

# スマートフォン依存傾向に関連する要因 —日常生活に対する主観的評価と自己意識との関連—

三島浩路\*

## Factors Related to Smartphone Dependency —The Relation Between Subjective Evaluation of Daily Life and Self-awareness—

Koji MISHIMA\*

In this study, a questionnaire was administered to approximately 800 high school students to examine the relationship between respondents' self-awareness; their subjective evaluation of aspects of their daily lives, such as learning activities and relationships with school friends; and their dependency on smartphones. Their scores on a tendency toward smartphone dependency scale were set as the dependent variable in an analysis. The results showed an interaction between participants' subjective evaluations of their daily lives and their public self-awareness as well as an interaction between the same subjective evaluations and their private self-awareness. These results suggest that high school students who have high self-awareness but lack a positive subjective evaluation of their daily lives have a stronger tendency toward smartphone dependency.

**key words:** smartphone dependency, self-awareness, life events

### 問 題

スマートフォンの過剰な利用が教育現場などで問題視されている(e.g., 稲垣・和田・堀田, 2016)。こうした過剰な利用が進行し、依存状態になった場合、健康や生活面に及ぼす影響はより大きくなるだけでなく、依存状態から脱却することも容易ではない(岡安, 2015)。本研究では、スマートフォンの誘因により、時間帯や状況が考慮できないスマートフォンの利用が進行し、心身の健康や日常生活に悪影響を及ぼす可能性がある状態を、スマートフォン依存傾向を示した状態とし、依存傾向に関連する要因について検討する。具体的には、高校生を対象に質問紙によ

る調査を行い、学校での学習活動や友人関係など高校生の日常生活に対する主観的な評価や自己意識が、スマートフォンに対する依存傾向と関連することを検証する。

現実からの逃避が、インターネット依存の誘因になることを Kardefelt-Winther (2014) は指摘している。また、Petrova, Efremova, Belovol, & Shagurova (2015) は、インターネットやゲームに対する青少年の依存の原因として、現実生活からの逃避を目的としていると述べている。Kwon, Chung, & Lee (2011) は韓国の中学生約 1,100 人を対象にインターネットゲーム依存と逃避傾向や気分等に関する調査結果を回帰分析し、現実生活に対する逃避傾向がイ

\* 中部大学現代教育学部

College of Contemporary Education, Chubu University, 1200 Matsumoto-cho, Kasugai-shi, Aichi 487-8501, Japan

ンターネットゲーム依存に関係することを示唆する結果を得た。Zanetta, Zermatten, Billieux, Thorens, Bondolfi, Zullino, & Khazaal (2011) は、オンライン調査により収集したデータを分析し、逃避傾向とオンラインゲーム依存との関連性を示した。

これらの研究ではインターネットゲーム依存尺度(IGA)が用いられるなど、インターネット依存に関する研究で用いられる尺度の種類や調査手法は多様であるが、現実生活からの逃避とインターネット依存との関連を示す研究が複数あることから、両者の間には関連性があると考えられる。また、インターネットゲームやSNSなど高校生のインターネット利用の大部分はスマートフォンを利用して行われていることから、現実からの逃避傾向の強さが、高校生のスマートフォンに対する依存の強さに関連する可能性は高い。

しかし、現実から逃避したくなるようなネガティブな体験や出来事を、高校生を対象に質問紙で直接調査した結果、極めて深刻な体験を生徒に想起させてしまい、深刻な心理的ダメージを与える危険性がある。そこで、本研究においては、こうしたネガティブな体験や出来事を直接尋ねるのではなく、友人関係や家族関係を中心とした対人関係、さらには学習活動や課外活動が良好であるかどうかを、高校生が各自の主観により評価した「日常生活に対する主観的評価」を用いることとした。高校での学習活動や友人関係、家庭内の人間関係、部活動などの授業外活動が良好だと認知している高校生に比べて、良好ではないと認知している高校生は、そうした状態から逃避したいという思いが強いと考えられる。そのため、日常生活に対する主観的評価が良好ではない高校生は良好な高校生に比べて、スマートフォンに対する依存傾向を強める可能性が高いことが予想される。

「日常生活に対する主観的評価」が同等であっても、個人の特性により依存傾向の強さが異なる可能性もある。本研究では自己意識という個人特性に着目する。

Duval & Wicklund(1972)は、自己意識の高さが、理想とする自己と現実の自己との違いを顕著化し、自己否定的になる危険性について指摘している。Fenigstein, Scheier, & Buss (1975) は、自己意識について、彼らが開発した自己意識尺度 (Self-Consciousness Inventory) の分析結果から、自分の

感情や動機など自分自身の内面的な側面に注意を向けやすい私的自己意識と、自分の外見などの外面的な側面に注意を向けやすい公的自己意識というふたつのタイプがあるとした。私的自己意識の高さは、自分自身の否定的な感情や心身の不調に対する敏感さに関連し、公的自己意識の高さは、他者からの評価にかかわる不安の強さに関連する(Buss, 1980)。そのため、私的自己意識・公的自己意識が高い高校生は、ネガティブな主観的評価を生じさせるような出来事に遭遇した場合、否定的な感情や不安をより強め、逃避傾向を一段と高めた結果、スマートフォンに対する依存傾向を一段と強める可能性がある。

本研究ではスマートフォンに対する依存傾向を対象とするが、日常生活の状況と自己意識を取り上げた研究として、Hull (1981)によるアルコール依存研究がある。Hull & Young (1983a) は、私的自己意識に着目し、アルコール飲酒前の成功体験・失敗体験と、その後の飲酒量との関連を検討し、私的自己意識高群についてのみ、成功体験群よりも失敗体験群の方が多くのワインを飲んだことを報告している。さらに、Hull & Young (1983b) は、アルコール依存からの回復プログラム参加男性 35 名を対象に、退院後のアルコール依存の再発率を調査した結果、私的自己意識高群に関してのみ、ライフイベントにより再発率に大きな違いがみられた(ポジティブイベント群 14% ネガティブイベント群 70%)。以上のことから、自分自身に対する意識が強い私的自己意識得点の高い者が、失敗などのネガティブな出来事を体験した場合、アルコールを摂取することにより、自分自身に対する意識を弱めようとする可能性があると Hull & Young は指摘した。

本研究においては、「日常生活に対する主観的評価」が低い高校生の中でも、自己意識が高い高校生のスマートフォンに対する依存傾向が相対的に強いという探索的な仮説を検証する。

## 方 法

**調査対象と時期** A 県立 B 高等学校に在籍する全生徒 831 人 (男子: 468 人・女子: 363 人) を対象に 2018 年 6 月に調査を実施した。なお、欠損値がない 723 人 (男子: 397 人・女子 326 人) のデータを分析に用いた<sup>1)</sup>。

## 質問内容<sup>2)</sup>

**スマートフォン依存傾向** 三島・黒川・大西・吉武・本庄・橋本・吉田(2016)の携帯電話に対する依存傾向測定尺度の表現をスマートフォン用に改めた6項目(a1:家の中でもスマートフォンを肌身離さず持ち歩く。a2:特別な目的がなくてもスマートフォンを操作する。a3:深夜でもスマートフォンを操作する。a4:人と話しながら、スマートフォンを操作する。a5:何時間も続けてスマートフォンを操作する。a6:スマートフォンに依存していると思う)に5件法で回答する形式である。

**自己意識** 菅原(1984)の自己意識尺度から私的自意識因子・公的自意識因子に対する負荷量が多い(>.65)5項目ずつを選び、「私的自意識」(例:ふと、一歩離れた所から自分を眺めてみる。しばしば、自分の心を理解しようとする)、「公的自意識」(例:自分についてのうわさに関心がある。人の目に映る自分の姿に心を配る)の合計10項目に5件法で回答する形式である。

**日常生活に対する主観的評価** 学校における学習活動・自分を取り巻く人間関係・部活動など学校内外の授業外活動・生活全般の4点について、最近2ヶ月の状況を5件法(1:極めて良好でない、2:良好ではない、3:どちらともいえない、4:良好、5:極めて良好)で回答する形式である。

## 結 果

### 尺度得点の構成 (Appendix1)

**スマートフォン依存傾向** スマートフォン依存傾向に関する6項目の回答結果を因子分析(主因子法)した。初期の固有値の推移(3.57→0.71→0.56→…)から1因子解を採用した。因子に対する負荷量が最小の項目でも0.52であり、6項目の $\alpha$ 係数が0.86であったので、6項目すべての素点平均値をスマートフォン依存傾向尺度得点として利用する。

**自己意識** 自己意識に関する10項目の回答結果を因子分析(主因子法・プロマックス回転)した。初期の固有値の推移(3.86→1.69→0.93→…)および解釈可能性の高さから2因子解を採用した(Table 1)。「自分が他人にどう思われているのか気になる」「他人からの評価を考えながら行動する」など公的自意識に関連する5項目が大きな負荷量を示したことから、第1因子を公的自意識因子とし、第1因子に

大きな負荷量を示した5項目の素点平均値を公的自意識尺度得点とした。「ふと、一歩離れた所から自分をながめてみる。しばしば、自分の心を理解しようとする」「他人を見るように自分をながめてみる。しばしば、自分の心を理解しようとする」など私的自意識に関連した5項目が大きな負荷量を示したことから、第2因子を私的自意識因子とし、第2因子に大きな負荷量を示した5項目の素点平均値を私的自意識尺度得点とした。

**日常生活に対する主観的評価** 「学校における学習活動」「友人や家族との関係など、自分を取り巻く人間関係」など日常生活に関連した4項目の回答結果を因子分析(主因子法)した。固有値の推移(1.91→0.86→…)から1因子解を採用した。因子に対する負荷量が最小の項目の負荷量は0.39であり、4項目の $\alpha$ 係数は0.62であった。負荷量・ $\alpha$ 係数ともに十分に高い値とは言い難いが許容できる範囲と考え、この4項目の素点平均値を主観的評価得点とした。

主観的評価得点の分布をみると(Figure 1)、平均値が3.58であり、平均値で調査対象者を2群化した場合、主観的評価得点3.0以上の者が300人ほど低群に位置づけられてしまう。本研究の目的に照らして考えれば、日常生活に主観的な問題を抱えている者と抱えていない者との比較を行う必要があることから、平均値で2群化するのではなく、主観的評価得点が3点以上を良好群、3点未満を非良好群として2群化した。

### スマートフォン依存傾向尺度得点の比較

**主観的評価得点・私的自意識** スマートフォン依存傾向尺度得点を従属変数、「日常生活に対する主観的評価」(2水準の固定因子)と私的自意識尺度得点を標準化した私的自意識尺度標準化得点(共変量)を独立変数とした一般線形モデルによる分析を行った結果、主観的評価( $F(1,719)=4.03, p<.05, \text{partial}\eta^2=.006$ )・私的自意識( $F(1,719)=5.45, p<.05, \text{partial}\eta^2=.008$ )の主効果、及び、交互作用( $F(1,719)=4.95, p<.05, \text{partial}\eta^2=.007$ )がみられた。主観的評価「良好群」「非良好群」の私的自意識尺度得点とスマートフォン依存傾向尺度得点の関係をみるために、回帰直線と信頼区間を求めた結果

<sup>1)</sup>著者が所属する大学の研究倫理審査会の承認を得て本研究を実施した(承認番号:290093-2)。

<sup>2)</sup>本研究では、IBM SPSS24を分析に利用し、一部のグラフ作成にはSAS JMP13を利用した。

Table 1 自己意識関連 10 項目の因子分析

内容	第 1 因子	第 2 因子	共通性
F1: 公的自己意識			
自分が他人にどう思われているのか気になる	.92	-.14	.76
他人からの評価を考えながら行動する	.66	.08	.48
自分についてのうわさに関心がある	.61	-.01	.37
人前で何かをする時、自分のしぐさや姿が気になる	.61	.03	.39
人の目に映る自分の姿に心を配る	.48	.24	.39
F2: 私的自己意識			
ふと、一歩離れた所から自分をながめてみることもある	-.11	.75	.51
他人を見るように自分をながめてみることもある	.02	.72	.53
つねに、自分自身を見つめる目を忘れないようにしている	-.01	.70	.48
しばしば、自分の心を理解しようとする	.05	.54	.32
自分がどんな人間か自覚しようとする	.15	.47	.31
因子寄与	2.79	2.68	
第 1 因子との因子間相関		.44	

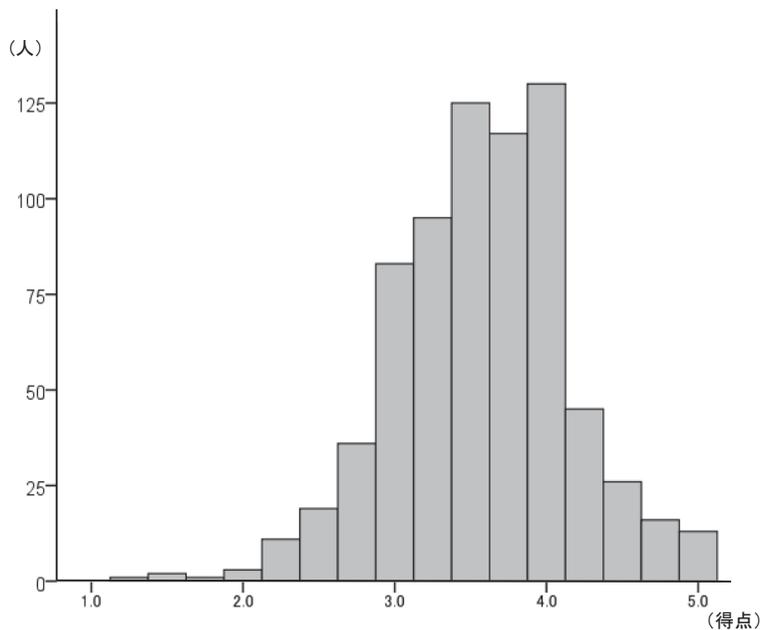


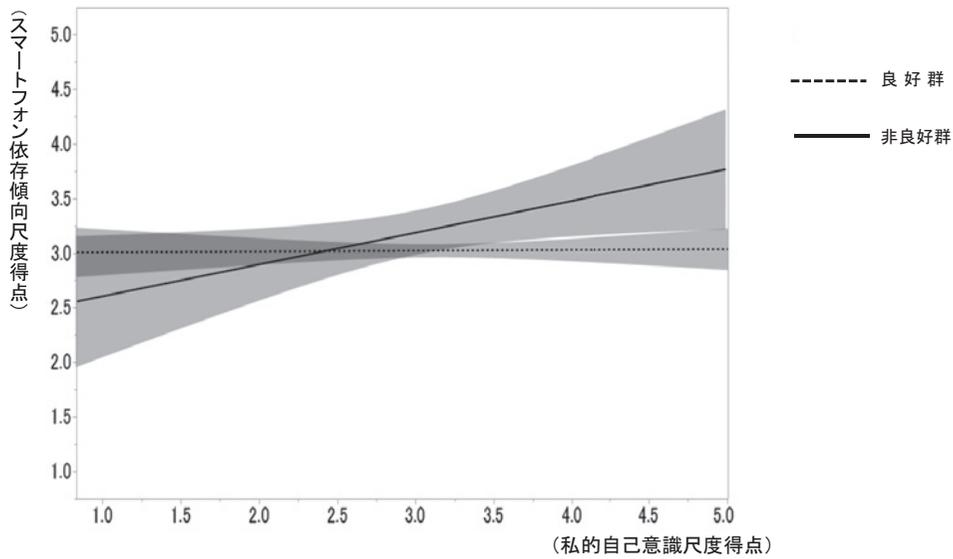
Figure 1 「日常生活に対する主観的評価」得点の人数分布

(Figure 2), 主観的評価「良好群」と「非良好群」のスマートフォン依存傾向尺度得点の違いは、私的自己意識尺度得点が相対的に高い生徒にみられた。そこで、私的自己意識尺度得点で生徒を 3 群化し、主観的評価「良好群」「非良好群」のスマートフォン依存傾向尺度得点の平均値等を求めて比較した (Table 2)。その結果、私的自己意識高群に関してのみ、「良好群」と「非良好群」のスマートフォン依存傾向尺度得点に

有意な違いがみられた ( $t=2.16$   $df=123$ ,  $p<.05$ )。

主観的評価「良好群」に比べて「非良好群」の方がスマートフォン依存傾向尺度得点が、私的自己意識高群に関してのみ有意に高いという結果は、「日常生活に対する主観的評価」が低い高校生の中でも、私的自己意識の高い高校生のスマートフォン依存傾向が強いことを示唆するものである。

主観的評価得点・公的自己意識 スマートフォン



**Figure 2** 日常生活に対する主観的評価 2 群の私的自己意識尺度得点とスマートフォン依存傾向尺度得点の関連 (回帰直線と 95% 信頼区間)

**Table 2** 私的自己意識の高低, 日常生活に対する主観的評価によるスマートフォン依存傾向尺度得点の平均値と S.D.

私的自己意識	日常生活に対する主観的評価	人数	平均	S.D.
高群 (>平均 + 1S.D.)	良好	112	3.00	0.86
	非良好	13	3.55	1.01
中群 (平均 ± 1S.D.)	(全体)	125	3.05	0.89
	良好	441	3.03	0.78
	非良好	45	3.14	0.76
低群 (<平均 - 1S.D.)	(全体)	486	3.04	0.77
	良好	97	3.02	0.68
	非良好	15	3.02	1.09
(全体)	(全体)	112	3.02	0.74
	良好	650	3.02	0.78
	非良好	73	3.19	0.89

依存傾向尺度得点を従属変数, 「日常生活に対する主観的評価」(2水準の固定因子) と公的自己意識尺度得点を標準化した公的自己意識尺度標準化得点 (共変量) を独立変数とした一般線形モデルによる分析を行った結果, 主観的評価 ( $F(1,719)=5.26, p<.05, \text{partial}\eta^2=.007$ )・公的自己意識 ( $F(1,719)=34.48, p<.001, \text{partial}\eta^2=.046$ ) の主効果, 及び, 交互作用 ( $F(1,719)=7.24, p<.01, \text{partial}\eta^2=.010$ ) がみられた。主観的評価「良好群」「非良好群」の公的自己意識

尺度得点とスマートフォン依存傾向尺度得点の関係をみるために, 回帰直線と信頼区間を求めた結果 (Figure 3), 主観的評価「良好群」と「非良好群」のスマートフォン依存傾向尺度得点の違いは, 公的自己意識尺度得点が相対的に高い生徒にみられた。そこで, 公的自己意識尺度得点で生徒を 3 群化し, 主観的評価「良好群」「非良好群」のスマートフォン依存傾向尺度得点の平均値等を求めて比較した (Table 3)。その結果, 公的自己意識中群 ( $t=2.06, df=541, p<.05$ )

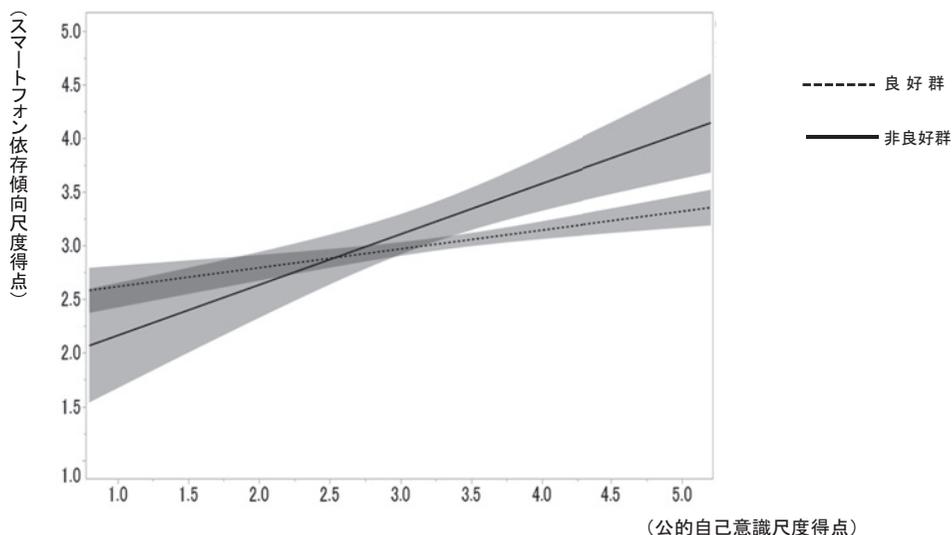


Figure 3 日常生活に対する主観的評価 2 群の公的自己意識尺度得点とスマートフォン依存傾向尺度得点の関連 (回帰直線と 95% 信頼区間)

と高群 ( $t=2.39$   $df=82$ ,  $p<.05$ ) で、「良好群」と「非良好群」のスマートフォン依存傾向尺度得点に有意な違いがみられた。

主観的評価「良好群」に比べて「非良好群」の方がスマートフォン依存傾向尺度得点が、公的自己意識高群・中群に関してのみ有意に高いという結果は、「日常生活に対する主観的評価」が低い高校生の中において、公的自己意識の高さがスマートフォン依存傾向の強さと関連することを示唆するものである。

### 考 察

「日常生活に対する主観的評価」を低くするような出来事はストレスフルな出来事であり、ストレスフルな出来事とインターネット依存との関連については先行研究で報告されている (e.g., Li, Wang, & Wang, 2009; Yan, Li, Sui, 2014)。そうした出来事とスマートフォン依存との関連性には自己意識という個人特性が介在する可能性があることを本研究の結果は示唆した。具体的には、「日常生活に対する主観的評価」が低い高校生の中において、私的自己意識や公的自己意識の高さが、スマートフォン依存傾向の強さと関連することが示唆された。

本研究においては、自己意識に関する Buss (1980) の主張を取り入れ、私的自己意識の高さが自分自身

の否定的な感情や心身の不調に対する敏感さに関連し、公的自己意識の高さが他者からの評価にかかわる不安の強さに関連すると考えた。そして、こうした自己意識の高い高校生が、学習活動や友人関係など日常生活に対する主観的評価を低くするような出来事に遭遇した場合、自己意識の低い高校生に比べて不安などの否定的な感情をより強くもち、日常生活という現実に関連して生じる否定的な感情の強さが、現実からインターネットへの逃避傾向を生じさせた結果、スマートフォン依存傾向を強めるというプロセスを想定した。

日本の高校生約 13,000 人を対象に行った調査の結果によれば、インターネットへの逃避が潜在的インターネット依存傾向に影響することを示唆しており (大野, 2016)、現実からの逃避がスマートフォンに対する依存傾向を強めるという本研究の想定を傍証している。しかし、スマートフォンを介したインターネットへの逃避が、どの程度行われたのかを測定する項目を、本研究では設けておらず、公的自己意識・私的自己意識の高さや、「日常生活に対する主観的評価」が、現実からの逃避という要因に影響を与えたかどうかを明らかにすることができなかった。そのため、現実からインターネットへの逃避が、スマートフォン依存傾向を強めることに介在したのかどう

**Table 3** 公的自己意識の高低、日常生活に対する主観的評価によるスマートフォン依存傾向尺度得点の平均値と S.D.

公的自己意識	日常生活に 対する 主観的評価	人数	平均	S.D.
高群 (>平均+1S.D.)	良好	76	3.22	0.81
	非良好	8	3.94	0.73
	(全体)	84	3.29	0.83
中群 (平均±1S.D.)	良好	493	3.03	0.74
	非良好	50	3.25	0.81
	(全体)	543	3.05	0.75
低群 (<平均-1S.D.)	良好	81	2.80	0.91
	非良好	15	2.58	0.86
	(全体)	96	2.77	0.90
(全体)	良好	650	3.02	0.78
	非良好	73	3.19	0.89

かを明らかにすることもできていない。今後、日常生活に対する逃避傾向を測定する項目を加えた調査を行い、自己意識や「日常生活に対する主観的評価」が、逃避傾向の強さに影響を与えるのかどうかなどについて検証する必要がある。さらに、現実からインターネットへの逃避というプロセスに沿って考えた場合、現実生活の中で生じたネガティブな出来事を測定し、その強度を数量化した値を用いて、インターネット依存傾向との関連を分析する方法が望ましい。しかし、本研究では、倫理的な配慮からネガティブな体験や出来事を直接測定しておらず、ネガティブな体験や出来事が逃避傾向を強めたことにより、依存傾向を強めたのかどうかを明確にできなかった点に本研究の限界がある。

本研究では、スマートフォン依存傾向について、1因子6項目による調査を行った。スマートフォン依存を測定する尺度として、1因子構造を採用している尺度もあるが (Csibi, Griffiths, Cook, Demetrovics, & Szabo, 2017)、スマートフォン依存やスマートフォン依存と関連が強いインターネット依存の尺度の中には複数の因子により構成されている尺度もある (e.g., Lin, Pan, Lin, & Chen, 2017; Lortie & Guitton, 2013)。複数の因子でスマートフォン依存を測定する SAS (Smartphone Addiction Scale (Kwon, Lee, Won, Park, Min, Hahn, Gu, Choi, & Kim, 2013)) は6因子により構成され、SPAI (smartphone addiction inventory (Lin, Chang, Lee, Tseng, Kuo, & Chen, 2014)) は4因子によ

り構成され、国内で戸田・西尾・竹下(2015)が開発したスマートフォン依存尺度は3つの下位尺度から構成されているなど、スマートフォン依存を測定する尺度に関しても、定義や測定方法が異なる多様な尺度が存在する。これら多様な尺度や定義を整理し、本研究で用いた項目で測定できたスマートフォン依存に関連する側面と測定できなかった側面を区分して、測定できなかったスマートフォン依存に関連する側面に関しても、本研究と同様の結果が得られるのかどうかを検証することも今後の課題である。

さらに、スマートフォンで利用するアプリの種類によっても、自己意識や「日常生活に対する主観的評価」の影響が異なる可能性もある。たとえば、公的自己意識が高く他者の目を強く意識しやすい人は、積極的な自己提示行動か、防衛的・逃避的行動を取りやすいことを示唆する調査結果を菅原(1984)は得ており、公的自己意識の高い高校生が、SNS上のコミュニティで積極的な自己提示を行う可能性がある。柴田・菅(2012)は大学生を対象にした調査結果から、公的自己意識との関連が想像される「被評価意識・対人緊張」と、携帯電話のメール機能にかかわる依存傾向との間に有意な相関関係があることを報告しており、公的自己意識の高い高校生がSNS上のコミュニティで積極的な自己提示を行いSNSを頻繁に利用したことが、スマートフォンの長時間利用となり依存傾向の強さという結果となった可能性もある。

このようなプロセスで生じるスマートフォン依存

は、LINE等のコミュニケーション系アプリに関連した依存であるが、スマートフォン上で行うゲームへの依存に関しては、現実の自分自身からの逃避(Weinstein, Feder, Rosenberg, & Dannon, 2014)以外に、ゲームに勝利し賞賛を得たいという欲求などが関与している可能性がある。さらに、動画・写真投稿などに関連したスマートフォン上のアプリに依存するプロセスについては、承認欲求の充足など、コミュニケーション系アプリとは異なるプロセスや要因が介在している可能性もある。そのため、スマートフォンに対する依存傾向を研究する際には、コミュニケーション系・ゲーム系などアプリの特性に応じた分析も行う必要がある。

#### 引用文献

- Buss, A. H. 1980 *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco, CA: Freeman.
- Csibi, S., Griffiths, M. D., Cook, B., Demetrovics, Z., & Szabo, A. 2017 The psychometric properties of the smartphone application-based addiction scale (SABAS). *International Journal of Mental Health and Addiction*, **16**(2), 393-403.
- Duval, S., & Wicklund, R. A. 1972 *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. 1975 Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **43**, 522-527.
- Hull, J. G. 1981 Self-awareness model of the causes and effects of alcohol consumption. *Journal of Abnormal Psychology*, **90**, 586-600.
- Hull, J. G., & Young, R. D. 1983a Self-consciousness, self-esteem, and success-failure as determinants of alcohol consumption in male social drinkers. *Journal of Personality and Social Psychology*, **44**, 1097-1109.
- Hull, J. G., & Young, R. D. 1983b The self-awareness reducing effects of alcohol consumption: Evidence and implications. In Suls, J., & Greenwald, A. G. (Eds.), *Psychological perspectives on the self*. vol. 2. Hillsdale, NJ: Erlbaum, pp. 159-190.
- 稲垣俊介・和田裕一・堀田龍也 2016 高校生におけるインターネット依存傾向と学校生活スキルの関連性とその性差 日本教育工学会論文誌, **40**, 109-112.
- Kardefelt-Winther, D. 2014 A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, **31**, 351-354.
- Kwon, J. H., Chung, C. S., & Lee, J. 2011 The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of internet games. *Community Mental Health Journal*, **47**, 113-121.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J. H., & Kim, D. J. 2013 Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS One*, **8**(2), e56936. doi: 10.1371/journal.pone.0056936.
- Li, H., Wang, J., & Wang, L. 2009 A survey on the generalized problematic internet use in Chinese college students and its relations to stressful life events and coping style. *International Journal of Mental Health and Addiction*, **7**(2), 333-346.
- Lin, Y. H., Chang, L. R., Lee, Y. H., Tseng, H. W., Kuo, T. B., & Chen, S. H. 2014 Development and validation of the smartphone addiction inventory (SPAI). *PLoS One*, **9**(6), e98312. doi: 10.1371/journal.pone.0098312.
- Lin, Y. H., Pan, Y. C., Lin, S. H., & Chen, S. H. 2017 Development of short-form and screening cutoff point of the smartphone addiction inventory (SPAI-SF). *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, **26**, e1525.
- Lortie, C. L., & Guitton, M. J. 2013 Internet addiction assessment tools: Dimensional structure and methodological status. *Addiction*, **108**, 1207-1216.
- 三島浩路・黒川雅幸・大西彩子・吉武久美・本庄 勝・橋本真幸・吉田俊和 2016 生徒指導上の問題発生頻度および携帯電話に対する規制と高校生の携帯電話依存傾向の関連—高校教師・高校生を対象にした調査結果から 教育心理学研究, **64**(4), 518-530.
- 岡安孝弘 2015 インターネット依存の心理社会的影響およびリスク要因に関する研究の動向 明治大学心理社会学研究, **11**, 12-45.
- 大野志郎 2016 高校生のネット逃避—抑うつから実害への構造分析 情報通信学会誌, **34**(1), 1-10.
- Petrova, I. V., Efremova, G. I., Belovol, E. V., & Shagurova, A. A. 2015 Deformation of the self-consciousness of adolescents as a consequence of psychological addiction to computer games. *Asian Social Science*, **11**, 240-250.
- 柴田 拓・菅 千索 2012 携帯メール依存が青少年に及ぼす影響について—自己肯定意識・対人依存欲求・社会的スキルとの関係 和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要, **22**, 55-61.
- 菅原健介 1984 自己意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み 心理学研究, **55**, 184-188.
- 戸田雅裕・西尾信宏・竹下達也 2015 新しいスマートフォン依存尺度の開発 日本衛生学雑誌, **70**(3), 259-

263.

- Weinstein, A., Feder, L. C., Rosenberg, K. P., & Dannon, P. 2014 Internet addiction disorder: Overview and controversies. In Rosenberg, K. P., & Feder, L. C. (Eds.), *Behavioral addictions: criteria, evidence, and treatment*. New York: Academic Press, pp. 99-117.
- Yan, W. S., Li, Y., & Sui, N. 2014 The relationship between recent stressful life events, personality traits, perceived family functioning and internet addiction among college students. *Stress Health*, **30**, 3-11.
- Zanetta, D. F., Zermatten, A., Billieux, J., Thorens, G., Bondolfi, G., Zullino, D., & Khazaal, Y. 2011 Motivations to play specifically predict excessive involvement in massively multiplayer online role-playing games: Evidence from an online survey. *European Addiction Research*, **17**(4), 185-189.

(受稿: 2019.7.23; 受理: 2020.1.21)

■スマートフォンに対する依存傾向

- a1 家の中でもスマートフォンを肌身離さず持ち歩く。  
いつも持ち歩く たいいてい持ち歩く 持ち歩くこともある あまり持ち歩かない 持ち歩かない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- a2 特別な目的がなくても、スマートフォンを操作する。  
とても頻繁にする 頻繁にする ときどきする あまりしない ほとんどしない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- a3 深夜でもスマートフォンを操作する。  
とても頻繁にする 頻繁にする ときどきする あまりしない ほとんどしない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- a4 人と話しながら、スマートフォンを操作する。  
とても頻繁にする 頻繁にする ときどきする あまりしない ほとんどしない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- a5 何時間も続けてスマートフォンを操作する。  
とても頻繁にする 頻繁にする ときどきする あまりしない ほとんどしない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- a6 スマートフォンに依存している(スマホ依存)と思う。  
強く思う 思う 少し思う あまり思わない まったく思わない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1

■ライフイベント

- L1 最近約2ヶ月間の学校における学習活動。  
極めて良好 良好 どちらともいえない 良好ではない 極めて良好でない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- L2 最近約2ヶ月間の友人や家族との関係など、自分を取り巻く人間関係。  
極めて良好 良好 どちらともいえない 良好ではない 極めて良好でない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- L3 最近約2ヶ月、趣味として行っている活動や部活動など、学校内外の授業外活動。  
極めて良好 良好 どちらともいえない 良好ではない 極めて良好でない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- L4 最近約2ヶ月間の生活全般。  
極めて良好 良好 どちらともいえない 良好ではない 極めて良好でない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1

■私的自己意識

- S11 ふと、一歩離れた所から自分をながめてみることもある。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S12 しばしば、自分の心を理解しようとする。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S13 他人を見るように自分をながめてみることもある。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S14 つねに、自分自身を見つめる目を忘れないようにしている。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S15 自分がどんな人間か自覚しようとする。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1

■公的自己意識

- S21 自分についてのうわさに関心がある。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S22 人の目に映る自分の姿に心を配る。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S23 自分が他人にどう思われているのか気になる。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S24 他人からの評価を考えながら行動する。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1
- S25 人前で何かをする時、自分のしぐさや姿が気になる。  
非常にあてはまる あてはまる どちらともいえない あてはまらない 全くあてはまらない  
5 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 1