

大学生における SNS 使用状況と連帯感、 社会関係資本、人生に対する積極的態度との関連 LINE, Twitter, Instagram を検討材料として

Relationship between SNS use, feeling of solidarity, social capital,
and positive attitudes toward life among University students
Use LINE, Twitter, Instagram as consideration

飯 田 昭 人*
Akihito IIDA

要 旨

本研究では213名の学生を対象に、3つのSNSであるLINE, Twitter, Instagramの使用時間と、連帯感、各SNSでの社会関係資本（互酬性と信頼性）及び人生に対する積極的態度に及ぼす影響を検討することを目的とした。

3つのSNSのうち、LINEの使用時間とLINE及びInstagramの連帯感、LINE及びInstagramの互酬性、Instagramの信頼感、人生に対する積極的態度尺度のうちの「夢・目標尺度」「向上心尺度」「肯定的尺度」との間に正の相関が認められた。一方、Twitterの使用時間とTwitterの連帯感に正の相関が認められるとともに、人生に対する積極的態度尺度のうちの「夢・目標尺度」「向上心尺度」「肯定的尺度」「時間重視尺度」との間に負の相関が認められた。最後に、Instagramの使用時間とInstagramの連帯感に正の相関が認められた。つまり、3つのSNSの使用時間にはそれぞれ異なる影響が認められた。

また、人生に対する積極的態度尺度の5つの尺度をそれぞれ従属変数とした重回帰分析の結果からは、「夢・目標尺度」「向上心尺度」「肯定的尺度」「自分らしさ尺度」の4つに対して、Instagramの連帯感が正の影響を及ぼしたことから、Instagramにおける連帯感が人生に対する積極的態度に影響を与えていることが示唆された。

キーワード：SNSの使用時間、連帯感、社会関係資本（互酬性と信頼性）、
人生に対する積極的態度、LINE, Twitter, Instagram

問題と目的

子どもや青年期の人間にとって，SNSの存在はもはや必要不可欠のツールと考えられる。だが，樋口（2019）は医師の立場からの過度な使用に対して警鐘を鳴らし，また竹内（2014）は中学校教諭の経験からもスマートフォン使用における生徒指導・教育相談についての教師の対応を述べており，主にSNSの負の側面に言及している。

私自身も警察心理職の経験から，インターネットやメール，SNSについての講演を行う機会があり，主催者側からは，「いかにSNSが子どもにとって有害であるのか」を話してほしいという依頼が多く，参加している保護者の多くからも「SNSばかりしていて困る」という話をよく聞く。

だが，情報化社会が到来し，インターネットの利用がパソコンだけではなく，スマートフォンでも容易に行われるようになってきた現在，インターネットの使用状況が心理的影響に及ぼす研究の見聞も多くなってきている（たとえば，藤・吉田，2009）。

都築たち（2018）は，「LINE，Twitter，InstagramなどのSNSは，大学生の対人関係において重要なものになっている」と述べている。

桂（2018）は，大学生500名を対象に，2時点でのパネル調査を行い，LINEの使用がLINEでの社会関係資本及びレジリエンスに及ぼす影響を検討し，その結果として次の2点を報告した。①LINEの使用量がLINEでの互酬性を高め，LINEの使用量，所属感がLINEでの信頼感を高める効果が認められたことから，LINEの使用がLINEでの社会関係資本を高める可能性があるといえること。②LINEでの互酬性がレジリエンスを高める効果が認められたことから，LINEでの社会関係資本の一部はレジリエンスを高める可能性があるといえ，LINEの使用がLINEでの社会関係資本を醸成し，LINEでの社会関係資本が高いほど，使用者のレジリエンスが高まること。

本研究は，桂（2018）の枠組みを一部援用し，LINE，Twitter，Instagramの使用時間と，連帯感，社会関係資本（互酬性と信頼性），人生に対する積極的態度についての関連を明らかにし，各SNSのツールの特徴の違いによって，連帯感や社会関係資本，青年期特有の人生における積極的態度がどう変化するのかを検討するものとする。

方法

1. 調査協力者

北海道内の2大学の学生213名を分析対象とした。対象者の性別，年齢，学年，居住形態の内訳はFigure 1, 2, 3, 4のとおりである。

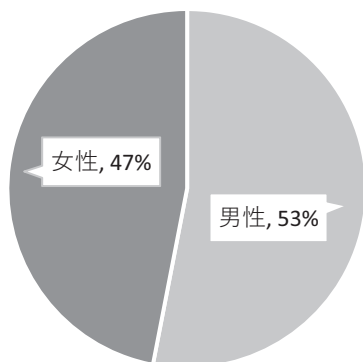


Figure 1 性別

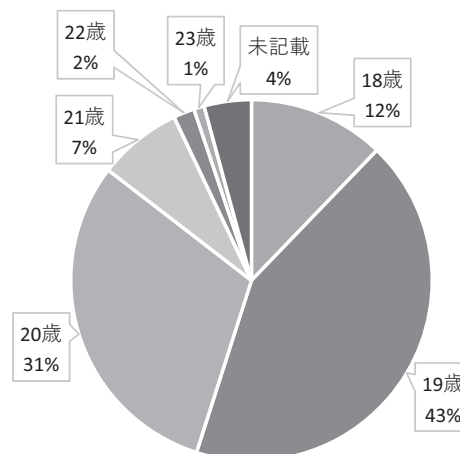


Figure 2 年齢

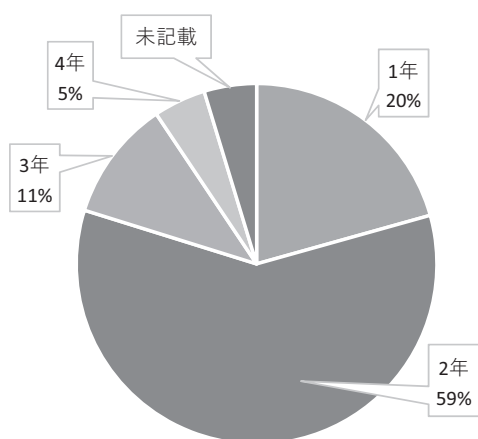


Figure 3 学年

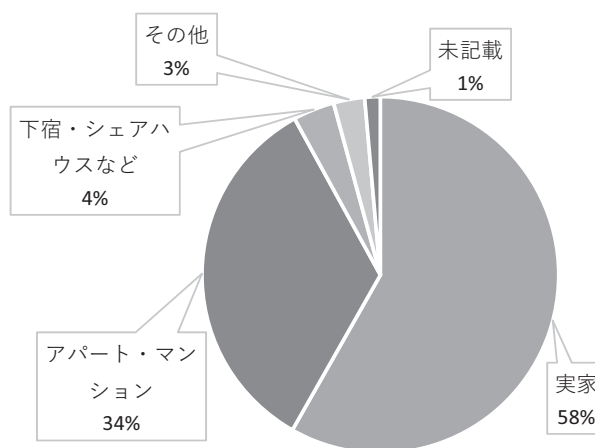


Figure 4 暮らしの形態

2. 手続き・調査内容

2-1 手続き

講義中に質問紙調査を配布，実施した。研究の趣旨を説明し，同意の得られた学生を対象とした。

2-2 調査内容

2-2-1 対象者の基本属性

対象者の性別 (Figure 1)，年齢 (Figure 2)，学年 (Figure 3)，居住形態 (Figure 4)。

2-2-2 各SNS (LINE, Twitter, Instagram) の利用実態

桂 (2018) を参考に，①各SNSの使用の有無，②各SNSの使用時間，③各SNS使用時の困った経験。ただし，Twitterに関しては，アカウントの数も尋ねた。

2-2-3 各SNS (LINE, Twitter, Instagram) による連帯感

桂 (2018) が作成したものをを用いた。各SNS (LINE, Twitter, Instagram) による連帯感に関する4項目 (「LINE (Twitter, Instagram) により，人のつながりが感じられる」他3項目)。

2-2-4 各SNS (LINE, Twitter, Instagram) での社会関係資本

桂 (2018) が池田 (2005) を参考に作成した①各SNS (LINE, Twitter, Instagram) での互酬性に関する3項目 (「LINE (Twitter, Instagram) を用いてやりとりを行っている場面を想定して，人を助ければ，いずれ人に助けられると思う」他2項目)，②各SNS (LINE, Twitter, Instagram) での信頼感に関する3項目 (「LINE (Twitter, Instagram) を用いてやりとりを行っている場面を想定して，一般的に人は信頼できるものだと思う」他2項目)。

2-2-5 青年期における人生に対する積極的態

海老根 (2010) の青年期における人生に対する積極的態尺度25項目を用いた。下位尺度は，「目標・夢」5項目，「向上心」4項目，「肯定的」7項目，「時間重視」6項目，「自分らしさ」3項目であり，「1. 全くそう思わない」から「5. とてもそう思う」の5件法で尋ねた。

2-3 倫理的配慮

本調査に関して，データは統計的に処理されるため，学生個人の情報が特定されることはないこと，回答しないことや中断することによって，回答者に何らかの不利益が生じることがないことを調査用紙に明示するとともに口頭でも伝えた。調査用紙表紙への記入をもって参加協力の意思を確認した。

なお，本研究の実施にあたり，北翔大学の研究倫理委員会の承認を得た。

結果と考察

1. 尺度の検討

調査対象者の各SNS (LINE, Twitter, Instagram) による連帯感，各SNS (LINE, Twitter, Instagram) での互酬性と信頼感，青年期における人生に対する積極的態の5因子の各得点の平均値 (M)，標準偏差 (SD)，クロンバックの α 係数の値をTable 1に示す。

α 係数においては，「LINEでの信頼感」が.69とやや低めであったものの，それ以外は $>.70$ であったことから，十分な信頼性を得られたと考える。

Table 1 各変数の M , SD , α

	M	SD	α
LINEによる連帯感	13.96	3.85	.83
Twitterによる連帯感	12.53	4.79	.91
Instagramによる連帯感	11.54	5.08	.95
LINEでの互酬性	8.30	1.89	.79
Twitterでの互酬性	7.66	2.19	.85
Instagramでの互酬性	6.94	2.39	.90
LINEでの信頼感	7.68	1.89	.69
Twitterでの信頼感	6.19	1.95	.71
Instagramでの信頼感	6.60	2.24	.85
人生に対する積極的態度尺度			
目標・夢尺度	18.77	4.29	.86
向上心尺度	14.37	3.58	.85
肯定的尺度	26.67	5.93	.90
時間重視尺度	20.47	5.05	.85
自分らしさ尺度	11.47	2.69	.79

2. 変数間の関連性

各SNS (LINE, Twitter, Instagram) の使用時間, 各SNS (LINE, Twitter, Instagram) の連帯感, 各SNS (LINE, Twitter, Instagram) での社会関係資本 (互酬性と信頼性), 青年期における人生に対する積極的態度尺度の下位尺度である「目標・夢尺度」「向上心尺度」「肯定的尺度」「時間重視尺度」「自分らしさ尺度」を変数として, ピアソンの積率相関係数を求め相関分析を行った (Table 2)。

2-1 LINEについて

3つのSNSのうち, LINEの使用時間とLINE及びInstagramの連帯感 (前者は $r=.22$, $p<.01$, 後者は $r=.26$, $p<.01$), LINE及びInstagramの互酬性 (前者は $r=.14$, $p<.05$, 後者は $r=.22$, $p<.01$), Instagramの信頼感 ($r=.14$, $p<.05$), 人生に対する積極的態度尺度のうちの「夢・目標尺度 ($r=.16$, $p<.05$)」「向上心尺度 ($r=.15$, $p<.05$)」「肯定的尺度 ($r=.14$, $p<.05$)」との間に弱い正の相関が認められた。

すなわち, LINEの使用時間とLINEおよびInstagramによる「つながり (連帯感)」との間に弱い関連が認められた。青年期の人間にとって, LINEの使用によって, LINE及びInstagram上における「つながり」を形成していることが示唆された。またLINEの使用時間と社会関係資本であるLINE及びInstagramの互酬性, Instagramの信頼性に弱い関連が認められた。この結果から, LINEの使用時間がLINE及びInstagramの社会関係資本を一部

高める可能性がある」と推測できる。LINEは、比較的近い者同士のやりとりで関係形成が促進されるツールであることから、親密な対人関係が形成されやすい。ただ、本研究では、LINEの使用時間とLINEの信頼感には関連を認めることができなかったが、LINEの使用時間とInstagramの信頼感に関連が認められたことから、LINEでつながっている人と、Instagramでつながっている人に重なりが多く、特定者間の中で信頼感が高まったと考えた。また、LINEの使用時間とLINEの互酬性についての関連については、桂（2018）は「個人やグループでのトーク機能の利用により、集団内で互酬性の規範が形成され、LINEでの互酬性への期待が高まり、互酬性が高まる可能性が考えられる」と述べており、そのような結果が反映されたと考えた。

2-2 Twitterについて

一方、Twitterの使用時間とTwitterの連帯感に正の相関が認められるとともに ($r = .25$, $p < .01$)、Instagramの連帯感と負の相関が認められた ($r = -.18$, $p < .05$)。また、人生に対する積極的態度尺度のうちの「目標・夢尺度 ($r = -.17$, $p < .05$)」「向上心尺度 ($r = -.19$, $p < .01$)」「肯定的尺度 ($r = -.19$, $p < .01$)」「時間重視尺度 ($r = -.26$, $p < .01$)」との間で弱い負の相関が認められた。

すなわち、Twitterの使用時間と、Twitterによるつながり（「連帯感」）との間に弱い関連が認められ、Twitterという不特定多数の人間とのやりとりによって、Twitterでの「つながり（連帯感）」を形成していることが示唆された。また、Twitterの使用時間と、人生に対する積極的態度の4尺度に弱い負の関連が認められていることは、Twitterの性質が、人生の積極的態度形成に弱いながらも負の影響をおよぼしている、もしくは人生に対する積極的な態度の「夢・目標尺度」「向上心尺度」「肯定的尺度」「時間重視尺度」を重視することはTwitterの使用時間を少なくしていることが示唆されよう。

2-3 Instagramについて

最後に、Instagramの使用時間とInstagramの連帯感に正の相関が認められた ($r = .33$, $p < .01$)。

Instagramは、「インスタ映え」という言葉に代表されるように、おしゃれな画像をアップし近い人間とやりとりする側面と、有名人等のさまざまな画像を見たりコメントしたりする側面のもつツールである。

Instagramの使用によって、Instagram上での「つながり（連帯感）」を形成していることが示唆された。

Table 2 各変数間の相関

	LINEの 使用時間	Twitterの 使用時間	Instagram の使用時間	LINEによ る連帯感	Twitterによ る連帯感	Instagram による連帯感	LINEでの 互酬性	Twitterでの 互酬性	Instagram での互酬性	LINEでの 信頼感	Twitter での信頼感	Instagram での信頼感	目標・夢 尺度	向上心 尺度	肯定的 尺度	時間重 視尺度	自分らし さ尺度
LINEの 使用時間	1																
Twitterの 使用時間	.08	1															
Instagram の使用時間	.46**	.10	1														
LINEに よる連帯感	.22**	-.07	.02	1													
Twitterに よる連帯感	.07	.25**	.01	.49**	1												
Instagram による連帯感	.26**	-.18*	.33**	.58**	.39**	1											
LINEで の互酬性	.14*	-.08	-.07	.37**	.20**	.22**	1										
Twitterで の互酬性	.10	.07	-.11	.28**	.44**	.16*	.59**	1									
Instagram での互酬性	.22**	-.14	.10	.28**	.12	.48**	.62**	.55**	1								
LINEでの 信頼感	.09	-.05	-.01	.44**	.22**	.32**	.57**	.38**	.44**	1							
Twitterで の信頼感	.09	-.03	-.02	.31**	.34**	.25**	.41**	.54**	.47**	.57**	1						
Instagram での信頼感	.14*	-.11	.11	.39**	.15*	.53**	.45**	.27**	.61**	.61**	.65**	1					
目標・夢 尺度	.16*	-.17*	-.01	.32**	.09	.31**	.23**	.12	.18*	.26**	.14*	.28**	1				
向上心 尺度	.15*	-.19**	.05	.27**	.02	.30**	.20**	.07	.17*	.22**	.12	.26**	.82**	1			
肯定的 尺度	.14*	-.19**	.05	.35**	.14*	.41**	.32**	.17*	.27**	.34**	.25**	.31**	.82**	.79**	1		
時間重視 尺度	.11	-.26**	.02	.24**	.03	.30**	.16*	-.01	.16*	.15*	.12	.25**	.76**	.80**	.77**	1	
自分らし さ尺度	.04	-.07	.05	.18**	.03	.25**	.15*	.03	.14*	.21**	.11	.23**	.65**	.67**	.67**	.66**	1

*p<.05, **p<.01

3. 青年期における人生に対する積極的態度尺度に影響をおよぼす要因

青年期における人生に対する積極的態度の各5つの尺度を従属変数とし，各SNS（LINE，Twitter，Instagram）の使用時間，各SNS（LINE，Twitter，Instagram）の連帯感，各SNS（LINE，Twitter，Instagram）での社会関係資本（互酬性と信頼性）を独立変数として，強制投入法による重回帰分析を行った（Table 3，4，5，6，7）。

3-1 人生における積極的態度尺度（夢・目標尺度）について

夢・目標尺度に対して，LINEの使用時間（ $\beta = .21$ ， $p < .01$ ），LINEによる連帯感（ $\beta = .20$ ， $p < .05$ ），Instagramによる連帯感（ $\beta = .27$ ， $p < .05$ ）が正の影響を及ぼした。そして，Instagramの使用時間が負の影響を及ぼすことが示された（ $\beta = -.21$ ， $p < .05$ ）。

この尺度は「目標や夢を持つとする態度」であるが，LINEの使用時間とLINE及びInstagramによる連帯感がこの態度に正の影響を及ぼしているということは，「夢に向かって進もうとしている」「人生において何かを達成しようとしている」という青年期の人間にとって，LINEの使用，LINEおよびInstagramでの「つながり（連帯感）」は少なからず影響していることが言える。既知の人間とのやり取りやつながりを形成するこれらの行為によって，目標や夢を持つとする態度が形成されることが示唆された。だが，Instagramの使用時間とはこの態度に負の影響を及ぼしていることが認められたのは，長時間の好きな画像を見続けたり，自分のお気に入りの画像をアップし続けたりする行為が「目標や夢を持つとする」ことからの逃避的意味合いを表しているかもしれないと考えた。

Table 3 夢・目標尺度を従属変数とした重回帰分析結果

	<i>B</i>	<i>SE</i>	β
独立変数			
LINEの使用時間	0.56	0.21	.21**
Instagramの使用時間	-0.48	0.20	-.21*
LINEによる連帯感	0.25	0.12	.20*
Instagramによる連帯感	0.25	0.10	.27*
R ²	.32***		

従属変数：人生における積極的態度尺度（夢・目標尺度）
* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

3-2 人生における積極的態度尺度（向上心尺度）

向上心尺度に対して，Instagramによる連帯感が正の影響を及ぼした（ $\beta = .25$ ， $p < .05$ ）。

この尺度は「自己を向上させようとする尺度」であるが，Instagramによる連帯感がこの態度に影響を及ぼしているということは，「日々自分自身を向上させようとしている」「自分が成長するように日々を過ごしている」という青年期の人間にとっ

Table 4 向上心尺度を従属変数とした重回帰分析結果

	<i>B</i>	<i>SE</i>	β
独立変数			
Instagramによる連帯感	0.19	0.09	.25*
R ²	.25***		

従属変数：人生における積極的態度尺度（向上心尺度）
* $p < .05$ ，*** $p < .001$

て、Instagramでの「つながり（連帯感）」は少なからず影響していることが言える。自分が良いと思うもの、大切にしているものを画像でアップする行為やそれらを承認してもらえること、身近な人や有名人の素敵な画像を見たりそれにコメントしたりする行為によって、自己を向上させようとする意識が形成されることが示唆された。

3-3 人生における積極的態尺度（肯定的尺度）

肯定的尺度に対して、Instagramによる連帯感 ($\beta = .39, p < .001$), LINEでの互酬性 ($\beta = .24, p < .05$) が正の影響を及ぼした。

この尺度は「人生を肯定的に捉えようとする態度」であるが、Instagramによる連帯感、LINEでの互酬性がこの態度に影響を及ぼしているということは、「毎日毎日を楽しもうとしている」「期待を持って生きようとしている」「明るい未来を信じようとしている」という青年期の人間にとって、Instagramの「つながり（連帯感）」と、LINEでの互酬性は少なからず影響していることが言える。

Instagramの「つながり（連帯感）」については3-2で述べてきたことだが、Instagramによって「つながり」を形成していくことは、自分のことをわかってもらえたり、周囲をわかろうとしたりすることになり、それらの営みが人生を肯定的に捉えようとする態度の形成につながるのだと考える。

また、LINEでの互酬性については、身近で近い人間とのやりとりによって協力行動が増加すると考えられる。桂（2018）も「LINEでの互酬性は、社会資源やソーシャルサポートのやり取り等によって、LINE上で多く見られる。（中略）LINEにおいても、互酬性への期待から協力行動が促進し、サポートや資源がより得られる結果、レジリエンスが高まるのではないかと考えられる」と指摘し、これらの知見が人生を肯定的に捉えようとする態度の形成に影響をおよぼすことが示唆された。

Table 5 肯定的尺度を従属変数とした重回帰分析結果

	<i>B</i>	<i>SE</i>	β
独立変数			
Instagramによる連帯感	0.51	0.14	.39***
LINEでの互酬性	0.87	0.37	.24*
R^2	.32***		

従属変数：人生における積極的態尺度（肯定的尺度）

* $p < .05$, *** $p < .001$

3-4 人生における積極的態尺度（時間重視尺度）

時間重視尺度に対して、Twitterでの互酬性が負の影響を及ぼした ($\beta = -.26, p < .05$)。

この尺度は「時間を大切にしようとする態度」であるが、Twitterでの互酬性がこの態度に負の影響を及ぼしているということは、「時間を大事に使おうとしている」「無駄のない日々を過ごそうとしている」「意味のある時間の使い方をしようとしている」という青年期の人間にとって、マイナスの意味合いをもたらしているといえよう。Twitterとは、LINEや

Instagram のようなほぼ実名で行うものとは違い，匿名性の中で自分のツイート（つぶやき）を発信したり，不特定多数のツイート（つぶやき）を閲覧したりするものである。このような Twitter における互酬性を考えると，LINE や Instagram の互酬性のような協力行動のようなものよりも，同調性が形成されているのではないだろうか。暇つぶしを埋める同調性が時間を大切にしようとする態度に負の影響を及ぼしていることが示唆された。

Table 6 時間重視尺度を従属変数とした重回帰分析結果

	B	SE	β
独立変数			
Twitter での互酬性	-0.62	0.28	-.26*
R ²	.26***		

従属変数：人生における積極的態度尺度（時間重視尺度）
*p<.05, ***p<.001

3-5 人生における積極的態度尺度（自分らしさ尺度）

自分らしさ尺度に対して，Instagram による連帯感が正の影響を及ぼした ($\beta = .33, p < .01$)。この尺度は「自分らしさを重視しようとする態度」であるが，Instagram による連帯感がこの態度に影響を及ぼしているということは，「自分らしく生きようとしている」「人に流されずに生きようとしている」という青年期の人間にとって，Instagram の「つながり（連帯感）」は少なからず影響していることが言える。

すでに，3-2 と 3-3 で述べてきているが，Instagram における「つながり（連帯感）」が自分らしさを重視しようとする態度に影響を与える理由としては，自分で撮影した画像を公開するというオリジナリティの行為に対して周囲からの賞賛を得るという一連の営みで自分に自信がもてるようになること，また，有名人などのセンスの良い画像を見て，自分も自分にしかないオリジナリティを磨こうとすることなどが，この態度に影響を及ぼしていると考えた。

Table 7 自分らしさ尺度を従属変数とした重回帰分析結果

	B	SE	β
独立変数			
Instagram による連帯感	0.18	0.07	.33**
R ²	.14*		

従属変数：人生における積極的態度尺度（自分らしさ尺度）
*p<.05, **p<.01

3-6 まとめ

人生に対する積極的態度尺度の 5 つの尺度をそれぞれ従属変数とした重回帰分析の結果からは，「夢・目標尺度」「向上心尺度」「肯定的尺度」「自分らしさ尺度」の 4 つに対して，Instagram の連帯感が正の影響を及ぼした。調査対象者である大学生にとって，Instagram はよく用いられているツールであるだけでなく，青年期における人生に対する積極的態度尺度に大きな影響を及ぼしていることがうかがえた。

海老根（2010）が作成したこの尺度は，他世代と比較し青年期において特徴的であることが

謳われている。この青年期の人間において、Instagramの使用が重要な意味を持つことを指摘できる。Instagramは単に「かわいい」ものをアップし、「インスタ映え」を意識するだけにとどまらず、Instagramにおけるやり取り全般において、特に「つながり（連帯感）」を意識している人間は、青年期における自分の人生に対する肯定的心理を増加することが認められた。

お わ り に

本研究の発端にあった、SNSの使用がもたらす人間の心理的影響について、否定的側面ばかりでなく特に肯定的側面を明らかにすべく取り組んできた。

本結果からは、LINEやInstagramとTwitterの使用において、連帯感や社会関係資本、人生に対する積極的態度にそれぞれ異なる結果が認められた。LINEやInstagramはほぼ実名に近いやり取りで、近い人との建設的なやり取りが促進される一方、Twitterは匿名性のやり取りが多く、建設的なやり取りというよりも、一方的つぶやきが多かったり、匿名による攻撃的なつぶやきなども見られたりすることから、SNSというツールでも、その特徴は異なるものであると言えよう。

特にInstagramにおいては、人生に対する積極的態度に影響を及ぼすことを明らかにすることができた。

今後の課題としては、性差による違いを明らかにすることや、他の心理的影響についても関連を調べることで、青年期の人間においてSNSがどういう意味をもたらしていくのかを明らかにしていきたい。

文 献

1. 海老根理絵（2010）青年期における人生に対する積極的態度に関する研究－KJ法による検討と尺度の構成を中心として，東京大学大学院教育学研究科紀要，50，149-158
2. 藤 桂・吉田富二雄（2009）インターネット上での行動内容が社会性・攻撃性に及ぼす影響：ウェブログ・オンラインゲームの検討より，社会心理学研究25（2），121-132
3. 濱野佐代子・浦田 悠（2016）SNS利用が大学生の人生の意味と人生満足度に与える影響，帝京科学大学紀要第12巻75-81
4. 樋口 進（2019）Q&Aでわかる子どものネット依存とゲーム障害，少年写真新聞社
5. 飯田昭人（2018）講演録 SNSに依存する子どもの心理と社会的背景について，人権のひろば 21（5），16-19
6. 桂 瑠以（2018）LINEの使用が社会関係資本及びレジリエンスに及ぼす影響の検討，情報メディア研究16（1），32-40
7. 澤井智哉・福岡欣治（2018）大学生のインターネット利用動機とインターネット依存傾向の関係－自己制御および孤独感との交互作用を含めて－，川崎医療福祉学会誌28巻1－1号，77-87

12 飯田：大学生におけるSNS使用状況と連帯感，社会関係資本，人生に対する積極的態との関連

8. 高橋尚也・伊藤綾花（2016）SNS利用における青年の対人関係特性－TwitterとLINE利用時の行動に注目した検討－，立正大学心理学研究所紀要 第14号，39-50
9. 竹内和雄（2014）スマホ時代に対応する生徒指導・教育相談，ほんの森出版
10. 都築 学・宮崎伸一・村井 剛ほか（2018），大学生におけるSNS利用時における心理的ストレスの研究－LINE，Twitter，Instagramの比較を通じて－中央大学保健体育研究所紀要（36），33-59
11. 都築 学・宮崎伸一・村井 剛ほか（2017）大学生におけるLINEやTwitterの利用目的とその心理についての研究 中央大学保健体育研究所紀要（35），3-32