

論文要旨

本研究では、ゲーム依存に関連する実証的な基礎研究を通して、日本におけるゲーム依存の実態把握および、メンタルヘルスの悪化との関係について明らかにすることを目的とした。論文内容は1章から6章までで構成されている。

第1章では、ゲームを取り巻く環境について情報を整理したうえで、ゲーム依存に関する先行研究を概観し、その課題について論じた。初めに過去の様々なゲームの概念について整理しつつ、本研究の対象となるゲーム（ビデオゲーム）の概念について言及し、ゲームの国内外における普及状況について説明した。そのうえで、近年注目されているゲームの過剰使用に関連して生じる問題であるゲーム依存について、その構成概念や関連要因について、先行研究による知見を整理し説明した。具体的には、構成概念として認知的顕著性、コントロール不全、離脱症状、耐性、仕事/学校場面での葛藤、対人関係での葛藤などが多くの研究で共通して検討されていること（レビューとして King et al., 2013）、関連要因としては、性別、年齢の他に、孤独感や攻撃性、気質、抑うつや自殺リスクなど、様々な適応上の問題とも関連することが報告されている（e.g., Gaetan et al., 2014; Lemmens et al., 2009; MacGregor, 2014; Mevrouw & Griffiths, 2010; Scharkow et al., 2014）。

特に最近では、American Psychiatric Association が精神疾患の診断マニュアルである DSM-5（American Psychiatric Association, 2013 高橋・大野監訳 2014）で、インターネットゲーム障害を「今後の研究のための病態」として指摘し、診断基準案の提案を行っていたり、2019年に WHO も国際疾患分類である ICD-11 にゲーム障害の項目を正式認定するなど、ゲーム使用に関連して起こる問題を疾患として扱う傾向にあると言える（World Health Organization, 2019）。上記の動向を受けて、欧米を中心にますます多くのゲーム依存に関する研究が蓄積されてきている。

これまでの研究を概観することで、これまでのゲーム依存研究に関していくつかの課題が明らかとなった。具体的に大きく4つの課題があり、それぞれ1. 日本人を対象としたゲーム依存測定尺度が十分に整備されておらず、そのために国内で十分な研究の蓄積が行えていないこと、2. ゲーム依存と特に強い関連がある要因である抑うつや、その最も深刻な関連リスクである自殺との関連について国内で十分な検討が行われていないこと、3. ゲーム依存への介入法について学術的な検討が少ないこと、4. これまでのほとんどの先行研究では横断的な質問紙研究を行っており、具体的な依存プロセスや依存からの回復プロセスについて学術的な検討がほとんど行われていない、ことが明らかになった。これらの課題を解決するために、①日本人を対象としたゲーム依存尺度の開発とゲーム依存の実態把握、②ゲームと抑うつ、自殺リスクとの関連についての検討、③抑うつに着目したゲーム依存への介入可能性についての検討、④インタビュー調査を用いた依存プロセスの検討、の4つの実証研究を行った。

第2章では、3つの質問紙調査研究を通して日本語版ゲーム依存尺度の作成と、妥当性・信頼性の確認、ゲーム依存の実態把握を行った。尺度開発については、ゲーム依存度を測定する Game Addiction Scale 7-item version の日本語版の作成を行った。研究の結果、原版（Lemmens et al., 2009）との内容的等価性の他、内的一貫性、再検査信頼性、構成概念妥当性などが確認されたことから、作成した日本語版ゲーム依存尺度（GAS7-J）は十分な信頼性と妥当性を有する尺度であることが確認された。また、GAS7-J は7項目であり回答者への負担が少ない点、項目内容が DSM-5（American Psychiatric Association, 2013 高橋他訳 2014）の診断基準案におおむね類似している点、原版の英語版（Lemmens et al., 2009）の他に複数の言語で翻訳されており、今後の国際比較調査が可能な点など、複数の有用性を示すことから（レビューとして

King et al., 2020)、今後の研究でのさらなる活用が期待される。

さらに、日本人のゲーム依存の実態についても検討したところ、ゲーム依存の有病率については海外の先行研究（レビューとして Ferguson et al., 2011）と同等の値であった。また、ゲームの使用状況についても検討を行ったところ、調査対象者のほとんどがモバイル端末でのゲームプレイが主であることを報告しており、ゲームジャンルについてもクイズやパズルゲームといったカジュアルな内容を好んでプレイしていることが分かった。この傾向は Wijman（2018）や経済産業省（2013）の報告とも一致する。ゲームの流行は時代や文化によっても変化する可能性があることが報告されていることから（経済産業省, 2016; Smithers, 2019）、ゲーム使用状況の傾向の変化については把握しながら研究を進める必要がある。

第3章では、質問紙調査を通してゲーム依存の重大な適応上の問題である自殺リスクへの影響について検討を行った。影響のモデルについては、ゲーム依存と自殺リスクの直接的な関係だけではなく、先行研究への指摘（Stockdale & Coyne, 2018）を受け、性別や年齢の他、ゲーム依存や自殺リスクの関連要因の影響を統制するモデルを設定した。関連要因には、従来の自殺予防モデル（Hawton & Sanders, 2009）と、近年注目されている自殺の統合モデル（Joiner et al., 2009）を基に、抑うつと、自殺の対人関係理論の変数を含めた。さらに、自殺の対人関係理論（Joiner et al., 2009）では、自殺念慮と自殺企図にはそれぞれ影響する要因が異なることも指摘していることから、自殺リスクを念慮と企図に分けて分析を行った。加えて、ゲーム使用と自殺リスクの関連研究では、暴力的なゲームを使用することが自殺リスクを上昇されることも報告されており（Gauthier et al., 2014; Teismann et al., 2014）、本研究でも暴力的なゲームの使用を分析モデルに投入した。

分析の結果、ゲーム依存は抑うつが高い場合にのみ自殺念慮に影響することが明らかになった。先行研究（Ivory et al., 2017; Kim et al., 2017; Wenzel et al., 2009）で報告されているような自殺念慮への直接的な関連は認められず、ゲーム依存の効果は限定的だった。さらに、自殺企図への影響について分析した結果、自殺念慮が低く自殺潜在能力が高い場合にのみ、ゲーム使用時間の高さが自殺企図を説明した。以上のようにゲーム使用に関する変数については、暴力的なゲーム使用やゲーム依存は自殺企図を説明せず、ゲーム使用時間のみが部分的に自殺企図を説明していた。

第4章では、質問紙調査を通してゲーム依存への介入可能性について検討を行った。先行研究（Guillot et al., 2016）を基に、効果の有効性が示唆されている行動活性化療法（Wölfling et al., 2014）が抑うつの中核症状であるアンヘドニア傾向（快感消失）に影響することでゲーム依存を抑制するモデルを仮定し、検討を行った。分析の結果、行動活性化からゲーム依存への影響に関して、アンヘドニア傾向の完全媒介の間接効果が明らかになり、行動活性化療法のゲーム依存への介入可能性が確認された。しかし、第4章の研究は横断調査であることや、媒介効果についてもあくまで探索的な分析にとどまる点については留意する必要がある。行動活性化療法を含む認知行動療法を用いたゲーム依存やネット依存への介入は特に多く報告されており、近年効果のエビデンスは蓄積されてきてはいるものの、研究デザイン上の問題があることが指摘されている（レビューとして King et al., 2017）。今後より厳密な基準での介入研究の実施も必要である。

第5章では8名のゲーム依存経験者に対してインタビューを行い、得られた語りを質的に分析することでゲームへの依存プロセスと回復プロセスについて検討を行った。分析の結果、8名の語りから共通するゲーム依存関連経験を抽出し、それらを時系列順に並べることで依存プロセスの共通点について検討した。分析を通じてボトムアップ的に生成された枠組みである「ゲームとの関係」と「対人関係」の2次元図上に、8名それぞれの経験を布置することで依存プロセスのタイプを検討した。最終的に、依存プロセスは3つのタイプに分類され、それぞれ「ゲーム先行タイプ」、「不適応先行タイプ」、「低依存タイプ」と

命名した。全員のプロセスが3つのタイプのいずれかに当てはまっており、モデルに一定の適用可能性が確認された。

さらに、ゲーム依存経験者の語りから、ゲーム依存と関連要因の因果関係についても明らかにすることができた。孤独感や抑うつといった問題がゲーム依存に先行して生じているのか、ゲーム依存の結果として生じたのかについては、両方向の影響が認められた。基本的には個人内で両方のプロセスが生じる可能性があるが、前者は不適応先行タイプと低依存タイプに、後者はゲーム先行タイプに多く認められる関連だった。これらの知見は、3章、4章での研究や、これまでに行われてきた多くの先行研究の知見と組み合わせることで、将来生じる可能性の高い問題への予防や、適した介入法の選択を可能にできるかもしれない。

第6章の総合考察では、本論文の総括として第2章から第5章までの研究の要約を行い、総合的にゲーム依存について考察を行った。本論文では主に日本人の若者を対象としたゲーム依存を把握するため、量的研究、質的研究の双方の観点から研究を行い、量と質両方のデータに関する研究成果が得られた。量的研究では、妥当性・信頼性の確認された日本語版のゲーム依存度の測定尺度（GAS7-J）を開発した。質的研究では、ゲーム依存者の依存プロセスや復帰・回復プロセスを把握する2次元の枠組みと、そこからゲーム依存プロセスの3つのタイプを生成した。この測定尺度と枠組みは、日本でのゲーム依存を対象とする研究の基盤をつくり、今後の研究を活性化させうる知見だといえる。

以上、ゲーム依存に関連する実証的研究結果から、日本におけるゲーム依存の実態把握および適応との関係について、量的研究と質的研究の両方の観点から検討することができた。また一般サンプルと同時に、実際にゲーム依存と診断された対象者にも調査を展開し、それらの知見を統合的に検討することができた。しかしながら、ゲーム依存の研究の歴史は、特に日本では蓄積が浅いため、一部の研究については探索的なデザインを採用していることは留意しておかなければならない。今後さらなる蓄積を経て、ゲーム依存の研究が活発になることを期待する。