

不登校・インターネット・ゲーミング依存・昼夜逆転を呈した思春期への 病棟内内観療法

○ 丹野万樹¹⁾ 大川直樹²⁾ 時岡かおり¹⁾ 太田健介³⁾

1) 心理士 2) 看護師 3) 医師

医療法人耕仁会 札幌太田病院

【目的】 インターネット・ゲーミング依存(以下、ネット依存)の治療法に関しては、その方法や有効性に関する研究の蓄積も世界的に乏しい¹⁾。当院では、不登校、ネット依存、昼夜逆転を同時に呈した児童・思春期の入院患者に対し、病棟内内観療法(以下、内観)を柱の一つとした治療プログラム実施している。今回、内観を実施し、ネット依存、昼夜逆転、不登校の悪循環が改善し、再登校に至った 3 症例を紹介する。

【症例】 症例 1. 14 歳男性。主訴：不登校、ネット依存、昼夜逆転。生育歴：幼少時、父母離婚。異兄弟がいる。母と義父が養育者。現病歴：X-2 年よりネット依存傾向があり、母との口論が増加。X 年 5 月より、起床できず不登校傾向。パソコンを取り上げると、「返してくれないなら学校へ行かない」と訴え、X 年 12 月、当院入院。

症例 2. 17 歳男性。主訴：不登校、ネット依存、昼夜逆転。生育歴：弟が不登校で当院入院歴有。父は単身赴任。現病歴：小学生時より、遅刻、忘れ物、宿題未提出などの問題があったが、X-1 年より、夜中のゲームが原因で遅刻が増え、留年の恐れがあり、X 年 8 月、当院入院。

症例 3. 15 歳女性。主訴：不登校、ネット依存、昼夜逆転。生育歴：X-5 年、父母離婚。母・妹と同居。現病歴：教師との折り合い悪く、X-3 年より不登校。X-2 年、転校するが、友人関係がうまくいかず、再び不登校。X 年 3 月より、無断でネットショッピングを繰り返すようになる。携帯が壊れ、友人との連絡が取れなくなったことから気持ちが落ち込み、進学した高校を不登校になる。同年 5 月、当院入院。

【内観療法による心理的变化】 症例 1. 第 2 病日より内観。入院直後は「パソコンを返してもらえないなら学校へ行かない」との主張は変わらなかったが、第 9 病日(内観最終日)、「パソコンを始めてから態度が悪くなり(反抗的態度の増加)、無気力になっていたと感じた。受験が終わるまで使わない」と述べる。第 19 病日、家族内観で「内観を通して自分が依存症だと気づいた」「パソコン依存により、愛や幸せを忘れていた」と述べる。内観後、当院から登校可能となり継続、第 49 病日退院。退院 2 か月後、志望高校合格。

症例 2. 第 1 病日より内観。第 5 病日、「自分が楽しみたい、楽をしたいという気持ちを優先して生きてきた」と自らの気づきを述べる。第 7 病日(内観最終日)、「その結果、信用・信頼を失った。その不満を行動で表わし、また信用を失った」と内省が深まった。内観後、登校するも、遅刻する事も多く、当院よりの登校を継続。第 134 病日退院。退院 3 ヶ月後、志望大学合格。

症例 3. 第 2 病日より内観。第 6 病日、「快樂のため、ネットで無断で買い物をした」と反省することが出来た。第 8 病日(内観最終日)には「スマホと距離を保ち、母とルールを決める」と述べ、家族内観では「不安が強く、ネットに逃げることで安心感を得ていた」と反省した。内観後、当院からの登校を続け、第 23 病日退院。退院後も登校継続できている。

【考察】 入院生活では、ネットやゲームから離れ、規則正しい生活をおくることで、生活習慣が改善される。また、同年代の入院者とピア・サポート的にかかわる中で、治療・回復への動機づけが高まる。

さらに、内観では、これまで周囲から支えられてきたこと、それにもかかわらず、ネットやゲームの使用によって周りに迷惑かけてしまっていたことに気付くことが出来、反省の念が生まれ、自制心・正しい生き方の獲得につながったと考えられる。このような奏功機序により、ネット依存から回復でき、昼夜逆転や不登校の悪循環が改善し、再登校につながったと考えられる。

【結語】 内観は、ネット依存にも有効な治療法であることが示唆された。

【文献】1) 三原聡子, 北湯口孝, 樋口進: ネット依存の治療キャンプと地域対策, 精神医学 59 巻 1 号: 53-59, 2017