



特集にあたって

企画 今村 明^{1,2)} 協力 金生由紀子³⁾

現代の若者は、生まれながらにしてデジタル機器に囲まれて生活しており、「デジタルネイティブ世代」と呼ばれる。若者の生活では YouTube や TikTok などのソーシャルメディアによる動画や、X や Instagram などのソーシャル・ネットワーキング・サービス (SNS) による人とのつながりは欠かすことのできない状態となっている。新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) パンデミック以降、情報のパンデミック (info-demic) も続いており、基本的欲求として、食欲、睡眠欲、性欲とともに情報欲があり、ネットから得られる情報により安心安全の欲求・所属欲求・承認欲求が満たされる。逆にこの情報欲が満たされない情報飢餓、情報への渴望、情報アディクションを生じることとなる。

現代社会ではインターネット、スマートフォンの普及により、外出せずにギャンブルや買物 (アルコール飲料や市販薬なども) を行える状況となり、新たな形態のアディクションがみられている。オンラインゲームやメタバースを活用したライブイベントでは、仮想現実が現実世界のリアルさを超えることとなり、若者たちの中ではリアル世界とバーチャル世界の重要度の逆転が起こっている。スマートフォンは最重要インターフェイスであり、心と体の一部と感じられるようになっているが、一方でスマートフォン過剰使用による睡眠障害、視力低下・内斜視、難聴、脳疲労、認知機能低下なども問題となっている。

家庭や学校での「居場所」がみつからない若者たちは、ネット上でのつながりや都会の特定の場所での自然発生的なつながりから、少年非行の方向へ流れていくケースも多い。一方で SNS やオンラインゲームが唯一の「居場所」となっている若者たちも存在し、近年ではオンライン相談 (人対人、人対生成 AI) もさまざまな形で開設されており、ネットが「セーフティネット」として機能している場合もある。

このように現代カルチャーによって、若者たちをとりまく環境に変化が起こっており、彼ら/彼女らのメンタルヘルスの在りようも変化しつつある側面と変化しない側面が両方存在する。今回の特集を通じて、日常臨床でこのような若者たちの心の世界に対する理解が進み、より充実した支援・治療が行われるようになることを期待する。

1) 長崎大学生命医科学域保健学系作業療法学分野 (☎ 852-8520 長崎県長崎市坂本 1-7-1)

2) 長崎大学子どもの心の医療・教育センター

3) 東京大学大学院医学系研究科こころの発達医学分野/本誌編集委員