

## 当院のインターネット・ゲーム障害患者の家族に対する家族会の取り組み

○佐藤佑貴(臨床心理士)

医療法人耕仁会札幌太田病院 心理・内観療法課

### 【はじめに】

インターネット・ゲーム障害(Internet Gaming Disorder: IGD)の治療は、認知行動療法・心理教育的プログラム・家族治療・集団カウンセリングなどの心理社会的アプローチが有効である可能性が高い(Winkler et al., 2013)。特に、吉田(2019)は「家族への支援開始が問題解決の糸口である。家族への支援が開始されることで、効果が薄い対応や効果のない対応が減っていき、効果のある対応が増えていく。その結果、本人との関係性に変化が生じてくる」と報告している。当院ではIGDへの治療にIGD患者の家族を対象とした家族会を実施している。本発表では家族会の取り組みについて報告する。

### 【家族会の概要】

**家族会のねらい:** IGDの理解を深め、家族同士で行き詰った気持ちを話し合い家族自身の気持ちに余裕を持てるようになる、IGDに対する対応の修正ができるようになることを目指した。**家族会の内容:** 当院外来を受診しているIGD患者の家族14組に対して家族会を実施した。テーマは、ゲームについて・ゲーム障害の心理教育・利用時間の決め方・ルール決め方・子どものほめ方について学習する内容であった。**実施方法:** 著者が講義やワークを提供し相互交流の機会を多く持つようにした。家族会の終盤ではそれぞれの悩みを共有できるように家族同士で質問をしたり、フリートークができる場など設けるよう工夫した。

### 【結果】

IGD患者の家族に対して家族会を実施した結果、参加者から「他の家族と話しをすることで自分だけが悩んでいるのではないこと、対応方法も人それぞれであることを知れた」、「同じ悩みを持つ保護者の方との出会いは宝ものです」、「他のケースなど聞くことができ大変参考になった」などの感想が得られた。子どものほめ方などに対しては「ほめることにより注目して適切に声掛けをしていけるよう意識しました」、「ほめる時に自分の感情が優先されてほめることが出来なかった。子どもの行動そのままを見てあげて声をかけ、次につながるようにしていきたい」、「他の人の良いやり方を聞いてよかったです」などの感想が得られた。

### 【考察】

家族会の実施は自分だけが困り感を抱えているわけではないことを共有できる。加えて、ルールの決め方や利用時間の決め方など各家庭の様々な対処方法を知る機会になると考えられる。IGDの治療で保護者には、子どもへの対応が正しいかどうかを確認する必要がある(河邊, 2019)。家族会の実施によって、他者への対応も聞くことができ、IGD患者への対応を見直すきっかけになると考えられる。