

不登校ひきこもり対応について、僧侶にできること

高野 光 拓

一、はじめに

統計によると、平成二八年には不登校が全国で一三万人と言われている。また一五歳～三九歳の広義のひきこもり（「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」、「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」に該当する者）の推計数は、平成二七（二〇一五）年の調査では五四・一万人であった。また近年、八〇五〇問題と言われるひきこもりの高齢化が切実な問題として認知されてきている。これはひきこもり状態が長期化し八〇代の親が五〇代の子を養っている状態になることで、社会的にその対応が求められている。

本論では、筆者が取り組んでいる不登校ひきこもり支援の実際について紹介しながら、その根底にある視点を踏まえて「僧侶に出来ること」に言及していきたい。

二、地方の現状

筆者はスクールカウンセラーとして学校の問題に取り組みつつ、平成二六年より、お寺の応接室を利用した相談事業ならびに訪問支援の取り組みを行っている（「のんさん…あんのんサングの略」）。お寺のホームページでの紹介の

他、県のひきこもり担当部署や保健所との情報交換や支援機関の紹介部分に載せて頂く程度だが、いまのところ例年平均五ケース程度の新規依頼（不登校ひきこもりを対象とするのはそのうち二〜三ケース）があり、電話相談、お寺の応接室での面接、訪問相談等を行っている。実際の問題として、この地域には親の会などの当事者団体を除くと「ひきこもり」への支援資源はほとんどなく、「ひきこもりの家族がいることを後ろめたく感じる風土」も相まって公的支援への連携もままならないのが現状である。

三、支援の実際

① 相談開始

「のんさん」の場合、支援の始まりは電話かメールによる問い合わせがほとんどである。

新規の場合、不登校ひきこもりの「当人」が連絡窓口となることは少なく、「家族」あるいは関係機関からの相談がきっかけとなることが多い。初回の電話相談は無料という形をとっているため、簡単な問い合わせやアドバイスで終わる場合もある。訪問支援や面談を希望する場合は日時を決め、一回目の面談で料金等の相談契約も含めた今後の方針を考えていくことを勧めている。

② 情報収集

相談を開始するにあたり、まずは「誰と話ができるか」と「当人の状況」を把握する。

当人が外出や対話が可能な状態ならば相談室へ来てもらうことも考えながら、外出が難しそうであれば、家族の意向や訪問によるリスクを考慮しながら訪問場面の設定を考えていく流れとなる。また状況把握のために「当人を取り巻く人間関係」「これまでどのような手立てを講じてきたかを含む経緯」「ひきこもりの期間」「暴力や暴言の有

無」「当人、家族が、どのような状態を変化の方向として望むか」といった情報を収集し、今後の支援の方向性を定めていく。

③ 支援の方向性と終結

どのような方針・方向で支援していくかを考える際、支援の終結について考えることは大切である。「どのような変化を目指していくか」をまず考えることで、具体的なアドバイスや方策を考えることが可能になってくるのである。終結に関しては多様な議論があるところだが、ひきこもり問題では基本的に「社会復帰」が目標となることが多い。しかし漠然とした目標を定めるとその達成が困難になることはどんなケースにも共通する。仮に「社会復帰」や「人間的成長」、「経済的自立」といった方向で解決像が語られたとしても、そこに向かう具体的な一歩は状況によって千差万別である。何を目指し、支援者として自分が何を提供できるかについては、関係者と話し合い丁寧に合意を形成していくことが必須となる。

例えば不登校を主訴とする両親と「学校復帰」を目指した相談をしていくうちに、当人の生きづらさ（社会的スキルの問題や人間関係、発達障害、精神障害など）や親子間の普段のやりとりについて話が及ぶことがある。医療的なケアの必要性、行動を起こすための土台作りとしての家族の協力など、長期的な視点で「対象者がより良く生きていくために何が必要か」を考えることが重要である。この重要性は、ひきこもりを主訴とするときに更に顕著になる。「この先も生きていく」「ことを考えたとき、その手段として経済的な話や仕事の話になるのは当然の流れだが、「こうあるべき」という社会や親の願望をそのまま伝えても変化が起これないことも多い。支援が必要な人は、単に現実を理解していないから行動を起こさないとという人ばかりではない。自分の状況をよくないと解っていないながら、どう行動

を起せばよいのか解らなかつたり、そのきっかけがつかめない人も多いのである。

その人の見ている世界に寄り添いながら、時に「待ち」、時に「刺激を与えていく」、そんな「正解というものがない」ともいえる支援の中で終結の基準の一つになるのは、ある程度人間関係や状況が変わり「一旦、支援者が彼らのもとを離れても大丈夫そうだと判断できる場合」であると筆者は考える。

例として、以下に大学への不適応からひきこもりがちになったA君の事例の概略を示す。

大学に通う為に実家から離れ一人暮らしを始めたA君は、新しい環境での人間関係をうまく作ることができず、まもなくアパートにこもりがちになった。夏休み前、大学から両親へ連絡が入ったことで、前期の授業や試験を受けていないことがわかり、支援を求めて「のんさん」へ連絡が入った。

まずは一度相談室で両親と面談をし、状況を把握したうえで訪問支援を行うことを決めた。親に合鍵で扉を開けてもらい、薄暗い部屋で声をかけるが、布団にこもったまま顔を見せない。部屋にあるものや両親からの情報を使って世間話的に声をかけ続けるが、ほとんど独り言のような状況であった。A君からの返答がなく顔も見られないため、訪問がどのような影響を与えるか分かりづらい状況だったが、週に一度訪問し、その度に小一時間声をかけ続け、手紙を書いて帰るといった関わりをしばらく続けた。その間にも両親との面接を設定し、訪問の後の変化を報告してもらい、親からの声のかけ方などについての助言をしている。また、医療的な支援が必要になる可能性も伝えながら、外部資源への連絡を模索していった。そのような関わりを数か月続けた結果、ある日、訪問のキャンセルと同時にA君自身が実家に戻る決断をしたようだ、という連絡がはいった。最後にA君と相談室で話ができないかと提案したところ快諾を得、面談が実現して初めて直接気持ち聞くことが叶った。

数か月の変化については本人も「よくわからない」という返答が多かったが、両親からの情報や状況、本人からの

「もう（動いても）いいかなと思った」という発言から、ひとまずこのケースは終結と考え、また困ったときの連絡方法を確認して面談を終了した。のちに関わりの全体を検討したところ、親子間の葛藤の軽減が状況の変化に影響したことが予想された。

ひきこもりの支援を求められたとき、ひきこもってからの期間が長ければ長いほど状況を変えていくことは難しい。その意味では、A君は比較的早期に対応ができた例であると言えるが、このように何が好転に寄与したかがはっきりしない場合も多い。また逆に関わりの中で変化を感じながらも、最終的にキャンセルが続いて訪問が途切れてしまうケースもある。

ひきこもりの問題は、支援側が無力感を抱きやすく、やる気を維持することが困難な場合も多い。それでも目標を明確化し、多角的な視点で状況を把握し、できることを考えていくことが支援には求められるのである。

④ 支援の三つの視点

「のんさん」では、不登校ひきこもりの支援にあたり三つの視点を軸に関わっている。

一つ目は「当人への関わり」であり、気持ちの傾聴、考えの整理、情報提供、変化に向けたアドバイスなどを行う。不登校やひきこもりの特性上、会うことそのものに困難を伴うことも多いが、それでも手紙や部屋の外からの声掛けによって何らかの肯定的なメッセージを伝えていくことはできると考えている。

二つ目は「家族への関わり」であり、両親や関係者の気持ちの聞き取り、コミュニケーションに関するアドバイスなどを行う。長期化した不登校やひきこもりの場合、家族のコミュニケーションが固定化し悪循環を形成していることも多い。そのやり取りに目を向け、励ましながら変化を求めていくことは、支援の大切な視点となる。

三つ目は「繋ぐこと」である。これは家族間の気持ちをつなぐこと、家庭と外をつなぐこと、支援の為の機関との連絡や橋渡しなどである。人間関係の問題がきっかけでひきこもる人たちの中には、その背景に何らかの精神的な病理が隠れていることも多く、医療機関で適切な支援を受けることで状況が好転することもある。また、経済的な自立を目指すという点では、公的な就労支援や各種サービスも積極的に検討し、家族との関わりを通じていかに支援になぐか、といったことを意識することは大切であると考ええる。

これら三つの視点の根底にある指針は「人と関わる力を育む」「縁をつなぐ」という考え方である。これこそが、僧侶が不登校やひきこもりの問題に向き合うときに力となる部分であると考えている。

⑤ 訪問支援に関わるリスクについて

これまで支援の流れや、実際について述べてきたが、最後に注意すべきリスクについていくつか述べておく。

不登校やひきこもりの場合、本人が困っていない、もしくは訪問を拒絶していることがある。このような時、無理に居座ろうとしたり、話を続けることに固執することは、時に危険な状況をつくりだすことがある。このような状況で大切なのは「節度ある押しつけがましさ（田嶋、二〇〇二）」である。望まれていない相手に対し関わりを持つとしていく為には、ある種の押しつけがましさが必要になる。同時に、これ以上踏み込んだら相手や家族を傷つけるかもしれない、関係が壊れてしまうかもしれない、自分に危害が及ぶかもしれない、そういったサインを見逃さずといったん引く、逃げ場を保証しながら関わるという節度が求められる。

このような場面では「自分が何をしているのか」を自覚することも大切である。訪問の際には親の期待もあるかもしれないし、当人の期待、あるいは拒絶があるかもしれない。ただそこに新しい人が行くことで、今までと違うやりとりが生まれ変化が見込めるかもしれない。だが、それらはあくまで「かもしれない」であって、判断は容易ではな

い。「本当にそうだろうか」「相手に踏み込み過ぎていないだろうか」と問うことを続けながら、そのための動きを自分が出来ていたかを逐一考えていくことが必要である。

また、変化を促すことでの当人自身や家族へ過度の負担を与えたり、その反動で自傷他害のリスクが高まる、訪問者自身に身の危険が及ぶといった可能性もある。訪問支援にはこれらのリスクがあることを踏まえ、配慮しながら臨むことが必要だと考えている。

四、筆者の体験

筆者は心理学を学んでいた頃に、臨床心理士らが立ち上げたNPO法人で不登校・ひきこもりへの訪問支援を体験しアウトリーチの大切さを学んだ（高野等、二〇〇五）。その際、他の学生よりも「知らない家に訪問し話をして帰る」という特殊な状況に難なく対応できたように感じていた。これは、僧侶として小さな頃から檀家宅を訪問し、経を読み世間話をして帰るといった体験を積んでいたからだと考える。筆者にとって、小さな頃からの棚経の体験は訪問カウンセリングの基礎となったものであり、「縁をつなぐ」という僧侶としての意識も含めて、不登校ひきこもり支援にプラスに働いているものと考えている。

五、僧侶にできること

僧侶による訪問支援は社会のニーズに沿ったものと言えるが、実際に行うとなると各々に高度な倫理観とリスク管理、対人スキルが必要になるため、ハードルは低いとはいえない。しかしながら、檀信徒と関わりお宅を訪問する機会のある僧侶にはその立場で出来ることも存在する。ここでは特に二つの点に絞って述べる。

一つは、社会から孤立しそうな人を見つける窓口となること。そして、可能な範囲で「繋ぐ」ことである。困って

いる人やその家族に出会ったら、どうしたらその人たちと専門機関の橋渡しができるかを考えるのである。そこで特に大切なのは「節度ある押しつけがましき」や「自分の行為に自覚的であるか」である。

二つ目は、「縁をつなぐ」という仏教が大切にしてきた価値観を伝え広めていくことである。あらゆることが独立では存在できないこと、個人が社会と無縁ではいられないことを、様々な場面で伝えていくことである。長期化し重症化するひきこもりのなかには、「自分は周りと関係がない」「社会と自分は無縁だ」という考えを根底にもつ人も少なくない。「関係なくてもいい」ではなく「関係しないことはできない」という仏教の立場から出発し、どうしても「人と関わる力」を育めるのかを考えていくことが大切である。そのような価値観の浸透は、長期的な視点で「ひきこもり問題」に良い影響を与えていくものと考ええる。

六、まゆめつじ

僧侶には棚経という訪問の機会がある。これを現代におけるアウトリーチ、あるいは訪問による在宅支援といった形で捉え直すことができるのではないかと考える。これは、いままさに社会的ニーズが高まってきている分野である。本論では特にひきこもり問題に焦点を当てて支援の実際について述べたが、一人暮らしの高齢者に対しての声掛けや安否確認といった側面も存在するのではないかと考える。ただ読経し布施を受け取って帰るだけではなく、その方が普段どのような生活をしているのか、誰かと定期的に会えているか、話はできていくか、といった側面に気を付けながら言葉を交わすこと、縁をつなぎ「孤立させないために何ができるか」を考えていくことは、檀家廻りの良い側面を強調し、僧侶の存在をより社会的に必要と感じてもらうためにも必要なことだと考える。

参考文献

5. 小・中学校の長期欠席（不登校等）⁶、平成28年度「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」（確定値）について、文部科学省初等中等教育局児童生徒課、2018,p62.http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/30/02/icsFiles/aheadfile/2018/02/23/1401595_002_1.pdf（参照:2018-10-01）
- 第3章 第2節 困難な状況⁷との取組⁸、平成30年版 子供・若者白書「平成29年度 子ども・若者の状況及び子ども・若者育成支援施策の実施状況」、第196回国会（常会）提出、2018,p90.http://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h30honpen/pdf/b1_03_02_01.pdf（参照:2018-10-01）
- 高野光拡、若島孔文、吉田克彦（2005）DVの問題を抱える家族に対する訪問援助の一事例、カウンセリング研究 38（4）、426-433
- 田寛 誠一（2002）臨床心理学キーワード（11）節度ある押しつけがましき健全なあきらめ/体験様式、つきあい方、悩み方、臨床心理学、2（6）、p822-824、金剛出版