

令和 5 年 6 月 25 日現在

機関番号：34514

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2020～2022

課題番号：20K02897

研究課題名（和文）ネットやゲーム依存の児童生徒に実施するキャンプ療法の効果測定とプログラム開発

研究課題名（英文）Measuring the effectiveness of camp therapy for children addicted to the Internet and games and developing a program for them

研究代表者

金山 健一（Kanayama, Kenichi）

神戸親和女子大学・教育学部・教授

研究者番号：80405638

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,200,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、「ネットやゲーム依存の児童生徒に実施するキャンプ療法の効果測定とプログラム開発」である。ネット・ゲーム依存の対応を、医療モデルによる治療ではなく、教育モデルによるキャンプ療法での改善方法の確立を目指した。一般的な医療モデルとは、対象が個々の患者で、医師が投薬治療や心理療法をする。本研究の教育モデルとは、対象が集団で大学生ピアサポーターが、リアルな体験活動やカウンセリングを実施するモデルである。教育モデルのキャンプは、日常生活、寝る時間、イライラする、保護者との関係、学校生活、学校への登校、成績や勉強、ネット利用時間、ネットへの課金、心の状況で、一定の成果を確認できた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

「ネット・ゲーム依存のキャンプ療法」の論文は少なく、この分野の研究は萌芽期である。2018年、厚生労働省は病的なネット依存が疑われる中高生が5年間で52万人から93万人に急増したと発表した。それは中高生全体650万人の7人に1人が当たるが、有効な対応方法、改善プログラムの確立はできていない。2018年、世界保健機関（WHO）は、日常生活に支障をきたすゲーム依存症を「ゲーム障害」と認定し、日本ばかりでなく世界的な社会問題となった。本研究によりネット・ゲーム依存の教育モデルのキャンプ療法を確立し、他の教育機関でも活用できるプログラム開発により、青少年の健全育成に寄与することを最終的な目的とする。

研究成果の概要（英文）：This research aims to measure the effectiveness of camp therapy for children addicted to the Internet and games and to develop a program for them. We attempted to establish a method for improving Internet and game addiction through camp therapy based on an educational rather than a medical model. The general medical model targets individual patients with doctors administering medication and psychotherapy. The educational model of this research targets groups in which university-student peer supporters provide real-experience activities and counseling. The educational model camp focuses on daily life, sleep time, irritable feelings, relationship with parents, school life, school attendance, grades and studies, internet usage time, internet billing, and mental conditions. The camp confirmed a specific level of satisfactory results.

研究分野：学校心理学

キーワード：ネット依存 ゲーム依存 児童生徒 キャンプ療法 教育モデル ピアサポート 効果測定 縦断的研究

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

I 問題と目的

(1) 研究の目的

本研究の目的は、「ネットやゲーム依存の児童生徒に実施するキャンプ療法の効果測定とプログラム開発」である。この研究により、ネットやゲーム依存に直面している児童生徒の依存改善へのアプローチ方法の確立を目指し、キャンプ療法の汎化モデルの提案をする。

2018年、厚生労働省は病的なネット依存が疑われる中高生が5年間で52万人から93万人に急増したと発表した。それは中高生全体650万人の7人に1人が該当する計算となるが、有効な対応方法、改善プログラムの確立はできていない。2018年、世界保健機関(WHO)は、日常生活に支障をきたすゲーム依存症を「ゲーム障害」と認定し、世界的な社会問題となった。

そこで、本研究では、ネット・ゲーム依存の子どものキャンプ療法を確立し、青少年の健全育成に寄与することを最終的な目的とする。

(2) 「ネット・ゲーム依存のキャンプ療法」の研究動向

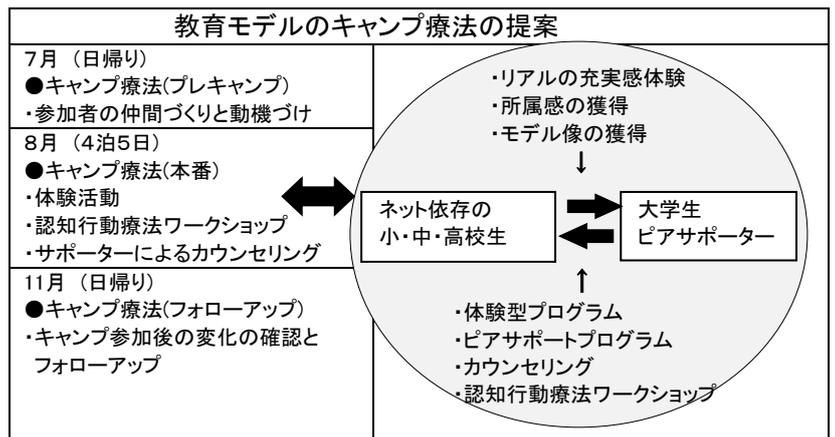
2022年9月現在、サイニーの論文・書籍検索は「ネット依存」708件、「ゲーム依存」197件、「ネット・ゲーム依存のキャンプ療法」は僅か7件と、この分野の研究はまだ萌芽期であるといえる。ネット依存に対するキャンプ療法は、2014年、日本で初めてネット依存外来を始めた国立病院機構久里浜医療センターが実施した。当医療センターの中山(2015)は、インターネット依存はうつ病や不安性障害など精神疾患を合併することが多いという。

一般的な医療モデルとは、対象が個々の患者で医師が投薬治療や心理療法をする。教育モデルとは、対象が集団で大学生ピアサポーターが、リアルな体験活動やカウンセリングを実施する。

(3) 「ネット・ゲーム依存のキャンプ療法」の必要性

申請者の金山・竹内(2010)は、中学生の携帯電話依存がライフスタイル・ストレス反応に影響を与えることや、携帯電話依存といじめに関係性があることを示した。金山・竹内(2016・2017)は、ネット・ゲーム依存の児童生徒のキャンプ療法を実施した。参加した児童生徒は、依存の他にも学校や家庭の問題を抱えており、教育モデルでの対応の必要性を確認した。

教育モデルのキャンプ療法では、大学生が参加者の児童生徒に対して、体験型プログラム、ピアサポートプログラム、カウンセリング、認知行動療法ワークショップを実施する。参加者の児童生徒は、リアルな充実感体験・所属感の獲得、モデル像の獲得をして、ネット・ゲーム依存からの改善を目指す。



II 方法

(1) 目的

ネットやゲーム依存の児童生徒に実施するキャンプ療法の効果測定とプログラム開発である。

(2) 調査協力者

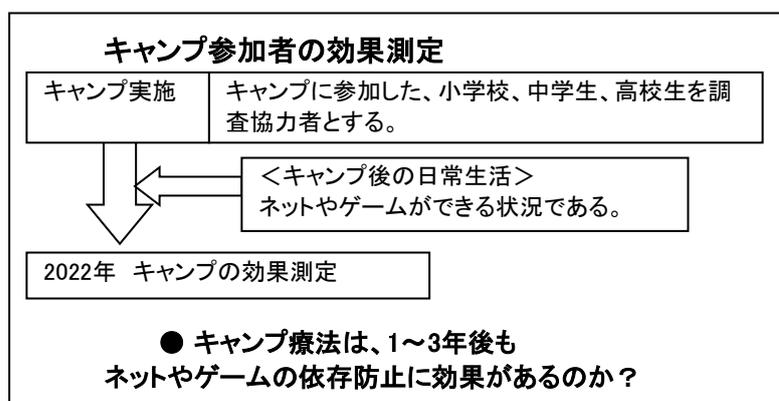
キャンプに参加した、ネットやゲームに依存している小学生、中学生、高校生と、その保護者。

(3) 調査時期

調査は、年度毎のフォローアップキャンプ（11月）時と、2022年12月に実施した。

(4) 質問紙調査（研究Ⅰ）

質問紙調査は、児童生徒とその保護者を対象とし、10項目である。10項目は、①日常生活、②寝る時間、③イライラする、④保護者との関係、⑤学校生活、⑥学校への登校、⑦成績や勉強、⑧ネット利用時間、⑨ネットへの課金、⑩心の状況である。各質問は、「改善しなかった」「あまり改善しなかった」「少し改善した」「改善した」の4件法で実施した。



(5) インタビュー調査（研究2）

インタビュー調査は半構造化面接法で実施し、大学生ピアサポーターが児童生徒を担当し、大学教員は保護者を担当した。インタビュー内容をカテゴリー化し、質的研究法で分析した。

Ⅲ 結果と考察

研究Ⅰ （質問紙調査）

(1) アンケート調査の実施状況

キャンプに参加した参加者児童生徒33人、その保護者42人から回答を得た。アンケートは、キャンプに参加したその直後と、2022年12月の2回実施した。例えば、2019年8月のキャンプ参加者は、2019年11月のフォローアップキャンプ（キャンプ直後）と、2022年12月（現在の2回、アンケートを実施した。

本キャンプ 8月	キャンプ後の 日常生活	フォローアップ キャンプ（11月） アンケート1回目	キャンプ後の 日常生活	本研究での アンケート実施 アンケート2回目
2019年	3カ月間	2019年11月	3年間	2022年12月
2020年	3カ月間	2020年11月	2年間	2022年12月
2021年	3カ月間	2021年11月	1年間	2022年12月

(2) キャンプに参加した、児童生徒とその保護者が認知した改善率

参加した児童生徒のアンケートは4件法で、「1. 改善しなかった」「2. あまり改善しなかった」「3. 少し改善した」「4. 改善した」である。改善率は、「3. 少し改善した」「4. 改善した」の合計の割合で示した。保護者アンケートの改善率は、参加した児童生徒の改善率と同様に、「3. 少し改善した」「4. 改善した」の合計の割合で示した。

キャンプに参加した児童生徒の改善率は、次の通りである。①日常生活では、キャンプ直後81.3%、現在81.8%、同様に、⑨ネットへの課金では、キャンプ直後80.0%、現在81.3%と改善効果が示された。

キャンプに参加した児童生徒の保護者が認知した改善率は、⑩心の状態では、キャンプ直後90.5%、現在78.6%、④保護者との関係では、キャンプ直後78.0%、現在76.2%と改善効果が示された。

キャンプに参加した、児童生徒とその保護者が認知した改善率（％）

アンケート 改善率（％）	児童生徒が認知した改善率		保護者が認知した改善率	
	1回目 キャンプ直後	2回目 現在	1回目 キャンプ直後	2回目 現在
① 日常生活	81.3%	81.8%	68.3%	64.3%
② 寝る時間	62.5%	66.7%	57.5%	56.1%
③ イライラする	62.5%	81.8%	70.0%	81.0%
④ 保護者との関係	78.8%	81.8%	78.0%	76.2%
⑤ 学校生活	63.6%	75.8%	56.1%	66.7%
⑥ 学校への登校	64.5%	84.8%	64.1%	78.0%
⑦ 成績や勉強	48.5%	57.6%	33.3%	47.6%
⑧ ネット利用時間	68.8%	60.6%	37.5%	42.5%
⑨ ネットへの課金	80.0%	81.3%	62.9%	71.8%
⑩ 心の状態	71.4%	86.4%	90.5%	78.6%

(3) キャンプに参加した児童生徒

キャンプに参加した児童生徒へのアンケート結果からは、高い改善効果と、長期的な継続効果が確認できた。参加した児童生徒の回答では、①「日常生活」、③「イライラする」、④「保護者との関係」、⑥「学校への登校」、⑨「ネットへの課金」、⑩「心の状態」の各項目について、キャンプ参加直後または現在のいずれかで、80%以上の改善率を示した。また、これらの項目では、キャンプ参加から時間が経過した現在でも高い改善率を維持しており、改善効果が長期間にわたることが確認できた。

参加者の回答から、④「保護者との関係」と他の項目との関係を見ると、キャンプ直後と現在で共通して、多くの項目と相関がみられる。保護者との関係の改善が、生活全体の改善につながる重要なキーとなっていることが推察された。

(4) キャンプに参加した児童生徒の保護者

保護者の回答では、参加者の回答と比較して、全体的に改善率が若干低いが、保護者は我が子への期待感があるため、参加者本人の実感よりも厳しい評価となっているのではないかと考える。多くの項目で、キャンプ参加後に「改善した」「少し改善した」という回答が過半数を占めており、参加者回答の集計結果と同じく、現在も改善率を維持している項目が多い。

研究Ⅱ（インタビュー調査）

(1) 参加者と保護者との関係の変化に関するインタビュー調査

<p>(参加者回答)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族とよく話すようになった ・コミュニケーションの頻度が増え、険悪な雰囲気になることが減った ・ケンカではなく、話し合いをするようになった ・嫌なことは嫌だと初めて言えた
<p>(保護者回答)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・笑顔で会話することが増えた ・子どもに対して肯定的に接することができるようになった ・お互いに許容範囲が広がり、いろいろな話ができるようになった

- ・イライラが減り、話し合いができるようになった
- ・以前より思ったことを伝えてくれるようになり、共感できることが増えた

家族とのコミュニケーションの改善が読み取れる回答が多く見られた。 キャンプに参加したことによる参加者自身と保護者双方の心境の変化が、関係の改善につながっていると思われる。

(2) キャンプでのペアレントトレーニングに関するインタビュー調査

- ・できないことを指摘するよりできたことを褒めるように努力している
- ・子どもに対して、長期的な目で見られるようになった
- ・子どもが話しかけてきたときに、しっかり話を聞くように心がけている
- ・子どもも苦しんでいるということが感じられるようになった
- ・本人の頑張りを自然に褒められるようになった
- ・黙って見守られるようになりたいと思うようになった
- ・子どもを信じて待ってみようと思えるような心のゆとりが少しできた

キャンプ中に実施した、保護者対象の「ペアレントトレーニング」を受けて子どもへの関わり方や考え方の変化が読み取れることから、参加者の変化だけでなく、保護者プログラムによる保護者自身の心境の変化が高い改善率につながっていると考えられる。

このような保護者の心境の変化が、参加者の生活改善の長期的な維持や向上につながっているのではないかと考えられることから、キャンプ実施に際しては、保護者プログラムを一体的に実施することが非常に有効であると推測できる。

(3) 参加者自身の変化に関するインタビュー調査

- ・宿題をやろうと思うようになった
- ・将来の夢が明確に分かり、資格をとるためには勉強をしないといけないと感じた
- ・自分もこんな大学生になりたいと思った。受験勉強を頑張りたい

勉強に対してキャンプ参加前よりは前向きに取り組もうとしている姿がうかがえるが、成績の向上にはつながっていないという現状がある。

本研究の成果

児童生徒がリアル社会で抱えている問題や参加者の課題・個性などが背景となり、ネット問題として現われているケースが多く見られることが確認できた。参加者が人とのつながりを通じて、リアルの充実を感じながら日常生活をふりかえるなど、改善のきっかけとなるプログラムを一定程度の確立できたと推測できた。過去参加者、保護者を対象にしたアンケート調査の結果から、キャンプの有効性や、保護者へのペアレントトレーニングの重要性などが確認できた。

本研究の課題

ネット問題の背景には、参加者がリアルな社会で抱える様々な問題が原因となっている場合もある。改善のためには、参加者本人だけでなく、家族に対して変化を促す働きかけが必要であるが、困難なケースが多く有効な対応方法の検討が必要である。研究では、参加者の経年変化を追跡し、検証することにより、キャンプ療法の有効性の検証が必要である。今後は、本研究で得た知見に基づく新たなプログラム開発の汎化モデルを提言し、青少年の健全育成に寄与したい。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計4件

1. 著者名 伊東真里、大島剛、金山健一、渡邊由己	4. 発行年 2021年
2. 出版社 サイエンス社	5. 総ページ数 208
3. 書名 読んでわかる臨床心理学	

1. 著者名 金山健一	4. 発行年 2020年
2. 出版社 ほんの森出版	5. 総ページ数 4
3. 書名 子どもたちの話し合いによるスマホ等の利用ルールづくり	

1. 著者名 金山健一	4. 発行年 2022年
2. 出版社 ぎょうせい出版	5. 総ページ数 16
3. 書名 教師とSCのためのカウンセリング・テクニック2	

1. 著者名 金山健一	4. 発行年 2022年
2. 出版社 学事出版	5. 総ページ数 6
3. 書名 夏休みのスマホ・ゲーム	

〔産業財産権〕

〔その他〕

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	竹内 和雄 (Takeuchi Kazuo) (10639058)	兵庫県立大学・環境人間学部・准教授 (24506)	プログラム共同開発
研究分担者	栗原 慎二 (Kurihara Sinji) (80363000)	広島大学・人間社会科学研究科(教)・教授 (15401)	アドバイザー

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------