

ひきこもりの発症メカニズムに 親の養育態度と愛着スタイルは関係するのか？

～親子関係の質に基づいた予防と支援アプローチ開発への貢献に期待～

ポイント

- ・ひきこもり当事者とひきこもりの子をもつ親を対象とした大規模オンライン調査により、親の養育態度と愛着スタイルに関する因子を同定。
- ・「病的な」ひきこもりでは、親の「寄り添い (Care)」の低さと「過保護 (Overprotection)」傾向が関連していた。
- ・ひきこもり当事者の「回避的」愛着スタイルが、親の養育態度とひきこもり症状を媒介する重要な要因であることを発見。

概要

北海道大学大学院医学研究院 加藤隆弘教授らの研究グループは、ひきこもりの発症と持続における心理社会的要因を明らかにするため、ひきこもり当事者（以下、当事者）およびひきこもりの子をもつ親を対象とした大規模なオンライン調査を実施しました。

近年、ひきこもりは単一の状態ではなく、何らかの支援が必要な「病的なひきこもり」と、明らかな社会機能の障害や苦痛を伴わない「非病的なひきこもり」の存在が示唆されています。本研究では、これらのひきこもり状態に「幼少期の親の養育態度」と、成人後の対人関係の土台となる「愛着スタイル」がどのように影響するかを分析しました。

その結果、病的なひきこもり状態にある人々は、親からのケアが乏しく過度に干渉される「愛情に乏しい束縛」を経験している傾向が強く、それが当事者の「恐れ・回避型」の愛着スタイルを形成し、ひきこもり状態を深化させていることが明らかになりました。本研究成果は、ひきこもり支援において、当事者へのアプローチのみならず、親の感受性を高める支援や家族全体の愛着関係の再構築が極めて重要であることを示唆しています。

なお、本研究成果は、日本時間 2026 年 1 月 20 日（火曜）公開の Psychiatry and Clinical Neurosciences 誌に掲載されました。

【背景】

ひきこもりは、日本のみならず近年では韓国、アメリカ、イタリアなど世界中に存在することが知られており、国際的な社会課題となっています。加藤教授らの研究グループは、コロナ禍を経て、ひきこもりを、物理的にひきこもっていても支援を必要としない「非病的な（幸せな）ひきこもり」と、何らかの支援が必要な「病的なひきこもり」に分類する重要性を提案し、それぞれに合った適切な支援や治療が必要だと述べています。

また、「愛着」とは、特定の人との間に形成される“安心できる心的な結びつき”のことです。愛着は、幼少期に養育者との関係によって形成され、その後の発達や対人コミュニケーションの取り方などに影響します。相手との関係を求める気持ちや言動によって、安定型、不安型、回避型、葛藤型といったタイプに分類されます。

これまで、ひきこもりの背景に家族関係や愛着、心理的特性が関与していると想定されてきましたが、具体的にどのような養育体験や愛着スタイルが、どのような心理的プロセスを経て「病的なひきこもり」へとつながるのか、その詳細なメカニズムは十分に解明されていませんでした。

【研究手法】

本研究では、1,500名を対象とした2つのオンライン調査を実施しました。

1. 当事者調査：自身のひきこもり状態、過去に受けた親の養育態度（PBI尺度）、現在の愛着スタイル（ECR-RS尺度）を評価。
 2. 親調査：ひきこもり状態にある子を持つ親の養育体験と愛着スタイルを評価。
- これらのデータを用いて、「対照群」「非病的なひきこもり」「病的なひきこもり」の3群間で比較分析を行いました。

【研究成果】

分析の結果、以下の点が明らかになりました。

- ・病的なひきこもりとの関連：父母両方からの「寄り添い」の低さと、特に父親からの「過保護」が組み合わさった「愛情に乏しい束縛」が、病的なひきこもり群で有意に多く認められました。
- ・愛着スタイルの媒介：親の養育態度が直接ひきこもりを引き起こすのではなく、それによって形成された「回避的な愛着スタイル（他人を信頼できず、親密さを避ける傾向）」が、ひきこもりの重症度を深めるという媒介モデルが証明されました。
- ・非病的なひきこもりとの関連：親の「ネグレクト（低ケア・低保護）」や「葛藤型」の愛着スタイルとの関連が認められ、病的ひきこもりとは異なることが示唆されました。

【今後への期待】

本研究により、ひきこもりの予防や支援において、幼少期からの親子関係の質、特に「愛着の形成」に着目することの重要性が浮き彫りになりました。加藤教授らのグループは、親や支援者に対する支援の5つのステップ「ひ・き・こ・も・り」を開発し、家族・支援者支援・研究も進めています。

今後は、ひきこもり当事者への介入だけでなく、VR（仮想現実）等を用いた家族への介入プログラムの提供や、親のメンタライゼーション（相手の心をおもんばかる力）を向上させる支援を通じて、親と子の関係性をより良くする、ひきこもりの新たな治療・支援戦略の構築が進むことが期待されます。

【謝辞】

本研究は、(1) 日本学術振興会（KAKENHI; JP18H04042、JP19K21591、JP20H01773、JP22H00494、および JP23H01044）、(2) 医療研究開発機構（AMED; JP21wm0425010 および JP25wm0625322）、(3) 科学技術振興機構 CREST（JPMJCR22N5）から一部助成を受けたものです。資金提供者は、研究デザイン、データ収集・分析、発表の決定、原稿作成に関与していません。

論文情報

論文名 Parental bonding and attachment in the hikikomori trajectory

著者名 Diana Corona, MD^{1,2}, 久保太聖, MA^{3,4}, Laura Orsolini, MD, PhD², 香月亮子, MA¹, 松島敏夫, MD, PhD¹, 中尾智博, MD, PhD¹, Umberto Volpe, MD, PhD², 加藤隆弘, MD, PhD^{3,4} * (*は責任著者)

1. 九州大学大学院医学研究院精神病態医学分野
2. Unit of Clinical Psychiatry, Department of Clinical Neurosciences/DIMSC, Polytechnic University of Marche
3. 北海道大学大学院医学研究院神経病態学分野精神医学教室
4. ひきこもり研究ラボ @ 九州 & 北海道

雑誌名 Psychiatry and Clinical Neurosciences（精神医学領域における国際学術誌）

DOI

公表日 日本時間 2026 年 1 月 20 日（火曜）オンライン公開

お問い合わせ先

北海道大学大学院医学研究院 教授 加藤 隆弘（かとう たかひろ）

T E L 011-706-5160

F A X 011-706-5081

メール kato.takahiro.secretary@kato-takahiro.com

【参考図】

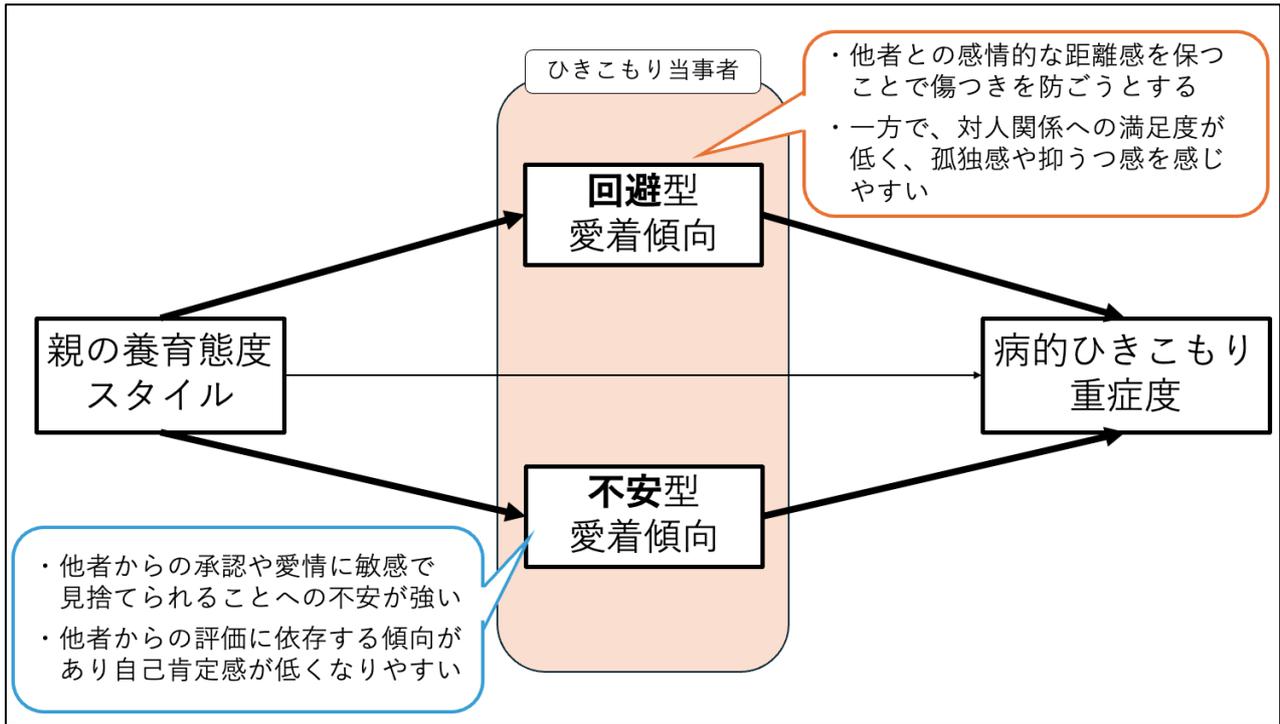


図1：親の養育態度と当事者の愛着傾向、ひきこもりの関係モデル

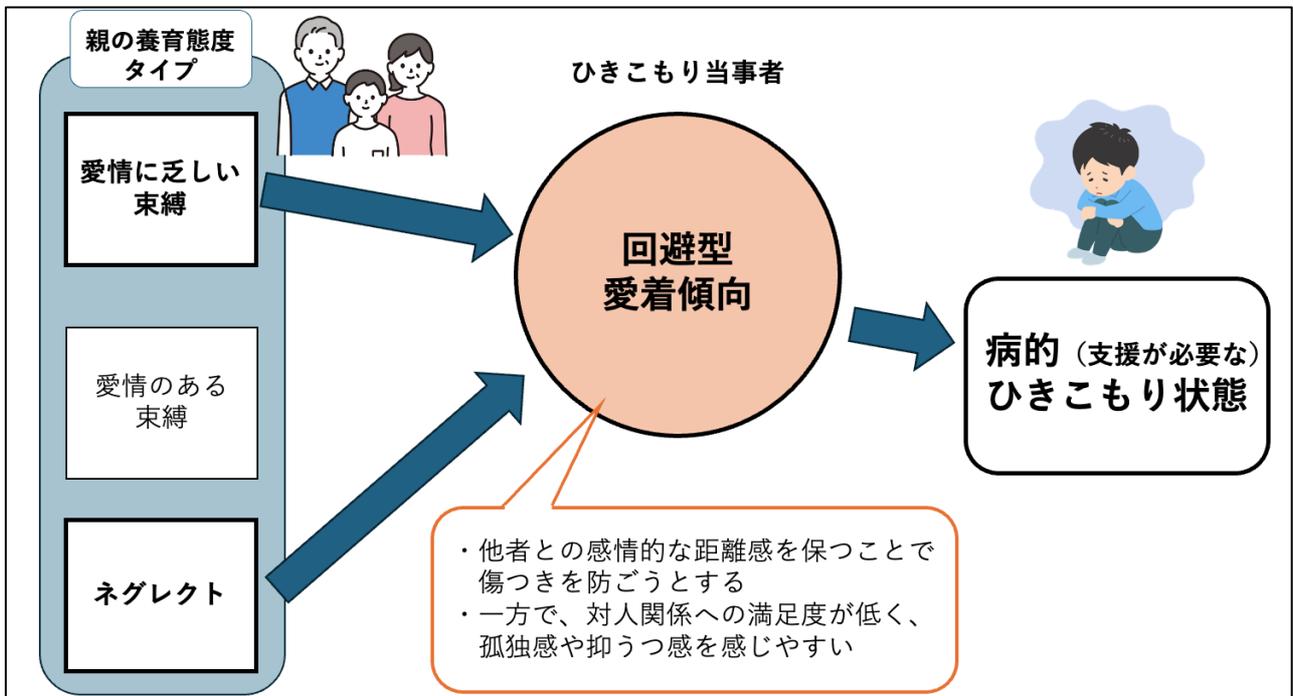


図2：親の養育態度が病的ひきこもり状態の重症化に及ぼす影響-愛着スタイルを媒介としたモデル-