

# ソーシャル・ネットワーキング・サービス (SNS) 利用が 大学生の人生の意味と人生満足度に与える影響

<sup>1</sup> 濱野 佐代子 <sup>2</sup> 浦田 悠

<sup>1</sup> 帝京科学大学 生命環境学部 アニマルサイエンス学科 <sup>2</sup> 大阪大学 全学教育推進機構 教育学習支援部

The Effect of Social Networking Service on Meaning in Life  
and Satisfaction with Life in University Students

<sup>1</sup> Sayoko HAMANO <sup>2</sup> Yu URATA

<sup>1</sup> Teikyo University of Science, Department of Animal Sciences

<sup>2</sup> Osaka University, Center for Education in Liberal Arts and Sciences

The primary objectives of this study were to shed light on social networking service (SNS) usage, and to investigate the effect of SNS usage on university students' meaning in life and satisfaction with life. In this study, 146 students in the 3<sup>rd</sup> grade in a university in Tokyo completed a set of questionnaires. The instruments included a questionnaire on the usage and intended use of SNS, the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) (divided into presence of and search for meaning in life factors) (Steger et al., 2006) and the Satisfaction with Life Scale (SWLS) (Diener et al., 1985). Many students used the SNS LINE and Twitter to communicate with their friends. A covariance structure analysis indicated that LINE had a significant direct positive effect on the "presence" factor; and a significant indirect positive effect on the SWLS score, mediated by the "presence" factor. Additionally, communication with friends, and the sense of the achievement of playing a game, had a significant direct positive effect on the "search" factor.

Keywords : Social Networking Service, Meaning in life, Satisfaction with life, University Students

## 問題と目的

現在、携帯電話やスマートフォンを用いたコミュニケーションツールの簡素化や、インターネット普及率の上昇やソーシャル・ネットワーキング・サービス (SNS) の充実など、大学生を取り巻く環境が複雑に変化し生活に影響を及ぼしてきている。SNSとは、「Social Networking Service (ソーシャル・ネットワーキング・サービス) の略。登録した利用者だけが参加できるインターネットの Web サイトのこと。」<sup>1)</sup> である。日本におけるインターネット人口普及率は 82.8% であり、端末別インターネット利用状況は、「自宅のパソコン」が 58.4% と最も多く、次いで「スマートフォン」(42.4%)、「自宅以外のパソコン」(27.9%) であり、インターネットの利用目的については、家庭内からの利用は、「電子メールの送受信」が 69.9% と最も多かった<sup>2)</sup>。最近では、スマートフォンの普及率の向上から、SNS への登録や参加が急激に増加してきた。その中でも、LINE、ツイッター、フェイスブック、ブログ、オンラインゲームなどは若者の生活の一部となっている。また、インターネットにおける動画視聴や Web 上のページを閲覧することも普段の生活に

取り込まれてきている。ネットツールの特性によって、ユーザー同士が同期的にネットにアクセスした状態で即時的なやりとりを行う同期ツールと、個々のユーザーが好きな時間にアクセスしてやり取りを行う非同期ツールがあると指摘されている<sup>3)</sup>。

特に、LINE は、LINE 株式会社が提供しているスマートフォンやガラケー (フューチャーフォン)、パソコンに対応したコミュニケーションツールアプリであり、チャットや通話が無料で出来るものである。無料で手軽にダウンロードできるので、大学生への普及率は極めて高い。また、LINE は、各年代ともソーシャルメディア利用者のうちの大半が利用し、フェイスブックは 20 代の利用率が 61.1% と高く、ツイッターは 10 代 20 代の利用率が各 49.3%、53.8% と高くなっている<sup>4)</sup>。LINE は、携帯している機器でたえずインターネット環境にアクセスしており、相手からの返信をすぐに知ることができるという状態から、同期ツールと非同期ツールの両方の特徴を備えたツールであると考えられる。その他に、スマートフォンの普及に伴い、アプリやオンラインを通じたゲームの普及も著しい。2014 年現在、オンラインゲーム・ソーシャルゲームに費やす平

日1日の平均時間は、20代の男性で108.7分、女性で80.2分、休日1日の平均時間は、20代の男性で180.8分、女性で129.8分であった<sup>4)</sup>。

では、大学生のSNS利用状況に關与する要因は何であろうか。SNSの利用に關しては、友人との最速のコミュニケーションをとれることがSNS使用の主な理由であった<sup>5)</sup>。SNS上の情報共有に關しては、ユーザーのアイデンティティを基盤とした愛着が影響することが分かっている<sup>6)</sup>。大学生の自己発見や娯楽、社会的強化、対人のつながり保有欲求は、SNS上の広汎な適応に肯定的な影響を及ぼしていた<sup>7)</sup>。このように、SNS利用は、大学生の対人関係やアイデンティティ形成に一役かっていると考えられる。一方で、近年は、SNS利用による否定的な側面に焦点を当てた研究も散見される。常にコミュニケーション環境につながっているSNSユーザーは、圧倒される量の社会的欲求に注意をむけなければならないのでSNS疲労を起こす可能性があり、情報負荷、コミュニケーション負荷、システム特徴負荷がSNS疲労に影響するストレスとなることが明らかにされている<sup>8)</sup>。絶えずインターネットにアクセスした状態で場所と時間を選ばないSNSを通じたコミュニケーションは、休む間もない対人関係環境を作ることで、多くのユーザーに負担を与える側面があることが示唆される。

これまで、SNSの心理的影響を検討する上で、人生満足度との関連が多く検討されてきた。例えば、SNS利用が大学生の人生満足度に与える影響については、同期ツールの使用は、ネット上の異性友人数を介して情報系専門学生の人生満足度を高めたが、反対に、人生満足度に対して負の直接効果を持っていた<sup>3)</sup>。また、SNSの友人の数、支持的な相互作用、肯定的な感情、社会的サポートの感覚、共同体意識と人生満足度は肯定的な関連があり、支持的な相互作用は肯定的な感情を促進し、肯定的な感情は社会的サポートの感覚を媒介して間接的に共同体意識や人生満足度を促進したことが明らかとなっている<sup>9)</sup>。

また、この人生満足度については、より大きな価値観・人生観としての人生の意味と密接な関連を有することがかねてから指摘されてきている<sup>10)</sup>。この人生の意味には、人生に意味があると感じるという「保有 (presence)」の側面と、人生の意味を見出すことに動機づけられるという「探求 (search)」の側面の2つがあることが示されており、それぞれが精神的健康に対して異なる影響を持つことが示さ

れてきた<sup>10)</sup>。これらから、日常的なSNSの利用は、ポジティブあるいはネガティブな感情に影響を与えるとともに、人生の意味の保有や探求などのより大きな枠組みへ影響していることが推測される。

以上を踏まえると、SNS利用が心理に与える影響については、それをどのような目的でどの程度日常的に利用しているのかということも含めた利用状況も考慮した上で、人生満足度や人生の意味への影響を検討する必要がある。そこで、本研究では、SNSの1日平均使用時間と使用理由やゲームへの態度が、人生の意味尺度の意味保有因子、意味探求因子を介して、人生満足度に影響を与えるという仮説モデルを検証する。

## 方 法

### 調査協力者

東京都内の私立大学の教育学系専攻の大学生を対象に質問紙調査を行った。調査期間は、2014年10月であった。普通教室にて、調査への参加の任意性とプライバシーの保護について説明した後、集団調査を実施しその場で回収した。また、質問内容の安全性に關しては、心理学を専門とする大学教員3名で協議し検討した。本調査の回収率は、全体で約96.1%であった。有効回答率は、98.6%であった。調査対象者は、大学生3年146名（男性62名、女性84名）であった。

### 調査内容

**大学内外の活動：**大学内外の活動について、自分の大学のクラブやサークル、ピアサポーター（大学生同士のサポートを担当する学生）、他大学のクラブやサークル、趣味のサークル、アルバイト、ボランティアの選択肢から、行っている活動に關して全てを選択してもらった。

**インターネットの1日の平均使用頻度と使用時間：**使用頻度の種類は、LINE、オンラインゲーム、Eメールの読み書き（携帯電話、スマホ）、ツイッター、Webページを見る、動画を見る、フェイスブック、ブログを見るの7つであった。使用理由の種類は、大学の勉強、大学の課題や宿題、好きなことを調べる、ネット上で出会った友人とのやりとり、家族とのやりとり、友人とのやりとり、新しい友達を作る、ひまつぶしの8つであった。1日平均使用時間の先行研究での選択肢<sup>11)</sup>を参考に「まったくしない」「0～5分未満」「5分～15分未満」「15分～30分未満」「30

分～1時間未満」「1～2時間未満」「2～3時間未満」「3時間以上」の8件法で回答を求めた。

**ゲームへの態度：**事前に行った予備調査の自由記述から得られた内容を参考に作成した。“ゲーム(機器、ネット、アプリ)に打ち込んでいる”、“現実にはできないことをゲームでしたい”、“ゲーム(機器、ネット、アプリ)に夢中である”、“ゲーム(機器、ネット、アプリ)をすることで達成感が得られる”の全4項目について、「5:そう思う」～「1:そう思わない」までの5件法で回答を求めた。

**人生の意味：**The Meaning in Life Questionnaire (MLQ)<sup>10)</sup>の日本語版である「人生の意味尺度」<sup>12)</sup>の全10項目を使用した。本尺度は、意味保有因子(5項目)と意味探求因子(5項目)の2因子から構成されている。意味保有因子の質問項目は、“私は自分の人生の意味を理解している”、“私の人生には、はっきりとした目的がある”、“自分の人生が有意義なものであると十分に感じている”、“私は充実した人生の目標を見出している”、“私の人生にはっきりとした目標はない(逆転項目)”、意味探求因子の質問項目は、“私は人生を有意義なものにする何かを見つけたいと思っている”、“私はいつも人生の意味を見つけたいと思っている”、“私はいつも自分の人生を有意義にする何かを探している”、“私は自分の人生の目的や目標を探している”、“私は自分の人生の意味を見つけようとしている”であった。回答方法は、「7:非常によく当てはまる」～「1:まっ

たくあてはまらない」までの7件法で回答を求めた。各因子項目の得点の合計を意味保有因子下位尺度得点、意味探求因子下位尺度得点として使用した。

**人生満足度：**The Satisfaction with Life Scale (SWLS)<sup>13)</sup>の日本語版である「人生満足度尺度」<sup>14)</sup>の全5項目を使用した。質問項目は、“ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い”、“私の人生は、とてもすばらしい状態だ”、“私は自分の人生に満足している”、“私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた”、“もう一度人生をやり直せるとしても、ほとんど何も変えないだろう”であった。「7:非常によく当てはまる」～「1:まったくあてはまらない」までの7件法で回答を求めた。5項目の得点の合計を人生満足度尺度得点として使用した。

統計の解析は、IBM社のSPSSとAmos(Ver.20)を用いて行った。

## 結果

### 各尺度の信頼性の検討

人生満足度尺度( $M=18.71$ 、 $SD=6.75$ )、意味保有下位尺度( $M=19.98$ 、 $SD=6.39$ )、意味探求下位尺度( $M=23.50$ 、 $SD=6.32$ )の内的一貫性を確認するために、Cronbachの $\alpha$ 係数を用いて検討した。 $\alpha$ 係数による分析では全ての因子で高い $\alpha$ 係数が得られた(人生満足度 $\alpha=.86$ 、意味保有 $\alpha=.84$ 、意味探求 $\alpha=.87$ )。アメリカの大学生を対象に行った調査では、意味保有( $M=24.1$ 、 $SD=6.7$ )と意味探求( $M=24.5$ 、 $SD=6.6$ )であり<sup>15)</sup>、人生満足

Table 1 SNSの1日の平均使用頻度の割合(%)

	LINE	オンラインゲーム	(携帯電話、スマホ) Eメールの読み書き	ツイッター	Webページを見る	動画を見る	フェイスブック	ブログを見る
まったくしない	1.4	44.5	37.7	14.4	6.8	18.5	52.1	59.6
0～5分未満	2.7	6.2	20.5	7.5	4.1	8.2	18.5	15.8
5～15分未満	10.3	5.5	13.7	8.9	13.7	6.8	8.2	8.9
15～30分未満	9.6	8.9	6.8	10.3	15.8	16.4	5.5	6.2
30～1時間未満	15.1	6.8	4.8	13.0	14.4	15.1	4.1	4.1
1～2時間未満	13.0	9.6	4.8	21.9	17.8	13.7	5.5	2.1
2～3時間未満	9.6	7.5	0.7	4.1	10.3	7.5	2.7	0.7
3時間以上	38.4	11.0	11.0	19.9	17.1	13.7	3.4	2.7

Table 2 SNSの1日の平均使用理由の割合 (%)

	大学の勉強	大学の課題や宿題	好きなことを調べる	友人とのやりとり ネット上で出会った	家族とのやりとり	友人とのやりとり	新しい友達をつくる	ひまつぶし
まったくしない	63.0	46.6	4.8	72.6	34.9	19.9	77.4	9.6
0～5分未満	9.6	9.6	1.4	5.5	18.5	4.8	6.2	4.1
5～15分未満	9.6	11.0	10.3	4.8	13.0	13.7	4.8	8.2
15～30分未満	4.8	16.4	22.6	5.5	11.6	15.1	5.5	13.0
30～1時間未満	7.5	11.6	26.7	4.8	10.3	11.0	2.7	17.8
1～2時間未満	0.7	2.7	15.8	1.4	4.1	8.2	1.4	12.3
2～3時間未満	0.7	0.7	3.4	0.7	3.4	4.8	0.0	8.2
3時間以上	4.1	1.4	15.1	4.8	4.1	22.6	2.1	26.7

度尺度得点 ( $M=23.0$ ,  $SD=6.4$ ) であった。どの尺度得点もアメリカの大学生の平均値よりも低い結果となった。

### SNSの1日の平均使用頻度と使用理由

各項目の使用頻度の割合を Table 1、使用理由の割合を Table 2 に示す。

### ゲーム項目の記述統計

ゲーム項目における平均値は“ゲームに打ち込んでいる”が 3.21 ( $SD=1.39$ )、 “現実にはできないことをゲームでしたい”が 2.90 ( $SD=1.49$ )、 “ゲームに夢中である”が 3.10 ( $SD=1.45$ )、 “ゲームをすることで達成感が得られる”が 3.97 ( $SD=1.04$ ) であった。

### 大学内外の活動と人生の意味、人生満足度との関連

各大学内外の活動の有無を独立変数、意味保有

因子、意味探求因子、人生満足度尺度得点を従属変数とした平均値の差の検定を  $t$  検定にて行った結果、人生満足度の得点のみ有意差が見られ、大学内のクラブやサークル活動を行っている学生の方が ( $M=20.91$ ,  $SD=6.53$ ,  $n=46$ )、活動していない学生 ( $M=17.70$ ,  $SD=6.63$ ,  $n=100$ ) よりも人生満足度得点が有意に高かった ( $t(144)=2.73$ ,  $p<.01$ )。

### SNSの使用、ゲーム項目の性差の検討

各 SNS の項目とゲーム項目における男女差について、平均値の差の検定を  $t$  検定にて行った。SNS では、LINE、Eメールの読み書き (携帯電話、スマホ)、ツイッター、ネット上で出会った友人とのやりとり、家族とのやりとりの項目で女性の方が男性よりも平均値が有意に高かった。ゲームの項目では、“現実にはできないことをゲームでしたい”が、男性の方が女性よりも平均値が有意に高かった。“ゲームをすることで達成感が得られる”では女性

Table 3 ゲーム態度項目と SNS の使用男女別平均値 (標準偏差)

	男性	女性	$t$ 値 $df=144$
現実にはできないことをゲームでしたい	3.35 (1.48)	2.56 (1.42)	3.29**
ゲームをすることで達成感が得られる	3.73 (1.18)	4.15 (.89)	2.41*
LINE	5.47 (1.91)	6.45 (1.92)	3.07**
Eメールの読み書き (携帯電話、スマホ)	2.27 (1.95)	3.40 (2.43)	3.12**
ツイッター	3.98 (2.25)	5.43 (2.28)	3.81**
ネット上で出会った友人とのやりとり	1.53 (1.45)	2.26 (2.11)	2.48*
家族とのやりとり	2.40 (1.87)	3.27 (2.01)	2.63*

注) ( ) 内は標準偏差 \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

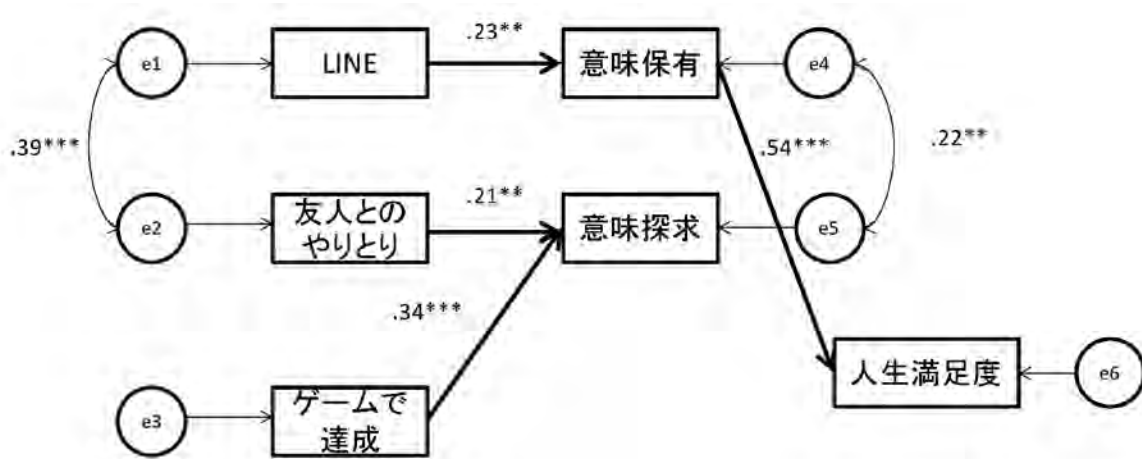


Figure 1 SNS とゲームへの態度が、人生の意味を介して、人生満足度に及ぼす影響  
\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

の方が男性よりも平均値が有意に高かった。有意差が認められた項目の男女別の平均値と標準偏差、 $t$  値を Table 3 に示した。

#### 人生満足度に影響を与える仮説モデルの検討

SNSとゲームへの態度が、人生の意味(意味保有因子、意味探求因子)を介して、人生満足度に及ぼす影響について検討した。仮説モデルではまず、SNSとゲームへの態度と、各尺度間の相関関係を仮定した。ここではPearsonの積率相関係数 $r$ が $\pm .2$ 以上であった変数を採用した。“意味保有”では、“LINE”( $r=.234, p<.001$ )であった。“意味探求”では、“友人とのやりとり”( $r=.252, p<.001$ )と、“ゲーム(機器、ネット、アプリ)をすることで達成感が得られる(ゲームで達成)”( $r=.366, p<.001$ )であった。各尺度間のPearsonの積率相関係数 $r$ は以下の通りである。“意味保有”と“意味探求”( $r=.276, p<.001$ )、“意味保有”と“人生満足度”( $r=.541, p<.001$ )は、有意な正の相関を示した。“意味探求”と“人生満足度”では有意な相関は認められなかった。これらの変数を用いて、“LINE”、“友人とのやりとり”と“ゲームで達成”から“人生満足度”への直接効果と、“意味保有”と“意味探求”を媒介した“LINE”、“友人とのやりとり”と“ゲームで達成”から“人生満足度”への間接効果を仮定し、共分散構造分析を行った。その結果、“LINE”から“意味保有”へのパスが正の値で有意であり、“意味探求”へのパスは有意ではなかった。“友人のやりとり”から“意味探求”へのパスが正の値で有意であり、“意味保有”へのパスは有意ではなかった。“ゲームで達成”から“意味探求”へのパスが正の値で有意であり、“意味保有”へのパスは有意ではなかった。“LINE”、

“友人とのやりとり”、“ゲームで達成”から人生満足度への直接効果のパスは有意ではなかった。そこで、有意ではなかったパスを外し、再度、共分散構造分析を行った結果、モデルの適合度は高かった( $\chi^2(9)=10.12, p=.51, GFI=.98, AGFI=.95, RMSEA=.029$ )。この最終的なモデルをFigure 1に示した。“LINE”から“意味保有”への直接効果のパスは、正の値で有意となった。“友人とのやりとり”、“ゲームで達成感”から“意味探求”への直接効果のパスは、正の値で有意となった。“LINE”から“人生満足度”への直接効果のパスは、有意ではなかった。また、“LINE”から、“意味保有”を媒介し、“人生満足度”への間接的な効果の経路のみが有意な結果となった。

#### 考察

本研究の目的は、大学生のSNSの利用状況を明らかにし、SNS利用状況やゲームへの態度が、人生の意味を媒介し、人生の満足度に与える影響について検討することであった。

SNSの1日の平均使用頻度に関しては、LINEは、「3時間以上」が一番多く、半数以上の学生が1日平均1時間以上使用していた。また、オンラインゲームやEメールの読み書きはあまり使用していない一方で、3時間以上費やす学生もいた。ツイッターは多くの学生が長時間使用していた。また、動画やWebページは頻繁に見られていた。フェイスブックやブログは半数以上がまったく使用していなかった。フェイスブックやブログはある一定のテーマに基づいた発信の意味合いが強いので、より簡便に日常会話の双方向のコミュニケーションがとれるLINEや手軽に気ままにつぶやくことができるツイッターが、大学生

に好まれていると考えられた。男女差に関しては、女性の方が男性よりも頻繁にLINEやEメールの読み書き、ツイッターを行っていた。

SNSの1日の平均使用理由に関しては、多くの学生が大学の勉強や課題にSNSをまったく使用していなかった。多くの時間、好きなことやひまつぶしに使用されていた。SNSを使ってやりとりする主な相手は既存の友人であり、新しい対人関係を築くツールとしてはあまり使用されていなかった。男女差に関しては、女性の方が男性よりも頻繁にネット上で出会った友人とのやりとりや家族とのやりとりを行っていた。このような男女差については、どのような経緯を経てネットで出会った友人とのやりとりが成立するのかを今後調べる必要があると考えられた。

今日、スマートフォン等の携帯できるインターネット環境の普及率の増加に伴い、絶えずインターネットにアクセスした状態にさらされており、便利で迅速なコミュニケーションがとれる一方で、つながっているのに反応しないという既読無視や、あえて特定の個人にだけ情報を与えない仲間外し、誤った情報の広範囲の流布等の新たな問題が起こってきている。また、学校外の時間でも友人と絶えずやりとりが続く環境は、大学生のSNS疲労をもたらす要因にもなることが示唆される。便利なツールは人間が主導権を持って利用すべきものであり、ツールにふりまわされるとSNS疲労や対人関係のトラブル等の否定的な影響の可能性も否めない。一方、SNSとは異なるコミュニケーション環境である大学内外の活動と人生の意味、人生満足度との関連を検討した結果、大学内のクラブやサークル活動を行っている学生の方が、活動していない学生よりも人生満足度が有意に高かった。今後、これらの活動がどのように人生満足度に影響を与えるかについて検討する必要がある。

SNS利用状況やゲームへの態度が、人生の意味を媒介し、人生の満足度に与える影響に関しては、LINEから意味保有に直接的に有意な正の効果が認められ、意味保有から人生満足度に有意な正の効果が認められた。LINEは、大学生の意味保有に影響を及ぼし人生満足度を高めることが分かった。このことから、LINEは、単なるコミュニケーションツールにとどまらず、人生の意味の特に意味を見出すことに一役かかっていることが示唆された。前述のように、LINEの主なやりとりの相手は友人でありLINEと友人のやりとりは高い正の相関が見出され

たものの、友人とのやりとりは人生の意味の意味探究にのみ正の相関が見出された。フェイスブックの研究では、社会資本としてSNSを利用している場合には直接的に人生満足度を上げるが、受け身的にコンテンツを消費している場合は、嫉みの感情を増加させ人生満足度を下げる<sup>16)</sup>ということが分かっており、また、先述したようにコミュニケーション負荷によりSNS疲労を起す<sup>8)</sup>ことから、友人とのやりとりの質により、意味保有や人生満足度に効果的であったり、否定的であったりすることが示唆された。“ゲームをすることで達成感が得られる”に関して、意味探究には影響を与えていたが、意味保有を介して人生満足度を上げるには至らなかった。ゲームで瞬間的には達成感を得られたとしても、人生の意味を保有することができないということが示唆された。意味探求が精神的健康に関わる概念と負の相関を持つ<sup>10)</sup>ことが多いことが先行研究でも示唆されており、本研究でも意味探求は人生満足度を高めることはなかった。以上から、LINEは、大学生の意味保有に影響を及ぼし人生満足度を高めることが分かったが、どのようなメカニズムで人生の意味の保有に影響を与えるかについては、今後詳細な検討が課題となる。

## 引用文献

1. 総務省：用語辞典、国民のための情報セキュリティサイト. Retrieved from [http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/joho\\_tsusin/security/glossary/11.html#s](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/security/glossary/11.html#s) (2016年1月31日), 2013.
2. 総務省：第3節インターネット利用動向 第5章 情報通信の現状 平成26年度版 情報通信白書. Retrieved from <http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h26/pdf/n5300000.pdf> (2016年1月31日), 2014.
3. 安藤玲子, 坂元 章, 鈴木佳苗, 小林久美子, 檜淵めぐみ, 木村文香：インターネット使用が人生満足感と社会的効力感に及ぼす影響：情報系専門学校男子学生に対するパネル調査. *パーソナリティ研究*, 13 (1) : 21-33, 2004.
4. 情報通信政策研究所：平成26年情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書. Retrieved from [http://www.soumu.go.jp/menu\\_news/s-news/01icp01\\_02000028.html](http://www.soumu.go.jp/menu_news/s-news/01icp01_02000028.html) (2016年1月31日), 2014.
5. Bicen, H.: Determination of university students' reasons of using social networking sites in

- their daily life. *Social and Behavioral Sciences*. 190 : 519-522, 2015.
6. Chung,N., Nam,K., and Koo,C. : Examining information sharing in social networking communities: Applying theories of social capital and attachment. *Telematics and Informatics*. 33 (1) : 77-91, 2016.
  7. Ifinedo,P. : Applying uses and gratifications theory and social influence processes to understand students' pervasive adoption of social networking sites: Perspectives from the Americas. *International Journal of Information Management*. 36 (2) : 192-206, 2016.
  8. Lee,A.R, Son,S-M. and Kim,K.K. : Information and communication technology overload and social networking service fatigue: A stress perspective: *Computers in Human Behavior*. 55 (A) : 51-61, 2016.
  9. Oh,H.J., Ozkaya,E. and LaRose,R. : How does online social networking enhance life satisfaction? The relationships among online supportive interaction, affect, perceived social support, sense of community, and life satisfaction. *Computers in Human Behavior*. 30 : 69-78, 2014.
  10. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., and Kaler, M. : The Meaning in Life Questionnaire : Assessing the presense of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1) : 80-93, 2006.
  11. 坂元 桂, 坂本 章, 森津太子, 高比良美詠子, 足立にれか, 伊部規子, 鈴木佳苗, 勝谷紀子, 小林久美子, 波多野和彦, 坂元昂 : インターネット使用とインターネット活用能力および活用意欲と因果関係 - 中学生と高校生のパネル調査による評価研究. *教育システム情報学会誌*, 15 : 293-299, 1999.
  12. 島井哲志, 大竹恵子 : 日本版「人生の意味」尺度 (MLQ) の開発, *日本ヒューマンケア心理学会第7回大会発表論文集*, 29-30, 2005.
  13. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., and Griffin, S. : The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1) : 71-75, 1985.
  14. 大石繁宏 (2009). 幸せを科学する - 心理学からわかったこと - 新曜社, 2009.
  15. Steger, M. F., Kawabata, Y., Shimai, S., and Otake, K. : The meaning life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life. *Journal of Reserch in Personality*, 42 (3) : 660-678, 2008.
  16. Krasnoval, H. , Wenninger, H. , Widjaja, T. , and Buxmann, P. : Envy on Facebook- A Hidden Threat to Users' Life Satisfaction?. *11th International Conference on Wirtschaftsinformatik* : 1-16, 2013.