

インターネット依存の思春期患者に関する調査と今後の課題

○金剛未恵 1) 本田りえ 1) 太田健介 2)

医療法人耕仁会 札幌太田病院 外来

1)看護師 2)医師

1、はじめに

2018年8月厚生労働省研究班が病的なインターネット依存が疑われる中高生が5年間でほぼ倍増し全国で93万人に上るとの推計を発表した。当院においてもインターネット(以下ネット)使用に問題を有する思春期患者の相談件数が年々増加している。今回、過去5年間に初診で来院した思春期患者(0~19歳まで)の受診結果を調査しネット依存の思春期患者の動向や当院での治療内容をまとめ今後の課題が見えてきたのでここに報告する。

2、調査期間および調査対象

2015年4月~2019年3月までの過去5年間初診で来院された思春期患者477名対象。うち、オンラインゲームやスマートフォンなどネット使用をコントロール出来ず、生活に支障をきたすなどのネット依存の思春期患者62名を抽出。

3、調査結果

- ①ネット依存の思春期患者の割合、5年間で6.14%から20.4%の3倍以上まで増加。
- ②年齢層比率 中学生61%、高校生29%、小学生8%で最少年齢は8歳。
- ③男女比率 男子73%、女子27%で男子が多い。
- ④精神疾患の合併比率 不登校67%、抑うつ9%、適応障害4%、家庭限局性素行障害4%、自閉症・ADHDを伴う自閉症などの発達障害2%など。

4、治療内容

インターネット使用自己評価スケール(青少年用)、ネット使用に関する質問表、AQチェックリスト、DSM-5などのスクリーニングテストやYG性格検査、エゴグラムチェックリストなどの心理検査を実施し、結果はフィードバックし認知行動療法や心理士の面談へつなげている。初回は本人の話を十分に聞き不登校や対人不安など本人の困りごとへの対策を共に考え、2回目以降はデジタルデトックスを行い行動強化を目的としたトークン法の宿題や睡眠、行動日誌へ記録する記録法の実施、内観療法、レジリエンスの会への参加、犬介在療法、作業療法、運動療法などを実施する場合もある。又、家族は本人との関わり方がわからずイネイブリングになっていたり対応に苦慮し疲弊していることが多く家族支援や適切な対応方法を学ぶクラブトを実施している。

5、考察

本調査においてネット依存の思春期患者は年々増加し、なかでも中学生男子の割合が一番多い結果となった。発達心理学者であるエリクソンは『青年前期である中学生は心も体も揺れ動く時期である』(1)と述べ、精神科医墨岡孝氏は『希薄な人間関係や現実社会を回避する傾向はネット依存になる要因のひとつであり、背景には家庭の問題も

大きい』 2)と述べている。この時期は反抗期や対人関係の葛藤など思春期特有の問題が現れる時期でもあり辛い現実社会を回避しようと逃避したり、居場所を求め身近なネットへ依存する傾向があると考ええる。又、国立医療センター院長樋口氏は『スマホを依存対象とする女子より自宅など限定的な場所で行うオンラインゲームを依存対象とする男子の方が家族が依存に気づきやすい』 3)と述べている。当院においても男子の方が圧倒的に受診につながるケースが多く、むしろ依存に気づきにくい女子は受診が遅れ重症化するケースも多いのではないかと考えた。最後に精神疾患の合併比率を調査した結果、不登校や抑うつなどの精神疾患を合併していることが多く、重複障害を起こしていることがわかった。全ての結果からネット依存の問題は単にネットを遮断したからといって解決する問題ではなく、問題を呈した背景を探り家族関係を含め子どもをとりまく環境すべてを整理し根底となる問題を解決しなければ回復することが出来ないと考えた。

6、今後の課題

樋口氏が『ネット依存症は早期の対応が望ましく生活に深刻な影響が出る前に受診して治療を始めた方が回復は容易である』 3)と述べている。不登校や対人不安などネット依存の背景となっている問題への早期介入も含め早期対応が望まれるが現状は本人が受診を拒否し家族は対応方法がわからず、治療を遅らせ重症化することが今後の課題としてあげられる。その為にも初診相談の段階からわかりやすく丁寧な説明を心掛け、受診を拒否している困難な症例を抱えている家族には家族相談やこころの悩み相談などを案内し悩みを抱えこまないよう本人だけでなく家族への気持ちに寄り添った援助を行い思春期患者やその家族が安心して治療に取り組むことが出来るよう今後も研鑽し努力する。

参考・引用文献

- 1) 松原達哉 『臨床心理学』
- 2) 墨岡孝 遠藤美季 『ネット依存から子どもを救え』
- 3) 樋口進 『ネット依存症から子どもを救う本』