

## 不登校・ひきこもりの理解とかかわり方

NPO 法人神戸オレンジの会

理事長 藤本圭光

### I. ひきこもりとは？

- 厚生労働省の定義から ポイントは5つ
- ひきこもりの方は何人いらっしゃるのか？（内閣府の調査から）
- そもそも何を目標にするのか？
- ひきこもっている方の背景を考える
  - ▽ 診断と支援方針に基づいた3分類
  - ▽ 3分類の割合

### II. ひきこもっている方と関わる時の基本

- まず、気をつけたいこと（緊急を要する状況について）
- 大前提として
- 注意したいこと
- 傾向別の関わり方
  - ▽ 回避性
  - ▽ 依存性
  - ▽ 自己愛性
  - ▽ 境界性
- 最後に
- ◇ 参考文献

## I. ひきこもりとは？

### ○ 厚生労働省の定義から ポイントは 5 つ

1. ひきこもりは、様々な要因の結果として起こる。つまり原因はひとつではない。
2. 期間は原則 6 ヶ月以上を、ひきこもりとする。  
→〈6 ヶ月を越えると自力では出にくくなる〉という考えから。つまり、6 ヶ月までは待ってみるが、6 ヶ月を越えると何らかの働きかけが必要となってくる、と考えます。
3. ひきこもり状態かどうかは、他者と関わっているか、関わっていないか、がポイント。  
つまり外に出ていても他者と関わっていなければ、ひきこもりと考える。  
→夜に家から出て、コンビニには行ける方がいらっしゃいますが、人と関わっていなければ、ひきこもりと考えます。  
例：店員さんに声を掛けられて、そのコンビニに行けなくなった方。
4. 「ひきこもり」は病名ではなく、状態を説明した言葉である。  
→「ひきこもり」という病気があるわけではありません。
5. ひきこもりは精神疾患ではないが、精神疾患からひきこもっている人もいることに留意する。  
→例えば、統合失調症やうつ病といった精神疾患が原因でひきこもっている方もおられるので、その見極めが大切です。

【ひきこもりの定義】 厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』より

「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 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（他者と交わらない形での外出をしていてもよい）を指す現象概念である。なお，ひきこもりは原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病性の現象とするが，実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低いことに留意すべきである。」

下線は引用者による

## ○ ひきこもりの方は何人いらっしゃるのか？

(平成 28 年 9 月発表内閣府の調査から)

- ・ 全国にひきこもりの方は何人いらっしゃるのか？ (推計値)

「自室からほとんどでない」又は「自室からは出るが、家からは出ない」 5.5 万人

「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」 12.1 万人

ここまでを【狭義のひきこもり】としてカウントし、計 17.6 万人であった。

これに「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」を【広義のひきこもり】としてカウントし、36.5 万人であった。

この【狭義のひきこもり】と【広義のひきこもり】を足し合わせて、合計 54.1 万人となった。

- ・ 男女比は？

男性 63.3% 女性 36.7%

- ・ 年齢は？

15 歳～19 歳 10.2%

20 歳～24 歳 24.5%

25 歳～29 歳 24.5% 20 代 49.0%

30 歳～34 歳 20.4%

35 歳～39 歳 20.4% 30 代 40.8%

注：調査自体が、15 歳以上 39 歳以下を対象としている

→40 代・50 代でひきこもっている方々もおられます。団塊 jr. 世代が 40 代に入ってきていることにより、今後 40 代 50 代のひきこもりの方が更に増えていくと考えられます。

→内閣府は今年度、40 歳～64 歳までのひきこもり実態調査を実施したとのこと。来年度中には結果が発表される予定です。

## ○ そもそも何を目標にするのか？

- ・ ひきこもりの方が、その人に合った形で人・社会とつながり、そしてつながり続けること（長期のひきこもり状態に戻らないこと）。そして、自分自身の人生に意味・やりがいを見出すこと。

→「その人に合った形で」というところが、最大のポイントです。「その人にいちばん合った形で、人・社会とつながっている状態とは、どんな状態か？」を考え、ご本人・ご家族・関係者で話し合いつつ支援していきます。

- ・ 経済的基盤を確保すること。

→「経済的基盤を確保すること」とは、一般企業への就労や自営業等だけに限りません。福祉的就労や障害年金・生活保護などの福祉制度・サービスを活用することも視野に入れ、ご本人が生活していけるだけの経済的見通しを確保することを目指します。  
※福祉的就労とは、一般企業の障害者雇用枠で働いたり、就労支援機関での作業に従事したりすることを指します。

- ・ 生活スキルを身につけること。

→ここでいう「生活スキル」は、炊事・洗濯・掃除といった家事や、役所や銀行・郵便局での手続きができること、そしてなにより「誰かに相談できること」を指します。

炊事・洗濯・掃除も完璧にできる必要はありません。生きていけるだけの生活スキルを身につけられれば問題ありません。役所や銀行でも、窓口の人に尋ねることができれば、なんとかなります。「誰かに相談できる」「困っていることを訴えることができる」という力を身につけることが、なにより大切です。

## ○ ひきこもっている方の背景を考える

ひきこもっている方の背景は多種多様です。ここでは、厚生労働省のひきこもりガイドラインが示している背景の 3 分類を紹介します。

### ▽ 診断と支援方針に基づいた 3 分類

厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』より

厚生労働省のガイドラインでは、ひきこもりを 3 つのタイプに分けています。このガイドラインは、精神科医の先生方が主にまとめられたものですので、精神医学の物差しによって分けられていることを前提にご理解ください。

#### 第 1 群

いわゆる「こころの病」からひきこもっている方で、医療機関にかかり、お薬が合えば動き出せる方。つながる先としては、精神科医療機関へ。

##### 〈統合失調症によるひきこもり〉

統合失調症は幻聴や妄想に根ざした警戒心から家庭に閉じこもることがあります。

- ・ ご本人は、「ずっと警察が僕を監視しているので出られない」「僕がどこに行ったかをテレビで報道されているので、出られない」などと訴えられます。こういった不可解な理由（妄想）から、ひきこもってしまうことがあります。

##### 〈気分障害によるひきこもり〉

その大半はうつ病性障害です。また、ご本人がうつ状態から、活動力が必要以上に上がってしまう躁状態に転じる双極性障害であることが明らかになる事例もあります。

- ・ うつ：「起きてご飯を食べないといけないけど、起きられない」等、「〇〇をしないといけないけど、できない」と訴えられます。なかなか心も身体もいうことをきいてくれないので、ひきこもってしまいます。
- ・ 双極性：うつの時があるかと思うと「3 時間寝れば、僕は大丈夫なんだ」と言って、実際に活動できてしまったり、「運転免許を取りに行く。大学受験の勉強もする。趣味の会にも参加する」などと、同時に 3 つくらいのことをやり始めたりします。しかし、結局うまくいくはずもなく、うつ状態になってひきこもってしまいます。

### 〈不安障害（社交不安障害など）によるひきこもり〉

社交不安障害は、人前で行動するなどの社会的活動に対する回避傾向が強い不安障害で、同年代やなじみの少ない対象を回避し、ひきこもりへと向かう可能性が少なくありません。

- ・ 学校や職場の朝礼で、「自分はちゃんと話せないのではないか」と思い悩んだり、お昼休みに同級生や同僚と「雑談がうまく話せないのではないか」と不安になったりして、学校や会社に行きにくくなって、ひきこもってしまうことがあります。
- ・ どこかを訪れた時、お茶を出されても「粗相をしてしまって、相手に迷惑を掛けるんじゃないか」という不安に駆られてしまい、身動きが取れなくなってしまうことがあります。相手から「遠慮などうぞ」と勧められると更に緊張してしまって動けなくなってしまうことがあります。そのため、どんどん人と関わりにくくなり、ひきこもってしまうことがあります。

## 第 2 群

発達障害や知的障害などの発達障害からひきこる方で、発達特性に応じた支援が入れば、動き出せる方。つながる先としては、発達障害児（者）の相談窓口へ。

発達障害は、本人の努力不足や親の育て方、愛情不足等に原因があるわけではありません。生まれつき、感覚や物事のとらえ方に特徴があり、非常に得意なこともあれば、非常に苦手なこともある、というアンバランスさを持っています。そのため、学校生活や社会生活がしにくくなってひきこもることがあります。

- ・ 急に予定が変わったり、いつも自分が使っている物が違う場所に移動していたりすると、パニックになることがあります。
- ・ 相手の気持ちに関係なく、悪気なく、自分の関心のあることを話し続けることがあります。相手がはっきりと「もうやめてください」と言うまで続けてしまうことがよく起こります。
- ・ 大事な予定をすっかり忘れてたり、大切な物を置き忘れてたりすることが何度もあります。
- ・ 感覚が非常に敏感で「まぶしすぎて、出られない」「うるさすぎて、電車に乗れない」といったことが起こります。

## 第 3 群

その人の持つ「他人との関わり方（言動）の特徴」から、人や社会とうまくやっていくことがで

きず、ひきこもってしまう方。

心理カウンセリングや適応指導教室・居場所活動などで、専門家や同級生・仲間たちと人間関係を学ぶ中で動き出せる方。お薬は補助的に使われることがあります。

つながる先としては、心理カウンセリングを実施している医療機関や、適応指導教室等の機関、ひきこもっていた方が集う居場所、ひきこもり専門相談窓口へ。

### ▽ 3 分類の割合

厚生労働省 『思春期ひきこもりにおける精神医学的障害の実態把握に関する研究』より  
→3 割ずつ、いらっしゃる。

## II. ひきこもっている方と関わる時の基本

### ○ まず、気をつけたいこと（緊急を要する状況について）

〈自殺〉〈家族にふるわれる暴力行為〉〈重度の摂食障害（ご飯を食べなくてガリガリに痩せてきた）〉〈服薬による昏睡〉等、命に関わる場合は、警察・救急へ連絡してください。

### ○ 大前提として

・ご本人を信じる。

ご本人は自分自身に対する信頼感を失い、人生を歩んでいくための土台（自信）を失っています。もういちど、その土台（自信）を持つには、ご本人だけでは大変難しいです。ご本人が自分に自信を持てなくても、その人が人・社会とつながっていくことを信じて、肯定的に接し、支え続けられる人が近くに必要です。

・ご家族がホッとできる場所を確保する。

ご家族にとって、ひきこもっているお子さんと共にいるのは、精神的にしんどい時が多々あると思います。ご本人を信じたくても、毎日毎日ゲームだけをしている姿などを見続けると、ご家族のところが消耗していくと思います。

まずは、ぜひ、ご家族自身が家の外でホッとできる場所を、ご家族自身が自分のところを取り戻せる場所を確保するようにしてください。

例：相談機関への相談、親の会、趣味の会、旅行（日帰りでも良い）など。

そして、ご家族のところに少しでも余裕を作り、ご本人もホッとできる瞬間を増やしていただければと思います。その上で、ご本人が家の外に活躍できる場を見つけられるように、親御さんにはご本人を応援していただきたいです。

・なぜ動けないのかを理解しようとする。

ご本人は理解されている（少なくとも理解しようとしてくれている）という実感を持つと、動きやすくなります。

ご家族や支援者の「どうして動けないんだ」という言葉は詰問であって、理解しようとする姿勢ではありません。理解とは、本人に詰問するのではなく、こちら側が努力することです。なぜ動けないのか、こちらが想像し、思い遣り、ご本人が動き出しやすいよう、こちらが手伝えることは何かを考え、提案し、行動することです。

## ○ 注意したいこと

・正論、説教はナシ。

例えば「働かざる者、食うべからず」「このままでは、どうにもならなくなるぞ」といった正論や説教を持ち出して、ご本人が動けた場合は OK ですが、持ち出して動けなかった場合はやめておきましょう。

動けなかった場合の正論、説教はご本人を精神的に追い詰めることが大変多いです。追い詰めれば追い詰めるほど、ますますひきこもりが深くなってしまい、逆効果です。正論、説教はナシにしましょう。

## ○ 傾向別の関わり方

▽ 回避性：自分が、批判されそうな場面・拒否されそうな場面・失敗しそうな場面を回避する。

- ・ ご本人の思いを言葉にすると、「どうせ、ダメなんだ」「結局、うまくはいかないんだ」「無理だ」「無駄だ」というものです。実際に口に出されることもあります。
- ・ いじめ体験や親御さんからの強いしつけなど、圧倒的な関わりを続けられ、抵抗してもどうしようもなかった中で、生きのびるために回避性を身につけ、ひきこもってしまうことが



あります。

- ・ 親御さんや兄弟姉妹の中に、努力の末に成功した方が居て、その方と強く比べられる中で、ご本人なりに頑張ってきたけれど親御さんから期待されたほどの結果が出せず、「自分はダメな人間なんだ」と自信を大きく失っていることがあります。

→どう関わっていくか。

- ・ まず、「どうせ、ダメなんだ」「結局、うまくはいかないんだ」というご本人の気持ちを、こちらが受け容れます。ご本人の「頑張っても頑張ってもダメだった」という無力感に共感します。
  - ・ こちらからは「『チャレンジせずにこれからも生きていく』ということは難しいと思います。早めに小さいことから失敗を重ねて経験を重ねていけばいいと思います。失敗したとしても私もフォローしていきます」「人生は時々、ほどほどに休みながら、頑張りすぎなくても大丈夫ですよ。ご自分のペースを見つけられるように、一緒にやっていきましょう。」「結果がすべてではないですよ。ゆっくりじんわり歩んで行く中で、出会う人とか新しく見えてくる景色もあると思います」等を少しずつ伝えます。
  - ・ ほんとうに、小さな小さなことで構わないので、ご本人が主体的にチャレンジできることを一緒にみつけていきます。うまくいっても、いかなくても、チャレンジしたこと自体を評価します。また、失敗してもフォローアップしていけば何とかなる、ということを実感してもらいます。
- ◇ だんだん失敗を恐れず、動けるようになっていけます。

#### ▽ 依存性：なんでも他人任せ・責任回避・自分で決めない

- ・ ご本人は「お母さんが決めて」「先生が決めて」と言ってきます。こちらが決めるまで、なかなか動けません。しかし、こちらが決めてそれがうまくいかないと「お母さん（先生）が〇〇にしないさいって言ったのに、うまくいかなかった」と言って、またひきこもってしまいます。
- ・ これまで親御さんが良かれと思って、ご本人が困ったり迷ったりしている時に、あれこれアドバイスしてきた歴史があるかもしれません。その過程で、ご本人は自分で考えて決断し、行動していく力がついてこず、結果、ご本人も親御さんも対応できない状況が起こると、その状況を乗り切ることができず、ひきこもらざるを得なくなったかもしれません。

- ・ ご本人は、相手が思っている気持ちや考えと違うことを自分が言って、嫌われはしないかと怖がっていることがあります。だから先に相手の気持ちや考えを聞いて、それに従おうとします。しかし、自分と相手は別の人間で気持ちも考えも違います。従いきれなくなると、ひきこもってしまいます。

→どう関わっていくか。

- ・ 「どうすればいいんですか」と尋ねられても、容易に答えを提供しないでおきましょう。
- ・ そのかわり、「あなたのお気持ち、お考えを聴かせてください」と、ご本人の自主性を育てる問いかけをしましょう。それでも、なかなか自分の気持ちをおっしゃられないでしょう（それは、これまで周りの方々が答えを与え続けてきた結果なのです）。しかし「すぐに気持ちは話せなくても、また聴かせてね」と伝えておきます。
- ・ ご本人が「私はこう思う」と言ったら、「うんうん」と強く受け止めましょう。あるいは「それは嫌です」と言ったら、更にもっと強く「うんうん」と受け止めましょう。依存性の人にとって、自己主張すること、嫌だということは、とてつもない勇気がいることなのです。「自分の気持ち・考えを言っても大丈夫なんだ」ということを実感してもらいましょう。
- ・ また、「言ったんだからやりなさい」という態度をとらないでおきましょう。「有言実行」や「自己責任」という言葉は、依存性の人にとっては辛い言葉です。依存性の方は、自分の気持ちや考えを言うだけでも大変ですので、行動まで結びつかなくても、言えたことを最大限評価しましょう。「私はこう思う」という言葉をどんどん引き出して、その後、行動につながっていけるよう、一緒に考えていきましょう。

◇ だんだん、ご自身で考え、気持ちを言葉にし、決断し、行動していけます。

▽ 自己愛性：自分が特別であることにこだわる・自分自身の目的を達成するために他人を利用する

- ・ ご本人はひきこもり状態でありながら「俺は、あんなひきこもりの奴らとは違うんだ」と自分は特別だと主張したり、痛烈に首相のことを批判したりしますが、実際には動けません。その動けていないことを指摘すると、プライドが大きく傷つけられ、強烈に怒り出したり、大きく落ち込んで部屋にひきこもってしまったりします。

- ・何かする際には、他人を道具のように利用することがあります。自分の欲望を満たしたり、成功するためには他人を利用して、自分だけ利益を得ようとしたりします。こうした言動をとるので、周りの人たちは離れ、孤立し、ひきこもってしまうことがあります。
- ・よく、「自分の方がおまえより上だ」という言動をします。これも周りの人からすると不快なことが多く、人が離れ、孤立し、ひきこもらざるを得なくなったりします。

→どう関わっていくか。

- ・「何をバカなことを言っているの」「実際には何もできていないじゃない」といった言葉は、本人のプライドをとて傷つけるので禁句です。そもそもこの自己愛性の人は、子どものころからプライドを傷つけられてきた人だと考えられるので、これ以上傷つけては更に動けなくなるばかりです。
- ・自己愛性の人たちは、言動の傲慢さに隠れていますがとても自信が無く、臆病です。その自信の無さ、臆病さのためになかなか外に出ていきませんし、素直な自分で人と付き合うことが大変苦手です。

実際には、大人の年齢では当たり前のこと（例えば手紙を出すために宛名を書くこと、郵便番号を調べること、切手を貼ること等）ができなかつたりします。能力的に字が書けないのではなく、宛名の書き方を知らないことや、郵便番号の調べ方を知らないこと、切手がまっすぐに貼れないことを笑われ、間違いを指摘され、プライドを傷つけられ、自分が下に見られることに耐えられないので、手を出せないのです。

こういったことについて「こんなこともできないの？」と言ってしまうと、ご本人のプライドをひどく傷つけ、結果、ひきこもりを強めてしまいます。こちらが「えーっと、郵便番号はどう調べるんだったかなー」と言いながら、目の前でやってみせます（ただし「教えてやる」という態度は一切見せないでください。自己愛性の人は上下関係にとて敏感です）。

ご本人も一通り見たところで「手伝ってもらえると助かるなー」と声を掛け、やってもらいます。やってもらって「すごいねー」と安易にほめると、これもプライドが傷つくのでしません。「ありがとう、助かったわー」と感謝の言葉を伝えます。これはプライドに沿った言葉なのでご本人は受け容れますし、手紙の出し方も習得できるので一石二鳥です。

- ・すべてにおいて、ご本人のプライドを傷つけることなく、ほんとうは臆病で自信のないご本人と一緒に成長していこうと、あれこれ試していけば、ご本人は身の丈にあったプライドを

身につけていけます。

◇ 自己主張がそれほど強くない、周りのことも配慮できる素直な人になっていけます。

▽ 境界性：空虚感（自分は空っぽだ・人生なんて意味ない）、孤立感（見捨てられ感・誰も自分のことを必要としていない）

- ・ 自分が生きていることを実感したいがために、自分の中に湧いてきた嫌な気持ち（不安・怒り・悲しみ等）を一気に忘れてしまいたいがために、手首を切ってしまうたり、大量に薬や酒を飲んでしまったり、誰彼構わず電話をしまくったりします。なんとかして、自分と関わって欲しいがために、その手首の傷をみせたり、大きな声で泣き喚いたり、でもその後で見捨てられないために、平謝りに謝ったりします。
- ・ 他にも、自分に関わってほしいがために、周りの人の感情を振り回すような言動をとりまします（例えば「もう、死んでやる！」「それでもプロの相談員か！」ということなど）。
- ・ しかし、こんなことをし続けても、いつまでもこころは満たされませんし、周りの人はその言動に疲れ切って離れていきます。その離れていく姿をみてご本人は絶望し、動けなくなり、ひきこもってしまうます。

→どう関わっていくか。

- ・ ご本人の気分・感情がどうあれ、こちらは一定の態度で関わり続けることです。境界性の方がいちばんつらいことは「見捨てられること」なのです。
  - ・ あまりにも攻撃性が高い時には、離れること、その攻撃性を抑止することも必要ですが、それでも「あなたとは、つながっていきたいと思っているんですよ」というメッセージを出すことは大切です。
  - ・ こちらができることと、できないことを伝えます。こちらができないことについて非難してきても、それについて対抗せず、できないことはできない、できることはできる、と落ち着いて伝え続けることが大切です。
- ◇ だんだん攻撃性や衝動性が少なくなり、穏やかになっていけます。

## ○最後に

・距離感を丁寧に感じながらご本人と関わっていく。

お互いが苦しくなく、かといって無関心ではない距離で居ることを心がけましょう。この距離はひとりひとり違うので、意識的に試行錯誤をするしかありません。

宇多田ヒカル『distance』

彼女は「距離を縮めよう」ではなく、「今ある距離を抱きしめよう」と歌っている。

・あきらめない。

ともすれば、ずっと家に居るご本人を前にして、ご家族があきらめの気持ちを抱くのは当然のことです。また、ご本人自身もあきらめてしまうことがあり、これも当然の気持ちだと思います。

そんな時でも、あきらめない気持ちを持ち続けることが何より大切なことです。「生きているんだから、大丈夫」なんです。

## ◇参考文献

・斎藤環著『社会的ひきこもり 終わらない思春期』 P H P 新書

著者は精神科医です。平成 10 年 11 月に発行された、この著書によって〈ひきこもり〉という現象に光があたりました。精神疾患以外の要因でひきこもっている方が、現代社会に多くいることを世に知らせた書です。

・斎藤環著『「ひきこもり」救出マニュアル〈理論編〉』 ちくま文庫

斎藤環著『「ひきこもり」救出マニュアル〈実践編〉』 ちくま文庫

全 500 ページを超えるひきこもりに関する Q & A 集。「ひきこもりはぜいたく病か」「ひきこもりは愛情不足が原因か」「ひきこもりはどのように治療するのか」等、様々な質問と答えが書かれています。著者は「極端な話、この本の情報さえあれば、専門家抜きでもひきこもりから抜け出すことが可能になる、というくらいの実用性を持たせたい」と書いていらっしゃいます。

・船越明子著『ひきこもり 親の歩みと子どもの変化』 新曜社

著者は精神看護学がご専門です。ひきこもりの子どもを持つ親御さんが歩む《5 つのステップ》を明らかにしておられます。そして「本書が、愛するわが子のひきこもりに悩む親の《暗闇》を照らす、小さくても確かな道しるべとなることを、こころから願っています」と書いていらっしゃいます。

## ○ 主に支援者向け

- ・厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』研究代表者 齊藤万比古  
厚生労働省が定めたガイドラインです。ひきこもり支援の基本となるものです。インターネットで検索すると、ダウンロードできます。
  
- ・齊藤万比古編著『ひきこもりに出会ったら』中外医学社  
厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』研究代表者である齋藤先生が編著をされている著書です。平成 22 年 5 月に発行されたガイドラインを踏まえ、2 年後の平成 24 年 6 月に発行されました。ガイドラインを更に深めた内容となっています。
  
- ・内閣府『ひきこもり支援者読本』  
内閣府がまとめた支援者向け読本です。厚生労働省のガイドラインとの違いは、発達障害について大きく取り上げている点や、就労支援について、ファイナンシャル・プランナーによる「親亡き後のお金の話」について、などに触れている点があげられます。
  
- ・滋賀県立精神保健福祉センター（滋賀県ひきこもり支援センター）  
『ひきこもりインテークマニュアル ～相談支援者向け～』
- ・茨城県精神保健福祉センター（茨城県ひきこもり相談支援センター）  
『ひきこもり相談支援マニュアル』
- ・三重県こころの健康センター（三重県ひきこもり地域支援センター）  
『ひきこもり相談支援マニュアル 相談支援者向け』  
これら 3 つのセンターは、ホームページ上で相談支援マニュアルを公開しています。現場での知見が豊富に盛り込まれており、参考になります。
  
- ・近藤直司著『アセスメント技術を高めるハンドブック』明石書店
- ・近藤直司著『アセスメント技術を深めるハンドブック』明石書店  
厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』の分担研究者である著者による、「支援者がアセスメントの力量をあげるにはどうしたらいいだろう」という問題意識から書かれたものです。ひきこもりの支援に限らず、自分が行っている支援を俯瞰し、整理することに大いに役立ちます。

- ・近藤直司著『青年のひきこもり・その後 包括的アセスメントと支援の方法論』

岩崎学術出版社

近藤先生が2017年にガイドラインを踏まえて、ひきこもり支援について書かれたものです。主に「精神力動」等、精神分析的アプローチをとる心理職の方は読みやすい内容だと思います。

- 回避性・依存性・自己愛性・境界性等については・・・

- ・岡田尊司著『パーソナリティ障害 いかに関わり、どう克服するか』PHP新書

- ・牛島定信著『パーソナリティ障害とは何か』講談社現代新書

すべてのページを読まなくても、ご自身に関係があるタイプのページのみをご覧になるだけでも、とても参考になると思います。

本稿へのお問い合わせは、下記へお願い致します。

\*\*\*\*\*

NPO 法人神戸オレンジの会

理事長 藤本 圭光 (ふじもと よしひこ)

社会福祉士 精神保健福祉士

〒652-0805 神戸市兵庫区羽坂通4-2-22

TEL/FAX 078-515-8060

(火曜～土曜 11:00～18:00)

Eメール kobe.orange@gmail.com

\*\*\*\*\*