

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 29 年 6 月 7 日現在

機関番号：12611

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2016

課題番号：26380920

研究課題名(和文) ひきこもり本人の語りからみるアイデンティティ構築過程に関する研究

研究課題名(英文) Process of constructing identity from the narratives of young people in hikikomori (social withdrawal)

研究代表者

谷田 征子 (Yatsuda, Masako)

お茶の水女子大学・人間発達教育科学研究所・特任講師

研究者番号：60635150

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、ひきこもり相談から、現代のひきこもりの臨床像を明らかにし、ひきこもっている本人の視点から、アイデンティティの構築過程について検討することを目的とした。その結果、10代では性別にかかわらず、学校の中で体験していることが多く言及されていること、20代以降では性別によって悩みが分化していること、30代は内面と社会からの悩みが共存する可能性が高く、特に男性では40代以降においてもその傾向が継続することが示唆された。また、アイデンティティの構築過程においては、「ひきこもりの自分についての語り」「自分についての捉え直し」「自分と関わることについての語り」の3つの段階があることが示唆された。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to delineate the phenomenon of hikikomori through investigating the process of identity formation based on the subjective experiences of hikikomori individuals depicted in their email and telephone counseling. It was revealed that the young adults between 10 and 19 years of age often discuss experiences at school regardless of gender, whereas the expression by individuals over 20 differed depending to their gender, and it was highly likely that the internal difficulty of "vague unease" and the external difficulty of "societal pressure" co-existed for those in their 30s. Especially, the male individuals aged 40 years and older continuously exhibited this tendency. Furthermore, three steps were identified during the process of their identity formation: "narratives about self as hikikomori," "narratives about re-telling of self," "narratives about relating to self."

研究分野：臨床心理学

キーワード：ひきこもり アイデンティティ 語り メール相談 電話相談 他者

## 1. 研究開始当初の背景

現在、約 54 万人がひきこもっていると推定され、雇用状況の厳しさから、ひきこもりの問題が深刻化している。海外からも、ひきこもりは、日本の青年に特化した現象として注目されている (Furlong, 2008)。当初、ひきこもりは、不登校の延長として捉えられ、主に 10 代から 20 代前半の若者の問題として考えられてきた。近年では、青年期のひきこもりが長期化したり、あるいは社会に出て就職してからも対人関係でつまずき、外に出られないという問題が指摘されている。すなわち、ひきこもりの問題は、現代社会において、若者が大人になっていくことの困難さを反映しているといえる。

ひきこもり本人の発達を促進するモデルから支援を考える上で、次の 2 つが考えられる。第一に、ひきこもり本人が他者とのかかわりをもつことである。ひきこもり本人が、相談機関を訪れることはほとんどない。しかしながら、彼らは他者からの承認を求め、何らかの援助を求めている (斎藤, 1998)。電話やメールを用いた支援は、ひきこもり本人が外に出なくても、他者とかかわることができる。その意味では、電話・メール相談は、ひきこもり本人が他者とつながる有効なツールとなり得る。

第二に、他者とのかかわりを通じてアイデンティティを構築していくことである。青年期では、自分にとって重要な他者から認められることで、肯定的な自己感を育てていく。30 代以降の成人期では、他者とのかかわりを通じて、過去を振り返り、未来を展望し、自分を意味づけていく作業が、自己感の発達において重要である。生涯発達の観点から見ても、自分を振り返り意味づけることは、青年期に始まり、成人期にかけて見られ、心理的成長 (McLean & Breen, 2009) や成熟 (King, 2001) 肯定的な自己変容を促す (Adler, 2012) と指摘されている。

## 2. 研究の目的

本研究は、現代のひきこもりの状況を明らかにし、ひきこもり本人の語りから、アイデンティティ構築過程を検討することを目的とした。まず、ひきこもり相談のデータから、現代のひきこもりの臨床像を示した。次に、成人期への移行の課題を明らかにした。そして、ひきこもり本人が、ひきこもっている体験をどのように意味づけ、アイデンティティを構築していくのかを検討した。

## 3. 研究の方法

～ については、ひきこもりの内外の文献の検討、ひきこもりの電話・メール相談をもとに分析した。ではテキストマイニング、では統計分析 (<sup>2</sup>検定) と内容分析、ではナラティブ分析を用いた。本研究は所属するお茶の水女子大学の倫理審査委員会の承

認を得て進められた。調査に係る個人情報の匿名性の確保、及び情報管理について慎重に配慮し、分析を行った。

## 4. 研究成果

### (1) ひきこもりの臨床像

ひきこもりのメール相談の内、1,830 名 (男性 871 名 / 女性 959 名) の初回相談について、WordMiner™ を用いてテキストマイニングによる分析を行った。分析手順としては、初回相談のテキストを分かち書きし、418,530 種類の構成要素を得た。そこから、助詞、句読点等を除いた。さらに、構成要素のうち出現頻度が 15 回以上のものを対象にし、構成要素を絞り込んだ。最終的に、80,381 種類の語句を抽出した。

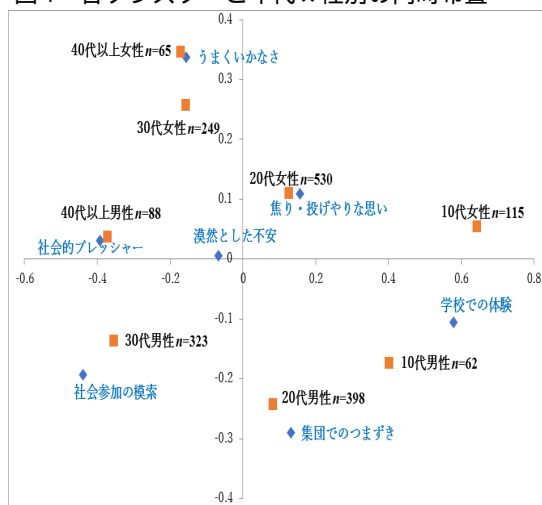
対応分析を行った結果、7 成分得られ、2 成分で累積寄与率は 53.1% であった (固有値は、第 1 軸が 0.06、第 2 軸が 0.03)。解釈のしやすさから、7 クラスターとした (図 1)。

クラスター 1 は、「うつ」「おかしい」「お金」「きょうだい」「この先」が上位に位置づけられていたことから、漠然とした不安と命名した。クラスター 2 では、「うまくいかない」「しんどい」「クビ」「ショック」と、実際何かやってもうまく進まないことが示され、うまくいかなさ と命名した。クラスター 3 では、「やめた」「やる気がない」「わがまま」「アルバイト」「いらいら」と物事を回避し、意欲が起きないことがうかがわれたので、焦り・投げやりな思い と命名した。クラスター 4 では、「イジメ」「サークル」「トラブル」「ニュース」「ネットゲーム」と、集団生活での困りごとと捉え、集団でのつまずき と命名した。クラスター 5 では、「クラス」「ネガティブ」「パソコン」「陰口」といった学校での出来事がうかがわれたので、学校での体験 と命名した。クラスター 6 では、「グループ」「パニック障害」「プレッシャー」「安定」「一般」と社会や外の世界との関連が深い語であったので、社会的プレッシャー と命名した。クラスター 7 では、「きつい」「サポステ」「デイケア」「ハローワーク」といった社会への復帰に関連する語が集まったので、社会参加の模索 と命名した。

このことから、以下の 3 点が示された。第一に、10 代では性別にかかわらず、学校の中で体験していることが多く言及されていた。第二に、20 代以降では、性別によって悩みが分化し、女性では 焦り・投げやりな思い うまくいかなさ といった内的な体験が言及されていたが、男性では 集団でのつまずき 社会参加の模索 社会的プレッシャー といった対社会を意識した語が多く見られた。第三に、ひきこもり本人にとって、30 代は 漠然とした不安 と 社会的プレッシャー という内と外からの悩みが共存する可能性が高いことが分かった。特に、男性では 40 代以降においてもその傾向が継続すること

が示された。

図1 各クラスターと年代×性別の同時布置



さらに、ひきこもり期間と性別によってどのように相談内容が異なるのかをテキストマイニングを用いて検討した。その結果、次の2つが明らかとなった。第一に、ひきこもり期間が1年以上5年以下の男性では女性よりも学校での体験について語られていた。一方、女性では、ひきこもり長いほど、家族の問題に言及している傾向が見られた。第二に、ひきこもり期間が5年以上になると相談内容が深刻であることが示された。性別や年代によって、ひきこもり本人が抱えている悩みが異なり、本人のニーズに合った支援を考えていくことが考えられた。また、ひきこもり期間が5年を超えることで、本人の状況が深刻になることが推察された。

## (2) 成人期への移行の課題

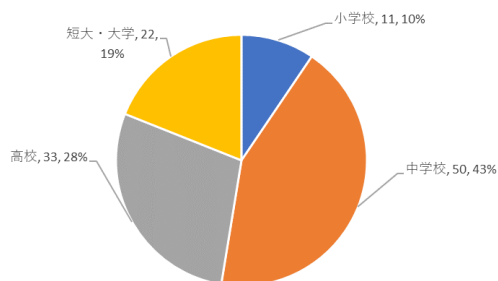
ひきこもり本人の相談：メール相談

ひきこもり本人からの相談 1,670 件の内、不登校を経験していると判断された 116 件（不登校時期が不明な 3 件を除く）を分析に用いた。なお、平均年齢は 25.5 歳 ( $SD=8.1$ )、男性が 55 件 (47.4%)、女性が 61 件 (52.6%) であった。

小学校での 11 件の内 7 件が中学校、2 件が中学校・高校でも、中学校での 50 件の内 12 件が高校でも不登校を経験していた。また、高校/大学で初めて不登校を経験したのは、55 件 (47.4%) であった (図 2)。小学校/中学校だけでなく、高校/大学で不登校を初めて経験してひきこもる生活が続いている人が半数近く見られた。

次に、ひきこもり期間 (1 年未満・2~5 年・5 年以上) と不登校時期 (小学校/中学校・高校/大学) について  $\chi^2$  検定を行った結果、有意な連関が認められた ( $\chi^2(2)=14.87$ ,  $p<.01$ )。残差分析から、高校/大学で不登校を経験した者は、ひきこもり期間が 1 年以下と短い傾向が見られた。

図 2 不登校を経験した時期 (n=116)



さらに、不登校を経験した時期ごとに、ひきこもったきっかけ (複数回答、相談員が評価) を、その他・不詳 (28 件) を除いて、8 項目ごとに整理した (表 1)。

表 1 ひきこもったきっかけの件数 (複数回答)

	小・中	高校	大学
身体障害疾患	1	2	1
発達障害	7	1	1
精神障害	9	0	5
友人関係	11	7	2
学業/学校関連	6	9	6
就職活動	0	0	5
職業/職場関連	6	2	4
家族の問題	8	4	5

ひきこもったきっかけを見ると、個別性が高いことがうかがわれた。大学生では、ひきこもり期間が相対的に短いものの、学生から就労への移行、すなわち青年から成人になっていく難しさが示された。キャリア支援に留まらず、生き方を含めた支援を考えていく必要があることが示唆された。

ひきこもり本人の相談：電話相談

本人による初回電話相談の内、精神障害を患っている相談を外し、内容がひきこもり以外の相談を削除した 55 件を分析に用いた。電話では、ひきこもり本人が「声」を通じて自分の経験や考えを伝えてきているが、それは本人が孤独感やこころの痛みをはっきりと意識しているわけではない。顕在的な孤独感だけでなく、潜在的な面にも着目するために、「こころの痛み (Meerwijk & Weiss, 2011) ) に関する論考を参考に、意味が似ているもの同士をまとめ、カテゴリーに分けた。なお、ひきこもり本人の性別は、男性が 33 名 (60.0%)、女性が 22 名 (40.0%) であった。年代は、10 代が 5 名 (9.1%)、20 代が 25 名 (45.5%)、30 代が 15 名 (27.3%)、40 代が 8 名 (14.5%)、不明が 2 名 (3.6%) であった。

内容分析の結果、ひきこもり本人が抱えている「こころの痛み」について、2 つのテーマ『他者から否定・批判されることの怖さ』『親へのアンビバレントな思い』が抽出された。『他者から否定・批判されることの怖さ』では、過去に他者から否定され、批判される

といった体験が根強くあり、不安というよりも他者への怖さを感じていることが分かった。他者への怖さは、一様ではなく、幼少期から漠然と苦手さを感じ、挨拶程度の関わりは問題なくやれても、自分の心を開くかわりを躊躇していることがうかがわれた。また、『親へのアンビバレントな思い』では、「親に対して迷惑をかけている」という思いと、「親に理解してもらえない」という思いが共存していることが示唆された。

### (3) ひきこもり本人のアイデンティティ構築の過程

ひきこもり本人の相談で5回以上、かつ相談内容から精神疾患が顕著でない事例を抽出した。本研究では、その内、5件(20代3件、30代以上2件)について相談内容を分析した。なお、分析にはNVivoを用いて、ひきこもり本人が自分の体験をどのように意味づけているのかといった意味的なまとまりに着目して、コーディングを行った。

5件のメール相談によるデータを分析したところ、「ひきこもりの自分についての語り」「自分についての捉え直し」「自分と関わることについての語り」の3つがあると考えられた。「ひきこもりの自分についての語り」では、ひきこもりの状況や自分が何に悩んで困っているのかという気持ちの吐露が語られていた。そうした語りの中核には こころの痛み 孤独感 があると考えられた。また、「自分の気持ちをうまく表現できない」と思い浮かぶ考えが言葉としてまとまらないことも見られた。「自分についての捉え直し」では、これまでの自分を振り返り、社会と関係づけて、メタ的に述べられていた。そうした語りでは、“仕事をしていない自分はダメ”といったマスタナラティブとの照合や、ひきこもった理由 について語り自分と向き合っていることが見られた。ただ、外に一步出ようとしても不安になり 過去の習慣へのしがみつき、親によって傷つけられたという 親の侵襲(impingement) (Levine, 2017)、親へ申し訳なさを感じながらも理解してもらえない辛さといった 親への思いが見られた。こうした背景には、“不安を隠す” “嘘をついてしまった自分” という 本当の自分を隠す ことがあると考えられた。「自分と関わることについての語り」では、自分自身を対象にして、変化した自分との関わりについて語られていた。そうした語りには、親とのかかわりの変化 と連動していることが伺えた。こうした語りでは、相談員の返信から新たな見方を取り入れ、過去の自分を手放し、オルタナティブなストーリーが展開されていた。さらに、こうした3つのカテゴリーの文脈として メール相談による変容 が見出された。

### 今後の展望

本研究から、電話やメールというバーチャ

ルな空間であっても、自らのことを語り、他者からの応答によって、自らの存在をとらえなおすことがアイデンティティの回復には求められるといえる。一方、ひきこもっている状態では自分の存在を肯定できず、自己否定する物語となってしまふ。否定的であっても、それを失うことは痛みを伴うため、否定的な自分を手放しにくいのかもかもしれない。特に、ひきこもり本人において、親との関係性においてアンビバレントであることが示唆された。今後、どのような関わりによって、ひきこもり本人のアイデンティティの再編が促されるのかを検討する必要がある。

### 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文](計2件)

谷田征子・青木紀久代・岩藤裕美 (2013). オンラインカウンセリングの可能性. お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要, 15, 1-11. (査読無し)

谷田征子・青木紀久代・岩藤裕美・古志めぐみ (2015). ひきこもりはどのように捉えられているのか 海外で発表された文献レビュー. お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要, 17, 1-11. (査読無し)  
[http://teapot.lib.ocha.ac.jp/ocha/bitstream/10083/59666/1/17\\_1\\_p1-11.pdf](http://teapot.lib.ocha.ac.jp/ocha/bitstream/10083/59666/1/17_1_p1-11.pdf)

[学会発表](計12件)

Iwafuji, H., Aoki, K., & Yatsuda, M. (2014). Features of hikikomori sufferers: Based on the data collected from the users of e-mail counselling in Japan. Poster session presented at the 122nd of Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC (U.S.A). 2014年8月9日.

Yatsuda, M., Aoki, K., & Iwafuji, H. (2014). A comparison between e-mail counseling and telephone counseling among hikikomori sufferers in Japan. Poster session presented at the 122nd of Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC (U.S.A). 2014年8月10日.

谷田征子・青木紀久代・岩藤裕美 (2014). 電話とメール相談からみる「ひきこもり」の現状. 日本心理臨床学会第33回大会発表論文集, 327, ポスター発表, パシフィコ横浜(神奈川県横浜市), 2014年8月24日.

岩藤裕美・青木紀久代・谷田征子 (2014). メール相談からみるひきこもり者の特徴 -

性別と期間との関連から - . 日本心理臨床学会第 33 回大会発表論文集, 328, ポスター発表, 神戸国際会議場 (兵庫県神戸市), 2014 年 8 月 24 日.

Aoki, K. (2015). Telepsychology services for individuals with hikikomori in Japan. Symposium presented at the 123rd of Annual Convention of the American Psychological Association, Toronto (Canada), 2015 年 8 月 7 日.

Iwafuji, H., Aoki, K., & Yatsuda, M. (2015). Hikikomori and family in Japan: Using parents' e-mail messages to investigate parental perceptions. Poster presented at the 123rd of Annual Convention of the American Psychological Association, Toronto (Canada), 2015 年 8 月 6 日.

谷田征子・青木紀久代・岩藤裕美 (2015). メール相談からみたひきこもり本人の悩み年代と性別に着目して. 日本心理臨床学会第 34 回秋季大会発表論文集, 179, 口頭発表, 神戸国際会議場 (兵庫県神戸市), 2015 年 9 月 20 日.

岩藤裕美・青木紀久代・谷田征子 (2015). 「ひきこもり」を抱える家族 親からのメール相談から. 日本心理臨床学会第 34 回秋季大会発表論文集, 180, 口頭発表, 神戸国際会議場 (兵庫県神戸市), 2015 年 9 月 20 日.

Iwafuji, H., Aoki, K., Yatsuda, M., & Koshi, M. (2016). Differences between mothers' and fathers' perceptions of their children with hikikomori based on parents' initial messages for telepsychology in Japan. Poster presented at the 31st International Congress of Psychology, パシフィコ横浜 (神奈川県横浜市), 2016 年 7 月 27 日.

Yatsuda, M., Aoki, K., Iwafuji, H., & Koshi, M. (2016). Perspectives of people with hikikomori (social withdrawal): Based on their initial messages for telepsychology in Japan. Poster presented at the 31st International Congress of Psychology, パシフィコ横浜 (神奈川県横浜市), 2016 年 7 月 26 日.

岩藤裕美・青木紀久代・谷田征子 (2016). 不登校から「ひきこもり」へと至ったケースの検討 性別および時期やきっかけとの関連から . 日本心理臨床学会第 35 回秋季大会発表論文集, 546, ポスター発表, パシフィコ横浜 (神奈川県横浜市), 2016 年 9 月 6 日.

谷田征子・青木紀久代・岩藤裕美 (2016).

ひきこもりと不登校時期との関連 ひきこもったきっかけに注目して 日本心理臨床学会第 35 回秋季大会発表論文集, 547, ポスター発表, パシフィコ横浜 (神奈川県横浜市), 2016 年 9 月 6 日.

〔図書〕(計 1 件)

谷田征子 (2016). ひきこもり・退却 対人的に傷つきやすく、ひきこもっていた 20 代女性 林直樹・松本俊彦・野村俊明 (編) 野村俊明・青木紀久代・堀越勝 (監修) これからの対人援助を考える 暮らしの中の心理臨床 パーソナリティ障害 pp.59-63(全文 237 頁), 福村出版.

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

谷田 征子 (Yatsuda Masako)  
お茶の水女子大学 人間発達教育科学研究 所 特任講師  
研究者番号: 60635150

### (2) 研究分担者

青木 紀久代 (Aoki Kikuyo)  
お茶の水女子大学 基幹研究院 准教授  
研究者番号: 10254129

### (3) 連携研究者

岩藤裕美 (Iwafuji Hiromi)  
お茶の水女子大学 人間発達教育科学研究 所 特任講師  
研究者番号: 80747741