

〔研究報告〕

## ひきこもり親の会の参加者の変化と子どものひきこもり行動との関連

本間恵美子<sup>1)</sup> 斎藤まさ子<sup>2)</sup> 内藤 守<sup>2)</sup> 真壁あさみ<sup>3)</sup>  
 田辺 生子<sup>2)</sup> 小林 理恵<sup>2)</sup> 佐藤 亨<sup>1)</sup>

## 要 旨

ひきこもりの子どもをもつ親の会への参加によって、参加者にどのような行動の変化が生じるのか、これらの変化が子どものひきこもり行動や参加した親自身の適応に及ぼす影響について検討した。親の会参加者295名（母親204名、父親91名）を対象に、会参加後の親の変化、親の適応（日本語版AAQ-II）、会への参加のしかた、現在のひきこもりの程度から構成される質問紙調査を実施した。その結果、親の会に参加後の変化として、「気持ちの整理と対応の学習」因子、「コミュニケーション改善」因子、「ひきこもり関連情報獲得」因子、「本人のペースの受容」因子の4つの因子が見出された。「気持ちの整理と対応の学習」因子は参加の比較的初期から見られるが、子どものひきこもり行動に有効な影響は及ぼさなかった。一方、「コミュニケーション改善」因子は、子どもが対人交流のある場所に行けるという行動変化に対して影響を及ぼしていた。この因子には、親の会で積極的に発言することと比較的長期間の参加が関与していたことが示された。

キーワード：親の会、ひきこもり、親の変化

## 1. はじめに

日本で20歳以上対象に行われた世界保健機構（WHO）の疫学調査（Koyama, Miyake, Kawakami et al., 2010）によると、20～49歳の1,660名を対象とした面接調査で、ひきこもりの経験者は1.2%、ひきこもりの平均開始年齢は22.3歳であり、現在ひきこもりの子どもがいる世帯は0.5%である。厚生労働省のひきこもりガイドライン（齊藤, 2007）では、ひきこもりを「様々な要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交友などを回避し、原則として6ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形の外出をしてもよい）を指す現象概念である。なお、ひきこもりは原則とし

て統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもりとは一線を画した非精神病性の現象とするが、実際は確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低いことに留意すべきである」と定義している。本研究においても、原則としてこの定義に相当する状態を「ひきこもり」とするが、このような状態からひきこもり支援施設など対人関係のある場所に行くようになった者も含んでいる。

ひきこもりは長期にわたる傾向があり、ひきこもり親の会の参加者を対象とした境, 斎藤, 本間他（2013）の調査では、ひきこもり期間の平均は10.5年となっている。長期にわたるひきこもりは、親が高齢化すること、他の同年代の若者の社会化との差が大きくなるため、さらに社会参加が困難になるといった状態を引き起こすと予想される。この長期化のメカニズムについて齊藤（2007）は、ひきこもり

1) 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究科

2) 新潟青陵大学看護学部看護学科

3) 新潟青陵大学福祉心理学部臨床心理学科

の中の子どもと親の間で、過干渉などの共生的な関係性が形成されやすく、ひきこもりに伴う家族の機能不全が、さらにひきこもりの長期化を招くと説明している。

ひきこもりの子どもはその開始年齢の高さから20代後半以降の年齢であり、青年期の年齢よりも年長である場合も多いと考えられる。しかし親からの心理的自立とアイデンティティの確立を求められるという点から、青年期的な発達課題に取り組んでいるともいえる。青年が発達課題に取り組めるためには、親との心理的距離が適度で、自立やアイデンティティの模索が可能となる距離であることが重要である。杉村(2011)は、青年が自立性を獲得するためには、たんにその欲求を表明するだけでなく、青年の主張が親に受けとめられる基盤が必要であること、子どものアイデンティティ形成をめぐる親子間で相互調整することが重要であることを指摘している。

一方、親子関係の相互調整は、生活は親に大きく依存するが、親とのかかわりが困難であるひきこもりの場合、そのむずかしさが予想される。廣瀬(2013)は、親がひきこもりの子どもへの関わりについて語る際、「巻き込まれていた」「今は程よい距離」と距離で表現する親が多かったことを指摘している。また、高塚(2014)は、ひきこもりの特徴として、感情を共有するような二者関係が育まれていないと述べている。このように特にひきこもりの場合、関わり方の調整のむずかしさが示唆されているが、親子関係の相互調整がひきこもりの子どもの自立に大きな影響を及ぼすことが予想される。

ひきこもりの子どもをもつ親がパワーレスを感じる点として、天谷、岩崎(2006)は、本当にわかってくれる人はいないといった理解者の欠如、対処力のなさなどの自分への自信のなさ、子どもへの対処のしかたなど家族の問題への自信のなさ、ゆとりがなく自分自身がケアできないといった点を挙げている。また、ひきこもりの子どもをもつ家族は、そうでない家族に比べて高いストレス状態にあり、家族

を支援の対象とした活動を行なう必要がある(植田、境、佐藤他, 2003)ことが示されている。

このような家族への支援のひとつとして、親の会などのセルフ・ヘルプ・グループがある。親の会などに参加する親の変化については、いくつかの研究である程度明らかになっているが、子どもの変化との関連は明確に示されていない。また、親自身の適応の問題との関連についても明らかにされていない。川北(2006)は、親の会への参加者を対象に質問紙調査を行った。その結果、参加者の6割がひきこもりの改善を感じており、会の参加で得られる効果として、親の気持ちの安定、子どもへの接し方の学習、子どもの改善、家族関係の改善、親自身の仲間作り、親自身の社会的活動を挙げている。また、浅田、境(2008)は、ひきこもりの親の会への参与観察と個別インタビューにより調査を行い、参加によるおもな認知の変容として、目標の引き下げや見直し、親の見守りのパターンの多様性の認識、これまで内在化されていた社会一般の価値観の組替えがあることを示している。斎藤、本間、真壁他(2013)は、ひきこもり親の会参加者を対象とした面接調査から、会での気持ちの立て直しと子どもの姿への直面したあと、子どもの立場で考える努力が行われ、その後に子どもの生き方を受け入れる過程をたどるとしている。

ひきこもりの場合よりも低年齢にはなるが、小野(1993)は、不登校の子どもをもつ親の会の参加者を対象とした研究を行い、親の変化過程についての仮説を示している。それによれば、不安が強く混乱した状態から、解決を考え始めるがこれまでの価値観が変化しないため解決につながらない段階を経て、子どもを優先への変化が生まれ、実際の出発ともいえる段階において具体的な改善策を実行することで変化を自己確認でき、よい体験、気づきとして受容、親の成長へというプロセスがあることを示唆している。このような変化は、ひきこもり親の会における参加者の変化ともかなり共通していることも予想される。

これらの研究では、会参加による親の変化については述べられているが、それが子どもの変化や会のあり方とどのように関連しているのか明らかではない。本研究では、ひきこもりの子どもをもつ親の会（以下、「会」とする）の参加者を対象として、子どもへの関わり方を中心とした行動の変化は、どのような要因から構成されるのかを明らかにし、これらの要因が参加者の適応の程度へ及ぼす影響を検討する。また会への参加のしかたや運営が、親の変化の各要因にどのように影響しているのかを明らかにする。さらに、上の分析で見出された親の変化についての各要因が、子どものひきこもり行動にどのような影響を及ぼすのかを検討する。

## II. 方法

### 1. 対象者・調査方法

本研究では、NPO法人全国ひきこもりKHJ親の会の各支部の月例会に参加した親を対象とした。この会は、ひきこもりの子どもがいる家族の自助グループであり、全国の大半の都道府県の県庁所在地を中心に計60支部がある。各支部では月例会という形で、月1回メンバーが集まり、ひきこもりについての話し合い、情報交換などが行われることが多い。

本研究では、2012年11月～2013年1月に開催する月例会において質問紙調査を実施できるよう同意が得られた支部において、支部長に月例会参加者へ配布を依頼した。質問紙は無記名であり、回答をもって同意を得られたものとした。回答者は東北地方から九州地方の支部にわたり、各支部の回答者数は1～40名とばらつきが大きい。参加者のうち調査協力の得られた295名（母親204名；平均年齢61.8歳、 $SD=6.49$ 、父親91名；平均年齢67.1歳 $SD=5.95$ ）の回答が分析に用いられた。なお、ひきこもっている子どもは、男性221名（平均年齢33.3歳、 $SD=7.35$ ）、女性57名（平均年齢30.3歳、 $SD=7.18$ ）、性別不明17名であった。

### 2. 質問紙の構成

親の会参加により親にどのような変化が認められるかを明らかにし、その変化が親の適応および子どものひきこもり行動にどのように影響しているのかを検討するため、以下のような質問紙構成とした。親の変化については、これまで測定する質問紙が少なかったことから、これについての質的研究（小野, 2000；斎藤他, 2013など）で得られた結果から質問項目を作成した。

親の適応については、ひきこもりの子どもをもつ親は長期にわたるストレスを体験し、思うような自分の生活ができないと感じている者も多い。自分で価値づけた生活ができるか、あるいはストレスの体験にとらわれてしまっているか、といったことが親の適応に影響を及ぼしていることが目立つ（植田他, 2003）。そのためこれらについて測定できるAAQを用いる。この尺度では、私的出来事「思考、感情、記憶、身体感覚など」をあるがまま受け入れるのではなく、回避する程度を測定している。このような回避は長期的に見ると、回避しようとすることで不快な出来事の出現をかえって増やしてしまい（及川, 2011）、結果的に個人が価値づけた方向や活動からそれてしまうことになる。

子どものひきこもりの程度については、親が子どもの行動について評定しやすく、さまざまな問題行動との関連が考えられる社会的不参加の程度（境, 堀川, 野中他, 2011）を中心とする質問項目（境, 平川, 原田, 2012）を用いた。

さらに、どのような会への参加のしかたが親の変化に影響を及ぼしているのかを検討するため、会への参加のしかた（参加期間、頻度、専門家の参加、参加態度）を、斎藤他（2013）などを参考に項目を作成した質問紙を用いた。

質問紙の構成は以下の通りである。

- 1) 基本属性：回答者およびひきこもりの子どもの年齢と性別、回答者と当該の子どもとの関係
- 2) 会参加後の親の変化：会に参加することによる影響に関する40項目、4件法

- 3) 日本語版 Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II ; 木下, 山本, 嶋田, 2008) : 10項目, 7件法. 得点が低いほど体験を回避する程度が高い.
- 4) 会への参加のしかた : 7項目, 4~5件法
- 5) 現在のひきこもりの程度 : 6項目, 4件法 (境他, 2012)

### 3. 分析方法

会参加後の親の変化についての質問紙の各項目の度数分布と相関係数を算出した. 次に, この質問紙の因子構造を検討するために, 作成した40項目について, 重みのない最小二乗法, プロマックス回転を用いた因子分析を行い, 因子負荷量0.35 (絶対値) 以上の項目を採用した. 信頼性については, 各因子の $\alpha$ 係数を算出し, 各項目を除いた $\alpha$ 係数と比較して,  $\alpha$ 係数を引き下げる項目を除くことで精度を高めた.

会へのどのような参加のしかたが親の変化に影響したかを明らかにするために, 会への参加のしかたの各項目の得点を独立変数とし, 親の変化の各因子の合計得点を従属変数とした一元配置の分散分析を行った. また, 会参加後の親の変化が親の適応および子どものひきこもりの程度に及ぼす影響を検討するために, 親の変化の各因子を独立変数とした重回帰分析を行った.

なおデータの集計と解析には, SPSS Version23を用いた.

### 4. 倫理的配慮

本研究は, 筆者らが所属する大学の倫理委員会の承認を経たあとに実施した. 対象者には, 研究の目的, 意義, 方法を示し, 回答については無記名であり, 個人の回答内容は公表しないこと, 研究への参加は自由意志によることを記載した説明書が質問紙とともに配布された. 質問紙への返信を行なうことで同意が得られたとした.

## III. 結果

### 1. 対象者の会参加の特徴

会への参加, 運営のしかたについての各項目を集計すると, 次のような参加者の傾向が明らかになった. 参加期間は5年以上が42.3%と最も多く, 3~5年未満は15.7%であり, 1年未満は20.1%と比較的少なく, 長期間の参加が目立つ. 参加頻度はほぼ毎回参加 (53.5%) が最も多く, 3回に2回以上参加が2番目 (19.8%) に多く, 対象者は長期にわたってかなりの頻度で親の会に参加している場合が多い.

会の運営に専門家が参加している場合は93.0%と非常に高く, 「いつも参加」は29.7%, 「時々参加」は30.5%で比較的参加頻度は高い. 専門家の内訳は, 臨床心理士が30.2%, 精神科医が26.5%, 社会福祉士が19.9%, 精神保健福祉士が10.9%, 保健師5.9%であった.

会における参加態度については, 「会で本音で話せる」, 「会で率直に意見が言える」については, 「非常にあてはまる」が, それぞれ28.1%, 24.2%, 「だいたいあてはまる」が, それぞれ63.9%, 65.2%と大多数を占める. 一方, 「会で積極的に話す」は, その頻度が低下し, 「非常にあてはまる」が14.4%, 「だいたいあてはまる」が64.9%, 「あまりあてはまらない」が19.9%となる. また, 上の3項目については「全くあてはまらない」を選択した者は0~2名と非常に少ない.

### 2. 会参加後の親の変化の因子分析

会参加後の親の変化の40項目の各項目間について, ピアソンの相関係数を算出した. その結果, 比較的強い相関が認められたのは, 項目12と13の間 ( $r=.73$ ) のみであった. 各項目の度数分布 (表1)を確認すると, 天井効果, フロアー効果はほぼ認められなかった.

次に, 因子分析 (因子抽出法: 重みのない最小二乗法, プロマックス回転) を行った. 固有値1以上で因子のスクリープロットの変化が緩やかになる前で, 因子負荷量0.35以上の項目が3つ以上ある因子

表1. 会参加後の親の変化の因子分析と度数分布

項目	因子1	因子2	因子3	因子4	全くあてはまらない	あまりあてはまらない	だいたいあてはまる	非常によくあてはまる
<b>第1因子：気持ちの整理と対応の学習 <math>\alpha = .88</math></b>								
11 会に参加することで、あなたの気持ちを整理することができる	0.91	-0.02	-0.16	-0.08	3	23	189	80
12 会のメンバーの発言、行動などからご本人への対応のしかたを学ぶことができた	0.78	0.69	0.04	0	2	26	172	91
6 会に参加すると、安心する	0.75	-0.13	-0.02	-0.08	5	18	158	111
9 会であなたやご本人のことを話せると、落ち着く	0.71	-0.11	-0.16	-0.04	6	43	164	70
13 会のメンバーの発言、行動などからこれからあなたがどのように努力したらよいか目標を見出すことができた	0.65	0.06	0.11	0.01	4	50	173	64
14 会のメンバーの発言、行動などからあなた自身への理解が深まった	0.62	0.05	0.16	0.06	2	43	179	66
10 会に参加することで、あなたの家族だけの問題ではないことがわかり、孤立感が減少した	0.58	-0.11	-0.05	0.04	5	9	129	140
5 会ではあなたの話を理解してもらえていると感じる	0.58	0.04	0.06	-0.03	1	30	184	70
17 会に参加することでご本人への対応を頑張って続けることができると感じている	0.47	0.14	0.05	-0.07	0	29	187	76
*8 会での話を聞くことが希望がなくなるように感じる	0.38	0	-0.03	0.24	9	34	110	132
<b>第2因子：コミュニケーション改善 <math>\alpha = .82</math></b>								
24 最近、以前よりご本人とコミュニケーションできるようになったと感じる	-0.04	0.78	-0.06	-0.05	31	64	112	82
27 最近、以前よりご本人が家庭で落ち着いて過ごせる	-0.15	0.78	0.03	-0.11	15	41	157	71
35 ご本人と行動をともにすることがある	-0.16	0.75	-0.05	-0.05	56	80	113	42
30 ご本人に落ち着いて対処できるようになったと思う	-0.08	0.54	0	0.21	9	61	175	41
33 ご本人に家事などの頼みごとをすることがある	-0.07	0.47	0.11	-0.06	24	79	127	58
28 あなた自身の生活を楽しめるようになった	0.14	0.46	-0.06	0.23	13	84	131	62
39 あなた自身が変わることがご本人の変化につながることを実感した	0.18	0.45	-0.04	0.07	10	51	140	88
34 ご本人の苦悩が理解できるようになったと思う	0.12	0.44	0.06	-0.07	7	52	183	48
40 あなたの経験を生かして、会に貢献したい	0.22	0.42	-0.04	-0.19	12	82	146	47
25 あなた自身のために以前よりさまざまなことをしてみようになった	0.21	0.38	0	0.09	6	80	141	62
<b>第3因子：ひきこもり関連情報獲得 <math>\alpha = .78</math></b>								
3 会では、居場所や就労支援の情報が得られてよかった	-0.11	0	0.86	-0.05	9	44	148	83
2 会では、医療機関、行政機関の情報が得られてよかった	-0.04	0.01	0.69	-0.05	12	37	132	100
4 会では、年金、生活保護などの行政面の情報が得られてよかった	0.09	-0.04	0.69	0.01	23	81	109	67
1 会では、引きこもりや青年期についての学習会があつてよかった	0.21	0.03	0.46	0.11	11	17	114	134
<b>第4因子：本人のペースの受容 <math>\alpha = .65</math></b>								
*26 ご本人がなかなか動かないのでせりを感じている	0	0.09	0.03	0.64	57	118	87	31
*20 ご本人にはとにかく少しでも外出してほしい	-0.1	-0.02	-0.08	0.53	128	113	34	19
*19 ご本人の考えの方を優先させるのは抵抗を感じる	0.04	-0.03	0.03	0.49	18	82	119	74
*21 ご本人の気持ちがわからないことで自分を責めてしまう	0.01	-0.01	-0.03	0.48	25	118	120	19
*23 ご本人にはできるだけ早く就労してほしい	-0.08	-0.14	0	0.47	79	95	87	27
因子間相関	F1	0.46	0.51	0.11				
	F2		0.25	0.27				
	F3			0.08				

\*印は逆転項目

を抽出した結果、4つの因子が得られた。その4つの因子の $\alpha$ 係数を求め、その $\alpha$ 係数を低下させる項目を削除し、再度因子分析（因子抽出法：重みのない最小二乗法、プロマックス回転）を行った。その結果、表1の29項目を採用した。4因子の累積寄与率は、47.9%である。

第I因子は、「参加することで気持ちが整理できる」「対応のしかたを学ぶことができた」など10項目からなり、「気持ちの整理と対応の学習」因子 ( $\alpha = .88$ ) と名付けた。第II因子は、「以前より本人とコミュニケーションできる」「以前より本人が家庭で落ち着いて過ごせる」など10項目からなり、「コ

コミュニケーション改善」因子 ( $\alpha=.82$ ) とした。第Ⅲ因子は、「引きこもり、青年期についての学習会があってよかった」など4項目からなり、「ひきこもり関連情報獲得」因子 ( $\alpha=.78$ ) とした。第Ⅳ因子は、「本人が動かないので焦りを感じる」「とにかく少しでも外出してほしい」(いずれも逆転項目) など5項目からなり、「本人のペースの受容」因子 ( $\alpha=.65$ ) と名付けた。

3. 会参加後の親の変化が親の適応に及ぼす影響

上の4因子が親の適応に及ぼす影響を見るために、各因子の項目の合計得点を独立変数、AAQ合計得点を従属変数とした強制投入法による重回帰分析を行った。  $R^2=.20$ , 調整済み  $R^2=.19$  で、「気持ち

の整理と対応の学習」因子は  $\beta=.00$  で有意でなかったが、「コミュニケーション改善」因子は  $\beta=-.25$ , 「本人のペースの受容」因子は  $\beta=-.30$  でそれぞれ1%水準で有意、「関連情報獲得」因子は  $\beta=-.13$  であり、10%水準で有意傾向が認められ、これらの3つの要因がAAQ、すなわち親の適応に影響を及ぼすことがわかった。

4. 会への参加のしかたが会参加後の親の変化に及ぼす影響

会参加後の親の変化の各因子の合計得点を従属変数とし、会への参加のしかたの各項目の得点を独立変数として、一要因の分散分析を行った(表2)。その結果、「気持ちの整理と対応の学習」因子には、

表2. 会への参加のしかたを要因とした親の変化の各因子の合計点に関する一要因分散分析結果

従属変数	独立変数	各選択肢ごとの各因子合計得点の平均値とSD					F値	多重比較
		1	2	3	4	5		
気持ちの整理と対応の学習								
	参加期間	31.55 (4.30)	30.18 (4.81)	31.98 (4.43)	31.74 (4.52)	32.56 (4.04)	1.82	
	参加頻度	39.57 (4.13)	39.06 (4.30)	39.35 (5.08)	39.69 (4.03)	37.70 (4.08)	0.55	
	専門家の参加	38.20 (3.53)	38.97 (4.65)	38.37 (3.82)	40.61 (4.43)		3.73*	4>1, 2, 3
	本音で話ができる	42.03 (3.82)	38.26 (4.02)	36.46 (3.26)			24.64**	1>2, 3
	率直に考えをいえる	42.40 (3.67)	38.45 (3.96)	36.48 (4.32)			26.85**	1>2, 3 2>3
	積極的に発言できる	43.18 (3.69)	38.98 (4.03)	37.00 (3.91)			23.86**	1>2, 3 2>3
コミュニケーション改善								
	参加期間	28.09 (4.56)	26.29 (4.95)	28.13 (5.55)	27.76 (4.42)	29.98 (5.07)	2.87*	5>1, 2, 3, 4
	参加頻度	34.05 (6.09)	34.16 (5.53)	32.45 (4.95)	32.40 (6.14)	36.33 (7.60)	1.36	
	専門家の参加	31.53 (5.48)	33.38 (5.90)	34.07 (5.52)	33.40 (6.58)		0.84	
	本音で話ができる	35.25 (5.63)	33.02 (6.04)	34.00 (5.07)			3.23*	1>2
	率直に考えをいえる	35.30 (5.98)	33.10 (6.06)	33.70 (5.97)			2.78+	1>2
	積極的に発言できる	36.93 (5.91)	33.67 (6.15)	31.67 (4.59)			7.38**	1>2, 3 2>3
本人のペース受容								
	参加期間	13.08 (2.41)	14.34 (3.67)	14.05 (3.06)	14.18 (3.57)	14.09 (3.10)	0.67	
	参加頻度	14.18 (3.06)	13.52 (3.29)	14.03 (3.25)	14.04 (3.88)	14.18 (2.99)	0.41	
	専門家の参加	13.24 (2.97)	13.63 (3.27)	14.21 (3.13)	14.64 (3.33)		1.62	
	本音で話ができる	14.40 (3.40)	14.02 (3.21)	13.76 (1.71)			0.46	
	率直に考えをいえる	14.61 (3.44)	13.83 (3.10)	14.61 (2.44)			1.71	
	積極的に発言できる	15.54 (3.59)	13.96 (2.97)	13.84 (3.25)			4.03*	1>2, 3
ひきこもり関連情報獲得								
	参加期間	11.37 (2.89)	12.00 (2.62)	12.58 (2.07)	12.07 (2.77)	12.51 (2.47)	1.24	
	参加頻度	12.09 (2.42)	12.46 (2.38)	13.23 (2.69)	12.27 (2.39)	12.67 (3.73)	1.36	
	専門家の参加	11.06 (2.69)	12.29 (2.50)	12.60 (2.45)	12.50 (2.58)		1.91	
	本音で話ができる	13.26 (2.34)	12.07 (2.32)	11.12 (3.00)			8.63**	1>2, 3
	率直に考えをいえる	13.35 (2.10)	12.09 (2.42)	11.29 (2.84)			8.82**	1>2, 3
	積極的に発言できる	13.61 (2.25)	12.28 (2.38)	11.62 (2.49)			7.21**	1>2, 3

\*\* $p<.01$ , \* $p<.05$ , + $p=.10$

注. 参加期間：1=6ヶ月未満, 2=6ヶ月~1年未満, 3=1~3年未満, 4=3~5年未満, 5=5年以上  
 参加頻度：1=ほぼ毎回参加, 2=3回に2回以上参加, 3=2回に1回程度参加, 4=3回に1回程度参加, 5=年に2回以下  
 専門家の参加：1=全く参加していない, 2=たまに参加する, 3=ときどき参加する, 4=いつも参加する  
 本音で話ができる, 率直に考えをいえる, 積極的に発言できる：1=非常にあてはまる, 2=だいたいあてはまる, 3=あまりあてはまらない, 4=全くあてはまらない(4は分析から除く)

「専門家の参加」が5%水準 ( $F=4.25$ ) で、「本音で話ができる」 ( $F=31.73$ )、「率直に考えをいうことができる」 ( $F=29.95$ )、「積極的に発言できる」 ( $F=29.40$ ) については、それぞれについて1%水準で有意な影響が認められた。「コミュニケーション改善」因子については、参加期間の長さが5年以上の場合、5年未満との間で5%水準で、「率直に考えをいうことができる」 ( $F=3.18$ ) は5%水準で、「積極的に発言できる」 ( $F=7.55$ ) は1%水準で、頻度が高い方が有意に高かった。「ひきこもり関連情報獲得」因子については、「本音で話ができる」 ( $F=8.63$ )、「率直に自分の考えをいうことができる」 ( $F=8.82$ )、「積極的に発言できる」 ( $F=7.21$ ) のそれぞれの頻度が1%水準で有意に高かった。「本人のペースの受容」因子については、「積極的に発言できる」 ( $F=3.20$ ) が5%水準で頻度が高い方が有意に高かった。また「専門家の参加」 ( $F=2.23$ ) については10%水準で頻度が高い方が有意に高い傾向があった。

いずれの因子においても、会で「積極的に発言できる」ようになる頻度が有意に影響していることが認められ、会におけるこのような参加態度が親の変化に重要な効果を及ぼしているといえる。

#### 5. 子どものひきこもり行動への影響

親の変化が子どものひきこもり行動に及ぼす影響を検討するために、子どものひきこもり行動の各項目の得点を従属変数にし、親の変化の各因子の合計得点を独立変数にして、強制投入法による重回帰分析を行った。その結果、子どもが対人交流が必要な場所に行く程度と自室にひきこもる程度については、各因子に特徴的な傾向が認められた。対人交流が必要な場所に行く程度 ( $R^2=.15$ , 調整済み  $R^2=.13$ ) について親の変化の各因子が最も影響するのは「コミュニケーション改善」因子 ( $\beta=.37$ ,  $p<.01$ ) であり、「ひきこもり関連情報獲得」因子 ( $\beta=.18$ ,  $p<.05$ ) も弱いながらも影響が認められた。「本人のペースの受容」因子 ( $\beta=.09$ ) については特に影響は認められなかった。一方、「気持ちの整

理と対応の学習」因子では、弱いながらもネガティブな影響 ( $\beta=-.22$ ,  $p<.01$ ) が認められ、この段階にとどまることは、子どもが対人交流が必要な場所に行けるといって、最も必要で大きな変化には至らない傾向が示唆された。

子どもが自室にひきこもる程度 ( $R^2=.16$ , 調整済み  $R^2=.14$ ) については、最も影響するのは「コミュニケーション改善因子」 ( $\beta=-.37$ ,  $p<.01$ )、次に「本人のペースの受容」因子 ( $\beta=-.15$ ,  $p<.05$ ) であった。子どもが自室に引き込まれないためには、親子間を中心としたコミュニケーションを改善すること、子どものペースについてあせらないことが必要であることが示唆された。

## IV. 考 察

### 1. 会参加後の親の変化の特徴

会参加後の親の変化として、「気持ちの整理と対応の学習」因子、「コミュニケーション改善」因子、「本人のペース受容」因子、「ひきこもり関連情報獲得」因子の4つの因子が見出された。不登校児の親グループの援助効果を質問紙調査研究と事例研究で検証した中地 (2012) は、「子どもとの関わり方の変化」、「社会へ積極的コミットメント」、「情報取得」、「他のメンバーへの愛他的コミットメント」、「メンバー自身の気持ちの安定」の5因子を見出している。これらは内容的に本研究で得られた因子とかなり共通している。

「気持ちの整理と対応の学習」因子は、会に参加することで、気持ちが整理、安心感が得られ、対応や見通しができるといった内容から構成された。これは中地のいう「メンバー自身の気持ちの安定」とほぼ一致する。小野 (2000) の指摘する不登校の親の会参加者の初期の変化である会参加による心理的安定の要因とほぼ同様であるともいえる。

「コミュニケーション改善」因子は、子どもとのコミュニケーション改善、親自身の落ち着きや生活の改善、子どもと親の変化との連動や苦悩の理解と

いった一見多面的な内容から構成されている。子どもとのコミュニケーションの改善の背後には、子どもとある程度距離感を保ちながら尊重することで、親自身の生活もより充実したものにしていこうとする姿勢が推測される。この因子は、中地が最も親グループの援助効果を表すものとしている「子どもとの関わりの変化」とほぼ重なっている。また中地の「社会への積極的コミットメント」、「他のメンバーへの愛他的コミットメント」とも重なっており、参加した親が子どもとの関係を含めた対人関係全般に自己効力感をもつようになってきたことがうかがえ、初期の段階から大きく前進した段階であることが推測される。

「ひきこもり関連情報獲得」因子は、いずれもひきこもりに関連する情報が得られたことからなり、これらの情報が親の会で得られる機会は多く、支援の一助となることが推測される。中地もこの因子を見出し、親の会で得られやすい援助効果といえる。また、小野（2000）も情報提供を、援助効果をもつものとして挙げている。

「本人のペース受容」因子は、親の子どもの行動や考えを受容できないというあせり、自責感の逆転項目から構成されている。したがって、この因子は子どものペースを受容し、あせらずにいこうとする態度がうかがえるが、子ども動きを待てるといった積極的な姿勢を示すものではない。小野（1993）は、親の変化が特に進展した段階として、問題の積極的受容期を挙げているが、そこでは親にとってよい学習の機会であったこととして、問題認識の180度転換が指摘されている。本研究における「本人のペースの受容」は、否定的な項目の逆転項目としての受容であるため、積極的受容とはいいがたい。この因子は中地（2012）の「焦りの軽減」因子に近い内容であるとも考えられる。

## 2. 会への参加のしかたが会参加後の親の変化に及ぼす影響

次に会への参加のしかたが、会参加後の親の変化の各因子に及ぼす影響について検討する。「気持ち

の整理と対応の学習」因子は、専門家が参加することと「本音で話ができる」、「率直に自分の考えが言える」、「積極的に発言できる」といった参加のしかたが影響していた。会で受容され、かなり自由に発言できることが会に参加することで親が安心し、子どもへの対応が方向づけられてくるには重要であること、専門家がその促進に関与していることがわかった。一方、参加頻度、参加年数との関連は認められなかった。小野（2000）は、このような段階を親の会参加の比較的初期の段階であるとしているが、他方ではこの段階にとどまる者も多いことを指摘している。これらの点から、ひきこもりの場合でも、たんに参加期間の長さや頻度ではこの因子は説明できないことが示唆される。

「コミュニケーション改善」因子については、参加のしかたの特徴として、「本音で話ができる」、「率直に自分の考えが言える」、「会で積極的に話せる」といった参加の態度だけでなく、参加期間が長いことが関連することが挙げられる。この因子は、親自身の価値観の変化という最も重要な変化といえる大きな変化（小野、1993, 2000；中地、2012；斎藤他、2013など）を伴うため、時間を要することは容易に推察される。時間を要する変化であるという点については、不登校親の会の参加者を対象に研究した板橋（2000）は、母親の子どもの受容の程度は2年以上か、それ未満で差が認められ、親自身の自己実現はさらに長い期間を要することを報告しており、本研究の結果とその方向は一致する。しかし、本研究の場合は差が認められるのが5年以上と5年未満の間である。ひきこもりは不登校以上に長期間に及ぶこと、対象者の年齢が高いことが関与していることも考えられる。

「ひきこもり関連情報獲得」因子へは、「本音で話ができる」、「率直に自分の考えが言える」、「積極的に発言できる」という参加態度が影響を及ぼしていた。いずれも会での積極的態度での発言に関連しており、情報獲得は受け身な姿勢の参加では得られにくいことを示唆している。小野（2000）は会での関

連情報の提供をファシリテーターの役割として挙げ、これと行動を促す援助が、参加者が受け身の姿勢から抜け出すのに役立つとしている。関連情報を得ることは参加者の今後の解決行動への示唆を与え、それが会での積極的な態度につながっていることが推測される。

「本人のペースの受容」因子には、「積極的に発言できる」ことと、有意傾向であるが専門家の参加が影響していることがわかった。この因子の内容はあせらないという消極的受容である。そのため、子どもの受容という点では十分ではないが、親の価値観の変化という点でいくらか前進が認められるとも考えられる。「積極的に発言できる」という会への最も積極的な参加のしかたができるということが必要であることが推測される。また、専門家によるひきこもりについての知識や参加者への受容的態度も影響していることもあろう。しかし参加年数とは関連がない。これらの点から、この段階は中間的な段階であると推測されるので、参加の比較的初期から長期のものが含まれることも考えられる。中地もこれに類似した因子について、会参加2年以上とそれ以下を比較しても差が認められないため、参加年数による妥当性がないとしている。

各因子に影響する参加のしかたを検討すると、いずれの因子においても会に積極的な姿勢で参加できることが重要であり、たんに参加期間が長いことや参加頻度が高いことだけでは効果が見られないことがわかった。

### 3. 会参加後の親の変化が親の適応と子どものひきこもりの程度に及ぼす影響

会参加後の親の変化の各因子の特徴が、子どものひきこもり行動と親の適応に及ぼす影響について検討する。「気持ちの整理と対応の学習」因子はAAQ得点と関連しないことから、会への参加によりひとまず安心感は得られても親自身の適応には影響しておらず、この要因だけでは子どものひきこもりのよって親自身に引き起こされる混乱の程度は改善されにくいことが示唆される。また、子どもが対人交

流が必要な場所に行く程度には、弱いながらもネガティブな影響を及ぼしていることが示された。この因子は、入会して、普段なかなか話せないひきこもりについての話を聞き、聞いてもらうことで落ち着き、会での学習から子どもへの対応が見えてくる段階を示していると考えられ、斎藤らや小野の親の会における変化のプロセス研究で指摘されている初期の段階における変化に相当すると考えられる。これらのいずれの研究においても、この要因だけでは親の行動のレベルでの大きな変化や子どもの問題の改善が認められるとは指摘されていないことは、本研究でも一致している。

「コミュニケーション改善」因子は、AAQ得点との関連からある程度親の適応の改善に影響していることがわかった。また、子どもが対人交流の必要な場所に行けるために、また子どもが自室に閉じこもらないために、最も必要な親の変化であるということも示唆された。この因子は質問項目の内容から、ひきこもりの子どもを理解し、コミュニケーションが取れるようになる、親自身の価値観が変化する、自分の生活を楽しむ、それが子どもの変化に影響することを実感する、という実際の行動レベルでの変化が複合的に生じていることを示していると考えられる。また、小野(2000)も対人関係の学習がなされると、それが子どもに向けてだけでなく、家族や会参加者などに向けて拡大されていくことを示している。これは、親が会で安定を得ただけでなく援助的な行動も行いえる、他の社会的活動も行なうことによって親自身もより安定するとともに自己効力感を得ており、子どもへの理解も深まり、子どもとの関係も変化した段階であると推測される。中地(2012)も親の価値観の変化と子どもの理解に深まりを併せもった因子を見出しており、親の変化として、最も重要であるとしている。本研究で見出された「コミュニケーション改善」因子は直接的に親の子どもへの対応を望ましい方向に変化させる要因を示した因子といえる。

「ひきこもり関連情報獲得」因子は、親の適応と、

子どもが対人交流が必要な場所にいけることに弱いながらも影響を及ぼしており、情報が得られることが親の行動にプラスの変化をもたらすため、会において必要な情報が得られる工夫が有効であることが示唆された。中地（2012）も同様の因子を抽出しており、これによって気持ちが安定し、社会への積極的コミットメントにつながるとしている。この因子は、ひきこもりから脱出するための実際の行動を促すきっかけや先の見通しを得ることに関連していると考えられる。

「本人のペースの受容」因子は、子どもの考えや行動に対してあせらず、しかも親に自責の念が大きいことが特徴的である。この因子がAAQ得点に最も影響することから、あせりの気持ちが小さくなるのが親の適応に影響を及ぼしていると考えられる。しかし、子どもが自室にこもらないことは促進するが、対人交流が必要な場所に行けることを促進する要因とはなっておらず、この点からも比較的消極的な受容であることが推測される。他の研究では、この因子は特に取り上げられることはなく、取り上げられても重視されない（中地、2012）が、本研究の結果からは、「気持ちの整理と対応の学習」因子では得られない親自身の適応を得るための重要な因子であることが示唆されている。ひきこもりのように長期にわたって親の対処が求められ、親子とも高齢化していること考えると、消極的であっても子どものペースを受容できることは、親の心理的な適応に重要な役割果たしている可能性がある。

#### 4. まとめと今後の課題

本研究では、ひきこもりの子どもをもつ親の会に参加した効果として4つの因子が見出され、会の参加の仕方の影響、および親の適応と子どものひきこもり行動への効果が検討された。これらの4つの因子のうち、「気持ちの整理と対応の学習」因子に示されるように会に参加して心理的に安定することは、多くの参加者に共通して見られる参加の効果であると考えられる。しかしこの因子のみでは親が子どもに対して有効な支援を行うこと、親自身の適応

に関連しないことが示唆された。

親を「コミュニケーション改善」因子の特徴である親の子どもへの理解が深まり、コミュニケーションのしかたが変化する、親が自分の生活を楽しむ、それが子どもの変化に影響することを実感する、という実際の行動レベルでの変化ができるように支援していくことが、子どもが対人交流のある場所に行けるといふ行動変化に対して重要であり、親の適応感も向上することがわかった。このように親が変化していくために、会では参加者の積極的発言に示されるような主体的な参加、継続的参加、他のメンバーを受容、援助できるような関係づくりが求められることが明らかにされた。

「本人のペース受容」因子は子どもの動きについてあせらず、自責感を抱かないという内容であるが、このような子どもへの消極的受容については、これまでひきこもりや不登校の子どもをもつ親を対象とした研究では特に着目されてこなかった。しかし、親の適応に影響が比較的大きい可能性があるため、長期間にわたることも多いひきこもりに対応していくためには、今後このような要因についても検討していくことも考えられる。

一方で、そのためにどのように会の運営、参加者への働きかけをしていけばよいのかは検討されていなかった。より効果的な会を運営していくために、今後これらの課題に焦点を当てた研究をしていく必要がある。これらの課題に焦点を当てた研究は、ひきこもりの親の会についてはほとんど見られないが、不登校についてはいくつか見られる。本研究の結果は、不登校の親を対象とした研究の結果とのかなりの一致が示唆されたため、これらの研究結果をひきこもりの親の会にも援用して検討していくことができると考えられる。しかし、対象者が不登校よりかなり年長で、ひきこもる年数が長期間にわたることを考慮すると、本研究で得られた「本人のペースの受容」因子のような独自の働きをする可能性のある要因を見出していくことも必要であろう。

## 謝 辞

本研究にあたり、調査の実施にご協力いただきましたNPO法人全国ひきこもりKHJ親の会の皆様にご心よりお礼申し上げます。

## 付 記

本研究は平成23年度～25年度科学研究費補助金基盤研究(C)(No. 23593475)の助成を受けて行った。

受付 '17.06.27  
採用 '18.06.21

## 文 献

- 天谷真奈美, 岩崎弥生: 社会的ひきこもり青年を抱える親への看護援助に関する研究: エンパワメントの視点から, 千葉看護学会紀要, 12: 79-85, 2006
- 浅田みちる, 境 泉洋: ひきこもり状態の青年に対する親のかかわり方に関する研究: 母親への半構造化面接の分析, 徳島大学総合科学人間科学研究, 16: 125-143, 2008
- 廣瀬真理子: ひきこもり者の社会的再接続へとつながる親との関わりプロセスに関する質的研究, 家族心理学研究, 27: 137-151, 2013
- 板橋登子: 不登校児をもつ母親の養育態度と自己像, カウンセリング研究, 33: 8-17, 2000
- 川北 稔: 家族会への参加と引きこもりの改善: 民間機関における質問紙調査から, 愛知教育大学教育実践総合センター紀要, 9: 227-236, 2006
- 木下奈緒子, 山本哲也, 嶋田洋徳: 日本語版Acceptance and Action Questionnaire-II作成の試み, 日本健康心理学会第21回大会発表論文集: 46, 2008
- Koyama, A., Miyake, Y., Kawakami, N., et al.: Lifetime prevalence psychiatric comorbidity and demographic correlates of "hikikomori" in a community population in

Japan, Psychiatry Research, 176: 69-74, 2010

- 中地展生: 不登校児の親グループに関する臨床心理学的研究: 家族システムの変化とグループによる援助効果の研究, 博士論文(九州大学), 2012
- 及川 晴: 思考抑制の3要素モデル, 風間書房, 東京, 2011
- 小野 修: 不登校児の親の変化過程仮説: パーソンセンタード・アプローチ, 心理臨床学研究, 10 (3): 17-27, 1993
- 小野 修: 子どもとともに成長する不登校児の「親グループ」, 黎明書房, 愛知, 2000
- 齊藤万比古: ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン, 厚生労働省科学研究補助金こころの健康科学研究事業, 2007
- 斎藤まさ子, 本間恵美子, 真壁あさみ他: ひきこもり親の会で母親が子どもとの新たな関わり方を見出していくプロセス, 家族看護学研究, 19: 12-22, 2013
- 境 泉洋, 堀川 寛, 野中俊介他: 全国引きこもりKHJ親の会: 「引きこもり」の実態に関する報告書⑧: NPO法人全国ひきこもりKHJ親の会における実態, 2011
- 境 泉洋, 平川沙織, 原田素美礼: 全国引きこもりKHJ親の会: 「引きこもり」の実態に関する報告書⑨: NPO法人全国ひきこもりKHJ親の会における実態, 2012
- 境 泉洋, 斎藤まさ子, 本間恵美子他: 全国引きこもりKHJ親の会: 「引きこもり」の実態に関する報告書⑩: NPO法人全国ひきこもりKHJ親の会における実態, 2013
- 杉村和美: 親子関係の生涯発達心理学: 青年期, 氏家達夫・高濱裕子編著「親子関係の生涯発達心理学」2章3節, 風間書房, 東京, 2011
- 高塚雄介: ひきこもりについての考察, 子ども・若者育成支援推進点検・評価会議(第7回), 2014
- 植田健太, 境 泉洋, 佐藤 寛他: ひきこもり状態にある人を持つ親のストレス反応, 早稲田大学臨床心理学研究, 3: 93-100, 2003

## Correlations between the Effects of Self-help Groups on Parents and Children's Social Withdrawal (Hikikomori)

Emiko Homma<sup>1)</sup> Masako Saito<sup>2)</sup> Mamoru Naito<sup>2)</sup> Asami Makabe<sup>3)</sup>  
Seiko Tanabe<sup>2)</sup> Rie Kobayashi<sup>2)</sup> Toru Sato<sup>1)</sup>

1) Department of Clinical Psychology, Graduate School of Clinical Psychology, Niigata Seiryō University

2) Department of Nursing, Faculty of Nursing, Niigata Seiryō University

3) Department of Clinical Psychology, Faculty of Social Welfare and Psychology, Niigata Seiryō University

**Key words:** Parents' self-help group, Social withdrawal (Hikikomori), Parents' attitude change

This study examined the effects of attending parents' self-help groups on parents' behavior, parenting and their children's social withdrawal. The subjects are 295 parents (204 mothers and 91 fathers) attending self-help groups. Four questionnaire surveys: Effects of self-help groups, Participation status in self-help groups, Parent's adaptation (AAQ-II Japanese version), and Social withdrawal (Hikikomori) were completed by each respondent. The effects of self-help groups on parents were divided into the following four subcategories: Parents' education by members on Hikikomori, Improvement of parents' communication with their children, Parents' acceptance of their Hikikomori children's pace back in to society, and Parents' knowledge of available information on Hikikomori social resources. Parents' education by other members on Hikikomori was utilized by many of the parents, but this factor was not effective on their children's social withdrawal. Although improvement of parents' communication with their children had the positive effect that their children go to places necessary in order to meet with other people. However to attain this it might be necessary for a duration of participation in a self-help group of more than several years and the ability to speak actively in the group.