SNS における偽りの自己が心理的 well-being に及ぼす影響

—中日大学生の比較による検討—

YE HUIJING

問題と背景

偽りの自己とは自己概念の一種である。自分自身が本来の自己であると考えているものと、他者の前で見せる自己とが大きくかけ離れている場合には、本人にとっては「偽りの自己」として知覚される。ネット環境では個人の特性を偽りやすく、自己表現を制御する能力を向上させることで、偽りの利便性を提供している。SNS 上では「自分をよく見せたい」と思い、そう行動する SNS 上での偽りの自己が誕生するようになった。SNS 上での偽りの自己の肥大化は、本当の自己が存在できる空間さえもしぼってしまっている可能性もある。先行研究により、SNS 上で着飾った自己の生活を表現するような偽る行動が存在しており、SNS の利用がポジティブな感情や心理的 well-being の向上につながる重要なメカニズムとしての真正性 (Authenticity) の役割に取り組むことと指摘された。しかし、SNS 上での偽りの自己の実態とそれが well-being との関係については直接的な実証研究がなく、その関連は考察されているもののデータでは示されていない、欧米での研究が中心となっている。そこで本研究では、SNS の使用動機や自我形成過程に欧米とは差異のある東洋においても同様の関連が認められるかどうかを解明したいと考えられる。本研究ではこの考えを基に、SNS で偽りの自己の存在また SNS 上で偽りの自己を見せる人は本当に幸せを感じるだろうかという問いを持つようになって、SNS 上での偽りの自己と well-being を巡って検討を行なった。

仮説

本研究の目的とは、SNS における偽りの自己が well-being に及ぼす影響について検討することであった。具体的には、「偽りの自己と well-being の関係」「どのような人がネット上で偽りの自己を作りやすいのか」「中日間の差異」について仮説を提起した。

仮説 1. SNS 上で偽りの自己の程度が高い人は、well-being が低い。

仮説 2. SNS 上で偽りの自己の程度が高い人はダークトライアド(マキャベリアニズム、自己愛、サイコパシー)の程度が高い。

仮説 3. SNS 上で偽りの自己の程度は中国人の方が日本人より高い。

方法

本研究では、中国、日本の大学生を対象に質問調査を実施した。質問調査内容については、SNS の利用状況→偽りの自己尺度→ダークトライアドテスト→心理的 well-being 尺度 (自己受容、積極的な他者関係、環境制御力)→フェイス項目という順番であった。2020 年 5~6 月に、Web 調査への中日の大学生 543 名 (日本 298 名、中国 245 名)のデータを収集した。

結果と考察

仮説の検証に基づき、その結果は以下に集約される。まず中国側では、SNS 上での偽りの自己と心理的 well-being の相関関係は認められなかった。また、サイコパシー傾向マキャベリアニズム傾向が高くなるほど SNS 上で偽りの自己程度が高くなることが示された。一方、日本側では、SNS 上での偽りの自己の程度が高くなるほど心理的 well-being が低くなり、サイコパシー傾向が強くなるほど、SNS 上で偽りの自己程度が高くなることが示された。そして、中日両国において、自己愛には SNS 上での偽りの自己への影響を見られず、中日間で SNS 上での偽りの自己の差が見られなかった。

総括で言えば、全体の研究参加者からは、ある程度の SNS 上での偽りの自己が報告されており、先行研究と比べ、SNS 上での偽りの自己を持つ人は多くの存在が示された。また、本研究では SNS 上での偽りの自己の一部が人格の消極的な側面によって引き起こされていることを示し、それが心理的 well-being に負の影響を及ぼすことも確証できた。

本研究では特定の SNS に限定せず、SNS の使い分けを検討することもなかった。SNS の種類によって、SNS の使用と well-being の関係についてバイアスが生じる可能性があるため、SNS を 1 つに限定した上でさらなる研究が必要と考えられる。また、先行研究を含めて今回の測定した SNS 上での偽りの自己尺度には自己のポジティブな面を過大に表現するという行動が測定できなかった。既存の尺度の上、「過度な自己呈示」、「嘘で自己を飾る」のようなことも測定できれば、本研究に述べている「SNS 上での偽りの自己」により一層合致すると考えられる。

以上の課題点を修正した上、将来的には国際比較を含めたより多角的な視点から一般的な研究成果が産出されることが期待される。(社会心理学)