

日本の思春期児童・生徒におけるネットメディア依存傾向に関する基礎的研究

石田, 哲也
九州大学大学院人間環境学府

加藤, 隆弘
九州大学大学院医学研究院精神病態医学分野

荻野, 佳代子
特定医療法人社団宗仁会奥村病院

山田, 真理子
九州大谷短期大学

<https://doi.org/10.15017/1448897>

出版情報：九州大学総合臨床心理研究. 4, pp.1-9, 2013-03-29. 九州大学大学院人間環境学府附属総合臨床心理センター
バージョン：
権利関係：

日本の思春期児童・生徒におけるネットメディア依存傾向に関する基礎的研究

石田哲也 九州大学大学院人間環境学府 / 加藤隆弘 九州大学大学院医学研究院精神病態医学分野
荻野佳代子 特定医療法人社団宗仁会奥村病院 / 山田真理子 九州大谷短期大学、NPO法人子どもとメディア

要約

日本人小中学生のネットメディア依存の実態を調べるため、ネットメディア依存傾向尺度を作成し、小4から中3までの3620名を対象に質問紙調査を行った。ネットメディア依存傾向は学年が上がるにつれて増加する傾向が見られ、中学校においては男子よりも女子に強く見られた。ネットメディア依存傾向得点に基づいて4群に分け比較検討した結果、ネットメディア依存傾向得点が高い群は低い群よりも、睡眠状況、不登校傾向、家族関係、心理的健康において有意に健康度が低い値を示した。

本結果から、小中学生の心理社会的な健康保持に、ネットメディア依存に対する介入が重要である可能性が示唆された。児童思春期のネットメディア依存は、成人のアルコールや薬物への依存と類似した現象として注目されているが、ネットメディア依存と関連する可能性のある、生活習慣や家族関係、心理的健康に関して、更なる実証研究が必要な分野であると考えられる。

キーワード：ネットメディア依存、児童思春期、心理的健康

I. 問題と目的

インターネットの普及、携帯電話の高機能化、インターネット接続が可能なゲーム機の登場などの要因によって、インターネットメディア（以下、ネットメディアと略記）は成人から幼児まで広く普及し、人々の生活に浸透している。ネットメディアは、距離的、時間的な制約を飛び越えてコミュニケーションが可能になるなど高い利便性を有している一方、ネットメディアに没頭するあまり社会生活や対人関係に悪影響が生じている状態も多数報告されるようになっている（eg. Young, 1998）。アメリカや中国、イギリス、台湾、韓国、スペインなどにおいて、ゲーム・インターネット・携帯電話等の病的な使用によって不適応を生じている状態への研究が増加しており（Carbonell et al, 2009）、依存や嗜癖といった概念で検討されている。

従来の報告によると、ネットメディア依存に関する定義は、「寝食を忘れてインターネットにのめり込んだり、インターネットの利用を止められないと感じたりする、インターネットに精神的に

依存した状態（Young, 1998）」、「インターネットに過度に没入してしまうあまり、コンピュータや携帯電話が使用できないと何らかの情緒的苛立ちを感じることで、また実生活における人間関係を煩わしく感じたり、通常の対人関係や日常生活の心身状態に弊害が生じるにもかかわらず、インターネットに精神的に依存してしまう状態（鄭, 2008）」などと定義されているが、先行研究により一貫していない。本研究においては嗜癖に関する先行研究を参考に、ネットメディア依存を「ネットメディアを過剰に利用するあまり、ネットメディアの使用をコントロールできず、社会生活や人間関係に支障をきたしている状態」と操作的に定義して検討する。

先行研究では、物質使用障害、ADHD、うつ病、社会不安障害、敵意感情や攻撃行動などがインターネット依存と関連することが示唆されている（Ko et al, 2012）。また、ネットメディアの習慣的な利用と引きこもりや不登校との関連も示唆されている（岡田, 2007）。これらの精神疾患や不

適応行動に対して、従来の治療や介入に加えて、それに併存するネットメディア依存の問題にも焦点を当てることが有用である可能性がある。また、様々な精神疾患において早期介入が重要であることが示唆されているが、インターネット依存が将来的なアルコール問題を引き起こす可能性が高い(Yen et al, 2009) ことが報告されていることを考慮すると、依存問題への早期介入という視点からもネットメディア依存に関する研究は重要であると考えられる。

しかしながら、ネットメディア依存はまだ臨床概念として確立しておらず、本邦における実証的研究は少ないのが現状である。インターネット依存傾向を臨床心理学的に検討した研究(e.g. 鄭, 2007)も行われているが、調査対象者は大学生に限られている。早期からインターネット環境で育つこととインターネット依存が関連することが指摘されており(Ko et al, 2012)、小学生や中学生におけるネットメディア依存を調査することは意義深いと思われるが、日本においては思春期の児童・生徒を対象にしたネットメディア利用状況に関する基礎的な研究はほとんど行われていない。

以上より本研究においては、日本の思春期の児童・生徒のネットメディア依存の実情を把握するため、ネットメディア依存傾向尺度の作成を試み、小中学生を対象に調査を行うことを目的とする。また、ネットメディア依存傾向と緊密な関係があると考えられる、睡眠状況、不登校傾向、心理的健康、家族関係との関連を探索的に検討する。

II. 方法

1. 調査対象・調査時期

小学4年生から中学3年生5029名を対象とし、質問紙調査を行った。欠損値のある者を除いた有効回答数は、小学校4年生404名(男子、女子=189, 215)、5年生464名(228, 236)、6年生564名(289, 275)、中学校1年生776名(386, 390)、2年生713名(361, 352)、3年生699名(345, 354)の

計3620名(1798, 1822)であった。

調査は2008年12月に行われた。教育委員会を通して福岡県内の各小中学校長に調査を依頼し、調査許可を得た学校に対して行った。倫理的配慮のため、調査の目的を学校及び生徒に説明し、分析は統計的処理によって個人を特定しない方法で行うことを明記し、わからない言葉があったら答えなくてよいと伝えた上で、同意を得て実施した。

2. 質問紙の内容

1) 基礎情報

学年、性別、自分専用の携帯電話所有の有無と所有時期を尋ねた。

2) ネットメディア依存傾向尺度

本研究におけるネットメディアは、本邦の調査実施時点でのネットメディア利用状況を考慮し、「ケータイ、パソコンインターネット(メール、サイトを見る、書く、作る、SNS、電子ブック、動画サイト、オンラインゲーム)等」と教示した。

嗜癖や依存に関する先行研究の尺度59項目(e.g. 長田ら, 2005)を参考にし、対象をネットメディアとする文章に改変してネットメディア依存傾向尺度を作成した。項目作成の際は、項目が定義に当てはまっているか、文章がふさわしいか、また思春期の児童・生徒にも了解可能な内容かどうかといった内容的妥当性を、臨床心理学の研究者1名、臨床心理士1名、臨床心理学を専攻する大学院生1名によって検討し、計10項目を採用した。「まったく当てはまらない(1点)」、「少し当てはまる(2点)」、「わりと当てはまる(3点)」、「とても当てはまる(4点)」の4件法であった。

3) 平日の携帯電話・インターネットの使用時間

基準関連妥当性検討のため、平日の携帯電話の使用時間、パソコンでのインターネットの使用時間を尋ねた。

4) 睡眠状況

「朝、気持ちよく起きられるか」を「はい(1点)」、「どちらかというとはい(2点)」、「どちらかとい

うといいえ（3点）,「いいえ（4点）」の4件法で尋ねた。また、平日の就寝時間を21時前から2時以降までの1時間ごとに尋ねた（21時=1点, 22時=2点, 23時=3点, 0時=4点, 1時=5点, 2時=6点）。

5) 不登校傾向

「明日からもう学校に行きたくないと思うことがある」かを「まったくない（1点）,「あまりない（2点）,「ときどきある（3点）,「よくある（4点）」の4件法で尋ねた。

6) 心理的健康, 家族関係

家族関係, 心理的健康を幅広く探索的に検討するため, 先行研究の尺度 (e.g. 草田, 1993) からネットメディア依存傾向に関連すると思われる9項目を用いた。「家族が好きか」,「家族は私を信頼していると思うか」,「家族は一緒に何かをするのが好きだ」,「自分にはたくさんよいところがあると思う」,「友だちとうまくやっていく自信がある」,「自分ががまん強いと思う」については,「はい（1点）,「どちらかというとはい（2点）,「どちらかというといいえ（3点）,「いいえ（4点）」の4件法,「普段はあるがままの自分を出せない」,「何の目標もなく, 日々の充実に欠けている」,「わけもなく疲れたと感じることがある」については「いいえ（1点）,「どちらかというといいえ（2点）,「どちらかというとはい（3点）,「はい（4点）」の4件法で尋ねた。項目の選定は臨床心理学の研究者1名と, 臨床心理士1名, 臨床心理学を専攻する大学院生1名によって検討した。

Ⅲ. 結果

1. 基礎統計量

自分専用の携帯電話を所有した時期と性別の度数を表1に示した。携帯電話所有率は全体の31.3%であった。携帯電話所有者数は全体的に女子が多く, 特に中学校1年生で増加する傾向が見られた。

表1 携帯電話所有時期と性別のクロス表

	男子	累積割合	女子	累積割合	合計	累積割合
小以前	3	0.17	18	0.99	21	0.58
小1	14	0.95	36	2.96	50	1.96
小2	26	2.39	31	4.67	57	3.54
小3	31	4.12	80	9.06	111	6.60
小4	48	6.79	92	14.11	140	10.47
小5	47	9.40	92	19.15	139	14.31
小6	59	12.68	104	24.86	163	18.81
中1	123	19.52	156	33.42	279	26.52
中2	58	22.75	70	37.27	128	30.06
中3	25	24.14	21	38.42	46	31.33
合計	434	24.14	700	38.42	1134	31.33
全年度数	1798	100.00	1822	100.00	3620	100.00

2. ネットメディア依存傾向尺度

ネットメディア依存傾向尺度10項目の合計点を算出し, ネットメディア依存傾向得点とした。10点から40点で, 得点が大いほど依存傾向が高いことを示す。ネットメディア依存傾向尺度の信頼性分析を行った結果, $\alpha = .90$ であり, 十分な値が得られた。ネットメディア依存傾向尺度を表2に示した。

表2 ネットメディア依存傾向尺度

1. 気がつくともネットメディアのために必要以上に時間を使っている。
2. ほかにしなくてはいけないことがあるのに, ネットメディアを使ってしまう方だ。
3. ネットメディアの使用に関することで, 嘘をついたり言い訳をしたりしたことがある。
4. ネットメディアが原因で大切な人との人間関係にひびが入ったことがある。
5. 気になることや心配ごとがあるときにネットメディアに接すると元気が戻る。
6. ネットメディアのない生活を考えると不安になる。
7. ネットメディアを使ったあとで後悔したり, 落ち込んだりしたことがある。
8. ネットメディアを使用しているときの方が, 普段の自分よりも優れている気がする。
9. ネットメディアに接していないと, 大切な人間関係を失いそうな気がする。
10. ネットメディアを減らしたり, 止めたりすると落ち着かなくなる。

ネットメディア依存傾向尺度の基準関連妥当性検討のため, ネットメディア依存傾向と, 平日の「携帯電話使用時間」,「パソコンでのインターネット使用時間」とのpearsonの相関係数を算出した。

ところ、ある程度強い有意な正の相関がみられた(携帯電話: $r=.355$, $p<.01$, PC: $r=.389$, $p<.01$)。インターネット依存において、インターネットの使用時間が多くなるほどインターネット依存傾向が強くなることが示されているが(鄭, 2007), 本研究結果もそれと同様の結果であった。

3. 性差・学年差

性別および学年の違いによってネットメディア依存傾向得点の平均値に差があるかを調べるため、性別と学年を独立変数、ネットメディア依存傾向得点を従属変数とする2要因分散分析を行った。その結果、性別の主効果、学年の主効果ともに有意であった(性別: $F_{(1,3608)}=39.66$, $p<.001$, 学年: $F_{(5,3608)}=64.68$, $p<.001$)。ただし、学年と性別の交互作用が有意であったため($F_{(5,3608)}=7.11$, $p<.001$), 単純主効果の検定を行った。その結果、学年の中1, 中2, 中3において、性別の単純主効果が有意であった(中1: $F_{(1,3608)}=40.13$, $p<.001$, 中2: $F_{(1,3608)}=20.11$, $p<.001$, 中3: $F_{(1,3608)}=35.34$, $p<.001$)。すなわち、中1, 中2, 中3において男子よりも女子の方が、ネットメディア依存傾向得点有意に高かった。結果を図1に示した。

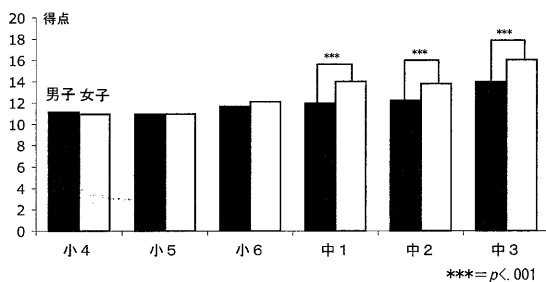


図1 男女別および学年別のネットメディア依存傾向得点の平均値

4. ネットメディア依存傾向高群の特徴

岡田(2005)を参考に、ネットメディア依存傾向得点に基づき、10点, 11~20点, 21~30点, 31~40点の4群に分けた。10点の者はすべての項目に「まったく当てはまらない」と回答した非

依存群, 11~20点の者は尺度項目に「少し当てはまる」と回答する項目もあり、依存の傾向が疑われる群, 21~30点の者は「少し当てはまる」から「わりと当てはまる」の範囲であり、軽度の依存が疑われる群, 31~40点の者は「わりと当てはまる」から「当てはまる」の範囲であり、強い依存が疑われる群であると考えられる。ネットメディア依存傾向得点が21点以上のネットメディア依存が疑われる群は全体の7.29%であった。先行研究では尺度が一貫していないため単純な比較はできないが、おおむね10%前後がインターネット依存と判断されており(Ko et al, 2012), 本研究も同様の結果であった。

ネットメディア依存傾向得点によって、生活や意識のあり方の平均値に差があるかを調べるため、ネットメディア依存傾向各群を独立変数、各項目を従属変数とする1要因4水準の分散分析を行った。ネットメディア依存傾向各群の度数と割合、各群における各項目の平均値、標準偏差、 F 値、TukeyのHSD法による多重比較の結果を表3に示した。点数が高くなるほど心理社会的に不健康な状態を表す。「自分ががまん強いと思う」かについては有意な差は見られなかったが、それ以外の項目に関しては、ネットメディア依存傾向が高い者は低い者よりも有意に得点が高かった。この結果から、ネットメディア依存が疑われる群は、生活や意識のあり方になんらかの問題を抱えている可能性が示唆された。

IV. 考察

1. 性差・学年差

ネットメディア依存傾向は、学年が上がるにつれて増加する傾向が見られ、中学校においては男子よりも女子に強く見られた。携帯電話所有率の推移と考え合わせると、中学生において男子よりも女子のネットメディア依存傾向が高くなることについては携帯電話との関連が窺える。中学生女子にとって携帯電話が重要な位置を占めている可

表3 ネットメディア依存傾向各群における各項目の平均値

	N	ネットメディア依存傾向				F値(3, 3616)	検定結果
		10点	11～20点	21～30点	31～40点		
	%	1930 53.31%	1426 39.39%	215 5.94%	49 1.35%		
1. 平日の就寝時間	Mean (SD)	2.62 (1.06)	3.22 (1.11)	3.82 (1.27)	4.47 (1.43)	163.16	10点<11～20点< 21～30点<31～40点
2. 朝、気持ちよく起きられる	Mean (SD)	2.14 (.97)	2.43 (.93)	2.78 (1.01)	3.02 (1.13)	53.84	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
3. 学校に行きたくないと思う	Mean (SD)	1.98 (.99)	2.16 (1.00)	2.64 (1.05)	2.98 (1.16)	44.80	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
4. 自分によいところがたくさんある	Mean (SD)	2.52 (.88)	2.67 (.83)	2.95 (.91)	2.63 (1.13)	20.47	10点<11～20点<21～30点
5. 友だちとうまくやっていく自信がある	Mean (SD)	1.77 (.80)	1.89 (.79)	2.16 (.93)	2.27 (1.08)	21.66	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
6. 自分はがまん強い	Mean (SD)	2.35 (.87)	2.35 (.86)	2.47 (1.02)	2.61 (1.27)	2.57	n.s.
7. 普段はあるがままの自分を出せない	Mean (SD)	2.21 (.97)	2.33 (.94)	2.55 (1.05)	2.59 (1.17)	11.67	10点<11～20点<21～30点, 10点<31～40点
8. 何の目標もなく、日々の充実に欠けている	Mean (SD)	2.08 (.99)	2.22 (.98)	2.72 (1.00)	2.82 (1.20)	35.25	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
9. わけもなく疲れたと感じる	Mean (SD)	2.49 (1.16)	2.79 (1.08)	3.40 (.92)	3.43 (1.00)	60.78	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
10. 家族が好き	Mean (SD)	1.37 (.64)	1.49 (.70)	1.84 (.90)	1.94 (.99)	41.16	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
11. 家族は自分を信頼している	Mean (SD)	1.72 (.84)	1.88 (.84)	2.41 (1.08)	2.24 (1.03)	49.84	10点<11～20点< 21～30点・31～40点
12. 家族と一緒に何かをするのが好き	Mean (SD)	1.96 (.93)	2.09 (.91)	2.55 (1.05)	2.63 (1.11)	33.10	10点<11～20点< 21～30点・31～40点

注) 点数が高いほど心理的に不健康な状態を表す。

検定結果は $p<.05$

1: 21時=1点, 22時=2点, 23時=3点, 0時=4点, 1時=5点, 2時=6点

2, 4～6, 10～12: はい(1), どちらかというとはい(2), どちらかというといえ(3), いいえ(4)

3, 7～9: いいえ(1), どちらかというといえ(2), どちらかというとはい(3), はい(4)

能性が推察されるが、その解釈については、誰を相手にどのような機能を用いているのかも含めて詳細な検討が必要である。

特に中学3年生においてネットメディアへの依存が増大する傾向が見られたが、学年差については、発達のな変化やネットメディア接触頻度の単純な上昇、受験のストレスなど様々な要因が考えられ、今後詳細な調査が必要であると考えられる。

2. ネットメディア依存傾向高群の生活や意識の特徴

1) 睡眠状況

ネットメディア依存傾向が高い者は低い者より、就寝時間が遅く、朝気持ちよく起きられていないことが示された。依存傾向31～40点の群の平均就寝時間は0時半頃であった。睡眠は精神的健康にとって重要な指標であり、睡眠が不足すると、

仕事や学習の意欲が失われて生活の質が低下し、さらには体の機能の重大な障害や精神疾患が発現する場合がある(大田, 2006)。ネットメディアの過剰な利用が慢性的に続くことは、十分な睡眠が確保できていないことと関連しており、いずれ身体的・精神的な不調が生じる可能性も推察される。

2) 不登校傾向

ネットメディア依存傾向が高い者は低い者よりも、「明日からもう学校に行きたくないと思う」得点が有意に高かった。このことから、ネットメディア依存高群は学校での適応に関して何らかの不全感を抱いていることが窺える。ネットメディアの病的な利用と登校しぶりとの関連については、現段階でははっきりとしたことはわかっていない。例えば、ネットメディアを用いて、友人との連絡、

見知らぬ人との交流、ゲームなどどのような利用の仕方をしているかを考慮して調査を行うことも有用であろう。韓国でのインターネット依存研究 (Korea Agency for Digital Opportunity & Promotion, 2008) によると、韓国ではオンラインゲームの影響が強いことが特徴であるが、本邦における大規模な調査研究はまだ見受けられない。また、不登校状態の児童・生徒がネットメディアを頻繁に利用して過ごしていることが多いことも推測される。不登校状態であるがゆえに、登校していないことをはじめとするリアルな現実よりもバーチャル・リアリティの方が魅力的に感じるという指摘もあるが (山崎, 2001), ネットメディア依存状態が先か不登校状態が先かは個別の事例を検討する必要があるだろう。

3) 心理的健康

本調査では、ネットメディア依存傾向が高い者は「自分にはたくさんよいところがあると思う」、「友だちとうまくやっていく自信がある」という項目に当てはまらないと回答することが多く、「普段はあるがままの自分を出せない」、「何の目標もなく、日々の充実に欠けている」、「わけもなく疲れたと覚えることがある」という項目に当てはまると回答することが多かった。アルコール依存症者は非依存症者に比べて有意に自尊感情が低いことが明らかにされているが (松下, 2002), ネットメディア依存においても、依存傾向の高い者は、自己評価が低くエネルギーが低下している状態であると考えられる。このような心理状態にもかかわらず「ネットメディアに接すると元気が戻り」、ネットメディアを利用すると「普段の自分より優れている」と感じるなど、束の間の飛翔感や安心感を得るためにネットメディアを利用し、「気がつくとも必要以上にネットメディアを使用」することが慢性的に続いているという状況がネットメディア依存の状態像を表していると思われる。このことから、ネットメディア依存傾向の高い者は、ネットメディアに心理的にとらわれている側

面とともに、ネットメディアを利用することによって充足感を得ている側面もあると考えられる。したがって、弊害が生じているにもかかわらずネットメディアの利用が止められない状態への介入にあたっては、ネットメディアが拠り所となっていることを考慮すると、ネットメディアの使用を制限する等の介入だけでは根本的な解決には至らないと考えられ、心理的背景として関係していると考えられる自己評価や自尊感情の問題を取り扱うことが重要であると思われる。

嗜癖や依存の概念の中核としてコントロール喪失状態を挙げる研究者は多く (e.g. 正木ら, 2007), ネットメディア依存も、「他にしなくてはいけないことがあるのにネットメディアを使って」いたり、「ネットメディアを減らしたり止めたりすると落ち着かなく」なったりすることがあるなど、ネットメディアを使用したいという衝動をほどほどに制御できていない状態であると考えられる。しかしながら今回の調査では、コントロール喪失と関連すると思われる「自分ががまん強いと思うか」という項目において、ネットメディア依存傾向の高低によって有意な差は見られないという結果であった。ここで、嗜癖や依存の周りには否認という心理的機制が作られることが介入の難しさとして指摘されている (Johnson, 1993)。無意識的な防衛機制を調査研究によって捉えることは困難であるが、ネットメディア依存においても否認と類似した防衛のあり方がある可能性もあり、その結果として、大した問題ではない、自分は我慢できていると認知している可能性も推測される。

4) 家族関係

ネットメディア依存傾向が高い者は低い者よりも、「家族が好きか」、「家族は私を信頼していると思うか」、「うちの家族は一緒に何かをするのが好きだ」という項目において有意に得点が低かった。家族での情緒的交流を少なく感じ、ネットメディアに依存して過ごすことが長期化すると、良好な対人関係を築く機会を阻害し、いずれは嗜癖

の対象がアルコールや薬物、ギャンブル等のより社会的問題の大きい嗜癖へと移行する可能性もある。アルコール依存症の治療的工夫では家族への介入が重視されているが（斎藤，2009），ネットメディア依存への介入においても，依存状態の本人へのアプローチとともに，家族機能の改善が重要となる可能性が推測される。

V. 今後の展望

ネットメディア依存の概念は議論の最中であるが，ネットメディアを単純に多く利用することと依存している状態とは質的に異なる。人は何かに熱中するものであるが，健康な熱中と病的な依存の境界は非常に曖昧で，のめり込みの程度よりもそこから派生する問題の質が重要な基準となる可能性がある（村井，2011）。「ネットメディアが原因で大切な人との人間関係にひびが入った」など，ネットメディア依存状態からは様々な問題が派生すると考えられるが，その問題の質的な程度は今回の調査では明らかにされていない。

ネットメディアは適度に使用すれば有用なツールであり，ネットメディアの使用そのものの影響と，依存状態の影響とは区別して検討することが必要であるが，現段階では，ネットメディア依存のみならず，依存や嗜癖の概念全体についても明確な定義がなされていない状況である。行動嗜癖と正常な繰り返し行為との区別はなお多くの議論が必要である（加藤，2005）と言われているように，ネットメディア依存という概念が表す状態像について更なる検討が必要である。韓国ではオンラインゲーム等への依存問題に関して国家的な対策がなされているが（Korea Agency for Digital Opportunity & Promotion, 2008），今後は本邦の特色を踏まえたネットメディア依存に関する研究を重ね，対応を検討することが必要であると考えられる。

本研究は思春期児童・生徒のネットメディア依存状況を調査した基礎的な研究であり，本研究の

結果から，ネットメディア依存傾向が高い者は低い者よりも，睡眠状況，不登校傾向，心理的健康，家族関係において有意に健康度が低い可能性が示唆された。今後はネットメディア依存に関して更に詳細な調査研究を行うことで，本研究の結果を検証することが有用であると考えられる。しかしながら，刻々と情報通信技術が進歩し，ネットメディアの利用状況も日々変化している現状においては，ネットメディア依存状態を抽出して捉えるための調査研究の方法にも工夫が必要であると考えられる。

嗜癖問題への介入に関しては，背景にある心理的な課題を扱うことの重要性が指摘されているが（Johnson, 1993），ネットメディア依存においても，使用自体を制限することは本質的な解決とは考えにくい。ネットメディアの利用習慣については可能な限り自己コントロールを高めるような介入を行い，それと並行して，ネットメディア依存と関連すると思われる生活習慣の問題や自己評価の問題，家族関係の問題に焦点を当てた介入がなされることが有効であると考えられる。

また本研究は，ネットメディア依存傾向が健康な趣味から病的な依存までを連続したスペクトラムであると仮定して，思春期健常群に対して行った調査であったが，今後は健常群と臨床群の質的な違いも検討する必要がある。また，依存概念の精査とともに，ネットメディアへの依存とアルコール等への依存との類似点や相違点についても，より詳細な検討がなされることが重要である。今後の調査では，本研究で作成したネットメディア依存傾向尺度と既存の尺度（e.g. Korea Agency for Digital Opportunity & Promotion, 2008）との比較や，臨床群との比較などにより，ネットメディア依存傾向尺度の信頼性・妥当性のさらなる検討が必要である。また，学年が上がるにつれてネットメディア使用状況も変化している結果が得られたが，学年差を更に検討することで，発達的变化に即した対応に有用な知見が得られるであろう。

<付記>

本調査は、文部科学省事業「不登校等への対応におけるNPO等の活用に関する実践研究事業」としてNPO法人子どもとメディアが助成を受けて行った調査である。

VI. 文献

- Carbonell X, Guardiola E, Beranuy M, Belles A (2009) : A bibliometric analysis of the scientific literature on Internet, video games, and cell phone addiction. *Journal of the Medical Library Association*, 97 (2), 102-107.
- Johnson B (1993) : A Developmental Model of Addictions, and Its Relationship to the Twelve Step Program of Alcoholics Anonymous. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 10, 23-34.
- 加藤元一郎 (2005) : アルコール依存症の概念と症候論 治療, 87 (8), 2409-2415.
- Ko, CH, Yen, JY, Yen, CF, Chen, CS, Chen, CC (2012) : The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *European Psychiatry*, 27, 1-8.
- Korea Agency for Digital Opportunity & Promotion (2008) : *The Follow Up Study of Internet Addiction Proneness Scale*. Korea Agency for Digital Opportunity & Promotion.
- 草田寿子・岡堂哲雄 (1993) : 家族関係査定法 垣内出版
- 正木大貴・土田英人・福居顯二 (2007) : アルコールと他の嗜癖 臨床精神医学, 36 (10), 1279-1283.
- 松下年子 (2002) : アルコール依存症者の回復過程における自己意識と自尊感情 臨床精神医学, 31 (6), 691-698.
- 村井俊哉 (2011) : 熱中と依存の境界線 船橋新太郎 (編) 依存学ことはじめ 晃洋書房 pp85-117.
- 長田洋和・上野里絵 (2005) : ネット中毒をめぐって—Internet Addiction Test (IAT) 日本語版について アディクションと家族, 22 (2), 141-147.
- 岡田尊司 (2005) : 脳内汚染 文藝春秋
- 岡田尊司 (2007) : 脳内汚染からの脱出 文藝春秋
- 大田龍朗 (2006) : 睡眠障害ガイドブック—治療とケア
- 斎藤学 (2009) : 依存症と家族 学陽書房
- 鄭艶花 (2007) : 日本の大学生の“インターネット依存傾向測定尺度”作成の試み 心理臨床学研究, 25 (1), 102-107.
- 鄭艶花 (2008) : インターネット依存傾向と日常的精神健康に関する実証的研究 心理臨床学研究, 26 (1), 72-83.
- 山崎篤 (2001) : テレビゲームがこころを癒すとき—不登校の事例から 児童心理, 55 (11), 95-99.
- Yen JY, Ko CH, Yen CF, Chen CS, Chen CC (2009) : The association between harmful alcohol use and Internet addiction among college students: Comparison of personality. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 63, 218-224.
- Young, KS (1998) : *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction—and a Winning Strategy for Recovery*. John Wiley & Sons, U.S.A., 小田嶋由美子 (訳) (1998) インターネット中毒—まじめな警告です 毎日新聞社

(受理：2012年3月31日)

Pilot survey of “internet-media addiction” by Japanese school pupils

Tetsuya ISHIDA

Graduate School of Human-Environment Studies, Kyushu University, Fukuoka, Japan

Takahiro KATO

Department of Neuropsychiatry, Graduate School of Medical Sciences, Kyushu University, Fukuoka, Japan

Kayoko OGINO

Okumura Psychiatric Hospital, Fukuoka, Japan

Mariko YAMADA

Kyushu Otani Junior College, Fukuoka, Japan

NPO Child and Media

The purpose of this survey is to clarify current situation of “internet-media addiction (IMA)” among Japanese school pupils.

An original IMA tendency scale was constructed based on literature analysis. We conducted a questionnaire survey of 5029 Japanese school pupils from the fourth grade of elementary school to the third grade of junior high school. To investigate the psychosocial background of IMA, subjects were classified into four groups: from a low addiction group to a high addiction group. The results of ANOVA indicate that the high addiction group had higher scores of school absenteeism tendency, negative family relationships, sleep problems, and mental health problems.

These results imply that school pupils' IMA tendency may be strongly related to their social behavior and mental health. Therefore, intervention in IMA should be conducted, while, internet-media themselves do not necessarily always have a negative influence. A new systematic approach to IMA focusing on the psychosocial background, instead of just directly forbidding the usage of internet-media, is needed. Further study among more subjects should be conducted to increase the reliability and validity of our pilot survey.

Keywords: internet-media addiction, school pupil, mental health