

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 14 日現在

機関番号：10101

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2014～2016

課題番号：26870003

研究課題名(和文) 不登校・ひきこもりの長期化事例を訪問支援へつなげる家族支援研究

研究課題名(英文) Family support to connect case of prolonging school refusal/hikikomori to visit support.

研究代表者

齋藤 暢一郎(Saito, Choichiro)

北海道大学・保健センター・講師

研究者番号：90722091

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,900,000円

研究成果の概要(和文)：ひきこもりの長期化事例を支援に繋ぐための集団型プログラムを作成した。2014年度は、家族支援プログラム作成のための調査を行った。家族の視点から長期化してしまう構造が明らかになった。この成果を踏まえてプログラムを作成して試行した。2015年度は作成した家族支援プログラムを実践した。2016年度は家族支援プログラムの効果検証を行った。その結果、家族内のリソースや問題解決の力が改善されることがわかった。また、家族や当事者の問題解決力が向上する過程も調査から概念化された。

研究成果の概要(英文)：We created a program to support long-term case examples. In FY 2014, a survey was conducted to prepare a family support program. From the family's point of view, a structure which prolongs is revealed. Based on this result, we created a program and tried it. In FY 2015, the family support program was practiced. In FY 2016, the effectiveness of the family support program was verified. Resources for solving problems within family have been improved. A process of improving family problem solving skills was also conceptualized from investigation.

研究分野：臨床心理学

キーワード：ひきこもり 不登校 訪問支援 家族支援 集団型プログラム 長期化事例

1. 研究開始当初の背景

(1) 不登校は小中学生で年間十数万人おり、ひきこもりは数十万人いると推計されている。そしてこうした数の多さに加えて、問題の長期化が課題となっている。特にひきこもり事例は子ども本人が外部の支援機関を利用しない点が大きな特徴である。そもそも相談動機が高いのは家族であり、まずは家族へ効果的な支援を行っていく必要がある。しかしながら、家族支援から訪問支援へと導入していくプロセスは試行錯誤的に実践されている現状であり、体系だった支援理論や介入プロセスは発展途上の段階にある。そのため、訪問支援につなげられないまま、支援が中断してしまい、問題が長期化してしまっている側面もあると考えられる。

(2) 長期化した事例では、家族から本人への働きかけが失敗に終わっていく中で、子ども本人だけではなく、親も状況改善をあきらめ、問題が停滞してしまう。すなわち、長期化した不登校・ひきこもり事例は、周囲の問題解決に向けた働きかけが十分に機能できないために、支援につながらないまま地域に潜在化してしまっているのである。

こうした状況に対して、長期化した事例においては家族コミュニケーションへの介入が不可欠である。特に、第三者の支援が入ることに拒否的な子どもに対して、家族が外部支援の導入に向けた働きかけをすることは、子どもに強い葛藤を引き起こす。こうした本人の葛藤は拒否的な言動として家族に向けやすい。そのため、この葛藤場面に対して家族が十分に働きかけをすることができず、支援が中断してしまったり、結果的に問題が先送りにされてしまいやすい。つまり、それまでの日常的・常識的なコミュニケーション方略では、問題解決に向けた働きかけが機能しない。そこで、葛藤場面に対処できるコミュニケーションスキルの習得が支援を展開していくうえで必要になる。特に、子どもとの間で“対決的”ではなく、“共同的”にコミュニケーションしていくスキルを獲得できる支援が求められる。

2. 研究の目的

(1) 1点目に長期化事例に見られる支援課題の検討を行う。まず、不登校・ひきこもりが長期化していくまでの過程に、どのような家族のダイナミクスがあるのかを明らかにする。このことは、問題が悪化・維持してしまう背景のアセスメントを可能にする。次に、訪問支援を導入できるようになるまでに必要な家族から子どもへの働きかけ方についての段階的な達成課題を明らかにする。そのために、訪問支援導入の成功事例と失敗事例を比較分析する。

(2) 2点目に訪問支援導入のためのコミュニケーションスキルの獲得プログラムを作

成する。まず、訪問支援の提案という葛藤状況に継続的に取り組み、訪問支援へとつなげることができるためのコミュニケーションスキル獲得プログラムを編成する。次に、親がコミュニケーションスキルを獲得するための家族支援教室を実施し、訪問支援につながるまでの参加者の体験プロセスを記述し、効果的な支援プログラムの方法を精緻化する。

(3) 3点目に獲得スキルの般化からみる長期化予防に向けた知見の検討を行う。まず、家族のスキル獲得が、訪問支援を導入する局面以外にもその効果が波及し、その後の治療的転機を促進するかを調べる。このことで、社会参加へ向けた包括的支援の基盤になり得るかを探索する。次に、親のスキル獲得が子どもにとってはどのような体験であったかを調査し、その意義を明らかにする。この結果をもとに不登校・ひきこもり支援の機能化や長期化予防に向けた知見を提示する。

3. 研究の方法

(1) 主に平成 26 年度は長期化事例に見られる支援課題の検討を行った。まず、不登校・ひきこもりの当事者家族へのインタビュー調査を実施した。長期化している背景の分析と訪問支援の導入までの達成課題を分析した。その成果をもとに家族支援プログラムを作成し、プログラムの試行を行い、改良した。

(2) 平成 27 年度は訪問支援導入のためのコミュニケーションスキルの獲得プログラム構築を行った。まず、葛藤場面のコミュニケーションスキルの獲得を目的としたプログラムを実践した。同時に支援者の養成を行った。ひきこもり当事者家族に対してクロウズドグループで継続プログラムを実施した。次に、プログラム参加者及び支援者への調査を通して、コミュニケーションスキルを獲得するまでの体験プロセスを記述した。

(3) 平成 28 年度は効果検証と獲得スキルの般化からみる支援の機能化と長期化予防支援への応用を行った。まず、プログラム参加者のコミュニケーションスキルの生活場面への般化を検証した。次に、不登校・ひきこもり経験者への調査を通して、支援の機能化や長期化予防への応用検証を行った。

4. 研究成果

(1) 不登校・ひきこもりが長期化している家族の構造について明らかにするために、不登校・ひきこもりの当事者家族へのインタビュー調査を行い分析した。その結果、70 の概念、20 のカテゴリー、7 の上位カテゴリーが生成された。

問題が長期化していく中で、親子の間では日常的なやり取りもままならず、問題の

取り組みも失敗し、状況を分析することができなくなってしまいやすい。時に安全を脅かされることもある。そうした経験を繰り返す中で、ひきこもりを解決しようとするのではなく、現状を様々な形で肯定し、より悪化させないことを心がけるようになっていく過程がわかった。本研究からは、これは家族の無気力な心理特性などから生じるのではなく、子どもや関係者との相互関係の中で形成されてしまうことがわかった。時にはそこに支援者の言動も影響し、問題の長期化に加担してしまっている課題も示された。

家族は問題解決をめぐる葛藤場面に対する成功体験が乏しいため、問題解決を試みることに疲れ、現状維持を優先するようになってしまう。このように家族自身も葛藤を回避してしまうようになる。これらの要因が循環しながら、葛藤回避構造が維持されている。こうした課題を踏まえ、長期化事例に対しては、家族の危機対応、コミュニケーションスキル、問題理解といった面を具体的に支援することが重要であると考えられた。とりわけ、心理教育やスキルトレーニングのように体験的なプログラムを家族が選択できることの必要性が示された。

(2)(1)の成果をもとに集団型家族支援プログラムを編成した。そもそも、子どもや家族に生じる葛藤は変化を起こす行動の原動力となる重要な要素である。すなわち、長期化したひきこもり事例のように、問題が安定化してしまっている場合では、いかに本人や家族が現状に葛藤し、そして建設的に解決していくことができるようになることが重要である。そこで、長期ひきこもりを外部の支援へつなぐために、葛藤が無くなってしまった状態に対して、子どもと家族が現状に葛藤し、変化へ向けて動き始めることができるかという視点をもとに、ひきこもりの子どもをもつ家族に対して実践した。

プログラムの概要は表1の通りである。

表1 プログラムの内容

回	テーマ
第1回	1 葛藤と変化 2 解決像を考える 3 コミュニケーションスキル
第2回	4 ひきこもりの背景 5 葛藤解消の理解 6 コミュニケーションスキル
第3回	7 行動分析入門 8 行動分析で葛藤を理解する 9 コミュニケーションの癖
第4回	10 問題の行動分析 11 生活の枠組み作り 12 安全対処行動
第5回	13 家族への協力依頼

14 ネガティブ反応への対処
15 接点作りの計画

第6回 16 家族の力を蓄える
17 支援を提案する

ひきこもりの子どもをもつ親33名。同じ内容のプログラムを2グループに実施した。1期は11事例で16名(父親:7名、母親:9名)だった。2期は12事例で17名(父親:4名、母親:12名、祖母1名)だった。子どもの年齢は25.0歳(SD=7.6)で、ひきこもり期間:74.9ヶ月(SD=57.4)であった。プログラム途中辞退者は2名であった。

(3)プログラム参加者に実施した尺度得点の前後比較とインタビュー調査から、プログラムの効果とその般化について検証した。

まず、参加家族には、17からなるプログラムの内容の中の“葛藤”についての心理教育と“コミュニケーション”の実習プログラムが特に役立っていることがわかった。尺度得点の前後比較からは、プログラムは積極的行動を促し、回避的行動を減じていた。さらに、子どもの問題を複数の視点から考えることができるようになり、長期化事例をもつ家族の課題の一つである問題の抽象的理解から前進できていた。そして、家族リソースが向上することもわかり、長期化の課題改善に有効であると考えられた。このようにプログラム参加によって、家族の問題解決力が向上していた。また、ひきこもり度が改善し、約半数のケースで状況が進展した。

加えて、今後のプログラムの改善につながる知見も得られた。まず、プログラムへの取り組み度と諸変数の間で有意な相関が認められたことから、参加への動機づけや日常場面での反復を可能にするための工夫、例えばホームワークを通じた取り組みの強化などが改善点として考えられた。他に、メンタルヘルスへの偏見や誤解が子どもとの関係、親自身のQOLに関係していることがわかった。ひきこもりの約3割はメンタルヘルスの問題を抱えているという指摘を踏まえると、長期化事例ではメンタルヘルスに関する心理教育を充実することが特に求められる。他に、子どもとの関係改善がひきこもり改善につながっていたことから、困難を感じる場面に特化した実習や問題解決技法等を取り入れていくこと等が有効であると考えられた。

(4)家族、当事者、支援者へのインタビューでは、問題解決と関係する心理的リソースの視点から分析を行った。その結果、家族は他の家族や支援者などとの社会的つながりや子どもからの肯定的反応が心理的リソースになっていることがわかった。また、プログラム参加家族は家族以外の者に対してもコミュニケーションスキルを実践し、肯定的な関係性を築くことができるようになっていくことも確認された。

スキルの般化については、特に問題場面以外での日常生活においてコミュニケーションスキルを活用できていることがわかった。このことは参加者のQOLの向上にも期待できると考えられる。プログラムの改善の観点からは、継続的な個別のフォローや当事者家族同士での継続的な意見交換の場へのニーズが寄せられた。

当事者本人は不登校やひきこもり状態に対する周囲の否定的な言葉によってリソースが減少し、家族とも距離をとるようになる。そうした時期を経て、やがて現状に葛藤していき、偶発的なイベント等も重なることで、問題改善にむけて変化できるようになっていく過程が見出された。

長期化予防の観点からは、葛藤回避の構造にならないようにすることが求められる。すなわち、効果的なコミュニケーション、生活の枠組み作り、本人の状況に対する正しい理解について家族を支援していくことが、長期化の予防につながると期待される。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計4件)

齋藤暢一郎・森美栄子・高瀬絵理ほか、長期ひきこもりを抱える家族の葛藤回避構造 - 葛藤を醸成できるための支援へ - ,日本心理臨床学会第34回大会, 2015.9.18(神戸国際展示場(神戸)).

Saito Choichiro・Mori Mieko・Fukaya Atsushi et al., Family intervention program to long-term Hikikomori :Approach from a Viewpoint of conflict, 31st International Congress of Psychology, 2016.7.29(PACIFICO Yokohama(Yokohama)).

齋藤暢一郎・森美栄子・深谷篤史ほか、長期ひきこもり家族に対する集団型支援プログラムの構築-葛藤を視点とした心理教育とワークによる心理社会的効果-,日本心理臨床学会,第35回大会 2016.9.6(パシフィコ横浜(横浜)).

齋藤暢一郎, 3因子から見る不登校・ひきこもりの理解と支援-素因・形成因・維持因に着目した文献レビュー-,日本学校メンタルヘルス学会第20回大会, 2016.12.10(一橋講堂(東京)).

〔その他〕(計5件)

ホームページ

ひきこもり家族支援教室

<https://hkskp.jimdo.com/>

講演

齋藤暢一郎, 思春期の心の理解と支援? ひきこもりと自傷行為を中心に-, 一般財団法人日本心理研修センター主催平成28年度夏季研修会, 2016.

講演

齋藤暢一郎, 不登校や引きこもり生徒へ

のアプローチの仕方,日本ピアサポート学会北海道支部 第9回ピア・サポート実践交流会&第9回(生徒指導・カウンセリング)スキルアップ研修会, 2016.

講演

齋藤暢一郎, ひきこもりの家族支援入門, 日本臨床心理士会主催臨床心理講座, 2016.

講演

齋藤暢一郎, ひきこもりの家族支援-CRAFTを学ぶ-, こころのりカバリー総合支援センター主催「ひきこもり支援機関関係職員等研修会」, 2017.

6. 研究組織

(1)研究代表者

齋藤暢一郎(SAITO, Choichiro)

北海道大学・保健センター・講師

研究者番号: 90722091