

ゲームの制限による心理的リアクタンスの影響

松本 陸

(君塚 洋一ゼミ)

目次

はじめに
第1章 仮説の説明
第2章 心理的リアクタンスとは
第1項 心理的リアクタンスの定義
第2項 心理的リアクタンスの例
第3章 家庭におけるゲームの制限の調査
第1項 調査概要
第2項 アンケート集計結果
第3項 アンケート調査の分析
第4項 インタビュー調査の結果
第5項 インタビュー調査の分析
第4章 考察
さいごに

はじめに

この世には様々な制限がある。ダイエットのための糖質制限、節約のため毎月の支出の制限、それらの最たるものとして法律というものがある。この論文では、家庭教育の場で親が子にかけられる制限に注目し、そのような制限がそれを受けた側にどのような影響を与えるかを考える。

ゲーム、おもちゃ、テレビ、漫画、友人関係、お菓子、飲み物など、教育の場ではこれらに禁止や極度の制限が設けられる場合がある。禁止の理由としては、勉強に動かしませるためであったり、親にそのものごとに対する理解がなかったり(例えば「ゲームをしすぎるとゲーム脳になる」)と様々である。そうした種々の制限によって、人間にどのような影響が及ぼされるのか調査したいと思う。

今回の調査対象にゲームを取り上げた理由は、ゲームはほとんどの子どもが経験するであろうポピュラーな活動だからである。そして本研究で

は、そういった育てられ方をするといつか反動で禁止されたことにのめり込んでしまうのではないかと、という仮説を立てた。その要因として、「心理的リアクタンス」というものが大きく関わっているのではないかと考えた。「心理的リアクタンス」とは、外的要因により自分の行動の自由が損なわれると、その自由を回復しようと考えてしまう状態のことである。

本論文では、家庭という教育の場におけるそうした子どもへの制約がその後の子ども自身の心理や行動にどんな影響を与えるかという問題を、心理的リアクタンスという概念によりながらゲームの制限という事例の分析をふまえて考察する。

第1章で仮説の説明、第2章で心理的リアクタンスについて説明したのち、3章でアンケート調査とインタビュー調査の分析を行い、第4章でこれらを考察するという流れで進めていく。

第1章 仮説の説明

本研究の仮説は「極度の制限を設けられながら育てられると、いつか反動で禁止されたことにのめり込んでしまうのではないかと」というものである。

どうしてこの仮説を立て、なぜ検証しようかと思ったのか。それは、ネット(巻末 Twitterでの例参照)で親などに何らかの制限をかけられていたせいで今の生活に影響が出ているという話をよく見るからである。また、今回の研究の結果を将来自分が育児をする時に役に立てられるのではないかと考え、このテーマにすることを決めた。

世の中には親に何かを制限されて育てられている子どもが大勢いる。その中でも非常に厳しい制限を設けられた環境で育った子どもは、不満を抱いたり、周りとのズレを感じたりなど、あまりよくない影響を受けてしまうこともある。親や教師は、はたしてそこまでして子どもに制限をかけること

ゲームの制限による心理的リアクタンスの影響

に本当に意味はあるのか、教育のために子どもの行動に制限をかけるのであれば、それ相応の効果はあるのかなどを追究したい。もしこの仮説が正しいことが証明されれば、今後そういった人が生まれる前に対策できるのではないかと思う。

調査方法は一定量のデータを必要とするためアンケートによる量的調査を行う。また、子どものときにゲームを制限されており、現在もその影響が及ぼされうるゲーム行動を行っている人を対象とする。中高年層は子どもの時ゲームがあまり普及していなかったことと、制限から解放されるとすれば、大学生になる18歳が多いと思われるため、解放されてから何年も経った中高年層に調査をしても当時の記憶のまま答えられる可能性は低いと判断し、若年層を中心に調査を行った。加えて、アンケート回答者の一部にインタビューを行い、その人が子ども時代に何をどのように制限されて育ったかを個別に聞く質的調査により実態の詳細な把握を行う。また、個人の意見を拾いやすいTwitterなどのSNSから例を収集することも行う。

第2章 心理的リアクタンスとは

第1項 心理的リアクタンスの定義

リアクタンスとは電気回路の抵抗・反発を表す言葉であり、心理的リアクタンスは心理的な抵抗が関係している理論である。1966年に心理学者のジャック・ブルームによって提唱されたこの理論は、人が特定の自由を侵害されたときに喚起される、自由回復を志向した動機の状態のことを説明するものである。

ブルームは心理的リアクタンスを次のように考える。「もしある人物の行動の自由が削減されたり、削減に脅かされたりするならば、彼は動機的に喚起されるであろう、と仮定するのが合理的である。この喚起はおそらく自由のこれ以上の喪失に対して抵抗する方向に志向しており、すでに喪失してしまった自由や脅かされた自由の再確立の方向を志向している。この仮説的な動機状態は、人の行動の可能性についての削減あるいは削減の脅威に対する反応であり、概念的には反発力と考えられるので、その仮説的動機状態は『心理的リアクタンス』と呼ばれる」(注1)。

つまり、人には脅かされた自由を守り、これ以上自由を失わないように考え、行動する機能があるということである。

第2項 心理的リアクタンスの例

例えば、宿題をしようと自分では思っていたが、する前に親から宿題をしなさいと言われてたら人はどう思うだろうか。多くの人は不快な気持ちになり、やる気が失せてしまうのではないだろうか。他にも、ゲームの中の目標の中にとても高い難易度のあるものがあるとする。プレイヤーは、達成しにくい状況に直面すると、より強くその目標を達成したいと感じることがある。

前者では、宿題をするかしないかという判断を自分で決められている状態から、宿題をしなさいと命令されることで宿題をしないという判断の自由を侵害されていると感じ、ここに心理的リアクタンスが生じ、不快な気持ちになるという仕組みである。後者は、容易に達成できない状況から、達成するという自由が侵害されていると感じ、その障害である目標を取り除くために達成してやりたいとより強く感じるようになっている。

また、一度に複数のものごとを行うことを禁止される場合もある。深田(1997年)は論文の中で以下のような例を挙げている(注2)。

●複数の行為の禁止に対する

心理的リアクタンスの事例

日曜日はよく朝からマージャンに行くというN氏。たまに日曜大工をしたり、テレビを見ることはあるが、外出していることがほとんどであった。マージャンに明け暮れているN氏に対して、N夫人は日ごろから強い不満を抱いており、「たまには、日曜日に家にいたって罰(バチ)は当たりませんよ。」と時々皮肉や小言をN氏に向かって言う。しかしそれもあまり意味はなく、N氏のマージャン通いは続いていた。

とある日曜日の朝、いつものようにマージャンをしに向かおうとするN氏に対して夫人が「あなた！今日はいつものように必ずマージャンをしに行ってくださいね。高校時代の仲良しグループを招いてホーム・パーティーをする予定なので、あなたがいたら友だちが気を遣うから、家にいない

で下さいね。」と声をかけた。いつもとは逆の言葉にN氏は一瞬戸惑いの表情をみせながら口の中で「ああ」とあいまいな返事をした。

すると、いつもなら止められても構わず雀荘に向かっていたN氏が、今日に限ってなかなか家を出ない。そのうち、テレビの前に座り込み、「今日はどうしても見たい番組があるし、かねてから計画していた本箱作りもしなければ。」とつぶやく。N夫人はなぜ今日に限ってこんな行動を取るのか理解できず困惑する。そうこうしている間にN夫人の友人が訪れ、ホーム・パーティーが始まるのだが、その最中、N氏はわざとだと言われても仕方がないような大きな音でテレビを視聴したり、電動のこぎりやトンカチを使用し、音をまき散らす行動に出る。

なぜN氏はこのような予想に反する行動をとったのであろうか。N氏は、夫人からマージャンに出かけるように言われたことによって、①マージャンをしなければならぬ（強制）、②テレビを見てはいけない（禁止）、③日曜大工をしてはいけない（禁止）、という3つの行動が強制あるいは禁止されたことになる。N氏は日曜日をどのように過ごすかを自分で自由に決められると信じているはずである。すなわち、N氏は、①マージャンをする自由としない自由、②テレビをみる自由とみない自由、③日曜大工をする自由としない自由、の全てが自分にあると信じている。たいていの日曜日、N氏はこれらの自由のうちから、①マージャンをする自由、②テレビを見ない自由、③日曜大工をしない自由を行使している。ところが、夫人の言葉によって、N氏は、①マージャンをしない自由、②テレビを見る自由、③日曜大工をする自由が脅かされたと感じたのである。その結果、これら3つの行動の自由が自分には確かにあるのだと主張するために、N氏は、マージャンに出かけることをやめて、家でテレビを見たり、日曜大工をしたりする方を選択したのである。

もちろん、N氏がこうした自分の心理過程の細部に至るまで明確に意識していたかどうかはわからないが、少なくとも、自分が当然保有している自由が脅かされたという認識の発生に伴って、その時点までは非常に魅力的に思っていたマージャンが途端に色あせてきて、逆に、あまり関心なかったテレビ視聴や日曜大工が急に魅力的なこと

のように思える、というように行動の選択肢の魅力に変化が生じていると推測される。

更に厳密にいうと、ここで取り上げたN氏の行動に関係する自由にはもう一つ別の種類の自由がある。それは、家にいる自由（外出しない自由）と家にはいない自由（外出する自由）である。N氏は、自分にはこの両方の自由があると思っており、通常は家にはいない自由（外出する自由）を行使している。しかしN夫人の言葉によって、家にいる自由（外出しない自由）が脅かされたことになる。その結果、N氏は、いつもなら魅力的に思える外出にあまり関心がなくなり、逆に、いつもならうっとおしく思える家にいることが何やら楽しいことのように感じられ、家にいる自由（外出しない自由）を再確立するために、家にいる（外出しない）行動を選択したのである。

このように、生活の中で何かを制限するということは、それにつられて他の行動にも影響を与え、結果様々なことを制限されるという事態に陥る場合がある。制限された対象はもちろん、何重にも重なる自由の侵害、多方面への侵害を与えることがあるということである。

この心理的リアクタンスは、自分のしようとしている判断よりもその判断を妨げることがよい結果になる状況でも起こってしまうのも特徴の一つだ。たとえば、ビジネスの場でも心理的リアクタンスが用いられることがある。よくあるのは「残りわずか！」という言葉は広告の前面に置くことで品薄をアピールをするというものだ。消費者は今すぐその商品を買う必要がなくても、早く買わないと欲しいときにその商品を買うという選択が品切れという障害によって侵害されてしまうのではないかと予想してしまい、必要ないものへの購買意欲に繋がるというものだ。在庫の有無という本来ありがたい情報が、品薄という言葉のせいで無駄な買い物に繋がってしまうということである。

第3章 家庭におけるゲームの制限の調査

この章では、仮説の検証をするために行った調査の概要を紹介し、その結果の分析を行う。アンケート調査の後に、追加で行ったインタビュー調査の分析を行う。

ゲームの制限による心理的リアクタンスの影響

第1項 アンケート調査概要

- ・調査目的 本調査では、家庭でゲームをどのように制限されていたか、また、その制限によってどのような結果、または心境の変化があったかを調べることを目的としている。その中で気になった回答をされた対象者に、別途個別インタビューを行う。
- ・調査対象 ゲームに制限を設けられて育った18～23歳の男女
- ・調査項目 調査票の原票は巻末に示す。
 1. プレイ可能な時間の制限の有無
 - 1a. その制限は周りと比べてどうだったか
 - 1b. 一日にできたプレイ時間
 - 1c. 解放されてからのプレイ時間
 - 1d. 一日のプレイ時間が制限解除後の方が長くなった人の原因
 2. 内容の制限の有無
 - 2a. その制限は周りと比べてどうだったか

たか

- 2b. どんな内容の制限だったか
- 2c. 解放されてからどうなったか
- 2d. 2aで制限が周りと比べて厳しく、制限解除後によくそのゲームをするようになった原因
3. 他に何か制限があったか
4. 制限があったことなどを踏まえての心境

- ・調査方法 ①ウェブサイトによる質問紙法 (Google Form を使用)
②アンケート調査の回答者より制限があった人に個別インタビュー
- ・調査時期 2021年7月26日～8月3日
- ・有効回収 ①アンケート調査：17人 (男性13人/女性4人)
②インタビュー調査：1人 (女性)

第2項 アンケート集計結果

ここではアンケート調査の集計結果を示す。

表1 N=17

プレイ可能な時間を制限されましたか	はい	いいえ	計
	88.2%	11.8%	100.0%
	15	2	17

表2 N=15

その制限は周りと比べてどのような制限だと思いましたか	非常に厳しい	比較的厳しい	少し厳しい	厳しくない	計
	6.7%	40.0%	40.0%	13.3%	100.0%
	1	6	6	2	15

表3 N=15

一日でどのくらいゲームができましたか	0～30分	31～60分	1～2時間	3時間以上	計
	13.3%	26.7%	46.7%	13.3%	100.0%
	2	4	7	2	15

表4 N=15

解放されてから、あなたはどのくらいゲームをしていましたか	0～30分	31～60分	1～2時間	3時間以上	計
	6.7%	0.0%	6.7%	86.7%	100.0%
	1	0	1	13	15

表5 N=12

解放されて以降の方が長い時間になった方に、原因は制限があったからだと思いますか。	はい	いいえ	計
	66.7%	33.3%	100.0%
	8	4	12

表6 N=17

年齢制限があるゲームなど、内容によって制限されていましたか。(CERO規定など)	いいえ	はい	計
	11.8%	88.2%	100.0%
	2	15	17

表7 N=1

周りより厳しい制限があり、解放後ゲームをよくするようになった方に、原因は制限があったからだと思いますか。	いいえ	はい	計
	0.0%	100.0%	100.0%
	0	1	1

表8 N=3

時間と年齢以外の制限をかけられていた場合はどういったものかお書きください。	ゲームは宿題が終わってから
	ゲームを一時間やるごとに宿題を一時間する
	23時までしかゲームができなかった

表9 N=14

	すぐゲーム離れできる時間だった為、今では他の趣味に時間を使えるようになった。
	今となっては制限されたおかげで小中高と勉強や部活など様々なことに取り組めた。
肯定的な意見	子どものうちは生活習慣を乱さないためにある程度の制限は必要だと思う。
	今過度にゲームをしていることから、幼少期に制限があった方がいいと考える。
	やるべきことをするために我慢するのは当時はストレスだったが今に活かされている。
	今まで制限をかけられていたため今ゲームを素直にやめられる。
これまでの制限や今の生活についてどう思いますか	「ゲームがしたいというよりも勉強をしたくない」だったので、ゲームを制限されたところで他の遊びをしたりしていたため、勉強をさせるためにゲームを制限するのは意味がなかった。
	制限のない生活の方が楽だ。
	ほどほどにだと思った。
否定的な意見	結果的に意味はなくストレスがたまっただけで、親子仲も悪くなった。
	昔はもっと好きなことをさせてほしかった。
	制限された反動で自由になった今多くの時間をゲームに費やしている。制限と反動の強さは比例すると思う。
	制限から解放されると一気に遊ぶようになったと思う。
中立的な意見	ほどほどに必要なと思うが、度合いが強すぎるのはだめだ。

第3項 アンケート調査の分析

回収できたのは17票で、男性が13人、女性が4人であった。まず大きくまとめてみると、プレイ可能な時間を制限されていた人が88.2%いた(表1)。この15人のうち、その制限が周りとは比べて厳しくないと回答したのは13.3%のみで、残りの86.7%は、少し厳しい40.4%、比較的厳しい40.0%、非常に厳しい6.0%となった(表2)。実際1日にどのくらいプレイできたかという点、0～30分13.3%、31～60分26.7%、1～2時間46.7%、3時間以上13.3%であった(表3)。そして、解放されてからどのくらいゲームをしていたかでは、3時間以上が86.6%となった(表4)。解放されてからのほうがゲームをする時間が増えていたのは80.0%で、そのうちの66.7%(表5)がその原因は制限をかけられていたからだと答えた。

年齢制限があるゲームなど内容で制限されていたのは11.7%と少なく、そもそも内容での制限はあまりかけられることが少ないようである(表6)。ただ一つ言えるのは、こちらも制限が解除されてから、制限されていた内容のゲームをする時間は増え、やはりその原因はいずれも制限があったからと答えている(表7)。

制限のかけ方も、「宿題が終わったらできる」「23時までしかゲームができなかった」「ゲームを1時間やるごとに1時間勉強しなければならぬ」など様々な回答が集まった(表8)。

そして、これまでの制限や今の生活についての質問(自由回答)では、ゲームだけに限らず制限があったからこそやりたいという欲求が満たされず、自由に時間を使えるようになった際に歯止めが効かなくなったり、制限されていた反動で今たくさん時間をゲームに費やしているという意見や、制限があったからこそ他の趣味や勉強や部活などに取り組めるようになったと思う、という意見もあった。制限があった方がいいという意見とない方がいいという意見はほぼ半々くらいとなった。しかしその他には、ゲームを制限されていたが、勉強がしたくないだけだったので結局漫画を読んだりカードゲームをしたりしていたという意見もあった(表9)。

このように、ゲームという娯楽を制限することで、ゲームをするという自由としないという自由を

選択できる状況から、ゲームをしてはいけないという強制的な状況に陥らされることで「心理的リアクタンス」の作用により、ゲームをするという自由としないという自由のうち、脅かされたゲームをするという自由を回復しようとする心理的反応が生まれ、制限がなくなった際に制限されていたころよりもプレイ時間が増える、ということが示された。

第4項 個人インタビュー調査の結果

今回のアンケートの回答者のうち、表5で「はい」と回答した8人から1名を選び、更に個別にインタビューを実施し、詳しく当時の心境などを伺った。結果は以下の通りである。

- 1) 調査対象者：22歳女性 京都在住 大学生
- 2) ゲームの制限：小学校から高校までの間にかけていた。小中学校の時はiPad、高校からはパソコンでゲームをしていた。

3) 質問および回答

質問「どんな制限をかけられていましたか？」

答え「小中学校の時は1日2～3時間までしか使用できず、高校になると時間の制限はなくなったが、部屋に直接注意しに来られました。また、母親の気分で制限が変わることもありました。更年期だったのも関係あるのかもしれない。」

質問「お母さんの気分はどのように変わりますか？」

答え「悪いときは寝る前にiPadをリビングに置くように指示され、隠れてできないようになっていました。当時は自分も反抗期だったこともあり、よく喧嘩をしていました。」

質問「そういった制限に対してどのように感じていましたか？」

答え「特に、周りの友達に制限がなかったことから『なんで私だけ』という気持ちがありました。」

質問「制限がなくなったあと、どのくらいゲームをしていましたかまた、原因は何だと思えますか？」

答え「長いときは1日10時間ほどしていました。」

原因の半分は単純にゲームが好きということ、残りの半分は制限があったせいだと思います。」

質問「制限があつて良かったことはありますか？」

答え「小さいときから夜更かしをしなくて済んだことと、目が当時は悪くならなかったことです。」

質問「もし自分に子どもができたなら制限はかけると思いますか？」

答え「かけると思いますし、自分と同じくらいゲームをしていたら怒ると思います。」

質問「制限をかけるのは、一般的な考え方からですか？それとも自分が制限があつてよかったと思っているからですか？」

答え「どちらもあります。一切制限をしないと『あの家庭はどういう教育をしているんだ』みたいな見られ方をしそうでもあるので、少しはかけるべきだと思います。」

質問「実際自分が制限かけられて反動も出ていると実感しているのに子どももおなじようになりませんか？」

答え「なると思います。なので、程よい制限をかけることで反動を少なくしようと思います。」

第5項 インタビュー調査の分析

インタビューの結果から、制限とそれへの反応は、やはり人それぞれ様々な要因があることが分かった。気になった部分を挙げると、①「母親の気分次第で制限が変わる」、②「更年期と反抗期が重なる」、③「周りと比べて制限が大きい」、の3点である。①は、親の気分で制限を変えられると子どもは振り回されることとなる。他者に自らの行動のパターンを揺さぶられると、不快になるのはもちろん、特に理由がなく感情で行動を制限されているのではないかという不信感を抱くことになる。②は子どもを産んだ年齢や個人差によって変化するものだが、お互い精神的に不安定な状態な時期になるとすると、何か問題が起こってもおかしくはないと考えられる。それがゲームの時間の制限となると、決定権は親にあることから、子どもはより不満を抱くことになるだろう。

そして、特に気になったのは③だ。小学生が1日2～3時間ゲームをできると聞いて筆者はあま

り制限は大きくないように感じた。しかし本人は「2～3時間しかできない」と感じている。「2～3時間しかできない」と感じるか「2～3時間でもできる」と感じるかは周りの制限の大きさによって変わるようだ。彼女は制限時間についてのアンケートの問いでも「比較的厳しい」を選んでいる(表2)。

ちなみに筆者が小学生の時は、周りの友達が軒並み制限をかけられていて2～3時間もゲームはできない状況にあった。それが一種の相場のような働きをし、そのため筆者自身が同じ状況になっても「これくらいが当たり前なのだろう」と感じていた。しかし、彼女の周りには制限をかけられている友人がおらず、自分だけが制限をかけられている状況であった。そのため2～3時間という制限時間が少なく感じ、反動も大きくなった。ただ、本人はゲームにのめり込んだ原因の半分は制限のせいだが、もう半分は単純にゲームが好きだからという理由を自覚している。この点に関しては、もちろん本人の主観をもとにしているため、何らかの客観的指標にもとづく検証が必要であろう。

あわせて興味深い回答は、子どもができたなら制限をかけると思っているということである。1日10時間ゲームをするほどのめり込んだ原因に制限を挙げているのにもかかわらずそう思っているということは、それほど制限をかけることに対してメリットがあると感じているからだろう。もとのアンケート結果でも制限に対して肯定的な意見を持つ人は当初の予想より多く、全く制限をかけないという考えは少ないという結果が出ている。

第4章 考察

第3章で見てきたように、今回の調査では、やはり多くの人は制限をかけられていたからこそ逆に制限対象であるものに費やす時間が増えていることを示す結果が得られた。心理的リアクタンス理論の通り、失われた、もしくは失われようとするゲームをするという自由を取り戻すためにそういった結果になるのではないかと考えられる。加えて、心理的リアクタンスは、周りと比べた結果の自分の状況によって起こることだという認識もできるのではないかと考えられる。

つまり、対人関係であったり、社会状況であつ

ゲームの制限による心理的リアクタンスの影響

たり、そういった社会的な部分から心理的リアクタンスが起こるのである。小中高の生徒の時はクラスもあり、どうしても周囲が気になる時期で、そういった状態で周りより厳しい制限をかけられるのを不満に思ってしまうのは当たり前である。子どもの友人と比べて厳しすぎる制限をしていないか、子どもがどのくらい制限を不満に思っているのか、親として把握すべきなのかもしれない。

他にも、親がどのような意図をもってゲームを制限していたかによっても結果の良し悪しが変わってくる。今回は調査していないが、考えられるのは「〇歳まではゲームをしてほしくない」、「ゲームはハマるとやめられなくなるからそもそもしてほしくない」、「ゲームをするとゲーム脳になるからしてほしくない」、「勉強をしてほしいからゲームはあまりしないでほしい」などといった恣意的な判断である。

〇歳までしてほしくないだけならそれまで制限をかけさえすれば達成できるが、勉強などしてほしいことがあるからゲームを制限するというのは、ゲームの他にやることを見つけて結局勉強をしないという結果になりうる。それでは本末転倒となり、更に制限されたという不快感を子どもが持つだけとなる。とはいえ、制限をかけないならかけないでやりたい放題ゲームをするかもしれないし、そこは教育する立場の人間がうまく調整する必要があるだろう。そもそも制限がなくともゲームにのめり込む可能性も十分にあり、それはまた単純にゲームが好きなどの別の原因が考えられるため、結局原因をつきとめることは難しく、そのため対策も難しいのではないだろうか。

さいごに

子どもの遊びなどの自由な活動に制限をかけることについては、結局どのような意図をもって教育をするか、そしてそれを叶えるためにどのような方法をとればよいかが重要となるといえる。

本研究では、制限があると解除された後に反動でのめりこんでしまうという仮説の検証をしてきたが、そもそものめり込むことが別に悪いとは思わない考え方で制限をしているかもしれないし、そういった場合には制限をかけている間従っても

らえればいいので親からすれば何も問題がないのかもしれない。

そして、制限をかけなかったからゲームにのめり込んでしまった、制限をかけたから反動でゲームにのめり込んでしまったなど、どこからでもどういった理由でもゲームにのめり込んでしまう可能性がある。当初、筆者は反動が大きくなることで結局子どもに不利益になると考えていたが、完璧には原因をつきとめられない以上、結果論となってしまう。制限をかけることで反動が出ることが多いのはわかったが、だからといってまったく制限をかけないのも教育上リスクであるように思える。教育者はそこをうまく調整し、学業をさせたいなら学業と、運動をさせたいなら運動と、こうした遊び活動との両立を目指さなければならない。子どもにとって極度の制限にならないよう気を付けていかなければならない。

今回の調査では、標本数が17人と客観的な検証を行うのに十分なサンプル数を確保できなかったことがひとつの反省点である。今回の調査は、「ゲームについて何らかの制限をかけられた経験があり、その制限の解除から間もない若い年代で、かつ現在もゲームをしており、過去の制限の反動の可能性が観察される」人たちを対象者とする必要があった。それらの条件を満たす対象者は限られたため、対象としうる標本数が限られることになった。また、最近は多くの若者がゲームを経験しているであろうから、より多くの若者に調査を行い、そこから過去にゲームの制限があった人となかった人を区分して集計すれば、更に票数を得ることができたかもしれない。更に、ゲームを他のものに変えることでどの世代にも回答してもらえる調査ができるかもしれないということから、今後調査が進み、さらなる発見、理論の確立などが行われることに期待する。

参考文献

- (注1) 深田博己『心理的リアクタンス理論(1)』、広島大学教育学部紀要45号、1996年
<https://ir.lib.hiroshima-u.ac.jp/files/public/2/29351/20141016171314831561/BullFacEdu-HiroshimaUniv-Pt1->

PsychDiv_45_35.pdf

(注2) 深田、同上論文

(参考) Twitterでの例：2021年4月25日参照。
GOOGLEでの検索の結果、子どものころに厳しい制限をかけられていたであろうツイートから抜粋

・@sakamegane

「私の周りで今ゲーム業界に勤めてる人、100%「子供の頃に親からゲームを禁止/制限されてたせいで親を離れてから狂ったようにゲームにハマった」という経歴を持っているので、ゲーム禁止した香川県は20年後に逆にゲーム大国になってる可能性ある。」

1.9万 RT 6.1万いいね 2020年6月6日

・@rap_

「幼少時に炭酸ジュースを禁止されて育った嫁は買い物の度に必ず炭酸ジュースを買い、アイスも禁止されたからアイスは絶対買い、練り物も禁止されていたので練り物も必ず買い、餅とあんこばかり食べられていたせいで餅とあんこは絶対食べないので、世の中のお母様達はマジ気をつけて下さい。」

5.1万 RT 16.2万いいね 2020年5月20日

・@totemo_iikodesu

「子供の頃に親が決めた「禁止」ってそのあとの人生にも影響があると思って、例えばテレビ禁だった子は友達と懐メロで盛り上がれないとかゲーム禁だった子は「スマブラで何のキャラ使ってた？」みたいな話に入れないとか、大人になっても子どもの頃味わった疎外感をずっと感じ続けなきゃいけないんだよな」

1.9万 RT 4.4万いいね 2019年9月14日

アンケート調査票

あなたは保護者にゲームを制限されていましたか？当てはまるところに○をつけてください。

1. プレイ可能な時間を制限をされていましたか。

A はい B いいえ

↓

1a. その制限は周りと比べてどのような制限だと

思いましたか。

A 非常に厳しい B 比較的厳しい

C 少し厳しい D 厳しくない

1b. 一日でどのくらいゲームができましたか。

A 0～30分 B 31～60分

C 1～2時間 D 3時間以上

1c. 解放されてから、あなたはどのくらいゲームをしていましたか。

A 0～30分 B 31～60分

C 1～2時間 D 3時間以上

1d. 1bより1cの方が長い時間になった方に質問です。原因は制限があったからだと思いますか。

A はい B いいえ

2. 年齢制限があるゲームなど、内容によって制限されていましたか。(CERO規定など)

A はい B いいえ

↓

2a. その制限は周りと比べてどのような制限だと思われましたか。

A 非常に厳しい B 比較的厳しい

C 少し厳しい D 厳しくない

2b. どのような制限をかけられていましたか。

A 指定されている歳になるまで出来なかった

B 指定されている歳を迎えても出来なかった

C その他 ()

2c. 解放されてから、今までできなかったゲームをしていましたか。

A そればかりする B しばしばする

C たまにする D ほとんどしない

2d. 2aでD以外、2cでAもしくはBを選んだ方に質問です。原因は制限があったからだと思いますか。

A はい B いいえ

3. 他の制限をかけられていた場合はどういったものをお書きください。

()

4. これまでの制限や現在の生活について今どう思っていますか。

()