

## 女子大学生の「居場所環境」の違いにおける精神的健康と精神的回復力との関連

福井愛加

### I 問題と目的

「居場所」には物理的な側面と心理的な側面があることを多くの研究で指摘されている。物理的な側面としての「居場所」は辞書的な意味での「居場所」である。一方、心理的な側面としての「居場所」にはさまざまな定義があるため、単に「居場所」とだけ表記してしまうと、調査対象者によって「居場所」の捉え方が変わってくる可能性がある。全ての調査対象者に同じ概念を共有してもらうためにも、「居場所」研究の際には、単に「居場所」と明記するのではなく、研究者が自身の研究に即した操作的な定義をするなどの対策が必要となると考えられる。

1992年に、文部省学校不適応対策調査研究協力者会議において、「登校拒否(不登校)問題について—児童生徒の『心の居場所』づくりを目指して—」という報告が発表され、ここでは学校における取り組みとして、学校は「児童生徒にとって自己の存在を実感できる精神的に安心していることのできる場所」である「心の居場所」としての役割を果たすことの必要性が挙げられている(文部省小等中等教育局, 1992)。さらに、2003年には文部科学省生涯学習政策局生涯学習推進課が「子どもの居場所づくり新プラン 地域子ども教室推進事業」(生涯学習政策局子どもの居場所づくり推進室, 2004)を提言し、「3ヶ年計画で計画的に子どもたちの居場所を用意する」ことを発表した。このように、子どもの「居場所」への関心は、「居場所」がないことへの注目から、「居場所」を作るという動きに進展しつつあると言える(杉本・庄司, 2006b)。

杉本・庄司(2006c)は個人が持っている複数の「居場所」を包括的に捉えて分析する必要性を挙げており、その対策として、個人がどのような「居場所」をどれぐらい持っているのかという「居場所環境」の視点を用いて検討している。その視点をうい、杉本・庄司(2006b)は中学生以上の子どもたちは1つの「居場所」で全ての機能を充足することは

困難であり、発達に応じて固有の機能を持った様々な「居場所」を複数持つことで「居場所」の機能を充足していると述べており、良好な精神的健康のためには中学生のころにはまず「居場所」があること、そして「家族のいる居場所」を含んだ「居場所環境」を持っていること、大学生では逆に「自分ひとりの居場所」と「友だちのいる居場所」を含んだ「居場所環境」を持つことが重要であるとしている。また、則定（2007）は心理的居場所感と自己受容、レジリエンスとの関連を検討している。この研究から心理的居場所感と自己受容を介することによって、レジリエンスに結びついていることが示されたが、心理的居場所感とレジリエンスとの直接的な関連は見出されなかった。

そこで、本研究では女子大学生を対象に、「居場所」を「居場所環境」という視点から捉え、精神的健康、精神的回復力との関連性を検討することを目的とする。そのため、「居場所」がある人は「居場所」がない人に比べて、精神的健康度が高い、「自分ひとりの居場所」と「友だちのいる居場所」の2つの居場所を持つ人は他の「居場所環境」を持つ人に比べて、精神的健康度が高い、「居場所」がある人は「居場所」がない人に比べて、精神的回復力が高い、「自分ひとりの居場所」と「友だちのいる居場所」の2つの居場所を持つ人は他の「居場所環境」を持つ人に比べて、精神的回復力が高いという4つの仮説を立てた。

## II 方法

### ①調査対象者

女子大学生 136 名を研究対象とした。平均年齢は 18.96 歳（SD=1.43）であった。

### ②調査内容

#### i) 「居場所環境」について

「居場所とは、いつも生活している中で、特にいたいと感じ、いられる場所とお考え下さい」という説明を付記した上で、居場所の有無（2択）、以下、あると回答した人へのみ「居場所」の具体的な場所を最大5つまで自由記述で回答を求めた。その各「居場所」に対して、「1：自分ひとり、2：家族がいる、3：友だちがいる、4：家族、友だち以外の人がいる（だれかを具体的に記入）」のどれに当てはまるか、当てはまる数字1つの選択を求めた。

#### ii) 精神的健康度について

中川・大坊（1985）によって作成された日本版 GHQ28 を使用した。「身体症状」7項目、「不安と不眠」7項目、「社会的活動障害」7項目、「うつ傾向」7項目、全 28 項目、

4 件法。今回は通常の GHQ の方式（4 件法の回答に 0、0、1、1 点を与える）ではなく、得点が正規分布しやすいよう 4 件法の回答にそのまま 1～4 点を与えることとした。

### iii) 精神的回復力について

小塩・中谷・金子・長峰（2002）によって作成された精神的回復力尺度を使用した。「新奇性追求」6 項目、「感情調整」9 項目、「肯定的な未来志向」6 項目、全 21 項目、5 件法。

そして、i、ii、iii の回答を求めた後、年齢の記入を求めた。

## III 結果

### ① 精神的健康との関連

GHQ の 4 つの下位尺度及び合計得点を平均値により低群と高群に分類し、「居場所」数について、GHQ の低群・高群により、t 検定を行った。その結果、「合計得点」において、「居場所」数の平均値は、低群の「居場所」数が高群の「居場所」数の平均値より有意に高いことが示されたことから、居場所の数を多く持つことで精神的健康が良いことが明らかとなった。次に、自由記述の回答を「居場所環境」ごとに分類した（Table1）。

Table 1 「居場所環境の 8 分類と人数」

	N	
A 群	6	「居場所」なし
B 群	16	「自分ひとりの居場所」1 種類のみ
C 群	9	「家族のいる居場所」1 種類のみ
D 群	0	「友人のいる居場所」1 種類のみ
E 群	17	「自分ひとりの居場所」と「家族のいる居場所」の 2 種類を持つ
F 群	10	「自分ひとりの居場所」と「友だちのいる居場所」の 2 種類を持つ
G 群	36	「家族のいる居場所」と「友だちのいる居場所」の 2 種類を持つ
H 群	42	「自分ひとりの居場所」と「家族のいる居場所」と「友だちのいる居場所」の 3 種類を持つ
合計	136	

Table1 のように分類した「居場所環境」と精神的健康との関連を検討するため、分散分析、多重比較を行った結果、A 群の精神的健康が非常に悪いことが示された（Table2）。そのため、「居場所」の有無と GHQ 尺度との関連を検討した。その結果、「身体症状」、「社会的活動障害」、「うつ傾向」、「合計得点」において有意な弱い負の相関が見られた。単回帰分析の結果、全ての項目において決定係数は低いものの、「居場所」に対して有意な負の影響を与えていることが明らかとなった。次に、「自分ひとりの居場所」の有無、「友だちのいる居場所」の有無との関連を検討したが関連は見られなかった。「家族のいる居場所」の有無と精神的健康との関連を検討した結果、「うつ傾向」（ $t(40.32) = 2.29, p < .05$ ）、「合計得点」（ $t(42.16) = 2.16, p < .05$ ）において有意差が見られた。次に相関を検討した結果、「うつ傾向」（ $r = -.23, p < .01$ ）、「合計得点」（ $r = -.21, p < .01$ ）において、有意な弱

い負の相関が見られた。また、単回帰分析を行った結果、「社会的活動障害」、「うつ傾向」、「合計得点」において有意な負の影響を与えていることが明らかとなった。

Table 2 「居場所環境」の違いによる GHQ 得点の分散分析・多重比較

	A群	B群	C群	E群	F群	G群	H群	F値	多重比較
N	6	16	9	17	10	36	42		
身体症状	20.17(3.13)	15.38(4.77)	14.56(4.28)	16.18(3.32)	16.20(5.33)	15.06(4.24)	15.50(4.15)	1.45	n.s.
不安と不眠	20.33(1.03)	17.00(5.27)	16.78(5.63)	16.06(2.90)	17.30(5.23)	14.86(4.10)	17.02(3.97)	1.98	n.s.
社会的活動障害	17.83(2.79)	14.81(2.83)	13.78(2.33)	14.12(2.32)	15.30(3.92)	14.00(2.56)	14.71(3.07)	1.89	n.s. G<A
うつ傾向	18.83(5.63)	11.94(4.57)	11.44(4.50)	11.41(2.92)	12.90(6.12)	10.08(3.33)	11.64(4.55)	3.82	** B,C,E,G,H<A
合計	77.17(10.87)	59.13(13.43)	56.56(10.85)	57.76(7.38)	61.70(18.13)	54.00(12.09)	58.88(12.92)	3.19	** B,C,E,G,H<A

\*\*\* p<.001\*\* p<.01\* p<.05

## ②精神的回復力との関連

精神的回復力尺度の 3 つの下位尺度及び合計得点を平均値により低群と高群に分類し、t 検定を行った結果、「感情調節」( t (131.78) = -2.23, p<.05)、「肯定的な未来志向」( t (134) = -3.31, p<.001) 得点の高群の「居場所」数の平均値が低群の「居場所」数の平均値より有意に高いことが示されたことから、「感情調整」、「肯定的な未来志向」の状態が良いほど、「居場所」の個数が多いことが示された (Table 3)。

Table 3 精神的回復力の低群・高群別「居場所」数の平均値 (SD) と t 検定の結果

	df	低群	高群	t値
新奇性追求	134	2.38(1.27)	2.71(1.24)	-1.53 n.s.
感情調整	131.78	2.35(1.25)	2.82(1.20)	-2.23 *
肯定的な未来志向	134	2.19(1.10)	2.88(1.28)	-3.31 ***
合計	134	2.36(1.21)	2.76(1.26)	-1.86 n.s.

\*\*\* p<.001 \*\* p<.01 \* p<.05

Table1 の分類を元に分散分析、多重比較を行った結果、「肯定的な未来志向」( F(6,129) = 2.76, p<.05) において有意差が見られた。多重比較 (Tukey-HSD 法, 5%水準) の結果、「肯定的な未来志向」において、E 群 (ひとり&家族)、G 群 (家族&友だち) の得点よりも A 群 (居場所なし) の得点が有意に低いことが示された。次に「居場所」の有無と精神的回復力尺度との関連を検討するため、相関を検討し、「居場所」の有無を独立変数、精神的回復力の下位尺度を従属変数とした回帰分析を行った結果、「肯定的な未来志向」( r = .27, p<.001.)、「合計得点」( r = .20, p<.05) において、有意な弱い正の相関がみられ、単回帰分析を行った結果、「肯定的な未来志向」、「合計得点」において有意な正の影響が示された。また、「家族のいる居場所」の有無との関連を検討した結果、「肯定的な未来志向」( t (134) = -2.31, p<.05) において、「あり」群が「なし」群よりも有意に高かったことから、「家族のいる居場所」を持つ人は「家族のいる居場所」を持たない人と比較して、「肯定的な未来志向」が高いことが示された。さらに、相関を検討し、「家族のいる居場所」の

有無を独立変数、精神的回復力尺度を従属変数とした回帰分析を行った。相関の結果、「肯定的な未来志向」( $r = .20, p < .05$ )において、有意な弱い正の相関がみられ、単回帰分析の結果、「肯定的な未来志向」が「家族のいる居場所」に対して正の影響を与えていることが明らかとなった。また、「友だちのいる居場所」の有無との関連を検討した結果、「肯定的な未来志向」( $t(134) = -2.42, p < .05$ )、において有意差が見られたことから、「肯定的な未来志向」において、「友だちのいる居場所」を持つ人は「友だちのいる居場所」を持たない人と比較して、「肯定的な未来志向」が高いことが示された。さらに、相関を検討し、「友だちのいる居場所」の有無を独立変数、精神的回復力尺度を従属変数とした単回帰分析を行った。相関の結果、「肯定的な未来志向」( $r = .21, p < .01$ )において、有意な弱い正の相関が見られ、回帰分析の結果、「肯定的な未来志向」が「友だちのいる居場所」に対して正の影響を与えていることが明らかとなった。

#### IV 考察

精神的健康との関連を検討した結果、杉本・庄司(2006a)の先行研究とは異なり、「家族のいる環境」、「友だちのいる環境」を自分の「居場所」であると認知している人は精神的健康が良好であることが明らかとなった。女子学生は男子学生よりも親密な親子関係を築いているとされていることから、女子学生は男子学生よりも家族に対して「居場所」を感じている傾向が高いと考えられる。また、精神的回復力においても、則定(2007)の先行研究とは異なり、本研究では「居場所」と精神的回復力との直接的な関連が示された。これは「心理的居場所感」の視点からではなく、「居場所環境」の視点から検討したことが関係していると考えられる。「居場所環境」の視点を用いることで、それぞれの「居場所」に対する感情や依存度を考慮に入れずに検討することになる。自分が「居場所」であると思う場所をどのくらい持っているのか尋ねることで、個人が持っている複数の居場所を包括的に捉えることができるとされている。本研究では「家族のいる居場所」、「友だちのいる居場所」の2つの「居場所」を自分の「居場所」であると認知している人の精神的回復力が高いことが示された。このことから、家族関係、友人関係の両方が良好であることで、個人が困難な状況下に陥っても、乗り越える力が養われるのではないだろうか。

また、今後の課題として以下の3点が挙げられる。1点目はサンプル数についてである。先行研究と比較して、本研究は調査対象者が半分ほどの人数となっている。このことが先行研究との違いと関連している可能性も考えられるため、今後先行研究と比較する際には、

調査対象者の人数も近いものにする必要があると考えられる。また、「居場所環境」を分類した際の各「居場所環境」の人数によって結果が変わってくると考えられることから、人数差が大きい項目は削除して検討する必要があると考えられる。2点目は性差についてである。先行研究との違いとして先に述べたように、男子学生よりも女子学生の方が親密な親子関係であると述べられていることから、大学生において「家族のいる居場所」を持つことが精神的健康に負の影響を与えるとは一概には言えない。そのため、「居場所環境」に焦点をあて、男女を分けて検討することで、より詳しく「居場所」との関連が見出せるのではないだろうか。3点目は「自分ひとりの居場所」についてである。先行研究において、「自分ひとりの居場所(個人的居場所)」は「居場所」ではないという指摘がなされていた。しかし、本研究では「自分ひとりの居場所」が「居場所」であると認知している女子学生が全体の63%に上った。また、「自分ひとりの居場所(個人的居場所)」は研究によって、肯定的な結果が示されたり、否定的な結果が示されたり、関係が見出されなかったりと、異なる結果が示されていることから、今後は、数多く存在する「居場所」の定義を絞り込み、「自分ひとりの居場所」は「居場所」と言えるのか検討する必要があると考えられる。

#### 引用文献

- 文部科学省生涯学習政策局子どもの居場所づくり推進室(2004) 子どもの居場所づくり  
地域子ども教室推進事業の実際にあたって
- 文部省初等中等教育局(1992) 登校拒否(不登校)問題について一児童生徒の「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)
- 則定百合子(2007) 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
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治(2002) ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性-精神的回復力尺度の作成 カウンセリング研究 35 (1), 57 - 65.
- 杉本希映・庄司一子(2006a) 大学生の「居場所環境」と精神的健康との関連—過去の「居場所環境」の認知との比較を中心に— 共生教育学研究, 1, 32 - 47.
- 杉本希映・庄司一子(2006b) 「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(2006c) 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.