

若者のひきこもり

—生きづらさの解消—

牛 田 莉 子

目次

はじめに

1. ひきこもりの政策・支援の歴史
 1. 1 「ひきこもり」とは何か
 1. 2 政策・支援の歴史

2. 「ひきこもり」当事者について
 2. 1 ひきこもる原因
 2. 2 「ひきこもり」の特徴

3. 存在論的ひきこもり
 3. 1 ひきこもりを生きづらくさせているもの
 3. 2 存在論的ひきこもり
 3. 3 ひきこもる意味

4. “生きづらさ” 解消のために
 4. 1 「当事者」はどう向き合うべきか
 4. 2 「親」はどう支えるべきか
 4. 3 「社会」はどう変わるべきか

おわりに

参考・引用文献

はじめに

ゼミに入って最初に担当した文献講読が「ひきこもり」についてだった。そこで自分が今まで持っていた「ひきこもり」に対する否定的イメージはただの偏見に過ぎず、それが当事者を苦しめている「社会の価値観」と同じであることが分かった。さらに、ひきこもり当事者・関係者に限らず、誰もが関わり得る問題であることを知り、関心を持った。また、ドラマ「家族狩り」において、家族の問題の1つとして「ひきこもり」が扱われていたのを見て、ひきこもっている間当事者は何を考えているのか、周囲の人はどう接するべきなのか、など気になる点がいくつか出てきた。それらをきっかけに、ゼミの自由研究のテーマに「ひきこもり」を選び、実際に研究してみた。しかし、自分の関心のある点について十分に調べることができなかつたため、引き続き同じテーマで、さらに詳しく研究したいと思い、このテーマを選んだ。

文献講読や自由研究で「ひきこもり」について学んでいくうちに、「ひきこもり」を苦しめているのが実は「社会の価値観」であり、またその価値観を本人が共有しているからであると分かった。そこで、「ひきこもり」と彼らを苦しめる「社会の価値観」との関係性や、彼らの“生きづらさ”を解消するためにはどうすればよいのかを研究することにした。具体的には、否定的なイメージの強い「ひきこもり」に対して、肯定的な捉え方ができるようになれば、“生きづらさ”を解消することができるのではないか、肯定的な捉え方とはどのような認識であるのかを考察する。

テーマを「若者」に限定した理由は、一般に社会に出るとされる年齢の場合、「ニート」の問題が絡んでくるため、対象とする範囲が広がってしまうからである。また、今日ではひきこもりの「高齢化」も問題視されているが、「ひきこもり」の発端はやはり学生時代である場合が多いようだからである。

なお、本研究において、筆者自身がよりリアルに感じるため、ひきこもり研究者の見解だけではなく、経験者の考えにも触れてみたいと思った。そこで、経験者の体験談やインタビューが掲載されている著書もいくつか講読することによって、傾向や特徴について自分なりに考察することを試みた。

本論文は4章構成となっており、まず1章では、そもそも「ひきこもり」とは何なのかを性質や定義から確認し、今までどのような認識がなされ、どのような政策や支援が行われてきたのかを紹介する。2章ではひきこもり当事者に焦点を当て、当事者の体験談を踏まえた上で「ひきこもり」の原因や特徴について具体的に取り上げる。そこから考えられる“生きづらさ”に繋がる要素を見つけ出し、3章では、実際にひきこもりを“生きづらく”させているものは何なのかを考える。そして、それに対してひきこもりの「肯定的なまなざし」という考え方を見出す。4章では、そのひきこもりの「肯定的なまなざし」という考えを受け、ひきこもりの“生きづらさ”の解消のために、当事者、親、そして社会はどのような認識を持つべきなのか、3者それぞれの視点から筆者の考察を述べていく。

1. ひきこもりの政策・支援の歴史

1. 1 「ひきこもり」とは何か

「ひきこもり」と聞いて思いつくのは、家から出ず自宅・自室に籠もる、対人関係からの撤退、就労等の社会参加をしない、と言ったものが一般的なイメージではないであろうか。「ひきこもり」の定義は複数存在しているが、厚生労働省が平成 16 年度に行った「ひきこもり」の実態調査では「仕事や学校に行かず、かつ家族以外の人との交流をほとんどせず、6 か月以上続けて自宅にひきこもっている状態」という定義が用いられている¹。

そもそも「ひきこもり」が生まれたのはいつなのであろうか。正確にはわかっていないが、1970 年代に現れたと言われている。そして、「ひきこもり」という名詞形の登場は 1980 年代であり、1985 年の論文である谷野幸子・一丸藤太郎の「一青年のひきこもりからの旅立ち」が名詞形で初めて使用した例とされている²。

ひきこもりの数については、過去に様々な調査が行われており、日本全国で 100 万人とも言われている³。しかし、ひきこもりの実数に関する調査を行うに当たってその性質上問題が多く、はっきりした統計は得られていない。その問題とは、まず「ひきこもり」自体が不可視的な存在であり、自室・自宅に閉じこもっている人たち全てを把握するのは難しいということ。さらにその家族が隠そうとする場合もあるであろう。そしてもう 1 つ、調査には基準とする定義が必要になるが、「ひきこもり」は多様で曖昧な存在であることである（荻野ほか編 2008）。この「多様さ」「曖昧さ」については後述する。また、「ひきこもり」は日本以外の国にも存在するが、数十万人規模で存在するのは日本だけであるとされている。そのため日本の文化的要因が強く影響している現象であると考えられる。さらに、性別で分けると男性に圧倒的に多く、全体の 7～8 割であるとされている。そこには社会的な性差が影響していると考えられる（井出 2007）。

「ひきこもり」は一般的にネガティブなイメージを持たれやすい。例えば、働かずにただならんと過ごす怠け者、自立せず親に甘えて世話になり続けるダメな人間、つらいことや困難から逃げている弱い人間などであり、“普通の人”がしていることをしない・できない社会不適応者ともいうべきイメージであろう。しかし、ひきこもりは単なる怠けや甘えなどではなく、何らかの原因によって“生きづらく”なっているものである。また、イメージと言うと「自宅・自室に閉じこもっていて出てこない」というものが最も特徴的であると思われるが、実際には人と会ったり外出したりする人もいる。さらに当事者の自己認識は多様で、「自分はひきこもり」と思っている人もいれば「ただ外に出ないだけ」と思っている人もいるようである（竹中 2010）。また、厚生労働省による「ひきこもりガイ

¹ 「政策レポート（ひきこもり施策について）」厚生労働省
<http://www.mhlw.go.jp/seisaku/2010/02/02.html>（最終閲覧日 2015.12.17）

² 「Social withdrawal と社会的ひきこもり」井出草平の研究室
<http://www.idesohei.net/withdrawal.html>（最終閲覧日 2015.12.10）

³ いわゆる「100 万人説」である。「100 万人説」は、諸説ある中でもよく用いられるもので、斎藤環が 2000 年前後から提唱し始めた（斎藤 2003）。

ドライン」では、「ひきこもりは一つの疾患や障害にのみ現われる症状ととらえるべきではなく、様々な疾患の症状として、また様々な葛藤の徴候としてあらわれるものと理解すべきでしょう。したがって、ひきこもりという概念が覆う領域は非常に広く、その境界はあいまいなものとならざるをえません。」とある⁴。このように、「ひきこもり」と一言と言ってもその程度や認識は多様であり、原因や環境も人それぞれである。そのため、“明確”な概念ではなく、“曖昧”な存在なのである。この「多様さ」「曖昧さ」があるからこそ、はっきりと定義しづらいのであり、定義が複数存在する理由であろう。「ひきこもり」の定義は、「定義を曖昧にすれば『ひきこもり』の外延は広がり、われわれが考える状態以外のものが含まれてしまう。かといって、特定の要素を厳密に適用すれば、今度はわれわれが『ひきこもり』とするものが除外されてしまう」（荻野ほか編 2008: 79）のである。

ここで、「曖昧な存在」であるからこそなされてきた様々な定義のうち、特に代表的なものをいくつか紹介する。

まず、斎藤環（1998: 25）は『社会的ひきこもり』において、「20代後半までに問題化し、6カ月以上、自宅にひきこもって社会参加をしない状態が持続しており、ほかの精神障害がその第一の原因とは考えにくいもの」と定義している⁵。この定義は「ひきこもり」を初めて明確に定義したものであると言われている（荻野ほか編 2008）。そして、この著書によって「ひきこもり」という言葉の認知が広がった（井出 2007）。

「社会的ひきこもり」は、「ひきこもり」を「原因」で分類したものの1つである。「ひきこもり」は大きく分けて2つに分類することができる。1つは、統合失調症（精神分裂病）やうつ病などの精神病をはじめとする重篤な精神疾患が背後にあり、そのために二次的な「ひきこもり」状態にある人。もう1つは、そのような症状は顕著ではなく、「ひきこもり」そのものが主な特徴である一次的な「ひきこもり」状態にある人である（岡本・宮下 2003）。また、「ひきこもり」の原因が精神疾患ではなくても、一次的なひきこもり状態となった後に結果として精神障害が現れることがある。その場合と、精神疾患による二次的なひきこもりはどちらも同じ「病気」の状態である。しかし、「ひきこもり」自体が「病気」なわけではない。このとき、病気という「状態」ではなく「原因」に注目するのである。つまり、「精神疾患」による二次的なひきこもりと、不登校やいじめ等の「社会的要因」による一次的なひきこもりに分類できる。このうちの後者「社会的要因」が原因となるひきこもりが斎藤のいう「社会的ひきこもり」であり、一般的に知られている現象としての「ひきこもり」である（井出 2007）。

斎藤の定義の「6カ月以上」という点は、治療的対応の目安として加えられたものである。短期間であれば、周囲の過剰対応を呼んでしまう危険性や単なる休養としての必要性

⁴ 「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」厚生労働省

http://www.ncgmkohndai.go.jp/pdf/jidouseishin/22ncgm_hikikomori.pdf#search='%E3%81%B2%E3%81%8D%E3%81%93%E3%82%82%E3%82%8A%E3%82%AC%E3%82%A4%E3%83%89%E3%83%A9%E3%82%A4%E3%83%B3'（最終閲覧日 2015.12.17）

⁵ かつては不登校からひきこもる人が多かったが、現在では退職後、30代からでもひきこもる人が少なくないため、年齢制限はもはやほとんど意味はないと考え、「20代後半」という項目は削除されている。

「ひきこもりとは何か。ひきこもりの定義とその特殊性」メディカルノート

<http://medicalnote.jp/contents/150722-000004-ELGBXN>（最終閲覧日 2015.12.17）

が考えられるからである。逆に、長期間になりすぎると対応が遅れてしまい、復帰が難航する（斎藤 1998）。このように斎藤の定義は、「治療」を想定した定義である。

次に、厚生労働省は「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（以下「ガイドライン」）」において、「『ひきこもり』はさまざまな要因によって社会的な参加の場面がせばまり、就労や就学などの自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態のこと」としている⁶。この定義も斎藤の定義と同様、「状態像」に着目した定義であり、「ガイドライン」が精神保健サービスの指針として作られているためである。

また、朝日新聞社記者の塩倉裕は「対人関係と社会的活動からの撤退が本人の意図を越えて長時間続いている状態であり、家族とのみ対人関係を保持している場合を含む」としている（塩倉 2000: 205）。塩倉の定義の特徴は「本人の意図を越えて」という点である。「本人の意図」が含まれる理由は、ひきこもり状態からの離脱が非常に困難であるからである。本人の意思で簡単に離脱できるのであれば、「ひきこもり」は「問題」にはならないのである（井出 2007）。また、斎藤の定義が治療を想定しているため「20代後半」や「6カ月」といった具体的なものであるのに対し、「本人の意図」という抽象的な言葉を用いることによって、ひきこもりの理解に当事者の内在的な視点を導入しようとしていると考えられる。その点で、塩倉の定義はより当事者に沿おうとしている定義であるといえよう（芹沢 2002）。

このように、「ひきこもり」の定義は定義者の立場や視点によって異なる。つまりまとめると、①曖昧で多様であるがゆえに、はっきりと定義づけることが容易ではない存在、②原因は病気ではなく「社会的要因」、③対人関係・社会的活動から離れている状態像、ということである。

1. 2 政策・支援の歴史

ではこのような複雑な対象に対してどのような対応がなされてきたのか。先程述べたように、ひきこもりの登場は1970年代であったといわれている。「ひきこもり」に対する関心が高まったのは、2000年前後に起きた複数の事件がきっかけであった。それ以前の1990年代まで「ひきこもり」への関心は、何らかの関係者に限られていた。

「ひきこもり」ははじめ、1990年代前後に若者の問題として注目されだした。まず行政の対応について見ていく。1989年に青少年問題審議会が出した意見書である「総合的な青少年対応の実現をめざして」において、1980年代に頻発した非行や校内暴力などの反社会的な行動の陰に隠れていた「ひきこもりや登校拒否などの中に見られる非社会的な行動の増加」に注意を促した。その意見書を踏まえた1990年の『青少年白書』においては、「非社会的問題行動とは、引きこもりや無気力、登校拒否、自殺など、周囲の環境や社会生活になじむことができなくなったり、積極的に適応する努力が困難になったりすること」と説明している（荻野ほか編 2008）。この時点では「ひきこもり」は「非社会的問題行動」と

⁶ 『ひきこもり』対応ガイドライン（最終版）の作成・通知について」厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/topics/2003/07/tp0728-1b.html>（最終閲覧日 2015.12.17）

されていたのである。その後 1991 年には、厚生省（現在の厚生労働省）が「ひきこもり・不登校児童福祉対策モデル事業」⁷を開始した。他にも、1990 年代初頭には一部の公的機関で「ひきこもり」支援の先駆的な試みが行われ始めた。

1990 年代初頭の支援の中心は民間の団体であった。特に有名なものに、1990 年に開設された「フレンドスペース」⁸がある。当初は相談のみだったが、利用者の要望で居場所としてのフレンドスペースが誕生した。電話相談にも力を入れ、1992 年には「ひきこもりホットライン」を開設している。

1997 年頃からひきこもりに携わる関係者の動きが活発になっていく。タメ塾（現 NPO 法人青少年自立支援センター）は 1970 年代から不登校支援に取り組んできた。そして 1997 年にタメ塾の工藤定次は、訪問活動と寄宿寮を軸とするひきこもり支援法を紹介した本を出版した。これは、訪問活動によってようやく外に出られた子どもたちの受け皿として寄宿寮を用意するという支援である。この 2 つを組み合わせた支援を展開する背景には、奥地圭子らのフリースクール運動が盛んになり、「外に出られる子どもの不登校支援」が主流になることへの危機感がある。つまり、外に出られない「ひきこもり」は実質的に支援の対象外としてしまうことを問題視しているのである。「フレンドスペース」もそのうちの 1 つと考えられる（荻野ほか編 2008）。

そして 1999、2000 年、ついに事件が起こる。「京都日野小学校男児殺人事件」⁹「新潟県柏崎市女性監禁事件」¹⁰「佐賀西鉄高速バスジャック事件」¹¹の 3 つが中心であり、いずれも容疑者が「ひきこもり」状態にあったと報道された。それをきっかけに、「ひきこもり」は「犯罪リスク」として注目され、問題化した。さらに同時期、「17 歳」による事件が複数報じられたことにより、「若者の心の危機」の象徴として語られるようになる。その過程で精神医学の知識が影響力を持ち、「精神医療問題」としての性格が強まっていく。

これらの事件を受け「ひきこもり」は、対策を急いだ行政の直接的な支援対象となる。2001 年に厚生労働省は「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」（暫定版）¹²を作成し、本人や家族に対して、地域の前線で相談業務にあたる保健所や精神保健福祉センターが相談者と接する際の方針を明示した。

2003 年まで「ひきこもり」は「若者問題」「家族問題」、特に行政においては「精神医療問題」として語られることが多かった。2000 年には「全国引きこもり KHJ 親の会」が本格的に活動を開始した。会の代表である奥山雅久は、「家族だけで解決しようとはがんばって

⁷ 現「ひきこもり等児童福祉対策事業」。この事業は児童福祉法に基づくため、対象は 18 歳未満の子どもに限られた（荻野ほか編 2008）。

⁸ 不登校やひきこもりの若者たちが集まってくる“居場所”として、民間心理相談機関である東京メンタルヘルスアカデミーが 1990 年に開設した（森口ほか編 2002）。

⁹ 1999 年 12 月 21 日事件発生。翌年 2 月 5 日、容疑者の 21 歳の男性は、検査官の任意同行を拒み飛び降り自殺した（荻野ほか編 2008）。

¹⁰ 1990 年 11 月、新潟県三条市内に住んでいた小学 4 年生の娘を自宅に連れ込み、9 年 2 カ月にわたり監禁。2000 年 1 月 28 日に事件が発覚し、2 月 11 日に 37 歳男性が容疑者として逮捕された（荻野ほか編 2008）。

¹¹ 2000 年 5 月 3 日事件発生、翌 4 日未明に逮捕。容疑者が 17 歳の「少年」だったことで注目を集め、2001 年の少年法改正を後押しした（荻野ほか編 2008）。

¹² 2003 年、最終版通達

きたが、もう限界まで来ている。(中略) 親子だけの問題ではすまなくなっているんです」と語っている(森口ほか編 2002)。「家族問題」と捉えられることによって、当事者家族の負担が大きくなりすぎるのを軽減する役割になったであろう。

それとは別に、2001年以降、「就労」に関する問題も語られるようになった。さらに2004年には「ニート」という概念が登場し、ひきこもりに関わってきた支援現場の人々の間で「就労支援」への注目が集まった。「ひきこもり」の支援について考えるにあたり、「就労」の問題は1つの重要なキーワードである。しかし、本論文はあくまで「若者のひきこもり」がテーマであり、就労前のひきこもりについてをメインに扱うため、今回は省略する。

「ひきこもり」は常に、ニートや精神疾患などの「明確な概念」とは差異化され、その間を揺れ動きながら支援の対象とされてきた。しかし、いくら政策や支援があっても、「ひきこもり」問題の根本の解決にはなっていないのではないか。たしかに、ミクロな視点で見れば、今までの政策や支援によって「ひきこもり」を脱出した例も多くある。ただ、マクロな視点ではどうであろうか。個々の対応としてはよいかもしれないが、全員に十分な支援を行きわたらせることは困難である。また、支援による対応は「ひきこもり」が始まってからのことになってしまい、支援に行きつくまでの間、当事者は“生きづらさ”を感じ続けることになる。「ひきこもり」に繋がる出来事は、誰にでも起こりうる、防ぎようのないことである。だから、安心してひきこまれる、「ひきこもること」に対して“生きづらさ”を感じずに済むためにはどうすればよいのかという視点が、「ひきこもり」問題の根本の解決には重要なのである。

2. 「ひきこもり」当事者について

2. 1 ひきこもる原因

厚生労働省の「ガイドライン」において、「生物学的要因、心理的要因、社会的要因などが、さまざまに絡み合って、『ひきこもり』という現象を生む」としている。しかし、この表現は非常に漠然としている。それは、「ひきこもり」というものの原因は、当事者一人一人それぞれ異なるものであり、明確に定まったものがないからである。例えば、元々の性格や周囲の環境によるものもあれば、つまずき体験やトラウマなどもある。さらに具体的にあげるとするならば、自分の性格・要旨・能力などについて気にしすぎる、周囲との価値観の差、人間関係に対しての不安やトラブルなどが多いようである(竹中 2010)。「ひきこもり」は、状態についてもそうであるが、その原因も曖昧で多様なのである。

中でも、「不登校」との関係性は無視できない。それは、若者のひきこもりの社会との関係の中で「学校」の占める割合が圧倒的に多いからである(田中 1996)。「ひきこもり」のうち、「不登校」経験者の割合は6～8割¹³とされている(井出 2007)。しかし、「不登校」

¹³ データによって割合が異なるため幅がある。この数値は、①「ガイドライン」の「社会的ひきこもり」に関する相談・援助状況実態調査」、②斎藤(1998)に示されている診療デ

になった人が「ひきこもり」になりやすいというわけではない。「不登校」から「ひきこもり」へと移行する割合は2割程度¹⁴である（井出 2007）。つまり、「ひきこもり」のきっかけとして「不登校」からの移行は多いものの、「不登校」になったからといって「ひきこもり」へと繋がる可能性はあまり高くはない。

不登校の原因としては、「雪だるま式の原因論」が考えられる。「雪だるま式の原因」とは、最初の原因に次のトラブル、さらにその次のトラブルが時間的に重なっていくことである（竹中 2010）。何かのきっかけで学校を休み、それが長期化していくとその間に様々なトラブルが起きて、雪だるまが大きくなってしまおうということである。「不登校」から「ひきこもり」への移行の境界はやはり曖昧だと思われるが、しばらく休んでいる間に休むことへの抵抗感が薄まっていき、長期化、そして今更気まずくて登校できなくなってしまったり、「早く登校しなければ」と思う気持ちと体がそれについていけないという葛藤が生まれ、ずるずるひきこもってしまったりする場合などが考えられる（荒川 2004）。

また、「不登校」や「ひきこもり」になってしまった原因が本人にも分からない場合もある。ひきこもり経験者の語りに、「とつぜん行かなくなったのだ。理由は別に何もない。（中略）べつにおもいあたるものなどなにもないのだ。自分でもなんでなのかわからない」（石川ほか 1993: 459）、「どうして学校に行かなかったのかなんて、あのころもわからなかったけど今もわからない」（貴戸・常野 2005: 14）などがある。自分でも原因は分からないが、「行けない」のである。しかし、それは周囲から見れば「理由もなく学校を休んでいる」ということになり、納得してもらえない。それもまた当事者を苦しめる要素となるのである。

そもそもひきこもってしまった原因について考えることに意味があるのか、という問題に関しては、様々な見解がある。例えば、「不登校が長くなるほど、『最初の原因は何か』と詮索してもあまり意味がない場合が多くなる」（竹中 2010: 20）という考えである。一方で、「大切なことは、こころの傷となった原体験の把握と理解」（西村 2006: 156）という考えもある。たしかに、「雪だるま式の原因」で考えるならば、根源となるトラブル以上につらい経験がその後起こったとして、その場合には最初の原因を特定することはあまり意味がないのかもしれない。しかし、根源となるトラブルには、その人の性格や感性、本音を見ることができないのではないか。だから、当事者と接する際に「その人を知る」という点で、原因について考えることに大なり小なり意味はあるはずである。

2. 2 「ひきこもり」の特徴

1節ではひきこもりの“入り口”ともいえる原因について述べた。次は当事者の性格や行動、思考に関する特徴について、高橋（2005）、西村（2006）、岡本・宮下（2003）及び、荒川（2004）におけるひきこもり経験者の語りから考えてみたい。

まず、高橋（2005）によれば、「ひきこもり」の特徴は以下のようなものである。

一タ、③『ひきこもり実態調査報告書』（埼玉健康福祉部 2002）、④『「ひきこもり」実態調査報告書』（大分県精神保健福祉センター 2004）による。

¹⁴ 「不登校に関する実態調査」（現代教育研究会 2001）による。

- ・臆病すぎる
- ・消極的すぎる
- ・疑い深すぎる
- ・社会からの遊離（誰とも親しくなりたくない）
- ・完全な孤独
- ・羞恥心が強い
- ・批判恐怖
- ・強い不適切感

他にも、対人恐怖、ほとんど外出しない、親の対応を責めたり親との接触を極力避けたりする、といった特徴もある（岡本・宮下 2003）。さらに、周囲からの視線を気にする、といった特徴も挙げられるが、この点については次の章で触れることとする。

いずれにせよ、これらはあくまで一般的な傾向であり、必ずしもすべての当事者に当てはまるわけではない。ひきこもり経験者には、「はつらつとした、活発な子供だった」という人もいるし、友人と遊ぶこともある。ひきこもっている間にもアルバイトをしていた場合も少なくなく、接客や対外交渉をこなせる人もいる。

様々な特徴が挙げられる中で、特に多くの人に共通していると考えられるものの1つが「まじめ」「優等生」といった特徴である。「甘え」「怠け」といったネガティブなイメージがあるひきこもりであるが、実は「まじめ」な人が多いのではないだろうか。「子どもの頃は、手のかからない“いい子”だった」とか、「依頼した仕事は堅実にこなし、“まじめ”と周囲に言われた」といったひきこもり経験者の語りもそのことを裏付けているように思う。

では、なぜそのような「いい子」「優等生」が「ひきこもり」になってしまうのだろうか。「規範的」というキーワードがその鍵となるのではないか考える。つまり、「まじめ」であるがゆえに、「規範」に従順であろうとするから「ひきこもり」のではないか。ここで言う「規範」とは「社会の規範」であり、「社会の価値観」である。ひきこもり当事者が従わなければならないと思っている「規範」とは、例えば、学校に行かなければいけない、集団に適応しなければならない、わがままを言わない“いい子”でいなければいけない、といったものだと思われる。そしてそのような「規範」から逸れることは「ダメな人間」とであると強く感じているのではないだろうか。1節であげたように「ひきこもり」は、生活の中で何らかのきっかけや、はっきりとしたきっかけがなくとも何かの違和感を覚え、“生きづらさ”を感じることから始まることが多い。それはつらく苦しいことであり、できることならそこから逃げてしまいたい、だから学校に行きたくない、しかし、それでも「規範的」であろうとして、さらに苦しむのであろう。それが限界に達し、「ひきこもり」あるいは「不登校」となり、そして、結果的にそのような状態になることで、「規範」から逸脱した「ダメな人間」になってしまったと思ひ込む。そのような「ダメな自分」に対して自己否定感を抱いてしまうのではないだろうか。

「ひきこもり」には、一日中ゲームやインターネット、マンガといった一見ただの娯楽であるようなものに明け暮れている、というイメージもあるであろう。実際そのような過ごすひきこもりは多い。しかしそれは、つらい状況からの一時的な逃避なのである。ゲーム、テレビ、マンガ、音楽といったものは、「直接の対人関係とは無関係な機械的で器具的

で道具的な遊び」(高橋 2005: 88)であり、不快な状態から抜け出したいために行っている。また、ひきこもり当事者にとって、『なんにもしない』をやりだすと、自分を考えること、自分自身と向き合うことだけが残ってしまいい、それは「自己否定感が強いと『ダメな自分』と向き合うことになり、本当に過酷」なのである。そのため、『ダメな自分』を一時でも忘れさせてくれるものは、とても貴重」といえる(西村 2006)。つまり、ゲームやマンガなどは「考え込んで悩まなくてもすむもの」として、ある意味で必要なものなのである。

このように、周囲や社会の意に沿いたいのに沿えない「ダメな自分」に対して、様々な負の感情が生じる。それは自分の人生をどうしたらいいのかという不安、自分がひきこもっていることを知られたくない、見られたくないという羞恥心、親のすねをかじっているという罪悪感などである。また、時間の経過とともに仲間や社会から置き去りにされ、ひとりぼっちになっているという感覚も持っている。特に羞恥心や罪悪感は、今の自分の状況、つまりひきこもっていることが「みっともない」「かっこ悪い」と思ったり、親や周りから期待された役割を果たすこともできず、家において申し訳ないと思ったりといった意識から来るものである(宗像・武藤 2008)。これらはまさに、「社会の規範」を軸にした価値観なのではないか。つまり、「社会の価値観」を共有し、適応しようとすることで、「ひきこもり」は苦しみ、生きづらくさせられているのである。

3. 存在論的ひきこもり

3. 1 ひきこもりを生きづらくさせているもの

2章では、「ひきこもり」を生きづらくさせているものが実は「社会の価値観」という視点を打ち出した。では、彼らを“生きづらく”させている価値観とは、具体的にどのようなものであるのだろうか。

1章で述べたように、「ひきこもり」の性質として、①数十万人規模で存在するのは日本だけである②男性に圧倒的に多く、全体の7～8割である、という傾向が見られる。これらには何らかの「社会の価値観」が関係していると考えられる。

まず、①数十万人規模で存在するのは日本だけである、という傾向に関連する価値観を考察する。「自立」という概念の考え方について、欧米と比較してみると、欧米では「家から出る」という意味での自立心・独立心に最大の価値を置く傾向がある。一方日本では、両親を養えるまでになってはじめて「一人前」「自立した個人」とみなされる、「親孝行モデル」の自立として認識する傾向がある(村尾 2005)。そこからは、日本は「経済的な自立」という意味合いが強いのではないかと考えられる。「働かざる者食うべからず」といった考え方もそれに由来するものであろう。

また、他人に頼ることを絶対的に否定する、誤った「自立」感覚を強要されている面もある。高塚(2002: 21)は、「現代社会は『自立』を至上命題とする心の状態を持つことを強く要求する、自己強化型社会」になってきていると述べている。それは、『自己決定』・

『自己責任』という言葉は至るところに用いられ、それを成し遂げた人間のみが賛辞を集め、評価される社会」であり、「それができない人間は、だめな人間、弱い人間として切り捨てられる社会」である。「ひきこもり」に共通していることとして、自己完結的であることがあげられる。彼らはよく「主体性」や「自己責任」といった言葉を口にし、そのため他人に助けを求めようとしないのである（高塚 2005）。

さらに、「自分の目的に向かって生産的・課題達成型の価値観を重視する」という傾向がある。例えば、学校での成績主義や、職場での成果主義がそれにあたる。しかし、目的志向や課題達成と言っても、社会的に良しとされた価値観や親の方針を暗黙のうちに強要されることが多く、自分のために生きている実感や思い通りの生き方ができない。そのため、周りの期待に応えることによって、自分を認めていくといった生き方をしてしまうのである（宗像・武藤 2008）。

このように、「ひきこもり」は周囲の期待に応える“いい子”であろうと「社会の価値観」に従順であり、また必要以上に自己完結的になり、他人に対して助けを求めることを悪いと思ひ込み、「自立しなければ」と自分を追い込んでしまうのである。

「学校での成績主義」や「職場での成果主義」に近い価値観として、「高学歴主義」「エリート主義」の考え方も重要である。よい学歴や職を持っていれば賛辞されるし、職を得るにも学歴は影響してくる。「高学歴主義」「エリート主義」は、偏差値の高い学校へ通い、有名な会社に勤め、お金をたくさん稼ぐこと＝幸せになれる、という認識からくるものであろう。そのような価値観の中では、「学校に行くこと」は最低条件であり、「学校に行かなければいけない」という価値観を自分自身に強要するため、それ以外の選択肢は社会だけではなく本人にもないのである。また、高学歴主義の影響により、学校社会における競争意識も生まれる。よい学校に入ることを親が期待し、学校や教師もそれに呼応した動きを強化していった。そこでの成績主義による競争意識は、成績が下落した人間はだめな存在として軽蔑する感覚が残ったり、自分を敗残者と見なして屈辱感に苛まれたりといった意識を生む場合が少なくない（高塚 2005）。それは自己否定感に繋がりがかねない。

また、日本は「恥の文化¹⁵」である。周囲の目や評価、動向、対面、体裁などを極端に気にする文化であり、それは同時に同調性を求められるものである（村尾 2005）。周囲からの反応を気にしすぎる、というのもまた“ひきこもりの”である。「社会の価値観」や「規範」からの逸脱を嫌い、常に従おうとする「ひきこもり」は、自分が“浮いていないか”が気になってしまう。だからこそ、“普通のこと”ができない、「学校に行かない自分」「社会参加していない自分」を責めてしまうのである。それは、集団に参加し、その中で適応できることを唯一の適応の姿とみる価値観と言えよう。集団に適応することはつまり、周囲に同調していくことである。「不登校」や「ひきこもり」は、学校という「適応すべき集団」に対して、適応すべきであるという規範を持ちつつも適応できず、それを誰にも言えずに「逃げ場のない」状態になった結果、ひきこもってしまうのである（井出 2007）。

次に、②男性に圧倒的に多く、全体の7～8割である、という傾向についてであるが、これは「男は外で仕事、女は家で家事」という性別役割分業の価値観の影響によるものだと考えられる。今日では共働き世帯も増え、女性も外で働くことが多いが、「働かなけ

¹⁵文化人類学者ルース・ベネディクト著『菊と刀』より

ればならない」というプレッシャーは圧倒的に男性に強いのではないか。そのプレッシャーこそ「高学歴主義」「エリート主義」によるものである。女性は働くという選択肢の他に、結婚して専業主婦になるという選択肢も一般的に考えられる。そのため、結婚というプレッシャーはあっても、学歴・職歴はあまり重視されない。しかしその逆はあまり馴染みがないように思われる。男性はよりよい職を得て働き続けることを暗に求められるのである。

また、女性は実質的ひきこもりであっても、「専業主婦」という肩書が連想されるので、昼間に家にいたとしても違和感はなく、社会の目を回避しやすいのである（村尾 2005）。だから、実質的ひきこもりであっても、女性であるために世間でいう「ひきこもり」としては数えられていない場合もあるのではないか。さらに、ひきこもり当事者にとって、自分を「ひきこもり」と認識されること自体が本人を苦しめる要因となるため、女性よりも男性の方がより“生きづらさ”を感じやすい環境であるといえるであろう。

「ひきこもり」を生み、“生きづらく”させている要因として、日本におけるこのような「社会の価値観」が強く影響していると考えられる。

3. 2 存在論的ひきこもり

では、ひきこもりの“生きづらさ”を解消するにはどうしたらよいのであろうか。すでに出来上がり根づいてしまった「社会の価値観」を変えようというのは困難であろう。だから、「ひきこもり」と「社会の価値観」の結びつきという意味で、「ひきこもり」に対する社会の認識が変わればよいのではないか。端的に言えば、「ひきこもり」を否定的にではなく肯定的に見ることができればよいと考える。ここでいう「肯定」とは、ひきこもりを「推奨する」という意味ではなく、「受容する」という意味である。この「ひきこもり」に対する肯定的な認識、まなざしに基づいた論が「存在論的ひきこもり」論である。以下、芹沢（2010）による「存在論的ひきこもり」論を紹介する。

「存在論的ひきこもり」論は、ひきこもることの意味と価値を明示する目的で生まれたものである。本著における「ひきこもり」への肯定的まなざし、すなわち“受けとめ”の基本は、ひきこもる本人を優先すること、「あなたがいまそのようにあること、そのようにしか存在し得ないことを承認する。（中略）あなたのいま・ここにある現実をまるごと尊重する」（芹沢 2010: 13）という姿勢である。

「存在論的ひきこもり」は、「社会的ひきこもり」に対して作られた概念である。「社会的」は、本人不在の、社会性を主軸にした捉え方である。一方、「存在論的」とは、本人を主軸とした捉え方である。

「社会的ひきこもり」とはつまり、「社会的自己」を放棄した状態である。これは、一般的に考えられる「ひきこもり」である。「社会的自己」とは、社会関係における自分であり、また「社会的価値観、社会的規範に染まっている自己」（芹沢 2002: 50）である。「社会的自己」の放棄は、「存在論的自己」がこれ以上傷つくのを防衛しようとして取った行動である。「ひきこもり」という問題を“解決”することは、自立して社会復帰することである、というのが社会一般の考えであろう。つまりは「社会的自己」の回復である。しかし、そのためにはまず傷ついた「存在論的自己」の回復が最優先である。それこそが「存在論的ひきこもり」論のメインテーマである。なぜなら、「存在論的自己」が回復しない限り、本

当の意味での“解決”はあり得ないからである。

ここで、「存在論的ひきこもり」とはどのようなものであるのかについて説明する。芹沢 (2010: 48) は、「存在論的ひきこもり」を

①引きこもることは、本人にとって切実な意味と動機を持った一連の行為、すなわちプロセスのある出来事であるということ。

②それゆえ、引きこもるという行為はそれがなくては本人が本人でなくなってしまう、そのような経験であること。

③したがって、引きこもるという経験は、本人の人生上の一時期を構成する不可避的、ないし必然的な一コマとして位置づけられること。

④それゆえ、引きこもることは捨てるべき不毛な否定的経験などではなく、逆に人生の次のステップへ進むための大切な基盤となりうるということ。

としている。

補足として、①における「プロセス」という部分について触れておく。「プロセス」という視点を打ち立てた理由は、「ひきこもっている状態は、変化をはらんでいる」という意味合いを持たせるためである。それは、ひきこもっている「今ここ」での状態は、それ以前にひきこもっていない状態が先行していることの確認であり、また「ひきこもり」状態が今後変化しうる、という一連の認識を「ひきこもり」とするということである。この視点がない場合、「ひきこもり」は「今ひきこもっている」という、外から見たときの状態像のことでしかなくなる。1章であげた斎藤の定義の「6カ月以上、自宅にひきこもって社会参加をしない状態が持続」などは典型的な例であろう。また、状態だけを見てしまうと、皆同じ「ひきこもり」という状態であり、そこでは「ひきこもり」状態に「ある人」と「ない人」で区別され、「ある人」は「社会的ひきこもり」のレッテルを張られ、一括りにされてしまうのである。しかし、それこそ「本人不在」の考え方である。そうではなく、本人主軸の、一人一人の、「ひきこもり」の前後も含めた現実像を見る必要があるのではないか。そこで、「引きこもることはプロセスがある」「引きこもるプロセスにはそれぞれ固有のテーマがある」(芹沢 2010: 62) という考え方にいたるのである。

以上が「存在論的ひきこもり」の概要である。「存在論的ひきこもり」論において、特に重要だと考える論点は、一個の人間を「する自己」と「ある自己」の二重性として理解する、という考え方である。「する自己」とは、「その人の社会的な能力・社会的な役割としての自分と結びついていて、「社会的自己であり、(中略)社会的価値があるとみなされる自分」(芹沢 2010: 66) のことである。一方「ある自己」とは、「気分とか体調とか精神状態といった存在感覚とともにある」(芹沢 2010: 74) ものである。すなわち、ひきこもることは「社会的自己」、つまり「する自己」からの撤退であり、社会的自己の放棄であり、社会的価値の喪失である。また、ひきこもることは「する自己」の後退・消失と並行して「ある自己」が露出すること、といえる。要するに、「社会的自己」を失うことで、そこにいる「存在としての自己」が浮き彫りになるということである。「ひきこもり」を肯定するには、「ある自己」という観点が不可欠である。しかし、「する自己」だけが人間であることの意味と価値を形成すると考える人が大多数を占めるのが現代社会の現実である。では、様々な要因によって「ひきこもり」へと繋がっていく「ある自己」の動機は何であるのか。芹沢 (2010: 79) は、「ある自己」の動機を

- ①自らのこれ以上損傷・崩壊をもたらしかねない場を逃れようとする、ほとんど本能的な避難・防衛という動機。「する自己」は「ある自己」のそうした避難・防衛の動機を承諾し、「ある自己」に同行しようとする。そこに「する自己」が自らの場を放棄する動機を求めることができる。これが社会的な場面からの撤退という形となって現れる。
- ②こうした撤退現象は、たんなる撤退ではなく、同時に「ある自己」の自らの安心・安定を得られる場を求めての行動でもある。

としている。ここからは、「する自己」と「ある自己」の二重性という観点がいかに必要かが分かるであろう。そして、「ある自己」という観点があるからこそ、「ひきこもり」は単なる「怠け」や「甘え」ではないといえることができる。

さらに、「存在論的ひきこもり」観を他の「社会的ひきこもり」と決定的に区別するものとして、「存在論的ひきこもり」論における「自己間関係」という概念も重要である。「自己間関係」は、文字通り他者との関係ではなく自己の間のやりとり、例えば自分の中での「ひきこもっている自分」と「ひきこもっていることに否定的な自分」の葛藤がそれである。この考え方も本人主軸たる所以であろう。自己間関係においては、本人自身の「自己受けとめ」が重要である。自己受けとめの難しさの要因は、ひきこもり本人が「ある自己」としての自分という視点が持てない場合である。「ある自己」としての視点が持てないために、「する自己」としての自己に固執してしまう。だからこそ、「社会の価値観」に従順であろうとし、「ひきこもり」の自分は「する自己」をまともに果たせず、社会的価値のない人間だとネガティブに考えてしまうのである。そして、「する自己」の回復こそが“正しい状態”への復帰であると考え、そのことばかりに気を取られてしまう。しかし、たとえ「する自己」は復帰できても、それはほんの一時的なものに過ぎず、「する自己」の無理な社会参加によってさらに「ある自己」が傷つけられる場合もある。ひきこもり経験者の語りにおいても、何度もアルバイトを始めてはやめ、を繰り返す例があった。アルバイトに誘われればとりあえず引き受けるが、一度休んでしまうと気まずくて戻りづらくなり、やめてしまう、といったことを繰り返し、精神的にしんどい状態が続きながらもアルバイトを転々とする。ついには好条件な環境でさえ仕事が続けられないことに対して自信を喪失するなど、傷を深めてしまっている（西村 2006）。だから、まずは「ある自己」の回復が最優先である。本当の意味での問題の“解決”は、「社会参加」という形への復帰ではなく、まさに傷を負った「ある自己」、つまり「存在論的自己」の回復なのである。

このように、「ひきこもり」への肯定的なまなざしのために必要なことは、「ある自己」という観点を持つこと、そして傷ついた「ある自己」の回復が何よりも重要だと認識することであるということが、「存在論的ひきこもり」論から確認できる。

3. 3 ひきこもる意味

「存在論的ひきこもり」論では、「引きこもることは、本人にとって切実な意味と動機を持った」ものであった。特に、「社会的自己」の放棄は「存在論的自己」がこれ以上傷つくのを防衛するためであることがわかった。それが「ひきこもり」の最も基本的かつ重要な意味であろう。このような「ひきこもる意味」を問い、理解し、受け入れることが、ひきこもりの“生きづらさ”解消への第一歩であろう。そこで、「防衛」として以外の「ひきこ

もる意味」についても考察していく。

まず、「自分を見つめ、立て直す機会」としての意味である。これは最もポジティブな意味を持つ考え方である。言い換えると、自分を内省的に見つめ、立ち直りのきっかけをつかむための機会として捉えるということである。それは新しい生き方、考え方を身に付けるための絶好の機会となりうる。なぜなら、人はよほどの機会がない限り、それまでの「自分の在り方」を捨てることは難しいからである（岡本・宮下 2003）。つまり、親や「社会の価値観」、「社会の規範」に従わなければならないという前提を自分自身に強要してきた「それまでの自分」を捨て、「自分にとっての価値観」や「自分にとっての基準」を見出すことができるようになるための重要な意味を持った機会ということである。この“自分なりの”、“自分に合った”価値観を再構築することで、「社会の価値観」からの重圧という“生きづらさ”から解放されるのではないか。そのような経験ができた人ほど、「ひきこもった時間は自分にとって重要な意味や価値を持った時間だった」と思えるようになるのである¹⁶。

次に、「かけがえのない自分の存在の確認」という意味である。つまり、本人が周囲の人から、自分がかけがえのない存在として本当に認められているのかどうかを確かめようとするのである（岡本・宮下 2003）。周囲の目を過剰に意識してしまう「ひきこもり」だからこそ、自己否定感の強い「ひきこもり」だからこそ、他者からの自分の存在意義を認めてほしいと思うのだと考えられる。それは「する自己」ではなく、「ある自己」の肯定こそを望んでいるとも言えるであろう。

また、『具合』と『加減』と『呼吸』を体得する時間」（青木ほか編 2015: 111）でもある。効率やスピードばかりを要求される生活において、じっくりと時間をかけて何かに打ち込むことは難しい。世の中の“人並み”のスピードが、その人にとっては少し速くて、ついてくのが難しい場合もある。そのような人々には、普段の生活ではできなかった「失敗して無駄だと思えるような体験をする時間が必要」（青木ほか編 2015: 112）なのである。なぜなら、失敗を重ね、「具合」「加減」「呼吸」を体得することで、“何とかなる”経験をし、そこから人間としての成長や自立への手ごたえを感じられるようになるからである（青木ほか編 2015）。それは「自己否定感」を緩和することに繋がるのではないか。

このように、「ひきこもり」は、「自己防衛」「自我防衛」としての意味だけではなく、「ひとりになってじっくり考える時間」や「新しい自分への転機」としての意味も持っていると考えられる。これらの視点を持つことができれば、「ひきこもり」が決して不毛な否定的経験ではなく、その人の人生において必要な時間であると思えるようになるのではないか。

4. “生きづらさ” 解消のために

1章では、そもそも「ひきこもり」とは何なのか、今までどのような認識がなされ、ど

¹⁶ ひきこもり経験者の語りからも、「ぼくの決めた価値観」を見出すことによって、悩みの悪循環を抜け出し、「ひきこもって自分を見出すことは、決して悪いことではない」と考えるようになったり（西村 2006）、「ひきこもりの時間は、生きていくために本当に必要な時間だったのだ」と思えるようになったり（森口ほか編 2002）ということが確認できる。

のように対応されてきたのかを確認した。2章ではひきこもり当事者に焦点を当て、「ひきこもり」の原因や特徴について具体的に取り上げ、そこからひきこもりの“生きづらさ”に繋がる「社会の価値観」というキーワードを見出した。そして3章ではひきこもりを“生きづらく”させている「社会の価値観」とは何かを考え、それに対して「存在論的ひきこもり」論を中心に「ひきこもる意味」について考察することで、ひきこもりの「肯定的まなざし」という考え方を提唱した。最後に本章では、ひきこもりの「肯定的まなざし」という考えを受け、ひきこもりの“生きづらさ”の解消のために、ひきこもり当事者、親、そして社会はどのような認識を持つべきなのか、3者それぞれの視点から考察していく。

3章の結論としたように、ひきこもりの“生きづらさ”を解消するためには、「ひきこもり」への認識を「否定的」なものから「肯定的」なものに変えることが重要であり、それは前提として3者がすべきことである。そのために、「存在論的ひきこもり」という考え方、そして「ひきこもる意味」を理解すべきである。これらを共通の認識として持ったうえで、当事者、親、社会はそれぞれどう変わっていくべきなのだろうか。

4. 1 「当事者」はどう向き合うべきか

まず、「存在論的ひきこもり」論に倣い、「ある自己」という観点を持ち、自分自身が「ひきこもり」の必要性を認識することが重要である。「ひきこもり」は悪いことではない、と思えば、多少は精神的に楽になるのではないか。そして、自分で自分を追い詰めて、悩みや苦しみの悪循環に陥ることもなくなるはずである。

また、「社会の価値観」に縛られすぎず、それ以上に尊重すべき「かけがえのない自分」という考えを持つことである。「する自己」を保とうとして、「ある自己」が壊れてしまっは元も子もない。

広い視野を持って、「自分にとっての価値観」「自分にとっての基準」をつくることも有効であろう。例えば、不登校からのひきこもりは、少なくとも自分や自分の周りでは「学校に行く」以外の選択肢しか存在しなかったために、かえって自分を追い詰め、ひきこもってしまった。

「ひきこもり」を最も苦しめるのは、「社会の価値観」に染まりきった「自分自身」と言えるのではないか。だから、まずは自分自身が自分の一番の“敵”ではなく、一番の“味方”になることを目指すべきである。

4. 2 「親」はどう支えるべきか

当事者に一番近い存在ともいえる親は、特に当事者に対して影響を与えやすいと考えられる。だから、言動には十分注意すべきである。1つは、「ひきこもり」という行動だけに注目して、なんとか引き出そうとしないこと。なぜなら、ひきこもりの解決を援助しようとする側が、「ひきこもる意味」を問うことよりも、就労支援やカウンセリングといった具体的・現実的な方法でひきこもりに対処しようとする姿勢は、「ひきこもりの生産的意味」を問うことを問うことを難しくするからである（岡本・宮下 2003）。また、先程述べたように、「する自己」の回復ばかりに気を取られていても根本の解決にはならず、かえって「あ

る自己」を傷つけることもある。

そして、自分の考えや社会の価値観を押し付けないこと。当事者はそれが正しい価値観だと思い、従おうとするが、そうはなれない自分への嫌悪とそれによる悪循環を生みかかないのである。また、価値観を押し付けることは、本人の不安を煽ることに繋がる。そもそも親は、自分の考えや社会の価値観こそ、「ひきこもり」を苦しめるものであるということを理解すべきである。確かに、世間一般では“当たり前”とされている「学校へ通うこと」や「就職すること」が、自分の子どもだけできないとなれば、親は焦るだろう。その焦りが価値観の“押し付け”をしてしまう。しかしそれは、本当にひきこもっている子ども本人のためなのであるだろうか。結局自分たちの安心のためではないのだろうか。そうではなく、当事者の「ある自己」を一番に尊重し、その回復を優先できるように見守ることが大切なのである。

見守ることのさらに一段階上の対応としては、高橋（2005: 32）の「生きるペースに合わせる力がある人」になることも望ましいであろう。「生きるペースを合わせる力がある人」とは、「その人にとっての安全感を理解し、満足感も理解でき、正義感も分かり、協力できる人」であり、「先頭を歩き指導するとか、後ろから後押しするのではなく、横並びに寄り添う人」ということである。そのようになれば、信頼に繋がり、“安心できる居場所”となることができるのではないか。

4. 3 「社会」はどう変わるべきか

「社会の価値観」全体を変えることは非常に困難である。だから、まずは「ひきこもり」への偏見をなくすことが重要である。これは、「肯定的まなざし」を理解できれば可能なのではないか。「ひきこもり」は意味のある行動であるという認識を持つことができれば、決して「甘え」や「怠け」などではないことが分かるであろう。

次にすべきことは、「社会の価値観」がひきこもりを苦しめていると理解することである。それが理解できれば、「ひきこもり」は自分には無関係、無縁の話であるとは言えないのではないか。今後自分の周りの人に起こるかもしれないし、何かのきっかけで自分自身が「ひきこもり」になる可能性の0ではないのである。

政策や支援に関しては、あくまで“+α”という捉え方で、必要に応じて強化したり、支援に結びつけやすい工夫をしたりしていくのが良いのではないかと考える。

繰り返しになるが、ひきこもりの“生きづらさ”の解消の鍵は、「ひきこもり」への「肯定的まなざし」である。そのために、当事者、親、社会の3者はそれぞれ、以上に述べてきたような認識を持つことが望ましいだろう。そして、ひきこもりの“生きづらさ”を解消できれば、今日問題視されているようなひきこもりの長期化や自殺など、現実的な問題を防ぐことに繋がるのではないか。さらには「ひきこもり」自体を“問題”とすることもなくなるかもしれない。

おわりに

本論では、「ひきこもり」の“生きづらさ”を解消するにはどうすればよいのか、という問いに対して、ひきこもりへの「肯定的まなざし」という認識を持つべきである、という結論を導き出した。それは、ひきこもりが「社会の価値観」に由来する否定的なイメージに、社会だけではなく自分自身からも苦しめられているからである。だから、当事者、親、社会はそれぞれ「存在論的ひきこもり」の概念を共有し、「ひきこもる意味」を理解することが、「ひきこもり」へのイメージを変え、“生きづらさ”の解消に繋がるのではないかと考えた。

しかし、社会が「肯定的まなざし」を共有するには時間がかかるだろうし、元々関心がない人は他人事だと思うだろう。そこで今後の課題は、「ひきこもり」は決して他人事ではなく、誰にでも起こりうることであり、また「社会の価値観」を共有することで「ひきこもり」を間接的に苦しめている場合もあることを、いかに社会が自覚し関心を広めていくかであろう。

私自身、ひきこもりについて調べるまでは「自分には無縁だ」と思っていた。また、私は自他共に認めるくらい「ひきこもり」のイメージとはかけ離れた人間で、自分がひきこもりになることは絶対はないと思っていたので、自分とは全く違う思考の人がどのように考えて過ごしているのか興味を持ったことがテーマ選択のきっかけでもあった。しかし、本論文を執筆するにあたり、多くの経験者の体験談を読む中で、「ひきこもり」は本当に多様で、イメージとはかけ離れた人でもひきこもることは少なくないと分かった。そこで、「ひきこもり」に限らず、無関心は無意識に人を傷つきかねないと分かり、この論文の執筆は少なからず、今後の自分の生き方を考えさせられるものになったと実感した。

参考・引用文献

- 青木道忠・関山美子・高垣宙一郎・藤本文朗編著，2015，『ひきこもる人と歩む』新日本出版社。
- 荒川龍，2004，『「引きこもり」から「社会」へ ―それぞれのニュースタート』学陽書房。
- 石川憲彦・内田良子・山下英三郎編，1993，『子どもたちが語る登校拒否 ―420人のメッセージ』世織書房。
- 井出草平，2007，『ひきこもりの社会学』世界思想社。
- 岡本祐子・宮下一博編著，2003，『ひきこもる青少年の心 ―発達臨床心理学的考察』北大路書房。
- 荻野達史ほか編著，2008，『「ひきこもり」への社会学的アプローチ ―メディア・当事者・支援活動』ミネルヴァ書房。
- 河合俊雄・内田由紀子編，2013，『「ひきこもり」考』創元社。
- 貴戸理恵・常野雄次郎，2005，『不登校、選んだわけじゃないんだぜ！』理論社。

- 斎藤環, 1998, 『社会的ひきこもり ―終わらない思春期』 PHP 研究所.
——, 2003, 『ひきこもり文化論』 紀伊國屋書店.
- 塩倉裕, 2000, 『引きこもり』 ビレッジセンター出版局.
- 芹沢俊介, 2002, 『引きこもりという情熱』 雲母書房.
——, 2010, 『「存在論的ひきこもり」論 ―わたしは「私」のために引きこもる』 雲母書房.
- 高塚雄介, 2002, 『ひきこもる心理とじこもる理由 ―自立社会の落とし穴』 学陽書房.
- 高橋良臣, 2005, 『不登校・ひきこもりのカウンセリング ―子どもの心に寄り添う』 金子書房.
- 竹中哲夫, 2010, 『ひきこもり支援論 ―人とつながり、社会につなぐ道筋をつくる』 明石書店.
- 田中千穂子, 1996, 『ひきこもり ―「対話する関係」をとり戻すために』 サイエンス社.
- 西村秀明, 2006, 『ひきこもり ―その心理と援助』 教育史料出版会.
- 宗像恒次・武藤清栄編, 2008, 『ニート・ひきこもりと親 ―心豊かな家族と社会の実現へ』 生活書院.
- 村尾泰弘編著, 2005, 『ひきこもる若者たち』 至文堂.
- 森口秀志・奈浦なほ・川口和正編著, 2002, 『ひきこもり支援ガイド』 晶文社.
- 谷野幸子・一丸藤太郎, 1985, 「一青年のひきこもりからの旅立ち」『心理臨床ケース研究』 誠信書房.