

# 長期ひきこもり当事者の自立支援ニーズの傾向に関する研究 －電子掲示板の書き込み内容の質的内容分析を通して－

那 珂 元

A Study on Patterns of Long-term Socially Withdrawn People's  
Needs for Support of Independence  
－Application of a Qualitative Content Analysis of an Online  
Message Board－

Hajime NAKA

2019年11月8日受理

抄 録

本研究は、既存の支援アプローチの対象枠から漏れる可能性の高い「長期ひきこもり」状態にある当事者の視点に沿った支援ニーズを、「未開拓な」研究資源としての電子掲示板の書き込み内容のなかから導き出し、小島（2011）の「長期化するひきこもり当事者の就労までの3つの自立への要素」との比較・考察をおし、長期ひきこもり状態の人の支援ニーズの傾向を既存の支援アプローチのなかから見出す試みを行った。その結果、長期ひきこもり状態の人が日常的に抱えている困難や不自由さなどの諸問題を、当事者本人の語りのなかから捉えることに努めたため、支援者の視点ではなく、ひきこもり当事者本人の視点に立った諸問題の理解と、それらから推察できる当事者の支援ニーズを導き出した。

キーワード：ひきこもり 電子掲示板 自立 支援ニーズ 質的内容分析

## 1. はじめに／序論

### 1.1. 研究背景

長期化するひきこもり状態が社会問題化し始めている。内閣府が実施した「生活状況に関する調査（平成30年度）」（内閣府，2019）よれば、半年以上自宅にひきこもっている40歳から64歳までの人口は推計61万人を超え、ひきこもりの長期化が顕在化した。その一方で、既存のひきこもり支援システムからは、一定数の「ひきこもりから脱却できない人」（齊藤，2010）への支援がこぼれ落ちやすいことが指摘されている。

このため、長期に渡りひきこもり続ける当事者への支援体制を早急に整える必要がある。しかしながら、長期にわたって自宅もしくは自室に閉じこもり家族以外の他者

とほとんど接触を持たない、いわゆる長期ひきこもり状態の人がどのように認識し自分のひきこもり状態を捉えているのかについての先行研究は多くはない。さらに、ひきこもり状態の長期化の問題と家族・親子関係にかかわる家庭環境との関連性がしばしば指摘されている（斎藤，1998；関水，2016；2019）。また、ひきこもり研究においては、ひきこもり当事者本人の意識の重要性も指摘されている（関水，2016）。

一方で、ひきこもり当事者にとって、自宅のメールや電子掲示板、ソーシャル・ネットワークワーキング・サービス（SNS）などインターネットを介したオンライン・ツールの利用は一定程度有効であるとの指摘もある（斎藤，1998）。また内閣府の調査からもメールや電子掲示板への書き込みなど、オンライン・サービスの利用がひきこもり状態にある人びとにとって有益な社会コミュニケーション・ツールであると同時に、情報の取得や共有のための重要な情報源になっていると推察できる。しかしながら、学術研究分野においては、ひきこもり状態にある人びとのインターネット利用の実態、とりわけオンライン上に展開されている対話（会話）の内容がひきこもり当事者の情報へのニーズを分析するための有益な研究資源としては十分に活用されていないという現状があると考えられる。

## 1.2. 研究目的（研究の獲得目標）

以上の研究背景を踏まえ、本研究は、既存の支援アプローチの対象枠から漏れる可能性の高い「長期ひきこもり」状態にある当事者の視点に沿った支援ニーズを、「未開拓な」研究資源としての電子掲示板の書き込み内容のなかから導き出し、既存のひきこもり支援のアプローチの一つである小島（2011）の「長期化するひきこもり当事者の就労までの3つの自立への要素」として既に示されている自立に向けた支援との比較・考察を通して、長期ひきこもり状態の人の支援ニーズの特徴を見出すことを目的とする。

本研究の意義として、次の2点が挙げられる。第一に、これまでのひきこもり支援システムの対象から抜け落ちる傾向にあった家庭に長期に渡りひきこもり続ける「長期ひきこもり」状態の人たちに焦点を当てることで、ひきこもり当事者の視点に立った支援ニーズを推察する点である。第二に、既往研究では当事者の支援ニーズを知る手がかりの一つとして十分に活用されていなかった電子掲示板の書き込み内容を分析対象とすることで、ひきこもり研究における電子掲示板の研究資源としての可能性を示そうと試みる点である。

## 2. 用語の定義

「長期ひきこもり」および「自立」の2つの用語について本研究における定義を以下に記す。

## 2.1. 本研究における「長期ひきこもり」の定義

厚生労働省によれば、ひきこもりとは、「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ヵ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いてもよい）」を指す。また、精神科医である斎藤環は、ひきこもり状態を、「（自宅にひきこもって）社会参加をしない状態が6ヵ月以上継続しており、精神障害がその第一とは考えにくいもの（ただし『社会参加』とは、就学・就労しているか、家族以外に親密な対人関係がある状態を指す）」と定義している。

本研究では「長期ひきこもり」の定義を、これらのひきこもりの定義に倣い、「長期間に渡って家庭内にひきこもり続け、社会参加（斎藤（1998）の定義によるところの「就学・就労しているか、家族以外に親密な対人関係がある状態」）を回避しつづけている状態、もしくはその状態にある者」と定義する。

## 2.2. 自立

日本国語大辞典によれば、「自立」とは「他への従属から離れてひとりだちすること。一本立ち。他の力をかりることなく、また他に従属することなしに存続すること」である。また「自立」に似た表現で「自律」という言葉がある。同じく日本国語大辞典によれば、「自律」とは「自分で自分の行ないを規制すること。外部からの力にしばられないで、自分の立てた規範に従って行動すること」を意味する。近年のひきこもり研究のなかには、後者の自律を支援することの重要性を指摘する研究者（関水，2016）がいる一方で、小島（2016）のように、自立を「精神的自立」、「社会的自立」、「経済的自立」の3つの要素に分け、それぞれの自立に適した支援について説明している研究者もいる。例えば小島によると、精神的自立とはひきこもり当事者が自分で「考え」「感じ」そして「決断する」ことができること、自己肯定感を高め、家族との会話を豊かな感情をもってできるようになること（p.44-45）と説明しているが、この精神的自立は辞書の意味上の「自律」にニュアンスがとても近いと考えられる。本研究では、研究目的（1.3）や研究課題（3.1）を踏まえ、後述する小島（2016）の自立の定義（4.）、すなわちを「精神的自立」・「社会的自立」・「経済的自立」の「3つの自立の要素」を採用することとする。

## 3. 本研究における研究課題および研究設問

### 3.1. 研究課題

研究の目的（研究の獲得目標）を踏まえ、本研究の具体的な研究課題を以下の2点とする。

- ① 長期ひきこもり状態の投稿者によって投稿された電子掲示板に書き込まれた投

稿メッセージのうち、1)「できない」や「無理」など社会的自立を阻害する要素との関わりが想定される不可能性を表す否定語、2) 否定された対象、および3) 否定された理由がそれぞれ言及されている記述内容に分析の焦点を絞り、それらの内容に対し質的内容分析（クーツ, 2018）を行うことで、ひきこもり状態の投稿者本人が困難や不自由に感じている事柄から、彼（女）らが求めている支援ニーズを帰納的に導き出すこと。

- ② 分析によって導き出された長期ひきこもり状態の投稿者本人が求めている支援ニーズそれぞれに対し、小島（2011）が示した「長期化するひきこもり当事者の就労までの3つの自立への要素」である「精神的自立」・「社会的自立」・「経済的自立」を当てはめる。

#### 4. 「長期化するひきこもり当事者の就労までの3つの自立への要素」（小島, 2011）

前述した研究目的、および研究課題を達成するため、幾つかある既存のひきこもり支援アプローチのうち、小島（2011）の「長期化するひきこもり当事者の就労までの3つの自立への要素」を比較・考察の対象として使用する。この支援アプローチは、家庭にひきこもり続ける長期のひきこもり状態の当事者への支援を念頭に置いているため、本研究の対象とする長期ひきこもり状態の当事者の支援ニーズにより適した支援アプローチであると判断した。

以下、先述した『ひきこもり支援者読本』で示されている小島（2011）による3つの自立の説明から望まれる支援を列挙した。なお、本研究で想定する支援の対象ではないひきこもり当事者の家族への支援についてはそのなかから除外した。

##### （精神的自立）

- 自己肯定感を高める。自意識を減少させる。
- 相談者自身の精神的な自立を支援する。
- 自己決定や自己判断（自分で考え、自分で感じ、また自分で決断すること）の機会を日常的に与える。

##### （社会的自立）

- 家族、家庭のなかに自分が居ることへの小さな承認を家族から得ること。
- 家族以外の第三者の承認が必要になる。
- 就職するまでに必要なステップの具体的な提示とそれに向けた第三者としての支援者との話し合いの機会の提供
- 就労の意識を芽生えさせ、持たせ続け、社会性を育むための支援をする。
- 「親の老いに対する恐怖心」や「自分が社会からどう見られるか」という恐怖心に理解を示す。

- 支援施設や支援団体、職業能力開発施設などさまざまな情報の選択肢を提示し、「自分で選んで自分で決める」という場面を作ること。
- 複数の若者自立支援施設や、NPO の情報を提供し、集団へのトレーニングを進めるなど社会参加や集団での活動への自信や承認を与え、社会的自立の経験値を増やす支援をする。

#### (経済的自立)

- 就労先が具体的に見えてきたら、自分が生きていくために必要な諸経費を算出することなどを通して経済的な感覚を一つずつ身に付けさせる。

### 5. 方法

以下に、調査対象、データの収集手順、およびデータの分析手順をそれぞれ記す。

#### 5.1. 調査対象

自然会話を基本とするある大型オンライン電子掲示板 A のスレッド上にひきこもり状態の投稿者によって書き込まれた投稿内容を調査対象として選択した。この電子掲示板を選択した理由として、1) 専門家を介さない自由会話を基本とする書き込み内容のため、ひきこもり支援者など外部からの影響を受けることなく、ひきこもり状態の投稿者が日常的に困難や不自由と感じている問題や支援へのニーズを把握することができる、2) この電子掲示板は匿名性を維持したオンライン・サービスであるためデータの使用にあたっては研究倫理上の問題が大幅に軽減できる、3) この電子掲示板にはアーカイブ機能があり過去のデータがアーカイブ専用のサーバーに保存・維持されているためサーバーにアクセスすれば誰でも容易にデータへのアクセスできるうえ、研究結果の再現性も実行しやすいことなど実用面、手続き面でも有用な研究資源である、ことが挙げられる。

#### 5.2. データの収集手順

データの収集は、電子掲示板 A のひきこもり状態の利用者専用の板（スレッド）上の投稿メッセージが格納されているアーカイブ専用サーバーにインターネットを介してアクセスし、メッセージ群 2,000 スレッド、60,000 メッセージをインターネット経由で収集したうえで、手動でテキストデータに置き換え、研究者のパソコンのハードディスク上に保存した。作業時間の制約の都合上、本研究では電子掲示板に書き込まれた 60,000 メッセージのうち 5,000 メッセージのみを分析対象として設定した。

#### 5.3. データの分析手順

データの分析は、質的データ分析ソフトのひとつである Nvivo12 を使用し、以下

に挙げる3つの手順で実施した。

#### 1) 分析対象の範囲の設定

作業時間の制約の関係で、本研究では電子掲示板に書き込まれたメッセージのうち5,000メッセージのみを分析対象として設定した。

#### 2) 否定語の検索

否定語の検索作業にあたっては、質的研究支援ソフトのひとつであるNvivo12の検索クエリ機能を使用した。具体的には、あらかじめNvivo12のプロジェクトに取り込んでいた分析対象のメッセージ群に対し、幾つかのバリエーションの否定語を検索「○○することができない」や「○○をすることは無理」など行為もしくは行動の不可能を示す否定語が含まれる箇所を検索し抽出した。不可能性を示す否定語については多様なバリエーションが想定されることから、想定されえる否定語検索は、以下の検索ワードを設定しOR演算子を用い検索した。

(検索ワード)

出来ないORできないORせないORられないORれないOR無理ORだめOR話せないOR話すことができないOR伝えられないOR伝えることができないOR行けないOR行けるわけがないOR外出できないOR出られないORしゃべれないORしゃべることができないOR分かってもらえないOR分かってもらうことができない

#### 3) 分析対象のリスト化

次に、検索し抽出した否定語を含む前後の記述内容のうち、否定された行為もしくは行動の対象、および否定した理由などが記されているメッセージを選択した後、それらを項目ごとに整理しMSエクセル上にリスト化した。

#### 4) 「否定された事柄」のカテゴリ化

最後に、リスト化した否定された否定語やその理由を含む記述内容のテーマ分析を行い、「不可能性を示す否定語」「不可能性の言説テーマ」「言説上の理由から推察される当事者のニーズ」の項目ごとにカテゴリ化を行った。



## 6. 分析結果

分析結果を以下に示す。

### 6.1. 不可能性を示す否定語とその対象

表1に示すとおり、電子掲示板に投稿されたメッセージのなかで最も多く表現されていた不可能性を示す否定語で否定語は、可能の助動詞の否定である「れない・られない」(59件)であった。続けて順に、可能動詞「できる／出来る」の否定語である「できない／出来ない」(38件)、否定を表す形容動詞である「無理(だ)」(32件)、および可能動詞の否定または打消しである「せない・行けない」(11件)であった。

表1 不可能性を示す否定語のタイプ

否定語の形態	出現回数
れない・られない	59
できない／出来ない	38
無理(だ)	32
せない・行けない	11
総計	140

その一方で、あらかじめ設定した検索ワードのうち、「話せない」、「話すことができない」、「しゃべれない」、「しゃべることができない」、「伝えられない」、「伝えることができない」といった、他者とのコミュニケーションにかかわる行為または行動の不可能性を直接示す否定語については全く言及されることがなかった。

### 6.2. 不可能性を示す否定語とその対象

つぎに、出現回数が顕著に目立った否定語として、「できない／出来ない」、「れない」、および「無理」について、具体的にそれらの否定語によって否定された行為・行動の例および、否定された対象のカテゴリを表2にそれぞれ記す。なお、否定語については「」で、対象のカテゴリについては<>でそれぞれ囲んだ。

#### ①「れない・られない」

「れない・られない」にかかわる否定語の対象については、「シャワーれない(シャワーを浴びることができない)」といった日常生活を過ごすうえで欠かせない基礎的な行為・行動の不可能性を示す事柄が幾つか確認できた。また、「できない／出来ない」のケースと同様に、「コミュニケーションを取ることができない」、「家の外に出られない」、「友達関係や人間関係を作れない」など社会に参加することの不可能性を示す否定語が多く出現していた。さらに一部にお

いて、「ナマポれない（生活保護が受けられない）」といった経済面での不自由さを示す否定語も出現していた。これらのことから、長期ひきこもりの投稿者は、〈社会参加〉（または〈社会生活〉）への困難を強く感じていることに加え、〈基礎的な日常生活〉（特に衛生面や生理面にかかわる不自由さは、比較的多く確認された。）に対しても不自由さや困難を感じていることが分かった。

## ②「できない／出来ない」

次に、「できない／出来ない」にかかわる否定語の対象については、「生活を見直すこと」、「安眠できない」といった生活習慣にかかわる事柄の他に、「電車を利用すること」、「人と対面すること」といった社会参加にかかわる事柄、さらには、自分の人生の見直しなどに関わる事柄などが多く挙げられていた。これらのことから、長期ひきこもり状態の投稿者は、〈生活習慣の改善〉、〈社会参加（または〈社会生活〉）、さらには、〈人生設計〉に対して、不自由さや困難を強く感じていることが分かった。

## ③「無理（だ）」

最後に、「無理（だ）」にかかわる否定語の対象について、一部に「ゲームを止めることが無理」といった生活習慣にかかわる事柄や、「普通の人生を歩むことが無理」など人生設計にかかわる事柄の不可能性を示す否定語が出現していた。また、前者2つの否定語同様に、「外出は無理」、「外で仕事をするのは無理」、「社会復帰は無理」など社会参加にかかわる不可能性を示す否定語が多く出現していることから、長期ひきこもりの投稿者は、やはり社会的自立に対する困難、就労など〈社会参加〉にかかわる困難や不自由さを日常的に強く感じていることが分かった。



表2 主な不可能性を示す否定語の例

否定語のタイプ	否定語（不可能性の対象を含む）の例	対象のカテゴリ
できない ／ 出来ない	・(生活を見直すことは) 出来ない ・(安眠) できない	生活習慣
	・(電車を利用することは) できない ・(人と対面することは) できない	社会参加
	・(人生を最初からやり直すことが) できない	人生設計
れない	・シャワーれない ※シャワーを浴びることはできない	基礎的 日常生活
	・コミュれない ※コミュニケーションを取ることができない ・(家の外に) 出れない ・(友達や人間関係を) 作れない	社会参加
	・ナマボれない ※生活保護を受けることができない	経済面
無 理	・(ゲームを止めることが) 無理	生活習慣
	・(外出は) 無理 ・(外で仕事することは) 無理 ・(社会復帰することは) 無理	社会参加
	・(普通の人生を歩むことは) 無理	人生設計

### 6.3. 不可能性の言説テーマ・カテゴリ

次に、発話内容の内容分析（テーマ分析）を行い、上記に示した不可能性を示す否定語の前後から推察される「文脈上の」概念を、不可能性の言説テーマ・カテゴリとしてまとめた。（表3）。なお言説テーマは【】で囲んだ。

主な言説テーマは、【対人コミュニケーションへの不安や恐怖】（21件）、【体調・衛生・健康への不満、障害】（18件）、【社会的自立に対する不安や絶望】（15件）、【現状認識と将来展望の失望・絶望】（14件）、【外出への不安、恐怖】（12件）で、これらの言説テーマが全体の57%を占めた。これらのうち、例えば、【対人コミュニケーションへの不安や恐怖】、【社会的自立に対する不安や絶望】、また【外出への不安、恐怖】という言説テーマは、前節6.2で示された長期ひきこもり状態の投稿者が困難や不自由だと感じている〈社会参加〉（または〈社会生活〉）の具体的な内訳だと捉えることができる。同様に、【体調・衛生・健康への不満、障害】という言説テーマは、〈生活習慣の改善〉上の問題の具体的な内訳として捉えられ、さらに【現状認識と将来展望の失望・絶望】という言説テーマは、〈人生設計〉上の問題の具体的な内訳として、それぞれ捉えることができる。これらのことから、長期ひきこもり状態の投稿者にとって、〈社会参加〉（または〈社会生活〉）上の問題のうち、【対人コミュニケーションへの不安や恐怖】が最も困難や不自由だと感じていることが分かった。また、ほぼ同じ程度に、生活習慣や基礎的な日常生活を送る上での問題として、【体調・衛生・健康への不満、障害】が困難や不自由だと感じていることも分かった。

表 3 不可能性の言説テーマ・カテゴリ

不可能性の言説テーマ・カテゴリ	出現回数	%
対人コミュニケーションへの不安や恐怖	21	15%
体調・衛生・健康への不満、障害	18	13%
社会的自立に対する不安や絶望	15	11%
現状認識と将来展望の失望・絶望	14	10%
外出への不安、恐怖	12	9%
精神的・心理的側面、メンタルヘルス上の問題	8	6%
持続的な運動や身体活動の困難、あきらめ	7	5%
ひきこもり状態における日常生活上の基本活動の制限	4	3%
現状認識と苦悩	3	2%
現状認識と自己嫌悪	3	2%
採用、就職に対するあきらめ	3	2%
自動車の運転に対する恐怖	3	2%
生活保護に対する不満	3	2%
その他	26	19%
過去のネガティブな記憶から脱却できない悩み、外食ができない不満、自殺に対する恐怖、自力での炊事・料理の困難、身だしなみ・ファッションを楽しめないことに対する不満、日常の財政状態に対する不満など		
総計	140	100%

参考までに、テーマ分析と概念化作業にあたって使用した不可能性の言説テーマ毎の否定語内訳の例を以下に示す（表 4）。

表 4 主な不可能性の言説テーマ毎の否定語の例

不可能性の言説テーマ	否定語の例
対人コミュニケーションへの不安や恐怖 (21)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(オフ会*<sup>1</sup>に参加することは) 無理</li> <li>・(友達や恋人をつくることは) 出来ない</li> <li>・(ネットでのフレンド申請が) 出来ない</li> <li>・(友達や人間関係を) 作れない</li> <li>・(コミュとれない)</li> <li>・(会話が) 出来ない</li> </ul>
体調・衛生・健康への不満、障害 (18)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(安眠) できない</li> <li>・(風呂に入るのは) 無理</li> <li>・(歯を磨くことが) できない</li> <li>・(生活を見直すことは) 出来ない</li> <li>・(シャワーれない)</li> <li>・(眠れない)</li> </ul>
社会的自立に対する不安や絶望 (15)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(1人暮らしは) 無理</li> <li>・(外で仕事をするとは) 無理</li> <li>・(社会復帰することは) 無理</li> <li>・(仕事することは) 出来ない</li> <li>・(脱ヒキ*<sup>2</sup>が) 無理</li> <li>・(自立することが) 出来ない</li> </ul>
現状認知と将来展望の失望・絶望 (14)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(リア充*<sup>3</sup>になることは) 無理</li> <li>・(自分の将来について) 考えられない</li> <li>・(現実の生活から何の楽しみ、生きる意味を) 見いだせない</li> <li>・(普通の人生を歩むことは) 無理</li> <li>・(人生やり直せない)</li> <li>・(結婚や仕事は) 無理</li> </ul>
外出への不安、恐怖	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(家の外に) 出られない</li> <li>・(散歩に) 行けない</li> <li>・(外出は) 無理</li> <li>・(人が多い場所へは) 行けない</li> <li>・(電車を利用することは) 出来ない</li> <li>・(出れない)</li> </ul>

\* 1 オフ会とは、インターネット上のグループや特定の電子掲示板で知り合った人たちが、実際に集まる会合のこと。

\* 2 脱ヒキ：ひきこもり状態を脱出すること。

\* 3 リア充とは、実社会における人間関係や趣味活動を楽しんでいること。または、そのような人。「デジタル大辞泉」より抜粋 2019,11,06)

#### 6.4. 推察される当事者のニーズ

最後に、否定語が指し示す不可能性の対象（6.2）、不可能性の言説テーマ・カテゴリ（6.3）に、投稿メッセージのなかで投稿者本人によって語られた不可能性の理由（困難や不自由さと感じている理由）を加えた3つのテキスト要素に対して質的内容分析（テーマ分析）を行い、それら3つのテキスト要素から推察される長期ひきこもり状態の投稿者本人が求める当事者視点の支援ニーズを概念化した。その結果を以下の一覧に示す（表5）。なおそれぞれの支援ニーズを〔 〕で囲んだ。

表5 言説上の理由から推察される当事者ニーズ（出現回数の上位のみ）

言説上の理由から推察される当事者のニーズ	出現回数	%
自己肯定感（自己効力感、自己存在感）の向上と自尊心の回復	17	12%
ポジティブな将来展望、人生設計の前向きな見直し	12	9%
他者とのコミュニケーション（会話）の不安や恐怖心の除去	12	9%
外出の不安や恐怖の除去や解消	12	9%
体調面や衛生面の改善（睡眠）	8	6%
社会的自立と財政（家計）計画の支援	7	5%
精神面、メンタルヘルスおよび生活習慣の改善	7	5%
一人暮らしへの精神的・経済的支援	6	4%
脱ひきこもりと社会的自立支援を通じた実現可能性の提示など	5	4%
ひきこもり状態での日常生活における親からの理解や協力	4	3%
経済的自立の実現	4	3%
人間関係づくりと社会的交流の促進（友達）	4	3%
肥満体質の解消	4	3%
体調面や衛生面の改善（体力増進・健康維持）	3	2%
体調面や衛生面の改善（入浴）	3	2%

最も出現回数が多かった支援ニーズは、〔自己肯定感（自己効力感、自己存在感）の向上と自尊心の回復〕（17件）であった。続いて、〔ポジティブな将来展望、人生設計の前向きな見直し〕（12件）、〔他者とのコミュニケーション（会話）の不安や恐怖心の除去〕（12件）、〔外出の不安や恐怖の除去や解消〕（12件）、〔体調面や衛生面の改善（睡眠）〕（8件）といった概念上の支援ニーズが長期ひきこもり状態の投稿者当事者の言説のなかからそれぞれ導き出された。

次に、ひきこもり当事者が示した不可能性の言説テーマ（6.3）のうち1）〈社会参加〉（もしくは〈社会生活〉）にかかわる言説テーマ・カテゴリ、および2）〈生活習慣の改善〉・〈基礎的な日常生活〉にかかわる言説テーマ・カテゴリそれぞれと、概念化された当事者の支援ニーズ（6.4）との関連性を調べた（表6、および表7）。前者の、〈社会参加〉（もしくは〈社会生活〉）にかかわる言説テーマ・カテゴリでは、【対人コミュニケーションへの不安や恐怖】に対しては、〔他者とのコミュニケーション（会話）の不安や恐怖心の除去〕という支援ニーズが関連していた。同様に、【現状認識と将来展望の失望・絶望】や【社会的自立に対する不安や絶望】に対しては、〔自己肯定感（自己効力感、自己存在感）の向上と自尊心の回復〕・〔ポジティブな将来展望、

人生設計の前向きな見直し] という支援ニーズが、また、【外出への不安、恐怖】に対しては、[外出の不安や恐怖の除去や解消] という支援ニーズが、それぞれひきこもり当事者によってそれぞれ求められている支援ニーズとして関連づけられていた。

表 6 当事者ニーズ・否定語・理由・テーマ (例)  
(社会参加 / 社会生活にかかわる項目)

言説上の理由から推察される当事者のニーズ	言説上の否定語 (例)	言説上の理由 / 背景 (例)	不可能性の言説テーマ・カテゴリー
自己肯定感 (自己効力感、自己存在感) の向上と自尊心の回復 (17)	(人生を最初からやり直すことが) できない	引きこもりって人間的に全くなつてないと思うから	現状認識と自己嫌悪
	(何も) できない	何やっても続かないから	現状認識と将来展望の失望・絶望
	(社会復帰することが) 出来ない	引きこもりって馬鹿にされるから	社会的自立に対する不安や絶望
ポジティブな将来展望、人生設計の前向きな見直し (12)	人生やり直せない	もうなんの能力もないから、皆が若い頃やったことを俺はやったことがないから	現状認識と将来展望の失望・絶望
	(普通の人生を歩むことは) 無理	脱線しまくって今さら普通の人生なんて歩めないと思っているから	現状認識と将来展望の失望・絶望
他社とのコミュニケーション (会話) の不安や恐怖の除去 (12)	(オフ会に参加することは) 無理	ガチのひきこもりだから	対人コミュニケーションへの不安や恐怖
	コミュとれない	他人とのコミュニケーションが取れないから	対人コミュニケーションへの不安や恐怖
外出の不安や恐怖の除去や解消 (12)	(家の外に) 出られない	(他人に) 笑われたり、恐怖でどこにも (自分が) 名乗れないから。大学の夜間卒業後ひきこもり、友達がいらない。	外出への不安、恐怖
	(脱ヒキが) 無理	なんか一気に外出るのが怖くなってきたから。	外出への不安、恐怖

また後者の、〈生活習慣の改善〉・〈基礎的な日常生活〉にかかわる言説テーマ・カテゴリーでは、【体調・衛生・健康への不満、障害】に対しては、[体調面や衛生面の改善 (睡眠)]、[精神面、メンタルヘルスおよび生活習慣の改善]、[体調面や衛生面の改善 (入浴)]、[体調面や衛生面の改善 (栄養管理・食生活)] といった支援ニーズが関連していた。同様に、【持続的な運動や身体活動の困難、あきらめ】に対しては、[外出の不安や恐怖の除去や解消]、[肥満体質の解消] といった支援ニーズが、また【ひきこもり状態における日常生活上の基本活動の制限】に対しては、[ひきこもり状態での日常生活における親からの理解や協力] という支援ニーズがそれぞれ関連づけられていた。その他、[身だしなみに関する情報の提供]、[ゲーム中毒からの脱却と生活リズムの取り戻し] といった、生活習慣の改善や基礎的な日常生活の維持・促進にかかわる支援ニーズも存在した。

表7 当事者ニーズ・否定語・理由・テーマ (例)  
(生活習慣の改善 / 基礎的な日常生活にかかわる項目)

言説上の理由から推察される当事者のニーズ	言説上の否定語 (例)	言説上の理由/背景 (例)	不可能性の言説テーマ・カテゴリー
外出の不安や恐怖の除去や解消 (11)	(ジョギングは) 無理	外に出れないから	持続的な運動や身体活動の困難、あきらめ
体調面や衛生面の改善 (睡眠) (8)	寝れない	ひきこもりにもかかわらず外出してしまったため心身が疲れすぎているから	体調・衛生・健康への不満、障害
精神面・メンタルヘルスおよび生活習慣の改善 (7)	(歯を磨くことが) できない	鬱になってから歯磨き洗顔シャワー全てが億劫になったから	体調・衛生・健康への不満、
肥満体質の解消 (4)	(ジョギングは) 無理	体重 100 kg 超えたから	持続的な運動や身体活動の困難、あきらめ
	着れない	メタボすぎるから	身だしなみ、ファッションを楽しめないことに対する不満
ひきこもり状態での日常生活における親からの理解や協力 (4)	俺も住めるだけありがたいんだけど物音出せない	(家の中で物音を) 出せない	ひきこもり状態における日常生活上の活動の制限
体調面や衛生面の改善 (体力増進・健康維持) (3)	(働くことは) 無理	ひきこもりすぎて体力落ちているから	持続的な運動や身体活動の困難、あきらめ
体調面や衛生面の改善 (入浴) (3)	シャワーれない	(空白)	体調・衛生・健康への不満、障害
体調面や衛生面の改善 (栄養管理・食生活) (2)	太れない	食費を節約し、摂取量を抑えているから	体調・衛生・健康への不満、障害
ゲーム中毒からの脱却と生活リズムの取り戻し (1)	(ゲームを止めることが) 無理	毎日昼夜逆転しているから、ゲーム中毒になっているから	ゲーム中毒と日常習慣の乱れ
年齢に適したファッション、身だしなみに関する情報の提供 (1)	([年齢が 30 代に入ったので] 20 代にあるファッションを意識した洋服を) 着こなせない	年齢が 30 代に入ったから	身だしなみ、ファッションを楽しめないことに対する不満

以上の分析結果から、【対人コミュニケーションへの不安や恐怖】、【社会的自立に対する不安や絶望】、【外出への不安、恐怖】といった〈社会参加〉(もしくは〈社会生活〉)に関わる困難や不自由さに対しては、社会的参加の機会を提供するといった即時的な支援ではなく、ネガティブな心理状態を解消したり、ポジティブな心理状態を確保したり、またそれによって自己肯定感(自己効力感または自己存在感)を高めることなど、精神面での支援が社会的参加を直接促す支援に先立って求められていることが、少なくとも長期ひきこもり状態の当事者の語りに含まれる否定語、不可能性の言説テーマ、および当事者が発話した理由の3要素のテーマ分析の結果から示唆された。加えて、【体調・衛生・健康への不満、障害】、【持続的な運動や身体活動の困難、あきらめ】、【ひきこもり状態における日常生活上の基本活動の制限】といった〈生活習慣〉や〈基礎的な日常生活〉に関わる困難や不自由さに対しては、睡眠、入浴、栄養管理・食生活など日常生活における体調面や衛生面の管理を促したり、運動による不健康の解消や健康づくりを促したり、さらには、日常生活を自宅(もしくは自室)で過ごすことに対する親からの理解や協力を得ることなど、生活習慣や基礎的な日常生活を支障なく過ごすさまざまな支援が求められていることも分かった。

## 6.5. 分析のまとめ

### 6.5.1. 否定語の特徴

- ①電子掲示板に出現していた否定語は、「話せない」、「しゃべれない」、「伝えられない」といった、他者とのコミュニケーションに直接関わる行為または行動の不可能性を表す否定語は見当たらなかった。
- ②長期ひきこもりの投稿者が不自由さや困難を感じていると思われる否定された対象のうち、以下の項目が顕著に表れていた。
  - <社会参加>（または<社会生活>）
  - <人生設計>
  - <生活習慣の改善>
  - <基礎的な日常生活>（衛生面や生理面等）

### 6.5.2. 不可能性の言説テーマの特徴

長期ひきこもり状態の投稿者が示した否定語の対象の概念である不可能性の言説テーマでは、以下の項目が顕著に表れていた。

- 【対人コミュニケーションへの不安や恐怖】
- 【体調・衛生・健康への不満、障害】

### 6.5.3. 推察される当事者の支援ニーズの特徴

- ①<社会参加>（もしくは<社会生活>）に関わる困難や不自由さに対しては、精神面での支援が社会的参加を直接促す支援に先立って求められている。
- ②<生活習慣>や<基礎的な日常生活>に関わる困難や不自由さに対しては、生活習慣や基礎的な日常生活を支障なく過ごすための支援（規則正しい生活環境づくり、体力増進、健康づくり、栄養や衛生管理など）が求められている。

## 7. 考察

本研究の目的は、長期ひきこもり状態の投稿者本人が求めている支援ニーズが「長期化するひきこもり当事者の就労までの3つの自立への要素」（小島，2011）である「精神的自立」・「社会的自立」・「経済的自立」のうちどの自立への要素に該当するかを確認することで、自宅（または自室）にひきこもり続ける長期ひきこもり状態の投稿者が日常生活のなかで抱える諸問題点に適した支援ニーズの傾向を発見することであった。そのため、長期ひきこもり状態の投稿者によって投稿された電子掲示板上の語りのなかでも社会的自立を阻害する要素と関わっていると考えられる不可能性を



表す否定語、否定された対象、および否定された理由が言及されている記述内容に分析の焦点を絞り、それらの内容に対しテーマ分析を行うことで、ひきこもり状態の投稿者本人が困難や不自由に感じている事柄より、彼（女）らが求めている支援ニーズを帰納的に導き出した。分析結果は、前節 6.5 の通りである。

そこで本節では、分析によって導き出された長期ひきこもり状態の投稿者本人が求めていると判断された 39 件の支援ニーズそれぞれに対し、小島（2011）が示した「長期化するひきこもり当事者の就労までの 3 つの自立への要素」である「精神的自立」・「社会的自立」・「経済的自立」を、小島の説明にもとづき、当てはめ（表 8）、これまでの分析結果（6.5）と比較をしながら、長期ひきこもり状態の投稿者に適した支援ニーズの傾向について考察する。

### 7.1. 就労までの 3 つの自立への要素と長期ひきこもり当事者の支援者ニーズ

小島（2011）が示した「長期化するひきこもり当事者の就労までの 3 月つの自立への要素」では、精神的自立が社会的自立に先立つステップとして説明されているが、3 つの自立要素（精神的自立・社会的自立・経済的自立）を本研究で見出された 39 件の支援者ニーズにそれぞれ当てはめてみると、表 8 が示す通り、長期に渡り自宅（もしくは自室）にひきこもり続けている長期ひきこもり状態の投稿者の求める支援ニーズは、精神自立を促す支援ニーズよりも社会的自立を促す支援ニーズの方がはるかに高いことが確認できた。その一方で、経済的自立への支援ニーズはほとんどなく、長期ひきこもり状態の投稿者が望む社会復帰とは、就労を最終目標とする「社会的自立」では必ずしもないことが伺える。これらのことから、長期ひきこもり状態の当事者の「ひきこもり続ける」という行動とは対照的に、日常生活を過ごすなかで、ひきこもり続ける状態から抜け出すこと、他者とコミュニケーションを取り、また他者との良好な人間関係を築くなど、社会参加や社会生活を渴望している、と推察できる。ただし、本研究での分析結果では、他者とのコミュニケーションに直接関わる行為または行動の不可能性を表す否定語は見当たらなかった（6.5.1）ことや、多くのひきこもり投稿者が、対人コミュニケーションに対する不安や恐怖などネガティブな感情を持ち続けていること（6.5.2）などから、本研究の対象である、長期ひきこもり状態の投稿者が、実際には社会的自立に移行する手前で留まったままの状態にあると推察できる。実際、分析結果からは、社会的自立に関わる困難や不自由さを解決するためには、社会的参加を直接促す支援に先立って精神面での支援が求められていることが示唆された（6.5.3）。小島（2011）も社会的自立になかなか移行できずひきこもり続けることに対する「こころ」のケアの重要性については認識しており、「ひきこもり当事者が社会と自分の関係を考えたとき、自分が社会からどう見られるか、という恐怖心」が強いため、当事者の社会的自立を促すためには、先ず「大きな社会でのことではなく、家族から始まる小さなコミュニティで自分が居ることへの苦痛をなくすこと、小さな承認の積み重ねをつくるということ」の重要性を「社会的自立」の説明

のなかで指摘している（小島，2011）。

## 7.2. 第4の自立要素としての生活習慣や基礎的な日常生活を支障なく過ごすための支援

他方、小島（2011）の「就労までの3つの自立への要素」と本研究が導き出した長期ひきこもり状態の投稿者が求める支援ニーズとの関連づけた結果、本研究を通して導き出した支援ニーズのうち、小島（2011）の自立への3要素には当てはまらない、基礎的な日常生活の確保や生活習慣の改善を促す支援ニーズ（表では\*\*印の項目）があるのが分かった。そのため、表8に示す通り、精神的自立（第1）・社会的自立（第2）・経済的自立（第3）に加えて、第4の自立への要素として「基礎的な日常生活」を新たに設定した。本研究では、【体調・衛生・健康への不満、障害】など、長期ひきこもり当事者が困難や不自由だと感じている生活習慣や基礎的な日常生活を過ごす上での諸問題について、小島（2011）の「就労までの3つの自立への要素」では言及されていない明確な理由は確認できなかったものの、想定される理由の一つとして、本研究が対象とした電子掲示板の投稿者である長期ひきこもり状態の当事者本人の求める支援のなかには、就労を社会的自立のゴールに据えていない、むしろ自宅（または自室）にひきこもり続けるために必要な日常生活上の支援が比較的多かったからではないかと考えられる。

以上の2つの考察より、長期ひきこもり状態の当事者が社会的自立へとスムーズに移行できるためには、精神的な支援や「こころ」のケアに加えて、生活習慣や基礎的な日常生活を支障なく過ごすための支援（規則正しい生活環境づくり、体力増進、健康づくり、栄養や衛生管理など）も同時に提供することが望ましいという結論に至った。

## 8. まとめ（本研究の貢献、限界および展望）

本研究の貢献として、次の3点が挙げられる。第一に、これまでのひきこもり支援システムの対象から抜け落ちる傾向にあった家庭に長期に渡りひきこもり続ける「長期ひきこもり」状態の人たちに焦点を当てた点である。第二に、既往研究では当事者の支援ニーズを知る手がかりの一つとして十分に活用されていなかった電子掲示板の書き込み内容を分析対象とすることで、ひきこもり研究における電子掲示板の研究資源としての可能性を示した点である。また第三に、長期ひきこもり状態の人が日常的に抱えている困難や不自由さなどの諸問題を、当事者本人の語りのなかから捉えることに努めたため、支援者の視点ではなく、ひきこもり当事者本人の視点に立った諸問題の理解と、それらから推察できる当事者の支援ニーズを導き出した点である。

一方で、本研究の限界としては、以下の三点が挙げられる。第一に、本研究では、主に研究者の時間な制約により分析対象をごく限られた範囲に限定したため、長期ひきこもり状態の投稿者が日常的に抱える諸問題や当事者が求める支援ニーズの傾向を

一般化するまでには至ってはいない点である。第二に、本研究では、年齢層や性別などひきこもり当事者の基本属性について考慮しなかったため、ひきこもり状態の投稿

表8 推察される当事者ニーズと支援ステップ

項番	言説上の理由から推察される当事者のニーズ	精神的自立	社会的自立	経済的自立	基礎的日常生活
1	自己肯定感（自己効力感、自己存在感）の向上と自尊心の回復	✓			
2	ポジティブな将来展望、人生設計の前進的な見直し		✓		
3	他者とのコミュニケーション（会話）の不安や恐怖心の除去		✓		
4	外出の不安や恐怖の除去や解消		✓		
5	体調面や衛生面の改善（睡眠）				✓
6	社会的自立と財政（家計）計画の支援			✓	
7	7 精神面、メンタルヘルスおよび生活習慣の改善	✓			✓
8	一人暮らしへの精神的・経済的支援	✓			
9	脱ひきこもりと社会的自立支援を通じた実現可能性の提示など		✓		
10	ひきこもり状態での日常生活における親からの理解や協力		✓		
11	経済的自立の実現			✓	
12	人間関係づくりと社会的交流の促進（友達）		✓		
13	肥満体質の解消				✓
14	体調面や衛生面の改善（体力増進・健康維持）				✓
15	体調面や衛生面の改善（入浴）				✓
16	いじめ支援の専門家、カウンセラーからのアドバイスや支援	✓			
17	ひきこもり状態の人に適した感情の抑制の方法、ストレス発散方法、メンタル・コントロールの仕方の提示	✓			
18	ひきこもり状態の人のための就職活動や採用面接のアドバイス、就職支援		✓		
19	自殺したい気持ちとの折り合いの付け方	✓			
20	自分で炊事・料理をするスキル				✓
21	心の癒し、精神面の充実	✓			
22	人間関係づくりと社会的交流の促進（友達・恋愛）		✓		
23	体調面や衛生面の改善（栄養管理・食生活）				✓
24	きめ細かい配慮をした職業訓練や成功事例の紹介		✓		
25	ゲーム中毒からの脱却と生活リズムの取り戻し				✓
26	サポートセンターからの効率的な情報取得		✓		
27	ひきこもり状態の人の苦悩と精神的苦痛の解消	✓			
28	ひきこもり状態の人の心理面に配慮した社会的自立に向けた支援の提供	✓			
29	ひきこもり状態の人の年齢に応じた健康づくり				✓
30	季節毎の外出対策				✓
31	結婚や養育を含んだ脱ひきこもり状態後の人生設計の立て直し		✓		
32	将来の人生の選択をする行動力と意思決定能力の向上		✓		
33	人間関係づくりと社会的交流の促進		✓		
34	人間関係づくりと社会的交流の促進（友達・親戚）		✓		
35	人間関係づくりと社会的交流の促進（恋愛・結婚）		✓		
36	人間関係の構築、社会交流の促進		✓		
37	精神障害の肯定的受け入れ	✓			
38	年齢に適したファッション、身だしなみに関する情報の提供				✓
39	良好な親子関係の維持		✓		

※印の項目は、推察される社会的自立に繋がる「精神的自立」への支援を指す。  
 ※※印の項目は、推察される社会的自立に繋がる「生活習慣や基礎的な日常生活」への支援を指す。

者が日常的に抱える諸問題や求める支援ニーズについての世代間や性差による相違点について確認することができなかった点である。また第三に、本研究で導き出した当事者視点に立った支援ニーズは、あくまでもひきこもり状態の当事者本人が電子掲示板上で直接発話しテキスト上に表れている事柄やその理由から導き出した結果であり、発話には表れていない、いわば「隠された」文脈上もしくは社会構造上の諸問題（例えば家族とひきこもりとの関係性に起因する問題等）や支援ニーズについては把握できなかった。

以上を踏まえると、今後の課題として、電子掲示板などひきこもり当事者の語りの内容のより深い分析を通して、顕在化された発話には表れることのない長期ひきこもり状態の人の社会的自立を不可能にする社会構造上の問題や支援ニーズを見出す研究が求められる。

参考文献

ウド・クカーツ. 質的テキスト分析法: 基本原理・分析技法・ソフトウェア. 佐藤郁哉訳. 東京, 新曜社, 2018, 268p.  
 小島貴子. “ひきこもり当事者への就労支援”. ひきこもり支援者読本. 内閣府子ども若者・子育て施策総合推進室編. 東京, 2011, p.42-54.  
[https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/handbook/ua\\_mkj\\_pdf.html](https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/handbook/ua_mkj_pdf.html), (参照 2019-11-08).  
 奥山今日子, 久田 満. 事例報告 自助資源としてのインターネット: 「ひきこもり」の

- 人たちが参加する電子掲示板に関する事例研究．コミュニティ心理学研究，2002, vol.5, no.2, p.111-123．
- 栗本淳子，吉田かける，中地展生．ひきこもりに関する調査の現状と今後の課題．帝塚山大学心理学部紀要．2017, vol.6, p.35-49.
- 齊藤万比古．ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン．2010.  
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12000000-Shakaiengokyoku-Shakai/0000147789.pdf>, (参照 2019-11-08).
- 斎藤環．社会的ひきこもり：終わらない思春期．東京，PHP 研究所，1998, 222p.
- 関水徹平．「ひきこもり」経験の社会学．東京，左右社，2016, 371p.
- 関水徹平．特集，ひきこもりの現状と課題：ひきこもり経験にみる家族主義の課題と当事者活動の意義．青少年問題．2019, vol.673, p.18-25.
- 内閣府編．生活状況に関する調査（平成 30 度）．2019.  
<https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/life/h30/pdf/s3.pdf>, (参照 2019-11-08).
- Guest, G.; MacQueen, K.; Namey, E. Applied thematic analysis. Sage, 2012, 295p.