

対面およびソーシャルメディア上の対人ストレスによる成長感

—能動的コーピングの影響を含めた検討—

○中山 真¹・福田詩織²(非会員)・吉田俊和³

(¹名古屋大学大学院教育発達科学研究科・²株式会社 CIJ・³岐阜聖徳学園大学教育学部)

キーワード: 対人ストレス・成長感・ソーシャルメディア

Personal growth following interpersonal stress on face-to-face and social media

Makoto NAKAYAMA¹, Shiori FUKUDA² and Toshikazu YOSHIDA³

(¹Nagoya University, ²Computer Institute of Japan, Ltd., ³Gifu Shotoku Gakuen University)

Key Words: interpersonal stress, growth, social media

目 的

近年、ソーシャルメディアを利用したコミュニケーションが活発になっている(総務省, 2011)。ソーシャルメディアは、友人関係の形成・維持・発展にプラスの働きをすることもあると考えられるが、対面での対人関係同様、ストレスの発生源にもなり得ると考えられる。具体的には、flaming と呼ばれるネット上での攻撃的な発言やネットいじめの他、複数観衆問題や「踏み逃げ」「読み逃げ」による「SNS 疲れ」といったネットやソーシャルメディア特有の対人ストレスの出現も伺わせる。

また、ストレスフルな出来事を通じて、成長感が経験されるストレス関連成長や外傷後成長に関する研究が近年注目を集めている(Calhoun & Tedeschi, 2006; Linley & Joseph, 2004)。これに関連して、ストレスを成長の機会として捉え、ストレスが活性化していない将来に向けての能動的なコーピングである Proactive Coping Theory (Schwarzer, 2000) が登場し、心理学的ストレスモデル(Lazarus & Folkman, 1984)に基づく従来のコーピングの概念を拡張した。

そこで、本研究では対面およびソーシャルメディア上での対人ストレスを通じた成長感について、能動的コーピングの影響を含めて検討する。

方 法

参加者 2012年7月に心理学系の授業を受講する大学・短大生に質問紙調査への協力を依頼し、週1回以上利用しているソーシャルメディアのある学生140名(男性80名・女性50名・不明10名, $M_{age} = 19.23 \pm 1.12$ 歳)を分析対象とした。

質問紙構成 ①基本属性とソーシャルメディア利用有無: Facebook, mixi, Twitterなどのうち、1週間に1回以上利用しているサービスの有無を尋ねた。②対面およびソーシャルメディア上での対人ストレス経験頻度: 対人ストレス尺度(橋本, 2005)を用い、最近1ヶ月間に対面およびソーシャルメディア上で経験した対人ストレスの頻度について、18項目4件法で回答を求めた。下位尺度は対人葛藤、対人過失、対人摩擦で各6項目である。③成長感: PTGI-J(Taku et al., 2007)の一部16項目を0~5の6件法で回答を求めた。下位尺度は他者との関係6項目、新たな可能性4項目、人間としての強さ4項目である。④能動的コーピング: Greenglass et al. (1999)によって作成された Proactive Coping Inventory の日本語版(Takeuchi, & Greenglass, 2004) 52項目のうち、能動的コーピング14項目を4件法で尋ねた。

結 果

各尺度の信頼性係数 対人ストレス尺度は、対面およびソーシャルメディアに分け、各下位尺度の α 係数を算出し、 $\alpha = .82 \sim .87$ の高い内的整合性を確認した。成長感には3つの下位尺度とも $\alpha = .79 \sim .90$ と原典並みの信頼性を確認した。能動的コーピングはIT関連の著しく低い3項目を削除し $\alpha = .83$ であった。各尺度とも合計点を項目数で割った平均値を尺度

得点とした。また下記の高低群分けは、尺度得点の中央値で分けたものである。

対面およびソーシャルメディア上でのストレスと成長感 対面およびソーシャルメディア上のストレス高低を独立変数、成長感下位尺度を従属変数とする分散分析を行った。

対人葛藤では、他者との関係において交互作用が見られた($F(1, 126) = 5.04, p < .05$)。単純主効果検定の結果、ソーシャルメディアでの葛藤頻度が低いと、対面での葛藤頻度が低い場合($M = 2.10$)よりも高い場合($M = 3.13$)に成長感が高かった($p < .05$)。対人過失では、他者との関係($F(1, 127) = 4.64, p < .05$)、人間としての強さ($F(1, 127) = 5.19, p < .05$)でそれぞれ有意な交互作用が見られた。単純主効果検定の結果、上記と同様に、ソーシャルメディアでの過失頻度が低いと、対面での過失頻度が低い場合(他者との関係 $M = 1.88$; 人間としての強さ $M = 1.60$)よりも高い場合(他者 $M = 3.26$; 人間 $M = 2.77$)に成長感が高かった($p < .05$)。一方で、対人摩擦では各成長感に対する有意な交互作用は見られなかったが、対面での摩擦、ソーシャルメディア上での摩擦の主効果は有意であり、それぞれ経験頻度が高いほど成長感が高かった。

能動的コーピングによる調整効果 能動的コーピングの調整効果を検討するため、Baron and Kenny (1986)に基づき以下の階層的重回帰分析を実施した。まず、能動的コーピングとストレスの得点を中心化の処理を行った後、交互作用を検討するために積を算出した。階層的重回帰分析の手順で、最初のブロックに性別を、2番目のブロックに対面・ソーシャルメディアのストレス(3下位尺度の合計)を、3番目のブロックに能動的コーピングを、最後のブロックに、能動的コーピングとストレスの積を追加した。結果として、交互作用項投入時の ΔR^2 が有意でなく、調整効果を持たなかった。

考 察

対面でのストレスおよびソーシャルメディア上のストレスとも、より経験頻度が高いほど成長感を得ていたが、ソーシャルメディア上のストレスは、対面でのそれほど成長感への関連性が高くはなかった。本研究では従来の対人ストレス尺度を対面・ソーシャルメディア上双方でのストレスの指標として用いた。しかし、ソーシャルメディア上のストレス独自の指標で捉える必要もあるかもしれない。能動的コーピングについては、成長感に直接正の影響を持っていたが、調整効果は見られなかった。今回は能動的コーピングが効果を持つほどの強いストレスは含まれなかった可能性もある。

付 記

本研究は、総務省「戦略的情報通信研究開発推進制度(SCOPE)」(課題名: ソーシャルメディアにおける青少年の人間関係抽出技術とネットいじめ予防への応用, 研究代表者: 吉田俊和)の支援を受けて行われた。