

大学生の携帯メール依存について —友人関係における不安との関連—

仁尾 友紀¹⁾ 石田 弓²⁾ 内海 千種³⁾

The dependence on cell phone text messages of university students:
Relations to the anxiety in friendship

Yuki NIO¹⁾ Yumi ISHIDA²⁾ Chigusa UCHIUMI³⁾

Abstract

In this paper, the relation between the anxiety concerning friendship in university students and the dependence on cell phone text messages was examined. As a result, it was found that a lot of university students judged whether they replied at once or not, by who the sender is and the content of the message.

And it was clarified that many students did self-disclosure to their friends whom they had exchanged cell phone text messages frequently and formed the close friendship, regardless of whether the sender belongs to the same university.

Moreover, it was found that the student who felt anxious and conflict strongly about his/her friends heavily depended on cell phone text messages. And it had been understood that the cell phone text message dependence action, for instance frequently checking incoming message, was caused, when the reply was delayed, feeling anxious that they may be alienated by his/her friends.

Key Words; the dependence on cell phone text messages, university students, the anxiety in friendship

1) 郵便局株式会社 Japan Post Network

2) 広島大学大学院教育学研究科附属心理臨床教育研究センター Training and Research Center for Clinical Psychology, Graduate School of Education, Hiroshima University

3) 徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部 Institute of Socio-Arts and Sciences, The University of Tokushima

I 問題と目的

1. 現代社会における携帯電話の普及

近年、携帯電話はコミュニケーション・ツールとして日常の様々な場面に浸透している。携帯電話が普及した当初は、通話のために使用されるものであったが、今日では携帯電話の多機能化に伴い、その機能の一つであるメール(以下、携帯メール)やインターネット機能などが利用されることが多くなった。

携帯電話を用いて、以前よりもいつでも誰とでも連絡が取りやすくなった現代社会は、対人関係を作っていくための連絡手段が昔とは変化してきているが、それだけではない。特に10代20代の若者層が日常生活の中に積極的に携帯電話を取り入れているが、現代の若者の携帯電話利用の特徴として、1人になるとすぐに携帯電話を使用する点や、友人と一緒にいる時でさえ、携帯メールによって別の誰かと連絡を取ったり、インターネットに接続してゲームや小説を利用したりする点などが挙げられる。青年期は、社会性(人間関係を形成し、円滑に維持する能力)を発達させていく重要な時期であり、これは特に友人関係を中心に発展する。齊藤(1996)は「青年は友人との情緒的なつながりを求め、その相互交渉のうちに社会性を発達させていく」と述べている。このように青年期は人間関係やコミュニケーション能力を形成する重要な時期であることを考えると、携帯電話の利用のあり方から、青年の対人関係の様相やコミュニケーションの取り方の変化などをみることができないかと思われる。

また近年では、食事中や授業中だけでなく、風呂の中にまで携帯電話を持ち込む青年が増加しており、場所や時間帯を考えない過度の携帯電話利用のあり方が問題視されている(安川, 2008)。携帯電話などの個人向け通信機器が提供するサービスに没頭し、日

常生活に支障をきたすほどになっている状態を示す俗語として「携帯電話依存症」という言葉さえ生じてきている。ただし、これは病的な状態を示す「依存症」ではないため、精神医学分野の研究としては特に取り上げられていない。しかし、携帯電話依存の調査研究ではないが、精神医学的な依存の見地から「インターネット依存」を取り上げているものがある。墨岡(2000)は、自ら開業するクリニックを訪れる患者の中に「インターネット依存」を見いだしており、月当たりで中学・高校生3~4名、大学生・社会人15~16名の新患を診ている。

他国においては、2006年に韓国情報通信部がインターネット依存症調査を行っている。全国3500人を対象にアンケート調査を行ったところ、成人の4.1%が「携帯依存症である」と答えていたことに対して、青少年の10人に1人が自らの携帯電話の利用について依存状態にあると回答していた。これは成人の割合を上回るものであり、韓国の青少年層の携帯電話への依存は高いといえる。また、韓国や中国などではオンラインゲームの長時間利用により健康を害したり、急死したりするケースもあり、社会問題として報じられている。

現在、携帯電話の社会問題化が進む韓国に比べ、日本では「携帯電話依存症」を取り上げた調査研究は少ない。しかし、日本でも「パケ死」という新語が2000年に作られている。これは、携帯電話やPHSのウェブやメールサービスを利用し過ぎた結果、使用料であるパケット通信料が高額になりすぎ、支払い困難・支払い不能に陥る状況を表す言葉である。現在では「パケット定額制」などのサービスが普及したため、この言葉は耳にしなくなったが、定額制の導入により携帯電話の利用頻度はさらに高まる可能性がある。

ここで、パケット通信料が高額になっている点に注目する。パケット通信

料とは通話以外のメールやインターネット機能を利用した時に発生する料金である。「パケ死」という新語が作られたことは、近年では通話機能よりもメールやインターネットの利用頻度が増加していることを示している。株式会社ドコモ AOL が、2001年に AOL 会員の中から 4398 名を対象に携帯電話の利用に関するオンラインアンケート調査を行っている。その結果、携帯電話利用者の 58% が通話よりもメールを利用しているという実態が明らかになった。男女別では、男性では通話とメールの利用に差がみられないのに対して、女性ではメールの利用が多いという回答が 72% を占めていた。また、田中(2000)は、携帯電話の利用に関して調査し、若年層においては通話機能よりもメール機能が使われていることを明らかにしている。さらに、田中(2001)は、携帯電話の利用に関するアンケート調査を行っている。ここで、携帯電話と携帯メールを分けて質問した際に、「携帯＝メール」という回答が複数みられた。この結果から、通話機能のみの携帯電話を使用していた世代とメールやインターネット機能が一般的となってきた世代とでは、「携帯電話」が指すものが異なってきたことが指摘されている。以上のことから、通話機器としての携帯電話に依存する「携帯電話依存」とともに、携帯メールに依存する「携帯メール依存」も生じていることが考えられる。

そこで本研究では、携帯メールの利用と携帯メール依存に注目する。そして、若年層では通話よりも携帯メールが使われていることから、携帯電話の機能の中でも携帯メールの利用について調査することで、大学生のコミュニケーション行動の一端を明らかにする。

2. 携帯電話・携帯メール利用の現状

中村(2003)は、大学生における携帯

電話の利用の実態について調査している。その結果、携帯電話所持の理由として「連絡を取りやすくしたい」、「メール機能を利用したい」という回答が多くみられた。携帯電話をどのような目的で利用しているかという点では、通話・メールともに「待ち合わせの連絡」、「お誘い」が多数を占めていた。以前は携帯電話や電子メールなどのコミュニケーション・メディアが対面的な人間関係を減らすという指摘も存在したが(岡田, 1997)、実際には人々は携帯電話や電子メールを利用し、事前に連絡を取り合い、予定を調節して頻繁に会っているという調査結果もある。片山(1997)は、携帯電話や PHS 所持の前後で人に会う回数に変化があるかについて調べた。その結果、会う回数が増えた者は 43.5%、減少した者は 7.7%、どちらともいえない者は 48.7% であり、会う回数が減少することはほとんどなく、会う回数の増える者と変わらない者に分かれることがわかった。中村(2003)の調査と合わせても、人々は携帯電話やメールを利用して頻繁に会っているといえる。

また、小林・池田(2007)は、携帯メールの利用に伴うパーソナル・ネットワークの同質性の増加および異質性の低下と寛容性の低下との関連について調査した。ここでの「同質性・異質性」とは、他者が自分にどれだけ似ているか、違っているかを意味しており、「寛容性」とは他者が自分とは異なる考えや価値観をもつことを許容する傾向を意味している。調査の結果、携帯メールの送信相手は第 1 に「同じ学校の親しい友人」が、第 2 に「違う学校の親しい友人」が選択されることが多く、逆に「同じ学校・違う学校の親しくない友人」が選択されることはほとんどないことが明らかになった。このことから小林・池田(2007)は、携帯メールは親しい他者との間でやりとりされる傾向があることを指摘し

ている。これは、若者の携帯電話利用には「フルタイム・インティメート・コミュニティ」を創造する効果があるとする仲島・姫野・吉井(1999)の研究と関連する。「フルタイム・インティメート・コミュニティ」とは、特定少数の仲間とのコミュニケーションをより緊密にし、心理的に1日中一緒にいる気持ちになる効果のことである。仲島ら(1999)は、「フルタイム・インティメート・コミュニティ」が若者の友人関係を「頻繁に連絡を取り合い一緒に過ごすことの多い親密な友人(恋人を含む)」と「普通の友人」に2層分化することを指摘している。また、高木(2003)は、大学生の友人との親密度を測るために、どのくらい自己開示をしているかということについて調査を行った。その結果、日常的に一緒に過ごすことの多い友人に対して自分のことをよく開示しているということが明らかになった。

これらの研究から、同じ学校の親しい友人同士で携帯メールのやり取りをすることが多いこと、その友人とは親しい関係であるために、日常生活で一緒に行動することが多くなることが推察される。また、日常生活で一緒に行動することが多い友人にはよく自己開示していることから、携帯メールを頻繁に送信する親しい相手に対して自己開示度が高いことが推察される。

しかし、橋元・石井・中村・是・辻・森(2001)は、メールの利用頻度が多くなる理由として、若者特有の「気遣い性向」や「精神的な自己防衛機制」などを指摘している。ここでいう気遣いとは、通話のようにいきなり相手の世界に割り込むことや、通話によって相手の時間を奪うことに対する配慮であり、この気遣いが通話を避け、メール使用に繋がっていると考えている。また、精神的な自己防衛機制とは、受信可能であるはずにもかかわらず、相手に出てもらえない場合や、相手が電

話に出たとしても、発信者の不安を煽るような状況(仲間が集まっているのに自分には声が掛かっていないような状況)が判明することで生じる精神的ショックを回避するための防衛機制の一種である。他にも「お誘い」や「言いづらい依頼」などをする場合に、相手の反応が即座にわかってしまうことへの不安から、直接の通話を避けることも考えられる。さらに、心理的な要因以外に、音声通話よりもメールの方が低コストであることも学生にとっては大きな要因になっていると考えられる。そこで、橋元ら(2001)が指摘している気遣いや防衛機制などの要因を、メールの利用頻度を扱う上で考慮することとした。

3. 携帯メール依存と友人関係への不安について

上別府・杉浦(2002)は、携帯メール利用頻度とメールに伴う情緒不安や携帯メール依存について調査している。メールに伴う情緒不安とは、携帯電話や携帯メールの利用によって引き起こされる対人場面における不安を意味している。携帯メールに対する情緒不安においては、約50%の者が、返事がないことに対して心配になったり、送信後に後悔したりする経験があることが明らかになっている。また、携帯メール依存度においては、携帯メールの利用頻度が高いほど「携帯電話を持つことで得られる安心感」や「メールや電話を無視された時の心配感」、「携帯電話無しではやっていけない」という気持ちが強くなることが明らかにされている。

吉田(2005)は、携帯メール依存度尺度を作成し、携帯メール利用頻度との関連について調査している。その結果、携帯メール依存度が高いほど1日の送受信数や1週間の送受信数が顕著に多いことが明らかになった。また、依存度の得点とメールをやり取りする相手の数には大きな差がみられず、

携帯メール依存尺度の「過剰な利用」、「情動的な反応」、「脱対人コミュニケーション」の3因子のうち、特に「過剰な利用」と携帯メール送受信数との関連が強かった。以上の結果を受け、吉田(2005)は、携帯メールを過剰に利用する人が、限られた人数の友人と大量にメールのやり取りをしていることを指摘している。同様の結果は、友人関係のあり方と携帯メール依存についての調査にも表れている(砂田, 2005)。ここでも、携帯メール依存が強いほど1日の返信メール数が多くなることが明らかにされている。

また、携帯メール依存が生じる背景について指摘している研究もある。藤本(2006)は、携帯電話が普及する以前では、空間が隔たっていれば即座の応答を求められる関係は成立しなかったが、携帯電話の普及によって空間的距離がもたらす関係性の枠や区分が無効化してしまったと考えている。そのため、大学の教室では「静かな私語」という隣に座っていない別のところにいる誰かと携帯メールを通じた会話が生じたり、友人と一緒にいる時でさえ別の誰かからメールが届いた時には返事をしたりするという現象が生じていると指摘している。藤本(2006)は、この原因を「読んでいないから返事が来ない」もしくは「何らかの事情で返信できない」のではなく、「返信しないのだとみなされてしまう」という思いが生じるためと考えている。そして、「返信しないのだ」とみなされてしまわないために携帯メールに対して速やかに返信するという暗黙のルールが形成され、そのルールを守ろうとする気持ちによって、相手からの返信が遅い場合には、メールが届いていないかどうかを何度もメールセンターに問い合わせたり、携帯電話に着信やメールが届いていないかを過度にチェックしたりするのはないかと指摘している。

安川(2008)は、携帯電話が常に気に

なり手放せなくなっている中学生・高校生を対象に、携帯電話に固執する理由を調査している。その結果、携帯電話に縛られる理由として、多くの子どもが「友だちからメールがきたら、すぐに返信しないと無視していると思われる」ということを挙げており、子どもたちの間に「受け取ったメールには5分以内で返信しなければならない」という暗黙のルールが存在することを指摘している。5分以内に返信がなかった子どもは、この「5分以内ルール」によって、それが偶然の出来事であっても「無視されているのではないか」と不安にかられてしまうという。また、自分のメールが無視されないように「今、何をしている?」といった質問を末尾に付け加えて送信する子どももおり、そのような質問が繰り返されることが、携帯メールが「会話」として使われる要因となっているのではないかと述べている。

これらの研究から、「メールを返さないことを誤解されたらどうしよう」という不安や、その誤解によって友だちから嫌われるかもしれないという不安が、早く返信しなければならないという気持ちを生じさせることが考えられる。そして、そのために携帯メールの返信が速くなったり、すぐに返信できるように携帯電話が手放せなくなったりすることが推察される。以上のことから、友人関係における不安と携帯メール依存が関連することが考えられる。また、自分が「すぐに返信をしなければならない」という考えをもっているため、相手からの返信が遅い場合にも、「なぜ返信が来ないのか」という不安が生じて、メールが届いていないかどうかを過度にチェックすることが推察される。

4. 本研究の目的

上述のように、中学・高校生の多くが「友だちからメールがきたら、すぐに返信しないと無視していると思わ

れてしまう」と考えて携帯メールに縛られており(安川, 2008), 「返事ができない」のではなく, 「返信しない」とみなされてしまわないために, 携帯メールを速やかに返信するという暗黙のルールが形成されている(藤本, 2006)。「返信しない」と誤解されるかもしれないという考えが生じる背景には, 友人に疎外されるのではないかという不安があることが考えられる。そして, その不安が, メールが届けばすぐに返信するという行動や, 携帯電話に着信やメールがきていないか過度にチェックするという行動につながっていることが推察される。

しかし, こうした傾向が中学・高校生だけでなく, 青年期後期にある大学生でもみられるかどうかは検討されていない。そこで本研究では, 大学生を対象に友人関係において生じる不安の強さと携帯メール依存の強さが関連するかどうかを検討する。小林・池田(2007)は, 携帯メールは同じ学校の親しい友人との間でやりとりされる傾向があることを明らかにし, 高木(2003)は日常的に一緒に過ごすことの多い友人に対して自分のことをよく開示しているということを明らかにしている。これらの研究から, 同じ学校に通う友人で頻繁に携帯メールを送る相手に対しては自己開示度が高く, 親密な関係を形成していることが考えられる。そこで, 親密な友人である「同じ大学に通う親しい友人で, 頻繁にメールする相手」に対する感情と携帯メール依存との関連を検討する。

また, 橋元ら(2001)は, 携帯メール送信数が増える要因として, 若者特有の気遣い性向や精神的な自己防衛機制などを指摘している。そこで「同じ大学に通う親しい友人で, 頻繁にメールする相手」へメールを送信する際に, 気遣いや自己防衛が影響しているのか, 友人との関係を良好に保つ目的でメールを送信しているのかなどにつ

いても検討する。橋元ら(2001)が, メール機能を多く利用する場合について調査していることから, 本研究でも「頻繁にメールを送る相手」への利用について検討する。一方, 携帯メールを速やかに返信することに関しては, 携帯メールに依存している以外に几帳面といった特性の関与も考えられる。そこで, 携帯メールを即座に返信する理由についても合わせて調査する。そして, 携帯メール依存について友人関係における不安の側面から検討し, 携帯メールの利用の仕方を調査することによって, 現代の大学生のコミュニケーション行動の一端を明らかにすることを目的とする。

II 方法

1. 調査対象者

徳島県下の大学生 342 名を対象に調査を行い, 有効回答者 323 名(男性 132 名, 女性 191 名)のデータを分析した。全体の平均年齢は 20.11 ($SD=1.58$), 男性平均年齢 19.95 歳 ($SD=1.61$), 女性平均年齢 20.23 歳 ($SD=1.55$)。

2. 調査期間

2008 年 10 月下旬～11 月中旬。

3. 調査方法

授業時間に調査協力を依頼し, 承諾を得た後に質問紙を配布し, 回収した。

4. 質問紙の構成

1) 基礎データ

携帯電話所持の有無, 性別, 年齢, 生活状態(自宅生・一人暮らし・寮)について回答を求めた。

2) 携帯メール利用に関する調査

栗山(2004), 恩田(2001), 白石(2005)のアンケートを参考に, 本研究で必要な項目を新たに追加し, 携帯電話の使用理由, 特定された状況下での携帯メール行動を選択するよう求めた。同じ大学に通う親しい友人で頻繁にメールを送信する相手(以下, 同じ

大学・頻繁にメールする友人)と同じ大学に通う親しい友人でほとんどメール送信しない相手(以下,同じ大学・ほとんどメールしない友人),大学は同じではないが頻繁にメールする親しい友人(以下,他大学・頻繁にメールする友人)に対するメールの送受信数の回答を求めた。

3) 自己開示尺度

榎本(1997)が作成した自己開示質問紙(Emotional Self-Disclosure Scale: ESDQ)を参考に,高木(2003)が作成した自己開示尺度を用いた。10項目,5件法。

4) 携帯メール依存度尺度

吉田(2005)が作成した尺度を用いた。「過剰な利用」,「情動的な反応」,「脱対人コミュニケーション」の3つの下位尺度から構成されている。55項目,5件法。

5) 友人に対する感情尺度

榎本(2003)が作成した尺度を用いた。「信頼・安定」,「不安・懸念」,「独立」,「ライバル意識」,「葛藤」の5つの因子から構成されている。25項目,6件法。

Ⅲ 結果

1. 携帯メール使用状況

1) 携帯メールを使用する理由

どのような理由で携帯メールを送信するかについて調査した結果,最も当てはまる理由としては「自分の都合の良い時に送受信できる」が選ばれ,次いで「通話よりも安い」,「メールなら深夜など,時間帯を気にせずに送信できる」などが選択された。しかし,「お誘い・言いづらい依頼をする時に電話などで直接断られるとつらい」,「電話をかけて相手の状況がわかることが不安」といった項目はほとんど選択されなかった(Table 1)。「その他」として得られた多数の自由記述はTable 2に示した。

2) メールを返信する時の行動とその行動をとる理由

メールの着信設定を「常にメールが来たことがわかるように設定している場合」と「常にメールが来たことがわかるように設定していない場合」のいずれかで尋ねた。両場面に回答する者も複数いたため,重複回答82名と無回答2名を除く239名を対象に集計した。その結果,着信設定に関係なく,「相手・内容によってはすぐに返信しない」が80%以上を占めており,「相手・内容によらず,すぐに返信する」は10%前後であった(Table 3-1~3-2)。

また,それぞれの場合において「相手・内容によらず,すぐに返信する」と答えた者に対しては,なぜすぐに返信するのかを6項目の中から1つ選択させた。「相手・内容によらず,すぐに返信する」と答えた者は,「常にメールが来たことがわかるように設定している・いない」の2つの条件を合わせても26名と少数であり,無回答が1名みられたため,2つの条件を分けずに25名として集計した。その結果,最も多かったのは「特に不安などを意識したことはないが,メールが来たらずすぐに返すように心掛けている」の9名で,次いで「すぐに返信しないとなんとなく不安だから」と「返信を後回しにすると,返信することを忘れてしまうから」がそれぞれ5名であった(Table 4)。

3) 相手からの返信が遅い場合にとる行動とその行動をとる理由

返信が遅い場合にとるような行動をとるか,その行動をとる理由について調査した。その結果,「基本的に何もしない(そのまま待つ)」が217名と最も多く,次いで「メールが来ていないかためにチェックする」が102名にみられた。「もう一度メールを送ってみる」と答えた者はほとんどいなかった(Table 5-1~5-3)。

「メールが来ていないかためにチェックする」を選択した者の中では,「返事が遅いとなんとか不安で気になる」と考える者が過半数を占めて

Table 1 携帯メールを使用する理由

	1番目	2番目	3番目	計
①自分の都合の良い時に送受信できる	158	61	40	259
②通話よりも安い	40	72	46	158
③メールなら深夜など、時間帯を気にせず送信できる	21	41	50	112
④相手の状況を気にするので、電話をかけられない (例:今電話をかけても大丈夫かどうか心配になる)	25	38	35	98
⑤電話で話すことが好きではない	14	24	21	59
⑥友だちとの交友関係を深めるため	17	24	16	57
⑦自分が周囲に迷惑をかけない(例:公共機関での会話を避けるため)	7	15	31	53
⑧チャット感覚でメールを楽しめる	13	15	13	41
⑨直接は伝えにくいことを伝えやすい	7	10	23	40
⑩その他	18	5	16	39
⑪お誘い・言いづらい依頼をする時に電話などで直接断られるとつらい	2	9	10	21
⑫電話をかけて相手の状況がわかることが不安 (例:電話をかけた時に、友だちで集まっているのに自分だけ呼ばれていない、 などという状況がわかることが不安に思う)	0	0	5	5
⑬家にパソコンがなく、パソコンでメールができない	0	0	1	1
回答無し	1	9	16	26

Table 2 携帯メールを使用する理由のその他の意見

- ・練習日等の業務用の連絡を行うため(6)
- ・急ぎでない時(5)
- ・簡単な内容で、メールで十分から。メールで長くなりそうな時は電話にする(3)
- ・たいした用事じゃないとき(3)
- ・直接話せたら一番良いが、予定が合わないことが多いから(2)
- ・詳細などを文面で送ることができるので保存出来る(電話だと忘れたりする)
- ・気軽に送れるから
- ・頻繁に会うことができないから
- ・明日一緒にご飯を食べようと誘いたいとき・今日会えなければメールしか手段がなく、電話するほどの大事ではない
- ・大学でとっている講義が違うため、直接会って遊びなどの計画をたてるができないから
- ・メールでやりとりするのがごく普通だと認識しているから
- ・メールが連絡手段となっているから
- ・友人がアルバイトで電話に出れない状況だとわかっているから。他の用事(勉強など)をしながら出来る
- ・急用ではないため、相手の都合のよい時に返信してくれば良いから
- ・居る場所を問わないから

注) 括弧中の数字は重複回答の回数を表す。

Table 3-1 メール着信設定別、返信状況

常にメールが来たことがわかるように設定している場合	人数(%)
相手・内容によらず、すぐに返信する	23(11.2)
相手・内容によってはすぐに返信しない	169(82.4)
相手・内容によらず、常に放置・そのまま返信を忘れる	13(6.3)
合計	205(100)

Table 3-2 メール着信設定別、返信状況

常にメールが来たことがわかるように設定していない場合	人数(%)
相手・内容によらず、すぐに返信する	3(8.8)
相手・内容によってはすぐに返信しない	29(85.3)
相手・内容によらず、常に放置・そのまま返信を忘れる	2(5.9)
合計	34(100)

Table 4 相手や内容によらず、すぐに返信する理由

理由	人数(%)
特に不安などを意識したことはないが、メールが来たらすぐに返すように心掛けている	9(36)
すぐに返信しないとなんとなく不安だから	5(20)
返信を後回しにすると、返信することを忘れてしまうから	5(20)
自分がすぐに返信が返ってこないと嫌だから(もしくは不安だから)	3(12)
すぐに返信しないことを、無視していると誤解されたら嫌だから	2(8)
その他:メールは会話感覚で行っているため、すぐに返信しないとなんとなくおかしい気分になる	1(4)
合計	25(100)

Table 5-1 相手からの返信が遅い場合に行う行動の理由

基本的に何もしない(そのまま待つ)	人数(%)
気にしない(相手も忙しいかもしれないと考える・自分もよく返信が遅くなる)	205(94.5)
相手からの返信の速さを意識したことがない	4(1.8)
返事が遅いとなんとなく不安で気になる	1(0.5)
その他	2(0.9)
合計	217(100)

Table 5-2 相手からの返信が遅い場合に行う行動の理由

メールが来ていないかまめにチェックする	人数(%)
返事が遅いとなんとなく不安で気になる	65(63.7)
相手からの返信を早く読みたい	11(10.8)
気にしない(相手も忙しいかもしれないと考える・自分もよく返信が遅くなる)	7(6.9)
センター止まりではないかと心配してしまう	7(6.9)
自分は送ったはずであるが、届いていないのではないかと不安になる	6(5.9)
何かしないと落ち着かない	3(2.9)
相手の返信の速さを意識したことがない	1(1.0)
その他	2(2.0)
合計	102(100)

Table 5-3 相手からの返信が遅い場合に行う行動の理由

もう一度メールを送ってみる	人数(%)
返事が遅いとなんとなく不安で気になる	3(75.0)
自分は送ったはずであるが、届いていないのではないかと不安になる	1(25.0)
合計	4(100)

いた。「その他」の意見として、「基本的に何もしない」では、「面倒くさい」や「急かすようなことをしては相手に悪いので待つしかない」などの記述がみられた。また、「メールが来ていないかまめにチェックする」では、「用事がある時しかメールしないから」、「返事が来ないとイライラする」などがみられた。

2. 携帯メール送信数およびメール送信相手と自己開示との関連

携帯メール送信相手を「同じ大学・頻繁にメールする友人」、「同じ大学・

ほとんどメールしない友人」、「他大学・頻繁にメールする友人」の3群に分け、メール送受信数を調査した。それぞれの送受信数で選択されたもの上位3つを表に示した(Table 6-1~6-3)。「同じ大学・頻繁にメールする友人」に対しては、日・週単位でメールを送受信しているのに対して、「同じ大学・ほとんどメールしない友人」や「他大学・頻繁にメールする友人」に対しては、週・月単位でメールを送受信していた。

送信相手によって自己開示得点の平均値が異なるかどうかを検討する

ため、3群間で一要因の分散分析を行った。その結果、有意な差がみられた ($F(2,644)=113.07, p<.05$)。また、多重比較 (Bonferroni) の結果、「同じ大学・頻繁にメールする友人」と「同じ大学・ほとんどメールしない友人」の群間で、自己開示得点に5%水準で有意な差がみられた。さらに、「同じ大

学・ほとんどメールしない友人」と「他大学・頻繁にメールする友人」の群間でも、自己開示得点に5%水準で有意な差がみられた。「同じ大学・頻繁にメールする友人」と「他大学・頻繁にメールする友人」の群間には、自己開示得点に差はみられなかった (Table 7-1~7-2)。

Table 6-1 携帯メール送信数と人数
同じ大学・頻繁にメールする友人への送信数

送信数	人数 (%)	受信数	人数 (%)
週10通	47(15.60)	週10通	49(15.36)
日2通	30(9.32)	日3通	28(8.78)
日3通	28(8.70)	日2通	27(8.46)

Table 6-2 携帯メール送信数と人数
同じ大学・ほとんどメールしない友人への送信数

送信数	人数 (%)	受信数	人数 (%)
月1通	53(18.93)	月1通	48(17.39)
月2通	37(13.21)	月2通	37(13.41)
週1通	27(9.64)	週1通	29(10.51)

Table 6-3 携帯メール送信数と人数
他大学・頻繁にメールする友人への送信数

送信数	人数 (%)	受信数	人数 (%)
月10通	31(10.23)	月10通	30(10.07)
月1通	27(8.91)	月1通	26(8.72)
月2通	21(6.93)	週5通	19(6.38)

Table 7-1 相手別自己開示得点 記述統計(n=323)

自己開示相手	平均値	標準偏差
同じ大学・頻繁にメールする友人	29.59	9.43
同じ大学・ほとんどメールしない友人	22.69	8.39
他の大学・頻繁にメールする友人	28.98	9.74

Table 7-2 自己開示得点の多重比較結果

2者間の自己開示		平均値の差	標準誤差
同じ大学・頻繁にメールする友人	同じ大学・ほとんどメールしない友人	6.90*	.44
	他の大学・頻繁にメールする友人	.60	.54
同じ大学・ほとんどメールしない友人	同じ大学・頻繁にメールする友人	-6.90*	.44
	他の大学・頻繁にメールする友人	-6.30*	.54
他の大学・頻繁にメールする友人	同じ大学・頻繁にメールする友人	-.60	.54
	同じ大学・ほとんどメールしない友人	6.30*	.54

* $p<.05$

3. 友人に対する感情と携帯メール依存との関連

1) 携帯メール依存度尺度の因子抽出

携帯メール依存度尺度(吉田, 2005)は「過剰な利用」, 「情動的な反応」, 「脱対人コミュニケーション」の3つの下位尺度から構成されている。そこで, 本研究においてもあらかじめ3因子に固定して因子分析(主因子法, プロマックス回転)を行った。負荷量が.40以下の項目を削除し, 再度因子分析を行った結果, 第I因子に関しては吉田(2005)と同様の項目で構成されていた。しかし, 第II因子と第III因子に関しては, 吉田(2005)が報告したものは, 各因子に含まれる項目の組み合わせが異なっていた(Table 8)。

また, 得られた各因子の信頼性を調べるためにCronbachの α 係数を求めた。第I因子は.91, 第II因子は.88, 第III因子は.83で, 内的整合性が高い結果が得られたため, この3つを下位尺度とし, 項目の合計点を下位尺度得点として用いることとした。

吉田(2005)の研究を参考に, 第I因子は「相手からなかなか返事が来ないと不安になる」や「メールの返事が来ないと心配になる」など, 情緒に関する項目への負荷量が高いことから「情緒的な反応」と命名した。第II因子は「メールが使えないと, 新しくできた友だちとの関係が保てない」や「メールが使えないと, 知ったばかりの人と友達になれない」など, コミュ

Table 8 携帯メール依存度尺度因子分析結果

	I	II	III
52.相手からなかなかメールの返事が来ないと不安になる.	.86	.02	-.07
37.メールの返事が来ないと心配になる.	.82	.08	-.12
8.自分が打ったメールに対して, 返事が来ないと寂しくなる.	.81	-.09	-.02
16.自分がメールを出しても, 返事がすぐ来ないと寂しい.	.79	.17	-.09
2.メールを送信した後に, 返信が気になって何度も携帯をチェックする.	.72	-.07	-.05
1.自分が大切だと思っている用件に対して返信がないと不安になる.	.66	-.21	.02
13.自分が送った文章量よりも, 相手から返信される文書量が少ないと不安になる.	.63	.13	-.07
11.相手の本当の気持ちがあるままメールに表れているのかわからなくて, 不安になることがある.	.60	-.06	.04
12.メールをチェックした時に, 1通も来ていないと寂しく感じる.	.58	.04	.17
18.メールを打つ時, 絵文字の使い方や文面を真剣に考える.	.52	-.10	.05
21.メールの着信があるかどうかを頻繁にチェックしてしまう.	.46	.10	.21
34.携帯電話を忘れると1日中不安である.	.43	.22	.03
54.メールの内容に過度に心が動かされてしまう.	.41	.18	.13
39.メールが使えないと, 新しくできた友だちとの関係が保てない.	-.18	.94	-.08
40.メールが使えないと知り合ったばかりの人と友だちになれない.	-.15	.85	-.07
35.メールのやり取りがなくなると人間関係も崩れてしまうように感じる.	.05	.79	-.14
31.メールでしか自分の本心を相手に伝えられない.	.01	.65	-.12
49.メールが使えないと, 普段会えない友だちと気軽にコミュニケーションが取れなくなる.	.05	.59	-.03
44.大事な話でも面と向かってするのではなくメールで済ましてしまう.	-.04	.55	-.02
33.暇な時には, すぐにメールを打ってしまう.	-.03	.54	.21
36.他にすべきことがある時でもメールしてしまう.	.00	.51	.26
15.暇な時は, とにかく誰かにメールして相手をしてもらいたい.	.05	.50	.16
3.メールが使えないと, 直接会えない友人との関係が希薄になると思う.	.11	.47	-.05
14.メールが使えないと孤独を感じてしまう.	.20	.46	.10
28.重要な話でもメールで済ませてしまうことがある.	.06	.43	.05
22.何時間も続けてメールのやりとりをすることがある.	-.10	.09	.63
55.短時間に何通ものメールをやり取りしてしまう.	-.07	.21	.61
4.メールを打つスピードが速いほうだと思う.	-.14	-.08	.60
17.人と話しながらでもメールを打つことがある.	-.02	-.08	.60
24.食事をしながらメールすることがある.	-.08	.10	.59
43.友だちと会話している中でも, 着信があれば携帯を確認する.	.01	-.06	.58
30.授業中でもメールが気になって, 携帯を確認することがある.	.18	-.02	.55
45.電車・バスに乗っている時にメールをすることがある.	.13	-.04	.54
9.授業中でも, メールが来たらすぐに内容を確認する.	.12	-.11	.54
5.絵文字や顔文字をよく使う.	.20	-.13	.41

