

## ひきこもり親和性のサブタイプが 生活習慣およびインターネット行動に及ぼす影響

松丸 侑加<sup>1</sup> 甲田 宗良<sup>2</sup>

The effects of subtypes of affinity for hikikomori on lifestyle and internet use behavior.

Yuka MATSUMARU<sup>1</sup> and Munenaga KODA<sup>2</sup>

### Abstract

Young people showing an affinity for hikikomori experience positive feelings such as desire and empathy toward it. This study aimed to classify university students according to hikikomori affinity subcomponents: the “desire for hikikomori” and “empathy for others with hikikomori.” In addition, life habits and Internet behavior characteristics were examined for each group. Consequently, we classified the groups into four subtypes: those who “understand the feelings of hikikomori”, have an “affinity for hikikomori”, “do not understand the feelings of hikikomori”, and exhibit “non-affinity for hikikomori”, respectively. Each subtype exhibited unique characteristics, indicating a combination of those at high risk of transitioning to hikikomori and those who did not face such risk.

**Key Words:** Hikikomori, social withdrawal, affinity for social withdrawal, life Habit, internet use behavior

---

1 徳島大学大学院創成科学研究科専攻臨床心理学専攻 Department of clinical psychology, Graduate School of Sciences and Technology for Innovation, Tokushima University

2 徳島大学大学院社会産業理工学研究部 Graduate School of Technology, Industrial and Social Sciences, Tokushima University

## 問 題 と 目 的

### ひきこもりの問題

ひきこもりとは、「さまざま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（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念」と定義されている（斎藤他，2010）。内閣府（2016）が実施した若者の生活に関する調査では，満 15 歳から満 39 歳の者を対象として，社会的自立に至っているかどうかによってひきこもりを分類した。この分類における広義のひきこもりは，国内に 54.1 万人いると推計されている。

### ひきこもり親和性とは

ひきこもりの予備軍のような存在として，ひきこもり親和群と呼ばれる人々の存在が注目されている。ひきこもり親和群は，実際ひきこもりには該当しないものの，ひきこもりに対して肯定的な態度を示す者たちである。そして，ひきこもり親和性とは，ひきこもりに対して親和的な態度を示す，ひきこもり親和群のような傾向を表す。ひきこもり親和群とひきこもりとの関連や経過に関する実証的研究を進めることで，ひきこもり対策に有用な知見を増大させることができると考えられる。

### ひきこもり親和性の構成要素とその測定

ひきこもり親和性の実証的研究を進める際，「ひきこもり親和性」を測定する必要がある。ひきこもり親和性に関する最初の尺度は，東京都青少年・治安対策本部（2008）

が作成したひきこもり親和性尺度である。現時点でひきこもり親和性に関する先行研究のほとんどは，この尺度が用いられている。しかし，本尺度は，ひきこもり親和性を構成する複数の因子の可能性についての検討が行われていないという限界点が指摘されている（下野他，2020）。そのため，オリジナルのひきこもり親和性尺度の限界点を改善するために，新たに下野他（2020）によって，大学生用ひきこもり親和性尺度が作成された。この尺度は，「ひきこもることへの願望」と「ひきこもる人への共感」という 2 因子から構成されている尺度である。

ひきこもることへの願望因子は，自分もひきこもり状態の人と同様に家に閉じこもっていたいという気持ちを反映した概念と言える。この因子は，尺度の合計得点と同様に複数の不適応の指標と関連がみられることが示されている（下野他，2020）。例えば，不登校経験群の方が未経験群よりも有意に得点が高いこと，抑うつと正の有意な相関がみられたこと，QOL と負の有意な相関がみられたこと，友人関係満足感と負の有意な相関がみられたことが示されている（下野他，2020）。以上のように，ひきこもることへの願望因子は，ひきこもり親和性尺度の合計得点と同様の結果が数多く認められることから，ひきこもり親和性の中核的な要素と考えられる。

一方，ひきこもる人への共感因子は，ひきこもり状態の人が家に閉じこもるという行動を取る気持ちがわかり，意味があつてその行動を取っていることを理解しているという特徴を反映した概念と言える。ひきこもる人への共感は，尺度全体とひきこもることへの願望因子とは指標との関連に違い

がみられることが示されている。この因子は、不登校経験との関連がみられているものの、抑うつ、QOL および友人関係満足との間に、有意な相関はみられなかった(下野他, 2020)。

本尺度を使用している研究は少ないことから一概には言えないものの、ひきこもることへの願望因子とひきこもる人への共感因子は、不適応指標との関連において、それぞれ異なる特徴を有することが示されている。ひきこもる人への共感が高い者は、ほとんど不適応的な指標と関連がみられないことから、必ずしも不適応的な心理、行動特性を有しているとは限らないと考えられる。そのため、ひきこもる人への共感が高いからといって、ひきこもりの予備軍とは言い難い。このことから、願望因子と共感因子とを分けた下位要素ごとの検討が必要であるが、先行研究ではひきこもり親和性の下位要素ごとの検討は行われておらず、下位尺度間の違いは明らかになっていない。したがって、先行研究では十分に検討されていない、ひきこもり親和性の下位要素ごとの検討も必要であると考えられる。

### ひきこもりの心理特性

渡部他 (2010) の研究によると、ひきこもり親和群の精神症状は、うつや罪悪感を中心としていることが示されている。また、ひきこもり群ほど対人恐怖や暴力の症状は顕著ではなく、一般群よりも対立回避が高く、家族との絆が脆弱であるということが示されている(渡部他, 2010)。また、渡部他 (2011) では、ひきこもり親和群のうち、親への依存傾向が高く、自己について自信がないという傾向を持つ者が、ひきこもり

群と類似した心性を持つことが示されている。これらのことを踏まえると、ひきこもり親和群をひきこもりのリスク状態にあるととらえることができ、専門的な介入を行う必要性が指摘できる。

また、ひきこもり親和性が高い者の心理特性については、知見が一致していない点も見受けられる。例えば、ひきこもり親和性の高い者は、自分の意見や悩み事を友人に話さない傾向が強いことが示されている一方で(牧他, 2010)、必ずしも社会的な場面において回避行動を示すわけではないことも示唆されている(新井他, 2015)。先程までの先行研究を踏まえても、ひきこもり親和性が高い者の心理特性に関する知見が一致していないことが窺える。そのため、ひきこもり親和性の実態を明らかにするために、より具体的な行動レベルで検証する研究が必要であると考えられる。

### ひきこもり親和群の行動特性

ひきこもり親和性が高い者の行動特性を検討した研究では、生活習慣やインターネット使用について扱われることが多い。

まず、ひきこもり親和群の行動面の特徴を検討した調査から、ライフスタイルの特徴について報告されている(米田他, 2017; 米田・志渡, 2018)。健康面では、主観的健康感が低く、栄養バランスを考えた食生活を送っておらず、睡眠時間が不良であること、昼夜逆転傾向になることなどが示されている(米田他, 2017)。濱崎・タジャン(2018)では、ひきこもり群の日常生活の自立度は低く、生活リズムの乱れが激しいことについて、ひきこもりの結果であると同時に、ひきこもり発現の一つの重要なリ

スクファクターであることを指摘している。そのため、ひきこもり親和性が高い者においても、生活習慣の乱れがみられる可能性が考えられる。

インターネット使用については、ひきこもり親和性とインターネット・携帯電話依存傾向は負の関連がみられた一方、ネットいじめ経験は正の関連性が示されている(青山, 2014)。このことから、ひきこもり親和性は、ネットいじめ被害経験による傷つきと言った心理的要因によって高まることが推測される。ひきこもり当事者は、現実逃避や人間関係獲得の目的のためにインターネットを使用することが示されており(玉田他, 2021)、ひきこもりの予備軍とされているひきこもり親和性が高い者も、同様に現実逃避の目的のために使用している可能性が考えられる。また、SNSを用いた人とのつながり方についても、ひきこもり親和性が高い者とそうでないものとで異なる特徴が認められると考えられる。

インターネット使用の健康問題については、インターネットの心理的依存が、ひきこもり親和性に正の影響を及ぼし、睡眠の質と量に負の影響を及ぼすことが示されている(瀬川・藤原, 2020)。一方、インターネットの時間的依存は、ひきこもり親和性に負の影響を及ぼすことが示されている。つまり、インターネットを心理的安定のために利用している状態はひきこもりたい気持ちを強め、インターネットが精神的に作用するものの、直接的なコミュニケーションを敬遠する傾向が生じさせる可能性が示唆されている。また、インターネットを長時間利用することはひきこもりたいという心性を直接的に引き起こすのではない可能

性も想定される。

以上の先行研究を踏まえると、ひきこもり親和性が高い者の行動特性に関して、ひきこもり親和性が低い者と比較して、生活習慣やインターネット使用といった日常生活に関する行動について異なる特徴がみられることが示されてきている。しかし、先行研究で行われてきたひきこもり親和性の高低での検討は、ひきこもり親和性に関して一次元的な解釈しかできていない。先に指摘したように、ひきこもり親和性は、「願望」と「共感」という様相の異なる2つの要素から構成されており、それぞれの特徴を踏まえた解釈も必要である。そこで、ひきこもり親和性の高低に加えて、下野他(2020)で明らかになったひきこもり親和性の下位尺度である願望と共感という二次元からの検討を行うことで、ひきこもり親和群の行動特性についてより精緻に検討することが可能と考えられる。

また、この点については、より広汎かつ多様な行動アセスメントを行うなど、生活習慣やインターネット使用行動を詳細に調査する必要がある。したがって、ひきこもり親和性の程度ごとに、行動特性を網羅的に調査した研究が必要であると考えられる。

## 目的

そこで本研究では、ひきこもり親和性が高い大学生における行動特性、とくに自宅内での過ごし方にかかわる生活習慣およびインターネット使用行動にはどのような特徴がみられるのかに関して検討する。また、ひきこもり親和性の下位要素(願望と共感)から、ひきこもり親和性の状態によって複数のサブタイプに分かれることを想定し、

各グループの生活習慣およびインターネット利用行動の特徴について検討する。

## 方 法

### 対象者

2021 年 12 月に、徳島県内の大学生 187 名を対象とした。欠席回数が単位取得の基準を満たしていない者、SNS・インターネット平均使用時間がそれぞれ 24 時間を超えている者を除外した結果、有効回答者数は 173 名（男性 87 名、女性 86 名：平均年齢 20.73 歳、 $SD=1.32$ ）であった。

### 指標

#### 1. 基本情報

年齢、性別、不登校経験の有無、2021 年度後期の欠席日数・履修科目数、SNS・インターネット平均使用時間、ボランティア経験の有無・頻度・内容を尋ねた<sup>1</sup>。

#### 2. 大学生用ひきこもり親和性尺度（下野・長谷川・土原・国里，2020）

大学生におけるひきこもり親和性を測定する指標として使用した。「ひきこもることへの願望」，「ひきこもる人への共感」の 2 因子 16 項目で構成されており，4 件法で回答を求める自己記入式尺度である。下野 (2020) により信頼性，妥当性が確認されている。本研究では，教示文に「今年度の後期における」という文言を追加した。

#### 3. 健康度・生活習慣診断検査（DIHAL. 2）（徳永，2005）

最近 1 か月における健康度および生活習慣を測定する指標として使用した。健康度，運動，食事，休養の 4 尺度から構成されて

いる，12 因子 47 項目 5 件法の自己記入式尺度である。健康度尺度は，「身体的健康度」，「精神的健康度」，「社会的健康度」で構成されている。運動尺度は，「運動行動・条件」，「運動意識」で構成されている。食事尺度は，「食事のバランス」，「食事の規則性」，「嗜好品」で構成されている。休養尺度は，「休息」，「睡眠の規則性」，「睡眠の充足度」，「ストレス回避」で構成されている。徳永 (2005) により信頼性，妥当性が確認されている。

#### 4. インターネット行動尺度（藤・吉田，2009）

インターネット上での行動内容を測定する指標として使用した。「自己演出」，「自己開示」，「自己客観視」，「所属感獲得」，「対人関係拡張」，「攻撃的言動」，「没入的関与」，「依存的関与」，「非日常的関与」の 9 因子 44 項目で構成されており，5 件法で回答を求める自己記入式尺度である。本研究では，教示文の「インターネットの特徴」を「SNS・インターネットの特徴」に変更した。

### 手続き

Google Form を用いた web 調査を実施した。Google Form へアクセスするための QR コードおよび URL を記載した，調査依頼文書を大学構内に掲示，授業中に配布，縁故法を用いた配布により，研究に関する情報の周知・拡散を行った。

<sup>1</sup> 本稿では，不登校経験の有無，欠席日数，履修科目数，SNS やインターネットの平均使用時間，ボランテ

ィア経験に関わるデータについては，分析対象としていない。そのため，結果以降には含まれない。

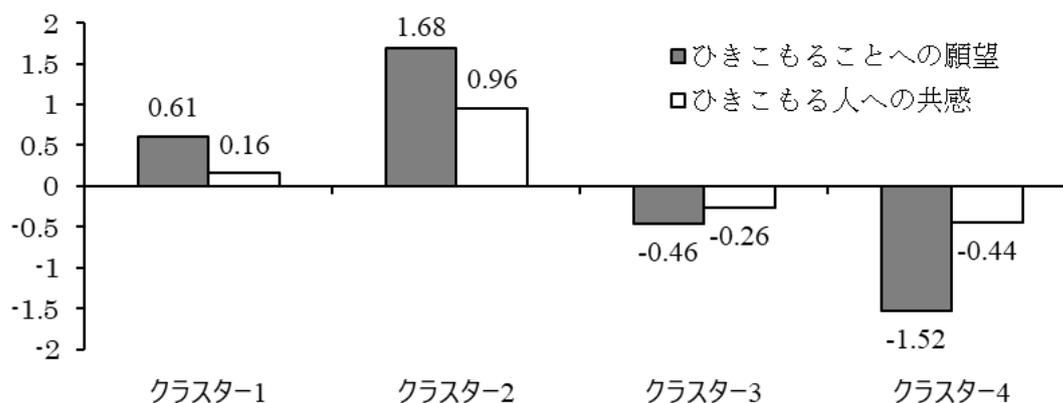


Figure.1 下位尺度の標準化得点によるクラスター分析の結果

## 分析

統計解析には、HAD Ver.17.204 (清水, 2016) を使用した。

## 倫理的配慮

本研究は、徳島大学大学院社会産業理工学研究部社会総合科学域研究倫理審査委員会の承認を得て実施した (受付番号 255)。

具体的には、研究への参加は任意で、理由なく中断できること、またそれによる修学上の不利益は生じないことを、調査依頼文書および Google Form 内に明記した。また、得られたデータは統計的に処理し、個人が特定できる形で使用しないこと、収集したデータを研究以外の目的で使用しないことも明記した。以上の研究に関する注意事項について、Google Form 内で改めて質問項目に回答させる形で確認させ、研究参加の同意を得た。

## 結果

### ひきこもり親和性の下位分類

対象者をひきこもり親和性の下位因子得

点のプロフィールに基づいて分類するため、ひきこもり親和性の 2 下位尺度得点を標準化して、Ward 法による階層的クラスター分析を行った。その結果、4 つのサブタイプが抽出された (Figure 1)。

第 1 クラスターは、願望が中程度で共感が高いことから「ひきこもり理解群 (以下、理解群)」と命名した。第 2 クラスターは、願望と共感の両者が高いことから「ひきこもり親和群 (以下、親和群)」と命名した。第 3 クラスターは、願望が中程度で共感が低いことから「ひきこもり無理解群 (以下、無理解群)」と命名した。第 4 クラスターは、願望と共感の両者が低いことから「ひきこもり非親和群 (以下、非親和群)」と命名した。

抽出されたひきこもり親和性の 4 つのサブタイプはそれぞれ、理解群 57 名、親和群 21 名、無理解群 70 名、非親和群 25 名であった。

Table1 ひきこもり親和性サブタイプごとの生活習慣の平均値と標準偏差

	ひきこもり理解群		ひきこもり親和群		ひきこもり無理解群		ひきこもり非親和群		F
	M	SE	M	SE	M	SE	M	SE	
健康度	40.07	.83	36.95	1.37	43.76	.75	46.40	1.26	12.19 **
身体的健康度	14.25	.36	13.52	.59	15.47	.32	15.84	.54	4.94 **
精神的健康度	12.60	.36	10.62	.59	14.16	.32	15.28	.54	15.09 **
社会的健康度	13.23	.43	12.81	.70	14.13	.38	15.28	.64	3.26 *
運動	23.84	.85	25.10	1.41	26.24	.77	26.76	1.29	1.89
運動行動・条件	13.54	.65	14.38	1.07	15.29	.59	15.60	.98	1.68
運動意識	10.30	.27	10.71	.44	10.96	.24	11.16	.41	1.52
食事	38.11	1.11	41.33	1.82	40.93	1.00	44.16	1.67	3.28 *
食品のバランス	19.18	.73	21.52	1.20	20.50	.65	23.48	1.10	3.79 *
食事の規則性	9.32	.53	10.19	.88	10.81	.48	11.32	.80	2.07
嗜好品	9.61	.10	9.62	.16	9.61	.09	9.36	.15	.86
休養	41.23	1.16	38.81	1.91	44.71	1.05	46.76	1.75	4.80 **
休息	10.46	.38	10.48	.62	10.86	.34	10.76	.57	.25
睡眠の規則性	6.39	.41	6.43	.68	6.56	.37	7.12	.63	.34
睡眠の充足度	10.67	.43	9.33	.71	12.31	.39	13.16	.65	8.01 **
ストレス回避	13.72	.36	12.57	.59	14.99	.33	15.72	.54	7.39 **
生活習慣	103.18	2.44	105.24	4.02	111.89	2.20	117.68	3.68	4.62 **

### ひきこもり親和性サブタイプと生活習慣との関連

ひきこもり親和性サブタイプを独立変数、生活習慣を従属変数とした 1 要因の分散分析を行った (Table1)。

その結果、身体的健康度において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=4.94, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。また、親和群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。

精神的健康度において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=15.09, p<.01$ )。多重比較検定の結果、親和群は、理解群、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。また、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。

社会的健康度において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=3.27, p<.05$ )。多重比較検定の結果、群間差が認められる点はなか

った。

健康度において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=12.19, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。また、親和群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。

食品のバランスにおいて、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=3.79, p<.05$ )。多重比較検定の結果、理解群は、非親和群よりも有意に低いことが示された。

食事において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=3.29, p<.05$ )。多重比較検定の結果、理解群は、非親和群よりも有意に低いことが示された。

睡眠の充足度において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=8.01, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。親和群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いこ

Table2 ひきこもり親和性サブタイプごとのインターネット行動の平均値と標準偏差

	ひきこもり理解群		ひきこもり親和群		ひきこもり無理解群		ひきこもり非親和群		F
	M	SE	M	SE	M	SE	M	SE	
自己演出	3.10	.12	3.37	.20	3.05	.11	3.42	.18	1.48
自己開示	3.31	.13	2.97	.21	3.02	.12	3.53	.19	2.42 +
自己客観視	3.42	.10	3.54	.17	3.54	.09	3.76	.16	1.13
所属感獲得	3.42	.09	3.28	.15	3.45	.08	3.86	.14	3.09 *
対人関係拡張	3.49	.12	3.87	.20	3.26	.11	3.65	.18	2.87 *
攻撃的言動	2.69	.14	2.67	.23	2.28	.12	2.21	.21	2.34 +
没入的関与	2.11	.12	2.45	.19	1.58	.10	1.37	.18	9.64 **
依存的関与	3.16	.13	3.86	.22	2.66	.12	2.03	.20	15.11 **
非日常的関与	2.98	.14	3.32	.24	2.51	.13	2.21	.22	5.86 **

とが示された。

ストレス回避において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=7.39, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。また、親和群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。

休養において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=4.80, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、非親和群よりも有意に低いことが示された。また、親和群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。

生活習慣において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=4.62, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に低いことが示された。

その他の下位尺度では、有意な主効果は得られなかった。

### ひきこもり親和性サブタイプとインターネット行動との関連

ひきこもり親和性サブタイプを独立変数、インターネット行動を従属変数とした 1 要因の分散分析を行った (Table2)。

その結果、所属感獲得において、主効果が

有意であった ( $F(3, 169)=3.10, p<.05$ )。多重比較検定の結果、親和群は、非親和群よりも有意に低かった。

対人関係拡張において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=2.87, p<.05$ )。多重比較検定の結果、群間差が認められる点はなかった。

没入的関与において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=9.64, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、無理解群、非親和群よりも有意に高かった。

依存的関与において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=15.11, p<.01$ )。多重比較検定の結果、すべてのサブタイプ間で有意差がみられ、高い方から親和群、理解群、無理解群、非親和群であった。

非日常的関与において、主効果が有意であった ( $F(3, 169)=5.86, p<.01$ )。多重比較検定の結果、理解群は、非親和群よりも有意に高いことが示された。親和群は、無理解群、非親和群よりも有意に高いことが示された。

その他の下位尺度では、有意な主効果は得られなかった。

## 考 察

本研究は、ひきこもり親和性が高い大学生における生活習慣、インターネット行動の特徴について検討することを目的とした。その結果、ひきこもり親和性は願望と共感の程度によってサブタイプに分類することができ、それぞれの特徴に応じた支援の必要性が示された。

### ひきこもり親和性サブタイプの分類

本研究では、ひきこもり親和性の下位因子について階層的クラスター分析を行い、ひきこもり理解群、ひきこもり親和群、ひきこもり無理解群、ひきこもり非親和群の4つのサブタイプに分類することができた。

理解群は、自分はひきこもりたいとはさほど思っていないものの、ひきこもっている人の気持ちがわかる群である。親和群は、自分もひきこもりたいと思っており、ひきこもっている人の気持ちがわかる群である。無理解群は、ひきこもりたいという気持ちを少し持っているものの、ひきこもっている人の気持ちはあまりわからない群である。非親和群は、ひきこもりたいとは思っておらず、ひきこもっている人の気持ちがあまりわからない群である。

このようなひきこもり親和性の下位要素による分類は新たな試みである。そして、下位要素による分類により、行動特性に異なる特徴がみられた。本研究は、ひきこもり親和性の心理特性および行動特性を検討する上で新たな知見であると言える。

### ひきこもり親和群の特徴

ひきこもり親和群に特徴的な所見として、他のサブタイプよりも精神健康が最も悪い

という結果が示された。また、インターネットを最も依存的に使用していることも示された。この結果は、インターネットに心理的に依存しているほど、ひきこもり親和性に影響するという瀬川・藤原(2020)の結果と一致している。

その他についても、無理解群や非親和群と比較して、全般に不適応的な状態であることが示された。生活習慣については、身体的な健康状態、睡眠の十分さ、ストレス解消、休養などの健康面が良好ではないことが伺えた。これは、ひきこもり親和性が高い者は、主観的健康感が低く、睡眠時間が不良な状態であると示す先行研究の結果と一致している(米田他, 2017; 米田・奥田, 2018)。また、インターネット行動については、インターネット世界に没入し、使用することによって現実世界からの解放感を得ていることが示唆された。これは、ひきこもり当事者が現実逃避のためにインターネットなどの娯楽に熱中するという先行研究(玉田他, 2021)の指摘も踏まえると、ひきこもり親和性が高い者においても、現実逃避のためにインターネットを使用している可能性を示す結果と考えられる。

このように、親和群は、健康状態が悪く、SNS・インターネットにのめり込んでいるという点で、今回測定した生活習慣およびインターネット行動に関して不適応的な状態であることが窺える。ひきこもりの者は生活リズムの乱れが激しいという先行研究の結果(濱崎・タジャン, 2018)から、親和群がひきこもりの者と同様の傾向がみられることが示された。したがって、親和群は、ひきこもりの者と同様の傾向を持つことから、やはりひきこもりの予備軍的な存在で

あると考えられる。

### ひきこもり非親和群の特徴

非親和群に最も特徴的だった所見として、インターネットへの依存が最も認められない、というものであった。

また、他のサブタイプとの比較では、理解群、親和群と比較して適応的な状態であることが示された。生活習慣については、身体的、精神的な健康状態、睡眠の十分さ、ストレス解消、休養などの健康面の状態が良好であることが示された。インターネット行動については、インターネット世界に没入したり、使用することによって現実世界からの解放感を得たりする傾向が、最も低かった。

生活習慣が整っていることや、インターネット利用行動が適切であることは、規則正しい生活をしていることにつながると考えられる。このように、非親和群の生活習慣やインターネット使用は、規則正しく、また生活に支障を及ぼすような極端さが見られない。ひきこもりに対して接近的でない態度は、日常生活の中で、自身の行動の統制を取りやすいことと関連しているのかもしれない。

### ひきこもり理解群の特徴

理解群は、概ね親和群と同様の傾向がみられ、無理解群および非親和群と比較して不適応的な状態であることが示された。

ほとんどの変数において、親和群と有意差はみられなかったが、精神的健康度およびインターネット行動の依存的関与において、差異が認められた。具体的には、理解群は親和群よりも、精神的な健康状態が良好

であること、インターネットの依存的な使用がみられないことが示された。この2点から、理解群は、親和群と比べれば、いくぶん適応的であることが示された。理解群と親和群の違いは、ひきこもることへの願望の強さである。つまり、ひきこもり親和性の要素の中でも、ひきこもることへの願望の強さが、生活習慣やインターネット使用上の不適応と密接に関与する可能性が窺える。

### ひきこもり無理解群の特徴

無理解群は、概ね非親和群と同様の傾向がみられ、理解群および親和群と比較して適応的な状態であることが示された。

ほとんどの変数において、非親和群と有意差はみられず、インターネット行動の依存的関与にのみ違いがみられた。この点から、無理解群は、非親和群よりインターネットを依存的に使用していることが示された。

### 限界

本研究の限界として3点挙げられる。まず、本研究では、生活習慣およびインターネット行動という行動特性に関する網羅的な調査に留まった。そのため、ひきこもり親和性が、どのような生活習慣、インターネット使用行動に影響し、そして、それらの行動がどの精神健康や適応状態の側面に寄与するのか、具体的な経路は不明である。したがって、今後の研究(解析)においては、このプロセスを明らかにする方法が必要である。

また、健康度・生活習慣診断検査を用いて、ある程度の精神健康状態を評価し、対象者の生活支障度も検討した。しかし、ひきこもりの当事者の多くが、うつ病や不安症などの精神疾患のリスクを高く有することを

踏まえると、こうした精神医学的な直接評価した上で、ひきこもり親和性自体が、どの程度これらの症候の重症度と関連しているのかも検討する必要があるだろう。本研究の指標からは、この点が直接検証できない。

最後に、本研究では、自己記入式尺度のみを使用している点である。今回、日常生活に関する行動特性について網羅的に検討しているが、全て自己記入式尺度を使用していることで、対象者が意図的により好ましい回答を行っている可能性は否定できない。そのため、日常生活の様子が正確に反映されているかは不明である。他者評価や生態学的妥当性の高い手法によって、より確実・緻密に、日常生活の様子を測定する研究方法が必要である。

## まとめ

ひきこもり親和性と一概に言っても、ひきこもり親和性の願望と共感の程度が異なる 4 サブタイプは、生活習慣およびインターネット行動に異なる特徴がみられる。ひきこもり親和性の願望と共感それぞれの程度により、ひきこもりの予備軍のような特徴を持つ者とそういった特徴を持たない者が混在していることが示された。本研究で示されたひきこもり親和性のサブタイプは、それぞれの特徴に応じた支援の必要性が示された。今後は、より精緻かつ客観的に測定できる指標を用いた検討が求められる。

## 引用文献

新井 博達・弘中 由麻・近藤 清美 (2015). 社交不安症状と対人的自己効力感が大学生のひきこもり親和性に与える影響 パーソナリティ研究, 24, 1-14.

藤 桂・吉田 富士雄 (2009). インターネット上での行動内容が社会性・攻撃性に及ぼす影響——ウェブログ・オンラインゲームの検討より—— 社会心理学研究, 25, 121-132.

濱崎 由紀・ニコラ タジャン (2018). ひきこもり研究から見える現代日本社会の病理 京都女子大学現代社会研究, 20, 37-49.

牧 亮太・海田 梨香子・湯澤 正通 (2010). ひきこもり親和性の高い大学生における心理的特徴の検討——友人関係, 不快情動回避傾向, 早期完了特徴との関連について—— 広島大学心理学研究, 10, 71-80.

内閣府政策統括官 (2010). 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 内閣府政策統括官 (共生社会政策担) Retrieved from <https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf/gaiyo.pdf> (2021 年 12 月 15 日)

内閣府政策統括官 (2016). 若者の生活に関する調査報告書 内閣府政策統括官 (共生社会政策担) Retrieved from <https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/h27/pdf-index.html> (2022 年 11 月 11 日)

齊藤 万比古・中島 豊爾・伊藤 順一郎・皆川 邦直・弘中 正美・近藤 直司...堀口 逸子 (2010). ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン 平成 21 年度厚生労働科学研究費補助金 (こころの健康科学研究事業)「思春期ひきこもりをもたらす精神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

- る研究」厚生労働省 Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/content/12000000/000807675.pdf> (2022年11月11日)
- 瀬川 真生・藤原 忠雄 (2020). ひきこもり親和性と抑うつ・インターネット依存・睡眠の関連性の検討 ストレスマネジメント研究, *16*, 24-32.
- 清水 裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD:機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, *1*, 59-73.
- 下野 有紀・長谷川 晃・土原 浩平・国里 愛彦 (2020). 大学生用ひきこもり親和性尺度の作成 感情心理学研究, *27*, 51-60.
- 玉田 聡史・松下 年子・片山 典子 (2018). 思春期にひきこもった当事者が支援機関に通所するまでのプロセス 日本精神保健看護学会誌, *29*, 13-22.
- 徳永 幹雄 (2005). 「健康度・生活習慣診断検査(DIHAL.2)」の開発 健康科学, *27*, 57-70.
- 東京都青少年・治安対策本部 (2008). 実態調査からみるひきこもる若者のこころ (平成19年度若年者自立支援調査研究報告書) 東京都青少年・治安対策本部総合対策部若年者課
- 渡部 麻美・松井 豊・高塚 雄介 (2010). ひきこもりおよびひきこもり親和性を規定する要因の検討 心理学研究, *81*, 478-484.
- 渡部 麻美・松井 豊・高塚 雄介 (2011). ひきこもり親和群の下位類型——ひきこもりへの移行可能性に注目して——筑波大学心理学研究, *42*, 51-57.
- 米田 政葉・奥田 かおり・志渡 晃一 (2017). 北海道内の高等教育機関に所属する新入学生のひきこもり親和性とその関連要因の検討 北海道医療大学看護福祉学部学会誌, *13*, 3-8.
- 米田 政葉・志渡 晃一 (2018). 北海道内の高校生におけるひきこもり親和性とその関連要因に関する検討 社会医学研究, *35*, 29-36.