

修士論文（要旨）

2025年1月

拒否回避欲求の高低が大学生のスマートフォン依存に及ぼす影響の検討

指導 鈴木 平 教授

国際学研究科

国際学術専攻

心理学実践研究学位プログラム ポジティブ心理分野

223J2059

栗原 涼介

Master's Thesis (Abstract)  
January 2025

Examining the Effects of High and Low Refusal Avoidance Desire on College  
Students' Dependence on Smartphones.

Ryosuke Kurihara  
223J2059  
Master of Arts Program in Positive Psychology  
Master's Program in International Studies  
International Graduate School of Advanced Studies  
J. F. Oberlin University  
Thesis Supervisor: Taira Suzuki

## 目次

第1章 序論	1
1.1 はじめに	1
1.2 スマートフォン依存の現状と問題点	2
1.3 拒否回避欲求とスマートフォン依存	2
1.4 愛着スタイルとスマートフォン依存	2
1.5 パーソナリティとスマートフォン依存	3
1.6 研究目的	3
1.7 研究の意義	4
1.8 仮説	4
第2章 方法	4
2.1 調査対象	4
2.2 調査期間	4
2.3 調査手続き	4
2.4 調査内容	4
2.5 分析方法	6
第3章 結果	6
3.1 回答者の属性	6
3.2 因子分析	6
3.3 記述統計	9
3.4 相関	9
3.5 分散分析	11
3.5.1 拒否回避欲求の高低と性別	11
3.5.2 Big-Five の外向性の高低と性別	12
3.5.3 Big-Five の誠実性の高低と性別	13
3.5.4 Big-Five の情緒不安定性の高低と性別	13
3.5.5 Big-Five の開放性の高低と性別	14
3.5.6 Big-Five の調和性の高低と性別	14
3.5.7 ECR-GO の見捨てられ不安の高低と性別	14
3.5.8 ECR-GO の親密性の回避の高低と性別	15
第4章 考察	15
4.1 相関	15
4.1.1 スマートフォン利用時間と GPA, Big Five との相関	15
4.1.2 拒否回避欲求と Big Five およびその他の要因との相関	16
4.2 分散分析	17
4.2.1 拒否回避欲求の高低・性別とスマートフォン依存の関連性	17
4.2.2 Big-Five の外向性の高低・性別とスマートフォン依存関連	18
4.2.3 Big-Five の誠実性の高低・性別とスマートフォン依存の関連	18
4.2.4 Big-Five の情緒不安定性の高低・性別とスマートフォン依存の関連	18
4.2.5 Big-Five の調和性の高低・性別とスマートフォン依存の関連	19

4.2.6	見捨てられ不安の高低・性別とスマートフォン依存の関連	19
4.2.7	まとめ	20
4.3	課題と展望	20

文献  
資料

## 第1章 背景と目的

近年、スマートフォン依存が問題視されている。

スマートフォンの過剰な使用は学業成績や対人関係、身体的・精神的健康に影響を及ぼす可能性があり、その予防と対策が重要な課題となっている。

スマートフォン依存に関する研究が進む中で、その背景にある心理的要因の解明が求められており、近年の研究では承認欲求がスマートフォン依存に与える要因として注目されている。加納(2019)では、承認欲求の高い者はスマートフォン依存になりやすい傾向であるという結果が得られていた。このことからスマートフォン依存の一要因として承認欲求が関連しているという考えられる。承認欲求と言っても菅原(1986)によると、「他者から賞賛され、好かれない欲求」(以下:賞賛獲得欲求)と「他者から嘲笑されたり、拒否されたくない欲求」(以下:拒否回避欲求)の2つが想定されており、栗原(2023)では、拒否回避欲求の方が賞賛獲得欲求に比べよりスマートフォン依存に強い影響を及ぼしているということが明らかになった。

だが、栗原(2023)の研究では拒否回避欲求の高低によるスマートフォン依存への影響の検討はされていなかった。

そこで本研究では大学生を対象に、拒否回避欲求の高低がスマートフォン依存に与える影響を明らかにすることを目的とする。

## 第2章 方法

### 2.1 調査対象者と調査期間

桜美林大学に通う大学生を対象に2024年7月~11月の間Webを用いた質問紙調査を実施した。分析対象は167名であった。

### 2.2 調査内容

- 1) 性別、学年、年齢などの基本情報。
- 2) 1日のスマートフォン利用時間
- 3) 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度(小島,2003)
- 4) スマートフォン依存尺度(仮称) The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents (Kwon, Kim, Cho & Yang, 2013)とスマートフォン依存度アンケート(大塚・有田・梶田, 2017)とスマートフォン依存傾向尺度(松島・石川・林・橋本・毛利・中村・石垣・宮下, 2017)の項目を参考にし、それらの質問項目に研究者と指導教員が考案した質問項目を加えたもの

## 第3章 結果と考察

スマートフォン依存尺度の合計得点に対して二元配置分散分析を行った結果、拒否回避欲求の高低はスマートフォン依存度に対して直接的な影響を与えていないことを示唆され、栗原(2023)で、拒否回避欲求の方が賞賛獲得欲求に比べよりスマートフォン依存に強い影響を及ぼしているということが明らかになっていたが、その高低は関係がないということが今回の研究で示唆された。また、性別によるスマートフォン依存への影響は無い可能性も示唆され、拒否回避欲求に性別要因以外のほかの要因が掛け合わさることがスマートフォン依存を高める可能性があるのではないかとということが考えられる。

また、1日のスマートフォン利用時間に対して二元配置分散分析を行った結果、1日のスマートフォン利用時間において性差があるということが示された。これは性別によるスマートフォンの利用目的によって生じる差ではないかと考えられる。伊熊(2016)によると、女性は男性に比べ「コミュニティサイトへの参加」と「電話・チャット」利用が有意に高いという結果が得られており、会話に熱中してしまうあまりスマートフォンの過剰使用に繋がるのではないかと考察されていた。本研究の結果もそのような要因によって生じたものではないかと考えられる。

また拒否回避欲求要因と性別要因に交互作用が認められ、単純主効果の検定を行ったとこ

る、男性は拒否回避欲求が低い場合にスマートフォン利用時間が長くなる傾向であり、逆に女性は拒否回避欲求が高いとスマートフォン利用時間が長くなる傾向であるということが示唆された。この結果から、男性は心理的なストレスや不安を解消するためにはスマートフォン以外の手段を用いり、拒否回避欲求などの心理的ストレスや不安が低い時に娯楽等の手段としてスマートフォンを長時間使用するのではないかと考えられる。また女性は人間関係の維持や社会的な繋がりを重視することが多く、それをスマートフォンを用いて補完しているのではないかと考えられる。

最後に、本研究においていくつかの課題(改善点)を挙げていく。

まず一つ目は、有効回答数が 167 名とサンプル数が十分でなかったことが課題として挙げられる。

二つ目は、男女比が約 1 : 3 であった点も課題(改善点)として挙げられる。

三つめは、各変数の高群・低群を分ける際に、1SD を使ったことにより更にサンプル数が減ってしまった点も挙げられる。

以上の改善点を改善しつつ、本研究で明らかにすることができなかった拒否回避欲求と掛け合わさることでスマートフォン依存度を高める因子を明らかにするための研究を進めていくことで、スマートフォン依存の問題の解決・介入の一助になるのではないかと考えられる。

文献

Bowlby, J. (1969) Attachment and loss: Vol. 1 Attachment. New York: Basic Books.

藤井 壽夫 (2019) 本学学生におけるネット依存傾向と愛着スタイルとの関連について 函館短期大学紀要, 46, 23-32.

橋本 憲尚 (2021) 大学生のスマートフォン依存傾向に関する探索的研究 (2) : アプリケーション選好とその依存関連指標への影響 教育学部論集, 32, 113-129.

一ノ宮 了慈 (2016) 成人の愛着スタイルに関する一考察 : 内的作業モデルと対人欲求との関連から 龍谷大学大学院文学研究科紀要, 36, 86-106.

伊熊 克己 (2016) 学生のスマートフォン使用状況と健康に関する調査研究 北海学園大学経営論集, 13 (4), 29-42.

稲垣 俊介 (2022) 高校生のインターネット依存傾向に関連する心理・行動特性の研究 東北大学大学院情報科学研究科博士論文.

川原 正人 (2019) アタッチメント・スタイルがネット依存傾向にもたらす影響 東京未来大学研究紀要, 13, 45-53.

小島 誠也・近藤 勢津子・吉良 文夫・鮑戸 弘 (2023) スマートフォン利用行動と性格特性の関連 NTT ドコモ モバイル社会研究所 ([202309\\_SSI\\_abstract2.pdf](#)) (2025年1月30日閲覧)

小島 弥生・太田 恵子・菅原 健介 (2003) 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み 性格心理学研究, 11 (2), 86-98.

加納 寛子 (2019) 承認欲求とソーシャルメディア使用傾向の関連性 情報教育, 1, 18-23.

栗原 涼介 (2023) 大学生の承認欲求とスマートフォン使用傾向の関連 桜美林大学健康福祉学群 2022 年度卒業論文.

Kwon Min, Kim Dai-Jin, Cho Hyun, Yang Soo (2013) The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents, PLoS ONE, 8 (12) : e83558.

松島 公望・石川 亮太郎・林 明明・橋本 和幸・毛利 伊吹・中村 裕子・石垣 琢磨・宮下一博 (2017) 大学生版スマートフォン依存傾向尺度作成の試み 千葉大学教育学部研究紀要, 66 (1), 283-291.

中尾 達馬・加藤 和生 (2004) 一般他者を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討 九州大学心理学研究, 5, 19-27.

中尾 達馬・加藤 和生 (2004) 成人愛着スタイル尺度 (ECR) の日本語版作成の試み 心理学研究, 75 (2), 154-159.

並川 努・谷 伊織・脇田 貴文・熊谷 龍一・中根 愛・野口 裕之 (2012) Big Five 尺度短縮版の開発と信頼性と妥当性の検討 心理学研究, 83 (2), 91-99.

大塚 絵里子・有田 真貴子・梶田 鈴子 (2017) 短期大学生を対象としたスマートフォン依存の調査報告 中村学園大学・中村学園大学短期大学部研究紀要, 49, 261-268.

佐藤 祐基・渡邊 舞 (2019) パーソナリティ特性がスマートフォンゲーム依存傾向に及ぼ

- す影響—利用動機に着目して— 北星学園大学社会福祉学部北星論集, 56, 25—38.
- 菅原 健介 (1986) 賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求—公的自意識の強い人に見られる 2 つの欲求について 心理学研究, 57 (3), 134—140.
- 田淵 優沙・則定 百合子 (2013) 大学およびインターネットにおける自己開示に関する研究: 不適応傾向、性格特性、インターネット利用時間との関連 和歌山大学教育学部紀要. 人文科学, 63, 205—213.
- 竹澤 みどり・小玉 正博 (2004) 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討 教育心理学研究, 52 (3), 310—319.
- 田沢 晶子 (2017) 大学生の恋愛観と愛着スタイルの関連—恋人に対する依存のしやすさと一般他者を想定した愛着スタイル— 甲南女子大学研究紀要, 53, 1—7.
- 渡邊 宏尚・水野 凌太郎・土田 栞・林 秀彦・皆月 昭則 (2015) 機能制限アプリケーションを用いたスマートフォンユーザーの依存傾向に関する研究 鳴門教育大学情報教育ジャーナル, 12, 39—44.
- 渡部 玲二郎 (1999) 対人関係能力と対人欲求の関係, 心理学研究, 70 (2), 154—159.
- 八木 成和 (2017) 大学生のインターネット依存と性格特性との関連について 四天王寺大学紀要, 64, 73—82.
- 吉澤 英里 (2020) 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求と Big Five の関連について 環太平洋大学研究紀要, 15, 37—41.