

研究区分	教員特別研究推進 教育推進
------	---------------

研究テーマ	メンタルヘルスにおける支援プログラム開発とフォローアップ調査				
研究組織	代表者	所属・職名	看護学部・教授	氏名	篁 宗一
	研究分担者	所属・職名	看護学部・助教	氏名	近藤 美保
		所属・職名	看護学部・助教	氏名	遠藤 りら
		所属・職名	看護学部・准教授	氏名	長澤 利枝
	発表者	所属・職名	看護学部・教授	氏名	篁 宗一

講演題目	メンタルヘルスにおける支援プログラム開発とフォローアップ調査
研究の目的、成果及び今後の展望	<p>(目的) Covid-19 が社会への大きな影響を及ぼしている。リモートワークが推進される中でインターネット利用は欠かせないツールとなってきた。中長期的視点から大学在学時～卒後のメンタルヘルス支援の在り方を検討する上で、ネットの過度な利用への影響を防ぎ、その適正な使い方を推奨する方法の検討が必要と考えた。そこで教育支援プログラムを作成することを今年度の主な目的とした。</p> <p>(方法) 教育プログラム作成にあたってのニーズ調査、静岡市近隣の行政との情報共有、教育プログラムの作成を行った。結果として子育てをする保護者向けに約 25 分の動画を三つの区分(17分 52 秒、3分 25 秒、5分 54 秒)に分けて作成することとした。動画①：既存の研究におけるネット依存の分類方法を参考にし、「ゲーム依存」、「ネット依存 (SNS 依存、つながり依存)」、「ネット依存 (コンテンツ依存)」の 3 つのプロセスについて児童生徒を主人公として説明しながら、保護者が効果的にかかわる方法についてヒントとなるプログラムを作成した。</p> <p>(成果) 約 25 分の動画を三つの区分 (17分 52 秒、3分 25 秒、5分 54 秒)に分けて作成した。動画①：既存の研究におけるネット依存の分類方法を参考にし、「ゲーム依存」、「ネット依存 (SNS 依存、つながり依存)」、「ネット依存 (コンテンツ依存)」の 3 つのプロセスについて児童生徒を主人公として説明しながら、保護者が効果的にかかわる方法についてヒントとなるプログラムを作成した。</p> <p>動画①：ネット・ゲーム依存の3つのプロセスを説明し、それぞれの依存に陥っていく様子を描いた。《依存症の定義・分類》を示し、《ネットの利用時間や利用率の増加》とその背景、《脳への影響》や《症状》の説明、3人の登場人物の解説を行った。動画②：どのような要因が子どものメディアの長時間利用に関わるのか提示することで、社会・家庭要因の重要性を示し、家庭で行う効果的であると考えられる具体的な方法を説明した。動画③：家族が問題解決につながる考えを知り、習得する必要があることを説明し、対応方法として、「4つの事前準備と7つの対応」について説明した。</p> <p>教育プログラム作成過程において、ニーズを聴取したほか、藤枝市内の学校教育機関に配信、同時に広報資料として保健所等へ配布し、普及を行った。</p> <p>(展望) 本研究の限界は、評価を収集する期間を設けることが短期間であったことがある。今後は、引き続き作成したプログラムを視聴させ、本研究の評価を行っていく必要がある。しかしながらプログラム作成過程において、保護者の方々や医療機関の専門家、あるいは保健所の保健師などの地域の専門家からのニーズは一定程度あり必要性が認められたことから、本プログラムの目的は意義あるものと考えられた。</p>