平成 23 年度ひきこもり対策研修会

ひきこもりの心と向き合うために

―支援者、家族ができること―

平成 23 年 11 月 5 日、総合福祉センターに於いて斎藤環先生にご講演をいただき、大変多くの方に参加していただきました。その内容をひきこもり地域支援という側面からまとめました。（参加者：236 名）

① ひきこもる若者の現状

最新の調査によれば、ひきこもり状態にある若者が全国で推計69万人、回収率や協力率を考慮すれば200万人のひきこもりがいると考えられます。

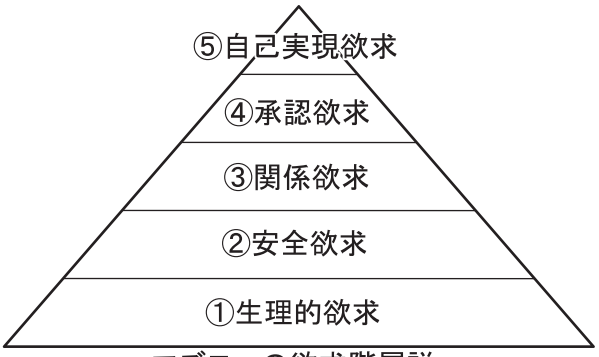
ひきこもりの定義というのは『社会参加をしない・できない』という事ですから、決して外出できないというわけではありません。ニートとの違いは友人関係があるか否かで、それぞれが独立しているわけではなくニートの人が友人関係を失ってしまえばひきこもりになってしまいます。

こういった若者に関する問題というのは、その問題に陥る若者自身だけの要因ではなく、社会の様々な情勢に影響を受けた結果という事ができます。

	フリーター	ニート	ひきこもり
友人関係	○	○	×
就労	○ (アルバイト)	×	×

若い人の働く意識も変化しています。マズローの欲求段階の図で説明するならば、以前は生活のため、つまり階層の①生理的欲求―食べたい・飲みたい―が働く理由だったのですが、今の若い人の理由はより高次の④承認欲求―人から認められたい―という事を理由に働いています。

報道などでは、ひきこもりの 8 割以上に精神障害があるという事が言われていますが、ひきこもりが病気で、矯正されるべきという考え方は間違っています。しかし、ひきこもりの生活は苦しいので病気の原因にはなりやすいのです。



マズローの欲求階層説

② ひきこもりへの対応

復学や就労という事を直に考えるのでは無く、その人がどうすれば幸せになるのか、元気になるのかを共に考えていくという事が必要になってきます。

ひきこもり状態に陥った場合、自力脱出は極めて難しいと言えますが、第三者の介入があれば抜け出せるとも言えます。

ひきこもりの人のうち、一割程度は発達障害と言うことができます。この場合対応方針が変わってくるところが出てきます。基本的には具体的に指示をするという事さえできれば普通に働ける人も少なくありません。

ひきこもりの方を社会と結びつけるには、まず個人と家族を結びつけなければなりません。個人と社会を結びつけるために家から出してもうまくはいきません。そのためにも家族の本人に対する接し方を変える必要があります。定期的に治療機関に通って、その姿を本人に見せながら、「あなたも一緒に来てほしい」と伝えてください。理由はただ一言『心配だから』それだけですべてが伝わります。

そして、ご家族にお願いしたいのは本人が安心してひきこもれる環境を作ってほしいという事です。「それではずっとひきこもってしまうのでは…」と思うかもしれませんが、若者は承認欲求より下位の階層が満たされても決して幸せにはなりません。人は幸せを追い求めますから、下位の欲求が満たされれば承認欲求を満たすために働きに出るのです。

そのためにはお金が必要です。お金が無ければ安心するどころか欲求自体を失ってしまいます。しかし、無限に渡す訳にもいきませんから、月に一回まとまった額を渡すようにしてください。そうすれば金銭感覚も養えますし、これ以上は無理という限界を設定することもできます。

また、会話ということも重要です。人は会話を

すると安心する動物ですから。そして、その内容はくだらなければくだらないほど良いのです。ひたすら無意味に思えるおしゃべりを重ねていただくという事が本人を安心させる事につながります。

③ 家庭内暴力への対応

基本姿勢としては暴力の全否定が有効です。本人から家族への暴力以外にも、それを力尽くで抑えるといった家族からの暴力も禁止します。それを宣言して、リアルに伝わればそれだけでも暴力は治まる可能性があります。

純粋な暴力に対して措置入院などの強制入院は解決につながりません。精神疾患などによらずに家庭内暴力で強制入院になった場合、病棟ではまったく問題なく過ごすので長くても１ヶ月程度で退院してきます。そして、さらなる暴力がはじまってしまうのです。ですから、警察への通報をする際には措置入院にならないよう注意しなければなりません。

また、避難という手段もあります。避難のタイミングは暴力のあったすぐ後にする必要があります。さらに、本人が自暴自棄になるのを防ぐために避難先からすぐに電話をしなければなりません。そして、電話は毎日かけてください。そうすれば感情の変化が読み取れます。まだ感情が昂ぶっているときには帰宅できません。落ち着いてきたら一時帰宅を繰り返して、大丈夫なら本格的に帰宅する。ここまですれば暴力の禁止という事が伝わります。

斎藤先生の講演でもひきこもりの方に対する援助の重要性が指摘されましたが、2011年6月20日に香川県ひきこもり地域支援センターを設置しました。

ひきこもりの背景にはつまづきの許されない社会などのそうならざるを得ない状況があります。そう考えると社会にこそ介入が必要なのかもしれません。

ひきこもりの方に対する支援というのは始まったばかりで理解もあまり進んでいないというのが現状ですが、ひきこもる必要の無い、過ごしやすい社会の成熟を切に願っています。（森本　記）

ひきこもり支援のポイント

- まずは休養
- 安心してひきこもってもらう
- 会話をして安心を
- 個人と家族を結びつける
- 家庭内暴力に対しては絶対禁止を宣言する

当日参加された方のアンケートでの感想の一部ご紹介します。なお、研修会の印象としては、ほぼ全ての方が「良かった」という回答でした。

ひきこもりで一番怖いのは欲がなくなるというお話が印象的でした。人間が社会と家族とかかわって行くために接点を基本に支援していきたいです。

具体的な対応を話してくれたためわかりやすかったが、その立場になったときに巧く対応出来るか不安。関わりの大切さを知る話だった。

粘り強く対応していくことの必要性を理解でき、専門家への働きかけ今後の対応を考え直すいいきっかけになった。仕事の動機付け、金銭の一定額など印象深かった。