった→コロナ前と後での利用目的の変化

【今後の課題】

- ・何が原因でスマホ依存になったのか→入口の調査
- ・スマホ依存になった人の生活。どのような経験を送っているのかを調査
- ・依存したことによる人間関係の変化の調査



【参考文献】

ネット依存の現状と課題—SNS 依存を中心として—

橋元 良明・東京大学大学院情報学環・ストレス科学研究 2018, 33, 10-14