様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　２ 年　 ５ 月　 ９ 日現在

機関番号：３２８１６
研究種目：研究活動スタート支援
研究期間：2018～2019
課題番号：１８Ｈ０５８１９・１９Ｋ２１０１１

研究課題名（和文）ひきこもりの改善を目指した家族支援における認知行動療法的プロセス変数の包括的検討

研究課題名（英文）Cognitive behavioral therapy process variables in family support for improvement of hikikomori

研究代表者
野中　俊介（Nonaka, Shunsuke）

東京未来大学・こども心理学部・講師

研究者番号：９０８２１７３６

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,300,000円

研究成果の概要（和文）：　家族の心理的ストレスや否定的認知，家族の「対応レパートリー」や「随伴性認知」に焦点を当てて，ひきこもり状態の改善におけるプロセス変数を包括的に検討した。
　心理的ストレスを独立変数，子どもの適応的行動を従属変数，対応レパートリーを媒介変数，随伴性認知を調整変数とした調整媒介分析を行なった結果，随伴性認知が低い場合に対応レパートリーの間接効果が有意であったが，随伴性認知が高い場合には間接効果は有意でなかった。この結果は，ひきこもり状態の改善を目指す家族支援においては，心理的ストレスを低減させるアプローチに加えて対応レパートリーや随伴性認知に焦点を当てる必要があることを示している。

研究成果の学術的意義や社会的意義
　ひきこもり状態は長期化すると心身の健康に悪影響を及ぼすことが知られている。その一方で，ひきこもり状態の改善に影響を及ぼす要因はほとんど明らかにされていない。本研究においては，初期段階において大部分を占める家族支援において，家族の心理的ストレス反応がひきこもり状態の改善に及ぼす影響性は，家族が十分な随伴性認知を持っていない場合は，家族の対応レパートリーの増加によって強まることが示された。
　したがって，随伴性認知や対応レパートリーなどの家族の認知行動的特徴を適切にアセスメントし，その特徴に応じてアプローチしなければ，ひきこもり改善効果を得られづらいと考えられる。

研究成果の概要（英文）：We comprehensively examined the influences of the process variables in the improvement of hikikomori focusing on family psychological stress, negative evaluation, family's behaviors repertoire and cognition of contingency.
A moderated mediation analysis was conducted with psychological stress as an independent variable, adaptive behavior of the child as a dependent variable, behaviors repertoire as a mediation, and cognition of contingency as a moderation. As a result, the indirect effect was significant in the case of low cognition of contingency, but not in the case of high cognition of contingency. These results indicate that family support aiming at the improvement of hikikomori needs to focus on family's behaviors repertoire and cognition of contingency in addition to psychological stress.

研究分野：臨床心理学

キーワード：ひきこもり　家族　認知行動療法　プロセス　適応的行動

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。

１．研究開始当初の背景

ひきこもりケースの特徴として，本人（6.6%）よりもその家族（72.2%）の来談が多く（厚生労働省, 2003), 家族を介して間接的に支援を開始せざるをえない場合が多いことがあげられる。

これまで, 家族を介してひきこもり状態の改善, すなわち社会的交流行動の増加（Nonaka et al., 2018）を目指した多くの心理的支援がなされているが（畑，2004；辻本・辻，2008)，必ずしも十分なひきこもり状態の改善効果は得られていない。この理由を認知行動療法（Cognitive Behavior Therapy: CBT）の枠組みから整理すると, 介入ターゲットとなる家族の「プロセス変数」が必ずしも明らかにされないままアプローチされてきた点があげられる。従来，プロセス変数として暗黙のうちに想定されてきた心理社会的要因に，家族自身の「心理的ストレス」や，家族が子どものひきこもり状態を否定的に考える「否定的認知」がある。すなわち，従来の家族支援全体においては，ひきこもり者に冷静に対応できるように家族が心理的ストレスを低く維持し，たとえ子どもがひきこもり状態であっても否定せずに，あるがまま肯定的に受け入れることができれば，結果としてひきこもり状態も改善するだろうという暗黙の了解がもたれてきた。しかしながら，この点は必ずしも明らかにされていない。

このプロセスを CBT の観点から再整理すると，家族の心理的ストレスや否定的認知の低減そのものではなく，むしろその結果として生じる，ひきこもり者への家族の適切な対応の増加こそがひきこもり状態の改善を促し，その影響性に随伴性認知が影響を及ぼすというプロセスを想定できる（Nonaka et al., 2020；境・坂野，2010)。したがって，CBT 的観点からは，たとえ家族の心理的ストレスや否定的認知が高いままであっても，ひきこもり者に適切に対応できればひきこもり状態は改善する可能性があると考えられる（図１)。

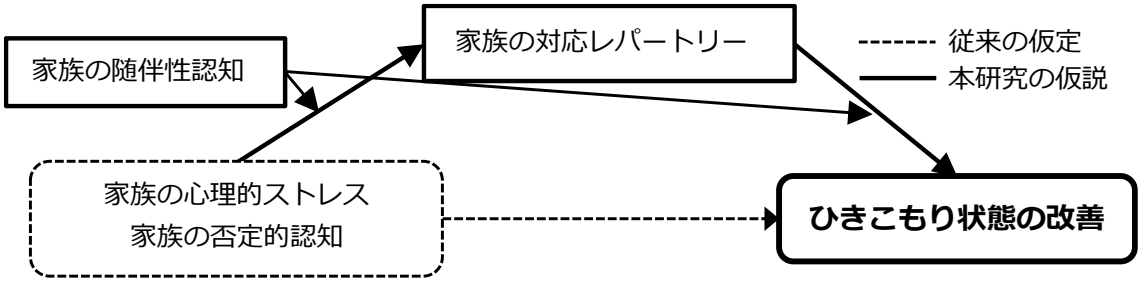

図１．ひきこもり状態の改善を左右するプロセス変数の位置づけ

２．研究の目的

上記をふまえて，本研究においては，暗黙のうちにプロセス変数として想定されてきた家族の心理的ストレスや否定的認知の影響性を明らかにすることに加えて，直接的にひきこもり状態を改善させられる可能性がある家族の「対応レパートリー」や「随伴性認知」に焦点を当てて，プロセス変数を包括的に検討することを目的とした。

３．研究の方法

（１）参加者

ひきこもりに関する支援機関または家族会の利用者を対象に調査を依頼した。また，サンプルの偏りを避けるため，ウェブを用いた調査を行なった。収集されたデータは，ひきこもり経験を有する子どもの親（以下，経験群）と，ひきこもり経験のない子どもの親（以下，非経験群）に分類された。

（２）調査材料

a) Adaptive Behaviors Scale for Hikikomori (Nonaka et al., 2018), b) ひきこもり用家族の対応レパートリー尺度（Nonaka et al., in press）, c) ひきこもり家族内相互作用尺度（野中他，2012 ; Nonaka et al.,2020）, d) 心理的ストレス反応尺度（鈴木他，1997）, e) 否定的評価尺度（境他，2009）

（３）手続き

支援機関または家族会利用前および現在の状態の 2 時点について調査材料に回答を求めた。本研究は，東京未来大学「研究倫理・不正防止委員会」の承認を得て実施された。統計解析においては，Mplus Version 8.4 (Muthén, & Muthén, 2017) を用いた。

４．研究成果

（１）参加者

経験群 217 名（平均年齢 60.54±9.58 歳；父親 86 名，母親 131 名），非経験群 256 名（平均年齢 61.55±8.54 歳；父親 165 名，母親 91 名）が調査に参加した。経験群が回答した子どもは，平均年齢 28.70±10.21 歳（男性 161 名，女性 56 名），非経験群が回答した子どもは，平均年齢 32.57±9.22 歳（男性 197 名，女性 59 名）であった。経験群における子どものひきこもり期間は，97.50±92.84 ヵ月であった。

（２）ひきこもりケースの特徴

群間差を検討した結果，経験群は非経験群よりも，心理的ストレス反応（$t(378.28) = 6.24, p < .001$）および対応レパートリー（$t(412.16) = 10.39, p < .001$）が高く，否定的認知（$t(445.40) = 3.97, p < .001$）および適応的行動（$t(332.07) = 10.07, p < .001$）が低いことが示された。

また，経験群において，支援機関または家族会利用前と現在の状態を比較した結果，心理的ストレス反応（$t(150) = 11.85, p < .001$）および否定的認知（$t(150) = 7.99, p < .001$）が低減し，対応レパートリー（$t(150) = 10.21, p < .001$）および子どもの適応的行動（$t(150) = 7.45, p < .001$）が増加したことが示された（図２）。

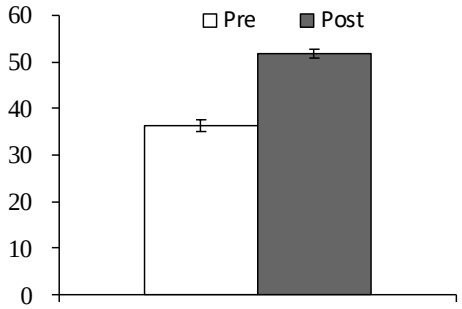

図２．子どもの適応的行動の変化

（３）変数間の関連性

経験群における各変数の変化量を用いて相関係数を算出した。その結果，子どもの適応的行動の変化量は，対応レパートリー（$r = .44, p < .001$）と有意な正の相関，心理的ストレス反応（$r = -.48, p < .001$）および随伴性認知（$r = -.19, p = .02$）と有意な負の相関を示した。その一方で，子どもの適応的行動は否定的認知（$r = -.03, p = .69$）とは有意な相関を示さなかったため，否定的認知をひきこもり改善におけるプロセス変数の検討における分析から除外した。

（４）ひきこもり改善におけるプロセス変数の検討

心理的ストレス反応を独立変数，子どもの適応的行動を従属変数，対応レパートリーを媒介変数，随伴性認知を調整変数として，調整媒介分析を行なった。その結果，随伴性認知が低い場合においては対応レパートリーの間接効果が有意であった（$\beta = .30, p = .03$）が，随伴性認知が高い場合においては間接効果は有意でなかった（$\beta = .16, p = .11$）。

これらの結果は，ひきこもり状態の改善を目指す家族支援においては，心理的ストレスを低減させるアプローチだけでなく，対応レパートリーや随伴性認知に焦点を当てることによって，その効果を高めることができる可能性を示している。

主な引用文献

Muthén, L.K., & Muthén, B.O. (2017). *Mplus User's Guide. Eighth Edition*. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.

Nonaka, S., Shimada, H., & Sakai, M. (2018). Assessing adaptive behaviors of individuals with hikikomori (prolonged social withdrawal): development and psychometric evaluation of the parent-report scale. *International Journal of Culture and Mental Health*, *11*, 280–294. doi: 10.1080/17542863.2017.1367411.

Nonaka, S., Shimada, H., & Sakai, M. (2019). Characteristics of Family Interaction of Individuals with Hikikomori (Prolonged Social Withdrawal) from the Viewpoint of Behavior Theory, *Japanese Psychological Research*, *61*, 153–165. doi: 10.1111/jpr.12219

Nonaka, S., Shimada, H., & Sakai, M. (in press). Behavioral Repertoire of Families for Coping with Individuals with Hikikomori (Prolonged Social Withdrawal) in Japan. *Japanese Psychological Research.* doi: 10.1111/jpr.12273

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計3件（うち査読付論文　3件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　3件）

１．著者名 Nonaka, S., Shimada, H., & Sakai, M.	４．巻 61
２．論文標題 Characteristics of Family Interaction of Individuals with Hikikomori (Prolonged Social Withdrawal) from the Viewpoint of Behavior Theory.	５．発行年 2019年
３．雑誌名 Japanese Psychological Research	６．最初と最後の頁 153, 165
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/jpr.12219	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 Nonaka, S., Shimada, H., & Sakai, M.	４．巻 -
２．論文標題 Behavioral Repertoire of Families for Coping with Individuals with Hikikomori (Prolonged Social Withdrawal) in Japan.	５．発行年 2020年
３．雑誌名 Japanese Psychological Research	６．最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/jpr.12273	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 Nonaka, S., Shimada, H., & Sakai, M.	４．巻 16
２．論文標題 Family behavioral repertoires and family interaction influence the adaptive behaviors of individuals with hikikomori	５．発行年 2020年
３．雑誌名 Frontiers in Psychiatry	６．最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyt.2019.00977	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

〔学会発表〕　計1件（うち招待講演　0件／うち国際学会　1件）

１．発表者名 Nonaka, S.
２．発表標題 Mediating effects of self-compassion and experiential avoidance on the relationship between psychological stress and hikikomori (prolonged social withdrawal)
３．学会等名 8st World Congress of Behavioural & Cognitive Therapies（国際学会）
４．発表年 2019年

〔図書〕　計0件

〔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