

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 6 日現在

機関番号：33109

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2016

課題番号：26463511

研究課題名(和文) ひきこもり親の会の参加者を対象とした支援プログラムの効果に関する実証的研究

研究課題名(英文) Practical Research on Effectiveness of Support Program for Participants in Hikikomori Parents' Group

研究代表者

齋藤 まさ子 (Saito, Masako)

新潟青陵大学・看護学部・教授

研究者番号：50440459

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：ひきこもり親の会の参加者を対象に支援プログラムを実施し、その効果を検証した。まず、各地のひきこもり経験者28名を対象に面接調査を実施し、親との関係を中心とした体験のプロセスを明らかにした。その結果、親が理解的対応に変化する時期から家で安心できる生活が可能となり、それが変化への基盤となっていた。これを受けて親の会のプログラムは「親が理解的対応に変化する」ことを目的として作成し、新潟県内で募集した14名の参加者を対象に実施した。評価はルーブリックを用いたパフォーマンス評価、量的な質問紙調査で行った。その結果、全員が一定のプラスの変化が見られた反面、個別的な支援の必要性も示唆された。

研究成果の概要(英文)：A support program was put in place for participants in a Hikikomori Parents' Group and the effectiveness of this program was examined. Interview-questionnaires were carried out with 28 people in different areas who had hikikomori experience, in order to shed light on how their experience had developed. The results showed that from the time the parents' response changed and they became more understanding, the hikikomori became able to live peacefully at home and this in turn provided them with a basis for changing. The Parents' Group program was devised using this information with the aim of changing parents' response so that they became more understanding. The program was put into practice with 13 participants recruited in Niigata Prefecture. The evaluation method was performance evaluation using a rubric carried out by a quantitative questionnaire. A certain improvement was seen in all participants, but on the other hand it seems that individual support is also needed.

研究分野：医歯薬学

 キーワード：ひきこもり親の会 支援プログラムの評価 パフォーマンス評価 ルーブリック ひきこもり経験者の
 体験 親との関係

1. 研究開始当初の背景

ひきこもる若者が社会参加するためには、家族のサポートが非常に重要であるが、有効な解決策が見つけれないままひきこもりが長期化し、家族が疲労困憊しているケースが多数確認されている。ひきこもりの子をもつ家族が運営するひきこもり親の会や支援者による家族教室等が各地で活動している。それぞれの会の活動は具体的な理論的背景や実践的な蓄積が十分であるといえない中で、さまざまな効果的体系的な支援のあり方を模索している状態である。

親がひきこもる子とのかかわりのプロセスにおけるターニングポイントは、あるべき姿を求める価値観から子への理解を基盤とした価値観へと変化する心理的転換点であり、それに伴う子を主体として尊重したかかわりへと変化していく行動的転換点でもある¹⁾。親の会に参加しているからといって、必ずしもターニングポイントに達しているとは限らない現状がある。対策としては、理論に裏付けられた支援プログラムを開発し、多面的な行動的变化の評価基準で評価することにより、より効果的な支援策の検討が可能となる。

さらに、親の行動の変化により子の行動が変化することは研究で明らかにされているが、子の側から親との関係性の中でどのように変化していくのかも明らかにすることで、双方がどのように影響しあっているのかが明らかになる。

2. 研究の目的

開発したひきこもり支援プログラムについて、モデルグループを対象に実践し、評価・検討することを目的とした。そのために以下の項目を実施する。

(1) ひきこもり経験者に面接調査を実施し、親とのかかわりを中心とした心理社会的な回復のプロセス、および回復促進要因を明らかにする。

(2) ひきこもり者のための中間的施設の通所者を対象とした質問紙調査を実施し、社交不安と社会生活、および社交不安とソーシャルサポート、ウェルビーイングへの影響について検討する。

(3) 親の行動的变化の評価基準(ルーブリック)を作成する。

(4) モデルグループを対象に、開発した支援プログラムを実践し、評価・検討する。

3. 研究の方法

(1) ひきこもり経験者への面接調査

研究対象者

北陸、東海、九州地区に在住し、就労中あるいは支援機関に通うひきこもり経験者 28

名を対象に実施した。実施するにあたり、所属の長、本人に研究の主旨を説明し、賛同する人に依頼した。

研究期間は、平成 26 年 7-8 月であり、データ収集は共同研究者 5 名で行った。

分析方法

修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを使って分析した。

(2) 中間的施設への通所者の社交不安の影響

社交不安障害検査(貝谷 2009)と、心理的 well-being 尺度と、ソーシャル・サポート尺度を用いた質問紙で実施した。

研究参加者

九州、東海、北陸地区に在住し、居場所等の中間的施設に通うひきこもり経験者 43 名を対象とした。

研究期間は、平成 27 年 1 月~3 月であり、研究の主旨を説明し同意の得られた人を対象とした。

分析方法

社交不安と社会生活との関連について、相関分析した。また、通所者の社交不安が、ソーシャルサポートとウェルビーイングにどのように影響するのかを、大学生と比較しながら一元配置分散分析を行った。

(3) 親の行動的变化の評価基準の作成

親が子を主体として尊重したかかわりができるようになることを到達点として、「コミュニケーション」「体験を語る」「子との適切な距離を保つ」「忍耐強い探求(主体性)」「子への理解的対応」の 5 つの観点を先行研究から抽出した。レベル 1 に満たないものはレベル 0 として、レベル 3 までの 4 段階の評価基準を作成した。レベル 3 は、到達点として子を主体としてかかわることを理解した上で行動できる段階である。その間、共同研究者間で 5 回検討を重ねた。

(4) モデルグループを対象に、支援プログラムを実践し、評価する。

研究参加者

研究協力を依頼するチラシを作成し、新潟県と政令指定都市である新潟市に協力を依頼した。保健所や公的機関への配布や、一部の地域の民生委員会や新潟市の保健師会で説明する機会をいただいた。子への対応が理解的なものに変化することをゴールとしたプログラムの効果をみたくため、支援をあまり受けていない人が対象であることを説明した。

実施期間は平成 28 年の 3 月から 5 月までであり、開催日により A・B と 2 グループに分け、それぞれが隔週の日曜日に 6 回行った。

グループは、参加者の日程希望により分けた。進行については、6回のうち、1,2,5,6回目は研究代表者が担当し、3,4回目は共同研究者1名が担当した。他に共同研究者が交替で1名参加し、各回の最後に行う臨床動作法の指導と、参加者の観察、発言や状況をノートに書き込む等の役割を担った。

テキストの作成と活用

共同研究者は、臨床心理学、精神看護学、地域看護学、老年看護学を専門としているため、専門分野ごとに役割分担し、プログラムに対応するテキストを作成した。リラクゼーションとして臨床動作法を取り入れたが、研究者らは当該研究会に参加し、実践と考え方を学ぶとともに、主宰者の協力を得てテキストを作成した。

評価方法

・ループリックによる評価

実施前後の行動的变化の評価として、仮想事例について観点に沿った質問項目を用意し、回答してもらった。さらに了解を得て実施中の発言や態度などを記載したノートの記載内容、各回の終了後に担当した研究者間で話し合った気付きや感想等の記述を参考にして、ループリックで評価した。レベル0から3までの4段階とし、0は行動できない、1は部分的にできる、2は行動できるがその根拠の理解は十分ではない、3はその行動が効果的であることを理解した上で行うとした。完成までに検討をくり返した。

評価については、1・4・6回目の担当者が参加者ごとに個別に評価をして集まり、評価が異なる部分は議論を通して統一した。このような検討会を5回開催した。なお、プログラムの評価という研究目的を考慮し、ループリックは参加者に提示せずに行った。

・各回ごとの実施内容についてのアンケート

各回の講座全体の評価と理由、内容(テキストによる学び、参加者による話し合い、臨床動作法など)で最もよかったものの選択と理由、改善点、感想などを書いてもらった。

・実施前後の量的な質問紙調査

家族教室の効果と改善点を見出すことを目的に、心理的 well-being 尺度と日本語版 AAQ- を用いた質問紙による調査を行い、事前と事後の得点について t 検定を行った。

同様のプログラムを魚沼市で実施

魚沼市の協力を得て、平成 28 年 11 月から平成 29 年 3 月まで、6回にわたり家族教室を実施した。研究参加者の募集は魚沼市が担当した。研究者の日程調整がつかず、隔週という定期的な開催ができなかった。

評価は、回毎の実施内容についてのアンケートと実施前後の質問紙調査で行った。

(5)倫理的配慮

上記研究は、新潟青陵大学倫理審査委員会

の承認を得て実施した。

4. 研究成果

(1)ひきこもり経験者への面接調査

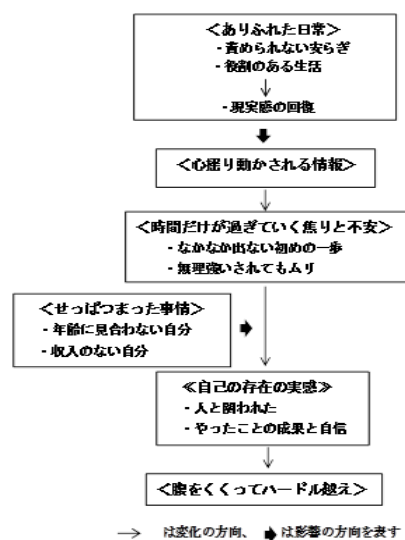
以下の3つのテーマで分析し、結果、結論を得た。

ひきこもる青年の社会参加に影響する要因

研究対象者は、12名で男性8名、女性4名であった。研究開始後、12名の段階で分析したものである。年齢は20歳代4名、30歳代8名で平均年齢は30.3歳(SD=3.98)、ひきこもり期間は1-4年が9名、10年以上が3名であった。

【結果】ひきこもる青年は、家ではありふれた日常を送り、家族から責められない安らぎや役割のある生活の中で現実感の回復に至っている。ある日、心揺り動かされる情報を得るが、なかなかはじめの一步が出せない。周りから無理強いされても無理な状態で、時間だけが過ぎていく焦りと不安の日々を送る。様々なせつばつまった事情や年齢に見合わない現在の自分、収入のないことへの自責感などに背中を押され、さらに、家族以外の人とかかわれたことから自己の存在の実感を持って、ひきこもっているときに得た免許などの成果と自信から、支援機関へと一步を踏み出す。

【考察】行動を起こす前提となるものは、家族の一員としてのつながり、絆の中で、安全で決められた役割を担う日々の暮らしが、それ以降のプロセスを支えていく土台となる。また、ひきこもり状態から一步を踏み出すことは、大きな不安や葛藤、緊張を伴うが、切羽詰った事情は動機付けとなっていた。やったことの成果と自信や人と関わったことは、自尊感情へとつながり、特に人と関わったことは、青年が他者から社会人として認められ、自己の存在の実感を味わえ、社会への一步を踏み出す重要な影響要因となっていた。



→ は変化の方向、➡ は影響の方向を表す

図1 ひきこもり青年が支援機関の情報を得てから自らアプローチするまでの心理社会的プロセス

ひきこもり状態にある人が社会参加に至るまでの心理社会的プロセス

研究対象者は、28名で男性22名、女性6名であった。年齢は20歳代10名、30歳代16名、40歳代2名であり、就労中14名(正規2名、非正規12名)支援機関通所者が14名であった。ひきこもり期間は、5年以下13名、6-10年10名、11年以上が5名であった。

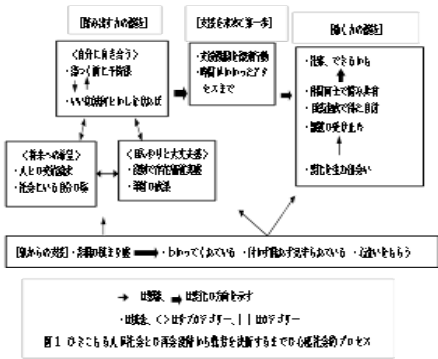
【結果】人との関係疲れでひきこもるが、家族の干渉へのいらだちや、親に心配してほしい思いなどの家族との葛藤と、自分の状況への自責感・焦燥感・不安感に圧倒されて、自ら操縦不能状態であった。徐々に親からの干渉という重石が取れることで、会話のある日常が可能となり、役割を持ちたい思いや支援情報に関心を抱くなど意欲の芽生えが見られる。その反面、自分を見つめる余裕ができ、あるべき姿と現実との狭間で葛藤が続く。あるとき小さな自信の蓄積が背中を押して勇気を持ってハードル越えを果たした。

【考察】ひきこもってから社会参加するまでには、<自己の操縦不能><干渉という重石が取れる><小さな自信の蓄積>という、3つの段階がある。どの段階にいるのかを見極めた対応が求められる。

回復に向かうターニングポイントは、親からの干渉という重石がとれ安心感が持てることである。家族心理教育や社会への啓発により、早期にそれが実現できるような支援が求められる。さらに、社会へと歩みだすことは、強い緊張感が伴う。その力は、家族の一員として遇され、家庭内で役割をもち、免許や資格取得、外部の人とかかわることなど小さな自信の積み重ねにより培われていた。

ひきこもる人が社会との再会段階から就労を決断するまでの心理社会的プロセス

【結果】親の批判的態度の軽減により、踏み出す力の醸造が行われるようになっていた。それは、(自分に向きあう)(将来への希望を持つ)(ぼんやりと大丈夫感)を抱くことであり、3者が互いに影響しあっていた。ある日支援を求めて第一歩を踏み出し、支援機関では、信頼できるスタッフや仲間との出会いにより、自らの課題を受け止め、目標を立てそれを達成することで得る自信など、働く力の醸造が行われていた。プロセス全体に親からの支援が影響していた。



(2) 中間的施設の通所者への質問紙調査

社交不安がソーシャル・サポートとウェルビーイング(WB)に及ぼす影響

調査対象者は、通所者42名で男性31名、女性12名であり、年齢は20-24歳8名、25-29歳13名、30-34歳7名、35-39歳5名、40歳以上10名であった。大学生は108名で、男性10名、女性97名、10歳代10名、20-24歳96名であった。

【結果】社交不安がサポートとWBに及ぼす影響を検討するため、社交不安障害検査の合計得点をもとにして、通所者を高群(18名)、低群(24名)に、学生群を高群(25名)中群(50名)低群(25名)に分けた。この6群を独立変数とし、ソーシャル・サポートとWBの合計得点および下位尺度得点を従属変数として、一元配置の分散分析を行った。その結果、すべての要因について1%水準で有意差が認められた。多重比較の結果、WBの下位尺度である自律性を除いて、学生低群と通所低群が他の3群より1%水準で有意に高かった。通所高群については、母親サポート、WB計、人生目的、自己受容、環境制御力、積極的他人関係は他の4群より有意に低かったが、スタッフ(友人)サポート、人格的成長、自律性については学生高群の間に有意差は認められなかった。また、父親サポートについては、通所低群との間に有意差は見られなかった。通所低群と高群の社会生活は、ボランティア活動への参加のみ1%水準で有意に頻度が高かった。

【考察】通所者は、自律性は学生に劣らず高いが、高群では特に両親からのサポートと人生の目的、自己受容、環境制御、積極的他人関係が低い。そのため、社交不安の高い通所者は、自分のありようを受け入れながら、自分を活かせるよう環境を動かし、他者と信頼関係を築くというよりは、ひとりで頑張ってしまうやすい。社交不安の低い通所者も、社交不安障害得点を含めて学生と大きな差はないものの同様の傾向がある。そのため通所者には、自律を強調する支援よりも、周囲の人々との関係に着目する支援が有効であることが示唆された。

(3) モデルグループを対象とした支援プログラムの実践と評価

【研究協力者】ABグループ合計で13名(夫婦5組)であり、そのうち保健師や公的支援機関から勧められて参加した人が9名であった。13名を、参加者の日程希望どおりにABそれぞれ8名と5名に分け実施していたが、親の年代が比較的若いグループに所属していた60代後半の夫婦が、4回目より同年代のグループへの移動希望があり6名と7名のグループ編成となった。

【プログラムの概要】

- 1 回目：ひきこもりを理解しよう
- 2 回目：本人の歩むプロセス
- 3 回目：ストレスの自己管理をしよう
 - ・ストレス反応について
 - ・リラクゼーションとは
 - ・ストレンクスを見つける
- 4 回目：ひきこもりと青年期の発達課題、居場所へ通う人たち
- 5 回目：はじめの一步を大切に
- 6 回目：対処し続けられるために自分の時間管理
体験を話すことの意味
勇気ある一步を踏み出す

* 上記内容はテキストに沿っている

1日の流れ(13時 - 16時)

緊張をほぐす目的で、コーヒー等の飲み物や菓子を用意し、花を飾った。家族が本人を主体に考えられるようになるためには、家族自身が十分受容されることが前提になるため、それぞれの家族の語りは、なるべく途中で遮らないことを心がけた。さらに、家族同士のやりとりも体験的理解をする上で重要な位置をしめるため、終了時間を守る以外は臨機応変な進行を心がけた。

1. 導入(40分)・・・近況や、2回目から自ら立てた課題の実施状況について語る。
2. テキストの学習と意見交換(80分)・・・毎回の最後に動作法を20分程度行う以外は、すべて語り合いとした。

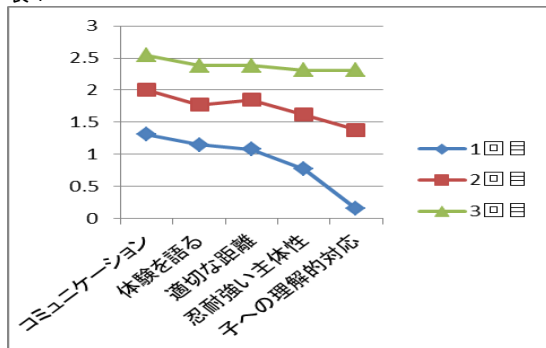
【休憩10分】

3. 次回まで行う課題発表(30分)
4. 動作法(20分)
効果測定動作、タッピングタッチ、動作法によるリラクゼーション法、リラクセス呼吸法、漸進性弛緩法、自己コントロールについて(テキストを配布)

ループリックによる観点別の変化の平均(5回目から参加した2名を除く)

表1のとおりである。1回目は開始前、2回目は4回目を終えた時点、3回目は6回目の終了時点で評価した。

表1



各参加者全員にプラスの変化がみられた。「理解の対応」は、実施前では13人中11人

が0であった。実施後は、12名が3か2へとプラスに変化していた。特に、子が中学生や高校生の40代の父親2名は、0から3に上昇した。観点別にみると、個々の事情(家庭内の人間関係など)を抱えた参加者2名について、それぞれ「コミュニケーション」と「適切な距離」で変化が見られなかった。

質問紙調査

家族教室の効果と改善点を見出すことを目的に、心理的 well-being 尺度と日本語版 AAQ-、親自身が受けているソーシャル・サポート、子どものひきこもりの程度を対象にして、事前と事後に質問紙調査を実施し得点について t 検定を行った。

【結果・考察】

心理的 well-being 尺度の下位尺度である環境制御力について、5%水準で有意に事後の方が高いことが認められた。家族教室は、6回という比較的短期であり、調査対象者も多くなかったが、自分の力でうまく切り抜ける、柔軟に対応するといった環境制御力が高まったことがわかった。同じく心理的 well-being 尺度の下位尺度である自己受容、人生の目的、人格的成長といった自我関与の深い部分、あるいは積極的他者関係、ソーシャル・サポート、子どものひきこもりの程度といった周囲の人々との関係を変えるまでに至らなかった。しかし、柔軟に対応できる、自分でうまく切り抜けるといった行動力がえられたことは、今後、ひきこもっている子どもへの対応が大きく変化していくこと、しかも柔軟性といった重要なポイントでの変化が期待される。その効果が波及するまでは時間がかかるであろうが、比較的短い期間であった家族教室も親の子どもに対する行動に変化を引き起こすといった直接的な側面には効果があったと考えられる。

各回毎のアンケート結果

・講座の中で最もよかった項目では、「参加者による話し合い」が全回を通じて最も多かった。同じ体験をしていた者同士の交流の重要性と、それまで気持ちを分かち合えないで孤独の中で苦悩していた実態が見える。

・1回目から臨床動作法を実施していたが、効果に関する理論的説明は3回目で行った。それ以降は、最もよかった項目に臨床動作法も付け加える人が6名いた。

・3回目頃から他参加者の体験談に共感したりわかってもらえる、不安が解消されたなどの内容が目立ってきた。他参加者の体験談に興味関心を向けられる心理的余裕が出てきたためと考えられる。

・5回目頃から家族教室終了後を心配する記述が目立った。継続した拠り所を求めていることがわかる。

・1-2回目までは方法論を知りたいという記述が散見されたが、いずれも子への自分の姿勢についての記述(子への視線がやわらかく

なった、前向きに変化したなど)へと変化していた。

実施後の気付きと今後の課題

・ルーブリックの評価から、親の年齢が若い方が観点をすべてにおいてほぼ3に上昇していた。子のひきこもり期間が短いこと、柔軟な思考が関係しているものと考えられる。

・開始時点の「子への理解的対応」は10名が0であったことから、長期化を食い止めるため家族への啓発に重点をおいた対策が必要である。

・家庭内の人間関係の事情を抱えた参加者から、他家族成員の批判的言動に影響され、学習内容を家庭で実行できない、自らの考え自体が揺らぐなどの苦悩が語られた。子をとるべく家庭内成員の環境整備について深刻な課題が残された。

・途中から年齢が近いグループに移動した夫婦のその後の満足度が高かった。グループ編成の際は、親の年齢層の配慮も必要である。

・グループ内の交流については、3回目にはメンバー同士の意見交換が少しずつ行われるようになった。5回目には、全員が子の小さな変化について表情豊かに語る姿がみられたが、相互に子の変化を喜び合う姿が印象的であった。毎日ではないが学校に通い始める、支援機関に通い始める、家の手伝いをする、自室から居間に出てくるなど、の変化であった。

・5回目に夫が2名参加したり、最終日の反省点として夫や妻を連れてきたかったという意見が3名から出た。4組の夫婦が最初から参加していたが、夫や妻のみの参加者が、家族教室をとおして夫婦で共同で取り組む必要性について、実感したものと思われる。

・今回は大学が実施場所であり、県内の遠方から通う参加者から近隣での開催を望む声があった。

魚沼市と共催で、6回の親の会を実施した。実施の間隔が2週間から1ヶ月と一定ではなかったことなどが影響して次回までに家で行ってくる課題が実施できない参加者が目立ったことなどがあり、プログラムどおりに順調に行えてはいなかった。しかし、子への理解的対応の動機付けとなり、その後も魚沼市が実施する親の会に継続参加している。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計1件)

齋藤まさ子、本間恵美子、内藤守、田辺生子、佐藤亨、小林理恵、ひきこもる人が社会との再会段階から就労を決断するまでの心理社会的プロセス、新潟青陵学会誌、査読有、第9巻第1号、11-20、2017

〔学会発表〕(計4件)

(1) 齋藤まさ子、ひきこもる青年の社会参加

に影響する要因 - 支援機関にアプローチするまでの体験の質的分析 -、第7回新潟青陵学会、2014,11,8、新潟青陵大学(新潟市)

(2) 齋藤まさ子、ひきこもり状態にある人が社会参加に至るまでの心理社会的プロセス、日本家族看護学会第23回学術集会、2016,8,28、山形テルサ(山形市)

(3) 本間恵美子、ひきこもり居場所通所者の社交不安がソーシャル・サポートとウェルビーイングに及ぼす影響、日本カウンセリング学会第49回大会、2016,8,27、山形大学小石川キャンパス(山形市)

(4) 齋藤まさ子、ひきこもり青年の対人緊張と社会生活との関連、第23回世界心身医学会、2015,8,21、グラスゴー(イギリス)

<文献>

1) 齋藤まさ子、本間恵美子、真壁あさみ、内藤守、ひきこもり親の会で母親が子どもとの新たな関わり方を見出していくプロセス、家族看護学研究、査読有、第19巻第1号、2013.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

齋藤まさ子 (Saito, Masako)
新潟青陵大学・看護学部・教授
研究者番号：50440459

(2) 研究分担者

本間恵美子 (Honma, Emiko)
新潟青陵大学・大学院臨床心理学研究科・教授
研究者番号：80219245

内藤守 (Naito, Mamoru)
新潟青陵大学・看護学部・准教授
研究者番号：80410249

田辺生子 (Tanabe, Seiko)
新潟青陵大学・看護学部・助教
研究者番号：30524722

藤野清美 (Hujino, Kiyomi)
新潟青陵大学・看護学部・助教
研究者番号：20719504

(3) 連携研究者

佐藤亨 (Sato, Toru)
新潟青陵大学・大学院臨床心理学研究科・准教授
研究者番号：20380131

(4) 研究協力者

小林理恵 (新潟青陵大学看護学部)