

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 20 日現在

機関番号：27104
 研究種目：若手研究(B)
 研究期間：2013～2015
 課題番号：25870646
 研究課題名(和文) 不登校・ひきこもりの子を抱える親の心理的特徴とグループミーティングに関する研究

 研究課題名(英文) Study on a Group Meeting of Parents with school refusal or Hikikomori Children, and Codependent Characteristics of Parents

 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)：不登校やひきこもりの子を抱えた親のグループミーティングを対象に2010年10月～2014年9月にわたってこのミーティングに参加した親たちを調査した結果、延べ482名(男性74名・女性408名)の参加があり、親の平均年齢は65.7歳(SD7.33)であった。
 親たちの観察から見てきた親の共依存的特徴を5つにわけて分析を試みた。それらは順に「強迫観念的態度」、「二者択一的態度」、「現状否定的態度」、「コントロール的態度」、「自他境界混乱的態度」と名称を付与したものである。グループミーティングを通じて親のこういった共依存的態度の修正を行う方法についても提案している。

研究成果の概要(英文)：A civil support group for parents of school refusal and hikikomori children in Fukuoka, which the author is involved in, holds a self-help group meeting that allows parents to talk about their own experiences. The parents participating in this group meeting over four years between October 2010 and September 2014 were studied. A total of 482 people (74 male, 408 female) participated in the meeting, and the average age of the parents was 65.7 (SD 7.33).
 Furthermore, the parents' codependency characteristics that were observed in the group meeting were divided into five major categories and analyzed. These are named, in order, "Obsessive Attitude", "Splitting Attitude", "Denial Attitude", "Controlling Attitude", and "Self-Other Boundary Confusion Attitude". In addition, methods were suggested on how to correct these parents' codependent attitudes through the group meeting.

研究分野：嗜癡行動学

キーワード：ひきこもり 不登校 共依存 親の共依存的態度 自助グループ

1. 研究開始当初の背景

(1) わが国において、不登校やひきこもりを抱えた家族の不安感など心理的調査研究については、80年代末以降、いくつかの研究報告がある。にも関わらず、不登校・ひきこもりの子を抱えた親のグループ・ミーティングに関する調査研究については、それほど多くの調査研究があるわけではない。

また近年、若者支援を国家施策として行う中で、各地でこういった家族のグループ・ミーティングが展開されているが、支援者が適切なコーディネート力を発揮する力動精神療法的に運営されたグループ・ミーティングについては、ほとんど議論されないままである。

ひきこもりや不登校の問題を抱えた家族支援における家族のグループ・ミーティングの重要性については、厚生労働省作成のガイドライン『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』内の「家族へのグループ活動の意義と進め方」でも指摘されており⁴⁾、さらに、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は、斎藤環氏が指摘しているところである⁹⁾。つまり、効果的な親のグループ・ミーティングとは何かというのが本研究の出発点である。

(2) 不登校・ひきこもりの子を抱えた家族のためのグループ・ミーティングは、不登校児あるいはひきこもりの当事者自身を支援するという視点と異なり、不登校・ひきこもりの子を抱えた家族を支援するというところに重点をおいている。これは、不登校・ひきこもりの子の生活基盤である家庭における家族の心理的負担を軽減することが、結果的に不登校・ひきこもりの問題から回復するために必要な援助の一つと見なされていると考えられるからである。

家庭における家族の心理的負担を軽減するためには、どのようなことが考えられるか。研究者は、2006年から2008年まで福岡市精神保健福祉センターの委託を受けて、同センターで毎月実施されている「ひきこもり当事者を抱えた家族の家族交流会(グループ・ミーティング)」に出席し、その家族たちの心理的特徴を分析するとともに、臨床心理士や保健師らと望ましいグループの展開方法について模索を繰り返してきた。[本研究の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、ブレーン出版にて報告している。]

この研究を通して、不登校・ひきこもりの子を抱える親たちには共通した心理的特徴があることがわかった。また、不登校・ひきこもりを抱える家族には、家族内の人間関係に、相互に依存してしまう共依存関係が見受けられるのではないかと仮説に至った。つまり、当事者家族の心理的特徴には、何らか

の共依存性があるのではないかとということである。(共依存とは、親と子あるいは親同士の心理的及び行為的依存関係であり、対象に対するコントロール欲求とも言える。)

この共依存関係に親自身が陥っていることを自覚することで、親が自分と家族の問題を客観視し、他者ではなく自分自身の生活へのコントロール感を獲得すれば、子どもに対するコントロール欲求を抑制することができるのではないかと。つまり、まず親が共依存関係から抜け出すということが、家庭における親の心理的負担を軽減し、結果的に不登校・ひきこもりの子の社会的回復を促すのではないかとというのが、本研究の着想に至った経緯と背景である。

2. 研究の目的

本研究では、不登校・ひきこもりの子を抱えた親の心理的特徴として、親と子の間に共依存関係(=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)が影響していることを明らかにし、不登校・ひきこもりの子を抱えた親のグループ・ミーティングにおいて、親に自らの共依存性を客観視させることで、親の不安を軽減する効果的なグループ・ミーティングの進め方を提案することである。親がその子との共依存関係から抜け出すことは、子の社会的な回復に繋がると考えるからである。また、効果的なグループ・ミーティングの進め方を提案することにある。

3. 研究の方法

表1 調査対象と調査内容

| | |
|------------|---|
| 調査対象 | 不登校・ひきこもりの子を抱えた親で、グループミーティングに参加した参加者 |
| 調査対象期間 | 2010年10月～2014年9月(4年間) |
| ミーティング開催回数 | 計38回(1回当たり約90分間のミーティング) |
| 調査項目 | グループミーティングの前後で、自記式の質問紙に回答 参加者の属性(年齢、性別、当事者の年齢、当事者の性別、当事者のひきこもり期間等) 主な悩み、参加意欲、参加後の感想、不安感尺度(GHQ-12) |

調査対象は、福岡で不登校やひきこもりの子を抱えた当事者や親たちを支援している民間支援団体で行われた親の自助的グループ・ミーティングに参加した人である。(調査に当たっては、調査協力者に対して個人を特定せずに統計的処理をすることが目的である旨説明し、同意を得た上で調査を行っている。)調査期間は、2010年10月～2014年9月の4年間である。調査対象と調査項目は表1に示すとおりである。

グループ・ミーティングの開始前の質問紙では、「親の基本的属性」、「参加動機」、「参加意欲」、「抱えている悩み(上位3つ)」、「“GHQ(General Health Questionnaire)-12”による不安感評価尺度」の質問紙調査を実施した。GHQ-12は、Goldbergらによって作成された不安感評価尺度の短縮版で、4あるいは5点以上の者を気分・不安障害の「陽性」と判断することができる」と報告されている。また、ミーティングの終了時に「参加して良かったか」、「自分の話を上手にできたか」、「人の話を集中して聴くことができたか」、さらに同じく「“GHQ-12”による不安感評価尺度」の質問紙調査を実施した。

4. 研究成果

(1)はじめに

本研究は、不登校やひきこもりといった問題を抱える当事者(IP: *Identified Patient*)ではなく、その親の共依存的特徴や、不安感に焦点を当て、親が抱えるこれらの問題の回復が、子の不登校やひきこもりといった問題の回復に繋がる事を仮説として、親たちのミーティングや親の共依存的特徴について分析を試みるものである。

イギリスの教育学者 *Alexander Sutherland Neill* (1883-1973)は、その著書の中で「問題の子どもというのは決してない。あるのは問題の親だけである。(中略)子どもが問題の子どもになるのは、親が子どもとは何かを理解していないからである。もしくは、親自身が自分自身を理解していないがために、問題の子どもが生まれる。」²⁾と述べている。Neillは、当時としては珍しく子どもの個人的自由を積極的に認める教育思想を主張し、サマーヒルという全寮制の学校を設立したことで有名な教育者である。子どもの観察のみならず、フロイトの精神分析理論を用いて問題行動を起こす子どもの“親”に着目し、問題の親について分析している。

斎藤学は「引きこもり依存症 システムズ・アプローチに基づく対応法」⁷⁾の中で、嗜癪概念の拡大について解説し、ひきこもりを行為嗜癪の一型と捉えた治療法を紹介している。それは、当事者(IP)のみを治療対象とするのではなく、家族全体をシステムと捉えて、家族内で行われるコミュニケーションに分析の力点を置いた手法である。

本研究の問題の所在は、上述の研究者らの問題意識とほぼ同じである。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癪、インターネット嗜癪、ゲーム嗜癪、マンガ嗜癪など、数々の行為嗜癪が見受けられる¹¹⁾。これら行為嗜癪を醸成するシステムとして、母親の子に対する過剰な保護(共依存)があり、母親の共依存という行為嗜癪を支える夫の仕事依存、DV、アルコール依存、等の嗜癪⁶⁾があると考えている。

(2)調査対象者の概要

表2 調査対象者の概要

| | |
|-------------------|---|
| 調査対象者 | 延べ482名(男性74名・女性408名) 実人数84名(男性19名・女性65名) |
| 調査対象者の平均年齢 | 65.7歳(SD7.33) 男性72.8歳(SD5.83) 女性64.3歳(SD6.79) |
| 1回当たりのミーティング参加者人数 | 平均12.74名(SD3.70) 最小値5名 最大値23名 |
| 1人あたりのミーティング参加回数 | 平均5.8回(SD8.60) 最小値1回 最大値35回 |

調査対象者の概要は表2に示すとおりである。グループ・ミーティングへの参加者の延べ人数は482名で、男性は延べ74名、女性は408名である。女性が圧倒的に多いのは、不登校やひきこもりといった子どもの問題行動が発現した場合に、家族構成員の中で問題解決のために外部に支援を求めようとするのは父親に比べ圧倒的に母親に多い事を表しているものと思われる。

またグループ・ミーティングに参加する親たちの平均年齢は65.7歳(SD7.33)で、男性参加者の平均年齢72.8歳(SD5.83)対し女性参加者の平均年齢は64.3歳(SD6.79)と男性の方が平均年齢が高い。妻が夫より先に他界し、子のひきこもりに対して対処行動を行える該当者が父親だけというケースでは、子のひきこもりが長期化した結果登場する父親が多く、そのため女性より男性の平均年齢が高くなっているものと思われる。

(3)不登校・ひきこもりの子の概要

表3 当事者の概要

| | |
|---------------|---|
| 当事者の実人数 | 合計41名 (男性32名・女性9名) |
| 当事者の平均年齢 | 33.2歳(SD7.09) 男性34.3歳(SD7.31) 女性29.4歳(SD4.57) |
| 当事者の平均ひきこもり期間 | 平均141.1ヶ月 (約11年8ヶ月) (SD80.11) 最小値12ヶ月(1年) 最大値336ヶ月(28年) |

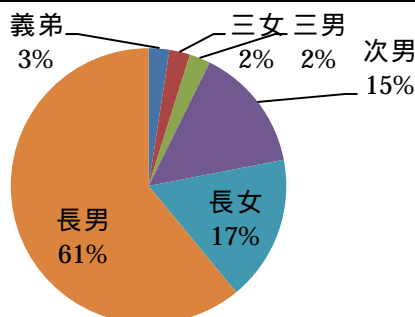


図1 当事者の続柄の内訳

不登校・ひきこもりの当事者の状況は、表3、図1に示すとおりである。当事者の平均年齢は33.2歳(SD7.09)、男性34.3歳(SD7.31)、女性29.4歳(SD4.57)であり、最小で20歳、最大で50歳であった。当事者の続柄の内訳では、長男が圧倒的に多く61%、次いで長女17%となっている。

ひきこもりになった主な理由を親たちに尋ねたところ、一番多かったのは中学あるいは高校での不登校をきっかけにひきこもりになったというケースが16%、次いで学校や職場でのいじめが原因としているケースが14%、さらに就職できなかったあるいは就職できても長続きしなかったという就職に関する理由が13%となっている。有意差がみられなかったものの、ひきこもりの理由に不登校を挙げているケースは、男性が女性の5倍。学校や職場でのいじめを理由に挙げているケースは男女同率。また就職を理由に挙げているケースは男性が女性の4倍であった。受験競争を勝ち抜き学業を成就させ、就職して一定の収入を得るといった社会的圧力が女性より男性に対して強い事への表れと思われる。

(4) 親の悩みと不安

ミーティングの開始時に、今抱えている悩み上位3つを挙げてもらったところ、最も頻度が高い項目は「子どものこと」であり、子どもの今後のことや就職の事が悩みに挙げられている。次いで「自分のこと」が多く、自分の体調の事で悩んでいる人が多かった。当然の事ながら、親たちの悩みは、ひきこもっている子の事が一番の関心事になるが、その悩み方というのは“いつも子どもの事が忘れられない”という強迫観念にも似たものであり、場合によってはその事で親自身が精神科受診をしているケースも見受けられた。

ミーティングの前後で評価したGHQ(General Health Questionnaire)-12による不安評価尺度³⁾⁵⁾の結果は、ミーティング終了後の不安得点が有意に低く(t=1.97 p<0.05)、グループ・ミーティングを通じて、既述のような親の強迫観念にも似た不安感が軽減されている事をうかがい知ることができる。

(5) 親と子の固着した関係性

不登校やひきこもりの子を抱えた親たちの様子について、グループミーティングを通じて観察していくと、親(母)の子に対する過剰な保護や、子どものことがいつも忘れられないといった強迫観念を持つ親たちを多く見受けられる。そのような態度は、ギデンズが述べているように「固着した関係性 関係性そのものが嗜癖対象となっている間柄」¹⁾とも呼ぶことができる共依存的態度であり、親と子が互いに依存し合った状況である。こういった関係は、コインの表裏に喩えることができると思われる¹⁰⁾。すなわち、

子の自立を願いながらも、子に対する母としての役割を手放す事ができない母と、その母の無意識の願いに応えようとするあまり、ひきこもってしまう子のような関係で、互いに離れられない関係である。

表4 親と子の固着した関係性の例

| 親の子に対する コントロール行為 | ←→ | 子の親に対する コントロール行為 |
|-----------------------|----|------------------------|
| お小遣いをあげること で登校を促す | | お小遣いが欲しいので 登校を渋る |
| 子の就職活動を促すた めに説教をする | | 親の笑顔を引き出すた めに不機嫌になる |
| 精神科受診を子に強い る | | 親を静かにさせるため に自室にこもる |

例えば、表4に示すような親の子に対するコントロール的行為は、一見すると単に親が子どものひきこもりからの回復を願って行った行為かもしれないが、子どもにとってはそのような親の行為を引き出すために、あるいはその行為を止めさせるために、ひきこもりやそれに付随する行為(暴力、無視など)をエスカレートさせるような状況が起こる。こういった関係を模式化すると図2のように捉えることができる。すなわち、親は子を支配し服従させているように見えても、逆から見ると子が親を支配し服従させているような関係である。

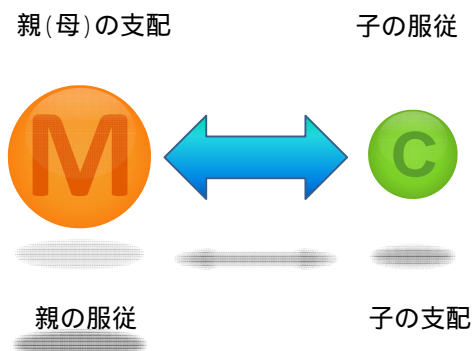


図2 親(母)と子の固着した関係性

筆者は、この親の共依存傾向を5つのポイントで捉えている。第一に「強迫観念的態度」である。当然のことながらひきこもりの子を抱えた親の関心の中心は、ひきこもっている子の事であり、いつもその事ばかり考えている。第二に「二者択一的態度」である。親の子どもに関する選択肢は少なく、外に出て就労するか否か、登校するか否かばかりを考えている場合が多い。第三に「現状否定的態度」である。自分の子育てを完全否定し、自罰的態度を繰り返す、あるいは子どもの事に関して全て否定的に捉える態度である。第四に「コントロール的態度」である。子のひきこもりという行動修正のために、過剰なまでに子をケアしたりすることがこれに該当する。第五に「自他境界混乱的態度」である。家族構成員との境界設定ができずに、子の人生を

あたかも自分の人生のように感じている態度である。親のグループ・ミーティングに参加する親たちは当初、表5の左部のような態度をとっていることが多く見受けられる。一方、グループ・ミーティングに参加することで、他者の話題の中に自分を見つけたり、あるいは自分自身の感情を見直したりする中で、表の右部に態度を変化させる参加者も多い。

表5 ミーティング参加前後での親の共依存的態度の変化

| 参加初期 | 参加後期 |
|--|--|
| (強迫観念的態度) 話題の中心が子どものこと。 | (興味関心の広がり) 自分自身の将来や趣味の話題が出てくる。 |
| (二者択一的態度) とにかく社会復帰させたい。そうしないといけないと思う。 | (選択肢の広がり) 実は、無理して苦しむより、家にいてくれる方が安心している自分がいる。 |
| (現状否定的態度) 自分の育て方に対する非難。子の態度に対する非難。 | (現状受容態度) このままひきこもりでも構わないという現状を肯定する態度 |
| (コントロール的態度) 子への過剰な世話焼き、この子の親に対する依存的態度。 | (非コントロール的關係) 遠くから見守る。子の成長を時間的に追うことができるようになる。 |
| (自他境界混乱的態度) 家族の話をするときに、家族関係の境界が曖昧。 | (他者との境界を意識) 子と親の境界、夫婦の境界が意識化される |

(6) 親のグループ・ミーティングの目的

不登校やひきこもりへの支援については、行政や民間支援団体が行う当事者やその家族への電話相談、面接相談、訪問支援、就労支援などが挙げられる。中でも、家族支援についての重要性は様々な場面で語られており、厚生労働省の「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」では「家族に勤めたいのは、家族教室や「ひきこもり」の親の会など、同じ悩みを抱えている家族同士が集まってくる場へ参加することです。」⁴⁾と述べられている。また、斎藤環は、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述べている⁹⁾。

そのような中、各地では不登校やひきこもりの子を抱えた親たちの自助グループが運営されている所が多い。一方でそのような会を運営する支援者たちからは親たちの変化(回復)が見受けられないと言う声や、それ故に家族会に人が集まらなくなったという声も耳にする。しかしその事で、筆者は親たちのグループが無意味だとは思わない。親の

グループ・ミーティングを観察していくと、親との子の固着した関係性から長年抜け出すことができない親がいる一方で、数回のグループ・ミーティングへの参加で子のひきこもりが回復していくケースも見る事ができる。そのようなケースは、斎藤環が述べるように「親たちは自らの家族と同種の問題が他の家族の中に生起していると感じ、自らの家族内コミュニケーションを外部からの目で見る体験をする」⁸⁾という体験を具現化できた親なのだと感じる。

先のような親のグループの有効性が見出せないという支援者の声は、言うなれば斎藤環が述べるように支援者の技術的な洗練が必要ということになるのであろうが、支援者にとってはその洗練方法が曖昧模糊としているのも事実であろう。しかし往々にして、支援者が親の変化を感じないというようなグループでは、自助グループの原則であるいわゆる「言いつ放し、聞きっぱなし」が徹底されているように思われる。このような会では、親の多くがひきこもった子に対する不安を延々と吐露し続けている事が多い。このことは、既述の調査結果でも挙げたように、親の一番目の悩みである「子のひきこもり」という強迫観念を強化しているだけに思われる。

共依存という目には見えにくい嗜癖からの回復には、いわゆる「言いつ放し、聞きっぱなし」の自助グループ形式の運営方法を変える必要があると思われる。筆者の経験から、親の不安の吐露は、グループ・ミーティング全体の半分の時間があればよいと思う。残り半分の時間は、親が自分自身の人生を振り返り自分の未来を考える時間にする事を提案したい。具体的には、親に自己(self)に対する気づきを促す課題を支援者が提供する。例えば「自分のためにお金と時間を使う」「5年後の自分はどうなっていたいか」「自分の母や父について語る」などである。ある親は「このミーティングの帰りに、自分のためだけに1万円を使うとしたら何に使いたいですか。」という筆者からの問いに返答できなかったが、一ヶ月後のミーティングで筆者に会うなり笑顔で「美容室に行きたい。」と話しかけてきた。この親は「これまで、息子の事だけを考えて生活してきたので、自分の事など考えたこともなかった。」と語っていたが「自分のためだけにお金を使う」という課題を考える事で、自分に対する気づきが訪れ、友人との外出や自分のおしゃれに要する時間が増えた。結果的にはこの親の子はひきこもりから完全には回復していないが、支援者の支援の第一の目的は親の人生が満たされること、すなわち自らの明るい将来を描けるようになること、さらにはそれによって緩やかに生じる親と子の固着した関係性(共依存)からの回復なのだと考える。

引用文献

- 1) アンソニー・ギデンズ、『親密性の変容』、而立書房、135-136、1995
- 2) A.S. Niel "The The Problem Parent" Published by Herbert Jenkins Ltd.9-10, 1932
- 3) Goldberg, P. "A technique for the identification and assessment of non-psychotic psychiatric illness." London: Oxford University Press, 1972
- 4) 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」,53-60,2010,
- 5) 中川泰彬、「GHQ 精神健康調査票の紹介 General Health Questionnaire 」, 心理測定ジャーナル, 21, 22-24, 1985
- 6) 齋藤学、「ワークシヨップ：嗜癖としてのひきこもり」, アディクションと家族,19(1),48-65,2002
- 7) 齋藤学、「引きこもり依存症 システムズ・アプローチに基づく対応法 」, アディクションと家族,21(1),33-53,2004
- 8) 齋藤学、「引きこもり依存症 システムズ・アプローチに基づく対応法 」, アディクションと家族,21(1),50,2004
- 9) 齋藤環、「ひきこもりと家族」, アディクションと家族 21 (1) pp27-32、2004
- 10) 四戸智昭、「不登校・ひきこもり考：共依存を抜け出す」, 西日本新聞朝刊、2013.8.13
- 11) 四戸智昭、「不登校・ひきこもり考：昼夜逆転の原因」, 西日本新聞朝刊、2013.8.20

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」, 日本嗜癖行動学会学会誌アディクションと家族、査読有、31 巻2号、2016 、39-45

四戸智昭、長谷川智子、門口美由起、江上千代美、梶原由紀子、本田 和人、黒岩達也、大場綾沙美、山崎怜、奥村賢一、原田直樹、小嶋秀幹、松浦賢長、「不登校・ひきこもりへの訪問支援活動の効果に関する一考察」, 日本嗜癖行動学会学会誌アディクションと家族、査読有、29 巻4号、2014 、347-351

〔学会発表〕(計1件)

四戸智昭、「不登校・ひきこもりの子を抱える親の心理的特徴とグループ・ミーティングに関する研究 親の共依存傾向と親ミーティングによる不安の軽減を中心に」, 日本嗜癖行動学会、2014 年11月15日、鳥取とりぎん文化会館ホール、鳥取県鳥取市

〔その他〕

ホームページ

<http://www.family21.jp/>

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