

研究ノート

女子学生の携帯電話によるメール中毒状況とその心理的特徴(第2報)

—女子大学生と看護学生との比較—



甘佐京子、藤田きみゑ、牧野耕次、比嘉勇人

滋賀県立大学人間看護学部

研究の背景 携帯電話によるメール(以下メールと略す)交換は、若者のコミュニケーションを支える重要な手段であり、寸暇を惜しんでメールを打つ姿は一種の社会現象にも成りつつある。しかし、インターネット中毒と同様にメール交換に傾倒している若者の心理的特徴については国内外においてほとんど報告されていないのが現状である。

目的 電子メールの中心的使用者である若者のメール使用状況や心理的特徴を明らかにすることを前提とし、コミュニケーションが重要な技術となる看護職を目指す3年過程の看護学生(以下、看護学生とする)と4年制の女子大学生(以下、女子大学生とする)を対象に調査を実施し結果の比較検討を行った。

研究方法 対象：S県内の看護短期大学生109名(回収率99%)および、S県内の4年制女子大学生244名(回収率92.7%)。調査方法：自記式質問紙を用いた自己報告法、プロフィールおよび、メール中毒度テスト6)、ならびにMMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) より抜粋した不安(A)、顕在性不安(MAS)、依存(Dy)尺度による心理測定を実施した。分析方法：量的分析、統計処理には統計ソフトSPSS10Jを使用した。

倫理的配慮：研究の趣旨を文章にて説明し、プライバシーの保護に努めた。

結果 両群のメール中毒度および心理テストの得点の平均を比較すると、メール中毒度、MAS、A、Dy いずれも看護学生が上回り有意差を認めた。また、メール中毒度とメール交換の人数(以下、人数と略す)・メールの回数(以下、回数と略す)・メールの使用時間(以下、時間と略す)は、両群共に正の相関を認めた。さらに、両群と回数、時間について、 χ^2 検定では双方にいずれも有意差を認め、回数、使用時間ともに看護学生の方が上回る結果となった。回数・人数・時間と中毒度および各心理テスト得点の多重比較では、女子大学生には、メール中毒度のみ有意差を、看護学生は、心理尺度にも一部有意差が認められた。

考察 看護学生は活用状況が活発であり、他者とのコミュニケーションを取る上で時間的・空間的な制約がより生じやすいことが推測できる。また、結果より特に回数と時間はメール中毒の重要な指標となることが第1報に続き再度確認することができた。さらに、回数が当事者の心理状況に何らかの影響を与えている可能性があり、今後その関係性を明らかにするべく、調査・検討を行なうことが重要な課題である。

結論 看護学生の方が大学生よりメールを活用しており、全体に不安傾向が強い。回数はメール中毒とも強い相関を持ちメール中毒の重要な指標である。

キーワード 携帯電話、電子メール、メール中毒、不安・顕在性不安・依存尺度

1. はじめに

携帯電話の普及率は世界的にも年々増加しており、日

本も欧州とほぼ変わらない普及率(人口普及率64.4%)を示している(電子情報技術産業協会調べ)。また、使用者の1/4は20代の若者という調査結果も出ている¹⁾。携帯電話は、1980年代にビジネスマンの仕事上のアイテムとして出現したにもかかわらず、今では若者のコミュニケーションを支える重要な手段と成りつつある。中でも携帯電話によるメール(以下メールと略す)交換は、対人関係を伴わずに文字で自由に表現できるその一方で、向き合っ

2004年1月15日受付、2004年2月25日受理
連絡先：甘佐京子

滋賀県立大学人間看護学部
住 所：滋賀県彦根市八坂町2500
tel : 0749-28-8636 fax : 0749-28-9505
e-mail : aursc@nurse.usp.ac.jp

て会話を交わすという機会を着実に減らせていると考えられる。メールの中心的使用者である若者のメール使用

状況や心理的特徴を明らかにすることを前提とし、3年過程の看護学生(以下、看護学生とする)と4年制の女子大学生(以下、女子大学生とする)を対象に調査を実施した。そこで、対人関係を伴う看護職をめざす看護学生と女子大学生とでは、メールの活用状況や活用者の心理的な特徴について、同年代の女性としての共通性および、相違性を明らかにするために比較検討を行った。

II. 研究方法

- 1.調査協力者：調査に同意が得られた、S県内の看護短期大学生1回生～3回生116名(回収率99%)および、S県内の4年制女子大学生1回生～3回生245名(回収率92.7%)。
- 2.調査方法：自記式質問紙を用いた自己報告法。学生の携帯電話及びメールに関するプロフィールおよび、The Health Resource Networkに掲載されたインターネット中毒チェックテストを基にしたメール中毒度テスト(表1)、三京房新日本版 Minnesota Multiphasic Personality Inventory(以下MMPIと略す)より抜粋した不安 Anxiety Scale (以下Aと略す)、顕在性不安 Manifest Anxiety Scale (以下MASと略す)、依存 Dependency Scale (以下Dyする)尺度による心理測定

表1 メール中毒チェックリスト

1. 適当な時間でやめようと思っても、つい長時間メールをしてしまう
2. メールをする時間を自分でなかなかコントロールできない
3. 友人や家族からメールをする時間を減らすように注意される
4. メールができない日が数日も続くのは耐えられない
5. メールのやりすぎで、仕事に支障が生じたり人間関係に日々が入ったことがある
6. 今日1日くらいメールを送らないでおうと思ってもつい手が出てしまう
7. メールが無くなったら生き甲斐や人生の喜びが損なわれる
8. メールのために電話代がかさみ、自分でもどうしようかと思っている
9. メールを送っていないと友人関係が構築できない
10. 電車やバスなどの公共の場でもメールをしてしまう

あてはまる数が、7個以上…メール中毒 5. 6個…今後中毒に進行する可能性が高い 4個…中毒に進行する可能性は5分5分 3個以下…中毒傾向は認められない

を実施した。

尚、本研究においてメール中毒チェックテストの信頼性係数は $\alpha = 0.99$ であり信頼性が確保された。

3.分析方法：量的分析。統計処理として、 χ^2 検定、スピアマンの相関係数、および一元配置分散分析による多重比較を行った。

4.倫理的配慮：研究の趣旨を文章にて説明し、学生生活において協力の是非による不利益は一切生じないことを

伝えた。また、プライバシーを保護するためにアンケート用紙は無記名とした。

III. 結果

1. 調査協力者のプロフィールおよび携帯電話・メール使用の状況

調査協力者のプロフィール及び携帯電話の使用状況は表2の通りであった。学生の平均年齢は、看護学生が 19.7 ± 1.46 歳(mean \pm SD)、女子大学生が 19.9 ± 1.14 歳であった。また、居住状況は、一人暮らしの学生が看護学生では、38名34.2%に対し女子大学生は141名57.6%と約六割弱を占めた。また、電話料金の支払いについては双方共に親による支払いが6割を超えていた(図4)。携帯電話の所持率は97.3~100%とほぼ全員が所持しており、その中でメール機能を活用しているのは看護学生が108名100%、女子大学生が244名96.6%であった。なお、メールの使用状況、メール中毒度および心理尺度に関する分析については、メール機能を活用している学生のみを対象にした。

表2 調査協力者のプロフィール

		看護学生 (n=111)	女子大学生 (n=245)
年 齢		19.7 \pm 1.46歳 (M \pm SD)	19.9 \pm 1.14歳 (M \pm SD)
居住状況	家族と同居	70名(63.1)	100名(40.8)
	一人暮らし	38名(34.2)	141名(57.6)
	友人と同居	2名(1.8)	3名(1.2)
	その他	1名(0.9)	1名(0.4)
携帯電話 の所持	有 り	108名(97.3)	245名(100)
	メール機能 の活用	有108名(100) 無 0名(0)	有244名(99.6) 無 1名(0.4)
	無 し	3名(2.7)	無 0名(0)

メール機能の使用状況(図1, 2, 3)については、メールの交換回数、メールに使用する時間において χ^2 検定にて有意差($p < 0.05$)を認めた。メールの回数21回~30回以上の者では女子大学生が9.4%に対し看護学生は18.4%と2倍の割合を占めた。メールの使用時間では女子大学生の55.6%が30分未満であるのに対し、看護学生の57.6%が30分以上3時間未満の範囲と回答していた。

2. メール中毒度と心理尺度

メール中毒度については図5に示した通りである。女子大学生の192名(78.7%)、看護学生の70名(64.8%)に中毒傾向は認められなかった。また、中毒傾向が高まるにつれて、各段階における割合は看護学生が女子大生を上

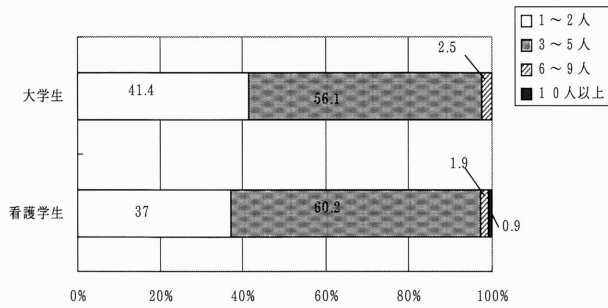


図1 メール交換人数の比較

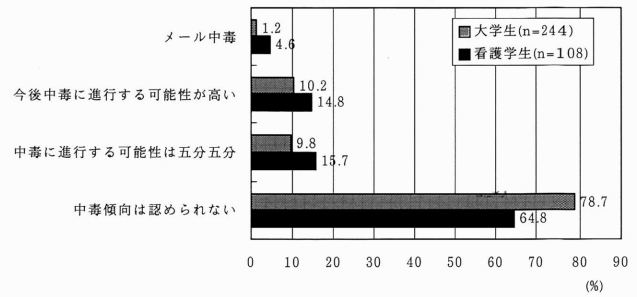


図5 メール中毒度比較

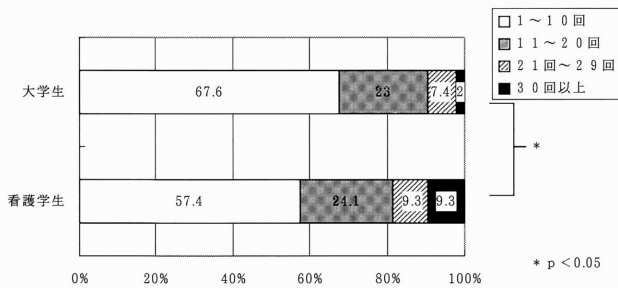


図2 メールの交換回数の比較

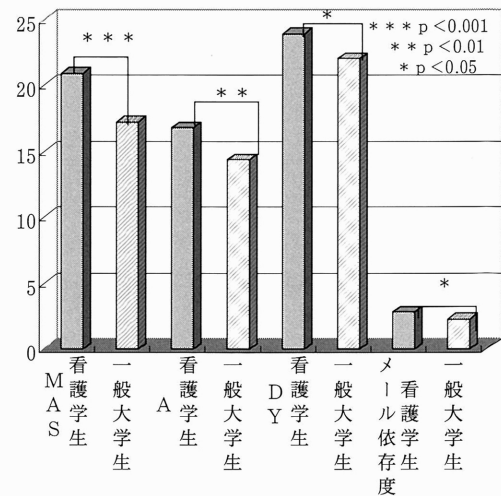


図6 心理尺度得点及びメール中毒度の比較

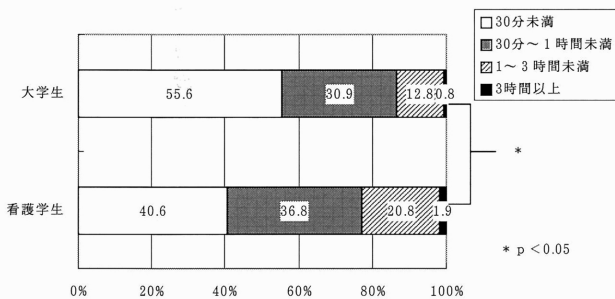


図3 メールに使用する時間の比較

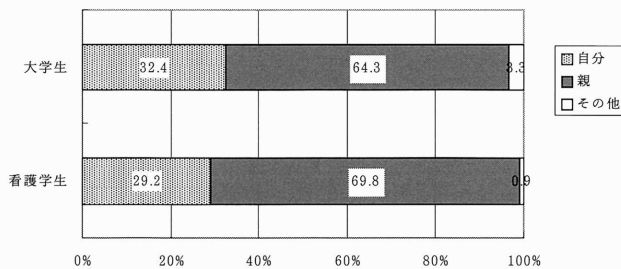


図4 電話料金の主な支払者

回る結果であった。

看護学生、女子大学生の二群間のメール中毒度および心理テストの得点の平均を比較すると、メール中毒度($p < 0.05$)、および心理尺度のMAS($p < 0.001$), A($p < 0.01$), Dy ($p < 0.05$)の尺度得点はいずれも看護学生が女子大学生を上回り有意差を認めた(図6)。また、メール中毒度とメール交換の人数・メールの回数・メールの使用時間は、看護学生・女子大学生共に正の相関を認め、特にメール交換の回数は女子大学生($\gamma = 0.42, p < 0.01$)・看護学生($\gamma = 0.45, p < 0.01$)両群ともに強い正の相関が見られた(表3)。続いて、メールの回数(表4-①, ②)・人数(表5-①, ②)・時間(表6-①, ②)と中毒度および各心理テスト得点の多重比較では、女子大学生では、それぞれメール中毒度のみ有意差を認めたが、看護学生においては、A・MAS・Dyの心理尺度得点にも一部有意差が認められた。

さらに、メール中毒度の得点と各心理尺度の得点との相関は、女子大学生においてはAとMASにやや弱い正

の相関関係($\gamma = 0.16 \sim 0.19$, $p < 0.05 \sim 0.01$)、DYとの間にやや強い正の相関($\gamma = 0.25$, $p < 0.01$)が認められた。一方看護学生では、全てにおいて相関関係は認めら

表3 メール中毒度とメールの使用状況との相関

メール中毒度との相関	看護学生		女子大生	
	γ	p	γ	p
1日のメール交換の人数	0.2	*	0.22	**
1日のメールの回数	0.45	**	0.42	**
1日のメール使用時間	0.41	**	0.4	**
電話料金	0.45	**	0.14	*

表4-① メール中毒・心理状態とメールの回数との多重比較
女子大学生

	メールの回数	n	平均値	S.D	p
メール依存度	1~10回	165	1.81	1.36	
	11~20回	56	3.13	1.70	
	21~30回未満	18	3.44	1.62	
	30回以上	5	4.40	1.82	
	合計	244	2.29	1.62	
MAS	1~10回	165	17.21	7.75	
	11~20回	56	17.23	6.75	
	21~30回未満	18	15.00	7.58	
	30回以上	5	21.20	3.49	
	合計	244	17.14	7.46	
A	1~10回	165	14.70	7.70	
	11~20回	56	13.59	7.19	
	21~30回未満	18	11.94	7.49	
	30回以上	5	19.50	8.70	
	合計	244	14.30	7.58	
DY	1~10回	165	22.12	7.76	
	11~20回	56	21.80	7.82	
	21~30回未満	18	19.50	8.70	
	30回以上	5	27.60	8.88	
	合計	244	21.97	7.89	

** p<0.001, * p<0.01, * p<0.05

表4-② メール中毒・心理状態とメールの回数との多重比較
看護学生

	メールの回数	n	平均値	S.D	p
メール依存度	1~10回	61	2.21	1.46	
	11~20回	25	2.88	2.20	
	21~29回	10	4.40	1.35	
	30回以上	10	5.10	1.37	
	合計	106	2.85	1.90	
MAS	1~10回	61	22.48	7.86	
	11~20回	25	18.24	7.45	
	21~29回	10	16.90	5.47	
	30回以上	10	22.80	8.40	
	合計	106	20.98	7.85	
A	1~10回	61	18.25	8.47	
	11~20回	25	15.32	8.40	
	21~29回	10	10.60	4.38	
	30回以上	10	18.60	8.30	
	合計	106	16.87	8.39	
DY	1~10回	61	25.26	8.13	
	11~20回	25	22.00	7.99	
	21~29回	10	18.40	6.47	
	30回以上	10	27.20	8.47	
	合計	106	24.03	8.24	

** p<0.001, * p<0.01, * p<0.05

表5-① メール中毒度・心理状態とメール交換の人数との多重比較
女子大学生

	メールの回数	n	平均値	S.D	p
メール依存度	1~2人	101	1.78	1.3	
	3~5人	137	2.69	1.72	
	6~9人	6	1.67	1.86	
MAS	1~2人	101	16.71	7.35	
	3~5人	137	17.43	7.43	
	6~9人	6	17.5	10.88	
	合計	244	17.14	7.46	
A	1~2人	101	13.91	7.11	
	3~5人	137	14.63	7.82	
	6~9人	6	13.17	10.61	
	合計	244	14.3	7.58	
	1~2人	101	21.13	6.9	
	3~5人	137	22.7	8.29	
	6~9人	6	13.17	13	
	合計	244	22	7.88	

** p<0.001, * p<0.01, * p<0.05

表5-② メール中毒度・心理状態とメール交換の人数との多重比較
看護学生

	メールの回数	n	平均値	S.D	p
メール 依存度	1~2人	39	2.36	1.68	* □
	3~5人	64	3.13	2.00	
	6~9人	2	4.00	0.00	
	合計	105	2.86	1.90	
MAS	1~2人	39	23.38	8.37	* □
	3~5人	64	19.61	6.92	
	6~9人	2	23.50	17.68	
	合計	105	21.09	7.81	
A	1~2人	39	19.33	8.03	* □
	3~5人	64	15.48	8.12	
	6~9人	2	20.50	13.44	
	合計	105	17.01	8.30	
	1~2人	39	26.77	8.23	* □
	3~5人	64	22.38	7.72	
	6~9人	2	29.00	12.73	
	合計	105	24.13	8.21	

** p<0.001, * p<0.01, * p<0.05

表6-① メール中毒度・心理状態とメール交換に要する時間との多重比較
女子大学生

	メールの回数	n	平均値	S.D	p
メール 依存度	30分未満	135	1.76	1.35	* □
	30分以上1時間未満	75	2.69	1.52	
	1時間以上3時間未満	31	3.52	1.95	
	3時間以上	2	4.50	0.71	
	合計	243	2.30	1.62	
MAS	30分未満	135	16.55	7.69	
	30分以上1時間未満	75	18.51	6.96	
	1時間以上3時間未満	31	16.55	7.69	
	3時間以上	2	18.00	1.41	
	合計	243	17.16	7.47	
A	30分未満	135	14.00	7.6	
	30分以上1時間未満	75	15.15	7.91	
	1時間以上3時間未満	31	14.03	7.1	
	3時間以上	2	12.00	1.41	
	合計	243	14.32	7.59	
DY	30分未満	135	7.91	7.91	
	30分以上1時間未満	75	7.95	7.94	
	1時間以上3時間未満	31	8.13	8.13	
	3時間以上	2	2.83	2.83	
	合計	243	21.96	7.9	

** p<0.001, * p<0.01, * p<0.05

表6-② メール中毒度・心理状態とメール交換に要する時間との多重比較
看護学生

	メールの回数	n	平均値	S.D	p
メール 依存度	30分未満	43	2.07	1.40	*** ** □
	30分以上1時間未満	41	2.71	1.86	
	1時間以上3時間未満	22	4.14	1.86	
	3時間以上	2	6.50	0.71	
	合計	108	2.81	1.90	
MAS	30分未満	43	23.07	7.49	
	30分以上1時間未満	41	20.10	7.95	
	1時間以上3時間未満	22	17.82	8.03	
	3時間以上	2	18.50	2.12	
	合計	108	20.79	7.90	
A	30分未満	43	18.63	8.41	** □
	30分以上1時間未満	41	17.02	8.73	
	1時間以上3時間未満	22	12.14	6.90	
	3時間以上	2	16.50	2.12	
	合計	108	16.66	8.45	
DY	30分未満	43	25.63	8.34	* □
	30分以上1時間未満	41	23.83	8.54	
	1時間以上3時間未満	22	19.73	7.15	
	3時間以上	2	28.00	4.24	
	合計	108	23.79	8.36	

** p<0.001, * p<0.01, * p<0.05

れなかった。

表7 メール中毒度と心理尺度得点の相関

メール中毒 度との相関	看護学生		女子大生	
	γ	p	γ	p
A	0.06	n.p	0.19	**
MAS	0.09	n.p	0.16	*
Dy	0.06	n.p	0.25	**

IV. 考察

1. 学生にとってのメール使用の意義

今回、比較した女子大学生・看護学生の二群は、性別及び平均年齢はほぼ同等であり、社会的な役割も学生という観点では一致しており、基本的な背景に大きな差異は無いと考えられる。しかしながら、メールの使用状況に関しては回数・使用時間に関して有意差が認められた。一方メールをやり取りする人数は両群とも1~5人が最も多く差は認めていない。このことは、女子大学生と比較して、看護学生は決まったグループ(人数)の中で、頻回に継続したコミュニケーションを取るためにメールを

活用していることが推測できる。電子メールは時間に制約されることなく、メッセージを送ることが可能であると共に、相手が何処にいても通信が可能であるという特徴を持つ²⁾。この特徴は、様々な生活サイクルを持つ若者にとっては魅力的なコミュニケーション手段を提供していると考えられる。この事は、女子大学生・看護学生にとっても同様にあてはまるものの、活用状況が有意に活発と考えられる看護学生については、早朝から夕方まで緊密に組まれたカリキュラムの狭間で、他者とのコミュニケーションを取る時間的・空間的な制約がより生じやすい状況にあることが考えられる。

2. メールの使用状況とメール中毒度及び心理的特徴

メール中毒度については、看護学生の約4割が、中毒になる可能性を多かれ少なかれ抱えている状況であり、ここでもメールが看護学生のコミュニケーション、強いては人間関係の維持目的に欠かせないものであることが推測できる。しかし、電子メールによるコミュニケーションは電話や直接対話のように相手との同期性が必ず存在するものではなく、一方的である事は否めない³⁾。こうしたコミュニケーションは自己や世界を自分に都合よくカスタマイズし自己を防衛しつつ居心地の良い空間となり⁴⁾それが依存性を引き寄せるとも考えられる。

次に、心理尺度およびメール中毒度の得点とメールの活用状況については、女子大学生と看護学生では顕著な違いが見られている。女子大学生・看護学生両群共に、メールの使用状況とメール中毒度の得点に有意な差を認めている。これは、メールの使用状況とメール中毒度が強い相関を示したことと合致する結果であり、特に回数と時間はメール中毒の重要な指標となることが再度確認することができた。

心理尺度の得点とメールの使用状況について女子大学生には有意差は一切認めていない。対して、看護学生は心理尺度の得点とメールの使用状況において有意な差を認めている。ただし、中毒度が使用状況の段階に応じて規則的に変化しているが、使用状況の各段階において心理尺度の得点に規則的な増減は認められなかった。また有意差を認めるものの、メール使用と心理的な特徴について明らかにはできなかった。また、女子大学生のメール中毒度得点と心理尺度の得点に相関を認めたにもかかわらず、看護学生の心理尺度得点とメール中毒度の得点に何ら相関が認められないということは、看護学生のメールの使用状況のみが心理状態を反映しているとは考えにくい。即ち、メール使用状況別に心理尺度得点に有意差が生じたことは、今回協力対象となった看護学生のみに見られる特性と考えることができる。この原因の一つとして看護学生のメールが単なるコミュニケーションのみならず、連絡事項の伝達や確認のための問い合わせ等学業に関するものが含まれると推測できる。それを

明らかにするためには、教育環境の異なる看護学生の調査協力者を増やしデータをさらに追加したうえで、再度分析検討を行なうことが必要だと考える。

また、使用状況の各段階に属するグループの心理尺度の平均得点の分布についても女子大学生・看護学生の二群で相似性はほぼ認められなかった。唯一、メールの回数については心理尺度の得点が回数の増加に連動して減少し、30回以上のところで再度心理尺度得点の上昇が見られた。即ち、回数が少なすぎても多すぎても不安や依存といった特性が生じることが考えられる。海外での電子メールについての聞き取り調査においても、電子メールは安価で手軽なコミュニケーション手段であるが、「少しでも早く返事をしないといけない。」「返事が遅いと気になる。」等と熱中すればするほどに不安が生じるという報告⁵⁾があった。

メールの回数はメール中毒とも強い相関を持ちメール中毒の重要な指標である事は前述した通りであるが、回数が当事者の心理状況に何らかの影響を与えている可能性があり、今後その関係性を明らかにするべく、調査・検討を行なうことが重要な課題である。

V. 結論

- 1) 看護学生は、女子大学生よりメール活用が多く、メールが重要なコミュニケーション手段となっている。
- 2) 女子大学生・看護学生共に1日のメールの回数・時間はメール中毒の重要な指標である。
- 3) 1日のメールの回数は、その日の心理状態と何らかの関連があると考えられる。

VI. 今後の課題

今回の調査では、教育環境が異なると、同性・同年代であっても心理尺度の傾向が異なり、メール中毒との関連を一般化した結果として考えることはできなかった。

今後、研究データを一般化していくためには、様々な生活背景を持つ青年期の集団のデータを収集し、さらに綿密な分析を進める必要がある。

VII. おわりに

若者文化は、時代と共に著しく変化していく。彼等のコミュニケーション手段も又同様である。携帯電話や電子メールも彼等にとっては単なる伝達道具ではなく、「絆」を築いていく上で重要なものである。また、大人や家族に対して若者独自の「秘密」の空間を作り出すものでもある。しかし、電子メールは「絆」を作るには一方的なコミュニケーション手段であり、秘密の空間は驚

くほどオープンな情報網でもある。こうした、不均等な側面を持つコミュニケーション手段に依存していくことが、日常の様々な事柄に支障を来さないことを懸念しつつ、その支障を早期に見出し、解決する術を検討していきたい。

謝 辞

今回の調査にあたり、調査に御協力頂いた女子大学生及び看護学生の皆様に心より感謝申し上げます。

<文献>

- 1) 堀口健二：PHS事業の現状と今後の展開～競合時代をPHSは生き残れるのか～，
<http://www5a.biglobe.ne.jp/~knj/index.html>
- 2) 石原潤：ITのコミュニケーション，現代のエスプリ417, 168-175,2002.
- 3) 岡本能理子：しゃべる一チャットのコミュニケーション空間一，現代のエスプリ 370,127-137,1998.
- 4) 岡田努：はまる一インターネット中毒，現代のエスプリ370,167-175,1998.
- 5) James.E,Mark Aakhus：Perpetual Contac Mobile Communication,Private Talk,Public Performance, Cambridge University Press,2002./
- 富田秀典監訳：絶え間なき交信の時代-携帯文化の時代- ,179-219,NTT出版株式会社、2003.
- 6) Kubey.R,Csikszentmihalyi.M：Television Addiction, 近江玲、小林久美子、向田久美子訳,テレビが消せない-依存が生む心理-,日経サイエンス6月号,36-44,2002.
- 7) 落合良行, 伊藤裕子, 斎藤誠一：青年の心理学, 有斐閣, 1993.
- 8) 服部祥子：生涯人間発達論, 第1版、医学書院, 2000.
- 9) 宮坂美帆, 日下和代, 叶谷由佳, 中山栄 純：孤独感から見た現代医療系大学生の人間関係の実態, 看護教育42(12)1116-1121,2001.
- 10) 服部祥子：自己と他者のコミュニケーション, 看護教育42(10)902-905,2001.
- 11) 高石浩一, 川村渉, 武藤晴栄, 池谷英雄：座談会インターネットにみる心の世界, 現代のエスプリ418, 5-36,2002.
- 12) Robert. K, Michael.J, Jyohn. R:INTERNET USE AND COLLEGIATE ACADEMIC PERFORMANNSE DECREMNTS, Journal of Communication,51(2), 366-382,2001
- 13) Annie.L：The limited capacity model of mediated message processing, Journal of Communication,50(1),46-70,2000.