

# ソーシャルワークの視点に立つ ひきこもりの方の家族への支援

山 田 武 司

はじめに

1. ひきこもりと環境
  2. ひきこもりと家族システム
  3. 家族への支援とエンパワメント
  4. 家族を通しての本人への支援とエンパワメント
  5. 社会的構成から見るひきこもり
- おわりに

## はじめに

2016年9月7日の内閣府の発表によると15歳から39歳のひきこもりの方の推計人数は54万1千人である。<sup>注1)</sup> このひきこもりの方の家族に対する支援には、精神科医、臨床心理士、保健師、ソーシャルワーカーなど、さまざまな専門職が携わっている。しかし、ひきこもり支援における専門職ごとの支援の視点が明確に論じられているとはいえない。このような状況の中で、本稿はソーシャルワークの一視点から、ひきこもりの見方を含めたひきこもりの方の家族への支援について論じ、ソーシャルワーカーを始め各専門職の支援の一助とすることを目的とする。

ソーシャルワークの視点や技法には様々なものがあるが、その基盤となる視座は「人と環境」であり「環境の中に・ある人」(Roberta R.Greene = 2016: 10)である。また援助技法としての実践モデルの基底をなす理論は、精神分析(自我心理学)からシステム理論(エコシステム)、さらに社会構成主義(ナラティブ)などを用いるものへと広がってきた。

一方、国際ソーシャルワーカー連盟は「ソーシャルワーク専門職のグローバル定義」(2014年7月採択)において、「人々のエンパワメントと解放」を「社会変革」「社会開発」「社会的結束の促進」とともにソーシャルワーク専門職の「中核となる任務」に掲げ、実践においては「できる限り、『人々のために』ではなく、『人々とともに』働くという考え方をとる」としている。このように支援の基本は、パターンリズムをできる限り排除し、パートナーシップの立場からエンパワメントしていくことである。

これらの点から本稿では、まず初めに、ひきこもりを「環境」との相互作用において生じるものとして見ていく。この環境とは、ひきこもる本人(以下、本人という)の最も身近な環境である家族、または学校や職場から、社会全体を覆う価値観(常識)にまで及ぶものである。

次に、ひきもり状態を、家族を中心とした「システム」として捉える。この家族システムではシステム内での均衡が次第に凶られていく。そして、この均衡状態の中で「本人－母親」のサブシステムが生じる場合がある。

さらに、支援のあり方の基本としての「エンパワメント」を挙げる。本稿は「家族への支援」について論じているものであって、このエンパワメントは、ソーシャルワーカー（以下、支援者という）による親を中心とする家族（以下、家族という）へのエンパワメントであり、そこから、自宅から出られない本人の生活を「生活者」として豊かにするための、家族から本人へのエンパワメントにつなげていくものである。この2つのエンパワメントにより、システム内での家族および本人の変化を促していく。また、本人へのエンパワメントには、ひきこもる本人の「自己決定」や「役割」を支えることも含まれる。そして、この家族から本人へのエンパワメントは、支援者による家族への支援を通して、家族が直接本人に行うものである。

最後に、社会的構成による現実の意味づけなど「社会構成主義」の点からひきこもりを見ていく。この点を踏まえて、「ひきこもりの継続プロセス」を捉えるとともに、ひきこもりを、非正規雇用と貧困などの「社会問題」から生じる「自己否定と孤立」との共通基盤の上に捉え直していく。ただし、これは基本的な捉え方を示したものであり、ひきこもりの全てを表しているものではない。

なお、本稿が対象とするひきこもりは、主に本人が自宅から出られない段階のひきこもりである。また、本稿の「5. 社会的構成から見るひきこもり」は、『霧が晴れた朝』に執筆した「ひきこもりの理解のために」の「結び」（山田武司2014：96-98）の文章に加筆・修正を加え、それを全面的に執筆し直したものである。

## 1. ひきこもりと環境

まず初めに、ひきこもりと環境との関係についての考え方を事例から述べる。ただし、最も身近な環境である家族との関係は「2. ひきこもりと家族システム」で、社会全体を覆う価値観との関係は「5. 社会的構成から見るひきこもり」で主に述べていく。

ある女性（事例1）は、中学・高校といじめに遭い友達といえる人がいなかった。その女性は、高校時代、「学校から旅行に行ったときに、食事のとき向かい合った人から『あっち行ってよ』と言われた」と語っている。それでも、その女性は学校には通い続けて卒業したが、就職先でもいじめに遭いひきこもってしまった。

また、ある男性（事例2）は、職場でリーダーの役をしていたときに同僚の不手際から上司に叱られ、それ以後は仕事を過度に気にするようになった。そして、しばらくしてひきこもった。そのとき、「頑張ったけど、これ以上頑張れない」と語っている。

このように、人はさまざまなつらい困難な環境の中で無理を重ね、力尽きて動けなくなっていくことがある。このことは、つらい状況の中で自ら進んで困難を回避することではない。すなわち、本人と環境との相互作用を見た場合、環境に本人を受け止める状況が乏しい（応答性が低い）中で、

困難な環境への対処ができず、環境との不均衡を高めていき、ひきこもらざるを得なくなっていったというべきである。

また、ひきこもり状態について、別の女性（事例3）は、「普通じゃないこと、それがいちばん恥ずかしかった」「社会の役に立たない、義務もまっとうできない恥ずかしい存在だと感じた」と語っている。

この女性（事例3）の語る自己否定は、環境としての家族や周囲からの要請に応えられない中で高まっていくが、それだけではない。社会全体を覆う「普通」でなければならないという環境（価値観や常識）の中で、押しつぶされていった語りともいえるのである。（事例1・2は山田2014：88、事例3は山田武司2011：6）

## 2. ひきこもりと家族システム

ひきこもり状態を環境との関係から述べたが、ひきこもりを環境との相互作用として捉えるとともに、システムとして捉えていくことが必要である。本章では、ひきこもりを家族システムの点から述べる。

### (1) 家族システムとしての捉え方

ひきこもり状態をシステムとして捉えていくことは重要である。それは、ひきこもりを本人の問題のみと捉えるのではなく、システムとして全体の脈絡から捉えていくことができるからである。

一般的には「家族システム」として捉えることになるが、この家族システムでは、①内部においてシステムの構成要素である家族構成員による円環的な相互作用、②各構成員が家族システムの外部で関わるシステム（友人・親族・職場・学校・サークル・相談機関など）との相互作用、さらに、③家族システムを取り巻く階層システムとしての地域社会システムや国家システムなどの相互作用を捉えていくことになる。

### (2) 家族システム内での均衡と本人との距離

家族システムの内部においては、ひきこもった本人は外部からの刺激（外部システムとの接触）を排除し、家族と相互のフィードバックを行う。そして、家族システムは一定の均衡状態に行き着く。この均衡により本人は家の中では一見安定していき、家族からの外出刺激に対しては拒否することが多い。それは、この均衡状態は閉じた家族システムにおいて行われているものであり、本人は均衡を維持するために外に出ること、家族以外と関わることに困難を感じているためである。

また、家族は、本人が「また暴れだすかもしれない」などと、一見安定した本人との関係を壊さないよう、本人を刺激するようなことには何も触れられなくなってしまうことがある。

竹中哲夫(2014:88-89)は、ひきこもる人の支援において「親子間の適正距離」を取る必要があるとしている。この距離は「原則として日常的領域中心に交わる」ものとされており、本人の触れられたくない領域に無理に入るものではない。さらに、この距離は「本人の了解があるときのみ相互接近する」とした、「付きすぎず、離れすぎずのほどよい距離」とされている。

本人と家族との関係には、このような「適正距離」による均衡が必要である。さらに、本人との関係を遊離・遮断しないためには、触れられたくない領域に「触れない」とこと、本人に「関わらない」ことを同一視して本人との関係を断ってしまうことがないようにしなければならない。そのためには、何気ない会話、無理に応えることを求めない声掛けなど、日常的領域の中での会話を少しずつ増やして、本人にとって安心できる関係の中で「関わる」ことを増やしていくことが大切となる。

### (3) 均衡による安定状態

このひきこもりにおける家族システムの均衡は、年単位で長期化する場合があり継続的な安定状態にも見えるが、筆者はあえてアントニム的に「束の間の休息」と表してきた。それは前節で述べたように、この均衡はいくら長く続いてても外出刺激に対して脆弱であり、本質的な安寧は得られず、本人は常に均衡が崩れることを恐れ続けなければならないと考えられるからである。

しかし、この均衡による安定状態の中では、外部システムとの接触における困難から退避でき、自らを守ることができる。そのため、本人は自らを守るために、この退避状態の中に浸り続けていくことになってしまうと考えられる。

さらに、この「束の間の休息」としての安定状態は、社会的な空白の期間（履歴書を埋めることができない期間）を増やし、本人の社会的な評価や価値を下げ本人の自己否定を高め、外に出るハードルをより高くすることにもなる（山田2014:89-90）。

### (4) 「本人－母親」サブシステムと父親の役割

家族システムの均衡により本人が家の中で安定してくると、家族システムの中に「本人－母親」というサブシステムができあがっていく場合がある。それは、社会の価値観（常識）を運んでくる父親を嫌い避ける本人と、その本人を一生懸命に支える母親から成り立つ。そして、本人の父親への拒否や不安の強さが「本人－母親」の関係を強めていくことになる。また、母親に強い不安や低い自己肯定感があり、それを父親などが支えることができない場合などにおいても、母親は自らを保つために本人との関係を強めていくことがあると考えられる。

この「本人－母親」システムが強くなりすぎた場合、父親（父性的役割を担う者）は本人と適切に関わるができなくなり、①世間一般の常識や理想などを家族構成員に守らせ、社会との関係をつないでいく役割や、②「本人－母親」関係の癒着（カプセル）を切断する役割を果たす

ことが難しくなる。また父親として、③本人のアンビバレントな感情（認めてもらえないことから生じる両価性）を正面から力強く受け止める役割（圧力的な存在としてではなく、本人がぶつかることがき、そのぶつかりに力強く正面から応えることができる存在としての役割）をも果たすことが難しくなる。そのため、父親が本人の状態を受け入れ、本人との関わり方を変えていくことや、一時的に母親が本人と父親の間に立つことなどが大切になる。<sup>注2)</sup>

### 3. 家族への支援とエンパワメント

ひきこもりを家族システムとして述べたが、家族が外部システムとしての相談機関につながることで、その家族システムの変容のきっかけとなる。本章では、相談機関などの支援者による家族へのエンパワメントについて述べる。

#### (1) 家族へのエンパワメント

天谷真奈美と岩崎弥生(2006:81)は、事例データからひきこもり青年を抱える親のパワーレスとして、①「理解者の欠如」（わかつてくれる理解者がいない孤独感）、②「自分自身への自信のなさ」（自分に対処力がなく自信がもてない、過去の子育てへの後悔・罪悪感）、③「家族問題への対処に関する自信のなさ」（現時点で息子への接し方がわからない、息子の自立に対する不安、パートナーシップを発揮しない夫の対応に関し不満）、④「自分をケアできない」（家族問題に意識が行き、ゆとりがなく自分自身をケアできない）の4つの分類を挙げている。

天谷と岩崎のパワーレスの4つの分類からもいえることであるが、家族は、本人への対処に関してどうすることもできない経験をし、力つきた状態の中で相談に来るのである。

そのため、ひきこもり支援における家族相談では、「家族の思いに共感し家族を支えていく」支援が重要となる。この支援は、Siobhan Maclean と Rob Harrison (= 2016:84) が「エンパワメントは、共感的で全体的な人間関係の発達に依拠している」と述べているとおり、家族へのエンパワメントの基盤となるものである。

そして、この支援では、支援者は天谷と岩崎が示したような家族の不安や困難を家族の後悔や焦りに考慮しながら心理的に支えるとともに、本人への関わり方を家族とともに考えていくことが重要となる。この本人への関わり方を考えていくことは、支援者がひきこもる本人に直接手を差し伸べることができない期間において、唯一本人と関わるのできる家族を通して本人への支援を行うことでもある。

家族の後悔に対しては、家族が行った行為を間違っただけと否定するのではなく、そうせざるを得ない状況（環境）との相互関係において肯定的に受容することである。すなわち、家族の行為は全てが間違っただけではなかったことを伝えるとともに、本人は葛藤の中で、それを受け入れて自ら対処できる状態ではなかったことなどを伝えるのである。このことから、本

人に対する新たな対応を家族とともに考えていくことができる。

また、ひきこもり状態が解決しない現状に対する家族の焦りには、本人への理解を助け、家族の生活を取り戻すことが必要になる。

さらに、家族へのエンパワメントは支援者のみが行うものではなく、家族をひきこもりの方の「家族会」や「家族のつどい」などにつなげることにより、家族相互の支援（ピアカウンセリング）からエンパワメントしていくことも大切となる。

## (2) 本人に対する家族の理解

前節で、家族のあせりに対する支援として、本人への理解を助けることを述べたが、本人への理解は、「本人の思いを家族とともに押し量り共感をしていく」ことである。それは、家族の語る本人に対する否定的な語りから、支援者が本人の肯定的な側面を家族とともに見つけていくことだけではない。それに加え、本人の反抗や拒否といった否定的な側面の意味を支援者が家族と一緒に探ることである。

Herbert H. Aptekar(= 1968 : 34)は「否定的意志」について、「クライアントの抵抗の中に、意志の表現があるということ認めるなら、クライアントが行動で表現しようとしている意志を確認したり、なにか別の方法で、この意志を自由にするためになにかすることが実際にできるようになる」と述べている。このように、本人の反抗や拒否（抵抗）といった言動の意味を支援者が家族と一緒に考えていくことが、本人に対する家族の理解を助けることになる。

さらに、支援者が必要に応じて家族とともに、①ひきこもる前の本人の思いや、ひきこもった後の本人の思いへの理解、②ひきこもり状態での強い不安の中で顕著となる葛藤や焦燥感、社会不安の傾向（社会不安障害）、脅迫症状の傾向（脅迫性障害）、完璧主義的傾向などへの理解、③本人の発達障害などの可能性への理解に努め、本人の不安や葛藤に家族が心を寄せていくことができるように支援することが、家族の本人への理解をより深めることになる。

なお、ここで述べた②の理解は、本人にもともとあったものなのか、ひきこもることによって二次的に生じたものなのかを見極め、必要に応じて③とともに医療などへつなぐことも考えていかなければならない。

## (3) 適正距離を保つための支援

「3-(1) 家族へのエンパワメント」で述べた、家族の生活を取り戻すことについては、「2-(2) 家族システム内での均衡と本人との距離」で述べたように、本人と家族との「適正距離」を保つための支援を行わなければならない。

例えば、本人が自分の部屋に閉じこもっている状態において、本人が「家族がまた何か言ってくるのでは」と気をもみ、また、家族が「本人は部屋で何をしているのだ」と聞き

耳を立てている状況では、相互に相手に囚われた葛藤状態を継続させることになる。

このように家族が本人を監視したり、または外に出そうとしたりする行為は、家族自身が支えられない状況の中で、自ら現状を解決しようとする行為であるが、この行為が家族システムにおいてポジティブフィードバックを繰り返す、「適正距離」を損なう要因となる。

このような状況においては、「3-(1) 家族へのエンパワメント」で述べたように、支援者は家族の不安や困難を受容・共感し、家族とともに本人への支援に取り組むパートナーシップを形成していくことが重要になる。その中で、支援者は本人への家族の理解を支援するとともに、家族に対して、家族の生活を豊かにするための外部システムとのつながりを勧めていくことも大切となる。

支援者はこれらのことによって、家族がパワーを取り戻し、本人に囚われない本来の生活に戻り、さらに、本人との「適正距離」が保たれるように支援を行い、その中で、家族が適切に本人と関わるができるための支援を行っていくのである。

#### (4) 家族の変化への支持

本章で述べてきたように家族への支援では、家族にエンパワメントし、本人に対する理解を深め、さらに、本人との「適正距離」を支えて、その中で本人に対する家族の関わり方が適切となるように変化を促し、家族システムの変容を進めていくことが必要となる。そして、そのためには、支援者による助言と家族の変化への支持が重要となるのである。

この支援者による助言は、本人に対する「家族の関わり方を変える」ためのものであり、家族の抵抗が伴いやすい「家族自身を変えようとする」ものではない。そのため、支援者が家族とともに本人への関わり方を考えていく中で、家族の本人への理解に沿って家族が無理なく行える（行おうと思える）助言を行うものである。

そして、支援者は、家族の変化がたとえ小さなもの（家族自身が気づいていない場合や、不十分と思っている場合を含む）であっても、それを支持していくことが大切となる。それは、この小さな変化の積み重ねが、本人の一番身近な環境である家族との相互関係を変化させ、本人の変化を促し、家族システムの変容を進めていくことになるからである。

### 4. 家族を通しての本人への支援とエンパワメント

家族への支援者のエンパワメントを述べたが、自宅から出られないひきこもり状態においては、本人へのエンパワメントは支援者からの支援を受けながら家族が行うことになる。本章では、家族による本人への支援とエンパワメントについて述べる。

## (1) 本人へのエンパワメントの意味

ひきこもり状態は特殊な状態と一般的には考えられるが、たとえどんな状況に置かれていても同じ生活者として捉えていくこと、すなわち、生活者として「本人の肯定的な側面を認め、生活を少しずつ豊かにする」ための支援が必要になる。このことは、本人へのエンパワメントにつながるものである。

Maclean と Harrison( = 2016 : 111) は、エンパワメントにおける肯定的なアプローチとして、「小さなことへのきめ細やかな評価」を述べている。ひきこもり状態においては、本人が家族からたとえ小さなこと（結果ではなく過程を重視）であっても認められ、何かの役に立ち、そして感謝されることを一つずつ徐々に増やしていくことである。このような肯定的な関係において、本人の生活が家の中だけであっても少しずつ豊かになり、本人の自己肯定感を高めていくことになる。

本人は、低い自己肯定感、傷ついた自尊心により不安の中で生活をし続けており、自己否定の中では外に踏み出す勇気を持つことはできない。しかし、本人をエンパワメントし自己肯定感を高めていくことにより、本人の変化へのエネルギーを蓄えることができる。

## (2) ひきこもり状態での自己決定および役割への支援

ある女性は「自分をダメな子だと思ってしまう“学校にいかない”という選択をする勇気が持てなかった」（山田武司 編 2011 : 17）と語っている。「1. ひきこもりと環境」で、ひきこもりは自ら進んで困難を回避したものではなく、ひきこもらざるを得なくなることを述べたが、逆に学校に通い続けることも自ら進んで行ったことではない場合がある。すなわち、自己決定して心から望んで学校に通い続けたのではなく、通い続けることしかできなかつた場合である。

ここでいう自己決定ができない状態とは、行くのを当然視する社会的文脈の中で自らの意志を押し殺したり、内在化した社会的規範やその規範に基づいて自らを責める内なる声に従っていくことである（ただし、本人が意識していない場合も含む）。さらに、本人が周囲（環境）から望まれる（認められる）役割との間に葛藤し、決めることができない場合や、周囲（環境）に従わざるを得なくなる場合である。

ひきこもることは、このような自己決定ができない状態の中で本人が破綻していく状態と考えられる。そのため、この破綻の中で、本人は自尊心を傷つけ自己否定の中に身を置くことになるのである。

また、ひきこもり状態が続く中で自己否定が深まり、本人が全く自信を持ってない状態になると、家族やインターネットなどから得た情報を基に、本人がサービスの利用を考えることがあっても、本人は「自分みたいな者が行ってもいいのか」「自分みたいな者を受け入れてもらえるのか」と不安を募らせ、その一歩を踏み出すことはできない。それは、本人

は常に自信を失い、不安の中に置かれているからである。このように、自分に自信が持てない状態では、他者の中に入って行って関係を作ることは非常に困難であり、その困難を恐れることで他者を恐れることにもつながっていく。

さらに、「役割」について見ていくと、Helen Harris Perlman(= 1968 : 26)は社会的役割と行動に関して、「その人の行動振舞で『あるもの』と行動振舞と『なるもの』は彼と彼の属する文化が、彼の身分と彼の主なる社会的役割に附与する期待によって形づくられ、かつ判断されるのである」と述べている。このように、現在そして将来の行動は期待される社会的役割によって規定されていくが、ひきこもり状態においては、その社会的役割を担えない状況となっている。

この本人が担えない社会的役割とは、社会全体を覆う価値観(環境)を基にする役割であり、ひきこもる家庭内においても同様の価値観が支配している状況では、先ほど述べた自己決定できない状況を引き起こし、本人は自己決定することも役割を担うこともできないと考えられる。

家族がこの社会的な価値観に基づく役割以外の点から本人を認め、本人の小さな自己決定(完全でない自己決定を含む)やさまざまな小さな役割を支えていくことが、前節で述べたことと同様に本人の自己肯定感を高め、本人をエンパワメントしていくことにつながるようになる。

### (3) 本人のエネルギー

「4-1) 本人へのエンパワメント」および前節において、本人へのエンパワメントと本人の変化へのエネルギーを蓄えることを述べたが、このエネルギーとは家の外に出ること、すなわち家族以外の他者と関係をつくろうとするエネルギーである。このエネルギーは、均衡した家族システムから新たなシステムに移行するためのエネルギーということもできる。

本人は、卒業年齢など区切りとなる年齢やライフサイクルを意識したり、また、家族のライフイベントに遭遇したり、さらに、さまざまな情報やきっかけの中で、エネルギーの高まりとともに家から出ることを考える場合がある。このとき家族は、「2-2) 家族システム内での均衡と本人との距離」で述べた「関わる」ことを通して「居場所」など本人が安心できる支援機関の情報提供ができる関係や、本人の思いを後押しできる関係になっていることが大切となる。

## 5. 社会的構成から見るひきこもり

これまで家族による本人へのエンパワメントを含め、ひきこもりの方の家族への支援を述べてきたが、本章ではこれまで述べてきた「環境」や「システム」の視点を踏まえて「意味づけ」の社会的構成など社会構成主義の点からひきこもりについて述べる。ただし、「はじめに」で述べたように、これはひきこもりに関する基本的な捉え方を示したものであり、全てのひきこもり状態を表したものではない。

## (1) ひきこもりの継続プロセス

「1. ひきこもりと環境」で述べたように、家にひきこもることは、いじめや人間関係の困難など環境（社会的な要因）との不均衡から生じる。そして、それは厳しい社会状況の中で力尽き動けなくなることであり、立ちすくんでいく状態である。この状態が、ひきこもりが継続する「ひきこもりの継続プロセス」への入り口となるのである。

この「ひきこもりの継続プロセス」に入っていく要因、すなわち職場や学校に行けず自室で立ちすくむ状態が継続する要因は、動けなくなる（行けなくなる）ことによって、厳しい社会に戻そうとする家族などの身近な環境からの要請との間に、葛藤を高めていくことだけでない。それに加え、たとえひきこもることが自らを守るためのものであったとしても、社会的に構成された価値観から認められない状態となるためである。この状態の中で本人は、動けない（行けない）ことを卑下していくとともに、評価されない「ダメな存在」「恥ずかしい存在」として意味づけられていくことにより、ネガティブな心情の中で身動きが取れなくなっていくのである。<sup>注3)</sup>

次に、ひきこもった本人はこの意味づけの中で自己否定を高め、社会に、人前に自らをさらすことができなくなり、訪ねて来てくれた友人をも避ける場合がある。また、本人の状態を許さない家族に対しては接触を断って自室にこもり、近隣からそそがれる目を意識してカーテンを閉め切るなど、本人自らが社会から孤立していくようになる。

さらに、この孤立による「どうしてこのような状態になってしまったのか」という自問自答の中で、社会で活躍する人々や理想としていた自己像（役割）との乖離を強めて自己否定をより高めていき、否定的な過去を想起して、認めてくれない家族に、現実や社会に対して葛藤をより高めていくのである。<sup>注4)</sup>

そして、この葛藤の中で外に出ることへの不安はますます増大し、また、外に出られないこと自体が社会からの疎外感と自己否定をさらに高めて、外に出ることをいっそう困難にしていく。

このような葛藤と不安の増大によるプロセスによって、ひきこもりは深まっていく。また、この深まりとともに「2.(3) 均衡による安定状態」で述べた、家族システムの均衡状態の中での外部システムとの接触からの退避が保たれ続けることにもなると考えられる。すなわち、これまで述べてきた、ひきこもることによって生じ高まる自己否定、さらにそこから生じる不安や苦悩から退避して自らを守るために、本人は外部との接触を断ち、ひきこもり状態を継続せざるを得なくなると考えられるのである。<sup>注5・注6)</sup>

## (2) 社会的意味づけ、そして社会問題としての自己否定と孤立

前節で述べたように、「ひきこもりの継続プロセス」の中に存在する「ダメな存在」「恥ずかしい存在」としての感覚は、「皆と同じことができなくなった者」、すなわち「社会から評価されない者」「社会から挫折し脱落した者」として社会的に構成され意味づけられることから生じている。この

意味づけの中で、本人は自己否定を高め、自ら社会との接触を断って孤立していくのである。

しかし、この社会からの挫折・脱落の感覚から始まる「自己否定と孤立の連鎖」の構図は、ひきこもりだけの問題ではない。それは、例えば非正規雇用に伴う失業と貧困問題など、国家システムの中で生じている社会問題の構図である。この構図の中では、ひきこもる本人と同様に、失業や貧困の中で、人は社会から評価されず脱落者として意味づけられ、恥ずかしい存在として自己否定の中で孤立していくことになる。この社会問題を作り出す環境（システム）は、経済的利益を優先する厳しい労働環境と競争社会、格差社会、そして排他的な社会と考えられる。<sup>注7)</sup>

また、経済優先の中でひきこもり対策も、精神保健分野から雇用支援分野へと広がり、ひきこもる本人の位置づけがニートや生活困窮者と重なっていった。そのため、ひきこもりのゴールが就労と見なされる場合もでてきた。このゴールの設定は一つのゴールとして間違いではなく、就労支援は重要な支援の一つである。しかし、ひきこもる本人のニーズは多様であって、さまざまなゴールへの支援が重要視されるべきであり、単一のゴールは現場での支援者の負担を大きくしている。

### (3) 生き方の脱構築

前節で述べた「自己否定と孤立の連鎖」を生む社会、すなわち「脱落者」「恥ずかしい存在」として意味づける社会は、社会的に構成された「現実」から生まれている。そして、私たち自身がこの「現実」の中に浸り、この「現実」を取り込んで生活をしているのである。

ひきこもり状態においては、本人は、家族からの外出圧力がなくなれば家族への葛藤が軽減する。そして、家族に対する拒否や暴力は少なくなり、家族システムとしての均衡は保たれる。しかし、社会的に構成された脱落者としての「現実」が変わったわけではなく、社会に対する自己否定と孤立は継続し、外に出ることは妨げられ続けることになる。また、本人はやるせなさの中で家族を避けたり、低い自己像といらだちの中で自らを保つために、家族をさげすんだり非難する言動を継続せざるを得ないこともある。

この社会的に構成された「現実」を変えていくためには、家族、本人だけではなく私たち一人ひとりが、「本当の人間の価値とは何か」「生きるとはどういうことか」を問い、社会的に構成された「生き方」を脱構築し、社会常識としての価値観を変換していくことが大切となる。

### おわりに

ソーシャルワークの基盤となる視座は「人と環境」と述べたが、ひきこもることは、それが本意ではなくとも新たな環境に入ることになる。しかし、この新たな環境は、本人に一定の安心感を与えてもそれは永久のものではなく、不安との隣り合わせのものであり、決して本人にとって良い環境とはいえないであろう。さらに、これまでの環境には、これまでの生き方（価値観）のままでは戻ることはできないのである。

ひきこもる本人が発する家族への否定的または攻撃的な言動が、退行によって生じた過去の親子関係の葛藤の再燃であった場合、これまでの生き方であるドミナントストーリーを否定することにより、新たな自己の再構築としてのオルタナティブストーリーをつかもうとしているとも考えられる。ひきこもり状態においても、本人が「自分とは何か」を問い直すことを支え、本人のアイデンティティの確立への歩みを見据えた支援を、安心できる人間関係を通して行うことが重要である。<sup>注8)</sup>

【注】

1) 内閣府「若者の生活に関する調査報告書」(平成28年9月)におけるひきこもりの実態

①調査対象

調査対象は、全国の市区町村に居住する満15歳から満39歳の者。内訳は、若者本人5,000人と同居する成人家族。有効回収率は若者本人3,115人(62.33%)、家族2,897人。(内閣府2016:2-4)

②ひきこもりの人数

ひきこもりの全体の推計人数は、表1のとおりである。ここでは、ひきこもりの全体を「広義のひきこもり」と表し、それは「準ひきこもり」と「狭義のひきこもり」を加えたものである(内閣府2016:10)。また、「ひきこもりを共感・理解し、ともすると閉じこもりたいと思うことがある人たち」として「親和群」を示し、その割合・人数は調査の4.8%、推計165.4万人(2010年調査155万人)としている。(内閣府2016:15)

表1 ひきこもりの推計人数

【広義のひきこもり(準ひきこもり+狭義のひきこもり)】54.1万人(2010年調査69.6万人)		
【準ひきこもり】	有効回収率に占める割合	準ひきこもりの推計人数
ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事するときだけ外出する	1.06% (2010年調査1.19%)	36.5万人 (2010年調査46.0万人)
【狭義のひきこもり】	有効回収率に占める割合	狭義のひきこもりの推計人数
ア.ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける	ア:0.35% (2010年調査0.40%)	17.6万人
イ.自室からは出るが、家からは出ない 又は自室からほとんど出ない	イ:0.16% (2010年調査0.21%)	内 ア:12.1万人、イ:5.5万人 (2010年調査23.6万人、 内 ア15.3万人、イ8.2万人)

内閣府「若者の生活に関する調査報告書」(平成28年9月)p.10より作成

③ひきこもりになった年齢(広義のひきこもり群における現在の状態になった年齢)

「14歳以下」12.2%、「15～19歳」30.6%、「20～24歳」34.7%、「25～29歳」8.2%、「30～34歳」4.1%、「35～39歳」10.2%。(内閣府2016:47)

④ひきこもり期間(広義のひきこもり群における現在の状態になってからの期間)

「6ヶ月～1年」12.2%、「1～3年」12.2%、「3～5年」28.6%、「5～7年」12.2%、「7年以上」34.7%。(内閣府2016:48)

なお、過去に広義のひきこもりであったと思われる人の群での「ひきこもり状態」の継続期間は、「6ヶ月～1年」39.2%、「1～3年」28.5%、「3～5年」9.5%、「5～7年」6.3%、「7年以上」14.6%となっている。(内閣府2016:60)

⑤ひきこもりの年齢割合(広義のひきこもり群)

「15歳～19歳」10.2%、「20歳～24歳」24.5%、「25歳～29歳」24.5%、「30歳～34歳」20.4%、「35歳～39歳」20.4%。(内閣府2016:16)

なお、40歳以上を含めたひきこもりの年齢割合の調査では以下のような調査結果がある。ただし、島根県の調査は県人口当たりの割合であり、KHJ 東海なでしこの会（全国引きこもり KHJ 親の会の支部）は愛知県・岐阜県・三重県の会員数に対する割合である。

ア. 山形県子育て推進部「困難を有する若者に関するアンケート調査報告書」（平成 25 年 9 月）

「15 歳～19 歳」6%、「20 歳代」20%、「30 歳代」27%、「40 歳代」24%、「50 歳代」14%、「60 歳以上」6%。

イ. 島根県健康福祉部「ひきこもり等に関する実態調査報告書」（平成 26 年 3 月）

「10 歳代」0.21%、「20 歳代」0.31%、「30 歳代」0.28%、「40 歳代」0.28%、「50 歳代」0.20%、「60 歳代以上」0.04%。

ウ. KHJ 東海なでしこの会「なでしこの会会員の実態」（2013.9.29）

「10 歳代」2%、「20 歳代前半」11%、「20 歳代後半」23%、「30 歳代前半」17%、「30 歳代後半」22%、「40 歳代前半」21%、「40 歳代後半」4%。

## 2) 父親の役割

斎藤学(1998:35-36)は、父の仕事の本質を「区切ること」と述べ、それは、①「この者たちに私は責任を負う」という家族宣言により他の家族から区分すること、②是非善悪を区切り、掟をしきルール（規範）を守ることを家族メンバーに指示すること、③母子の癒着を断ち、親たちと子どもたちの間を明確に区切ることであると述べている。

また、笠原嘉(1977:213-214)は、親や教師の役割が、接近要求と同時に攻撃要求の対象として見出される両刃的両面的であらざるを得ないと述べ、「精神病理学もまた、力強いモデルを父親ないしその代理者から発見できないことから青年の不安が発することに気づいている」と述べている。

## 3) ひきこもりにおける「立ちすくみ」

梅林秀行(2011:375)は、ひきこもり状態を「撤退行動としてのひきこもり状態」と捉えるとともに、「撤退行動という積極的な語感よりも、本人としては進むも退くも困難という状況のなかで立ちすくんでしまったという、語源としては消極的な表現が的を射ているかもしれません」と述べている。

筆者も「立ちすくむ」という表現が適切と考えてこの表現を使用しており、力尽き動けなくなった後に、ネガティブな心情の中で立ちすくんでいくのではないかと考えている。

## 4) ひきこもり状態における自問自答と自己否定

梅林(2011:375-376)はひきこもり状態における自問自答と自己否定に関して、「なぜ、ひきこもってしまったのか。自室のなかで、あるいは布団のなかで、本人は自問自答を繰り返しています」と述べ、さらに、「自問自答を通じた言語化は、自己否定を出発点とした記憶の再編成という作業である傾向が強い」とし、この作業は「それまでの人生が全て否定的なものとして批判対象となる作業」であり、「ひきこもっている現状から脱却したいと未来を意識すればするほど自己否定がかえって深まってしまう」と述べている。

## 5) ひきこもりとアクティング・アウト、自我親和型ノイローゼ

笠原(1977:125)は、アクティング・アウトを「本来心の『内側』に『体験として』保持されてしかるべき不安や緊張が『行動として』『外へ』発散されること」と述べ、それは、さも親しい人物へと向けられるとしている。また、笠原(1977:128-129)は、自殺や自傷、社会性のある行動までもアクティング・アウトの一種とみなしうとしている。

さらに、笠原(1977:151-152)は、症状を異質と感じない「自我親和型ノイローゼ」として学校嫌いやスチューデント・アパシーなどを挙げ、「学校や職場を離れて自分の部屋へ退却しておれば、そこには穴ぐらの心地よさ、体内的なぬくもりさえあって、悩みはない」と述べている。

本人が現す外出刺激への強い抵抗もアクティング・アウトといえるのであろう。また、「自我親和型ノイローゼ」における学校嫌いやスチューデント・アパシーの機制と同様に、ひきこもることによって社会における対

人関係を断つことができ、社会に出ることへの不安、さらに、ひきこもり当初の葛藤さえも退避することができる。そして、これらに加え、現在や将来への不安を内的に体験すること自体をごまかすためにも、退避することで自分を守り続けること、すなわち、ひきこもりを継続することが必要になると考えられる。

なお、Charles Rycroft(= 1992 : 89) は、「行動と願望が主観の理想や自己像と両立可能な場合、それらは自我親和的であると言われる」としている。

#### 6) ひきこもりの方などの不安や苦悩の状態

内閣府「若者の生活に関する調査報告書」(平成 28 年 9 月)からは、広義のひきこもり群、親和群、それら以外の一般群での不安や苦悩の状態を見ることができ、主なものを下記①から⑩に示す。(①から⑩は、「若者の生活に関する調査報告書」の「自身にあてはまること(本人票)」「不安要素についてあてはまること(本人票)」より一部を抜粋)

この①から⑩の結果は、ひきこもることによる不安や苦悩の退避を直接示すものではないが、広義のひきこもり群より、親和群の方が不安や苦悩の状態を抱えていることがわかる。特に「はい」と「どちらかといえばはい」を答える項目では、「はい」のみを比べた場合、その開きは大きくなっている。これらのことから、ひきこもることによる一定の安定を推測することができる。

##### ①「自分の欠点や失敗を少しでも悪く言われると、ひどく動揺する」(内閣府 2016 : 64)

「はい」+「どちらかといえばはい」とする者の割合は、広義のひきこもり群で 67.3%、親和群で 78.7%、一般群で 49.5%。また、「はい」のみでは、広義のひきこもり群で 26.5%、親和群で 42.0%、一般群で 11.2%。

##### ②「人といると、馬鹿にされたり軽く扱われはしないかと不安になる」(内閣府 2016 : 64)

「はい」+「どちらかといえばはい」とする者の割合は、広義のひきこもり群で 55.1%、親和群で 66.7%、一般群で 31.2%。また、「はい」のみでは、広義のひきこもり群で 20.4%、親和群で 38.0%、一般群で 6.6%。

##### ③「周りの人に自分が変な人に思われているのではないかと不安になる」(内閣府 2016 : 65)

「はい」+「どちらかといえばはい」とする者の割合は、広義のひきこもり群で 51.0%、親和群で 63.3%、一般群で 25.2%。また、「はい」のみでは、広義のひきこもり群で 16.3%、親和群で 34.7%、一般群で 6.0%。

##### ④「他人から間違いや欠点を指摘されると、憂うつな気分が続く」(内閣府 2016 : 65)

「はい」+「どちらかといえばはい」とする者の割合は、広義のひきこもり群で 49.0%、親和群で 76.0%、一般群で 42.2%。また、「はい」のみでは、広義のひきこもり群で 28.6%、親和群で 46.0%、一般群で 9.6%。

##### ⑤「人とのつきあい方が不器用なのではないかと悩む」(内閣府 2016 : 69)

「はい」+「どちらかといえばはい」とする者の割合は、広義のひきこもり群で 57.1%、親和群で 70.7%、一般群で 40.3%。また、「はい」のみでは、広義のひきこもり群で 32.7%、親和群で 48.0%、一般群で 11.8%。

##### ⑥「自分の感情を表に出すのが苦手だ」(内閣府 2016 : 70)

「はい」+「どちらかといえばはい」とする者の割合は、広義のひきこもり群で 53.1%、親和群で 64.0%、一般群で 41.1%。また、「はい」のみでは、広義のひきこもり群で 18.4%、親和群で 42.0%、一般群で 9.9%。

##### ⑦「生きるのが苦しいとすることがある」(内閣府 2016 : 76)

「あてはまる」とする割合は、広義のひきこもり群で 44.9%、親和群で 56.7%、一般群で 16.8%。

##### ⑧「絶望的な気分になることがよくある」(内閣府 2016 : 76)

「あてはまる」とする割合は、広義のひきこもり群で 42.9%、親和群で 53.3%、一般群で 11.6%。

##### ⑨「他人がどう思っているのかとても不安」(内閣府 2016 : 76)

「あてはまる」とする割合は、広義のひきこもり群で 36.7%、親和群で 57.3%、一般群で 22.4%。

##### ⑩「死んでしまいたいと感じることがある」(内閣府 2016 : 76)

「あてはまる」とする割合は、広義のひきこもり群で 24.59%、親和群で 41.3%、一般群で 9.1%。

#### 7) 失業や貧困、自己否定(自信・自尊心の喪失、恥辱)、孤立との関係

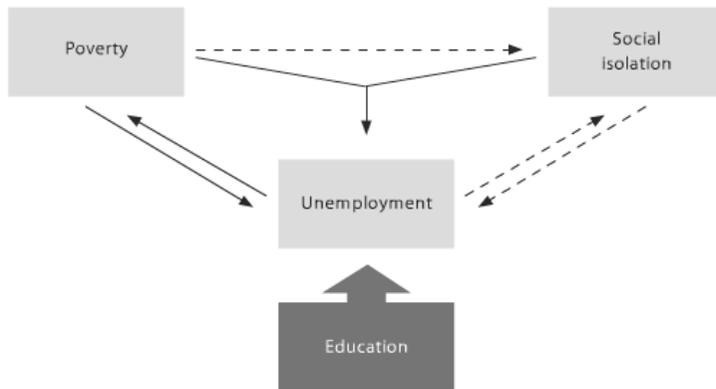
国連開発計画(United Nation Development Programme, 以下 UNDP という)はホームページ(日本語)

において、「貧困と社会的、文化的排斥」に関する部分で次のように述べている。

長期にわたる失業はまた、自信喪失、さらには自尊心の喪失を招くことがあります。中には失意のあまりひきこもってしまう人もいます。こうして精神的に辛い状態に陥ると、仕事を見つけて失業と貧困から抜け出すことはますます困難になります。

さらに、UNDP in Croatia の報告書「Poverty, Unemployment and Social Exclusion」(2006: 12) は、図1「教育と社会的排除の『悪循環』」を示し、「社会的排除は、失業、貧困そして社会的孤立の3つの構成要素による悪循環としてしばしば認められる」と述べ、さらに、「お金の欠乏と、失業により引き起こされることがある恥辱のために、社会のつながりは弱められ、社会的孤立の公算はますます強くなる」と述べている。

図1 教育と社会的排除の「悪循環」



(出所：United Nations Development Programme in Croatia (2006)Poverty, Unemployment and social Exclusion, p.12)

自己否定に関しては、後藤広史(2009:12-13)は「社会的に孤立することによって『ソーシャルサポートネットワーク』が欠如する」。そして、ソーシャルサポートネットワークの下位分類の一つである評価やフィードバックにかかわる「認知的サポートが欠如すると、自己を否定的に捉えるようになり、積極的な行動が抑制されるようになる」と述べている。

#### 8) ひきこもりとアイデンティティ

Erik H. Erikson(1968 = 1982:176-177) は、「アイデンティティの危機の彼方」のうち、「まず最初におとずれるのは、親密性の危機である」(傍点は原文のまま)と述べている。これは、青年期以後に始まる「前成人期」(preadult) の心理・社会的危機として挙げられているものである。また、Erikson(1959 = 1982:119-120) は、「自己の同一性について確信のもてない青年は、人間関係の親密さからしりごみしてしまう」とも述べ、「親密さの対象は『隔たり』である。すなわち、拒絶したり、孤立したり、存在が自己の存在にとって危険に見える人や人を破壊したりする傾向である」と述べている。

さらに、神谷美恵子(1982:93-94) は、中卒の少女の集まる准看護学院の少女たちと都会の女子大学生を比べ、「都会の女子大学生のほうがはるかに『役割の混乱』を示していると思う」と述べ、「現代日本では外的社会事情からアイデンティティ確立の時期がおくれ、エリクソンのいう『精神社会的猶予期間』 psychosocial moratorium が不当に延長されている」と述べている。このことは学歴社会により、進学することが一義となっている現代日本社会を示していると考えられ、現在においても当てはまるものと考えられる。

一方、内閣府「若者の生活に関する調査報告書」(平成28年9月)によれば、ひきこもり状態となった年齢は19歳以下が42.8%であり、20～24歳が34.7%となっている(内閣府2016:47)。このことから、多くはアイデンティティの確立が未達成の中で、ひきこもり状態になっていくと考えられる。アイデンティティの

未達成の中でのひきこもり状態はアイデンティティの拡散（混乱）を招き、この点からも本人は自己を守るために他者との関係から退避続けることになるとも考えられる。

そうであるならば、不用意な本人への介入は、その介入が本人にとっては不完全な弱い自己への侵入、脅威と感じられる。そのため、支援においては時間をかけて本人と安心できる関係を築くことを第一とし、本人が、他者（家族、支援者、当事者同士など）との関係の中で役割を担い、アイデンティティの確立に向けてゆっくりと進んでいくことを視野に入れることも必要である。

#### 【引用文献】

- 天谷真奈美・崎弥生（2006）「社会的ひきこもり青年を抱える親への看護援助に関する研究—エンパワメントの観点から」『千葉看護学会誌』12（1）（<http://mitizane.ll.chiba-u.jp/metadb/up/assist1/n-0291.pdf>,2016.8.1）.
- 梅林秀行（2011）「内的葛藤としてのひきこもり—現場の雑感」『臨床心理学』（金剛出版）11（3）.
- 笠原嘉（1977）『青年期—精神病理学から』中央公論社.
- 後藤広史（2009）「社会福祉援助課題としての『社会的孤立』」『福祉社会開発研究』（東洋大学）2（<https://www.toyo.ac.jp/uploaded/attachment/525,2016.9.6>）.
- 国連開発計画（United Nation Development）「貧困と社会的、文化的排斥」（<http://www.undp.or.jp/arborescence/ufop/exclusion01.html,2016.9.4>）.
- 神谷恵美子（1982）『こころの旅 付本との出会い』みすず書房.
- KHJ 東海なでしこの会（2013）「なでしこの会 会員の实態」（NPO法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）・全国引きこもり KHJ 親の会福岡大会実行委員会主催 全国引きこもり家族・支援者代表交流研修会第8回福岡大会 シンポジウム別冊資料1）.
- 斎藤学（1998）『インナーマザーは支配する—侵入する「お母さん」は危ない』講談社.
- 島根県 健康福祉部（2014）「ひきこもり等に関する実態調査報告書」（<http://www.pref.shimane.lg.jp/kenpukusomu/index.data/hikikomori-jittaityousa.pdf,2016.9.23>）.
- 竹中哲夫（2014）『長期・年長ひきこもりと若者支援地域ネットワーク』かもがわ出版.
- 内閣府 政策統括官共生社会政策担当（2016）「若者の生活に関する調査報告書」（平成28年9月）（<http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/h27/pdf-index.html,2016.9.15>）.
- 山形県 子育て推進部若者支援・男女共同参画課（2013）「困難を有する若者に関するアンケート 調査報告書」（<http://www.pref.yamagata.jp/ou/kosodatesuishin/010003/wakamonoshien/tiikikyougikai/research/honbun.pdf,2016.9.23>）.
- 山田武司編（2011）『繭の中から—ひきこもり、不登校の当事者・親・支援者からの声』名古屋ライトハウス.
- 山田武司（2011）『平成23年度ひきこもり支援講演会資料』（大府市・大府市社会福祉協議会主催）.
- 山田武司（2014）「ひきこもりの理解のために—一家族の対応とひきこもりの意味」まちかどサポートセンター編集委員会『霧が晴れた朝—こころの病を持つ当事者と支援者からのメッセージ』名古屋ライトハウス.
- Charles Rycroft（1968）A Critical Dictionary Psychoanalysis, Thomas Nelson and Sons.（= 1992, 山口泰司訳『精神分析学辞典』川出書房新社.）
- Erik H. Erikson(1959)Psychological Issues—Identity and The Life Cycle, International Universities Press.(= 1982, 小此木啓吾訳編『自我同一性』誠信書房.)
- Erik H. Erikson（1968）Identity—youth and crisis, W. W. Norton & Company.(= 1982, 岩瀬庸理訳『アイデンティティ—青年と危機』金沢文庫.)
- Helen harris Perlman(1957)Social Casework:A Problem-solving Process,The University of Chicago Press.(= 1966, 松本武子訳『ソーシャル・ケースワーク—問題解決の過程』全国社会福祉協議会.)
- Herbert H. Aptekar（1941）Basic Concepts in Social Casework, Chapel Hill : University of North Carolina Press.(= 1968, 黒川昭登訳『機能主義 ケースワーク入門』岩崎学術出版.)
- Roberta R. Greene（1999）Human Behavior Theory and Social Work Practice Secondo Edition, Walter de Gruyter.（= 2006, 三友雅夫・井上深幸監訳『ソーシャルワークの基礎理論—人間行動と社会システム』

みらい.)

Siobhan Maclean, Rob Harrison (2011) The Social Work Pocket Guide to... POWER AND EMPOWERMENT, Kirwin Maclean Associates. (= 2016, 木全和己訳『パワーとエンパワーメント』クリエイツかもがわ.)

United Nation Development Programme in Croatia (2006) Poverty, Unemployment and Social Exclusion ([https://issuu.com/undphr/docs/poverty\\_\\_unemployment\\_and\\_social\\_ex,2016.9.4](https://issuu.com/undphr/docs/poverty__unemployment_and_social_ex,2016.9.4)).