

現代青年期女性の「ひとりの居場所」についての一考察

A Discussion About "Personal Ibasho" in Adolescent Women of today

今瀧 倫乃

Rino Imataki

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：青年期女性，ひとりの居場所，成長過程

Key words : Adolescent Women, Personal Ibasho, the Process of Growth

1. 研究目的

「居場所」とは、本来「いるところ」「いどころ」のような物理的な場所や空間を表す言葉であったが、1980年代以降の不登校問題をきっかけに注目が集まり、次第に「心の居場所」という物理的側面と心理的側面の両方を併せ持つものとして理解されるようになった。

心理学において「居場所」は、「他者と場を共有し過ごすこと」と「自分ひとりで過ごすこと」の2つに分類され、心理的側面に焦点を当てた研究が進められている(中嶋・倉田,2004;岸田,2005)。前者は精神的健康との関連や青年期の発達課題であるアイデンティティの確立などにおいて「重要な居場所」として位置づけられているのに対し、後者はひきこもりをはじめとする心理的問題との関連が懸念され、いわば「居場所がない状態」として否定的な観点で捉えられる傾向が長らく主流であった。

しかし2010年代以降、思春期・青年期の人々によって「自分ひとりで過ごすこと」が好んで選択される傾向が垣間見られ、彼らにとって欠かせない「居場所」のひとつとして、その肯定的側面が認識されつつあるという一連の変化が散見されるようになった。

そこで本研究では、「自分ひとりで過ごすこと」をめぐり、従来のような否定的側面の検討に留めてしまうのではなく、青年期女性の成長過程における心理的な支えとして、その肯定的な可能性に焦点を当てた探索的な検討を目的とする。なお、本研究では「自分ひとりで過ごしている」と認識している状態、且つ「心理的居場所感」(則定,2006,2008)を覚えている状態を「ひとりの居場

所」と定義し、現代青年期女性の「ひとりの居場所」の在りようを明らかにすることで青年期における心理的支援に新たな視点を提供する一助となることを期待する。

2. 研究実施内容

(i) 研究I

【方法】現代青年期女性の「ひとりの居場所」の有無や、そこでの感情体験を先行研究と比較し量的に捉え直すことを目的として、私立A女子大学に通う青年期女性を対象に自記入式質問紙調査を行った。調査期間は2024年6月17日～10月4日で、実施場所は授業時間外のA大学構内のラウンジ等の開放スペースであった。質問紙の構成はフェイスシート(年齢、所属、居場所の有無、「居場所がある」と回答した人を対象に具体的な居場所の選択、複数の居場所を選択した人を対象に優先順位をつけてもらう)と、ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度(海野・三浦,2011)(18項目、6件法)を改訂したものを用いた。

【結果と考察】青年期女性144名を対象にした調査の結果、回答数は137票、有効回答数は132票であった。フェイスシートからは、①現代青年期女性は複数の「居場所」を持っていると認識している傾向があること、②SNSが新たな「居場所」と選択されつつあること、③現代青年期女性は「居場所がない」の他に「居場所があるという感覚が分からない」という感情体験を抱えていることが示唆された。得られた回答を因子分析した結果、「孤独・不安」「充実・満足」「自立・理想」の3因子が妥当であると解釈し、海野・三浦(2011)と同様の尺度構成であった。このことから、現代青年

期女性の「自分ひとりで過ごすこと」に対する感情体験は2011年時点から変化は認められず、否定的な感情と肯定的な感情の両方を抱えていることが明らかとなった。また「自分ひとりで過ごすこと」は彼らに自立感をもたらすことが示唆され、これは成長を促す一助となっている可能性が考えられたためより詳細な検討が必要であることがうかがえる。

(ii) 研究Ⅱ

【方法】研究Ⅰに参加した調査対象者のうち「充実・満足」因子得点が平均値より高く ($M=4.78$, $SD=0.95$)、かつ研究Ⅱへの参加を承諾した5名を対象に描画とインタビュー調査を実施し、現代青年期女性の「ひとりの居場所」における主観的な感情体験の明確化を図った。

【結果と考察】インタビュー調査をKH Coder (樋口, 2020) で分析した結果、①「ひとりの居場所」の「心理的居場所感」の性質は小学生から現在にかけて変化していたこと、②「ひとりの居場所」には「他者と場を共有し過ごす居場所」からは得られない「心理的居場所感」(「自由さ」「自立感」「自己内省」)があること、③自分が安心して閉じ籠ることができる「ひとりの居場所」が確立すると、次第に外界にも「ひとりの居場所」を求め探索するようになることが示唆された。

描画は、インタビュー導入前の言語化の促進と「居場所」の想起を目的として実施され、家屋画と室内画のそれぞれに特徴がみられた。特に室内画は能動的に「ひとりでこもる」ことができる部屋が描かれ、そうした空間に留まることで自己内省を深め精神的に安心することができるという仕組みが明らかとなった。このことは、彼らの内的世界において、心の安定や成長を促す「ひとりの居場所」が確立していることを示唆している。

また今回の室内画からは、単に自分の内的世界にこもっているだけではなく、外界との繋がりを意識しながら生活している様子が見受けられ(例: 窓やドアの描画ほか)、「開けようと思えば開けて外界と通じ合えるが、本人が敢えて閉じている状況」を示していると解釈された。したがって、本人を取り巻く状況としては「他者と場を共有し過ごす居場所」と「ひとりの居場所」の両方が存在し、前者を保持しつつ、敢えて後者を選択している状況と捉えることが可能であり、自分の気分や状況に応じて自由に行き来できる環境が整ってい

ることが示唆された。

(iii) 総合考察

本研究の結果から、現代青年期女性の「ひとりの居場所」について①否定的側面だけではなく、肯定的側面も持っていること、②「他者と場を共有し過ごす居場所」と同等の価値をもち、彼らにとって必要とされている「居場所」であること、③成長過程に伴い「自分ひとりで過ごすこと」の意識が「受動的なひとり」から「能動的なひとり」に変化していき、そのような状態になって初めて「ひとりの居場所」が確立されること、④青年期特有の課題である心理的離乳や自己形成を促す一助となるような「心理的居場所感」をもたらす可能性が示唆された。

また現代青年期女性は、「他者と場を共有し過ごす居場所」と「ひとりの居場所」を自分のニーズに沿って適宜行き来しながら過ごしている様子が見受けられた。これはそれぞれの「居場所」からしか得られない「心理的居場所感」や役割を彼らなりに理解し、自身の生活を豊かにするために意識されずに行動していると考えられる。

本研究からは、現代青年期女性において「他者と場を共有し過ごす居場所」と「ひとりの居場所」はどちらも欠かすことのできない「居場所」であり、これら複数の「居場所」を自由に行き来できる環境を保証することが、彼らの発達課題や成長を支援することに重要であるということが示唆された。

3. まとめと今後の課題

本研究の課題として、調査対象者を女子大学生に限定したことや「ひとりの居場所」と青年期の発達課題がどのように関連しているか検討できていないことが挙げられる。また、青年期女性にとって「ひとりの居場所」は積極的に選択されていることは明らかになったが、それを活用した支援方法の検討に至らなかった。今後は性別や世代を制限せず、具体的な支援方法を検討することで「ひとりの居場所」の有用性がより明らかになると考えられる。

4. 付記

本研究は大妻女子大学人間文化研究所の令和6年度大学院生助成金(B)(課題番号: DB2405)を受けたものです。