# 「発達障害のある方のひきこもり前駆状態となる時期とリスク要因の調査」

札幌市自閉症・発達障がい支援センターおがる
北海道大学大学院教育学研究院　安達研究室
（特殊教育・臨床心理学教室）

〈はじめに〉

多くの方にご協力いただいた本調査ですが、無事に終えることができました。
ここでは、この調査の目的に関わる部分を中心に報告したいと思います。
（「障害」の表記について、調査などにかかわるものは「障害」、文中は「障がい」と表記しています）

## 1　調査の目的

本調査ではひきこもりの状態（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、家庭外での交友など）を回避し、原則的には６ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態を指す現象）になる、より短期間の**30日間を「ひきこもりの前駆状態」と仮定しています**。そして、「発達障がいの診断に加えて、ひきこもり前駆状態を経験した方」と、「発達障害の診断はありますが、ひきこもり前駆状態を経験していない方」、そして「発達障がいの診断がなくひきこもり前駆状態を経験していない方」の3群に対して質問紙による比較調査を行いました。主な調査の目的は「発達障害のある方のひきこもり前駆状態となる時期とリスク要因の調査」であり、またその時の対処方法も比較しました。（図１）

ひきこもりになるリスク　→　ひきこもり前駆状態
・年間で30日以上（連続、断続）教育、就労、訓練機関の利用がない状態

| | ひきこもり前駆状態あり | ひきこもり前駆状態なし |
|---|---|---|
| 発達障害診断あり | 障害+/ひきこもり+ | 障害+/ひきこもり－ |
| 発達障害診断なし | | 障害－/ひきこもり－ |

図１　調査対象とした３群

## 2　調査概要

⑴実施期間

2020年6月～同年11月まで

⑵対象者

図１の３群について、札幌市内の発達障がいに関係する親の会の皆さまなどにアンケート調査を依頼しました。発達障がいの診断のない方には同様の調査を株式会社マクロミルに依頼しています。［**障害＋/ひきこもり＋**］は52名、［**障害＋/ひきこもり－**］は24名、［**障害－/ひきこもり－**］は70名から回答を得ることができました。

⑶調査方法

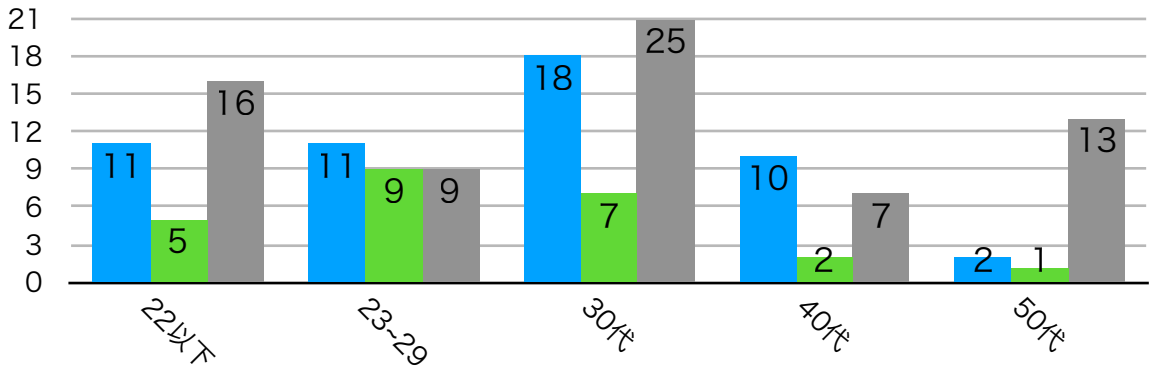
A3用紙裏表の質問紙で、発達障がいの診断のある方でひきこもり前駆状態の経験のある方へ、学校や仕事に行かなくなった時期やリスクを選択肢の複数回答ありとして質問しています。また不安や困りごとがあったときの対応方法についても質問して

いますが、これは、Attwood（2008）の「感情の道具箱」という気持ちを修理するツールボックスを参考にしました。所要時間はおよそ１５分程度のものです。

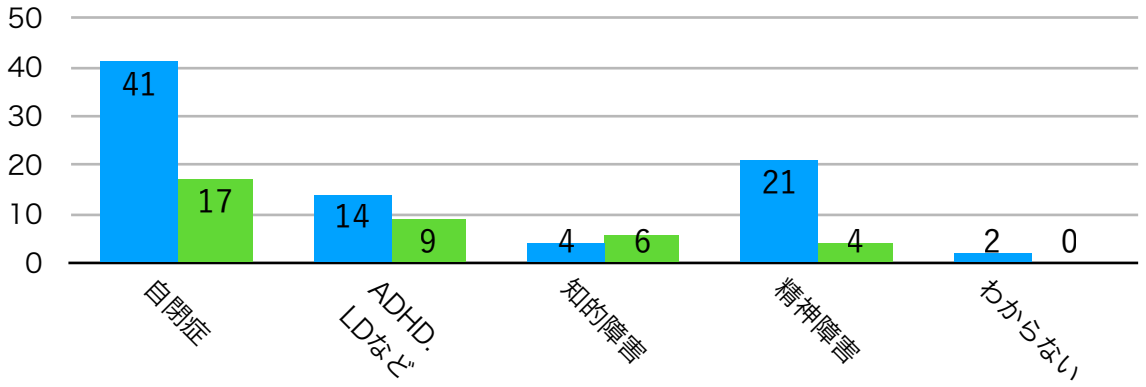
## 3　調査結果

障害+/ひきこもり+　n=52　障害+/ひきこもりー　n=24　障害ー/ひきこもりー n=70

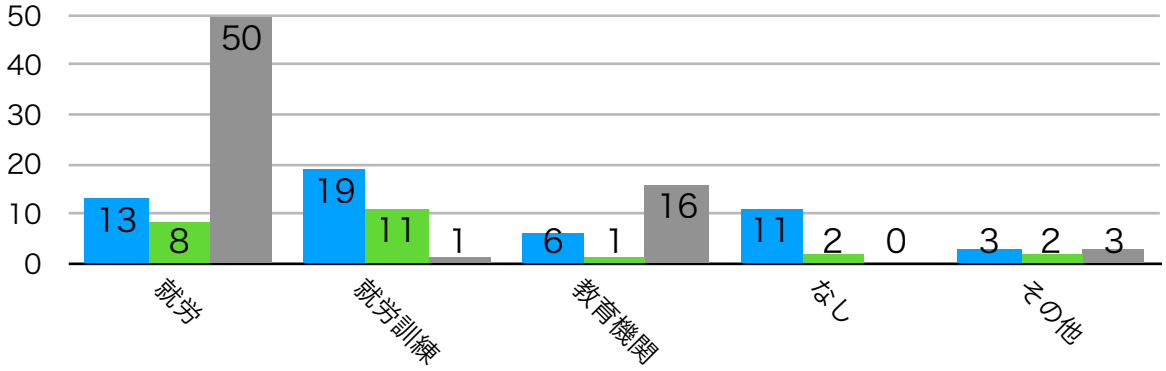
### 〈対象者の年代について〉



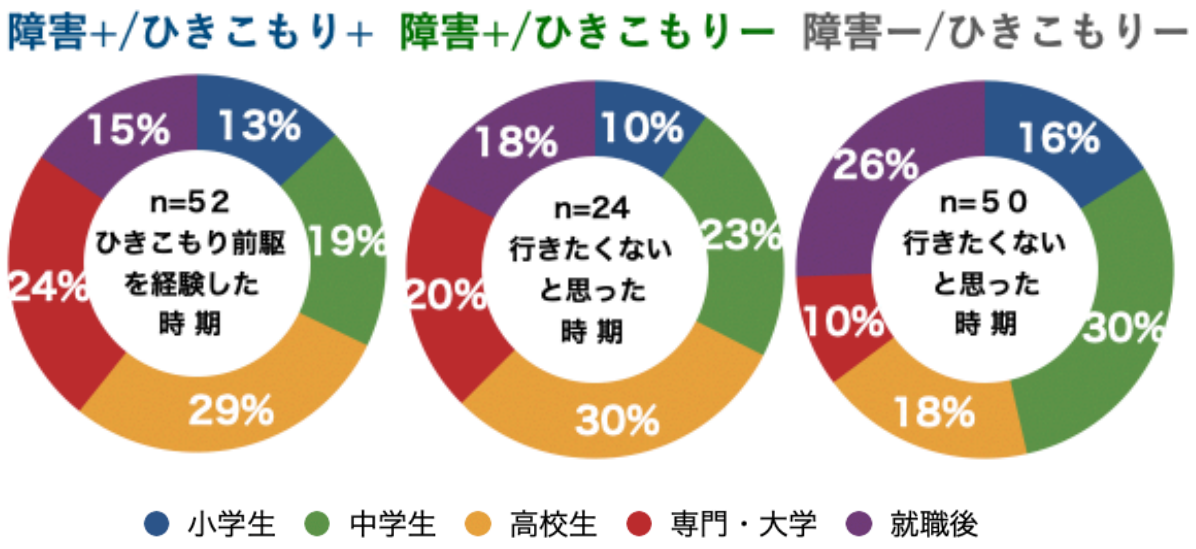

### 〈対象者の診断について〉　＊複数の診断名の方は複数回答




### 〈対象者の所属について〉

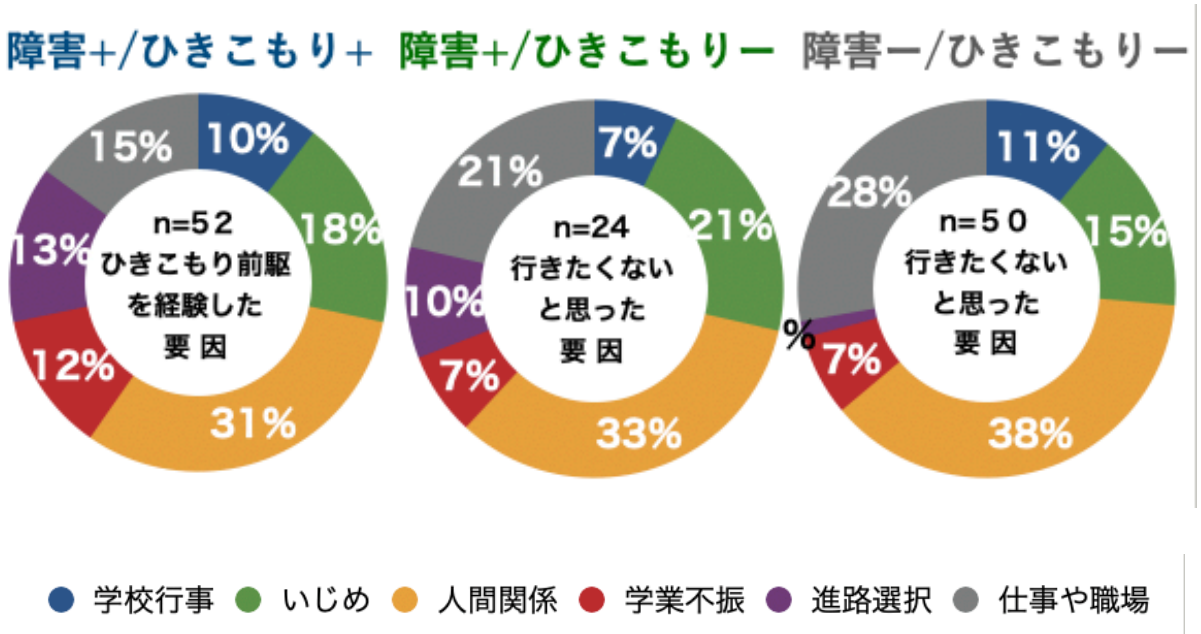


〈ひきこもり前駆状態になりやすい時期〉




［障害＋／ひきこもり＋］が「専門・大学」で他の群に比べてリスクが大きかったです。
［障害ー／ひきこもりー］は「高校」「専門・大学」が他の群に比べてリスクが少なかったです。

〈ひきこもり前駆状態になりやすい要因〉




３群ともに「いじめ」と回答している方がいました。また［障害＋／ひきこもり＋］は「学業不振」や「進路選択」が少し多く見えましたが、意味ある大きな違いは見られませんでした。

## 〈困ったときの対応について〉

以下のような質問にお答えいただいています。

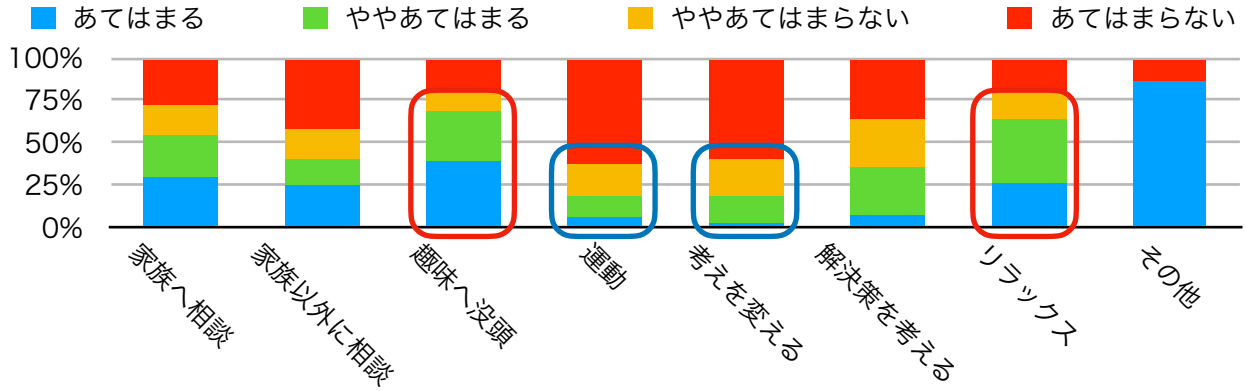
Q9　あなたは学校や職場、訓練機関に行きたくない気持ちのときや困ったとき、または悩みごとが

あった場合にどのようにしていましたか。下の質問の**当てはまるものを**○で囲んでください。
（あてはまる－4　ややあてはまる－3　ややあてはまらない－2　あてはまらない－1）

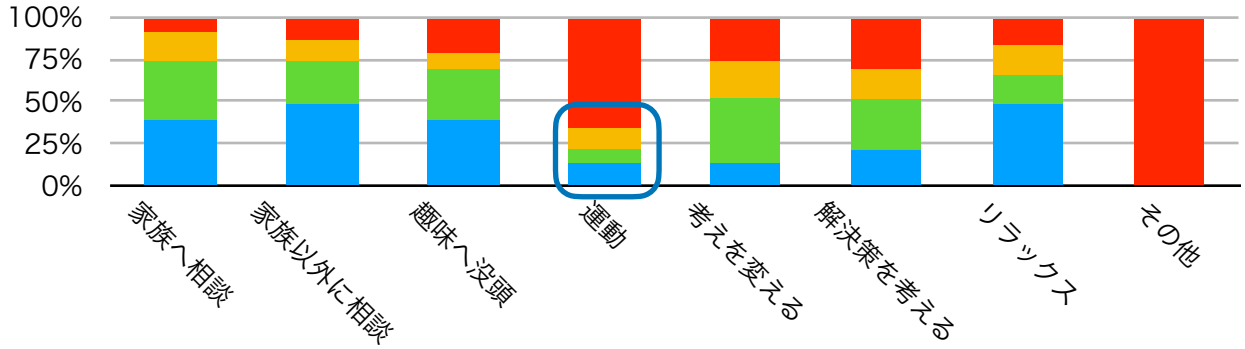
| していたこと | あてはまる | ややあてはまる | ややあてはまらない | あてはまらない |
|---|---|---|---|---|
| 1．家族に相談する | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2．家族以外に相談する | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3．趣味に没頭する | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4．運動で気を紛らわす | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5．考えを変える（例えば、「失敗も経験だ」など） | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6．解決策の情報収集 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7．リラックス（休む、音楽を聞く、飲みものを飲むなど） | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8．その他（　　） | 4 | 3 | 2 | 1 |

### それぞれの群の中での意味のある違いがあったところを報告します

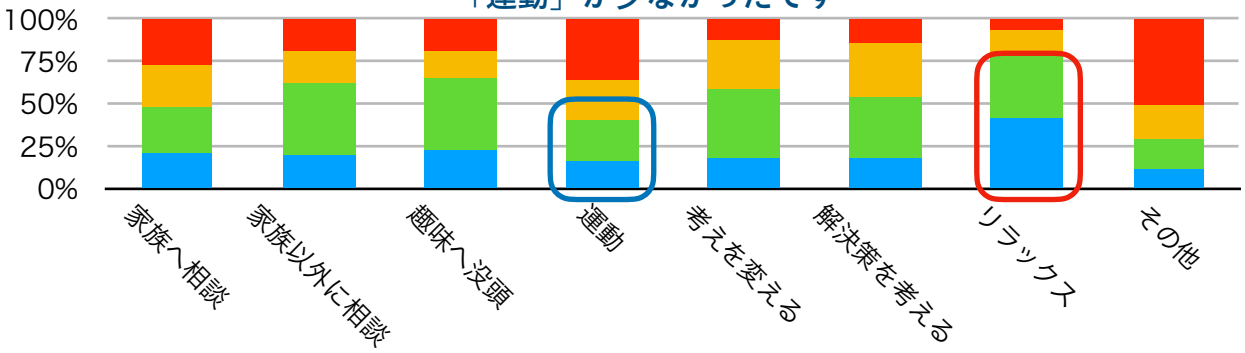
［障害＋／ひきこもり＋］～「興味への没頭」と「リラックス」が多いです
～「運動」と「考えの変更」が少なかったです




［障害＋／ひきこもり－］～運動が少なかったです



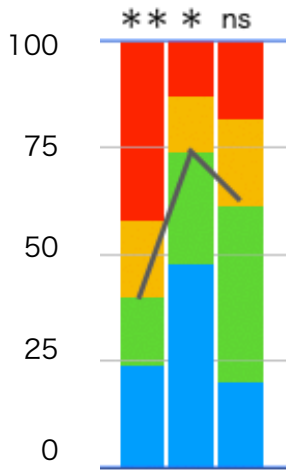

［障害－／ひきこもり－］～「リラックス」が多かったです
～「運動」が少なかったです



以下、３群で比較して意味のある違いがあったところを報告します
グラフは左から順に
［障害＋／ひきこもり＋］［障害＋／ひきこもりー］［障害ー／ひきこもりー］

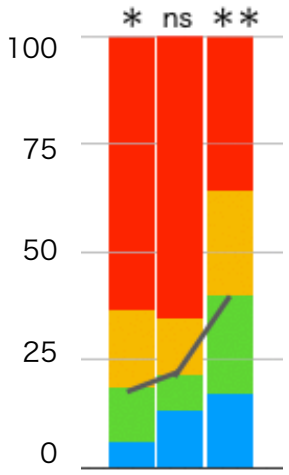
あてはまる　ややあてはまる　ややあてはまらない　あてはまらない

【家族以外への相談】



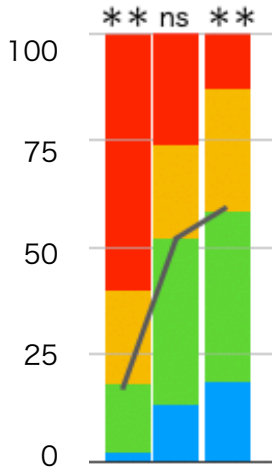

［障害＋/ひきこもり＋］は少ない
［障害＋/ひきこもりー］は多い

【運動】



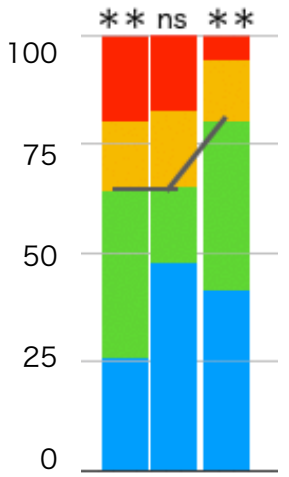

［障害＋/ひきこもり＋］は少ない
［障害ー/ひきこもりー］は多い

【考えの変える】




［障害＋/ひきこもり＋］は少ない
［障害ー/ひきこもりー］は多い

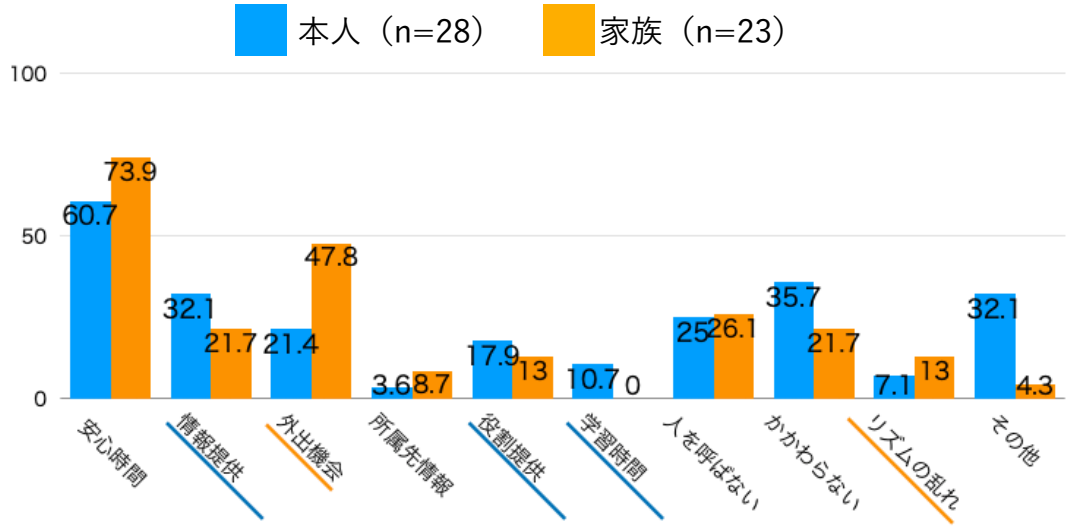
【 リラックス】




［障害＋/ひきこもり＋］は少ない
［障害ー/ひきこもりー］は多い

〈家族にしてほしかったことと家族の対応について〉

［障害＋/ひきこもり＋］の本人と保護者の回答について比較してみました。




本人は情報提供や役割提供、学習時間がほしいと考えている。
ご家族は外出機会を増やしたかったり、リズムの乱れが気になると答えていました。

## 4　わかったことや考えられること

①ひきこもりリスクの時期について

［障害+/ひきこもり+］は「専門・大学」でひきこもりリスクが高い。

→履修に関わる問題の指摘（発達障がいのある学生の支援に関する全国調査,2008）がありますが、今回の調査では、それほど多くはなく、誰かに聞いたりすることで解決しやすいことから、人間関係の要因がかかわってくるかもしれません。

②ひきこもりリスクの要因について

○要因での意味のある差は３つの群の間にはみられない。また一時期で終わるのか、複数の時期に続くのかも要因での有意な差も見られませんでした。

→さまざまイベントでリスクがあること、また個人の特性や状況（特に対人関係）での影響が考えられそうです。

③［障害+/ひきこもり+］の方たちへの対応について

○群内では「興味への没頭」「リラックス」が多く、「運動」「考えの変更」が少なかったです。

○３群の比較では多いものはなく「家族外への相談」「運動」「考えの変更」「リラックス」が少なかったです

［障害+/ひきこもりー］は「家族外への相談」が有意に多い

［障害ー/ひきこもりー］は「運動」「考えの変更」「リラックス」が有意に多い

→発達障がいのある方のひきこもりリスク軽減の考えとしては２つの側面からのアプローチが考えられそうです。

**・環境面として、家族以外にも相談できる場所や人の必要性**

**・個人面として、運動含むリラックスや考えを変えることを教える（柔軟性）**

## 5　今後の支援の参考として考えられること

### ①「家族以外の相談者」を増やす取り組み

○［**障害**+/**ひきこもり**+］の41人（78.8%）は家族以外のへの相談歴がある。しかし対応方法としては選ばれていませんでした。（20人本人、21人家族）

→医療機関や障がい者相談支援事業所などへ相談はあるのですが、ひきこもりを専門としていないのでワンストップの機能がなかったり、相談を受けても継続的な対応が難しい状態があるようです。

**相談をワンストップで受けた後に、地域で支えるためのコーディネート役が活躍できる仕組みの検討**
**発達障がいのある方への面談のコツ/家族を支える仕組みの検討**

### ②「リラックス」や「運動」のルーティンを教える

○「リラックス」「運動」は[**障害**+/**ひきこもりー**]に有意な差がなく、[**障害**+/**ひきこもり**+]は有意に少なかったです。

○発達障がいのある方たちは顕在的な学習（explicit）が得意ですが、潜在的な学習（implicit）は得意ではない（Klinger,2007）ということから、大多数の方では自然に学んでいく「リラックス」や「運動」の習慣や方法について、身についていないことがあるかもしれません。

○発達障がいのある方たちは自己感情の認知に困難（William,2010）があることから、自分の疲れや不安についてあまり感じていなかったり、自分の疲れの状態などをはっきりとは理解していないことがあるかもしれません。

**発達障がいのある方の学びやすさに合わせたリラックスの方法を教える**
**リスクは小学生からあるので、小学校から自立活動の「心理的な安定」など中で場面を設定して教える取り組みの検討**

③「考えを変える」練習をする

○「考えの変更」は**[障害+/ひきこもりー]**に有意差がなく、**[障害+/ひきこもり+]**は有意に少なかったです。

○発達障がいのある方の実行機能の弱さがある（大村,2013）
森口（2012）は実行機能を、⑴抑制機能⑵シフティング⑶アップデーティング/ワーキングメモリとしています。このことから一度、考えた方法がうまくいかなかった時に、立ち止まって考えたり、別の方法へ考えを変えていくことの難しさをもつ方がいるかもしれません。

**発達障がいのある方の学びやすさに合わせて「柔軟性」を教える**
**リスクは小学生からあるので、小学校から自立活動の「心理的な安定」など中で場面を設定して教える取り組みの検討**

〈おわりに〉

この調査の背景にあるのは、ひきこもり状況を脱却されるべきものであるといった考え方ではありません。発達障がいのある方には、さまざまな選択肢の中から自分らしい生活を送っていただくこと、地域の皆様には、地域にはいろいろな人がいて、それぞれに自分らしい生き方があることをご理解いただければと思います。ご協力いただいたみなさま、本当にありがとうございました。

---

【参考文献】

Attwood,T., Callesen,K., &, Nielsen, AM 2008 The CAT-Kit: Cognitive Affective Training;New Program for Improving Communication. Future Horizons Inc.

齊藤万比古　2010　ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン　厚生労働科学研究費補助金ここの健康科学研究事業「思春期のひきこもりをもたらす精神科疾患の実態把握と精神医学的治療・援助システムの構築に関する研究」（主任研究員　齊藤万比古）

斎藤環　　2011 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

阿部幸弘　2020 心の健康　2020年　第144号　北海道精神保健協会

中地展生　2016 ひきこもり支援に関する文献展望

星野仁彦　2011 ひきこもり支援者読本　第2章　ひきこもりと発達障害

近藤直司　2019 ひきこもり問題を講義する　岩崎学術出版