

令和元年6月24日現在

機関番号：27104

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04616

研究課題名(和文) 不登校・ひきこもりの子を抱える「支援困難な親」のためのセルフチェックリストの研究

研究課題名(英文) Study on a self-checklist for supporting difficult Parents with school refusal or Hikikomori Children

研究代表者

四戸 智昭 (SHINOHE, Tomoaki)

福岡県立大学・看護学部・准教授

研究者番号：70347186

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,500,000円

研究成果の概要(和文)：筆者は、これまで不登校やひきこもりの子を抱えた親への回復支援活動をする中で、家族会などに参加を躊躇する親、専門家依存が強い親など「支援困難な親」たちがいることもわかってきた。こういった「支援困難な親」たちの特徴から、親が問題を解決するために避けるべき4つの要因として、1)「無気力を避ける;Apathy」、2)「子に支配的になることを避ける;Controlling」、3)「孤立を避ける;Isolation」、4)「支援者へ依存的になることを避ける;Dependence」を抽出し、計20項目からなる親が避けるべき「ACIDチェックリスト」を作成した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

不登校やひきこもりの子を抱えた親が自己の状況について自分で判別し、自らの行動修正を促すための「ACIDチェックリスト」である。ACIDは、問題解決のために親が避けるべき点を4つの視点で捉えたもので、1)「無気力を避ける;Apathy」、2)「子に支配的になることを避ける;Controlling」、3)「孤立を避ける;Isolation」、4)「支援者へ依存的になることを避ける;Dependence」の頭文字を表す。これら4つの視点について、親自身が自身の問題行動に気づき、さらにはその行動が修正されることで、家族全体に変化を促し、結果として不登校やひきこもりの問題を解決するためのツールである。

研究成果の概要(英文)：In the past, I worked on recovery support activities for parents who had school refusal and HIKIKOMORI (person who avoids social contact) children. Some parents is "hard-to-support parents" who had difficulty in participating in family meetings, or parents become too much dependent on supporters, and so on. I also understand that from the characteristics of these "hard-to-support parents", there are four factors that parents should avoid in order to solve the problems: 1) Avoiding Apathy; 2) Avoiding to dominate children; Avoiding Controlling 3) Avoiding isolation 4) Avoiding becoming too much Dependent on supporters; From these four factor, It was created "ACID Checklist" with consisting of 20 questionnaires.

研究分野：嗜癖行動学

キーワード：不登校 ひきこもり 共依存 ACIDチェックリスト

## 1. 研究開始当初の背景

ひきこもりは、内閣府の報告によると我が国には約 **70** 万人がいるとされ、不登校の児童生徒数は、文部科学省によると毎年 **12** 万人近くに及ぶとされている。不登校やひきこもりの当事者の支援は当然のことながら重要であるが、その子を抱える家族支援もまた重要だと言われている。

筆者は、**2006** 年から福岡市や宮崎市、佐賀市、長崎市、熊本市などで不登校やひきこもりの子を抱える親の会で、自助的グループミーティング (以下 **GM**) のコーディネーターや不登校やひきこもりに関連した学習会の講師を継続的に行ってきた [本取り組みの成果については、丸山久美子編著、四戸智昭著、『**21** 世紀の心の処方学 - 医学・看護学・心理学からの提言と実践』、**2008** 年、ブレン出版にて報告している。]

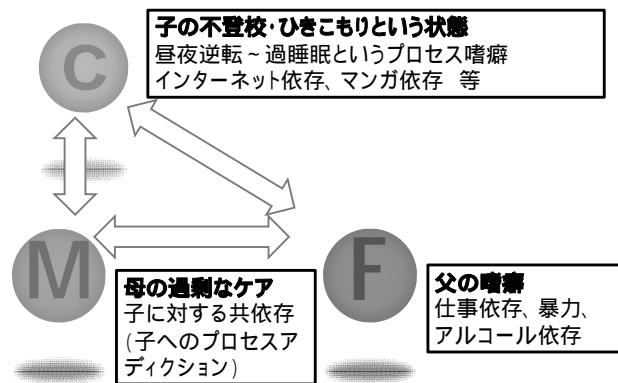


図 1 ひきこもりを抱えた家族のアディクションモデル

また **2013** 年度からの **2** 年間の調査 (科研費若手 **B**) で、親たちの **GM** の研究からみえてきた当事者とその家族の関係は図 1 に示すようなものである。すなわち、不登校やひきこもりといった当事者の行動を見ていくと、昼夜逆転の過睡眠嗜癖 (依存)、インターネット嗜癖、ゲーム嗜癖、マンガ嗜癖など、数々の行為嗜癖が見受けられる。そして、これら行為嗜癖を醸成するシステムとして、母親の子に対する過剰なケア (共依存) があり、母親の共依存という行為嗜癖を生み出す夫の仕事依存、**DV**、アルコール依存、等の嗜癖が見受けられるのである。[四戸智昭、『不登校・ひきこもりの子を抱える親のグループミーティングと親の共依存的特徴に関する研究』、日本嗜癖行動学会誌、**31** 巻 **2** 号、**2016** 年]

この調査研究からは、**GM** に定期的に参加する親 (母) の不安感は **GM** 参加後に軽減し、親たちの共依存傾向 (= 親の子に対する過剰なケア、親の子に対するコントロール欲求等) に変化が見られるようになった。[四戸智昭、『ひきこもりを抱えた親のグループミーティングの効果』、日本嗜癖行動学会演題発表、**2014** 年 **11** 月]

加えて、**GM** に参加する親たちの中には、ひきこもっている自分の子どもの事だけでなく、自分自身のこれからの生き方を模索し始める人たちが見受けられ、結果としてひきこもり当事者が就労をし始めるなど、ひきこもりが回復したケースも見受けられた。このことはつまり、不登校やひきこもりといった問題の解決には、当事者への支援だけでなく、その家族全体への支援が重要であることを意味しているものと思われる。

しかしながら、問題を抱えながらも支援を求めることを躊躇する親、支援を求める際に専門家に依存しすぎてしまう親、どうすることもできないと問題解決を諦めてしまっている親、子への共依存の問題に変化が見受けられない親など、これら「支援困難な親」たちが存在することも本研究からわかってきた。[本取り組みの成果については、四戸智昭著、『不登校・ひきこもり考』連載エッセイ、西日本新聞朝刊、**2013** 年 **8** 月～**12** 月に毎週掲載した]

## 2. 研究の目的

現在では、多くの不登校やひきこもりの支援プログラムが行政や民間支援団体によって行われている。筆者も定期的に、福岡県の要請を受けて個別相談対応を行っているが個別相談対応だけでは、継続して相談に関わることのできるケースは物理的に少ない [福岡県嘉穂鞍手保健福祉環境事務所主催個別相談会相談員、**2012** 年 **4** 月～現在に至る] また、福岡県では精神保健福祉センターを中心に、行政や民間支援団体のひきこもり連携支援会議 [座長 四戸智昭、**2012** 年 **4** 月] を行っているが、ここでは、個別相談や訪問支援相談に支援のマンパワーが足りない事がいつも指摘されている。支援者と当事者が 1 対 1 で行う支援方法には限界があるようにも思われる。

その点、当事者家族が集まって自らのことを語るグループミーティング (以下 **GM**) には、当事者家族に対して多数の支援者を必要としない。しかしながら、親たちが既述のような支援

団体に名簿上の登録はしていても、この **GM** に参加する親は少なく、全体の約 **85%**は実際に **GM** に足を運んだ事がない状況である（家族会「福岡楠の会」試算）。このように、なかなか支援を求めようとしない親や、一度支援に繋がっても継続的に支援に繋がろうとしない「支援困難な親」たちがいるのも事実である。

また、筆者がこれまでに行った調査からは、**GM** に継続的に繋がったとしても、親の共依存問題に変化が見られないケースがあることも事実である。こういった「支援困難な親」たちが回復に繋がるための新しい工夫が必要である。そこで、不登校やひきこもりの当事者を抱えた親が自らの状況を判別することができるセルフチェックリストを開発し、自らの問題行動修正を促す仕組みを作ることが本研究の目的である。支援を求めながらも、実際の支援の場に繋がる事を躊躇している親のように、「支援困難な親」たちがセルフチェックリストを元に自己の状況を判別し、**GM** などの支援の場に繋がる事ができるようになれば、支援資源の有効活用に繋がるものと考えられる。

### 3. 研究の方法

#### 1) 「支援困難な親」の特徴についての分析

**GM** には通ったことがないが、**1**、「講演会などの学習会に参加する親」**2**、「個別相談会などのカウンセリングに参加する親」の大きくふたつの親について、個別に話を聴取し、彼らが抱える問題や心理的特徴について分析を行った。

上記の聴取と分析の中からは、第一に「自分の子どもが発達の問題を抱えているのではないか」と考えながらも、その発達の問題に即して適切な対応を行う事を躊躇あるいは「発達の問題を認めたくない」親がいることが象徴的であった。

また第二に「外部の支援は求めずに、何とかやってきた」ようなケースでは、子どもの暴力に怯えながら、ひきこもり当事者と母だけが **10** 年以上にわたり別居生活を送り、父は経済的支援だけをしてきた家族もいたが、父の定年退職と共に経済的問題に直面し、その結果外部支援（相談会への来訪）を求めてきた家族もあった。以上のような「支援困難な親」の個別の聴取から、「支援困難な親」の特徴を列挙し、類似した特徴については同じカテゴリーにまとめた。

#### 2) 「支援困難な親」の特徴の抽出

「支援困難な親」の特徴分析の内、親たちが子どもの不登校やひきこもりといった問題行動そのものを変えようとするのではなく、親たち自身が行うべき行動変容（共依存性など：親が子をコントロールしようとしすぎない等）のポイントについて、臨床実践から収集した情報に基づいて抽出を行った。

その結果、「支援困難な親」たちが問題を解決するために、親がまずすべきポイントを次の4つに絞り込んだ。「無気力 (**Apathy**) になることを避ける」家族（子）の問題に対して無気力になることをさける。「コントロール (**Control**) しようとするのを避ける」子どもといえども親が無理に子どもをコントロール（働かせる、学校に行かせる等）しようとするしない。「孤立 (**Isolation**) するのを避ける」自分の家族（子）の問題を恥としまい込んで隠そうとしない。「専門家に過度に依存 (**Dependence**) するのを避ける」保健師やソーシャルワーカーに訪問支援してくれればそれだけでいいと安心しない等。これら4つの頭文字から、不登校やひきこもりを抱えた「支援困難な親」たちがまず実践すべきポイントを「親が避けるべき **ACID**（酸味）」とした。

## 親が避けるべき **ACID**（酸味）

#### 1. 無気力を避ける;Apathy

どうにもならないと無気力にならない。問題解決のために、自分から動く事ができる。（問題解決のために、様々な情報を求めようとする。）

#### 2. 支配的になることを避ける;Controlling

自分に問題を解決する能力があると過信しない。（自分が小さく、無力であることを認める。）

#### 3. 孤立を避ける;Isolation

自分が抱えている問題を恥と捉えて、隠そうとしない。（自分の理にかかっていないアドバイスでも、受け入れることができる。）

#### 4. 他者依存的になることを避ける;Dependence

専門家やパートナー任せにしない。

図2 親が避けるべき行動のポイント

#### 3) **ACID** に基づいたチェックリスト（質問項目）の作成

筆者が、**GM** や個別相談対応で収集した「支援困難な親」の特徴から、親が避けるべき **ACID**

の4つのポイントに基づいて、それぞれのポイントに該当するチェック項目を抽出した。それらの質問項目をチェックリストとしてリスト化し、学習会や相談会の場などで親たちにセルフチェックしてもらい、チェックリストに対する質問や意見などの情報を収集し、チェックリストの修正を繰り返した。チェックリストのバージョンアップを繰り返し、現状では「ACID チェックリスト Ver3」とした。

#### 4. 研究成果

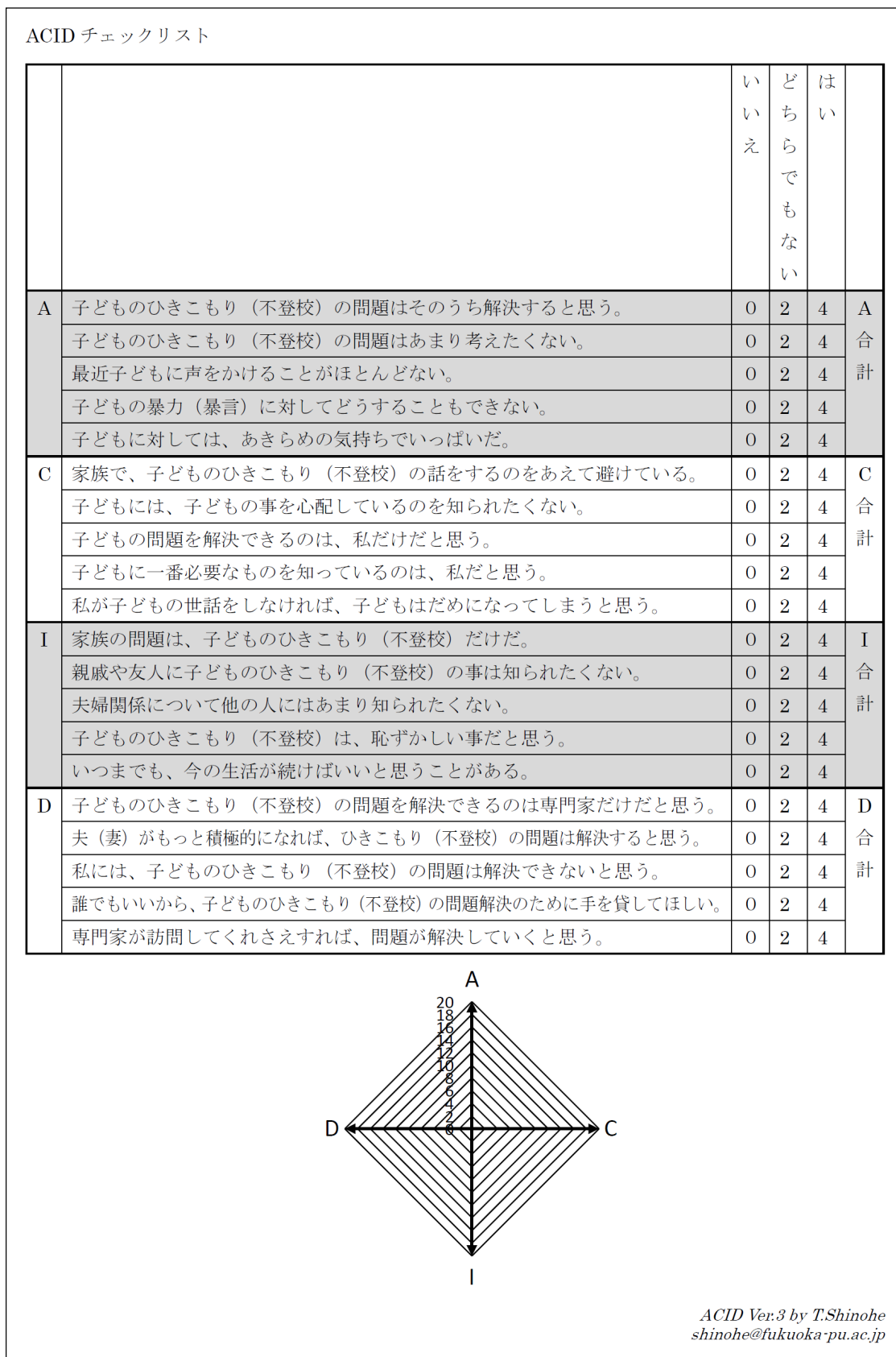


図3 ACID チェックリスト

チェックリストは、図3に示すようなものである。不登校やひきこもりの子を抱えた「支援困難な親」たちが避けるべき行動ポイント（避けるべき **ACID**）として4つのポイント毎に、ポイントが示す内容を具体的に理解できるような行動チェックリストを作成した。各チェック項目は、4つのポイント毎に5項目設定し、それぞれ「はい」「どちらでもない」「いいえ」の3段階で回答するようにし、それぞれのポイントには2点毎のポイントとして0点、2点、4点を付与するようにした。結果は、各ポイント毎に最低点0点、最大点20点で示し、レーダーチャート上にプロットする。

**ACID** は、無力感(Apathy)の対極に位置する概念が、子への支配的度合いを示すControllingである。また、孤立(Isolation)の対極に位置する概念が、専門家への過度な依存(Dependence)である。それぞれのポイントが意味することはおおよそ下記に示すようなものである。

「Apathy」は、抱える問題が自分には解決できそうもなく、大きすぎると感じる親は、問題に対して無力感を抱き、自分から解決しようとする意欲を消失している。例えば、ひきこもる子の暴力や暴言に怯える親たちの多くは、「警察への通報を実行する」というような具体的な行動に行き着くことすら考えられないようになってしまっていることが多い。これは、暴力にすっかり支配されてしまった状況といえる。

「Controlling」は、抱えている問題は自分で対処できると考える親は、抱えている不登校やひきこもりの問題を何とか自分なりに解決しようとする親である。例えば、子に対して、極端なまでに腫物に触るように対処したりする行動が見受けられた。それが意味するのは、不登校やひきこもりといった問題があたかも自分の家庭に存在しないかのように振舞ったりする親の姿であり、そうやって子どもに接することで、問題は解決されると思っている親も見受けられた。また、過剰なまでに子どもにケアをする親たちもいた。例えば、子どもと一緒にダイニングで食事がしたいと願っている母親の中には、自室にこもっている子どもに毎食の食事を届けるというように、子どもが自室から出る切っ掛けを母親自ら消し去っていることに気が付かない母親などである。

これら二つのポイントはApathyと、Controllingはコインの、裏と表のような関係であり、Apathyが強くなる傾向の親は逆にControllingのポイント低下するような傾向にあるともいえる。

「Isolation」は、ひきこもりや不登校の子がいることを恥と感じ、自分の子育てを自責する傾向のある親であり、自分が抱えている問題をなかなか他者には語ろうとしない傾向が見受けられる。それは例えば、「自分の子育てを他者から責められるのではないか。」(実際に、親戚に相談した際に、子育てを責められた親は多数見受けられた。)、 「自分たち夫婦関係(夫婦の不仲等)の問題が、子の不登校やひきこもりの問題を誘発しているのではないか。」と考える親たちにとって、自分たちの夫婦関係を赤裸々に他者に語ることは、彼らにとってとても苦痛を伴う行為と推察される。

あるいは、親が教員であったり、医師や弁護士、裁判官といった、社会的ステータスが高く、弱者を守ったり、弱者を支援したりという職業に就いている場合、世間からは問題を抱えていないだろうとみられる過度な自己像(理想像)からか、あるいは、自分たちの家系には問題があってははいけなさと過剰に考えるためか(子どもも、問題なく偏差値の高い学校に進学し、ゆくゆくは自分と同じ職業に就いて欲しいと過度に考えるためか)、自分たちが抱えている問題を他者には共有できずにいる。

一見すると、親は自分の恥を世間に対して隠しているだけのように見受けられるが、そういった親の行為(行動)は、子どもから見ると、不登校やひきこもりになっている自分を親が受け入れてくれている。(あるがままの自分を受け入れてもらえない)という感覚を誘発し、子どもにとっては、いつまでたっても一番身近な親にさえ理解されず受け入れてもらえないという失望、あるいは怒りといった感情を想起させているように思われる。

「Dependence」は、保健師やソーシャルワーカーといった支援の専門家への過度な依存を意味する。加えて、子どもの問題は、母である妻が解決すればよいと考える父(夫)のことである。例えば、ひきこもりの問題が、中学時代の不登校に端を発し、長期に及んでいる場合、親はそれまでに、学校の教員や養護教諭、行政の支援窓口に何度か支援を求めたが、何も彼らが解決してくれなかったという怒りにも似た感情を持っていながら、なかなか現状を打破できないでいる親の中には、保健師に対して「子どもの部屋に訪問してくれさえすればいい」と要求する親がいる。

過去の学校教育の問題(教員の力量不足と考える親;不登校になった子に対して、もっと親身になってくれてよかったではないか)行政支援サービスの不足(支援者の支援不足と考える親;不登校からひきこもりになった子に対して、もっと親身になってくれてもいい)に親自身の怒りが向けられている間は、親子関係の見直しや夫婦関係の見直しといった自分たちの課題に目を向けるといった余裕が導かれにくい。また当然、夫婦関係の見直しは、妻だけで行うものでもなく、家族関係の見直しも母だけがすればよいのではない。しかし、自分の問題に焦点が当たるとことを恐れる親は、他者の支援(援助)だけを求めていることが多いように思われる。

不登校やひきこもりの子を抱えた家族に力動的な変化をもたらすためには、何より当事者家族の誰かが、自分たちの抱えている問題に対して困難を感じつつも、「何とか解決したい」とい

う欲求がなければ、難しい。支援者には、まず最初にそういった欲求を親たちに喚起することが求められ、次いで、支援を受けながらも問題を解決していく主人公は自分たち親であると思えるようにエンパワメントを継続することが重要である。

この親が避けるべき「**ACID** チェックリスト」が、親たちが自分がかかえる課題に気が付き、外部に支援を求める切っ掛け作りとなること、また支援者がそういった親たちを支援する際の最初のきっかけづくりの一助になることを強く願っている。

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計2件)

四戸智昭、「不登校・ひきこもりの子を抱える親のグループミーティングと親の共依存的特徴に関する研究」、日本嗜癪行動学会学会誌『アディクションと家族』、査読有、第31巻2号、2016年、39-45

四戸智昭、「巻頭言 3つの宿題」、日本嗜癪行動学会学会誌『アディクションと家族』、第33巻2号、2018年、186-190

〔学会発表〕(計4件)

四戸智昭、「アルコール健康障害対策基本法と自助グループの役割」、パネリスト、北九州断酒友の会創立50周年記念市民公開セミナー、2016年11月

四戸智昭、「ひきこもりの子を抱える「支援困難な母」の内的な性格要因の分析について-事例検討を中心に-」、日本嗜癪行動学会第28回学術集会、2017年10月、仙台

四戸智昭、矢野彩佳、「アダルト・チルドレンの心理測定尺度に関する一考察」、日本嗜癪行動学会第28回学術集会、2017年10月、仙台

四戸智昭、「ひきこもりの表層と深層を架橋する ひきこもりと嗜癪・ひきこもりからの回復」、シンポジスト、日本嗜癪行動学会第29回学術集会、2018年10月、福岡

〔その他〕

ホームページ

四戸智昭嗜癪行動学研究室@21世紀家族研究所 <http://www.family21.jp/>

講演

- ・大牟田ひきこもり講演会、**2016年5月**
- ・佐世保市保健所アディクション講演会、**2016年11月**
- ・福岡アディクションフォーラム基調講演、**2016年11月**
- ・柳川市社協ひきこもり研修会、**2017年2月**
- ・北九州市精神保健福祉センター講演、**2017年10月**
- ・名古屋市ひきこもり支援センター講演、**2017年12月**
- ・福岡県精神保健福祉センター研修会、**2018年12月**
- ・第3回佐賀地区高等学校保健会養護教諭研修会、**2018年12月**
- ・長崎県教育委員会 **SSW** 研修会、**2019年2月**

新聞掲載

「中年息子ドアの外へ」、『西日本新聞』**2019年4月19日朝刊**

「困っている」周囲に伝えて、『西日本新聞』**2019年6月7日朝刊**

## 6. 研究組織

(1)研究代表者

四戸 智昭 (SHINOHE, Tomoaki)

福岡県立大学・看護学部・准教授

研究者番号： 70347186

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。