

長期キャンプ体験におけるネット依存者の社会的自己制御に関する研究

尾野 健太 (生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)

指導教員 黒澤 毅

キーワード：ネット依存, 長期キャンプ, 社会的自己制御

1. 序論

近年、インターネットの長時間の利用が健全な生活習慣に悪影響を与え問題となっており、インターネットへ過剰に依存している者をネット依存者と呼ぶ。ネット依存者は、人との関わりが少ないため社会的自己制御が低いのではないかと考えられる。社会的自己制御とは、社会的場面で個人の欲求や意思と現状認知との間でズレが起こったときに、内的基準・外的基準の必要性に応じて自己を主張する、もしくは抑制する能力である。

一方、ネット依存から青少年を守るため、自然体験や野外体験プログラムなどを実施し効果を証明している²⁾。そこで、本研究の目的は、長期キャンプ体験におけるネット依存者の社会的自己制御に及ぼす影響を明らかにすると共に、長期キャンプ体験中のネット依存者の社会的自己制御の変容過程を明らかにすることである。本研究の目的を検証するために以下の課題を設けた。

課題 1：ネット依存者の社会的自己制御を明らかにする。

課題 2：長期キャンプ体験がネット依存者の社会的自己制御に及ぼす影響を明らかにする。

課題 3：長期キャンプ体験中におけるネット依存者の社会的自己制御の変容過程を明らかにする。

2. 研究方法

【対象者】K 自然学校が主催する「A キャンプ」に参加した計 13 名のうち、調査に協力の得られた 11 名を対象とした。また「A キャンプ」のスタッフとして参加した大学生 11 名に調査を依頼した。さらに、非依存群としてネットに依存していないと答えた B 大学学生 11 名に調査を依頼した。

【調査方法】原田ら¹⁾が開発した“社会的自己制御尺度”を筆者が独自に修正したものをキャンプ

前、キャンプ後に調査した。また筆者が独自に作成した“日常生活に関するアンケート”、“行動チェックシート”、“ふりかえりシート”をキャンプ前、キャンプ中、キャンプ 3 か月後に適宜行った。

3. 結果と考察

課題 1：ネット依存者の社会的自己制御は低いことが明らかとなった ($t=4.96, p<.001$)。ネット依存者は、社会的な場面で周囲との関わりが少ないため社会的自己制御が低いと考えられる。

課題 2：長期キャンプ体験前後におけるネット依存者の社会的自己制御は持続的対処・根気因子が向上した ($z=1.99, p<.05$)。キャンプの「プログラム」を通して「集中して取り組めた」ことや「最後までやり遂げた」ことがネット依存者の持続的対処・根気因子の得点を向上させたと考える。

課題 3：各参加者の具体的な行動の観察を説明的内容分析による質的アプローチによって、ネット依存者の長期キャンプ体験中における社会的自己制御の変容過程を分析した。ネット依存者の社会的自己制御は、キャンプでの《参加者の行動》と様々な《他者との関わり》を通し変化した。特に《参加者の行動》に「積極的」であり、《他者との関わり》が多かった参加者は社会的自己制御が向上していた。また、参加者によって《参加者の行動》や《他者との関わり》が違ったその背景には《参加者の状態》が影響していた。しかし、《スタッフの関わり》によって支えられていたことで《参加者の状態》が《参加者の行動》や《他者との関わり》の場面で影響されなかった参加者もいた。予め参加者の状態を把握し、その参加者に合った《スタッフの関わり》方を行うことが社会的自己制御の向上、つまり《参加者の成長》に大きく影響するのではないかと考える。

4. まとめ

ネット依存者の社会的自己制御は非依存群と比べ低かった。長期キャンプ体験を通し、社会的自己制御が向上する者と向上しない者がいた。その背景には参加者の状態が影響していた。

引用・参考文献

1) 原田知佳, 吉澤寛之, 吉田俊和(2008): 社会的自己制御(Social Self-Regulation)尺度の作成-妥当性の検証及び行動抑制/行動促進システム・実行注意制御との関連。パーソナリティ研究第 17 巻 第 1 号, pp. 82-94

2) 国立青少年教育振興機構(2015): 青少年教育施設を活用したネット依存対策研究事業報告書, <http://www.niye.go.jp/kanri/upload/editor/94/File/55233a204e2e0.pdf> (最終アクセス日 2016 年 1 月 4 日)

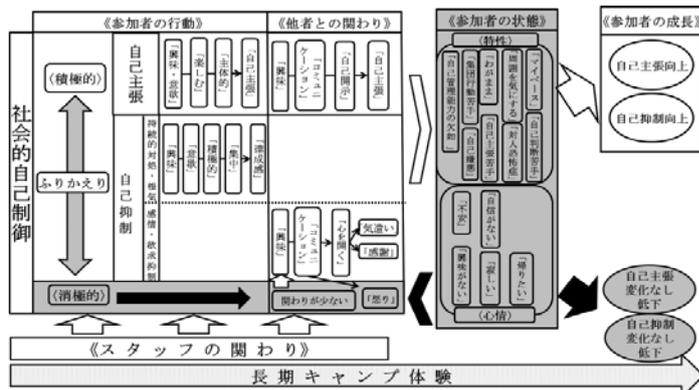


図 1 ネット依存者の社会的自己制御の変容過程