

インターネット依存度 スクリーニングテストの種類

ネット依存のスクリーニングテストで利用されている代表的なものをご紹介します。

●IAT(Internet Addiction Test)

インターネットの依存度をはかるテストはいくつかありますが、世界的に最も用いられているのは「インターネット依存」の概念を提唱したピッツバーグ大学のキンバリー・ヤング博士が作成したInternet Addiction Test (IAT)です。

Internet Addiction Test (IAT)は、20の質問に関して、5段階で回答する自己診断テストで、その合計点でネット依存の度合いをはかるものです。

IATは、多くの調査に用いられ、事実上のネット依存度をはかる標準的な指標となっています。

●Diagnostic Questionnaire (DQ)

Diagnostic Questionnaire (DQ)もキンバリー・ヤング博士が作成したスクリーニングテストです。8の質問に答える簡単な自己診断で、5項目に当てはまった場合に依存症の危険性を警告するものとなっています。

●K-スケール

韓国で開発されたネット依存尺度を測るテスト、「Kスケール」です。15個の設問に対して、選択肢は4個(「全くあてはまらない」「あてはまらない」「あてはまる」「非常にあてはまる」)各項目の回答には1～4点が設定されており、その合計点に応じてネット依存度を判断します。

●IGDT-10

アメリカ精神医学会の疾病分類DSM-5の「インターネットゲーム障害」に当てはまるかを簡易的に調べることができます。「ゲーム」とは、オンライン、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。過去12ヶ月間で3段階のどれに当てはまるか選んでください。