

## テレビゲームは子どもにどのような影響を及ぼすのか

### —研究の現状—

坂元 章（お茶の水女子大学 文教育学部 教授）

テレビゲームは子どもの生活の中に深く浸透しており、毎日、長時間にわたってテレビゲームで遊んでいる子どもは珍しくない。テレビゲーム遊びは子どもにどのような影響を及ぼすのであろうか。社会心理学などの分野では、テレビゲーム遊びの影響に関する研究が進められ、議論が続けられている。まだまだ研究や議論は成熟してはいないが、本稿では、現在までの研究や議論について簡単に紹介したい。

### 直観と実証

テレビゲームに関する言説にはいろいろなものが出されてきた。例えば、「テレビゲームの暴力シーンにふれていると、暴力的な人間に育ってしまう」「テレビゲームに没頭していると、生身の人と付き合いなくなり、引きこもりになる」というような悪影響に関するものがある。また一方で、「テレビゲームをしていると、コンピュータに対して抵抗がなくなり、勉強や仕事でそれが必要になったときに、それに組みやすい」というような良い影響に関するものもある。こうした言説に基づいて、テレビゲームのあり方や付き合い方について盛んに議論が行われてきた。

これらの言説については、実証的な根拠があるというよりも、直観的なものも多かったように思われる。直観が正しいことも少なくないであろうが、実証的で客観的な研究によって事実がどうであるかを検討していくことは重要であろう。正確な事実が把握できなければ、取り組みの仕方も適切なものとならないからである。

実際に、テレビゲームの影響研究は、これまで米国や日本などで行われてきた。ただし、テレビに関する研究などと比べ、全般的に研究が乏しく、強い結論は導きにくい状況にある。最近では、領域によっては研究がかなり増えており、それなりの蓄積を見せている領域もあるが、それでも十分に成熟しているとは言えず、諸般が不明確な状況が続いている。

### 実証研究の方法

テレビゲームの影響研究としては、とくに実験とパネル研究という研究方法が重要であ

る。実験とは基本的に、研究協力者を無作為に複数のグループに分けて、異なった作業に従事してもらい、その結果についてグループ間の比較をする方法である。例えば、暴力シーンのあるテレビゲームで遊ぶことが、子どもの暴力性を高めるかどうかという問題を検討する場合、まず研究協力者の子どもを無作為に2つのグループに分けて、一方には、そうしたテレビゲームで遊んでもらう。そして他方には、当たり障りのない映画を見てもらう。この後で両方の研究協力者について暴力性を調べ、それらを比較する。暴力性については、例えば、他人に対して雑音を聞かせる機会を与えて、どれくらい大きな雑音を聞かせようとするかを調べたりする。もし、テレビゲームで遊んだグループのほうが、当たり障りのない映像を見ていたグループよりも、大きな雑音を聞かせたとすれば、暴力シーンのあるテレビゲームをすることは人間の暴力性を高めることが示唆される。この方法は、影響関係をはっきりと特定できるという長所があり、また、研究協力者に与えるテレビゲームの内容を変えていけば、どのような内容がとくに影響力を持つのかなどを詳細に特定していける。しかし、ふつう短期的な影響しか検討できないところに問題がある。

パネル研究とは典型的には、アンケート的な質問紙調査を、一定の間隔（数ヶ月から数年間）を空けて、同じ研究協力者に追跡的に実施するものである。それぞれの調査において、研究協力者が暴力シーンのあるテレビゲームでどれだけ遊んでいるかを尋ね、また、性格テストで研究協力者の暴力性を調べる。このデータに対し一定の統計的分析を施すことによって、暴力シーンのあるテレビゲームで遊ぶことが、研究協力者の暴力性を高めているかどうかを推定できる。この方法は、長期的な影響を明らかにできる点で優れているが、どのような内容に影響力があるかなど詳細な点を検討することが難しい。

このように両者の方法には一長一短があり、両者を併用して相補的に議論を進めていくことが有効であると考えられる。以下では、とくに影響問題が注目されている、暴力性と向社会性、人間関係、認知能力と学力、視力、体力と健康について、こうした実証研究の動向と、それを巡る議論を紹介する。

## 暴力性と向社会性

暴力シーンのあるテレビゲームが子どもの暴力性を高めるのではないかという懸念はしばしば見られてきたものである。テレビゲームは、子どもに対して、1)暴力が問題解決の手段として有効であるという見方や暴力の手段を学習させること、また、2)暴力をふるうことに慣れさせ、その回路を開かせることによって、テレビゲームの中だけでなく、現

実場面においても暴力をふるわせやすくしてしまうのではないかと考えられている。

この問題については、多いとは言えないが、それなりに研究は行われてきた。以前は、こうした悪影響が検出されることは少なく、あったとしても、年少の子どもに対する短期的な影響などに限定されており、テレビゲームが暴力性に及ぼす影響はあまり深刻には捉えられていなかったように見える。しかし、近年になって、悪影響を検出する研究がしばしば出されるようになり、研究者の見方は、悪影響を支持する方向に動いているように思われる。なお、最近になって、悪影響を検出した研究が増えていることについては、近年の立体映像技術などの進歩によって、表現の現実性が大いに高まっており、そのため、テレビゲームの影響力が強まっているからではないかと解釈されている。

テレビゲームには、暴力性に対する影響と同時に、向社会性に対する影響もあるのではないかと考えられている。向社会性とは、人助けをしたり、道徳的に行動したりというような暴力性とは逆方向にある概念である。テレビゲームについては、向社会性に関する研究は進んでいないが、テレビについては行われており、暴力シーンのある番組が暴力性に及ぼす影響の大きさと、向社会的シーンのある番組が向社会性に及ぼす影響の大きさは変わらないと言われている。テレビゲームについても同様のことが成り立つ可能性がある。

## 人間関係

テレビゲームに没頭していると、対面での生身の人間関係を持たなくなる結果、生身の人間関係の中で育成されるべき技能が身につかず、また、煩わしい生身の人間関係に向かっていこうという意欲も失い、ひきこもりや不登校のような状態になるのではないかと心配されてきた。

しかし実際には、これまでの実証研究では、テレビゲームが子どもの人間関係の技能や意欲を悪くすることを示した結果は乏しく、むしろ、もともと人間関係の技能や意欲の悪い人が、テレビゲームで遊ぶようになるという逆方向の因果関係がたびたび示されてきた。

テレビゲームが子どもの人間関係を悪くしないことについては、1つの説明として、仮に、テレビゲームが子どもから生身の人間関係を断ち切り、人間関係に関する技能や意欲を失わせる過程があるとしても、一方で、テレビゲームが友だちとの話題になったり、ゲームソフトの貸し借りをするなどして人間関係を円滑化させる過程もあり、それらが互いを相殺していることが考えられている。

もともと人間関係の問題は、とくにインターネットで心配されており、インターネット

に没入し、中毒的になった結果、ひきこもりなどの状態になる事例が見られている。最近では、オンラインゲーム、すなわち、インターネットを利用したテレビゲームが普及しつつあり、これについては、人間関係の問題が生じる可能性が考えられる。

## 知的能力と学力

テレビゲームは映像メディアであることから、それに接触していると、従来の文字メディアの場合とは異なる影響を、人間の知的能力ないし認知能力に与える可能性が指摘されている。実際に、テレビゲーム使用によって、人間の空間知覚能力などの視覚的能力が向上することはしばしば示されてきた。テレビゲームは、視覚的能力については、それを訓練する機能があると考えられる。

また、子どもの日常的なテレビゲーム使用によって、勉強や読書などの知的活動の時間が失われ、その結果、さまざまな側面の知的能力や学力に悪影響が出るのではないかとこの懸念が出されている。この問題については、論理力などに対する悪影響を示した研究もあるが、現在のところ研究が少なく、全体として知見はあいまいであると言える。

研究が少ないことに加えて、知的能力や学力に対する影響は、ゲームソフトの内容によって大きく左右されると見られ、それもこの問題を単純化できないものとしている。実際に、教育的な内容を持つテレビゲームが知的能力や学力を伸ばすことはしばしば指摘されてきた。

最近では、知的能力に関連する話題として、「ゲーム脳」問題が注目されている。これは、テレビゲームで遊んでいると、大脳の前頭前野の活動が低下し、その状況が続くと前頭前野が活動しない人間になってしまうという問題である。前頭前野は、人間の創造性や社会性を支えるような高度な情報処理を行う部位であり、ゲーム脳とは、テレビゲームによってそうした前頭前野が活動しなくなった脳のことを意味する。ゲーム脳問題については、まだ研究が不十分であり、現在のところ仮説的な段階にあると捉えられる。今後の研究が重要であるが、とくに、現在、観察されている前頭前野の活動低下は本当に知的能力の低下に対応するのか、また、テレビゲーム使用のときに前頭前野の活動が低下するとしても、それが本当に子どもの発達に影響するのかなどの問題が検討される必要がある。

## 視力

テレビゲームでは、モニター画面すなわち VDT (Visual Display Terminal) を通じて情報

が提供される。それを長時間、近距離から見た利用者は、眼精疲労や視力の低下など、眼に強い悪影響を受けるのではないかと心配されている。

もともと電子メディアと視力に関する研究は、子どもの問題としてだけでなく、成人の職場におけるコンピュータやワープロの利用の問題として関心を持たれ、VDT 障害の研究として内外で多く行われてきた。これまでの研究は一般に、VDT 作業がまず短期的な近視や眼精疲労を生じさせ、接触が長期間になると視力の低下を招くことを示しているように見える。子どものテレビゲーム接触を扱った研究にも、それとの接触によって、実際に調整機能や眼圧などに異常が生じ、視力の低下がもたらされることを報告したものがある。

## 体力と健康

テレビゲームが外遊びを減少させ、それによって、子どもの運動不足や体力低下が生じているのではないかとする懸念が出されている。近年、テレビゲームが普及していく時期に、子どもの体力低下が起こっていることは、しばしばそれを裏づけるものとして捉えられている。しかし、実際には、これまでのところ、テレビゲームと体力の低下について、その影響関係をしっかり特定できる形で行われた研究は乏しい。とはいえ、この影響関係はそのもっともらしさから、一般だけでなく、研究者の間でも、かなり濃厚であると捉えられているように見える。

一方で、こうした悪影響だけでなく、テレビゲームは使い方によっては、体力や健康の増進に役立つ可能性も指摘されている。例えば、体を動かして遊ぶテレビゲームによって、運動をさせ、体力や健康の増進、肥満の防止、リハビリテーションなどを行おうとする試みはしばしば見られている。肥満の防止やリハビリテーションのために運動することは、しばしば苦痛を伴うが、それをテレビゲームの楽しさによって乗り越えようとしている。また、テレビゲームは、強い対人不安や恐怖を感じている子どもに対してカウンセリングを行うときに、テレビゲームを一緒にしたり、それを話題にして子どもの緊張感を緩和するなど、心理臨床における有用性も指摘されている。ただし、これらの有効利用については、実践的な取り組みはしばしば行われているものの、研究が十分に進んでいるとは言えない。

## 今後の研究

以上のように、テレビゲームの影響については、功罪それぞれについて関心を持たれ、

研究が進められている。しかし、先述したように、最近の研究がかなり増えている領域もあるが、全体としては少ない。もっと多くの研究が出されて、諸般がより確かになっていくことが重要である。とくに、知的能力や学力、さらに、体力や健康などに関する研究は進んでおらず、格段に研究の蓄積が必要である。

また、テレビゲームのあり方や付き合い方について考えたときに、どのような条件で影響が強く、どのような条件では影響が小さいのかという、影響力を規定する条件を特定することが重要である。条件が特定されれば、例えば、悪影響問題に対処する場合、悪影響が小さい条件を選択していく対処が可能となり、ガイドラインの策定にも寄与する。良い影響を享受する点でも、条件が特定されれば、良い影響を強められる。テレビに関する研究では、こうした条件を特定する水準にまで研究は進んでいるが、テレビゲームについては、現在でも、影響があるかどうかを検討している段階であり、条件を特定していく水準には達していない。

今後、研究を進めていくにあたり、次のような2つの困難が挙げられる。第1に、研究者の数が少ない。心理学など人間行動科学の分野では一般に、研究結果の再現性が低く、そのため、多くの研究者が同一の問題について研究を進めることが重要である。共通して得られた結果こそが信じられるものである。しかし、子どもとテレビゲームの問題については研究者が少なく、こうした状況が形成されにくい。これにはいくつかの理由が考えられるが、いずれにせよ、研究領域をいかにして活性化し、研究者を増やしていくかが重要な課題になっている。

第2に、とくに幼児や小学生のような子どもを対象とする場合、最近では研究倫理の問題が強く言われるようになり、研究に対する協力を得ることが難しくなっている。研究のためには、保護者や学校の同意や協力が必要であるが、研究実施の同意が得られなかったり、大きな制約が課せられることは少なくない。もとより、子どもには長時間の実験や調査を行うことは困難であり、得られるデータには限りがあるが、それがさらに制約される状態になっている。研究に対する、社会からの理解を促し、また、その実施が受容されやすい研究方法の開発が重要になっている。