

## 博士論文要約

### リーマンショック後の中高年男性の失業体験と心理的援助 ～再就職支援会社におけるメンタルとキャリアの統合的視点～

馬場洋介

Unemployment Experience and Psychological Support among Middle-Aged and Older Men following the Lehman Failure  
— An integrated view of mental health and career development at outplacement consulting firms —

Hirosuke BABA

#### 要約

##### I. 問題と目的

現在、日本経済は回復基調にあるが、中高年（40代、50代）男性失業者を取り巻く環境は厳しく、問題は以下の通りである。第一に精神疾患を抱えて再就職をせざるを得ない人が増え、第二に失業期間の長期化に伴いストレスが増大する等、中高年男性失業者は多軸のストレスに曝され、心理的援助を必要としている。一方、再就職支援会社のキャリアカウンセラー等、失業者を支援する側の問題は以下の通りである。再就職に直結した支援が中心で心理的援助の優先順位が低く、心理的援助のスキル、経験が不足している。本研究は、中高年男性失業者の支援には、再就職活動のスキル面の支援だけでなく臨床心理的な支援も必要であり、メンタル面とキャリア面を統合した支援が必要ではないかという視点で研究を進めた。

##### II. 先行研究概観

第一に失業体験のステージモデル研究では、坂爪(2003)は1990年代後半以降に失業を経験し、離職後、再就職支援会社で活動し再就職して、調査時に失業状態にない、20、30、50歳代の非自発的失業者男性3名のレトロスペクティブな失業体験の語りを事例研究で分析し、失業者の心理的課題を提示した。高橋(2010)は1990年代後半以降に失業を経験し、離職後、平均4.7年経過した調査時に失業状態にない、社会的支援を行うNPO法人に参加の50、60歳代中高年男性10名のレトロスペクティブな失業体験の語りを修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（以下、M-GTA）で分析し、ステージモデルを生成した。リーマンショック後では、廣川(2010)は再就職支援会社で活動中の外資系企業出身者の質的研究で、失業体験をポジティブ、および、ネガティブに捉える層の心理的プロセスの相違を明らかにした。

第二にメンタル面とキャリア面の統合的支援の視点に関して以下の研究がある。渡辺(2008)は日本のキャリアカウンセリングの課題を「マッチングモデルからキャリアモデルへの移行が起きていない」とし、2002年のキャリアコンサルタント資格導入の影響を挙げ、養成プログラムの整備不足を指摘した。一方、渡辺(2003b)はアメリカのキャリアカウンセラーの専門性の高さや資格制度の厳密さを指摘した。また、渡辺(2003a)はキャリアという用語の定義が日本では『会社』、『仕事』という狭い領域に止まっていることを指摘したが、Schein(1978)は「キャリアとは生涯を通しての人間の生き方・表現である」と定義し、Super(1980)はキャリア発達のプロセスを生涯全般に広げて個人が果たす人生役割を包括的に扱った。Hansen(1997)はキャリア設計の統合的アプローチとしてILP(Integrative Life Planning)の概念を提示した。次に、キャリアカウンセラーに求められる役割の視点では「キャリアカウンセリングとパーソナルカウンセリングの融合」(渡辺、2008)を指摘し、メンタルヘルスをキャリアとの相互関係の側面から理解できることの重要性を指摘した。廣川(2010)は失業者の心理的研究に必要な視点として、①メンタルとキャリアの両面、②心理的援助の具体的なあり方、③失業者に有効なカウンセリングアプローチとプロセス研究等を挙げた。

第三に失業体験に纏わる語りをじっくり聴くことで個人の『物語』を転換していく支援について以下の研究がある。河合(2002)は人生に自らの経験を位置づける手法としての『物語』の重要性を指摘し、新田(2002)は自分と組織との『物語』を見直す『柔らかい物語』の概念を提示し、多様な事象との相互作用で、新しく変化し続けていくことの重要性を指摘した。White&Epston(1992)は、『ドミナント・ストーリー』と『オルタナティブ・ストーリー』の概念を提示し、自分にそぐわない物語を、未認識の代わりに物語に転換する心理的援助の重要性を指摘した。

これまで先行研究を概観したが、日本の失業のステージモデル研究では、精神疾患を抱えた中高年男性失業者、長期化した中高年男性失業者等、多軸のストレスを抱えて心理的援助を最も必要としている失業者を対象にした研究はほとんど少ない。また、再就職支援会社のキャリアカウンセラーが中高年男性失業者に対してどのような心理的援助をしているかについて焦点を当てた研究はほとんど少ない。したがって、リーマンショック後の時代性を踏まえ、精神疾患を抱えた中高年男性失業者、長期化した中高年男性失業者等、ストレス度が高いと想定される中高年男性失業者が失業をどのように体験しているかについての探索的な研究が必要である。また、ストレス度の高い中高年男性失業者を再就職支援会社のキャリアカウンセラーがどのように支援していけばいいのかについての探索的な研究が必要である。

### III. 本研究の目的

本研究は、研究1、研究2、研究3で構成される。研究1では精神疾患を抱えた中高年男性失業者の失業体験を明らかにすることを目的とした。研究2では中高年男性長期(1年以上)失業者の失業体験を明らかにすることを目的とした。研究3ではキャリアカウンセ

ラーの中高年男性失業者に対する心理的援助を明らかにすることを目的とした。

#### IV. 研究1 精神疾患を抱えた中高年男性失業者のプロセス研究

1. 目的：再就職支援会社で支援を受けている精神疾患を抱えた中高年男性失業者の失業体験を明らかにすることを目的とした。

2. 対象：再就職支援会社で支援中の失業者の内、精神疾患を抱えた中高年男性失業者 9 名を分析対象とした。

3. 方法：半構造化面接を行い、データを収集、M-GTA で分析した。M-GTA は木下(2003)により考案された、限定された範囲で説明力のある動的理論を生成する質的研究法である。本研究は、M-GTA の4つの特性、人間行動に関する理論生成、対象とする現象のプロセス性、現場活用性、社会的相互作用に合致した。また、研究結果の信頼性、妥当性を高めるために、指導教授、共同研究者と討論を行い、グループスーパーヴィジョンを受けた。以下、研究2、研究3も研究1と同様なので分析方法の記述を割愛する。

4. 結果：以下にストーリーラインを記載する。再就職支援会社で支援中の精神疾患を抱えた中高年男性失業者が発症から再就職活動で直面する現実を受け入れていくプロセスは、精神疾患発症を契機に会社から気持ちが離れていくプロセスと、リストラに対する覚悟が醸成されていくプロセスとが、時系列的、同時並行的に進行していく中で、リストラ宣告を受け、【覚悟と不安を抱えながらの再就職の準備】をして再就職活動に臨むが、「精神疾患と年齢の壁が立ちほだかる」経験を通じて、精神疾患を抱えながらの再就職活動が困難であること、精神疾患の「再発への不安と得意な仕事で勝負できない」ことも痛感する等、【再発への不安と再就職実現とのジレンマ】を抱えながらも、家族、仲間、キャリアカウンセラー等、信頼できる【限られたソーシャルサポートの支え】を受けて、自らの仕事観等を転換しながら、直面する厳しい現実を受け入れていくプロセスであることが示唆された。

5. 考察：本研究で得られた新たな視点は、精神疾患を抱えた中高年失業者は、多軸の喪失体験がリストラ時ではなく、精神疾患発症時から始まるプロセスであること、積み重なった覚悟も醸成されていること、ソーシャルサポートが限られていること等が示唆された。以上を踏まえ、精神疾患を抱えた中高年失業者への心理的援助の視点が示唆された。(1) 多軸の喪失感を受けとめる：仕事の喪失感、会社という居場所の喪失感等、多軸の喪失感を受け入れていくプロセスを真摯に受けとめ支援することの重要性、(2) 自己能力の気づきを促す：再発の不安を抱え、＜心身の負担が少ない仕事の検討＞をせざるを得ない状況に追い込まれる状況下、＜今の自分でもできることを見出す＞ことを促す支援の重要性、(3) ソーシャルサポートが限られていることを意識する：発症を契機に交友関係が狭まる中、サークル仲間等のソーシャルサポートの限定性を意識し、面談時の雑談的会話も心理的援助になっていることを意識して、ソーシャルサポートの有効活用を促す支援の重要性。

6. 限界と展望：本研究の限界は、限定された範囲のモデル提示、限定された支援組織の

調査であり、今後の展望は、他の支援組織の研究等、研究対象を広げることで、各失業体験モデル、心理的援助モデルの比較検討等を実施し、支援の精度を向上させることである。

#### V. 研究2 中高年男性長期失業者（1年以上）の失業体験のプロセス研究

1. 目的：再就職支援会社で支援を受けている中高年男性長期失業者の失業体験を明らかにすることを目的とした。

2. 対象：再就職支援会社で支援中の失業者の内、長期の中高年男性失業者 11 名を分析対象とした。

3. 方法：研究1と同様なので割愛する。

4. 結果：以下にストーリーラインを記載する。再就職支援会社で支援を受けている、失業期間1年以上の中高年男性失業者が、再就職における困難を受け入れていくプロセスとは、愛着もあり、一方で心理的距離感を感じている所属していた会社からリストラ宣告を受けて、残っても厳しい選択肢しかないという【追い込まれながらの幕引き】を短期間で意思決定をした退職後、再就職支援会社の担当キャリアカウンセラーを触媒として活かすような、【受動的二人三脚】の支援を受けて、【意図しない家族・会社時間の逆転】等の人生における価値観の転換を図りながら、【出口無き暗闇を歩く】中で現実的な出口を試行錯誤しながら活動して、様々な困難を受け入れていくプロセスであることが示唆された。

5. 考察：長期化した中高年失業者への心理的援助の視点が示唆された。（1）出口が見えない絶望感を受けとめる：再就職の『出口』が見えない中を、もがき苦しみながら歩んでいる中高年男性失業者を支援するために、書類選考、面接の不合格が続く辛さに寄り添い活動が継続できるように支援することの重要性、（2）過去の『固い物語』から将来の『柔らかい物語』へ転換する支援：＜追い込まれて最後の一线が浮き彫りにされる＞プロセスの中で、過去の『固い物語』から将来の『柔らかい物語』へ転換する支援の必要性。

6. 限界と展望：本研究の限界は、限定された範囲のモデル提示、限定された支援組織における調査であり、今後の展望は、他の属性の中高年失業者の研究、他の支援組織の研究等、研究対象を広げることで、各失業体験モデル、心理的援助モデルの比較検討等を実施し、支援の精度を向上させることである。

#### VI. 研究3 再就職支援会社のベテランキャリアカウンセラーの心理的援助のプロセス研究

1. 目的：再就職支援会社のキャリアカウンセラーの中高年男性失業者に対する心理的援助を明らかにすることを目的とした。

2. 対象：再就職支援会社で働くキャリアカウンセラーの中で、再就職支援の経験が5年以上のキャリアカウンセラー11名を分析対象とした。

3. 結果：以下にストーリーラインを記載する。再就職支援会社で支援している、ベテランキャリアカウンセラーは、再就職に向けて活動しようとしている中高年失業者に対して、【求職市場に一步踏み出す準備を整える】ことをしながら、中高年失業者が再就職という未体験な活動をする不安を抱えながら、負の感情を受け止めつつ、過去のキャリアを振り

返りながら、再就職活動に一步踏み出す支援をする。そして、応募しても何度も不合格を体験して、自信を喪失している中高年男性失業者に対して、【厳しさの循環を受けとめ、活動を促す】ことをしていくような支援をして、やがて、その状態から抜け出して、【何とか再就職にたどり着く】支援をして、中高年男性失業者の心理的援助をしていくプロセスであることが示唆された。

4. 考察：キャリアカウンセラーの心理的援助の視点が示唆された。（1）＜会社への負の感情を受けとめる＞支援：会社への裏切られた感情、再就職活動への様々な不安等、多軸の負の感情を受けとめることの重要性、（2）キャリアに真摯に向き合う支援：自らの強み等を言語化し整理することで、自己肯定感が醸成されることの重要性、（3）不合格による自信喪失を丁寧に受けとめる支援：不合格の受けとめ方の転換等、自信喪失を活動継続の原動力に変えていく支援の重要性。

5. 限界と展望：本研究の限界は、限定された範囲のモデル提示、限定された支援組織における調査であり、今後の展望は、他の再就職支援会社の研究、経験年数の短いキャリアカウンセラーの研究、他の支援組織の研究等、研究対象を広げることで、心理的援助モデルの比較検討等を実施し、支援の精度を向上させることである。

## VII. 3つの研究の総合考察

### 1. 失業研究における各ステージモデルとの比較

各ステージモデルとの共通的、相違点を考察する。坂爪(2003)が提示した心理的課題との共通点は「前所属企業に対するネガティブな感情」、「再就職に対する不安」、「配偶者との課題共有」について、本研究でも同様の概念が抽出された。相違点は「前所属企業に対するネガティブな感情」について、本研究では＜多軸の強いつながり＞、＜蓄積された心理的距離＞等、愛憎の形で複層的なネガティブな感情を抱いていること、「リストラ以前に組織から引き剥がされる」経験をし、＜蓄積された覚悟＞で一步引いた思いを抱いていること等、質的相違が示唆された。

高橋(2010)との共通点は、失業体験の中で多軸の喪失感を抱いていること、失業初期の空白期間が失業の長期化の要因のひとつになっていること、リストラした会社に抱く感情について、愛憎という形で混在する構造が存在することである。高橋(2010)と相違点は、「会社との繋がり」の絶対視等、リストラ直前までの絶対的な繋がりや愛着について、本研究ではリストラ以前から、会社への愛着が段階的に薄れていく心理的プロセスが抽出され、質的相違が示唆された。

廣川(2010)とは、リストラ時の怒りの感情について、本研究の対象者と似ている層、すなわち、外資系IT企業に所属し、直近の勤続年数が比較的長期で平均年齢48歳の既婚、子どもを有する男性で、会社への帰属意識は高く、失業期間は平均1年と長期化した層で、以下の共通点が示唆された。この層は「暗闇の中で足踏みしている絶望感」を抱き、厳しい失業体験の渦中にいると想定され、本研究の対象者と相似した心理的プロセスを体験しているかもしれない。また、廣川(2010)とは、リストラ時に抱く怒りの質の違いがあることが

示唆された。外資系企業では、＜犯罪者扱い＞等、会社への愛着は感じられず、愛憎ではなく瞬間的なドライな怒りの感情を抱くことが示唆された。

各ステージモデルの比較検討を踏まえ、本研究では以下の3つの新たな視点を提示した。

第一に、本研究では、リーマンショック後の厳しい経済環境下、精神疾患を抱えた中高年失業者、長期化した中高年男性失業者という限定された属性における、現実味、切実感のある失業体験のプロセスを明らかにした点である。この点は研究方法の違いに起因すると考えられ、研究方法の限界について、坂爪(2003)、高橋(2010)はレトロスペクティブな回想の手法の限界を指摘した。

第二に失業体験のプロセスのモデル図中に、ソーシャルサポートとの関係性の相互作用を包含したプロセスを提示した点である。高橋(2010)はソーシャルサポートとの相互作用、概念の動きのプロセスまでを含んだモデル図を提示していない。

第三にリストラ宣告される以前より、会社への愛着が薄まるプロセスが始まっていることを明らかにした点である。長期化した中高年失業者は、リストラ以前から、会社との心理的距離が離れていくプロセスを体験し、リストラ宣告時に、会社への感情が愛憎の形で現れるプロセスの存在が示唆された。精神疾患を抱えた中高年失業者は、「リストラ以前に組織から引き剥がされる」等、会社への愛着が薄まっていくプロセスの存在が示唆された。

2. 失業中の困難な現実を受け入れるプロセスのメンタル面とキャリア面の統合した支援  
本研究の成果として、精神疾患を抱えた中高年男性失業者、長期化した中高年男性失業者について、困難な現実を受け入れるプロセスごとに、メンタル面の支援とキャリア面の支援が統合して相互作用し合うプロセスの存在が明らかになったことが挙げられる。以下、具体例を挙げて説明する。

(1) ＜往時の自信の回復＞するプロセスにおけるメンタル面とキャリア面を統合した支援：キャリアの『語りを聴く』支援の方策は、心理臨床的にはナラティブアプローチによる支援にも近く、自己肯定感が高かった頃を想起することで＜往時の自信の回復＞が可能になるメンタル面の支援と、他業種、他職種でも転用可能なスキル等、＜どこでも活かせる強みの明確化＞をすることで、具体的活動に繋がるキャリア面の支援のプロセスを包含していることが示唆された。

(2) 「度重なる自信の喪失を丁寧に受けとめる」プロセスにおけるメンタル面とキャリア面を統合した支援：＜不合格の受けとめ方の転換＞には臨床心理的な認知の転換のアプローチの要素が包含され、＜詳細な振り返りによる問題の明確化＞には面接のスキル面でのアドバイスの要素が包含される等、「度重なる自信喪失を丁寧に受けとめる」循環的な支援のプロセスには、自信喪失へのメンタル面の支援と、面接への対応を身に着けるキャリア面の支援のプロセスが包含されていることが示唆された。

(3) キャリアチェンジのプロセスにおけるメンタル面とキャリア面を統合した支援：「余儀なくされた選択肢を一緒に這い上がる」には、＜格下げの選択肢強要への抵抗＞等、想定外のキャリアに対する抵抗へのメンタル面の支援と、＜状況を見極め格下げの選択肢の

提示>等、キャリア面での支援のプロセスが包含されていることが示唆された。精神疾患を抱えた中高年男性失業者は、<書類だけで不合格の落ち込み>を経験した後、<今の自分でもできることを見出す>等「選択肢が狭まる諦め」を受け入れていく、メンタル面とキャリア面の統合した支援のプロセスが包含されていることが示唆された。長期化した中高年男性失業者は、<永久に職に就けない不安>を抱く中、キャリアカウンセラーとの関わりの相互作用の中で、<追い込まれて最後の一線が浮き彫りにされる>という、自らのキャリアにとって『譲れないもの』が明らかにされていくメンタル面の援助のプロセスが包含されていることが示唆された。一方で、キャリアチェンジを検討する段階では、<限られた可能性の例示>等、キャリア面での支援のプロセスが包含されていることが示唆された。

3. 中高年男性失業者の語りをじっくり聴き、その『物語』を転換していく支援の重要性  
本研究では、失業期間は<限られた選択肢を検討せざるを得ない>等、短期的キャリアの探索時期でもあり、<追い込まれて最後の一線が浮き彫りにされる>等、自分が大事にしていることが明確になり、長期的キャリアの探索時期でもあることが示唆された。また、「意図しない家族・会社時間の逆転」等、家族との関係性が変容する時期であり、「会社を通じたつながりが薄れていく」等、会社との距離の取り方が変化する時期であることも示唆された。このような本人を取り巻く人、組織との関係性が変化するプロセスの中で、『物語』を転換していく支援の重要性について考察する。

本研究では、キャリアカウンセラー、家族、仲間等の多軸のソーシャルサポートとの関わりにおいて、リストラ宣告時の<献身の思いへの裏切り>等、怒りの『固い物語』が、ソーシャルサポートとの言葉を媒介とした相互作用の中で、徐々にほぐされて変容していくプロセスが示唆された。すなわち、新田(2002)が指摘しているように、再就職活動中の環境との日々の相互作用で、『物語』を何度も語り直していくうちに、自分にじっくりした『物語』への語り直しのプロセスが徐々に進行していくことが示唆された。

本研究では、これまでの会社中心の『物語』の転換が起こり、自分オリジナルな『物語』に転換していくプロセスを経験していることが示唆された。このように、中高年男性失業者が将来のキャリアを長期的視野で考え、展開していくプロセスは、自らの『物語』を書き変えるプロセスと捉え、White&Epston(1992)が提示したような、企業組織との関係性の中で蓄積してきた『ドミナント・ストーリー』を、自分オリジナルな『オルタネティブ・ストーリー』に書き変えていくプロセスと捉えることができる。しかし、物語を書き変えていくプロセスは、個人のキャリアにとって大きな転換期に未経験の異質性、他者性と遭遇する中で、これまでのキャリアが通用しない等、キャリア上のパラダイム転換を迫られ、相当な痛みを伴うプロセスであることが示唆された。したがって、中高年男性失業者を支援していくためには、喪失感、不安等、多軸のネガティブな感情を受け止め、その置かれた状況に合わせた心理的援助が必要であることが示唆された。

4. 本研究の限界と今後の展望

本研究の限界は、（１）調査対象が再就職支援会社の中の１社に限定したデータをもとにした分析だったこと、（２）再就職支援会社の支援を受けて、精神疾患を抱えて活動をしている中高年男性失業者、および、失業期間が長期化している中高年男性失業者を調査対象にしたが、本研究の対象以外の他の属性も、様々な困難を抱えて心理的援助を必要とする調査対象者として考えられること、（３）キャリアの短いキャリアカウンセラーに焦点を当てた研究は、手つかずに終わってしまったこと、が挙げられる。今後の展望として、（１）調査対象を他の再就職支援会社に広げ、中高年男性失業者の心理的援助のモデルについて、他の再就職会社を含めた領域限定のモデル化が可能になり、心理的援助のモデルの精度の精緻化が図れ、現場応用の汎用の向上が想定されること、（２）心理的援助を必要とする調査対象者を広げ、それぞれの限定された領域でモデルを提示することにより、現場での心理的援助の精度の向上が想定されること、（３）キャリアが短いキャリアカウンセラーの研究を行うことで、キャリアが短いキャリアカウンセラーが心理的援助をできていない状況や、困難を抱えた中高年男性失業者を支援する中で、自らのストレスが溜まり、心理的援助が必要になっていく状況が明らかになること等、が挙げられる。