

改善したケース

ゲーム・スマホ依存 特徴と対処法

今回は当センターを受診し、改善していったケースを紹介します。A君は受診時17歳、男性。ゲーム好きで、小学校入学前からオンラインゲームをよくしていました。中学からオンラインゲームをするようになり、ゲーム時間も延びていきましたが、何とか学校には行けていました。高校ではシューティングゲームにはまり、昼夜逆転傾向に。遅刻や欠席が多く、登校できずたとしても授業中は寝ていることが多かったようです。

国立病院機構久里浜医療センター院長

樋口 進

のランキングはかなり上位で、プロゲーマーのチームに所属するようになり、賞金が出るゲーム大会などに参加していました。家族は学校に行かない本人に対して、厳しく注意していました。

しかし、後のA君の話では、高校2年以降、友人の裏切りに遭ったりして、友人関係がかなりギクシャクしていたとのことでした。また、自宅では自分の気持ちを理解してもらえず、両親から一方的に責められて、うつ状態になってい

- 7 -



通常の外来診療だけでは、改善が乏しいと判断し、本人、両親、カウンセリング担当の心理士に参加してもらい合同面接を複数回開きました。

そこで本人の思っていることが明らかになりました。うつで苦しんでいること。本当は大学で法律を勉強したいこと。ゲームは続けたいが、まずは遅れている勉強を優先したいことなど。その後、家族で話し合い、浪人して大学を受験することが決まり、現在、その方向に動いています。

当センター受診後の心理検査では、うつ病や心的外傷後ストレス障害（PTSD）の傾向が明らかになりました。

彼は、なぜゲームから離れようと思ったのでしょうか。彼の返答は「ゲーマーでは将来が危うい。大学を卒業してゲームをしたかったら再開する」とのことでした。

合同面接で本人の思い確認

