

# ひきこもり始めた時期と若者の自己の捉え方

## : アイデンティティコントロール理論の援用可能性

古志 めぐみ お茶の水女子大学大学院 人間文化創成科学研究科

### 要約

本論では、ひきこもり始めた時期による若者の自己の捉え方や心的問題を呈する過程がどのように異なるか、アイデンティティコントロール理論 (Identity control theory : ICT) を用いて明らかにすることを目的とした。10代後半～20代の若者との国内の事例を報告した49本の文献を用いて、①高校以前②大学入学後③就職前後の社会人への移行期の各3時期にひきこもり始めた(もしくは、心的問題を呈した)若者の特徴を検討した。その結果、各時期に特徴的なものとひきこもりの若者全般に共通するものがあり、ICTの枠組みから捉えうるものが示された。また、各群に有効な介入の検討にもICTが援用可能であると考えられた。最後に、ひきこもりの若者を理解する1つの視点としてひきこもり始めた時期に着目することの有効性と限界について考察した。

**キー・ワード**: ひきこもり, ひきこもり始めた時期, アイデンティティコントロール理論, 社会人への移行

### I はじめに

ひきこもりは、「就学や就労、家庭外での交遊などの社会的参加を回避し、6ヵ月以上家庭にとどまり続けている状態」と定義され(厚生労働省, 2010)、ひきこもりの状態にある当事者は、国内に少なくとも70万人いると推定されている。しかし、この定義はあくまで状態像であり、ひきこもりの状態にある当事者の捉え方には、研究者によるところが大きく、一定の枠組みが打ち出されていないことが現状である(Li & Wong, 2015; 谷田ら, 2016)。そのため、ひきこもりの状態にある当事者をどのように理解するか、アセスメントの観点が求められる。

### II 問題と目的

#### 1. ひきこもり始めた時期

ひきこもり始めた年齢は、15-19歳が最も多い

とされる(Heinze & Thomas, 2014; 川上, 2007; Koyama et al., 2010)。これまでひきこもりは、「終わらない思春期(斎藤, 1998)」として不登校との関連から捉えられてきた。また、この心的問題を呈す背景として、親からの精神的自立や仲間との親密さの獲得という心理社会的発達課題の失敗が指摘される(田中, 2008)。

一方、境ら(2013)の最近の調査では、ひきこもり始めた年齢は15-19歳のみならず、22-25歳にもう一つの山がある分布を描くことが示された。これは、学生から社会人へと移行していく時期である。実際、ひきこもったきっかけのうち、「職場になじめなかった」、「就職活動」が上位をしめる(内閣府, 2010)。すなわち、社会人になることの困難によって、その時期からひきこもり始める若者も多いといえる。

このように、ひきこもり始めた時期は大きく二

分しているが、時期に着目して論じられることはあまりなかった。井出(2007)は、大学を境に、前後の各時期からひきこもり始めた若者の特徴をまとめている。ただ、大学の区切りのみが妥当かどうかには疑問が残る。確かに、拘束が強い高校までの教育環境と、自由の大きくなる大学とでは、適応するために求められる力は異なる。しかし、学ぶ者と、社会人とでは、それ以上に質的な違いがあろう。白井(2008)が指摘するように、社会人へ移行することは、「個人が自分の人生を構築し「大人になる」過程」である。若者自身も、周囲からもその若者に対する見方が大きく変わる。そして、より一層多様な年齢層とのコミュニケーション力や、仕事への責任感が求められるようになる。つまり、こうした社会人への移行期にひきこもり始めた若者は、それ以前の場合とは異なる課題につまずき、心的問題を呈すと考えられる。

## 2. 社会人への移行に関する国内外での研究

ひきこもりの若者に関する研究では、社会人への移行の課題に着目した研究は少ないが、この時期を対象とした研究は2000年以降、国内外で盛んに行われている(Arnett, 2000; Rodriguez & Smith, 2014; Schwartz et al., 2013)。これは、先進国における高学歴化、晩婚・非婚化に伴い、青年期から成人期への移行期が長期化していることが関係している。

この移行期を Arnett (2000) は、成人形成期(emerging adulthood)として、新たに発達段階の1つに位置づけた。この時期は、自分が何をしたいのか、どのような人生を歩みたいか最も自由な探究や選択・決行を行使できる。一方で、不安感も強くなる。その中であっても、「発達した自己理解(self-understanding)によって「自らの人生を振り返り(assess their lives)」, よりよいものに作りかえていく時期であり、全ての若者に可能性があるとした(Arnett, 2015)。このように、Arnett の見解は若者の行為主体に力点を置いて

いる点が特徴といえる。

日本において長期化している状況は同じであるが、よりリスクを伴い、社会の要因に目を向けるべきと指摘される(宮本, 2015)。例えば、不況により学校から企業との就労につながるパイプがなくなったことや、不安定就労者が増加したことが挙げられる。また、Arnett et al., (2014) は、日本の社会文化的要因として、伝統的な集団主義の要素を残しつつも、偏った個人主義による個人化を指摘している。これにより、個性が重んじられる一方で、移行できないことを自己責任とされる。こうした中、日本の若者はますますその移行を困難に感じていることであろう。そのため、若者自身が自己をどのように捉え、将来を探求しているかが、重要になる。

## 3. 社会と自己との間で自己を捉える視点

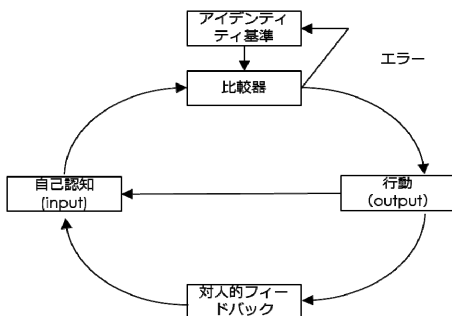
社会との接点で自己を問いながら、自己を維持・変容していくメカニズムをモデル化したものに、アイデンティティコントロール理論(Identity control theory 以下、ICT と略記する)がある(Burke, 1991)。これを図1に示す。まず、アイデンティティ基準とは、自分はどうであろうとする基準のことである。これと、他者や社会的状況など環境から返ってきたもの(feedback)から受けとる自己に関する認知(input)を比較する。これらが不一致のとき、それを解決するために、環境への関わりかける行動(output)を変更したり、アイデンティティ基準を修正したりする(Burke, 1991; Burke, 2007; Kerpelman et al., 1997)。また、Burke (1991) は、この不一致(エラー)が社会的ストレスとなり、人は心理的苦痛を抱くとしている。

このモデルを用いて Erikson (1959/2011) のアイデンティティの概念を次のように説明する。“斉一性・連続性を持った主観的な自分自身”つまりアイデンティティ基準が、“まわりから見られている社会的な自分”つまり環境から受けと

る自己認知と“一致するという感覚”である。溝上 (2008) も、このモデルを用いることにより、エリクソンの心理社会的発達課題の1つである役割実験を通じたアイデンティティの維持・変容プロセスを説明できるとしている。つまりこれは、若者が社会との間で、どのように自己を捉え、苦悩しているかを理解するために有用であると考えられる。

#### 4. 本論文の目的

そこで本論では、ひきこもり始めた時期の違いに着目し、若者の自己の捉え方や心的問題を呈する過程がどのように異なるか、ICTを用いて支援のあり方を検討することを目的とした。そのために、各時期に心的問題を呈してカウンセリングに来談した事例研究を対象とする。先述のように、社会人への移行における昨今の日本独自の現状があることを踏まえ、2000年以降の国内で発表された文献に絞って見ていく。これらの事例報告にあがった若者の中には、ひきこもりの状態にならなかったものもいるが、各時期の若者が抱えやすい苦悩が描かれている。またひきこもりの若者は、相談機関への来談が少ないと指摘されるため (Tajan, 2015a)、ひきこもり状態の手前の若者も含めて、事例を選択した。最後に、ひきこもりの状態にある若者を理解する枠組みとして ICT の援用可能性とひきこもり始めた時期に着目することの有効性と限界について考察する。



※Burke (1991)・Kerpelman et al. (1997) より筆者が作成

図1 アイデンティティコントロール理論

### III ひきこもり始めた時期による特徴

国内における心理臨床の研究を扱った定評のある刊行誌の『心理臨床学研究』、『カウンセリング研究』及び社会人への移行の前段階である大学生の理解や臨床実践を中心とする『学生相談研究』を用いた。この3つの刊行誌のうち、成人形成期である10代後半から20代までの若者との事例を扱った論文は108本であった。このうち、技法の評価に焦点付けられたものや、引継ぎのケースなど、若者の経過が十分に理解できないもの、統合失調症や発達障害の診断がある事例を除き49本の文献を用いた (表1・表2)。

次項から、心的問題状を呈した時期として①高校以前②大学入学後③社会人への移行期の3期に分けてそれぞれの若者がどのように自己を捉え、苦悩し、心的問題を呈したか、ICTの枠組みを用いて、各時期の若者の理解や支援のあり方を述べていく。

#### 1. 高校以前に心的問題を呈した若者の特徴

該当する文献は3本のみであった。共通してみられた特徴は、第一に親の価値観に沿うようにすること、第二に沿えない場合であっても、それを吟味することなく自分に課していることである。例えば、山本 (2001) の事例では、父親が指摘ばかりすることに、“精一杯やっているのに、褒めようとせず、自分の部屋に引っ込んでしまう”と不満を述べつつも反抗せずに、むしろそれを自分に課していた。小田 (2012) の事例では、幼少時より、“母親から見張られている気が”し、“嫌なのにいつも母親の (意向を) 聞いて”しまうことが語られていた。また、親の意向に従おうとするも、上手くいかず“親に反抗…でもそれじゃだめだって分かっている”と沿えない状況に板ばさみとなる辛さが語られている。そして、橋本・安岡 (2012) の事例では、この中で、いつの間にか無気力になっていることが語られている。加えて、親ばかりでなく、周囲に沿おうという気持ちが強く、“こん

表1 高校以前及び大学入学後からひきこもる事例の文献

著者名	年	属性	主訴
<b>【高校以前】</b>			
山本	2001	22歳(男性)	無職・小中不登校・高校中退
橋本ら	2012	20代後半(男性)	高校卒業後、浪人の延長でひきこもる
小田	2012	20代前半(男性)	所属・交遊なし
<b>【大学入学後】</b>			
松本	2000	(男性)	大学2年生(1年後期より休学)
渡部	2001	(男性)	大学1年生
古宮	2002	19歳(女性)	大学生
松本	2002	21歳(女性)	大学3年生(1年途中から不登校)
山内	2002	20歳(女性)	大学3年生(1年後期より休みがち)
青木	2003	19歳(女性)	大学1年生
高橋	2003	19歳(女性)	大学1年生
奥野	2004	22歳(女性)	大学2年生(1年より不登校)
大石	2004	(女性)	大学2年生(後期より)
山中	2004	18歳(女性)	大学1年生
平井ら	2006	23歳(男性)	無職(専門学校を退学後、時々アルバイト)
中間	2006	(男性)	大学1年生
成田	2006	19歳(女性)	大学1年生
森	2007	22歳(男性)	大学2年生
今野ら	2014	19歳(女性)	大学2年生
唐澤	2015	(男性)	大学2年生
吉良	2016	19歳(男性)	大学1年生

なことを言うと、おかしく思われないかと考えて上手く表現できなくなる”(橋本・安岡, 2012)という辛さも語られている。

これらは、井出(2007)が拘束型とこの時期の特徴にあげた点と共通する。このタイプはひきこもりの若者一般に見られる規範的であろうとする傾向が特に強いという。たとえ、不適応を起こしても、所属している集団から逃れるという選択肢を取ろうとはしない。つまり、規範的であろうと

することは不適応から逃れられずに“拘束の中へ自身を縛り付けている”(井出, 2007)といえる。

ICTを用いて説明を試みると、学校の規律など所属する集団のルールつまり規範が、アイデンティティ基準となり自分に課しているといえる。そして、それに適する行動(output)ができない。つまり基準から行動へのループが途切れた状態である。そして行動できないことを自己認知し、基準とのズレに苦痛を抱き、より一層、適応的な行

表2 社会人への移行期からひきこもる事例の文献

著者名	年	属性		主訴
青木	2000	28歳(女性)	大学院生	修士論文が進まない。
渡部	2000	(女性)	短大2年生	手に負えないこと(過食)をなんとかしたい。
杉原	2001	(男性)	大学3年生	高校生の頃からストレスがかかると不安にさいなまれる。
山口	2001	22歳(女性)	大学4年生	過食症ではないか。
小林	2001	22歳(女性)	大学3年生	このままでは卒業後どのように生きていったらよいか分からない。自分を見つめ直すことでこれから生きていく道を探りたい。
山口	2002	21歳(女性)	大学4年生	酒をたくさん飲んでしまいやめられない、頭がぐるぐるする、動悸がする、就職活動が手につかない、眠れない、意欲がでない。
飯田	2003	23歳(男性)	大学4年生(留年)	身体のことが気になる。
川口	2003	19歳(女性)	短大2年生	①主に書き写しの際の確認強迫②儀式的行為③抑うつについて。
中川	2003	22歳(男性)	大学4年生	自律神経失調症で対人恐怖。
弥源治	2004	(女性)	大学3年生	大学受験期から医師の診断により心因性の身体症状で服用を続けてきたが、外で倒れることが多くなってきたので、カウンセリング
渡部	2005	(女性)	大学1年生, 中断 大学3年生, 再来談	学校が不安→(再来時)就職活動のこと, いろいろ悩んじゃって, 何を悩んでいるのかわからない。
岡本	2006	21歳(女性)	大学3年生	就職活動を来年に控えているが, 何事にも意欲がでない。
山本	2007	21歳(女性)	大学	頭痛, 吐き気, 肩こり, 食欲不振, 喘息, アトピー。胸のあたりが締め付けられる等の身体症状と家族への不満, 将来の不安。
吉井	2007	20代前半(男性)	学部研究生。大学卒業 後に再入学	まわりの人となじめない。
水谷	2007	(女性)	大学3年生	母親との関係を考えたい。母親への恐怖心が抜けず, 会話もできない状況。将来, 自分が子どもを持ち, 母親になれば, 同じようになるのではないかと不安。
山崖	2007	(女性)	大学4年生	(医務室の保健師の勧めより来談)卒業論文が書けない。卒業する意味が分からない。
黒瀬	2008	25歳(女性)	大学院1年	記憶があるときからずっと頑張ってきたが, 何のために頑張っているのか分からなくなった自分がどう感じているのかわからない。就職する前に病気との折り合いをつけたい。
三谷	2008	20代前半(女性)	専門3年生	学校・自分自身のこと・未だ曖昧ですが, 話がしたくてきました。
沢宮ら	2008	23歳(女性)	大学4年生	物事を悪いほうへと考えてしまう自分を変えたい。職場での人間関係もうまくかないのではないかと, 不安に感じることもある。
住沢ら	2009	22歳(女性)	大学4年生	授業に出られない。卒業論文がかけない。留年, 不安。
樫村	2011	26歳(男性)	修士修了後, 就職1年目	うつ病は本当に良くなったのか, 客観的に見てほしい。今は安定しているが, 何かあると不安定になる。
松石	2011	(男性)	大学3年生	進路・人格・精神的なことについて考えたい。
高橋	2011	20代(女性)	大卒後, 就職。数ヶ月で やめ, 現在無職	拒食を治したい。
山下	2011	23歳(女性)	大学5年生	卒業の重圧に潰れて再発ないように相談に乗ってほしい。
菊池	2012	(女性)	大学4年生	過食嘔吐から日常生活を送れない。
中島	2013	24歳	大学院生	ストレスの根本を直したいストレスとは, 両親から自立できない劣等感や, アマチュアで続けてきた歌手活動の将来への不安感。
原	2013	20歳(男性)	大学3年生	就職も結婚もできない気がする。なんとかしたい。
三上	2013	(男性)	大学3年生	勉強する気が出ない, 就職への準備が進まない。友人がいなくて寂しい。
奥村	2014	20代(女性)	大学院2年生	不安や抑うつ感がある。話を聞いてくれる場所が欲しい。

動を取りにくい状態へと悪循環に陥ると考えられる。

そして、悪循環が解消されることなく、自己否定感が募り、無気力になったり、部屋に閉じこもるようになったりする。さらに、義務教育の終了や中退により学校などの所属がなくなることで社会とのつながりが希薄となり、支援機関にもアクセスしにくくなる。そのため、橋本・安岡(2012)にあるように、父親の定年により仕送りが減額されるなど外的な状況の変化がなければ、自ら支援を求めるには至りにくいと考えられた。

支援においては、アイデンティティ基準が周囲から期待に沿うよう厳格なものであることを踏まえて、丁寧に治療関係を構築し(小田, 2012)、時間をかけ慎重に、異なった見方を提示していくこと(山本, 2001)が必要となる。例えば、周囲の基準から自己を評価する若者に対し、来談当初の自分と比較することを提案するなど(山本, 2001)現状に合う基準づくりが求められる。

以上より、この時期にひきこもり始めた若者の特徴は、第一に、周囲から求められるルールや規範が、自身のアイデンティティの確固とした基準となることである。第二に、その基準に沿う行動ができない場合でも、基準の修正は容易でないことである。これらを考慮した介入が求められる。

## 2. 大学入学後に心的問題を呈した若者の特徴

該当する文献は17本であった。これらは入学後大学を長期間休んだり中途退学したりと、実際にひきこもった事例とその手前で来談した事例を含む。

若者は、新しい環境への変化についていけずに不適応に陥っていた。彼らは、周囲に合わせようとし過ぎて疲弊し(松本, 2002; 成田, 2007; 高橋, 2003)、親や期待に応え「いい子」でいること適応してきた方法が功を奏さない状況にあった(古宮, 2002; 森, 2007; 山内, 2004)。こうした中、“周りの顔色ばかりうかがって自分を隠して

きた。私の存在はどこにもいない。生きている感じがしない”(松本, 2002)など、借り物のようで、自分という感覚をもてないことが語られている(青木, 2003; 古宮, 2002; 松本, 2000; 大石, 2004)。これは、「大学生のひきこもり」の特徴をまとめた松本(2004)の、“周囲を極端に気にして、自分自身を空洞化している”という指摘とも重なる。

この時期は、学校の規律や親の期待などに沿うことを強いられてきた状態から、急に「自由」を得て「やるべきこと」を喪失する。井出(2007)は、この時期にひきこもり始めたタイプを開放型とし、そこで挙げられた点と共通する特徴が事例でみられた。例えば、“大学に入る前は忙しくてそんなの考える暇はなかった”(大石, 2004)や“高校まで自分のことを考えてなかった。与えられたことをこなす感じで”(吉良, 2016)など大学入学という変化が契機となったことが語られていた。

以上をICTからみると、以前までに見られた周囲から課せられたものが明確にあり、それがアイデンティティ基準となっていた状態から、急に課せられるものがなくなり、自己の基準を作り出せずに、行動に行き詰っている。基準がなくなったことで、自分がない感じを強く意識させられているといえる。

また、この時期の見られた異なる特徴としては、大学への不本意入学(山内, 2002)や大学の授業についていけないことで(中間, 2006)、自己否定的となり、問題を呈す場合もあった。これは、万能的な自己の基準を満たすことができない状況である。これもまた、これまでのアイデンティティ基準が通用しなくなる状態と考えられる。

支援においては、“自分らしさの開拓を進めることができるよう援助すること”が求められる(松本, 2004)。例えば、平井ら(2006)では、“「やりたいこと」と「やるべきこと」を区別して書いてみる”が有効であった。また、松本(2002)でも、“良い悪いではなく、「どうしたい」という

視点を”若者が持てるように関わることにより、自分の感覚を持てるようになったことが報告されている。また、孤立させないために、自分だけが不適應になっているわけではないと伝えることが自己否定感を緩めることにもつながっていた（今野・吉川，2014；松本，2002）これらはアイデンティティ基準の再構築に当たるであろう。

さらに、学校生活が軌道にのるよう、現実的な支援を行うことも有効であった（吉良，2016；奥野，2004）。これは、高校以前に不適應を呈した場合と同様に、行動（output）へ移すループを促す支援といえよう。

以上より、この時期は、アイデンティティ基準を周囲のものに合わせる事が前提となっている点では、高校以前と共通した。それに加えて、周囲から求められるものが漠としたことで、基準がなくなり、自分自身もなくなったような感覚に陥っていると考えられた。

### 3. 社会人への移行期に心的問題を呈した若者の特徴

該当する文献は 29 本であった。卒業論文のテーマを決めることや就職活動を控えて、心的問題を呈した事例や就職後に不適應となった事例から社会人へと移行していく際に若者が抱える苦悩を検討した。

これらの事例の中には、それ以前まではなんともなかったのに、不調となる事例も多い（川口，2003；杉原，2001；住沢・福島，2009）。つまり、この時期特有の課題に直面しているといえる。入学期に来談した後、一度中断を挟んで、卒業期に再び来談した渡部（2005）の事例では、“大学が嫌で嫌でしょうがないけれど、ここまで頑張ってきた。でも就職活動は別。自己分析をしなくちゃ…。これまで避けてきたことに取り組みと言われてるようで苦しい”と語られている。このように、就職活動が現実的な刺激となり、自分を知りたいという気持ちが高まり、自分らしい生き方を

見直していくことが報告されていた（青木，2000；飯田 2003；山崖，2007）。Arnett（2015）や白井（2008）が指摘するように、自分の生き方の見直し、個人の人生や生活スタイルを主体的に選択していこうとする時期といえる。

この自分らしさの模索は、入学期からひきこもる若者にも見られたが、過去を振り返りことなどを通して、より確固としたものを見つけようとしていた。国内における個人化の風潮もあいまって（Arnett et al.,2014），若者はこれを社会人となるための切迫した課題として捉えていることがうかがえた。

また、自分らしさをつかめずにいる背景として、周囲の期待に応えようとする事や（三上，2013；奥村，2014）や他人から評価される自分でしかいられないこと（松石，2011；高橋 2011；山下 2011）なども同様にみられた。しかし、これを言語化できているという点で、それ以前と異なっていた（川口，2003；山口，2002）。例えば、杉原（2001）では、“成功してもやったー！とかできた！とかじゃなくて、ホッとする感じだった”と、周囲の期待に合わせることに必死な様子が語られていた。また水谷（2007）では、“現実の母親との問題というよりも、内面にある母親像”による影響が大きいことを若者自身が捉えられていた。

自己認知の仕方に関しても、それ以前からひきこもる場合との違いが見られた。それは、若者自身が、自分の認知が極端であることにどこかで気がついていることである（弥源治，2004）。例えば、原（2013）の事例では、“人は自分にそれほど注目していないことは頭で分かっているけど、やっぱり緊張してしまう”と語っていた。また、自分の心的問題に関する本を読んだり（渡部，2000），講義を聴いたりして（山口，2001）客観的に考えようとする視点が来談する前から持っている若者もいた。

これらを ICT からみると、アイデンティティ基

準を外的なものを取り入れてきたものを再構築し自分らしさを模索する過程にあり、その点で入学期にひきこもる若者と共通する。ただアイデンティティ基準への揺らぎを抱え、自己認知と客観的な指標と照らし合わせながらより吟味していこうとする構えが準備されている。そのために、アイデンティティ基準によりアクセスしやすくなり、修正することも前の2つのタイプと比較して、容易なのではないだろうか。

実際にこれらの事例では、描画法や手紙に書き出すなど自分が表現したものを客観的に捉えることにより、自分が本当に望んでいることに気がつくことができている(樫村, 2011; 黒瀬, 2008; 三谷, 2008; 中島, 2013; 山本, 2007) 例えば、岡本(2006)の事例では、ロールレタリングの技法を用いて自分が、我慢していることに気づき、昔は我慢することが当たり前だと思っていたことにも言及していた。小林(2001)の事例でも、「扉が開く」とタイトルをつけた描画を描き、“今まで2つ(内と外)の世界がつながらなくて、外部に対してはガードしてきつい自分がいた”と語り、洞察が深まっていった。これらのように表現することによって自ら気づきが促されるのは、唐澤(2016)など、それ以前に心的問題を呈した若者とは異なるといえよう。

また彼らは、カウンセリングを通じて、他者に評価される自己だけをよしとするのではなく、自ら自分を大切にしようという気持ちが芽生え、自己受容していけるようになった。例えば、菊池(2012)の事例にあるように、“無理して頑張りすぎるところがある。自分を大切にすること”を自覚していった。また“ま、いいか”など今の自分を認められるようになった(渡部, 2001; 2005)。これは、よりアイデンティティ基準がより柔軟なものになっていると言える。Burke(1991)は、基準が厳格であるほど、自己否定感が強まると指摘しており、事例でみられるこれらの変化が若者の自己否定感を弱めると考えられる。

さらにこの時期に来談した若者は、上手くいかないのではないかという予期不安を伴うことにより失敗を回避しようとしていた(原, 2013; 中川, 2003; 沢宮・田上, 2008)。吉井(2007)の事例でも“自分が失敗して、周囲からの自分への印象を崩したくない”と語っている。これは、Suwa & Suzuki(2013)が精神疾患のないひきこもりの者は“闘わずして負けるというエピソードを持つことや他者からの肯定的評価を維持するための回避行動を取る”と挙げたことと重なる。

ただ、ここで見てきた事例の多くは、卒業期に来談した事例であり、相談への動機づけが高いといえる。また、ひきこもりの状態になる手前に相談機関を利用した事例である。そのため、この時期の若者の特徴かどうかに関しては今後も検討していく必要がある。

#### IV 総括

##### 1. ICTの援用可能性

これまでひきこもり始めた時期を3期に分け、それぞれの特徴をICTを用いて検討してきた。総じて、親や周囲が期待する像を自己のアイデンティティ基準として取り込み、その基準に沿うことに重きが置かれていた。これはひきこもりの若者の特徴として、適応すべき集団や社会のルールに規範的であろうとする井出(2007)の指摘と重なる。また、Burke(1991)が、ICTのループが途切れると自己効力感が低下し、疎外感を抱きやすいと示したように、事例の若者も基準に沿えない自己に落胆し苦悩していることがうかがえた。ひきこもりの若者全般に自己効力感の低さや(Chan & Lo, 2016; 松本, 2004)、孤立感など(Chan & Lo, 2014)苦痛を伴うと(Tajan, 2015b)指摘される。それは、こうした基準に沿えない自己を認知したためといえる。この点でICTは、規範的であろうと必死になり苦闘するひきこもりの若者の心的模様を理解するには有用であるといえる。また、各時期の問題を呈すメカニ



ズムの理解や、支援の切り口の検討の際にも援用しうることを示した。

一方、事例を通して見えてきた支援のあり方は、そうしたアイデンティティ基準をいかに柔軟で本人の状況にあったものへと修正していくかが重要であった。成人形成期は、アイデンティティを模索していく時期であり、自分らしさを求める気持ちや嫌な自分を主体的に克服しようとする気持ちが高まる (Rodriguez & Smith, 2014)。また“発達した自己理解” (Arnett, 2000) も可能となる。自己の変容、つまり、アイデンティティ基準の修正や変更は苦痛を伴いながら (Kiecolt, 1994)、いかに自らの基準を問い直し、を主体的に選択していくが重要である。しかし、ICT ではこのアイデンティティ基準の変更・修正がいかになされるかは描かれていない。そのため、この過程を捉えうるモデルを再構築していくことが今後の課題として挙げられるであろう。

## 2. 心的問題を呈した時期に着目することの有効性と限界

事例を通して、各時期により心的問題の呈すメカニズムが異なることが示された。高校以前に心的問題を呈す場合は、アイデンティティ基準に見合う行動がとれずに不適応となり、大学入学以降の場合は、周囲の基準に合わせてきたものが急になくなったことによる戸惑いが起因していた。さらに、社会人への移行の時期は、社会人となったときに、自らのアイデンティティ基準に沿う行動ができるかという予期不安から回避的にひきこもる傾向がみられた。これらより、ひきこもる時期として大学前後のみならず、社会人への移行の時期の前後を捉えていく必要性があるといえる。

自己の捉え方に関しては、親や社会など周囲が期待する像を取り込み、体現しようとし、その基準に沿う自己のみをよしとする傾向は本論で検討した事例に共通する特徴であった。また、ICT のモデルの対人的フィードバックからの影響が自己

評価に強く影響する傾向も共通した。ただ、社会人への移行の時期に心的問題を呈した若者は、対人的フィードバックそのものというよりも、それを自己がどのように認知しているかに偏りがあることへの気づきを持っていた。その点では、ひきこもる時期による自己の捉え方の違いとして社会人への移行の前後の方が大きく異なると考えられた。

ただし、社会人への移行の時期に心的問題を呈した若者の中には、不登校を経験した若者も多く、一概に各時期の特徴のみを持っているとは言い難く、若者一人ひとりの状況を捉えていく必要は残る。

しかしながら、時期による特徴を踏まえた上で、若者の語りを捉え、ICT を援用して支援方略を検討していくこと利点が示されたといえる。今後はこれを実際の支援における枠組みに用いて、さらに実用可能性を検討していく必要があるであろう。

## 文献

- 青木 万里 (2000). 留年を重ねた女子大学院生に見られた心理的特徴と発達課題——自分らしい生き方の選択—— 学生相談研究, 21, 114-122.
- 青木 智子 (2003). 「話せない」と訴える学生との面接——コラーージュ療法の導入により展開した事例—— 学生相談研究, 23, 264-273.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood: The winding road from the late teens through the twentie*. New York: Oxford.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1, 569-576.
- Burke, P. J. (1991). Identity processes and social stress. *American Sociological Review*, 56, 836-849.
- Burke, P. J. (2007). Identity control theory. *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*, 2202-2209.
- Chan, G. H. Y., & Lo, T. W. (2014). Quality of life of the hidden youth in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 9, 951-969.
- Chan, G. H. Y., & Lo, T. W. (2016). Family relationships and the self-esteem of hidden

- youth: A power dynamics perspective. *Journal of Family Issues*, **37**, 1244-1266.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. Psychological Issues Vol. 1, Monograph 1. New York: International Universities Press.
- (西平 直・中島由恵(訳) (2011). アイデンティティとライフサイクル 誠心書房)
- 原 英樹 (2013). 他律性から自律性への転換——赤面症状に苦しんだ男子学生の変容過程—— カウンセリング研究, **46**, 226-235.
- 橋本 忠行・安岡 譽 (2012). ひきこもり青年とのロールシャッパ・フィードバック・セッション——グラウンデッド・セオリー・アプローチによるクライエント体験の検討—— 心理臨床学研究, **30**, 205-216.
- Heinze, U., & Thomas, P. (2014). Self and salvation: Visions of hikikomori in Japanese manga. *Journal of the German Institute for Japanese Studies Tokyo*, **26**, 151-169.
- 平井 由利・松原 達哉・沢宮 容子 (2006). アパシー青年へのLAC法の適用事例 カウンセリング研究, **39**, 327-337.
- 井出 草平 (2007). ひきこもりの社会学 世界思想社
- 飯田 緑 (2003). 学生相談における描画法の可能性——最終回の2枚目で本音が出た事—— 学生相談研究, **24**, 172-180.
- 唐澤 由理 (2015). 不安障害をもつ男子学生の成長過程——非言語的方法(描画・カラーージュ)とコミュニティの人的資源の活用—— 学生相談研究, **36**, 97-109.
- 樫村 通子 (2011). 「描くこと」を通じた「イメージ」が「現実」と重なり「物語」として展開していくプロセス——風景構成法の「物語」がセラピーを進めた事例から—— 心理臨床学研究, **28**, 717-728.
- 川口 典子 (2003). 強迫性障害の交流分析療法——再決断が奏功した事例—— 心理臨床学研究, **21**, 56-67.
- 川上 憲人 (2007). 平成18年度厚生労働科学研究費補助金(こころの健康科学研究事業)こころの健康についての疫学調査に関する研究 Retrieved from <http://www.ncnp.go.jp/nimh/keikaku/epi/Reports/H18WMHJR/H18WMHJR01.pdf> (2016年11月15日)
- Kerpelman, J. L., Pittman, J. F., & Lamke, L. K. (1997). Toward a Microprocess Perspective on Adolescent Identity Development An Identity Control Theory Approach. *Journal of Adolescent Research*, **12**, 325-346.
- Kiecolt, K. J. (1994). Stress and the decision to change oneself: A theoretical model. *Social Psychology Quarterly*, **57**, 49-63.
- 菊池 悌一郎 (2012). 解決志向アプローチにおけるクライエントの情動・身体感覚の利用 心理臨床学研究, **30**, 321-330.
- 吉良 安之 (2016). 長期にカウンセリングを継続することの意味——大学生生活に適応できずに来談した男子学生との7年間の面接過程の検討—— 学生相談研究, **36**, 171-183.
- 小林 牧子 (2001). 空しい私からリアルな私へ——ある女子学生のイニシエーションの旅—— 学生相談研究, **22**, 285-297.
- 古宮 昇 (2002). 家族における役割という視点を取り入れた摂食障害事例の考察 心理臨床学研究, **19**, 608-618.
- 今野 義孝・吉川 延代 (2014). 過敏性腸症候群の軽減に及ぼす「とけあい脱感作法」の効果に関する研究 カウンセリング研究, **47**, 159-169.
- 厚生労働省 (2010). ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン Retrieved from [http://www.ncgmkohnodai.go.jp/pdf/jidouiseishin/22ncgm\\_hikikomori.pdf](http://www.ncgmkohnodai.go.jp/pdf/jidouiseishin/22ncgm_hikikomori.pdf)(2016年11月15日)
- Koyama, A., Miyake, Y., Kawakami, N., Tsuchiya, M., Tachimori, H., & Takeshima, T. (2010). Lifetime prevalence, psychiatric comorbidity and demographic correlates of "hikikomori" in a community population in Japan. *Psychiatry Research*, **176**, 69-74.
- 黒瀬 まり子 (2008). フォーカシングを導入し教えたことで展開した女子大学院生の面接過程 心理臨床学研究, **26**, 193-203.
- Li, T. M., & Wong, P. W. (2015). Youth social withdrawal behavior (hikikomori): A systematic review of qualitative and quantitative studies. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, **49**, 595-609.
- 松本 剛 (2000). イメージ表出により自己と関わった学生の事例——1年間のひきこもりを脱した後—— 学生相談研究, **21**, 151-160.
- 松本 剛 (2002). ひきこもりから抜け出した女子学生との面接——ゲシュタルト療法が果たした役割—— 心理臨床学研究, **20**, 64-75.
- 松本 剛 (2004). 「大学生のひきこもり」への人間性心理学的アプローチの有効性 学生相談研究, **25**, 137-147.
- 松石 佳奈 (2011). 心理療法におけるメタファー 心理臨床学研究, **29**, 409-419.
- 三上 謙一 (2013). 愛着理論から見た心理療法の行き詰まりとその回復過程——逆転移としてのセラピストの眠気の意味—— 心理臨床学研究, **31**, 38-48.
- 三谷 洋美 (2008). 卒業期に「表現する」ことの意味——自傷行為に悩んだ援助職専門学校生の学生相談事例—— 心理臨床学研究, **26**, 279-289.

- 宮本 みち子 (2015). すべての若者が生きられる未来を——家族・教育・仕事からの排除に抗して——岩波書店
- 溝上 慎一 (2008). 自己形成の心理学——他者の森をかけ抜けて自己になる——世界思想社
- 水谷 友史子 (2007). 否定的母親像にとらわれていた女子学生が示した自立の意味 学生相談研究, **27**, 216-226.
- 森 美保子 (2007). 学生相談室における森田療法的アプローチ——自己に関する語りの変容と自己の再構成—— 学生相談研究, **28**, 101-112.
- 内閣府 (2010). 若者の意識に関する調査——ひきこもりに関する実態調査—— Retrieved from <http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf/gaiyo.pdf>(2016年11月15日)
- 中川 幸子 (2003). 面接につながらない学生の E-mail による援助——森田療法的手法を用い—— 学生相談研究, **24**, 1-11.
- 中島 暢美 (2013). カウンセリングで身体イメージを語る意味 心理臨床学研究, **31**, 833-843.
- 中間 裕美子 (2006). やり直しの視点から見た希死念慮を持つ学生の心理面接 学生相談研究, **26**, 198-208.
- 成田 ひろ子 (2006). 「変わりたい」と訴える女子学生との面接過程 学生相談研究, **27**, 14-24.
- 小田 真二 (2012). ひきこもり青年の社会復帰を支えた CI-Th 関係と SV 関係——日常性・身体性の領域から深い精神性の領域まで—— 心理臨床学研究, **30**, 668-678.
- 岡本 茂樹 (2006). 母親に対する葛藤に悩む女子学生へのロールレタリングによる支援 学生相談研究, **27**, 115-125.
- 奥村 弥生 (2014). 情緒に対して恥や罪悪感を感じる こと 心理臨床学研究, **32**, 556-566.
- 奥野 光 (2004). 健康さを共有する学生相談——リジリアンスを視点にして—— 学生相談研究, **24**, 227-238.
- 大石 英史 (2004). ひきこもり初期への介入によってキャンパス復帰を果たした女子学生の事例 学生相談研究, **25**, 11-20.
- Rodriguez, L., & Smith, J. A. (2014). 'Finding your own place': An interpretative phenomenological analysis of young men's experience of early recovery from addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, **12**, 477-490.
- 斎藤 環 (1998). 社会的ひきこもり——終わらない思春期—— PHP 研究所
- 境 泉洋・斎藤 まさ子・本間 恵美子・真壁 あさみ・内藤 守・小西 完爾・NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会 (2013). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書@NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態 Retrieved from <http://www.khj-h.com/pdf/12hikikomori.pdf> (2016年11月15日)
- 沢宮 容子・田上 不二夫 (2008). 認知行動療法による悲観的帰属様式の変容 カウンセリング研究, **41**, 346-355.
- 杉原 保史 (2001). 過剰適応的な青年におけるアイデンティティ発達過程への理解と援助について 心理臨床学研究, **19**, 266-277.
- Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Luyckx, K., Meca, A., & Ritchie, R. A. (2013). Identity in emerging adulthood reviewing the field and looking forward. *Emerging Adulthood*, **1**, 96-113.
- 白井 利明 (2008). 学校から社会への移行 教育心理学年報, **47**, 159-169.
- 住沢 佳子・福島 脩美 (2009). 卒業論文が書けず留年を繰り返す大学生の事例——人型シールの導入効果の検討を通して—— カウンセリング研究, **42**, 88-98.
- Suwa, M., & Suzuki, K. (2013). The phenomenon of "hikikomori" (social withdrawal) and the socio-cultural situation in Japan today. *Journal of Psychopathology*, **19**, 191-198.
- Tajan, N. (2015a). Social withdrawal and psychiatry: A comprehensive review of *Hikikomori*. *Neuropsychiatrie de l'Enfance & de l'Adolescence*, **63**, 324-331.
- Tajan, N. (2015b). Japanese post-modern social renouncers: An exploratory study of the narratives of *Hikikomori* subjects. *Subjectivity*, **8**, 283-304.
- 高橋 寛子 (2003). 学生相談における"つなぐ場"としての役割——対人関係に障害をもつ学生とのかかわりから—— 学生相談研究, **23**, 253-263.
- 高橋 蔵人 (2011). 失敗をのりこえること——重度の摂食障害に陥った女性が獲得した自己肯定感から—— 心理臨床学研究, **28**, 751-762.
- 田中 康雄 (2008). 精神発達からひきこもりと支援を考える. *精神科*, **12**, 468-472.
- 渡部 未沙 (2000). 卒業期に「過食・嘔吐」状態を見つめなおした女子学生の事例——咀嚼すること, 自分らしさを育むこと—— 学生相談研究, **21**, 142-150.
- 渡部 未沙 (2001). 学生相談における長期休暇の意味——「宿題」事例を通して考察した面接停止期間を補う長期休暇のプラス効果について—— 学生相談研究, **22**, 239-249.
- 渡部 未沙 (2005). 学生相談における中断と終結をめぐり考察——中断を挟んだ入学期と卒業期の事例から—— 学生相談研究, **26**, 93-102.
- 弥源治 弘子 (2004). 身体症状で訴える女子学生の心理面接過程——適切な依存獲得へ—— 学生相談研究, **24**, 249-258.

- 山崖 俊子 (2007). 育ちの支援としての学生相談 学生相談研究, **27**, 179-190.
- 山口 亜希子 (2002). アルコール依存・摂食障害を呈した女子学生の卒業までの援助 学生相談研究, **23**, 137-146.
- 山口 智子 (2001). 学生相談における時間的・空間的特性を活かした関わりの工夫——卒業期の傷つき体験の語りと自己の修復—— 学生相談研究, **22**, 44-52.
- 山本 眞利子 (2001). 長期閉じこもり青年への発達心理療法に基づくカウンセリング過程モデルの実践的適用 カウンセリング研究, **3**, 180-191.
- 山本 眞利子 (2011). 依存的な女子学生への自己解決志向型発達カウンセリングアプローチの試み 心理臨床学研究, **28**, 572-581.
- 山中 淑江 (2004). 精神疾患の親を持つ学生の自己選択への援助 学生相談研究, **24**, 239-248.
- 山下 親子 (2011). 学生相談独自の面接構造における発達促進的なかわりの意義——境界例水準の人格構造を有した学生との5年間にわたる面接過程をもとに—— 心理臨床学研究, **29**, 165-176.
- 山内 タカ子 (2002). 学生相談におけるカウンセラーの多面的関わりについて 学生相談研究, **23**, 52-62.
- 谷田 征子・青木 紀久代・岩藤 裕美・古志 めぐみ (2016). 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
- 吉井 健治 (2007). 過敏型自己愛人格傾向の青年の事例——自己の傷つきの再体験への恐れ—— カウンセリング研究, **40**, 306-315.