

## 第3部

「ひきこもりに関する実態調査」報告



## 第3部 「ひきこもりに関する実態調査」報告

## 「臨床心理学の立場から ひきこもる若者たちの心は……」

明星大学大学院人文学研究科長  
(内閣府・若者の意識に関する調査企画分析会議 座長)

高塚 雄介

平成22年7月  
内閣府「ひきこもりに関する実態調査」報告書掲載コメントより

## 内閣府「ひきこもりに関する実態調査」の概要

内閣府では、「ひきこもり」に該当する子ども・若者がどの程度存在し、どのような支援を必要としているのかを把握するために、平成22年2月に「若者の意識に関する調査（ひきこもりに関する実態調査）」を実施し、15～39歳の子ども・若者5,000人を対象として3,287人（65.7%）から回答を得た（平成22年7月公表）。

その結果、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」「自室からは出るが、家からは出ない」「自室からほとんど出ない」に該当した者を「狭義のひきこもり」と定義し、「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」に該当した者を「準ひきこもり」と定義したところ、推計数はそれぞれ23.6万人、46.0万人となった。さらに、「狭義のひきこもり」と「準ひきこもり」を合わせて広義のひきこもり（以下、「ひきこもり群」という）としたところ、69.6万人となった（表1）。

また、「家や自室に閉じこもっていて外に出ない人たちの気持ちがわかる」「自分も、家や自室に閉じこもりたいと思うことがある」「嫌な出来事があると、外に出たくなくなる」「理由があるなら家や自室に閉じこもるのも仕方がないと思う」に4つとも「はい」と答えた者、及び3つは「はい」で1つのみ「どちらかといえばはい」と答えた者の合計から「ひきこもり群」を除いた者を「ひき

こもり親和群」と定義したところ、推計数は155万人となった。

内閣府「若者の意識に関する調査(ひきこもりに関する実態調査)」報告書より(以下、「資料」とする。)

全体版 [http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf\\_index.html](http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf_index.html)

概要版 [http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf\\_gaiyo\\_index.html](http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf_gaiyo_index.html)

表1 ひきこもり群、ひきこもり親和群、一般群の定義

ひきこもり群 (注1)	有効回収率に 占める割合(%)	全国の推計数 (万人)(注2)	
ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける	0.40	15.3	狭義の ひきこもり 23.6万人 (注3)
自室からは出るが、家からは出ない	0.09	3.5	
自室からほとんど出ない	0.12	4.7	
ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する	1.19	準ひきこもり 46.0万人	
計	1.79	広義のひきこもり 69.6万人	

(注1) ア)現在の状態となって6か月以上の者のみ  
イ)「現在の状態のきっかけ」で、「病気(病名: )」に統合失調症又は身体的な病気、又は「その他( )」に自宅で仕事をしていると回答した者を除く  
ウ)「ふだん自宅にいるときによくしていること」で、「家事・育児をする」と回答した者を除く

(注2) 総務省「人口推計」(2009年)によると、15~39歳人口は3,880万人より、有効回収率に占める割合(%)×3,880万人=全国の推計数(万人)

(注3) 厚生労働省の「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」(平成22年5月)においては、ひきこもりを「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6か月以上にわたっておおむ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)を指す現象概念」と定義しており、この「ひきこもり」の推計値を25.5万世帯としている。この「ひきこもり」の定義は内閣府調査の「狭義のひきこもり」に相当するものであり、推計値はほぼ一致する。

ひきこもり親和群

①4つとも「はい」と答えた者、及び②3つは「はい」で1つのみ「どちらかといえばはい」と答えた者の合計から「ひきこもり群」を除いた者を「ひきこもり親和群」と定義。	3.99	ひきこもり 親和群 155万人
<ul style="list-style-type: none"> <li>・家や自室に閉じこもっていて外に出たくない人たちの気持ちがわかる</li> <li>・自分も、家や自室に閉じこもりたいと思うことがある</li> <li>・嫌な出来事があると、外に出たくなくなる</li> <li>・理由があるなら家や自室に閉じこもるのも仕方ないと思う</li> </ul> (1.はい 2.どちらかといえばはい 3.どちらかといえばいいえ 4.いいえ)		

一般群

回答者全体から「ひきこもり群」「ひきこもり親和群」を除いた者でひきこもり親和群を判別するための質問(\*)すべてに回答している者

## 1. 臨床の立場から

臨床の立場からすると「ひきこもり」という状態を呈する人に出会うことは、そう珍しいことではない。医療の現場では、何らかの精神疾患や障害を抱えた人たちが、その病理からもたらされる症状の1つとして「ひきこもり」という状態を呈する場合もあれば、その障害を有するために周囲との隔絶や、心理的ひずみをもたらされ、いわば二次的障害としての「ひきこもり」状態に陥る場合もある。

戦争や過酷な状況下に置かれた場合、一段落した途端に虚無感や虚脱感に襲われ、アノミー的にひきこもっていく人間が多く存在することもよく知られている。あるいはまた、合格率の低かった頃の司法試験に何度も挑戦しながら本懐を果たせず「ひきこもり」状態になっていった人もかつては多く存在していたし、進学競争が過熱していく中で、志望を果たせなかった学生たちの中に多発したスチューデント・アパシー（無気力）と呼ばれる者たちも、やはり「ひきこもり」状態を呈していった。ただ、これらの「ひきこもり」化していく若者たちというのは、そこに至る経緯も分からないではないし、それなりの対処方策が考えられたものである。

しかし、1990年代半ば頃から急に注目されるようになった今日的な「ひきこもり」現象の増加に関しては、その原因や背景も判然とせず、それだけにどう対処していいのかがなかなか見えてこない。

## 2. 不登校とひきこもり

初期の頃は、「不登校」と関連付けた考察や意見が多く見られた。不登校が遷延化してやがて、「ひきこもり」になるという考え方である。また、医療の世界では、当時やはり注目されるようになった発達障害や、WHO（世界保健機構）が示すところの国際障害者分類に照らして認識しようとする動きが生まれた。だが、臨床心理学的な立場から、実際の「ひきこもり」の若者と関わっていくと、そうした存在がいることを否定するわけではないが、そのどちらにも属さないひきこもりが多数存在していることから、釈然としないというのが偽らざる気持ちである。

不登校や何らかの障害を抱えて「ひきこもり」状態を呈する若者たちも、もちろん一定程度存在している。しかし、そのどちらにも該当しない「ひきこもり」のほうがはるかに多いのは事実である。今回の内閣府調査によって示された結果を見ると、そうした疑念が当たっていたと思う。全体の約3分の2がそうした若者であると推定され

る。

ちなみに国際障害者分類に照らして「ひきこもり」を捉えようとする場合には、その対処策として、従来デイケアなどにおいて行われていた SST（ソーシャルスキル・トレーニング）が有効であるとされる。国際障害者分類の最初（1980年）に提示された分類では、機能障害（Impairment）・生活障害（Disability）・社会的適応障害（Handicap）という言葉掲げて説明している。確かに、「ひきこもり」の状態は生活障害、社会的適応障害には該当するように思える。

### 3. ひきこもりと機能障害

しかし、ひきこもりの若者たちの全てに機能障害は存在しているのだろうか。多くの「ひきこもり」の人が訴える、人間関係の困難さを機能障害であるとする見方もある。2001年に国際障害者分類は改訂され、生活機能と障害並びに背景因子から説明が行われるようになり、「心身機能・身体構造」「活動」「社会参加」という3つの次元と「環境因子」「個人因子」との関連を見ていくという、極めて多角的な観点から障害を見ようとする方向が示された。こうした観点からすると「ひきこもり」も障害の一類型としてみなすことへの根拠が以前よりは了解し得るものとなる。だが、発達障害や知的障害などのように生理学的な要因（と推定される）から生じていると考えられる機能不全状態と、人間関係が難しいという状態を同列に置くことの是非というのは、もっと議論することが必要であろう。当事者からのクレームもかなりある。「ひきこもり」の多くが「人間関係」に対する緊張や不安・抵抗感を挙げているのは事実だが、それは、置かれている社会状況、本人の資質、価値意識といったものが複雑に関係してくるものであって、あえて孤立した状態を好む者も存在するからである。

### 4. コミュニケーション能力

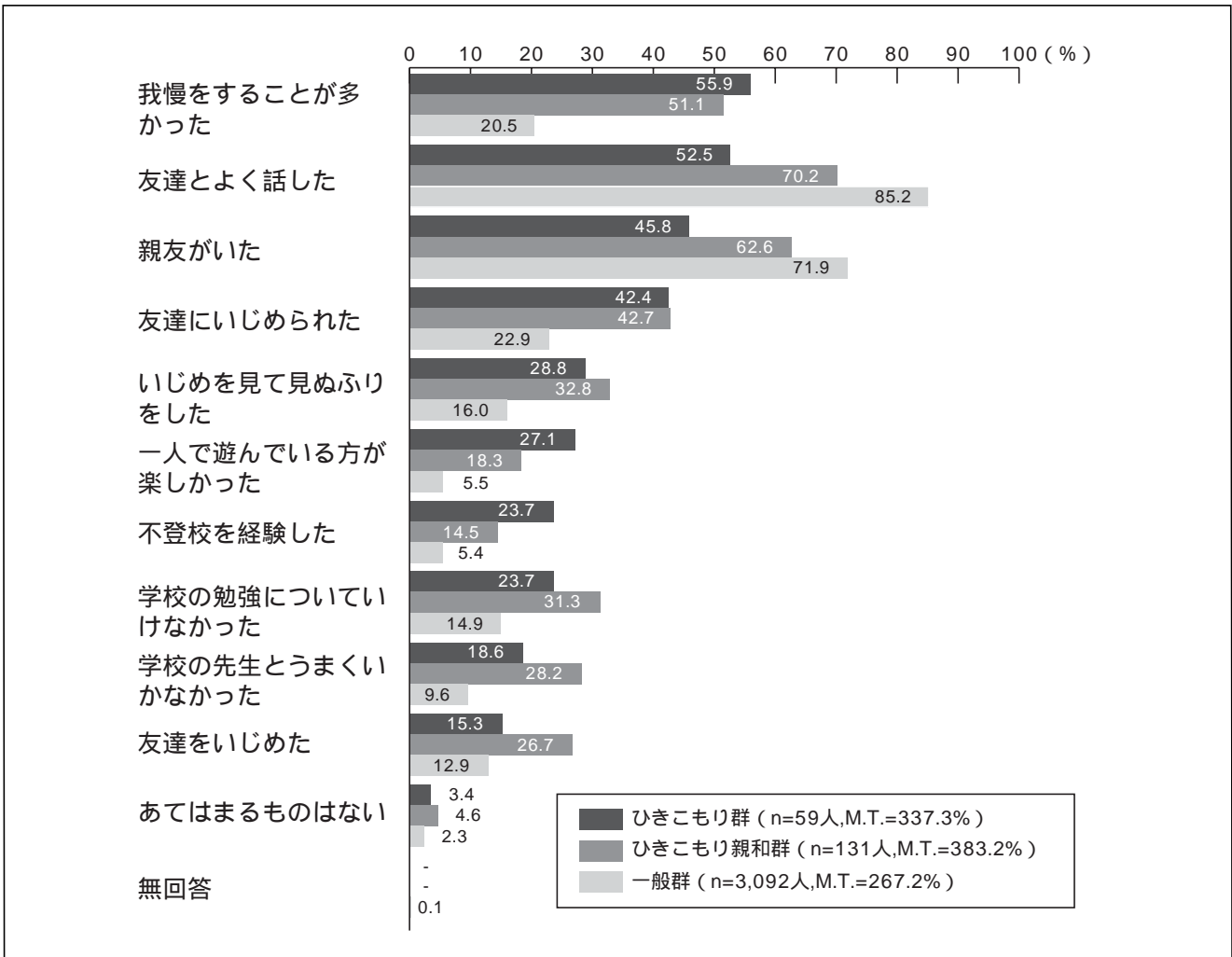
つまり、極めて心理的な要因が介在してくると考えるべきである。現代社会は、人間関係を重視し（実態はどんどん希薄化しているにもかかわらず）スムーズにそれを実践できないということを異常なこととみなしてしまうところがある。精神保健という観点からすれば、大多数の範疇に属さないものを異常とみなすことは厳に戒めなければならないところである。

人間関係の軸となるコミュニケーションにしても同様である。今日の社会では内的世界を適切な言語に置き替え、他者を説得できるコミュニケーション能力を育むことが当然視され、結果的にはすべからずディベートをもなし得る人間にならなければならないかのような雰囲気生まれている。つまり、人間関係をうまく構築したり営むことができなかつたり、きちんと言葉で意思表示をできないことは、あたかも欠陥商品として放逐されかねない社会環境が進行していることに、もっと目を向けてみる必要があるのではないだろうか。無口ではあるが自分の考えをしっかりと有している人間であるとか、言葉に頼らず人の気持ちを「察する」能力を高く持っている人間は、今の日本社会では評価されなくなりつつある。こうした現代社会においては当たり前とされる価値観の進行が、「ひきこもり」化する若者たちにとっては、実に生きにくい社会になっていると思われる。今日、学校教育の中では、言語的コミュニケーション能力を高めることが、極めて重要視されている。グローバル化が進む、これからの社会を生き抜くために、その力を身に付けることは確かに必要であろう。企業社会ではそうした人材をより求めるようになってきている。しかし、もともとそうしたことに苦手意識を持つ者にとっては、それを指導されることが苦痛以外の何ものでもないということにもっと注意を払うべきであろう。「学校の勉強についていけなかった」「学校の先生とうまくいかなかった」と回答した者が一般の若者に比べて多いのは、実はそうした授業内容や指導する教師に対して反発を有していたことにほかならないことが、東京都で実施した別の調査により明らかになっている。また、そうしたことになじめない子どもたちは、なじんでいる多数の子どもたちからは「うざい」存在として疎まれ、いじめの対象ともなりやすい。

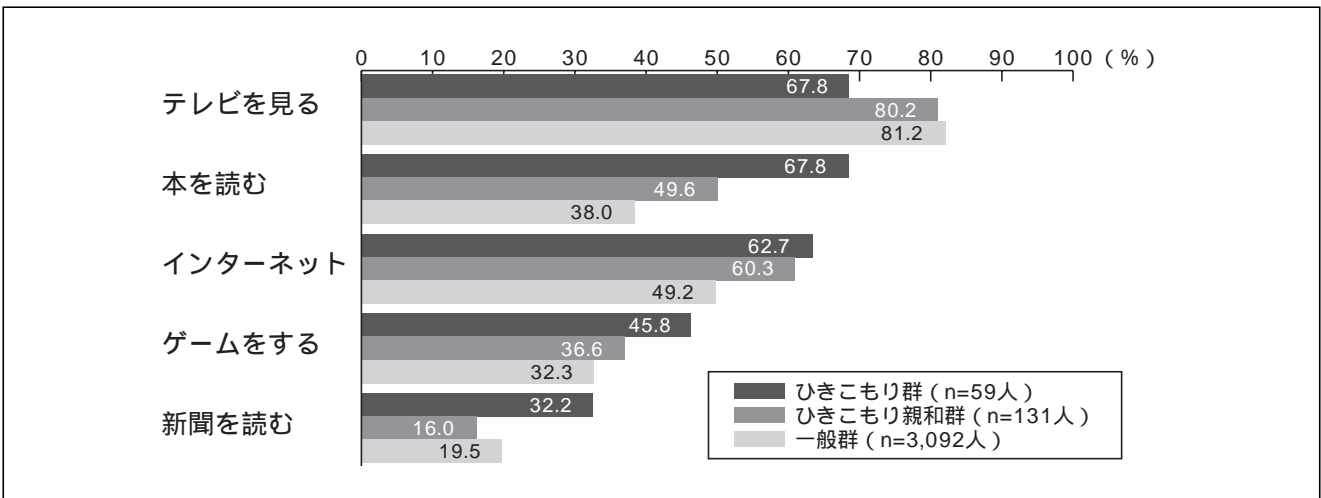
## 5. 自我のせめぎあい

平成19年度に東京都が行った調査など（当事者の面接も含む）によると、「ひきこもり」の当事者というのは、どちらかというともじめで融通が利かなく、言語表現が苦手な人付き合いが苦手であると思っていることが明らかになっている。同様の傾向は今回（平成22年）の内閣府による全国調査からも示されている。調査から示された回答の中で目に付いたものを拾ってみると、小・中学校時代は「一人で遊んでいる方が楽しかった（27.1%）」「我慢をすることが多かった（55.9%）」とするものが一般群よりはるかに多く（グラフ1）また「本を読む（67.8%）」「新聞を読む（32.2%）」

**グラフ1** 問 あなたは小学校や中学校の頃に、学校で次のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものすべてに をつけてください。( はいいくつでも)



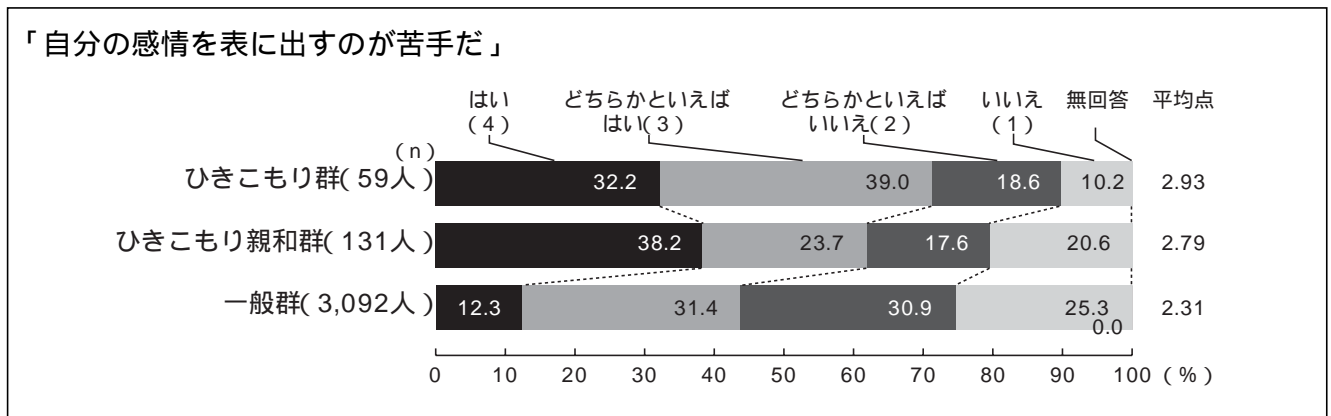
**グラフ2** 問 ふだんご自宅にいるときによくしていることすべてに をつけてください。( はいいくつでも)



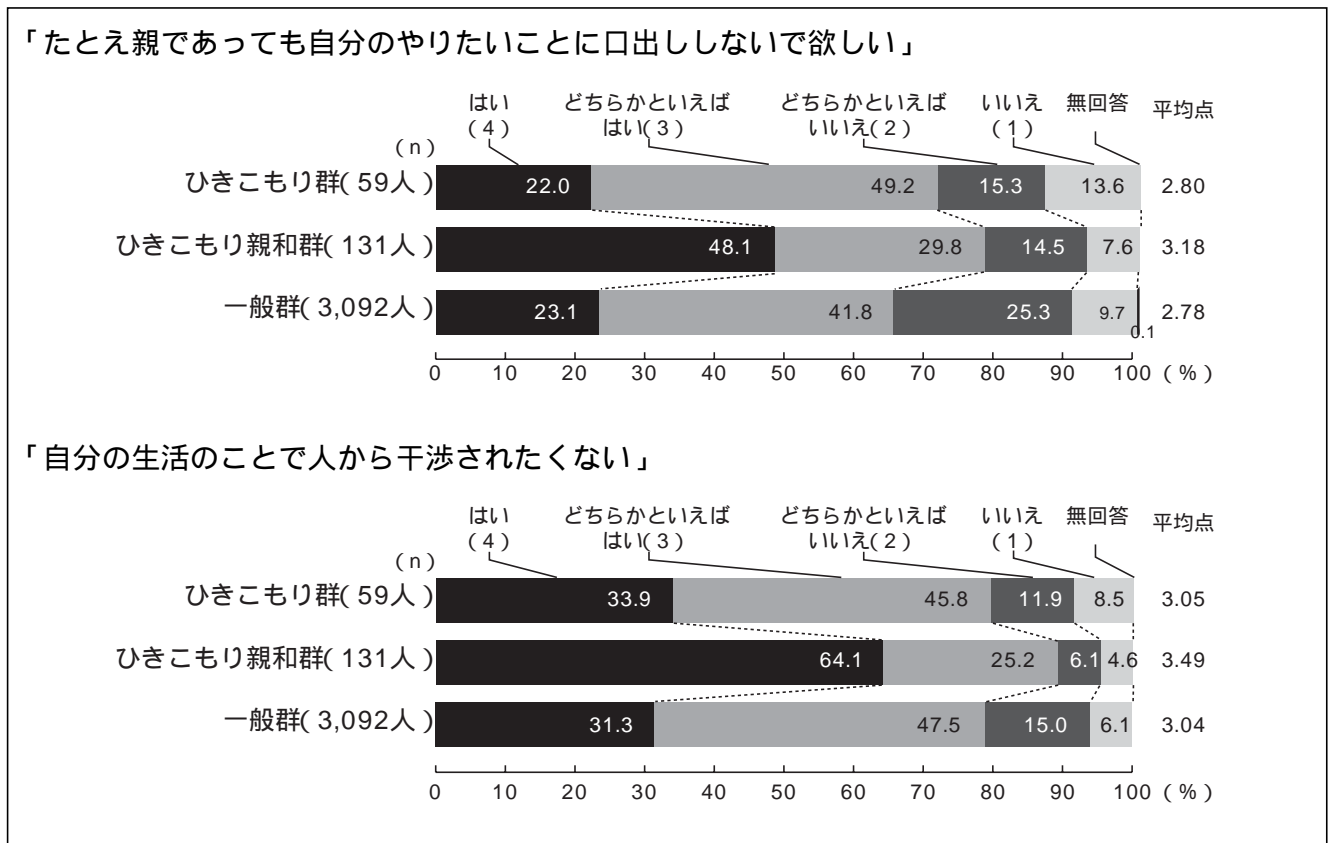


などで他群との違いが示されている（グラフ2）。活字離れが指摘され、我慢することのできない若者が目立つようになった現代社会において、いささか違う若者の姿が見えてくる。また、「自分の感情を表に出すのが苦手だ」とする者が消極的な肯定値を加えると71.2%にも上っている（グラフ3）。これらの数字を重ねて見ていくと、「ひきこもり」の若者たちというのは、現代社会には合わない、時代後れの者たちなの

**グラフ3** 問 次にあげられたことについて、あなた自身にあてはまる数字に をつけてください。



**グラフ4** 問 次にあげられたことについて、あなた自身にあてはまる数字に をつけてください。



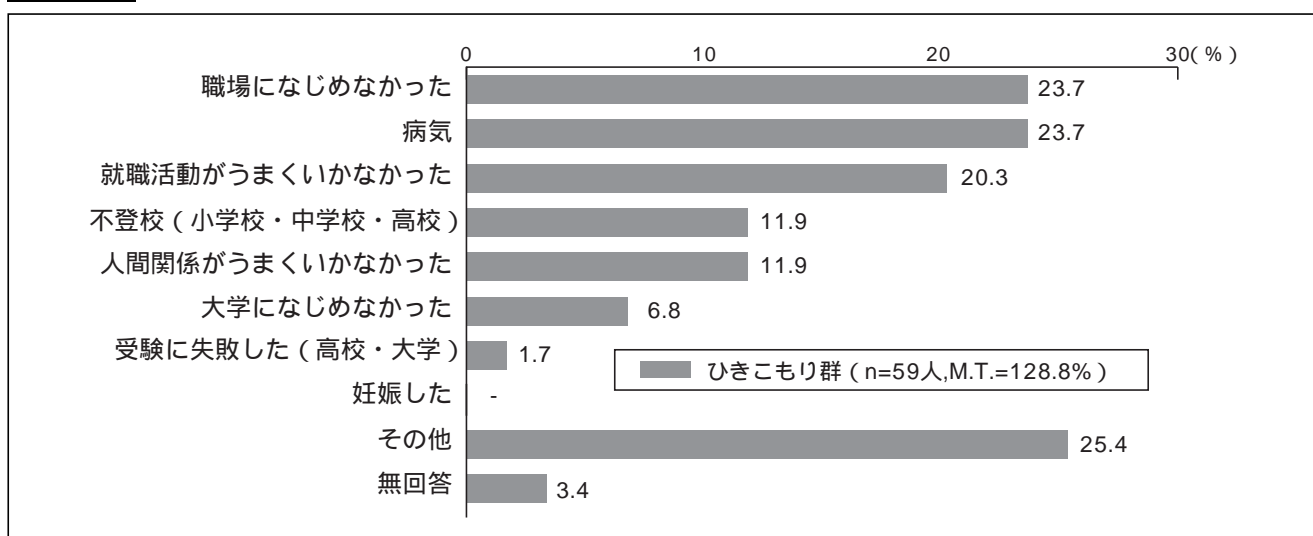
ではないのかという印象が強い。

しかし、その反面「たとえ親であっても自分のやりたいことには口出ししないで欲しい（消極的肯定を加えると71.2%）」、「自分の生活のことで人から干渉されたくない（消極的肯定を加えると79.7%）」（グラフ4）などの項目はほぼ一般群と同じ傾向が示されており、現代的な感覚も持ち合わせていることが分かる。つまり、古いだけではなく、近代的な自我と古典的な自我とが共存しているように思われる。

臨機応変な融通の利かなさという特徴からすると、現実場面において双方の自我がせめぎ合う状態になることも予測されてくるのだが、そうなると思動きが取れなくなってしまうそうである。学校では何とかやれていても、社会に出てから立ちゆかなくなるという理由がそこから示されてくるのではないだろうか。ちなみに不登校から「ひきこもり」になったとした者は、大学での不登校を含めても20%以下であった（グラフ5）。

では、学校でそんなにつらい勉強をしなくてはならないのに多くが不登校にならないのはなぜなのだろうか。そこに彼らの「我慢をすることが多かった」という意識の表れに注目してみる必要がある。彼らのプライドの強さは、そこで不登校になることを選ばせなかったと考えられる。であるからこそ、必死になって登校をし続け卒業にこぎ着けたのではないだろうか。しかし、それを貫くことができず不登校になってしまう者もまた存在している。つまり、単に不登校の遷延化が「ひきこもり」になるというのではなく、「ひきこもり心性」とでも言うべきものを早くから有した

グラフ5 問 現在の状態になったきっかけは何ですか。（はいくつでも）



者が不登校者になる場合があり、それがやがて「ひきこもり」に移行していくように思われる。彼らの場合は、自らそれを選択したという意識が強く、学業復帰を前提とした適応指導教室や、フリースクールに通うことも拒否するが多い。こうした不登校者やひきこもり者からしばしば語られるのは「これは自らが決めたことであり、他人からとやかく言われたくない。放っておいてほしい」という、極めて自己完結的な言葉である。

## 6. オタク族の社会性

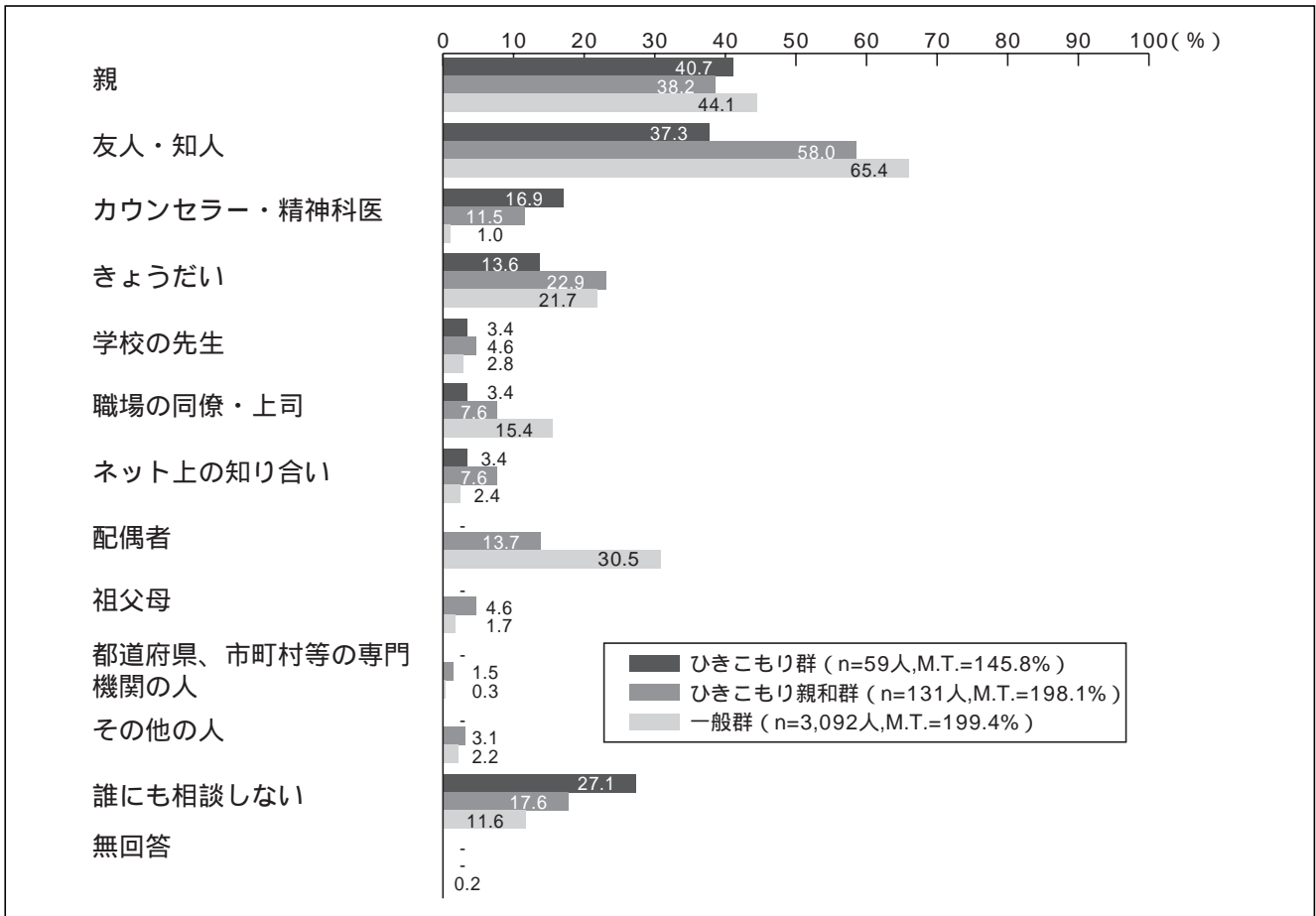
ところで、「ひきこもり」の実に66.1%が「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」(表1)と回答している。極めて恣意的かつ選択的な行動パターンを示しているのだが、それができるということは、一定程度の精神的健康度が保持されている存在として見るのが可能であろう。外に出られるなら「ひきこもり」ではないのではないかと見る人もいるだろう。しかし、「6か月以上にわたって仕事も学業もせず、家族以外との交流も途絶えている」という枠組みの中に紛れもなくいる人たちである。

また、親の金で生活しながら、趣味に出掛けるなど「甘えている」証拠だという人もいることだろう。しかし、あえて弁護するならば、その世界にしろうじて社会とのつながりを意識している動きであると仮定するならば、現状打開に希望が持てる人たちであると考えたい気がする。かつて「オタク族」と呼ばれる若者たちが注目されたときがあった。彼らの場合は趣味を共有することでかすかに外での人間関係を保持していたのだが、いつの頃からか、それさえも切ってしまった存在として、「ひきこもる若者たち」の実態が浮かび上がってくる。せめてオタク族的な他者との交流が持てるようになることが、社会参加の第一歩になるとも考えられる。その一方、この項目には肯定しなかった残りの3分の1の人たちの中には、何らかの病理や障害を抱えている人たちが含まれている可能性があると思われる。

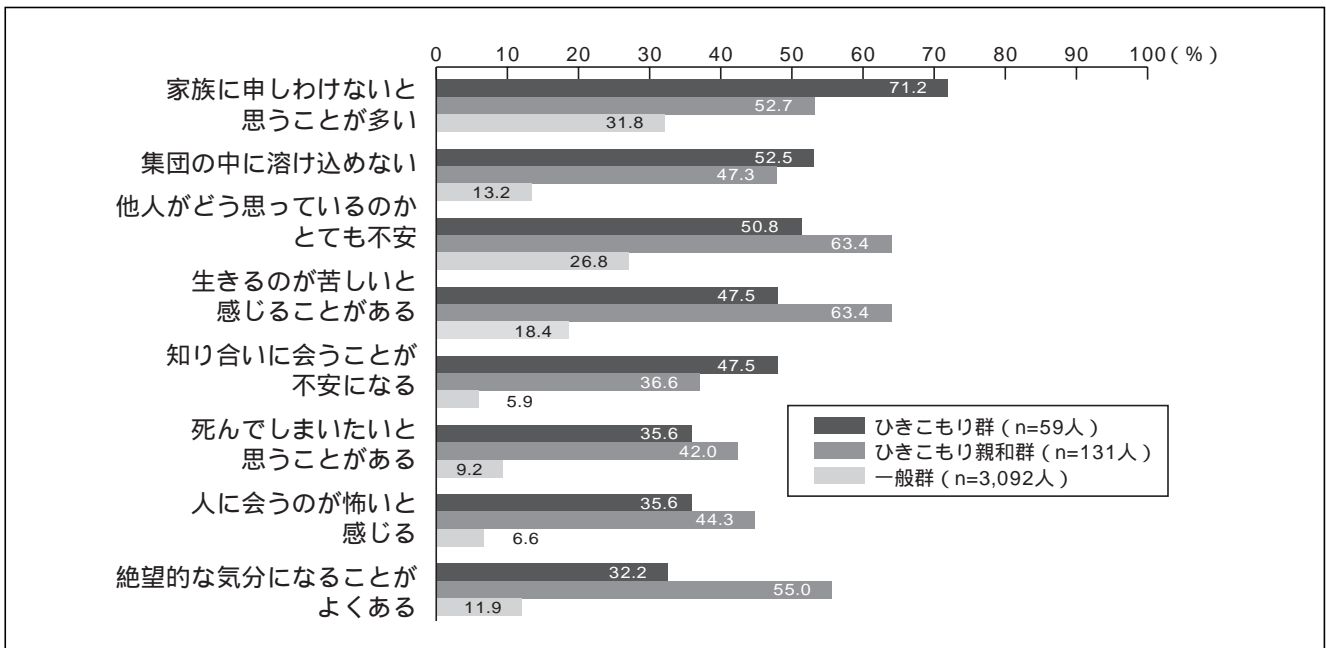
## 7. ひきこもりを未然に防ぐには

一般群に比べると低い数値を示しているとはいえ、ひきこもり群であっても、小・中学校時代に「友達とよく話した(52.5%)」や「親友がいた(45.8%)」という回答(グラフ1)も注目に値する。また、相談相手として親(40.7%)を挙げ(グラフ6)

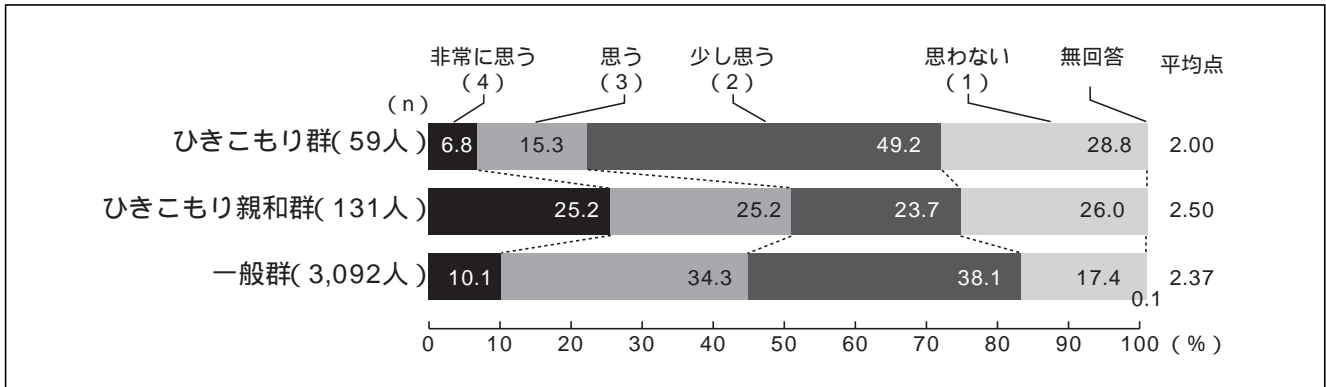
**グラフ6** 問 あなたはふだん悩み事を誰に相談しますか。(はいいくつでも)



**グラフ7** 問 次にあげられたことの中で、あなた自身にあてはまるものすべてにをつけてください。(はいいくつでも)



**グラフ 8** 問 あなたはふだん悩み事を誰かに相談したいと思いますか。( はひとつだけ)



「家族に申しわけないと思うことが多い(71.2%)」(グラフ7)としている者が少ない。「あなたはふだん悩み事を誰かに相談したいと思いますか」という設問に対しては、消極的なものを含めると71.3%が肯定の意思を見せるなど(グラフ8)「ひきこもり」に対する対応策として可能な方策は全くないとは言い難い。

ただ、残念ながら既存の相談機関に対する印象や期待はその意思に添っていないようである。いずれにしてももう少し分析を深めることによって、ひきこもりを未然に防ぐ方策というのもありそうな気がする。

## 8. ひきこもり親和群

気になるのは「ひきこもり親和群」と呼ぶ一群の存在である。その出現率は3.99%に上り、全国に約155万人が存在するという推計がなされている(表1)。決して小さな数字ではない。この回答だけならば若い世代にありがちな、感覚的同調意識とみなして無視することもできるのだが、他の回答を見ていくと、明らかに一般群の若者たちとは異なる傾向を示しており、多くの点で「ひきこもり群」に近い「一般群」と「ひきこもり群」との中間にある傾向を示している。

まず、「ひきこもり親和群」の特徴として、うつ的傾向、罪悪感・強迫的傾向、暴力的傾向が他群より強いことが示されている(資料(全体版)P56、58、59参照)。しかし、「ひきこもり親和群」の通院歴を尋ねたところの回答では、精神的というよりも「皮膚の病気」「その他の病気」「胃や腸の病気」を挙げたものが多く(資料(全体版)P18参照)、一過性の心身症的病理を抱えている者が多いのではないかと推測される。さらに、親和群は約3分の2が女性である(資料(全体版)P13参照)。ち

なみに、これまで報告されている症例などから、リストカットや摂食障害といった行動化しやすい（攻撃性を内包している）病理を有する者には、どちらかということと女性のほうが多いということが指摘されている。ひきこもりが男性のほうに出現しやすいということと重ねて今後は検討してみる必要があるのかもしれない。

しかし、「ひきこもり親和群」の心的世界は「ひきこもり群」と重なるものが多く、家族との情緒的絆が弱いことや、対人関係に難を抱えるなどといった問題が浮かび上がっている。そうした心的状態の形成される背景を考察してみると、「ひきこもり親和群」は小・中学校時代に「いじめを見て見ぬふりをした（32.8%）」、「学校の勉強についていけなかった（31.3%）」、「学校の先生とうまくいかなかった（28.2%）」、「友達をいじめた（26.7%）」の項目で他群を上回っている（グラフ1）。一方、同じく小・中学校時代の家庭での経験としては「我慢をすることが多かった（42.0%）」、「親はしつけが厳しかった（33.6%）」、「自分で決めて相談する事はなかった（21.4%）」、「親は学校の成績を重視していた（17.6%）」などの項目で他群を上回っている。他方で、「困った時親は親身に助言してくれた（30.5%）」、「親とはなんでも話すことができた（26.7%）」（資料（全体版）P21参照）という項目での肯定率は他群に比べると低いという点が注目される。

そこから浮かび上がってくるのは、家庭においては特に問題性を感じさせず、親もまた子どもの教育にはそれなりの熱意を持って関わろうとしているのだが、子どもは早くから自立することを求められており、その反動からか学校社会では対教師や対友人との関わりに問題が顕在化しやすいのではないかという推測が生まれる。見方を変えると家の外でのほうが生の感情を露呈しやすく、その分外的世界にむしろ生の充実感のようなものを感じているのかもしれない。また、ひきこもり群と共通するものとしては、やはり人間関係や言語的コミュニケーションに不安や抵抗感を抱いていることが少なくないということからすると、周囲からは浮き上がりやすく、いじめの対象になりやすいのかもしれない。

全体的な傾向としては「ひきこもり群」とよく似てはいるのだが、「ひきこもり群」が、学校で「我慢をすることが多かった（55.9%）」（グラフ1）と他群を抜いて多いのに比べると「ひきこもり親和群」は家庭で我慢することのほうがより多いという違いがある。家の内と外とで我慢の違いがあるとすれば、「ひきこもり群」は外的世界よりも家の中のほうが居心地が良いということになるかもしれない。また、「ひき

こもり親和群」は、年齢的には25歳以下が約半数であり（資料（全体版）P13参照）さらに現在在学中としている者が多く（37.4%）（資料（全体版）P19参照）学歴面では約半数が高校以下であるのに比べ、「ひきこもり群」では、約3分の2が専門学校以上の学歴を挙げており（資料（全体版）P19参照）成熟度、意識差などの違いが表れているのかもしれない。しかし、そうだとすると「ひきこもり親和群」の中からやがて「ひきこもり」になっていく可能性を持つ者がやはり一定程度存在するという予測はできそうである。現段階における傾向からすると、特に男性の「ひきこもり親和群」にその確率が高いような気がする。ただし、ひきこもり親和群をそのまま全てひきこもり予備群とする見方は当たらないように思える。今後の研究課題としては、同じような意識傾向や過去体験を有しながらも「ひきこもり群」と「ひきこもり親和群」とに分かれる分岐点のようなものを明らかにすることが必要な気がする。そうすることにより、これ以上ひきこもりを増加させないための方策がもたらされてくるように思える。

## ひきこもり支援者読本

---

平成23年7月発行

発行 内閣府子ども若者・子育て施策総合推進室  
〒100-8970 東京都千代田区霞ヶ関3-1-1  
中央合同庁舎第4号館4階

デザイン・編集 蔦友印刷株式会社