

心理的レジリエンスに着目したウィズコロナ・ポストコロナにおける青少年の問題のあるインターネット使用の抑制要因の解明

久保尊洋（筑波大学）

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の蔓延は、我々の生活を劇的に変化させた。感染予防のために、仕事、教育、家族の団らんが制限され、また、余暇の過ごし方も変容している。その中で、インターネットを代替手段として利用することが推奨されている。インターネットの利用は私たちの生活に様々な恩恵を与えてくれるが、その一方で、問題のあるインターネット使用を促進する可能性がある。本研究では、行動抑制系（BIS）と行動活性化系（BAS）がメンタルヘルスを介して問題のあるインターネット使用に影響を与える媒介モデル、および、媒介モデルにおける心理的レジリエンスの調整機能を検討した。

中学生 952 名が研究に参加した。調査内容は、BIS と BAS の下位尺度として活発で素早い目標追求（Drive, BAS-D）、報酬に対する受容性（Reward Responsiveness, BAS-R）、新しい潜在的に報酬のある経験に対する欲求（Fun Seeking, BAS-FS）、問題のあるインターネット使用の測定のためにインターネット中毒、メンタルヘルスの測定のために COVID-19 の恐怖、抑うつ、特性不安、心理的レジリエンスの測定のために資質的レジリエンスと獲得的レジリエンスに関する尺度を使用した。

性別を統制して分析を行い、その結果、BIS からインターネット中毒への影響に関しては、抑うつおよび特性不安が完全に媒介し、BAS-FS からインターネット中毒への影響に関しては、抑うつが部分的に媒介することが明らかにされた。さらに、資質的レジリエンスと獲得的レジリエンスの両方が、抑うつ症状とインターネット中毒の関係を調節したことが示された。

青少年のインターネット中毒を予防するためには、BIS が高い人に対してはメンタルヘルスに関するケアが必要であり、心理的レジリエンスの強化が重要であることが考えられる。一方、BAS-FS が高い人に関しては、レジリエンスの強化だけでは不十分であり、衝動的な他の要因に関するケアが必要であることが示唆された。今後の課題として、第一に、縦断調査によって心理的レジリエンスが長期的に青少年の問題のあるインターネット使用を予防するか検討する必要がある。第二に、BAS-FS から問題のあるインターネット使用への影響を媒介・調整する要因について検討する必要がある。第三に、学校ベースで行えるような、問題のあるインターネット使用へのレジリエンス強化プログラムを開発する必要がある。