

ひきこもりの個人的および社会的背景

小林 美 木

1. はじめに

この稿では、社会的ひきこもりの原因となる個人と社会の精神的問題について考えたい。2003年5月に厚生労働省がだしたガイドラインでは、“社会的ひきこもり”を「内因性精神疾患以外であり、六カ月以上にわたって自宅にひきこもり、学校や仕事など社会的な活動に参加しない状態が続いているケース」としている。

以前から存在していた内因性精神疾患によるひきこもりと、近年増加傾向にあったひきこもりを区別し、この定義は精神科医、カウンセラーがかねてから提示していたもので、妥当なものである。しかし ひきこもりは軽度から重度にかけておよそ三段階程度に分けられ、それぞれの段階に内因性精神疾患を伴った人たちが含まれている。彼らの一部は精神的治療をうけるべきであり、状況がゆるせば精神科を受診している。いっぽう、内因性精神疾患を伴わない（非内因性精神疾患）のひきこもりはかなりの人数にのぼるが（これが社会的ひきこもり）、彼らは選択的に家の中に閉じこもっているわけではなく、出たいのに出られない。その背後には精神的な問題が見え隠れしている。その精神的な問題は個人的なものと社会的なものに分けられる。

厚生労働省の発表によると、5年以上ひきこもっているのは全体の20パーセント強、10年以上が7.7パーセントになっている。つまり5年以上ひきこもっている者が約3割である。（全員20歳以上）

健康体の若者が、家に閉じこもりっきりで5年以上たつという図は異常に見える。さらにその形態は、必要に応じて他人と接触できる；家族だけと接触する；家族とも接触しないと、段階的に深刻化している。

他の習慣病と同様、軽い症状が長期間（5年以上）続く場合と、二次的原因によって症状が悪化する場合がある。内因性精神疾患を伴わない場合であっても、重度段階になると専門家の介入を必要とするケースが多い。早期発見が重要なことはいうまでもない。

2. 個人的ソーシャルスキルの問題

2-1 会話能力（コミュニケーション・スキル）

考えの異なる人間同士が生産活動をおこなうには、言語による情報交換能力が必要である。しかし、なんらかの障害によって、この能力が開発されていないのが、ひきこもりの特徴である。

学校でも、このためのカリキュラムが外国のように未だしっかりと確立していないのであるが、近い将来、非常に効果的なプログラムが組み込まれることが強く望まれる。

ひきこもりの一般的な日常生活は、主にテレビ・インターネット・ビデオゲーム・コミックなどで占められている。家の外に出て、他人と接することにより会話能力が保たれ、あるいは上達し、そのことによって仲間と交わろうとする意識が強化され、ひきこもりが治癒の方向に修正される可能性があるはずだが、ひきこもりが長期化すると、その可能性が少なくなり、会話能力がひきこもり以前より劣化し、ひきこもりに二次的な外傷をあたえることになる。一人治療のように、ひとりごとを言って発狂を予防する方法や、ロビンソン・クルーソーのように相手を想定して話す技術などをつかわないかぎり、ひきこもった時点で、すぐに治療を開始しなければならない必要性がここにある。

ところで、ここでは声をつかう会話能力をさしている。ひきこもりにとても必要だとおもわれるのは、体を使ってしゃべり、その場で消えてなくなる声によるコミュニケーションであり、インターネットに代表される文字によるコミュニケーションではない。

2-2 自己肯定感

ひきこもりの談話をきいたりすると、自己肯定感が少ないことが多い。

何事においても自分を責めることがふつうである。全てにおいて人のせいにする人間より、性格はよいかもしれない。しかし場合によっては、客観的に判断する必要もある。

厚生労働省の調査結果によると、ひきこもりの四分の一が不登校経験者である。保健所対象でおこなわれた別の調査(厚生労働省による)では、相談件数の四割が不登校だったという。

不登校の原因としてよくあげられるのは、1 学校での学業不振（苦手科目がある・成績が上がらない・行きたい高校に行けない）、2 人間関係の行き詰まり（いじめ・嫌いな先生がいる）、3 通学の困難さ・施設など学校環境への不適合、などである。

どの項目も、本人の考え方しだいであり、自己肯定感が高い場合はひきこもりを誘発する要素にはならないと考えられる。

学業の不振に関しては、スキナーの「最も学習の関与度が高いのは、努力が手段であるという方略信念をもち、かつその努力を自分がなし得るという能力信念をもっている子どもであり、逆に最も低いのは非行為的要因が手段であると考え（したがって自分の行為と結果は関係ないという意味で結果予期が低い）、しかも、自分はそうした手段にアクセスできないと考えている子どもであるという理論に基づけば、ひきこもりのように学習を成功させる努力を自分がなし得るという能力信念をもてず、自分にできることはなにもないと考える自己肯定感の低い子どもが、学業不振になる確率は高いだろう。

また2-1と同じく、ひきこもることによって自己肯定感がさらに低下するという二次的外傷が起き、ひきこもりが悪化していくことが当然予想される。

情緒的な変数よりも、認知的変数のほうがコンプライアンスに関連しているため、不安・怒り・抑うつの治療よりも、動機付けや過去のパフォーマンスに対する努力や成功の帰結を増加させることに焦点をあてるべきである、としたシュナイダーの理論が、二次的外傷への推移を止めるためにおこなわれる第三者介入に応用されるべきである。

2-3 目的意識のゆらぎ

だれにでも目的意識が確固としてあるわけではなく、ゆらいでいてこそ健全という見方もできる。しかしひきこもりは、目的意識がほとんどない場合が多く、そのことで本人が方向性をもてなくなっている。

昼夜が逆転していることの多いひきこもりの場合、生活の大半を占めるコミック・テレビ・インターネットには、残念ながら、現実逃避としての要素が含まれている。

「作家になる」というように、目的がはっきりしていると、かたちとしてはひきこもりの条件を満たしてしまうが、実質はひきこもりとは呼べない。そのような人種はいつの時代も存在していたから問題ともならない。

しかし逃避傾向がみられることは現実を見つめられず、現実的な目標を設定できないことを示すため、ひきこもりから抜け出す推進力を蓄えられなくなる。

学校で本人に合った方向性や目的を見つけていればよいが、ただ機械的に通学していると、困ったことになる。アメリカなどは、制度が小学校と中学校がひとつづき、中学校三年と高等学校がひとつづきになっているので、各人が一つの目的(仕事)を想定しやすくなっている。「13歳のハローワーク」がすでに制度として定着していると言ってもよいわけだ。

3. 幼少期の問題

このようにソーシャル・スキルを確立していないために、学童期において心ならずもひきこもりの準備をしてしまうわけである。しかしまたそのスキルを確立できない理由としては、幼少期の問題、すなわち“基本的信頼”を身につけるべき幼少期において確固たる自我をつくることができず、その結果として人格障害や神経症をひきおこしていると考えられており、その判定基準に医学的知識がもちいられる。

アメリカ精神医学学会の作成した診断基準「DSM-IV」では、人格障害を大きく三つ(言動が奇妙で風変わりな特徴としたA群人格障害三種類、劇的で感情的・情緒不安定な特徴としたB群人格障害四種類、不安や心配・恐怖感の強さが目立つC群人格障害三種類)に分け、全部で十種類の人格障害を規定している。そのうちひきこもりにみられるのは、分裂病質人格障害(A群)、境界性人格障害・自己愛性人格障害(B群)、回避性人格障害(C群)の四種類である。

分裂病質人格障害：社会的関係からの遊離、対人関係状況での感情表現の範囲の限定の様式

境界性人格障害：対人関係、自己像、感情の不安定および著しい衝動性の様式

自己愛性人格障害：誇大性、称賛されたいという欲求および共感の欠如の様式

回避性人格障害：社会的制止、不適切感および否定的評価に対する過敏性の様式

この人格障害以外にも、神経症・心的外傷からひきこもりになるケースも観察されている。

4. ひきこもりの例

ジャーナリストによるひきこもりの取材二例と、元ひきこもりによる自己分析をつぎで紹介する。

インタビューが終わった時、Kさんは腰を上げながら「部屋をごらんになりますか？」と言った。いまの隣にある彼の部屋をのぞかせてもらった。六畳ほどの部屋にはパソコンがおかれている。窓が曇りガラスのため戸外は見えなかったが、カーテンを閉め切っているわけでもなく、決して暗い印象の部屋ではなかった。

印象的だったのは、壁という壁の棚にコミックの単行本がぎっしりと並べられていることだった。「月々の小遣いで買っているんですが、最近は『買い物依存症』みたいに新しいコミックを買いあさっています。読まずに、ひたすらためこむだけです。親のことを思うと本当はしてはいけないことなんですけれど、それ以外に楽しみとか生きがいと言えるものが今はありません。ゲームも、やる気がおきないんです。」とKさんは言った。

棚に並んだコミックは、買った当時のままの透明ビニールに収められていた。確かに開封されていないようで、彼の言う通り、読まれた形跡がうかがえない。世間からは「親の金の無駄遣い」と非難されるだけであろう消費物の山を見て、私はハッとさせられるような寂しさを感じていた。それらが唯一の生きがいだと彼は語っていたけれど、彼が楽しんでいるとはとうてい思えなかったからである。

以上はKさんの自宅で行なわれたインタビューである。親の助けをうけながらまだ自立、つまり社会参加のできない23歳の男性であるが、中度のひきこもりで、目的意識の欠如がうかがわれる。

自己愛性人格障害が、アメリカの精神医学の統一した診断基準としてその病名が記載されたのは、1980年発行のDSM-IIIにおいてである。精神分析によってしかわからない精神病理は問題にせず、患者の行動様式とそれに伴う対人関係の障害が基準を満たせば、この診断名がつけられるようになった。次の二例はこのケースに近いとされる。

Sさんは6歳まで父親と祖母に育てられた。母親は入院しており7歳の頃から退院して自宅に戻ったが、非常に厳しく母親から拒絶されたと感じた。母親に対する思慕

の念と、拒絶された思いが交錯していた。父親は会社人間で存在感がなかった。中学2年からゲームセンターで4時間ほどゲーム熱中するようになった。高校時代、偉くなりたいという気持ちが強かったが、何を目指しているのかわからなかった。

「人一倍自己愛がつよいんですね。だからこそ、それを薄々わかっていたからこそ、それを完全に捨て去ることが出来なかった自分の存在に、とても腹立たしく感じていました。親との関係もそう。僕と最後に一番関係性がある親だからこそ、自分のことを分かって欲しい、受け止めて欲しい、その一点に尽きるのではなかったかとおもいます。要は親に対する愛情確認、親に対する依存ですよ。」(これを書いたGさんは今はひきこもりではない)

これら三例は先に述べたコミュニケーション・スキル、自己肯定感、目的意識のいずれも十分でないことがうかがわれるが、ほとんどすべてのひきこもりの手記や、インタビューを読んでも内容はそれほどちがいはない。

5. 社会的背景

5-1 職業訓練

NHKの某番組などでは、職業人を招いて小学生に授業を行なっている。小学生が授業のポイントをしっかり掴んでくる様子がしばしば観察される。職業に対する方向性は個人差を考慮しなければならないが、小学生から中学生にかけてすでに将来の仕事への関心があらわれるということでもあろう。

ひきこもりが社会復帰するときに就職するわけだが、小学校・中学校あるいは高等学校の期間に個人的資質が訓練されていると、ひきこもりから社会への移行が楽になる。学業に加えて、職業的訓練の機会を学校内に設けることは、地域社会からの参加も増すことになり、学校が地域の協力を得るという面においてもメリットがある。

5-2 見えにくい規制

次はひきこもりのコメントである。「自分の人生で最もつらかったことというのは、修学旅行に行く前の“席決め”なんだ。」(A君)「自分がクラス対抗リレーにおいて、足が遅かったためにクラスが負けてしまった。自分の人生をやり直すことができるのであれば、この時点からやり直したい。」(B君) 高校生までの17年間にわたる彼らの人生というのは、常にそういう考え方に支配されながら生きざるを得なかったという事実があるという。そこから少しでも脱落するということは、自分の価値というものが全面的に低下していくものであり、自分の価値が低下するということは他人に対する尊重もなくなる。

学校運営の中には細かい規則があり、一般的には行事を進行させる目的や、効果をあげるために工夫されている。一方こうしたさまざまな方法が一見わかりにくい側面で、参加者に苦痛を感じさせていることがあるというのも事実であろう。

スクール・カウンセラーが数名常駐し、このような細かい症状を押さえておくことは、重

要である。学校は長い年月をかけて理想的な環境に変化していくことが可能であるが、生徒の立場からみると3年間という短い期間に遭遇する行事は重大な影響をもたらすこともあり得るからである。

5-3 休む権利と受ける権利

いじめの成立基盤として 1. 社会とその上に浮かぶ学校との間につながりがなくなっていること。2. 学校が外に向かって閉じられ内部でしか通用しない理念を墨守していること。3. ここの少年を犠牲にすることでかろうじて集団性を保っていること等が挙げられている。つまり、いじめというのは、学校という集団の劣化に伴う「個」の窒息死であり、それゆえ、「個」が学校という集団性から離脱する道筋を確保した上で、望むときにさまざまな集団を自由に選択できるようになれば、いじめは少なくなるという考えから出発しているのが学校を休む（不登校）の権利である。不登校というのは生理的疲労が原因であるため、学校を休む権利が確立されることが必要であるといわれるようになっている。

一方、アメリカでは高等学校までが義務教育であることもあり、生徒が学校を休む権利より授業を受ける権利が重要であり、教育委員会が学校の教師を派遣して、不登校の生徒が所定のカリキュラムを完了できるように手を尽くしている。

どちらの権利も目的がおかれているのは、個人が健全な環境で最高の教育を享受できることであり、個人の教育的機会の平等性を守るために県または州からの働きかけが求められていることに共通点が見出されよう。

5-4 第3次産業への移行

1970年前半以降、日本の社会が第3次産業の社会に移行しているのにもかかわらず、第2次産業のキーワードが教育の世界で長く続いていることがひきこもりに関係していると分析されている。社会のあるべきキーワードと教育のなかでのキーワードの乖離である。

近代工業化の「スピードの重視」「生産性の奨励」「管理の強化」「画一化の推進」は、現代を生きる生徒や若者が必ずしももっとも必要としているわけではないキーワードであるが、少なからぬ数の教育機関において、いまだに奨励され、生徒や若者たちの人格の成熟、こころを育むスペクトラムに影響を与え続けているようにも思われる。

5-1 で扱った職業訓練にも呼応することにもなるが、社会が目指しているより良き未来とつながりやすい価値観を、教育の世界にも同時的に取り入れられるシステムを作り、まちがったキーワードの中で個人が孤立無援の状況で放置されないよう気をつける必要がある。

5-5 こころの十文字

発達過程で青少年がこころを育てるには、上下左右の人間関係が必要とされるといわれている。上に含まれるのは1. 親、2. 教師、3. 上司であり、下に含まれるのは1. 小さな子、2. 下級生、3. 後輩である。右に含まれるのは1. 同年齢の子、2. 同級生、3. 同輩であり、左に含まれるのは異性の同年齢の子、同級生、同輩である。

自分よりも年上の関係から始まり、下の関係、すなわち自分より小さい子どもとの関係を

確立した子どもが、自分と同年の子どもと関係をもつという順序になっている。

しかし、いったんひきこもった人たちのことを想定した場合に大切なのが、斜めの関係である。ここには親戚、近所の小父さん、叔母さんなどが含まれ、「安心できる豊かな関係」と言うものを作り得る潜在力が指摘されている。

6. おわりに

様々な個人的背景と、社会的背景のもとに生まれてきたひきこもりであるが、このような存在をもたらすものは本質的には何なのか、を個人の特性と学校教育、地域社会を含めて、考えてきた。

欧米の医学診断基準を参照にして、精神疾患の部分症状としてひきこもりを位置付ける立場に対しては、懐疑的な意見もある。

欧米には、社会問題になるほど顕著にはひきこもりは出ていない。日本にひきこもりが多いのはなぜか。

日本人の閉鎖性、内向性、家への依存性など、文化の持つ価値観にも原因があると思われる。しかし、日本も国際社会の一員として活躍することが求められる時代になった現在、ひきこもりが減る傾向に向かうことを念願してやまない。

引用・参考文献

- (1) 塩倉 裕 『引きこもり』 ビレッジセンター 2000
- (2) 仲村 啓 『ひきこもる、おとなたち』 ヴォイス 2003
- (3) 近藤 直司 『引きこもりの理解と援助』 萌文社 1999
- (4) 橋 由歩 『「ひきこもり」たちの夜が明けるとき』 PHP 2003
- (5) 中井 久夫 『治療文化論』 岩波現代文庫 2001
- (6) 大平 健 『やさしさの精神病理』 岩波新書 2000
- (7) 富田富士也 『「引きこもり」から、どうぬけだすか』 講談社新書 2001
- (8) 吉川 武彦 『「引きこもり」を考える』 NHKブックス 2001
- (9) 高岡 健 『孤立を恐れるな!』 批評社 2001
- (10) 坂野 雄二 『セルフ・エフィカシーの臨床心理学』 pp.122-125 北大路書房 2002
- (11) 「ぎふ精神保健福祉」vol. 39. No. 2. 岐阜県精神保健福祉協会 2002
- (12) 「ぎふ精神保健福祉」vol. 40. No. 1. 岐阜県精神保健福祉協会 2003