

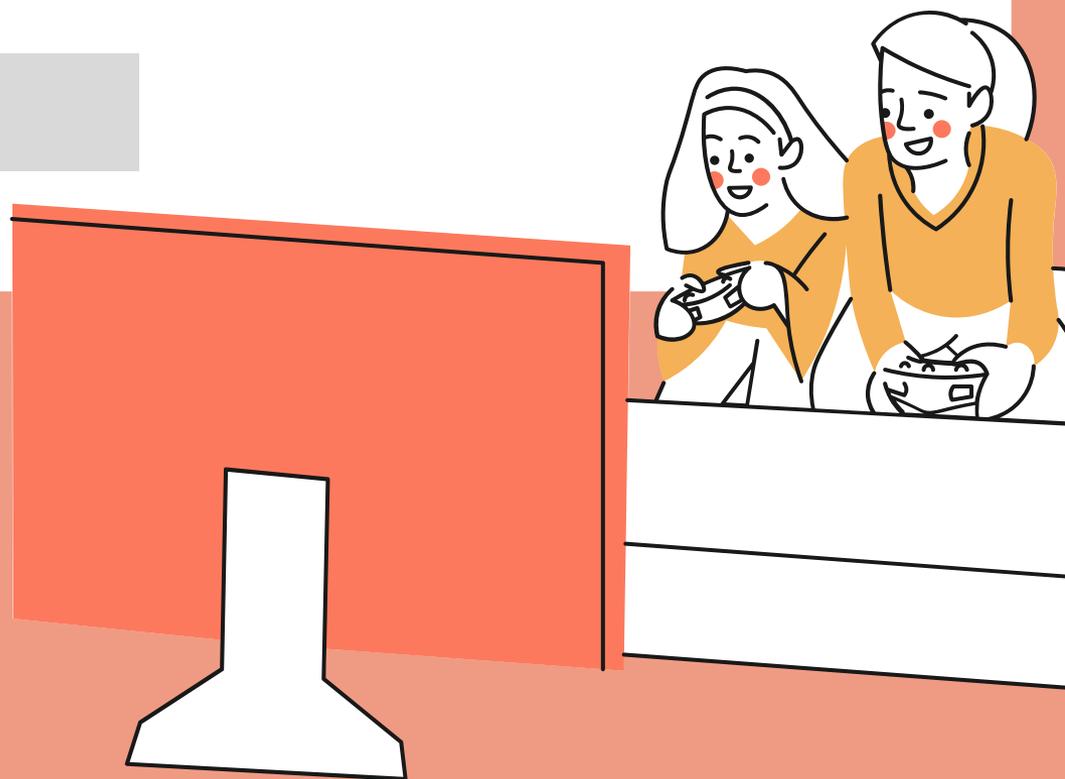
こども・若者に身近な依存

『ゲーム依存かも？』

と心配する前に周りの大人ができること

3 ゲーム行動症の実際

医療法人横田会向陽台病院
医師 比江島誠人
臨床心理士 公認心理師 辻翔太



概念の広がり

～「依存症」から「アディクション」へ～

- アディクション（嗜癖）とは？

→ 「わかっちゃいるけどやめられない」
不健康な習慣へののめりこみ

アディクションの種類

- **物質アディクション（物質嗜癖）**

→ アルコール、薬物など精神作用物質への、のめりこみ
※正式には、物質アディクションのみを「依存症」と言う

- **プロセスアディクション（行動嗜癖）**

→ ギャンブル、窃盗、性的行動、**ネット・ゲーム**
など、行動プロセスに、のめりこむ状態

- **人間関係へのアディクション（関係嗜癖）**

→ 恋愛、親子、夫婦間などで、相手との距離がとれず、
関係そのものに、のめりこむ状態

ゲーム行動症 (Gaming Disorder)

ICD-11「嗜癖行動症群」に分類

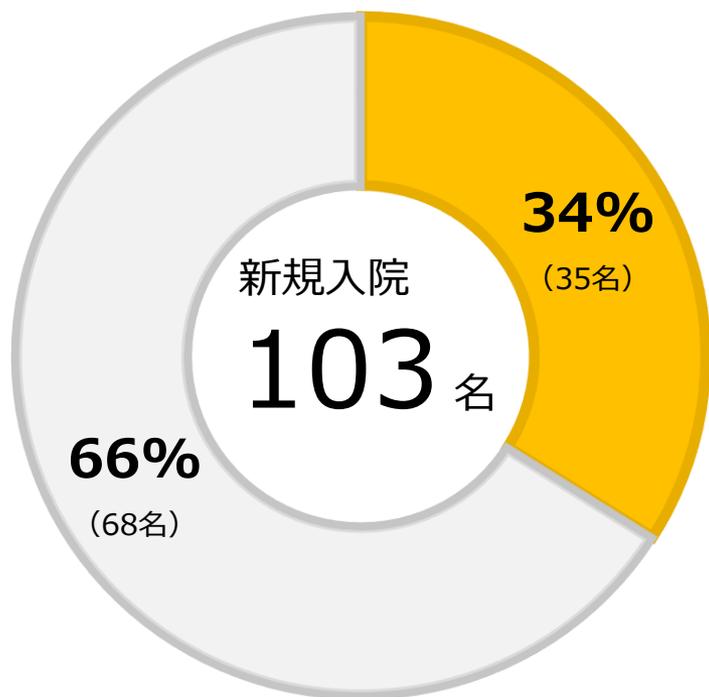
- ①ゲームの**コントロールができない**
(開始、頻度、時間、終了など)
 - ②日常生活やほかの関心ごとより
ゲームを優先させる
 - ③人間関係や健康状態に問題がおきても
ゲームを続ける／エスカレートする
- * 個人、家族、社会、教育、職業
または他の重要な機能領域において
重大な障害を引き起こしている

1年以上つづく または 重症な場合

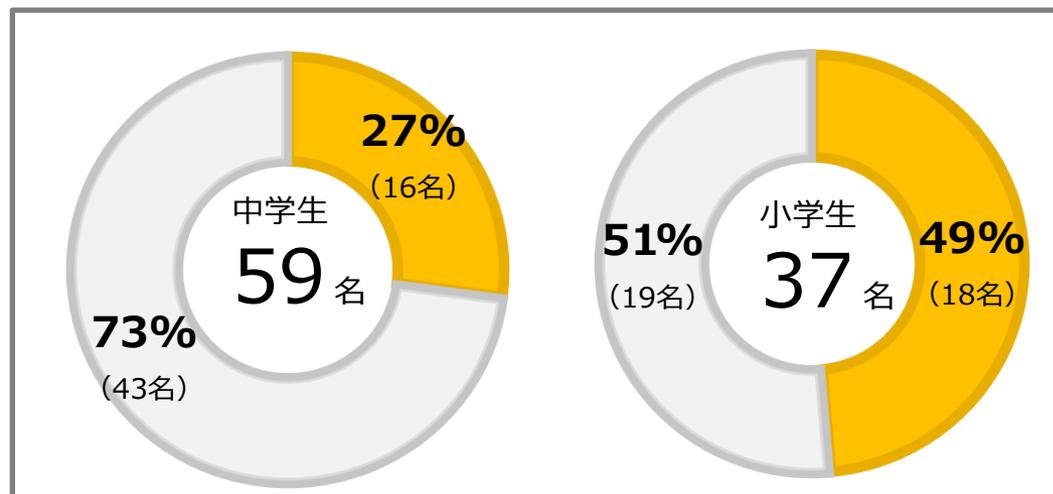
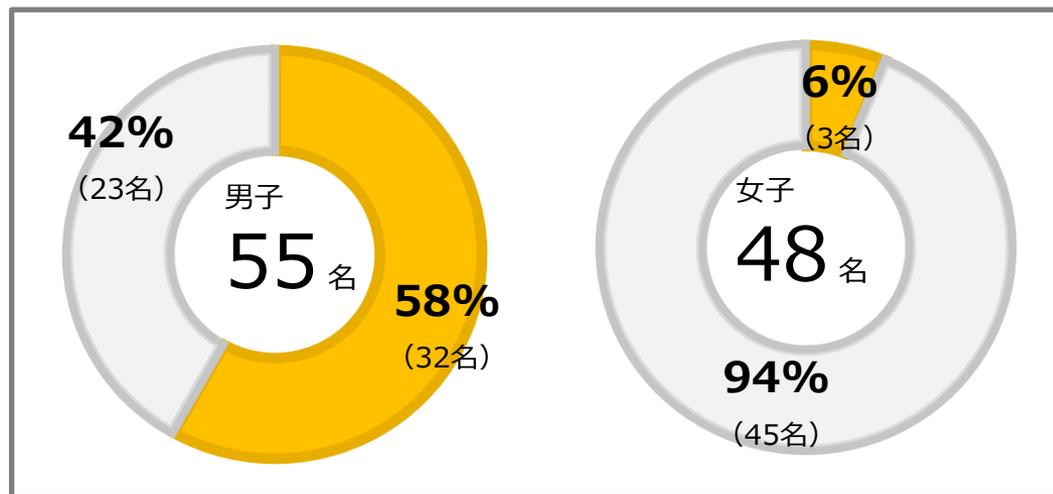


ゲーム関連入院 (2019年度)

向陽台病院の場合



- ゲーム問題あり
- ゲーム問題なし



入院前の状態

向陽台病院の場合



顕著な暴言・暴力



昼夜逆転



多額の課金・盗み



完全不登校

依存症の発生機序

快の体験

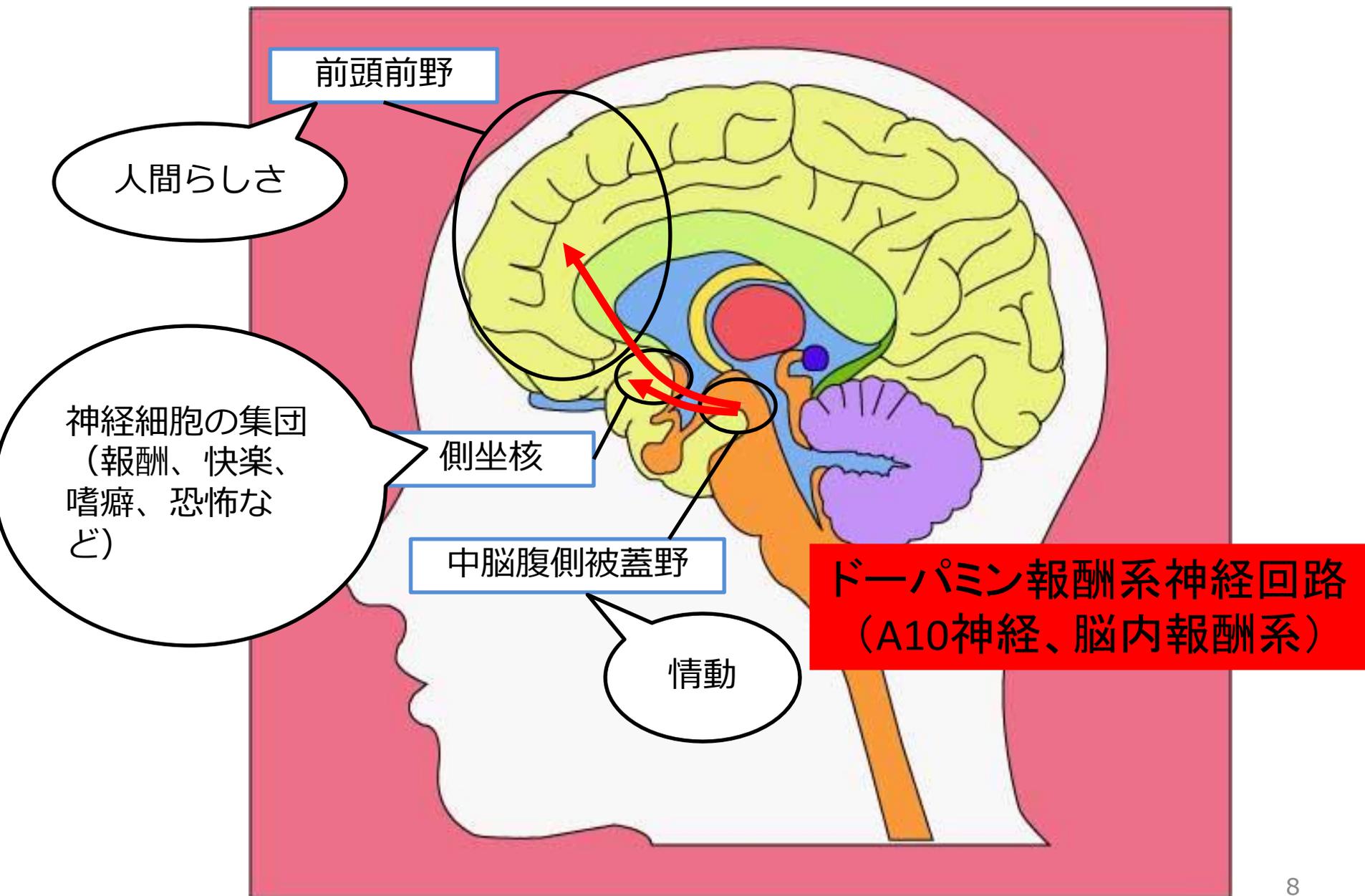
繰り返し

コントロールの
喪失

依存症

仮説) 脳内報酬系の異常
自己治療仮説

脳内報酬系の異常



脳内報酬系に異常が起これると？

前頭前野

人間らしさ

神経細胞の集団
(報酬、快樂、
嗜癖、恐怖な
ど)

- ・人工的なドーパミン放出に慣れ、アディクションがエスカレート。
- ・快感（の記憶）で頭が一杯になり、冷静な判断が困難になる。

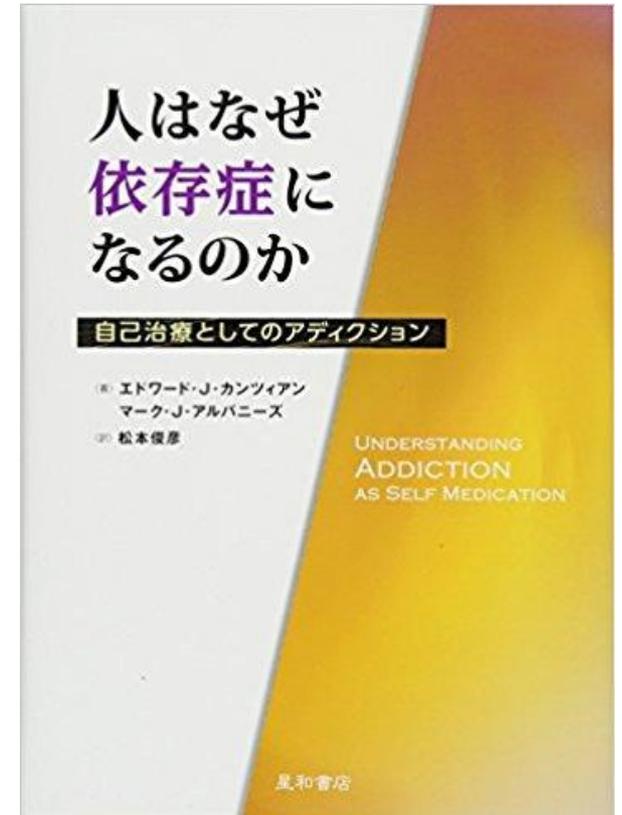
↓
脳のダメージであり、
意志や性格とは無関係

依存症の自己治療仮説

- 依存症の中心には、
「苦痛」 (生きづらさ)
がある

(Khantzian & Albanese, 2008)

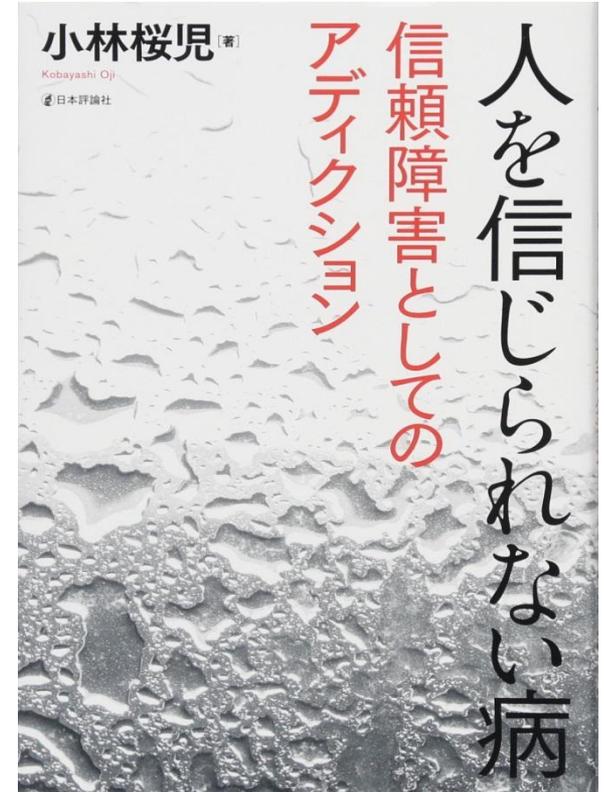
- つらい感情
- 自信のなさ
- 孤独・孤立
- つらい関係 等々…



依存症の信頼障害仮説

- 生きづらさを抱えているため、習得的な心理的孤立や対人不信を背景に、アルコールや薬物に頼ったストレス対処行動をとることが病態の本質である。

(小林, 2016)



基本的対応

- 敬意をもって接する
- 自尊感情を傷つけない
- コントロールしようとししない
- 正論、原則を押しつけない
- 「困っていること」「どうなりたいか」に焦点づけする
- 問題行動に囚われず信頼関係の構築に努める
- 必ず回復できることを自信をもって伝える
- 相談、治療継続の重要性を伝える（孤独にならない）

「困った人」ではなく「困っている人」

「困った人」と考えているうちは、目先の問題解決ばかりに目を奪われてしまう

★ 「困っている人」と捉え直すことで・・・

その人が困っていることや、ニーズに目が向いてくる
ニーズに応じていくことで信頼関係が生まれる
支援者も冷静にかつ温かく見守り、接することができる

具体的な対処

問題	対処
暴言をはかれる	何もしない。話さない。(話してもムダ) 「落ち着いたら話そう」程度にし、落ち着いている時に話す。
暴力をふるわれる	すぐに逃げる。離れる。警察に助けを求める。 事前に警察に相談しておく。
約束が破られる	守れない約束はしない。 約束したことは必ず実行する。
課金 (親の金をとる)	親の財布はしっかり管理。親のアカウントでゲームをさせない。クレジットの番号を登録しない。 金額が大きい場合は法律家に相談する。

具体的な対処

問題	対処
本人を相談機関や病院に連れて行きたい	まずは家族から相談に行く。 相談に行っていることは本人にも言う。 「私自身の相談」 無理には連れて行かない。 「連れて行ってあげても良い。」
依存症のリスクを本人にわかってもらいたい	やればやるほど逆効果。「タバコを吸うと肺癌のリスクがあがります」と言われても、タバコを吸う人は吸います。
家族が辛い	自分の時間を大切にする。 自分がまず専門家に相談に行く。

Addiction を Recovery に変えるのは Connection (つながり)

- 「孤立させない」地域社会と治療・支援体制の重要性
- 「安全に集まれる」居場所の重要性
- より長く、よりたくさんの方の支え手につなぎ、当事者が一人で悩まない「つながり」の制度・体制作りの重要性

ゲーム行動症の治療について

- 標準的治療として確立したものはまだない。
(従来の依存症に対する治療を応用したもの)
- 治療を受け入れる医療機関もまだ少ない。

★治療を始めている医療機関が重視しているのは…

- 人と一緒に過ごすことの楽しさ/心地よさを感じてもらう
- ネットやゲーム以外 (アナログな遊び、スポーツ、調理等) の楽しさ、やりがいを感じてもらう
- 自己効力感の回復

活弁上映ライヴ

2024年

8月5日(月)



10:30 ~ 上映会

11:00 ~ 活弁ワークショップ

11:30 終了

実際にやってみよう♪

【場所】 向陽台病院 デイケアリュミエール棟 活動室

【対象】 向陽台病院通院中の小学生～高校生

デイケア ヤコグループ

【費用】 無料



昔々、映画は活動写真(=動く写真)と呼ばれ、音がありませんでした。そのため日本の映画館ではスクリーンの横で活動写真弁士(かっつどうしゃしんべんし)が台詞などを語り、楽士(がくし)が音楽を奏でて上映しておりました。お客さんはライヴのように映画を楽しんでいたのです。現在でも日本で十数名が弁士として活弁上映を行っています。

山内 菜々子(やまうち ななこ)
無声映画鑑賞会に定期的に出演
するなど、幅広い世代に向けて
活弁上映を行っている。

＼お申し込みはこちら／

7月21日(日)締切

【お問い合わせ】

向陽台病院/096-272-7211

担当:村井、牧住、長尾



あふきゃん@くまもと
2024

BY CHIEKO AND ARIEUCHI GRIFF
OFFLINE CAMP IN SUMMERS

今年もやるばい!

リアルしか勝たん!

ネットの世界もゲームの世界もいいけれど、たまには阿蘇の大自然の中でリアルでステキな2日間をすごしてみませんか?

日程
2024 **9/14** **9/15**

場所 **国立阿蘇青少年交流の家**

対象 **小学4年生～高校生** 費用 **5,000円**

お申し込み

申し込み締め切り

7月17日(水)



当日までの流れ

- 第1回 事前説明会
8月9日(金)
- 第2回 事前説明会
8月23日(金)

保護者は説明会
子どもたちは顔合わせ
事前説明会への参加が難しい場合は、
個別にスタッフがご説明します。



焚き火でマッシュマロ



当日のスケジュール

9/14 土

- 9:00 向陽台病院・希望ヶ丘病院 集合
- 11:15 国立阿蘇青少年交流の家 着
- 11:30 アイスブレイク
- 12:20 昼食
- 13:20 開会式
- 14:00 リアル脱出ゲーム
- 18:00 夕食
- 19:00 焚き火
- 20:30 入浴
- 21:30 消灯(テント泊)

9/15 日



- 6:30 起床
- 7:30 朝食
- 9:00 野外調理(カレー)
- 13:30 閉会式
- 14:00 国立阿蘇青少年交流の家 発
- 15:45 向陽台病院・希望ヶ丘病院 着
- <保護者> ※希望者のみ
- 10:00 親の会
- 11:30 昼食(実費負担あり)



大自然の中でテント張り



NO GAME, NO LIFE NO REAL, NO LIFE

※集合・解散は病院と現地から選べます。
※学生ボランティアやメディア取材が入ることがあります。