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　５ 年　５ 月 ３１ 日現在

機関番号：３２８１６
研究種目：若手研究
研究期間：2020～2022
課題番号：２０Ｋ１４１９９

研究課題名（和文）認知行動療法的観点における機能の変化がひきこもり改善プロセスに及ぼす影響

研究課題名（英文）Influence of functional changes in cognitive behavioral approach on the improvement process 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）　　3,200,000円

研究成果の概要（和文）：　「ひきこもり」が自身にとってどのような役割（意味）によって維持されているのか，という「ひきこもり機能」とその変化を明らかにすることを目的とした。ひきこもり経験のある方に協力を依頼し，研究１においては70名，研究２においては416名（加えて，半構造化面接を用いた予備調査7名）の回答を分析対象として，ひきこもり機能をアセスメントする尺度を作成した。１年間の前向き調査を行った研究３の結果，ひきこもり機能タイプが１年後の主観的機能障害を予測する可能性が示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義
　従来，ひきこもりのアセスメントにおいては，なぜその人がひきこもり続けているのか（ひきこもらざるを得ないのか）という「ひきこもり機能」の体系的なアセスメントにほとんど焦点が当てられていなかった。本研究の結果，ひきこもり機能タイプが将来の生きづらさと関連することが示された。この結果は，ひきこもり状態にある人のうち，どのような場合に精神的健康が悪化しやすく，どのような場合に悪化しづらいのかという個人差を理解するために役立つ可能性がある。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to clarify the “Hikikomori function,” or the role (meaning) of “Hikikomori” for the individual, and the changes in this function. We asked those who had experienced Hikikomori to participate in the study and developed a tool to assess Hikikomori function, using the responses of 70 participants in Study 1 and 417 participants in Study 2 (in addition, 7 participants in preliminary research using semi-structured interviews) as the analysis sample. Study 3, a one-year prospective study, indicated that the Hikikomori function type could predict subjective functional impairment one year later.

研究分野：臨床心理学

キーワード：ひきこもり　認知行動療法　機能

※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、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

６ヵ月以上にわたり社会参加せずに概ね家庭内にとどまる状態と定義される「ひきこもり」は，10 代から 60 代の幅広い層にみられる（内閣府，2015；2019）。長期ひきこもりは，経済的な困窮（KHJ 全国ひきこもり家族会連合会，2018），ひきこもり状態にある人自身の心身への悪影響（野中・境，2014；Yuen et al., 2019），家族の負担増大（Funakoshi & Miyamoto, 2015）などの影響を生じさせることも少なくない。その一方で，ひきこもり状態にある人への心理学的支援においては，いまだ支援のあり方が実証的に体系化されているとは言いがたい現状にある。

この理由の１つとして，ひきこもりケースには経済状況等の生活環境，精神疾患，家族関係など，個人差がきわめて多様であり，状態像に応じてアプローチしなければ効果が得られにくい点があげられる。

個人差の解明に役立つ可能性のある観点の１つとして，「ひきこもり」が自身にとってどのような役割（意味）によって維持されているのか，という行動の「機能」に着目すること，すなわち機能論的観点（山本・坂井，2019）があげられる。代表的な心理療法の１つである認知行動療法においては，行動の「型」ばかりでなく「機能」に応じた介入をしなければ効果が生じにくいことが知られており（Kearney, 2007；Pina et al., 2009），「ひきこもり」という行動に対しても，個々人のひきこもる機能を特定し，その機能に応じたアプローチを行う必要がある。しかしながら，ひきこもる機能とそのアセスメント手法はほとんど明らかにされていない。

２．研究の目的

以上のことから，本研究においては，「ひきこもり機能」を明らかにし，その変化がひきこもり改善プロセスに及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。研究１においては，ひきこもり状態にある人にとってのひきこもり理由をテキスト分析によって明らかにすることを目的とした。続いて研究２においては，研究１と半構造化面接を用い予備調査の知見をもとにして暫定版尺度を作成し，ひきこもり状態にある人への質問紙調査を行い，尺度を作成することを目的とした。研究３においては，１年間の前向き調査を用いて，ひきこもり機能タイプとその変化がひきこもり状態にある人の心理的要因に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

３．研究の方法

研究１　ひきこもり状態にある人に対して，ウェブベースの調査を実施した。デモグラフィックに加えて，ひきこもり開始理由と継続理由に関する自由記述，および精神的状態，社会的交流行動などに関する質問紙への回答を依頼し，70 名の回答を分析対象とした（男性 34 名，女性 36 名；平均年齢 44.8±13.5 歳；平均ひきこもり期間 105.6±112.4 ヵ月）。ウェブベースの調査を実施した。

研究２　予備調査として，ひきこもり経験のある人に対して，ひきこもりの機能を尋ねる半構造化面接，および精神的状態，社会的交流行動などに関する質問紙への回答を依頼し，7 名の回答を分析対象とした。また，ひきこもり経験のある人に対して，ウェブベースの調査を実施した。デモグラフィックに加えて，ひきこもりの機能に関する項目，および精神的状態，社会的交流行動などに関する質問紙への回答を依頼し，416 名の回答を分析対象とした（男性 290 名，女性 126 名；現在ひきこもり状態にある人の平均年齢 39.9±11.0 歳，過去ひきこもり状態にあった人の平均年齢 39.7±11.3 歳；現在ひきこもり状態にある人の平均ひきこもり期間 84.7±99.2 ヵ月）。

研究３　ひきこもり状態にある人に対して，ウェブベースの調査を実施した。デモグラフィックに加えて，研究２で作成したひきこもり機能をアセスメントする尺度，精神的状態，社会的交流行動などに関する質問紙への回答を依頼し，500 名から回答を得た。データに不備がある者を除外した 497 名は，男性 265 名，女性 232 名，平均年齢 45.3±10.2 歳，平均ひきこもり期間 113.4±140.4 ヵ月であった。また，その参加者を対象として，６ヵ月後および１年後に同様の質問紙への回答を依頼した。それぞれ 430 名，364 名から回答を得た。

４．研究成果

研究１におけるテキスト分析の結果，ひきこもり開始理由と継続理由は必ずしも一致せず，少なからず変化がみられることが示された。開始理由としては，「就労環境」や「家族の事情」，「体調不良」に関するものが多くあげられており，継続理由としては，それらに加えて「意欲」に関するものや「特にない」という回答が多くみられた（Table 1）。

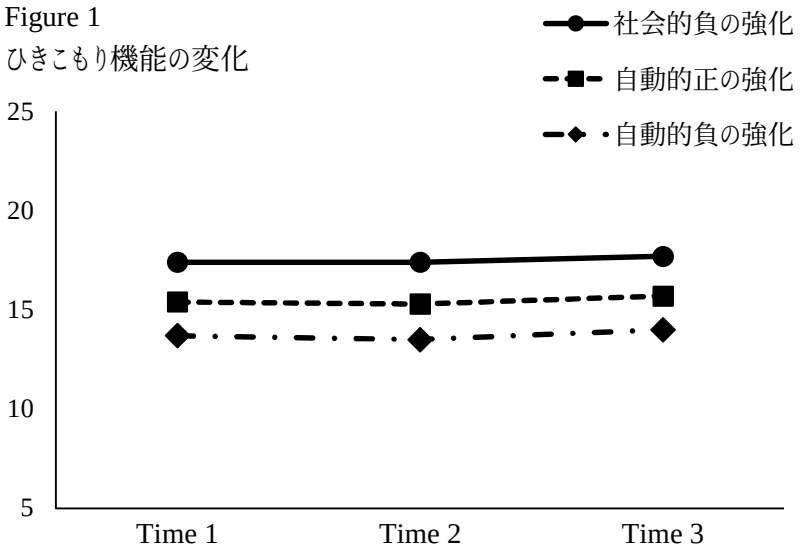
研究２の予備調査の結果をふまえて，暫定版ひきこもり機能的アセスメント尺度が作成された。因子分析の結果，社会的負の強化，自動的正の強化，自動的負の強化という３因子から構成されるモデルにおいて，多くの適合度指標の基準を満たすことが確認された。また，内的整合性が確認された。

Table 1
ひきこもり開始理由と継続理由

	開始理由		継続理由	
	n	%	*n*	%
体調不良	19	27.14%	15	21.43%
就労環境	22	31.43%	15	21.43%
受験･学業	7	10.00%	1	1.43%
家族の事情	21	30.00%	17	24.29%
安心	0	0.00%	8	11.43%
コロナ	5	7.14%	3	4.29%
あきらめ･意欲	2	2.86%	10	14.29%
人間関係･生活環境	4	5.71%	7	10.00%
特にない	7	10.00%	11	15.71%

研究３において，時期を独立変数とした一要因分散分析を行った。その結果，ひきこもり機能は時期による有意な差異が認められなかった（Figure 1）。その一方で，ベースラインと比較して，６ヵ月後および１年後において社会的交流行動は高い得点を示し，１年後において主観的機能障害は低い得点を示した。

Figure 1
ひきこもり機能の変化



また，ベースライン調査におけるひきこもり機能因子を独立変数とした重回帰分析の結果，ベースラインの主観的機能障害を統制後，１年後の主観的機能障害に対しては，ひきこもり機能における社会的負の強化が有意な正の標準化推定値を示した。その一方で，自動的正の強化は有意な負の標準化推定値を示した。これらの結果は，ひきこもり機能タイプが１年後の主観的機能障害を予測する可能性を示しており，さらにひきこもり機能タイプによってその傾向が異なることを示唆している。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計9件（うち査読付論文　8件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　5件）

１．著者名 Nonaka Shunsuke、Sakai Motohiro	４．巻 18
２．論文標題 Psychological Factors Associated with Social Withdrawal (Hikikomori)	５．発行年 2021年
３．雑誌名 Psychiatry Investigation	６．最初と最後の頁 463～470
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.30773/pi.2021.0050	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 Shunsuke、Sakai Motohiro	４．巻 108
２．論文標題 A correlational study of socioeconomic factors and the prevalence of hikikomori in Japan from 2010 to 2019	５．発行年 2021年
３．雑誌名 Comprehensive Psychiatry	６．最初と最後の頁 152251～152251
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.comppsych.2021.152251	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 Shunsuke、Shimada Hironori、Sakai Motohiro	４．巻 －
２．論文標題 Individuals with hikikomori and their families’ cognitive behavioral factors: A prospective study	５．発行年 2022年
３．雑誌名 Current Psychology	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） 10.1007/s12144-022-02772-1	査読の有無 有
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 Nonaka Shunsuke、Takeda Tomoya、Sakai Motohiro	４．巻 56
２．論文標題 Who are hikikomori? Demographic and clinical features of hikikomori (prolonged social withdrawal): A systematic review	５．発行年 2022年
３．雑誌名 Australian & New Zealand Journal of Psychiatry	６．最初と最後の頁 1542～1554
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1177/00048674221085917	査読の有無 有
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 Nonaka Shunsuke、Sakai Motohiro	4．巻 19
2．論文標題 Measuring the Quality of Life for Individuals With Prolonged Social Withdrawal (Hikikomori)	5．発行年 2022年
3．雑誌名 Psychiatry Investigation	6．最初と最後の頁 341-347
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.30773/pi.2021.0348	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 Shunsuke、Sakai Motohiro	4．巻 41
2．論文標題 The psychometric properties of a self- report scale on assessing social interaction of people with prolonged social withdrawal (HIKIKOMORI)	5．発行年 2022年
3．雑誌名 Current Psychology	6．最初と最後の頁 6584～6596
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s12144-020-01151-y	査読の有無 有
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 Nonaka Shunsuke、Sakai Motohiro	4．巻 18
2．論文標題 Psychological Factors Associated with Social Withdrawal (Hikikomori)	5．発行年 2021年
3．雑誌名 Psychiatry investigation	6．最初と最後の頁 463～470
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 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 野中 俊介	4．巻 20
2．論文標題 ひきこもりの理解―家族関係	5．発行年 2020年
3．雑誌名 臨床心理学	6．最初と最後の頁 698～702
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 Nonaka Shunsuke、Sakai Motohiro	4．巻 14
2．論文標題 The suitability of outing frequency as a definition of hikikomori (prolonged social withdrawal)	5．発行年 2023年
3．雑誌名 Frontiers in Psychiatry	6．最初と最後の頁 1027498
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyt.2023.1027498	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4件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

1．発表者名 野中 俊介・ 嶋田 洋徳
2．発表標題 ひきこもり状態にある人とその家族に焦点を当てた認知行動療法的アプローチにおけるアセスメント方略と支援のあり方
3．学会等名 日本心理学会
4．発表年 2021年

1．発表者名 野中 俊介・ 嶋田 洋徳・ 境 泉洋
2．発表標題 日本におけるひきこもり状態にある人に対する家族の行動レパートリー
3．学会等名 日本健康心理学会
4．発表年 2020年

1．発表者名 野中 俊介・久保 浩明・境 泉洋・関水 徹平・加藤 隆弘
2．発表標題 ひきこもり状態における心理社会的実践と個人差要因
3．学会等名 日本カウンセリング学会第54回大会
4．発表年 2022年

１．発表者名 野中 俊介・境 泉洋
２．発表標題 COVID-19パンデミックがひきこもり状態の社会生活に与える影響
３．学会等名 日本カウンセリング学会第54回大会
４．発表年 2022年

〔図書〕　計1件

１．著者名 境 泉洋・野中 俊介・山本 彩・平生 尚之	４．発行年 2021年
２．出版社 金剛出版	５．総ページ数 280
３．書名 CRAFTひきこもりの家族支援ワークブック［改訂第二版］	

〔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
研究協力者	境　泉洋 (Sakai Motohiro)		

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