



# HOKKAIDO UNIVERSITY

|                  |                                                                                   |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Title            | ひきこもる行為の意味の再解釈過程：ひきこもり者の支援実践を事例に                                                  |
| Author(s)        | 劉, 傑                                                                              |
| Citation         | 社会教育研究, 33, 29-57                                                                 |
| Issue Date       | 2015-04-30                                                                        |
| Doc URL          | <a href="https://hdl.handle.net/2115/59235">https://hdl.handle.net/2115/59235</a> |
| Type             | departmental bulletin paper                                                       |
| File Information | AN00231372_33_29-52.pdf                                                           |



## ひきこもる行為の意味の再解釈過程 ―ひきこもり者の支援実践を事例に―

劉 傑\*

### 目 次

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| 序 章                                          | 30 |
| 1 節 問題意識                                     | 30 |
| 2 節 課題と方法                                    | 31 |
| (1) 課題                                       | 31 |
| (2) 分析枠組                                     | 31 |
| 1 章 NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークと「SANGO の会」の概要 | 32 |
| 1 節 NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク成立経緯と活動内容      | 32 |
| 2 節 「SANGO の会」の概要                            | 33 |
| (1) 設立から現在までの経緯                              | 33 |
| (2) 例会の紹介                                    | 34 |
| 2 章 個人事例                                     | 36 |
| (1) ひきこもりを経験した後、就職している A さん                  | 36 |
| (2) ひきこもりを経験した後、就職に向ける B さん                  | 39 |
| (3) ひきこもりと就職の二重の経験をした C さん                   | 42 |
| (4) ひきこもり経験者と支援としての D さん                     | 45 |
| (5) 小括                                       | 46 |
| 3 章 「SANGO の会」における学習機能                       | 47 |
| (1) 学習場面 1：テーマによる学習                          | 48 |
| (2) 学習場面 2：フリートークにおける自由の発話                   | 48 |
| (3) 学習場面 3：ひきこもり経験者からの新たなメッセージを達成する機会づくり     | 49 |
| (4) 小括                                       | 50 |
| 終 章                                          | 51 |

---

\* 2014 年度修士課程修了

## 序 章

### 1 節 問題意識

現在日本社会において、様々な困難を抱える人がいる。一つとして、ひきこもる状態に陥った若者である。全国約 70 万人がひきこもる状態に陥っている実態に対して、どのように対峙するかということは深刻な課題である。

1990 年代に入ってから、ひきこもり現象が顕在化してきた。1999 年末から 2000 年 5 月にかけて、一連のひきこもりの若者による事件により、社会全体は急速にひきこもりへの関心を高めた。「1999 年と 2000 年のひきこもり関連記事数は、朝日新聞で約 3.4 倍（115 件→393 件）、読売新聞で約 5.4 倍（46 件→248 件）に急増し、関連書籍の刊行点数でも、3 倍（5 冊→15 冊）に急増した（石川良子, 2007）」<sup>1</sup>。同期、「ひきこもりの若者が全国に 100 万人」ということが報道された。さらに、世間に不安がもたらされ、ひきこもりが問題視された。つまり、ひきこもることに関する大量のデータが集められたために、ひきこもりという社会問題が作られた。

しかしながら、ひきこもり現象を問題化する妥当性を検討しないうちに、ひきこもる個人とその家族を治療の対象として扱うという視座を軸とする支援は有効的であるとは言えない。ひきこもり本人は言語化できない葛藤と不安を抱えながら、今までの状態から一步を踏み出す出口を探しても見えなかったから、より不安と絶望の状態に陥っていき、自分を責めているという孤立の中で、ひきこもる期間を延長した。ひきこもり本人の高齢化だけではなく、親の高齢化にともない、親亡き後のひきこもり本人の生活に対する不安を考えざるを得ない。ひきこもりの原因となったその背後にある様々な問題を射程に入れるべきであると考ええる。そうすることで、ひきこもり現象を問題化する社会を乗り越えることができるだろう。

すなわち、ひきこもりという現象は社会の中に生まれた、社会問題というよりは、社会現象として考えたほうが良いだろう。ひきこもる行為を社会全体に合わない行為と見なし、ひきこもり現象を問題化し、ひきこもる人を矯正すべき対象として扱い、「治療」されると見るのではなく、反省すべきは、ひきこもりを生産したうえで、責任をひきこもり本人（及び家族）に押しつけている排除型社会である。したがって、ひきこもり支援活動を通して、ひきこもり本人を含め、参加者はひきこもる行為を改めて解釈し、ひきこもる人が不利益な状態に置かれた社会に焦点を当てる視座があればこそ、ひきこもり本人は自分の人生に向きあう主体になり、より包摂型社会に導くことが期待できるのではないか。

---

<sup>1</sup> 荻野達史、川北稔、工藤宏司、高山竜太郎（編）『「ひきこもり」への社会学的アプローチ—メディア・当事者・支援活動—』ミネルヴァ書房、2008、p240

## 2 節 課題と方法

### (1) 課題

ひきこもる本人への支援では、自己を肯定した上で、彼らが人生に向きあう主体になることが重視されるべきである。しかしながら、どのように人生の課題に向きあう主体に至るのか。このプロセスにおいては、ひきこもる行為を改めて理解することが求められるのではないか。本研究の課題は、この再理解を可能とする活動を明らかにすることである。言い換えれば、経験されたものとしてのひきこもる行為の意味を改めて理解することの可能性を創出する活動に注目したい。

### (2) 分析枠組

事例を分析する枠組みについて述べる。ひきこもる行為に関する再解釈に関して枠組みを提供するのが、レイヴとウェンガーによる正統的周辺参加 (Legitimate peripheral participation : LPP) 論である。正統的周辺参加論では、「学習を命題的知識の獲得と定義するのではなく、学習を特定のタイプの社会的共同参加という状況の中におく」。<sup>2</sup>つまり、「学習とは社会的実践の統合的かつそれと不可分の側面」<sup>3</sup>であるということを指示した。そうすると、学習を実践の一側面と捉えれば、学習と活動に参加することは切り離せない。言い換えれば、ある活動に参加することに伴い、参加者全員にとっての学習も行なっている。同時に、「学習はいわば参加という枠組で生じる過程であり、個人の頭の中ではないのである。このことは、とりもなおさず、共同参加者の間での異なった見方の違いによって学習が媒介される」、また「学習はいわば、共同参加者間にわかち持たれているのであり、一人の人間の行為ではない」ということに焦点を当てることになる。<sup>4</sup>つまり、学習の過程に、共同参加者の意味交渉を欠くことができない。意味交渉について、このように、学習参加者の間での多様な見方による意味交渉のプロセスにおいて、豊かな知見を発見することが可能となるのではないかと考えている。つまり、このような学習を通して、ひきこもる行為に対し、新たな意味づけに至る可能性がある。ひきこもる行為に対し、新たな理解が獲得されることによって、ひきこもり経験を活かし、他のひきこもる状態にある人にとっても有効な支援となるのではないであろうか。

具体的な対象とした事例は、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの「SANGO の会」事例である。なぜ、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークを対象としたのか。それは、従来の若者支援実践では、如何に社会に戻すか、如何に社会に適応させるかが課題とされているが、それとは視点が違うからである。NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークが取り組む支援実践では、ひきこもる行為に関する理解を共に考え、ひきこもり経験を活かし、社会との糸口が発見されている。

<sup>2</sup> ジーン・レイヴ、エティエンヌ・ウェンガー『状況に埋め込まれた学習―正統的周辺参加』産業図書、1995、序文 p7

<sup>3</sup> 同上、p5

<sup>4</sup> 同上 p8、p9

## 1章 NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークと「SANGO の会」の概要

### 1節 NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク成立経緯と活動内容

レター・ポスト・フレンド相談ネットワークは、1999 年 9 月に電話相談が届かないまま不登校・ひきこもりで悩む当事者と家族を手紙や電子メールなどのインターネット通信手段を利用して支援する組織として発足した。

2002 年 4 月から、外出が困難でひきこもっている人に対して、定期的に訪問していくピア・アウト・リーチ支援事業を開始した。手紙や電子メールをひきこもり者との接点の手段として活用している。これはひきこもりに関する理解啓発の旅に導く入り口と言える。

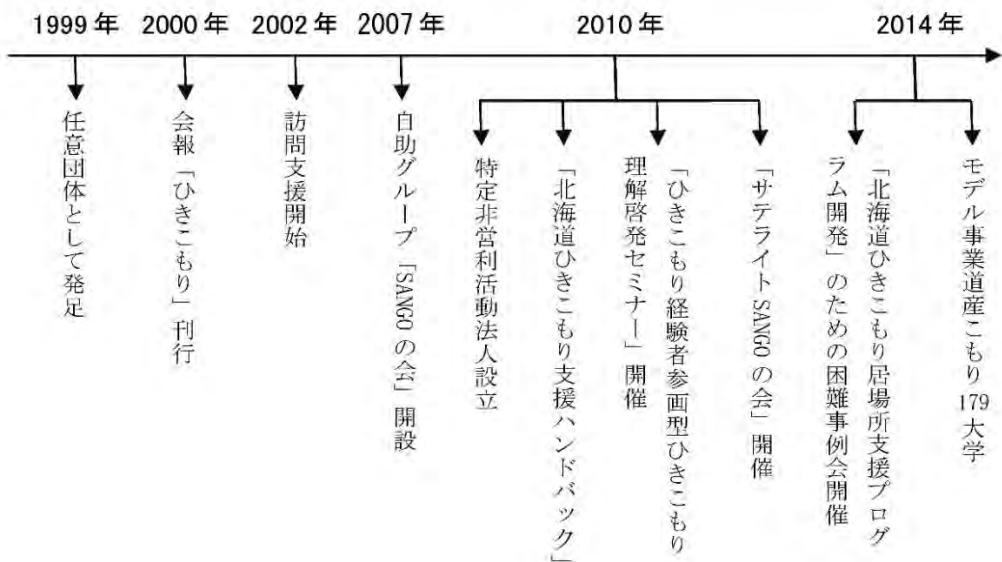
2007 年度から、手紙や電子メールでの相談を通して外出が可能となったひきこもり者が自由に参加できる居場所として「SANGO の会」を札幌市にて開設し運営してきた。また、ひきこもる行為に関する理解啓発の活動にも取り組んでいる。

2010 年 3 月にレター・ポスト・フレンド相談ネットワークは、NPO 法人格を取得してから各種助成金事業として「北海道ひきこもり支援ハンドブック」出版や「ひきこもり経験者参画型ひきこもり理解啓発セミナー」の開催のほか、地方圏の潜在的ひきこもり者の発見と掘り起こしに努め、孤立予防を図っていくひきこもり支援拡充に向けた「サテライト SANGO の会運営事業」など精力的な社会貢献に取り組んできた。当事者会「SANGO の会」を基盤とする「サテライト事業」は、ひきこもり者やその家族が気軽に集まれる居場所がない地域でも、この集りを通して、同じような仲間とつながり、さらにはその活動を通して身近な地域にも当事者会がいずれは発足していくきっかけになればと願って実施してきたものである。

また 2014 年には、困難事例検討会が助成金事業の一つ独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成金事業として開催された。「北海道ひきこもり居場所支援プログラム開発」のための困難事例検討会では、全国で先駆的なひきこもり居場所支援を実践している団体を招き、ひきこもり居場所支援に取り組む団体の諸活動のレクチャー及び、ひきこもり居場所支援における社会的不利益な状況に置かれた（困難）事例を参加者相互に出し合ってもらい、その事例等について助言、意見交換を行なう。さらに、平成 26 年度には独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成金事業「北海道ひきこもり居場所支援プログラム開発」モデル事業である道産こもり 179 大学を行なった。以下の図 1 は、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの活動内容を示したものである。

このように、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの実践の特徴は以下の通りまとめることができる。第一に、自由に参加できる安心な居場所を作り、ひきこもる行為に関する理解を変容させる実践を行い、ひきこもり経験を活かす実践に取り組むこと、第二に、地域におけるひきこもり人数を把握し、ひきこもり本人及び家族の孤立を防止し、身近な利用できる情報を提供すること、第三に、他のひきこもり支援実践を行う団体との交流を重視することである。

図1 NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの活動内容



## 2 節 「SANGO の会」の概要

次に、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの実践の一つである「SANGO の会」について、概説する。

2007年4月、少しずつ外出が可能となったひきこもり者向けの自助グループ「SANGO の会」が立ち上げられた。SANGO という名称は35歳以後を意味し、2009年に成立した内閣府の子ども・若者育成支援推進法における若者の範疇から外れやすく支援が手薄になりがちな概ね35前後の高齢ひきこもり者の年代層を中心に社会から孤立しないでつながりをもつことができる貴重な地域の居場所を提供している<sup>5</sup>。「SANGO の会」を取り上げるのは、この会がNPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの取り組みの中でも、当実践の主旨を実行し、相互的なコミュニケーションを重視しているので、ひきこもる行為の意味交渉を通して、理解の変化と意味づけを起こす及びひきこもり経験を活かす場面がより詳細に見られると考えられるからである。

### (1) 設立から現在までの経緯

通常例会は2007年の開設時、月1回開催していた。2011年9月から女性だけが集える例会を行った。また、初心者向けの少人数グループの初心者例会も月1回開催していた。開催日時は、NPO

<sup>5</sup> NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク HP

法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークのホームページで随時公開している。現在使用している会場は、札幌市ボランティア研修センターである。参加費は無料である。2013 年度開設 6 年目を迎えた「SANGO の会」通常例会の参加者合計は、73 人（見学、取材者は除く）。平均参加人数は 6.6 人。2013 年度の後半から 20 代の参加者が増えた。初心者例会は、2013 年度の参加者合計は延べ人数で 33 人。平均参加人数は 3 人（見学者は除く）。

## (2) 例会の紹介

通常例会は、月初めに毎月 1 回行っている。2007 年当初は「5 分間スピーチ」という形で行った。参加者それぞれが自分の趣味などについて語ったり、自分の読んだ本や音楽を語っていた。2008 年から現在まで、2 時間の例会を本日のテーマとフリートークに分けて行っていた。フリートークでは新しい人が参加する時に、参加者それぞれが自己紹介を行い最近の出来事を語る。2013 年月から 2014 年 11 月までの通常例会でのテーマ及び参加人数は表 1 の通りである。

表 1 通常例会のテーマと参加者人数

| 日付             | テーマ                                                   | 参加者人数 |
|----------------|-------------------------------------------------------|-------|
| H25 年 9 月 9 日  | ひきこもり経験した自分にできること                                     | 6     |
| H25 年 10 月 2 日 | 自分のいいところ探し                                            | 6     |
| H25 年 11 月 6 日 | 自分が大切に思っていること                                         | 10    |
| H25 年 12 月 4 日 | 子どもの頃にはまった遊び                                          | 9     |
| H26 年 1 月 8 日  | 新年の書き初め                                               | 7     |
| H26 年 2 月 26 日 | ひきこもり経済学～生活の智慧                                        | 7     |
| H26 年 4 月 10 日 | 気持ちよく生活するための工夫について                                    | 7     |
| H26 年 5 月 7 日  | ゴールデン・ウィークと私                                          | 12    |
| H26 年 6 月 4 日  | 「健康診断」「今年の注目する音楽」                                     | 不明    |
| H26 年 7 月 2 日  | 「自分は何を望んで SANGO の会に参加したのか」<br>「これからの SANGO の会でやりたいこと」 | 6     |
| H26 年 8 月 4 日  | 「夏の思い出」「怖い話」                                          | 5     |
| H26 年 9 月 3 日  | 私の好きな本、音楽・歌、テレビドラマ                                    | 5     |
| H26 年 10 月 1 日 | 秋にしたいことは何ですか                                          | 不明    |

出典：NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク資料を用いて表を作成

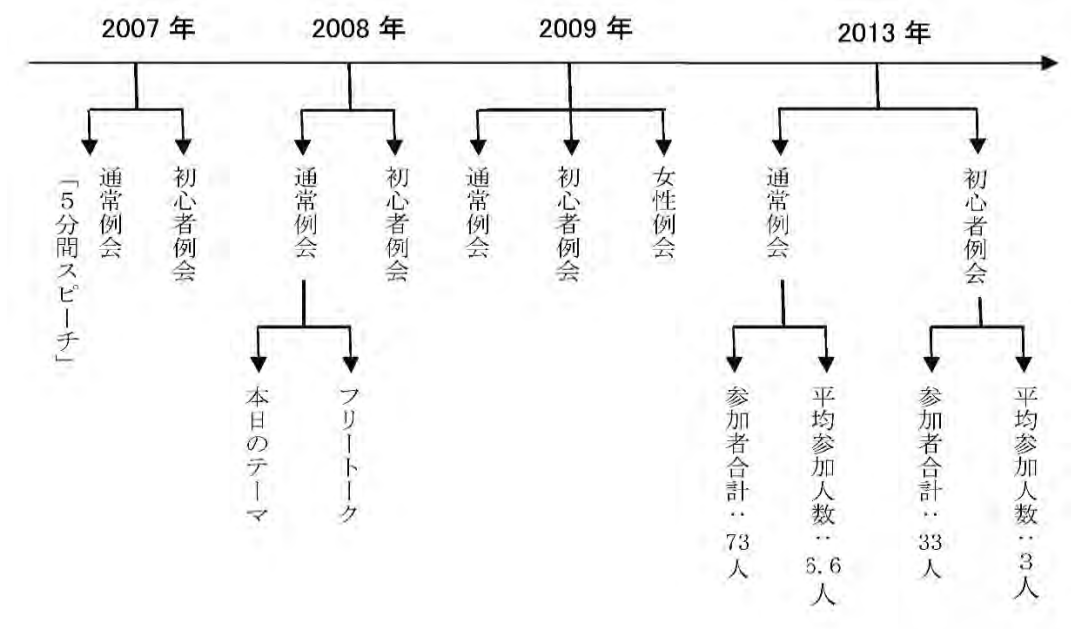
次は初心者例会を紹介しておきたい。初心者例会は毎月の月末に行っている。初心者の例会では、通常例会では語る事ができない個別的な対話や、他人の目を気にしないで語ることができる。その

人それぞれが持っている埋もれた知性や能力を発揮できる経験を積んでもらい、自信も持つことができるきっかけとして、初心者例会は機能している。初心者例会だけではなく、通常の例会、すなわち積極的に他者との交流を持てる場にも顔を見せるようになった参加者は4人いた。その一方で、引き続いて初心者例会にしか参加しない場合もある為、少人数グループで行う良さを感じてもらえる工夫は必要だ。

「毎月行なわれる例会には、ひきこもりから外出できるようになり、これらからの生き方を模索してやってくる若者、外出はできるが自分に何ができるのか分からず立ちすくむ若者、働きはじめたがまだまだ不安があり話を聴いてほしい若者などがやってくる。また、ひきこもっているわが子とどう向き合っていけばいいのかわからずそれを知りたくて参加する家族、そしてひきこもりに関心を寄せる市民などさまざまな人たちが参加する」。このような当会の理事長の話から、例会の全体的なイメージを読み取れた。つまり、当事者たちがひきこもりに向きあうため、参加できる居場所を作るのは何よりも重要である。初心者例会と通常例会は、いずれも当事者たちが安心感を獲得し、自分のペースに合う居場所であると思われる。

また、参加者が例会以外の活動に参加できるような機会も積極的に創出している。例えば、会場のボランティア活動センターのチラシ袋詰め作業を「SANGO の会」参加者が行なっている。参加者の要望にこたえるため、例会外企画を数回行ってきた。円山登山・三角山登山活動を行った。以下の図2は、今までの例会の開催概要である。

図2 例会の開催概要



## 2章 個人事例

本章では、「SANGO の会」に参加しているひきこもり経験者三名と支援者一名に対するインタビューを通して、参加の過程とひきこもりに対する理解の変化、外部コミュニティとの関わりを通して得た知識や経験を「SANGO の会」に持ち込み、会のメンバーと共有し学習素材としている場面及び自分なりにひきこもり経験を利用する場面を検討する。当事者の変化を捉え、「SANGO の会」への参加が、周回の参加から十全的参加<sup>6</sup>に向かう場面を明らかにしたい。

### (1) ひきこもりを経験した後、就職しているAさん

| 年月      | 出来事                     | 詳細                                                                                 | 年齢 |
|---------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| H15     | ひきこもり生活                 | 慢性的な体調不良で、大学卒業後体調を回復させる時間が欲しかった。また、コミュニケーション面で自信が持てなかった。体調が回復しても、就職活動もやり方も分からなかった。 | 23 |
| H21. 10 | 就職を考える                  | 父親の定年退職したことに伴い、履歴書の空白や世間のイメージを気にして一歩踏み出せなかった。                                      | 29 |
| H23. 3  | 職業訓練を受け始める              | 母親がある支援施設の親会に通い始め、その施設の職業訓練を受け始めた。                                                 | 31 |
| H23. 8  | 「SANGO の会」へ通い始める        | 職業訓練が終了したが、就活がうまく行かなかった。社会との繋がりが途絶えつつあったが、その時、インターネットで「SANGO の会」を知った。              |    |
| H23. 11 | 息子のひきこもりに悩んでいる年配の夫婦に出会う | 年配の夫婦の話は、5、6回聞いたような気がする。毎回、息子の生活状況を聞いているうちに、どうすれば少しでも現状が好転するのか？と、真剣に考えるようになった。     |    |
| H23. 12 | 短期バイトを始める               | 年賀状を分ける仕事だったので、すぐ無職になった。母親が先の支援施設に連絡し、「働きたいけど働けなかった」ということを伝えた。                     |    |
| H24. 2  | 就労体験                    | クリーニング工場で7日間の就労体験。判断を必要とする仕事でうまくできない自分に気づき、医者に見てもらった結果、臨機応変に対応できないという障害に診断された。     | 32 |
| H24. 5  | 障害者専門の支援施設に通う           | 訓練とプログラムを受けながら、仕事を探した。                                                             |    |
| H25. 8  | 就職する                    | ハローワークの障害者専門の窓口に通って、洋服店に障害者雇用される。                                                  | 33 |
| H25. 10 | ひきこもり経験談を発表する           | 東札幌教会の集会で自分のひきこもり経験談を発表した。10月9日の室蘭、10月15日札幌で発表した。                                  |    |

<sup>6</sup> 「SANGO の会」の事例において、個人の十全的参加を形成するには、単なる「SANGO の会」での安定感を感じ、ひきこもる行為に関する理解と意味づけが完成されるだけではなく、外部コミュニティに出て、新しく経験されたものを「SANGO の会」に入れることも求められるのである。

北海道出身の A さんは道内の大学を卒業後、就職せずに、2003 年から 2009 年まで、約 6 年間のひきこもりの生活を送った。就職しなかった理由は、以下の通りである。「当時は慢性的な体調不良で、大学卒業後に就職する自信もなく、体調を回復させる時間が欲しかった。体調不良以外にも、当時は友達も少なく、自分から積極的に人と関わる事も苦手で、コミュニケーション面で自信が持てず、就職活動に一步踏み出せなかった。ひきこもり後は、しばらく休んで、体調が回復したら、就職活動を始めようと思ったが、いざ体調が回復しても、就職活動をどのようにしていけばいいのか、自分一人では分からなかった」。このようにして、ひきこもる生活を始めた。

2011 年 3 月、A さんは母親から勧められ、支援施設の職業訓練を受け始めた。ここで、パソコンとか、ビジネスマナーとか勉強した。

2011 年 8 月末、6 ヶ月間の職業訓練が修了し、その後、少し就職活動をしたが上手くいかず、職業訓練が終わったことで、通う場所がなくなったり、毎日会う人がいなくなったりして、社会との繋がりが途絶えつつあった。

A さんはインターネットで色々調べていると、35 歳以上を対象にした「SANGO の会」を知り、通い始めるようになった。

2011 年 12 月から、短期バイトをやった。郵便局で年賀状を分ける仕事である。すぐ終わったから、無職になった。2012 年 5 月から、障害者専門の支援施設に通った。ここで、訓練とプログラムを受けた。自分に合うものを訓練で見つけた。2013 年 8 月から、約 1 年間訓練しながら、スタッフさんと一緒に「自分がどんな仕事をやっていいかな」と考えて、ハローワークに通ったりして、障害者専門の窓口に通って、障害者雇用されて、現在の仕事をしている。しかし、職場での障害者雇用は一人なので、他の人とうまくなじめなかったし、会社の雰囲気にも合わなかった。「ずっと、自分で一人だけで、疎外される」と感じた。

ここまで、A さんがひきこもる状態から立ち上がるプロセスにおいて、「SANGO の会」は最初の一歩踏み出すステップではないことが分かった。しかしながら、ひきこもる行為に関する理解が「SANGO の会」に参加することに伴い、変容していた。ひきこもる状態から立ち上がる過程で様々な困難に直面しながら、どのように「SANGO の会」に参加しながら乗り越えて、どのように新たな理解を発見したのか、インタビューから検討したい。

A さんは、2011 年 10 月から現在まで、「SANGO の会」に 20 回くらい参加している。参加し始めた時は、広い意味でのひきこもる状態からすでに脱していた。なぜならば、職業訓練が終了し、就職しなかったという宙ぶらりん状態になっても、外にも出だし、偶にボランティアをやったことからである。しかし、宙ぶらりんの状態が続ければ、社会とつながる接点が少なくなる可能性が高い。これに伴い、ひきこもる状態に戻る危険性があるということが推断できるのではないかと。「この時、月 2 回に SANGO の会に行った。この頃、親で悩んでいる人が来て、『自分の息子が 38 歳で、ひきこもりだ』という話を聞いたり、自分の経験談を語ったりするということをした。話すほうがいいと

思う」という話から、「SANGO の会」に参加すると、改めて他者と社会に接続できることが分かった。

また、参加者同士との話しの中で、自分のひきこもる行為に関する理解も変化していた。A さんの話で、「SANGO の会」に通い始めてから、主観的な視点と客観的な立場で、「ひきこもり」という事象に興味を持った。主観的な視点について、「他の参加者の経験談を聞いて、自分と同じような悩みを持っている人や、引きこもっていた頃に同じような過ごし方をしていた人の話に共感や感情移入をすることで、自分自身を見つめ直す機会になった。『SANGO の会』に参加して、他の人の話を聞く中で、自分も含めた一般的なイメージとしての『引きこもり』という言葉にも、人によって解釈が様々ある、ということが分かった」と語った。例えば、A さんには「就労していない人間＝引きこもり」というイメージがあったが、例会で、「就労をしていても、休みの日に誰とも会わなかったり、家から一歩も出なければ、それも『引きこもり』に該当する」という幅広い考え方を聞き、新たに知ることが出来た。現在、A さんは就労したにもかかわらず、職場の雰囲気合わないし、同僚から疎外される感じもあり、また、仕事が休みの日に外へ一歩も出なかったり、誰とも会わないことも多い。何となく「就職のひきこもり」の気分になる。

「自分が SANGO の会に通い始めた頃は、当事者や当事者家族が、毎回 8～10 人くらい参加していて、潜在的な引きこもり者は意外と多いんだな」と感じながら、自分が数年前まで実際に引きこもりを経験し、今現在は「SANGO の会」以外の場所で、レター・ポスト・フレンドの研修会などで、体験談を話す活動に参加しているので、「社会的な問題としての『引きこもり』に興味を持った」という客観的な立場からひきこもる行為を理解している。

例会に参加して、一番印象に残ったことは、「自分が『SANGO の会』に関わり始め、2011 年 10 月頃に、30 代後半の息子が長年引きこもりで悩んでいるという年輩の夫婦（父親 70 代くらい、母親 60 代）が参加するようになり、毎回、息子の生活状況を聞いているうちに、どうすれば少しでも現状が好転するのか？と、真剣に考えるようになった。」ということ語った。そして、その夫婦に家で役割を持ってもらうことが大切ではないかと伝えた。A さんは、自分のひきこもり経験により、参加者の話を受け止めることに伴い、客観的な事実を自己の主観的な視点に移行させ、自分のひきこもる行為を悩んでいる状態から離れ、同じ悩みを抱える人々に感情を移入し、関心を持ってきた。主観的な視点と客観的な立場でひきこもり問題を考える視点を変化させて、ひきこもる行為の理解が広がっていくうちに、現在ひきこもる状態で悩んでいる当事者や家族に対して役に立てる人間になることを求める。仕事の繁忙期にも研修会に積極的に参加し、ひきこもり経験談を発表した。「自分がその役割を微力ながら担うことで、約六年間のひきこもり経験も、決して無駄にはならないと思っし、同じ体験をした者だからこそ、理解出来る部分がたくさんあるので、今後も各地で開かれる研修会には積極的に参加し、今現在困っている人に対して、今に至る経緯を話してあげたら、と思う」ということを話してくれた。

ここまで、A さんの「SANGO の会」における学習過程、つまりひきこもる行為に関する理解の変化

と意味づけの獲得を明らかにした。この学習過程の中では、参加者による「経験の持ち込み」、つまり互いのライフ・ヒストリーから学習することにより、ひきこもる行為に対する理解が広がっていくことが確認できた。

Aさんは「SANGOの会」以外の場に行き、今まで経験したことを報告し、「SANGOの会」で広がっていくひきこもる行為に関する理解をひきこもり問題に悩んでいる本人及び家族に紹介しているが、この過程で「SANGOの会」の経験の持ち出し、つまりひきこもる行為を意味づけたとして理解していいのではないかと。 「SANGOの会」で経験されたことはAさんにとって意義があることは言うまでもない。Aさんが持ち出した「SANGOの会」の経験はひきこもっている人々にとって、アウト・リーチだと言える。ひきこもる状態から、一歩踏み出すきっかけになると推測できる。Aさんは、積極的に過去の自分を見せることを通して、世間におけるひきこもりに関するマイナスイメージを変える。つまり、自分のひきこもる行為によって、世間における理解を変化させる。これは、ひきこもる行為に対する意味づけを獲得したと言えるのではないかと。

同時に、Aさんは様々なところに通い、経験したことを「SANGOの会」に持ち込み、職場での経験を参加者たちと話し合い、学習のため、新たな素材を提供した。このように、Aさんは「SANGOの会」の十全的参加者に限りなく接近していったと言えるのではないかと。

もし、大学卒業後、普通に就職していたら、今頃、経済的にはそれなり安定していたり、貯金も出来ていたり、もしかしたら結婚して、子どももいたかもしれないのに、など、たくさんのは悔みがある。ただ、ひきこもりを経験したことにより、出会えた人たちもたくさんいるし、体験出来たことや得られたこともたくさんある。もし大学卒業後、ストレートに人生を歩んでいたら、ここまで濃密な毎日は送れていなかったと思う。今はトータル的に、どちらかといえば、『もしひきこもっていなければ、もっとこんな良い人生を送っていたんじゃないか?』、と考えることの方が多いが、自分が人生の最後を迎える時には、『色々あったけど、自分の人生、これで良かった』と思えるように、今から頑張りたいと思う。

Aさんインタビューより一部抜粋

## (2) ひきこもりを経験した後、就職に向けるBさん

北海道の出身なので、小・中・高等学校時代は、北海道に住んでいた。就職活動に入ったら、環境が変わったり、忙しさの度合いが今までの学生生活と比べて、ぜんぜん違うレベルになり、疲れも知らずしらずのうちにたまってきた。大学の出口で、ぜんぜんやる気がなくなった。東京から実家に戻り、精神疾患の状況になり、うつ病の状況が出て通院し始めた。卒業から就職するという多くの人の流れからはずれた後、自分が別の流れになった。「いざ外に出て、自分の年は23、24、25歳で増えて、世間話でだいたい学生さんじゃないということが分かり、『兄ちゃん、どこで仕事するか』ということを知られると、答えに困った。もし、『無職』と答えたら、相手がどんな目で自分を見るかなあ。

| 年月       | 出来事                                       | 詳細                                                                                                                       | 年齢 |
|----------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| H22      | ひきこもり生活                                   | 大学卒業後、就職できなかった。考えすぎで精神疾患の状況になった。                                                                                         | 24 |
| H25. 9   | 「SANGO の会」へ通い始める                          | 母親から「SANGO の会」の話を聞き、「とりあえず行ってみるかなあ」と考えながら、行ってみた。                                                                         | 27 |
| H25. 9 末 | 「SANGO の会」の初心者例会に参加する                     | 家にいてもどうしようもなく、どうにかするためには外に出なければという気持ちがある。                                                                                |    |
| H25. 10  | 「SANGO の会」の通常例会に参加する                      | 初心者例会が月末、通常例会が月頭にあるということなので、すぐに動けた。また、初心者例会に来る人が少ないからという理由も確かにあるが、通常例会にしか来ない人もいと聞いたので参加を決めた。とにかく沢山の人と交流しなければという気持ちが強かった。 |    |
| H25. 11  | 特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク会報の表紙製作を担当する | 理事長に頼まれてから会報の表紙を作った。プラモデルを製作し、撮影をし、表紙を作った。これにより、他の参加者との会話が増えてきた。                                                         |    |
| H25      | 「SANGO の会」以外の場所へ通い始める                     | 「SANGO の会」での顔なじみになった人に誘われ、NPO 法人フリースクール「漂流教室」に行った。                                                                       |    |
| H26. 5   | もう一つの行き先が増えた                              | 母親から聞き、クリニックに通った。週三回ぐらい参加している。                                                                                           | 28 |
| H26. 9   | 北海道ひきこもり芸術展に取り組む                          | 「SANGO の会」の参加者を中心にひきこもり当事者が主役になる芸術展は、「会話」ではなく、「作品」を通じて自分自身を表現し、世間との繋がりを発見することを目指す。作品の作り方のポイントを解説する。                      |    |

『あの人が無職だなあ』やはり、距離を置かれた。」ということ考えた上で、Bさんは、家にいるしかないという結論を下し、家でひきこもってきた。「ひきこもりが好きなわけじゃないけど、全部選択肢を消去し、これだめあれだめ、あっちもだめだ。最後、残っているのは家にいる」。

2013年初秋、「SANGO の会」があるという話を母親から聞いた。「母親が色々調べて、『当事者の集りに行ってみたら』と勧められた。体調が崩れた後、3年経って自分にも焦りになった。『とりあえず行ってみるかなあ』と考えながら、行ってみた」。

2013年9月末、「SANGO の会」の初心者例会に参加した。初心者例会で、通常例会にしか来ない人もいと聞いた。多くの人と交流する気持ちが強かったのも、次の通常例会に参加を決めた。

「SANGO の会」に参加することを振りかえる時、Bさんは次のことを語った。「当事者同士だから、相手が困ることを話さなくてもいい。世間話で、まったく見ず知らずの人が集まって私語で会話する時、最初『お仕事は何ですか』と聞くことがない。家族以外と話す機会がほしいと思うけど、職業について質問される時がこわいという意識があるから、できない。当事者同士だから、そこが分かっているから会う時、わざわざ分かるところから話さなくてもいい。例えば、ほかの質問、趣味

とかというところから始まった。現在の例会のような雰囲気でしたら、ほかの人と話す機会がだんだん増えてきた」。

また「会報の表紙を作ってみないか」という話を理事長からいただいて、一回作った。開会の時、皆に配って、次行った時「Bさん、会報の表紙を知りました。」という話がどんどん増えて、別の広がりができた。

このような参加を通してひきこもる行為の意味づけの変化が起こっていく。Bさんは「SANGOの会」に参加する以前は、ひきこもる行為について「自分自身好き好んでひきこもっているのではない。消去法でそうなった。自分自身負い目を感じる。例えば、行く場所、行く目的がない。他人の目が気になる。結果は、家にいて、時間だけは沢山あって、もて余す。ゲーム・テレビ・インターネット等をやり、金銭的負担が少なくて時間を潰せる娯楽は色々ある。時間を潰すのが目的であって、そこから何か次につなげようとする考えはほとんどないのではないか。世間一般の人からしたら『空白の時間』の様に見える。」と考えていた。しかし、上記に示したような「SANGOの会」での交流を経てその理解が変化していった。

ひきこもる期間においても、将来につなげられるような会話の内容を豊かにすることは重要なのではないか。このような考え方をもち、Bさんは現在「SANGOの会」の参加者を中心にひきこもり当事者が主役になる芸術展に取り組んでいる。作品を通じて自分自身を表現し、将来につながる会話の話題を作る。「ひきこもり当事者は聞かれない話題が多く、『会話』に抵抗感や苦手意識がある。そこで、まず作品を作る。作品を見せることで、相手からの質問を限定できるのではないか。例えば、『材料は何を使ったのか』『作品のテーマは』『工夫した点は』ということ聞かれる。自分で実際に行ってきたことについての質問であり、負い目を感じるようなものでもないの、ある程度は自信を持って答えられるのではないか。また、話さずとも作品から相手へ伝わる作者の人柄があるのではないか」。今回の芸術展の担当者として、Bさんは計画をする工夫を語った。「まだ始まったばかりなので、作品展当日までに完成させられるのか時々心配になる。参加者がひきこもり当事者の中にいるか。どれだけの人が興味関心をもってもらえるのか。限られた予算の中で作品を充実させるにはどうしたらよいのか。参加者がもっと欲しいのは切実だ」。色々な苦勞があっても、Bさんがこの過程における楽しさを発見できると推測できるのではないか。

「SANGOの会」に参加する以前は、ひきこもる行為によって、この世間一般の人から見る「空白の時間」がもたらされているとBさんも感じていた。しかし、将来につなげようと考えようになり、ひきこもる行為に関する理解も変化していった。つまり、ひきこもる行為を行う、あるいはひきこもる期間にいるにもかかわらず、将来の人生につなげる会話の話題を豊かに作れる。このような視点を持ち、積極的にひきこもり期間を利用し、自分自身を表現できるような話題を作り、社会に出る糸口を掴む。こうして、ひきこもる行為を新たに意味づけたのではないか。また、意味づけを獲得したプロセスにおいて、Bさんと「SANGOの会」との関係も変わり、十全の参加者に接近し

ていく。また、アクティブに言われる B さんは、多様なところに通った経験を「SANGO の会」の参加者に伝え、例えば、如何に簡単なトレーニングを通して、ひきこもり期間で体力を保つかということを教える。このようにして、「SANGO の会」における十全的参加者になる。現在積極的に自分と社会との接点を作っているから、この過程において、より多くの多様な情報を提供することが期待できるのではないか。

遠回りはしているけど、普通なら知り合えなかった人に会えた。悲観的にみて、暗い顔をしていると、人が集まらなくなるよね。とりあえず、明るい顔で。次の自分に対して、一番大切になることは、「長く続けていける方法は、わきで勝負したほうが、勝ち目があるのでは」。ガチンコ勝負はカッコイイけど割にあわない。

B さんインタビューより一部抜粋

### (3) ひきこもりと就職の二重の経験をした C さん

| 年月      | 出来事                       | 詳細                                                                                 | 年齢 |
|---------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| H15     | ひきこもり生活                   | 大学卒業後、就職氷河期で雇用されなかった。周りの人の視線が気になり、ひきこもり生活を始めた。                                     | 23 |
| H17     | コールセンターで就職する              | ひきこもっているうちに、親が高齢になっていく。普通のひきこもる人より、就職する気持ちが強くなった。危機感から立ち上がる。                       | 25 |
| H25. 3  | 退社した                      | 仕事した 8 年間、途中で部属の移動もあり、転勤もあった。最後の職場での人間関係が最悪だった。上司と先輩に無視されたり、いじめられたりした。             | 33 |
| H25～H26 | 講演会に参加する                  | 臨床心理系の講演会に数回参加する。                                                                  |    |
| H26. 7  | 「SANGO の会」の初心者例会へ通い始める    | テレビの番組で「SANGO の会」を知り、参加した。初心者例会で、自分の生い立ちを話し聞かせた。                                   | 34 |
| H26. 7  | 「SANGO の会」以外の場所へ通い始める     | 健康食品の講演会に行った。「SANGO の会」のメンバーが参考になりそうな講演会の内容をピックアップして話した。                           |    |
| H26. 8  | 「SANGO の会」の通常例会へ通い始める     | 同じ経験がある人と話せることがうれしい。自分がコールセンターの世界しか知らなかったから、参加者の話から他の職業を知った。コミュニケーションがあればこそ、心安らげる。 |    |
| H26. 9  | レター・ポスト・フレンドに関係する講演会に参加する | グループワークで自分の経験談を話し合った。                                                              |    |

C さんは北海道の出身、四年制の大学を卒業し、就職活動が始まった。しかし、2003 年の就職氷河期において、結局採用されなかった。不採用の通知がたまるうちに、自分が社会に必要とされないと思った。これに伴い、人と接することがうまくできなくなった。「周りの採用された人の視線が気になる」ということを語った。

2003 年から 2005 年まで、約 2 年間のひきこもる生活を送った。ひきこもりになる C さんは、2005

年から就業を始めた。このいきなりの立ち上がりについて、Cさんは次のように話してくれた。「自分がひきこもっているうちに、親が高齢化になっていく。この時点で、普通のひきこもる人より、就職する気持ちが強くなかった。自分が危機感から立ち上がるとは言える」。就職する気持ちが出てきたCさんは、求人雑誌を見てから、コールセンターの仕事を見つけた。契約社員として雇用された。仕事した7年間、途中で部署の移動があり、転勤もあった。「最後の職場での人間関係が最悪だ」ということをCさんは話した。一人の上司と四人の先輩から無視されたし、いじめられた。「まったく5対1だ」という状態に陥った。他の同僚との関係がうまくできるにもかかわらず、派遣社員だからいついなくなるかもしれない。このような職場によって、Cさんは疲れた。2013年3月に退社した。

2年間のひきこもる生活を送る時、よく図書館に通った。Cさんは雑学を得て、特に心の問題に対して興味を持っている。2013年3月から2014年10月にかけて、臨床心理系の講演会に行った。2014年7月、北海道クローズアップのテレビ番組によって、「SANGOの会」を知った。7月の初心者例会に行った。例会の中で、自分の生い立ちを話して聞かせた。8月から、通常例会に参加している。

「SANGOの会」に参加することを振りかえると、4回しか参加しなかったにもかかわらず、Cさんは「SANGOの会」で勉強し、参考になったことがあると思った。『SANGOの会』は、無理しない程度に出席する形でいいと思い、同じ経験がある人と話せることがうれしい。自分がコールセンターの世界しか知らないから、他の職業を知りたい。参加者の話を聞き、例えば、Dさんがパソコンを教えることがあるし、サーバーの管理の仕事もやった。Mさんが冷凍工場のバイトをやっている。どんな仕事を体験したか。色々に参考になった」。参考になるという結果だけではなく、Cさんは、参考になる過程、つまり他の人とのコミュニケーションも大事であると思った。原因として、以下のように語ってくれた。「人間はコミュニケーションがなければ、心がさびしくなる。社会との接点もなくなる。コミュニケーションがあればこそ、心が安らげる。今無職になった後、ひきこもる状態に戻るのが怖いから、人と接することが大切だ」。

「無職になった後、ひきこもる状態に戻るのが怖い」という話から、Cさんが、現時点の自分が無職であるが、大学卒業した後の無職で、ひきこもった状態とは違う考え方であることが分かった。なぜ、Cさんにこのような考え方があるのか。Cさんのひきこもる行為に関する理解の変化のプロセスから、答えが得られるのではないか。以前、Cさんは、「社会に所属しない人、ただ生活しているだけで、社会に自分の労働を売らない人、お金を稼ぐ社会活動がない人、これらの人たちはひきもりだ」という考え方があった。しかしながら、現在ひきこもりを理解する時、Cさんは社会との接点という視点を入れる。「今の状態がひきこもりじゃない。ひきこもりの2年間の状態が違う。いま、『SANGOの会』に行ったり、レター・ポスト・フレンドに関する講演会におけるグループワークで自分の経験談を発表したり、社会との接点がいっぱいある」。

「SANGOの会」に通ってから、ひきこもる行為に関する理解が広がっていくことだけではなく、Cさんは自分の将来についての構想が出てきた。「現在ひきこもる状態になる人がいるから、この人を

サポートする活動をして行きたいという気持ちが出た。また、参加を通して、職場でも、将来上司になったら、下の人をサポートできるし、後輩を教育する時、コミュニケーション手段を身につける。

Cさんの事例から、ひきこもり期間は絶対無駄なものではなかったということが分かった。Cさんにとって、様々なノウハウを蓄積した期間であった。この側面で捉えれば、「SANGOの会」に持ち込む経験は、普通のひきこもりの経験より、現在ひきこもる状態に陥っている人に対して、積極的な選択肢を提示したのではないか。また、Cさんはひきこもる行為を理解する時、単に職業があるかどうかという視点で捉えず、社会との接点ということを大切にした。このような変化は、Cさんが参加するうちに起きた。社会との接点を重視するCさんは、これから幅広い参加を伴い、ひきこもる行為に関する理解も広がっていくと推測できる。なぜならば、Cさんが言った「SANGOの会」と他のところに参加することとの違いが大いにあるという理由から分かるからである。『SANGOの会』と他の講演会との違いは大いにある。『SANGOの会』のメンバーは、ひきこもり当事者・経験者である。社会人として普通に働き生活している人の視点と社会に深く浸っていない「SANGOの会」のメンバーとの視点は、やはり大いに違うからである。

Cさんは、2年間のひきこもり者と8年間の社会人の二重経験を持っていたので、ある程度両者の立場が分かると言える。現在Cさんは、自分なりの二重経験を活かし、多様な人によるひきこもる行為に関する理解を求めている。「両者の世界に入らなければ、それぞれが分からないし、両者の世界には隔たりもある。したがって、それぞれの視点から見る世界観の違いと、理解を得るためにも、私は講演会にはジャンルを問わず、積極的に参加している。なるべく、余計な偏見や先入観を入れずに、講演会には出席する」。

また、Cさんは他の講演会に参加した話を「SANGOの会」で話し合った。「ある健康食品を製造している会社の社長の講演会に出席した。その際、食事は一人で食べるよりも、2人以上で食べたほうが、消化酵素の出具合が数倍違う、という興味深い話を聞いた。そのような情報は、『SANGOの会』のメンバーにとっても、意味のある話だと思う。したがって、『SANGOの会』のメンバーに参考になりそうな内容をピックアップして話す事はいいいことだと思って、話している」。このように、「SANGOの会」における学習のため、新たな学習素材を提供した。他のメンバーはそれを参考にしながら、新たな他の実践共同体との接点を発見する可能性も高い。

ここまで、Cさんは「SANGOの会」における学習過程、つまりひきこもる行為に関する理解の変化と意味づけの獲得を明らかにした。まず、Cさんは現時点で自分のライフ・ヒストリーを振りかえると、ひきこもった期間と就職を連続して考え、ひきこもった期間を学習の蓄積として理解した。また、ひきこもる行為を定義すると、社会に所属することであるかどうか、就職することであるかどうかという状態を考えるのではなく、社会との接点を保つこと及び作ることを大切にする。これはひきこもる行為に関する理解における変化と捉えられる。二つ目は、Cさんは多様な人にひきこもる行為に対する理解を求めながら、ひきこもる状態になる人をサポートするつもりだ。これを実

現するため、自分のひきこもり経験を活かし、ひきこもる人と社会人の世界に入り、各自の視点を読み取るうちに、広がっていくひきこもる行為に関する理解と参考になる情報を他の参加者に伝える。これは、ひきこもる行為を利用し、新たな意味づけを獲得する過程である。また、この意味づけるプロセスにおいて、Cさんは「SANGOの会」の十全的参加者に接近していくのではないかと。

私の経験談を話すだけであって、強制力など何かを含めようと思いません。私の経験した内容に対して、私を責めなくなる人もいるでしょうし、私に同情してくれる人もいるでしょうが、じゃあ何を伝えたいの？と言えば、最終的には何かを感じてもらいたい、と言うのが、最終的な答えになると思います。理論や理屈で相手を捻じ伏せても、ひきこもりは、心の問題です。理論武装に偏ってしまうと、相手の心には言葉が届きません。故に、話したい・伝えたい、ではなく、何かを感じてもらいたい、ただそれだけです。

Cさんインタビューより一部抜粋

#### (4) ひきこもり経験者と支援者としてのDさん

Dさんは、学生時代の不登校を経験した。漠然とした不安を抱え、先に進めなかった。大学を卒業した後、正職として就職しなかった。長期バイトをしたことがあり、数年間、賃金を得る形での仕事をしなかった。完全なひきこもり者ではなく、ひきこもりがちな生活を長年した。Dさんの話で、グレー・ゾーンに位置するひきこもりである。最初、利用者としてNPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークに関わった。次第に団体の活動にボランティアとして参加した。ひきこもりで悩んでいる人たちからの手紙やメールなどの相談に対応した。現在NPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの理事として、「SANGOの会」に関わっている。「SANGOの会」の司会として、参加している。

Dさんは、個別訪問の仕事と比べ、司会の仕事が苦手である。特に、理事長が例会に参加できなかった時、一人で参加者たちの話をフォローすることが大変である。しかし、やり続けているうちに、自分自身も変化していく。まず、人に対する感じ方も変わっている。「私のやっている事について、肯定的に喜んでくれる当事者の生の姿をみたことがなかったため、その時の喜んでくれている姿をみて、私自身、相当な手ごたえを感じた」。

少しずつ安心を感じながら、ひきこもる行為に対して、実践参加者としての理解の視点が出た。Dさんは、「ひきこもりは、個人的な要因（性格、気質）と社会的要因（同調圧力・就職難など）が合わさり、出現してくるように感じる。何歳になってもやり直しができる社会的なシステム、その人に寄りそった支援で、就職することだけに特化されない。多様なメニューを用意し、その人に何が必要なのか考えられる支援者が必要。ひきこもりは自分自身の問題であることは間違いないが、親も高齢化するに従って、自分だけの問題ではなく、家族全体の問題に変化する」と述べている。

同じひきこもり経験を持っていたから、例会に参加するほかの当事者の話を聞いて、嫌な気持ちにならないような雰囲気を作るようにしてきたつもりだ。また、例会におけるコミュニケーションのや

り方を模索している。例えば、山登りや博物館見学のような部屋の中で固まらないコミュニケーションを探す。ここで、悩んでいる人は自分だけではないということが分かり、安心感が得られた上で、抱えていた自分だけの悩みから解放されるという実践が、Dさんが現在、取り組んでいる仕事である。

このように、Dさんのグレー・ゾーンのひきこもりから立ち上がってから、現在、NPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの理事として支援活動に取り組んでいるプロセスが分かった。最初の利用者から、ボランティア、支援者に至る立場の転換は、「SANGOの会」との関わりが深くなっていくことを表している。言い換えれば、Dさんは、周縁的参加から十全的参加になったとは言えるのではないか。更に言及したいことがある。Dさんのひきこもる行為に関する理解を変化させるきっかけは何であろうか。Dさんが元から個別訪問支援より、司会の役目に対する苦手な意識を持っても支援活動に取り組み続けられるモチベーションは何であろうか。この理由は、他のひきこもり当事者との関わりを紡ぐうちに、他者からの肯定感を獲得した上で、自己の価値が見つかったためと思われる。

最初は重荷でもあり、霧の中を歩くような思いで行っていた相談でしたが、最終的にはのべ件数で百数十件を担当しました。今振り返っても相当な数をこなしてきたと思います。私はNPO活動を通じて様々な当事者の人たちと出会いました。その人達との交流をする中で、私自身が触発を受け感動を覚えるそういった感受性を持ち得ている間は、生きて行けると信じています。

Dさんインタビューより抜粋

#### (5) 小括

以上3人のひきこもり経験者と1人のスタッフの事例を通して、「SANGOの会」への参加に伴い、ひきこもる行為に関する理解の変化と意味づけ及びひきこもり経験を活かして十全的参加に向かう過程を明らかにした。これに基づき、この章全体のまとめを行う。

まず、3人のひきこもり経験者の参加過程における重要なところを改めて確認することが必要である。「SANGOの会」に参加し、他の参加者と話し合ううちに、過去の自己に出会った。他者の話から過去の自己が見え、自己のひきこもる行為を振り返ってきた。自分が整理してきたひきこもり経験談を「SANGOの会」で参加者と分かち合う。この過程において、ひきこもる行為に関する理解に対して、自分なりの理解変化を起こした。新たな変化を生み出したことに伴い、ひきこもる行為の意味づけた。内面における変化に引き続き、アクションの場面に転換した。つまり、自分なりのひきこもり経験を利用する実践を行ってきた。この過程をひきこもる行為に関する再解釈の過程として捉えると、再解釈に至るためには、ひきこもり経験からの学習が必要である。しかし、ひきこもり経験におけるマナーによって、学習の単一質をもたらしたという状況を考えれば、如何に学習の素材を豊かにし、より多くの参考になる情報が増えるかが問題となる。参加者は「SANGOの会」以外の外部コミュニティに通い、体験したことを「SANGOの会」に持ち込み、「SANGOの会」におけ

るひきこもり経験以外の学習を行う素材を提供した。この場面は、3人の事例の中で見える。Aさんによる職場の話、Bさんによるクリニックの話、Cさんによる講演会の話は、「SANGOの会」の学習場面が多様になってきたことだけでなく、より多くの情報を伝えた。このことから分かることは、「SANGOの会」の場合は、参加に伴う学習は、ひきこもり当事者をひきこもる行為に関する再解釈に導く過程である。この過程におけるひきこもり経験以外の経験、すなわち外部実践共同体で経験したことを「SANGOの会」で活かすことも不可欠である。

また、Dさんはスタッフとしてのひきこもる行為に関する理解について、支援実践に参加しているうちに、参加者の視点で、様々なひきこもり本人と家族の話を聞き取り、当会の支援実践の困難さを考えることにより、理解の変化を起こしたと言える。しかし、これより更なる意義があるのは、Dさんの立場の転換を通してあらわしたことである。すなわち、当法人の利用者から支援者になる過程においては、Dさんが自分で努力しているという原因があり、支援活動に取り組み続けられるモチベーションは他者からの肯定と支持と切り離せないと思われる。従来の支援実践で散見される強さを持つ支援者が一方的に弱さを持つ利用者を指導することと比較し、「SANGOの会」における支援実践は、利用者と支援者が互いに支えるという特徴を持つことが明らかになったのではないかな。

ここまで、2章では、「SANGOの会」全体としての実践における参加の状況を検討してきたが、次章では、「SANGOの会」における学習の場面をより詳細に検討することによって、周辺の参加から十全的参加へ向かうプロセスをより詳細に検討していく。

### 3章「SANGOの会」における学習機能

「SANGOの会」に参加する過程を学習過程として理解すると、参加者のひきこもる行為に関する再解釈を起こす過程は学習を行うことである。レイヴとウェンガーによる正統的周辺参加論は、参加者が実践共同体の中で正統的周辺参加から十全的参加に向けて進むプロセスを説明したが、「SANGOの会」では、周辺の参加から十全的参加に移動する過程において、新参者は、支援者と古参者による「SANGOの会」の通常例会のルールに関する詳しい説明をされていない。新参者は想像していた「SANGOの会」のイメージと実際の参加を通して実感されたイメージを統合し、「SANGOの会」に関する全体像を獲得し、自分なりの実践共同体に関わるやり方を構築していく。参加に伴い、ひきこもる行為の理解を変化させ、意味づけた。「ひきこもり経験を活かす」という共有されたものを形成した。ここまでは、レイヴとウェンガーが正統的周辺参加論で述べた正統的周辺参加から十全的参加に至る過程と同様である。しかし、それと「SANGOの会」において十全的参加になる過程との間には距離がある。なぜならば、「SANGOの会」の場合は、「SANGOの会」以外のコミュニティに通い、経験されたものを再び「SANGOの会」に持ち込み、情報を注ぐという場面がなければ、十全的参加者

にならないからである。

「SANGO の会」でひきこもる行為に関する再解釈を完成できた後、個人なりの行動を起こし、外部コミュニティに参加し、次「SANGO の会」に行く時、最近の自己の出来事を語ることにより、勉強したことや情報を「SANGO の会」のメンバーと分かち合い、個人は十全的参加者として完成すると同時に、他の参加者が十全的参加者になるために、参考になる手本を提供するのではないか。以上のように、「SANGO の会」の事例において、個人の十全的参加を形成するには、単に「SANGO の会」での安定感を感じ、ひきこもる行為に関する理解と意味づけが完成されるだけではなく、外部コミュニティに出て、新しく経験されたものを「SANGO の会」に入れることも求められるのである。次は、「SANGO の会」における学習場面を紹介していく。

#### (1) 学習場面1：テーマによる学習

7名の参加者があった2月26日のSANGOの会では、ひきこもり経験者ならではの生活の智慧や、日頃心がけていることについて話しあった。例会には、遠方から参加する人もあり、交通費の節約に心がけている人の意見が目立った。「JRよりも高速バスの方が安く、回数券を使用すれば一回当たりの単価が安く済む」といった実利的な意見や、「自宅から会場までの距離約3キロ程度なら歩く」といった体力に自信のある方もいた。「夏は自転車で動けばいい」といった言葉にもあらわれているが、自転車で動きまわる当事者が多い。かつて20キロの道のりを自転車に乗って移動する当事者の話を聞いたことがある。移動にかかわる経費をどのようにするかで、他の部分にお金を使用できるため、生活面において重要な位置を占めている。切実な問題でもある。「ひきこもり資産」を蓄積していけば、ひきこもりの経験知を整理し、それを人に伝えることができると言った〇〇さんの提言がある。自分自身の思いや悩みを語り、他人にその経験が影響を及ぼすことで、他者の「厚生」水準を改善する可能性も否定できない。ひきこもり自体を「無駄」ではなく「資産」と読み替えるなら、それもひきこもり経験学の中核をなすといえるだろう。(観察記録より、以下同様)

ひきこもる生活における「無駄」な経験を「資産」と読み替えることは、ひきこもる行為に関する再解釈なのではないか。つまり、自己の「ひきこもり資産」が他人にとっての価値を持つ側面に着目した。ひきこもり生活における節約のこつからひきこもり経験を資産として捉える視点を形成することまで、この変化を起こしたのは、参加者たちの話し合いによる学習場面で生み出されたと言える。

#### (2) 学習場面2：フリートークにおける自由な発話

Bさんは、最近野球観戦について、参加者と話し合った。「身体障がい者」「精神障がい者保健福祉手帳」「療育手帳」どれかを持っている人は、本人と同伴者一人(この人は手帳を持っていなく大丈夫)の計二枚、当日券を半額で購入するサービスを利用できる。ファイターズのチケット購入ではこんなルールもあるということを参加者に教えた。手元の「手帳」を如何に利用できるかという

関心を持つ Bさんは、自分で調べて、「みんな『手帳』『手帳』と呼んでますが、何かしらの手帳を持っていて、それを使うと、料金が割引、無料になるサービスがあるお店は色々あるそうです。料金説明のページを調べてみると、色々出てきますよ。例えば、公共施設が多い気がする、円山動物園とか青少年科学館」というような答えを得た後、「SANGOの会」の参加者たちに共有した。より多くの外出できる情報を提供した。例会に通って始めた Aさんは、ひきこもっている期間で如何に体力を保つかということに対して、関心を持っている。クリニックに通う Bさんにトレーニングの方法を聞いた。Bさんは、熱心に最近習った簡単な方法を説明しただけではなく、動作も教えた。Aさんをはじめ全員がこのトレーニングの動作を模倣してきた。また「よく歩く」ということを話した。「交通費も節約できますし、キップを買ったり、待つ時間を考えたら、歩いた方が早いことも多々あります。歩き慣れてるので普通の人よりは速く、1キロを10分で計算してます。疲れない歩き方のコツとか沢山あります」。それに、「規則正しい睡眠」というポイントを出した。「夜中の1時までには、寝て、朝は7時に起きる。毎日繰り返してるとリズムも整いますし、寝不足だと仕事はかどらない気がします。飲み過ぎ食べ過ぎを控える。次の日が辛いです」。

ここに、「SANGOの会」の学習場面においては多様性が読み取れるのではないか。フリートークの時間において、「SANGOの会」の学習プログラムに沿うのではなく、参加者の発話の主体性が強くなってきたことが見える。これに伴い、ひきこもり経験以外の学習素材が絶えず「SANGOの会」に入った。

上述した「テーマによる学習」は、理事長とスタッフが色々に考慮して設定し、参加者のために気軽な話題を提供した。気軽に話し合ううちに、ひきこもる行為に関する理解が変化するように導いている。一方、「フリートークにおける自由な発話」は、参加者たちの自由な話が増え、聞き手が自分にとっての役に立つ情報を積極的にとらえ、話し手が他者の参考できる情報を提供することによって自己存在感を感じられる。両方とも例会で自己にとっての意義を読み取れ、参加度が高まることが推測できるようになった。

### (3) 学習場面3：ひきこもり経験者からの新たなメッセージを達成する機会づくり

NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークは、さまざまな活動を通して、ひきこもり者がもつユニークな精神と感性のありよう、そしてその思考と着眼点に注目してきた。つまり、ひきこもり者のもつ社会を創出する芸術的なセンスをのばすということは活動の一つ主旨である。ひきこもり者のもつ芸術的なセンスが何を通して表現できるか、如何に例会と世間の間に橋を掛けるか。これに対して、二つの公演のステージを提供した。一つは、当 NPO が発行する書類の表紙製作を通して、ひきこもり当事者のセンスを世間の人に見てもらおう。もう一つは、2015 年 5 月、「全労済社会貢献助成金事業・北海道ひきこもり芸術展 in 札幌」、現在準備中の北海道ひきこもり芸術展である。

#### (4) 小括

具体的な「SANGO の会」のカリキュラムは、テーマによる学習とフリートークによる学習とひきこもり者の自己表現を実現する学習で構成されている。次は、この三つの学習場面を分け、それぞれの学習場面において周辺の参加から十全的参加に向かう過程を説明しておきたい。

そのテーマによる学習は、新参加者と古参加者誰でも話せる気軽な話題をめぐり、参加者と分かち合うことにより、各々の経験が相互に参考になる。特に、新参加者は古参加者の話から、自己のひきこもる生活を再現し、自己の経験談を発表するようになった。この過程において、テーマによる学習における十全的参加に向かっていく。

フリートークにおける学習を考察すると、「SANGO の会」の参加者が外部コミュニティに参加し、経験されたものを例会で他の参加者と話し合う場面を把握する必要がある。なぜならば、参加者は、「SANGO の会」の参加範囲を超えることにより、自分の参加と社会との接点が広がっていくだけでなく、ひきこもり経験以外の経験を「SANGO の会」に持ち込み、学習の素材を豊かにした。同時に、十全的参加に向かっていく。つまり、フリートークの学習場面で、より多くの話題を提供することにより、十全的参加者になる。

このような「SANGO の会」以外のコミュニティとの関わりを持つことが求められる場面は、ひきこもり経験者の自己表現の学習にも存在している。上述の通り、ひきこもり経験を表現する学習は、自己表現を達成するための機会とステージを提供した。同時に、学習に伴い、起きた結果としては、如何に作品を作るか。如何にどこから表現するか。単なる作品を完成することではなく、この過程において、他者とのコミュニケーション能力と他者の視点を求める勇気を身につけることが何よりも大切なのではないか。そして、「SANGO の会」以外の人たちとの交流が増えることに伴い、ひきこもり経験者は、多様な経験を通して、少しずつ社会とのつながりを紡ぐ能力を蓄積していくということが推測できる。この参加者たちは、再び「SANGO の会」に行く時、他のメンバーのために、様々な参考になる情報を提供し、十全的参加に向かっていく。

また、「正統的周辺参加の概念における、この学ぶとはどういうことかについてのより長期的な幅広い捉え方は、人間の経験における学習の豊かな意味合いをより一層包括するものである」<sup>7</sup>ということ、人間の経験による学習の意義を強調した。この意味において、ひきこもる経験から当事者が自分で自分を教育する、あるいは学習が成立する可能性を与えられる。また、参加者の自ら外部コミュニティに通いながら、自己の体験により、獲得した経験が豊かになっていく。体験された経験を他の参加者と分かち合うことを通じて、体験しなかった人に同じ経験あるいは情報が共有される。「SANGO の会」における学習カリキュラムは、ひきこもり経験と外部コミュニティで獲得された経験を編み、「SANGO の会」にあるユニークな経験になる場面を提供しているのではないか。

<sup>7</sup> ジーン・レイブ、エティエンヌ・ウェンガー『状況に埋め込まれた学習－正統的周辺参加』産業図書、1995、第5章 p 108

これは、周辺の参加から十全的参加に向かう上で、重要な示唆を与える。すなわち、多様な実践共同体で獲得された経験を活かすことを重視することである。

## 終 章

ここまで NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークにおける「SANGO の会」の実践事例を説明した。従来のひきこもり支援と違うところを明らかにしたと言えるのではない。

まず、「SANGO の会」では、従来の支援おいてみられた社会側に求められる価値を実現するという目的性を持ってないということを明確したのは何よりも大切である。それでは、如何に「SANGO の会」の特徴を捉えるか。ここでは、社会に入ることに對する緊張感と臆病を表現することを許し、少しずつ安心感と肯定感を蓄積しつつある。自分のひきこもる行為に對して、周辺から中核に至る理解を変化し、自分なりの意味づけを獲得する場面を設置している。また、「SANGO の会」は、ひきこもった過去の自己あるいはひきこもっている自己から社会へのメッセージを送るステージがある空間を提供している。この側面の意義を考察すると、従来の居場所支援論を超えたのではない。すなわち、安心して参加できる居場所機能を拡張している。ひきこもり者からの発信により、社会側におけるひきこもり現象に對する新たな理解を起こすことも求められている。ひきこもり者が自分なりのやり方で、社会とのつながりを紡いでいく。

一方、排除型社会から、より多くの人が参加しやすい社会へと転換する力が集まっている。「SANGO の会」では、参加者たちに對して、どのような支援実践を行っていたか。これは本論で注目される場面である。

この場面を把握するため、参加者のひきこもる行為に關する再解釈の過程をまとめておきたい。ひきこもる行為に關する理解の変化と意味づけ及びひきこもり経験を活かす自己表現という三つの場面を連続して捉えるならば、ひきこもる行為に關する再解釈の過程が構成できる。この再解釈のためには、どのような条件が必要であろうか。「SANGO の会」の例会におけるテーマとフリートークの学習、及びひきこもり者の自己表現の学習は、「SANGO の会」のカリキュラムを構成していた。学習者は各学習場面において、周辺の参加から十全的参加に向かっていくと捉えられる。特に、フリートークと自己表現の学習場面では、ひきこもり経験以外の多様な経験によって、ひきこもり経験からの学習を絶えず拡張していく。参加者は、「SANGO の会」以外の実践共同体に参加し、経験されたものを「SANGO の会」に持ち込み、再びこの経験を再現することによって、十全的参加者になること、自己表現を通じて、社会側へメッセージを送り、「SANGO の会」以外の人との交流を求めることに、「SANGO の会」の支援実践の意義が示されている。ひきこもり経験とひきこもり経験以外の豊かな経験によって構成された「SANGO の会」の学習素材は、周辺の参加から十全的参加に向かう道の中で、不可欠な

要素である。豊かな経験を獲得するため、「SANGO の会」以外のコミュニティに通うことが必要である。これは、正統的周辺参加論における十全的参加と違う点を持っているのではないか。更に言及したいことは、「SANGO の会」の十全的参加者になることは、最終の目的ではない。ひきこもる行為の再解釈の学習を通して、次の人生に向かうことが、何よりも大切なのではないか。ひきこもる行為に関する再解釈の過程において、常にひきこもった過去の自己に出会うことにより、つらく思い出すことがある。行き先が見えない時がある。この意味で、再解釈に向きあう道は平らな道ではない。参加者たちは、支え合ううちに再解釈の過程を完成するのに向きあう自信を獲得したことが、「SANGO の会」の意義なのではないか。

「レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの活動を通じて、会報作りに文章を寄稿する方や、イラストや写真を提供してくれる方、講演会で当事者の経験談を語る人がこの数年で格段に増えてきました。最初は、田中敦理事長が一人でコンダクターとして指揮棒を振り、そこに様々な個性をもつ演奏家が一人ずつ参加して、一つの楽団ができるようなイメージでみると、まさに響き合うことで奏でられる音楽に込められた想いの中に弱さと弱さが繋がることで完成される強さをみる思いです」<sup>8</sup>ということに、今までのNPO レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの活動の役割がまとめられていると思われた。

しかしながら、「SANGO の会」の支援実践に様々な課題があることは事実である。例えば、如何にひきこもる行為を理解するための機会を作るか。如何により多くのひきこもり者を集めて活動を行うか。この課題を解決するための探究によって、更に新たなひきこもる行為の意味の再解釈を明らかにできるのではないか。さらに、NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークでは、ひきこもり経験者自身がひきこもりの研究をしており、書籍などにその成果をまとめている。この現在ひきこもり経験者の「ひきこもり」に関する研究の結果は、ひきこもる行為に対する否定的なイメージを持つ世間において、どのような役割を果たすか。この結果に対して、期待を持ちつつ研究をしなければならないと思われる。

**謝辞：**本研究をまとめるにあたり、特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワークの皆様には大変なご協力を頂きました。また、公表に際し、個人経験に関わる記述部分の公表についてもご理解頂き、同意して下さいました。心よりお礼申し上げます。

---

<sup>8</sup> 『特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク会報ひきこもり、No. 87』2014、p5