

インターネット社会の人間関係

- 親しい関係の形成とその効用 -

お茶の水女子大学大学院人間文化研究科

鈴木 佳苗

この10年の間にインターネットは急速に普及してきたが、インターネットに対するメディアや一般の人々の反応は「人々を悲しく孤独にさせる」といった否定的なものが多かった。しかし、実際の研究では、こうした見解を支持しないものも数多く見られる。そこで、今回はこれまでのインターネット研究をレビューしたニューヨーク大学のマッケーンら(1)の研究を紹介する。この研究では、インターネットと現実社会の状況的特徴を比較し、インターネットにはプラスの面があることを主張している。

筆者たちは、インターネットは、人々が生活でき、自分たちの欲求や目標を満たすことのできる1つの社会領域であると見なしている。日頃のコミュニケーションについては、使用者の94%がインターネットで友人や家族とコミュニケーションをとりやすいと感じており、87%が日常的に利用しているという報告がある。ただし、インターネット社会は現実社会と異なる特徴を持っており、そうした特徴がインターネット社会と現実社会の個人や人間関係を異なるものになっている。

【インターネット上と現実社会でのコミュニケーションや相互作用はどのように違うのか？】

インターネット上と現実社会でのコミュニケーションや相互作用は、(1) 匿名性、(2) 容姿や視覚的手がかり、(3) 物理的距離、(4) 時間の点で異なる。

(1) 匿名性

インターネット上では、匿名でいることができる。電子メールでも、AOL™や他のプロバイダーでは、匿名の電子メール用の名前を持つことができる。実際の名前を使った場合でも、他の都市、他の国の人との相互作用では匿名性が高い。

匿名性の良い影響

現実社会では、引越し、進学、転職など環境が変わらなければなかなか自己イメージや役割を変えることができない。これは、周囲からある行動や役割を期待されたり、今までとは違う自己イメージを受け入れてもらいにくいいためである。しかし、インターネットでは違うグループに入れば容易に自己イメージや役割を変えることができる。

多くの役割を持っている人は、ストレスに強く、より健康で人生満足度も高いと言われている。そのため、現実社会での役割が少ない人は、様々な役割を切り開くことが重要になる。インターネット上では、実際に人々は多くの役割を持っているため、ストレスの対処、健康、人生満足度に良い影響が見られるかもしれない(図1)。

(2) 容姿や視覚的手がかり

現実社会では、身体的魅力の高い人と人間関係を形成しやすいが、インターネット上では容姿や視覚的手がかりがない。そのため、好意・魅力・友人関係は、自分と他者との類似性・価値観・関心・会話スタイルによって決まる。

匿名性と視覚的手がかりなしの影響

知らない人と初めて会うとき、第三者がいない場合には、人々は理想的な自分を提示する傾向がある。ある研究では、知らない人と直接会う状況と、チャットルームで会う状況を比較すると、チャットルームで会う状況の方が、相手から自分が人から見られたいと思っている自己イメージに近い印象を持たれることが示されている。

好意と魅力

知らない人といきなり直接会うよりも、インターネットのチャットルームでまず会ってから直接会った方が好意を持たれやすく、直接会って以降もその好意は続くことが示されている。この第一印象は重要であり、人々は一旦印象が形成されると新しい情報が提示されても最初の印象を変えようとしにくい傾向がある。そのため、最初にインターネットで好意的印象を持たれたならば、後で容姿を見てもあまり重要視されない。

(3) 物理的距離

現実社会では、物理的距離の近い人と関係を始めやすく、遠い人と関係を形成するのは難しい。しかし、インターネット上では、遠くに住んでいても同じ関心を持つ人々を同じ仮想空間に集めることができる。一般に、自分と似ている他者には魅力を感じやすいと言われている。チャットルームやニュースグループはトピックごとに分かれていることが多く、似ている他者を見つけやすい。そのため、好意を持つ人に出会いやすいと言える。

(4) 時間の問題

インターネット上では、同時にオンライン状態にしなくても他者とやりとりができる。また、メッセージを慎重に検討し、送る前に編集し、邪魔されずに言いたいだけ言うことができる。

表面的な知人から親密な関係になっていく流れは、現実社会とインターネットでは同じである。人間関係は、自分についての情報を広く、深く相手に提示するにつれて進展していく。

【特にどのような人がインターネットで人間関係を築こうとするのか？】

インターネットは、誰からも同じように使用されているわけではなく、使用目的や使用の動機は人によって異なる。インターネット上で人間関係を形成しようとする人の特徴としては、対人不安が高い、孤独感が高いという点があげられる。

対人不安の高い人

対人不安の高い人は、他者がいる状況で動揺しやすく、他者と面と向かって話をしなければならない現実社会での人間関係は苦手である。しかし、インターネットではこのような対人不安が高まるような状況がないため、現実社会と比べて関係形成しやすいと感じられている。

最近の研究では、対人不安の高い人は実際にインターネット上で親しい友人関係や恋愛関係を築いていることが示されている。インターネットという仮想世界で親しい関係を築くことは、自信や自己効力感（ある状況で必要な行動を効果的に遂行できるという自信）を増加させ、それによって現実場面でも自信が持てるようになるのかもしれない。例えば、ある参加者は、以下のようにインタビューに答えている。

私は女性と話そうとするといつも大失敗ばかりしていました。そのことがとても気になっていたのも、長い間女性に会って話す機会を避けていました。でも、インターネットでは、女性と気軽に話しができました。多くの女性は私に好感を持ってくれましたし、私のことをユーモアのある人間だと思ったようでした。オンライン以外でも女性と話すことにとても自信ができました。

インターネットでの人間関係をきっかけにして現実社会でも人と相互作用しようとし続けるならば、インターネットは対人不安を克服するために有用なものであると言える。しかし、対人不安が非常に高く、現実社会での人との相互作用を避けるならば、引きこもるようになってしまう可能性もある（図2）。

孤独感の高い人

対人不安の高い人は孤独であることが多い。しかし、転職したり、新しい都市に引っ越ししたりすることによって一時的に孤独感の高い状態になることもあり、孤独感の高い人は必ずしも対人不安の高い人ではない。

インターネットの使用は、孤独感を減少させてくれる場合と、かえって増加させてしまう場合がある。孤独感の高い人がインターネット上で他者に会うと孤独感が減少するが、長くいすぎると必然的にインターネット以外の関係から遠ざかり、その結果孤独感が増加してしまうかもしれない。

【インターネット上での人間関係】

インターネット上では、実際に親密な関係が築かれている。例えば、ある研究では、テキストベースのオンラインゲームに参加している人の94%が他の参加者と親しい友人関係・恋愛関係を形成していることを報告している。また、600のニュースグループの参加者に対して調査を行い、54%の人がインターネット上で親しい友人関係を形成しており、35%の人が恋愛関係を形成していることを示している。

これまで見てきたように、インターネットは、同じような関心・価値観を持つ他者と会うことができ、安心な環境で自分のペースに合わせて使用することができる。また、インターネット上の関係は、現実社会の関係より質が劣っているわけではなく、電話、写真・手紙の交換、個人的に会うことなどを通して現実の人間関係になる。インターネット上で形成される関係が現実社会で形成される関係よりも深く、安定して長く続く可能性についてはさらに検討していく必要がある。

【この論文からの示唆】

筆者たちは、インターネットの悪影響を指摘するメディアや一般の意見に対して、インターネットはプラスの面もあることを主張している。現実社会では、物理的距離・容姿・時間的制約などが人間関係の開始に大きく影響するが、インターネットはこうした制約を持たない。また、インターネット上では匿名性によって様々な役割を獲得でき、それによって精神的健康への効果も期待されている。

インターネット上では十分に親しい友人関係・恋愛関係を形成することができ、対人不安の高い人が自分に自信をもてたり、孤独感の高い人が孤独感を軽減することができたりする場合もある。しかし、個人の特徴（例：対人不安が高すぎて現実社会で相互作用できない）やインターネットの使い方（例：長く使いすぎる）によってはインターネットが悪影響を及ぼす場合もあるため、どのような人にどのような使い方をすれば効果的なのかについては詳細に検討していく必要があるだろう。さらに、インターネット上での

人間関係が現実社会での適応に結びつくかどうかについても研究していくことが望まれる。

(1) McKenna, K. Y. A. & Bargh, J. A. 2000 Plan 9 from cyberspace: The implications of the Internet for personality and social psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 4, 57-75.

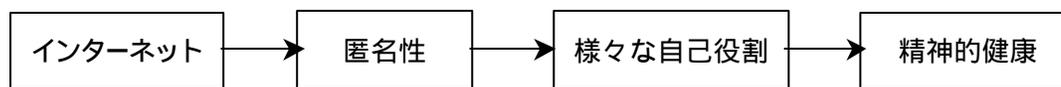


図1 インターネット上の匿名性の良い影響

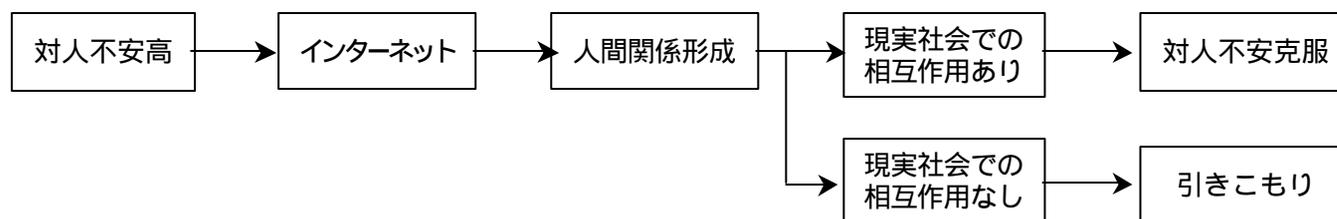


図2 対人不安の高い人におけるインターネット上の人間関係形成の影響