ネット恋愛と心理学

武生高等学校　探究文科3年

1.Abstract

Our research theme is “Internet Romance”, and our question is that despite the risk we could get involved in trouble, why do people fall in love on the Internet. We have two hypotheses. First,there is little hope to get a boy/girlfriend in real life. Second,we can make our own ideal profiles on the Internet. We couldn’t find effects that only work for Internet romance. Also,we did two questionnaires and asked professor questions. We concluded that “The Through Screen Effect” is at work.

2.要旨

近年の社会では、「ネット恋愛」という言葉をよく耳にするようになってきている。私達の研究テーマは、その「ネット恋愛」である。このテーマにおける私達の問いは、「犯罪に巻き込まれる可能性があるにも関わらず、なぜ人々はネット上で恋愛をするのか」である。この問いを確かめるにあたって、私たちは、「現実で恋愛の相手を見つける望みが薄い」「理想的なプロフィールで恋愛を行うことができる」という2つの仮説を立てた。しかしながら、私たちはネット恋愛の中だけではたらく心理効果を見つけることができなかった。そこで、私たちは武生高校生を対象としたアンケートを2回行い、大学教授の方へのインタビューも実施した。最終的に、私たちはこの問いに対する答えとして、自分たちで考案した「『スルースクリーン効果』(画面越しであることによって、得ることのできる相手に関しての情報が少ないため、より相手への期待が高まり、恋愛の熱が高まるという効果)がはたらいている」という結論を出した。

3.はじめに

インターネットが発達するにつれ、出会いの場は現実だけではなくなりつつある。マッチングアプリやSNS、ゲームなどでさえも出会いの場となることは、今日では珍しいことではない。「ネット恋愛」とは直接顔を合わせないまま、アプリなどでのやりとりで恋愛をすることを指す。ネット上の出会いでは、直接会わずにやりとりが始まるため、相手の本当の顔や性格などはわからない。そのため、現実での恋愛よりも互いの距離を縮めるのは難しいように感じられる。しかし、ネット恋愛はなくなるどころか、結婚にまで発展するケースさえもある。私達のテーマである「ネット恋愛」には、気軽にやりとりできるなどの利点もたくさんあるが、その反面、難点もある。それは、犯罪に巻き込まれる可能性もあるということだ。なりすましや詐欺、誘拐などの犯罪が実際に起きている。

そこで、「犯罪に繋がるケースもある中で、なぜ人々はネット上で恋愛をするのか」を問いに立てた。ネット上での出会いの危険性を知っていながらも、ネットで恋愛をする理由を心理学から探っていきたいと考え、研究を始めた。今回は、私たちの世代である高校生に対象を絞った。

本研究におけるネット恋愛の定義は、「ネットで連絡を取り合うことがファーストコンタクトで始まる恋愛」とする。現実で知り合ってから連絡を取り合う場合は考えず、互いの顔や性格などが明確でない状態で始まる恋愛のみを対象として検証していく。

私たちはこの問いに対する仮説として、主に2つのものを考えた。1つは、現実で誰かと結ばれる可能性が低いため、より多くの人と出会えるインターネットを使って恋愛をしているのではというものだ。そして、2つ目は、ネット上では自分のプロフィールを思う通りに作ることが出来るため、理想の自分で恋愛をできるのではないかというものである。

問いに対する調査方法としては、武生高校の1年生、2年生を対象にネット恋愛に対する意識を問うアンケートや、文献での心理効果の調査、専門のジャーナリストの方へのインタビューを行った。

4.実験方法

私たちはまず、武生高校の1,2年生を対象にアンケート調査を行った。次に、インターネット上でネット恋愛の実体験を調べたところ、一口に恋愛と言っても様々なパターンがあることが分かった。そこで、幾つかのパターンに分けて恋愛のチャートを作成した。また、恋愛を進める中で働く心理効果についても調べた。そして、「ウェブ恋愛」(ちくま新書)の著者であり、大学で講師をしていらっしゃる渋井哲也先生にお話を伺った。渋井先生のお話を元に、再度アンケート調査を行った。

5.結果

ｉ.アンケート1

＜目的＞今回の研究対象である高校生(主に武生高校生)がネット恋愛にどのようなイメージを抱いているのかを明らかにすることが目的である。

＜概要＞

1.調査対象:武生高校の1,2年生

2.調査方法:Googleフォームを用いた。

3.調査内容:以下に示す通りである。

①.あなたはネット恋愛をしたことがありますか？

②.ネット恋愛に抵抗がありますか？またなぜその回答を選びましたか。

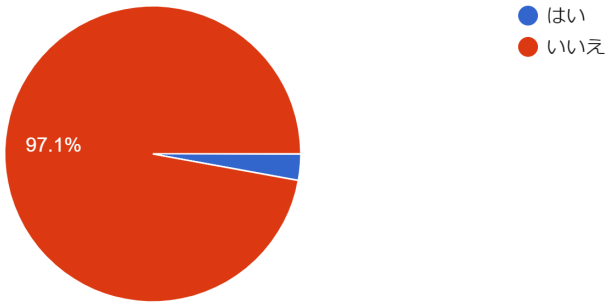
③.ネット恋愛をしている人が身近にいますか？

④.ネット上で恋人を作りたいと思いますか？

⑤.将来、マッチングアプリを利用したいと思いますか？その理由をお書きください。

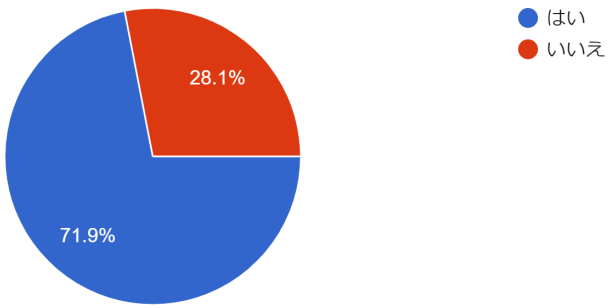
＜結果＞
2年生
1.はい97.1%、いいえ2.9%

1.あなたは「ネット恋愛」をしたことがありますか？
139 件の回答



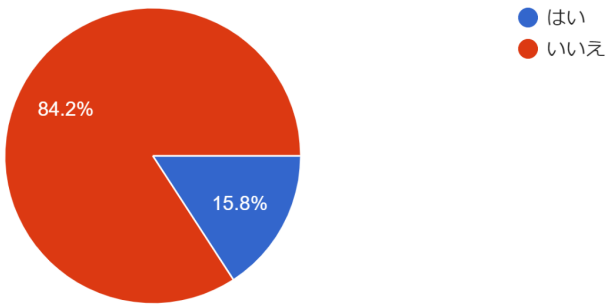
2.はい71.9%、いいえ28.1%

2.「ネット恋愛」に抵抗がありますか？
139 件の回答



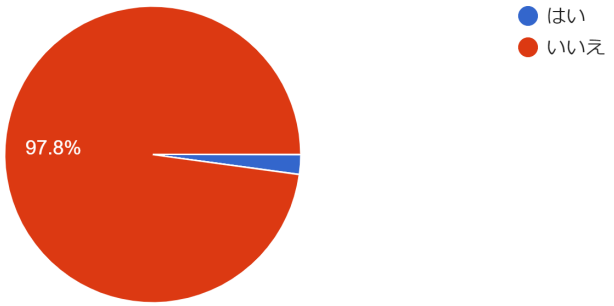
3.はい84.2%　いいえ15.8%

3.「ネット恋愛」をしている人が身近にいますか？
139 件の回答



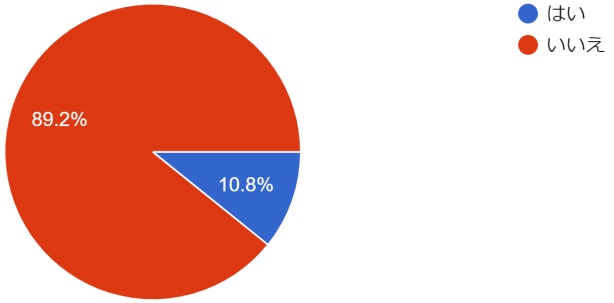
4.はい2.2%、いいえ97.8%

4.ネット上で恋愛をしたいと思いますか？
139 件の回答



5.はい89.2%、いいえ10.8%

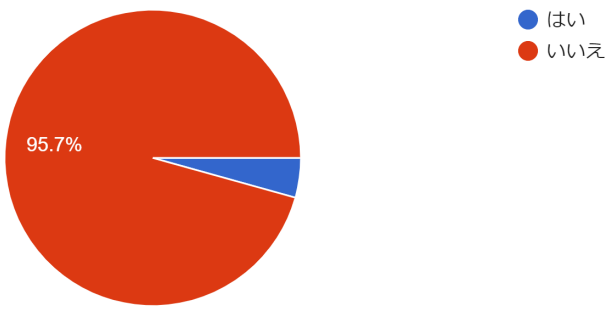
5.将来、マッチングアプリを利用したいと思いますか？
139 件の回答



1年生

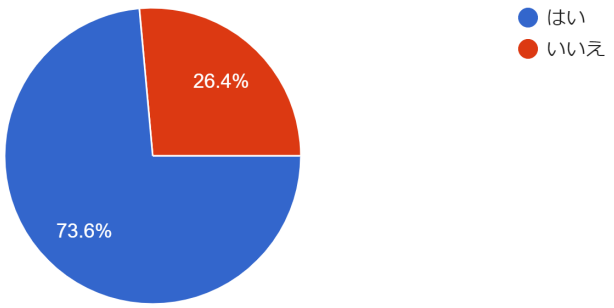
1.はい4.3%、いいえ95.7%

1.あなたは「ネット恋愛」をしたことがありますか？
208 件の回答



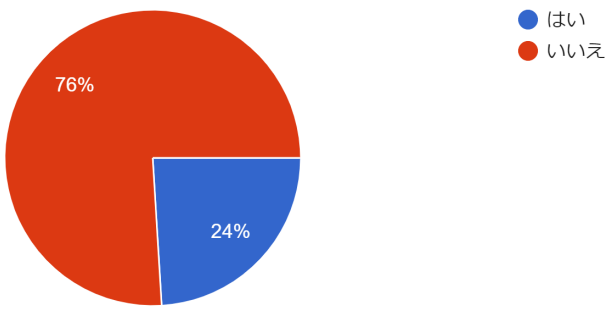
2.はい73.6% いいえ26.4%

2.「ネット恋愛」に抵抗がありますか？
208 件の回答

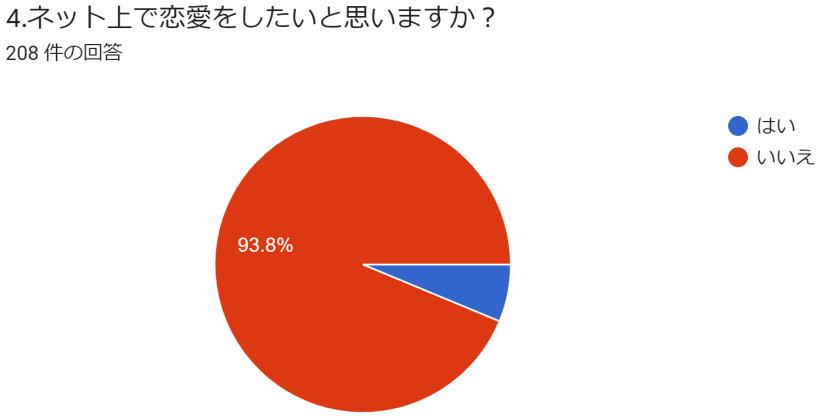


3.はい24.0%、いいえ76.0%

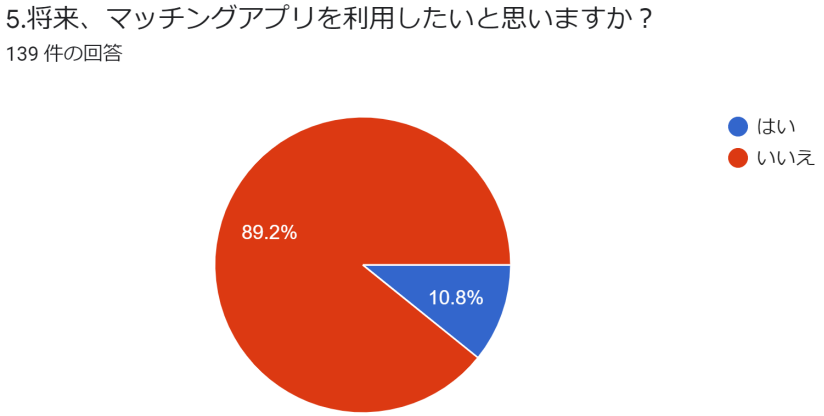
3.「ネット恋愛」をしている人が身近にいますか？
208 件の回答



4.はい6.2%、いいえ93.8%



5.はい10.8%、いいえ89.2%



ⅱ.チャート

1.現実における恋愛（同じクラス、同じ学校等）

①顔見知り　　顔・名前は把握している

②話をする仲になる　　友人として認識　LINE等で交流

（互いの趣味や価値観における類似性を発見する）

③好意を持つ　　相手と更に接点を持とうとする

④告白し、成功すれば交際を開始

現実世界において出会いの場となるのは主に学校や通学の電車やバス、バイト先である。そこで最初は相手の顔と名前の把握から始まり、直接話したり、LINEなどのSNSを通じて会話を重ねたりする中で、友人として認識するようになる。人は共通点の多い人を好きになる傾向があるため、会話の中でお互いの趣味や価値観に関する類似性を発見すると、それが好意を持つことに繋がると考えられる。好意を持つと多くの人は相手と更に接点を持とうとし、一段と話しかけたり、登下校や

デートに誘ったりする。そして仲が深まり、成功する可能性が高いという見込みのもと告白し、成功すれば晴れて交際開始となる。

2.ネット上における恋愛

①ネットで存在を知る　　相手の情報はユーザー名、プロフィール欄のみ

②相手の投稿やゲームのプレー等を見て興味を抱く

③チャットやメッセージで会話を始め交流を重ねる

④好意を持つ

⑤告白し、成功すれば交際を開始

⑥合意の上で実際に会う

⑦遠距離恋愛として交際を継続

ただし、実際に会った段階で互いの容姿や言動により破局に至る場合もある

まずは様々なアプリを通して相手の存在を知る。その時相手に関してわかるのはユーザー名やプロフィール欄に書かれている情報のみである。相手の投稿やゲームのプレー等を見て興味を持ち、チャット機能やDM(ダイレクトメッセージ)を使ってやりとりを開始する。やりとりを重ねたり、通話したりする中で相手に好意を持つ。その後どちらかから告白し、成功すれば交際になる。私達がインターネットを使ってネット恋愛の体験談を調べたところ、交際を始めた後、合意の上で実際に会う人が多くいた。そして遠距離恋愛として交際を続ける。ただし、会ったときの実際の互いの容姿や言動と、相手に対して自分が抱いていたイメージとのギャップにより、別れてしまう場合もある。

ⅲ.心理効果

恋愛をしている時に働く心理効果として以下のようなものがある。以下に示す効果は心理学において実証されているものである。

・ロミオとジュリエット効果
・ゲインロス効果
・返報性の原理
・アンダードッグ効果
・類似性の原則
・熟知性の原則
・親近効果
・笑顔伝染効果
・ツァイガル効果
・シンメトリー効果
・ウィンザー効果
・スリーセット理論
・ミラーリング効果
・ランチョンテクニック

・ボッサードの法則（近接性効果）
・メラビアン効果　など

私たちが調べた心理効果のうち、以下に示す6つは主に現実の恋愛で働くとされているが、ネット恋愛でも働くと推察される。しかし、ネット恋愛のみに働く心理効果は見つけることができなかった。
＜ロミオとジュリエット効果＞
恋愛において障害があったほうが逆にその障害を乗り越えて目的を達成しようという気持ちが高まる効果。
＜ゲインロス効果＞
マイナスの印象からプラスの印象、またはその逆に変化する度合いが大きいほど相手に与える影響が大きくなる心理効果。
＜返報性の原理＞
相手から受ける好意をお返ししたいと思う心理効果。
＜アンダードッグ効果＞
一般的には不利や劣勢な方を応援したくなるという効果のことですが、恋愛においては、例えばいつも活発な人が、時折見せる弱みを見て、応援したくなったり、好意を持ったりする効果。
＜類似性の原則＞
自分と共通した要素を持ち合わせている人に対して親近感や好意を抱くという法則。
＜熟知性の原則＞
相手を知れば知るほど警戒心が薄れ、次第に好意を持っていく法則。

ⅳ.先生への質問

ネット恋愛でのみ働く効果もあるはずだと思い、さらに調査をするため、ジャーナリストであり恋愛心理学に関する著作もある渋井哲也先生に、TwitterのDM（ダイレクトメッセージ）機能を用いてお話をお聞きすることにした。

＜質問1＞知らない人とネット上で恋愛関係に発展し現実で会うケースが多いが、その後誘拐されたり殺されたりする事件があるため、通常の恋愛よりも事件に巻き込まれる可能性が高いというリスクがあるにも関わらず、なぜネット恋愛をするのか。
＜回答1＞たしかに、誘拐事件になる場合もある。この場合の誘拐とは何か？と考えたときに、年齢の問題が指摘される。未成年者の場合、保護者または親権者の同意なしに、宿泊などをした場合、誘拐に問われることがある。しかし、こうした誘拐は、ネット恋愛に限らない。通常の恋愛（＝SNSが関係しない恋愛のこと）でも起きる。また、殺人事件に発展することがあるが、ネット恋愛以外でのカップル間の殺人が多くある。事件の確率で考えれば、知らない相手との関係よりも、顔見知りの間で起きる事件のほうが確率は高い。
　これらはネット恋愛だからあるリスクというわけではなく、恋愛全般的に起きるリスクである。通常の恋愛でも、デートDVやストーカー事件、殺人事件が起きることはよくある。自身が何者なのか？ということを騙すことも、通常の恋愛、ネット恋愛、ともにあり得る。
　ただ、ネット恋愛によるリスクは、お互いの人柄が担保されていないことから起因するのではないかと思う。つまりは、お互いの人柄を、別の人からの情報などで確認できないことである。例えば、学校やアルバイト先での知り合いであれば、自分以外に、その人を知っている人がいる。その人を知っているとなれば、ある程度、自分が感じている情報を確認することもできる。また、誰かに見ら

れている意識があるので、はめを外そうと思ったとしても、犯罪行為まではしようとは思わないということがある。
　相手のことを、自分の身近な人が知らないという条件のもとで恋愛をすることが多いのがネット恋愛である。自分のことを、相手の周囲の人が知らないとも言える。それだけ、自分が存在しているリアルな人間関係から抜け出したい心理があると思っている。リアルな人間関係であれば、自分の人柄は、すでに周囲によって役割も、序列も作られてしまっている。そうした状況を抜け出し、新しい自分でいられる、現実とは違った自分でいられる。そして、そうした自分を相手が認めてくれる。そんな心理が、ネット恋愛につまっている。だからこそ、周囲が心配するのだろう。

＜質問2＞実際のネット恋愛体験談
＜回答2＞恋愛といっても様々だが、例えば、こんな例がある。
　(例1)動画配信でチャットをしながらコミュニケーションをとる中で恋愛感情が芽生えた。しかし、お互い住んでいる場所が、すぐに会える距離にない。そのため、会う前に、動画配信の中で告白し、付き合うようになった。その後、配信の時間以外で、可能な限り、LINE通話などでつながり、生活音を出しながら、コミュニケーションをとっていた。出会ったことはないが、オンライン上での性的なコミュニケーションもあった。その後、2人は喧嘩をするが、2人の共通の知人がおらず、仲介に入る人もいない。そのため、一方が相手をブロックした。そのことで、二人が連絡を取ることがなくなった。
　(例2)2人はあるオンラインゲームで知り合い、オフ会で初めて会うことになる。女性が男性の一人に告白した。しかし、男性はなかなか恋愛感情が芽生えない。そこで、LINEをすることで距離を縮めようと、その後、LINEのやりとりをするようになった。しかし、男性がスマホをなくしてしまい、新しいスマホにしたが、女性の電話番号や他のSNSを知らなかったこと、女性がオンラインゲームをやめてしまっていたことで、連絡手段がなくなり、それ以上の関係に発展することがなかった。
　(例3)SNSで知り合った男女。仲良くなったきっかけは卒業した大学が同じだったから。お互いの自宅が近かったこともあり、デートを重ねることになる。きっかけはSNSだったが、それ以後は、通常の恋愛とは変わらない恋人関係になった。そして、結婚することになった。

＜質問3＞なぜここまでネット恋愛は広がりを見せたのか。
＜回答3＞ネット恋愛が広がりをみせたのはいくつかあるが、まずは、手段が身近にあること。いまは、携帯電話の普及率は90％を超えている。2000年以前は、パソコンから出会い系サイトやチャット、趣味のサイトなどで出会うことがあった。しかし、パソコン普及率は高くなく、パソコンでアクセスするにしても、いちいち起動をする必要があった。スマホは、いちいち起動することもなく、一人一台が当たり前になっている。しかも、パソコンと違って、スマホは移動しながらも連絡を取り合うことができる。手段が身近にあり、普及率が高まったことが一つの大きな要因である。
　また、ネット・コミュニケーションの特性も大きく作用していると思う。まず、対面と違って、ネットの場合は情報量が少ない。そのため、相手を知ろうとする場合、やりとりが多く続くことになる。そこで「一緒の時間」が作られる。対面の場合、文字通り、「一緒の時間」は会っている時間である。しかし、ネット・コミュニケーションの場合は、やりとりする時間＝「一緒の時間」になる。やりとりをする時間は、相手と共にする時間でもある。そのときの感覚は、あとでやりとりを見直しをすると、ニュアンスがわからない場合もあるが、そのくらい、やりとり中のコミュニケーションは依存的なものになっていく。

ネット・コミュニケーションが続く場合、お互いの期待値が高まる。「私を相手にしてくれた」という感覚ができた場合、「こんな私でも相手にしてくれる」という理想化につながる。理想化されればされるほど、相手にのめり込み、依存的になっていく。コミュニケーションの総量が多ければ多いほど、相手への理想化も高まる。こうした相手への理想化は、通常の恋愛でもおきる。しかし、通常の恋愛の場合、例えば、相手がクラスにいた場合、現実の相手を見ることで、理想化が冷めてしまうことがある。理想を高めるには、相手となかなか会わないことだったりする。

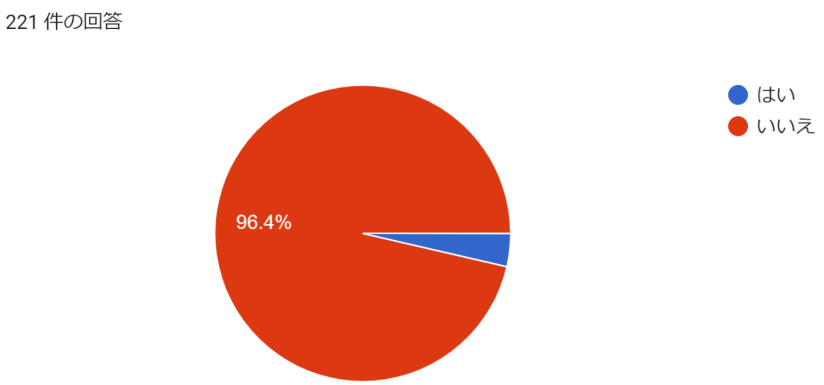
最近の調査では、恋愛経験も性体験も以前よりは少なくなっている傾向がある。ということは、通常の恋愛や性を知っている人が少ないということになる。こうした通常の恋愛を知らない状況こそ、ネット恋愛を理想化する素地になっている。恋愛や性を知っていれば、「恋愛や性はこんなものだ」というある種の現実思考が生まれる。しかし、知らないからこそ、恋愛や性を理想化していく。

ｖ.アンケート2

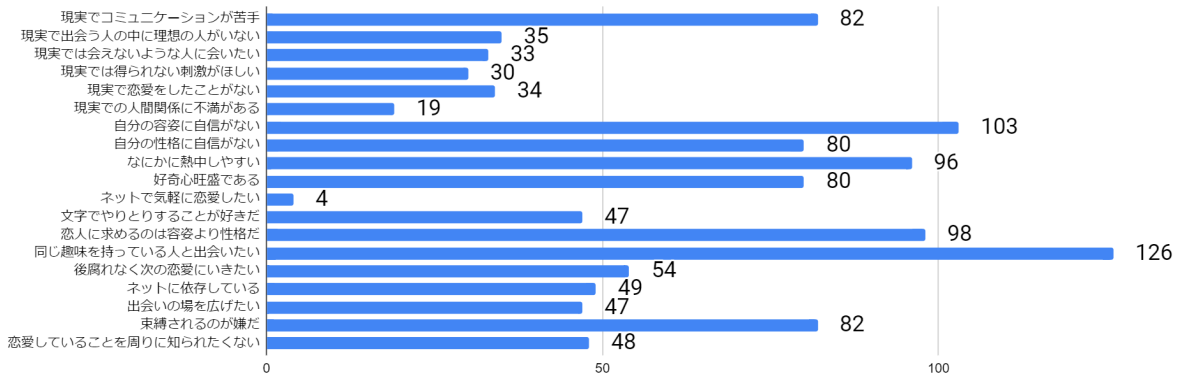
＜目的＞ネット恋愛をしている高校生（主に武生高校生）の傾向を知ることが目的である。
＜概要＞
1.調査対象：武生高校の1,2年生
2.調査方法：Googleフォームを用いた。
3.調査内容：以下に示す通りである。

①.あなたはネット恋愛をしていますか。または、将来的にネット恋愛をしたいと思いますか。
②.自分の性格や性質に当てはまるものをチェックしてください。（複数回答可）
・現実でコミュニケーションが苦手
・現実で出会う人の中に理想の人がいない
・現実では会えないような人に会いたい
・現実では得られない刺激がほしい
・現実で恋愛をしたことがない
・現実での人間関係に不満がある
・自分の容姿に自信がない
・自分の性格に自信がない
・なにかに熱中しやすい
・好奇心旺盛である
・ネットで気軽に恋愛したい
・文字でやりとりすることが好きだ
・恋人に求めるのは容姿より性格だ
・同じ趣味を持っている人と出会いたい
・後腐れなく次の恋愛にいきたい
・ネットに依存している
・出会いの場を広げたい
・束縛されるのが嫌だ
・恋愛していることを周りに知られたくない

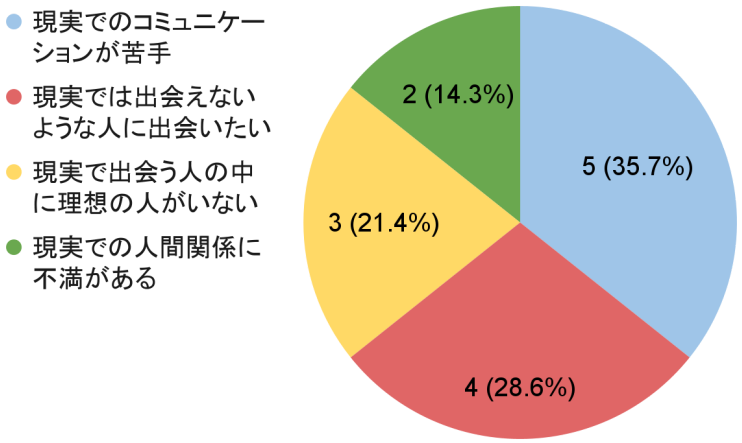
＜結果＞はい96.4% いいえ3.6%



自分の性格や性質に当てはまるものをチェックしてください。(複数回答可)



「あなたはネット恋愛をしていますか。または、将来的にネット恋愛をしたいと思いますか」という質問に「はい」と回答した人が多く選んでいた選択肢



6.考察

ⅰ.アンケート1からは今回のアンケート対象である武生高校生の多くがネット恋愛に対して抵抗感を抱いていることがわかる。

ⅱその理由として考えられるのは、チャートで示したような、現実における恋愛とインターネット上で進行する恋愛で得られる相手に関する情報の量と信憑性の違いである。相手の情報が少なく、信用できるものであるかどうかを確かめる術もほとんどないために抵抗を感じる人が多いのである。

ⅲ.心理効果より、人が恋愛にのめり込む要因となる心理効果のうちいくつかはネット恋愛にも適用されると考えられる。しかし、前述したように、ネット恋愛にのみ働き、現実での恋愛には働かない効果は見つからなかった。

ⅳ.先生への質問からはネット恋愛におけるリスクが現実でのものより特段に高いとは言えないこと、ネット上のみでの交際であったがために破局した例、SNSでの会話から始まり現実での交流を経て結婚に至った例などから、手段の普及と理想化がネット恋愛の広まりの大きな要因であることがわかった。

ⅴ.アンケート2では、今ネット恋愛をしている、または将来的にしたいと答えた人は「現実でのコミュニケーションが苦手」「現実では出会えないような人に出会いたい」という選択肢を選んでおり、ネット恋愛に肯定的な人の多くが現実に不満を持っていることが読み取れる。私達はそうした人々がインターネット上で理想や希望通りの恋人を探そうとしているのではないかと考えた。現実に対する不満からネット上で理想の相手を見つけようとする過程に何らかの心理効果が働いているといえる。

7.結論

私達が最初に立てた『人は「現実での望みが薄い」、また「なりたい自分になれる」という理由からインターネット上で相手を見つけようとする』という仮説は立証できなかった。
しかし、私達はネット上で出会う相手は画面越しで、得られる情報が少ないため、相手に対する期待や熱が高まりやすくなるという心理効果があるのではないかと考えた。つまり、文献調査ではネットのみに働く心理効果は見つからなかったものの、ネット上でのみ働く心理効果が存在する可能性が高い。そこで、我々はこの効果を「スルースクリーン効果」と名付けた。この効果が作用することで、犯罪に巻き込まれるリスクに対する不安が払拭され、人はネット恋愛に熱中するのだと結論づけた。

8.今後の展望

今回の研究で私達が出した結論である「スルースクリーン効果」は、まだ考察段階のものであり、実証はされていない。よって、今後の展望としては、この効果は実際に働いているのかを検証していくことにする。方法としては、実際にネット恋愛をしている人にアンケート調査等を実施し、ネット恋愛をしているときには普段の心理とは違う働き方をしているのかを検証する。また、「スルースクリーン効果」以外にも、ネット恋愛の際に働いている効果がないかを調べていく。

9.参考文献

謝辞
本研究に協力していただいた、フリーライターである渋井哲也氏に感謝します。

書籍

ウェブ恋愛,2006,渋井哲也,筑摩書房

男子のための恋愛検定,(よりみちパン!セシリーズ) ,2012,伏見憲明,イースト・プレス

論文

松井豊,1990,「青年の恋愛行動の構造」

正木大貴,2019,SNSは人間関係を変えたのか？

山田昌弘,2019,恋愛・結婚の衰退とバーチャル関係の興隆

Hooi Koon Tan and Yoong David,2017,Preying on lonely hearts: A systematic deconstruction of an internet romance scammer's online lover persona

https://ejournal.um.edu.my/index.php/JML/article/view/3288

藤桂・吉田富二雄,筑波大学人間総合科学研究科, 2009,「インターネット上での行動内容が社会性・攻撃性に及ぼす影響:ウェブログ・オンラインゲームの検討より」
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jssp/25/2/25_KJ00005930941/_pdf/-char/ja

加藤千枝,2013,青少年女子のインターネットを介した出会いの過程

https://www.jstage.jst.go.jp/article/ssi/2/1/2_KJ00008760310/_pdf/-char/ja