

## 序と目的

近年、スマートフォンの普及はかなり進んでおり、小学生のうちから持っていることも珍しくない。高校生や大学生になると、持っていない人のほうが少なく感じることもさえる。そんな中スマートフォンで配信されているゲーム、いわゆるスマホゲームもまた多くの人に触れられている。こういったスマホゲームは基本無料で遊びやすいものが多い。しかしながら、課金要素のあるものやオンライン上での他人とのつながりが多いものもあり、様々なメディアで「悪影響である」とされているのをよく目にすることがある。例えば、NHK(2021)では、子供のネット依存やゲーム障害について取り扱われている。こういった考えが広まりメジャーになれば、メーカーにもユーザーにとっても望ましくはないだろう。そこで、本研究ではスマホゲームが与える影響についてどのように考えられており、実際に人にどのように影響を及ぼす場合があるのかを、スマホゲームやゲームそのものを取り扱った論文を調査し検討していく。

## 方法

本研究はスマートフォンゲームやゲームについて取り扱っている論文や研究を引用し、総括および考察を行っていくものである。今回使用したのは、佐藤・渡邊(2019)による「パーソナリティ特性がスマートフォンゲーム依存傾向に及ぼす影響：利用動機に着目して」、若山・古池(2021)による「スマートフォンによるゲームが青少年に及ぼす影響」、山下(2019)による「スマートフォンゲームプレイヤーのゲーム内および現実世界での対人行動と課金との関連について」の3編である。これらを総括し、考察を行った。

## 結果・考察

第1にスマホゲームが青少年に及ぼす影響について検討していく。若山・古池(2021)は、日本において小学校高学年程度からすでにスマートフォンの利用は日常生活に組み込まれており、学校から帰宅してから就寝するまでの間にスマートフォンを利用したゲームや動画視聴に数時間費やしているために、就寝・睡眠時間に重大な影響を及ぼしていると推測しているが、実際に睡眠時間に影響が及んでしまうとすれば悪影響であると考えられる1つの要因となり得るだろう。しかし、山下(2019)では、ゲームとの接触と友人の数との関連が見られないことや、社会性や引きこもりの傾向に関して、ゲームとの接触が影

響を及ぼしているのではなくもともと社会性が低い青少年がゲームに接触しているという逆の因果の方向があるとする研究に触れている。これらから、スマホゲームに限らずゲームそのものが青少年に与える影響は多かれ少なかれ存在している可能性が高く、それが良いものであるとは限らない、と考察する。

第2に人格とゲームとの関係性について検討していく。佐藤・渡邊(2019)は、スマホゲームの利用状況の調査を行い、スマホゲーム利用動機尺度、スマホゲーム依存傾向測定尺度、Big Five 尺度短縮版についてそれぞれ評定することで、これらの関係性を検討し、パーソナリティ特性がスマホゲーム依存に及ぼす全体的傾向として「外向性」、「開放性」、「誠実性」の3つの過程が明らかになったことを示した。それぞれを見た結果、あくまで人格とゲームとの関係性についてのみの視点ではあるが、青少年がゲームにより人格や性格が変わるとは考えにくく、人格とゲームとの関係性については、ゲームによって人格が影響を受けるというよりも、その人の人格や性格によってゲームとの付き合い方が変わるのではないか、と考察する。

第3にゲームへの課金に伴う影響について検討していく。山下(2019)は、ゲーム内での社交性は課金者のほうが非課金者に比べて高く、逆にゲーム内での交流を拒否する傾向は非課金者のほうが高いとしており、課金額が多い人ほどゲーム内での社交性は高くなる傾向にあるともしている。また、課金者のほうが現実世界における賞賛獲得欲求が高く、課金額が多いほどそれが高くなることも示している。これらから、ゲームに課金することで影響を受けるといっても、現実世界においてなんらかの経緯があった上で課金をする人が多いのではないかと考察したが、行き過ぎた場合には引きこもりの傾向を引き起こすとも考えられ、ゲームへの課金が悪影響を及ぼすことがあることは忘れてはならない。

## まとめ

以上を踏まえて考察すると、人格形成期にある青少年はゲームとの付き合い方に気を付ける必要があり、現実世界での会話を大事にすることなどで、人間関係の形成をより大切にすることが必要であると考えた。しかし、私の解釈や考えは実際にデータを取って確認したものではないため不確実で信頼性の薄いものであると思う。今後、質問紙調査などを行い、より信頼性の高い研究をすべきであろう。

スマートフォンゲームが人に与える影響  
—論文レビューによる検討—

学籍番号 16hp137  
氏名 山本悠介  
指導教員 長野祐一郎

## 1. はじめに

近年、スマートフォンの普及はかなり進んでおり、小学生のうちから持っていることも珍しくない。高校生や大学生になると、持っていない人のほうが少なく感じることもさへある。そんな中スマートフォンで配信されているゲーム、いわゆるスマホゲームもまた多くの人に触れられている。こういったスマホゲームは基本無料で遊びやすいものが多い。しかしながら、課金要素のあるものやオンライン上での他人とのつながりが多いものもあり、様々なメディアで「悪影響である」とされているのをよく目にすることがある。例えば、NHK (2021)では、子供のネット依存やゲーム障害について取り扱われている。こういった考えが広まりメジャーになれば、メーカーにもユーザーにとっても望ましくはないだろう。そこで、本研究ではスマホゲームが与える影響についてどのように考えられており、実際に人にどのように影響を及ぼす場合があるのかを、スマホゲームやゲームそのものを取り扱った論文を調査し検討していく。

## 2. スマホゲームが青少年に及ぼす影響についての検討

まずは、よく議論がなされているゲームが青少年に対して及ぼす影響について検討する。若山・古池 (2021)は、内閣府が行った調査の結果をもとに、日本において小学校高学年程度からすでにスマートフォンの利用は日常生活に組み込まれており、学校から帰宅してから就寝するまでの間にスマートフォンを利用したゲームや動画視聴に数時間費やしているために、就寝・睡眠時間に重大な影響を及ぼしている、と推測しているが、実際に睡眠時間に影響が及んでしまうとすれば、十分な睡眠が得られず成長を阻害することに繋がる上に、次の日の活動に支障をきたす場合もあるため、それは悪影響であると考える 1 つの要因となり得るだろう。また、若山・古池 (2021)は、大学生のゲームアプリの利用について、その頻度や課金の有無などの状況と、大学生活に及ぼす影響を明らかにするために大学生 1 年生 111 名を対象に質問紙調査を行っている。その内有効回答数は 108 名あり、全員スマートフォンを所持しており、ゲームアプリの利用経験者は 97.2%にも及んでいた。その調査ではゲームアプリの利用時間、ダウンロード数、課金の有無は大学生活への適応に影響を及ぼしている可能性があるとしており、これらの 3 つの要素はゲームアプリの利用に際して、日常生活に負の影響を及ぼす危険因子となる可能性がある、としている。

こういった調査結果を見ると、スマホゲームの利用は悪影響を及ぼすことが多いのかと考えられてしまうが、山下 (2019)では、ゲームとの接触と友人の数との関連が見られないことや、社会性や引きこもりの傾向に関して、ゲームとの接触が影響を及ぼしているのではなくもともと社会性が低い青少年がゲームに接触しているという逆の因果の方向があるとする研究に触れている。こちらでは、電子ゲームが及ぼす影響について、主に青少年への影響を中心に活発な議論がなされてきたが、

対人関係において悪影響を与えるという説には賛否両論あるとしており、それらについては、スマホゲームが新規のメディアであるがゆえに、研究の蓄積が十分ではないことが原因であり、一貫した知見が得られていないためである、としている。

これらをもとにスマホゲームが青少年に与える影響について私なりに考察することにする。まず、そもそも影響を与えているかどうかに関して言えば、与えている場合が多いと考えられるだろう。それは社会性や新生活への適応といった面においてではなく、若山・古池 (2021)で示されているように、就寝・睡眠などの時間といった、生活そのものへの影響である。大学生のほとんどがスマホゲームを利用しており、ゲームをプレイすることに時間を割いているということは、その分他の時間を減らしているとも言えるだろう。それが勉強、アルバイト、睡眠といった、一般に有益だとされる時間なのであるとすれば悪影響だと考えることが出来る。対して、社会性や新生活への適応といった面において言えばどうか。これは、良い影響を与えている場合もあれば悪い影響を与えている場合もあるため、一概に悪影響であると断定は出来ないと思われる。山下 (2019)は、中学生がゲームで遊ぶことでシャイネスが改善された場合や、高校生の中でゲームがコミュニケーションツールとして機能し、共感性を高めることや社会的不安を軽減する場合があることを示しているが、そのようにスマホゲームの利用がポジティブな影響を及ぼす側面もあることがわかる。

以上のことから私は、スマホゲームに限らずゲームそのものが青少年に与える影響は多かれ少なかれ存在している可能性が高く、それが良いものであるとは限らないため、より多く研究を進めることで深い知見を得ることが重要であり、対策を講じる必要があると考える。

しかしここで疑問となるのは、すべての人がゲームによって影響を受けるわけではないという点である。前述したように、悪影響を受ける人もいれば、逆に良い影響を受ける人もいる。また、影響を受ける人と受けない人との間にはどのような差があるのかが気になった。

山下 (2019)でゲームを利用したことで社会性が低くなったのではなく、もともと社会性が低い青少年がゲームに触れている場合があると述べられていることについては前述したが、この場合はゲームからはこれといって影響を受けていない可能性が高いと考えることが出来る。これは、ゲームを利用したことで人格が影響を受けたと考えられていたために巻き起こった議論であるが、そもそも、その人の人格や性格とゲームとの間に関係性はあるのだろうか。

そこで、人格とゲームとの関係性について調べを広げてみると、佐藤・渡邊 (2019)ではパーソナリティ特性がスマホゲームの利用を介してスマホゲーム依存傾向に及ぼす影響について検討されていることが分かった。つまり、先ほどまでの論文とは異なり、逆に人格がゲームの利用に影響している可能性を示したのだ。ここからは、人格とゲームとの関係性について検討していく。

### 3. 人格とゲームとの関係性についての検討

佐藤・渡邊 (2019)は、大学生 431 名に対して、スマホゲームの利用状況の調査を行い、スマホ

ゲーム利用動機尺度、スマホゲーム依存傾向測定尺度、Big Five 尺度短縮版についてそれぞれ評定してもらうことで、これらの関係性を検討していた。その結果、パーソナリティ特性がスマホゲーム依存に及ぼす全体的傾向として3つの過程が明らかになったことを示した。

1つ目は、外向性が友人関係や趣味趣向を介してスマホゲーム依存傾向に影響を与えていたということである。外向性とは社交性や活動性や積極性を示すパーソナリティ特性であり、これが高い学生は友人同士でゲームを誘い合い、共に楽しむといった、友人関係面の動機によりスマホゲーム依存傾向が高まるのだとしている。これについて、スマホゲームを友人間での共通ツールとして用いることで人間関係の形成に一役買っているため、ゲームが良い影響を及ぼしているとも言える例であるのではないかと私は考えた。しかし、これに依存し過ぎている場合は良いとも言い難いようにも思える。また、時折社会現象になるほどに人気なゲーム(ポケモン GO やモンスターストライクなどは、こういった背景によりプレイ人口が増えていったとも考えられる。

2つ目は、開放性が承認動機や趣味趣向を介してスマホゲーム依存傾向に影響を与えていたということである。開放性とは、知的好奇心の強さや想像力や新しいものへの親和性を示すパーソナリティ特性であり、これが高い学生はゲームのキャラクターや声優、音楽などが自身の好みに合うと利用動機が高まり依存傾向も高まるとしている。また、開放性が高い場合、ゲームの上達や対戦ゲームで相手に勝つことで承認欲求を満たしたいという動機も高くなり、より依存傾向が高まると考えられている。これについて、開放性が高い人はよりゲームにのめり込むことがあり、ゲームから影響を受けやすいのではないかと私は考えた。また、山下 (2019)は、ゲームへの課金をしている人ほどゲーム依存傾向が強いことを示しており、課金をしている人ほどスマホゲームのプレイ回数も多くなっているとも示している。つまり、開放性が高い人ほどスマホゲームに対して消費する時間や金額が多くなるのではないかと、とも考えられる。

3つ目は、誠実性が利用動機を介さずにスマホゲーム依存傾向に影響を与えていたということである。誠実性が高い学生は達成することへの意思や真面目さ、責任感の強さといった特徴から、スマホゲームへの依存傾向を低減させやすいとしている。つまり、誠実性が高い場合、そもそも課題や勉強、アルバイトといった、やらなければならないことに対して時間を消費するため、スマホゲームに割く時間が減るといったことなのだと考えた。

以上のことから、人格とゲームとの関係性については、ゲームによって人格が影響を受けるというよりも、その人の人格や性格によってゲームとの付き合い方が変わるのではないかと、という考えが私の見解である。これはあくまで人格とゲームとの関係性についてのみの視点ではあるが、青少年がゲームにより人格や性格が変わるとは考えにくいのではないだろうか。

ここでさらに感じた疑問は、先ほど少し触れたように、スマホゲームへの課金の有無にゲーム依存傾向との関連があるということだ。ゲームへの課金衝動は、ゲームが人に及ぼす影響の1つであると考えられることが出来るため、どういった人がゲームに課金をする傾向にあるのか、それによってさらに影響を受けることはあるのかをここから検討していく。

## 4. ゲームへの課金に伴う影響の検討

山下 (2019)では、スマホゲームプレイヤーのゲーム内および現実世界での対人行動と課金との関わりについて調査されており、まず、ゲーム内での社交性(他のプレイヤーとの交流等)は課金者のほうが非課金者に比べて高く、逆にゲーム内での交流を拒否する傾向は非課金者のほうが高いという結果が示されている。また、課金者の中でも、課金額が多い人ほどゲーム内での社交性は高くなる傾向にあるようだ。これは、課金をしている人というのは、そのゲームにより入り込んでいる傾向にあるのではないかと私は思う。先ほどの開放性が高い人ほどスマホゲーム依存傾向にあるという結果とも結びつくが、そのゲームの世界に自分がいる感覚があり、他のプレイヤーと交流することでそれをより高めているのではないかと思うからだ。さらに、山下 (2019)は、課金者のほうが現実世界における賞賛獲得欲求が高く、課金額が多いほどそれが高くなることも示している。これはつまり、現実世界において満足できていない場合に、ゲームに課金をして周りとの差をつけることでゲーム世界において承認欲求を満たす、ということだ。この行為を通してよりゲーム世界に入り込むことになるのではないかと考えられる。また、山下 (2019)はこの調査によって得られた結果は課金者の顕著な特徴というよりも、あくまで課金者と非課金者とを比べた相対的なものとして解釈する必要があるとも述べているため、留意しなくてはならないだろう。

以上のことから、ゲームへの課金に伴う影響については、ゲームに課金することで影響を受けるといっても、現実世界においてなんらかの経緯があった上で課金をする人が多いのではないかと、というのが私の見解である。友人間での共通ツールとしてスマホゲームを利用している場合は、その場の話の流れにより皆で課金をする可能性があるし、そのゲームを運営している企業を応援する意味で課金をする人や、ストレス発散のためにする人もいるだろう。しかし、これらはあくまでも行き過ぎたいい場合の話である。ゲームへの課金を通してよりゲームの世界に入り込む可能性を先ほど述べたが、これは行き過ぎた場合に引きこもりの傾向を引き起こすのではないかと考えられる。ゲームに課金することで承認欲求を満たし、のめり込むようにプレイをしていき、そちらに割く時間が増えていき、現実世界に満足出来なくなり、また課金をする、という負のスパイラルに入り込んでしまう可能性があるためだ。このように、ゲームへの課金が悪影響を及ぼす可能性を孕んでいることは忘れてはならないだろう。

## 5. おわりに

ここまで、スマホゲームが青少年に与える影響、人格とゲームとの関係性、ゲームへの課金に伴う影響についてそれぞれ検討してきたが、これらを踏まえて私が感じたことは、やはり人格形成期にある青少年はゲームとの付き合い方に気を付ける必要がある、ということである。もちろん、悪い影

響を与えるばかりではなく、人間関係の形成に役立つこともある。しかし、実生活においての時間やお金の消費、それ以外にも様々な危険性をも持ち合わせていることは事実であり、考えねばならない問題であろう。

私の考えは、現実世界での会話を大事にすることが重要なのではないかと、ということだ。つまり、家族での会話でも友人との会話でもいいが、人間関係の形成をより大事にすることが必要なのだという考えだ。おそらく、ゲームから悪影響を受ける人は、その人にとってゲームの世界のほうが居場所になっているのではないかと考えられるため、現実世界での居場所をきちんと作ってあげること、承認欲求を満たすこともストレス発散をすることも、ゲームをすること以外の方法を取ることが出来るようになるのではないかと思う。しかし、私の解釈や考えは実際にデータを取って確認したものではないため不確実で信頼性の薄いものであろうと思う。今後、質問紙調査などを行い、より信頼性の高い研究をすべきであると思う。

## 引用文献

NHK NEWS WEB (2021). もうひとつの“緊急事態” 子どものネット依存・ゲーム障害  
<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20210128/k10012835091000.html> (2021年11月閲覧).

佐藤祐樹・渡邊舞 (2019). パーソナリティ特性がスマートフォンゲーム依存傾向に及ぼす影響：  
利用動機に着目して 北星学園大学社会福祉学部北星論集, 56, 25-38.

若山桃子・古池雄治 (2021). スマートフォンによるゲームが青少年に及ぼす影響  
茨城大学教育学部紀要(教育科学), 70, 399-404.

山下玲子 (2019). スマートフォンゲームプレイヤーのゲーム内および現実世界での対人行動と課金との関連について コミュニケーション科学, 050, 113-131.