

## 上越教育大学研究プロジェクト 終了報告書（一般研究）

研究代表者 所属・職名 臨床・健康教育学系 准教授

氏 名 田中 圭介

研究期間 令和2年度～令和3年度

研究プロジェクトの名称	子どものデジタル機器の過剰使用に関する抑制因の解明と予防教育の実践
研究プロジェクトの概要	<p>上越地域の教育委員会が提示する研究課題「保護者・家庭・地域の教育力」として、SNS への対応が挙げられている。SNS に限らず、子どものインターネットの過剰使用の予防に関しては世界的に注目され、例えば、韓国ではインターネット依存予防教育が義務化されている。さらに、2019年には「ゲーム障害」が世界保健機構の国際疾病分類に追加された。SNS やオンライン・ゲームを中心としたデジタル機器との付き合い方は、今後の学校現場での教育ニーズとしてさらに広がっていくものと思われる。</p> <p>本研究プロジェクトでは、健康行動（例えば、禁煙や運動）の行動変容を予測するモデルである多理論統合モデルを背景として、ゲームを中心としたデジタル機器の使用に関する子どもの心理的要因（行動変容の準備状態、利点・欠点の認知、自己効力感）を明らかにする質問紙について大規模なデータを測定し、デジタル機器の過剰使用を抑制、予防するための心理学的モデルを明らかにすることを目的とした。また、2年目には予防的教育を実践し、モデルの妥当性と予防教育の効果を検討した。</p>
<p>研究 成 果 の 概 要</p> <p>※申請時にチェックした「取組課題」との関連とその成果も明記すること。</p>	<p>初年度（研究1）では、中学生530名、大学生111名からデータを収集した。作成した多理論統合モデル尺度とゲーム使用時間、ゲーム依存傾向の関連を分析し、尺度の有用性を明らかにした。青年の問題のあるゲーム使用という国際的にも注目されて間もない現代的な教育課題の理解につながるデータが得られたと考えられる。</p> <p>2年目（研究2）では、中学校3校で予防教育を実施した。学校の特性によって効果の傾向は異なるものの、大まかな傾向として、予防教育を通して、休日のゲーム使用時間の減少、ゲームをやめることへの動機づけ（行動変容ステージ）の増加、ゲーム使用に関する長所に関する認識（意思決定バランス）の増加が生じることが明らかとなった。また、統計的に意味のある差は検出されなかったものの、行動変容段階の前半と後半に位置する者で効果の傾向が異なる可能性も示唆された。これは、多理論統合モデルにおける知見とも整合する結果であり、今後、行動計画の立案など具体的な行動変容をサポートする内容をプログラムに組み込んでいくことが課題と考えられる。この度の予防教育は1回限りでの実施であったため、その効果は限定的であるものの、当該プログラムは、問題のあるゲーム使用に関する啓発に繋がるものと考えられる。</p> <p>なお、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により、対象集団や対象規模などについて当初の研究計画よりも縮小して実施している。</p>

<p><b>研究成果の発表状況</b></p>	<p>研究1の成果については、以下の発表を行った。田中圭介・酒井楓矢・宮下敏恵・清水雅之（2021）. 中学生の問題のあるゲーム使用に対する行動変容ステージ尺度の妥当性の検討 日本心理学会第85回大会, 2021年9月1日(水)―8日(水)(Web開催) 研究1,2の成果について、今後、学会誌への投稿を進めていく。</p>
<p><b>学校現場や授業への研究成果の還元について</b></p>	<p>2021年度には、9校の小中学校で当該プログラムに基づいた出前講座を実施した。加えて、新潟県養護教員研究協議会上越支部の研修会において、当該プログラムの紹介を含む心の健康教育に関する講演を行った。研究期間終了後も、当該出前講座を継続し、予防教育の普及と改善を行っていく。また、心理臨床コースの学生と連携して予防教育を継続していくことで、地域循環型の教育システムの構築を目指していく。</p>