

SNS相談を考えるうえで

鳴門教育大学

小倉 正義

若者のインターネット利用実態の調査例(岡安, 2016)

- 高校生1,309名(有効回答1,151名)を対象とした調査(2013年・2014年時の調査)
- 80%以上の生徒がスマホを用いて、ほぼ毎日平均3時間インターネットを利用している。
- 60%以上の生徒がメールやSNSなどの対人コミュニケーションツールを利用している
- 具体的なインターネット利用行動としては、「勉強で調べものをするときには本ではなく、インターネットを利用する」「ひとりでいる時に、インターネットを利用する」「電車やバスに乗っているときにインターネットを利用する」「スマートフォンや携帯電話を、すぐに取りれるところにおいておく」「メッセージが届いていないかどうか、スマートフォンや携帯電話をしょっちゅう取り出して確認する」などで頻度が高い。

岡安孝宏(2016). 高校生のインターネット利用行動とインターネット依存, 精神的健康の関係, 明治大学心理社会学研究, 12, 17-30.

高校生のSNS利用に関する調査例(濱田ら, 2017)

- 高校生701名に調査(2017年2月から3月)
- インターネットの利用目的として, 最も多かったのは「SNSの利用」(92.9%)。岡安(2016)の報告(12.5%)から比較すると飛躍的に利用が伸びている。LINE, Twitterがメイン
- SNS利用を目的とした1日のネット利用時間1時間49分
- SNS上の友だちがいる: 35.5%, SNS上の知り合いと会ったことがある: 19.1%
- SNS利用目的「友だちや知り合いとのコミュニケーションをとるため」(95.3%), 「学校・部活動などの事務的な連絡」(78.5%), 「暇つぶしのため」(68.3%), 「情報収集のため」(61.5%)が上位

濱田祥子・金子一史・小倉正義・岡安孝弘(2017). 高校生のインターネットのソーシャルネットワークサービス利用とインターネット依存傾向に関する調査報告, 明治大学心理社会学研究, 13, 91-100.

若者のSNS利用実態に関する調査例(藤本, 2019)

- 教員養成系大学の大学生99名・大学院生61名(有効回答150名)に調査
- 分析対象となった150名全員LINEの利用者であり, 9割以上の者が毎日利用していた。
- 1日のLINE利用時間の中央値が60分。

藤本優紀(2019).「LINE利用に関する不合理な信念」を測定する尺度作成の試み, 平成30年度鳴門教育大学大学院修士論文, 未公刊.

高校生・大学生とインターネット・SNSについて(所感)

- 必要な情報はインターネットから得ている
- 主なコミュニケーション手段はLINEなどのSNSになっている
(メールはあまり得意ではない印象)
- 複数のSNSを使い分けている生徒・学生もたくさんいる
- 「面と向かっては言えないこと言えるよね」
→対面でしか伝わらないこと,「見えない」から伝えられること
- ネット上の恋人ができる
→「ネットではどんな嘘もつける」or「ネットの方が信じられる」
- いつでも連絡をとれる。
→不安感？安心感？既読や未読への不安

LINE相談のメリット(杉原・宮田, 2018)

- 簡単にアクセスできるので, 相談しやすい
- 心理的な匿名性が高いので, 自己開示しやすい
- 文字で残るので読み返して考えられる
- 写真のやりとりが簡単にできる
- 相談者のこれまでの相談履歴が参照できる
- 対応に困ったとき相談員が他の相談員と協力して対応できる
- ウェブ上の資料を用いながら相談できる
- こちらから積極的に情報発信ができる

杉原保史・宮田智基(2018).SNSカウンセリング入門-LINEによるいじめ・自殺予防相談の実際, 北大路書房.

LINE相談のデメリット(杉原・宮田, 2018)

- 簡単にアクセスできるので動機づけの低い相談者が多くなりやすい
- 心理的な匿名性が高いため、作話やひやかしがなされやすい
- 相談者には相談員の性別も年齢もわからないのでイメージしにくい
- 非言語情報が得られない
- 言語能力が低い人の場合、相談が深まりにくい

杉原保史・宮田智基(2018).SNSカウンセリング入門-LINEによるいじめ・自殺予防相談の実際, 北大路書房.

LINE相談における基本姿勢(杉原・宮田, 2018)

- 積極的関与(積極的に言葉にしてフィードバックする)
 - 共感的で支持的なメッセージをはっきり言葉で伝える
 - 感情の反射よりも, 対話をリードする質問が有効
 - 情報提供・心理教育を積極的に行う
 - 相談者の動機づけを高める
- 具体的には...
 - 相談者のテンポと文章量に波長を合わせる。
 - 応答の行き違いやタイムラグに対応する

杉原保史・宮田智基(2018).SNSカウンセリング入門-LINEによるいじめ・自殺予防相談の実際, 北大路書房.