

実践報告 (Practical Research)

家庭において親は「ひきこもり」本人に対して  
どう対応すればいいのか<sup>1)</sup>

—「ファーストステップ・ジョブグループ『対応を学ぶ』講座の効果に関する検討—

上 田 陽 子

(立命館大学衣笠総合研究機構<sup>2)</sup>)

How Parents Support HIKIKOMORI Children at Home  
: The Results of a Parents' Workshop

UEDA Yoko

(Kinugasa Research Organization, Ritsumeikan University)

The workshop by "First Step Job Group", based on the concept of behavior analysis, was held for parents of HIKIKOMORI children over a three day period, in an attempt to help them acquire needed home support skills. This study examines the effect of the workshop through changes in behavior and verbal contact by five sets of these parents by checking the records of their verbal reports about the concept of behavioral support and providing the opportunity for their children to develop potential skills at home. Three of the five parents had short term (in five years at the longest) HIKIKOMORI children, and they showed improvement both in verbal behavior and support skills for their children. They could find and create behaviors the children could act on "now", even in the home. The two parents who had longer-term HIKIKOMORI (as long as fifteen years), on the contrary, failed to improve their support behavior and continued to pay attention only to what their children could NOT do. The critical issues of the reasons for long-term HIKIKOMORI and the contents and function of the workshop are discussed.

**Key Words** : HIKIKOMORI, support by parents, First Step Job Group

キーワード : ひきこもり, 親の支援行動, ファーストステップ・ジョブグループ (FSJG)

- 1) 本研究は、文部科学省オープン・リサーチ・センター整備事業「臨床人間科学の構築（代表：望月昭）」(2005～2009)による研究プロジェクト「自己決定・QOL」、平成22年度科学研究費補助金「障害者の継続就労を実現する継続的支援ロジックと方法の開発（代表：望月昭）」および立命館グローバル・イノベーション研究機構 (R-GIRO) 研究プログラム「対人援助学の展開としての学習学の創造（代表：望月昭）」の研究成果の一部である。
- 2) 現立命館グローバル・イノベーション研究機構 (R-GIRO)客員研究員。

I. はじめに

「ひきこもり」が社会的に注目されて10年余りを経る（近藤, 1997；斎藤, 1998；荻野他, 2008）。その間、家族への支援が指摘されつつも（蔵本他, 1999；伊藤他, 2003；斎藤, 2002,

2007), 親が家の中で本人に対して「どう対応していくのか」といった基本的部分についての具体的な提案はほとんど示されていない。親は支援機関や親の会や講演会等で学び「ひきこもりについては頭にいっぱい知識が入っている」(S親の会代表の言葉, 2008)。しかし「家へ帰り, 本人を目の前にしたとき何も変わらない, どう対応すればいいのか分からない」(同上)といった状況が現状である。

行動分析学を基本枠組とした対人援助の原理・ロジック (Skinner, 1978, 1990; 望月, 1995; Baer, 1998参照) を用いて「脱ひきこもり」支援を展開しているファーストステップ・ジョブグループ (以下FSJG) の活動の基本は, 「ひきこもり」当事者である親と子でジョブユニットを作り, 親が創出 (あるいは受注) したジョブをグループの他者の子に提供し, グループが報酬を支払うというものである。この活動は, 社会参加に向けて自発的な行動を促すことを目的とし, 当事者本人の「今できる」行動を認めることのできる環境を創る, 具体的には, 「今ひきこもりのままでできる仕事 (ジョブ)」を創出し, その「仕事をする」行動の成立を援助していく, というものであり, 「仕事をする一対価を受け取る」という社会的関係を, 先送りすることなく, 今, 実現するための「援助設定」(望月, 2007) の一つである。そして, これまでFSJGでは隔年で家族対象の勉強会「親としてできることは…」を開いてきた (2006, 2008)。その勉強会の構成は, 全3日6時間のうち, 前半でFSJG活動の原則と方法を示し, 後半では個別的に「やってみよう」, さらに「他家 (よその子) とジョブを交換してみよう」と

いう形でグループ活動を踏まえて行うものだった。

そこで今回 (2009年6月) は, 家庭において個々の親が個々の対応するには, 具体的な対応方法を習得することによってより実践しやすくなると考え, 親の, 援助者としての対応方法の習得を目的に, FSJGの枠組みに基づいての講座「対応を学ぶ」を開講した。本稿では, 今講座の実践結果を通して, 「ひきこもり」の親がどのように自らの状況を理解しているかを知り, そして今後このような講座を実践する際の課題を検討する。

## II. 方法

1. 対象者: O市で開かれたFSJG主催の講演会 (望月・上田, 2009参照) 参加者 (全50名) 中の「親」を対象に募集し, これに応募し参加した親7名を対象とした。またFSJGメンバー7名が復習のため対象者として参加した。

尚, 対象者には本論文の記載については趣旨説明を行い了承を得ている。また, 事例の記載に際しては, 個人情報保護に配慮し一部架空の表現に直している。

2. 講座効果の評価: 対象者が, 各々の家庭での対応を記録し講座 (全3回) の第3回で報告することにした。そこに, 行動を個人と環境との相互作用という視点で捉えることや, 本人の今できる行動を創る, といった行動(実行した, あるいは提示した) が認められたならば, 講座の効果が認められたとして評価した。

3. 講座内容: 週1回3時間で全3回行った。各回各項目で講義をまず行い, 具体例に対する

表1 講座内容

第1回	ひきこもりを取り巻く状況, 対応の基本 (親として援助者として・「個人と環境との相互作用」という視点・根拠となる価値観)
第2回	対応の具体例 (行動随伴性で捉えれば・今「できる」行動を創る)
第3回	各家庭における対応 (個別の報告・今, 家にもできる仕事の可能性)

部分ではFSJGメンバーにも発言を求め、講義後、課題について話し合う時間、課題を行う時間を設け進めた。その概要は、表1に示したように、第1回では「行動は個人と環境との相互作用」という行動分析的視点で「ひきこもり」を捉えること、第2回では、そのことの具体的な対応方法の例、第3回では、「ひきこもり」の日常場面での課題や対象者個別の対応方法の応用的課題をとりあげた。以下に各回ごとの詳細を述べる。

## （1）第1回

### 1) ひきこもりを取り巻く状況説明

「ひきこもり」を取り巻く社会的状況（民間・公的支援の展開、関連書籍や研究による記述、行動的対応）を知ることは、入り乱れる情報に振りまわされず親が必要な援助を考えていく上で役立つものと思われる。そこで「普遍的な定義はない」から始め、「最近の支援の動向」までのこの10年間における議論や支援について、「統計の困難」「類型化することについての疑問」「不登校支援と『ひきこもり』」「厚生労働省研究班の対応ガイドライン（暫定版、2001：公開版、2003）」「居場所」「就労支援」「ヤングジョブスポット・カフェー若者自立塾―地域若者サポートステーション」「背景要因『発達障害』への注目―社会的要請（荻野他、2008）」などを挙げ説明を行った。

### 2) 親として援助者として

「ひきこもり」の家族に関しては、社会から撤退した本人を受容しつつ、再度の社会参加を後押しするという両義的な努力が求められる（川北、2008）とされる。しかし支援現場で一般的に親に提示されるのは「受容」と「親が変わらなければ」といった抽象的で定型的なコメントである。そこでFSJGの活動に基づいて以下の①②のように説明した。①「今」を認める：精神論として現状を肯定するのではなく、目に

見える形で本人の行動を肯定的に認めることができる状況を今ひきこもりのままで創る。FSJGでは「仕事の創出」と「仕事行動の成立」にあたる。②親が変わる：FSJGにおける「親は変わる」は、無条件にまず親が変われというものではない。「子の今を認められる行動（子の今できる行動を見つれたり創っていく）」を実践しそれを報告し、（そのような親の行動が認められることで「行動が変わる」、「肯定的にとらえるものだと）意識も変わる」というグループ内での相互関係のプロセスを前提としたものである。「親は変わる」は「変わらなければ」でなく、（結果的に）「親の行動が変わる」ということである。続いて、FSJGメンバー（創出した親）が、「今を認める」「親が変わる」の具体的内容として、本人への仕事「家事手伝い（風呂洗い）」の実例を挙げ、その展開の事例を話した。

### 3) 行動の理解の骨格：「個人と環境との相互作用」という視点

FSJGの枠組みは、「ひきこもり」という生きがたさの状況を個人の性格や病理といった生物学的属性による「医学モデル」でもなく、社会制度といったマクロな環境による「社会モデル」でもなく、またこれらを二項対立的に捉えるのではなく、行動を「個人と環境との相互作用」（Baer, 1976；出口, 1988参照）として捉え、その関係においての行動の成立を援助していこうというものである（望月, 2001参照）。従って、関わる側の行動も当事者の行動に影響を与える一つの環境として捉え、どのように環境を整えていけばよいか考え実践していくことになる。多くの親は、環境ということを経験すなわち親である自分の「育て方」として捉え「責任」に結びつけ苦悶する。しかし、現在、「ひきこもり」の問題（原因）を子育てのあり方に関連させた議論は主流ではないこと、その上で、身近にいる親であるからこそ積極的な環境設定と

して関わりあい、改善に向けてのキーパーソンにもなりうることを説明した。そして、先の行動の捉え方を説明することで、当事者（本人）の性格や病理としてではなく、ひきこもりという状況も、環境との相互作用として捉え理解し、そのような前提で、具体的な対応を考えることへ、とつなげていくことにした。

骨格となるロジックは以下の①②③である。  
①行動を、先行状況—行動—結果状況 という三点セットとして捉えること。特に「結果状況」に目を向けることで行動の消長の意味が見えてくること。②行動には2種類あり、「好ましい結果」によって維持される行動と「嫌悪的な状況からの逃避や回避」によって維持される行動とがあること。③「ひきこもり」でも、「起こす前の様子（本人の行動・親の行動・周りの状況）—起きた行動—行動を起こした結果（何が起こったか・親はどう対応したか）」のように適用すること、である。

#### 4) 根拠となる価値観

「罰なき社会」(Skinner, 1990) を対象者14名で輪読した。さらに「『与えられる』ことではなく『得る』というための条件設定で人を援助する」(Skinner, 1978参照)、「一人一人の個人において『やりたい』と思える行動を成立させ、さらにその選択肢を増やすことを援助する」(Skinner, 1990; 望月, 1995参照) といったFSJGでの活動の根拠となる対人援助に関する行動的かつ具体性をもった価値観を、前出の「罰なき社会」読後に意見交換をして確認した。

## (2) 第2回

### 1) 行動随伴性で捉えれば

**社会的悪循環**：社会的悪循環とは、一般に「問題行動」を停止させようとする対応が、逆に、当該の問題行動を強化して維持している社会的相互作用の事態を言う(杉山他, 1998)。「ひきこもり」の場合は、親の社会参加を促す働きか

け(叱咤激励, 正論, 説得)が、本人をよりひきこもらせることになっている図式である(斎藤, 1998, 2007)とされる。

親は支援団体や相談機関で、相談員等から「いつまでそんな生活をしているの」「そろそろ仕事に行ったら」「外へ出ていったら」の類は口に出してはいけないとアドバイスを受ける。そこでの説明では、親は「不安, 焦り」の気持ちから「つい言ってしまう」が、本人も「不安, 焦り」を抱えていて「よりひきこもる」ことになり、悪循環が起こるとされる。この状況に関してもこの分野の専門家によって支援が展開されてはいるが、しかし、このようなアドバイスがやりとりされる現場、つまり支援の現場では、そこにある具体的な社会的相互作用のメカニズムや構造に言及されることはほとんどない。だから悪循環を断つには「言わないでおう」とされるのだが、その分析なしでは、「言わない」でおくことになる親にとってはジレンマに陥ることになる。このことは、「つい言ってしまう」親の行動について親自身が次のように述べていることから分かる。「言っではいけないようですが、言わなければずっとひきこもっています。だから、言ってみて、本人がちょっとそんな気を起こしてくれたらいいじゃないですか、でも、言っても動きません、だからといって黙っていても動きません、それでついつい言っしまいます」(O保健所家族交流会での発言, 2009)。

まず、人はなぜそのような行動をするのか、本人と周囲との相互強化の世界(社会的悪循環)について、「赤ん坊の抱き癖」(杉山他, 1998)を例に、以下のオペラント行動に対する基本ロジックである i) ~ iv) によって説明した。i) 行動は「遠い・大きな」環境変化(強化)より「近い・小さな」環境変化に影響を受けやすい。ii) 人は嫌悪的な状況からは逃避する。iii) 嫌悪的な状況からの逃避や回避によってなにか

をするときは「しなければならない最低限の行動」のみをする。iv) 行動は、自発的に継続させるには、嫌悪的な状況からの逃避や回避ではなく、好ましい結果によって変化させたり維持させる必要がある。続いて、長期の「ひきこもり」が何で維持されているのかを、a) ある条件の下で、b) ある行動をすると、c) ある環境の変化が起こる、という行動と環境との関係（杉山他, 1998）のことである行動随伴性で捉え、上記 i) ~ iv) に照らし、分析するための単位（小林他, 1997；杉山他, 1998）である「先行状況（弁別刺激）—行動—結果状況（強化刺激）」で考えていくことにした。そして、長期の「ひきこもり」を維持する随伴性を生む親の行動について、図1（（1）、（2）、（3））に示した。

現在、大きな割合を占めるに至った長期の「ひきこもり」においては30歳前半の「ひきこもり」が多数を占めている。この本人らは、10年前、20歳前半として多数を占めていた。そして、さらにその数年前、この本人らがひきこもった初期の頃、親が相談機関を訪れても、そこで示されるのはほとんどが「そのうちに動き出しますよ」「待ちましょう」という指示だったのである。また、この分野の専門家によって概観され記述された支援に関しても、それらのうち親が利用できたのは、親がその環境のもとで利用できるものに限られていて、親にとっては、それほど多様な支援が提供されてきたとは言えない（それ以上の年齢、年数の「ひきこもり」の親にとっても同様である）。そして、本人たちに関しては、当初は、支援も議論も「不登校」の文脈のもとで展開されていて、固有な「ひきこもり」支援が無いままに、そして、提供されだした支援については対象年齢を過ぎていたり、それでは改善が難しかったり、また、そこで用意される「場」まで出向けない本人らへの支援（一部、訪問活動はあるが）は提供されないまま、20歳後半になり、やがて30歳に至ってしまった、と

言うことができる。

また、「多様」と言われる「ひきこもり」ではあるが、本人らの家の中での行動はそれほど多様ではない。ほとんどが30歳あたりを境にして、それまでのように、抱える悩みを親に訴えることも、あるいは、それに暴力を伴わせることもなくなり、さしたる問題行動（荒れる）もなく、一見、穏やかな風のような生活を送るようになる。この「荒れる」について言及すれば、一般的なイメージの「家庭内暴力」だけを指すのではなく、「ムツとする」「プイっと二階へあがってしまう」「ムツとしたまま何日間、一言も喋らない」「大きな音をたて戸の開け閉めをする」「モノにあたる（ゴミ入れを蹴飛ばす）」（FSJG・FSJG勉強会・O家族交流会の親ら）などの行動も含めて穏やかで風のような状態ではない状況であることを指す。そこで、親は、共に生活する中で、「親がこう言えば、本人は『うるさい!』』と言い返す」「親がこう言えば、本人はムツとしてそっぽを向く」といったことを経験的に学ぶことになった。

そこで、親は、「社会参加してほしい」という思いを抱えながらも、具体的な打開策が無い中で、「家の中で荒れないでいる」という即時的結果のための行動で対応することになる。現前の嫌悪刺激を回避する行動随伴性のほうが、不確実な外へ出ていくための試みよりも「近い・小さな」強化が機能してしまうのである。図1中の（1）で示すように、そのような本人と親の社会的相互作用が、一定の（表面上は）安定した関係をそのまま保つことになる。

そこで、（1）（図1中）のような対応を、親は、毎日の日常生活を送ることでしつづけていることになるが、（2）（図1中）のように、時には（これは、（1）の次は（2）へと必ず移るというものではなく、親によって、時によって、起こるといふものである）、親は、社会生活するなかで、例えば、耳にする（「ひきこもり」

でない、社会生活を営んでいる)よその子の情報や、届いた国民年金の通知書などによって、「外で独立」という社会的通念を改めて認識することになり、本来なら「外で独立」であるはずの我が子の「ひきこもってる」という状況が嫌悪的なものになる。それがまた、「打開策無しによる焦り」や「親亡き後の不安」を親にもたらし、ここで、親は「言ってしまう」(そろ

そろ出ていったら)。本人は、「よりひきこもる(顕在的な問題行動となるのではなく、ひたすら家庭内でさらにひきこもる)」ことによって即時的に嫌悪的な親の行動を回避する。そこで親は「やってしまった(余計なことを言ってしまった)」と黙ってしまう。これは本人の回避行動によって「言い出す」行動は即時的に「罰」を受けたことになる。同時に親は、ここで「問

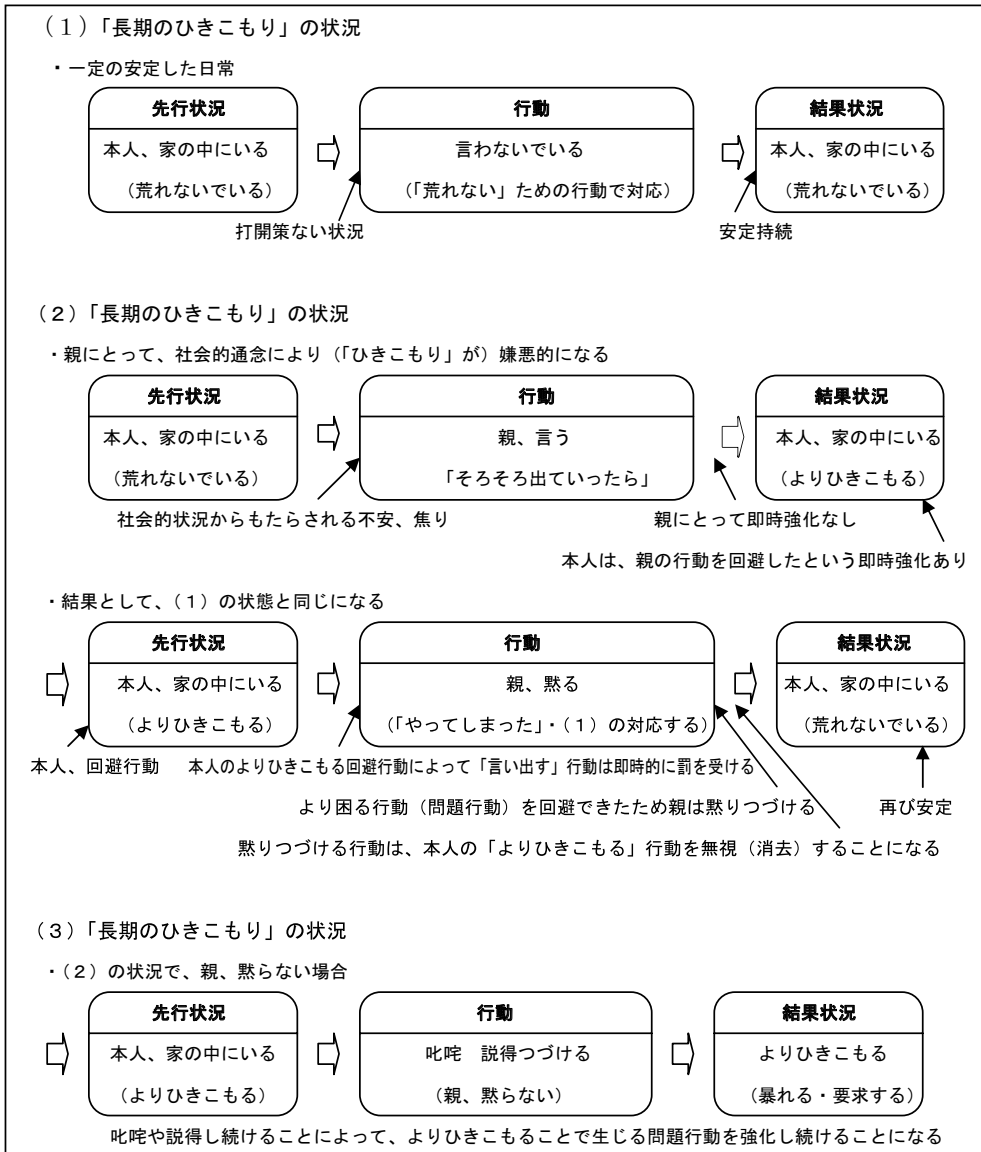


図1. 長期のひきこもりの状況と親の行動

題行動が顕在化しない」ことによる強化も受ける。結局「黙り続けること」で本人の「よりひきこもり」行動を自発させず、次第に、また従来安定点としての「元のひきこもり」状態に戻る（図1中の（2））。つまり、互いに嫌悪的な刺激を回避する行動によって安定を保っていると捉えられる。結局、「言う」行動は「ひきこもり」を維持している行動でもなく、単に効果がない行動に分類できる。

ところで、親が「黙らない」、つまり、叱咤や説得あるいは受容（際限なく要求をのむ）を続けた場合、よりひきこもることで生じる問題行動を強化し続けることになる。ここを捉えて前述の「社会的悪循環」を指摘されるのかもしれない（図1中の（3））。しかし、安定保持を思うほとんどの親は、（3）（図1中）の対応よりも（2）（図1中）のような対応をすることになる。

従って、長期の「ひきこもり」を維持する随伴性を設定してしまう親の行動は、現状の、安定的交互作用（家の中で誰も傷つかずに穏やかにいる）をそのまま強化するような対応をし続ける行動をとる（だから「原因や責任が親にある」、と主張するものではない）。

そのような現状において、「言う」では効果がなく、受容という名のもとでの単に放任としての「言わない」は対抗案にもなりえない。

そこで、第三の対応方法をとる必要がある。すなわち、それがFSJGの活動の核となる方針である「今、好ましい結果によって自らが自発的に行動できる」という行動を形成する対応になる。これがFSJGで言えば、「援助つきで（できる）行動を創る」「今ひきこもりのままでできる仕事を創る」にあたる。

しかし、仮に上記のように捉えられたとしても、親にとって、現実を前にしたジレンマは容易になくなるものでない。そこで、親の行動へはどうすればいいのかについて、具体的事例を

含めた意見交換をした。

**問題行動（行動問題）**：行動分析学において、現在主流となっている問題行動対処の基本は、問題行動に注目してそれを減らすことを最初から目的にするのではない（平澤・藤原，1997；望月，2001）。その基本は、問題行動と等価な適応的行動を成立させる（Durand & Carr, 1991）、あるいは、当事者の行動の選択肢が広がっていくことから、結果として問題行動を減少させるという方略である（望月他，1999）。通常「ひきこもり」に伴う問題行動は、「社会」の場で起きるものではない。家の中で家族（親）が困った行動として挙げるものである。それゆえ、ひとまず「家族が家の中で本人に対してどう行動の選択肢を増やすような対応していくのか」という対処法で考えていけるものと思われる。ここでは、しばしば指摘される「昼夜逆転」（問題行動なのかは別にして）を取り上げた。FSJG仕事（「NPOスタッフ手伝い」「畑草取り・収穫」）での本人の行動（自発的に朝起床した）を事例に挙げ、一般的な支援で展開されるような「まず生活態度ありき」として昼夜逆転をなくすことを優先し朝起床するための訓練をするのでなく、本人が「やりたい」と思える行動の選択肢を提示すること、そしてその行動が成立するよう援助していくことが大事であること、それによって結果として昼夜逆転が減少することを説明した。

次に、某シンポジウム（K支援機関主催，2009）での質疑応答にあった「親の作った料理を食べない（毎回、特別食を作る、それなら食べる）」を挙げた。その会場では2つの対応「本人の希望に沿って受け入れなさい」と「親の作ったものが嫌なら家を出て自分の力で食べていくように言いなさいと（専門家から）指示された」と本人に言いなさい」が専門家から披露されたが、それについてどう思うか、また適切な対応にはどのようなものが考えられるか、先に挙

げた問題行動対処の基本に沿っての意見を求めた。対象者全員が「受容」の捉え方や「ひきこもり」の現状把握に疑問をもつと述べ、そして、「食べないからといって食べさせようとししないで、お腹が空けばそのうち食べるだろうぐらいに思っておく、特別食を作らずに他の家族と同じ料理にし、そして、食べる・食べない・後で食べる・どちらの返事もなし、のうち本人がいずれを選んでも、それを認める、本人が『食べる』を選んだならば『残さず食べて』作り甲斐がある！おいしかった？』などと対応し評価していく、それを繰り返していく」とFSJGメンバーが対象者らの意見をまとめて述べた。

## 2) 今できる行動を創る

では、「やりたい」と思える行動を成立させていくにはどうすればいいのか。それには「できるに注目をする」ことを心がけること、本人の持てる力を見つけ、そして、「今ひきこもりのままで」好ましい結果が得られる行動の機会を創るという方針を提示した。そこでは、こちら側のハードルを一旦下げ、本人の「できた」ことで達成感を味合わせ、そうした達成体験を積み重ねていくことが重要になる。つまり「できる」は創れるということを提示した。また親は「×→○」（今、ダメなので、それを良くしよう）へ追い立てがちになるが、いつでも「今、ここが○」と捉えることが大事であると強調した。訓練で「さらにできる」ではなくその都度「好ましい結果」を示し「今」を認めることで「できる」は拡大していくと説明をした（望月、2008参照）。

それには、本人のどのような行動がどのような状況で生じているのか知ることが必要になる。そこで「行動の捉え方」に話を戻し、観察し記録する手順を、以下の①②③で示した。①起きた行動を具体的に、②どのような状況で起きたか？（起こす前の様子、親の行動、まわり

の状況）、③行動を起こした結果（何が起こったか？親はどう対応したか？）である。そして、本人の生じた行動を②-①-③の順番で観察・記録することを宿題にし、次回報告することとした。

## (3) 第3回内容

### 各家庭における対応

宿題報告（生じた行動②-①-③）とその課題についての検討、そして「今、家にもできる仕事の可能性（①今認められること、②家でやれること、③それに家族が報酬を出せるもの）」について検討した。

## Ⅲ. 結果

対象者7名の内訳は、「長期高年齢（年数15年以上、年齢40才前後）ひきこもり」親2名、「短期若年（年数4～5年、年齢20才前半）ひきこもり」親5名だった。そのうち全3回出席は、「長期高年齢」親2名、「短期若年」親3名だった。復習のため参加のFSJGでは全3回出席は6名だった。対象者、FSJGとも欠席者（全3名）は、日程上、連続して出席することが困難である、ということをお欠席理由に挙げた。

第1回の「先行状況—行動—結果状況」で捉えることについて、「3つで捉えるとよく分かる」「自分の行動を見直していける」「『先』に目を向けがちだけど『後』が大事なんだと分かった」といった感想が述べられた。第2回の「つい言ってしまう行動」については、「現状を否定的に捉えているからである、まず表現し、周りの聞き手から励ましや評価をうけ、それにより対応がうまくいき、意識が変わり、さらに対応がうまくでき、肯定的に捉えることができるようになる、そうなれば言わないで済む」とFSJGメンバーが、「今を認める」「親が変わる」に則しての意見をグループでの体験を通して述



べた。

3回を通して、意見、感想、および報告に対する評価などは、通常の例会（上田，2009）に近い形でFSJGメンバーから積極的に示された。報告をした対象者にとっては肯定的対応を強化してくれる聞き手として機能した。またFSJGメンバーからは「普段のグループでの行動（援助行動）を振り返ることができた」「活動がどのように説明つくものだと改めて認識すること

できた」といった感想が述べられ、FSJGメンバーについては復習の効果が認められた。

全3回出席の対象者5名の行動を、宿題「本人の行動『①起きた行動を具体的に、②どのような状況で起きたか？（起こす前の様子、親の行動、まわりの状況）、③行動を起こした結果（何が起こったか？親はどう対応したか？）』を記録し報告する」と対応の課題について、宿題報告の遂行と、本人の「できる」行動に注目し、

表2 宿題報告と課題に関する親の行動（全3回出席5名）

親A（短期若年）

宿題	報告あり
本人のどの行動に注目	「できる」行動（家のなかで家族のための仕事できそう—洗濯物干し）
環境の整備	朝、時間がなくて洗濯物午後干す 乾かないので困ってる 朝干してほしい、その日に乾けば助かる、感謝
生じた行動の捉え方	「先行—行動—結果」で捉え報告
仕事の可能性	仕事「洗濯物干し」創出（*仕事行動成立）
次に向けて	仕事行動の拡大へ — 仕事「ゴミ出し」創出 朝起床でできる仕事の拡大（*朝の洗濯物干しで昼夜逆転消える）

親B（短期若年）

宿題	報告あり
本人のどの行動に注目	「できる」行動（畑の手伝い）
環境の整備	自宅裏畑の手伝いを自宅から遠い畑の手伝いにすれば外出機会になる 急用で行けなくなった親に代わり畑の水やり頼む 感謝
生じた行動の捉え方	「先行—行動—結果（感想）」で捉え報告 結果（対応+感想）の形になる
仕事の可能性	家事手伝い「畑の手伝い」創出（*家事手伝い成立）
次に向けて	仕事行動の拡大へ — 「遠い畑の手伝い」を「仕事」として設定 自宅から地域へ拡大外出頻度拡大 *この仕事は他の子とも交換可能

親C（短期若年）

宿題	報告あり
本人のどの行動に注目	「できる」行動（車で外出）
環境の整備	本人のやりたいこと（車に乗る）を認める、運転未熟を心配して むやみに口出ししない、引き止めをしない 喜び笑顔
生じた行動の捉え方	「先行—行動—結果（感想）」 結果（対応+感想）の形になる
仕事の可能性	今認められること 車で外出
次に向けて	仕事行動へ — 仕事「車で買物手伝い」（買物重いので車で一緒に行って）創出 仕事成立しなくても外出行動を評価（買物できなくても目的地まで行く） 本人の余暇行動（ドライブ）「ここへ行ってみたい」を評価

親D（長期高年齢）

宿題	報告あり
本人のどの行動に注目	「できない」行動
生じた行動の捉え方	「〇〇しない」と行動生じしない表現で、断片として記述するような

親E（長期高年齢）

宿題	—
本人のどの行動に注目	—（*注「できない」行動に注目 個別の会話より）

その行動の成立のために具体的にどのような環境を整えたのか、その行動を「先行-行動-結果」(②-①-③)で捉えて報告できたか、それを仕事の可能性で検討し創出できたか、対応の課題として何が考えられるか、の項目で検討し、表2に示した。表2で示されたように、「短期若年」親では、行動を個人と環境との相互作用(「先行-行動-結果」で捉える)の視点で捉えることや、本人の今できる行動を創る(仕事の創出)という行動が認められた。一方、「長期高年齢」親2名には認められなかった。以下に対象者5名の報告と課題についての親の行動を示した。

「短期若年」親Aは、仕事「(家族の)洗濯物干し」を講座期間中に創出し成立させていた。親Aは、家族のなかで本人一人だけ無為に日を過ごしていることに本人自身が後ろめたさを感じてるように思い、家の中での家族のための仕事なら「できるだろう」と考え、親が朝出勤するときに洗濯物を干す時間がない、昼食時に戻り干していたが、それではその日のうちに乾かない、という状況からこの仕事を創出し、本人に状況を説明し提示した。本人の行動を「(洗濯物乾かない)(親、困ってる)依頼一朝、洗濯物干す—(乾く)(ありがとう)感謝」と表した。また、本人のこの行動は毎日ではないが維持されているので、最初設定した謝礼としてでなく、改めて仕事に対する対価としてその金額を検討していると報告した。

さらに、本人のこの仕事行動が維持されているということは、朝干すために朝起床する行動が維持されていることになり、それまでの昼夜逆転(気味)が解消された。このことから、親Aは、朝できる行動として、次なる仕事「(収集日の朝の)ゴミ出し」を提示しようと思っていると報告した。FSJGメンバーが「すごいね!」「もうそこまでできているとは!」と親の行動と本人の行動とを評価した。

「短期若年」親Bは、以前、本人が自宅裏の畑作業を手伝ったこと(祖父の手伝い)を思い出し、「本人のできること」として「畑の手伝い」に注目し、宿題期間に、自宅から遠く離れた畑の手伝いを「家事手伝い」として創出し、急用で行けなくなった親に代って水遣りをしてほしいと本人に依頼し成立させていた。この本人の行動を「畑水不足、親が急用で行けないので代わりに畑の水遣りをしてほしいと依頼—行って水遣りをする—畑潤った・よかった、行ってくれてありがとうと言葉をかけた」と表し報告した。「自宅から遠い畑」という設定は、とにかく自宅から一歩出るといふ外出機会になることと、自宅から地域への行動の拡大になるということ設定したと親Bは説明した。そして、今回は単なる「家事手伝い」としてだが、次からは「仕事(対価を支払う)」として設定し、それによってさらに外出頻度拡大、地域への行動の拡大につなげていきたいと報告した。さらに、親Bは、この仕事「(自宅から遠い)畑の手伝い」は、他家との仕事の交換(よその子に提供)が可能であり、仲間の家族との交換を考えていきたいと話した。他家との交換(よその子に提供)に関しては、今回の講座では取り上げていないが、親Bは、FSJG主催講演会(2009)に参加し、FSJG代表による活動報告の中の「親が創出した仕事を、よその子に提供する」という活動の基本についての説明を聴いていたことによる。FSJGメンバーは「よかった!」と本人の家事手伝い成立を喜び、そして「もう、そんなことも考えられるのね」と親の行動を評価した。

尚、親Bは、本人の生起した行動に対して、「ありがとう」と対応し、「先行-行動-結果」で捉え示すことができていたが、「結果」では、「対応」に「感想」が混在する形で「行って水遣りをした—こんなことができるのだと思った、(私は)喜んでいる」と報告した。

「短期若年」親Cは、本講座と関係ないがと

前置きし、本人が、最近（講座以前）運転免許を取った経緯を説明した。その上で、本人の今できることとして「車で外出」を挙げた。宿題報告では、本人の生じた行動を「ひきこもり仲間（相談機関で知り合った）が一緒に行こうと誘う（親、心配）一車で外出—親『よかったね!』と笑顔で迎えた」と表し、これまでなら「免許を取っても到底乗れないだろう」「運転未熟で事故を起こさないだろうか」との思いを優先させる対応をしていたと思うが、今は、「できる」こととして、「やりたい」こととして認めることにしたと報告した。また「車で外出」は、報告の行動以外には一人で近くを単に往復した数回だけである。そこで、親Cは、外出行動の機会として仕事「車での買物手伝い」の提示を考えている、しかし、仕事の成立（「買物手伝い」できた）に重きを置くのではなく、外出行動（目的地まで行った）が起きたことをまず評価することにしようと思っている、と報告した。さらに、本人が「車で、何処其処へ行ってみたい」と言っていることについても実現するかは別として評価しようと思っていると報告した。FSJGメンバーが「必ず仕事を成立させなければならないということではない、本人の『やりたい』こと、『できる』ことを認めるということが大事なよね」と応じた。

尚、また親Cは、本人の起きた行動に対して、親の対応として「よかったね」と共に喜び笑顔で（帰ってきた本人を）迎えたとし、行動を「先行—行動—結果」で捉え示していたが、親B同様に、「結果」では「対応」と「感想」が入り乱れる形で、「車で外出—『できた』、親はできないと思っていたので驚いている、本人は『車に乗ること』やりたかったのだと思う」と報告した。

「長期高年齢」親Dは、メモを見ながら「朝起きない」「家族と話さない」というように行動が生起しない表現で、あくまでも本人の行動

を断片として記述するような宿題報告をした。それに対して、こちらから「いつも何時に起きるのか?」「昨日は何時に起きたのか?」「その前の様子は?」「起きた後は?」と問い返すことで「先行—行動—結果」で捉えることができるように進めていった。それによって、「昼夜逆転」「話さない」と報告された本人は、週2回スイミングクラブへ通う日は朝8時に起床し、親の「おはよう」の声かけに「おはよう」と返し、帰宅後も「あーさっぱりした」と本人から話していたことなどが判明し、それに対しFSJGメンバーが「朝、起きること、できているわね!」「家族と話すと、できているわね!」「みんな自発的ね!」と評価した。当該の親は、一瞬戸惑った後微笑んだが、すぐその後、その親が現在も相談に通っている支援機関で受けている指示「話さないのなら、紙に書いてやりとりしなさい」を挙げ、「家族と話さないので、親は用件（今晚のおかずはコレです）を書いた紙をテーブルに置いておく、本人は食べたのち（ごちそうさま）と書いた紙を置く」と言い、あくまでも「（家族と話すが）できない」を固持した。FSJGメンバーが「それは、話さないですむようにしむけているのではないかしら」との感想を述べた。また、かつて同じ指示をその当時の相談機関の相談員から受けたことがあるFSJGメンバー1名が「自分も、もし、そのまま紙で書いてのやりとりをつづけていたなら、今もずっと紙で書いてのやりとりをしていただろうと思う、本人もずっと喋らないままだっただろう、紙に書いてのやりとりは、決して話す行動を促すことにはならないと思う」と、先のメンバーの感想につづけて述べた。

「長期高年齢」親Eは、毎回、他者の話をしっかり聞き、メモをとり、雑談で個別的には「うちも（本人の状況）同じ、仕事に行かないわね」「自分（親）も皆さん同様に、長いし、出ていかないし、悩んでいる」と話していたが、人前

での報告は躊躇い、報告を行わなかった。

#### IV. 考察

今講座において、全3回参加した対象者5名のうち「短期若年ひきこもり」親3名に、親の援助者としての対応方法の習得が認められた。この3名は、「行動は個人と環境との相互作用」という視点で捉え、その関係における行動の成立を援助するという対応の基本にそって、我が子（当事者本人）の「今、できる」行動を発見したり創造することに成功した。そのうち2名には一部課題が残ったが、この課題は本人に対する対応方法の失敗ではなく親の報告行動におけるものであった。記録報告する際にメモではなく記録シート（3点セットで書き込める記録用紙）を使用することで解決するものと考えられる。一方、「長期高年齢ひきこもり」親2名については、今回目標とした対応方法の習得に至らなかった。この2名は、講座中、本人の「できない」行動に注目する行動をとりつづけていた。それは、一定の安定状態である長期の「ひきこもり」の状況と長期にわたる支援機関での援助によって、親の「できない」に注目する行動が強化され維持されてきたからと考えられる。そこでは、「できる」行動に注目する行動への行動変容は起きにくい。そこで、対応方法の習得につなげるためには、まず、親に対して「当事者本人の『できる』行動」に注目する行動を形成する援助が必要であり、そのためには、親にも「親自身の『できる』」行動を成立させる援助が必要であることが課題として見出された。

そこで、今後このような講座を実践する際、この課題に対してどのような講座内容を展開できるのか（「講座自身の『今、できる』」内容）についてと、さらなる課題としてどのような問題があるかについて考察していきたい。

対象者数が少なく、今回の結果をもって、「長期高年齢」親と「短期若年」親とで差があると到底言えるものではない。また、そもそも講座内容の有効性を検討することを目的に対象者を募集し二分化して効果を比較検討するものでもない。しかし、今回、親の行動変化に表れた講座の効果が「短期若年」親に認められ、「長期高年齢」親には認められなかったことについて、メンバーの大多数が「長期ひきこもり」親子で占められ、長期の「ひきこもり」を対象にした援助を展開し、一定の成果をあげているFSJGにとって大層興味深いものがある。そこで、「長期高年齢」親に効果が認められなかったこのような結果がどこから生じたのかに焦点をあて検討していきたい。

まず、効果のあった「短期若年」親に関して考えられる要因をあげてみる。①「短期若年」、「長期高年齢」にかかわらず親の中には、単に、相談機関や支援団体を転々とし、その流れに沿って、講座等にも参加し講座中も受動的な姿勢でいる、と思われる親もいる。特に長期高年齢の親では、長期にわたることから疲弊して受動的になりやすい。しかし、この「短期若年」親は一樣に、受容・共感で終始する「親の会」や、既存の援助への疑問を本講座参加理由に挙げていた。それゆえ講座内容を積極的に理解しようとしたと推測される。②講座中、自分の発言時以外、他者の発言に対して、「長期高年齢」親も「うなずき」「笑顔」で反応したが、「短期若年」親は「そう思う」「そう思わない」などの発言をした。このように「表現する」ことで聞き手FSJGメンバーから評価を得られ、行動を起こす励みになった。③一概には言えないが、ひきこもり年数の浅い頃、親は、「なぜ、出ていけないのだろう」と気を揉むよりも、「なぜ、ひきこもったのだろう」とひきこもる行動を起こしたことや、「今、何をしてるのだろう」とひきこもっている今の様子などを気にかける。

つまり、本人の行動に関心をもった状態であった、そのため「できる」行動を見つけるのがそれほど困難でなかったと推測される、等が考えられる。

一方、「長期高年齢」親に関して効果が認められなかったのは、以下のようなそれまでの経過が考えられる。①長期化すればするほど、「どうして出ていかないのだろう（なぜ、出ていくことができないのだろう）」と気を揉むことになる。支援機関でも「困ったこと（出ていかない）の相談」が基本である。このように親は長年「できない」、つまり否定的問題として注目しつづけてきた。それゆえ、否定的から肯定的への方向転換が短期間（3回）では容易でなかったと推測される。②また継続中の援助では長年にわたり被援助者の役割を担ってきた。親も「できない」を注目されている状況であり、主体的に「できる」に注目する行動への転換は困難だったと思われる。また講座内容からは次のようなことが考えられる。③講座内容が多岐にわたり、本来の「ひきこもり」に対する対応方法の具体的な説明が不足し、親にとって理解しづらいものになった。④宿題の説明では、行動を「先行—行動—結果」で捉えることや記録する順番を示したが、実際には、各自がメモを用いて各自それぞれのやり方で行った。FSJGでは、本人への支援を展開していく上で、情報を共有しておくための共通の書式として「記録シート」を導入している。この記録シートのような記録用紙を用いれば、本人の行動を3点セットで具体的に記録しやすい。しかし、今回、「メモ」を用いたために、「短期若年」親B、親C両名では、「対応」と「感想」との混乱が報告の際に生じたと思われ、また「長期高年齢」親にとっては、本人の行動の生起に気づくことも、課題を発見することも困難だったと思われる。以上のように考えられるが、そのうち③④については「短期若年」親、「長期高年齢」親両方

に言えるものであり、「長期高年齢」親に限って言えば、①のように「できない」に注目する行動をとりつづけていた点を挙げるができる。

前述の行動随伴性でのように、親の行動は、「しない（荒れないで家の中にいる）」に対応しつづける行動をしてきたということになる。それは、意図せず「家の中で（望ましい行動を）しない」を維持するような対応もする結果となり、本人の「できる」行動を生起させたり、仮に生起しても親が強化するような、そのような状況を生じさせるようなことにはならなかった。親は、「家の中で荒れないけれど望ましい行動もしないでいる」本人を見つめてきたことになる。また、親Dの報告のようにこれまでの支援機関での提案は、えてして「否定的に捉えること」を助長するようなものである。したがって、安定を保持した状態である長期の「ひきこもり」の状況と長期にわたる支援機関での援助によって、親の「できない」に注目する行動は強化され維持されてきたと捉えることができる。

そこで、親に求められるのは「できる」に注目する行動への行動変容となる。そして、それに向けての援助が親に対する先ず必要な援助であると思われる。ここでは、親にも「『できる』を創る」「『できた』という達成感を味合わせる」ことが重要になる。

したがって、今後、特に「長期高年齢」親に対しては、この「できる」に注目する行動への行動変容に向けて「親自身の『できる』」行動を成立させる援助を中心にした講座を展開させていくことを考えなければならない。そこで、このような講座を実践する際の講座内容として、1) 対応の基本の説明として、「行動は個人と環境との相互作用（先行—行動—結果）」に焦点を絞る。2) 「ひきこもり」に関しての具体例を多用して3点セットで捉える練習をす

る。3) 記録シートを用いる。本人の行動を具体的に3点セットで記録しやすい, それによって, 親が課題を見つけやすくなる。4) その上で, 本人の「できる」行動に注目, 本人の「できる」行動を創る, へ導く。5) FSJGメンバーをスタッフとして配置し, 「記録シート」記入のサポートや, 称賛や励ましで親の行動を評価する。6) 記入したシートをもとにグループ形式でフィードバック, このような1)~6)が考えられる。また, 3)の「記録シート」使用については, 「短期若年」親にとっても重要になる。行動を所定の書式で記入することで, 「結果」での「親の対応」が「感想」に置き換えられることなく, あるいは「対応」に「感想」が紛れこむことなく, 「親はどう対応したか」で捉え報告できるものとする。それによって自分の行動を振り返ることができ, 課題の発見につながることや, 「親自身の『できた』」(対応うまくいった)という達成感につながることもなると考えられる。

次に, 講座全般的な内容としては, 7) 講座のなかで用いる言語に関して, 例えば「仕事」ならば, 「ここで言う『仕事』は, 一般の就労を指すものではない」(上田, 2005; 上田・望月, 2005)といったような共通認識を対象者がもっているということを前提とするためにFSJG活動報告会参加者から講座に参加する親を募集する。8) 講座期間を延ばす, 但し, 欠席理由(連続参加不可能)を踏まえ, 参加しやすい設定を検討する。9) 開催頻度を増やす, 毎年定期的にすることで複数年にわたって継続的に習得できる, 等が考えられる。このような講座内容1)~9)を展開していくことで親の対応方法の習得にむすびつけていけることになると思う。

それにより, 「短期若年」では, 長期化することなく回復可能へと導けること, 「講座」と「FSJG」の組み合わせで「ひきこもり」支援がより充実されること, そして, プログラム化の

可能性を検討していけること, 等を示すことができると考えられる。しかし, 「長期高齢」では, 講座後, 家の中で親一人で展開していくのは困難だろうと推測される。親の行動維持のためFSJG的機能をもつグループが必要と思われる, グループ結成支援が今後の課題として残る。そして, 課題として残ったグループ結成支援を展開させていくための具体的な方法を検討することが今後のさらなる課題である。

## 引用文献

- Baer, D. M. (1976) The organism as host. *Human Development*, 19, 87-98.
- Baer, D. M. (1998) Commentary: Problems in imposing self-determination. *The Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps*, 23 (1), 50-52.
- 出口光 (1988) 行動修正のコンテクスト. 行動分析学研究, 2, 48-60.
- Durand, V. M. & Carr. E. G. (1991) Functional communication training to reduce challenging behavior: Maintenance and application in new settings. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 24, 251-264.
- 平澤紀子・藤原義博 (1997) 問題行動を減らすための機能的コミュニケーション訓練. 「応用行動分析学入門」. 学苑社.
- 伊藤順一郎・池原毅和・金吉晴・益子茂 (2001) 「10代・20代を中心とした『社会的ひきこもり』をめぐる地域精神保健活動のガイドライン」(暫定版). 障害保険福祉総合研究事業: 地域精神保健活動による介入のあり方に関する研究.
- 伊藤順一郎・池原毅和・金吉晴・益子茂 (2003) 「10代・20代を中心とした『ひきこもり』をめぐる地域精神保健活動のガイドライン」(公開版). こころの健康科学研究事業: 地域精神保健活動における介入のあり方に関する研究.
- 伊藤順一郎・吉田光爾・小林清香・野口博文・堀内健太郎・田村里奈・金井麻子 (2003) 「『社会的ひきこもり』に関する相談・援助状況実態調査報告」(公開版付属). こころの健康科学研究事業: 地域精神保健活動における介入のあり方に関する研究.
- 川北稔 (2008) 「ひきこもり」と家族の経験. 「『ひきこ

- もり』への社会学的アプローチ」. ミネルヴァ書房.  
歳本信比古・川上正己（著）近藤直司・長谷川俊雄（編）  
（1999）「ひきこもりの理解と援助」. 萌文社.  
小林重雄（監）山本淳一・加藤哲文（編）（1997）「応  
用行動分析学入門」. 学苑社.  
近藤直司（1997）非精神病性ひきこもりの現在. 臨床  
精神医学, 26(9), 1159-1167.  
望月昭（1995）ノーマライゼーションと行動分析：「正  
の強化」を手段から目的へ. 行動分析学研究, 8(1),  
4-11.  
望月昭・渡部匡隆・野崎和子・小野宏・織田智志  
（1999）強度行動障害を持つ青年期の個人への対  
応. 選択機会の拡大を含めたプロアクティブ（前  
進型）な対処の検討. 安田生命社会事業団1998年  
度研究助成論文集, 34, 71-79.  
望月昭（2001）行動的QOL：「行動的健康」へのプロア  
クティブな援助. 行動医学研究, 6(1), 8-17.  
望月昭（2001）「障害」と行動分析学：「医学モデル」  
でも「社会モデル」でもなく. 立命館人間科学研究,  
2, 11-19.  
望月昭（2007）「対人援助の心理学」. 朝倉心理学講座  
17」. 朝倉書店.  
望月昭（2008）○から×へ：富安芳和先生を偲んで.  
行動分析学研究, 22(2), 114-115.  
望月昭・上田陽子（2009）ファーストステップ・ジョ  
ブグループ（FSJG）：対人援助学的「脱ひきこもり」  
支援. ヒューマンサービスリサーチ, 16.  
荻野達史・川北稔・工藤宏司・高山龍太郎（編著）  
（2008）『「ひきこもり」への社会学的アプローチ」.  
ミネルヴァ書房.  
斎藤環（1998）「社会的ひきこもり—終わらない思春期」.  
PHP研究所.  
斎藤環（2002）『「ひきこもり」救出マニュアル」. PHP  
研究所.  
斎藤環（2007）「ひきこもりはなぜ『治る』のか？精神  
分析的アプローチ」. 中央法規.  
斎藤環（2007）「思春期ポストモダン 成熟はいかにし  
て可能か」. 幻冬舎.  
Skinner, B. F. (1978) The ethics of helping people.  
*Reflections on Behaviorism and Society*. NJ:  
Prentice-Hall.  
Skinner, B. F. (1990) The non-punitive society (邦題：  
「罰なき社会」). 行動分析学研究, 5(2), 87-106.  
杉山尚子・島宗理・佐藤方哉・R. W. マロット・M.E.マ  
ロット（1998）「行動分析学入門」. 産業図書.  
上田陽子（2005）親と子でつくる「ひきこもり」援助  
グループ. 「分岐点に立つひきこもり—社会的ひき  
こもりからニートへ？」しかし、本来の意味とし  
てのひきこもりは今も長期化し続けている」. ドー  
ナツトーク社.  
上田陽子・望月昭（2005）行動分析学の理念に基づく「ひ  
きこもり」援助：ファーストステップ・ジョブグ  
ループ. 日本行動分析学会年次大会発表論文集,  
23, p58.  
上田陽子（2009）活動報告. ファーストステップ・ジ  
ョブグループ（FSJG）：対人援助学的「脱ひきこ  
もり」支援. ヒューマンサービスリサーチ, 16,  
6-27.  
(2010. 2. 26 受稿) (2010. 5. 7 受理)