

先端科学技術研究科 修士論文要旨

所属研究室 (主指導教員)	ソーシャル・コンピューティング (荒牧 英治 (教授))		
学籍番号	2411159	提出日	令和 8年 1月 19日
学生氏名	祖父江 智子		
論文題目	ソーシャルメディアと幸福感:ソーシャルメディア断ち介入研究		
要旨			
近年、ソーシャルメディア利用が人々の幸福感に及ぼす影響を明らかにすることの重要性が高まっているが、これまでの研究では一貫した結論は得られていない。この背景には、ソーシャルメディア利用が単一の行動ではなく、利用プラットフォーム、利用目的、および利用行動といった複数の要素から構成されており、その違いによって幸福感との関連が異なる可能性があることが挙げられる。本研究では、まず16日間の観察研究を実施し、利用プラットフォーム、利用目的、および利用行動と幸福感との関連を検討した。その結果、LINE利用における幸福感との正の関連や、逃避目的における負の関連、さらに投稿行動における正の関連など、要素ごとに異なる関連が示唆された。これらの知見を踏まえ、観察研究では捉えきれない因果関係を検討するためにソーシャルメディア断ち介入研究を実施した。その結果、逃避目的での投稿行動では幸福感が低下した一方、情報収集目的での閲覧行動では幸福感が向上するなど、利用行動および利用目的によって異なる幸福感との因果関係が示唆された。以上の結果は、ソーシャルメディア利用を要素ごとに区別して理解する必要性を示し、より健康的な利用のあり方を検討するための知見を提供する。			