

インターネット依存傾向と発達障害傾向の関連性について —ADHD傾向に関する探索的調査—

大久保 純一郎

問題

インターネットの普及がすすみ、その利便性が高く、現代人の生活になくはならない存在になっている。仕事や学業などにおいて、インターネット利用は必須の条件となっている。大学生の就職活動などでは、スマートフォンを中心としたインターネット利用が必要条件であると言われている。さらに、日常生活においてもインターネットを利用しないことはないと言えよう。

他方、その過剰な利用により、インターネット依存の状態に陥る人が増加している(岡安, 2016)。さらに、スマートフォンなどの高性能の端末の出現は、それらの傾向を加速していると言えよう。

また、インターネットを利用したゲーム(ネットゲーム)や、さまざまなソーシャル・ネットワーキング・サービス(Social Networking Service: SNS)などの魅力的なコンテンツが開発され、それらを依存対象とする依存症傾向の人々はさらに増加する傾向にあると考えられる。このようなインターネットコンテンツを対象とした依存による問題は、家族関係やその他の対人関係のトラブル、うつや不安などの情緒的障害、身体的な健康問題、経済問題など多岐にわたり、薬物依存やギャンブル依存、その他の依存症と同様の問題がみられる(Frank, 2013)。

さらに、インターネットコンテンツの多くは、そのアクセスに法的規制や経済的負担はほとんどなく、ネット利用環境さえ整っておれば、誰でも利用できるという特性を持っている。したがって、他の依存対象とは異なり、安易にアクセス可能であり、数多くの人々が依存症リスクを持っているといえる。例えば、大学生でギャンブル経験のあるものは25%程度に留まること(大久保, 2019)と比較し、ネット利用経験のあるものはほとんど100%であると考えられる。したがって、インターネットに関する依存症のリスクは極めて高いと考えられる。

近年、発達障害への注目が高まっているが、注意欠如多動症(Attention Deficit Hyperactivity Disorder: ADHD)は、注意の持続や行動の抑制の発達に問題のある発達障害の一種で、自閉スペクトラム症などと並んで、着目されている。米国精神医学会の診断基準(DSM-5: American Psychiatric Association, 2013)によると、注意欠如の症状、あるいは多動性・衝動性のどちらか、あるいは両方を12歳になる前から、複数の環境(学校と家庭など)で認められ、明らかに社会的困難さ(不利益)を引き起こしている障害である。それらの困難は、障害本来の症状に

よるところもあるが、多様な2次障害による困難も極めて大きい。例えば、米国の調査では、不安性障害、抑うつ性障害、物質使用障害が高率で合併していると報告されている(Kessler, et al., 2006)。また、ADHDと診断された成人に関する研究において、佐賀他(2016)はADHDの重症度が抑うつ傾向や不安傾向との間に有意な相関が見られたと報告している。ADHDの人々の中には、2次障害ないし併存症として、不安や抑うつとならんで、物質依存や行動依存を併発する人も少なくない(星野, 2004)。

他方、大学生のADHD傾向に関する研究において、ADHDの診断等を受けていない学生においても、そのADHD傾向が学生生活の困難感(今西・大久保, 2018)や学業や大学への適応感(今西, 2017)に影響を与えていることが見いだされた。したがって、同様の問題が大学生のネット依存傾向に関しても見られるのではないかと考えられた。

また、依存症あるいは、ADHD大学生の支援にはさまざまな方法が工夫されているが、ネット関連依存傾向とADHDとの関連性が明確になれば、支援の方法もより精緻なものになると考えられる。

そこで、本研究では、ネット依存傾向とADHD傾向の関連性について、青年期の学生を対象としたアナログ研究を探索的に行った。

方法

調査対象者

近畿圏の大学に所属し、教職課程に関する授業を受講している2, 3, 4年次の学生159名(男性84名, 女性75名)を対象として調査を行った。所属学部は、文系91名, 理工系21名, 心理系49名で、社会科学系の学生はいなかった。

質問紙

本研究で用いた尺度は、次の6種の質問紙から構成された。

1) インターネット利用 岡安(2016)が高校生のインターネット利用実態を調べるために用いた項目をそのまま用いた。項目の内容は、Table 1のとおりであった。

2) インターネット行動 日常生活におけるインターネット利用行動を調べるために岡安(2016)が用いた項目で、Table 2の通りであった。

3) スマホ依存尺度 岡田(2014)が紹介したスマートフォン利用に関する尺度(10項目)を用いた。全くない(1)から、頻繁にある(4)の4件法で回答を求めた。選んだ選択

肢の数値の合計を得点とし、30点以上が危険域と判断された。本尺度は、Kwon, Kim, Cho, & Yang (2013)のsmartphone addiction scale short versionを元に日本語された。本尺度は、信頼性や妥当性(判別的妥当性, 併存的妥当性)が十分に検討されたものである。日本語版については、岡田(2014)が紹介しているが、信頼性や妥当性に関する記載はない。

4) ネットゲーム依存尺度 岡田(2014)が紹介したインターネットゲームに関する尺度(9項目からなる)を用いた。全くない(1)から、頻繁にある(4)の4件法で回答を求めた。3以上の選択肢を選んだ項目の数を得点とし、5点以上が危険域とされた。本尺度は、岡田が、DSM-5のInternet Gaming Disorderの診断基準に基づいて作成したもので、信頼性や妥当性に関する記載はない。

5) ネット依存尺度 Young(2011)のインターネット依存尺度を日本語に翻訳したものをを用いた(Frank, 2013; 久里浜医療センター)。本尺度は20項目からなり、まったくない(0)から、いつもある(5)の6件法で回答を求めた。選んだ選択肢の数値の合計を得点とし、50点以上が危険域とされた。本尺度は、開発者のライセンスを得た上で、バックトランスレーションによる妥当性の確認が行われた。

6) ADHD傾向に関する測定 Adult Attention Deficit/Hyperactivity Disorder Symptoms Scale(AASS, 18項目: 金澤, 2013)をADHD傾向を測定するために用いた。この尺度は、「不注意因子」が9項目、「多動性・衝動性因子」が9項目の計18項目2因子で構成されている。また、総合点も算出した。対象者には、「1: ない」～「4: 非常にあった」の4件法で回答を求めた。得点が高いほどADHD傾向が高いことを示す。本尺度は、一般成人におけるADHD症状の程度を測定するとともに、ADHD患者のスクリーニングにも用いられる尺度として開発された。一般成人770名を対象として尺度が構成された。また、信頼性妥当性とも十分に検討された尺度である。

手続き

大学の授業時間内に教室で質問紙を配布し、教示等を行い集団法で質問紙調査を実施した。回答は無記名とした。また、教示において研究目的を説明した上で、回答は任意であり、参加しない場合も不利益を被らない旨を口頭と文書にて説明した。

調査時期

本調査は、2017年9月と2018年9月に分けて行われた。

結果

インターネット使用実態について

Table 1に、インターネット使用実態について示した。使用端末は、大学生のほとんどすべてのものがスマートフォンであった。利用目的(最も利用の多いもの)は、メール、情報検索から、SNSにシフトしていると言える。したがって、現

代の学生は、ほとんどの時間をスマートフォンを使ってSNSを利用していると言える。

インターネットに関連した行動について

Table 2に、インターネット行動の実態について示した。

依存傾向尺度とADHD傾向尺度の記述統計

各尺度の平均値と標準偏差、ならびに基準値を超えたものの数をTable 3に示した。

ネットに関連した依存の程度が基準を超える(つまり危険域にある)者の人数は、スマホ依存で18名(11.3%)、ネットゲーム依存で11名(6.9%)、ネット依存で21名(13.2%)と無視し得ない数の学生がネット関連依存のリスクをかかえていると言える。金澤(2013)における一般成人のAASS得点の平均値(標準偏差)は、不注意得点 16.21 (5.04)、多動症同性得点 13.15 (4.57)、総合得点29.36 (8.79) であり、今回の大学生の得点と大差がないと言える。

依存傾向尺度とADHD傾向尺度の相関

各尺度間の相関係数をTable 4に示した。AASS得点(不注意因子、多動衝動因子、総合得点)は、スマホ依存、ネットゲーム依存尺度得点との間の相関係数は .211 から.568であり、全て相関は有意であった($p < .01$)。他方、ネット依存尺度得点とは、有意で比較的強い相関が見られた(.6前後, $p < .01$ 程度)。

ADHD傾向による依存傾向の予測

性別、学年ならびにADHD傾向(不注意得点と多動衝動得点)を説明変数とし、3種の依存尺度得点を目的変数とした重回帰分析を行った。スマホ依存尺度得点に対しては、不注意得点のみが有意な影響を示した($\beta = .45$, $p < .01$)。ネットゲーム依存尺度に関しては、不注意得点のみが有意な影響を示した($\beta = .40$, $p < .01$)。ネット依存尺度得点に対しても、不注意得点のみが有意な影響を示した($\beta = .51$, $p < .01$)。

考察

学生の1割内外がネット関連依存の危険域にあり、先行研究と大きな変化はなく、深刻な状況であると言える。学生相談などの相談場面では、ネット依存関連の問題が全景に出ることはいまだ少ない。おそらく、学業不振、対人関係の問題やひきこもり傾向などのさまざまな問題の背景に隠されている可能性がある。したがって、学生相談をはじめとした青年期の支援において、ネット依存などの観点は必要不可欠であるといえる。

また、ADHD傾向とネット関連依存傾向の間に有意な関連性がみられた。このような関連性は、ネット依存以外の依存症傾向においても見いだされている。したがって、

Table 1 インターネット利用実態

	人数	%
1. 使用端末(最もよく使うもの)		
スマートフォン	154	97.5
携帯電話	3	1.9
パソコン	1	0.6
タブレット	0	0.0
その他	0	0.0
	158	
2. 利用日数(週)		
ほとんどない	0	0.0
1-2日	2	1.3
3-4日	50	31.6
ほぼ毎日	106	67.1
	158	
3. 利用時間(日)		
0-1時間	15	2.0
1-2時間	30	22.0
2-3時間	40	28.0
3-4時間	24	14.0
4-5時間	28	20.0
5時間以上	22	14.0
	159	
4. 利用目的(最も利用の多い目的)		
情報検索	19	11.9
メール	2	1.3
SNS	104	65.4
動画	23	14.5
ゲーム	6	3.8
その他	5	3.1
	159	

Table 2 インターネット利用行動の項目および平均値と標準偏差

質問項目	平均	SD
1. 勉強で調べものをする時には、本ではなくインターネットを利用する	3.54	0.66
2. ひとりである時に、インターネットを利用する	3.65	0.54
3. 電車やバスに乗っている時に、インターネットを利用する	3.55	0.64
4. スマートフォンや携帯電話を、すぐに手に取れるところに置いておく	3.57	0.64
5. メッセージが届いていないかどうか、スマートフォンや携帯電話をしょっちゅう取り出して確認する	2.95	0.86
6. メールを受信したら、すぐに返信する	2.43	0.85
7. 家に帰るとすぐにインターネットを利用する	3.01	1.90
8. 朝起きるとすぐにメールなどをチェックする	3.08	1.02
9. SNSなどに自分のメッセージを投稿する	2.64	1.04
10. 友だちと一緒にいる時に、インターネットを利用する	2.62	0.83
11. 少しでも時間があると、メールなどをチェックする	2.70	0.88
12. 特に目的もなく、いろいろなウェブサイトにアクセスする	2.53	1.02
13. 道を歩きながらインターネットを利用する	2.37	0.95
14. 学校の休み時間に、インターネットを利用する	3.14	0.76
15. おもしろそうなウェブサイトを探す努力をする	1.99	0.92
16. インターネットを通して友だちを作る	1.48	0.82
17. お風呂に入っている時には、近くにスマートフォンや携帯電話を置いておく	1.75	1.03
18. 食事をしながらインターネットを利用する	1.93	0.87
合計	48.91	8.04

Table 3 各尺度得点の平均値と標準偏差, 基準値を超える者の人数

尺度	下位尺度	平均値	標準偏差	基準値を超える者	
				人数	%
スマホ依存尺度得点		23.16	5.18	18	11.3
ネットゲーム依存尺度得点		1.36	1.74	11	6.9
ネット依存尺度得点		34.45	14.58	21	13.2
AASS					
	不注意因子得点	15.60	4.06	-	-
	多動衝動性因子得点	12.62	4.00	-	-
	総合得点	28.22	7.16	-	-

Table 4 各依存傾向尺度とADHD傾向尺度の相関係数

	1	2	3	4	5	6
1 スマホ依存尺度	1					
2 ネットゲーム依存尺度	.556**	1				
3 Youngネット依存尺度	.517**	.364**	1			
4 AASS不注意因子得点	.491**	.568**	.277**	1		
5 AASS多動衝動因子得点	.312**	.386**	.231**	.566**	1	
6 AASS総合得点	.454**	.539**	.288**	.885**	.884**	1

** 相関係数は 1% 水準で有意(両側)

Table 5 インターネット依存関連尺度を目的変数とした重回帰分析結果

従属変数	スマホ依存	ネットゲーム依存	Youngネット依存
	尺度得点	尺度得点	尺度得点
独立変数	β 係数	β 係数	β 係数
性別	-0.09	-0.067	-0.054
学年	-0.017	0.058	-0.058
AS不注意得点	0.453 **	0.399 **	0.507 **
AS多動得点	0.067	-0.009	0.108

** 相関係数は 1% 水準で有意(両側)

ADHD傾向者は、依存症傾向が高く、ネット依存についても同様であり、ADHDの人々やその傾向を持つ人々の心や行動の問題について支援する場合、彼らはネット関連依存にリスクが高く、問題の背景にネット関連依存の存在が関与している可能性を考慮する必要があると考えられる。

また、ネット依存傾向は2次障害と考えられるものであるが、他のさまざまな2次障害と同様に適応上の問題として考えるべきなのか、あるいは適応上の問題はありつつもADHD者の行動上の特徴が依存症に親和的であり、依存症リスクをさらに高めているのかといった疑問がある。その違いによって、(少なくとも依存傾向に關しての)支援の方法が異なってくる。後者の場合、支援の中で、自己の特性を知り、行動のセルフコントロールをするという心理教育的訓練的な要因が必要になってくる。今回の分析では、ADHD傾向の中でも不注意傾向がネット関連依存に影響を与えているが、多動衝動性傾向はネット関連依存に影響を与えていない結果となった。素朴に考えた場合、ADHD傾向の多動による行動の激しさや、衝動性による結果を吟味しない行動のあり方が、つまり多動衝動性が依存症傾向と関連していると考えられるのだが、そのような結果にはならなかった。他方、多動衝動性傾向ではなく、不注意傾向が、大学生の学生生活上の困りごとに大きな影響を与える(今西・大久保, 2017)など、不注意傾向が適応上の問題に影響を及ぼしているという研究も見られる。したがって、不注意傾向は大学生など青年期の人々にとって適応上の問題を引き起こしやすい特徴であり、ADHD者など不注意傾向の高い人々は適応障害を引き起こす傾向があり、依存症も他の適応障害と同様のリスクを持つとも言えるかもしれない。さらに、依存症一般のリスク因子として多動衝動性に関する要因よりも、不注意やそれにもとづく適応上の問題の要因の方がより強く働いていると言えるかもしれない。しかしながら、これらのメカニズム等については不明な部分も多く、今後より厳密な調査研究を行い、検討する必要がある、これらの検討に基づいて、依存症等の予防を行うことが望まれる。

本研究において、一定の結果を得ることができたが、調査対象者の所属学部や学年にかたよがりがあり、より厳密な分析を行うためには少人数であった。したがって、より多くの対象者を用いて厳密な分析が望まれる。また、もちいた心理尺度は信頼性も妥当性も高いものであったが、異なった尺度も用いて、結果の普遍性を確かめる必要もある。ネット関連依存に関する尺度は、対象となるネット環境が日進月歩の変化をしており、尺度項目の妥当性には注意が必要である。

引用文献

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*.

American Psychiatric Publishing.

(高橋 三郎・大野 裕(監訳) (2014). *DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル*. 医学書院).

Frank, K. (2013). *Lost and Found*. National Center for Youth Issues.

星野 仁彦(2004). 知って良かったアダルトADHD ヴォイス
今西 惇・大久保 純一郎 (2017). 大学生生活上の困難感へのAD/HD特性の影響 帝塚山大学心理学部紀要, 6, 17-23.

金澤 潤一郎 (2013). 成人期のADHD患者に対する補償略の獲得をターゲットとした心理療法の検討. 北海道医療大学大学院心理科学研究科博士論文.

Kessler, R.C., Adler, L., Barkley, R., Biederman, J., Conners, C.K., Demler, O., Faraone, S.V., Greenhill, L.L., Howes, M.J., Secnik, K., Spencer, T., Ustun, T.B., Walters, E. E., & Zaslavsky, A.M. (2006). The prevalence and correlates of adult ADHD in the United States: results from the National Comorbidity Survey Replication. *American Journal of Psychiatry*, 163, 716-723.

久里浜医療センター IAT: Internet Addiction Test (インターネット依存度テスト) <http://xn-kurihama-g63g4kufrr.hosp.go.jp/hospital/screening/iat.html> (2016年9月1日)

Kwon M, Kim D-J, Cho H, Yang S (2013) The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *PLoS ONE* 8(12): e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>

岡田 尊司(2014). インターネット・ゲーム依存症 ネットゲからスマホまで 文藝春秋社

岡安 孝弘(2016). 高校生のインターネット利用行動とインターネット依存, 精神的健康の関係 明治大学心理社会学研究, 12, 17-30.

大久保純一郎(2019). 大学生におけるギャンブル依存傾向: プロセス依存ならびにADHD傾向の関連性について 日本応用心理学会第86回大会発表論文集, 86.

佐賀信之・森田哲平・新井豪佑・徳増卓宏・幾瀬大介・石部 穰・笹森大貴・横山佐知子・五十嵐美紀・横井英樹・岩波 明(2016). 成人期注意欠如多動性障害患者における不安, 抑うつ症状 昭和学会誌, 76, 751-759.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1, 237-244.

**The relationship between the tendencies for inter-net addiction and
developmental disorders:
A exploratory study about ADHD tendencies.**

Junichiro OOKUBO

Abstract

Objectives: This study aimed to determine the association between Internet addiction and attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD).

Method: In the present study, 159 students (84 males, and 75 females) participated and complete questionnaire consisted of 1)Internet behavior, 2)Smart phone addiction, 3)Internet game addiction, 4) Internet addiction, and 5) Adult Attention Deficit/Hyperactivity Disorder Symptoms Scale(AASS).

Results: Virtually all students used smartphone and they use smartphone for mainly SNS. The results showed that more than 10% of students have risk for internet related addiction. Correlations between symptoms of addictive internet use and ADHD symptoms were all positive and significant. Multiple regression analyses showed that inattentive score of AASS predicted Smart phone addiction, Internet game addiction score and Internet addiction scores, but impulsivity scores of AASS did not predict any addictive tendencies.

Discussion: Results suggest that ADHD symptoms, particularly inattentive symptoms, were positively associated with inter-net addiction.

Key words: Internet addiction, Internet game addiction, ADHD