



ひきこもり状態 にある者への支 援について

KHJ全国ひきこもり家族会連合会

代表理事 伊藤正俊

自己紹介

1952年 岩手県北上市で誕生 2歳前後に両親の出身地である山形県米沢市に転居。
以降、米沢市から出て生活したことなし。井の中の蛙状態

牛乳販売店を42年間経営し、息子に経営を引き継いでもらい、62歳から福祉サービスの管
理者として今に至る。

特定非営利活動法人から・ころ（体と心）センターの代表

現在、妻と息子家族と愛犬と同居。嫁姑の問題時々勃発オロオロする。

次女が小学校4年生時（現在43歳）に不登校状態になり、その事象を知りたくなり「家族
会」を平成3年に立上げ、うよう曲折ありながら現在まで活動を継続している。ちなみに次
女は中学校から登校し始め高校、大学と進学し卒業。今は結婚し子ども2人に恵まれ家庭を
営んでいる。自営で「公文学習塾」をやっており、不登校の子どもも利用している。

ひきこもりとは？

- ・ 厚労省ガイドラインの定義
- ・ 「様々な要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学，非常勤職を含む就労，家庭外での交遊など）を回避し，原則的には6カ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念である。なお，ひきこもりは原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病性の現象とするが，実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低くないことに留意すべきである。」
- ・ 尚、広汎性発達障害の方々が多く存在している事が分かって来た。

最近、分かって来たこと

- ・ 厚労省ガイドラインの定義
 - ・ この定義に当てはまらない方々も多くいることについて・・・。
- 1) 精神疾患がある方 約35%
 - 2) 広汎性発達障害がある方 約35%
 - 3) それ以外の方をどの様に捉えるか 約30%
 - ① LGBTの方 自認している方やしてない方多数
 - ② 難病の方 現在361疾患が認定されている
 - ③ 余刑者の方 犯罪を犯した方への支援が足りてない
 - ④ 生きる意味に拘っている方
 - ⑤ その他

ひきこもり状態の多様性について

- ・ 様々な背景があり、ひきこもらざる応えない事が分かって来た
- ・ ここから分かる事
 - 1) ひきこもる事に理由があり、ひきこもり=ダメな生き方と理解しない事（いじめや虐待など命の危険があり、自分の命を守る行為）
 - 2) 今まで否定され続けられた時間が長かったので、心が頑なになっている（対人恐怖や社会不安障害、強迫神経症などの要因？）
 - 3) 多様な状態の方々に、柔軟に利用できる制度がない（100人いれば100通りの対応が出来ないが個別対応が必要）
 - 4) 相談できる窓口が少なく、相談支援員のスキルの問題（状態の背景が多様多様であり、様々な幅広いスキルが求められる）

来談者の気持ち（家族心理）

- ・ 突然、自分の子がひきこもってしまった事への戸惑い。
- ・ 認めたくない気持ちと、認めなくてはならない現実との葛藤。
- ・ 育て方の失敗と言われると、そうかも知れないという自責の念に陥る。
- ・ 恥ずかしい気持ちで、世の中に出る事に躊躇する。
- ・ 世間の人（世間体）の目線が重く押し掛かる。
- ・ 親としての気持ちが総崩れになる。
- ・ この世に自分の家族だけという孤立感が芽生える。
- ・ 奈落の底を見る。（出口のないトンネルを手探りで進む恐怖感）
- ・ 同じ苦勞をしているご家族との出会いが、安堵感と落ち込み感に複雑な思いになる。

相談支援に望むこと

- ・ 初回面談の重要性を認識する
- ・ 多くは、ご家族などの方々の相談から始まる
- ・ その場合、様々相談に行き最終的にたどり着いた窓口と思ってほしい
- ・ 様々な相談で傷ついて、恥ずかしくて、惨めな気持ちになりながらも、ようやくたどり着いた最終窓口
- ・ 相談者に、ねぎらいと安心を提供してください
- ・ 一番身近なご家族との信頼関係をどのように築くかがポイントになる

相談支援のポイント

- ・ ご家族との信頼関係を創り相談者に理解して頂く
- ・ 本人の見立てを相談者と一緒に丁寧に進める、そして担当者として諦めない気持ちを伝える
- ・ 多様な状態の方々に、あらゆる選択肢を提示できるように準備する
- ・ ご家族やご本人は選択肢が狭い世界で過ごしている
- ・ 今までの支援の目的が一般的就労する事が支援の目的で、選択肢が一つだけで諦めている
- ・ 状態によっては一般就労や福祉的就労、障がい者就労、在宅就労、ボランティア等様々な社会参加的支援がある

皆さまからお伝えして頂きたい事

- 人間の「幸せ」は、どのような物差しで考えた方がいいのだろうか？（哲学的発想）
- 人はみんな違う事を認識し、他の方との比較をしない事
- この社会で自分の居場所の設定をどこにするかを話し合う事が大事（居場所の効果を理解する事）
- 親も子も違う人間だという事を理解してもらおう（親子の距離感の取り方を考えて頂く事、家族だけでは解決できない問題）
- 問題の本質はどのような事か、様々な支援者と共有し包摂的に支援の枠組みを考える（例、オープンダイアログ等の選択もある）
- 様々な社会資源と連携する事で、多様な視点でとらえることが出来るようになる事が重要

最後に

- 支援者が抱え込まないように、スーパーバイズを取り入れる支援体制の構築
- ほどほどの距離感をつねに意識する事

ありがとうございました。