

令和 6 年 6 月 9 日現在

機関番号：10102

研究種目：若手研究

研究期間：2019～2023

課題番号：19K14408

研究課題名（和文）親子の愛着課題の二重負荷構造への介入を通したひきこもりへの家族支援プログラム開発

研究課題名（英文）Development of a family support program for Hikikomori through intervention in the dual burden structure of parent-child attachment issues

研究代表者

齋藤 暢一郎（SAITO, Choichiro）

北海道教育大学・大学院教育学研究科・准教授

研究者番号：90722091

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：ひきこもりの家族を対象にしたオンデマンド形式で受講可能なオンラインの心理教育プログラムを作成した。アタッチメントの視点を取り入れ、家族の想像する力を発揮していくことで家族を支援するプログラム内容とした。次に、プログラムの効果を検証し、ひきこもりに関連する行動が改善されること、メンタライゼーションの変化とひきこもり関連行動の改善に相関すること等が示された。

また、ひきこもりの家族における想像する力について調査し、ひきこもりの初期の動揺や将来への不安は親のメンタライズ機能が損ねてしまうこと、ひきこもりの場合は内面を想像する手がかりが少ないため、本人の辛さや苦しさを想像しにくいことなどが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究で作成した家族サポートプログラムの検証からは、ひきこもりにアタッチメントやメンタライゼーションの視点を取り入れることで、家族の子ども理解や自己理解を深めることができる可能性が示唆された。また、家族の想像する力の回復が、家族の問題解決機能を高める可能性が示唆された。このことを踏まえ、従来のコンサルテーション型の家族支援に加えて、個別的なカウンセリングを併用する意義が提示された。

ひきこもりの家族を対象に実施した調査結果からは、家族がひきこもる本人の内面を想像するためには、想像するための手掛かりや見通しが必要であることが考えられた。今後のさらなる実践や調査を通した知見の蓄積が求められる。

研究成果の概要（英文）：This study developed an online psychoeducational program that could be taken on demand for families with hikikomori. The program featured an attachment perspective and content aimed at restoring the family's imagination. Examination of the effectiveness of the program showed that it improved behaviors related to hikikomori, and that changes in mentalization correlated with improvements in hikikomori-related behaviors.

This study investigated the relationship between the families of hikikomori and a function of imagination, and showed that the initial agitation and anxiety about the future experienced by families impair the parents' mentalizing function. It was also shown that in cases of hikikomori, family members have few clues to imagine what their child is going through internally, making it difficult for them to imagine the pain and suffering that the child is going through.

研究分野：臨床心理学

キーワード：ひきこもり 家族支援 カウンセリング アタッチメント メンタライゼーション 自己強化 葛藤  
オンラインプログラム

## 様式 C - 19、F - 19 - 1 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

ひきこもりのように、支援を拒否したり、支援の動機付けが低い若者の増加への対策は喫緊の課題である。これまでひきこもりの対応方法については、専門家(例えば齋藤,1998)の「周囲が温かく見守り、本人を安心してひきこもらせる」というように、家族は積極的に働きかけるのではなく、本人の自発性を待つ受動的な関りが推奨されており、それが当事者家族に浸透している。しかし注目すべきは、そうした受動的関わりの推奨とその浸透から 20 年程経ち、親が受動的に関わるようにしている事例の多くで、ひきこもり状況が解決せずにむしろひきこもりの長期・高齢化が進んでいる。ひきこもり事例にみられるこうした現象について、親子の潜在的な愛着関係の課題と、顕在的なひきこもり問題の対処の困難化という相互影響(愛着課題の二重負荷構造)として捉え直すことで、ひきこもり固有の問題構造へ介入していくことが可能になると期待できる。

### 2. 研究の目的

親子間におけるアタッチメントへの着目を通して安全かつ効果的な形で積極的関わりを促す支援方法の構築を目指す。本研究では、これまで筆者が作成した家族介入プログラム(齋藤ら,2016)に、メンタライゼーションの視点を取り入れた内容を統合したひきこもりの家族支援プログラムを作成する。

### 3. 研究の方法

#### (1)家族サポートプログラム作成

ひきこもりの家族支援の実践、家族会への参与観察、文献調査の知見をもとにプログラムを作成する。

#### (2)プログラム効果検証

プログラム参加者：ひきこもりの子を持つ親 11 家族 12 名。

測定内容：「日本語版メンタライゼーション尺度(松葉ら,2022)」、「対人ストレスコーピング尺度(高本ら,2012)」、「ひきこもり行動チェックリスト(境ら,2004)」、「家族レジリエンス尺度 日本語版(大山ら,2013)」、「アダルト・アタッチメント・スタイル尺度 日本語版(古村ら,2016)」、「精神痛尺度 日本語版(齋藤,2022)」、「コミュニケーション困難度(齋藤,2015)」、「プログラムの役立ち度、プログラムへの取り組み度を尋ねる項目、感想(自由記述)。

測定方法：参加前(1 回目)、全 6 回心理教育受講後(2 回目)、個別相談受講後(3 回目)の 3 地点で測定。

プログラム参加方法：参加者はオンライン上で心理教育コンテンツをオンデマンドで受講。各回受講後に内容の理解度確認の課題を回答したうえで、翌回を受講。全 6 回を受講後にひきこもり支援経験を有する臨床心理士による個別相談を 2 回実施した。

#### (3)想像する力に関するインタビュー調査

対象者：プログラム参加者で、ひきこもりの子を持つ親 11 家族 13 名。

### 4. 研究成果

#### (1)プログラム作成：

全 6 回、1 回あたり約 1 時間のオンライン形式の心理教育(表 1)と全 2 回の個別相談で構成するプログラムを作成した。心理教育では、本人理解の視点として自己強化的メンタリティ(高塚,2002)等の説明を盛り込んだ。また、子どもへの関わりの視点として、内面を想像する力について取り入れた。さらに、これらの内容を踏まえたうえで外部の支援を活用する意味と方法について解説した。

表 1. 心理教育内容

第 1 回	主題	「オリエンテーション」、「ひきこもりの構造」
	内容	ひきこもり概論、ひきこもり問題の特徴
第 2 回	主題	「ひきこもる本人の理解」
	内容	自己強化的メンタリティ、想像する力
第 3 回	主題	「ひきこもる本人の理解」
	内容	精神症状、トラウマ、発達障害
第 4 回	主題	「本人との関わり方」
	内容	コミュニケーションスキル
第 5 回	主題	「対応の視点」
	内容	葛藤 リソース 安全 枠組み、関わりを拒否する事例
第 6 回	主題	「外部支援について」
	内容	家族支援の活用方法、支援の活用方法

## (2) プログラム効果検証

プログラム参加前後で本人のひきこもりに関連する行動（「日常生活活動の欠如」「抑うつ」）が改善されていた。また、メンタライゼーションの変化とひきこもり関連行動の改善に有意な関連が見られたほか、プログラムの取り組み度と家族のレジリエンスの向上に有意な関連が見られた。

## (3) インタビュー調査

ひきこもりの初期は強い不安や焦りにより親のメンタライズする力が機能しなくなってしまう、親自身の内面を探求することよりも、即時的な問題解決方法を求める傾向にある。とりわけ、子どもの将来に対する不安は、親の想像力を固定化させてしまっていた。また、ひきこもり事例では子どもの内面を想像する手がかりが少ないため、親は本人の辛さや苦しさを想像しにくい。こうした親の体験課程を踏まえ、心理教育によって子どもを理解する視点を取り入れ、さらに他者への相談によって内面を想像する力を回復していくことで、家族の問題解決力が発揮されやすくなることが考えられた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 0件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 齋藤暢一朗・深谷篤史	4. 巻 37
2. 論文標題 オンラインツールを通じたひきこもり支援の課題と可能性 訪問支援との比較から	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 日本精神衛生学会	6. 最初と最後の頁 27-31
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 高塚雄介、齋藤暢一朗、秋田敦子	4. 巻 6
2. 論文標題 鼎談 若者のひきこもりをどう支援していくか(「逃げ」を大切にすひきこもり支援)	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 こころの健康	6. 最初と最後の頁 22-41
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計3件（うち招待講演 2件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 齋藤暢一朗
2. 発表標題 ひきこもりの自己強化的心理構造の探索
3. 学会等名 日本心理学会第85回大会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 高塚雄介・齋藤暢一朗・秋田敦子
2. 発表標題 鼎談 若者のひきこもりをどう支援していくか-心理支援と就労支援の違い-
3. 学会等名 日本精神衛生学会第36回大会（招待講演）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 齋藤暢一朗
2. 発表標題 アウトリーチの視点で振り返るトラウマケア
3. 学会等名 第4回日本ブレインスポッティング研究大会（招待講演）
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計3件

1. 著者名 日本学生相談学会(編集), 齋藤暢一朗, ほか24名(分担執筆)	4. 発行年 2020年
2. 出版社 学苑社	5. 総ページ数 7
3. 書名 (執筆担当部分) 第6章 特別なニーズがあるが学生の支援 2.不登校・ひきこもりの学生 『学生相談ハンドブック 新訂版』日本学生相談学会監修	

1. 著者名 境泉洋(編集), 齋藤暢一朗, ほか15名(分担執筆)	4. 発行年 2020年
2. 出版社 金剛出版	5. 総ページ数 5
3. 書名 (執筆担当部分) 3.ひきこもりの支援 訪問支援 『臨床心理学 第20巻第6号 ひきこもり』	

1. 著者名 川畑直人(監修), 大島剛(監修), 郷式徹(監修), 川畑隆(編集), 笹川宏樹(編集), 宮井研治(編集), 齋藤暢一朗, ほか28名(分担執筆)	4. 発行年 2020年
2. 出版社 ミネルヴァ書房	5. 総ページ数 5
3. 書名 (執筆担当部分) 第10章 福祉分野でのその他の取り組み-福祉のその先を見据えて 1.社会的ひきこもり支援 『福祉心理学-福祉分野での心理職の役割』	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------