

「テクノアディクションを呈する思春期症の背景と治療のあり方」

【背景】

テクノアディクションとは、コンピューターに没頭することで、インターネットがないと不安に感じたり、過剰な使用により生活に支障をきたすことである。平成25年の厚生労働省の発表では、全国で推計51万8千人の中高生がテクノアディクションの疑いありとされており、近年の小型パソコンやスマートフォン、ゲーム端末の爆発的な普及が影響していると考えられている。当院に入院した思春期66症例中にも19人のテクノアディクションを認め、思春期特有の問題や誘因が関連していると考え調査を行った。

【目的】

テクノアディクション症者の背景と治療のあり方を明確にする。

【方法】

平成25年4月～平成26年3月に当院に入院した13～19歳の思春期症例を対象に、個人特定できる情報は公表せず、後方視的診療録調査及び聞き取り調査を実施。なお、本研究は札幌太田病院の倫理審査の承認を得て実施した。

【結果】

本調査対象者の平均年齢は15歳、高校生が12人と最も多い。主訴は昼夜逆転、不登校、家庭内暴力であり、入院目的に規則正しい生活の獲得、インターネットからの離脱などがあげられる。使用頻度はオンラインゲームが11人と最も多く、使用理由は「現実には共通の趣味がある友達がいないから」「現実の出来事よりも楽しいから」など、現実の楽しみを見出せず孤独を訴える例が多い。実際に対象者の生活背景には、学校でのいじめや対人関係トラブルの訴えが16件、親の離婚やしつけの厳しさなど家庭環境問題の訴えが23件あった。

【考察】

当院の治療プログラムでは、ダーツや小弓道などの遊戯療法、早朝の犬介在療法、思春期症例同士によるピアカウンセリングや院内学校、内観療法による過去・現在・未来の振り返りを実施し、生活改善と自己客観視に繋がっている。一方で、生活背景として学校でのいじめ、家庭の問題などから孤独を訴えるものが多く、人望や自己価値をインターネット上に求めているケースが多い。本人を取り巻く人間関係・生活背景にも目を向け、場合によっては家族や学校にもカウンセリングや登校支援などの治療参加を求める必要があり、子供に孤独を感じさせない環境作りとして、一緒に過ごす時間や会話を増やす、悩みを聞くなど、普段からの親密な関わり方が大切と考える。本人だけの問題ではないことを周囲も認識し協力を得ることで、本人の自信や安心感に繋がり、インターネットへの逃避から現実へ直面化する勇気を養うことができると考える。