

大学生のメディア利用が QOL (Quality of Life) に及ぼす影響

Effects of media use on QOL (Quality of Life) among university students

学籍番号：201521632

氏名：中尾 彩

Aya NAKAO

近年、大学生の読書離れが進行する一方、ネット利用は増加傾向にある。このような状況のなか、大学生の生活の充実が求められており、メディア利用(読書・ネット利用)や良書読書が QOL(Quality of Life)などに及ぼす効果が検討されているが、利用量・内容などの長期的影響の実証的検討は十分に行われていない。そこで本研究では、メディア利用(読書・ネット利用)が大学生生活の質(QOSL: Quality of Student Life)やストレスなど学生の充実に及ぼす影響を明らかにするため、主に次の4点の検討を行うこととした。第1に、読書量(冊数/時間)が QOSL・ストレス反応に及ぼす影響を検討した。第2に、読書内容や読書内容の満足度が QOSL・ストレス反応に及ぼす影響を検討した。第3に、良書読書傾向が QOSL・ストレス反応に及ぼす影響を検討した。第4に、ネット利用(利用時間/メール送受信数)が QOSL・ストレス反応に及ぼす影響を検討した。

本研究では、大学生431名を対象として2時点パネル調査を行った。2回の調査両方に回答した204名(男性67名、年齢平均20.45歳;女性137名、年齢平均20.01歳)を分析対象とした。2回の調査に共通して日常の読書(量/内容)、ネット利用(利用時間:情報収集/コミュニケーション/情報発信、メール送受信数)、QOSL(全体的充実感、社会的側面:親密な友人関係・対人積極性、心理的側面:生きがい/不安悩み/自己効力感/将来展望、身体的側面:体調/疲労感、環境的側面:生活・学習環境、独自の側面:大学帰属意識/講義ゼミ/活動性、実態)、1回目調査のみ良書読書傾向を尋ねた。2回の調査では共に複数の講義で質問紙を配布し、2回目調査のみ質問紙で追跡できなかった場合に Web 上での回答を求めた。

1回目調査の読書、ネット利用、良書読書傾向を独立変数、2回目調査の QOSL またはストレス反応を従属変数とした重回帰分析を行った。その結果、ポジティブな影響として、(1)書籍読書時間が多いほど、QOSL の活動性は高まり、ストレス反応の抑うつが低下する、(2)読書内容について、「学業・未来志向」的内容を読むほど、QOSL 心理的側面の生きがいと将来展望が高まる、(3)内容の満足度が高いほど、QOSL 心理的側面が高まり、ストレス反応が抑制される、(4)メール送受信数が多いほど、QOSL 対人積極性が高まることが示された。ネガティブな影響として、(5)読書内容について、「対人・社会」的内容を読むほど、QOSL 社会的側面/自己効力感は低下する、(6)多様な内容を読むほど、QOSL の社会的側面は低下する、(7)雑誌読書時間が多いほど、QOSL 全体的充実感と社会的側面は低下する、(8)ネット利用時間が多いほど、QOSL の心理的側面は低下し、(9)ネットで情報収集(勉強)が多いほど、ストレス反応が高まる。(10)良書読書傾向が多いほど、QOSL 得点が低下することが示された。

以上の結果から、書籍読書が学生のストレスを抑制して活動性を向上させ、ネットのメール利用が対人積極性を高める一方で、雑誌読書が全体的・社会的充実を下げ、ネット利用時間が多いほど心理的な側面を低める可能性があり、利用の仕方には注意が必要であることが示唆された。また、読書内容により大学生生活への影響が異なることも示唆された。

今後の課題として、読書媒体・内容・学生の読む目的(目標)などとの関連についてさらなる検討が行われることが期待される。

研究指導教員：鈴木 佳苗

副研究指導教員：大庭 一郎