

実践報告 ネット・ゲーム依存傾向が一つの要因で 不登校になったAへの支援記録と考察

～精神科医小林桜児の「信頼障害仮説」を踏まえて～

本間 史祥（青森市公立中学校教諭）
子どものネットリスク教育研究会

概要：中学校の不登校生徒数（傾向）は年々増加傾向にあり、その原因は決して単一ではないが、樋口⁴⁾は子どもに関わる様々な問題の陰にネット依存症が隠れているケースを報告している。そこで、本研究では、筆者が2年間担当したネット・ゲーム依存傾向が一つの要因で不登校になった生徒Aへの支援記録をベースに、ネット・ゲーム依存傾向からの脱却の支援の方法について考察することを目的とした。その支援の原則は、精神科医である小林桜児が提唱する「信頼障害仮説」を参考にした。対象生徒に家族・学校で理解を共有しながら、支援し続けたことにより、学校への復帰を果たすことができた。支援記録を考察した結果、様々な立場の人が連携して、Aとの信頼関係構築を構築し続けたこと、Aの周りの環境調整に努め、受け入れ環境をし続けたことが不登校、ネット・ゲーム依存傾向からの脱却へとつながったと考えられる。本実践はあくまでも一事例であり、効果を科学的に検証したものではないため、今後、ネット・ゲーム依存傾向が一つの要因で不登校になった事例とその支援方法について、実践事例を集めて、検証していくことが必要である。

1 はじめに

文部科学省の「平成30年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸問題に関する調査結果」¹⁾によると、中学校の不登校生徒数は156,006人その内、病気・経済的理由を除いた不登校生徒数は119,687人である。これは在籍数に対して3.6%で、中学生の27人に1人の割合で不登校生徒が存在する。また、調査を開始した平成3年度から年々増加しており、平成14年度から平成24年度までは一時的に減少したものの、その後また増加している。特に中学校は急激な増加傾向にあり、平成29年度からの増加率は9.8%である。日本財団の調査²⁾では、教室外登校（学校には行くが、教室には行かない）、部分登校（基本的には教室で過ごす、

授業に参加する時間が少ない子ども）など不登校傾向の中学生は、約33万人に上ることを明らかにした。

不登校の原因³⁾は決して単一ではなく、「学校の問題」「家庭の問題」「子ども自身の心の問題」など様々な要素が影響を与えている。樋口⁴⁾は不登校やひきこもり、いじめ、家庭内暴力などの子どもに関わる様々な問題の陰にネット依存症が隠れているケースが多いことを述べ、ネット・ゲームの過剰使用から不登校に陥った事例を紹介している。不登校になったからネット・ゲームに依存してしまったのか、ネット・ゲームに依存したから不登校になったのか、その因果関係については、学術的に断定することはできないが、本人あるいは支える家族にとって、

ネット・ゲームに過度に依存し、家庭生活や社会生活が機能していない事実は重要な問題である。

ネット・ゲーム依存の回復について、樋口⁴⁾は、認知行動療法や運動療法などを紹介し、健康的な活動を増やしていくことの大切さを述べ、また、家族の関わり方や家族と一緒に取り組むことも重要であると指摘している。また、岡田⁵⁾は、ネット依存と覚せい剤依存の治療の難しさは変わらない、覚せい剤依存や有機溶剤依存の治療にはそれなりの歴史があり、どちらも根底にある問題や回復過程は基本的に同じであると述べている。他の依存症のノウハウを生かすことによって、医学的なアプローチで解決に至る事例も報告されている。

さて、子どもの生活の基盤は、家庭生活と学校生活である。学校生活における生徒指導や学習指導の充実、対人関係能力の育成等が不登校の予防や改善につながると考えられる。樋口⁴⁾は依存の問題を考える最も重要なキーワードは「現実逃避」であることを述べ、依存症の背景にはつらさや虚無感などから逃れるための行為が依存につながっていると考えられると指摘している。現実世界の充実が不登校の改善やネット・ゲーム依存の回復に効果的であると考えながら、教育の臨床を研究フィールドにした先行研究は、管見の限り見当たらない。

そこで、本稿は、筆者が担当した不登校、ネット・ゲーム依存傾向の生徒が学校に復帰するまでの本人及び家庭への支援の記録をベースに、ネット・ゲーム依存傾向からの脱却の支援の方法について考察することを目的とした。

支援の原則は家庭と学校が連携し、指導の方針を家族・学校で理解を共有しながら、対応してきたことであり、その対応の基本

方針は信頼関係構築を第一においてきたことである。また、支援の原則の参考として、精神科医の小林桜児の「信頼障害仮説に基づく依存症回復のプロセス」を取り上げた。

小林の信頼障害仮説⁶⁾⁷⁾とは、小林自身の精神科医としての臨床経験から、薬物やアルコール依存に陥った人の成育歴を丁寧に分析し、本人の意志の弱さやだらしなさではなく、何らかの生きづらさが先行し、それに伴って早い段階から家庭や学校に居場所を失うか、居場所があっても我慢と努力を続けなければ周囲に見捨てられてしまうという不安を抱えることで、やがて依存患者たちは他者に頼れなくなり、アルコールや薬物という「物」の薬理効果に頼る方法にしがみつこうようになっていくことである。また、薬物・アルコール依存が深刻化する一因として、小児期の逆境体験や様々なストレスから周りの人間への不信感が生まれ、ストレス対処能力が下がり、依存症が重症化することを海外の研究をもとに説明している。小林は依存症の解決のためには受容や共感が基本方針であり、信頼関係構築が第一であると示している。

支援記録を検討する視点として、小林の信頼障害仮説がネット・ゲーム依存傾向の改善にも妥当であるかどうかを考察する。

2 生徒の状況(支援開始前)と不登校の要因について

不登校生徒A(男子)の家族構成は父・母・兄の4人家族である。Aが不登校になった外的要因について、本当の理由については本人から話されていないが、父と母の会話や聞き取りによると、Aは中学1年生の冬休みに入る直前に学級内でAとその友人が同じクラスの級友をからかったことを、学級担任から指導を受け、さらに部活動担当者からも指導を受け、冬休み中の部活動に参加

しなくなった。その後、冬休みが明けてからも登校することができず、ネット・ゲームにのめりこんでいく。当時の学級担任は家庭訪問を繰り返し行っていたが、状況はなかなか改善されず、中学1年生の3学期は一度も登校することがなかった。

Aはネット・ゲーム依存症と診断を受けたわけではない。本人が医療機関を受診していないため、ネット・ゲーム依存症と断定することはできない。しかし、Aのゲーム行動や生活状況をWHOが作成している国際疾病分類第11版(ICD-11)の診断ガイドラインのインターネットゲーム障害診断基準¹⁰⁾に照らし合わせると、ネット・ゲーム依存傾向であったと言える。また、岡田はオンラインゲーム依存やネット依存の背景に、現実の対人関係や家族との関係で苦しさを抱え、居場所を失っているという状況は非常に多いと指摘している。⁵⁾逃避行動のきっかけとなった学校での出来事を考えるとネット・ゲームにのめりこんでいく可能性は十分に考えられる。昼夜逆転をしてゲームをしている、不登校になっているにも関わらずゲームをやめることができないA本人のゲーム行動や生活状況、依存傾向に陥った背景を踏まえると、ネット・ゲーム依存傾向と捉えて支援することが必要であると考えた。

Aは非常にまじめな生徒である。Aは技術・家庭科の授業の持ち物を教科担任から聞き、学級へ連絡する係活動を忘れずに行っていた。また、中学1年生の前期は学級役員を引き受け、多くの級友と楽しく学校生活を送る生徒であった。

3 実践内容

筆者は、A(第2学年)の学級担任となり、前担任からの引継ぎを終え、始業式前日に母へ連絡をとり、面談を行うことになった。母からAの現在の様子を聞いた後、生活記

録の記入、ネット長時間利用による健康被害の概要について、説明した。

話がある程度進むと母がうつむきかげんになり、「いろいろ自分で調べて、ネット・ゲーム依存症ではないかと疑い、その解決のために息子の生活記録をつけたり、悪影響があったりすることも知りました。しかし、状況が改善されず、ずっと記録をつけていくことがつらくつらくて…」と泣きながら話してくれた。

一番苦しんでいるのはA本人ではあるが、同じくらいの苦しみを感じているのは家族である。その苦しみに共感をせずに、筆者は、ネット・ゲーム依存症脱却のために解決方法を提示したり、健康被害への悪影響や将来へのリスクがあったりすることを説明し、母を追い込むことになってしまった。母の辛い気持ちに共感せずに、一般的な解決方法だけを提示した自身の愚かさに気づき、家族をより苦しめてしまった対応に大きな後悔を感じた。

Aが学校生活を再度送る上で基本方針として①週に一度程度の家庭訪問を実施し、学校との関係を切らさないようにする。②本人・家族に寄り添うこと、“傾聴”することを第一にする。③些細な変化についても家族とともに喜び、悲しみ、悩むなど感情を共有する。以上の3点を意識し、Aへの登校刺激も行わないこと、母が負担になっている生活記録を一度中断し、本人との対話を重視することを確認した。また、母の希望により、学級生徒がプリントを届けることはしないと合意した。

以下の表は、当時のAの様子及び関係者の関わりや心情について、筆者がまとめたものである。

時期	様子・記録			
	母親に関する 言動・心情等	本人に関する 言動・心情等	父親に関する 言動・心情等	学校（担任）の 対応・関わり
中学 2年 4月	<ul style="list-style-type: none"> ・学校や勉強の話をするとう邪険に扱われる。 ・進級して環境が変われば改善すると思っていた。しかし、あまり良い方向にならなかったから、もうどうしたら良いか分からない。 ・母子の会話も少ない。 ・母は週末に学校を訪問し、プリント類を受け取る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム専用テレビを自分の部屋に移してから昼夜逆転生活を送っている。1日10時間以上はネット・ゲームを行う。 ・食事も自室で行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・父との話は反応を示さない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・週に1回程度の家庭訪問を継続し、父・母との雑談からAの生活状況について聞く ・学校給食を停止する。 <p>電話訪問回数：5回 家庭訪問回数：4回</p>
中学 2年 5月	<ul style="list-style-type: none"> ・母との会話がいままでのようになってきた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を一緒に食べられるようになった。 ・学校のことを話されると機嫌が悪くなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・将来のことを考えて少し悲観的になっている。 ・Aとの関係が改善されない。 	<p>電話訪問回数：4回 家庭訪問回数：4回</p>
中学 2年 6月	<ul style="list-style-type: none"> ・食事を一緒に取る機会が減ってきた。関係が悪くなっているわけではないが、きっかけづくりが難しい。 ・父と母が「Aのために一生懸命やっている」ということを伝えたい。ただ、やってはいけないこと、できないことはきちんと伝えたい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・誕生日プレゼントを祖父からもらい、お礼の電話を自分でかける。 ・床屋に行くことを嫌がる。 		<ul style="list-style-type: none"> ・母に来月配付する通知表は本人に手渡ししたいと提案した。 <p>電話訪問回数：4回 家庭訪問回数：2回</p>
中学 2年 7月	<ul style="list-style-type: none"> ・誕生日プレゼントの購入のため規則正しい生活を送るようにと約束した。 ・母はほぼ毎日昼に自宅に帰っている。（熱中症が心配）食事しているか心配 	<ul style="list-style-type: none"> ・しっかり守っていた。 ・学級担任と会う。通知表と学級集合写真を受け取った。 		<ul style="list-style-type: none"> ・本人と会う。配付物を手渡しした。 <p>電話訪問回数：0回 家庭訪問回数：2回</p>

	・母は学級担任と会えたことをとても喜んでいました。			
--	---------------------------	--	--	--

表1 中学2年4～7月までのAや家族とのやり取りの記録

家族と食事を一緒に摂れるようになった、少しコミュニケーションがとれた、コミュニケーションがとれたと思ったら、またもとに戻ってしまうことを繰り返す状況に、家族と一緒に対応策について考えてきた。1学期の最後に筆者の強い思いで、学期末に配付される評定や担任からのメッセージが書かれている通知表を手渡ししたいことを母に申し出、打ち合わせをした。その日に届く予定である宅配業者を装い、家庭訪問を実施した。学級担任になって初めてAと会うことができた。週に1度の家庭訪問や面談を繰り返し、些細なことでも情報交換をすると

いう方針を貫いたことにより、家族と連携しながら対応することができてきた。

夏休み中に親子で花火を見に行ったり、レンタルビデオショップに行ったり、映画を見に行ったりするなど少しずつ外に出かけるようになったことを母は嬉しそうに語ってくれた。夏休み以降は、本人とのより強固な関係構築、特に陰悪であった父との関係改善を重視して対応することを基本方針とした。父には他愛もない話でもよいかからきっかけを作り、関わりを続けることをお願いし、連携を図った。

時期	様子・記録			
	母親に関する言動・心情等	本人に関する言動・心情等	父親に関する言動・心情等	学校（担任）の対応・関わり
中学 2年 8月	・親戚関係には不登校であることは言っていない。（言及された場面もあったが、ごまかした）	<ul style="list-style-type: none"> ・お盆期間中は父・母のそれぞれの実家に行く。その帰省中にバッテリーセンターに行った。 ・長期休業中の課題はできていない。課題は見えるところに置いてはいる。 ・日中はほとんどオンラインゲームをやっている。 ・母の問いかけに対して、以前より反応があり、関係が修復されている様子。また、父親が行ってい 		<ul style="list-style-type: none"> ・母が気を遣い、週末に学校に配付物を取りに来る。ただ、学校との関係を切らさないため、2週～3週間に1回程度は家庭訪問を継続する。 <p>電話訪問回数：2回 家庭訪問回数：1回</p>

		ることに対して注目したり、気にかけていたりしている様子。父に対する関係も修復中？		
中学 2年 9月		・休みの日に両親がリビングにいと部屋から出てこれないため、夜起きてくることが多い。	・Aと映画を見に行く。送迎だけではなく、父も一緒に鑑賞 ・父から「りんごもぎに行こう」と声かけ。本人は悩んでいる。	電話訪問回数：1回 家庭訪問回数：1回 保護者来校による面談回数：2回
中学 2年 10月	・状況は特に変わらない。両親が行っている精神保健福祉センターに連れて行きたい。適応指導教室に連れて行きたいと考えている。どんな風にアプローチすればよいか悩んでいる。自分（親）の率直な気持ちをのせて話してみてもよいのかどうか悩んでいる。	・母への接し方が変わってきた。（良くなってきた）問いかけに対する反応が以前よりも増えた。	・Aとの関係が修復しない。父自身は「自分はあまり関わらない方がいいんじゃないか」と言って、積極的に関わることを拒んでいる。	・両親の本音を伝えることも大切とアドバイスした。健康面が心配であることを中心に本人に伝えてみることで両親と合意した。 保護者来校による面談回数：3回
中学 2年 11月	・以前から母との接し方については良くなってきている。 ・父実家のりんごもぎの手伝いの様子を報告してくれた。父の親戚たちにはAの状態を言っていない。言っていないからこそできたのではないか。母はこの出来事を嬉しそうに報告してくれた。	・父の実家のりんごもぎを手伝いに行った。土日の2日間。父と二人で出かけた。土曜日は2時間程度作業をした。その後、おばさんたちと食事をした。日曜日も1時間程度作業した ・少しだけ学習プリントに取り組む。1年生の頃の内容	・心折れかけている（自分とは関係が良くないから関わらない方がいいのかな…）	・家族が一番の身近な存在であり、家族との信頼関係がベースになることを伝え、少しでも良いから父との関わりを作ってほしいことを両親と確認した。 ・進路希望調査を渡す。本人は公立高校志望（志望理由はわからない）高校は行きたい（行かなければならない）と思っている。

		はできたが、2年生になったらできず、そこから手をつけていない。		保護者来校による面談回数：3回 家庭訪問回数：1回
中学 2年 12月				<ul style="list-style-type: none"> ・通知表を母に手渡す。プリント類や冬休みの宿題も渡す。状況は変わらず。 ・家族との会話が増えたことや外出が少しでもできるようになったことは大きな変化であると両親と確認した。 <p>保護者来校による面談回数：2回 家庭訪問回数：1回</p>

表2 中学2年8～12月までのAや家族とのやり取りの記録

中学1年生の時に大きなけんかをして、険悪な状態であった父との関係も修復傾向だった。途中で心が折れそうになったが、父が何度も関わり続けてくれたため、徐々に外出が増えたり、家族以外の人と会うこともできたりした。

家族との関係が修復傾向にあり、今後も家族との関係を第一に置き、徐々に学校との関係修

復期間と定め、学級担任との面会機会を増やすことや、学校の友人からプリントを受け取るなど、家族以外の人と関わることや会うことを対応の基本方針とした。母がAの友人たちと連絡を取れる関係にあったため、友人たちと協力しながら、場合によっては、学級担任が友人と対応の基本方針を確認しながら行った。

時期	様子・記録			
	母親に関する言動・心情等	本人に関する言動・心情等	父親に関する言動・心情等	学校(担任)の対応・関わり
中学 2年 1月	<ul style="list-style-type: none"> ・年末年始は恒例行事である父と母の実家に行き、泊まってきた。年末から生活時間も規則正しくなった。叔父(Aが不登校ということを知らない)が「部活どうだ?」という問いかけに対して、母が「怪我をしてやめてしまっ 	<ul style="list-style-type: none"> ・年末に祖父母の家に行くときは自分で朝起きて、出発時間前に準備をし、宿泊道具を準備した。 ・友人から年賀状が 		<ul style="list-style-type: none"> ・週に1回の家庭訪問の継続を提案する。

	<p>た」と言ったら、後から「それを言ったら、もう部活できなくなる」とぼそっと言った。</p>	<p>来る。その年賀状の返事に「学校に行ったときには話しかけてくれよ」とメッセージを添えた。</p> <p>・友人2人が自宅に来てくれた。会えなかった。</p>		<p>・Aの友人がAのことを気にかけてくれ、自宅に会いに行ってくれた。</p> <p>電話訪問回数：1回 保護者来校による面談回数：2回</p>
<p>中学 2年 2月</p>	<p>・修学旅行の出欠確認書を配付する。</p> <p>・たまに友人が遊びに来てくれることが嬉しい。本人には会えないが、本人は気になっている様子がある。</p> <p>・修学旅行は出席する。修学旅行をきっかけにしたい。</p> <p>・面会をしなければならぬことを伝えた。</p>	<p>・部屋から少しだけ顔を出し、学級担任と面会することができた。</p>		<p>電話訪問回数：1回 保護者来校による面談回数：2回 家庭訪問回数：1回</p>
<p>中学 2年 3月</p>	<p>・兄が高校を卒業したので、家族4人で外食に行った。外食に行くときは特に何も言わなくても一緒に行った（会話はあまりなかった）</p> <p>・本人から「修学旅行いつ？」と質問してきた。詳細の内容までは聞いてこなかったが、少し気にしている様子。</p>	<p>・嫌がらずに家族で外食に行った。</p>		<p>電話訪問回数：1回 保護者来校による面談回数：2回 家庭訪問回数：1回</p>

2019年2月に文部科学省から「児童虐待が疑われる事案に係る緊急点検の通知」が発出され、その通知内容は理由の如何に関わらず、2019年2月1日以降一度も登校していない児童生徒等を対象に学校の教職員が面会を行うものであり、

父と母からAにその事情を説明してもらい、2月は1回会うことができた。3年生になり、筆者は引き続きAの学級担任となり、本人と学校(学級担任)との信頼関係構築期間として、対応に当たった。

時期	様子・記録			
	母親に関する 言動・心情等	本人に関する 言動・心情等	父親に関する 言動・心情等	学校(担任)の 対応・関わり
中学3年 4月	<ul style="list-style-type: none"> 本人から「普段学校に行っていないから修学旅行だけは行きたくない」と申し出があった。母は「クラスみんなは待っているから、修学旅行だけでもいいんだよ」と話している。 	<ul style="list-style-type: none"> 1か月半ぶりに面会。背が大きくなったが、表情は相変わらず少し暗い。筆者からの問いかけに関しては「はい」かうなづく程度 クラスのメッセージカードは見ている。 	<ul style="list-style-type: none"> 父との関係がさらに回復中。大学生の兄の家に家族みんなで行く。帰りに父とAで卓球を一緒に行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 修学旅行前にクラスみんなでメッセージカードを作成。Aに渡す。 電話訪問回数：1回 家庭訪問回数：2回
中学3年 5月	<ul style="list-style-type: none"> 精神保健センターと一緒にいこうと伝えているが、なかなか本人と一緒に行けない。 	<ul style="list-style-type: none"> 問いかけに対しては「はい」やうなづく程度だが、やりとりはできる。 進路の話に真剣に耳を傾けて聞いていた。 		<ul style="list-style-type: none"> 学級通信や学年通信ののっていた修学旅行のことを話す。 毎週会いたいと伝える。 進路希望調査や私立高校の体験入学の用紙を配付した。 家庭訪問回数：3回
中学3年 6月		<ul style="list-style-type: none"> 私立高校の体験入学に参加予定。母・父・本人を交えて、学校に犬が入った話。停電をして大変だった話を笑いながら、話していたら、Aも笑いながら聞いてくれた。 夏休み中に行う公立高校の体 		<ul style="list-style-type: none"> 本人と1週間に一回会えるようになってきた。 毎週会いたいことを伝える。また、家庭訪問の日を週末にし、本人一人で対応してみないか

		<p>験入学にも参加予定。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本人一人で対応。「お母さんに渡して相談してください」と伝えるときちゃんと母に説明をして渡す。終始真剣に話を聞く。 		<p>と提案。(今までは母在宅時に訪問。家庭訪問が終わったら、母に電話連絡し、様子を伝える)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プリント類を渡す。体験入学の書類を渡して説明。 <p>家庭訪問回数：3回</p>
<p>中学3年 7月</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・体験入学の実施要項を渡す。髪を切ったり、制服を着たり、私立高校の体験入学に行く準備をしていた。(本人一人に対応) ・私立高校の体験入学に参加した。母が送迎し、学級生徒数名と一緒に行動した。その後、家庭訪問をしたら、「体験授業では数学を使った占いをやった」「校内がとても広くてびっくりした」などいろいろと教えてくれた。 		<ul style="list-style-type: none"> ・体験入学では1年時に仲の良かった生徒と事前に打ち合わせをし、体験入学時に一緒に行動してほしいと依頼した。 <p>電話訪問回数：1回 保護者来校による面談回数：1回 家庭訪問回数：3回</p>
<p>中学3年 8月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・進路のことで悩みがでてきている。希望している公立高校は難しいと考えているため、他の案を探している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・夏休み中に実施した三者面談に、本人及び母が来校。約1年半ぶりに校舎に入った。教室の自身の席に座って、三者面談を行った。 ・夏休み中に実施された公立高校の体験入学にも参加(母の仕事の関係で父が送迎を行う)することができた。 		<p>家庭訪問回数：1回</p>
<p>中学3年 9月</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・卒業アルバムの写真撮影のために登校。 ・平日の昼に学校に登校して、二者面談を行う約束をする。 		<ul style="list-style-type: none"> ・学校に登校して活動していくことを提案する。 <p>家庭訪問回数：3回</p>

		<ul style="list-style-type: none"> ・二者面談の予定時間になっても登校できなかった。 		
<p>中学3年 10月</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・家庭訪問でほぼ確実に本人に会うことができる。 ・進路決定までのスケジュールや本人の適性に合った進路を学級担任から提案する。本人も真剣に話を聞く。 		<ul style="list-style-type: none"> ・なるべく本人にプリントや重要な書類を渡し、母と相談してもらうように促していく。 <p>家庭訪問回数：4回</p>
<p>中学3年 11月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・日曜日に母と話をしていたら、「学校に行く」と申し出て、教科書やノートをかばんに入れて、準備した。授業についていけるか心配だと言っていた。 ・次の日、登校することはできなかったが、母は見守っていたと言っていた。 ・プリント学習について、父・母も声がけしたが、できなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・プリント学習の往還をスタートする。(学級担任が学習プリントを準備し、それを次回会う日まで解いてみる。解いたら、学級担任に渡して、また次の学習プリントを受け取る。) ・プリント学習の往還をスタートしたが、1週目は解くことができなかった。 		<ul style="list-style-type: none"> ・一緒にやろうという声がけをしてもらい、声をかけ続けていくという方針を共通理解した。 <p>家庭訪問回数：4回</p>
<p>中学3年 12月</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・三者面談のため、本人及び母が来校。第一希望は公立高校。私立高校も受検する予定。受検に向けて、まずはプリント学習を進めいく。 		<ul style="list-style-type: none"> ・冬休み中から面接練習をスタートする予定。通信票を渡し、冬休みの日程について確認した。 <p>家庭訪問回数：2回</p>

表3 中学3年4～12月までのAや家族とのやり取りの記録

中学3年生から、学級担任との面会機会は増え、家庭訪問に行くto必ず面会することができるようになった。また、学校に登校する機会も少しずつ増え、体験入学を通して、友人と会うことも増えてきた。

卒業まで残り数ヵ月となり、受験も近づいてきた。卒業までに本人が学校に登校し、学級担任以外の教師や友人たちとの関係を作っていくこ

とを第一に置いていくことを母・父と共通理解した。そのきっかけを面接練習と捉え、冬休み中に、筆者のクラスの他の不登校生徒と一緒に面接練習する機会を設定し、友人と一緒に取り組むことを意識した。また、面接練習には他の教師にも積極的に関わってもらい、様々な教師に声がけしてもらえるように対応した。

時期	様子・記録			
	母親に関する言動・心情等	本人に関する言動・心情等	父親に関する言動・心情等	学校（担任）の対応・関わり
中学3年 12月		<ul style="list-style-type: none"> ・2日間登校し、面接練習を開始。入退室の仕方や質問への答え方など、しっかりと説明を聞き、真剣に取り組んだ。終わる時には校長先生や他の学年教師に挨拶に行き、声をかけてもらった。面接練習の際には友人にやり方を教える場面もあった。 ・帰宅後は面接の内容を振り返り、回答を考えたり、入退室方法について、復習したりしていた。 		本人学校登校回数：4回
中学3年 1月		<ul style="list-style-type: none"> ・三者面談のため、本人及び母来校。公立高校と私立高校の願書を提出した。 ・放課後に面接練習のため登校した。養護教諭と学級担任と一緒に面接練習を行い、しっかりと面接ができている様子に養護教諭が感心していた。 		<ul style="list-style-type: none"> ・学級担任以外の教員と会い、関係を作ることを母に提案。面接練習としてまずは養護教諭との関係を作る。

表4 中学3年12～1月のAや家族とのやり取りの記録

上記の面接練習を行った次の日に朝から登校した。登校日は一睡もしていなかった(寝てしまったら起きられないと思っていた)。休み時間には友達と談笑する場面もあり、笑顔もたくさん見られた。帰りまで在校することができた。登校日の次の日は土曜日だったが、1年生の頃の友人を中心に遊びに誘ってくれ、一緒に勉強したり、食事をしたりした。

その後、欠席することもあったが、連続して登校することができるようになった。学習に関してはわからないことも多いため、教科の担当者と打ち合わせをし、1年生の学習内容を中心に復習するところからスタートした。最初は1年生の時の友達と話をすることが多かったが、徐々に新しい友人も増え、談笑する場面も多く見られるようになった。

長く不登校であったAをクラス全員が受け入れ、最初登校した時には拍手で迎え入れてくれたり、学校生活や学習でわからないところがあったら、周りの生徒たちが教えてあげてくれたりした。他の生徒たちの成長も見ることができた。

その後、私立高校受験・公立高校受験と迎え、どちらも無事に受験をすることができた。卒業式にも登校し、他の生徒と一緒に卒業証書を受け取り、最後には母と一緒に筆者に挨拶に来てくれた。

4 考察

Aが不登校、ネット・ゲーム依存傾向から脱却できた本実践において、約2年間の筆者の記録を整理し、小林の信頼障害仮説をベースに検討した結果、Aが学校に復帰でき、ネット・ゲーム依存傾向から脱却できた要因について以下の二点にまとめる。

一点目は信頼関係構築の連携である。天貝⁸⁾は信頼感に影響を及ぼす経験には「受容経験」「承認経験」「親との親密な関わり経験」「対人的傷つ

き経験」の4つの側面があると見出し、教師やカウンセラーなどの発達援助者は大人からの承認経験や受容経験を通じて、信頼感を獲得かつ安定させると同時に、その影響源を同年代の仲間との関わりによるものへと移行させ、最終的には自身による肯定的な信頼感機能の確立と活性化へ移行させることが重要であると指摘している。

Aとの実践についても身近に関わりある家族からスタートし、学級担任や友人、他教師など信頼感を獲得できるように支援してきた。どの立場でも「受容」と「承認」を基本的な対応方針として、Aとの信頼関係構築を様々な立場の人が連携したことが大きな要因であったと考えられる。また、学級担任がコーディネーター役となり、支援の仕方を常に共通理解し続けたことが一貫した声かけにつながり、A自身の肯定感向上につながったのではないかと考える。

二点目はAの周りの環境調整に努め、受け入れ環境を調整し続けたことである。ネット・ゲーム依存症の国内での第一人者である国立病院機構久里浜医療センター院長の樋口進医師はネット・ゲーム依存症の治療の方針として、病気として治療することの大切さをあげ、その治療法として、日々の行動記録をつける記録法や認知の偏りを修正し、客観的に捉え直す認知行動療法、リアルな世界での楽しみを見つけ、心地よさを体感する作業療法などの治療法を紹介している。どの治療法についても依存症克服のエビデンスが証明されているもののため、効果があることは検証されている。

対象者が学校や社会復帰をするためには、医学的なアプローチに加えて、家族として関わる立場、教育として関わる立場で、対象者が復帰するまでの間接的要因を整えることが大切であると考えられる。本実践においてもAへの直接的なアプローチはもとより、Aがいつでも学校や社会に復帰できるような環境づくりに努め続けてきた。

もともとネット・ゲーム依存症を治療できる病院や医師や少なく、ましてや筆者が住んでいる地方では、医療専門家の支援を受けることはほとんどできない。地方では、ネット・ゲーム依存対象者を救うための一番近い存在は家族と学校である。家族・学校がそれぞれの立場の意義を理解し、お互いが共通理解しながら、本人が脱却するための一歩を踏み出せるように環境づくりをしていくことが大切であると考える。

本実践において、小林の信頼障害仮説はネット依存傾向にも有効な対策であることがいえる。しかし、あくまでも一事例であり、支援の仕方について、効果を科学的に検証したものではない。伊藤⁹⁾は不登校の社会学的原因論の中で、社会学的な視点と方法によって不登校という現象の原因やメカニズムを明らかにする際に、相談機関や臨床家のもとにやってくる(持ち込まれる)事例は、社会階層などのバイアスがかかっている可能性が高く、バイアスをできるだけ排除して実態を把握し検討することの重要性を述べている。

参考文献

- 1) 文部科学省：『平成30年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸問題に関する調査結果』, 2019
- 2) 日本財団：『不登校傾向にある子どもの実態調査』, 2018
- 3) 監修上里一郎・編相馬誠一『不登校—学校に背を向ける子どもたち—』, ゆまに書房, 2007
- 4) 樋口進：『ネット依存症から子どもを救う本』, 法研, 2014
- 5) 岡田尊司：『インターネット・ゲーム依存症—ネットゲからスマホまで—』, 文春新書, 2014
- 6) 小林桜児：『依存症の信頼障害仮説』, 2012

2019年9月29日に行われた令和元年度文部科学省委託事業・依存症予防教育推進事業 やっかれん 依存症予防教室山形教室の資料から抜粋

- 7) 小林桜児：『人を信じられない病 信頼障害としてのアディクション』, 日本評論社, 2016
- 8) 天貝由美子：『一般高校生と非行少年の信頼感に影響を及ぼす経験要因』, 1999
- 9) 伊藤茂樹：『不登校の社会学的原因論 解説』, 日本図書センター, 2007

リーディングス日本の教育と社会⑧「いじめ・不登校」編著伊藤茂樹のP99~102に掲載されているものを抜粋した。

- 10) 世界保健機関 (WHO) の国際疾病分類第11版 (ICD-11) の診断ガイドラインのインターネットゲーム障害診断基準は樋口進が2018年に執筆した「スマホゲーム依存症」に掲載されていた草稿をもとにし

今後、不登校、ネット・ゲーム依存傾向に苦しむ本人及び家族の事例をさらに集め、その支援の仕方について検証を繰り返していき、より効果的な支援方法について確立していくことが求められる。

5 謝辞

本実践をまとめようと思ったきっかけは、A本人の頑張りを同じように苦しむ人たちに少しでも伝えたいと思ったことと、Aに対してずっと承認と受容の言葉をかけ続け、辛抱強く関わり続けた家族への敬意を表してである。出口のないトンネルのようにいつ出てくるかわからず、不安な中でも、希望を捨てずに関わり続けたことは同じように苦しむ家族への大きな希望になるはずである。卒業式後に挨拶に来てくれた本人及び母の笑顔は、忘れることができない。

本実践をまとめるに当たり、何度も御指導頂きました照山絢子先生、大谷良光先生、子どものネットリスク教育研究会役員の皆さまに深く感謝申し上げます。

ている。その診断基準は以下のとおりである。

- 1 持続的または再発性のゲーム行動パターン（インターネットを介するオンラインまたはオフライン）で以下のすべての特徴を示す。
 - a. ゲームのコントロール障害（例えば、開始、頻度、熱中度、期間、終了、プレイ環境などにおいて）。
 - b. 他の日常生活の関心事や日々の活動よりゲームが先に来るほどに、ゲームをますます優先。
 - c. 問題が起きているにも関わらず、ゲームを継続またはさらにエスカレート（問題とは例えば、反復する対人関係問題、仕事または学業上の問題、健康問題）
- 2 ゲーム行動パターンは、持続的または挿話的かつ反復的で、ある一定期間続く（例えば、12 ヶ月）
- 3 ゲーム行動パターンは、明らかな苦痛や個人、家族、社会、教育、職業や他の重要な機能分野において著しい障害を引き起こしている。

以下の書籍・論文を参考資料とした。

- ・樋口進『スマホゲーム依存症』, 内外出版社, 2018
- ・伊藤茂樹編著『リーディングス日本の教育と社会⑧「いじめ・不登校」』, 日本図書センター, 2007
- ・天貝由美子:『成人期から老年期に渡る信頼感の発達—家族および友人からのサポート感の影響—』, 教育心理学研究第 45 巻第 1 号, 1997

2020. 9. 20 受理