

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

Process by which Mothers Discover New Ways of Relating to
Their Children Thanks to Hikikomori Parents' Groups

斎藤まさ子¹⁾

Masako Saito¹⁾

真壁あさみ¹⁾

Asami Makabe¹⁾

本間恵美子²⁾

Emiko Honma²⁾

内藤 守¹⁾

Mamoru Naito¹⁾

1) 新潟青陵大学看護福祉心理学部看護学科
1) Niigata Seiryō University, Department of
Nursing

2) 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究科
2) Niigata Seiryō University, Graduate School
of Clinical Psychology

〔報告〕

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

斎藤まさ子¹⁾ 本間恵美子²⁾ 真壁あさみ¹⁾ 内藤 守¹⁾

要 旨

本研究の目的は、親の会に継続参加する母親に面接調査を実施し、母親の子どもへの関わりにおける心理的な変容プロセスと親の会でどのような要素が影響しているのかを明らかにすることである。親の会に継続参加する母親23名を対象に半構造化面接を行い、面接内容を修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて分析した結果、9個のカテゴリーが見出され〈子どもの立場で考える努力〉をターニングポイントとして関わり方が変化していくプロセスであった。前者は〈手の打ちようがない〉〈親の会で気持の立て直し〉〈子どもの姿への直面化〉〈混沌から整理へ〉が〈子どもの立場で考える努力〉へと互いに影響されながら変化し、後者は〈子どもの立場で考える努力〉〈心理面も行動面も伴走者〉〈理性と感情との葛藤を抱える力〉の3者が同時的、複合的に関連しながら繰り返され、各々〈親の会でそのつどエネルギー補給〉されていた。この繰り返しのより徐々に〈子どもの生き方を受け入れる〉方向へと変化していた。支援は、母親自身の受容と強固な心理的支持、正しい知識の獲得の機会と場の提供、長期的で継続的な心理的安定の場の確保が考えられた。看護としては、ひきこもる子とその親の心理的状态や変化のプロセスを理解して関わること、相談の際には受容を心がけること、必要な情報を提供できることが示唆された。

キーワードズ：ひきこもり，母親，親の会，修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ

1. はじめに

2006年3月末日現在、わが国ではひきこもりの子どもがいる世帯は推定で約26万世帯¹⁾とされている。子どもがひきこもった場合、親は子育てに対する自責感や恥辱感などで混乱し、子どもにどう関わっていいかわからないまま、自己の価値観を押し付け叱咤激励するなどの対応をとる²⁾ことが多いと言われている。

境³⁾が2012年に発表した全国組織であるNPO法人ひきこもりの親の会のメンバー332名を対象とした調査によると、ひきこもり本人の年齢は平均31.47歳で、ひきこもり開始年齢は平均19.85歳であ

る。ひきこもり期間の平均は10.21年であり、最長34年という極めて長期化を呈している。また、母親の年齢は平均60.09歳であり、父親は平均64.29歳であった。これらの数字から、ひきこもりが長期化していること、ひきこもる子どもの多くが青年期後期から成人期前期に達していること、両親の多くが成人期中期から老年期という年代にあることがわかる。ひきこもる子どもはもとより、家族自身の精神的健康も支援の対象として指摘されている⁴⁾が、家族のライフサイクルや発達課題の面からみても、心理的負担の大きさは想像に難くない。特に、母親は子育てに中心的に関わってきていることから、自己評価の低下を招きやすく、さらにひきこもりについての社会的認知度が低いこともあり、周囲からの批判的言動により傷つき体験を繰り返している場合が

1) 新潟青陵大学看護福祉心理学部看護学科

2) 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究科

少なくない。こうした孤軍奮闘のなかで、ひきこもりの長期化を呈する子どもへの適切な対応策を見出せず、右往左往しているのが現状である。

ひきこもりは、家族のみが子どもと関わっている場合が多い。そのため家族の役割は非常に大きいかかわらず、このように家族をうまく支えていくのが困難な現状がある。そのなかで、同じ体験をしているメンバー同士で互いに体験を語り合い、苦しみを分かち合える親の会の存在意義は大きい。これまでもひきこもりの親の会あるいは家族教室参加者を対象とし、その効果や対応の変化についての調査がいくつか見られる。川北⁵⁾は、親の会への参加により得られるもののひとつに子どもへの接し方の学習をあげている。家族教室参加者が得たものとして子どもへの理解と関係のとり方がわかり、子どもの変化に結びついたという指摘⁶⁾や、家族教室で子どもや課題と向き合う支援と試みを支えることが重要という指摘⁷⁾もある。また、親の会参加者を対象とした調査から、親の価値観の変化が子どもへの対応に及ぼす影響を捉えた研究⁸⁾もある。いずれも親の会の役割の重要性や望ましい変化の方向を示唆しているが、詳細な変化のプロセスについてはまだ十分に示されているとは言えない。

本研究は、親の会に継続参加する母親に面接調査を実施し、母親の子どもへの関わりにおける心理的な変容プロセスと親の会の参加との関連を明らかにすることを目的とした。

II. 研究方法

1. 対象

対象は、月に1回開催される「親の会」に、ほぼ常時継続的に参加している母親とした。本研究の趣旨に賛同が得られた4つの「親の会」の23名が対象となった。30代、40代は各1名、50代8名、60代12名、70代1名であり、「親の会」への参加年数は3、4年が各1名で、5～10年が21名であった。ひきこもる子どもは男性18名であり、女性5名であった。子

どもの平均年齢は34.7歳で、20代6名、30代10名、40代7名であった。ひきこもった時期は、小学生中高学年3名、中学生なし、15歳から19歳まで13名（高校生9名、大学生2名、就業者・所属なし各1名）、20代4名（大学生1名、就業者3名）、30代3名で3名とも就業者であった。ひきこもり平均年数は14.6年であり、最短期間は9年、最長期間は22年であった。

2. データ収集

データは2011年10月から2012年3月にかけて収集した。NPO法人として全国的な組織を持つひきこもり「親の会」に協力を依頼した。研究者が関わるA市の「親の会」の役員に、各地区の代表者が集まる会議において研究の趣旨の説明と協力への呼びかけを依頼した。賛同が得られた北陸地区、東海地区、九州地区(2カ所)の4つの地区の「親の会」に研究者が直接出向き、会員に研究の趣旨説明と協力を依頼した。それぞれの地区の代表者には、協力者を募ることと、面接場所の設定を依頼した。

調査は、プライバシーの確保できる部屋で実施した。質問項目は、親の会への参加動機、親の会への継続参加の要因、親の会に参加後の子どもに対する心理的な変化についてであり、面接時間は1～2時間で半構造化面接の形をとった。

3. 倫理的配慮

対象者に対しては、面接時に研究目的、方法、参加の任意性、不参加の不利益はないこと、匿名化による個人情報の保護、データの処理について文書を用いて説明して参加の意思を確認し同意書に署名を得た。面接内容については許可を得たうえで録音した。

この研究は、研究者が所属する大学の倫理委員会の承認を得て実施した。

4. 分析方法

データの分析には、木下⁹⁾による修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（以下、M-GTA）を活用した。データ分析は、面接の録音データの逐語録をもとにして、テーマに関連のある箇所に着目

し、それを1つの具体例として抽出し分析ワークシートに記入した。そのほかの類似例も同様に同一のワークシートに追加記入した。作成したワークシートには、抜き出した類似例全体を説明できる定義を記入し、ワークシートごとに1つの概念の生成を行った。そして同時に浮かんだアイデアや疑問点などを理論的メモとして記述した。データは継続的に比較分析し、概念を分類してまとめる作業を繰り返してカテゴリーを生成していった。またカテゴリー間の関係を検討して中心となるカテゴリーを決定した。その間にも再びデータに戻り、妥当性を確かめながらカテゴリーを収束し精緻化していった。

分析を進める段階で共同研究者間で意見のやりとりを行った。最初の概念生成および結果図ができる最終段階でスーパーバイザーからスーパービジョンを受けた。

III. 結果

M-GTAによる分析で生成した結果図(図1)を説明する。抽出されたカテゴリーは〈 〉、概念は『 』で示す。母親の語りは「 」を用いて挿入した。

1. ストーリーライン

ひきこもりの子どもをもつ母親は、〈手の打ちようがない〉状況で『相談しても空回り』を繰り返し、『原因は自己の不適切な関わり』と自責感に苦悩している。親の会に参加した母親は、『無条件の安堵』や『変化への希望』を抱き〈親の会で気持ちの立て直し〉が図られる。それは〈子どもの姿への直面化〉を可能とし『語り合いでの気づきの深化』や『講演会での学習の深化』により理解が促進される。そして状況把握が〈混沌から整理へ〉変化し、子どもへの『叱咤激励は自己の抗不安薬』であったことに気づいていく。これらの体験から〈子どもの立場で考える努力〉の必要性を実感し実践へと反映

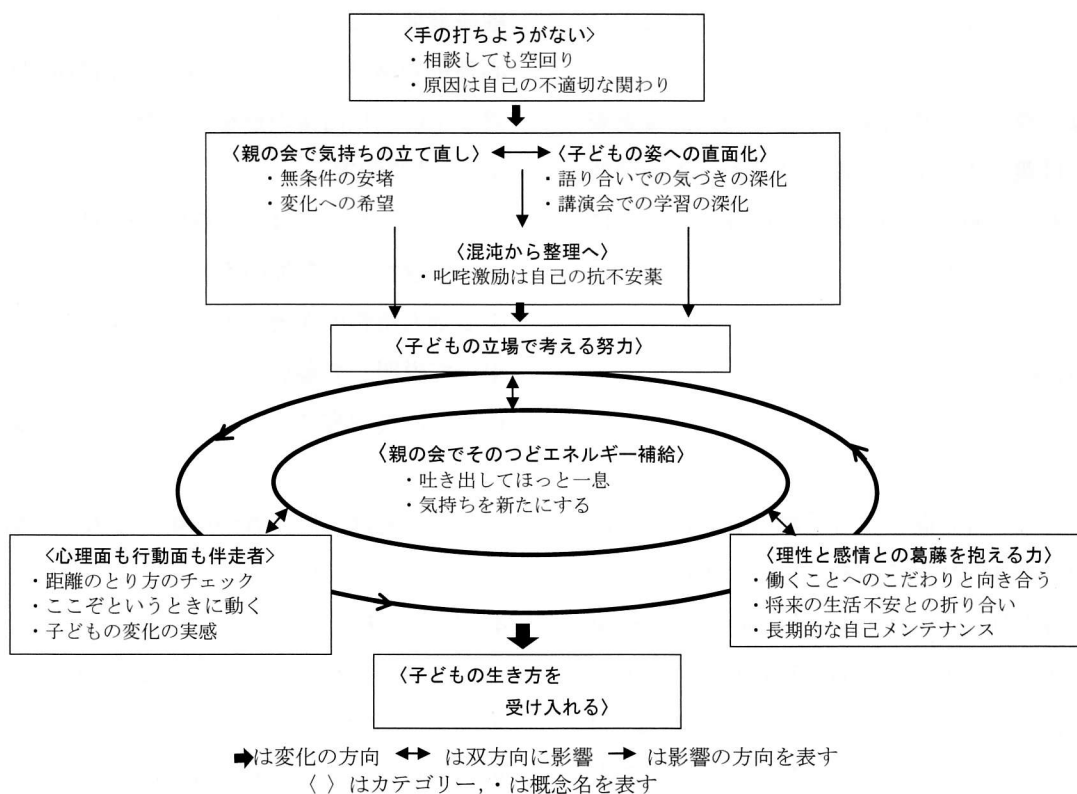


図1. ひきこもり親の会で母親が子どもとの新たな関わり方を見出していくプロセスの結果図

されていく。それは、日々の生活で子どもに〈心理面も行動面も伴走者〉として、子どもとの『距離のとり方のチェック』を行いながら『ここぞというときに動く』ことであり、『子どもの変化の実感』を抱けることである。一方、実践を支えるために〈理性と感情との葛藤を抱える力〉が必要で、それは『働くことへのこだわりと向き合う』、『将来の生活不安との折り合い』、『長期的な自己メンテナンス』の力である。〈子どもの立場で考える努力〉、〈心理面も行動面も伴走者〉、〈理性と感情との葛藤を抱える力〉の3者は、親の会で『吐き出してほっと一息』つき『気持ちを新たに作る』という〈親の会でそのつどエネルギー補給〉されている。この繰り返しのなかで徐々に〈子どもの生き方を受け入れる〉方向へと変化していく。

2. 〈手の打ちようがない〉

〈手の打ちようがない〉は、『相談しても空回り』、『原因は自己の不適切な関わり』の2つの概念で構成された。子どもへの対応に行き詰まったまま、子どもを理解するすべが見当たらず、苦慮していることを表すカテゴリーである。

1) 『相談しても空回り』

相談機関や医療機関、家族や周囲の人に相談しても期待する反応がなく、諦めるしかなかったことを表す概念である。

「見えないです、まわりが。つながるところにつながればどうかなる、だから“藁をも”の藁ですね。そういう経験のない方にはわかっていただけない部分が多い、どこへ行ってもわかってもらえない」

このように、社会のひきこもりに対する認知度の低さもあり、支援を求めようにも情報も得られない体験や、あるいは相談しても相手から非受容的な対応を受けるなど、混乱状態のなかで強い孤独感や無力感を抱いていた。

2) 『原因は自己の不適切な関わり』

子どもがひきこもったのは、母親として適切に対応できなかつた自己の責任だと思っていることを表

す概念である。

「本当にわたしの責任だというのがすごい強かった。親がこれだからいろんなこと、いじめにあったときにきちんと対応してくれなかったと言われました。そのとおりでと思って、どう言われても自分が情けないんですけどそういう親だったんです」

母親は、子どもから投げかけられた批判的なことばに傷つき、親としての自尊心を低下させていた。

3. 〈親の会で気持ちの立て直し〉

〈親の会で気持ちの立て直し〉は、『無条件の安堵』、『変化への希望』の2つの概念から構成された。親の会のメンバーに自分自身を受け入れてもらった結果、気持ちが安定し大丈夫感をもてたことを表しているカテゴリーである。

1) 『無条件の安堵』

周りにわかってもらえず孤独であったが、親の会に参加しはじめたことで、同じ悩みを抱えた者同士で気持ちを理解し合え、安堵感がもてたことを表す概念である。

「同じ子どもたちをもっているお母さんたちには、ああわかるわかるっていう雰囲気は伝わってきて安心感がありました。親の会ではそうだよねっていうのが伝わってきて気持ちが理解しあえましたよね。やっぱ1人じゃないんだってね、ほっとしましたよ」

このように、同じような状況にいる人たちに自らの体験を話す体験は、わかってもらえたという印象を抱き、安心感につながっている。さらに孤独であった自分が無条件に受け入れられ、安堵感や癒しをもらえる体験をしていた。

2) 『変化への希望』

ほかのメンバーの表情や語りから、自分にも子どもの回復についても希望がもてたことを表す概念である。

「10年間という人の話を聞いたから、それでも諦めないでやっているお母さん見てたら、ああ私まだ子ども若いから私がいろんなこと知って子どもに情報を伝えていけば、ひょっとしたら子どもも少しずつ

でもよくなるかなと思ったんです」

他メンバーの長期でありながらも諦めないで行動する姿が動機づけとなり、母親としての自分が前向きに取り組むことが、子どもの回復につながるのではないかという期待をもつことにつながっていた。反面、対極例として次のような発言があった。

「19歳の男性がいてね、うちの子17歳だったんですよ。すごいショックでした。19歳といえば大人ですよ、ふらふらしてすごい不愉快だったし情けなかったです」

このように、若い子どもの母親が、居場所にきている当事者の姿を見て、わが子の将来像と重ね合わせて衝撃を受けている発言もあった。

4. 〈子どもの姿への直面化〉

〈子どもの姿への直面化〉は、『語り合いでの気づきの深化』、『講演会での学習の深化』の2つの概念で構成された。それまで無意識に避けていた子どもの実際の姿を正面から見つめ、理解することを表すカテゴリーである。親の会では語り合いが中心であるが、年に数回ひきこもりに関する講演会を開催し、ひきこもりについての学習の促進を図っていた。

1) 『語り合いでの気づきの深化』

日々の子どもの関わりを中心とした体験を語り合うことで、子どもの心理状態や対応についての気づきや理解が深まることを表す概念である。

「自分のことを家族会で話して、ほかの方の情報もいただいて、それで子どもに対して理解するようになったのかな。あまり責めなくなったのかもしれない。怠けているわけじゃなくて動けないんだというのをわかってきたから…どうすればいいのかというヒントをいただいたりしますね」

母親が、自己の気持ちを語ることで、子どもとの関わりでの気づきを促していた。また、他メンバーの話が自分の子どもの心理状態の理解につながり、さらに子どもへの対応に生かされていた。

一方、「重度なのであまり深いところまでは話してません。引かれるといやなので」と誰もが語りたことをすべて語るのではなく、周りの反応を気に

しながら内容を調整して語るという姿勢も見られた。

2) 『講演会での学習の深化』

親の会が行う講演会でひきこもりについての心理状態や対応について学び、理解が深まったことを表す概念である。

「こういう子どもは本当に苦しいんだよって、子どもが一番きついからっていろいろ講演聴くうちにああそうなんだ、受け入れることが第一なんだと思いました」

これは、講演会で学習し家で子どもと関わるなかで、徐々に知的な理解から子どもを受け入れることが第一であるという体験的理解に変化していったことを表していた。

「ほんとにそれを理解できたかは、たぶん今より半分も理解できてなかったかもしれないけど、わかろうとはしました」

このように、知的な理解と受け入れられるようになることに距離を感じながらも、それを縮めるために努力や時間を要してきたと、客観的に自己を見つめる発言もあった。

5. 〈混沌から整理へ〉

〈混沌から整理へ〉は、『叱咤激励は自己の抗不安薬』で構成された。子どもとの関わり方がわからず方向性を見失っていた混乱状態から、徐々に頭の中が整理され状況を客観視できるようになったことを表す概念である。

1) 『叱咤激励は自己の抗不安薬』

子どもへの励ましや批判的言動は自己の不安解消のためであり、むしろ子どもの苦痛を強化していたことへの気づきを表す概念である。

「今になればわかりますよ、わたしの一言が暴言であることが。当時はわからなかった。娘の気持ちをわかって話をしていなくて、自分の不安のために不安を解消するために…本当の会話ができなかった」

このように、子どもへの対応を振り返り自責感を抱くとともに、それまでの自己の価値観から脱却し、子どもを理解し受け入れることを基軸とした新

たな価値観に基づいた関わり方に变化させていかなければならないことに気づかされていた。

6. 〈子どもの立場で考える努力〉

親の希望を押しつけるのではなく、子どもの立場から考え理解する努力をしていくことの大切さを表すカテゴリーである。

「自分の持つ価値観はなかなか崩せませんでした。(価値観を崩さないとだめですか?) 何年かやりましてそう考えています。自分の価値観とは世の中のスタンダードに合うという、勉強するのは当然、大学まで行ってその後社会に有用な職業に就くというスタンダードです。子どもが思うように変化せず、親の会でいろんな人の現実を聴き、自分自身も勉強するなかで、自分の価値観を崩さなければ子どもの変化は期待できないと考えるようになったのかなと思っています」

自己の価値観を崩し、子どもに寄り添う姿勢に変化することは困難さを伴うものの、親の会での体験や変化しない子どもの姿から、必要不可欠なものであると気づかされていた。

7. 〈心理面も行動面も伴走者〉

〈心理面も行動面も伴走者〉は、『距離のとり方のチェック』と『ここぞというときに動く』『子どもの変化の実感』の3つの概念から構成される。子どもの今の状態を受け止め、適切な距離を保っているかの確認や、支援するべきときには母親自ら動くという主体性をもって関わることを表すカテゴリーである。

1) 『距離のとり方のチェック』

子どもと過度の依存関係にならないために、客観性を保つ努力の実践を表す概念である。

「会に出て客観的になれます。冷静な態度で言うてもらおうとアドバイスになりますので。親だとほんとね、だめなんです。距離がとれなくて、近すぎてもいけないし放置するわけにもいかないし、ほんとに難しいですね」

このように、緊密な二者関係になりやすいなかで、程よい距離を保つ努力をするものの親と子の関

係ゆえに困難さを感じていた。親の会を子どもとの関係を客観視できる場として、あるいは揺れや苦しみと和らげてくれる場として活用していた。

2) 『ここぞというときに動く』

必要なときには子どもへの支援の手を差し伸べることを表す概念である。

「仕事があれば働く」と言った子どものことばに応じて仕事を見つけてきたが、結局子どもが拒否したエピソードについて、「いつか本人にもあなたの一生懸命さが伝わるから諦めないでと講師の先生に言われました。それがきっかけになってあの子もハローワークに行くようになりました。わかりましたよ、いつか本人にも親の一生懸命さが伝わるということが」

諦めずに子どもの背中を押せる時期を待ち、子どもが長いひきこもりから社会に関心を向ける言動を逃さず動くことの大切さを体験から述べていた。

3) 『子どもの変化の実感』

子どもは学校で勉強して世の中の役に立つ職業に就くもの、という親が抱えてきた価値観で子どもを見るのではなく、子どもの立場になって考える努力をすることにより、子どものプラスの方向への変化を実感したことを表す概念である。

「私の価値観が少しずつ変わることで、私の手伝いをしてくれるようになりました。会に続けて出られた最大の理由は息子が変わったというところ」

自己の価値観の変化に基づく対応により、家庭内で役割をもてるようになった子どもの変化を実感として抱けたことを表現していた。

8. 〈理性と感情との葛藤を抱える力〉

〈理性と感情との葛藤を抱える力〉は『働くことへのこだわりと向き合う』、『将来の生活不安との折り合い』、『長期的な自己メンテナンス』の3つの概念で構成される。子どもの心理的状況を理解しなければならないという思いと、日々の子どもの姿に対して沸き起こってくる感情との葛藤を、何とか抱え維持できていることを表すカテゴリーである。

1) 『働くことへのこだわりと向き合う』

できないようだとわかっているけど、働いて欲しいという自分の願望とどう折り合いをつけていくか、向き合いながらそのすりあわせの努力をしてきたことを表す概念である。

「やっぱり波があるんですね。家にじっとしていると、どうするんだろう、どうするんだろうみたいな。親の会でちょっと話して“うちもそうよ”とか聞くとわたしもあんまり落ち込まないようにしようという気持ちに戻れます」

このように、子どもの活動性に波があることを知りながらも、働くことを意識して期待どおりにいかないことに対する葛藤を、親の会で発散し気持ちを立て直していた。

2) 『将来の生活不安との折り合い』

自己の高齢化に伴い、将来的に子どもの生活や経済面がどうなるのか、不安を抱えていることを表す概念である。

「親も歳とってきているからね、考えたってしょうがない、自分が元気なうちだけ何とかって感じで、その先は考えないようにしています。どうしようもないからね」

ひきこもりの長期化と親の加齢に伴うライフサイクルの変化のなかで、親が子どもの面倒を見られなくなったときの不安と折り合いをつけていることが表現されていた。

3) 『長期的な自己メンテナンス』

子どもの現状への葛藤がありながらも、長期的に自分を維持しながら関わっていけるように自分なりの努力をしていることを表す概念である。

「長期戦だなんて感じになったとき自分の気持ちを安定していけるか、維持できるかほんとにそこですよ。パワーがつかないかなきゃ立ち向かえないもの。親の会で元気をもらって帰って、何かそんな感じで自分を維持している、自分のためですね」

ひきこもる子どもに関わっていくためには、まず自己を安定させ維持することが大事であると考え、その手段として親の会を活用していることを表現し

ていた。

9. 〈親の会でそのつどエネルギー補給〉

〈親の会でそのつどエネルギー補給〉は、『吐き出してほっと一息』、『気持ちを新たにする』の2つの概念で構成されていた。長期化するひきこもる子どもとの関わりやそこで抱く葛藤やジレンマなどにより、疲労困憊して気持ちの持続が途切れることのないように、親の会がエネルギーを補給していることを表すカテゴリーである。

1) 『吐き出してほっと一息』

長期間参加していても親の会で悩みを吐き出し気持ちをわかってもらえることで、心からほっとすることがいかに重要かを表す概念である。

「やっぱり楽になりますよ。もう後がない、何も残っているものはないというすっからかんの状態ですよ」

このように、常に追い詰められたような気持ちをわかりあえるメンバーに気兼ねなく話すことで、安堵することができていた。

2) 『気持ちを新たにする』

親の会に参加するたびに勇気づけられ、諦めないでがんばろうという新たな気持ちになれることを表す概念である。

「実生活に戻るとまた落ち込みますよね。それでまたここに来て吐き出して、気持ちが楽になって頑張ろうって。ここでのいろんなことばやヒントのおかげだと思います」

ひきこもりの長期化に対して、親として取り組みを諦めないでいることの困難さと、前向きな気持ちになれるただ1つの場所として親の会があることを表現していた。

10. 〈子どもの生き方を受け入れる〉

ひきこもることも含めて子どもの人生と認めていることを表すカテゴリーである。

「この会に入っているいろんな人としゃべって、気持ちが楽になった。だけどこの子は絶対よくなるのかそういうふうには思わないで、この子はこの子の人生わたしはわたしの人生ということです」

このように、子どもの変化をむやみに期待するのではなく、今ある子どもと自己との互いの存在を認めていこうとする気持ちが表現されていた。子どもにはばかり寄せていた関心が、子どもと適切な心理的距離をとることができるようになり、徐々に子どもの生き方を受け入れる方向に変化していた。

11. カテゴリー間の関係

このプロセスは、〈子どもの立場で考える努力〉の必要性を認識するまでと、認識してから実践を継続していく段階という〈子どもの立場で考える努力〉をターニングポイントとして母親の子どもへの関わり方が変化していくプロセスであった。前者は〈手の打ちようがない〉〈親の会で気持ちの立て直し〉〈子どもの姿への直面化〉〈混沌から整理へ〉が〈子どもの立場で考える努力〉へと互いに影響されながら変化する過程であり、後者は〈子どもの立場で考える努力〉〈心理面も行動面も伴走者〉〈理性と感情との葛藤を抱える力〉の3者が同時的、複合的に関連しながら繰り返され、各々〈親の会でそのつどエネルギー補給〉されていた。この繰り返しのなかで徐々に〈子どもの生き方を受け入れる〉方向へと変化していた。

IV. 考察

母親のひきこもる子どもへの関わりにおける心理的な変容プロセスと親の会への参加との関連を、カテゴリー間の関係に着目して考察する。

母親は、孤独のなかで〈手の打ちようがない〉状況で行き詰まっていた。2000年に起った新潟少女監禁事件などにより、ひきこもり状態にある人の社会における否定的イメージは、今でも払拭されていない¹⁰⁾。また、ひきこもりを甘えとみなす風潮から社会問題として注目されてこなかった¹¹⁾という、ひきこもりについての誤った理解による弊害が指摘されている。このように、ひきこもりに関する正しい社会的認知度が決して高いとは言えない状況は、支援者に関しても言えるものと考えられる。母親が

〈手の打ちようがない〉なかで、相談しても苦悩の受容はされず、正しい情報も得ることができず、ただ困惑している状況が読み取れる。そんななかで母親は、〈親の会で気持ちの立て直し〉を図り、気持ちが安定することで〈子どもの姿への直面化〉へと向かうことができていた。小野¹²⁾は不登校児の親の会について述べるなかで、心理的安定の要因になるものとして受容や共感、カタルシス、将来の展望や希望などを挙げ、参加者たちの苦しみやつらさなど心の中にある多くの煮えたぎるものを吐き出さないと新しいものが入らないこと、吐き出すことが内省が始まるための前提となると述べている。親の会で母親自身が受容されることで、それまで話せなかった体験を語ることができていた。さらに、小野¹³⁾は将来への展望や希望には、親自身の変化への希望と子どもの変化・希望という2つの面があると述べている。参加者は他メンバーの表情や子どもの変化についての話を聴いて『変化への希望』を抱いていた。これらにより心理的安定が図られ、無意識のうちに避けていた〈子どもの姿への直面化〉が可能となったものと考えられる。語り合いでの自己の発見や他メンバーの語りからヒントを得ること、さらに講演会で学んだことを家で子どもと関わるなかで実践するなどを繰り返すことで、徐々に子どもを受け入れることの必要性について、知的な理解から体験的理解に変化していった。このようなプロセスを経て、状況を〈混沌から整理へ〉と客観視することが可能となり、それまでの自己の価値観を崩し次のステップである〈子どもの立場で考える努力〉という、新たな価値観で子どもに向かわなければならないことに気づいていた。小野¹⁴⁾は、親たちが安心して価値観の転換を実現できるために、強い心理的支持の必要性を述べているが、その役割を親の会が担っていたことがわかる。

次に、母親は〈子どもの立場で考える努力〉を〈心理面も行動面も伴走者〉として日常場面で実践していたが、そこで抱くさまざまな葛藤を〈理性と感情との葛藤を抱える力〉で対応していた。これら

の3者は〈親の会でそのつどエネルギー補給〉しながら維持しているが、特に〈理性と感情との葛藤を抱える力〉を維持することの困難さは深刻である。冒頭でも述べたが、ひきこもり期間の平均は約10年、母親の年齢は約60歳である¹⁵⁾。この数値は、ひきこもりの長期化や親の高齢化の深刻さ以外のものも示唆している。ひきこもり開始年齢が約20歳であることは、子どもの年齢が高くなっていくにもかかわらず、思春期・青年期の発達段階の問題をも含んでいて、問題解決を複雑にしていることがわかる。一方、母親は多くが50代や60代となっており、身体的・精神的に最盛期を経て衰退期、感覚諸器官の衰えが起こる時期である。さらに、一般的には夫婦の定年退職や子どもの自立を迎えるという、社会的・経済的にも変化する年齢であり、心理的に抑うつ状態になりやすい時期でもある。この時期に、長期化を呈する子どものひきこもり問題に直面し続けているのである。このような厳しい環境のなかで、親の会でエネルギー補給されながら〈子どもの生き方を受け入れる〉という受容的な関わりへと変化している。

V. 支援のあり方

〈子どもの立場で考える努力〉が子どもに向き合う姿勢の大きな転換点であることから、早期に母親が心理的に安定し、この段階に進めるような支援が求められる。そのためには、支援者がひきこもりについて理解していることはもちろん、相談に訪れた母親がその後も継続できるように、母親自身を受容することと強固な心理的支持が必要である。

また、ひきこもりは生物学的要因や心理社会的要因など、さまざまな要因が絡み合っている¹⁶⁾。そのため、子どもを統合的にバランスよく理解することは容易ではない。ひきこもっている子どもは家族とのコミュニケーションも断絶している場合が多く、理解が一層困難となっている。講演会や学会の開催とともに、自らの体験を語り、他者の体験

を聴き、ひきこもりについての正しい知識を得ることで個別的な体験的理解が可能となるため、母親同士が安心して語り合える場の提供が求められる。

さらに、ひきこもりは長期化を呈する傾向にあることから、困ったときや疲弊したときに気軽に語り合えるような場やアウトリーチの充実が望まれる。

VI. 看護への示唆

看護職は、訪問看護や地域での各種相談場所、あるいは医療機関の外来で子どものひきこもりで苦悩する母親に出会うことが多い。母親と継続した関係が維持できるために、ひきこもる子どもとその親の心理的状态や変化のプロセスを理解する必要があること、相談の際には受容を心がけること、プロセスのどの位置にいるのかによりニーズが異なるため、地域での情報を得ておき、必要な情報を提供できることなどが看護職への示唆として見出された。対象を心身両面と社会的な面から統合してとらえることのできる看護の役割は非常に大きいと考えられる。地域でのネットワークを活用しながら、子どもの回復を射程に入れた母親の心身両面への継続的な看護について検討していく必要がある。

VII. おわりに

本研究は、ひきこもった子どもの回復を願って親の会に継続参加している母親、という限られた条件下の対象者に焦点を当てたものである。したがって、方法論的限定により、得られた知見もこの条件範囲内において説明力があるものである。今後は、父親についても調査・分析を行い、本研究の結果と比較検討していきたい。

また、ひきこもり対策における看護の役割について具体的に検討していきたい。

謝 辞

本研究を行うにあたり、研究者に体験を語ることについて快

くご協力いただいたNPO法人全国ひきこもりKHJ親の会の皆様に深謝いたします。また、研究をご指導くださいました茨城キリスト教大学大学院教授中川泉先生に心より御礼申し上げます。

なお、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 '12.10.25
採用 '13.03.12

文 献

- 1) 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(1): 69-74, 2010
- 2) 船越明子: ひきこもり青年と家族の支援—親が変われば子どもも変わるってホント?—, *保健の科学*, 53(9): 619-624, 2011
- 3) 境泉洋, 堀川寛, 野中俊介, 他: 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑨—NPO法人全国引きこもりKHJ親の会における実態—, *ひきこもりと生活機能*, 5-9, 2012
- 4) 畑哲信, 前田香, 阿蘇ゆう, 他: 社会的ひきこもりの家族支援 家族教室の結果から, *精神医学*, 46(7): 691-699, 2004
- 5) 川北稔: 家族会への参加と引きこもりの改善—民間支援機関における質問紙調査から—, *愛知教育大学実践総合センター紀要*, 第9号: 227-236, 2006
- 6) 辻本哲士, 辻元宏: 社会的ひきこもり家族教室に関するアンケート調査, *精神医学*, 50(10): 1005-1013, 2008
- 7) 近藤直司, 蘆原和子, 太田咲子: ひきこもりケースの家族支援, *精神科臨床サービス*, 10(3): 364-368, 2010
- 8) 船越明子, 宮本有紀: ひきこもり青年を抱える家族へのサポートおよび家族の子どもへの心理・態度の変容のプロセス, *こころの健康*, 23(2): 65-66, 2008
- 9) 木下康仁: M-GTAグラウンデッド・セオリー・アプローチの実践質的研究への誘い, 弘文堂, 東京, 2003
- 10) 境泉洋: ひきこもり概念の形成史, (齋藤万比古編著), *ひきこもりに出会ったら—こころの医療と支援—*, 6-7, 中外医学社, 東京, 2010
- 11) 中垣内正和: はじめてのひきこもり外来, 42, ハート出版, 東京, 2008
- 12) 小野修: ファシリテーターのためのマニュアル 子どもとともに成長する不登校児の「親のグループ」, 65-76, 黎明書房, 名古屋, 2000
- 13) 前掲12), 74-75
- 14) 前掲12), 96-97
- 15) 前掲3)
- 16) 齋藤万比古: ひきこもり評価・支援に関するガイドラインの概要, (齋藤万比古編著), *ひきこもりに出会ったら—こころの医療と支援—*, 30-31, 中外医学社, 東京, 2010

Process by which Mothers Discover New Ways of Relating to Their Children Thanks to Hikikomori Parents' Groups

Masako Saito¹⁾ Emiko Honma²⁾ Asami Makabe¹⁾ Mamoru Naito¹⁾

1) Niigata Seiryō University, Department of Nursing

2) Niigata Seiryō University, Graduate School of Clinical Psychology

Key words: Hikikomori (social withdrawal), Mothers, Parents' groups, Modified grounded theory approach (M-GTA)

The object of this study is to clarify the connection between the process of psychological change in mothers' relationships with their children and their participation in a parents' group, by conducting interview-questionnaires with mothers who participate in a parents' group on a continuous basis. 23 mothers who participate in a parents' group on a continuous basis were given semi-structured interviews and the interviews were analyzed using modified grounded theory approach (M-GTA). As a result, nine categories came to light and the process consisted of the change in the mother-child relationship centered round the "effort to see things from the child's point of view". The former categories of "nothing to be done", "feeling better thanks to parents' group", "facing the child head on" and "from chaos to order" changed to "effort to see things from the child's point of view" as both mother and child were affected and the three latter categories of "effort to see things from the child's point of view", "accompanying child in both mental attitudes and behavior" and "strength to have intellectual and emotional conflicts", which were connected simultaneously and in a complex way, were repeated. Each mother was "energized by each parents' group meeting". Gradually, thanks to this repetition, they changed in the direction of "accepting child's way of life". In terms of what can be done to help, it seems that the mother's own acceptance and strong psychological support; providing an opportunity for acquiring appropriate knowledge; and ensuring long-term and continued psychological stability are important. Suggestions about what sort of care to provide pointed to understanding the psychological situation of the hikikomori child and the mother, as well as the process of change; endeavoring to accept the situation during discussions; and being able to provide necessary information.