

ゲーム障害児の時間管理と ADHD の関連

○佐藤佑貴（臨床心理士）¹⁾

医療法人耕仁会札幌太田病院 1) 心理・内観療法課

【問題と目的】

わが国の 10 代のインターネット利用率は 98%であり、思春期にとってインターネットは身近なものである。特にゲームはインターネットの利用目的の 60%を占めており、インターネットの多くをゲームに費やしている（総務省，2020）。

ADHD がインターネットゲーム障害（以下、IGD）の主要な併存疾患である（Ju-YuYen et al., 2017）ことが報告されている。IGD と ADHD の併存を調査した研究は複数実施されてきたが、本邦において思春期を対象とした臨床研究は限られている（例；藤田，2019）。そこで当院を受診した思春期患者を対象に、IGD と ADHD の特徴の調査を行ったためその結果を報告する。

【方 法】

1. 調査協力者：IGD の診断がついた 12～18 歳までの外来受診している患者 13 名（平均年齢 14.3 歳）を対象とした。
2. 調査材料：(1) デモグラフィックデータ（年齢、性別、家族構成）、(2) 背景情報（発達障害の診断、不登校の有無、睡眠時間）、(3) ADHD 症状：ADHD-RS（市川・田中，2008）、(4) IGD：IAT（Young，2006）、(5) 時間管理：時間管理尺度（井邑他，2016）を用いた。

【結 果】

13 名の内、発達障害の診断がついていたのは ADHD2 名、自閉スペクトラム症 1 名であった。睡眠時間は 13 名全てが 5 時間以上であった。不登校の有無は 10 名が不登校であるという結果であった。ADHD-RS のカットオフ値を超えた者は 4 名であり、4 名の内 3 名は IAT の得点が問題のある使用群に該当し、1 名は平均的なオンラインユーザー群であった。一方で ADHD-RS のカットオフ値を超えないが IAT の問題のある使用に該当する者は 9 名であった。IAT と時間管理では IAT の得点がとても高い人が時間管理の得点が低く分布された。IAT が問題のある使用に該当していても時間管理の平均 32.65 点（井邑，2016）以上に分布される場合が多かった。

【考 察】

ADHD 症状が低くても IGD が重症である場合が考えられる。その理由として不登校であることと、IGD のない中学生の約 8.5 時間（Kawabe et al., 2016）に比べると睡眠時間が短いことがゲーム時間の増加や IGD の悪化に関連している可能性がある。また、時間管理は問題のある使用群の場合は時間管理ができていない者が多いが、病的使用になった場合は時間管理が難しくなってしまう場合もある。以上のことから、IGD が病的使用の場合に時間管理能力もアセスメントすることで、IGD 児の日常生活の負担を軽減する一助になる可能性がある。問題のある使用群の場合は時間管理への治療よりも従来実施されている認知行動療法などによって機能障害の改善に寄与すると考えられる。