

## ひきこもり親の会における家族機能改善の試み —家族心理教育的アプローチを用いて—

広島県立総合精神保健福祉センター

○白尾直子 小谷隆史 熊井麻世

### 1 はじめに

当センターの思春期精神保健福祉事業のひとつに、ひきこもり対策がある。ひきこもり状態で来所できない当事者を抱える親からの個別相談に応じるほか、「ひきこもり家族教室(以下、「家族教室」という)」と、家族教室終了後のフォローアップを目的とした「ひきこもり親の会(あしたの会)(以下「親の会」という)」を開催している。

親の会開始当初はフリートークを望む声が多く聞かれたが、当事者が来所しなくても家族のシステムや機能に変化を起こすことを目的に、徐々に家族心理教育的な内容も取り入れながら継続してきた。現在、実施している親の会では、家族に対して心理教育的なプログラムを実施することにより、本人とのコミュニケーションについて理解を深め、肯定的な行動変容に繋がるよう家族支援を行うとともに、他の家族との交流により、社会的孤立を防ぎ、互いに支え合うことで自信や自尊心の回復を図り、家族機能を高めることを目的としている。

なお、親の会が家族機能に及ぼす影響を検証するため、平成24年度から、親の会の参加者に対して、年度当初と年度末にFAD(Family Assessment Device:家族機能評価尺度)のアンケートを実施している。

### 2 本調査研究の目的

本調査研究では、当センターで実施している親の会の参加者を対象とし、当会における家族心理教育的アプローチの効果について、家族機能の視点から検討することを目的とする。そこで、FADの結果を整理し、参加者の家族機能の変化について検討するとともに、当会における家族心理教育的アプローチの効果について考察を行うこととする。

### 3 調査対象者および方法

#### (1) 調査対象者

調査対象者について表1に示した。

平成24、25年度に親の会に参加したのは、父親9名、母親22名、きょうだい2名の計33名であった。また、1名あたりの平均参加回数は、平成24年度が、 $6.6 \pm 3.0(1-11)$ 回、平成25年度は、 $8.1 \pm 3.0(1-12)$ 回であった。

ひきこもっている当事者については男性と女性の比率が5:1であり、平均年齢は $29.6 \pm 8.7(15-48)$ 歳、平均ひきこもり年数は $10.8 \pm 7.6(2-28)$ 年であった。

表 1. 調査対象者のまとめ

	対象者			平均参加回数	本人		
	合計人数	父親	母親		男性:女性	平均年齢	ひきこもり期間
平成24年度	17名	5名	12名	6.6±3.0(1-11)回	5:1	29.6±8.7 (15-48)歳	10.8±7.6 (2-28)年
平成25年度	16名	4名	10名	8.1±3.0(1-12)回			

(2) 親の会の実施内容

親の会の実施内容を表 2 に示した。

ひきこもり親の会は月 1 回(各 90 分)、年間 12 回実施した。初回はミニ講義と自己紹介を行った。2 回目以降は各回の前半に経過報告などのフリートークを行い、その内容を受けて後半にコミュニケーションスキルの練習を実施した。また、家庭でコミュニケーションの課題を試みて次回報告してもらう「宿題」も設けた。最終回には 1 年間の振り返りを行った。

なお、平成 24 年度の親の会については、悪天候による中止が 1 回あり、11 回の実施となった。

表 2. 親の会の実施内容

回	内容
第1回	①ひきこもりや親の会に関するミニ講義 ②自己紹介(ワークシートを使用)
第2~11回	①フリートーク ②コミュニケーションスキルの練習 ③宿題の確認 (第3回目以降は、毎回宿題報告から開始)
第12回	1年間の振り返り

(3) 調査方法

調査に用いた FAD は、1983 年に Epstein,N.B.らが、家族の健康度を評価するスクリーニング検査として開発した質問紙である。彼らの提唱した McMaster Model of Family Functioning (MMFF) という 家族モデル理論では、家族の心身の健康に大きく影響する家族機能として 6 つの次元が挙げられる(表 3)。

表 3. 家族に関する質問調査(FAD)

家族機能次元	評価の内容
問題解決	家族を脅かすような課題を解決するための能力
意思疎通	家族成員間の情報交換ができていますか
役割	課題が家族成員に明確・公平に割り振られ、責任をもって遂行されているか
情緒的反応	いろいろな刺激に、個々の家族成員が適切な感情で対応できているかどうか
情緒的関与	家族成員がお互いの行動や関心に興味を持って関わっているか
行動統制	家族内外で起こる危機的状況で、家族が行動をうまく制御できているか

※FADはさらに 全般的機能を加えた7つの尺度で評価

参加者には、親の会開始時と終了時の自記式質問紙 FAD への協力と、その結果を個人が特定できない形で集計して学会等で発表する可能性がある旨をあらかじめ説明し、同意を得て、質問紙への記載後、提出を求めた。

開始時・終了時の両方のデータを回収できた計 20 名の結果について、対応のある *t* 検定を用いて、統計学的に検討した。

#### 4 結果

親の会、開始時・終了時の両方のデータを回収できた 20 名を対象とし、親の会における家族心理教育的アプローチの効果について、家族機能の視点から検討することを目的として、対応のある *t* 検定を行った。

まず、親の会開始時と終了時における家族機能を比較した結果、FAD の 7 項目（問題解決、意思疎通、役割、情緒的反応、情緒的関与、行動統制、全般的機能）のうち、問題解決と情緒的反応、情緒的関与の 3 項目で有意な改善が認められた（表 4、図 1）。

表 4. 親の会開始・終了時における家族機能の比較

FAD	前後比較		開始前		終了時		t 値
	一般平均		平均値	SD	平均値	SD	
問題解決	2.10	0.56	2.45	0.46	2.25	0.51	1.87 *
意思疎通	2.00	0.51	2.56	0.44	2.47	0.55	0.72
役割	2.00	0.44	2.19	0.30	2.06	0.35	1.60
情緒的反応	2.20	0.57	2.59	0.43	2.37	0.54	1.75 *
情緒的関与	2.20	0.48	2.31	0.34	2.14	0.41	2.50 *
行動統制	2.10	0.48	2.22	0.32	2.08	0.36	1.68
全般的機能	1.90	0.51	2.35	0.41	2.19	0.47	1.45

\**p* < .05, \*\**p* < .01

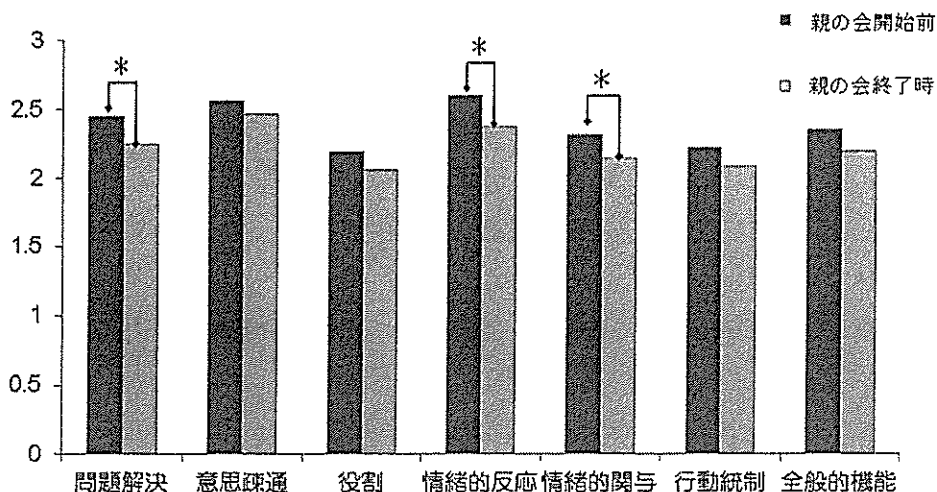


図 1. 親の会開始時・終了時における家族機能の比較

また、親の会開始時・終了時と一般平均(佐伯ら, 1997)における家族機能の比較を行った(図2)ところ、開始時には一般平均と5項目で有意な差があり、一般と比較すると参加者の家族機能は低かったが、終了時には差があるとはいえない項目が増加していた。しかしながら、終了時においても、意思疎通と全般的機能の2項目は有意に得点が低かった。

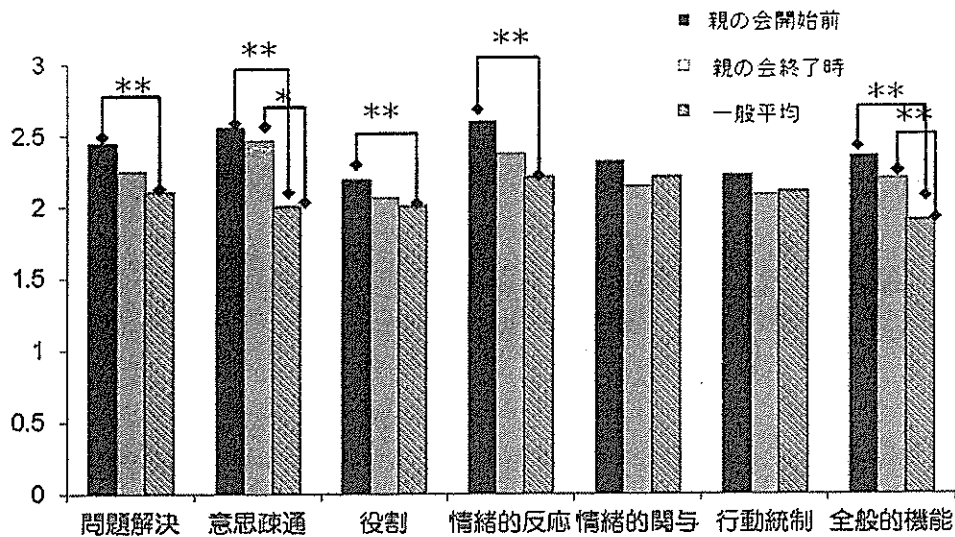


図2. 親の会開始時・終了時と一般平均における家族機能の比較

## 5 考察

まだ試行的な段階ではあるが、親の会による家族機能の変化について評価、検討を行ったところ、家族を脅かすような課題を解決するための能力(問題解決)といろいろな刺激に対して個々の家族成員が適切な感情で対応すること(情緒的反応)、家族成員がお互いの行動や関心に興味を持ち価値を置く範囲(情緒的関与)の3項目に関して有意な改善が認められた。

これらについては、フリートークの場面で、「母親には父親についての愚痴を言うが、父親とは口を利かない」、「本人に言いたいことがあっても逆上されたり無視されたりするので言えない」あるいは「親は将来や就労について話したいが、本人の関心は国際情勢/スポーツ/深海魚/パソコンで噛み合わない」といったテーマが複数の家庭から話題に上り、こうした場面で活用しやすいコミュニケーションの練習を行った。これらの練習により、家族内でお互いが感情的にならずに思いを伝える方法や本人の関心事から会話を始めることを習得し、共有する課題について一緒に話し合うタイミングや方法を考え、またこうした内容に関連した「宿題」を出すことで実際にこれらの新しいコミュニケーションが家庭内で実践されたことも改善の要因だったのではないかと考えられる。

親の会における参加者からの近況報告によると、親の会の実施期間中、ひきこもり当事者については、生活に明らかな変化のみられない者もあれば、毎日入浴するようになった・夕食を作るようになったなどの家庭内変化をはじめ、ひとりでコンビニエンスストアへ外出するようになった・歯科治

療へ通い始めたなど家庭外での変化, 通信制高校やデイケアやアルバイトへ通い始めたといった社会的活動への参加開始など, さまざまな変化が見られている。

しかしながら, 一般家庭と比較すると, 親の会終了時にも意思疎通の能力と全般的機能は低下している状態であるという課題も見出された。

## 6 おわりに

本調査研究では, 当センターで実施している親の会における家族心理教育的アプローチの効果について, 家族機能の視点から検討した。その結果, 家庭における問題解決や情緒的反応, 情緒的関与について改善が認められた。このことから, 親の会で実施している家族心理教育的アプローチは, ひきこもりの問題を抱える家庭のコミュニケーション改善の一助となっていると考えられる。一方で, 親の会を終了しても, 一般家庭と比べると, 家族機能が低下したままの側面があることが明らかとなった。

そこで, 今後の課題として, ネガティブなことであっても家族に対して率直に本心を口にできる等, コミュニケーションが豊かになり, 家族があるがままの本人を受け入れることができるようになる等, 家族機能改善に向けたより効果的な親の会のあり方について検討する必要があると考えられる。

### 〈参考文献〉

佐伯俊成, 飛鳥井望, 三宅由子, 箕口雅博, 山脇成人 (1997). Family Assessment Device (FAD) 日本語版の信頼性と妥当性 精神科診断学, 8 (2) , 181-192.