

# 「居場所」(安心できる人)を規定する媒介要因の検討

－ “自分ひとり” で過ごす居場所に注目して－

## Investigation on a Mediator as Determinants of *Ibasho* (The person who eases one's mind):

Assessments about *Time Spent Alone*

岡村 季光

Toshimitsu Okamura

### 要旨

本研究の目的は、居場所(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・評価を測定し、安心できる人を規定する要因に媒介要因が介在している可能性を検討することであった。大学生260名に調査を行った結果、自分ひとりの居場所を志向する要因は、ひとりで過ごすことによる充実感や満足感によって規定されており、さらに両者の関係にはひとりで過ごすことへの孤独感や不安感のなさが媒介していることが明らかになった。

キーワード: “自分ひとり” の居場所、安心できる人、孤独感、充実感、満足感

### I. 問題と目的

人は社会的存在であるが故に、社会の中で様々な他者と関わって活動をする一方、心休まる空間を希求する。その「空間」に他者が存在するか否かは、過ごす時間と空間がもつ性質により異なることは想像に難くない。

岡村(2015)は、これまでの居場所に関する先行研究で多く指摘されていた「精神的安定」(杉本・庄司, 2007)という主観的感情を重視し、「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つの要素により構成され、人との関係を基盤として、そこに時間及び空間の要因が入ると考えた。それ故、「安心できる人」が居場所における重要な要因であり、「安心できる人」の捉え方には個人差があることを示した。

特に、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、大学生にとってのひとりの時間は「自己内省」の意味を持ち、個人的活動に没頭することで充実・満足感を得られ、自我同一性形成に役立つ(増淵(海野), 2014)とされている。さらに、岡村(2014)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・評価の関係を検討した結果、“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。これはひとりで過ごすことに必ずしもネガティブな感情を抱いていないことを示唆するものであった。

一方、ひとりで過ごす居場所に肯定的な意味を見いだせていない論調も散見される。例えば、石本（2009）は、居場所と精神的健康の関連について検討した結果、社会的居場所の確保と精神的健康は正の相関であったが、個人的居場所とは有意な相関がみられなかった。また、若山（2001）は、個人的居場所は安心感をえられる意義はあるものの、「ひきこもり」の舞台になる可能性を示唆した。さらに、山岡（2002）は、他者との関係性から切り離されたところに居場所を求める心性の裏には、心理的問題が潜んでいると指摘した。

上述のように、ひとりで過ごす居場所については見解が分かれる。その理由として、ひとりで過ごす居場所を志向する要因が異なるため、個人差が生じるのではないかと考えられる。すなわち、“自分ひとりでいる時”を本人が積極的に意味づけている場合と、ネガティブに捉えている場合では意味は異なる。豊田・大賀・岡村（2007）は、「安心できる人」の選択による孤独感得点は情動知能（Toyota, Morita, & Takšić, 2007）の高低により影響を受けていることを明らかにした。この場合は、情動知能が媒介変数として機能していることになるだろう。どのような要因が媒介変数として安心できる人の評定に機能しているのかを検討することが求められる（岡村・豊田, 2016）。

そこで本研究では、居場所（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・評価を測定し、安心できる人を規定する要因に媒介要因が介在している可能性を検討することを目的とする。

## 2. 方法

### 2.1 調査対象者

近畿圏内に在住の大学生260名（男子111、女子149）が対象であった。平均年齢は19.57歳（SD 2.57）であった。

### 2.2 調査内容

2.2.1 「居場所」（安心できる人）ごとの安心できる程度の評定 “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。”という教示を行い、“自分ひとり”“父親”“母親”“きょうだい”“現学校以前の友人”“現学校以降の友人”という場面を設定した。そして、各場面において安心できる程度を調べるために“5：とても安心できる”から“1：あまり安心できない”の5件法尺度を設定した。

2.2.2 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）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った。増淵（海野）（2014）によって開発された。“孤独・不安”11項目（例「ひとりの時間」はさみしい）、“自立・理想”8項目（例 友達と一緒になくても行動できるようになりたい）、“充実・満足”4項目（例「ひとりの時間」を有効に使っていると思う）、“孤絶願望”3項目（例 できることなら、だれもいないところに住みたい）の計26項目からなっていた。各項目について“6：とてもそう思う”から“1：まったく思わない”の6件法尺度を設定した。

### 2.3 調査手続

著者が担当する授業終了後に上述の調査用紙を配布し、以下に示す調査を集団的に実施した。

2.3.1. 「居場所」（安心できる人）ごとの安心できる程度の評定 2.2.1に記述した調査項目について、“自分ひとり”“父親”“母親”“きょうだい”“現学校以前の友人”“現学校以降の友人”という場面においてそれぞれ5件法で行った。

2.3.2. ひとり感情・評価尺度の評定 2.2.2に記述した調査項目について6件法で行った。

2.3.4. 倫理的配慮 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、結果の処理は全て統計的に処理され個人を特定する形で公表しないことを明記

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になることは決してないことを説明した。

### 3. 結果と考察

3.1 男女別各評定値の検討 安心できる人の評定値とひとり感情・評価得点を男女別に検討した。その結果を表1に示す。男女別に $t$ 検定を行った結果、“自分ひとり” ( $t(258)=2.18, p<.05, d=.27$ )、“母親” ( $t(258)=2.70, p<.01, d=.34$ )、“きょうだい” ( $t(258)=3.07, p<.01, d=.38$ ) で有意な差を見だし、“自分ひとり”は女子に比して男子の方が、“母親”及び“きょうだい”は男子に比して女子の方がそれぞれ得点が高かった。

表1 男女別各評定の平均及び標準偏差及びSD

変数名	男子 ( $n=111$ )		女子 ( $n=149$ )		全体 ( $n=260$ )	
	平均	SD	平均	SD	平均	SD
<ひとり感情・評価>						
孤独・不安	2.57	.93	2.48	.82	2.52	.87
自立願望	4.08	.80	4.25	.78	4.18	.79
充実・満足	4.14	1.05	4.24	.99	4.20	1.02
孤絶願望	2.32	1.00	2.27	.93	2.29	.96
<安心できる人評定>						
自分ひとり	3.61	1.06	3.32	1.06	3.45	1.07
父	3.12	1.16	3.36	1.19	3.25	1.18
母	3.45	1.11	3.82	1.07	3.66	1.10
きょうだい	3.19	1.19	3.62	1.09	3.44	1.15
以前友人	4.03	1.04	3.99	1.06	4.00	1.05
以降友人	3.57	1.00	3.59	1.04	3.58	1.02

3.2 安心できる人の評定値とひとり感情・評価得点の相関 ( $r$ ) 上述で示した通り、各変数には男女差がみられたことから、安心できる人の評定値とひとり感情・評価得点の相関 ( $r$ ) を男女別に検討した。その結果を表2に示す。男女ともに“孤独・不安”と“充実・満足”は負の相関であった。増淵(海野)(2014)は、ひとり感情・評価尺度を作成する際に因子間相関を検討した結果、“孤独・不安”と“充実・満足”に中程度の負の相関を見いだしており、本研究の結果はそれを追証するものと言えよう。

また、男女ともに、“自分ひとり”と“孤独・不安”は中程度の負の相関、“自分ひとり”と“充実・満足”は中程度の正の相関、“現学校以降の友人”と“孤絶願望”は弱い負の相関であった。ひとりであることを志向する者は、ひとりであることに孤独感や不安感を感じていないだけでなく、充実感や満足感も得ていることが明らかになった。

表2 安心できる人の評定値とひとり感情・評価得点の相関 ( $r$ )

	孤独不安	自立願望	充実満足	孤絶願望	自分ひとり	父	母	きょうだい	以前友人	以降友人
孤独不安		.09	-.52 **	-.19 *	-.40 **	-.03	-.04	-.11	-.15 +	.13
自立願望	.14		.21 *	.08	.07	.15 +	.24 **	.13	.09	.05
充実満足	-.42 **	.21 *		.03	.33 **	.04	.18 *	.24 **	.12	.01
孤絶願望	.03	.11	.04		.29 **	-.07	-.16 +	-.08	-.07	-.39 **
自分ひとり	-.49 **	.11	.40 **	.16 +		.14 +	.09	.19 *	.12	-.05
父	-.08	-.13	-.03	-.31 **	.07		.61 **	.57 **	.22 **	.19 *
母	-.19 +	.06	.15	-.11	.25 **	.68 **		.53 **	.27 **	.28 **
きょうだい	.01	.01	-.06	-.10	.07	.56 **	.55 **		.27 **	.26 **
以前友人	-.03	.10	.12	-.20 *	.13	.18 +	.16 +	.31 **		.41 **
以降友人	-.06	.08	.09	-.23 *	.04	.34 **	.29 **	.39 **	.42 **	

左下は男子, 右上は女子 \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$ , +  $p < .10$

3.3 安心できる人を規定する媒介要因の検討 “自分ひとり”の居場所を志向する要因を検討するため、“自分ひとり”と“充実・満足”に“孤独・不安”が媒介しているモデルを仮定し、ブートストラップ法(リサンプリング回数は2000回)を用いて間接効果(媒介効果)の95%信頼区間を算出した。その結果を図1及び図2に示す。男女ともに“充実・満足→孤独・不安→自分ひとり”の標準化した間接効果の95%信頼区間は.01~.08(標準化した点推定値は男子で.04、女子で.05)であり、有意な間接効果が認められた(男子は $Z=3.04$ ,  $p < .01$ , 女子は $Z=3.41$ ,  $p < .001$ )。自分ひとりの居場所を志向する要因は、ひとりで過ごすことによる充実感や満足感によって規定されており、さらに両者の関係には孤独感や不安感のなさが媒介していることが考えられた。

岡村・豊田(2016)は、対人関係の表象として挙げられるアタッチメントのパターンである愛着スタイルに着目し、「居場所」における安心できる程度の評定値、ひとりで過ごすことに関する感情・評価及び成人愛着スタイルの関連を検討した。その結果、安心できる人を規定する要因として、男女ともに“自分ひとり”は“孤独・不安”が予測変数として有意であった。本研究の結果は、自分ひとりで過ごすことに不安や孤独を感じない背景には、充実感や満足感が存在することが明らかになり、ひとりで過ごす居場所には、“自分ひとりである時”を本人が積極的に意味づけているか否かが重要であることが示唆された。

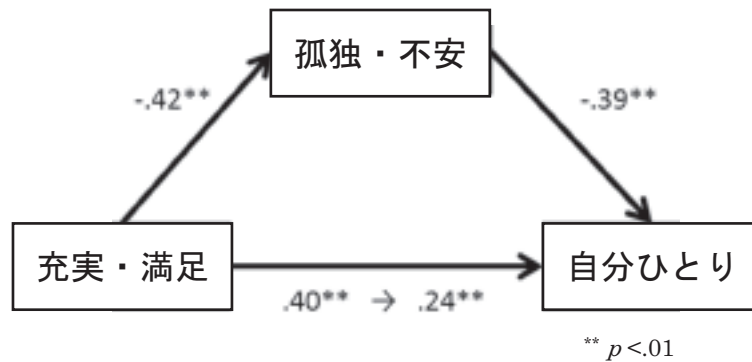


図1 安心できる人を規定する媒介要因 (男子)

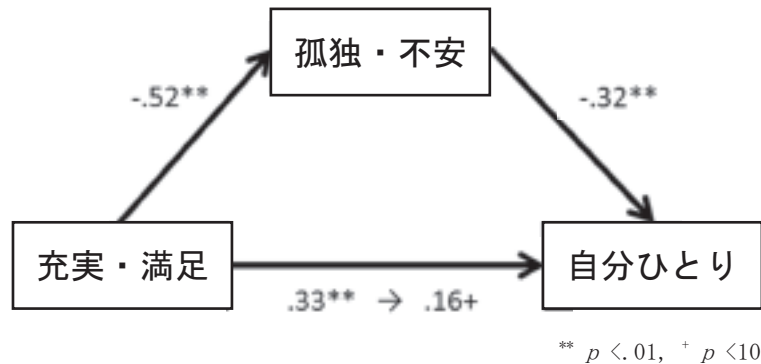


図2 安心できる人を規定する媒介要因 (女子)

3.4 おわりに 本研究の目的は、居場所(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・評価を測定し、安心できる人を規定する要因に媒介要因が介在している可能性を検討することであった。検討の結果、自分ひとりの居場所を志向する要因は、ひとりで過ごすことによる充実感や満足感によって規定されており、さらに両者の関係にはひとりで過ごすことへの孤独感や不安感のなさが媒介していることが明らかになった。

今後の検討事項として、普段の他者とのつながりについて検討することが挙げられる。孤独感とは人の社会的関係の不足から生じるものであり(Peplau & Perlman, 1982)、社会的孤立や独居が孤独感を生み出すとすれば、それは当事者に強い社会的接触の欲求が存在する場合である(工藤・西川, 1983)とされている。普段他者とのつながりをどれほど感じているか否かを併せて検討することにより、自分ひとりの居場所について、より精緻に意味を見いだすことが期待できる。

#### 引用文献

石本雄真(2010). こころの居場所としての個人的居場所と社会的居場所—精神的健康および本来感、自己有用感との関連から— カウンセリング研究, 43(1), 72-78.

工藤 力・西川正之(1983). 孤独感に関する研究(Ⅰ):孤独感尺度の信頼性・妥当性の検討 実験社会心理学研究, 22(2), 99-108.

- 増淵（海野）裕子（2014）. 大学生における「ひとりの時間」の検討および自我同一性との関連 青年心理学研究, 25(2), 105-123.
- 岡村季光（2014）. 「居場所」（安心できる人）とひとりで過ごす感情・評価の関係 奈良学園大学研究紀要, 1, 191-197.
- 岡村季光（2015）. 一人ひとりの「居場所」をどうつくるか 梶田叡一（責任編集）・人間教育研究協議会（編） 実践的思考力・課題解決力を鍛える：PISA型学力をどう育てるか（教育フォーラム55） 金子書房, pp.111-121.
- 岡村季光・豊田弘司（2016）. 「居場所」（安心できる人）を規定する要因—ひとりで過ごす感情・評価及び成人愛着スタイルによる検討— 奈良教育大学紀要（人文・社会科学）, 65(1), 27-34.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley
- 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.
- Toyota, H., Morita, T., & Takšić, V. (2007). Development of a Japanese version of the emotional skills and competence questionnaire. *Perceptual and Motor Skills*, 105, 469-476.
- 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（人文・社会科学）, 56(1), 41-45.
- 若山 隆（2001）. こころとからだの在るところ：私たちの居場所の問題 現代と文化, (105), 67-82.
- 山岡俊英（2002）. 学生の居場所とセルフエスティームに関する一研究 佛教大学教育学部学会紀要, 1, 137-167.