A 大学における看護学生のスマホ依存とコミュニケーションスキルとの関連

杉本加代
高知大学医学部地域看護学講座

目的　大学における看護学生のスマホ依存とコミュニケーションスキルとの関連を明らかにすることである。

方法　対象者は A 大学に在学している看護学生である。調査期間は 2022 年 6～7 月、調査内容は、年齢、性別、学年、オンライン授業以外でのスマホ利用時間（平日・休日）、最も利用するアプリ、利用目的、利用開始年齢、主観的利用時間、スマホの利用料金支払者である。スマホ依存の測定には、Smartphone Addiction Scale – Short Version (SAS-SV)、コミュニケーションスキルの測定には ENDCORs を使用した。回答は無記名とし、データ収集には Microsoft forms を用いた。

結果　アンケートは 194 名に協力依頼し、回答者数は 74 名（回収率 38.1%）であり、欠損なく回答していた 74 名全員を分析対象者とした。対象者は、女性が 70 名（94.6%）であった。スマホ利用の開始は、13 歳以上 16 歳未満が 38 名（51.4%）であった。最も多い利用目的は娯楽の 61 名（82.4%）、最も利用するアプリはＳｏｃｉａｌ ｎｅｔｗｏｒｋｉｎｇ ｓｅｒｖｉｃｅ（以下 SNS）の 36 名（48.6%）であった。利用時間は、平日に 3 時間以上スマホを利用する者の割合が 81.1%、休日には 5 時間以上利用する者の割合が 64.9%であった。SAS-SV 点数は 30.3±8.8 点であり、スマホの非依存と依存は各 37 名（50.0%）であった。ENDCOREs 得点は 113.0±17.6 点であり、スマホ依存の有無と ENDCOREs 得点に有意差はなかった。

結論　A 大学における看護学生のスマホ依存の有無とコミュニケーションスキルには、統計学的に有意な関連はなかった。

Key Words：スマートフォン、スマホ利用時間、スマホ依存、コミュニケーションスキル、看護学生

Ⅰ　はじめに

近年スマートフォン（以下、スマホ）が普及しており、総務省の調査によるとスマホ所有率は、2010年の9.7%から2021年の88.6%[1]と増加している。それに伴い、スマホ依存が注目されるようになった。先行研究によると、スマホ使用におけるインターネット依存傾向により「睡眠習慣や食習慣に対する生活時刻の乱れが生じている」[2]ことや、高校生を対象とした研究では「1日あたり3時間以上のメディア利用は主観的健康感（不良）と有意な関連を示す」[3]ことが報告されている。

一方、「心身の健康感が高いものは対面コミュニケーション能力が高い」[4]ことが報告されており、生活習慣の乱れがコミュニケーションスキルの低下に繋がることが懸念される。

看護学生にとってコミュニケーションスキルは極めて重要であり、「看護職への傾倒や意欲を高める」[5]ことが明らかになっている。しかし、看護学生のスマホ依存とコミュニケーションスキルとの関連については明らかにされておらず、スマホ依存の場合はコミュニケーションスキルが低いとの仮説を立てた。

本研究の目的は、4年制大学における看護学生のスマホ依存とコミュニケーションスキルとの関連を明らかにすることである。

Ⅱ　研究方法

1. 用語の定義

スマホ依存とは、「スマホの過剰使用、スマホ使用制御の困難、他の活動よりもスマホが優先される、スマホが使用できない際のいらいらや不安（離脱）、スマホ使用時間の延長（耐性）、生活上の障害が生じているのにもかかわらずスマホの使用を続ける」[6]状況とする。

コミュニケーションスキルとは、言語・非言語による直接的コミュニケーションを適切に行う能力[7]とする。

2. 対象者

A大学に在学している看護学生1～3年生194名である。

3. データ収集期間

データ収集期間は、2022年6月30日～7月19日である。

4. データ収集の方法

無記名式質問紙を用いたWeb調査とした。対象者には、QRコードを記したアンケート調査協力依頼の文書を配布し、アンケート調査への回答にはMicrosoft formsを用いた。

5. 調査項目

調査項目は、年齢、性別、学年、オンライン授業以外でのスマホ利用時間（平日・休日）、最も利用するアプリ、利用目的、利用開始年齢、主観的利用時間、スマホの利用料金支払者である。

スマホ依存については、Smartphone Addiction Scale-Short Version : スマートフォン依存スケール（短縮版）（SAS-SV）[8]を使用した。本尺度は、スマホ依存を測定する目的で開発された尺度[9]であり、日本人の大学生を対象とした有用性が確認されている[10]。SAS-SVは、10項目で構成されており、「スマホ使用のため、予定していた仕事や勉強ができない」「スマホ使用のため、（クラスで）課題に取り組んだり、仕事や勉強をしている時に、集中できない」「スマホを使っていると、手首や首の後ろに痛みを感じる」「スマホがないと我慢できなくなると思う」「スマホを手にしていないと、イライラしたり、怒りっぽくなる」[8]などの項目がある。回答は「全く違う（1点）」から「全くその通り（6点）」[8]の6件法である。得点範囲は10～60点であり、高得点であるほどスマホ依存度が高いことを意味する。本研究では31点をカットオフ値とし、30点以下を非依存群、31点以上を依存群とした[6]。なお、この尺度は依存傾向を見るものであり、スマホ依存症を診断するものではない。

コミュニケーションスキルの測定には、ENDCOREs[11][12]を使用した。本尺度は、コミュニケーションスキルを測定する尺度であり[7]、医療技術学科の学生1・2年生を対象とした研究では他者受容スキルが高い[13]ことや、大学生と大学院生を対象とした研究では年齢が高くなるにつれて自己主張スキルが高まる[14]ことが明らかになっている。ENDCOREsは24項目で構成されており、「自分の欲望や衝動を抑える 」「自分の感情をうまくコントロールする 」「善悪の判断に基づいて正しい行動を選択する」「まわりの期待に応じたふるまいをする」「自分の考えを言葉でうまく表現する」[11]などの項目がある。回答は「かなり苦手（1点）」から「かなり得意（7点）」[11]の7件法である。得点範囲は24～168点であり、高得点であるほどコミュニケーションスキルが高いことを意味する。

6. 分析方法

2群の差を求める場合は、母分散の比の検定と推定を用いて確認を行った後に、ステューデントの　t検定を行った。3群の差を求める場合は、バーレット検定を用いて確認を行った後に、一元配置分散分析を行った。統計ソフトはエクセル統計Statcel4を使用し、有意水準は5%未満とした。

7. 倫理的配慮

本研究は高知大学医学部倫理委員会の承認を得た（承認番号：2022-11）。対象者へのアンケート調査協力依頼は、依頼書を紙媒体で配布した後、研究者が口頭で説明した。説明内容は、研究の趣旨・目的・方法・結果の処理、回答は無記名であること、協力は任意であることとした。対象者が、Microsoft formsからアンケートに回答する際には、対象者のメールアドレスが研究者に送信されないようMicrosoft formsを設定した。アンケート調査協力への同意確認は、アンケート回答画面の冒頭に「アンケートへ協力することを同意するか」というチェックボックスを設け、チェックが入っていることをもって同意ありとした。

Ⅲ　研究結果

対象者194名にアンケート協力依頼を行い、回答が得られたのは74名（回収率38.1%）であった。回答に欠損はなかったため全て有効回答とし分析を行った（有効回答率38.1%）。

1. 対象者の概要

対象者の年齢は、19.7±1.0歳（平均値±標準偏差）であった。性別は、女性が70名（94.6%）であった。

学年は、3年生が最も多く37名(50.0%)、次いで2年生27名(36.5%)であった。主観的利用時間は、「かなり長い」「長い」と回答した者が65名（87.8%）であった。

2. スマホ依存の状況（表1）

SAS-SV得点は、30.3±8.8点であった。SAS-SV得点が31点以上の依存群と30点以下の非依存群は、それぞれ37名(50.0%)であった。

表1 スマホ依存の状況

項目 カテゴリー	人数(割合)	SAS-SV得点 M±SD
SAS-SV得点		30.3±8.8
スマホ非依存	37(50.0%)	23.0±4.8
スマホ依存	37(50.0%)	37.6±4.9

3. 対象者の概要とSAS-SV得点との関連（表2）

女性のSAS-SV得点30.7±8.7点は、男性の20.3±7.8点よりも有意に高かった。主観的利用時間は、複数の回答があった「かなり長い」「長い」「普通」のSAS-SV得点について分析を行ったが、有意差はなかった。

表2 対象者の概要とSAS-SV得点との関連

項目 カテゴリー	人数(割合)	SAS-SV得点 M±SD	p値
性別			
女性	70(94.6%)	30.7±8.7	0.046[a]
男性	3(4.1%)	20.3±7.8	
その他	1(1.4%)		
学年			
1年生	10(13.5%)	32.0±7.7	
2年生	27(36.5%)	30.6±9.5	0.742[b]
3年生	37(50.0%)	29.6±8.6	
主観的利用時間			
かなり長い	26(35.1%)	33.2±8.3	
長い	39(52.7%)	29.9±8.0	0.057[b]
普通	8(10.8%)	25.3±10.3	
短い	1(1.4%)		
かなり短い	0		
利用料金支払い者			
保護者	63(85.1%)	30.2±8.6	0.724[a]
学生本人	11(14.9%)	31.2±9.8	

a:スチューデントのt検定　b:一元配置分散分析法

4. スマホ利用時間（表3）

平日のスマホ利用時間は、主観的利用時間が「普通」よりも「かなり長い」と「長い」の方が約1時間多かったが、有意差はなかった。休日では、主観的利用時間が「普通」「長い」「かなり長い」になるに従いスマホ利用時間が増加傾向にあったが、有意差はなかった。

平日と休日のスマホ利用時間を比べると、休日のスマホ利用時間は平日の利用時間に比べて主観的利用時間の「かなり長い」で約2時間、「普通」でも約1時間多かった。

表3 スマホ利用時間

項目 カテゴリー	人数(割合)	平日の利用時間		休日の利用時間	
		M±SD	p値	M±SD	p値
主観的利用時間					
かなり長い	26(35.6%)	4.1±2.3		6.0±2.1	
長い	39(53.4%)	4.1±2.0	0.387	5.5±2.1	0.092
普通	8(11.0%)	3.0±1.4		4.1±1.2	

一元配置分散分析法　n=73

5. スマホ利用状況とSAS-SV得点との関連(表4)

スマホ利用開始年齢は、13歳以上16歳未満が38名（51.4%）と最も多く、次いで16歳以上の27名（36.5%）であった。スマホ利用開始年齢とSAS-SV得点との関連は、利用開始年齢が低いほどSAS-SV得点が高く、利用開始年齢が13歳以上16歳未満のSAS-SV得点32.4±9.7点は、16歳以上の26.5±7.0点よりも有意に高かった。13歳未満と16歳以上のSAS-SV得点に有意差はなかった。

スマホ利用時間のカテゴリーは、主観的利用時間で「普通」と回答した者のスマホ利用時間が、平日で3.0±1.4時間、休日で4.1±1.2時間であった（表3）ため、スマホ利用時間を平日は「3時間未満」「3時間以上4時間未満」「4時間以上」とし、休日は「4時間未満」「4時間以上5時間未満」「5時間以上」としてSAS-SV得点との関連を調べた。その結果、平日ではスマホ利用時間が長くなるに伴いSAS-SV得点が高くなる傾向にあったが、有意差はなかった。一方、休日では、スマホ利用時間とSAS-SV得点に有意な関連があり、「4時間未満」のSAS-SV得点23.1±8.9点よりも「5時間以上」のSAS-SV得点322±8.2点が有意に高かった。

表4　スマホ利用状況とSAS-SV得点との関連

項目 カテゴリー	人数(割合)	SAS-SV得点 M±SD		p値
スマホ利用開始年齢				
13歳未満	9(12.2%)	33.0±5.7		
13歳以上16歳未満	38(51.4%)	32.4±9.7	*	0.016[a]
16歳以上	27(36.5%)	26.5±7.0		
スマホの主な利用目的				
娯楽	61(82.4%)	30.9±9.0		0.187[b]
連絡・情報収集等	13(17.6%)	27.4±7.2		
利用頻度が最も高いアプリ				
SNS	36(48.6%)	30.3±8.3		
動画鑑賞	30(40.5%)	31.5±8.8		0.280[a]
音楽鑑賞・ゲーム等	8(10.8%)	25.9±10.5		
平日のスマホ利用時間				
3時間未満	14(18.9%)	26.4±11.6		
3時間以上4時間未満	27(36.5%)	30.2±7.2		0.124[a]
4時間以上	33(44.6%)	32.1±8.3		
休日のスマホ利用時間				
4時間未満	12(16.2%)	23.1±8.9	**	
4時間以上5時間未満	14(18.9%)	30.1±7.8		0.005[a]
5時間以上	48(64.9%)	32.2±8.2		

a:一元配置分散分析法　b:スチューデントのt検定
*:Scheffe's F test　*<0.05　**<0.001

6.コミュニケーションスキルの状況とスマホ依存の有無との関連(表5)

コミュニケーションスキルの状況を表すENDCOREs得点は113.0±17.6点であり、スマホ非依存群とスマホ依存群のENDCOREs得点に有意差はなかった。

ENDCOREs の下位スキルの得点で、最も高い下位スキルは他者受容の 5.5±0.9 点であり、最も低い下位スキルは自己主張の 4.0±1.2 点であった。下位スキルのうち、自己統制・表現力・解読力・他者受容の各得点は、スマホ非依存群よりもスマホ依存群が低い傾向にあったが、有意な差はなかった。

表5　コミュニケーションスキルとスマホ依存の有無との関連

ENDCOREs 下位スキル	ENDCOREs得点　M±SD			p値
	全体 n=74	スマホ 非依存群 n=37	スマホ 依存群 n=37	
ENDCOREs	113.0±17.6	114.7±17.3	111.4±17.9	0.416
自己統制	4.7±1.0	4.9±1.0	4.6±0.9	0.203
表現力	4.1±1.2	4.2±1.2	4.1±1.1	0.656
解読力	5.1±1.1	5.2±1.0	4.9±1.1	0.237
自己主張	4.0±1.2	4.0±1.1	4.0±1.2	0.980
他者受容	5.5±0.9	5.6±0.9	5.4±0.9	0.593
関係調整	4.9±0.9	4.9±0.9	4.9±1.0	0.902

スチューデントのt検定

Ⅳ　考察

1.スマホ利用状況とスマホ依存

本研究では、平日に3時間以上スマホを利用する者の割合が81.1%、休日には5時間以上利用する者の割合が64.9%であり、SAS-SV得点が31点以上のスマホ依存の割合が50.0%を占めていた。沖田らは、2020年秋に医療系大学生（看護学・検査技術学・作業療法学・理学療法学）の3・4年生を対象にした研究で、「学生の57.0%が1日3時間以上スマホを利用していた」ことおよび（SAS-SV得点が）「31点を超えた学生は32.0%であった」[15]ことを報告している。本研究の結果は、1日3時間以上スマホを利用する者の割合およびスマホ依存の割合ともに、沖田らの研究結果を上回っていた。さらに小島らは、スマホの利用時間について「年代が若いほど毎日4時間以上に近くなる」[16]、スマホの利用時間に占める娯楽的な時間の割合については「若年層・女性で高い」[17]と述べている。本研究においてもスマホの主な利用目的で最も割合が高いのは娯楽の82.4%であり、これは本研究の分析対象者における女性の割合が94.6%と高かったためと考えられる。

大学での授業は、新型コロナウイルス感染拡大によりオンライン授業となり、友人や大学の教職員との連絡手段もオンライン上で行う機会が増加した。加えてスマホは使用者の意思に関わらず様々なコンテンツが自動で表示されるため、総じてスマホ利用時間が増え、SAS-SV得点31点以上の割合が50.0%に至ったと考えられる。

2.コミュニケーションスキルの状況

本研究のENDCOREsの下位スキルで、最も得点が高い下位スキルは「他者受容」5.5±0.9点であり、最も得点の低い下位スキルは「自己主張」4.0±1.2点であった。大学3・4年生の看護学生を対象にENDCOREs得点を明らかにした荒木らの研究では、最も得点が高い下位スキルは「他者受容」5.3±0.9点であり、最も得点の低いスキルは「自己主張」3.7±1.1点である[7]ことが報告され、同様に大学2・3年生の看護学生を対象にした白岩らの研究でも、両学

年とも「他者受容」の得点が最も高く、「自己主張」の得点は最も低い[18]ことが報告されている。本研究の結果は、これら先行研究の結果と同様であった。

下位スキルの「他者受容」の得点が最も高く、「自己主張」の得点が最も低かった理由として、看護師を志望する学生の特性が考えられる。上妻らによると、看護学生が看護の道を選んだ動機で最も多いのは「人の役に立ちたい」である[19]。看護学では、看護師が他者の役に立つためには、患者とその家族、そしてチーム医療を実践する医療スタッフと良好な人間関係を構築することが必須であることを教授する。そのため看護学生は、他者の意見を理解し受け入れる他者受容のスキルが高くなり、自身の意見は相手の主張に応じて表出することを学び自己主張が低くなったと考えられる。

3. スマホ依存とコミュニケーションスキルとの関連

仮説では、スマホ依存の場合はコミュニケーションスキルが低いと想定していたが、結果はスマホ依存の有無とコミュニケーションスキルには有意な関連はなかった。

関連がなかった理由として、本研究のアンケート調査の実施時が令和4年度前期であったことが考えられる。この時期は、7割以上の授業を対面授業とする大学等が全体の95.8%[20]にのぼっている。対象者の授業も対面授業が増えたことが推測され、対面でのコミュニケーションが容易になったことがコミュニケーションスキルに好影響を及ぼしたと考えられる。また、対象者の86.5%は2・3年生であり、看護師の臨地実習に向けて対面コミュニケーションの知識や技術に関する講義を受けていたことも影響したと考えられる。

4. 本研究の限界

本研究の限界には、対象者が一部の大学に限定されていること、回収率が38.1%と低かったこと、対象者の性別に偏りがあること、がある。

V　結語

A大学における看護学生のスマホ依存の有無とコミュニケーションスキルには、統計学的に有意な関連はなかった。

本論文は、令和4年度卒業研究論文（12グループ）に加筆修正したものです。開示すべきCOI状態はありません。

文献

1) 総務省. 令和3年通信利用動向調査の結果. 2022. https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/220527_1.pdf（2023年10月26日アクセス可能）
2) 稲嶋修一郎, 堀尾良弘. 大学生のスマートフォン使用におけるインターネット依存傾向と生活習慣との関係. 人間発達学研究　2019；10：1-10.
3) 佐野　碧，岩佐　一，中山千尋，他．中学生・高校生におけるメディア利用と生活習慣の関連．日本公衆衛生雑誌　2020；67：380-389.
4) 澤田幸子, 久住　武. 大学生の対面コミュニケーション能力に影響を及ぼす要因. 心理健康科学　2019；15：13-23.
5) 廣瀬春次, 太田友子，井上真奈美，他．看護学生のコミュニケーション行動に関する研究. 山口県立大学学術情報　2011；4：47-53.
6) 館農　勝．インターネット依存の新しいかたち―スマートフォン依存（スマホ依存）―．精神神経学雑誌　2019；121：549-555.
7) 荒木善光，戸渡洋子，中村京子．看護学生のコミュニケーション・スキルとそのスキルを活用する重要度・自信度との関連．熊本保健科学大学研究誌　2019；16：95-103.
8) 独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター. スマートフォン依存スケール（短縮版）（SAS-SV）. https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/sas-sv.html（2023年10月26日アクセス可能）
9) Min Kwon, Dai-Jin Kim,Hyun Cho,et al. The Smartphone Addiction Scale :Development and Validation of a Short Version for Adolescents.PLOS ONE 2013；8：e83558.
10) Tateno M, Kim DJ, Teo AR,et al. Smartphone Addiction in Japanese College Students: Usefulness of the Japanese Version of the Smartphone Addiction Scale as a Screening Tool for a New Form of Internet Addiction.Psychiatry investigation　2019；16：115-120.
11) 藤本　学，大坊郁夫．コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み．パ

ーソナリティ研究　2007；15：347-361.
12)藤本　学．コミュニケーション・スキルの実践的研究に向けたENDCOREモデルの実証的概念的検討．パーソナリティ研究　2013；22：156-167.
13)千葉さおり，佐藤彰博，浅田一彦．作業療法士・言語聴覚士を目指す学生と臨床実習指導経験者のコミュニケーション・スキルの違いについて．弘前医療福祉大学紀要　2015；6：65-72.
14)倉元俊輝，大坊郁夫．大学生のコミュニケーション・スキルの特徴に関する研究－ENDCOREsを用いた検討－．対人社会心理学研究　2012；12：149-156.
15)沖田純奈,近藤浩子．医療系大学生のスマートフォン依存と対人ストレスに関する研究．KMJ THE KITAKANTO MEDICAL JOURNAL　2022；72：71-78.
16)小島誠也，飽戸　弘．スマホ利用のライフスタイルアプローチ（２）―スマホ利用者の利用時間の違いとその特性―．日本行動計量学会大会抄録集（suppl）　2022：206-209.
17)小島誠也，飽戸　弘．スマホ利用時間の意識に影響を与える要因―ICT利用のライフスタイル研究―．日本行動計量学会大会抄録集（suppl）2023：32-35.
18)白岩千恵子，小薮智子，竹田恵子．看護学生のコミュニケーション・スキルの特徴―学年別および高齢者との出会いの頻度の視点から―.川崎医療福祉学会誌　2021；30：615-621.
19)上妻瑞江,安友裕子,山本克己，他．看護学生の入学時における学科志望動機.名古屋栄養科学雑誌　2015；1：99-108.
20)文部科学省．令和4年度前期の大学等における授業の実施方針等に関する調査.2022．https://www.mext.go.jp/content/20221129-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf（2023年10月26日アクセス可能）

連絡先：〒780-8505
高知県南国市岡豊町小蓮
高知大学医学部地域看護学講座
杉本加代
E-mail　sugikayo@kochi-u.ac.jp