

芦屋大学論叢 第75号
(令和3年7月27日)抜刷

ネット依存対策キャンプ参加者の
意識変化のプロセス

—M-GTAによる質的調査分析—

竹内和雄
富田幸子
安東茂樹

ネット依存対策キャンプ参加者の意識変化のプロセス

— M-G T Aによる質的調査分析 —

竹内和雄
畠田幸子
安東茂樹

1 研究の所在と目的

インターネットが急速に普及し、我々の生活に密接に関わるものとなった。総務省¹⁾によると2019年、我が国の国民全体の89.8%がインターネットを利用し、文部科学省²⁾はGIGAスクール構想を発表し、児童生徒が1人1台情報端末を所持し、学校家庭での学習活動に活用することになっている。さらに内閣府³⁾によると、3歳児の60.2%がインターネットを利用している。インターネットは、生活には欠かすことのできないものになりつつある。一方、新型コロナウィルス感染症(COVID-19)の広がりによって、2020年3月から小中高等学校での学校生活が大きく制限され自粛生活を余儀なくされたことで、小中高等学校生は、家の中でインターネットやオンラインゲームに接する時間が相対的に長くなったと推測される。世界保健機関(WHO)は、2019年にゲーム障害を国際疾病として承認した(鶴田・竹内、2020)⁴⁾。ゲーム障害をはじめとしたインターネットの長時間利用は、国際的にも問題視されはじめている。ゲーム障害だけでなく、インターネット全般の依存傾向等についての研究も近年増えてきている。藤田ら(2019)⁵⁾が、「大学病院での治療の実態から、インターネット・ゲーム依存傾向のある患者に、不安・抑うつ症状、不登校などの心理社会的背景をもつ者が比較的高い割合で存在している」と指摘している通り、この種の問題が、個人の問題だけでなく、学校教育や親子関係にまで影響を与えている。橋元(2018)⁶⁾は、総務省との共同調査の結果から「日本にはSNS依存が多い」と述べ、佐久間(2020)⁷⁾は、「中学生への調査結果として、インターネット依存と心理社会的要因との関連では、男子において依存群は、依存がない群に比べ、学校不適応感、身体症状、問題行動の得点が高かった。今後は実態に沿ったインターネット依存に対する予防教育を行う必要がある」と記している。

そういう状況への対応策の一つとして、各地で野外活動施設での宿泊体験型のキャンプが行われている。独立行政法人国立青少年教育振興機構のセルフディスカバリー・キャンプ(2015)⁸⁾と同様、静岡県(つながりキャンプ)⁹⁾、兵庫県(オフラインキャンプ)¹⁰⁾、秋田県(うまホキャンプ)¹¹⁾、神奈川県(チェンジライフキャンプ)¹²⁾、大分県(マインドクエストキャンプ)¹³⁾で実施され、試行錯誤が続いている。

本研究では、2020年度に兵庫県で実施されたオフラインキャンプ参加者のインタビューを対象にしている。竹内ら(2020)¹⁴⁾は参加者の現状と課題を記したが、本稿では、そのオフラインキャンプ実施の2か月後に実施されたフォローアップキャンプでのインタビューの分析を通して、インターネット依存の実態及び対策についての知見を明らかにすることを目的とする。

2 オフラインキャンプの内容

オフラインキャンプは、兵庫県青少年本部が開催した、文部科学省委託事業である。例年は瀬戸内海の孤島、家島で実施してきたが、第5回の2020年度はコロナ禍の厳しい状況の中、場所やプログラムを変更し、

感染症対策等を徹底した上で、神戸三田アウトドアビレッジで開催された。9月20～22日に本キャンプ、11月22日にフォローアップキャンプが実施された。第一筆者は全体コーディネーターとしてキャンプに参加し、第二筆者とともに、参加者対象にインタビュー調査等を行った。

オンラインキャンプでは、参加者はインターネットから離れ、人と関わりながら炊事活動や自然体験を通して自身のインターネット利用について考え、目標を立てる。自然素材を使った写真立てづくりや川遊びなどの自然体験、メンターと専門家との面談の実施、参加者全員で普段のインターネット利用について話し合うプログラムが組まれている。

特徴は「スマホ部屋」を設定したこと、参加者は、自身のインターネット機器をキャンプ開始から終了まで回収されるが、毎日1時間の「フリータイム」には「スマホ部屋」でのインターネット利用が認められる。「フリータイム」は、インターネット利用以外に、他の参加者や大学生メンターと交流してもよいことになっていて、カードゲームや鬼ごっこ、楽器演奏に取り組む参加者もいた。参加者に時間の使い方について、自分で考えさせるための工夫である。もう一つの特徴は、参加者がキャンプ中のすべての食事を自炊することである。参加者と大学生メンターが協力して一緒に食事作りに取り組むことで、一体感と達成感を参加者に感じさせることができるのである。一体感と達成感の享受はオンラインキャンプのプログラムの随所に狙いとして組み込まれている。これまでのオンラインキャンプのプログラムには、自炊の他、カヌー、キャンプファイアなど、仲間と一緒に何かに取り組み、達成したときの喜びと一緒に感じることができるものが随所に組み込まれている。

3 方法

3.1 調査対象及び期間

兵庫県青少年課¹⁵⁾は参加対象として、「日常生活でのネット使用を見直したい、原則として県内在住の、青少年（小学5年～18歳以下）、および本人に参加意思があり、集団行動及び全日程参加可能な方」としている。今回の調査対象は2020年度のフォローアップキャンプ参加者全員で、小学生2人（男子2人）、中学4人（男子4人）、高校生2人（男子1人、女子1人）の計8人である（表1）。調査は、フォローアップキャンプ当日、2020年11月22日に実施した。

3.2 調査手続き及びデータ収集上の倫理的配慮

調査はフォローアップキャンプ期間中に活動に支障がない範囲で実施した。キャンプで使用している会議室等でインタビュー（半構造化面接）を実施した。インタビューは1人10～20分程度で、計89分37秒となつた。インタビューの際にはメモをとることとICレコーダーによる録音の許諾をとり、後日逐語化した。収集するデータについては、オンラインキャンプの意義を明らかにしインターネット依存等への支援に生かしていく研究に使用するという趣旨を説明した。加えて、倫理的配慮として、名前など個人が特定されないよう配慮し答えたくない質問には答えなくてよいことも伝えた。

表1 調査対象者の属性

記号	性別	校種・生年
A	女子	高校生
B	男子	小学生
C	男子	中学生
D	男子	高校生
E	男子	小学生
F	男子	中学生
G	男子	中学生
H	男子	中学生

※網掛けは複数回参加

3.3 調査内容

質問内容はインターネット使用に限定し、1 使用状況…「どういうふうに使っていますか」、2 課題…「困っていることはありますか」、3 方略…「どうしたいですか」、4 変化…「キャンプ前後で変化しましたか」を問う形とした(表2)。

4 分析の手順及び配慮

表2 質問項目

質問1	インターネットをどういうふうに使っていますか？
質問2	インターネット使用で困っていることはありますか？
質問3	インターネットの使い方をどうしたいですか？
質問4	オンラインキャンプ前後で変化はありますか？

今回の研究は、オンラインキャンプのフォローアップキャンプという目的で、同じ参加者を調査対象としているため、ローカルな範囲における仮説的理論を作りあげるのに適しているM-GTA（修正版グラウンド・セオリー・アプローチ）によって分析する。M-GTAは、木下（2003）¹⁶⁾及び木下（2020）¹⁷⁾によって提唱された質的研究の方法で、データの解釈から説得力のある概念生成を行い概念間の関連性を高め、まとまりのある理論を作るものである。具体的には、参加者はインターネットをどのように使い、どのような課題を感じ、どういう方略で課題解決をしていきたいと思っているか、データに密着して解釈を進め概念を生成する。そのあとカテゴリー、そして上位カテゴリーにまとめていくM-GTAの一般的な方法で、以下のように分析を進めた。M-GTAにより生成された概念一覧を表3、オンラインキャンプ参加者のネットへの意識を表4に示す。

分析の手順

1. 収集したデータは一度に扱わず、インタビュー順に4人ずつ2グループに分け、グループごとの分析をStep1, Step2とした。
2. Step1の分析で概念を抽出後、Step2の分析を行い、新たな概念を抽出した。
3. 分析では「ネットの使用について」に関連する箇所を取りあげ具体例とした。
4. 8人であったため、具体例が1つの場合は概念として取りあげず、複数回出てきた場合を概念として取りあげた。
5. 抽出した概念で同じもの、類似したものがないかを見比べ、同じと判断される場合、1つのシートにまとめて記入し具体例を増やした。
6. 生成した概念と他の概念の関係を検討し概念の似たもの同士をまとめ、そのまとまりに名前をつけカテゴリーとした。さらに、内容的に共通の上位概念で括れる複数のカテゴリーを、1つの上位カテゴリーにまとめた。
7. インタビューで、これ以上継続しても新たな結果が生まれない状況を理論的飽和とした。
8. 第一筆者、第二筆者で、概念を生成する際に概念の元になる具体例が他の概念の具体例と重複していないか等、チェックした。

5 結果と考察

質的研究では、研究者自身の解釈が含まれ、結果と考察を分けて記述することが困難とされる（木下、2003）¹⁶⁾（木下、2020）¹⁷⁾ため、初めに具体例に基づく概念とカテゴリーの分析結果をあげ、その後、概念間及びカテゴリー間での影響などの仮説プロセスと捉えられる結果と考察を記述する。

M-GTA の手法にのっとり、根拠となる具体例を元に抽出した概念を『　　』で、その上に設けるカテゴリーを【　】で、さらに最上位に設ける上位カテゴリーを《　》で記すものとするが、インタビュー分析からは 11 個の概念が見出された（表 3）。

表 3 M-GTA により生成された概念一覧

手順	Info.	概念	概念数
Step1	A B C D	時間の短縮の実態/罪悪感/リアルな生活の充実/中身の変化 /親子関係の変化/	5
Step2	F G H I	新たな踏み出し/他者との交流からの気づき/リアルな活動 の楽しさ/ネット使用への意識/学校生活の課題/保護者との	6

なお概念については、参加者のインタビューでの回答のうち代表的な具体例の部分を「　　」に記すと共に、概念の生成に関連する部分を波下線で記した。A～Hのアルファベットは Info.（データ提供者）に割り当てた記号である。具体例「　　」の中で概念間やカテゴリー間での影響についての仮説プロセスと捉えられる箇所は、一重下線及び①～⑧の番号で示し、それらの動きを結果図(図 1)においても、番号①～⑧の矢印で記した。2つの Step の中で生成された概念を表 3 に示すと共に、以下には、オンラインキャンプについて語った内容を 5.1.1 で、ネット利用について語った内容を 5.1.2 でそれぞれ分析する。さらに、自己省察について語った内容を 5.1.3 で分析する。

5.1 分析

5.1.1 オフラインキャンプについての認識

フォローアップキャンプ参加者のオフラインキャンプについての認識に関連する具体例より、概念を 2 つ抽出した。オフラインキャンプでの人との触れ合いの中で感じたことを述べた『他者との交流からの気づき』、オフラインキャンプで味わった楽しさへの言及である『リアルな活動の楽しさ』である。この『他者との交流からの気づき』と『リアルな活動の楽しさ』という 2 つの概念は、オフラインキャンプの中で獲得できた概念であるため【キャンプでの学び】とし、上位カテゴリーにも同様のものを設けた。

概念間の動きとしては、『リアルな活動の楽しさ』を味わう中で、大学生や大人など様々な年代の人との触れあいからもたらされた『他者との交流からの気づき』に繋がったことが伺われる①。

『リアルな活動の楽しさ』のもとになった代表的な具体例

A : 「すごく楽しかったです。鯛をさばいたり、普段体験できないことができた。勉強にはなった。こういうことが楽しいんやなっていう発見があった」

E : 「寝る前にいろんな友達と喋ったり、自由時間にカードゲームとかして楽しかって、あとご飯とか作るのも楽しかった」

H : 「外で遊ぶのが楽しくなった。ずっと家の中で固定のメンバーでゲームをしていたので、いろんなことして、みんなで遊べるのもいいかなって思えるようになった」

G : 「大学生は、まあ年齢が近いから絡んで行きやすいかな。みんなとのご飯作りも楽しいし、結構話してて楽しい」

『他者との交流からの気づき』のもとになった代表的な具体例

D : 「人前で発表とか普通恥ずかしくて、やっぱり勇気が大切だと思います。(このキャンプで経験して)いろんな子がどういう気持ちかを知れたことによって、それをどう回転させていくかというその先を考えていくことができた」①

H : 「ここに来ていろん人と遊べた。これまで、自分だけ周りと孤立していたんで、同じような病気の子がいなくて誰も共感してくれなかつたんで、やっぱり(学校へ)行けてない人もいるんやなとか思つたりしたら、ちょっと楽になつたんで。そんな子いっぱいおるんやなって思えましたね。最後の日ですね、目標を聞いていたら同じようなことで悩んで同じような目標を持ってるなって思つて。大きかつたですね、話しやすかったですし、知らない人だからっていうのもあって」①

5.1.2 ネット利用についての分析

フォローアップキャンプ参加者のネット利用に関する具体例より、概念を4つ抽出した。ネット利用に向けた思いを述べた『ネット使用への意識』、ネット使用での時間短縮をとりあげた『時間短縮の実態』、ネット利用の内容の変化について語った『中身の変化』、ネット利用での目標と現実の乖離を述べた『罪悪感』の4個の概念を抽出した。

『ネット使用への意識』、『時間短縮の実態』と『中身の変化』という3つの概念は、自分のネット使用上の改善について語っていることから【ネット利用の前進】というカテゴリーとした。『罪悪感』の概念は、ネット利用がうまくいかないことについて言及しているため【ネット利用の問題点】というカテゴリーの属するものとした。

概念間の動きとしては、次の2点があげられる。まずは、キャンプ参加後に日々の生活の中でうまれた『ネット使用への意識』は、ネット使用の『時間短縮の実態』に繋がったことが伺われる②。また逆にネット使用を改善したいと思いつつも、現実にはその行動が伴わぬことから生まれる『罪悪感』という概念にも結び付いていることが伺われた③。以下にそれぞれの概念ごとに代表的な具体例を示す。

『ネット使用への意識』のもとになった代表的な具体例

B : 「(家の過ごし方として)ピアノに30分回す。うん、ネット使用の改善は継続したい」

F : 「(ネットはそこそこに)できれば寝る時間はちゃんと。遅くとも24時には寝たい」

H : 「家に筋トレの機械がいくつかあって、それを毎日1時間くらいできたらなど。筋トレとか本読む1時間とかでもいいのでとりあえずルーティンを増やしてゲームの時間をちょっとずつ減らしたい。
あともう一つルーティンを増やせたらなと思って。4時間以下にしたい」

G : 「定期的にというかスマホの使い方については考えてます。まあ普通綺麗にいったらそれずっと守ればいいんですけど・・。無理なこともあるんで、まあ、それを定期的に考えられてる。よかつたことは時間を意識して使えるようになったこと」

『中身の変化』のもとになった代表的な具体例

B : 「うん、あとはイライラすることもちょっと減った」

C : 「ゲームは最近やってない」

F : 「ゲーム時間はだいぶ減っている気がする。六時間って決めて、なんとかやりくりするときと延ばして欲しいって言う時があるけど・・」

『時間短縮の実態』のもとになった代表的な具体例

C : 「キャンプに参加してからは、ネットは月から金が9時まで、休日は10時までかな」②

E : 「あれから、マシにはなったけど、目標を9時にしたが9時半の方がいいかなって。9時やったら5分とか10分とかダラダラやっちゃうから・・」②

F : 「10時間とかは無くなった。キャンプに参加してからは、そこをちゃんと意識しています」②

H : 「キャンプに参加してから、平均9時間くらいだったのが6時間5時間くらいに減ったんですけど・・」②

『罪悪感』のもとになった代表的な具体例

B : 「うーん、それでもイライラはある、片付けなさいとか、ご飯食べるのが遅いから遅刻気味とかで・・」

H : 「(キャンプの参加後) スマホの時間を減らすことはできたけどまだ多いなど・・。暇だったら触ってしまうっていうのをやめるのを目標にしたんですけど・・・暇だったら触っちゃう」③

A : 「友達のは見ないけど、家の設計図とかが好きで間取りとか見ると、妄想が膨らむ感じ、こういう家がいいなとか。終わった後にああ、やってもうたみたいな気持ちに・・」

以上、【ネット利用の前進】と【ネット利用の問題点】の2つのカテゴリーは、ネット利用について語っていることから、《ネット利用》という上位カテゴリーに統合した。

5.1.3 自己省察の振り返りの分析

オフラインキャンプに参加する中で、今の現状をどう捉えるのか自己省察についての言及に注目した。保護者との関係について語った『保護者との葛藤』、親子関係が改善に向かいつつある認識を意味する『親子関係の変化』、キャンプ参加後に見られた学校生活も含めた、現在の生活をポジティブに捉え、日常の中で味わうリアルな生活の実態である『リアルな生活の充実』、現在の生活から一步踏み出そうとする姿勢が伺われる『新たな踏み出し』、現段階で課題が見える学校生活への言及である『学校生活の課題』という5つの概念が抽出された。

このうちの『保護者との葛藤』と『親子関係の変化』は親子間の中で沸き起こる情動に基づいて発するものであることから【親子関係】というカテゴリーに属するものとした。また『リアルな生活の充実』、『新たな踏み出し』及び『学校生活の課題』は、現在のリアルな生活に関するものであることから【リアルな生活の実態】というカテゴリーに属するものとした。

概念間の動きとしては、今回の【キャンプでの学び】がきっかけとなり、その後の生活でも『リアルな生活の充実』に繋がっていき④、さらにはその『リアルな生活の充実』の実態や前述の『時間短縮の実態』がみられる者には、『親子関係の変化』をも持たらしていることが一部推察された⑤⑥。また、前述のキャンプの中での『他者との交流からの気づき』が刺激となり『新たな踏み出し』といった今後の姿勢への影響を与えたことも推察された⑦。それとは逆に、学校への登校という『学校生活の課題』は、思うように親子での話し合いができず、子供自らが今後の方向性を探るような様相が見られる『保護者との葛藤』を生み出していることが伺われる⑧。

以下にそれぞれの概念ごとに代表的な具体例を示す。

『学校生活の課題』のもとになった代表的な具体例

F : 「目標として学校に週一回行くというのを決めたんですけど、行けなくて病院に行った。無理ではないです、最近ちょっとずつ戻ってきている気がする」

G : 「9月10月は学校に行って、11月は2週間くらい行ってないんですけど木金は行ってたけど、家から出てそこらへんで時間を潰して帰ってくるみたいなことをやっていた」

『リアルな生活の充実』のもとになった代表的な具体例

E : 「キャンプに参加して、リアルの目標はネット以外の楽しみを見つけるだったけど、ネットを見直す機会になった。ネット以外の楽しさがいっぱいあるなっていうのに気づけた。オンラインをやりすぎるのは、休みの日はやりすぎてたけど、最近は友達とかが休みの日にも遊びに誘ってくれて、最近外でいっぱい遊んでる。だいぶ外での遊びが楽しくなって。今校区内で逃走中みたいなのをやってる、ミッションを決めて校区内で鬼ごっこみたいなのが楽しい」⑤

A : 「今回オフラインキャンプに参加して、二泊三日全くインターネットに繋がなくても携帯を触りたいなと思う時間がなかったので、普段の生活でももっと外に出てみたいなって思った。(中略) リアルで楽しいことを探すようにした。公園でイベントを定期的にやったら楽しいんじゃないかと思っていて、今回のキャンプに時間がなくて参加できないみたいなこともあると思うので、半日とか何時間とかでも外に出て一緒に遊ぶとかあればいいかな。学校の情報モラルでオフラインキャンプの紹介しようと思っていて、その発表のためにリアルで楽しいことを探していたらいいかなってこれからは自分のことにも気をつけつつ、情報モラルも代替わりしたので後輩にも教えていけるようにしたいなって思っています」⑤

C : 「オフラインキャンプでも目標立てたけど、ネットは月から金が9時まで、休日は10時までを継続してるし、リアルは剣道で実力をつけて高校にも呼ばれてる。キャンプが一つのきっかけになったと思う」⑤

『親子関係の変化』のもとになった代表的な具体例

B : 「よく外食に連れて行ってくれるし、出かけにも連れて行ってくれる、明日も鉄道博物館に行くで・・・まあ感謝もしてる」

C : 「クラブも続けていて、ネットのことはこれまで通り行っているから親とは何事もなく。お母さんが最近は言わなくなったのかな・・・」⑥⑦

E : 「ネットの使用はましになったけど、だらだら続けることがあるので、目標の9時を9時半にしたほうがいいかなと思ってる。お母さんが鬱陶しいというわけでもなく、ネットのことで色々言われるのは、それは俺が間違ってるから、言われる方が気付けていいと思ってる。ある面感謝。でも、言われすぎるのにはね」⑦

H : 「もともと相談することができなくて。弟が軽いいじめで不登校になった時期にあまり心配をかけたくないで話さなかった、学校であったことを親に話したことがほとんどなくて。そうですね、大変な時期もあったので。(中略) でも、お母さんが僕の進路をいろいろ探してくれていて・・・自分でも状況を変えたくってやってるけど、自分のこと話せなくて。この時期になってようやく話すようになったんです」⑦

『新たな踏み出し』のもとになった代表的な具体例

D : 「キャンプではみんなで集まって話して、いろんな意見を聞いて、迷っていることや悩んでいることがあればそういうことを活かしてみて、失敗したらまた考えたり工夫したりして、できたら嬉しい気持ちになって、またそこから根強く頑張ろうと思えた。(キャンプでいろんな人と話して)自信をしつかり持って前へ進んでいくことが大切だと思うようになっています。今度、学校でも委員長になりますって・・・」⑧

H : 「今までずっと暗かったんですよ、周りの子がみんな学校行って部活頑張って、大会出てやってきたっていうのを聞くと、俺も行きたいなとは思ったけど。そうですね、羨ましいし、僕も元々は、友

達と遊んだりはできるんで。学校は、しんどい時もあります、でもオフラインキャンプに行ったからというのもちょっとあります、ちょっとずつ行かないといけないと思って、その後とりあえず1日放課後に。もう1日も適応教室に行きますね。これは午前中に学校の適応教室に。4時間いる時も2時間とか1時間で帰ったりする時もあるんですけど。勉強も家で1時間2時間くらいやるよう意識しています。(中略)高校への進学も、今までよりハードルを下げていいのかなって思ってます」⑧

『保護者との葛藤』のもとになった代表的な具体例

F:「生活リズム取り戻すのに入院するかで、お母さんと口論みたいになっちゃって。本当は行きたくなかったけど、自分は生活リズムを直す気はあると伝えてもらえたらしい。(中略)修学旅行、行けないんですよ、本当は行きたくなかったけど親に言われて、その場の雰囲気で行くって決めてしまった、それで後々また断れなくなってしまった。学校も今は正直いきたくないけど、(親の)気持ちに応えないといけないと思って。それで最近はずっと悩んでる。ちゃんと黙つて話を言うのが大事らしい。それが全然できない感じがします」⑨

G:「学校に行ってなかった原因をお父さんに言うかどうかでまだ悩んでいる。それを知られたら、スマホがどうなるか……。ただ一回パソコンのゲームをしないっていうのを延長はどうって聞いてみて、とりあえず親に言うのは駄目元だと思うけど、パソコンを1ヶ月追加でなしにするとは言ってみますけど……多分ダメって言われると思うけど……」⑩

以上、【親子関係】と【リアルな生活の実態】の2つのカテゴリーは、人とのつながりを意識した上での自己の振り返りであることから《自己省察》という上位カテゴリーに統合した。

表4 フォローアップキャンプ参加者の意義

上位カテゴリー	カテゴリー	概念	定義	人数
キャンプでの学び	キャンプでの学び	他者との交流からの気づき	オフラインキャンプでのふれあいから気づいたこと	2人
		リアルな活動の楽しさ	オフラインキャンプで味わった楽しさ	4人
ネット利用	ネット利用の前進	ネット使用への意識	ネットの使い方を改善しようという思い	3人
		時間短縮の実態	ネット利用での時間短縮の実態	8人
		中身の変化	ネット利用の中身の変化	3人
自己省察	親子関係	罪悪感	ネット利用での目標と現実の乖離	3人
		保護者との葛藤	保護者と関係の不満	2人
	リアルな生活の実態	親子関係の変化	親子関係改善に向けた子ども視点	4人
		リアルな生活の充実	現実生活でのリアルな活動	3人
		新たな踏み出し	現在の生活から、自分を見つめ、一歩踏み出そうとする姿勢	2人
	学校生活の課題	自分の生活や言動についての省察	3人	

5.1.4 フォローアップキャンプの意義

フォローアップキャンプは、本キャンプの2か月後に実施され、参加者自身が本キャンプで立てた目標の遂行状況や、自身の生活について見つめ直す機会である。本キャンプで生活を共にした他の参加者やメンターと交流し、自分の状況を振り返ることは参加者にとって自分を見つめ直す機会として目的として

いる。これまでの取組から、フォローアップキャンプでは、参加者自身の目標の再設定と、親子関係の調整を重視している。

まず参加者自身の目標の再設定について考察する。オンラインキャンプで認知行動療法にもとづいて、大学生メンターや他の参加者と交流する中でキャンプ後の目標設定を行うが、たいていの場合、実態とかけ離れた厳しい内容など、無理のある目標である場合が多い。実際に生活したうえでより良い目標設定を行うことが効果的である。参加者たちは、インターネットの問題としてオンラインキャンプに参加したが、本キャンプのあとの2か月間を過ごす中で、自分の課題はインターネット利用だけではなく、保護者や友人等との人間関係や、自身の行動全般にあることがわかってくる。そのうえでの目標設定は有効である場合が多い。次に親子関係の調整について考察する。これまでの蓄積で、参加者の多くが親子関係に課題を感じていることがわかっている。過干渉であったり、過度の放任であったり、状況はさまざまであるが、そのような関係のひずみが結果としてインターネット使用にあらわれていることが多い。オンラインキャンプでは、保護者へのアプローチを強化している。初日と最終日に、インターネットに課題を持つ青少年や家族に時間をかけて面談等をしたり、専門家の講演会や保護者間の交流会を実施したりしてきた。さらに、必要な保護者には、第一筆者と保護者、場合によっては参加者を交えた三者面談を実施している。

以上のような認識から、フォローアップキャンプでは、キャンプの時間の中で、できるだけ参加者、保護者との面談に時間を取りようとしている。

5.2 結果図

オンラインキャンプ参加者のインタビュー結果から、複数の概念『　』、カテゴリー【　】、上位カテゴリー《　》に分けた仮説モデルで表す図を示す(図1)。

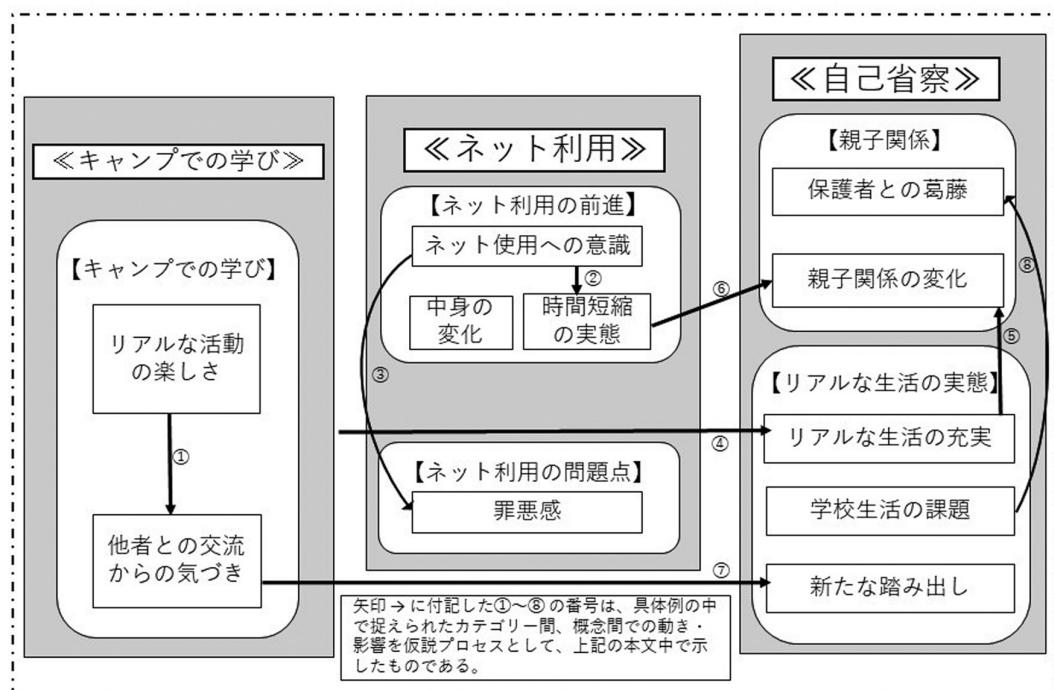


図1 フォローアップキャンプ参加者の変化の仮説モデル図

6 総合考察

オフラインキャンプのフォローアップキャンプ参加者についてのインタビューを実施したところ、11個の概念と5個のカテゴリーが抽出された。

参加者はオフラインキャンプでの様々な体験をしている。その中で、リアルな体験や同年代の仲間とのやりとりの楽しさを感じている。そのことが彼らの日常生活に影響を与えていたことがわかった。

まず、キャンプ、同年代の仲間や大学生メンターとリアルな体験を積み重ねたことが彼らに大きな影響を与えた。インターネット利用に課題を抱える子どもの多くは、普段、他者と関わることが少ない場合が多い。キャンプで同年代の仲間との交流を通して、さまざまな気づきを得た。

また、オフラインキャンプで、仲間や大学生と一緒に、キャンプ後のネット利用の目標設定を行ったが、うまくいかない場合も多かった。キャンプ参加者は、自分のネット使用が改善できないことに罪悪感を持っている場合が多く、これまで「自分は目標を破ってしまった」という思いが自己認識を悪化させ、そのことで日々の生活に悪影響を与える場合が多かったが、今回は仲間や大学生と一緒に失敗体験を共有し、結果として妥当な目標設定に取り組もうとする意識の芽生えも期待できる。

さらに、彼らがインターネット利用について考えていく過程で、自己省察が進んだ。自分自身の課題、自分と保護者、自分と友人等の関係を見つめ直すきっかけになった。仲間が自分と同じように、保護者との葛藤を抱えながら生きていることや、学校等での人間関係に悩んでいることが、自身の課題克服への気持ちの芽生えにつながっていると推察される。そのことは、日常生活や自分自身を見直し、新しい課題、目標へ向かう気持ちの萌芽が複数の参加者に見られた。さらに学校生活や親子関係にも影響を与え始めている。まだ胎動程度の場合もあるが、多くの参加者が確実に前を向きだしている。

2019年、WHO（世界保健機関）がゲーム障害を病気に認定し、この分野の研究がやっと本格的になってきたばかりであり、まだわからないことは多い。今回の8名へのインタビューで断定的なことは述べられないが、ネットについて深く考えた子どもたちの貴重な声が得られた。

自分について見つめ直すきっかけになったことが重要である。特に保護者との関係について見つめ直すきっかけをつかんだケースが多かった。保護者との関係を見つめ直し、親子で対話を繰り返すことが、自分のネット使用の改善につながった。子どもたちがインターネットに夢中になる時期が今、思春期と合致している。C.Buhler (1969) は、「思春期は、性的衝動が活発になり、両親の理想からの解放の時期が続き、それは両親への反抗や両親の希望や目標に対する否定的態度となる」¹⁸⁾ と述べているが、否定的な態度の表出方法の一つとしてネット利用を選んでいる可能性が指摘できる。また、今回の参加者は、同年代の仲間との交流に苦手意識を持つ場合も多く、キャンプ参加者同士や大学生メンターとの交流を通して人間関係に自信を持て、そのことが自己認識が良くなり、結果としてネット利用に良い影響を与えた可能性が高い。

参加者の多くは、オフラインキャンプで設定した目標通りには生活できていなかったが、フォローアップキャンプで自分の日常を改めて考え、目標を再設定することができた。これまで目標を達成できない体験は自己認識を下げるだけだったが、仲間と一緒に失敗を通して学ぶ姿勢を獲得できたことが目標の再設定につながったと位置づける参加者が複数いた。彼らが再設定した目標は、オフラインキャンプ最終日に設定したものより、より現実的で達成しやすいものと変わっていた。依存症への対応プログラムとして集団療法が用いられることが多い。宮里ら (1988)¹⁹⁾ はアルコール依存症、後藤ら (2004)²⁰⁾ は摂食障害、益山ら (2011)²¹⁾ は薬物依存症について成果と可能性をそれぞれ述べているが、インターネットの長時間利用等に課題を持つ思春期の子どもたちにとっても、集団療法が有効である可能性が示唆されたと言えるだろう。

参加者の多くは思春期であり、保護者の方針通りの行動をすることに疑問を持つことは思春期の特徴である。友人との関係を見つめ直すことで最終的には自分自身について考えるようになり、そのことがネット利用の改善につながることが明らかになった。

7 今後の課題

本研究は、オンラインキャンプのフォローアップキャンプ中のインタビューを元にした分析である。フォローアップキャンプは、9月に行われたオンラインキャンプの参加者たちが、2か月後に再度集まり、自分の課題を仲間と共に振り返える機会である。キャンプが行われたのはコロナ禍、真っただ中の2020年で特別な状況であった。また、8名という限られた人数対象のインタビューのため、すべての子どもたちにあてはまると断定するのは危険である。しかし、このようなインタビューは非常に貴重なものであるため、今回のような研究を積み重ねる必要がある。その積み重ねと傾倒的な分析等で、ネットやスマホ利用のより良い対処の知見がいっそう明確になるものと考えられる。

謝辞

オンラインキャンプのフォローアップキャンプ中の貴重な時間を、インタビューに答えてくださった参加者の皆さん、参加者への支援に尽力した学生諸君、キャンプ運営に献身的に貢献していただいた兵庫県青少年課及び兵庫県青少年本部・兵庫県立いえしま自然体験センターの皆様に心よりお礼を申し上げます。

参考・引用文献

- 1) 総務省：令和元年度版通信利用動向調査,
https://www.soumu.go.jp/menu_news/s-news/01_tsushin_02_02000148.html
- 2) 文部科学省：GIGAスクール構想の実現パッケージ～令和の時代のスタンダードな学校へ～,
https://www.mext.go.jp/content/20200219-mxt_jogai_02-000003278_401.pdf
- 3) 内閣府：令和2年度 青少年のインターネット利用環境実態調査（PDF版）,
https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/r_02/net-jittai/pdf-index.html
- 4) 鶴田利郎・竹内和雄：第3章 スマホ問題とインターネット依存、生徒指導の最前線シリーズ第3巻 生徒指導のリスクマネジメント, pp.67-97, 2020.
- 5) 藤田純一・青山久美・戸代原奈央：児童・青年期のインターネット・ゲーム依存：大学病院での経験から、児童青年精神医学とその近接領域 60(2), pp 147-157, 2019
- 6) 橋元良明：ネット依存の現状と課題—SNS依存を中心として、ストレス科学研究 33(0), pp 10-14, 2018
- 7) 佐久間浩美：中学生のSNS及びインターネット利用の実態に関する検討、了徳寺大学研究紀要 (14), pp 45-54, 2020
- 8) 独立行政法人国立青少年教育振興機構：平成26年度文部科学省委託事業「青少年教育施設を活用したネット依存対策研究事業」報告書, 2015.
- 9) 静岡県教育委員会：つながりキャンプ実施運営マニュアル,
[https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyosei_02-1418084_001.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyousei_02-1418084_001.pdf)
- 10) 兵庫県青少年本部：人とつながる Off-Line Camp 実施運営マニュアル,
[https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyosei_02-1418084_003.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyousei_02-1418084_003.pdf)

- 11) 秋田県：「うまホキャンプ」マニュアル,
[https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyosei 02-1418084_004.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyousei_02-1418084_004.pdf)
- 12) 神奈川県青少年センター：チェンジライフキャンプ企画・運営マニュアル,
[https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyosei 02-1418084_005.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyousei_02-1418084_005.pdf)
- 13) 大分県：マインドクエストキャンプ実施運営マニュアル,
[https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyosei 02-1418084_006.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200604-mxt_kyosei_02-1418084_006.pdf)
- 14) 竹内和雄・富田幸子ら：ネット依存対策キャンプ参加者のインターネット使用の現状と対策, 芦屋大学論叢(74), pp.61-72, 2020.
- 15) 兵庫県：人とつながるオンラインキャンプ, [https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk 16/offlinecamp.html](https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk_16/offlinecamp.html)
- 16) 木下康仁：グラウンデッド・セオリー・アプローチ—質的実証研究への誘い—, 弘文堂, 2003.
- 17) 木下康仁：定本 M-GTA :実践の理論化をめざす質的研究方法論, 医学書院, 2020.
- 18) C.Buhler : Loneliness in maturity. Journal of Humanistic Psychology, 9, 1969.
- 19) 宮里勝政ら：アルコール依存症の予防と治療的介入—教育的,集団療法的アプローチ, 精神医学 30(5), 1988.
- 20) 後藤恵ら：摂食障害の入院治療-集団療法をとりいれて(第2報)：急性期治療病棟における摂食障害の治療的可能性と限界について, 病院・地域精神医学 47(3), 2004.
- 21) 益山桂太郎ら：薬物依存症に対する外来集団療法の有効性に関する検討：SMARPP テキストの導入による参加者及びスタッフへの影響, 日本アルコール関連問題学会雑誌 13, 2011.