

《令和4年度 茨城支部ニューズレター 第3号》

令和4年度第2回公開講座、第3回資格更新研修会が行われました。

- 1 日時：令和5年2月25日(土) 13:30～16:30
- 2 会場：Zoomによるオンライン開催
- 3 参加者：総数85名(会員55名、一般30名)
- 4 演題：『ゲーム障害の基本の治療の実際』
- 5 講師：小松崎 智恵先生（茨城県立こころの医療センター 医師 精神保健指定医）
- 6 内容

近年、耳にする機会が増えた「ゲーム障害」についての理解を深めるため、依存症の診断や治療に携わっておられる小松崎智恵先生に、その基本や治療についてご講演いただきました。

(1) 依存症とは

- ・ 診断にあたって着目するのは、精神依存、身体依存、社会障害など
- ・ DSM-5 と ICD-10 の比較（精神依存が必須かどうかという点で異なる）
- ・ 中毒、乱用、アディクション（嗜好）などの言葉との相違点
- ・ 依存と嗜癖について（行動嗜好を「〇〇依存症」という）
- ・ 依存の仕組みについて

⇒医療では、「自己治療仮説」をベースに治療を行う

- ・ 依存症と強い関連のある問題

⇒うつ病や統合失調症など精神障害との合併、児童虐待やDVなど

(2) さまざまな依存症

- ・ アルコール依存症、薬物依存症、ギャンブル障害について
- ・ ゲーム障害（ネット依存）の有病率や特徴
- ・ オンラインゲームの主な要素（大規模多人数同時参加型オンライン RPG、クラフト系など）

⇒チームプレイのため抜けられない、ガチャや課金⇨ギャンブル、射幸心をあおる仕組みなど

- ・ ゲームやネットの世界とリアルの世界

(3) 依存症の治療と支援～依存症全般～

依存症の治療

⇒引き金と対処法、ストレスコーピングや治療プログラム、断酒会などの自助グループ、薬物療法など

依存症を根治させる薬はないため、心理社会的治療が必要

(4) 変化のステージモデルと動機づけ面接法

- ・ 変化のステージモデル（前熟考期～維持期）

⇒ステージごとで有効なアプローチが異なる

5つの段階を行ったり来たりするのが自然な経過

- ・ 動機づけ面接法（来談者中心療法をベースに認知行動療法を取り入れた面接技法）

⇒クライアントの自己決定を尊重し、対決的に対応しない

(5) 依存症の治療と支援～ゲーム障害について～

- ・自己決定を大切にするなど、支援の原則について
- ・初診時に尋ねることや、再診の際のポイントなど

⇒「あなたが主人公」であることを大切に

- ・入院プログラムについて
- ・ゲーム障害の支援の難しいところ

⇒ASD や ADHD などの合併の場合、並行して合併障害の治療や支援が必要  
不登校や引きこもりの場合、環境調整も重要 など

(6) 家族の支援

家族が病院に期待することと、支援する上でのポイントについて

⇒多職種チームで支援にあたるのが理想

質疑応答の中で、当事者の困りごとを把握するためには、ゲームについて積極的に知ること  
も重要であること、また、子どものゲーム依存を回避するには、普段の親子のコミュニ  
ケーションが大切であることなどをお話いただきました。

その後、グループ協議を行い、支援する上での悩みや事例について共有しました。

支援者として「ゲーム障害」を正しく理解することが、適切な支援につなげるための第一  
歩であると感じました。

研修会の開催にあたり、ご尽力を賜りました皆様に、心より感謝申し上げます。

-----

茨城支部では、来年度も皆様のニーズに沿った研修会を開催してまいります。

詳細については、随時お知らせいたしますので、ぜひご参加ください。

(文責 松本一恵)