

主催：KHU全国ひきこもり家族連合会 シンポジウム 2019年3月17日（福岡県）
社会的孤立が生んだ8050問題～地域社会から家族の孤立を防ぐために～

長期化・年長化したひきこもる人への支援

ー30歳代・40歳代のひきこもる人の支援（本人・家族）から思うことー

竹中哲夫（日本福祉大学心理臨床相談室）

ーこの報告の基本的なことー

- 1) 本シンポジウムの基本テーマに含まれる「8050問題」という言葉に象徴されるように近年「中高年のひきこもり（およびその家族の困難）」が注目されている。筆者の場合、近年の支援対象者は30歳代、40歳代のひきこもる人が中心である。この場合、まず対面するのは、親・家族である。本人との対面は、実現しても、数か月～数年先であることが多い。「8050問題」と言われる事例の場合は、本人がすでに50歳代（40歳代を含む）という状態であり、家族を含む支援には、多くの困難が伴う。いずれにしても近年、ひきこもり支援は、20歳代（前後）から50歳代以上に及ぶ多年齢層（およびその家族）への支援課題になっていることを痛感している。
- 2) さて、この報告では、敢えて言えば「7040問題」「6030問題」とも言える状況の本人や家族の支援を中心に述べる。ひきこもる人が30歳代、40歳代（できれば40歳代の早い時期）の内に、困難を抱える本人・家族と出合い、多面的・長期的で適切な支援を届け取る取り組みが、①将来「8050問題」といわれる困難を抱える心配のある本人・家族にをわすれずかでも早めに支援を届けることにつながるのではなからうか、また、②やや若い当事者への支援手法・支援体験の中に、すでに「8050問題」状況にある本人・家族の支援のために、少しでも有益な視点が含まれているのではなからうかという願望をこめた報告である。そこで3)に、30歳代・40歳代の年齢層の長期化するひきこもり事例に対応するなかで整理した基本的考え方を紹介する。
- 3) 人それぞれの多様な生き生きする状態を尊重する立場に立つならば、長年ひきこもる人の生き方も人生を送る一つのあり方として尊重されなければならないと言える。このような基本的考え方に立って、
①社会参加の希望のある人には、ゆっくりと社会参加の道を歩む支援を行い、
②社会参加とひきこもる生活の間で葛藤している人には、その人にふさわしい（どちらの道も選取できる）柔軟な支援を行い、
③当面社会参加の希望のない人には、その人が納得し安心できる生き方を共に考え、共に支援を行う、必要がある。
④このように支援関係者は、ひきこもる人の多様な状態を踏まえて、支援関係者・ひきこもる人および家族との相互理解・同意・協力関係を築き、長期的視点から多面的で当事者それぞれに届く支援を進めていく必要があると言えるよう。
- 4) 以上のような考え方の基盤には、「共生社会の理念」が認定される。共生社会とは、人びとが相互に支え合いながら、かつ主体的意思を尊重し合いながら共に生きていく（生きていける）社会であると考えられる。誰もが排除されることのない社会である。このような社会像（社会のあり方）を目指すことも私たちの課題であると思ふ。

本報告では、以上の考え方を踏まえて、長期化・年長化するひきこもりの理解と支援の考え方や具体的な手法（支援手法）について一支援者としての私見を述べる。

ー主な目次ー

- 1 はじめに一ひきこもる人の姿・家族の思いー
- 2 ひきこもる人をどう理解するか
- 3 ひきこもる人への支援のための多様な手法
（一支援者が考える主な支援手法リストの例示）
支援手法1 ～ 支援手法11（補足）
- 4 多様な支援手法をどのようにに活用するか
ー支援マネジメント（やりくり）の考え方と実際（支援事例）ー
- 5 おわりに
- 6 文献

1 はじめに一ひきこもる人の姿・家族の思いー

この報告では、近年増加が指摘され、支援現場でも大きな課題になっている長期・年長のひきこもる人（筆者の場合、ひきこもり期間5年以上、年齢30歳以上を意味する。もっとも長期のひきこもり期間で、もっとも高年齢の人（中高年齢層のひきこもり）を指す考え方もあり近年注目されている。詳しい状況については、[5-5]補足「一付参参照」を視野に入れて、ひきこもる人の状態の理解、支援目標、多様な支援、あるいは支援のマネジメント（適切な支援の選択・やりくり）などについて述べる。本報告は、報告者の日頃の実践に基づき、30歳代、40歳代のひきこもる人たち（一部50歳代以上）が中心対象になる。

1) ひきこもる人の言葉 まず、【模擬事例1・Aさん】に紹介した長期・年長のひきこもる人（この人の場合、年齢は40歳を超え、ひきこもり期間は10年を超えている）の言葉を読んでいただきたい（図表1）。なお、**模擬事例**とは、**複数のひきこもる人の状態**にヒントを得て「創作した実在しない事例」である。

図表1

模擬事例1・Aさん

「最近関心を持ったことですか。ブラック企業やパワハラの話です。時々報道を見たり本を読んでいます。若い人がこき使われてへトへトになっていきます。おまけに、何か苦情でも言えば現に働いている人、これからは働きたい人でも首を切られてしまう。パワハラが後を絶ちません。ならば僕はどうか。何年間も働いていない。そろそろ何とかなしければとは思っていましたが、働いている人がひどい目に合う世の中です。僕など、まず仕事探しの入り口で躓くでしょう。・・・履歴書に書くことがありませんし。働き始めても仕事に慣れるのに時間がかかり、何かあれば真先に邪魔にされると思いますが。知れば知るほど先行きに希望が持たなくなりました。何か意欲がなくなつたというか、もうヤメメタという思いです。」

「これから4、5年後のことですか、あまりにはっきりは思い浮かばないですが、幸いま

だ両親が元気で、4、5年後も元気にして欲しいです。父は、商売をしています。店をたたくんで、いまは裏庭で野菜作りをしています。母は普通の主婦です。妹は結婚し独立しています。僕自身は、今と変わらない暮らしが続けば良いと思っています。暮らしに変化がないことが希望です。」

卒業後、何年かは働いていました。でも仕事を辞めてしまいました。仕事そのものは何とかやれそうなのですが、職場の対人関係を苦痛に感じるようになってきました。大きいですが、僕にはコミュニケーション能力がなかったのです。ちよつとマインドの指摘を受けると適当に受け答えできずめけてしまつたのです。その後も再就職のことを考えましたが、面接に行くところから働く意欲より、前の仕事をなせ辞めたかをしつこく聞かれました。これにはつづつづいやりになりました。以後就活はしていません。仕事を辞めた自宅生活になってからは、**友人たちとも会っていません**。一、二度会ってお茶を飲んだのですが、会っても話が合わなくなりました。そう思うと怖い感じがして友人を避けるようになりました。家まで会いに来た友人の中にも入れず帰ってもらいました。そうこうしているうちにひきこもり生活も10年をこえて、歳も40歳を越えました。日頃は家で時間つぶしをしています。読書とか、音楽を聴くとか、テレビを見るときかです。たまには暗くなつてから近所の散歩もします。**家の手伝い**もちょつとはしていますが、頼まれれば買い物もします。時には車で両親の送迎もします。蛍光灯を換えたりもしますので、多少は家の役に立っていると思います。「自宅保守隊」というのでしょうか。」

「最近の因りごこ」は、特になんと言えは言えます。何か無気力といいますか、これをしたという思いもなく、なんとなんとなんとなんと言っています。これが欲しい、あれが欲しいという気持ちがあります。仕方なく少しずつ片付けていきます。母からは「ゴミ部屋状態」じゃないかと、苦情が出ます。仕方なく少しづつ片付けていきます。母からは、いつから働く気なかなんと言われていることもあります。それがうつとういいます。なるべく母と話をしないよう距離をとっています。父の方は、まあ好きにしたらよいという態度です。あきらめたということでもしよう。そのため父とのトラブルはありません。日常会話は適当にしています。世間話程度のことです。」

「家庭訪問をしていただくという話を聞いたとき、とんでもない、この家に他人が入るなど許せな」と思っていました。何よりも他人と顔を合わせたくないという思いでした。もし会ってもその時自分がどうなるか、固まってしまうのではないかと、無様をさらすのではないかと、という恐怖感です。だから親を通して、ぼつといてくれとか、うるさいとか、僕にかまうななどと返事をしました。でもそのうちなぜかほんの少しだけ期待感がわいてきたのです。」

*** A**さんは、支援者が数年間呼びかけた末、教年後に**家庭訪問**の同意を得て初対面をした。それからしばらくは「一度覗いてみましたが若い人が中心でちよつと入りたくないと**居場所**も動めてみたが「一度覗いてみましたが若い人が中心でちよつと入りたくないと否定的であった。支援者としては就労や社会生活には触れず、**くつろいだ対話中心の付き合い**を進めている。支援者以外の若い人との**対話の機会**もつくついている。対話の内容容は、趣味の話、最近のニュース、日常生活でたまに体験したことなどに関する話などである。就労についてはあえて話題にしていないが、Aさんの方から冒頭に紹介したような発言があった。今後**も本人の思いを慎重に確かめながら支援を進める**予定である。

Aさんのような状態は、長年ひきこもる人には特にまれなことではないであろう。このような状態の人が新たな一歩を踏み出すことはなかなか難しいであろう。仮に、敢えて「親御さんが七くなくった後はどうしますか」と問うならば、「今家にあるだけのお金を使い切ったら、その跡はなるようになれ、という思いです」という答えが返ってきてきそうである。実際にそのような回答をする当事者もいた。

以下、Aさんのような長期・年長のひきこもる人を意識しながらひきこもる人をどう理解しよう支援したよいかを検討していきたい。

2) 家族の思い-その一面- 日夜ひきこもる人と直接的・間接的に対応する家族はどのような思いをもっているのだろうか。ここではKHJ全国ひきこもり家族連合会の『**ひきこもり実態に関するアンケート調査報告書(2018年3月)**』の「自由記述」よりごく一部を抜粋して紹介する(図表2)。このアンケートには全国から家族(家族会会員)の切実な思いが寄せられている。筆者も一支援者の立場から読んで、思わず我が身を振り返ったり、さきもありなんと共感したりすることが多かった。このような思いの家族がいることがひきこもり支援の不十分さを物語っていると思う。ここに抜粋することは家族の思いのほんの一部であるので、さらに家族の思いに対する理解を深めるためには、「調査報告書」に直接あたることが有意義であろう。

図表2

ひきこもる人の家族の思いの一面

○ 本人についての思いなど(項目「社会とのつながり・コミュニケーション」から)

- ・「自分以外誰も信用できない」と言い張る本人の心の中の氷が少しでも溶けて、他人と関わることでできるようになれば外に出て行くことができるのかなと思います。
- ・親の望んできた生き方とは大きくずれてはいるが、本人が今の生き方があっていて考えているなら、それはしつかり受け止めるべきだろうと考えている。
- ・本人の資質で就労は難しいと感じています。しかし、何らかのことで社会とつながり、親亡き後、相談できる、支援が受けられる状況をつくってやりたいと思っています。
- ・以前息子は、「今まで生きていて楽しい」と思っていたことは一度もないと言っていた。現在は大分回復して就労を目指すところまで行っているが、どのように考えているのかとても怖くて聞けない。
- ・本人と顔を合わせることはほとんどありません。家族が寝た後(夜中)にお風呂に入ったり、食事をしたりです。いろいろなこと頼むと、夜中ですが、やってくれます。今後はご飯を炊けるようになりたいと思っています。
- ・私は抜け殻だけが生きている。ひきこもりの息子とその下に娘がいるからだ。私が生きているのはわが子二人を生かすためだ。欲はもう枯れた。底まで落ちて分かることがある。今は暗闇の中にいるから、どこまで進んだのか分からない。

○ 支援者・支援施設・医療機関に関して(項目「家族がした嫌な経験」から)

- ・「どうしてできないのか」という言葉が嫌みに聞こえてから、「できないから悩んでいるのに」という反発心から相談に行くのを拒んだことがある。
- ・「見守りましょう、やる気が出るまで待ちましょう」と言われて、「なんだあいつは」と激怒した。
- ・上から目線で支配的な態度をとられ、本当に本人が困っていることを受け止めてくれないかった。
- ・医療機関で「とにかく本人が受診しないことにはなんとも言えない」と言われた。それができずくらいなら苦勞しないのにも思った。
- ・毎日子どもと向き合うのに大変なのに、家庭のせいとされて、育て方が悪いみたいなのことを言われた。
- ・支援のNPO法人にお世話になっていて、嫌な経験をしたことはない。最初から割になじんでいる。
- ・嫌なことではないが、〇県のひきこもりの「相談室」は、担当者が毎年変わるのので、やつと心を開いて仲良くなれたのに、また、一から十まで説明が必要になります。引き継ぎがうまくできていないのかも知れません。

*** 以上は、KHJ 全国ひきこもり家族連合会『ひきこもり実態に関するアンケート**

3) ひきこもりの長期化・年長化が進む過程
 一 「相互作用モデル」 + 「長期化付加要因モデル」の提案一

ひきこもりという問題が形成され、長期化（そして年長化）する過程は長く複雑であるが、あえて単純化した一つの試案的モデルを提案する。この過程は、図表3のように、「相互作用モデル」+「長期化付加要因モデル」として理解することが現実的であろうと思う。

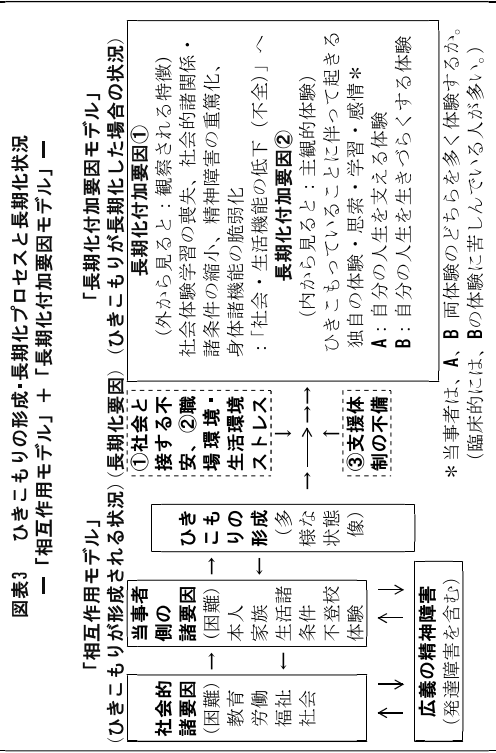
○「相互作用モデル」とは：ひきこもりが形成されるプロセスを、「社会的諸要因」「広義の精神障害」「当事者側の諸要因」「ひきこもりの形成」の4つの要因の相互作用として理解する視点である。因果関係というよりは相互作用関係（プロセス）としてのとらえ方である。

そこで筆者は、「ひきこもりの原因は特定できなないのか」という問には、「相互作用モデルは、諸要因の相互作用のプロセスによりひきこもりが形成される考え方であるので、この考え方に立つ限り、どこか一点に原因を特定することはできない」と答える。

○「長期化付加要因モデル」とは：①社会と接する不安」「②職場環境・生活環境のストレス」や「③支援体制の不備」などの「長期化要因」によって、ひきこもりが長期化していく中で、様々な要素が付加する状態を意味する。

「長期化付加要因①」が多い場合は、「社会・生活機能の低下」が深刻化する可能性がある。「社会・生活機能の低下」とは、「日常生活において、家族や友人と親しく交わることができない、外出困難、買い物に難しい、宅配便や電話を受け取れない、家族と食事することに抵抗が強い、働くことができないなど、多様な意味を持つ。

「長期化付加要因②(A・B)」は、通常の人生では得られない「ひきこもることから得られる独自の体験」である。



「長期化付加要因②A」に該当する体験は、当事者が「ひきこもっているが故に得られた貴重な体験があった。これが人生の糧になっている」と振り返る体験である。ひきこもり

を続けながらも、ひきこもり生活の中で、思索を深めたり、様々な作品（工芸作品や文学作品を含む）を残したりする人の体験が該当する（ただし、筆者の場合、支援の場で「長期化付加要因②A」が豊富な人に出会うことは多くない）。

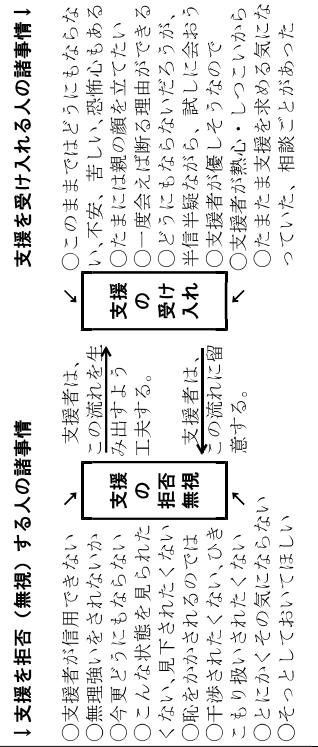
「長期化付加要因②B」に該当する体験は、当事者が「ひきこもりは胸をかきむしるような苦しい体験であった。将来に対する夢や希望、あるいは肯定的な自己評価をそぎ落としていく体験であった」と振り返る体験である。このような人が多数派であろう。

4) 「長期・年長のひきこもる人」との「支援関係」形成の難しさをめぐって

図表3の「支援を拒否（無視）する人の諸事情」に例示するように、支援は様々な事情で拒否（無視）されるが、ある時期に「多様な支援拒否の事情」が何らかの事情で「支援を受け入れ」に転じることがある。長期・年長のひきこもる人は、①ひきこもることによる苦しみや不安、社会から阻害される恐怖などを経験している、②しかし、その半面、ひきこもることによって、過去に傷ついたり挫折したりした体験とつながる「人や社会との接触」を避けることができるため、それなりに我が身を守ることができ安心感も得られる。このように、ひきこもる人には「支援を拒否すること」にも、「受容すること」にも複雑な葛藤が伴うことが多い。ここに「ひきこもる人との支援関係形成の難しさ、あるいは対話関係形成の難しさ」がある。

このように、①②が複合した状態にある彼ら(彼女ら)にとつて、支援も「彼ら(彼女ら)を脅かす不材料として認知されがちである」ため強く拒否されることが多い。また、支援を受け入れないとしても、その心境は単純ではない(屈折している)。ひきこもることにつまみとうり自己不全感・不安・恐怖から、あるいは出口のない追い詰められた感覚から抜け出すために、一度は支援を受け入れ、そのことが不安・疑念を呼び覚まし、再び支援を拒否する可能性がある。なぜそうなるのかは、図表4の「支援を受け入れる人の諸事情」から推察できよう。支援の再拒否は、支援者にとつても大きな試練であるが、「再拒否があり得ると予想する」ことは、支援者が再拒否に会って慌てないために（次の対応方針を考える）、また、次の支援に会って再拒否に会わないよう工夫するために有益である。

図表4 ひきこもる人との支援関係形成の難しさ



② ひきこもる人をどう理解するか

1) ひきこもる支援の基本原理としての共生社会論
 ここではまずひきこもる支援の基本となる共生社会論について簡潔にまとめる(図表5)。

図表5

ひきこもる支援の基本となる共生社会論

○ 共生社会の実現を願望しつつ

今の社会の中でやがて何とかが自立できるひきこもる人もいるが、そうでない人もいる。ひきこもるだけではなく、他の様々な事情で社会的自立が実現できない人は少なくない(安田有史:2013、渡部伸:2014 他参照)。このような人びとに対しては、**本人の意思と主体的選択を踏まえた自立への支援**が必要である。また、ひきこもる人であるか否かにかかわらず、あるいはまた、障害があるかないかにかかわらず、何らかの事情で思うように自立できない人も、等しく、この社会で全ての人びとと共に生きていく**共生社会**(野口道彦・柏木宏編著:2003、三重野卓編:2008、福祉社会学会編:2013、佐藤久夫:2015、小関周二:2015)の実現が期待される。

○ 共生社会とは何か

共生社会は、その人の状態如何に関わらず(経済状態、障害のあるなしなど)人びとが相互に依存しながら、かつ主体的意思を尊重し合いながら共に生きていく社会であると思う。**自己責任論**(吉崎祥司:2014)によって排除される人がいない社会こそ共生社会であると思う。共生社会は、「適切な支援を受けつつ、その人らしく(生き方を主体的に選択して)暮らしていくことが自立の一つの姿である」という理解が共有される社会であろう。

このような考え方に立つならばひきこもる支援について次のことが言える。

共生社会論に立脚し、人それぞれの多様な生きる状態を尊重する立場に立つならば、長年ひきこもる人の生き方も人生を送る一つのあり方として尊重しなければならぬ。支援関係者は、その人が社会参加するしないにかかわらず、ひきこもる人が安心して生きていくよう、ひきこもる人と相互理解と協力関係を築き、**具体的な手立てを考えたければならない。**共生社会は、人びとが相互に依存しながら、かつ**主体的意思を尊重し合いながら共に生きていく社会である**と思うからである。

2) ひきこもる定義—「自由生活の制約論」について—

ひきこもるの状態やこれまでに提示されてきた定義は多様であるが、ここでは「**生活実態の相点**」から、「ひきこもる」という状態像の定義(仮説)」とそれにもとづく支援のあり方を図表6にまとめる。この定義を仮に「自由生活の制約論からの定義」と呼ぶ。

図表6

「ひきこもる(状態像)の定義(自由生活の制約論からの定義)」

ある人が様々な事情による「制約」のため、自由な人との関わり、自由な社会生活・社会活動などの道が、その人の諸事情を反映して狭まっている状態である。

「自由生活の制約論」から見たひきこもる人の支援の基本的考え方」

上記のようなひきこもるの定義(「自由生活の制約論」)に立つならば、「ひきこもる支援」とは、「本人の同意と選択を前提に、ひきこもる人が様々な制約をくぐり抜けて、

いろいろな場面で『今より少し(少しづつ)自由になるための支援』をする幅広いゆるやかな活動である」と言える。この場合、具体的に「何を自由か」はあらかじめ決まっておらず、本人の同意・選択によって幅広く変化する(広い意味での支援目標)。これらをまとめて『今より少し(少しづつ)自由になるためのゆるやかな支援目標』(一図表参照)ということができる。また「支援」とは、支援者による支援、家族による支援、当事者間の相互支援、社会環境の改善(共生社会化)など全てを含む活動である。

上記の「制約」は抽象的で広い概念であり、社会的・環境的な制約もあるが、個人的な制約もある。①制約が比較的軽い人は、家族と自由に自由に外出し、趣味などを通じて知り合った人々とかなり自由に交流している。②制約が比較的重い人(長期・年長のひきこもる人が該当することが多い)は、自室にこもりがちで家族との会話が乏しいことがある。また友人・知人との関係が途切れがちである。適切で気の取い支援によって②→①の変化が生じ、その先に社会生活の豊かさが実現することが期待される。

3) 「今より少し(少しづつ)自由になる」支援のためのゆるやかな支援目標

ではこのような「今より少し自由になるためのゆるやかな意味の支援目標」とは**具体的にどのような内容であろうか**。目標を設定することはひきこもる本人の事情に大いに依拠するため、あらかじめ第三者が決めることはできないが、目標の広がりや例示することとはできよう(図表7)。「今より少し(ずつ)自由になる」あるいは「ゆるやかな」ということは、非常に広い概念であり、特定のいくつかの目標を特に重視するという枠組みにはこだわらないということでもある。

図表7

「今より少し自由になる(ゆるやかな)」広い意味の支援目標の例示

- 自分の間、現在の生活を維持し、争いを避け穏やかに暮らす。
- 家族と自由に日常の会話をしたり、一緒に外出したりする。
- 行きたいところから自由に出かけられる。
- 会いたい人と自由に会ったり対話をしたりする。
- 様々な社会的場面に自由に入ったりする。地域の居場所を活用する。
- 困ったときに公・民の個人や団体(精神科医療機関を含む)に相談し援助を求めたりする。
- その人の興味や関心を活かす方向で就労準備をしたり就労体験をしたり、就職したりする。
- その人の客観的諸条件(経済的条件を含む)が許す範囲で就学したり、多様な学べる機会を利用する。
- その他必要と思う活動を行う。
- (支援側の課題として)その人が今より少しでも自由になれるよう環境(人間関係、社会的な場、社会資源)を調整・整備・改善・拡充する。

4) 基本的・具体的にどんな支援が必要なのか

ここではこれまでに触れてきた考え方もとづく支援の基本的な考え方を示す(図表8)。

図表8

支援の基本的・具体的な考え方(筆者の場合)

人それぞれの多様な生きる状態を尊重する立場に立つならば、長年ひきこもる人の生き方も人生を送る一つのあり方として尊重し長期的で多面的な支援を行う必要がある。そこで、

- ① 社会参加の希望のある人には社会参加の道を歩む支援を行い、
- ② 今の暮らしを続けたい気持ちがある人は、葛藤している人には、葛藤す

- る気持ちを尊重し、本人の気持ちの変動に対応した長期的で多面的な支援を行い、
 ③当分社会参加を考えたくない人には、その人が納得する生き方をもとに考える支援
 を行う必要がある。
 ④このように支援者は、社会参加するしないにかかわらず、ひきこもる人が安心して
 生きていけるよう、ひきこもる人との相互理解と協力関係を築き、「今より少し
 づつ自由になるゆるやかな支援の考え方」を基礎に、具体的な手立てを考え、長期的
 な支援を行う。
 ⑤このような考え方の基礎には、先に紹介した共生社会の理念が想定される。共生社
 会は、人びとが相互に依存しながら、かつ主体的意思を尊重し合いながら共に生き
 ていく社会であると思う。

なお上記の①に該当する人には、就労に向かう人もいるがそうでない人もいる。例えば
 地域の活動にボランティアとして参加する人などの場合がある。②は本人の葛藤を大切に
 し、その葛藤の内容に合わせた支援が必要になる場合である。③のその人が納得する生き
 方は極めて多様であり、趣味に生きるといふような場合もある。家事はするが、社会に出
 る活動はしない人もいる。④は、状態像にかかわらず（自宅にひきこもっている状態であ
 っても）その人が安心して生きていけるよう、その人にとつての安心とは何かを考え（そ
 の人に教えてもらうことが大切）、それを表現する支援を惜しまないということである。

③ ひきこもる人への支援のための多様な手法 （一支援者が考える主な支援手法リストの例示）

ここでは「今より少し自由になるためのゆるやかな」支援、あるいは、「不自由さを
 もたしている制約を緩和する」支援を目指すことを基本に、一支援者として筆者の限ら
 れた視野にある（これまでに折に触れて活用してきた）支援手法のリストを例示的に掲げ
 る。このリストは不十分なものであり、状況によっては、他の手法（例えば「居住施設型
 の支援」など）を柔軟に取り入れる必要がある。また、家事労働の「社会的評価」（図表
 6）と「交流支援者方式」（図表20）は、現時点ではアイデアの提案段階に止まっている。

支援手法1 親子間の適正距離（ほどよい距離）を探り当てる -親子が出会い直すために-

ひきこもる若者の支援においては、彼ら（彼女ら）が、（実際にいわゆる大人としての
 行動をするかどうかとは別に、あるいは大人としての行動ができていないからなおさ
 ら）、大人として認めてほしいという思いをもっているという事情を踏まえ、親子の間で
 適正距離（ほどよい距離）を取る必要がある（図表9参照）。

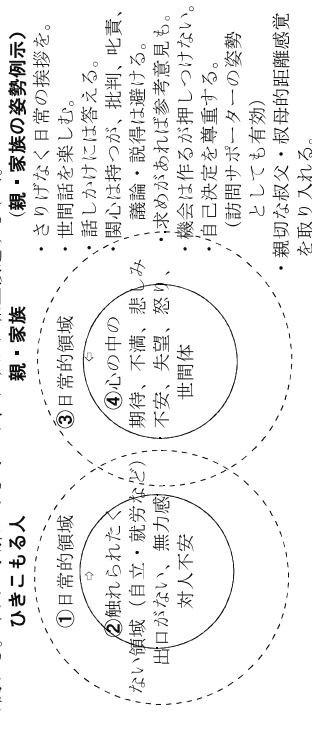
それぞれのひきこもる人の状況に応じて親と本人の適正距離（ほどよい）を探り当てる
 と親子の対話が成立するようになる。このことは本人の側から見ると親と語り合
 う自由を手に入れることでもあり、具体的には、親が、本人とほどよい関係を維持するこ
 とが重要な課題になる。触れば痛む（双方が傷つく可能性がある）距離（親子間のトラブ
 ルを引き起こす距離）(B) に無理に接近せず、さりど、思いあまらなくて突き放す (C) こ
 ともしない距離である。この距離は、親子関係の状況次第で多少接近したり離れたりする
 が、大きな動揺はない方がよい。「付きすぎず、離れすぎずのほどよい距離」(A) であ
 る。しかし、「親子間の適正距離」を確保することは、一朝一夕にできることではない。
 時間を要する、苦勞もあり迷い反発を受けることもある(そのときは当分の間一歩下がって、
 本人が落ち着くのを待つことになる)。支援者もこの過程に気長につきまそう必要がある。

図表9

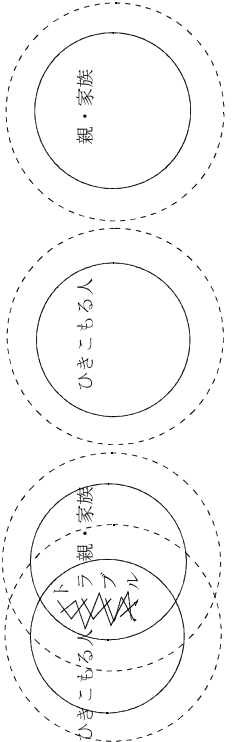
親子間の適正距離（ほどよい距離）について

A 適正距離の場合

原則として日常的領域中心に交わる。周辺からさらりげなく、くどいと思われない範囲
 で関わる。本人の了解がある時のみ、わずかに相互接近する(⇄)。



B 接近しすぎ(強い反発・無視を招く) C 離れすぎ(対話の回路を失う)



支援手法2 間接的対話手法の概要について -支援者が本人と出会うために-

1) 間接的対話手法の概観

長期・年長のひきこもる人は通常自ら相談に訪れることは少ない。筆者の場合、「家族
 を介して本人に働きかけ対話する方法」である「間接的対話手法」を活用している。要点
 は次のとおりである（図表10参照）。

- ①支援者の何らかの意図・希望（「対話の場を持ちたい」など）を、親を介して本人に
 伝える。
- ②本人の回答・本人の思いは、親を介して支援者に伝わる。
- ③この循環する回路により、間接的対話が成立する。
- ④親には、（特に親子の間がうまくいっていない場合）支援者の意図の解説（支援者
 に代わって代理回答）や戻り受け（！ともよい先生だよ）など）せず、仲介人に徹
 してもらう。むしろ淡々と支援者の言葉のみを伝えるのがよい。
- ⑤支援者の伝言は、「文通をしたい」「訪問したい」「相談室で会いたい」などである。
- ⑥なお、本人が親を通して「何を話したらいいかわからない」「うまく受け答えができな

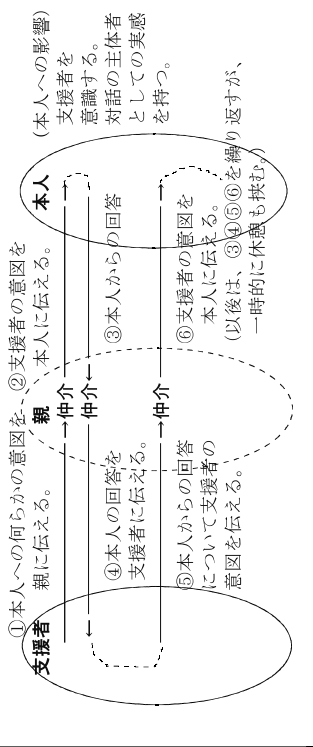
いと恥をかき」というような趣旨の思いを伝えてくる場合（これは対話への関心が深まったことを暗示する言葉でもある）、例えば、「この相談室での対話には失敗はないです。あなたのどんな発言も大切な言葉として受け止めるからです。それに話の内容はごく日常的なことですので、ご心配はいりませんよ。」というような趣旨の回答を返す。

この間接的な対話方法は、かなりの時間（年月・数年以上）がかかり、確実な方法でもないが、1、2年後に本人が面接に訪れたり訪問を受け入れることもある。

図表10

本人と支援者との間接的に対話する手法

支援者の何らかの意図・希望を、親を介して本人に伝える。本人の回答は、親を介して支援者に伝える。この循環する回路により、間接的対話が成立する。親には、支援者の意図を解説（代理回答）、尾ひれ付けをせず、仲介人に徹してもらおう。支援者の伝言は、「文通をしたい」「訪問したい」「相談室で会いたい」などである。親を媒介とするこの間接的対話の回路の形成は、直接対話と違いかなりの時間がかかる。



2) 支援者との「対話関係」を形成し深め、さらに「開かれた会話」へ

上記の「間接的対話」は支援者との対話関係形成の一つの手法である。しかし支援はそれにとどまらず、ひきこもる人との直接的対話関係を形成しそれを深めることに向かう必要がある。長期・年長のひきこもる人にとって、支援者からの対話の希望に応じることは、大きな抵抗感がある。その場面にさしかかると「何が起きるか分からない」「失敗するかも知れない」「恥をかきかも知れない」「今まで押し殺していた感情が噴き出すかも知れない」などの感情が渦巻くであろう。この感情を克服することが大きな関門となる。対話に抵抗がある人に対しては、同席する家族を間に入れた間接的対話なども柔軟に取り入れる。対話には支援者には周到な工夫と丁寧な対応が求められる（支援者の「無知の姿勢」-図表13参照-も有益な対応姿勢であろう。「対話」という言葉そのものが支援者・ひきこもる人両者の相互関係を前提としており、双方の（特に支援者側の）対話に対する接点形成の努力が重要な意味を持つ。またひとたび支援者との対話関係が形成された後にも支援者には、この関係を注意深く維持し、さらに別の他者との対話（会話）関係にゆくり広げていくための取り組みが求められる。このようにして対話関係を形成することが、ひきこもる人が滞留しがちな「モノローグ（独白あるいは自分と自分の対話とも言えるかも知れない）の世界」から「ダイアログ（対話）の世界」にも、さらには「開かれた会話の世界」にも関わられるような橋渡しになっていくことが期待される（このような考え方のヒントになった「開けていく会話」「オープンダイアログ」については、下平美智代：2017 他を参照した→(付記)）。ただしこ

の場合、例えば「モノローグの世界」を監視するのではなく、「モノローグの世界」「ダイアログの世界」「開かれた会話の世界」のそれぞれ大切に、かつそれぞれの世界を行き来できること（そのような可能性を開ける支援があることを含む）が重要であろう。自分との対話も、(特定の)他者との対話も、複数の他者との開かれた会話もその人が生きる世界を豊かにする契機を持っているであろう。なお本報告では、下平美智代 (2017) に学びつつ、「開かれた会話」を、特別な精神療法ではなく、日常的・一般的に、主として「会話の参加者たちがお互いの話を聞きかき自分の話をし、お互いの理解を深めつつ自己理解を深め、結果として会話への抵抗感を緩和し、会話の意義や楽しみを取り出す、つまり開かれた会話」を意味することとする。

(付記)「オープンダイアログ」については、すでに多くの著作・論文が参照できる。

この手法の基本的考え方については下平美智代 (2017) は次のように述べている。
「この取り組みの際だった特徴は、(中略)家族療法等のセラピスト資格を持つ二人以上のスタッフが、本人や家族などの関係者とともに治療ミーティングを行うという点にある。治療ミーティングでは開けていく会話、つまり open dialogue そのものが実践される。」「この会話では、参加者同士がお互いの声(語)を聴き、それぞれが独自の表現の仕方であり、持ちや考えを発することで、別の視点に立ち視野を広げたり、自分自身を振り返ったり、お互いへの理解を深めたり、新たな共通の理解に到達したりする。」

オープンダイアログの対話主義については、オープンダイアログ・ネットワーク・ジャパン (2018) の「オープンダイアログの7つの原則」に次の印象的な指摘がある。
17 対話主義 Dialogism 考え方・対話を続けることを目的とし、多様な声に耳を傾け続ける。対話することとは何かの手段ではなく、それ自身が目的であり、解決はその先にあるものでもある。・スタッフは、いかなる状況にあるクライアント、家族、関係者とともに対話を続けられるよう、対話の力を磨き続ける。」

支援手法3 「当面できること」と「環境からの要請」の間に「折り合い」をつけること

「ゆるやかな支援目標」については、誰と誰が納得できるかという一つの面がある。ある支援者が「ひきこもる人の現状から見るとこのあたりが当面の目標であろう」と考えても、それを本人、家族、本人に関わる他の支援者が納得して取り組まない空気もある。また「ゆるやかな支援目標」を本人にどのように提示するかということもよく考える必要がある。その場合、ひきこもる人が「当面できること」(本人が保持している健康面の尊重)と「環境からの要請」の間に「折り合い」をつけること(「環境との折り合い」)が大切な課題になる(竹中：2016参照)。

長年ひきこもっている人は、社会の中の様々な体験から長い間離れていた人であり、様々な体験に対して、不安・恐怖・できるはずがない・できなければ恥じ・興味がない・放っておいて欲しい、など複雑な思いにとらわれている。そこで支援目標においても、目標(課題)の提示方法においても極力本人の自由意思が働きやすいように配慮する必要がある。

(1)「課題提示の方法の選択」は、基本的には、ソフトな「情報提供」(「こんなチラシを見つけたので、ここに置いておきます。よかったら見られて下さい」)あるいは「一選択肢としての提案」(「もし気が向いたらこんなことも考えてみませんか」)が望ましい(図表13参照)。これは本人の自由意思(あるいは自己決定)を尊重し、自由意思を制約しないということである。しかし、もつと現実的には、親子関係に葛藤が深い場合、情報提供あるいは選択肢の提案以上の対応は難しい(反発・無視される)ということでもある。なお情報提供においては、提供される側が、視野広くかつ適切な情報を収集することが重要である。

(2)「課題の難易度の選択」も、本人の困難な状態(社会的活動に踏み出さたくない、踏み出せないという思い)と「折り合いのつく範囲の課題」を提示することが大切である。こ

の場合、本人が関心や意欲を持ちやすい課題の選択、選択した課題についてはその課題をどこまで達成することを目指すか(到達目標の高さ)(課題の難易度)について「折り合いのつく範囲」を考える(図表11参照)。

図表11 ゆるやかな課題と課題提示の方法(「折り合い」について)

課題の領域と難易度(ゆるやかさ)の選択	<p>課題の領域</p> <p>難易度(ゆるやかさ)の選択</p> <p>難易度が高くと興味関心の薄い課題領域の場合(自由意思が制約されやすい)</p> <p>難易度が適度で興味関心がある場合自由意思がある場合(自由意思が働きやすい)</p> <p>(*)は、ある課題が、ある難易度において選択された状況を例示する)</p> <p>自由意思が尊重されやすい ← → 自由意思が制約されやすい</p> <p>(①②などの場合) 課題提示の方法 (③④⑤⑥などの場合)</p> <p>○ 本人の困難な状態と「折り合い」のつく課題内容・難易度および課題提示方法を選択することが望まれる</p> <p>*← (選ばれた課題と難易度例)</p> <p>*→ (選ばれた課題と難易度例)</p> <p>課題の領域・分野・内容(興味・関心はどの領域にあるか)</p>
課題提示の方法のゆるやかさの選択(筆者の意見)	<p>①情報提供 ②一選択肢として ③ソフットに ④熱心に ⑤説得するにとどめる 提案する 勧める 勧める</p> <p>①②を前提にした支援が望ましい。③はかなり支援関係が深まった後に慎重に取り入れる。④⑤は自由意思(自己決定)を妨げる可能性があるのを選択しないことが望ましい。①には、より控えめな情報提供の仕方(例:多様な地域情報のごく一部として雑誌入れなどに用意する)もある。</p>

支援手法4 「社会生活」「社会参加」を視野に入れた支援の基本的考え方

ここでまず、やや広い概念である「社会生活」「社会参加」を視野に入れたひきこもる人への支援の基本的考え方を示す(図表12)。

図表12

「社会生活」「社会参加」を視野に入れた支援の基本的考え方

「社会生活」「社会参加」については、まずこの概念を極力広く理解し(広義の社会生活)、ひきこもる人の社会生活を広げる(不自由さを緩和する)ことを支援したい。「社会生活」「社会参加」という言葉の意味と支援内容は次のように多様に理解できる。

①「社会生活」を自宅から出て行う社会活動や就労や就学などに限定せず、自宅にいなくてもある程度(直接的・間接的に)社会参加ができる方法を考えてもよい。

②家事手伝いについても(詳しくは図表17参照)、それによって家族の社会生活を支える効果がある。間接的には社会生活に関わっている(寄与している)と言える。本人がそのことを自覚できるような情報提供も必要である。

③玄関先で近所の人に挨拶をすることもそのことを通して、地域社会の人間関係づくりに貢献していると言える。

④各種支援施設(窓口)、相談室、医療機関などに出かけ(あるいは訪問を受け)、担当者とは何らかの対話・相談をする。できれば、これらのことが継続的に行われる。

⑤居場所や各種の若者の集い(ひきこもり大学*の実践を含む)などに出ることにも有意

義な「社会生活」「社会参加」である。

⑥本人が自宅から出て行う社会活動に抵抗があったり関心を持っていない場合も、自宅・自室において、新聞・テレビ・インターネットなどを媒介に社会と触れることはできる。

⑦少なくとも一人の他者と交流ができるのであれば、仮に単独生活になっても、日常生活上の困りごと・心配事について相談し緩和・解決し、生活の安心を得ることができるとして筆者は、「交流支援者(方式)」を提案している(図表21参照)。

以上のように「社会生活」「社会参加」の概念を広げたり深めたりすることにより、支援の内容も広がり、深まることが期待される。

* 「ひきこもり大学」については、池上正樹(2014)参照。

支援手法5 通所相談支援、訪問支援、居場所支援などについて

ここでは支援の基本となる通所相談支援、訪問支援、居場所支援などについてその基本的考え方や留意点を示す(図表13)。

図表13

通所相談支援、訪問支援、居場所支援などについて

【1】通所相談支援などについて

ひきこもり支援において、ひきこもる人が何らかの形の「社会参加」や多様な形の「就労(支援)」に進むためには、入り口段階として、ひきこもる人と支援者がある程度の「支援関係」を形成する必要がある(あるいはそうなることが望ましい)。

通常、先ず家族との支援が開始・継続され、幸運であれば、ある時期(2年、3年、あるいはそれ以上後)に、本人が「相談支援の場」への参加を受け入れる。こうして本人が支援者と面談できるようになれば、本人と支援者の関係(来所相談支援関係・対話関係)が形成される。この「支援関係」(対話関係)を基礎に、グループの「全話・談話関係」から、さらに広い「社会参加」や「就労」に向かう支援を始めることができる。

しかし、支援に不信感や警戒心を抱いている人も少なくないため、「相談支援の場」を受け入れることはかなり重い課題になる人も多い。そこで、「訪問サポート」や「居場所支援」が試みられることになる。しかし、長期・年長のひきこもる人の場合、「訪問」や「居場所」を受け入れることも重い課題となる(できる)場合、「訪問」を受けていることや「居場所」に参加すること自体がひきこもる人の貴重な社会体験であり社会参加を意味するとも言える。

【2】訪問支援について

①支援者による(ピアサポートを含む)「訪問サポート」は、その有効性が強調されることもあろうが、本人に重い負担感を与えることも多い。そこでまず、ひきこもる人の支援を目的とする訪問には「同意に関するルール」を設定する必要がある。「同意ルール」は「説明と同意のルール(インフォームド・コンセント)」と言い換えてもよい(注:4、竹中・2018b・おわりに・参照)。「同意」には、「不同意や同意の保留を尊重すること」が含まれている(浅井篤;2011参照)。極めて同意(歓迎)はまずないが、筆者の経験から、少なくとも「消極的同意」(「来るなどは言わない」「こつこつは話がないけど、来たいなら好きにしたらいい」など)を得ることが訪問開始の基本ルールである(竹中

：2016)。また訪問への不安・疑念が強い本人の場合、訪問に先立って、葉書・手紙で訪問者の自己紹介、「訪問の趣旨の説明」などをある期間続ける（手紙を出すことにも事前了解が必要なものもある）。なお筆者は、親に会うための訪問にもひきこもる人の同意を得ることとしている。

②いずれにしても（筆者は）、「この方法なら必ずひきこもる人に訪問を受け入れてもらえる」という定石はないと思っている。従って特に長期・年長のひきこもる人の場合、訪問支援は、いつ実現するか分からない心許ない手法となることも多い。また訪問が開始されても速やかに支援関係が深まるものではなく、浅く自己紹介的な対話、趣味や興味ある出来事についての対話などから徐々に対話を深めていくことが自然である。

③このように、訪問サポートは、ひきこもる人たちの援助において有効な方法となり得るが限界もある。ひきこもる人が訪問を受け入れなければ成り立たない。また本人の了解を得て会い始めたものの関係が全く進展しないということもある。訪問の中断も少なくない。これらの限界をあらかじめ十分了解していないと、援助者や家族が期待過剰になったり、失望覚悟することがある。

④そこで、訪問サポートは、それぞれ有効な多くの援助方法の中の一つであるとして理解するのが適切であろう。訪問ができない場合は、他の支援方法を選択する必要がある。

親・家族・親族などからの本人への働きかけを工夫するという対応もある（間接的支援）。葉書・手紙・メールによるサポートもある。居場所の紹介、相談室の紹介、その他の本人が関心を持ちそうな情報提供を続けることもある。葉書・手紙・メール・電話の交流は、それだけでも有意義であるが、このような働きかけを続けているうちに、訪問が可能になることもある。逆に、葉書も手紙も電話も「もういらぬ」と拒否されることもある。いずれにしても、「なんとしても訪問で成果を上げよう」と思いすぎることが「同意ルール」の監視（強引な訪問）につながることに注意しなければならぬ。

⑤私たちは、一般世間の付き合いにおいて、訪問を嫌がる人をも無理に訪ねることはないであろう（社会常識的エチケットの尊重）。また、手紙やはがきや電話を迷惑がっている人に対する配慮も忘れないであろう。このような世間の付き合いにおいては、常軌的配慮（態度）は、ひきこもる人ととの付き合いにおいても忘れてはならないであろう。⑥以上のような配慮をしながら慎重に進める訪問が、ひきこもる人に受け入れられる程度の親和関係（雰囲気）が得られるならば、次第に対話が進み、ある人には深まるようになる。こうして、ひきこもる人が自分のペースで、他者と薬に対話をする感覚（自由）を回復することができる。このような関係を糸口にして、訪問サポート以外の支援の場（相談室面談や居場所など）にいきなり流れが生じるかも知れない。

〔3〕居場所支援について

①居場所の性格や形態は多様であり、休息できる場所、自分らしくいられる場所、何もしないで安心してくつろげる場所、楽しめる場所、自分の生活テンポや個性が尊重される場所、好きなことができる場所、同じ関心や課題をもつ仲間との出会いがある場所、仲間との共感が生まれやすい場所、などの特徴がある。居場所を趣味や社会参加（ボランティア活動・アルバイトなど）の活動拠点とする人もいるが、くつろぐことが主目的の人も多い。

②ひきこもる人は、通常、自宅・自宅以外の居場所が少なくなっている人でもある。特に（他者・仲間との自由な出会いの可能性がある）小社会としての性格を持った居場所を失っていることが多い。このような人が自宅・自宅外にも居場所を得ることは貴重な体験となる。

③しかし、ひきこもる人は、自宅、自宅以外の場所には不安や恐怖感が強い場合、まず居場所に出かけることに大きな抵抗感がある。居場所は、魅力がある半面、新しい場面、新しい出会い、新しい活動など、不安や恐怖を誘発することが多い場（小社会）でもある。そのため特に長期・年長のひきこもる人の場合、居場所型支援の場があっても、容易に利用できない人が多い。また、居場所（居場所型支援の場）に来ては仲間と関わらない人は多い。支援者は、関わらない（一人で行く）自由を尊重しつつ、その人が、

自然に、適度に、仲間と関わられる、仲間から受け入れられるように配慮する。このようにひきこもる人の居場所利用に関しては、次のような点を留意する必要があると思う。

a. 居場所に誘う前に、支援者（個別支援）との関係形成に年月を要することがある。
b. 居場所に向くようになっても居場所での人間関係に抵抗があり、集団の中に溶け込むことが難しいことがある。導入期の課題は、居場所の支援者と個別的な関係を形成することでもある。

c. ひきこもる人は自己評価や集団の中の位置づけに敏感であり、外見以上に悩んでいることがある。居場所に向くようになってもその後相当期間、居場所での振る舞いや集団関係の悩みを受け止める支援関係が必要である。

d. 上記c.の意味からも、居場所に向くようになっても、従来の個別的支援を継続し、併行支援形態を取ることが、望ましいことが多い。

e. 居場所は、それ自体が小さな社会であり、以上のような配慮のもとで居場所活用が進むならば、長期・年長のひきこもる人にとっても、他の支援手法では得がたい体験の場となる可能性がある。この中で、小規模ではあっても社会と関わる自由（楽しさなど）を体験することができる。

* 居場所支援については、次のような意見を聞くことがある。「居場所を設けると居場所に滞留する人が増えるのではないか」「居場所めぐりみ社会から閉鎖的になる場合もあるようだ。」などである。筆者は、特に長期間ひきこもっている人は、居場所に出ることと自身が当事者にとって大変なストレスであり、不安にさいなまれ拒否感情を抱きやすい状態を多く見てきた。このような当事者が居場所に出るようになり、わずかも仲間との交流ができることは、それ自体大きな前進であり、仮により広い社会につながっていくとしても、本人の暮らしの質の向上にとっても有益であると理解している。また、居場所めぐりみ閉鎖的になることがあれば、地域の支援者などが極力その居場所を訪問し、居場所の支援者や居場所に関わる人たちと交流することが有益であろうと思う。外から居場所を見るだけでなく、是非地域の関係者として居場所の一層の社会化にも貢献できたいと思う。そのような働きかけややがて居場所の一層の社会化にも貢献できたいと思う。もちろん居場所の支援者の多くは、地域との自然な交流の道を模索しているように見える。

〔4〕結びとして

1) 以上のように、来所相談、訪問、居場所は、いずれも必ずしもひきこもる人に受け入れられる保証があるわけではなく、支援者側の期待外れに終わることも覚悟しなければならぬ。もつとも、期待外れになるかも知れないとしても、来所相談（の窓口）や訪問や居場所の用意と利用のための情報提供などは必要である。支援関係形成の努力を一步一步積み重ねることも大切である（支援関係形成の機会については注5参照）。

しかし、長期・年長のひきこもる人は、これまで長年、支援に抵抗感が強く、支援活動や支援の場を拒否し警戒してきた人である。「支援関係の形成」が難しい人であるとも言える。このような場合必要な支援者の姿勢の一つとして「無知の姿勢」があげられる（シーラ・マクナミニー他編・野口裕二・野村直樹訳：1997、野村直樹：2018 参照）。野村直樹（2018）は次のように説明している。

「人生に埋め込まれた病の意味、苦悩の内容、障害に伴う不都合など、患者に聞いてみて初めて理解可能である。『知らないのことでそのことを教えてくれますか？』（中略）と医療者の側から尋ね質問することを『無知の姿勢』と呼ぶ。」

「無知の姿勢」とは、支援者がひきこもる人の思いと言葉に関心をもち、ひきこもる人と同一平面上に立ち対話関係を形成しそれを深めていく姿勢であると理解できる。たやすいことではないが支援者が極力このような姿勢を維持することにより、ひきこもる人の意思疎通が可能となり支援関係形成の一步を歩む可能性が生まれるかも知れない。2) ところで、長期・年長のひきこもる人は、これまで長年、支援に抵抗感が強く、支援活動や支援の場を拒否し警戒してきた人である。ところが支援という活動・場は、

ひきこもる人が自然な気持ちで参加しやすい雰囲気を作るために様々な工夫をしたとしても（実験、念入りな工夫がなされることが多いが）、自然に生じる社会関係とは異なり、人工的な色合い（人為的雰囲気、あるいはわざとらしさ）が残ってしまう。ひきこもる人が、そのような人工的（人為的）な関係（働きかけ）を、それはそれとして半ば承知の上で、「それでも利用してみようか」と思ってくれなければ（あるいは、妥協してくれないければ、関心を持ってくれなければ、期待感を持ってくれなければ）支援は、実効性がない。しかし、このような本人と支援（支援者）の間にある壁を、いかにしたら取り除けるのか、細くとも道路を作ることができると、まだ分からないことが多い。本人が後に、「不安が強く、半信半疑でもあったが、何か惹かれるものがあった」、「はじめて警戒心を忘れてこの場に溶け込んだ」、「案外活用しがいがあった」、「いつの間にもない幸運というほかなない。

このような意味でも支援は、支援者側と本人の相性（人の好みなど）を含む共同作業であると言える。この共同作業の趣向がうまくかみ合わなければ、支援活動は当分延期（中止・中断）という運命をたどる。そこで支援活動については、支援者側には、ある種の諦観（ムキにならない態度、「本人の気持ちに向かわず離れていくならば、その時はその時で別の道を探してみよう。別の支援者・支援施設にバトンをタッチしてみよう」）が必要であるように思う。支援者は、心の底にこのような心算を保持しながらも、同時に「わずかな可能性があればそれを追求し、活用してみよう」と思う楽天性と気長さを持ち続けることができればよいと思う。

支援手法6 「すれ違い論」から戻らひきこもり支援

1) 「すれ違い論」によるひきこもり支援の概要：ここでは、「親子が出会い直すための支援」の一つとしての「すれ違い論」から見たひきこもり支援の概要を紹介する（図表14）。親子間の思いのすれ違いが大きく、親子間葛藤が深くなっている親子の場合には、このような考え方に立つ支援が有効であるかも知れない。ここでも支援者の役割が小さくない。なお、「すれ違い論」の内容は、竹中（2018b）に詳しく述べている。

図表14

「すれ違い論」から見たひきこもり支援の紹介

(1) ひきこもり理解と支援の着視点・着手点としての「すれ違い論」の概要
ひきこもる人（特に長期・年長のひきこもる人）と親・家族は、その思いや理解が食い違い（すれ違い）、その食い違い（すれ違い）が長年に渡って蓄積し、お互いが相互に理解困難で葛藤の深い状態に立ち至ることが少なくない。

「すれ違い論」とは、仮に、「ひきこもる人と親・家族の間に生じやすいすれ違い（または、ズレ）に少し立ち人ってみて、すれ違いの発生（形成）事情や意味（影響）あるいは、すれ違いの緩和・回復の方法などについて考えること」と定義しておきたい。「すれ違い論」の検討においては「ひきこもる人と支援者のすれ違い」も検討しなければならぬ。支援者とのすれ違いは、時として「支援の拒否」「支援の中断」の一因ともなるものであり、重要な意味を持つであろう。ただし、「ひきこもる人と支援者のすれ違い」については今後の課題とし、機会をあらためて取り上げることとする。

ここでは、「ひきこもる人と親・家族とのすれ違い」から戻ら支援に限定して紹介することにする。なお、「親・家族とのすれ違い」とした意味は、すれ違いは母子間、父子間だけに起きるのではなく、他の家族成員（祖父母、兄弟姉妹など）とひきこもる人との間でも起きるのであり、それぞれ異なる性質のすれ違いであることが多いからであ

る。なお「すれ違い」は広く人間関係において見られるがここでは触れないことにする。

(2) 「相互関係概念」としての「すれ違い論」：「すれ違い」論では、親・家族とひきこもる人の相互理解のズレ、信念や思いの行き違い（という現象）を考えるのであり、どちらが良いか悪いとか悪いという「価値判断は含まない考え方」すなわち「相互関係概念」である。このようなすれ違いが深まることや、ひきこもる人と家族全体にとつて深刻な困難を生み出していることが少なくない（このことは、ひきこもる支援にとつても困難を深める状況である）ことを踏まえた考え方である。「すれ違い」は、長い年月かかってほんの少しずつ積み重ねることが多く、その実態が家族（あるいは本人）に自覚されないことも少なくない。

なお「すれ違い論」は「相互関係概念」によって説明されるのであるから、「親が変われば子ども変わる」という「因果関係」の考え方も距離を置いている。次に示す補足（図表15）を参照していただきたい。

また、筆者は「ひきこもりの原因論」を追究するのではなく、「ひきこもりの形成プロセス」に関する「相互作用モデル」を重視している（この点については図表3参照）。

(3) 「すれ違い論」とこの考え方にもとづく支援については次のようにまとめられる。

「すれ違い論」においては、親子の間の「思いのズレ」が葛藤を生み出している場合、まず親子双方が、親子の間の「思いのズレ」（つまり関係のズレ）が生じているという「現状認識」を持つことが大切であると考ええる。「（親）あの子の考えていることは理解できな。間違っている。」（子）親は自分のことを全く理解しようとしな。無視する。自分か押しつけるかである。」とそれぞれが思っていたのでは、関係の改善が難しい。しかし、親子の間には、思いや意見のかなりのズレが生じている」ということから、親子双方あるどちらか一方が認識することが事態改善の第一歩である。そこから先は、双方の状況認識を深め、一致点や妥協可能性を探り当てる努力が必要である。

しかし、親子間の関係がこじれていたり、お互い無視する関係や争い関係がある場合、親子だけで関係調整することには限界もあり、支援者が間に入って、時間をかけて丁寧に関係調整（両者の相互理解や歩み寄りなど）を取り持つ働きかけが必要である。

(4) すれ違いの「社会的背景」：すれ違いの形成背景には、家族それぞれ個人の要素だけでなく、「社会的要素（背景）」が深く関わっている。家族がひきこもる人に注ぐ眼差しは、その時代の差をめぐる社会的背景（社会的信念、社会的常識、若者に対する社会制度の状況など）に大きく影響されている。その意味で「すれ違い論」は個人的諸条件だけでなく社会的諸条件（影響）を濃厚に反映した考え方である。また、われわれ自身が、自己の信念・信念の形成において長い年月の間に濃厚な社会的影響を受けているのであり、その信念・信念が人間関係において困難を生み出す経験をしてい

(5) 「すれ違い論」による支援」が有益な場合：親・家族とひきこもる人の「すれ違い」とは別の個人的・社会的要因がひきこもりの状態に影響する場合は多いため、どのような要因がひきこもりの状態に影響しているかという点は、個別事例的・複眼的によく見極める必要がある。個別事例的に見て、すれ違いがかなり重要な影響をもっていると思われる場合には「すれ違い論」に基づく支援がある程度有益であると考えられる。

(6) 「すれ違い」は、「ひきこもりの原因」ではなく、ひきこもりに前後して発生する状況（事情）であると理解できる。また、すれ違いの緩和・回復というテーママママに触れたようにひきこもる支援の全体像の一部（あるいはひきこもる支援への一つのヒント）をよすものである。ひきこもる支援の長い過程の中で、「すれ違い論」による支援が有益である一時期があると思ふのが適切であろうと思う。

(7) 「すれ違い論」にもとづく支援は、多くの支援方法の中の一部にすぎないことも明記しておきたい。多くの支援手法を簡潔にまとめるとは難しいので以下その一部を例示する。

○ひきこもる人自身の不具合（発達障害、うつ傾向、強迫性などの問題など）の見立てと治療・支援・リハビリテーション。○本人へのカウンセリングなどの個別支援。○本人へのアウトリーチ（家庭訪問など）による多様な支援。○本人・家族の社会関係・対人関係を深めたり広げる支援（居場所型支援を含む）。○当事者あるいは元当事者などが自主的に開催する交流グループ・集会などの活動（セルフヘルプグループ）。

○就労に向かう多様な支援。○家族が抱える諸課題（家族関係の葛藤、雇用労働問題、経済的問題、介護問題など）への支援。○親の高齢化・親亡き後の課題に関する支援（ラプソランを含む）。○家族会などの多様なセルフヘルプグループによる自己支援・相互支援。○家族教室などによる支援。○その他の多様な支援あるいは個々の支援方法の複合による支援（複合型・並行型支援）。

* 「すれ違い論」については、竹中（2018b）『ひきこもる長期・年長ひきこもり支援』の第2章「すれ違い論」から考える長期・年長ひきこもり支援」において詳述した。

2) 「親が変われば子ども変わる」論をどう見るか：すでに説明したように「すれ違い論」は、親子の関係のあり方を重視する「関係概念」にもとづく考え方である。また筆者は「すれ違い論」にもとづく支援においては、支援者の役割が重要であると考えているため、「親責任論」にながりがりやすい「親が変われば子ども変わる」という考え方は距離を置いている。このような考え方に到達した筆者の考え方の変化（発展）の過程を含めて図表15を参照していただきたい。端的に言えば筆者は、初期の「ひきこもる原因の一つとして家族へ、また親方から「ひきこもるは諸要因の相互作用によって生起する」という考え方を、まず「親が変われば子ども変わる」という考え方から「親が適切な対応手法を学べば子ども変わる可能性が高まる」という考え方に変化したのである。

（付記：「親が変われば子ども変わる」という考え方を推奨しないしは強調する支援者・支援団体等は少なくない。ちなみに、インターネットの検索窓口にこの言葉を書き込めば数多くの関連ホームページを閲覧できるであろう。）

図表15 家族理解と支援についての考え方（筆者の仮説の変化）
筆者の支援開始初期の考え方（仮説） → 一その後の考え方（仮説）

- 1) 「ひきこもる原因の一つとして → ひきこもるは諸要因の相互作用によって家族を見る。」
- 同じような問題にも起こり得る。潜在性的か顕在的かの違いだけである。それよりも、家族は、苦勞している人、悩んでいる人、長年当事者を支え、改善のため努力してきた人、当事者をよく知っている人として理解する。
- 2) 「親が変われば子ども変わる」 → 部分的にはそうとも言えるが「今さら親が変われといわれなくても無理がある」人が多く（長年かけて形成した「その人らしさ」を大切に）。（支援者・筆者としては、使わないようにしている言葉である）
（長期ひきこもりの人の中には親の影響を受けにくい人もいる）
- 「親が適切な対応手法を学べば子ども変わる可能性が高まる」

支援手法7 就労に向かう支援について
- 「支援関係の形成」を大切にしよう -

ここでは、ひきこもる人への「就労に向かう支援」について述べる（図表16）。ここでは、実際の就労はやや遠い目標と考え、まずは「支援関係の形成」を大切にすゆるゆるやかな支援の考え方を重視している。

図表16

就労に向かう支援について

ひきこもる人がある時期に、自ら納得し、自ら選択して就労し、その状態が持続するようになれば、本人にとっても家族にとっても小さくない。働きたいという秘密の思いを持つ人が、何らかの機会を得て、働きたいという気持ちや解放し、何らかの形で働けるようになることは、一つの大切な自由の獲得でもある。

しかし、ひきこもる人には、就労以前の課題（あるいは悩み）が多い。特に長期・年長のひきこもる人の場合、就労との距離はかなり遠いと考えるのが現実的である。長期ひきこもる人の就労をも展望した支援のあり方については、次のような視点（方法論）を踏まえた長期的（数年に及ぶことでもある）で多面的な取り組みが必要であろう（詳しくは竹中：2016 第4章参照）。

- ①長期・年長のひきこもる人の支援においては通常まず親・家族の支援を通して、徐々に、本人を知り（理解する）、本人との「支援関係」形成を試みる必要がある。
- ②本人との「支援関係」が形成され、本人と対面できるようになった場合も、まず本人の思いを優先しつつ、長期的視点に立って、支援関係を深める必要がある。
- ③本人の希望を確認しながら、担当支援者以外の人との出合いの機会、近隣社会との接点の形成、様々な社会体験の機会について情報提供や提案、道案内をすることも大切である。
- ④本人からの話題が「働く・就労」に触れるようになってきた場合も、働くことを広くとらえ（*）、柔軟に働く機会づくりを進める必要がある。このように、（筆者の場合）支援の初期から就労について話題にすることはなく、本人の就労への内発的な思いが育った時点で、就労に向かう支援について慎重に話し合い、適切と思われる場合には、就労に向かう支援を開始することになる。
- ⑤本人が就労に近づいても（あるいは就労を開始しても）、先を急がず、思い直し、中断、やり直し、加えて就労以外の課題などを十分尊重しつつ支援を進める。
- ⑥働く内容は、柔軟に広く捉えることを大切に。ボランティア的活動（有償ボランティアを含む）や現金収入を前提にしない自給自足的な働き方（自給自足段階の農業など）もある。働くことの意味を尊重し、合わせてどのような就労であっても暮らしが成り立つような幅広い支援（家族の協力・福祉制度の活用などを含む）を検討する。
- ⑦なお、就労の概念を限定せず家事労働・近隣の相互援助活動（ボランティア活動）を含む多様な働き方に広げて考えること、社会に直接触れることだけではなく間接的に社会と関わる活動（家事を行うこと）で間接的に家族の社会生活を支えている場（合など）の意義を尊重することも大切である。

* 「働くことを広くとらえる」ことは、樋口明彦（2007）の「多元的活動」論で紹介されている①自給自足的な仕事（家事、介護、看護、育児、日曜大工など）②コミュニティ活動（隣人間の手助け、地域ボランティアなど）、③インフォーマルな交換活動、④正式な雇用などを含んでいる。また、「社会的企業」「コミュニティビジネス」などの活用も含んでいる（風見正三他：2009、特定非営利活動法人・共同連編：2012、植木克

之：2013 参照）。なお就労をめぐっては、『ケアとしての就労支援』（斎藤環他監修(2018)の考え方が参考になる [5]—6) 補足2参照)。

支援手法8 ひきこもる人の家事労働の「社会的評価」について

—家事労働の意義の見直し—

ここでは、家事労働の意義を重視し、ひきこもる人の家事労働を社会的に評価する仕組み（提案）を提示する（図表17）。

図表17

ひきこもる人の家事労働の「社会的評価」について（提案）

(1) 筆者は関係者と話し合う際に「(ひきこもる人の) 家事労働お疲れ様基金(仮称)」を設けるという着想について意見を聴いている。ひきこもる人の中には男女を問わず、ひきこもってはいいても、様々な家事労働をこなしている人がいる。自由な外出や家族以外との交流はほとんどないが、週何回か夕食づくりを担当している人は少なくない。天気の良い日は家族の布団を干す仕事を分担している人もいる。このような家事労働に対して、家族が評価し報酬(お小遣い)を出していることもある。しかし、このような対応はあくまでも家庭内の出来事である。家事労働は、一般的に(ひきこもっている人であるにもかかわらず)、家族に貢献することを通して、間接的には社会に貢献していると言える。したがって家事労働が何らかの形で社会的に評価されることは意義あることと思う。このような考え方が「家事労働の社会的評価」の出発点である。

(2) ここで考えることは賃金ではなく、お疲れ様でしたという慰労的な支払いであり、「家事労働お疲れ様基金」は、ひきこもる関係の家族会や支援団体あるいはひきこもり支援に力を入れている社会福祉協議会など(これらの団体を「実施団体」と呼ぶ)において、ひきこもる人の家事労働を評価し若手の慰労金を支払う構想(提案)である。この構想の実施方法と意義などを以下に簡潔にまとめておきたい。

①まず、本人の了解を得て家族が実施団体に基金活用の登録をする。多様な家事労働に従事した時間を家族がおおまかに記録し(例えば、1日単位で、1時間まで、1時間から2時間、2時間以上の3段階程度の記録を残し、1か月分を集計する)、1か月分をまとめて実施団体に提出(自己申告)する。

②実施団体は、家族の申告に基づいて、3段階くらいの基準により慰労金月額を算定し、家族を介してひきこもる人に家事慰労金を届ける。その際、労をねぎらう手紙と実施団体の会費や行事の案内状などを同封する。この仕組みは、ささやかながら家事労働を社会的に評価する仕組みである。

③この仕組みによって、ひきこもる人と実施団体(社会的組織)の間に間接的でもゆるやかなつながりを築くことも期待できよう。また、希望的に言えば、家事労働をねぎらう行為を通して、社会的な場面においても働く意欲を高めることにもなるかもしれない。意味では、(それが目的ではないが)就労に向かう支援の一環になり得るかも知れない。いづれにしてもこの仕組みによって、本人の日常生活への自信や自己評価が高まり、心と行動の自由が高まることも期待される。

④この仕組みに対しては「家事に身を入れすぎると社会自立が遅れるのではなからうか」という意見も予想されるが、この仕組みは単に家庭内で家事に取り組み(その場合も、本人に達成感をもたらす)、間接的には家族の社会生活に寄与しているという意味でも十分意義があると考えられる」というだけではなく、間接的ながら社会的評価につながる仕組みである。そのことが本人の社会への所属感をわずかも高めることを期待している。

⑤この仕組みは、まだ着想段階であるが、支援関係者に話してみると「興味深い方式

と思います」とか「この仕組みがうまく動いていくかどうか疑問ですね」「基金の形成が課題ですね」などの反響がある。さらに検討してみたい。

支援手法9 親の高齢化・親亡き後の生活の安心のための支援—ライフプランおよび「交流支援方式」などをめぐって—

1) ライフプランとはなにか—その概要と課題—

長い年月ひきこもり、諸事情から近い将来の社会的自立が難しくなる人の支援において近年話題になることが多いテーマは、ライフプランである。

ひきこもり支援に関わるライフプランとは、親の高齢化・親亡き後のひきこもる人の生活をどう支えるかという悩みに答えようとする考え方の一つである。ライフプランについては、近年主としてファイナンシャル・プランナーなどによる経済生活面中心のプランのことを指してきた。しかし、家族の経済生活が豊かではない場合、家族の保有する資産などでは経済生活面中心のライフプランを立てられないという事情もあろう。また後述するようには、経済生活(住居の確保も含む)の支援だけではなく、現実にはひきこもっている人の支援として不十分であり、もう少し多面的な対応策の検討が必要である。これらの課題を意識しつつ、先ずファイナンシャルプランナーの考え方を紹介する。2007年度青少年健康センター・シンポジウムにおける島中雅子(ファイナンシャルプランナー・総合的な健康計画を支援する専門家)(2007)のレジュメ「ひきこもり・ニートとライフプラン—ひきこもりのお子さんのライフプランを立てる—」(社団法人青少年健康センター編：2008)には、次に抜粋するよう項目が掲げられている(図表18)。

図表18

ひきこもり・ニートのライフプラン(島中雅子：2007)

1 親の資産を整理する

- ①まずは親の資産を洗い出す
- ②(省略)
- ③親の資産で、お子さんは何歳くらいまで生活できるか、計算してみる
- ④(省略)
- ⑤親の資産の管理は誰に委ねるか)を具体的に決めておく

2 親の資産を増やす方法・遺す方法

- ①一時払終身保険に入って、特定のお子さんに財産を遺す
- ②(省略)
- ③(省略)
- ④自宅を賃貸併用住宅に建て替える
- ⑤金融商品型リバースモーゲージを活用する

* 社団法人青少年健康センター編(2008)『高年齢化するひきこもりとライフプラン』より引用。これらのほかに、島中雅子(2012)、斎藤環・島中雅子(2012)参照。

これは割り切った経済生活プランであるが、仮にファイナンシャルプランナーの助言を得てライフプラン(サブバイバルプラン)を立てるとしても課題も多く残される。

2) ライフプランをめぐる課題

一口にライフプランを立てるといっても「社会関係が乏しいひきこもる人がライフプランを有効に活用できるのか」と問うとそこに多くの課題が浮上する。

①ひきこもる人の中には経済生活面中心の支援だけでは、安心して生きていけない人が少なくない。現在、食品を含めて多くの物品はネット通販で購入できる。しかし、生活上のいろいろなトラブル・困りごとに関連した場合、家にもつきたきりの人では対応できないことも予想される。

②ひきこもる人だけの事情だけでは決めににくい問題が多い。兄弟姉妹がいる場合は、相続について兄弟姉妹とよく話し合い同意を得る必要がある。なお、兄弟姉妹がいる場合も、ひきこもる人の世話について協力が得られるかどうかは、一概に言えない。兄弟姉妹もそれぞれの上生活のご都合がある。「これまでひきこもる兄弟のため、言葉に尽くせないほど長年苦労してきた。もうたくさん」と思っている兄弟姉妹もいる。これは全くもつともな心算である。

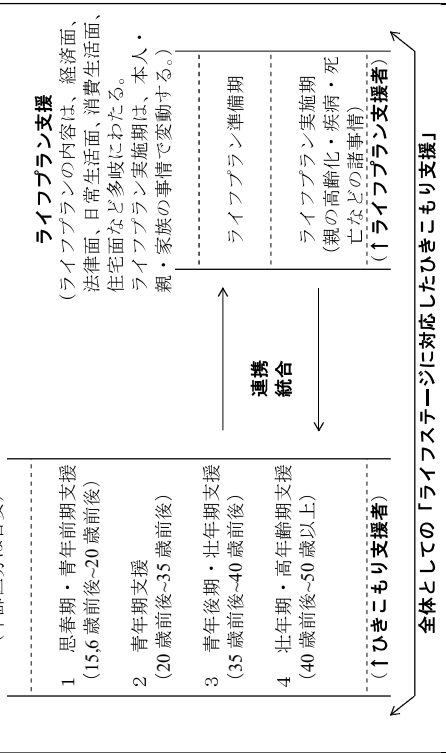
③兄弟姉妹がいない人の場合（居てもひきこもる人のお世話を頼めない事情がある場合）、長年ひきこもっている人の場合は特に、誰かにひきこもる人のお世話を依頼する必要がある。

④親が経済的に困窮している経済面中心のライフプランを立てることは難しくなる。その場合、社会保険・社会福祉の諸制度を活用する必要がある。

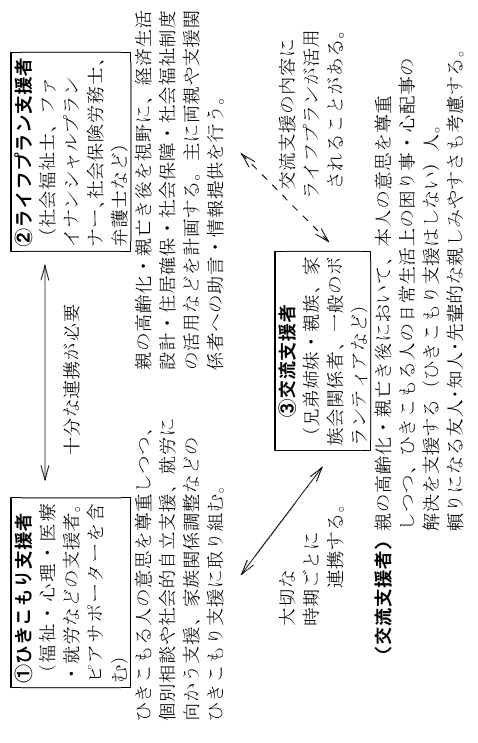
⑤「ライフプラン」と「ひきこもる人の社会自立に向けた気の長い支援の構築（ライフプラン支援）」と並行して、ひきこもる人の長い人生に伴走し、ひきこもる人の世話について支援・助言する人（筆者の場合、将来の夢でもあるが、「交流支援者」と呼ぶ）も必要である。ライフプラン支援者とひきこもる支援者の緊密な連携が必要である（図表19）が、さらに筆者は、交流支援者を含む三者が連携することが望ましい（図表20）と考えている（交流支援者方式の提案については、竹中：2018a、2018b 参照。関連して、メンタルヘルスマガジン「こころの元気十」編集部：2017 参照）。

図表19 長期・年長ひきこもる支援とライフプラン支援の連携と統合
-安心して生活していくためのプラン-

ライフステージに対応した
ひきこもる支援
(年齢区分は目安)



図表20 「①ひきこもる支援者」「②ライフプラン支援者」と「③交流支援者」の関係
(この図では、①②③の三者関係に限定し、便宜的に家族会や支援団体が省略している。)



図表21は、仮に、ある支援団体が「交流支援者方式」を立ち上げて運営している状態を想定し、交流支援者方式をわかりやすく解説した案内文の例示である(竹中：2018a、2018b)。交流支援者についてひきこもる人に紹介する場合、家族が直接本人と話し合うことが多いと思うが、このような案内文を使うことが有益なこともあるかも知れない。

図表21

「交流支援者サービスのご案内(例示的案内文)」の提案
○○家族会・○○支援団体

ア 交流支援者サービスについて

私たち○○家族会(あるいは○○支援団体)では、ご家族の方々のご意見を踏まえて交流支援者サービスを開始しました。交流支援者というサービスは、次のような事情の方、次のようなニーズをお持ちの方(仮に当事者と表現します)に対して少しでもお役に立ちたいと思い開始しました。○外出や人付き合いが苦手であり、頼りになる友人・知人がいない(少ない)。○就労していないため、将来の経済生活に心配がある。○日常生活の多くのことを両親に世話ししてもらっている。○親とごさんが高齢化し、体調がすぐれない。いつまで世話になれるか心配である。○すでに父親あるいは母親が亡くなり、母子世帯、父子世帯になっていて、これから先、ひとり暮らしになることが心配である。

イ 交流支援者は次のような人です

○当事者の同意を得て、親御さんが健在のうちから時々家庭訪問し、当事者と顔見知りになります。このような活動をボランティアとして行う人です。○当事者が一人暮らしになったり孤立的な生活になった後は、頼りになる友人・知人・

先輩的な人として、長い間、当事者とお付き合いを続けます。

- ひとりで暮らして孤独な生活になった当事者と時々連絡を取り、日常生活上の困りごと・心配事の解決をお手伝いし、暮らしの安心のためのサポートを行います。
- もちろん当事者の意思や納得・同意を尊重し、十分な話し合いの後にサポートの内容を決めます。ただし、交流支援者が就労を促したり、人との関係づくりを促すことはありません。
- 交流支援者は、家族や支援団体に所属しています。当事者のサポートについて難しい課題があれば、家族会などの助言を得た上で、適切なサポートをします。

ウ 交流支援者サービスの手続きなど

- もし紹介自身が、アに紹介した当事者に該当するかも知れないとか、近い将来、イで紹介したサービスが必要になるかも知れないと思う場合、ご両親などと相談し、交流支援者のサービスを受けたいため、家族会などと連絡を取ることが検討して下さい。
- また、ご両親などからあなたに、交流支援者のサービスを受けることについて提案があった場合は、よく検討し、必要があればご両親を介して、あるいは直接あなた自身が、家族会などに詳しい説明を求めて下さい。家族会などの説明が納得できる内容であれば、ご両親などが家族会などに対し、交流支援者のサービスを求める手続きをすることに同意の意思表示をして下さい。あなたの同意を前提に、ご両親などが家族会などと連絡を取り、交流支援者サービス利用の手続きを開始します。
- ただし、あなたが手続きをすることに同意した後も、もし疑問が生じたときには、再度説明を求めたり、手続きを中止することも延期することも自由でございます。

3) ライフプランをめぐって思うこと一突き詰めてみると一

長期・年長のひきこもる人は、常識的な意味で「治る」「回復する」「社会参加する」ことを目指すのが難しい状態であることが少なくない。すでに10年、20年以上ひきこもっていると40歳代印歳代なった人の場合、「治る」「回復する」「社会参加する」は容易なことではない。そうであれば、支援者として（あるいは福祉施策として）、社会参加支援などだけでなく、ひきこもったままでも安心して暮らしていきける手立てを考えなければならぬ。ライフプランはそのような手立ての一例であるが、限界もある。

すでに触れたように難が経済生活上の困難を抱えている場合、本人が資産はあってもそれを計画的に活用できない場合、本人が生活上の諸課題を解決する面で弱点を持つ場合、などにはプランが十分活かされないのである。社会保険・社会福祉の諸制度を活用および本報告で紹介した「家事労働お疲れ様基金」の提案、「交流支援者方式」の提案はそのような困難を少しでも解決するには有効な考え方である。

人それぞれ多様な生き生きする状態を尊重する立場に立つならば、長年ひきこもる人の生き方も人生を送る一つのあり方として尊重しつつ、それぞれの人にふさわしい多様な支援を考えなければならぬ。

支援手法10(補足) 家庭内暴力の緩和・解決に向けた支援方法 -狭い家族関係の葛藤の中で起こる暴力への対応-

ひきこもりの経過中に家庭内暴力が起きることは、まれなことではない。これまでもひきこもりと家庭内暴力については多くの支援関係者が論じている(齋藤環、2002、齋藤万比古編、2013、竹中哲夫、2010 他参照)。特に長期・年長のひきこもる人の場合、本人が長い間、主に家庭内にとどまっているため、長い経過中に家族関係が悪化し、些細と思われようなきっかけから家庭内暴力に進むことが少なくない。家族と本人が別居している場合も、多額な金銭を要求し、これを拒否すると、実家に乗り込んで暴力をふるったり、

訪問中の親に暴力をふるうこともある。なお精神障害者の家庭内暴力については、薩山正子編著(2016)に深刻な実態と支援方法が示されている。

1) 支援者の助言による家族および身近な人(協力者)による対応

ここでまず、家族および身近な人による「家庭内暴力への対応」について要点を述べる。支援者の協力が大切であることが多い。

- (a) 家庭内暴力は、家族にとつて大変なショックであり、恥ずかしいことと思われるため、家族の中だけで解決しようという気分にとらわれやすい。しかし実際は、家族内で解決することは難しく、家族の外に応援を求めることが多い。「それが悪いこと(家庭内暴力)」は、原因は何であれ現象的には「狭い家族関係の葛藤の中で起こる暴力」であり、親も判断力を失い、場当たり的に対応することが多い。「それが悪いこと」ではなく「家族間の関係を調整し・改善する」という冷静な視点も必要である。

初期的家庭内暴力の解決のためには、まず次のような対応が必要になる(図表22)。

図表22

初期的家庭内暴力への対応

- ① 暴力を甘んじて受けただけで、暴力の被害を最小限に食い止め、危険な時はとにかく逃げ出す。その場の感情に流されて、暴力に対して暴力で対応することは厳に慎む。感情に駆られて対応した後は気まずさと後悔にさいなまれることになる上に、親・本人いずれからの感情の暴発による最悪の事態(傷害事件など)を招く危険もある。
- ② 家族の一員(通常母親、力の弱い弟や妹の場合など)への暴力が始まった時には、残りの家族全員が集まって暴力を止めることが望ましい。ただし、母親を取り囲んで保護するのはよいが、本人を力で取り押さえることは、一層の反抗と怒り、暴力を誘発し、危険である。また、日頃、結束が乏しい家族においては、現実問題としてこのような場面で結束することは至難である。
- ③ 暴力が家族の手に余る場合は、信頼できる人(友人・親戚・支援者など)に事情を伝え、協力態勢をつくる。通常は、第三者が来訪するだけで(安全のためにも、本人への脱得などはない方がよい)、初期の家庭内暴力はその場では止まるものである。家族とゆっくりに世間話をして帰って来ても構わない。第三者の協力は、こじれてからではなく、暴力が始まって間もなくがよい。

2) 家族の避難について

手を尽くしても、長期間(長年月)暴力が収まらず、家族が身危険を感じる(実際に負傷することもある)場合は、辛い選択であるが、家族(特に暴力の被害者になりやすい母親、力の弱い弟や妹など)が一時アパートなどに避難する必要がある。実際に筆者が関わったいくつかの家族においては、アパートなどへの避難を助言するという危機介入の手段をとったことがある。本人が知っている別宅に避難する場合もあるが、避難した母親を捜し出すという面では、意外に行動的になる当事者もいるので、本人が知らない場所を避難すること安全である。この場合、避難の直後に、手紙、あるいは第三者を通じて以下の①②のように伝える。避難は適切に運べば、本人の成長につながる可能性がある。

- ① 「あなたと家族双方にとって、あなたの暴力が危ないで避難せざるを得ない。あなたが二度と家族に暴力を振るわない、暴言も言わないと約束するならば、避難を中止する。」
 - ② (特に本人一人が家に残る場合)「避難中もあなたのことを心配しているの、必要最小限の生活の世話をする。月々の生活費は送る(振り込み、あるいは他の人を介して届ける)。緊急と思う場合は携帯電話(親の番号は非通知)に連絡すること。家族が応対できない場合も〇〇さん(本人が一目置いている叔父さんなど)が対応してくれる。」
- 上記①②の他に、③特に一人親家庭の場合、避難に先立って大切な物(現金、書類、通

帳類)を持ち出す準備をする。この準備がないと避難後の生活で困惑することになる(避難は、衝動的にはではなく、冷静に準備をして行うことが望ましい)。

避難すると、多くの場合、本人も頻繁に、怒り・脅し・哀願を仲介者にかけてくるが、「暴力・暴言をやめると約束することが帰宅の最小限の条件である」ことを伝える。避難期間は不定である。本人が折れてくる(妥協してくる)までに、2、3週間から1〜数年もかかることがある。しかし、**妥協することを学ぶことによって本人も成長することができ、妥協に要する時間は、有意義な時間であると言える。**

3)入院について

家庭内暴力については、**精神科病棟などへの入院**という対応もある。しかし、入院については、関係者の見解が分かれるところであり、慎重な検討が必要である。入院は、本人の同意を得ることが難しく、同意なしの入院が退院後の家族関係を複雑にすることもあれば、また、ひきこもる人の状態を十分理解し入院後の対応が可能で必要な病院を選ぶ必要があるが、現状では、そのような病院がどの地域でも確保できるとは言いがたい。

4)ひきこもる本人の家族との別居(一人住まい)についてはどう考えるか

家庭内暴力だけではなく、本人と家族の葛藤が深まった場合などに、家族あるいは本人の希望(強要によることも含む)により、本人をアパートやワンルームマンションなどに別居させることがある。この対応については、**一概に適切とも不適切とも言えない。多くの場合、「それぞれの家族に固有の事情があり、悩んだ末にやむを得ず選択された対応」であるからである。**しかし、この対応については、**検討すべき課題が多い。**できるならば家族だけで判断せず、事前に、支援者など冷静な第三者との話し合いが必要であろうと思う。現実問題として、本人がワンルームマンションなどに別居する場合、家族と本人の通信・連絡手段が途絶えてしまうことが多い。「息子のマンションには一度も(あるいは通れにしか)立ち入れません」ということになりがちである。そうなると家族を通じた支援者の働きかけも本人には及ばなくなる。**支援施設に付属する宿泊施設などに同居する場合**は、その施設の支援者の働きかけが及ぶことになり、かつ、本人と家族の間に距離を置くことが双方の安否に寄与することもある。ただし、このような施設は本人が(干渉を受けたくないなどの理由で)利用を希望しないこともあるし、近くに適切な施設がないこともある。相当高額の経費がかかる場合もある。一般のマンションなどを選択する場合、本人との話し合いや合意形成が可能であれば事前に、次に例示するような取り決め(できれば合意文書を作成)しておきたい(図表23)。

図表23

ひきこもる人の別居(一人住まい)に際しての望ましい合意形成の例示

- ①親が合い鍵を保持し、週1時間は、掃除など部屋の保守管理のために立ち入ることを条件とする、あるいは、
- ②月1回は自宅を泊まることを条件にする、あるいは
- ③マンションの契約期間を1年程度とする、
- ④延長する場合は、親と本人が直接話し合い同意する必要がある。

*これらの項目全てを合意できなくても二つでも合意できればそれなりに有効である。例えば、③を①あるいは②と組み合わせることも有益であろう。③の取り決めだけでもできれば、1年後に本人・家族で話し合い、新たに①あるいは②の合意をするか、話し合い不成立の場合は、(理屈上は)マンションを解約することもできる。

「一人暮らしをすれば自立できるかも知れない」という期待感是十分理解できるし、実際に一人暮らしによって自立した人はいないわけではない。しかし、筆者の臨床的現実では、マンションで、單身ひきこもってしまう人も多いことを経験している。そうすると本人の

様子(安否)が分からなくなり、日夜不安にさいなまれる親も少なくない。
残念なれば、長い年月ひきこもっていて社会生活経験から遠ざかっていった人が、一人暮らしをすれば自立できる、とは必ずしも言えないというのが実情であろう。ただし、すでに本人が一人暮らしをはじめ、家族と本人の関わりが難しくなっている場合は、可能な範囲で(本人が受け容れると思われる範囲で)、電話、手紙、メール、訪問(家族以外第三者を含む)などにより連絡を取ることになる。このような取り組みの中で、ある日、本人からの前向きな意思表示があれば幸いである。

支援手法11(補足)

家族間葛藤の緩和・和解に向けた「家族会議」という支援手法

1)支援者が仲介して家族会議を行う事情と留意点

ひきこもり期間が長くなりかつ年長化(特に長期・年長のひきこもる人)すると、家庭内暴力だけでなく、多様な家族間のトラブルが生じることがある。この家族間トラブルの緩和・和解の支援も家族支援の重要な一環である。ここでも「**だれが悪いということではなく家族間の関係を調整し・改善する**」という冷静な視点も必要である。事情を分かりやすくするために、**簡潔な創作事例**を3例示す(このほかに、財産問題・ライフプラン問題が絡む事例もある一様事例 Bさん参照)。なお和解支援に取り組むのは、ひきこもる本人から要望があるときが主であるが、家族からの要望の場合もある。家族の要望に対応することがやがてひきこもる本人の支援につながることも期待できる。

①**男子さん**：中学時代の不登校・ひきこもりに対して、両親が心配のあまり登校を強制した後、不登校・ひきこもりは解決したが、両親との交流を拒否し、親子間の和解が難しくなった。大学を卒業し就職するが、帰省時も両親との会話を拒否している。

②**夫妻さん**：20歳代に家庭内暴力が激しく、弟妹にも暴力がおよび、弟妹が数年間、親戚の家に避難した。弟妹は、兄がアパートに連れ住むことを条件に家に帰った。その状態で数年が過ぎたが、アパートでひきこもっているB夫さんが、弟妹の了解を得て、兄が付かず、事態は、膠着状態になっている。

③**男子さん**：C男さんは、30代半ばまで、家族がそつとしておいたため比較的波風なひきこもってきた。ところが妹に縁談があり、兄のひきこもりに悩み始めた。見かねた父親がC男さんに詰め寄ったため、父子間で口論と暴力が起きるようになった。そのため、このままでは、家族の安全確保が難しいという不安定な状況に至った。

これらの事例においては、状況は入り組んでおり、すつきりと解決することはまずない。どうしたら家族間葛藤が緩和されるのか、家族が和解できるのか、状況を慎重に見極め、時間をかけた注ぎ深い対応が必要である(和解については井上孝代：2005も参考になる)。

以下、「支援者が仲介して、①家族成員と別々に話し合う(同じ日に、別の日に)、②家族会議を行う、などにより解決(緩和)を模索する場合」の留意点を述べる(これら取り組みの手法については図表24、図表25参照)。なお、この取り組みは多くの本人の要望によって開始されるが、家族からの要望で開始されることもある。

図表24

支援者が仲介して家族会議を行う場合の留意点

(1)話し合いを始めるに先立って、家族間の争い、親子間の争いを、少なくとも当面は、**休戦**にできるとよい。ただし、休戦については、親子の争い状態を考慮するならば、親の方が妥協するほかにない場合が多い。「家族の争い」を選択することに専念したいので、当分の間、働けずか将来どうするか、などは一切言いません。協力してほしいなどと申し出るのである。このような話しかけができない場合は、親の側が一時的に休戦状

態に入ることもある。さいわい休職ができる話し合いの可能性が期待できる。

(2) このような工夫をしても、**ひきこもる本人が、和解の話し合いの場に出てもいい場合も少なくない**。本人に、話し合いの場に出てもうたうためには、「本人にどうして話し合いの場に出ることが長い目で見て利益になる」ことを十分理解してもらおう事前の準備が必要となる。また、もともと家族と本人の間にわだかまりや争いがあるので、「和解」の話をすると自身が困難であることもある。本人あるいは双方から信頼されている支援者が間に入って調整する必要があるが、支援者にとっても双方から信頼される関係を築くことは難題である。家族成員の全員でなくとも、ひきこもる本人からは仲介をすることについての了解を得ることが必要であろう。

(3) こうしてなんとか話し合いの場を持つても、「和解する」けることを前提とした話し合いができません。お互い言いたいことを言い争うという場面をつくるしかない場合もある。**言い争いも一歩前進と割り切るほかないであろう**。この場合、**ひきこもる人の「顔がつぶれないよう」配慮する**のも支援者の役割である。

(4) (可能な限り) **関係する家族全員の意向の権認**が必要である。どのように話し合いを進めたいか、どこに到達したいかについて、争いの渦中にある家族全員の意向を権認しておく必要がある。和解の話し合いの中に財産問題・住居問題などが含まれる場合は、争いの渦中から距離を置いている家族成員の意向も何らかの形で確認する必要がある。**支援者は、話し合いの世話役、仲介者、助言者**であっても、結論を方向づける立場ではない。解決のための選択肢の提示、有効と思われる解決のヒントを提示することは必要である。しかし、**結論(方針)の選択は家族成員の納得と自己決定**による。支援者から見ると、最善の選択ではないと思う場合も、よく話し合った上での結論(方針)は尊重し、その結論がよい結果に結びつくよう支援する必要がある。家族の方針を固める前に、自治体の無料法律相談、(経済的に困難な場合)法テラスの無料法律相談などの機会を活用するよう勧め、(経済的に困難な場合)法テラスの無料法律相談など自身の問題解決の力(復元力)が高まるように支援する(エンパワーメント)ことが望ましい。

(5) ひきこもる人に、はじめから理性的な態度を求めることには無理がある。長年ひきこもっている本人の考え方はかなり偏っている可能性が大きい。気に入らないと大声を上げる場合もある。支援者は、**話したい内容は制限せず、感情的な態度だけは極力抑えるよう場面を取りなす**必要がある。できれば「おたやかに話す方があなたの利益が守れると思います」と事前に打ち合わせしておくことよいであろう。

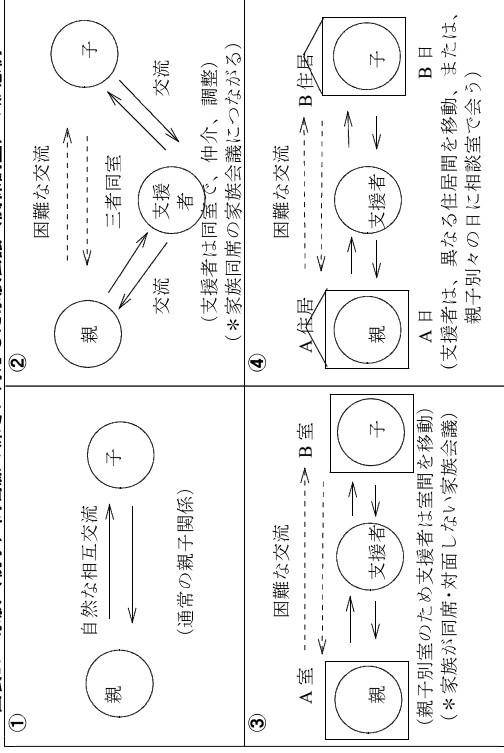
(6) 支援者は、**話し合いが短期間で(性急な)結論に至らないように配慮**する。各家族成員が十分考えるゆとりが必要である。和解すべき課題にもよるが、数回の話し合いが必要であり、半年くらの時間を要することもある。むりやりに結論に同意させられたと思う人がいると、結論(合意)が破綻することもあり得る。主張することも保留することも必要である。支援者にも長い話し合いに立ち会おうだけのこのころの準備が必要である。

(7) **家族会議の場**としては、支援施設の相談室とか電話室を使うのがよいと考える。当事者の自宅という選択肢もあるが、緊張をはらんだ家族会議の後、家族が一度は外に出て気分転換を図るために、あるいは家族会議の蒸し返しを避けるためには、自宅外の施設を利用することが望ましいと言える。

2) 家族(親子)間葛藤の深さに対応した家族会議(家族関係調整)の形態例

ここで筆者がこれまでに実践してきた家族会議(家族関係調整)について、図表23-①～④のように類型化した。これは現実の事例への対応に際して必要に迫られて取り入れた手法である。

図表25 家族(親子)間葛藤の深さに対応した家族会議(関係調整)の形態例



①の場合：通常の親子関係の場合、特に仲介役がいなくても安定的・対面的な意思疎通ができる。

②の場合：親子間葛藤が強い場合、本人と家族の対面場面に支援者が同席し、間を仲介・調整する (→**模擬事例 Bさん**参照)。この場面で家族同席の家族会議につながる。

③の場合：親子間葛藤がさらに強く対面では話し合えない(暴力などの心配がある)関係の場合、親と子が別室に入り、支援者が間(廊下)を行き来して双方の意思疎通を図る場合もある。家族が同席・対面しない家族会議、間接的家族会議は可能となる。

④の場合：さらに親子間が険しい関係であり(日常どちらかが身を隠していたり、顔を合わせたくないため)、同じ建物内にいることができない間柄の場合、支援者は、親と子の住まいの間を往復したり、別々の日に親子に会い、時間をおいた意思疎通を図ることもある。

以上のような②③④に示した各家族関係の状況は支援開始後相互に移行する場合もある。いづれにしても、これらの対応は、親子間の関係の性質や距離によって柔軟に使い分けなければならない。

4 多様な支援手法をどのように活用するか
一 支援手法のマネジメント（やりくり）の考え方と実際（支援事例）一

「マネジメント」とは、わかりやすくいえば「やりくり」である。ここでは、「ひきこもる人の広い年齢段階、本人と家族がかかえる多様な課題に対応して、本人・家族の同意と協力関係を大切にしながら、できるだけ適切な支援を選択し活用すること」という意味で使用される。要するに「適切な支援をやりくりする」ことである。

マネジメントは、①単独の支援者が、支援のそれぞれの段階において、その支援者が保持している多様な支援手法の中から今必要と思われる支援手法を選択・活用するという趣旨でもあり、また、②支援チームメンバーが支援のそれぞれの時期や局面において、多様な支援手法を提案し合い、選択・共有・活用するという趣旨でもある。なお、①②は別々のことではなく、両方合わせて支援が進められることも多い。

1）ひきこもり共同支援の基本的段階と支援のマネジメント

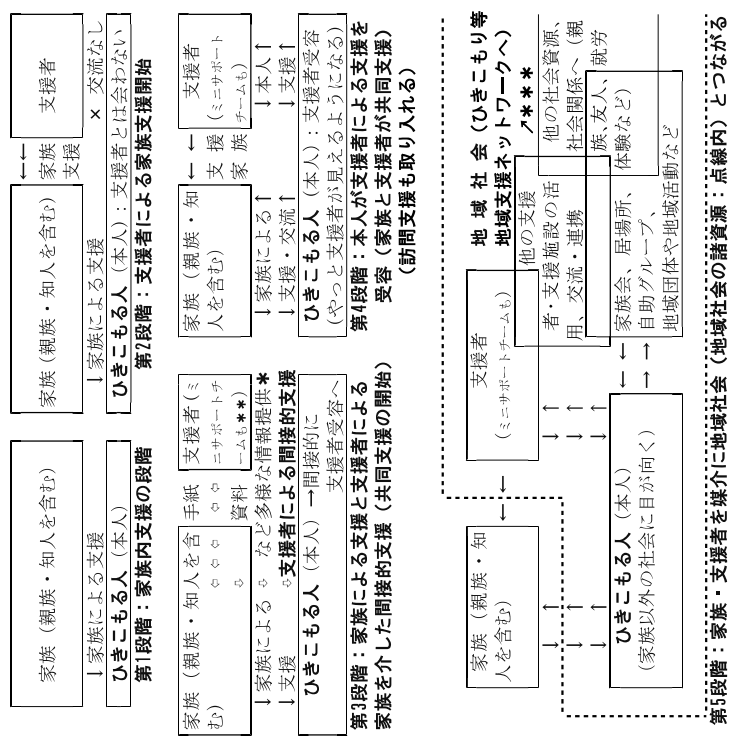
「共同支援」とは、支援者と家族が協力し、お互いにできることを活かしつつ、各段階において適切な支援方法を選択し実施することを意味する。支援の過程は人によって様々であるが、大まかな共通点もある。共通点を取り上げて「ひきこもる人への共同支援の基本的段階と支援のマネジメント」（図表26）、および、2）ミニサポートチームの意義・編成と支援のマネジメントのようまとめた。

図表26に示す各段階の内容は次の通りである。

- （第1段階）家族による支援の時期：この時期が数年にわたる事例もある。この期間（支援者が、支援を開始するまでの期間）をできるだけ短縮することが望ましい。
- （第2段階）支援者が家族を支援する時期：この時期は支援者が家族の支援を開始するが、本人と接することは急がない。家族を通して本人の状況を理解する。
- （第3段階）家族・支援者が共同で支援に取り組む時期：支援者は徐々に本人との直接的・間接的対話関係を形成する。
- （第4段階）徐々にひきこもる人（本人）が家族・支援者の双方を受け入れる時期：本人は支援者との対話関係を形成する。家族との対話が途切れている場合もその回復が進む。
- （第5段階）本人が家族と支援者の共同支援を受け入れ、家族（家族会）・支援者を仲立ちに、地域社会へのつながりを広げ深めていく時期にゆっくりと進んでいく。

長期・年長のひきこもり支援の場合、第1段階が非常に長い場合が多い。、それだけ家族・本人が多くの苦勞や悩みを体験している。できれば早期に第2段階に移行する対応が必要である。また第3段階から本人との交流ができる第4段階への移行に年月を要することも多い。第4段階に移行しても、長年対人関係が乏しかっただけに、以前の段階に戻ることもあるので、行きつ戻りつすることを繰り返すことを繰り返して支援に当たる必要がある。

図表26 家族と支援者の「共同支援」によるひきこもり支援の基本的段階と支援のマネジメント



* 多様な情報提供：居場所、各種イベント、短期アルバイト、講演会その他の情報提供、支援施設の近隣風景写真など（支援者はどんな人か、年齢は？）などと親に問う場合には親と支援者が一緒に撮影したスナップ写真を提供することもある。
* 主たる支援者以外に支援関係者2、3人でチームを作って支援に当たる方式

2）ミニサポートチームの意義・編成と支援のマネジメント

ミニサポートチームとは、特定の家族・当事者（本人）に対して、2、3人の援助者（ボランティアを含む）がチームを作って、家族の理解・同意・協力を得ながら、支援に当たる試みである。ミニサポートチーム方式そのものが一つの支援方法であるが、立ち上げられた各サポートチームのメンバーがそれぞれの知識と体験に基づいて、多様な支援手法を提案しチームとして活用（共有）することができる。ひきこもり支援のための小さなネットワークということができる。具体的には、家族担当のカウンセラー（あるいはソーシャルワーカー・保健師など）、訪問支援者（必要があれば複数；ミニ訪問サポートチーム）、手紙などを書く支援者、就労支援者などがチームを組むのである。当事者の状態によって

は、要所所で精神科医師と相談する（受診を勧めめる）こともある。

筆者の場合、カウンセラー（筆者）、手紙を書く支援者（学生）、訪問支援者（学生）あ
るいは NPO などの訪問支援者）などのチームを形成することがある（合意できれば、こ
のチームに親・親族などを含むこともある）。このように、いわば「サポーターの複合体」
としてのミニサポーターチームができて、支援者側も心丈夫であり、親・家族も頼もしく
思うようである。なお訪問支援を目的にミニ訪問サポーターチームをつくる場合も
ミニサポーターチームの編成：ミニサポーターは、その目的・経過などにより次に例
示するよう多様な編成が考えられる。いずれにしても、やや困難な状態にある当事者に
は一人一つのミニサポーターチームが編成されると心強いであろう。

①訪問サポーターを中心にしたミニサポーターチーム：相談援助者の助言のもと、複数の支
援者の訪問、時期や目的によって訪問サポーターが訪問を替えるというよう
なことも考えられる。大学生の試験期間に社会人のサポーターが訪問を引き受けるというよう
なことも考えられる。ただしこれらの変更は、絶えず当事者への丁寧な説明と合意を前提とすることが望ましい。

②相談援助、訪問サポーター、居場所支援、就労支援などの支援者のミニサポーター
チーム：これらの担当者がチームになった場合、ある時期は相談援助者が中心になり、ある時期
は、相談援助者と訪問サポーターが中心になるというように、当事者の状態・支援の段階
によりチーム編成やメンバーの役割に変化が生じる。しかし、多くの支援施設にこのよ
うなチームを編成するスタッフが確保されていないという事情もある。

③主治医と訪問サポーター等ミニサポーターチーム：当事者が精神科医等の診察に応じ
られる状態の場合は、主治医の助言をふまえて、訪問サポーター等がチームで活動するこ
とも考えられる。

④各機関・施設、担当所、協働によるミニサポーターチーム：保健所、民間の相
談施設、居場所、作業所、民間の病院、クリニックなどの担当者が、相互に役割分担を整
理しチームで活動する場合である。地域に子ども・若者支援地域協議会が設置されてい
る場合、このようなチーム編成を柔軟に行うことができる。

⑤(補足)多問題事例・多重問題事例について：今注目されている「8050 問題」事例（親
が 80 歳代、当事者が 50 歳代）などではひきこもり以外の諸問題が重複
していることが多い。この場合は、ひきこもり支援を越える広さをも備えた多職種連
携・多機関連携と多様な支援手法・支援資源の活用が必要になる。なおこれらの場合も、あ
る事例に誰が主担当者となつて関わることの全体状況を把握しておくことが望ましい。主担者は、
その事例と関わりが長い、その事例の全体状況を把握している、あるいは連携する多職
種や多機関についての理解が深いなどのいずれかの条件を保持している人が望ましいであ
ろう。

3) 支援の働きかけは、いつひきこもりにも届く人へのほうが

ひきこもり支援を志す人なら誰しもひきこもりとよき支援関係を形成したいと思う。
支援者の働きかけに回答して欲しいと思う。しかし、何をしても、何を語りかけても応答
が全くない場合もある。せいぜい、「ほっといて欲しい」「よけいな世話話」「関係ない」
という答えしか返ってこないことがある。このような時間が限りなく続くように思われるこ
とも少なくない。

しかし、予想もしない時に、応答がかえってくることもある。本人が不意に相談室に訪
ねてくる時、手紙に返事が来るとか、両親への訪問をした際に本人が出てきて応答する、
居場所に出すなどの応答がある。もつともその「ある時(機曾)」は、1 年後か、3 年
後か、5 年後かは分からない。またどのような働きかけに回答があるのかも予想できな
いことが多い。このようなことを考えたらよいのであろうか。筆者は図表 27 のように考
えている。

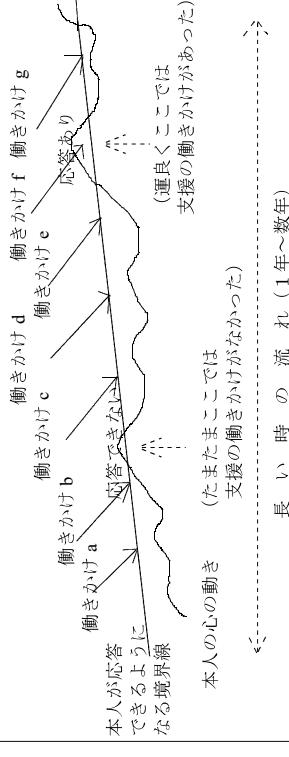
長期間ひきこもっている人は、それだけ外からの働きかけを拒んできた人である。長い
期間繰り返し、また様々な内容の支援を継続しても本人の心の動きと響き合えないとき
は、実を結ばない。しかし、外からの働きかけに全く応答しないように見える人も、予想しな
い時に、ある働きかけに対して、本人が応答することがある。その時は、少なくとももある

期間、本人の心の動きが、支援を受け入れられる状態（境界線を越える）になっているのだと
考えられる。幸運にも、本人の準備ができている時と働きかけが一致すると、働きかけを
受け入れ、それを契機に徐々に状況が好転することがあるのだと考えられる。

長期間の支援に関わった支援者は、おそらく何度かは、この「予期せざる幸運」を経験
しているであろう。ただこの幸運にいつ遭遇するかわからないことが多い。だからこそ「予
期せざる偶然な幸運」である。

図表 27 支援関係が形成されるとき・働きかけに応答があるとき

長い期間、繰り返し、様々な内容の支援を継続しても本人・家族の心の動きと響き合
わないときは実を結ばない。しかし、予想しない時にある働きかけに対して、本人から
の応答があることがある。本人の心の動きが支援を受け入れる状態になっている（境界
線を越える）のだと考えられる。もつともそれがいつなのかを予測することは難しい。
たまたま「応答あり」ところに行き当たった場合は、支援者としてうれしい時である。



4) 多様な支援手法を活用した支援事例(構想事例)

以下に、これまでこの報告で触れてきた多様な支援方法のいくつかを活用した構想事例
(実際の事例にヒントを得て創作した実在しない事例)を紹介する。

【構想事例 2・B さん】

次に紹介する構想事例 2・B さんは、多様な支援方法の幾つかを活用している（図表 28）。
長い支援の経過中に必要に応じて多様な支援手法を取り入れて入れている状況を体験できるよ
うに【ゴチツク】で示した(構想事例 3・K さん)においても同様表示。しかし、重要な転
機(会社員としてのアルバイト雇労から正社員へ)は、居場所(親しくなった友人のお誘い
という「幸運な偶然」によって開けた。持続的に多様な支援に取り組んでいる内に、支援
者の意図を超えた出来事があることも痛感される事例である。

図表 28

構想事例 2・B さん：訪問サポーター、家族会議などを活用後、就労へ

B さんは、不登校のため高校を中退し、一時家庭内暴力もあったが、支援者と学生
ボランティアの訪問支援によって安定した【訪問サポーター】。その後知人の店で働き
機会を得て転職し会社員として約 15 年を過ごした。ところがこの時期に社内のもめ事
があり、何となく収まったのではあるが嫌気がさしたと言って退職した。以後約 5 年ひき
こもり生活となった(30 歳代前半)。
その時点で両親からの相談があり支援を開始した【両親支援】。

- ⑩山梨県福祉保健部 (2015) 『ひきこもり等に関する調査』：民生・児童委員 2337 人へのアンケート調査：回収結果・有効回答率 1851 人 (79.2%)：該当者数 825 人 (15 歳以上人口比 0.11%)、年代回答あり 818 人、内 15 歳～39 歳まで 324 人 (39.6%)、30 歳代 22.9%、40 歳代 27.5%、40 歳代以上 60.4%。ひきこもり期間 5 年以上 60.2%、10 年以上 39.3%。
- ⑪内閣府 (2016) 『若者の意識に関する調査』の全国推計値：ひきこもり：54.1 万人、ひきこもり期間 7 年以上が 34.7% で最多。(調査対象は 15～39 歳に限定) (調査時期は 2015 年 12 月)
- ⑫松山市 (2016)：民生・児童委員への調査、2016 年 9 月現在 15 歳以上、民生委員が把握しているひきこもり状態の人数 183 人 (男 129 人、女 49 人)、年齢構成 (10 歳以上のみ紹介)：20 歳代 13.1%、30 歳代 14.8%、40 歳代 30.6%、50 歳代 11.9%、60 歳代 10.9%、(40 歳代以上 65.6%)。ひきこもり期間：10 年以上 46.4%。家族構成：家族あり 76.6%、単身 19.7%。
- ⑬茨城県保健福祉部障害福祉課 (2017) 『ひきこもり等に関する実態調査報告書』：民生委員・児童委員調査：ひきこもり該当者 1467 名、40 代 40.4% で最多。ひきこもり期間 10 年以上 42.8%。
- ⑭佐賀県健康福祉部 (2017) 『ひきこもり等に関する調査結果』：民生委員・児童委員調査：ひきこもり等にある者該当者 644 人、年齢別では (無回答 10 人を除く)、60 歳以上 26.7% (最多)、40 歳代 24.6%、40 歳以上が 71.3%。ひきこもり期間：3 年以上が 72.3%、5 年以上が 58.2%、10 年以上が 36.0% である。支援の状況：支援を受けている 21.1%、受けていない 33.5%、分からない (知らない) 40.3%。
- ⑮大分県生活環境部私学振興・青少年課 (2018) 『ひきこもり等に関する調査の結果』：民生委員・児童委員調査：ひきこもり該当者 637 人、40 代 27.6% で最多、40 歳代以上 64.6%。ひきこもり期間 10 年以上が最多 40.7%。ひとり暮らし 117 人 18.4%。
- ⑯KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 (2018) 『ひきこもり実態に関するアンケート調査』(家族調査・有効回答者 538 名)：ひきこもり本人の平均年齢 34.4 歳、ひきこもり期間平均 9.8 年、ひきこもり初発年齢平均 19.6 歳、40 歳未満 381 名 (70.8%)、40 歳以上 157 名 (29.2%)。

注：以上の他にも各地の調査報告があるが割愛した。例えば、岩手県洋野町『社会的ひきこもりの理解と本人・家族支援のための事業報告書 (2015)』、岐阜県ひきこもり地域支援センター『ひきこもりの現状と支援に関する調査結果 (2017)』などがある。

6) 補足? 斎藤環は「ケアとしての就労支援」に関して次のような指摘をしている。「ひきこもりのような『軽症』事例とつきあってきて言えることは、『就労によって元気になる』事例は、『元気がなくなったから就労する事例と同じくらい存在するし、タイムリંગによっては就労と回復が相互に補強し合う場合も珍しくない、という事実です。ここからは『ケアとしての就労支援』を考えるようになりた。』『急いで付け加えておきますが、就労がアテになりうるためには、いくつかの前提条件があります。①当事者がすでに治療を受けるなどして、心身ともに安定していること ②当事者が就労を希望していること、何らかの興味や関心を示していること ③当事者と家族の関係が良好であること ④当事者の特性に合った職場ないしはトレーニングコースがあること ⑤当事者に家族以外の親密な対人関係があること これらの条件はすべて必須、というわけではありませんが、こうであるほうが望ましいのは事実です。(斎藤環・松本俊彦・井原裕監修：2018) これらの諸条件は、長期・年長のひきこもりの場合、かなり難しい条件であるとの印象を受けるが、「こうであるほうが望ましい」という指摘には同感である。なお筆者の場合、当事者が就労してしばらく後に、家族関係が良好な方向に変化し始めることを経験している。ここには本人の成長や家族の安堵感などが相乗的に作用しているものと思う。

- 池上正樹 (2014) 『大人のひきこもり 本当は「外に出る理由」を探している人たち』講談社。
- 小園周二 (2015) 『多元的共生社会が未来を開く』農林統計出版。
- オープンダイアログ・ネットワーク・ジャパン (2018) 『オープンダイアログ 対話実践のガイドライン (第 1 版)』『精神看護』21 (2)。
- 藤山正子編著 (2016) 『精神障がい者の家族への暴力という SOS 家族・支援者のためのガイドブック』明石書店。
- 風見正三・山口浩平編著 (2009) 『コミュニティビジネス入門』学芸出版社。
- 柏木克之 (『妻の類』執行理事：2013) 『障害者支援施設「妻の類」の挑戦—地域でめざせ社会的企業』生活福祉研究機構。
- 玄田有史 (2013) 『孤立無業 (SNEP スネップ)』日本経済新聞出版。
- 小谷敏 (2018) 『愈ける権利! 過労死寸前の日本社会を救う 10 章』高文研。
- 齋藤万比古編 (2013) 『禁行障害 診断と治療のガイドライン』金剛出版。
- 斎藤環 (2002) 『ひきこもり 救出マニュアル』PHP 研究所。
- 斎藤環・島中雅子 (2012) 『ひきこもりのライフプラン—「親亡き後」をどうするか』岩波書店。
- 斎藤環・松本俊彦・井原裕 (監修：2018) 『ケアとしての就労支援』日本評論社。
- 佐藤久夫 (2015) 『共生社会を切り開く 障害者福祉改革の羅針盤』有斐閣。
- 下平美智代 (2017) 『オープンダイアログの歴史的背景と考え方、そして日本での実践可能性』『精神療法』43 (3)。
- 社団法人青少年健康センター編 (2008) 『高齢化するひきこもりとライフプラン』
- 竹中哲夫 (2010) 『ひきこもり支援論 人とつながり、社会になが道筋をつくる』明石書店。
- 竹中哲夫 (2016) 『子ども・若者支援地域協議会のミッションと展望 (増補版) 長期・年長ひきこもりと若者支援地域ネットワーク』かもがわ出版。
- 竹中哲夫 (2018a) 『親の高齢化・親亡き後』のひきこもりの人の生活の安心のために—交流支援者方式の提案 (素案) — (2016 年 10 月 29 日、日本福祉大学・知多市社会福祉協議会・NPO 法人なでこの会合同企画シンポジウムにて発表)。日本福祉大学社会福祉学会『福祉研究』2018、112 号に掲載。
- 竹中哲夫 (2018b) 『ひきこもり支援の着眼点・着重点—長期化・年長化するひきこもり支援者としての試論—』光陽出版社。
- 特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 (2018) 『ひきこもり実態に関するアンケート調査報告書 (2018 年 3 月)』。
- 特定非営利活動法人 共同連編 (2012) 『日本発—共生—共同の社会的企業』現代書館。
- 野口道彦・柏木安編著 (2003) 『共生社会の創造と NPO』明石書店。
- 長谷川俊雄 (2011) 『親の高齢期及び親亡き後の生活維持のための相談支援と社会制度』内閣府子ども若者・子育て施策総合推進編集・発行『ひきこもり支援者読本』所収。
- 島中雅子 (2012) 『高齢化するひきこもりのサバイバルライフプラン—親亡き後もしも生きるために』近代セーラムス社。
- 帯木蓬生 (2017) 『ネガティブ・ケイパビリティ 答えない事態に耐える力』朝日新聞出版。
- 福祉社会学会編 (2013) 『福祉社会ハンドブック 現代を読み解く 98 の論点』(三重野卓：共生社会の理念と実際、参照) 中央法規。
- 三重野卓編 (2008) 『共生社会の理念と実際』東信堂。
- 横浜社会福祉協議会ホームページ (2016 年 9 月閲覧) 『横浜市障害者後見の支援制度～障害のある人が地域で安心して暮らすために～』。
- 吉崎洋司 (2014) 『自己責任論』のりこえ。連帯と「社会的責任」の哲学』学習の友社。
- 渡部伸 (2014) 『障害のある子どもの家族が知っておきたい「親なきあと」』主婦の友社。