

令和 5 年 6 月 21 日現在

機関番号：27104

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2019～2022

課題番号：19K02533

研究課題名(和文) 不登校・ひきこもり当事者家族に変化を促す支援者のためのフローチェックリストの研究

研究課題名(英文) A Study of the flow checklist for supporters to encourage a change in family members of social withdrawal and absenteeism.

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)：本研究では、新型コロナウイルスの影響により人的交流が制限されたことで、従来のひきこもりの家族会の活動が制限されたことから、オンラインを活用した家族会の支援について検討を行ったものである。オンライン相談会・家族会では対面同様親たちの「生きづらさ」の表出がみられ、親たちの心理的な不安の軽減に効果がみられた。加えて、地理的要因や身体的要因で対面の場に足を運ぶことができない高齢の親にとってはオンラインを活用した相談会や家族会が有効であることが示された。SNSを活用した情報交流では、親たちの「生きづらさ」の表出はあまり見受けられないが、緩やかな情報交流のネットワークが構築される様子が見られた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の意義は、新型コロナウイルスの発生に伴ってひきこもりの家族会の活動が制限される中、オンラインを活用した家族会の実施について模索を行った点である。家族が高齢であるがゆえに、スマートフォンやタブレット端末を活用した情報交流は難しさがあるものの、新型コロナウイルスの発生に伴って高齢者のインターネット利用率やSNS利用率が上昇していることも事実である。オンラインを活用した相談会や家族会では、親たちの「生きづらさ」の表出が見られた。オンラインを活用したこうした家族会の活動は、今後浸透していくことが予測され、本研究はオンラインを活用した家族会の実施のための工夫などの点で有益な示唆を提供すると考えている。

研究成果の概要(英文)：This study examined the support of online family meetings for parents of hikikomori (socially withdrawn people) who were unable to conduct their usual activities due to the restrictions on human interaction caused by the COVID-19 pandemic. The results were as follows: (1) In the online consultation and family meetings, the parents expressed their "difficulty in living" as they did in face-to-face meetings, and the online meetings were effective in reducing their psychological anxiety. In addition, it was shown that online consultation and family meetings were effective for elderly parents who could not attend face-to-face meetings due to geographical or physical factors. (2) In the information exchange using online SNS, the parents' expression of their "difficulty in living" was not observed much, but a loose network of information exchange was seen to be formed.

研究分野：嗜癡行動学

キーワード：ひきこもり 当事者家族 共依存 生きづらさ オンライン

1. 研究開始当初の背景

わが国における小中学校の不登校の児童生徒数は、年間 12 万人を超えている。また、ひきこもりについては、内閣府の報告によると約 70 万人に及ぶと報告されている（ただしこの数値は、研究開始時の 2018 年度当時の数値である。2022 年度の文部科学省の報告によると全国の小中学校の不登校の児童生徒数は 24.5 万人と過去最高を記録している。またひきこもりについては 2023 年の内閣府の報告によると約 146 万人にのぼるとされている）。

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、当事者を抱える家族支援もまた重要だと言われている [厚生労働省, 『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』, 2010 年] また、社会的ひきこもり研究についての第一人者である斎藤環氏は「ひきこもり支援における家族相談や家族支援の積極活用と、支援者の技術的な洗練の必要性。」について指摘している。[斎藤環, 「ひきこもりと家族」, 日本嗜癮行動学会誌 21(1), pp27-32, 2004 年]

筆者は、2006 年から福岡市、北九州市、飯塚市、宮崎市、佐賀市、長崎市、佐世保市、熊本市などの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、個別相談対応、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, プレーン出版にて報告している。]

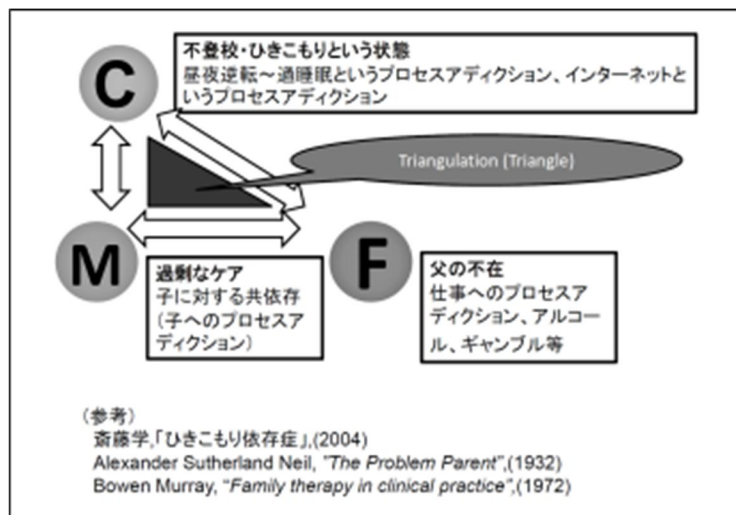


図1 不登校・ひきこもりを抱えた家族のアディクションモデル

2013 年度から 3 カ年の研究（科研費若手(B), 「不登校・ひきこもりの子を抱える親たちの心理的特徴とグループミーティングに関する研究」）で、親たちの GM の研究からみえてきた当事者と家族の関係は図 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癮（依存）、インターネット嗜癮、ゲーム嗜癮、マンガ嗜癮など、数々の行為嗜癮が見受けられる。そして、これら行為嗜癮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癮を生み出す夫の仕事依存、DV 等の嗜癮が見受けられるのである [四戸智昭, 原著論文「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」, 日本嗜癮行動学会誌 31(2), 2016 年]

加えてこの調査により、支援の場に参加することを躊躇する親、自分で何もしようとしない他者依存が強い親など「支援困難な親」たちがいることがわかった。このことを前提に、申請者は 2016 年から 3 カ年の研究（科研費基盤研究(C), 「不登校・ひきこもりを抱える「支援困難な親」のためのセルフチェックリストの研究」）で、支援困難な親の特徴について検討し、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）しようとなしなさい。「孤立（Isolation）することを避ける」自分の家族（子）の問題を恥としまい込んで隠そうとなしなさい。「専門家に過度に依存（Dependence）することを避ける」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。

以上のような経緯から、当事者の変化（回復）を促すには、ひきこもり相談会などに相談に訪れる親の変化（母の共依存からの回復や父の相談会への登場）を促すことが家族支援へ

の入り口であり、かつ重要なポイントとなり得る。しかし、申請者が SW や保健師らと協同行う支援業務において、支援者の支援方法にいくつかの問題点があることがわかってきた。例えば、「当事者のひきこもり情報ばかりに目が向いてしまう支援者（夫婦問題・親と子の共依存問題に気が付かない支援）」、「問題を極小化してしまう支援者（学校に行かないこと、就職をしないことだけが問題と考えている支援）」、「親の意向に沿うことが支援だと思っている支援者（当事者家族に共依存してしまう支援）」、「家族全体に力動的変化を促すことが困難な支援者（家族に求められた訪問支援ばかり続ける支援）」等である。

2. 研究の目的

当初の研究の目的は、上述の研究開始当初の背景でも示したように、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である4つの視点、すなわち「ACID」（「無気力を避ける;Apathy」、「子に支配的になることを避ける;Controlling」、「孤立を避ける;Isolation」、「支援者へ依存的になることを避ける;Dependence」の頭文字を表す。）の変化を促すことができるような支援者側の支援方法の洗練が必要であると考え、親の変化を促す支援者のためのフローチェックリストを開発することが目的であった。

しかし、新型コロナウイルス感染症の影響に伴い支援関係者より意見聴取ができなかったため、オンラインを活用した家族会の支援について検討を行った。具体的には、オンラインを活用した相談支援、オンラインを活用した家族会の実施、オンラインを活用した家族会同士の情報共有である。

3. 研究の方法

A. 新型コロナウイルス感染症による相談支援が困難となった経緯

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、筆者はそれまで対面で不登校やひきこもりの問題を抱えた親を対象に相談支援を行っていたが、下記のような要因により対面による相談支援の実施が困難になった。

表1 対面による相談支援が困難になった要因（経緯）

<p>新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、大学内施設への学外者への入場が実質的に規制されたこと（2020年4月7日に埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、大阪府、兵庫県、福岡県に、初めての緊急事態宣言を発出された。）</p> <p>新型コロナウイルス感染症の影響及び上述の緊急事態宣言の発出により、人的交流ができる社会的環境ではなくなってしまったこと。（不要不急の外出を控えるように政府及び自治体が勧告を行った。）</p> <p>新型コロナウイルス感染症の影響及び緊急事態宣言の発出に伴い、大学の授業がオンラインによる授業となり、それに伴いテレワークが導入されたこと。</p>

以上のような状況から、それまで対面で行っていた相談支援について一時休止とした（2020年3月25日まで対面実施、それ以後は一時休止）。

B. オンラインを活用した面談や情報交流を行うための課題

ひきこもりの家族会の主催者等とも相談し、緊急事態宣言に伴いひきこもりの家族会についても対面による開催ができない状況であり、その代替手段としてオンラインによる相談支援やオンラインを活用した情報交流ができないかという要望もあった。ひきこもりの家族会の主催者とも相談しオンラインを活用した活動ができないか検討を行った。検討された課題は下記に示すような点である。

表2 オンラインを活用した面談や情報交流を行うための課題

<p>これまでひきこもりの家族会ではオンラインを活用した情報交流は行っておらず、どのようにオンラインを活用すればよいかについても暗中模索の状態である。</p> <p>ひきこもりの家族会登録者は高齢者が多く、会員の自宅にパソコンやスマートフォンがあってもどのようにオンラインを活用した面談や情報交流を行えばよいかノウハウがない。</p> <p>スマートフォンに限っても、ほとんどの会員はいわゆる電話による1対1の通話機能だけを利用している状況であること。</p> <p>通信手段をスマートフォンに限定したとしても、SNSで利用率の高いLINEについても、会員の中では利用している人が多くないこと。</p>

その際、参考としたデータは総務省の「令和元年版情報通信白書」である。図3に示したものは年齢階層別のインターネットの利用率である。2018年のデータを参照すると50代まで90%を超えているが60代になると76.6%、70代になるとさらに急激に低下し51.0%となる。ひきこもりの家族会の会員の年齢層はちょうど60代後半から70代が多く、インターネット利用率が低下している年齢層と合致する。

ひきこもりの問題を抱えた家族の高齢化が指摘されているが、この60代から70代の世代はインターネット利用率が他の世代と比較すると低く、新型コロナウイルス感染症によって急に不要不急の外出が制限されても、なかなかネットを活用したコミュニケーションによってそれまでの交流を補完するのが難しい世代である。

ちなみに、2019年のインターネット利用率は60代で90.5%（前年76.6%）、70代で74.2%（前年51.0%）から急増している。この高齢者世代の利用率の急増は他の世代には見られない急増である。

またLINEに代表されるSNSの利用状況について同じく「令和元年度版情報通信白書」を参照

すると、2018年のデータでは、40代で70.6%、50代で59.8%、だが60代になると低下し38.6%、70代では23.6%となっている。

このような状況の中、ひきこもりの家族会は既に述べたように会員が高齢化しており、新型コロナウイルスによる緊急事態宣言が発出された直後に、LINEを活用した情報共有は非常に困難であることを推察するに至った。ちなみに、2019年のSNS利用率は、60代で51.7%（前年38.6%）、70代で40.7%（前年23.6%）となっている。ここでも新型コロナウイルス感染症によって、高齢者においてもSNSの利用率が急増していることがうかがえるが、新型コロナウイルス感染症による最初の緊急事態宣言の発出当時は、そのような状況ではなかった。



図3 年齢階層別インターネット利用率

出典：総務省令和元年版情報通信白書

C. オンラインを活用した家族会の支援の方策について

記述のような新型コロナウイルス感染症の拡大、それにとまなう緊急事態宣言の発出、人的交流ができにくい社会的環境により、オンラインを活用したひきこもり家族会の支援について検討した結果、まずはオンラインで交流できる環境を用意し、そこに参加できる人を徐々に募っていくという方策をとることとなった。一方で、下記のような方策も用意し実施することになった。

LINEを活用した情報共有のためのマニュアルを会報に掲載

Zoomを活用したオンラインビデオ通話マニュアルを会報に掲載

対面によるオンライン研修会の実施（LINE通話、Zoom通話を活用した面談・家族会の方法について対面で研修会を実施。2020年11月）

4. 研究成果

オンラインを活用した相談支援について

ひきこもりの家族会の会報（毎月定例）に、オンラインを活用した相談支援を行う旨を広報し相談希望者を募った。オンライン相談会で接続する環境は、LINE電話、LINEビデオ通話、zoomビデオ通話、Facetimeビデオ通話とした。ただし、途中から一般電話も可とした。

新型コロナウイルス感染症が広まる前年の2019年1月から2020年3月までの15か月間の対面による相談件数は、表3のとおりである。15か月間の月あたりの平均は3.33件であった。その他にも支援者の支援方法に関する相談対応も3か月に1件程度の割合で行われていた。

一方、新型コロナウイルス感染症が拡大した2020年4月から9月の間は、相談対応件数の実績は0件である。2020年10月からオンラインを活用した相談に希望者が出てきたものの、月当たりの件数は、対面の時ほどの数とはならなかった。2020年10月から2022年3月の18か月間の月あたりの平均は1.39件であった。いずれのケースにおいても、スマートフォンやタブレット端末の利用にある程度なれている方の相談希望であった。

しかし、件数は少ないものの相談対応で家族が述べることは、子どもの心配であったり、夫婦関係に関する不満であったり、対面の時と同じような親の「生きづらさ」の表出があり、基本的には対面と同じようにそれを傾聴し相談者の労を労うという面談がオンラインの場合でも行うことができたと考えている。

オンラインを活用した家族会について

Zoomを活用したオンライン家族会を実施することを試みた。課題になったのは、参加者のコンピューターリテラシーであったが、Zoomを活用したオンラインビデオ通話マニュアルを会報に掲載することで参加希望者を募った。

2021年9月から毎月1回zoomを活用したオンライン家族会を約60分程度開催した。毎回の参加者は4名から5名程度であり、初回から参加した人がそのまま継続して参加していることが多く、高齢の新規の参加者が参加するというケースは稀有であった。しかしながら興味深

いのは、対面の家族会は地理的要因があり出向くことができないが、オンラインであれば参加できるという高齢者がいたことである。

オンライン家族会においても、親の「生きづらさ」の表明が見られた。ある参加者の感想を聞いたところ、「足腰が弱ってきて外出がままならず、家族会に行っても自分の話をできなかったが、こうしてオンラインで他の家族の人に繋がれることに感謝している」という感想があった。皮肉にも新型コロナ感染症によって、オンラインによる家族会を実施したことで、これまで対面による家族会に参加できなかった参加者がオンライン家族会に参加するというケースが見受けられたことは意外であった。今後、オンラインを活用した家族会や自助グループは地理的課題を超えて、広く行われていくことが予想される。

表3 月ごとの相談対応件数について（対面及びオンライン相談件数）

年月	当事者家族の相談対応件数 （対面）	当事者家族の相談対応件数 （オンライン）
2019年1月	4件	
2月	1件	
3月	3件	
4月	3件	
5月	5件	
6月	2件	
7月	5件	
8月	2件	
9月	4件	
10月	3件	
11月	5件	
12月	3件	
2020年1月	3件	
2月	3件	
3月	4件	
4月～9月	実績なし	
10月		2件（Z:2件）
11月		2件（Z:2件）
12月		1件（Z:1件）
2021年1月		1件（Z:1件）
2月		1件（Z:1件）
3月		1件（Z:1件）
4月		1件（Z:1件）
5月		4件（Z:2件、L:1件、F:1件）
6月		1件（Z:1件）
7月		2件（L:1件、F:1件）
8月		1件（電:1件）
9月		2件（L:1件、F:1件）
10月		1件（電:1件）
11月		2件（L:1件、F:1件）
12月		0件
2022年1月		1件（F:1件）
2月		1件（L:1件）
3月		1件（F:1件）

Z:Zoom 通話、L:LINE 通話、F:FaceTime 通話を示す

オンラインを活用した家族同士の情報共有

LINE グループを作成し、家族会に参加する親たちがグループ内で情報共有できるように設定を行った。課題となったのは、高齢者の親の参加であったが、スマートフォンを利用してLINE を活用する参加者は、新型コロナ感染症が発生した当初は少なかったものの、総務省の情報通信白書が示すように、高齢者の SNS 利用者が急増したこともあってか、徐々に参加者が増えて 2023 年 3 月時点で 21 名の参加となっている。グループ内では、「自分の家族の状況を伝える人」「元当事者としての視点を言葉にして伝える人」「ひきこもりに関連するニュース情報などを伝える人」などが多い。この点に関しては、オンライン相談会やオンライン家族会で見られたようないわゆる親の「生きづらさ」の表出がなされることはあまり多くない傾向である。どちらかと言えば、緩やかな情報共有のネットワークが形成されていると捉えることができるであろう。

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 四戸智昭	4. 巻 226号
2. 論文標題 新型コロナウイルス感染症による孤独と不安	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 岩手の保健	6. 最初と最後の頁 49 59
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 柿原 愛、四戸 智昭	4. 巻 37(2)
2. 論文標題 HSPとアダルト・チルドレンの関連性に関する一考察	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 HSPとアダルト・チルドレンの関連性に関する一考察	6. 最初と最後の頁 151-155
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1件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 柿原 愛、四戸 智昭
2. 発表標題 HSPとアダルト・チルドレンの関連性に関する一考察
3. 学会等名 日本嗜癪行動学会第31回学術集会
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

【講演】

- ・楠の会レクチャー&オープンカウンセリング、2019年6月
- ・水俣市社会福祉協議会講演、2019年8月
- ・宮崎楠の会講演、2019年9月
- ・楠の会レクチャー&オープンカウンセリング、2019年10月
- ・精神保健福祉センター：ひきこもり家族教室、2020年2月
- ・ピハーク福岡、講演：引きこもり依存症と家族～家族に変化を促す支援とは～、2020年6月
- ・嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2020年11月
- ・楠の会、講演、～コロナ禍とひきこもり依存症、2020年11月
- ・北九州市ひきこもり支援講演会、2020年12月
- ・筑紫保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2020年12月
- ・糸島保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2020年12月
- ・宗像・遠賀保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2020年12月
- ・北筑後保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2021年1月
- ・田川福祉事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2021年1月
- ・京築保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2021年2月
- ・南筑後保健福祉環境事務所、講演、ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2021年2月
- ・ピハーク福岡、講演：コロナ過とひきこもり、2021年8月
- ・福岡市精神保健福祉センターひきこもりを理解する市民講演会、コロナ禍での家族の不安と孤立～つながることをあきらめないで～、2021年10月
- ・福岡県ひきこもり支援者地域ネットワーク研修、2021年11月
- ・福岡県教育委員会、不登校よりそいネット事業、昼夜逆転とゲーム依存、2022年1月

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
---------	---------