

第 55 回インナーゼミナール大会

研究計画書

ゼミ名	高ゼミ	チーム名	チーム SNS
タイトル	SNS とどう付き合っていくのか???		
テーマ群	a) 産業		
メンバー	伊藤凌仁、中島蒼、窪田晃大、濱中大湧、多田萌花、塩見茉央		
研究計画内容	【研究背景】 SNS は現在、私たちの日常生活に深く浸透し、情報発信や交流の主要な手段となっている。特に若者を中心に、SNS は友人関係の維持や自己表現、ニュースの取得など、生活のあらゆる場面に影響を及ぼしている。一方で、SNS の利用が長時間化し、誹謗中傷や比較によるストレス、情報過多による精神的負担といった問題も指摘されている。これらの問題は個人の心理的健康だけでなく、人間関係の質や社会全体のコミュニケーションのあり方にも影響を与えている。こうした状況の中で、「SNS とどのように付き合っていくか」という課題は、現代社会における重要なテーマとなっている。 【研究内容】 SNS が個人と社会の関係性に与える影響を多角的に分析し、現代社会における望ましい SNS との付き合い方を探ることを目的とする。具体的には、SNS の普及要因と利用実態を整理した上で、心理的・社会的側面からその影響を考察する。特に、承認欲求や FOMO といった心理的要因が SNS 依存を引き起こすメカニズムに注目し、自己肯定感やストレスとの関連を検討する。また、既読無視や DM 文化など、SNS 上のコミュニケーション形態が人間関係に及ぼす変化についても分析する。さらに、SNS が社会全体にもたらす影響として、フェイクニュースや炎上、誹謗中傷などの社会問題を取り上げ、情報リテラシー教育や法的整備の現状と課題を明らかにする。これらの考察を通じて、個人が SNS を心理的・社会的に健全な形で利用するための指針を提示し、SNS 時代における「心地よい距離感」のあり方を探求する。 【期待される効果】 SNS がもたらす心理的・社会的影響を体系的に整理し、利用者が自身の SNS との関わり方を見直す契機を提供できると考えられる。特に、承認欲求や FOMO といった心理的要因への理解を深めることで、過度な利用や依存を防ぎ、心の健康を保つための具体的な行動指針を示すことが期待される。また、SNS 上のコミュニケーションの特徴や課題を明らかにすることで、対人関係における誤解やストレスを軽減し、より健全な人間関係の構築に寄与する可能性がある。さらに、フェイクニュースや炎上といった社会的問題を取り上げることで、情報を受け取る側のリテラシー意識を高め、SNS を安全かつ責任ある形で活用する文化の形成に貢献できると考える。 【参考文献】 https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r06/html/nd217100.html		