The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	オンライン脱抑制 : 構成概念の再考と新たなモデルの提案
Author(s)	温, 若寒; 三浦, 麻子
Citation	心理学評論. 2022, 65(1), p. 52-63
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/89363
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

Japanese Psychological Review
2022, Vol. 65, No. 1, 52–63

オンライン脱抑制：構成概念の再考と新たなモデルの提案

温　　若　寒・三　浦　麻　子
大阪大学

Online disinhibition: Reconsideration of the construct and proposal of a new model

Ruohan WEN and Asako MIURA
Osaka University

On the Internet, the appearance of behaviors that differ from those used in real-life may be observed. The online disinhibition theory, pioneered by Suler (2004), has frequently been cited in empirical studies to explain this phenomenon. However, scholars have not reached a consensus regarding the construct of online disinhibition. In this study, an appropriate construct of online disinhibition for psychological research was explored and a model was proposed to explain its functioning. First, this study highlighted that previous studies have examined online disinhibition from three perspectives. This paper discusses the contributions and limitations of previous studies and postulates that psychological research on online disinhibition should be conducted from the perspective of the mental state. Three significant models that explain the working of online disinhibition were reviewed: the "benign/toxic disinhibition model," "online disinhibition/behaviors model," and "online disinhibition and deindividuation model." Finally, the "motivation-based online disinhibition model" is proposed as an improved model that solves the limitations of the aforementioned models.

Key words　online disinhibition, disinhibitive behavior, benign disinhibition, toxic disinhibition, deindividuation, motivation-based online disinhibition model
キーワード：オンライン脱抑制，脱抑制的行動，良性的脱抑制，有毒的脱抑制，没個性化，動機づけ・オンライン脱抑制モデル

1. インターネット時代の社会問題とオンライン脱抑制

わずか20年間で，情報通信技術は人間の生活を一変させた。人々は時間的・空間的制限を破り，いつでもどこでも他人とコミュニケーションをとることができるようになった。一方で，インターネット上で生じる様々なネガティブ事象が社会問題になっている。例えば，特定の人物や組織に非理性的な暴言が短時間に殺到する「ネット炎上」は，当該対象のみならずその周囲にまで過度の精神的苦痛をもたらす。また，ネットで他人を意図的に挑発し，言い争いや感情的な反応を引き起こす「ネット荒らし（Internet Troll）」（Buckels, Trapnell, & Paulhus, 2014）は，悪質性の高い迷惑行為としてオンライン環境に破壊的な危害をもたらす。しかし，これら「サイバー暴力」の背後にある心理的メカニズムは，まだ十分には明らかにされていない。

人が仮想世界に入ると，現実世界ではしないようなことをしてしまうことがよく指摘されている。例えば，対面場面ではあまり開示しない自分の秘密をオンラインで開示する人がいたり，またあるいは，性別や年齢を偽るなど，現実世界とは異なる自己像を作り上げて振る舞う人がいたりする。これらの現象を「オンライン脱抑制効果（Online Disinhibition Effect）」によるものとして説明したのがSuler（2004）である。Suler（2004）によると，オンライン脱抑制とは，通常の対面場面では存在している，行動に対する抑制が，インターネット上では緩んだり消えたりする現象である。このオンライン脱抑制はさらに2つに分類されており，心理的な防御が弱まり他人と打ち解けて対人関係の問題が解決できるような場合は「良

性的脱抑制（Benign Disinhibition）」，実質的な懲罰を受ける恐れがないために攻撃的言動をするような場合は「有毒的脱抑制（Toxic Disinhibition）」とされる（Suler, 2004）。

Suler（2004）のオンライン脱抑制理論は，PCやスマートフォンなど情報端末を介したコミュニケーション（Computer-mediated Communication，以下CMCとする）の特徴を指摘し，人々がオンラインでよりオープンに，あるいは攻撃的になる，という現象とその原因を説明している。その後，この理論はオンライン場面の人間・社会科学研究，情報学研究において大いに存在感を放ってきた。例えば，ネット上での攻撃行動，オンラインでの自己開示などインターネット時代特有の行動がオンライン脱抑制と関係することが指摘されている（e.g. Hollenbaugh & Everett, 2013；Lowry et al., 2016；Udris, 2014；Wu, Lin, & Shih, 2017）。また，理論的研究にとどまらず，システム開発者に匿名性などの特徴に関する専門的な知見を提供することで，ネット問題利用の対応策を立てるなど社会課題の解決の一助にもなると考えられている（Cheung, Wong, & Chan, 2021）。

しかし，Suler（2004）は理論を提出する際，「オンライン脱抑制」，「オンライン脱抑制の発生要因」，「脱抑制的行動」などについて具体的で明確な定義を行っていない。そのため，後続の研究では，オンライン脱抑制が非常に多様な捉え方で検討されてきたという経緯があり，このままではオンライン脱抑制に概念的混乱が生じ，理論の統合的・横断的な発展を妨げるおそれがあるという指摘も既になされている（Stuart & Scott, 2021）。より精緻かつ頑健なオンライン脱抑制理論構築を推進するためには，多様なオンライン脱抑制の捉え方をここでいったん整理し，一定の枠組みのもとで捉え直す必要があると考えられる。

そこで本研究では，まず先行研究でオンライン脱抑制がどのように捉えられてきたかを網羅的にレビューしてその問題点を指摘し，現在のインターネット環境を踏まえた上で，とりわけ心理学研究における適切なオンライン脱抑制の捉え方を再考する。さらに，オンライン脱抑制の構成概念のみならず，オンライン脱抑制がネット行動にもたらす影響メカニズムの精緻化を目指す。

2. オンライン脱抑制現象の3つの視点

Sulerが提唱したオンライン脱抑制理論（Suler, 2004）では，オンライン脱抑制とは何かについての具体的な定義は行われなかった。そのため，後続研究におけるオンライン脱抑制現象の定義は，脱抑制を発生させやすいオンライン環境の特徴を記述するものから，人がオンライン脱抑制の結果として現実社会でしないような行動をとってしまうことを記述するものに至るまで多様な経路をたどった。以下ではそれらを図1に示す3つの視点にまとめてレビューする。

2.1 各視点の特徴

2.1.1 オンライン脱抑制の「発生」に関わる特質

まず，オンライン脱抑制の発生に関わるオンライン環境がもつ特質に注目する視点について説明する（e.g. Cheung et al., 2021；Udris, 2014）。Suler（2004）は，オンライン脱抑制を導く要因として，「解離的匿名性（Dissociative Anonymity）」，「不可視性（Invisibility）」，「非同期性（Asynchronicity）」，「解離的想像性（Dissociative Imagination）」，「唯我独尊な取り込み（Solipsistic Introjection）」，「地位や権力の最小化（Minimization of Status and Authority）」というオンライン環境とそれがもたらすCMCの6つの特質をあげている。そして，これらの特質のうち1つないしは複数が交絡して，オンライン脱抑制を発生させると主張した（Barak, Boniel-Nissim, & Suler, 2008；Suler, 2004）。この考え方を踏まえて個人のオンライン脱抑制傾向を測定するために作成されたオンライン脱抑制尺度にUdris（2014）やCheung et al.（2021）がある。Udris（2014）は日本のインターネット上での学校いじめを背景に11項目からなる尺度を作成した。さらにCheung et al.（2021）は，Udris（2014）の尺度を基に，Sulerによる6要因に対してより緻密な検討を行って22項目からなる尺度を作成した。

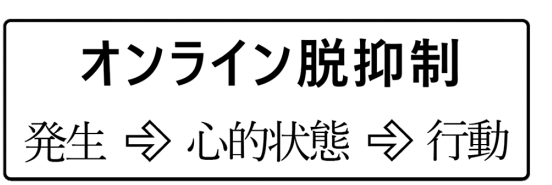

図1　多岐にわたるオンライン脱抑制現象の定義

2.1.2　オンライン脱抑制がもたらす「行動」

次に，オンライン脱抑制がもたらすなんらかの行動に注目する視点について説明する。この視点では，オンライン脱抑制を「対面で制限されているような行動をオンラインでは自由にすること」だと見なす（e.g. Joinson, 2007；Lapidot-Lefler & Barak, 2012；Lapidot-Lefler & Barak, 2015）。ネットいじめ（Lai & Tsai, 2016；Wright, Harper, & Wachs, 2019），ネット上のフレーミング（Lapidot-Lefler & Barak, 2012），ブログにおける自己開示（Hollenbaugh & Everett, 2013），ネット攻撃（Wu et al., 2017），オンラインチャットでの自己開示や向社会的行動（Lapidot-Lefler & Barak, 2015）といった行動が，オンライン脱抑制の典型例として指摘されている。また，日本や中国のインターネット上で多発している炎上事件やクソリプ（人を不快に感じさせるリプライ）等の現象は，心理学的な実証的研究は存在しないものの，この視点からの定義に従えば，典型的なオンライン脱抑制であると考えられる。

2.1.3　オンライン脱抑制的な「心的状態」

最後に，オンライン脱抑制を字句通りに解釈し，オンライン場面で抑制が解除されるという心的状態に注目する視点について説明する。この視点では，オンライン脱抑制を「ある行動をとるかどうかが意識的にコントロールされていない心理状態」だと見なす（e.g. Kurek, Jose, & Stuart, 2019；Schouten, Valkenburg, & Peter, 2007；Stuart & Scott, 2021）。Kurek et al.（2019）は，いわゆる「ダークな」パーソナリティ特性（「自己愛傾向」，「サイコパシー傾向」，「サディズム」）とこうした心理状態との関連を想定し，それがネット上の攻撃行動を予測するという仮説モデルを実証した。Schouten et al.（2007）は，「非言語的手がかりの欠如」と「制御可能性」というCMCの特徴に対する認知とこうした心理状態との関連を想定し，それがオンラインでの自己開示に影響を及ぼすことを見いだした。いずれにせよ，この「心的状態」の視点においては，オンライン脱抑制は，「発生」の視点と「行動」の視点とを厳密に区別させ，両者の橋渡しの役割を果たしている心理状態だと考えられている。

2.2　各視点の貢献と限界

このように，オンライン脱抑制が多面的な視点から定義されており，それぞれを踏まえた検討が深められていること自体に，その概念の複雑さが現れている。本稿では，これまでの実証研究を踏まえて，上述した「発生」の視点と「行動」の視点それぞれの貢献と限界について述べる。その上で，心理学研究では「心的状態」の視点を採用する必要性を論じる。

2.2.1　オンライン脱抑制の「発生」の視点

オンライン脱抑制を，匿名性や不可視性などその発生に関わるオンライン環境の特質に注目して捉えるこの視点は，比較的平易で素朴な考え方で「オンライン脱抑制」という現象を系統的に捉えるものであり，またそうであるがゆえに，その後のオンライン脱抑制理論の多分野にわたる応用の基礎を築き上げた。特に，Suler による6要因理論を基に開発されたオンライン脱抑制尺度（Udris, 2014）は，オンライン脱抑制の測定ツールとして里程標的な意義をもっている。Udris（2014）による研究成果は，ネットいじめが深刻な社会問題になりつつあることを背景に，社会心理学的な課題（e.g. Lai & Tsai, 2016；Wang et al., 2020；Wright et al., 2019；Wright & Wachs, 2021；Yang et al., 2021）にとどまらず，メディア学の研究（Saunders, 2016），ネットいじめの社会学的な背景の研究（e.g. Heirman et al., 2016；Sobba, Paez, & Bensel, 2017；Udris, 2015），低年齢層の子どもで発生するネットいじめに関する学校心理学の研究（DePaolis & Williford, 2015），ネットいじめを防止するための教育政策の形成（Cox et al., 2017）などの複数の分野で大きな存在感を発揮している。

しかし，この点は「発生」の視点ではオンライン脱抑制の規定要因とオンライン脱抑制そのものが区別されていないという批判（Stuart & Scott, 2021）に通じる。例えば，Udris（2014）の尺度にある「インターネットは匿名なので，本当の気持ちや考えを表現しやすい」という項目には，原因である「インターネットは匿名なので」と結果である「表現しやすい」が混在している。確かに，Suler（2004）の指摘，もしくはこれまで社会心理学研究で蓄積されてきた匿名性に関わる知見（e.g. Joinson, 2001）だけに依拠すれば，匿名や不可視の環境では行動の主体が特定しにくいので

オンライン脱抑制が強まると考えがちである。しかし，オンライン環境の匿名性や不可視性とオンライン脱抑制の関係はそう単純ではないことを示唆する知見も少なくない。近年の研究では匿名性がオンライン脱抑制，あるいは脱抑制的行動に及ぼす影響の再現性は低いことがよく指摘されている。例えば，ネットいじめに関する研究では，ネットいじめは非匿名の環境でも発生することがしばしば指摘されている（e.g. Bryce & Fraser 2013；Huang, Zhang, & Yang 2020；Wright et al., 2019）。類似した結論がブログを対象とした研究でも得られている。Hollenbaugh and Everett（2013）は，個人ブログでの自己開示傾向を分析して，自らの写真を公開している（つまり，視覚的に匿名ではない）方が，より多くの自己開示をしているという結果を得ている。これらは「発生」の視点に基づく予測には反する結果である。匿名性とオンライン自己開示の関係のメタ分析を行ったClark-Gordon et al.（2019）は，匿名性と自己開示の間には総じて弱いプラスの相関（r=.18）があるが，場合によってマイナスの相関もあることを指摘している。つまり，匿名性や不可視性といった主要なオンライン環境の特質とオンライン脱抑制の関係には，まだ検討する余地が残されており，前出の「インターネットは匿名なので，本当の気持ちや考えを表現しやすい」という項目はその余地を考慮しない内容になっている。

さらに，Suler（2004）が言及したその他の4要因（非同期性，解離的想像性，唯我独尊な取り込み，地位や権力の最小化）については，その妥当性を再考する必要がある。オンライン脱抑制理論が提出された当時は，情報通信技術は普及段階にあったので，人々のオンライン環境の特質に対する認知や態度も初期段階にあった。技術の発展やCMCの普及とともに，それらは大いに変化している可能性がある。Suler（2004）は，非同期的コミュニケーションでは，伝統的なコミュニケーションに関する社会的規範（e.g. 相手にすぐに返信する必要がある）が機能しないので，より気軽なコミュニケーションが促進されると考えていた。しかし，非同期的なコミュニケーションの普及につれて，新しい社会的規範が出現している可能性もある。例えば，LINEのように個々のメッセージの「既読／未読」が表示される機能が備わるSNSでは，メッセージに長時間返信しないと，「メッセージを確かに読んでいるのに返信が来ないということは無視されたのではないか，と不安になる（既読無視不安）」というネガティブな感情を相手に抱かせる可能性がある。一方で，相手にこうした既読無視不安を感じさせまいと慮るあまりに，読んだらすぐに返信しなければならないという切迫感を抱く人もいる（時岡ら，2017）。つまり，人のCMCの非同期性に対する認知は，Sulerの理論が提出された当時より複雑かつ多岐にわたるものになりつつあると考えられる。しかし「発生」の視点にはその想定がなく，またオンライン環境の特質の認知とオンライン脱抑制が同一視されているので，両者がどのように関連するのかについては具体的に検討することができない。

2.2.2　オンライン脱抑制がもたらす「行動」の視点

「行動」の視点ではオンライン脱抑制が具体的な行動として定義されている。例えば，Lapidot and Barak（2012）はオンライン脱抑制の操作的定義を「オンラインチャットで敵対的表現を使う」こととしている。それゆえ，その行動の発生要因に対して非常に具体的な検討を行うことができる。彼女らは，実験参加者にジレンマ課題を討議させ，敵対的表現の数を観測指標とし，「匿名性」，「不可視性」，「アイコンタクト」の効果を検討した。その結果，「匿名性」より，むしろ「アイコンタクト」の有無が敵対的表現の数に影響を与えることを示した。また，非常に具体的な定義のおかげで，ネットいじめなど個別の事例分析を行う研究では大きな価値を発揮している（e.g. Bryce & Fraser 2013）。

「行動」の視点からのオンライン脱抑制理論を用いれば，近年，日本や中国のインターネット上で多発し，深刻な社会問題になりつつあるネット荒らしや炎上事件の発生メカニズムを，社会心理学的な観点から検討できる可能性はある。しかし，日本での調査研究によると，炎上事件への加担は決して普遍的な現象ではない。山口（2015）は，インターネットモニターを対象とした調査で，炎上加担経験のある人は回答者19,992名のうち303名（1.5%）しかいないという結果を得た。Twitter社の提供する公式APIを使用してデータ

を分析した小山ら（2019）によると，Twitter上で2ヶ月間に発生した6つの炎上事件に加担経験のある人は135,580名で，これはTwitterの月間アクティブユーザー数4,500万の0.3%しかいない。

類似した結論が他のネット上での攻撃的行動に関する研究でも得られている。増井・田村・マーチ（2019）は，日本語版のネット荒らし尺度を作成し，「1. 全く当てはまらない」から「5. 非常によく当てはまる」の5件法で8項目の質問（例えば「インターネット上で面識のない人を困らせるのは楽しい」）への回答を求めた。その結果，ほとんどの項目の平均得点が1点台であった。Udris（2015）は日本のネットいじめの実態を把握するために日本の高校生を対象として社会調査研究を行った。その結果，過去6ヶ月に，知人やクラスメートの間に悪口やうわさを含むメッセージを広げる経験のある人は1.1%にすぎず，ダイレクトメッセージやメールで悪口を言った経験のある人はわずか0.2%しかいなかった。

以上より，ネット上の攻撃的行動は普遍的な現象だと思われがちである一方，実際に着手する人の比率は非常に低いという実状がある。つまり，オンライン脱抑制を具体的な行動として概念化すると，世の中にごくわずかなマイノリティに注目する研究になる。そうなると，一般的なネット利用者を対象とするオンライン脱抑制の測定は困難になってしまう。

そもそも，Suler（2004）やBarak et al.（2008）は，オンライン脱抑制を，主に非言語的なコミュニケーションでなされているCMCの客観的な諸特徴に由来するものであり，それらを伝統的な（主に言語的な）コミュニケーションとは異なるものとして説明している。つまり，CMC場面で人は多かれ少なかれオンライン脱抑制の影響を受ける。Suler（2004）も「オンライン脱抑制は普遍的な現象である」と指摘している。日本のインターネット利用率は，近年スマートフォンやタブレット型端末などのデジタルデバイスの発展に伴って83.4%（2020年現在）に至っている（cf. 総務省，2021）。また，新型コロナウイルス感染禍によるリモートワークやオンライン授業等の必要に迫られて，日常的なコミュニケーションに占めるCMCの割合も増加している。こうした社会背景を踏まえると，オンライン脱抑制に関する体験も普遍的になっていると考えられる。従って，心理学研究では，オンライン脱抑制現象の普遍性を体現できる視点から構成概念を捉えることが必要となる。

2.2.3 「心的状態」の視点：オンライン脱抑制の構成概念の突破口

以上の議論を踏まえると，「発生」の視点と「行動」の視点は，オンライン脱抑制理論の学際的応用には大きく貢献してきたが，オンライン脱抑制理論のさらなる発展と心理学研究への適用のためには，より適切な構成概念を模索する必要があると考えられる。本研究では，心理学研究においては，「心的状態」の視点でオンライン脱抑制を定義するのがもっとも妥当だと考え，その上で，オンライン脱抑制を「オンライン環境において，行動を抑制する機能が弱まったり消えたりする心的状態」と定義する。

この考え方では，Suler（2004）の指摘した匿名性，不可視性，非同期性等の6要因を含め，後続の研究者の指摘した「アイコンタクトなし」（Lapidot-Lefler & Barak, 2012；Lapidot-Lefler & Barak, 2015），「非言語的手がかりの欠如」（Schouten et al., 2007），「コミュニケーションの制御可能性」（Schouten et al., 2007）などは，オンライン脱抑制の発生要因として考えられる。例えば，オンライン環境では行動の主体が特定されにくいので，悪いことをしてもよいと思うようになるのは典型的なオンライン脱抑制現象と考えられる。「心的状態」の視点では，「主体の特定されにくさ」はオンライン環境の客観的な特徴（要因）として，「悪い行動の許容」というオンライン脱抑制（結果）とは別のものだと考える。確かに「主体の特定されにくさ」は「悪い行動の許容」につながりやすいが，主体が特定されにくい環境に入ると必ず「悪い行動の許容」が生じるわけではない。要因と結果を明確に区別することによって，「主体の特定されにくさ」が「悪い行動の許容」につながるプロセスや，パーソナリティ特性など他の要因の影響の有無や強弱などを検討できることになる。つまり，「発生」の視点のもつ問題点を解決できると考えられる。

さらに，現実世界で抑制されている行動にオンラインで着手することは，オンライン脱抑制のもたらす結果としての「脱抑制的行動」だと考え

る。とはいえ，人がオンライン脱抑制状態になったとしても，必ずある特定の脱抑制的行動が発現するとは限らない。上述した例を続けると，「悪い行動の許容」というオンライン脱抑制の心理状態になったとしても，必ずしも「悪い行動をする」ことにはならないというわけである。こうした考え方に基づけば，ある脱抑制的行動の発生確率が非常に低くとも，その脱抑制的行動を支える，ある程度普遍的な心的状態としてオンライン脱抑制を捉えることが可能だと考えられる。つまり，オンライン脱抑制をより一般的な概念として捉えることができ，「行動」の視点のもつ問題点を解決できると考えられる。

「心的状態」の視点の捉え方は，現状のオンライン脱抑制研究が直面している概念的混乱を解決できる可能性がある。「心的状態」の視点の先駆的な研究としてはSchouten et al.（2007）があり，この研究ではシンプルな3項目の尺度でオンライン脱抑制が測定されている。さらにStuart and Scott（2021）は，オンライン脱抑制を「オンライン環境で人間が経験・知覚された抑制の低下という心的状態」と定義し，Schouten et al.（2007）より具体的な1因子11項目のオンライン脱抑制測定ツール（Measure of Online Disinhibition）を作成した。この測定ツールの妥当性の検討では，オンライン脱抑制が強いほど，オンライン上で荒らし行為あるいは自己開示をする可能性が高まることが示されている。

Stuart and Scott（2021）による測定ツールは，本稿における著者の主張と類似したオンライン脱抑制の定義に基づくもので，「心的状態」の視点の妥当性をある程度示している。しかし，既にStuart and Scott（2021）やCheung et al.（2021）で指摘されているように，オンライン脱抑制という構成概念が複数の構造（例えば，人間の公的自己意識，社会規範意識など）を含んでいる。1因子しかないこの測定ツールは，オンライン脱抑制の大まかなアウトラインを捉えることはできるが，その先に踏み込むにはまだ検討の余地が大きく残されている。この測定ツールを端緒として，オンライン脱抑制が含む複雑な構造をより詳細に究めることが，オンライン脱抑制に関する心理学研究の将来的な方向性の1つだと考えられる。

3. オンライン脱抑制の影響メカニズム

次に，オンライン脱抑制がどのように人間の行動に影響を及ぼすかを議論したい。これまで，オンライン脱抑制の影響メカニズムに関して様々な理論モデルの構築が試みられているが，そのうち重要なもののいくつかについて，それぞれの貢献と限界を論じる。

3.1 良性的脱抑制／有毒的脱抑制モデル

Suler（2004）は，オンライン場面で特有の行動を「抑制の解除」という観点から説明し，抑制の解除がもたらす結果の良し悪しを基準として，オンライン脱抑制を良性的脱抑制と有毒的脱抑制に二分するモデルを提出した。良性的脱抑制は，人が心理的な防御を解除し，他の人と打ち解けて向社会的なやり取りをするなどの行動につながり，対して有毒的脱抑制は，盲目的なカタルシスを得ようとし，暴言，厳しい非難，脅迫などの行動につながると考えられる（図2）。

このモデルは，オンライン脱抑制がネット上の行動を明確に異なる2つの方向に極端なものにさせる可能性があることを示唆するものである。しかし，このような二分法には曖昧さがある。この点にはSuler（2004）自身が既に言及しており，あるいは後続の研究でも指摘されている。例えば，オンラインチャットなどの攻撃的な言葉遣いは，時として相手との間の「壁」を突き崩すきっかけになることもある（Suler, 2004）。こうした場合は，有毒的脱抑制はむしろコミュニケーションにおいて良い働きをする可能性がある。一方Udris（2014）は，ネットいじめを対象とした研究で，良性的脱抑制がネットいじめを増長させるという結果を得ている。つまり，良性的・有毒的脱抑制モ

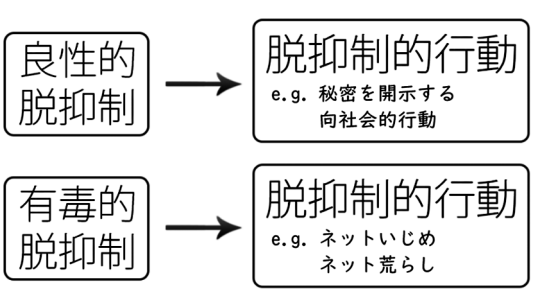

図2　良性的脱抑制／有毒的脱抑制モデル

デルは，構成概念上ではオンライン脱抑制を分けられるとしても，事実上では両者を弁別しにくいという問題がある。

そればかりではない。Suler（2004）の理論を踏まえると，オンライン脱抑制が有毒的と見なされるのは攻撃的行動がなされることによる。その意味で，良性的脱抑制と有毒的脱抑制はいずれも結果としての概念である。よって，オンライン脱抑制が観測可能な具体的行動に移らない限りは，それが良性的であるか有毒的であるかという判断はできないことになる。言い方を変えると，良性的・有毒的脱抑制モデルでは，結果としての概念を用いて結果を予測する，再帰的定義という問題が生じているのである。こうした問題を踏まえて，オンライン脱抑制自体を良し悪しで区別すべきではないという主張は，本稿に限らず，近年他の研究でも見られるようになっている（e.g. Stuart & Scott, 2021）。確かに，心理状態の導く結果の性質の良し悪しを区別することで，脱抑制の影響が直感的に分かりやすくなるという利点はあるが，心理学研究として考えると，こうした二分法は再考する必要があると考えられる。

3.2　オンライン脱抑制・行動モデル

さて，二分法モデルを改良して，オンライン脱抑制あるいはそれのもたらす結果の良し悪しを区別しないのがオンライン脱抑制・行動モデルである。このモデルでは，オンライン脱抑制は脱抑制的行動の規定要因となっている（図3）。

オンライン脱抑制・行動モデルは，オンライン脱抑制の良し悪しという曖昧かつ複雑な判断に拘らず，第2.2.3節で述べた「心的状態」の視点の捉え方に基づいてオンライン脱抑制と脱抑制的行動の素朴な関係を想定している。この考え方に基づいて，オンライン脱抑制と，ネット荒らし（e.g. Kurek et al., 2019；Stuart & Scott, 2021），ネットいじめ経験（e.g. Stuart & Scott, 2021），オンラインでの自己開示（Schouten et al., 2007），オンラインで性的な情報を発信することやセクハラ被害（Hernández et al., 2021）などの脱抑制的行動との関係が示されている。

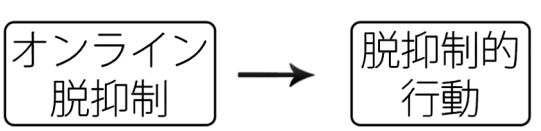

図3　オンライン脱抑制・行動モデル

オンライン脱抑制・行動モデルは複雑な関係を含まないので，非常に多様なテーマに適用できるという利点を持つ。しかし一方で，素朴な考え方であることから，人間の行動における主体性を反映できないという問題が生じる。Schouten et al.（2007）は，CMCはしばしば自己開示の欲求を満たすために利用されていると論じている。多くの青少年は，自らのアイデンティティについて迷いが生じた際に，現実自己と理想自己の間のギャップを埋めるために，自発的に仮想空間を利用して解離的な自己呈示をしているという指摘もある（e.g. Kurek et al., 2019；Michikyan, Dennis, & Subrahmanyam, 2015）。これらの場面で，人はオンライン環境の影響を受けて思わず自己開示をしてしまうわけではなく，自己開示やアイデンティティ探求の欲求を満たしたいがために，主体的にオンライン環境を選択していると考えられる。しかし，このような主体性はオンライン脱抑制・行動モデルでは体現できない。構成概念妥当性の高いモデルを目指すためには，より精緻化する必要があると考えられる。

3.3　オンライン脱抑制理論と没個性化理論の関係

オンライン脱抑制の影響メカニズムを検討する際に重要な傍系理論として「没個性化」に言及する理論がある。本節では両者の関係を論じる。

3.3.1　オンライン脱抑制と類似している没個性化理論

個人が集団の一員になり匿名性が高まることで，反社会的行動が出現する可能性が高まる現象に関する理論化の試みは，インターネット普及以前から行われていた（e.g. Diener, 1980；Le Bon, 1895；Zimbardo, 1969）。

Zimbardo（1969）の没個性化理論によれば，自己が集団に埋没してしまう状態になることで，反社会的行動を許容しやすくなり，平常では抑制されている攻撃行動が引き起こされる。この中では，匿名性が没個性化の規定要因になると考えられている。しかし，その後の再現性検証研究では，匿名性の影響は一致した知見に至っておらず，例えば，人為的に操作された没個性化状況

で，看護師の服を着た実験参加者は顕著に向社会的になった（Johnson & Downing, 1979）という知見がある。

このような結果を説明するため，改良理論としてSIDEモデル（Social Identity model of Deindividuation Effects）が提出された（Spears & Lea, 1994）。SIDEモデルでは，集団における状況的規範の重要性が強調されており，没個性化は「状態的な集団規範が一般的な社会規範を凌駕するという心的状態」と定義される（cf. Vilanova et al., 2017）。具体的に言えば，集団状況では，その状況に応じた社会的アイデンティティが高められるために，状況的な集団規範への同調が見られるようになる。つまり，人の行動が向社会的になるか反社会的になるかは，状況的な集団規範が何であるかによって決まる。このSIDEモデルは，CMC場面の逸脱行為を説明する有力な理論の1つにもなっている（Vilanova et al., 2017）。

没個性化とオンライン脱抑制は，その影響を受けた個人が普段より反社会的に振る舞う可能性が高まるという特徴が共通しているので，ネット上での逸脱行為の多発の背景を説明する時にいずれもよく引き合いに出される。代表的な研究として，Lowry et al.（2016）は，匿名のオンライン環境では人々が「オンライン脱抑制かつ没個性化」状態に陥り，そのことが社会的学習を介してネットいじめにつながるという仮説モデルを提出した。またRösner and Krämer（2016）は，ネット上で攻撃的言葉を使用することによる情緒的発散という現象の理論的背景を分析する際に，オンライン脱抑制を没個性化の一種と見なしている。SIDEモデルの提案者の一人であるSpears（2017）も，オンライン環境で同じ趣味や立場の人々が集まると，集団としての特徴が相対的に顕著化するので，個人はその集団の規範を守るために社会的規範から逸脱する行動をとりやすくなると主張している。Spears（2017）はこのような現象をオンライン脱抑制というフレームでは捉えていないが，内容的にはオンライン脱抑制に酷似している。

オンライン脱抑制理論と没個性化理論を横断的にまとめる試みは，両理論の統合的発展に重要な意義をもっていると考えられる。また，オンラインでの逸脱行為の多発という社会問題に対してより多角的な説明を提供することにつながる可能性がある。

3.3.2　オンライン脱抑制と没個性化の区別

上述したとおり，オンライン脱抑制と没個性化には類似性がある。とはいえ，両者の構成概念が同一だというわけではないことには注意が必要である。しかし例えば前出のLowry et al.（2016）は，「オンライン脱抑制かつ没個性化」という表現を用いる一方で，両者の弁別的な特徴を明示していない。このような用語の曖昧さは，両者の構成概念妥当性をかえって低める恐れがある。そこで本研究では，オンライン脱抑制と没個性化の構成概念を区別することを試みる。

オンライン脱抑制と没個性化の二者は非常に類似した結果を引き起こす場合があるが，異なる概念として扱われるべきである。第2章で既に述べたように，オンライン脱抑制は，本質的に伝統的なコミュニケーションと異なるCMCに由来するものであり，オンライン環境でCMCをする限りは多かれ少なかれ発生するものとして扱われている。それに対して没個性化理論は，Zimbardoの視点でもその改良理論としてのSIDEモデルの視点でも，集団場面において人間がより逸脱的に振る舞うことに焦点を当てている。すなわち，個人が集団の一員であることによる匿名性が，没個性化の大前提だと考えられている。こうした関係を端的に示したのが図4である。先に挙げた，オンライン環境で同じ趣味の人々が集まる場面，あるいはネット炎上で大勢の人が特定の人物や組織を非難する場面では，集団的アイデンティティが顕著になるので，オンライン脱抑制と没個性化がもたらす影響は非常に似通ったものになる可能性がある。しかし，あらゆるオンライン場面で同様の現象が生じるわけではない。例えば，SNSという舞台は自己呈示の魅力的な機会を提供すると思われている。SNSの利用者は写真を撮ったり，知り合いを追加したり，気に入った人をフォローしたりなど，無限の自己注目活動を要求され続ける（Wallace, 2015）。こうした環境では，個性や自己表現が重視され，個人間の差を際立たせることが志向され，むしろ個人的なアイデンティティが強化される。そうなると，オンライン脱抑制は生じたとしても，集団状況という前提条件がないので，没個性化は生じにくいだろう。

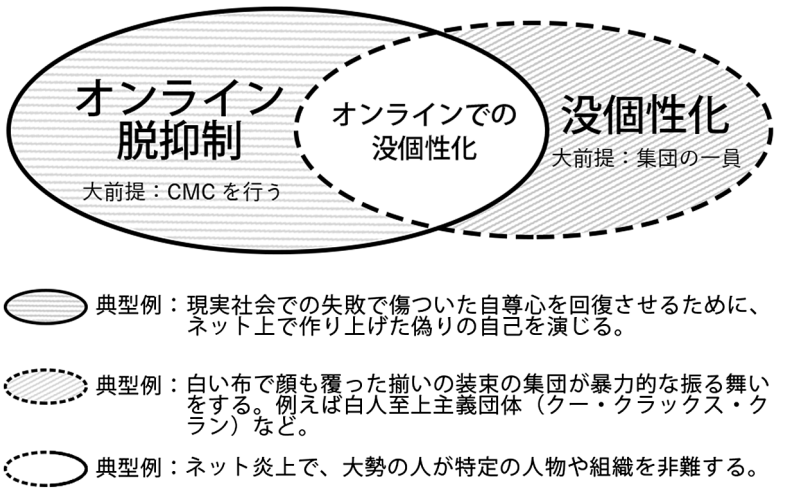

図4　オンライン脱抑制と没個性化の関係

上述したオンライン脱抑制と没個性化の関係を部分的に支持する実証的研究として Wu et al.（2017）がある。Wu et al.（2017）は，オンラインで私的自己意識が低下するという没個性化状態が，Suler（2004）が指摘した非同期性および解離的想像性と同じく，反社会的な脱抑制的行動の規定要因の1つになることを確証した。つまり，没個性化が抑制の解除に大きな役割を果たす場面であれば，没個性化とオンライン脱抑制は非常に類似した効果をもたらすので，両者を区別せずに扱っても結果的に大きな問題は生じないと考えられる。しかし，オンラインでの自己呈示や自己開示などの非集団場面では，没個性化は生じない可能性があり，両者を区別して扱うことが必要になる。

4. 動機づけ・オンライン脱抑制モデル

以上のレビューにより，オンライン脱抑制理論は様々なモデルの提案やその実証に支えられて一定の発展を遂げてきたものの，心理学研究に供するにはより精緻化する必要があることが示された。本研究では，こうした欠陥を補うため，第2章で述べた「心的状態」というオンライン脱抑制の捉え方に基づいて「動機づけ・オンライン脱抑制モデル（Motivation-based Online Disinhibition Model，以下 MOD モデルとする）」を提出する。

図5が示すように，MOD モデルでは，人が脱抑制的行動をする過程には，オンライン脱抑制の影響のみならず，人が何らかの行動をしようとする際の「動機づけ」が重要な役割を果たしていると考える。そして，オンライン脱抑制を脱抑制的行動の規定要因と見なすのではなく，調整要因だ

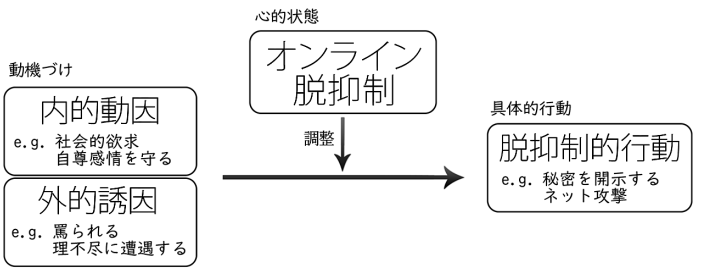

図5　動機づけ・オンライン脱抑制モデル
（Motivation-based Online Disinhibition Model）

と考える。この中では，人は，受動的にオンライン環境の特質の影響のもとで脱抑制的に振る舞うというわけではなく，能動的に様々なネットサービスを利用していることが仮定される。上述した自己開示の欲求や自らのアイデンティティを探索する欲求は，内的動因として人の行動に影響を及ぼしている。あるいは，突然に見知らぬ人に罵られたり，現実世界で不如意なことに遭遇したり，ネット上で理不尽なニュースを閲覧したりすることがよくある。こうした経験は外的誘因となって，向社会的あるいは反社会的な行動によって気晴らしをしようとするような行動を引き起こすことにつながる。つまり，人が脱抑制的行動をする過程において，具体的にどのような脱抑制的行動をするかを規定するのは，オンライン脱抑制よりも，内的動因と外的誘因のいずれか，またはそれら両方だと考える。

さて，人は内発的に，あるいは外的刺激を受けてある行動をしようとする欲求をもっているが，現実世界では，これらの欲求が様々な社会的事象に対する認知によって制御されている。例えば，自らの外見や声を表出することそのもの，あるいはそれに対する他者のしかめ面やため息などの否定的な反応に懸念を抱くと，発言したいという欲求を抑制する場合もある（Suler, 2004）。こうした抑制は，人が欲求を行動に移す際の「水門」に相当する。しかしオンライン空間になると，この水門の制御効果が弱まったり消えたりする（上述した例では，オンライン環境の不可視性が懸念を払拭させる）ので，これらの欲求が行動に移されやすくなる。このメカニズムにおいて，オンライン脱抑制は調整的な役割を果たしはするが，規定要因の役割は動機づけが果たしていると考えられる。

実証的な証拠としては次のようなものがある。Chan（2021）は，社会不安は人のオンラインでの自己開示を促進し，オンライン脱抑制がこの過程を調整するという仮説を，SNS利用者を対象としたWeb調査データに基づいて検証した。その結果，オンライン脱抑制と社会不安の交互作用がオンラインでの自己開示に正の影響を与え，社会不安が高い場合はオンライン脱抑制の高低によらず自己開示しやすいが，社会不安が低い場合でも，オンライン脱抑制が高い際は自己開示しやすいことが確認された。また，Yang et al.（2021）は，逸脱的な振る舞いをしている青少年との付き合いが，社会的学習を通して悪い行動の許容を徐々に高め，その結果としてネットいじめを導きやすいという仮説のもとで調査を実施した。その結果，逸脱的な人物との付き合いがネットいじめを促進させる影響をもつことと，オンライン脱抑制が高まるほど，その影響が強いことが明らかとなった。この研究では，逸脱的な人物との付き合いはネットいじめの外的誘因となり，ネットいじめまで影響を及ぼすかどうかを，オンライン脱抑制が調整したと考えられる。これら2つの研究では，それぞれ前掲Schouten et al.（2007）による尺度とUdris（2014）による尺度が使用されているため，オンライン脱抑制の概念構成妥当性にはまだ検討する余地が残るが，オンライン脱抑制は規定要因ではなく，調整要因の役割を果たすというMODモデルの主張を部分的に支持する知見だと考えられる。

以上の議論より，MODモデルは，動機づけの影響を加味することによって，オンライン脱抑制・行動モデルでは人間の主体性が看過されるという問題を解決すると考えられる。ただし，上述した研究で使用されたオンライン脱抑制の測定ツールは十分に妥当な構成概念に基づくものではない。将来的には，より構成概念妥当性の高いオンライン脱抑制尺度を使用して，MODモデルの想定する変数間の関係を実証的に確認する必要がある。

5. まとめ

本研究では，現在のインターネット環境に基づき，Suler（2004）が提唱したオンライン脱抑制理論を中心に，オンライン脱抑制の構成概念および行動に与える影響のメカニズムを論じた。まず，これまでオンライン脱抑制の構成概念が3つの視点で捉えられてきたことを指摘し，心理学研究ではオンライン脱抑制を「心的状態」として扱うべきだと論じた。次に，オンライン脱抑制が人間の行動に及ぼす影響に関する重要な理論モデルをレビューし，それぞれの貢献と限界を論じた。最後に，様々な理論モデルに存在する問題点を改良し，心理学研究においてより高い説明力を発揮す

ることが期待されるMODモデルを提案した。

本研究で指摘したように，これまでのオンライン脱抑制に関する研究には，多様な構成概念の捉え方が混在していた。そのために，これまでに作成された諸尺度の構成概念妥当性には議論の余地が残されている。心的状態としてのオンライン脱抑制を測定するツール（Stuart & Scott, 2021）も，オンライン脱抑制に含まれる社会的事象への認知の低下についてより詳細に検討する必要がある。つまり，的確にオンライン脱抑制を測定するツールはまだ開発の途上にあり，著者は本研究と並行してそれに取り組んでいる。今後は，本研究で提案したMODモデルの妥当性について，既存ツールの有効活用も視野に入れつつ，より的確な測定に基づく検討を行いたい。

引用文献

Barak, A., Boniel-Nissim, M., & Suler, J. (2008). Fostering empowerment in online support groups. *Computers in human behavior*, *24*, 1867–1883.

Bryce, J., & Fraser, J. (2013). “It’s common sense that it’s wrong”: Young people’s perceptions and experiences of cyberbullying. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *16*, 783–787.

Buckels, E. E., Trapnell, P. D., & Paulhus, D. L. (2014). Trolls just want to have fun. *Personality and individual Differences*, *67*, 97–102.

Chan, T. K. H. (2021). Does Self-Disclosure on Social Networking Sites Enhance Well-Being? The Role of Social Anxiety, Online Disinhibition, and Psychological Stress, In Lee, Z. W. Y., Chan, T. K. H. and Cheung, C. M. K., *Information Technology in Organisations and Societies: Multidisciplinary Perspectives from AI to Technostress* (pp. 175–202), Bingley: Emerald Publishing Limited. doi.org/10.1108/978-1-83909-812-320211007

Cheung, C. M. K., Wong, R. Y. M., & Chan, T. K. H. (2021). Online disinhibition: conceptualization, measurement, and implications for online deviant behavior, *Industrial Management & Data Systems*, *121.1*, 48–64. doi.org/10.1108/IMDS-08-2020-0509

Clark-Gordon, C. V., Bowman, N. D., Goodboy, A. K., & Wright, A. (2019). Anonymity and online self-disclosure: A meta-analysis. *Communication Reports*, *32*, 98–111.

Cox, T., Marczak, M., Teoh, K., & Hassard, J. (2017). New directions in intervention: cyber-bullying, schools and teachers. In Teresa Mendonça McIntyre, Scott E. McIntyre, David J. Francis, *Educator stress* (pp. 411–435). Cham: Springer.

DePaolis, K., & Williford, A. (2015). The Nature and Prevalence of Cyber Victimization Among Elementary School Children. *Child Youth Care Forum 44*, 377–393. https://doi.org/10.1007/s10566-014-9292-8

Diener, E. (1980). Deindividuation: The absence of self-awareness and self-regulation in group members. *The psychology of group influence*, 209–242.

Heirman, W., Walrave, M., Vandebosch, H., Wegge, D., Eggermont, S., & Pabian, S. (2016). Cyberbullying research in Belgium: An overview of generated insights and a critical assessment of the mediation of technology in a web 2.0 world. In Raúl Navarro, Santiago Yubero, Elisa Larrañaga, *Cyberbullying Across the Globe*. Cham: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-25552-1_9

Hernández, M. P., Schoeps, K., Maganto, C., & Montoya-Castilla, I. (2021). The risk of sexual-erotic online behavior in adolescents—Which personality factors predict sexting and grooming victimization? *Computers in human behavior*, *114*, 106569.

Hollenbaugh, E. E., & Everett, M. K. (2013). The effects of anonymity on self-disclosure in blogs: An application of the online disinhibition effect. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *18*, 283–302.

Huang, C. L., Zhang, S., & Yang, S. C. (2020). How students react to different cyberbullying events: Past experience, judgment, perceived seriousness, helping behavior and the effect of online disinhibition. *Computers in Human Behavior*, doi.org/10.1016/j.chb.2020.106338.

Johnson, R. D., & Downing, L. L. (1979). Deindividuation and valence of cues: effects on prosocial and antisocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, *37*, 1532–1538.

Joinson, A. N. (2001). Self-disclosure in computer-mediated communication: The role of self-awareness and visual anonymity. *European journal of social psychology*, *31*, 177–192.

Joinson, A. N. (2007). Disinhibition and the Internet. In Jayne Gackenbach (Ed.), *Psychology and the Internet* (pp. 75–92). Cambridge, MA: Academic Press.

小山耕平・浅谷公威・榊 剛史・坂田一郎（2019）ネット炎上におけるユーザーの共振構造　人工知能学会全国大会第33回論文集.

Kurek, A., Jose, P. E., & Stuart, J. (2019). ‘I did it for the LULZ’: How the dark personality predicts online disinhibition and aggressive online behavior in adolescence. *Computers in Human Behavior*, *98*, 31–40.

Lai, C. Y., & Tsai, C. H. (2016). Cyberbullying in the social networking sites: An online disinhibition effect perspective. In *Proceedings of the The 3rd Multidisciplinary International Social Networks Conference on Social Informatics 2016, Data Science 2016*. New York, NY: Association for Computing Machinery.

Lapidot-Lefler, N., & Barak, A. (2012). Effects of anonymity, invisibility, and lack of eye-contact on toxic online dis-

inhibition. *Computers in human behavior*, *28*, 434–443.

Lapidot-Lefler, N., & Barak, A. (2015). The benign online disinhibition effect: Could situational factors induce self-disclosure and prosocial behaviors? *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *9*.

Le Bon, G. (1897). *The crowd: A study of the popular mind*. London: T. Fisher Unwin.

Lowry, P. B., Zhang, J., Wang, C., & Siponen, M. (2016). Why do adults engage in cyberbullying on social media? An integration of online disinhibition and deindividuation effects with the social structure and social learning model. *Information Systems Research*, *27*, 962–986.

増井啓太・田村紋女・マーチ，エヴィータ（2018）日本語版ネット荒らし尺度の作成　心理学研究，*89*, 602–610.

Michikyan, M., Dennis, J., & Subrahmanyam, K. (2015). Can you guess who I am? Real, ideal, and false self-presentation on Facebook among emerging adults. *Emerging Adulthood*, *3*, 55–64.

Rösner, L., & Krämer, N. C. (2016). Verbal venting in the social web: Effects of anonymity and group norms on aggressive language use in online comments. *Social Media + Society*, *2*, doi: 10.1177/2056305116664220.

Saunders, K. C. (2016). A double-edged sword: Social media as a tool of online disinhibition regarding American sign language and Deaf cultural experience marginalization, and as a tool of cultural and linguistic exposure. *Social Media + Society*. doi.org/10.1177/2056305115624529

Schouten, A. P., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Precursors and underlying processes of adolescents' online self-disclosure: Developing and testing an "Internet-attribute-perception" model. *Media Psychology*, *10*, 292–315.

Sobba, K. N., Paez, R. A., & Ten Bensel, T. (2017). Perceptions of cyberbullying: An assessment of perceived severity among college students. *TechTrends*, *61*, 570–579.

総務省（2021）情報通信白書　Retrieved from https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r03/pdf/01point.pdf

Spears, R. (2017). Social identity model of deindividuation effects. *The International Encyclopedia of Media Effects*, doi.org/10.1002/9781118783764.wbieme0091.

Spears, R., & Lea, M. (1994). Panacea or panopticon? The hidden power in computer-mediated communication. *Communication Research*, *21*, 427–459. doi: 10.1177/009365094021004001

Stuart, J., & Scott, R. (2021). The Measure of Online Disinhibition (MOD): Assessing perceptions of reductions in restraint in the online environment. *Computers in Human Behavior*, 114, 106534. doi.org/10.1016/j.chb.2020.106534

Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyberpsychology & behavior*, *7*, 321–326.

時岡良太・佐藤 映・児玉夏枝・田附紘平・竹中悠香・松波美里…桑原知子（2017）高校生のLINEでのやりとりに対する認知に現代青年の友人関係特徴が及ぼす影響　パーソナリティ研究，*26*, 76–88.

Udris, R. (2014). Cyberbullying among high school students in Japan Development and validation of the Online Disinhibition Scale. *Computers in Human Behavior*, *41*, 253–261.

Udris, R. (2015). Cyberbullying in Japan: An exploratory study. *International Journal of Cyber Society and Education*, *8*, 59–80.

Vilanova, F., Beria, F. M., Costa, Â. B., & Koller, S. H. (2017). Deindividuation: from Le Bon to the social identity model of deindividuation effects. *Cogent Psychology*, *4*, 1308104. doi.org/10.1080/23311908.2017.1308104

Wallace, P. (2015). *The psychology of the Internet*. Cambridge University Press.

Wang, X., Wang, W., Qiao, Y., Gao, L., Yang, J., & Wang, P. (2020). Parental Phubbing and Adolescents' Cyberbullying Perpetration: A Moderated Mediation Model of Moral Disengagement and Online Disinhibition. *Journal of interpersonal violence*, doi.org/10.1177/0886260520961877.

Wright, M. F., Harper, B. D., & Wachs, S. (2019). The associations between cyberbullying and callous-unemotional traits among adolescents: The moderating effect of online disinhibition. *Personality and individual differences*, *140*, 41–45.

Wright, M. F., & Wachs, S. (2021). Does empathy and toxic online disinhibition moderate the longitudinal association between witnessing and perpetrating homophobic cyberbullying? *International Journal of Bullying Prevention*, *3*, 66–74.

Wu, S., Lin, T. C., & Shih, J. F. (2017). Examining the antecedents of online disinhibition. *Information Technology & People*, *30*, 189–209.

山口真一（2015）実証分析による炎上の実態と炎上加担者属性の検証　情報通信学会誌，*33*, 53–65.

Yang, J., Wang, N., Gao, L., & Wang, X. (2021). Deviant peer affiliation and adolescents' cyberbullying perpetration: Online disinhibition and perceived social support as moderators. *Children and Youth Services Review*, *127*, 106066.

Zimbardo, P. G. (1969). The human choice: Individuation, reason, and order versus deindividuation, impulse, and chaos. In *Nebraska symposium on motivation*. Lincoln, NE: University of Nebraska press.

― 2021. 10. 5　受稿，2022. 4. 14　受理 ―