

2023 年度 若手・女性研究者奨励金 レポート

研究課題	若者ケアラーのアイデンティティ形成に関する系統的 研究 ーロールレタリングによるアイデンティティ確立を 目指してー
キーワード	①若者ケアラー、②ヤングケアラー、③アイデンティティ

研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏 名	フジタ ユキ 藤田 由起
配付時の所属先・職位等 (令和5年4月1日現在)	くらしき作陽大学 子ども教育学部 講師
現在の所属先・職位等	くらしき作陽大学 子ども教育学部 講師
プロフィール	九州大学大学院人間環境学府人間共生システム専攻臨床心理学指導・研究コース修士課程修了、博士後期課程単位修得退学後、現職に至る。専門は臨床心理学、教育心理学。特に特別な支援を要する人々の家族の心理的支援を研究テーマとしており、大学院在籍時から現在に至るまで、きょうだい児支援グループの運営やヤングケアラー支援に関する広報・啓発活動等にも取り組んできた。

1. 研究の概要

(1) 問題と目的：

- ①若者ケアラーのアイデンティティ形成における特徴と課題をアセスメントする。
- ②ロールレタリングによるアイデンティティ確立の効果を検証することを目的とする。
これらを通して、若者ケアラーのアイデンティティ確立や自己理解の支援の在り方を検討する。

(2) 方法 (図1参照)：

- ①調査対象：家族のケア経験を有する成人7名
(男性3名、女性4名)。
- ②調査方法：ロールレタリング、半構造化面接、
質問紙調査を組み合わせる系統的に実施。
(i) 半構造化面接①(これまでの自身と家族の
歩みについて)、質問紙調査①(下山(1992)
のアイデンティティ尺度。以下同様)
(ii)～(v) ロールレタリング、質問紙調査：各発
達段階における自分を相手としたロール
レタリングをそれぞれ計2往復実施。
(vi) 半構造化面接②(ロールレタリングの振り返り)、
質問紙調査⑥

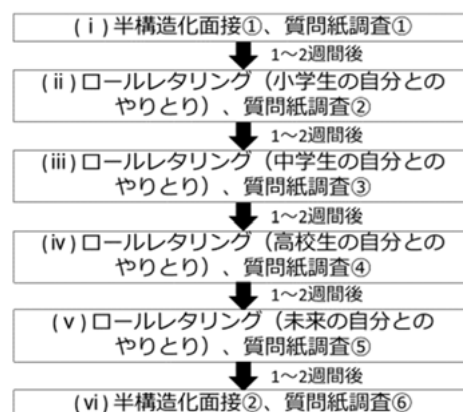


図1 調査の流れ



図2 ロールレタリングに使用したレターセット例

←ロールレタリングに使用したレターセットの一例。
特に書く内容やルールは指定せず、自由に手紙を作成してもらった。
また、対象者が自由に書くことができるよう、ロールレタリングで作成した手紙そのものは分析の対象とせず、内容の確認はしない形をとった。

- (3) **結果と考察**：調査対象者全体ではアイデンティティ尺度得点の大きな変化はなかったが、調査対象者の中で得点が大きく向上した者と低下した者が1名ずつ見受けられた。→2名について特に取り上げ考察を実施
→ロールレタリングのような自分のペースで実施できる手法であっても、**自身と向き合う素地となる安心・安全感が育まれていない場合、有効に働かない可能性**が考えられた。したがって、まずはそれぞれのケアラーのこれまでの経験を踏まえ、場合によってはアイデンティティ形成を目標として掲げ支援を急ぐのではなく、その素地作りの支援から実施していく必要があると考えられた。なお、上記の素地が形成されている場合は、ロールレタリングが自己受容度を高め、アイデンティティ確立を促進させる可能性が考えられた。

2. 研究の動機、目的

(1) 「ヤングケアラー」の定義と問題

ヤングケアラー（以下「YC」）

「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子ども」（澁谷、2018）

YCは必要以上の責任を抱えることで、相談できないまま心身の負担を過剰に受けながら生活する状況に陥りやすいものの、彼らを心理・社会的に受け止めるような社会が形成されていないと考えられる。

(2) ヤングケアラーの発達の課題と「こども・若者ケアラー」という視点

「ヤングケアラー」は18歳未満を指すことが多い概念だが、彼らの成人後の人生にもケア経験が多様な影響を及ぼすと示唆されている。

YCは、本来は自分自身の生きがいや目標をもって人生を歩みだす時期に差し掛かって
も、「家族のために尽くすこと」以外の自分自身の在り方を考えることができない場合
がある
＝ケアの問題は18歳までのみに留まらず、特にアイデンティティを確立し、自分らしい
生き方を見出す青年期において、そのような発達課題の達成が困難になりうる
⇒「こども・若者ケアラー」という視点でのケアラー支援

(3) ロールレタリングを用いた若者ケアラーの心理発達支援の可能性

青年期においては自身の在り方を確立することが求められるが、そのような側面への支援として「ロールレタリング」が有効ではないかと推察される。「ロールレタリング」とは、「自分自身が自己と他者の双方の役割を演じて、手紙のやり取りをする心理技法」（岡本、2009）である。

➡ 若者ケアラーにとって自分のペースで無理なく自己や他者について考え、理解を深める
きっかけとなったり、自己や他者への思いを整理することに繋がったりするのでは
⇒ケアや家族関係の中で体験してきた感情等への適切な意味づけにも繋がる
⇒安定的なアイデンティティ確立に寄与するのでは

(4) 本研究の目的

以上より、本研究においては大学生等の若者ケアラーのアイデンティティ形成における特徴と課題をアセスメントすると共に、ロールレタリングによるアイデンティティ確立の効果を検証することを目的とする。これを通して、若者ケアラーのアイデンティティ確立や自己理解の支援の在り方を検討する。

3. 研究の結果

調査対象者のうち、最終調査まで継続実施できた者4名を分析対象とした。

→4名全体で見ると、アイデンティティ尺度得点の大きな変化はなかったが、調査対象者の中で得点が大きく向上した者と反対に大きく低下した者が1名ずつ見受けられた。

→2名について特に取り上げ考察を実施

①得点が向上した対象者Bについて

Bは、幼少期より精神疾患の母親のケアを担っていたものの、父親も共に母親のケアを担っており、自身を守ってくれる絶対的な味方として父親が機能していた。また、現在はケア役割から離れていた。

→自分自身と向き合うための素地となる安心・安全感が育まれていた。

→ロールレタリングにおいて過去の自分と向き合い、自浄する効果が発揮されたと考えられた。

②得点が低下した対象者Dについて

Dは、成人後もケア役割を継続しており、ケアの対象も複数人かつ精神疾患、ひとり親家庭、家庭内不和、経済的困難などの多様な問題が絡んだ環境で幼少期より生活していた。

→自身と向き合うための素地となる安心・安全感を抱きにくい環境で継続的に過ごしてきた+自分のことより家族のことを考えざるを得ない環境に置かれてきた。

→ロールレタリングで自身の本質的な部分と向き合うことへの防衛が働いた可能性や、これまでの経験から希望を抱くことへの不安や諦めがあり、前向きな将来像や自己像を見出すことが難しかった可能性が考えられた。

③まとめ

若者ケアラーの中にも、家庭内の葛藤により、アイデンティティ確立以前の発達課題を達成できていない場合と、ケア役割を担っていたとしても、家庭内の葛藤を生じにくくさせる家族の関わりなどの支えが存在することで、アイデンティティ確立に向かう素地ができている場合があると考えられた。そして、ロールレタリングのような自分のペースで実施できる手法であっても、自身と向き合う素地となる安心・安全感が育まれていない場合、有効に働かない可能性が考えられた。したがって、まずはそれぞれのケアラーのこれまでの経験を踏まえ、場合によってはアイデンティティ形成を目標として掲げ支援を急ぐのではなく、その素地作りの支援から実施していく必要があると考えられた。なお、上記の素地が形成されている場合は、ロールレタリングが自己受容度を高め、アイデンティティ確立を促進させる可能性が考えられた。

4. 研究者としてのこれからの展望

本研究を通して、YC や若者ケアラーは一つの概念で説明されやすいが、一人一人のケアラーは全く異なる背景を有しており、その背景に寄り添った支援が必要であると感じた。このような研究の成果を踏まえ、多様なケアラーに対する支援実践を積み、支援の際に必要な観点に関する知見をさらに得たい。また、本研究を通し、ケアを担っている時期のケアラーに対する家族の関わりの在り方が、ケアラーのその後の適応に大きく関わっていると推察された。したがって、YC や若者ケアラーのみに焦点を当てるのではなく、その周囲の家族も含めた支援について検討を進めたい。

5. 支援者（寄付企業等や社会一般）等へのメッセージ

日頃より研究へのご支援をいただき誠にありがとうございます。皆様のご支援への感謝を忘れず、社会貢献に繋がる研究を今後も進めて参ります。今後ともご支援のほど何卒よろしくお願い申し上げます。