

IGDT-10(10 問版インターネットゲーム障害テスト)

ゲームについての以下の文章をお読みください。このアンケートで使われている「ゲーム」とは、オンラインやオフラインなどを含めたすべてのビデオゲームのことです。以下のそれぞれの質問が、過去12ヵ月間、どの程度、そしてどれくらい頻繁に、あなたに当てはまるか、0～2（0 = 全くなかった、1 = ときどきあった、2 = よくあった）から選んで○をつけてください。

	全くなかった	ときどきあった	よくあった
1. ゲームをしていないときにどれくらい頻繁に、ゲームのことを空想したり、以前にしたゲームのことを考えたり、次にするゲームのことを思ったりすることがありましたか。	0	1	2
2. ゲームが全くできなかつたり、いつもよりゲーム時間が短かったとき、どれくらい頻繁にソワソワしたり、イライラしたり、不安になつたり、悲しい気持ちになりましたか。	0	1	2
3. 過去12ヵ月間で、十分ゲームをしたと感じるために、もっと頻繁に、またはもっと長い時間ゲームをする必要があると感じたことがありますか。	0	1	2
4. 過去12ヵ月間で、ゲームをする時間を減らそうとしたが、うまく行かなかつたことがありますか。	0	1	2
5. 過去12ヵ月間で、友人に会つたり、以前に楽しんでいた趣味や遊びをすることよりも、ゲームの方を選んだことがありますか。	0	1	2
6. 何らかの問題が生じているにもかかわらず、長時間ゲームをしたことがありますか。問題とはたとえば、睡眠不足、学校での勉強や職場での仕事がかどらない、家族や友人と口論する、すべき大切なことをしなかつた、などです。	0	1	2
7. 自分がどれくらいゲームをしていたかについて、家族、友人、または他の大切な人によられないようにしようとしたり、ゲームについてそのような人たちに嘘をついたことがありますか。	0	1	2
8. 嫌な気持ちを晴らすためにゲームをしたことがありますか。嫌な気持ちとは、たとえば、無力に感じたり、罪の意識を感じたり、不安になつたりすることです。	0	1	2
9. ゲームのために大切な人間関係をあやうくしたり、失つたことがありますか。	0	1	2
10. 過去12ヵ月間で、ゲームのために学校での勉強や職場での仕事がかうまくできなかつたことがありますか。	0	1	2

採点：DSM-5 の診断項目の評価のためには、以下のように各項目の回答を二つ分けます。「全くなかった」と「ときどきあった」の回答は基準を満たさないと評価され(0点)、「よくあった」は基準を満たすと評価されます(1点)。

重要：質問9、10は同じ診断項目を二つに分けて聞いています。すなわち、質問9または10のどちらか、または両方が「よくあった」場合に、1点となります。

評価：5つ以上の診断項目が満たされる場合(5点以上)、DSM-5の「インターネットゲーム障害」と見なされます。

原典) Király O et al. Addictive Behavior, 2017.

翻訳) 久里浜医療センター