

高校生のスマートフォン依存に対する教員の意識

渡邊 翔太¹ 間辺 広樹¹

概要: 高校生の9割以上が所有されると言われるスマートフォンであるが、「使い過ぎや依存による学業への悪影響」という負の側面も顕著である。そのため、先生が特別な注意や指導を行わない高校では、何らかの指導を行う学校よりも、依存症や学業不振などの問題へと発展するリスクが高まるのではないかと考えられる。そこで、本研究では高校生である筆者の1人が、自校の教員に「生徒のスマートフォン依存に対してどのような意識を有しているか」のアンケート調査を行った。その分析結果から、「学校と生徒のスマホ」との関係について考察する。

キーワード: スマホ依存, 高校教育

Teacher's awareness about the smartphone addiction in high school student

SHOTA WATANABE¹ HIROKI MANABE¹

Abstract: It is said that smartphones are owned by high school students more than ninety percent. However, they have a bad side which makes students influence of over use. The students not to be guided about over use by the teachers may have risks to be academic failure. In this research, we had a questionnaire to our teachers about students' smartphone addiction and tried to think about the relationship between school and students' smartphone.

Keywords: Smartphone Addiction, High School Education

1. はじめに

スマートフォン(以下、「スマホ」と記す)は私たち高校生にとって、なくてはならないツールである。今や高校生の90%以上がスマホを所持していて、様々な用途に利用している。スマホは勉強に利用することも出来る一方で、歩きスマホやSNSでのトラブルなど、負の面があることも事実である。また、主にゲーム等による「使い過ぎ・依存」によって、学業への悪影響が出てしまうことも懸念されている。内閣府の調査[1]によれば、「高校生の71.5%が2時間以上スマホを利用し、その利用時間は平均で177分」とかなりの時間をスマホ利用に費やしていることがわかる。

このような状況に対して、警鐘を鳴らす声もあるが、そ

の対象は利用している本人か、または保護者に対するものが多く、学校の先生がどのように考えているのかはあまり調査対象となっていない。そこで、高校生である筆者が、自分が通う高校にて調査することとした。

2. スマホの影響と学校の対応

スマホの普及に伴って、使い過ぎや依存が問題視されるようになった。文部科学省[2]は、2013年より「ちょっと待って!ケータイ&スマホ」や「ケータイ&スマホ,正しく利用できていますか」という児童・生徒向けのリーフレットを作成し、毎年「スマホから離れる時間を作りましょう」などの様々な注意を喚起している。2014年には和田[3]が「スマホで馬鹿になる」という著書を著した。和田は、スマホ依存の恐怖や学力や人格への悪影響を説き、親が取るべき様々な対策を提案している。2015年には斎藤ら[4]が

¹ 神奈川県立柏陽高等学校, Hakuyo High School, Yokohama, Kanagawa, 247-0004, Japan

「高校生のスマートフォンの長時間利用状況を明らかにするための基礎調査研究」の中で、スマホアプリを用いた実測値の分析結果を元に問題提起すると共に、高校生の生活の乱れの原因がスマホにあることを明らかにした。2017年の東北大学加齢医学研究所と仙台市教育委員会の「学習意欲の科学的研究に関するプロジェクト」では、「スマホを使う時間が長くなれば長くなるほど、成績が低くなる」ことや「勉強時間、睡眠時間に関係なく、無料通信アプリを使うと成績が下がる」ことを明らかにした。このように、スマホの普及に伴って学業への悪影響を指摘する声も増加している。

スマホの利用の仕方に対する学校の対応は様々である。例えば、A高校では「校内利用禁止」というルールを設けている。そのため、生徒は登校時に校門の前でスマホの電源を切り、放課後に学校を出たら電源を入れるという毎日を繰り返している。そのため、隠れて校内で利用しているところを見つかり、厳しく指導を受けることになる。一方で、B高校では特別な指導は行っていない。生徒は校内の至る所でスマホを使える状況にある。「使い過ぎや依存」による「学業への悪影響」が懸念されたとしても、それを指導するのはあくまでも先生個人の考え方に委ねられることになる。

筆者が通っている高校では、これまで集会などで「歩きスマホの危険性」や「SNSでのトラブル」等について注意を受けたことはあったが、「使い過ぎや依存による学業への影響」についての指導を受けたことはなかった。このことは先生が「うちの生徒は大丈夫だろう」と生徒を信用していると、捉えることもできる。確かに節度のある使い方ができている生徒もいるだろう。一方で、休み時間になればすぐにゲームやビデオ、SNSなどを始める生徒もいて、学業への影響がないとは考えにくい。

和田 [3] は、スマホ依存性が強いため、依存症を生み出さないためには罰則や規制が必要であることを説いている。川島 [6] も「使用を1日あたり1時間以内に制限できる子どもは4人にひとりだけ」と、自分で使用を抑制することの難しさを指摘している。

「使い過ぎや依存」を先生が指導すべきかどうかという点について、筆者らは先生や生徒の考え方を調査することによって、検討することとした。

また、その調査結果に対して、生徒がどのように感じるかの調査も合わせて行う。教員と生徒の意見を総合し、「学校と生徒のスマホ」について考えてみたい。

3. 研究方法

調査は先生対象と生徒対象の2通りを行った。まずは、生徒のスマホ利用に関しての先生対象のアンケートを行い、その結果を分析した。次に教員の調査結果を用いた生徒対象のアンケートを行った。

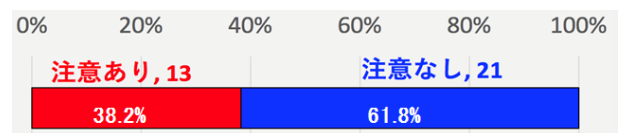


図1 質問2：授業以外でのスマホ注意の有無の結果

3.1 先生対象アンケート

先生対象の調査では、調査用紙を筆者の高校の職員室にて先生方に配布し、回答してもらった。質問項目は以下の6項目である。

- (1) 先生自身のスマホの利用時間
- (2) 授業以外でスマホに関する注意をしたことがありますか？また、その際にどのような注意をしましたか？
- (3) 勉強に使う以外で、授業中に生徒が使っていた時の対応
- (4) 校内での生徒のスマホ使用をどう思っていますか？
- (5) 使い過ぎは学力に影響すると思いますか？
- (6) 生徒にスマホは必要だと思いますか？

3.2 調査：生徒対象アンケート

先生対象の調査データを集計し、その分析結果を用いて生徒対象のアンケートを行った。生徒には、「学校から生徒・保護者への指導があった方がいいと思うか」などをアンケート調査した。

4. 調査結果

4.1 先生対象のアンケート結果

34名の先生がアンケートに協力してくれた。

4.1.1 質問1：先生自身のスマホの利用時間

質問1に対して、先生自身のスマホの利用時間は平均2.34時間(140.4分)であった。これは、高校生の平均利用時間(177分)程多くはないが、先生も結構長い時間使っていることがわかった。

4.1.2 質問2：授業以外でのスマホ注意の有無その際、どのような注意をしたか

図1は質問2に対する集計結果である。

注意したことがあると答えた先生は13名(38.2%)で、注意したことはないと答えた先生は21名(61.8%)であった。また、どのようなことを注意したか、については、歩きスマホなど危険性の注意が4名、先生が話している時に使用していた時の注意が5名、使い過ぎを注意したのは4名であった。

4.1.3 質問3：授業中にスマホを使っていた時の対応

質問3に対しては、以下のようになった。

- 没収する(10名)
- 注意する(23名)
- 無視する(9名)

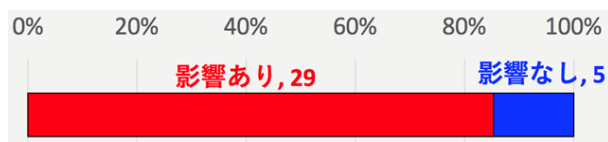


図 2 質問 5：使い過ぎは学力に影響すると思うかの結果

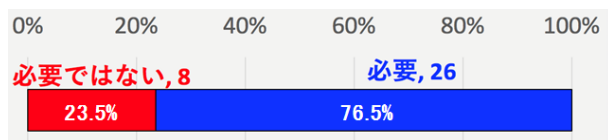


図 3 質問 6：生徒にスマホは必要だと思うかの結果

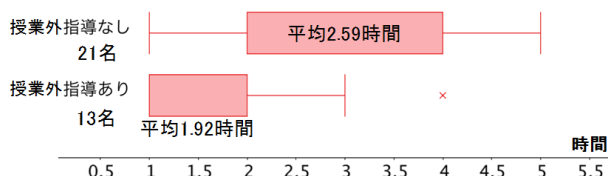


図 4 授業時間以外の指導の有無とスマホ使用時間との関係

4.1.4 質問 4：校内でのスマホ使用をどう思うか（自由記述）

質問 4 に対しては、「自由だと思う」「積極的に使うべき」と肯定的な回答をした先生がいる一方で、「依存が問題」「ゲームなんてやらなくていい」と否定的な回答をした先生もいた。

4.1.5 質問 5：使い過ぎは学力に影響すると思うか

質問 5 に対しては、「影響あり」と答えた先生が 29 名（85.3%）で、「影響なし」と答えた先生 5 名（14.7%）を上回った（図 2）。

4.1.6 質問 6：生徒にスマホは必要だと思うか

質問 6 に対しては、「必要」と答えた先生は 26 名（76.5%）で、「必要ではない」と答えた先生は 8 名（23.5%）を上回った（図 3）。

4.1.7 利用時間と注意の有無の関係

更に、質問 1 の先生のスマホ使用時間と、質問 2 の授業以外での注意の有無との関係を調べたところ、授業以外で指導したことの無い先生の平均利用時間は 2.52 時間だったのに対し、授業以外で指導したことのある先生の平均利用時間は 1.92 時間を上回った（図 4）。

先生対象の調査結果から、以下の 3 つの点に問題があると考えられる。

- (1) 先生たちに統一した見解がない
- (2) 「学業に影響する」と認識しながら注意をしない先生が多い
- (3) 先生の使い方が指導に影響しているかも知れない

4.2 生徒対象のアンケート結果

先生の調査結果についてまとめたものを、校内の総合的な学習の時間に行った研究発表会にて発表した。その際に

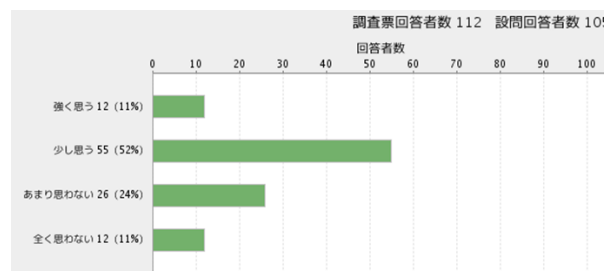


図 5 学校から生徒・保護者への指導があった方がいいと思うか

話を聞いてくれた生徒 112 名に対し、以下の質問に回答してもらった。

- (1) スマホの使い過ぎや依存に関して、学校から生徒・保護者への指導があった方がいいと思いますか？（「強く思う」「少し思う」「あまり思わない」「全く思わない」より 1 つを選択）
- (2) 感想

アンケートの回答は 105 名の生徒よりもらった。図 5 が質問 (1) の集計結果である。「強く思う」12 名（11.4%）と「少し思う」55 名（52.4%）の合計 68 名（63.8%）の生徒が「指導があった方がいい」と回答した。また、「あまり思わない」26 名（24.8%）と「全く思わない」12 名（11.4%）の合計 37 名（36.2%）の生徒が回答した「指導はなくてもいい」と回答した。

質問 (2) の感想に関して「指導があった方がいい」と「指導はなくてもいい」と答えた生徒に分けて抜粋したものを示す。以下は「指導があった方がいい」と答えた生徒の感想である。

- スマホ依存に対する先生の反応について今まで聞いたことがなかったので興味が湧いた
- データではスマホに反対の先生がいるが、実際は先生しか注意してないと思った。
- スマホ依存について生徒だけでなく、先生も考えていかなければいけないのだとわかってよかったです。
- 先生がもっと注意してくれれば生徒の使いすぎは減ると思う。
- 確かに教員自身が長い時間使ったら注意しにくいなと思った
- スマホを先生も使っているのではなかなか学校として指導するのは難しいのかなと思います。スマートフォンは必要であるとは思いますが、使い過ぎという問題についてテストの結果と照らしあわせて自分でももっと考えようと思いました。とりあえずゲームを減らします。
- 「自分達はまだ子供なので教員に指導を仰ぐ」というのには反対。自ら変えていかなければならないと思う。以下は「指導はない方がいい」と答えた生徒の感想である。
- 人それぞれで別に良いと思う。

- 先生の意識と行動に矛盾があると思いました。生徒に姿勢を見せるためにも、改善していく必要があると思います。
- 先生の見解がわかって良かった。
- 先生方は自分たちの学生時代にはスマホというものはないうえ、スマホが必要と感じている人が多く、時代の変化と共に考え方も変化しているのだと感じた。
- スマホを使う = 悪いことのような意見には少し賛同できないと思った。
- 高校生のスマホ依存についての先生の考え方を知ることが出来た。先生の間でも考え方の違う人もいて驚いた。
- 先生が生徒に対するスマホの使いすぎは良くないと考えているのに、先生がそれに対して対処したことがないと示されていたため、生徒の学力が伸びないのも学校が少なからず関係してくると思った。

このように、発表内容に対する生徒の感想は、先生からの指導を期待するものと、逆に、その必用はないというものに分かれた。

5. 考察

先生・生徒それぞれへの調査結果から、明らかになったことを示す。

まず、先生の意識については4.1節にて提示したように

- (1) 先生たちに統一した見解がない
- (2) 「学業に影響する」と認識しながら注意をしない先生が多い
- (3) 先生の使い方が指導に影響しているかも知れないという3つの問題があった。

問題(1)の「先生たちに統一した見解がない」という点については、「使い過ぎ・依存の影響の大きさ」の認識に差があるために、先生たちの話題としての優先順位が低く、先生同士で話し合いができていないのではないかと考えられる。しかし、負の影響を与えるという客観的なデータがたくさんあることや、使い方についての指導を期待する生徒もいることを、まずは先生たちを知ってもらうことが必要である。

問題(2)の「指導の必要性を認識しながら注意をしない」という点については、生徒とトラブルを起こしたくないなどの心理面が大きいと考えられる。特に、注意する先生が少数派であるとしたら、あえて自ら声をあげることは難しい。従って、注意をするのであれば、先生同士の共通理解や指導を一律化するための「取り決め」が必要である。

問題(3)の「先生の使い方が指導に影響しているかもしれない」という点については、注意する先生というのは普段から自分でも使い過ぎを気を付けているのではないかと考えられる。しかし、先生と生徒では立場は異なる。特に、生徒にとって学力への悪影響があるとしたら、自分が

どのように使っているかに関係なく、問題点を指摘することが必要ではないかと考える。

生徒の意見も多様であった。「先生が注意してくれれば使いすぎが減る」のように指導を求めるといふ意見と、「人それぞれで別に良いと思う」のように指導を求めないという意見に分かれた。これら相反する意見を一つにまとめることは困難である。しかし、どちら側の意見にも共通で「先生の意見を聞いてよかった」といふ感想が複数あった。このことより、まずは先生と生徒が立場を超えて考え方を伝え合うことが必要である。

本研究では、スマホの使い過ぎや依存に関する指導をしていない学校にて調査を行った。また、調査対象が自校の先生34名とデータの数が少なかった。従って、本研究から得られた知見が一般的な話とはなりにくい。特に、先生の年代や性別による考え方の違いなども考慮できなかった。ただし、この調査を行ったことで、「ゲーム時間を減らす」などの使い方を見直す生徒もいた。結論に至らなくても、このようなことを考えることに意味があると考えられる。

6. まとめ

筆者が通っている高校の先生に、生徒のスマホの使い過ぎ・依存に関するアンケート調査を行った。その指導のあり方については3つの問題があり、先生同士の話し合いや生徒との話し合いを通しての解決を望むことを示した。今後もスマホを始めとした情報機器が様々な形で日常生活や学校生活に入ってくると考えられることから、それらとの付き合い方について、研究をしていきたい。

参考文献

- [1] 内閣府:平成29年度青少年のインターネット利用環境実態調査(2017).
- [2] 文部科学省: 青少年を取り巻く有害環境対策に向けて.
- [3] 和田秀樹: スマホで馬鹿になる, 時事通信社(2014).
- [4] 齋藤長行, 本庄勝, 橋本真幸, 株式会社 KDDI 研究所: 高校生のスマートフォンの長時間利用状況を明らかにするための基礎調査研究, 第33回情報通信学会大会(2015).
- [5] 東北大学加齢医学研究所・仙台市教育委員会: 学習意欲の科学的研究に関するプロジェクト, スマホを長時間使っても勉強してれば大丈夫! って本当?(2017).
- [6] 川島隆太: スマホが学力を破壊する, 集英社新書(2018).