

## 準ひきこもりに関する基礎的研究

### The Basic Study about Semi-Hikikomori Behavior

樋口 康彦  
HIGUCHI Yasuhiko

#### 目的

準ひきこもりとは樋口(2006a, 2006b, 2006c)によって提唱されたひきこもりに関する新しい概念であり, 下のように定義されている。

「一部の大学生が取る非社会的行動(社会性・社交性に問題があるために集団または社会の中で適切な人間関係が築けないこと)の一種である。大学にはまじめに登校し, 学業成績にも問題はない。また目立った問題行動はない。しかし, 家族を除く他者との交流がほとんどなく, 従って対人的な社会経験が不足している状態のこ。就職活動や社会人生活に向けて必要なことがまだ身についておらず, 就職活動期もしくは卒業後に社会不適応を起こす状態のこと。だが本人や周囲の者は問題の存在にさほど気づいていない」

要するに, 完全に自宅もしくは自室に閉じこもっているわけではないが, 基本的に家族を除く誰とも心の交流がなく, 言わば外出をするひきこもりのことを指してこう呼んでいる。

この準ひきこもりに関してであるが一般的な概念としてはかなり広まっており, グーグルによるインターネットでは2007年12月27日現在約5万3千件のヒットが見られる。

しかしこの理論に関しては印象論に過ぎず科学的な検証がなされていないとの批判がある。そこで本論においては準ひきこもり行動に関する基礎的なこととして以下の3点に注目し, 検討して行きたい。

1. 実際にまず準ひきこもりの定義に当てはまるような生活をしている者がどの程度いるのか。
2. アルバイトやクラブ活動の経験率はどの程度であるのか。
3. 準ひきこもりの傾向を持つことは他の変数とどのような関係を持つのか。

#### 方法

**調査時期** 2006年1月。

**被験者および調査方法** 大学生, 計117人(うち男子68人, 女子49人, 平均年齢=20.54歳, SD=1.86)を被験者に用いた(詳細についてはTable 1参照)。調査方法としては, 授業時間中にアンケート用紙を配布し回答を求めた。一部は留置法を用い, 質問紙を自宅に持ち帰ってもらい, 後日回収した。

Table 1 被験者の内訳

学年	性別		合計
	男子	女子	
1年生	25	9	34
2年生	23	12	35
3年生	19	25	44
4年生	1	3	4
合計	68	49	117

### 質問項目の構成

**1. 準ひきこもり測定項目** 準ひきこもりの顕著な特徴として以下のことが挙げられている(樋口, 2006c)。家の外には出て行くものの誰とも心の交流がない。

友人ネットワークの外にいるため、電話やメールが来ない。

そこでそれらの特徴を測定する項目として以下の7項目を作成した。「私の生活は主に大学と家を往復しているだけである。」「1日を通して、家族以外の誰ともほとんど口をきかないことがある。」「知り合いから電話やメールが来ることはほとんどない。」「私は多くの友人とコミュニケーションをとりながら1日を過ごしている。(逆転項目)」「大学に来て、ほとんど誰とも口をきかないまま帰ることが多い。」「私は、1日に(携帯)電話やメールで多くの友人とコミュニケーションをとる。(逆転項目)」「私は、友人たちと携帯電話やパソコンでメールのやり取りを頻繁に行う。(逆転項目)」

そして、「以下の項目を読んでそれぞれが、あなたにどの程度あてはまるか、例にならぬ該当する番号に丸印をつけて下さい。」という教示の後、計5項目に対し、非常によくあてはまる(5点)、あてはまる(4点)、どちらともいえない(3点)、あてはまらない(2点)、全くあてはまらない(1点)までの5件法で回答を求めた。なお、下の「10」まで、与えた教示は同じである。

それから、以下は全て樋口(2007)と同じ項目である。

**2. 大学に対する適応感** 河村(1999)などを参考にして作成した。「全体的に言って、私は大学生活を楽しんでいる。」「この大学は私にはあまり向いていないと思う。(逆転項目)」「この大学にとけ込めていないと感じる。(逆転項目)」「他の人にくらべて、私は楽しい大学生活を送っていると思う。」「大学での生活に不満はない。」といった計5問を作成した。

**3. 将来に対する不安感** 藤井(1998)などを参考にして、「会社でうまくやっけていけるかどうか不安である。」「就職活動のことを考えると、不安になる。(就職先などが決まっている人は「…不安だった」と読み替える)」「私は社会でうまくやっけて行けると思う。(逆転項目)」「社会人になることに不安は感じない。(逆転項目)」「就職活動のことを考えると、気がめいってしまう。(就職先などが決まっている人は「…めいってしまった」と読み替える)」「できれば社会人になりたくないと思う。」といった計6問を作成した。

**4. 社会に対する適応感(生きがい)** 大野(1984)、内田(1990)などを参考にして、「毎日が孤独でさびしい。(逆転項目)」「充実した毎日を送っている。」「やる気が出ず、ゆううつな気分を毎日過ごしている。(逆転項目)」「生きがいを持って毎日を送っている。」「あじけない毎日を送っている。(逆転項目)」といった計5問を作成した。

**5. 家族関係に対する満足度** 内田(1988)などを参考にして、「家族と一緒にいると本当に楽しい。」「私の家族は、いつも互いに助け合う。」「家族のみんなで何か(旅行、買い物、ゲームなど)をすることがよくある。」「あまり家族と一緒にいたくない。(逆転項目)」「家族との関係はうまく行っている。」といった計5問を作成した。

**6. 大学の授業に対する満足度** 河村(1999)などを参考にして、「大学での勉強を楽しんでいる。」「大学

の授業は私を成長させてくれると思う。」「大学で授業を受けるのは楽しい。」「大学での単位の取得は順調に進んでいる。(1年間で40単位くらい)」「今大学で勉強していることは、将来きっと役に立つと思う。」といった計5問を作成した。

**7. 大学での交友関係に対する満足度** 「大学に行く時は、友人に会うのを楽しみに思う。」「大学で昼食をとる時はたいてい(2回に1回以上)友人(※彼氏や彼女を含む)と一緒に食べる。」「大学の友人とよく(平均1ヶ月に1回以上)一緒に遊びに行く。」「大学には互いを理解し合える友だちがあまりいない。(逆転項目)」「講義はたいてい一人で受ける。(逆転項目)」といった計5問を作成した。

**8. クラブ活動に対する満足度** 樋口(1996)などを参考にして、「私のクラブ(サークル)活動は充実していると思う。」「私はクラブ(サークル)活動を楽しんでいる。」「私の生活にとってクラブ(サークル)活動はなくてはならない。」「私にとってクラブ(サークル)は居心地が良い。」「私が所属しているクラブ(サークル)は、ほのぼのとした温かい雰囲気がある。」といった計5問を作成した。なお、回答したのは現在クラブ活動をしている者のみである。

**9. 大学以外での交友関係に対する満足度** 「大学以外に友人がたくさんいる。」「この大学の人以外に、友人はほとんどいない。(逆転項目)」「大学以外の友人(※彼氏や彼女を含む)とよく遊びに(食事やカラオケなど)に行く。」「悩み事を相談できる友人が大学以外にたくさんいる。」「大学以外の多くの友人と、電話やメールのやり取りをする。」といった計5問を作成した。

**10. アルバイトに対する満足度** 「私のアルバイト先は、全体的に温かい雰囲気がある。」「私はアルバイトを楽しんでいる。」「今のアルバイト先で働けることは、運が良かったと思う。」「できるだけ早く別のアルバイト先に変わりたい。(逆転項目)」「アルバイト先にはたとえアルバイトをやめても友人付き合いをしたいと思う人がいる。」といった計5問を作成した。なお、回答したのは現在アルバイトをしている者のみである。

**11. ソーシャルスキル** 菊池(1988)などを参考にして、「身だしなみをしっかりする。」「正しい礼儀作法で人に接する。」「人との会話をうまく運ぶ。」「人に良い印象を与える。(責任感がある, 誠実といった印象を与える)」「人のしぐさを正しく読み取る。」「人の話をうまく聞く。(話の聴き方)」「相手の本心を見抜く。」「うまく仲間に入れてもらう。」「いやなことをたのまれたら、うまく断わる。」「その場にふさわしい振るまいをする。(場の空気を読む)」「人間関係のトラブルをうまく処理する。(問題処理の仕方)」「自分の感情・行動・表情をコントロールする。」「人と心理的に適切な距離を取る。」といった計13問を作成した。

そして、「あなたは以下にあげる能力についてどの程度自信がありますか。該当する番号に丸印をつけて下さい。」という教示の後、計13項目に対し、非常に自信がある(5点)、自信がある(4点)、どちらともいえない(3点)、自信がない(2点)、全く自信がない(1点)までの5件法で回答を求めた。

## 結果と考察

### 分析1 各尺度の信頼性の検討

尺度の信頼性を確かめるために $\alpha$ 係数を算出した(Table 2 参照)。全て満足すべき値となっている。このことから尺度の信頼性は保たれているとした。

Table 2 各変数の $\alpha$ 係数

	$\alpha$ 係数
準ひきこもり	.81
大学に対する適応感	.82
将来に対する不安感	.80
社会に対する適応感	.84
家族関係に対する満足度	.86
大学の授業に対する満足度	.83
大学での交友関係に対する満足度	.76
クラブ活動に対する満足度	.91
大学以外での交友関係に対する満足度	.83
アルバイトに対する満足度	.82
ソーシャルスキル	.92

それから参考のため各変数の平均値とSDを算出した。(Table 3 参照)

Table 3 各変数の平均値とSD

	平均値 (SD)
準ひきこもり	12.13 (5.76)
大学に対する適応感	12.38 (3.99)
将来に対する不安感	15.53 (4.68)
社会に対する適応感	12.96 (4.26)
家族関係に対する満足度	14.24 (4.53)
大学の授業に対する満足度	14.18 (3.97)
大学での交友関係に対する満足度	13.19 (4.48)
クラブ活動に対する満足度	12.91 (5.57)
大学以外での交友関係に対する満足度	13.86 (4.50)
アルバイトに対する満足度	15.27 (4.36)
ソーシャルスキル	30.71 (8.52)

## 分析 2 準ひきこもり測定項目における回答の分布

準ひきこもりととらえられる学生がどの程度存在するのかという問題について検討することにする。Table 4 に各項目に対する回答者の人数と回答全体に占めるパーセンテージが記載されている。

Table 4 準ひきこもり測定項目に関する回答者の分布

	非常によくあてはまる	あてはまる	どちらとも言えない	あてはまらない	全くあてはまらない
私の生活は主に大学と家を往復しているだけである。	11(9.4)	21(17.9)	26(22.2)	30(25.6)	29(24.8)
1日を通して、家族以外の誰ともほとんど口をきかないことがある。	11(9.4)	16(13.7)	12(10.3)	21(17.9)	57(48.7)
知り合いから電話やメールが来ることはほとんどない。	4(3.4)	20(17.1)	21(17.9)	46(39.3)	26(22.2)
私は多くの友人とコミュニケーションをとりながら1日を過ごしている。(逆)	19(16.2)	33(28.2)	41(35.0)	20(17.1)	4(3.4)
大学に来て、ほとんど誰とも口をきかないまま帰ることが多い。	8(6.8)	10(8.5)	24(20.5)	33(28.2)	42(35.9)
私は、1日に(携帯)電話やメールで多くの友人とコミュニケーションをとる。(逆)	14(12.0)	20(17.1)	31(26.5)	39(33.3)	13(11.1)
私は、友人たちと携帯電話やパソコンでメールのやり取りを頻繁に行う。(逆)	14(12.0)	27(23.1)	44(37.6)	16(13.7)	16(13.7)

註：カッコ内は%を表す。

樋口(2006a, 2006c)は体験的印象として「(大学生全体に占める準ひきこもりの割合は)10人に1人というほど高率ではないが20人に1人と言うほど低率でもない」と述べている。結果はだいたいその見解に沿った数値となっている。

「1日を通して、家族以外の誰ともほとんど口をきかないことがある」という項目に非常に当てはまると答えた者が9.4%いる。このことから、やはり大学生には通っていながら樋口(2006a, 2006b, 2006c)の提唱する準ひきこもりのライフスタイルで毎日を送っている学生が確かに存在していることが見て取れる。

### 分析3 準ひきこもりにおけるアルバイトおよびクラブの経験率

樋口(2006c)は体験的に、準ひきこもり学生はアルバイトやクラブをしていないことが多いと述べていた。さて、実際にはどうであろうか。Table 5には今回被験者として用いた大学生全体における、クラブ活動・アルバイトをしている者としていない者の比率が示されている。またTable 6においては今回被験者として用いた大学生の中で準ひきこもり得点が高かった上位14名の同比率が示されている。

Table 5 大学生全体における結果

	人数(%)
クラブ活動をしている	55(47.0)
クラブ活動をしていない	62(53.0)
アルバイトをしている	81(69.2)
アルバイトをしていない	36(30.8)

Table 6 準ひきこもり学生のみにおける結果

	人数(%)
クラブ活動をしている	8(57.1)
クラブ活動をしていない	6(42.9)
アルバイトをしている	5(35.7)
アルバイトをしていない	9(64.3)

サンプル数が少ないので結論は出せないが、特に準ひきこもり学生がクラブ活動やアルバイトに消極的であるとは言えない。

#### 分析 4 準ひきこもりと他の変数の相関分析

最後に準ひきこもりが他の変数とどのような関係を持っているのかを調べるために、相関分析を行った。結果は Table 7 に示す通りである。

Table 7 準ひきこもり測定項目との相関係数

大学に対する適応感	-.221 *
将来に対する不安感	.496 **
社会に対する適応感	-.518 **
家族関係に対する満足度	-.037
大学の授業に対する満足度	.119
大学での交友関係に対する満足度	-.609 **
クラブ活動に対する満足度	-.441 **
大学以外での交友関係に対する満足度	-.686 **
アルバイトに対する満足度	-.411 **
ソーシャルスキル	-.478 **

註 1 : \* p<.05, \*\* p<.01

註 2 : クラブ活動は n=55, アルバイトは n=81

まず準ひきこもり傾向が強いほど将来に対する不安感が強いことがうかがえる。やはり自分の社交性が低いことを自覚しており、そのことが将来の社会生活に対する不安となって現れているのであろう。また準ひきこもり傾向が強いほど、社会に対する適応感、大学内外における交友関係に対する満足度が低くなっている。やはり準ひきこもりの孤立したライフスタイルで過ごしていると、社会に対する帰属意識が低くなるし、また孤立していることから、友人関係に対する満足度も低くなると言える。

それから、準ひきこもり傾向が強いほど、大学、クラブ活動、アルバイトに対する満足度、ソーシャルスキルも低くなっている。準ひきこもりはやはりソーシャルスキルが低いため人間関係が苦手であり、そのことは大学やクラブ活動、アルバイトという場面での満足度の低さとなって現れるのであろう。

全体的に言って、準ひきこもりの特徴に沿った結果が示されたと言える。

#### まとめ

本研究では準ひきこもりに関する基本的な問題に関する検討を行った。大学生 117 名を用いた調査の結果以

下の知見を得た。

1. 大学生において、準ひきこもりのライフスタイルで生活している学生は確かに存在している。
2. 準ひきこもりの学生がそうでない学生に比べて特にクラブ活動とアルバイトに対して消極的であるという傾向は見られなかった。
3. 準ひきこもり傾向が高い学生は、大学、社会、クラブ、アルバイトに対する満足度がそれぞれ低かった。また将来に対する不安感が高いとともに、大学内外における交友関係に対する満足度が低かった。

### 引用文献

- 藤井義久 1998 大学生生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 心理学研究, **68**(6), 441-448.
- 河村茂雄 1999 生徒の援助ニーズを把握するための尺度の開発—学校生活満足度尺度(高校生用)の作成— 岩手大学教育学部研究年報, **59**, 111-120.
- 樋口康彦 1996 スポーツ集団における組織要因とメンバーの達成動機との関連について 実験社会心理学研究, **36**, 42-55.
- 樋口康彦 2006a 大学生における準ひきこもり行動に関する考察—キャンパスの孤立者について— 富山国際大学国際教養学部紀要(富山国際大学国際教養学部), **2**, Pp. 25-30.
- 樋口康彦 2006b かぐや姫症候群に関する考察—準ひきこもり行動との関連から— 富山国際大学国際教養学部紀要(富山国際大学国際教養学部), **2**, Pp. 31-38
- 樋口康彦 2006c 「準」ひきこもり一人はなぜ孤立してしまうのか— 講談社
- 樋口康彦 2007 大学生の適応に影響を与える要因に関する考察 富山国際大学国際教養学部紀要(富山国際大学国際教養学部), **3**, Pp. 97-102
- 菊池章夫 1988 思いやりを科学する 川島書店
- 大野 久 1984 現代青年の充実感に関する一研究 教育心理学研究, **32**, 100-109.
- 内田圭子 1990 青年の生活感情に関する一研究 教育心理学研究, **38**, 117-125.
- 内田利広 1988 家族風土スケールの作成とその適用の試み—家族メンバーの自己実現度と家族の雰囲気との関係— 人間性心理学研究, **6**, 59-71.