

# インスタグラム利用に関連する感情と人生満足度の関連： 大学生を対象として

黒澤 泰\*・田口 亜美\*\*

## 日本語要約

本研究の目的はインスタグラム利用に関連する感情と人生満足度の関連を明らかにすることである。地方私立大学の学生を対象に質問紙調査を行い、回答を得た。調査時期は、2019年11月であった。全回答者62名のうち、回答に不備があった6名を除いた56名（男性13名、女性43名）のデータを分析した。平均年齢は20.58歳（ $SD = 1.04$ ）であった。分析の結果、1）インスタグラムのアカウントを持っていて現在も使っている者が約7割いたこと、2）インスタグラムのアカウントを持っている者より、持っていない者の方が人生満足度は高いこと、3）インスタグラムの利用の仕方は人生満足度に影響を与えないことが明らかとなった。本研究の結果は社会的比較の観点から考察された。

となりの芝生は青く見える 羨ましく思う毎日  
誰かと比べて比べられて そこから抜け出せぬままに  
(カサリンチュ『Sunrise Road』2018年)

## 問題と目的

### はじめに

近年、「インスタ映え」<sup>1</sup>という言葉をよく耳にするようになった。タピオカを片手に写真を撮る女子高生や、写真映えするスポットで写真を撮る人を多数見かける。現在、Social Networking Service（以下、SNS）の一つであるインスタグラム利用に際し、妬みや自己嫌悪などのネガティブな感情を抱く人が少なからずいることが報告されている。

例えば、ある20代女性は“SNSの投稿では、友だちが就職先の先輩と楽しそうにしているのです。自分とは違う状況がうらやましくなり、孤独感にさいなまれます。”と話している（NHK クローズアップ現代「“つながり孤独”若者の心を探って…」2018年7月25日放送）。つまり、この20代女性は他人と比較し、他人の人生の方が自分の人生より充実しているように見えた結果、劣等感や孤独感を感じてしまったのである。「SNS疲れ」や「つながり孤独」という言葉もあり、SNSによって苦しんでいる人も少なからずいる

1 『「現代用語の基礎知識」選 2017ユークキャン新語・流行語大賞』を受賞した。

\*：茨城キリスト教大学心理福祉学科，\*\*：放課後等デイサービスウィズ・ユー水戸

のではないだろうか。

本論では、インスタグラムの利用に関連する感情と人生満足度の関連をテーマとし、実証的な研究を行う。

## 研究史

### 妬み・嫉妬とは

まず、本論で取り上げるネガティブ感情の中でも、妬みと嫉妬について定義する。中野・澤田（2015）では、妬みと嫉妬を次のように定義している。「妬み (envy) は、自分の持っていない何らかの好ましい価値のあるものを、自分以外の誰かが持っていて、それを自分も手に入れたいと願うとき、その相手に対して生じる不快な感情のこと (p74)」「嫉妬 (jealousy) は、自分の持っている何らかの好ましい価値のあるものを、自分以外の誰かが持っておらず、それを誰かが奪いにやって来るのではないかという可能性があるとき、その相手を排除したいと願う不快な感情のことです (pp74-75)」

これら2つの感情（妬み・嫉妬）は混じって感じられることもあるという。例えば、「あの人の持っているものを私も欲しい。悔しい」と感じれば妬みになる一方、「あの人の持っている特別なものを私は持っていない。特別ではない自分は取り残されてしまうかもしれない。不安だ」と感じれば、今いる自分の位置が誰かによって損なわれるかもしれないという不快感、つまり、嫉妬に分類されるとしている（中野・澤田，2015）。

さらに、中野・澤田（2015）では、ネガティブではない妬みを「羨み」（p45）、羨みに近い妬みを「良性妬み」、ネガティブなニュアンスの強い妬みを「悪性妬み」と呼ぶと近年の研究をまとめ、説明している。

## 先行研究

本論が注目するSNS関連の研究の中でも、インスタグラムに関連した研究が現在どれくらいあるのかを調べることを目的とし、Ciniiを用いて文献収集を行った。2020年8月14日現在、Ciniiで、「Twitter」で検索をかけると2,580件の論文が、「ツイッター」で検索すると709件ヒットした。「Instagram」で検索をかけると、103件の論文が、「インスタグラム」で検索すると47件の論文がヒットした。このことから同じSNSに関連した研究でも、インスタグラムに関する研究はまだ少ないことがうかがえる。

妬みとSNSに関する先行研究として、以下の5つが挙げられる。

中井・沼崎（2018）によれば、悪性妬みは他者に向けられたネガティブ感情（敵意）を含む感情であり、他者を低める行動に導く一方で、良性妬みは自己に向けられたネガティブ感情（劣等感）を含む感情であり、自己を高める行動に導くことが確認されている。

濱野・浦田（2016）の研究では、LINEは、大学生の意味保有<sup>2</sup>に影響を及ぼし人生満足度を高めることが検証された。

---

2 ここでの「意味保有」とは、次の意味保有因子の質問項目（5項目）から構成されている。“私は自分の人生の意味を理解している”、“私の人生には、はっきりとした目的がある”、“自分の人生が有意義なものであると十分に感じている”、“私は充実した人生の目標を見出している”、“私の人生にはっきりとした目標はない（逆転項目）”である。

都築他（2018）の研究では、約7割の学生が不満を感じることなくTwitterを利用している一方、約3割の学生が不満を感じながら利用していることを明らかにしている。また、Twitterの不満度に対する利用方法と利用頻度の影響の検証結果として、知人からの情報を受信する人の方が受信しない人と比べて、不満度が有意に高かった。加えて、この研究では利用時間が長いほど不満度が高い傾向が確認されている。

岡本（2017）の研究では、社会的比較ストレス<sup>3</sup>が精神的健康に最も悪い影響を与えている一方、SNSの利用時間はストレスに影響を与えていないことなどが確認された。また、「良い出来事・悪い出来事を友だちと共有する」ことを目的としている場合は、特に「社会的比較」との関連が強く、友人と出来事や感情を共有したいと考えているユーザーは他者との比較によってストレスを感じていることが示された。

安達・武藤（2018）の研究では、インスタグラムのアカウントの有無と投稿の有無による主観的幸福感の差を検討し、アカウント無群に比べてアカウント有・投稿する群の主観的幸福感が高いという結果を示している。

これらの研究は、大学生はしばしば妬み場面に遭遇すること（中井・沼崎，2018）、SNSはストレスにも人生満足度にもつながりうること（濱野・浦田，2018；都築他，2018；安藤・武藤，2018）、そこには社会的比較が影響しうることを示しているといえよう（岡本，2017）。

これら先行研究を概観すると、以下のような課題が挙げられる。

第1の課題は、妬みと大学生活との関係を明らかにしているもののSNSに焦点化されていないこと（中井・沼崎，2018）である。第2の課題は、とりあげられたSNSの中にインスタグラムが含まれていないこと（岡本，2017；濱野・浦田，2016）である。第3の課題は、SNS（LINE，Twitter，インスタグラム）とストレスの関係は明らかになっているものの人生満足度との関係が明らかになっていないこと（都築他，2018）である。

## 本研究の目的

本研究では、上記の課題を踏まえて、以下のような目的を設定した。

- 目的1. インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるのかを明らかにすること。
- 目的2. インスタグラムの利用の仕方でも人生満足度に違いはあるのかを明らかにすること。

## 本研究の意義

本研究ではTwitterやFacebookなどのSNSに比べて、まだ研究が少ないインスタグラムの分野で、設定した上記の仮説検証を行う。インスタグラムの利用が人生満足度と関連しているのかを明らかにすることで、精神的健康面を含むインスタグラムとの正しい向き合い方を考えられるのではないかと考えた。

3 「楽しそうな投稿を見ると悲しくなることがある」「楽しそうな投稿を見ると嫉妬してしまう」といった項目から構成されていることから、自分と他者を比較することによって生起するネガティブな感情を示していると解釈し、「社会的比較」と命名された。

## 仮説

仮説1. インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるか：インスタグラムのアカウントを持っている者の方が、持っていない者に比べて人生満足度が高い。なぜならば、安達・武藤（2018）の研究で、インスタグラムのアカウントを持っている者の方が持っていない者より主観的幸福感が高いという結果が示されており、この知見から人生満足度も高いのではないかと想定した。

仮説2. インスタグラムの利用の仕方でも人生満足度に違いはあるか：他人の投稿の閲覧が多い者は、自分の投稿をよくする者より人生満足度が低い。なぜならば、都筑他（2018）の研究で、知人からの情報を受信する者の方が受信しない者と比べて、不満度が有意に高かったという結果が示されているので、閲覧が多いと人生満足度も下がるのではないかと想定した。

## 目的と分析計画

本研究の目的は、「インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるのかを明らかにすること」、「インスタグラムの利用の仕方でも人生満足度に違いはあるのかを明らかにすること」である。

まず、インスタグラムのアカウントの有無を独立変数として、人生満足度を従属変数として対応のない  $t$  検定を行った。次に、インスタグラムの利用の仕方ごとに、人生満足度に違いがあるのかを対応のない  $t$  検定を用いて分析した。

## 方法

### 対象

地方私立大学の学生62名に質問紙を配布し、回答を得た。調査時期は、2019年11月であった。全回答者62名のうち、回答に不備があった6名を除いた56名（男性13名、女性43名）が有効回答者となった。平均年齢は20.58歳（ $SD = 1.04$ ）であった。

### 質問紙の構成

インスタグラムアカウントの有無と利用の仕方：(1) “インスタグラムのアカウントを所持していますか。” 回答は、「大学生におけるSNS利用時における心理的ストレスの研究」(都筑他, 2018) の“SNSアカウントの有無について”より、1. アカウントを持っていて、現在も使っている、2. アカウントを持っているが、現在は使っていない、3. アカウントは持っていない、の選択肢を用いて回答を求めた。

(2) (1) で、1. アカウントを持っていて、現在も使っている、と答えた協力者に対して、“あなたは、インスタグラムをどのように利用していますか。この際、“本調査において、投稿にはタイムラインへの投稿だけではなく、「ストーリーズ」への投稿も含まれます”と教示した。

回答は、「大学生のInstagramの利用と主観的幸福感との関連」(安達・武藤, 2018) の“利用の仕方”より、1. 自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿はよく見る。2. 自分の投稿もよくするし、他の人の投稿もよく見る。3. 自分の投稿はあまりしないし、他の

人の投稿もあまり見ない。4. 自分の投稿はよくするが、他の人の投稿はあまり見ない。を用いて回答を求めた。(1)で2, 3を選んだ対象者には、人生満足度に関する質問に進むように指示した。

人生満足度：人生満足度を測定するために (Diener et al. 1985 ; 大石, 2009) 人生満足度尺度の5項目を用いた。項目例としては“ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い”“私の人生は、とても素晴らしい状態だ”などである。“あなたの人生満足度に関してお尋ねします”と教示し、回答は、“1. まったくあてはまらない”から、“7. 非常によくあてはまる”までの7件法で評価を求めた。5項目の得点の合計を人生満足度として使用した。

### 倫理的配慮

倫理的配慮として、以下のようなプロセスを経て調査協力者から調査参加への同意を得た。質問紙の表紙にて、“本調査への参加はあなたの自由意思に基づくものであり、調査に参加しないことであなたが不利益 (e.g.成績が下がる) を被ることはないこと”, “データはすべて統計的に処理し、個人を特定する情報が公になることは一切ないこと”, “データは分析後、完全に破棄すること”, 上記内容を質問紙の表紙に記載し、その内容に同意した調査協力者から得たデータを分析に用いた。

分析はHAD ver. 15\_010 (清水, 2016) を用いた。

## 結果

### Instagramアカウントの有無と利用の仕方

#### アカウントの有無

“Instagramのアカウントを所持していますか。”の回答結果を図1に示した。Instagramのアカウントを持っていて現在も使っている者は39名 (70%), アカウントを持っているが、現在は使っていない者は2名 (3%), アカウントを持っていない者が15名 (27%)であった。本調査における全回答者のうち、7割以上の調査協力者がInstagramのアカウントを所持しているという結果になった。

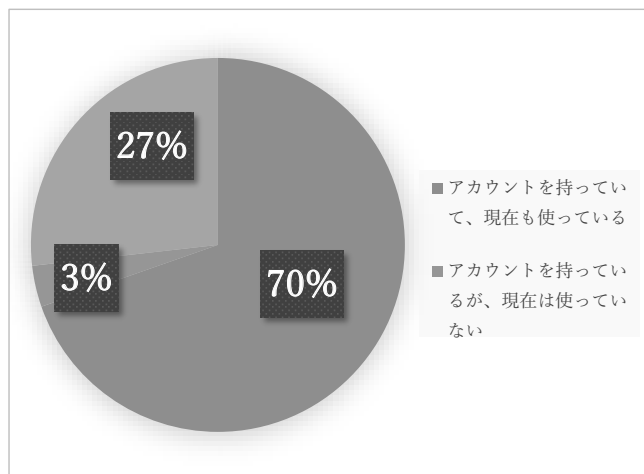


図1 Instagramアカウントの有無の割合 (N=56)

#### 利用の仕方

(2) (1)で、1. アカウントを持っていて、現在も使っている、と答えた

協力者に対して、“あなたは、インスタグラムをどのように利用していますか”と尋ねたところ、以下のような結果が示された。

インスタグラムの利用の仕方は、“自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿はよく見る”と答えた者が21名（54%），“自分の投稿もよくするし、他の人の投稿もよく見る”と答えた者が15名（38%），“自分の投稿はあまりしないし、他の人の投稿もあまり見ない”と答えた者が2名（5%），“自分の投稿はよくするが、他の人の投稿はあまり見ない”と答えた者が1名（3%）であった。

利用の仕方は、“自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿はよく見る者（閲覧メインで利用）”と、“自分の投稿もよくするし、他の人の投稿もよく見る者（投稿・閲覧どちらも利用）”で9割以上を占める結果となった。なお、“自分の投稿はあまりしないし、他の人の投稿もあまり見ない”と答えた者と、“自分の投稿はよくするが、他の人の投稿はあまり見ない”と答えた者は合わせて全回答者のうち1割未満だったため、続く分析にあたっては、“自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿はよく見る群”と“自分の投稿もよくするし、他の人の投稿もよく見る群”の2群に便宜的に分類した。

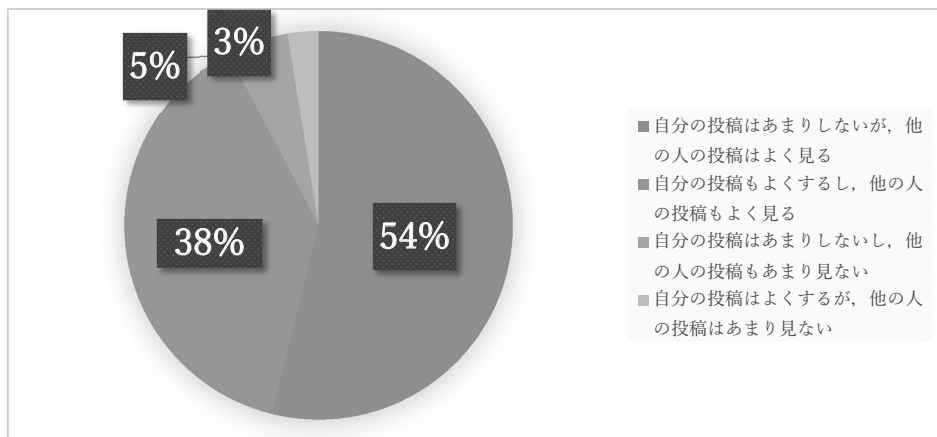


図2 インスタグラムの利用の仕方の割合 (n=39)

### 仮説検証

インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるのか

“インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるか”を検討するために、インスタグラムのアカウントの有無を独立変数とし、人生満足度を従属変数とし、対応のない  $t$  検定を行った。

結果、インスタグラムのアカウントを持っていない者の人生満足度が ( $M=21.53$ ,  $SD=4.90$ ) インスタグラムのアカウントを持っていて、現在も使っている者の人生満足度 ( $M=16.74$ ,  $SD=5.91$ ) よりも有意に高かった ( $t(52)=2.788$ ,  $p=.007$ ,  $d=0.85$ )。つまり、インスタグラムのアカウントを持っている者より、持っていない者の方が人生満足度は高いことが明らかとなった。よって、“仮説1. インスタグラムのアカウントを持って

いる者の方が、持っていない者に比べて人生満足度が高い”は支持されなかった。

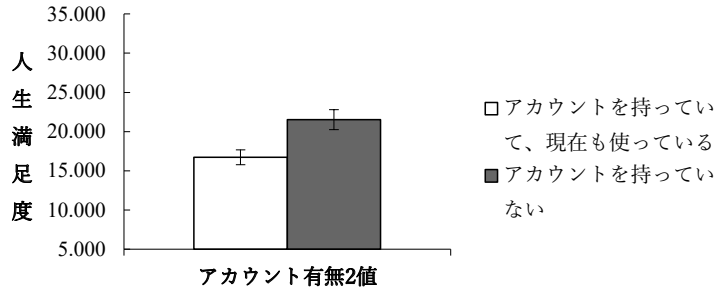


図3 インスタグラムのアカウントの有無と人生満足度の関連

### インスタグラムの利用の仕方と人生満足度に違いはあるのか

“インスタグラムの利用の仕方と人生満足度に違いはあるか”を検証するために、インスタグラムの利用の仕方を独立変数とし人生満足度を従属変数として対応のない  $t$  検定を行った。結果、自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿もよく見る者の人生満足度と ( $M=16.50, SD=6.90$ ) 自分の投稿もよくするし、他の人の投稿もよく見る者の人生満足度 ( $M=17.80, SD=4.724$ ) の間に統計的な差はなかった ( $t(34)=-0.642, p=.525, d=0.2$ )。ここから、インスタグラムの利用の仕方は人生満足度に対して、影響を与えないことが示唆された。

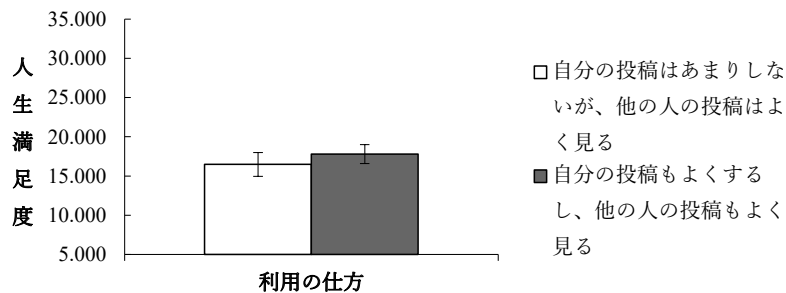


図4 インスタグラムの利用の仕方と人生満足度の関連

## 考 察

### 1. インスタグラムアカウントの有無と利用の仕方

#### アカウントの有無

“インスタグラムのアカウントを所持していますか。”という質問において、本調査における全回答者のうち、7割以上の者がインスタグラムのアカウントを持っているという結果となった。安達・武藤(2018)の研究では、インスタグラムのアカウントを持っている者は49%であったことを踏まえるとインスタグラムの大学生への浸透度が増したことが窺える。

### 利用の仕方

“アカウントを持っていて、現在も使っている”と答えた調査協力者に対して、“あなたは、インスタグラムをどのように利用していますか。※本調査において、投稿にはタイムラインへの投稿だけではなく、「ストーリーズ」への投稿も含まれます。”と尋ねたところ、“自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿はよく見る”と答えた者が54%と最も多い割合となった。次いで、“自分の投稿もよくするし、他の人の投稿もよく見る”と答えた者が38%という結果になった。これは、安達・武藤(2018)のインスタグラムの利用の仕方についての結果とほぼ同様である。

インスタグラムの利用において自分の投稿はあまりせずに他人の投稿をよく見るという、どちらかと言えば消極的な使い方をする者が多いことが窺える。このように消極的な使い方になる理由としては、不特定多数の人に自身の情報を発信するのに抵抗感があったり、他者とコメントなどで繋がることの煩わしさを感じていたりすることが推測される。また、グルメやファッションなどの情報を入手するためだけ、言い換えるならば“見る専”としてインスタグラムを利用している人がいる可能性も考えられる。現在、インスタグラマーと呼ばれる、多大な閲覧数やフォロワー数を擁しており大きな影響力を持つユーザー(Weblio 国語辞典)がいることも、この“見る専”の利用者がいることを裏付けているだろう。

### インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるのか？

“インスタグラムのアカウントの有無で人生満足度に違いはあるか：インスタグラムのアカウントを持っている者の方が、持っていない者に比べて人生満足度が高い。”という仮説を検証したところ、インスタグラムのアカウントを持っている者より、持っていない者の方が人生満足度は高かった。つまり、本研究にて設定した仮説は支持されなかった。仮説が支持されなかった理由として以下のようなことが考えられる。

第一の理由として、インスタグラムをしない者の方が、インスタグラムを通して、他人と比較する機会が少なく、結果としてネガティブな感情を抱かないため人生満足度も高くなるのではないだろうか。現に、大学生を対象とした中井・沼崎(2018)では、妬みを感じる相手として半数以上が学校の友人をあげたこと、妬み場面の内容として“親からの援助を多く受けている”“恋人がいる”“充実した生活を送っている”などがあげられている。身近な友人の妬み場面に触れうるインスタグラムの使用は、人生満足度の低下につながりうるのかもしれない。

第二の理由として、岡本(2017)の研究で、社会的比較ストレスが精神的健康に最も悪い影響を与えていることが示されている。インスタグラムを活用することで、自分と他者との比較が生まれ、自分が劣っているように感じて人生満足度を下げる可能性もある。

### インスタグラムの利用の仕方での人生満足度に違いはあるのか？

“インスタグラムの利用の仕方での人生満足度に違いはあるか：他人の投稿の閲覧が多い者は、自分の投稿をよくする者より人生満足度が低い。”という仮説を検証したところ、“自分の投稿はあまりしないが、他の人の投稿もよく見る者”の人生満足度と、“自分の投稿



もよくするし、他の人の投稿もよく見る者”の人生満足度に有意差は見られなかった。従って、仮説は支持されなかった。仮説が支持されなかった要因としては、以下のようなことが考えられる。

第1に、人生満足度は、Instagramの利用の仕方とは関係がなく、アカウントを持っているか持っていないかに左右されるのではないか。現にFacebookの使用が主観的幸福感（その時々でどのように感じているかと人生にどのように満足しているか）の低下につながりうるということが指摘されている（Kross et al., 2013）。このように、使用の有無が、使用の仕方より、人生満足度に対してより影響を与えているのかもしれない。

## 本研究の課題と今後の展望

### 本研究の課題

以下、本研究の課題を示す。

本研究では、Instagramのアカウントの数やInstagramの友達の人数などは問わなかった。しかし、実際の友達だけで繋がっている「リアルアカウント」や、SNS上の友達だけで繋がっている「趣味アカウント」など複数のアカウントが存在している。

また、質問紙において、「ストーリーズへの投稿も含める」という文を最初にしか提示していない。この提示の仕方では、回答が進んでいく中で、回答者が“本調査においてストーリーズへの投稿も含まれている”という点を忘れてしまう可能性もある。

加えて、妬みや嫉妬は一般的に悪いイメージがあるため、社会的望ましさの視点から、意図的に自分をよく見せようとして回答を変更した調査協力者もいるのではないだろうか。

### 今後の展望

本研究ではInstagramを対象を絞ったが、TwitterやFacebookなどその他のSNSで本研究と同様の研究フレームワークに基づいた研究をする必要があるだろう。具体的には、Twitterのアカウントの有無及び投稿頻度と人生満足度との関連、Facebookのアカウントの有無及び投稿頻度と人生満足度との関連など、他の主要なSNSと人生満足度に関連があるのかについて研究すると新しい発見があるかもしれない。さらに、本研究では対象を大学生としたが、妬みや嫉妬を喚起するライフイベント（e.g.結婚、出産、昇進）をSNSで見かけることが多い年代、例えば、成人期などを対象にするとまた異なった知見が得られるかもしれない。

最後に、人生満足度が上がる、もしくは下がる要因はInstagram以外に大学生活（e.g.内定を得る、何らかの賞を受賞する）など別の要因も関係しているのではないだろうか。例えば、大学生活の充実度と人生満足度との関連を調べる研究も並行して進めていく必要があるだろう。

## 本研究のまとめ

本研究は、①Instagramのアカウントの有無は人生満足度に影響を及ぼす、②Instagramの利用の仕方は、人生満足度に影響しないことを示唆する結果となった。言い換えるならば、Instagramのアカウントを持っている者は利用の仕方に関わらず人生

満足度が低く、インスタグラムのアカウントを持っていない者は利用の仕方に関わらず人生満足度が高いということであろう。自分の人生に満足し、日々が充実していればインスタグラムを利用する必要などないのかもしれない。なぜならば、インスタグラムを見なければ、インスタグラムを通して感じる他者からの疎外感や他者への不快感を感じることもないからである。

## 付記

付記：本論文は、第一著者（黒澤）の指導の下、第二著者（田口）が卒業論文として提出した原稿に加筆修正を加えたものである。第二著者は研究計画の立案、調査、執筆、第一段階の分析を行い、第一著者は、研究計画への助言、第二段階の分析、内容の精査、論文化のための加筆・修正を行った。

質問紙調査にご協力頂いた皆様へ心からの御礼を申し上げます。

## 参考文献

- 安達悠子・武藤千晶 (2018). 大学生のInstagramの利用と主観的幸福感との関連. 東海学院大学紀要, 12, 117-122.
- Diener, E. et al. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- 濱野佐代子・浦田 悠 (2016). ソーシャル・ネットワーキング・サービス (SNS) 利用が大学生の人生の意味と人生満足度に与える影響. 帝京科学大学紀要, 12, 75-81.
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., Shablack, H., Jonides, J., & Ybarra, O. (2013). Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well-Being in Young Adults. *PLoS ONE*, 8, e69841. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>
- 中井彩香・沼崎誠 (2018). 妬みのサブタイプ理論とその測定法の検討：日本においても悪性妬みと良性妬みは存在するか？. 対人社会心理学研究, 18, 77-84.
- 中野信子・澤田匡人 (2015). 正しい恨みの晴らし方. ポプラ社
- 大石繁宏 (2009). 幸せを科学する：心理学からわかったこと. 新曜社
- 岡本卓也 (2017). SNSストレス尺度の作成とSNS利用動機の違いによるSNSストレス. 信州大学人文科学論集, 4, 113-131.
- 佐藤広英・矢島玲 (2017). 大学生のSNSにおける対人ストレス経験：社会的ネットワークとの関連. 信州大学人文科学論集, 4, 53-63.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD：機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案. メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- 都筑学・宮崎伸一・村井剛・早川みどり・永井暁行・飯村周平 (2018). 大学生におけるSNS利用時における心理的ストレスの研究：LINE, Twitter, Instagramの比較を通じて. 中央大学保健体育研究所紀要, 36, 33-59.

## 引用サイト

- カサリンチュ Sunrise Road  
<http://j-lyric.net/artist/a054221/l049069.html> (2020年9月2日アクセス)
- “つながり孤独”若者の心を探って…  
<https://www.nhk.or.jp/gendai/articles/4164/index.html> (2020年9月3日アクセス)
- Weblio国語辞典 インスタグラマー  
<https://www.weblio.jp> (2020年9月4日アクセス)

## Use of Instagram, Emotion and Life Satisfaction in Japanese University Students

Tai Kurosawa (Ibaraki Christian University)

Ami Taguchi (With you Mito)

### Abstract

This study was designed to clarify relationships among uses of Instagram, emotions, and life satisfaction of Japanese university students. A questionnaire survey was conducted in a private university. Data of participants (N = 56, 13 men, 43 women) were analyzed. Results indicated three key findings: seventy percent of university students who had an Instagram account were using the account during the study; the level of life satisfaction was higher in students without an Instagram account compared to those with an account; the way of using the Instagram was not significantly related to their life satisfaction. These results are discussed in terms of the social comparison theory.