

女子青年における「居場所」(安心できる人)と
ひとりで過ごす感情・評価の関係
The Relationship between Female Adolescents' *Ibasho*
(The person who eases one's mind)
and Their Emotions about Spending Time Alone

岡村 季光
Toshimitsu Okamura

問題と目的

居場所とは、『広辞苑』第6版(岩波書店, 2008)によると「いるところ, いどころ」とあるが, 2000年代以降に出版された辞書では, 「人が世間, 社会の中で落ち着くべき場所。安心していられる場所」(小学館, 2001), 「その人が身を落ち着けていられる場所」(三省堂, 2004)など, 本来の字義的定義に加え心理的側面の意味も付加された広がりを見せている。これは1980年代より急増した不登校の問題との関連が指摘(石本, 2009; 中島・廣出・小長井, 2007)されており, 文部省中学校課(1992)が不登校の対策の中で「心の居場所」という文言を使用し, その後「居場所づくり」(例えば児童館・学童保育21世紀委員会, 1995; 能重, 1998; 佐治ら, 1995; 坂本, 1993)の活動が活性化されたこと, 新聞の「居場所」「居場所がない」使用頻度が1990年代半ばより急増していることが影響していると考えられている。

しかし, 多義的な意味をもつ故に, どのような定義で「居場所」を捉えているのかを明確にしていないことがしばしば混乱を招いている(岡村, 2010)。すなわち, 「あなたの居場所はどこですか」という問いにしても, 字義的定義である物理的な「いるところ, いどころ」の場合と, そこに“居る”ことによって感じる感覚や人とのかかわりを含める場合では捉え方が異なるであろう。杉本・庄司(2007)は「居場所」の構成概念を検討した研究を概観した結果, 環境要因(「居場所」のもつ物理的な環境状態, そこにいる他者の存在, そこにある物の存在等)と感情要因(「居場所」での個人の行動やそれに伴う感情)の2つに大きく分類できた。環境要因は個人に左右されずにあらかじめ決定している場所の特徴, 感情要因は個人が「居場所」をどう捉えるかという主観性によるものであり(中谷, 2011), 個人が「居場所」と感じるか否かを決定づける要因といえる。感情要因をさらに詳細に検討した結果, 「精神的安定」「受容・共感・連帯感」「肯定的感情・体験」「他者排除」の各要素が抽出された。特に「精神的安定」要素はいずれの研究でも抽出される頻度が高く(矢作, 2005), 「居場所」の中核的位置づけであると考えられる。

豊田・岡村(2001)は, 上述の研究で多く指摘されていた「精神的安定」という主観的感覚を重視し, 「居場所」を「安心していられる場所」と定義づけた。さらに「居場所」は「時間(安心できる時)」「空間(安心できる場所)」及び「人間(安心できる人)」という3つの要素があり, これまでの先行研究(小沢, 2000, 2002)から, 「居場所」の構造は「時間」「空間」及び「人間」の要因は並列的ではなく, 人との関係が基礎になり, そこに時間・

空間の要因が入ってくるのではないかと考えた。それ故、「居場所」の個人差は「人間」の要因によって生じると考えられた。「安心できる時／場所／人」を自由記述により検討した結果、安心できる対象が自分に関するものと他者に関するものに二分されており、「安心できる人」が3つの要素の中で特に重要であることが示唆された。「安心できる人」は選択の上位に“自分ひとり”“母親”“友人”が挙げられており（豊田・岡村，2001），数量化Ⅲ類による検討の結果，“自分”群，“家族”群，“友人・恋人”群に分類されることが明らかになった（岡村・豊田，2004；Okamura，2008）。さらに，“自分”群は他の2群と比して対人関係の認識（豊田・岡村，2002）や自分自身の捉え方（岡村・豊田，2002）において差異のあることが指摘されている。

しかし、「ひとりで過ごす居場所」の存在や他者を志向する者との個人差が指摘されているものの、「ひとりで過ごす居場所」に関する研究は少ない。青年期においては「自分ひとりの居場所」を志向することが増え、その固有の心理的機能も確認されている（杉本・庄司，2006）。また、豊田・大賀・岡村（2007）では、「居場所」として「安心できる人」を“自分”群，“母親”群及び“友人”群に分け、自分群であっても、情動知能（emotional intelligence）の水準が高い場合には孤独感が他の2群と同じ程度であることを明らかにした。これはひとりで過ごすことに必ずしも否定的な感情を抱いていないことを示唆するものである。しかし、「ひとりで過ごす居場所」の評価は2分されており（石本，2009），検証の必要があると考える。

そこで本研究では、安心できる人の評定とひとりで過ごすことに関する感情・評価の関係を検討する。本研究では海野・三浦（2011）の「ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度」を用いた。一般的に、孤独・孤独感という用語は「さびしい」というような感情レベルで理解されやすいが、これまでの孤独・あるいは孤独感に関する研究は状況・状態レベル、評価レベル等、捉え方が様々である（海野・三浦，2010）。海野・三浦（2011）は大学生の「ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度」を作成し、“孤独・不安”“自立・理想”“充実・満足”の3つの下位尺度を見出している。この尺度はひとりで過ごすことに関して否定的に捉えるだけでなく、肯定的に捉えられるといえよう。これまでの先行研究から、本研究の仮説として「安心できる人」に“自分ひとり”を高く評定する者は、他者を高く評定する者と比べひとりでいることを肯定的に受け止めているのではないかと考えられる。すなわち、「安心できる人」における“自分ひとり”の評定と“孤独・不安”は負の相関，“充実・満足”及び“自立・理想”は正の相関になることが推測される。

なお、本研究は女子青年のみを対象とした。女性は男性に比べ他者志向性や関係維持願望が高いこと（佐久間・無藤，2003）、「安心できる人」の選択において“母親”や“友人”が上位である一方，“自分”の選択が低い（豊田・岡村，2001）ことから、ひとりで過ごすことに関する感情・評価に個人差が出やすいのではないかと考えたためである。

方 法

調査対象

大学・短期大学・専門学校生女子234名。平均年齢は19歳5か月。

調査内容

年齢・性別の明記を求めるフェイスシートの他、下記項目を印刷したB4判調査用紙を用意した。

a) 「居場所」(安心できる人) 調査 “あなたは以下の人と居る時に安心できますか。ここで用いている「安心できる」とは、ホッとする、落ち着く等という意味です。”という指示を行い、豊田・岡村（2001）で頻出した上位の項目及び岡村・豊田（2004）、Okamura（2008）の結果を参考に“自分ひとり”“家族”“友人”という場面を設定

した。

b) ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度(ひとり感情・評価尺度)(海野・三浦, 2011を改変) ひとりで過ごすことに関して, どのような感情や評価を行っているかを測定する尺度である。海野・三浦(2011)の項目は現在の状態を尋ねるものと過去と比した現在の状態を尋ねるものが混在していたため, 現在の状態を尋ねている項目表現の統一を行った。“孤独・不安”9項目, “充実・満足”4項目, “自立・理想”5項目の計18項目。

調査手続

筆者の授業中に上述の調査用紙を配布し, 集団的に実施。以下に示す調査について回答を求めた。

1) 「居場所」(安心できる人) 調査 上記 a) の調査項目について, “自分ひとり” “家族” “友人” とする場面それぞれに “5: とても安心できる” から “1: あまり安心できない” の5件法で評定を行った。

2) ひとり感情・評価尺度 上記 b) の調査項目について, “6: とてもそう思う” から “1: まったく思わない” の6件法で評定を行った。

なお, 調査手続においては倫理的配慮を行った。具体的には, 調査用紙冒頭に当該調査の内容に関しては授業とは関係ないこと, 結果は全て統計的に処理され個人を特定する形で公表することはないことを明記し, 調査実施前にも口頭で上述の説明を行ったうえで, 調査への回答は自由意志であり調査に拒否しても個人の不利益になることは決してないことを説明した。

結果と考察

「居場所」(安心できる人) 評定

“とても安心できる”(5点)から“あまり安心できない”(1点)の得点を与えた。安心できる人ごとに集計した結果を表1に示す。1要因参加者内分散分析を行った結果, 有意な差を見だし($F(2,233)=41.02, p<.001$), 家族>友人>自分の順に評定が高かった。本研究の結果は岡村・豊田(2008)と同様の傾向を示しており, 先行研究の結果を支持していると言えよう。“家族”への評定が高いのは, 特に母親への安心感(豊田・岡村, 2001, 2002; 岡村・豊田, 2002)が反映されているものと考えられる。

表1 「居場所」(安心できる人) 評定

自分ひとり		家族		友人	
<i>M</i>	(<i>SD</i>)	<i>M</i>	(<i>SD</i>)	<i>M</i>	(<i>SD</i>)
3.59	(1.13)	4.39	(.93)	4.08	(.83)

ひとり感情・評価尺度の検討

ひとり感情・評価尺度について, 海野・三浦(2011)に従い, 主因子法・プロマックス回転による因子分析を実施した。因子負荷量が.35未満であった項目を除外し, 最終的な因子パターンを得た。結果を表2に示す。回転前の3因子で16項目の全分散を説明する割合は59.62%であった。また, Cronbachの α 係数を算出した結果, 第1因子は.90, 第2因子は.82, 第3因子は.64であった。海野・三浦(2011)に従い, 第1因子は「孤独・不安」, 第2因子は「充実・満足」, 第3因子は「自立・理想」と命名した。本研究の結果は海野・三浦(2011)とはほぼ同様であり, ひとり感情・評価尺度の因子構造及び下位尺度項目がおおよそ安定していることが明らかとなった。

表2 ひとり感情・評価尺度の因子分析結果（プロマックス回転後）

	I	II	III	共通性	M	(SD)
第1因子 孤独・不安 ($\alpha = .90$)						
ひとりで過ごすことに苦痛を感じる	.83	.02	-.01	.68	2.62	(1.40)
「ひとりの時間」は孤独だ	.81	-.11	-.06	.75	2.84	(1.47)
ひとりで過ごしていると不安になる	.80	-.01	.07	.66	3.28	(1.56)
「ひとりの時間」は苦手だ	.78	-.11	.05	.73	2.59	(1.50)
「ひとりの時間」はさみしい	.74	-.04	-.12	.58	3.37	(1.46)
できることなら、ひとりでいたくない	.68	-.04	.02	.50	3.44	(1.38)
ひとりである人を見ると、さびしい人だと思う	.66	.20	-.05	.34	2.44	(1.35)
本当は友達と一緒にいたい、仕方なくひとりで過ごしている	.39	.01	.13	.17	2.16	(1.26)
第2因子 充実・満足 ($\alpha = .82$)						
充実した「ひとりの時間」を持てていると思う	.01	.88	.01	.77	3.63	(1.34)
「ひとりの時間」を有効に使っていると思う	.02	.75	.00	.54	3.67	(1.41)
「ひとりの時間」の過ごし方に満足している	-.13	.67	.01	.55	3.82	(1.36)
バランス良く「ひとりの時間」が作れている	.07	.63	-.06	.36	3.58	(1.33)
第3因子 自立・理想 ($\alpha = .64$)						
友達と一緒になくても行動できるようになりたい	.01	-.08	.67	.46	4.40	(1.37)
「ひとりの時間」を楽しめるようになりたい	-.10	.03	.63	.41	4.55	(1.35)
ひとりでも過ごせる人は素敵だと思う	-.01	-.11	.60	.36	4.22	(1.40)
ひとりで過ごすことは自立のイメージがある	.31	.25	.36	.23	3.29	(1.44)
因子間相関	I	II	III			
	I	-.50	.08			
		II	.02			

注) 項目内の下線部は海野・三浦 (2011) の項目から表現を変更した箇所

「安心できる人」とひとり感情・評価尺度の関係

「安心できる人」評定とひとり感情・評価尺度の関係を調べるために、「安心できる人」評定得点と、ひとり感情・評価得点との相関係数 (r) を算出した結果を表3に示す。「安心できる人」においては「家族」と「友人」で弱い正の相関 ($r = .30$) であった。また、「自分ひとり」と「孤独・不安」で中程度の負の相関 ($r = -.57$)、「充実・満足」で弱い正の相関 ($r = .32$) であった。下位尺度の平均得点 $\pm 1/2SD$ によって3群に分け、それぞれの群における安心できる評定得点の平均を算出した結果を表4に示す。下位尺度ごとに3 (下位尺度得点高・中・低) $\times 3$ (「安心できる人」; 「自分ひとり」 「家族」 「友人」) の分散分析を行った結果、「孤独・不安」 ($F(4,462) = 21.27$, $p < .001$) と「充実・満足」 ($F(4,462) = 2.93$, $p < .05$) の各群において交互作用が有意であった。それぞれ単純主効果検定を行ったところ、「自分ひとり」得点において「孤独・不安」の低 $>$ 中 $>$ 高群、「充実・満足」の高 $>$ 中 $>$ 低群という関係が示された。上述の結果から、ほぼ仮説通り「自分ひとり」の安心感を高く評定するものは、ひとりで過ごすことに肯定的な捉え方をしていることが示唆され、ひとりで過ごす感情・評価との関係が明らかになった。

また、上述の結果は自分自身の内面への関心と関連があるとも考えられる。岡村・豊田(2002)は、「安心できる人」に自分を選択する者は、私的自意識が高いことを見いだしている。これは自分ひとりを志向する者は、自分の内面に関心を持っていると言えよう。自分ひとりを志向する者が孤独や不安を感じておらず、充実や満足を感じているという本研究の結果は、他者への外的世界の関心よりも自分自身の内的世界への関心が高いことが背景にあると考えられる。

一方、「自立・理想」との有意な関連がみられなかった($F(4,462)=.37$)のは、以下の要因が考えられる。すなわち、「自立・理想」は、ひとりで過ごすようになりたい、友達と一緒になくても行動できるようになりたい、という理想を持ちながらも、実際にはまだそうすることができていない状態も含まれている(海野・三浦, 2011)。特に、ひとりの時間を楽しむことや、ひとりの時間を自らの成長のために使うことができていない者は「自分ひとり」に安心感を見出せないのかもしれない。

表3 「安心できる人」とひとり感情・評価尺度の関係(r)

	安心できる人			ひとり感情・評価		
	自分ひとり	家族	友人	孤独・不安	充実・満足	自立・理想
自分ひとり	-	.04	-.18 **	-.57 ***	.32 ***	.06
家族		-	.30 ***	-.04	.11	.04
友人			-	.08	-.01	-.01
孤独・不安				-	-.46 ***	.12
充実・満足					-	.00
自立・理想						-

** $p < .01$ *** $p < .001$

表4 「安心できる人」とひとり感情・評価下位尺度各群の関係

ひとり感情・評価		安心できる人						
		n	自分		家族		友人	
			M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)
孤独・不安	高群	67	2.84	(1.11)	4.37	(.93)	4.16	(.90)
	中群	86	3.48	(.98)	4.38	(.98)	4.10	(.75)
	低群	81	4.35	(.78)	4.40	(.89)	3.99	(.86)
充実・満足	高群	75	3.99	(1.01)	4.48	(.86)	4.16	(.87)
	中群	86	3.58	(1.07)	4.41	(.95)	4.03	(.82)
	低群	73	3.21	(1.19)	4.26	(.99)	4.05	(.81)
自立・理想	高群	81	3.70	(1.12)	4.49	(.91)	4.14	(.85)
	中群	86	3.56	(1.08)	4.33	(.86)	3.98	(.83)
	低群	67	3.51	(1.20)	4.33	(1.05)	4.15	(.82)

今後の検討課題

本研究は、「安心できる人」の評定に及ぼす変数として、ひとり感情・評価尺度との関係が明らかとなった。今

後の検討課題として、以下に内的要因と外的要因それぞれの検討事項を示す。

まず内的要因として、パーソナリティ特性の影響が挙げられる。「ひとりであること」は、現代の青年発達においては意味を持つと考えられているが、場合によっては不適応（不健康）な状態である可能性もある（海野・三浦，2010）。「安心できる人」に“自分ひとり”を選択する者は他者を選択する者に比して心理的距離をとる傾向にあり（岡村・豊田，2002），アタッチメントスタイルにおける“回避”が「居場所」における安心できる程度を有意に予測できることを明らかにしている（岡村・豊田，2007）。ただし，パーソナリティ特性が「安心できる人」の評定にどのような影響を及ぼし、「居場所」を規定するのかは十分明らかになっていない。今後さらなる研究の蓄積が必要であると考えられる。

また，外的要因として平常時と危機的場面における比較検討が挙げられる。本研究では平常時における「安心できる人」の検討を行ったが，自我脅威にさらされる危機的場面における検討はされていない。今後は状況の変化による「安心できる人」の比較を行うことが必要であると考えられる。

引用文献

- 石本雄真（2009）. 居場所概念の普及およびその研究と課題 神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, 3(1), 93-100.
- 岩波書店（2008）. 広辞苑 第6版
- 児童館・学童保育21世紀委員会（編著）（1995）. 21世紀の児童館学童保育Ⅱ 児童館・学童保育と居場所づくりー子どもの生活に躍動と癒しの拠点を 萌文社
- 文部省中学校課（1992）. 登校拒否（不登校）問題についてー児童生徒の「心の居場所」づくりを目指して（学校不適応対策調査研究協力者会議報告） 教育委員会月報, 44, 25-29.
- 中島喜代子・廣出 円・小長井明美（2007）. 「居場所」概念の検討 三重大学教育学部研究紀要, 58, 77-97.
- 中谷陽輔（2011）. 居場所を感じる自己 榎本博明（編著）自己心理学の最先端：自己の構造と機能を科学する あいり出版（pp.141-151）.
- 能重真作（1998）. 居場所を求める子どもたち あゆみ出版
- Okamura, T. (2008). Classification of Ibasho "Person who eases your mind" in female undergraduates, Poster presented at XXIX International Congress of Psychology, Berlin, July 21-25.
- 岡村季光（2010）. 青年期における『居場所』の射程 奈良保育学院研究紀要, 14, 29-38.
- 岡村季光・豊田弘司（2002）. 大学生における『居場所』の個人差の検討（2）～自己意識及びエゴグラムとの関係から～ 日本発達心理学会第13回大会発表論文集, 321.
- 岡村季光・豊田弘司（2004）. 青年期後期の「安心できる人」を類型化する試み 日本発達心理学会第15回大会発表論文集, 79.
- 岡村季光・豊田弘司（2007）. 「居場所」（安心できる人）を規定する要因ー内的作業モデルによる検討ー 日本教育心理学会第49回総会発表論文集, 126.
- 岡村季光・豊田弘司（2008）. 人間関係が「居場所」（安心できる人）に及ぼす影響（1）ー友人関係による検討ー 日本発達心理学会第19回大会発表論文集, 358.
- 小沢一仁（2000）. 自己理解・アイデンティティ・居場所 東京工芸大学工学部紀要 人文・社会編, 23(2), 94-106.

- 小沢一仁 (2002). 居場所とアイデンティティを現象学的アプローチによって捉える試み 東京工芸大学工学部紀要 人文・社会編, 25(2), 30-40.
- 佐治守夫 (監修) 岡村達也・加藤美智子・八巻甲一 (編著) (1995). 思春期の心理臨床 学校現場に学ぶ「居場所」づくり 日本評論社
- 佐久間路子・無藤 隆 (2003). 大学生における関係的自己の可変性と自尊感情との関連 教育心理学研究, 51, 33-42.
- 三省堂 (2004). 新明解国語辞典 第6版
- 坂本昇一 (1993). 登校拒否のサインと心の居場所 小学館
- 佐治守夫 (監修) 岡村達也・加藤美智子・八巻甲一 (編著) (1995). 思春期の心理臨床 学校現場に学ぶ「居場所」づくり 日本評論社
- 小学館 (2001). 日本国語大辞典 第2版
- 杉本希映・庄司一子 (2006). 「居場所」の心理的機能の構造とその発達的变化 教育心理学研究, 54, 289-299.
- 杉本希映・庄司一子 (2007). 子どもの「居場所」研究の動向と課題 カウンセリング研究, 40, 81-91.
- 豊田弘司・大賀香織・岡村季光 (2007). 居場所(「安心できる人」と情動知能が孤独感に及ぼす効果 奈良教育大学紀要, 56(1), 41-45.
- 豊田弘司・岡村季光 (2001). 大学生における『居場所』 奈良教育大学教育研究所紀要, 37, 37-42.
- 豊田弘司・岡村季光 (2002). 大学生における『居場所』の個人差の検討(1)～対人関係の認識の関係から～ 日本発達心理学会第13回大会発表論文集, 320.
- 海野裕子・三浦香苗 (2010). 大学生における「ひとりの時間」と孤独感・対人恐怖心性との関連 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 12, 51-61.
- 海野裕子・三浦香苗 (2011). ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の検討 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 13, 121-126.
- 矢作博美 (2005). 子ども・若者における「居場所」に関する研究の概観 聖マリアンナ医学研究誌, 5, 121-126.