

大学生の居場所に関する研究

—居場所のなさに着目して—

The Search for “The Place of their Own” in Campus Life

飯田沙依亜[†], 甲村和三^{††}, 舟橋厚[†], 長谷川桜子[†], 竹澤大史[†], 幡垣加恵^{†††}

Saea Iida, Kazumi Kohmura, Atsushi Funahashi, Sakurako Hasegawa, Taishi Takezawa, Kae Hatagaki

Abstract It is often said nowadays students want “a place of their own” to express themselves and communicate freely with peers. It is certain so far that that's the proper space for them to be themselves. However, it is not yet clear how we can support them to seek such place when they move to the new environment and lose their place. To explore the process they found their place, we investigated the feeling states they experience upon losing their place and the way of dealing with loss of their place. Two hundred fifty three undergraduate students participated in this study. We conducted this survey in the form of a questionnaire, which consisted of three parts. First, we asked them to recall and report the most vividly retained experience of losing place in their life. Second, we asked them how and when they settled into campus life. Third, we asked them to recall some typical situations of losing place and report how they coped with such situations. Based on our results, we discuss the meaning of “the place of their own” in campus life and attempt to clarify some aspects of the current support methods.

1. はじめに

「居場所」とは、広辞苑¹⁾にも「いるところ、いどころ」とのみ記されているように、本来、物理的な空間を示す言葉であった。しかし、近年、「心の居場所」という表現にみられるように、心理学的な意味においても「居場所」という言葉が用いられるようになり、その重要性が多くの研究によって示されるようになった^{2),3),4)}。一方、この後者の「居場所」については、主に教育や心理学の分野において、その適応的効果が期待され、「居場所づくり」の実践も多く行われているものの、その明確な定義づけはなく、どのような実践が居場所に結びつき、適応的な効果に結びつくのかは手探りの状況であるといえる⁵⁾。そこで本研究では、どのような実践が居場所の形成に結びつくのか、そのヒントを探るべく、居場所がない状況に着目し、どのような状況で居場所のなさを感じるのか、またそれはどのような感情なのか。また、居場所のなさを感じた時、どのように対処しているのかを明らかにする。

先述のように、この心理学的な居場所については、明確な定

[†] 愛知県心身障害者コロニー
発達障害研究所 (春日井市)

^{††} 愛知工業大学 基礎教育センター (豊田市)

^{†††} 愛知工業大学 学生相談室 (豊田市)

義が存在しない。現場での気づきとして、上野⁶⁾は、物理的空間の確保のほか、集団の中に自分の位置があることを実感することが居場所を得ることに結びつくという考えを示した。また、都筑⁷⁾は、北山⁸⁾の考察や実践現場での報告をもとに、居場所は物理的な場所と安心した心理状態の両方を含んだものであり、そこでは他者とのつながりが存在していると考えている。そこで、本研究では、これらの知見をふまえ、居場所を「心の拠り所、あるいは占有感の感じられる場所、存在を実感できる場所」と定義した。

また本研究では大学生を対象とした。大学生は身は大人でも、心は相変わらず未成熟ということが少なくない。特に入学時点では不適応を起こす学生が少なからずいるのが現実である。大学に入学すると、親は子から離れることが多いが、当の学生たちはあまりにも高校時代までの生活と異なることに少なからぬショックを感じる。例えば、大学キャンパスは比較にならない広大さを誇り、講義を受講するにしてもその都度教室を変え、その都度席周辺の仲間の顔ぶれが大幅に変わる。自分で判断し、個としての行動が求められるため、高校までと異なり、友だちに頼り頼られる共存的・協同的行動は減る。クラブやサークル活動も、高校時代のどちらかといえば仲良しクラブの人間関係から、時にプロを目指す本格的な活動をする部員も多く、高校時代には一流と思っていた技量も大学のクラブでは並の技量と

化し, 自信を喪失し, 屈辱の状況に追い込まれたりもする。このような大学生を対象とすることで, 彼らの居場所探しを支援, 彼らの健全な大学生活の充実と個の確立に資することを目的とする。

2. 方法

2・1 調査対象・実施時期

2010年12月, 県内の私立大学において, こころの科学(後期), 教育心理学(後期), および生徒指導論(後期)の履修者を対象に実施した。調査対象者は全256名であった。分析は, 他大学の学生1名, 全ての項目に同じ回答を行った2名の合計3名を除き, 253名(男性221名, 女性29名, 不明3名)に対して行った。対象者の学年は1年生109名, 2年生43名, 3年生51名, 4年生45名, 不明5名となり, 1年生が全体の43%を占めた。

2・2 調査内容

調査に用いた質問紙は以下の項目から構成された。調査にかかった時間は20分ほどであった。

2・2・1 フェース・シート

所属大学の確認と, 学年, 専攻, 性別, 日常の住居(自宅・下宿), 自室の状況(個室有・無)を尋ねた。

2・2・2 居場所のなさに関する質問

居場所(自分らしくいられる, 安心できる), 居場所のなさ(自分らしくいられない, 何となく場違いの場所にいる)のそれぞれの実感(以下それぞれ, 居場所経験, 居場所のなさ経験)の有無を尋ねた。居場所のなさ経験があると回答した人には具体的にいつ, どのような状況で実感したのかについて, 最も印象深いものから順に3つ記述してもらい, 更に最も印象に残っている状況について居場所のなさ尺度に回答してもらった。居場所のなさ尺度は居場所尺度⁹⁾, 「居場所がない」感覚尺度¹⁰⁾, 居場所に関する自由記述^{11), 12)}などを参考に選出した全15項目で構成された。回答は「ほとんどそうではない(1)」～「ほとんどその通り(5)」の5件法で求めた。

2・2・3 大学生生活に慣れた時期に関する質問

大学に通うこと, 講義室で受講すること, クラブ活動に参加することの3項目について, 「気持ちの上での慣れがいつ頃できたか」を尋ねた。選択肢は「入学直後にすぐ慣れた」, 「入学後1週間はかかった」, 「入学後1か月はかかった」, 「夏休みが始まる頃に」, 「夏休みが終わる頃に」, 「大学祭が終わった頃に」, 「1年経って」, 「今も慣れていない」の8項目から構成された。クラブ活動については, 入部時期についてもあわせて尋ねた。最後に大学生生活に早く慣れるために, 特に心がけたこと, 工夫し

たことについて自由記述を求めた。

2・2・4 居場所のなさを感じる場面に対する対処行動に関する質問

堤¹⁰⁾の予備調査をもとに大学生が居場所のなさを感じやすい状況として2つの場面を想定した。1つは「あなたは高校時代の同窓会に参加しました。誰か1人くらい知り合いがいるだろうと待ち合わせもせずに会場に到着したあなたは, 早く着きすぎたのか, 周りはどこかで顔は見たことはあっても, 話したことがない人ばかりでした(以下, 同窓会)」であり, もう1つは「あなたは冬休みを前に, 友だち(もしくは家族)と遊びに行く計画を立てています。思い切って自分が行ってみたい場所を目的地として提案しても, 誰からも相手にされず, 無視されてしまいました(以下, 冬休み)」であった。これらの状況について, 自身の経験を振り返りながら, 実際に自身が経験した具体的な状況を思い浮かべながら質問に回答してもらった。質問は, まず経験の有無を尋ね, 「ある」と回答した人にも, 当時の居場所のなさの程度とその時どのように対処したのか, またその効果について回答を求めた。居場所のなさの程度は本研究で用いた居場所のなさ尺度を10項目に集約した尺度で測定した。回答は「ほとんどそうではない(1)」～「ほとんどその通り(5)」の5件法で求めた。対処方略については, 大学生用対人ストレスコーピング尺度¹³⁾などを参考に2つの場面で共通して採用されると考えられる方略を13個選出し, さらに「何もできなかった」を加え, これらに該当しない行動をとった場合のために自由記述欄を設けた。これらの行動に対してそれぞれそのような行動をとったかどうかを「はい」, 「いいえ」で回答し, 「はい」の回答者には「何もできなかった」を除いて, その効果について, 「あった」, 「なかった」, 「わからない」で回答してもらった。

2・3 実施手続き

調査の目的や概要, 得られた回答の取り扱い, そして調査協力の自由についての説明を十分に実施した後, 授業時間内に実施した。調査協力者には謝礼として, コースクレジットが認められた。

2・4 分析

居場所のなさ尺度に関しては因子分析を行った。他の尺度は先行研究に基づき下位尺度を構成し, 下位尺度ごとに評定平均値を算出した。大学生生活への対処方略については報告された方略をその人数と共に集計した。特定の場面における対処方略については, 設定した14個の対処方略のうち, 「はい」と回答した方略の数やその内容について集計した。これらの値をもとに, それぞれの値の関係について検討を行った。

3. 結果

3・1 居場所のなさの構造

居場所のなさ尺度に関して因子分析(主因子法, promax 回転)を行った。固有値の減衰状況から3因子を抽出した(表1)。各因子を構成するそれぞれの項目に対する回答状況を図1にまとめた。

表1 居場所のなさ尺度の因子分析結果

	F1	F2	F3
第1因子			
自分が必要とされていない感じ	.733	.053	-.169
場違いな感じ	.634	-.148	-.092
周囲の人に無視をされている感じ	.617	.045	.100
周囲の人の目が気になる	.538	.142	.054
居たたまれない感じ	.497	.055	-.045
息苦しい感じ	.496	-.194	.229
その場から早く逃げ出したい感じ	.493	-.006	.098
頭が真っ白で何も考えられなかった	.373	.133	.202
第2因子			
周りで誰かが話しかけてくれるのを切望した	-.081	.759	.162
心細い感じ	-.087	.757	-.093
孤独な感じ	.350	.421	-.228
過度な緊張感	.222	.275	.197
第3因子			
いつもの自分とは違う感じ	-.127	-.023	.767
何をしたらよいのかわからない感じ	.021	.258	.436
自分がここに居るのが不思議な感じ	.303	-.200	.344

因子間相関		
	F1	F2
F2	.452	
F3	.396	.154

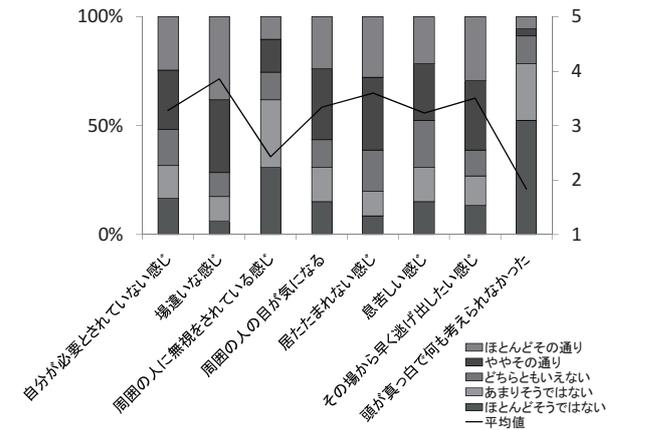
第1因子は、「自分が必要とされていない」、「場違いな感じ」などの項目を中心に構成されており、言葉通り、そこに自分の居場所がないことを痛感し、早くその場を去りたい気持ちが表わされていた。「周囲の人に無視をされている感じ」は負荷量が大きいものの、選択率は低かった。「頭が真っ白で何も考えられなかった」は選択率が低く、負荷量も小さかった。第2因子は「周りで誰かが話しかけてくれるのを切望した」「心細い感じ」を中心に、自分の居場所を見つけられない孤独感や心細さによって構成されていた。第3因子は「いつもの自分とは違う感じ」「何をしたらよいのかわからない感じ」を中心に構成されており、居場所が見つけれず、自分がいつもの自分として存在してよいのかどうかかわからず、どう振る舞えばよいかわからない戸惑いの感情が表わされていた。

3・2 居場所・居場所のなさ経験の有無と大学生活への適応の関係

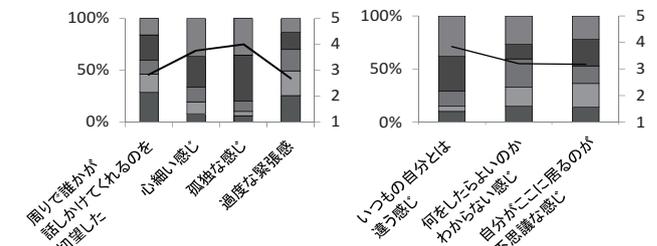
居場所・居場所のなさ経験の有無によるクロス集計の結果を表2に示した。これまでに居場所経験がある人は全体の94.9%(240名)であった。一方、これまでに居場所のなさ経験のある人は全体の49.4%(125名)であった。居場所経験の有無に関係なく、約50%の学生が居場所のなさ経験を有していた。

また、居場所・居場所のなさ経験の有無と、大学生活への適応に要した時間を表3に示した。なお、居場所所有群の合計が表2の239名と異なり、240名になっているのは、居場所のなさに関して無回答であった1名が新たに分析に加えられているからである。

第1因子



第2因子



第3因子

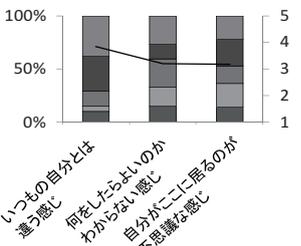


図1 居場所のなさ尺度における各項目の平均値と回答状況

居場所・居場所のなさ経験の有無と大学生活への適応に要した時間との関連は特に見いだされなかった。大学生活に対してはどの群においても、またいずれの活動においても、およそ入学してから1か月前後の間に80%以上の学生が適応していた。また大学へ通う「通学」と大学で授業に参加する「受講」を比べると、「通学」が居場所経験のない群を除いて、入学直後は全体の20%台の人々が慣れたと報告したのに対し、受講の方では30%台の人々が慣れたと報告していた。居場所経験のない群においても、全体の人数が少ないことから、割合は大きな値を示しているが、通学では入学当初38.5%の人々が慣れたと報告したのに対し、受講では69.2%の人々が慣れたと報告しており、値はともかく、受講の方が入学当初に慣れた人々の割合が多かったという他の群における傾向と同じ傾向を示した。

表2 居場所・居場所のなさ経験の分布

居場所	居場所のなさ		合計
	無	有	
無	6	7	13
有	121	118	239
合計	127	125	252

(人数)

表 3 居場所・居場所のなさ経験の有無と
大学生活への適応に要した時間

		通学								
		入学直後	1週間後	1か月後	夏休み前	夏休み後	大学祭後	1年後	慣れていない	合計
居場所	有	59	62	76	17	10	2	9	5	240
	無	5	3	3	0	1	0	0	1	13
		24.6%	50.4%	82.1%	89.2%	93.3%	94.2%	97.9%	100%	-
居場所のなさ	有	30	29	41	8	5	1	6	5	125
	無	34	36	38	8	6	1	3	1	127
		26.8%	55.1%	85.0%	91.3%	96.1%	96.9%	99.2%	100%	-

		受講								
		入学直後	1週間後	1か月後	夏休み前	夏休み後	大学祭後	1年後	慣れていない	合計
居場所	有	83	60	72	12	4	1	4	4	240
	無	9	1	1	2	0	0	0	0	13
		34.6%	59.6%	89.6%	94.6%	96.3%	96.7%	98.3%	100%	-
居場所のなさ	有	47	31	33	7	1	1	4	1	125
	無	45	30	39	7	3	0	0	3	127
		37.6%	62.4%	88.8%	94.4%	95.2%	96.0%	99.2%	100%	-
		35.4%	59.1%	89.8%	95.3%	97.6%	97.6%	97.6%	100%	-

上段：人数 下段：累積パーセント

大学生活に早く慣れるために心がけたことを表 4 において、居場所のなさ経験の有無で分けて集計した。居場所のなさ経験の有無に関係なく、大学生活への適応には「友だちをつくる」、「なるべく人と話をする」が最もよく用いられる方略として挙げられた。次いで共通する方略としては、「学内を歩き回った」が挙げられる。居場所のなさ経験がある学生の特徴として「ありのままの自分である」という回答が多かった。また生活リズムについて、居場所のなさ経験が無い学生は生活リズムを「崩さない」という表現を用いるのに対し、居場所のなさ経験がある学生は「形成し直す」を用いるという表現の違いが見られた。

3・3 居場所のなさを経験しやすい場面における

居場所のなさの喚起度合いと対処行動の関係

本研究では居場所のなさを経験しやすい場面として、同窓会と冬休みの2つの場面を用いた。それぞれの場面を経験したことのある学生は、同窓会で34名、冬休みに25名とそれぞれ全参加者の10%前後と少なかった。居場所のなさ尺度は3点を中心に「ほとんどそうではない(1)」～「ほとんどその通り(5)」の5件法であったため、3点を基準に3点未満を居場所のなさ低群、3点よりも大きい得点を示した学生を居場所のなさ高群とした。その結果、同窓会における居場所のなさ高群は22名(平均値=3.84, SD=0.58)、低群は10名(平均値=1.88, SD=0.64)であり、冬休みにおける高群は8名(平均値=3.76, SD=0.69)、低群は16名(平均値=1.72, SD=0.64)であった。高群、低群それぞれの居場所のなさ得点の間には同窓会、冬休みともに有意な差が確認された(同窓会: $t(30)=8.57, p<.01$; 冬休み: $t(22)=7.16, p<.01$)。

まず、それぞれの場面で用いる対処方略の数を比較した。どちらの場面においても居場所のなさ高群は低群よりも多くの方略を用いた(同窓会: $t(30)=2.71, p<.05$; 冬休み: $t(22)=2.11, p<.05$)。それぞれの平均値ならびに標準偏差は表 5 に示した。

表 4 居場所のなさ経験の有無と
大学生活への適応に用いた方略 (複数回答あり)

居場所のなさ 経験なし (人数)		居場所のなさ 経験あり (人数)		
1位	なるべく人と話をする	26	友だちをつくる	28
2位	友だちをつくる	18	なるべく人と話をする	25
3位	学内を歩き回った	4	ありのままの自分である	6
	生活リズムを崩さない	3	友だちと一緒にいる	5
	学校に毎日通う	3	部活・サークルへ入った	3
	友だちとたくさん	3	学内を歩き回った	3
	いろいろな話をする		友だちとたくさん	3
	いつもの普通の生活と	2	いろいろな話をする	
	同じように考えるよう			
	徹した			
	まじめに講義を受ける	2	生活リズムを	2
			いち早く形成し直す	
	人脈を増やす	2	先輩と仲良くなる	2
	友だちと一緒にいる	2	あいさつを心がけた	1
	アルバイトを長く探して、	1	何事にも積極的に取り組んで、	1
	経済的に安定させようとした		受け身にならない	
	愛知の大学に通うことを選択した	1	身だしなみに気をつけようになっ	1
			た	
	何事にも冷静に行動しようと	1	できる限り多くの講義を受講する	1
	思っていた			
	自立する	1	愛想良くする	1
	人に優しくする	1	自分の個性を持つ(流されない)	1
	図書館で勉強したり、	1	高校で学んでいてすぐ慣れた	1
	出来るだけ早く学校へ行った	1		
	部活・サークルへ入った	1	細かいことは気にしない	1
	明るくやっついこうと心がけた	1	時の流れに任せた	1
	特になし	10	周りに人にかわせる	1
	無回答	51	周りをよく見る	1
			先生の話をしっかりと聞いた	1
			通学途中の時間を読書や勉強に	1
			使うようにした	
			普段通りに生活する	1
			学校に毎日通う	1
			「平気だ」と言い聞かせる	1
			まじめに講義を受ける	1
			特になし	5
			無回答	42

各場面で用いた方略の中で、効果があったと認知された方略の数について同様にまとめたのが表 6 である。どちらの場面においても群間差は有意ではなかった(同窓会: $t(30)=0.92, n.s.$; 冬休み: $t(21)=1.45, n.s.$)。

表 5 各場面における各群の対処方略数の基本統計量

	居場所のなさ(高)	居場所のなさ(低)
Q7(同窓会)	5.73 (2.29)	4.10 (1.10)
Q8(冬休み)	4.00 (1.06)	2.64 (1.95)
	※平均値(標準偏差)	

表 6 各場面において各群が有効であったと認知していた
対処方略数の基本統計量

	居場所のなさ(高)	居場所のなさ(低)
Q7(同窓会)	3.32 (1.81)	2.70 (1.64)
Q8(冬休み)	0.63 (0.92)	1.40 (1.64)
	※平均値(標準偏差)	

各場面において、居場所のなさ高群・低群がそれぞれ用いた対処方略の内容について表 7 にまとめた。有効率とは、その方略を用いて効果があったと認知した人数を、その方略を用いた人数で割った値である。点線は分析対象者の過半数の人が用いた方略と、半分以下の人しか用いなかった方略の境界である。

「ともかく我慢した」については、両群ともに、特に居場所のなさ高群において、よく用いられた。しかし、その効果はあまりないと認知されていた。一方、「なるべく他事を考えていた」も同様に居場所のなさの高低や場面に関係なくよく用いられた方略であったが、これについては多くの人に効果もあったと認知されていた。同様に「携帯をいじっていた」、「友だちにメール、電話した」は場面や、居場所のなさの高低に関係なく、多

く用いられ、有効であったと認知されていた。場面によって用いられる確率が異なる方略として「わざと笑顔をつかった」「一人だけ浮かないように周りに溶け込む努力をした」が挙げられた。共に冬休みにおいて同窓会よりもより多く用いられていた。「周囲の人に自ら話しかけた」については、居場所のなさ高群に比べ、低群においてよく用いられた。

表7 各場面において居場所のなさ高群・低群に用いられた対処方略の内訳

同窓会

居場所のなさ高群	はい	いいえ	有効率
ともかく我慢した	21	1	0.4
いったん部屋の外に出た	15	7	0.6
携帯(メールチェック、ゲーム等)をいじっていた	15	7	0.8
友だちにメール、電話した	14	8	0.7
いい結果だけ予想した	10	12	0.5
周囲の人に自ら話しかけた	10	12	0.7
なるべく他事を考えていた	10	12	0.9
人と視線を合わせないようにした	9	13	0.4
わざと笑顔を作った	6	16	0
ともかく心中で自分を励ました	5	17	1.0
皆、同じ状況だと自分に言い聞かせた	5	17	0.3
1人だけ浮かないように周りに溶け込む努力をした	4	18	0.3
何もできなかった	3	18	-
深呼吸を繰り返した	2	20	0.5

居場所のなさ低群

居場所のなさ低群	はい	いいえ	有効率
携帯(メールチェック、ゲーム等)をいじっていた	7	3	0.7
友だちにメール、電話した	7	3	0.7
周囲の人に自ら話しかけた	6	4	1.0
ともかく我慢した	5	5	0
なるべく他事を考えていた	5	5	0.8
人と視線を合わせないようにした	3	7	0.3
1人だけ浮かないように周りに溶け込む努力をした	3	7	0.7
いい結果だけ予想した	2	8	1.0
いったん部屋の外に出た	1	9	0
ともかく心中で自分を励ました	1	9	1.0
何もできなかった	1	8	-
わざと笑顔を作った	1	9	1.0
深呼吸を繰り返した	0	10	0
皆、同じ状況だと自分に言い聞かせた	0	10	0

冬休み

居場所のなさ高群

居場所のなさ高群	はい	いいえ	有効率
ともかく我慢した	6	2	0
わざと笑顔を作った	4	4	0.3
1人だけ浮かないように周りに溶け込む努力をした	4	4	0
携帯(メールチェック、ゲーム等)をいじっていた	4	4	0.3
なるべく他事を考えていた	3	5	0.3
何もできなかった	3	5	-
いい結果だけ予想した	2	6	0
人と視線を合わせないようにした	1	7	0
周囲の人に自ら話しかけた	1	7	0
皆、同じ状況だと自分に言い聞かせた	1	7	0
深呼吸を繰り返した	1	7	0
ともかく心中で自分を励ました	1	7	0.3
友だちにメール、電話した	1	7	0
いったん部屋の外に出た	0	8	0

居場所のなさ低群

居場所のなさ低群	はい	いいえ	有効率
周囲の人に自ら話しかけた	11	4	0.5
ともかく我慢した	7	9	0.4
携帯(メールチェック、ゲーム等)をいじっていた	6	9	0.3
いい結果だけ予想した	4	12	0.5
なるべく他事を考えていた	4	11	0.5
1人だけ浮かないように周りに溶け込む努力をした	4	11	0.5
ともかく心中で自分を励ました	3	12	0.5
わざと笑顔を作った	3	12	0.3
皆、同じ状況だと自分に言い聞かせた	2	13	0
人と視線を合わせないようにした	1	15	0
いったん部屋の外に出た	1	14	1.0
深呼吸を繰り返した	1	14	1.0
何もできなかった	1	13	-
友だちにメール、電話した	0	15	0

4. 考察

本研究では、大学という新しい環境における大学生の居場所探しを適切に支持するため、大きく2つのアプローチから探索的に調査した。1つめは、居場所探しの出発点ともいえる居場所のなさ経験についてそのいくつかの側面を明らかにする。このアプローチによって、居場所を見つけられない辛さや苦しみの共感的理解を助け、より効果的な介入が可能になると考える。2つめは、居場所のなさを経験した際、彼らがどのように対処しているのか、その実態を探る。このアプローチから、それぞれの対処方法の効果を整理し、一人ひとりの状況、認知にあった対処方法の提案が可能となるのではないかと考える。

4・1 居場所のなさに関する考察

人は日常生活において、周りの環境にあわせて様々に行動する。たとえ物理的な環境をどれほど等しくしても、ある時には、水を得た魚のようにのびのびと動き回り、またある時は借りてきた猫のように部屋の隅でじっとうずくまる。このようにある特定の状況におかれた際の心理状態、行動を規定する要因の1つとして本研究では居場所という心理的概念を考えている。

本研究の結果では、居場所のなさは3因子から構成されることが示された。1つめは、早くその場を去りたいという感覚(逃避願望)、2つめは孤独感であり、3つめは自分が何をどうしたらよいのかよくわからない戸惑い感である。中西¹⁴⁾は、大学生に対する予備調査の結果、「安心感」、「受容感」、「役割感」が安定した居場所がある感覚(居場所感)の下位概念であることを確認している。そこに存在することを認められる「安心感」、周りの人からの「受容感」、その場において自分がすべきこと、自分のあるべき姿を見つけた「役割感」と考えることで、本研究で扱った居場所のなさが居場所感と連続性をもった概念であることが示唆された。

居場所感については秦¹⁵⁾でも中西¹⁴⁾と同じ3因子が確認されている。しかし、その後、大久保・青柳¹⁶⁾は「居心地の良さの感覚」、「課題・目的の存在」、「被信感・受容感」に「劣等感のなさ」を加え4因子とし、則定¹⁷⁾は「安心感」、「被受容感」、「役割感」に「本来感」を加え、4因子としている。居場所のなさについても今後、更に詳細な検討が必要であると考えられる。

一方、居場所のなさを扱った研究は本研究が初めてではない。堤¹⁰⁾は、居場所がない感覚に注目し、「対他的疎外感」、「対自的疎外感」の2因子からなる「居場所がない」感覚尺度を構成している。これら2つの因子は、項目内容をみると明確な差異はなく、どちらも主に他者との関係性が切断されていることを示す項目からなっており、因子構成について再検討の必要性を指摘されている⁵⁾。しかし、堤¹⁰⁾の「居場所がない」感覚尺度で測定した感覚が自我同一性の混乱と関連を示していることは居場所とアイデンティティの関連を支持する結果として重要である。「対他的疎外感」、「対自的疎外感」は、本研究においては、主に「孤独感」としてまとめられている項目にあたると思えら

れる。多くの大学生が含まれる、多感な青年期は多くの経験を
 経て、そして危機を乗り越えて自我を確立していく大切な時期
 でもある。今後はこの点についての検討も必要となる。

本研究からは、「居場所のなさ」という言葉の背景には、逃げ
 出してみたいという逃避願望、周囲に人はいるのにひとり
 ぼっちであると感じる孤独感、周囲の動きや流れにうまく乗れ
 ず立ち尽くしてしまう戸惑い感が存在することが示唆された。
 経験豊かな多くの人々は、多少、居場所のない状況でも、しば
 らくは耐えたり、他事に勤しむことで自分の居場所を特に意識
 することなく作ることができるものである。そのため、居場所
 のなさに悩まされたことのない多くの人は安易に、居場所のな
 さに耐え、まずはとにかく毎日きちんと大学に通い、慣れがく
 るのを待つことをアドバイスしたりすることもある。しかし、
 大学生の感じる居場所のなさは、程度の差はあれ、その場から
 早く逃げ出したいという衝動を引き出すこと、「孤独」と表現し
 ても、物理的に周囲に人がいなくて孤独なのではなく、自分
 に対する肯定的な関心の不足により孤独を感じていること、「役
 割」と表現しても、やるべきことが見つからず何となく手持ち
 ぶさたというわけではなく、より根本的に自分がそこでどうふる
 まえばよいのか、自分のあり方を見失いかけていることなど、
 彼らのメンタルヘルスに直接影響しうる可能性が示唆された。
 「居場所のなさ」は定義が曖昧であり、日常、様々に使われて
 いる。また、本研究で示されたように、誰もが意識するもので
 はない。このように、その概念を一般化することは難しい。現
 状、「居場所のなさ」というラベルに頼ることなく、「居場所の
 なさ」というラベルを用いて一人ひとりが訴えているそれぞれの
 の生きにくさを注意深く理解するよう心がけることが重要だと
 考えられる。

4・2 居場所のなさへの対処方略に関する考察

本研究では大学生が実際に大学生活への適応で用いた方略と、
 居場所のなさを喚起する特定の場面において用いた方略を想起
 させた。大学生活への適応で用いた方略は自由記述、特定の場
 面に対する方略は予め設定された方略に対し、そのような方略
 を用いたかどうかを選択させた。

その結果、大学生活への適応については「友だちをつくる」、
 「なるべく人と話す」がよく挙げられた。これは、特定の場面
 における結果では、「周囲の人に話しかける」、「一人だけ浮かな
 いように周りにとけ込む努力をした」等と関連があると考えら
 れる。これらの方略はその場面で感じる居場所のなさが低い人
 たちがよく用いた方略であり、その有効率も比較的高い。以上
 の結果から、まず大学生活への適応に限らず、居場所のない状
 況を乗り切るためには、なるべく周りの人たちと話し、彼らと
 関係を築くことが重要だと考えられる。一方で、居場所のなさ
 を強く感じている人々はこの方略を、用いることができないの
 か、用いようとならないのかはわからないが、居場所のなさをあ
 まり感じていない人々に比べ、あまり用いない方略であった。

居場所のなさを強く感じた人々が最もよく用いた方略は、有
 効率は低いものの、「とにかく我慢した」であった。大学生活へ
 の適応に用いられた方略をみると、「時の流れに身を任せた」や
 「平気だ、と言いつ聞かせた」という「とにかく我慢した」に関
 連のありそうな方略が、居場所のなさを経験したことがある
 人々には確認され、一方、経験のない人々には、見られなかつ
 た。有効率が低いことから、この方略は積極的に用いていると
 いうわけではなく、他に術がなく仕方なく用いている、もしく
 は居場所のなさを感じやすい人は居場所のなさを喚起される場
 所において、自動的に「とにかく我慢する」という方略を用い
 やすいという特徴があるのかもしれない。いずれにせよ、この
 点は有効率だけでなく、実際に用いた場合の効果と併せて、今
 後のより詳細な検討が必要であろう。

また居場所のなさを強く感じていた人々の特徴として、居場
 所のなさをあまり感じていない人に比べ、多くの方略を用いる
 ことが挙げられる。しかし、両者の間で、用いて有効であった
 と認知されている方略数に有意な差はなかった。以上から、居
 場所のなさを強く喚起されている人々は、その状況に何とか対
 処しようと意識はしており、様々な方略を試すという形で努力
 もしている。しかし、なかなか自分を悩ませる居場所のなさの
 克服につながる方略が見つけれられないという難しさを抱えてい
 ることが示唆された。

特定の場面における結果をみると、携帯電話に関連する「携
 帯をいじっていた」「友だちにメール、電話した」という方略が、
 居場所のなさの高低に関係なく、よく用いられ、有効率も高か
 った。これは多くの大学生が携帯電話を手放せなくなっている
 理由の1つかもしれない。彼らにとって携帯電話は、居場所の
 なさを喚起するような場面を乗り切るための強力な「気晴らし
 ツール」であり、「ひたすら我慢する」ことを回避し、居場所の
 ないやせなさを軽減してくれる便利な道具なのかもしれない。
 気晴らしは、ネガティブ気分やその原因から注意をそらし、他
 の思考や活動に注意を向けることである。回避的方略として適
 応的でないものと捉えられてきていたが、近年、個人を夢中に
 させるような肯定的報酬となる気晴らしが抑うつなどの軽減に
 効果的とされ¹⁸⁾、ネガティブ気分の低減、ポジティブ気分の喚
 起によって、問題解決を促進することも示唆されている¹⁹⁾²⁰⁾。

大学生活への適応の結果では、携帯電話に関する方略は見ら
 れない。これは同じ居場所のなさを感じる場面であっても、居
 場所のなさに耐えなければいけない時間が影響していると考え
 られる。同窓会において人が集まるまでの時間、友だち(家族)
 との相談の時間などは、少なくとも4年間という大学生活に比
 べればほんの一瞬である。同様の違いは2つの特定の場面の間
 においても見られる。「わざと笑顔をつくった」「一人だけ浮か
 ないように周りに溶け込む努力をした」が友だち(家族)との
 冬休みの相談の方ではよく見られる一方で、同窓会の待ち時間
 の方ではあまりみられない。これは周りにいる人々との関係性
 の違いが影響しているのだろう。友だち(家族)との相談にお

いては、周りの人々は自分にとって重要な人物であるのに対して、同窓会の方では知らない人ばかりである。「いったん部屋の外に出た」も同様であるが、周りにいる人々が今後つきあいを継続していかなければいけない人々なのかどうか影響したと考えられる。これらは居場所のなさへの対処方略が居場所のなさを喚起する場面の特徴に影響されることを示している。居場所のなさへの対処方略研究も、他のストレス場面や葛藤場面への対処方略研究と同様、その場面の特徴など諸要因もふまえて整理していく必要があるだろう。その際、居場所のなさ固有の難しさとして、他の対処方略のようにストレス低減、葛藤解消など目的が明確に設定できないことがある。もちろん居場所の獲得が目標なのであるが、個人にとって実感としての居場所感はずしもはっきりせず、どのような状況を必要としているのかわからない。さらに、居場所がどのように獲得されるのかも現在のところ、明らかではない。本研究のように、居場所のなさを整理し、それぞれの方略によって、何が低減したのか、そして、どのような方略を用い、どのような効果を得ることが居場所獲得へとつながるのかを明らかにすることが、今後の検討課題として挙げられるだろう。

4・3 本研究の問題点と今後の課題

本研究では、大学入学直前に居場所のなさを評定してもらう必要があった。過去の居場所のなさの経験の有無の影響、特定の状況において、その状況に対して喚起された居場所のなさの影響、そのどちらも重要である。しかし、本研究は、大学入学直前に感じた居場所のなさが、新しい生活への適応に及ぼす影響についての検討が十分ではない。これは今後の課題であろう。

実践に還元する居場所研究を考えるにあたって石本⁹⁾は、居場所感がどのような背景で高まるのか、もしくはどのような要因で「居場所がない」という感覚をもつようになるのかを明らかにすることが介入のポイントを示す手がかりとなり、居場所感や「居場所がない」といった感覚に結びつく要因を検討することの必要性を訴えている。また、介入を必要としているのは、居場所を見つけれず、居場所のなさに悩まされ、不適応行動を起こす学生たちである。しかし、居場所のなさを扱う研究は居場所や居場所感に関する研究に比べ、まだ驚くほど少ない。メンタルヘルスの領域でも、自分の存在を実感できるということは自分の居場所を見つけたということであり、向後の活躍の心的拠点を得たということでもある。全ての青年がそのような居場所を確立できるよう、今後は実践への還元も視野に入れ、居場所研究と同様に、居場所のなさに関する研究にも力をいれていく必要があるだろう。

引用・参考文献

- 1) 広辞苑：居場所，岩波書店，1998.
- 2) 石本雄真：居場所に関連する大学生の生活の一場面，神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要，2 (1)，1-6，2008.
- 3) 斎藤富由紀：大学生および高校生における心理的居場所尺度作成の試み，千里金欄大学紀要，73-84，2007.
- 4) 杉本希映，庄司一子：中学生の「居場所環境」と学校適応との関連に関する研究，学校心理学研究，6 (1)，31-39，2006.
- 5) 石本雄真：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)，93-100，2009.
- 6) 上野ひろみ：教室を「まなざしの範囲」にする，吉本（編）新・教授学のすすめ「まなざし」で身に語りかける，明治図書，1989.
- 7) 都筑学：キャンパスにおける大学生の居場所—郊外型のマンモス私大における分析—，日本青年心理学会第6回大会発表論文集，36-37，1998.
- 8) 北山修：自分と居場所，岩崎学術出版社，1993.
- 9) 田中麻貴，田嶋誠一：中学校における居場所に関する研究，九州大学心理学研究，5，219-228，2004.
- 10) 堤雅雄：「居場所」感覚と青年期の同一性の混乱，島根大学教育学部紀要（人文・社会科学），36，1-7，2002.
- 11) 中村泰子：居場所イメージに関する検討—連想語の調査を通して—，日本心理学会大会発表論文集，138，1998.
- 12) 中村泰子：「居場所がある」と「居場所がない」との比較—〇□△法の基礎的研究として—，児童・家族相談所紀要，16，13-22，1999.
- 13) 加藤司：大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成，教育心理学研究，48 (2)，225-234，2000.
- 14) 中西友美：若い世代の母親の居場所感についての基礎的研究，臨床教育心理学研究，26，87-96，2000.
- 15) 秦彩子：「心の居場所」と不登校の関連について，臨床教育心理学研究，26 (1)，97-106，2000.
- 16) 大久保智生，青柳肇：青年用適応感尺度作成の試み—居場所の視点から—，日本教育心理学会第44回総会発表論文集，320，2002.
- 17) 則定百合子：青年期における心理的居場所感の構造と機能に関する実証的研究，神戸大学大学院総合人間科学研究科平成19年度博士論文，未公刊，2008.
- 18) Nolen-Hoeksema, S. "Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes," *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 100, pp. 569-582, 1991.
- 19) Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., and Lyubomirsky, S. "Rethinking rumination," *Perspectives on Psychological Science*, Vol. 3, pp. 400-424, 2008.
- 20) 及川恵，林潤一郎：気晴らし方略が問題解決に及ぼす影響—大学生の学業ストレス場面における検討—，パーソナリティ研究，19 (2)，170-173，2010.

(受理 平成23年3月19日)