

青年期の心の居場所の研究  
—— 自由記述に表れた心の居場所の分類 ——

小畑 豊美\*・伊藤 義美\*\*

An Initial Investigation of Perceptions of  
'Kokoro no Ibasyo' in Japanese Adolescents

Atsumi OBATA\* and Yoshimi ITO\*\*

Abstract

'Ibasyo', which was originally an everyday linguistic term in Japan, has also been used in educational or clinical areas with the number of academic studies about this topic increasing year-by-year. The purpose of the present study was to investigate how 222 Japanese high school-aged adolescents and 165 university students personally defined the term. The result obtained here showed that both types of students preferentially answered "friends" when asked about their own 'kokoro no ibasyo'.

Moreover, regarding their feelings and behaviors about their own 'kokoro no ibasyo', it was found that some students felt "relaxed" when they were alone and others felt in group situation. It was also showed that some students thought about themselves seriously and others felt relief without caring about evaluations against themselves. The result suggested that 'kokoro no ibasyo' was considered from two viewpoints; 1) whether one is there with someone else or not, and 2) whether there are evaluations against oneself.

**Key words** : 'kokoro no ibasyo' (心の居場所), adolescence (青年期), evaluation (評価)

---

\* 名古屋大学大学院人間情報学研究科 (博士課程前期課程)  
Graduate School of Human Informatics, Nagoya University (Master's Course)

\*\* 名古屋大学大学院環境学研究科  
Graduate School of Environmental Studies, Nagoya University

## 1. はじめに

近年、「居場所」という言葉がいろいろな場所で見られるようになり、NHKのあるテレビ番組でも「居場所」がテーマとしてとりあげられていた。その中である少年は「昔の自分は、笑っていても、ふと冷静になってしまう瞬間があり、表情がうまく顔に出せなかった」と言っていた。それが、他者から褒められたり叱られたりして、自分のことをきちんと見てくれる人がいるということを実感したことで、心の底からわきあがる感情を体験し、それを表に出せるようになったのであった。それが彼にとって「自分の居場所を見つけた」という体験だったのである。

こういった「居場所」というものが、現在では学校教育の中で「学級、学校を居場所に」とスローガンとして掲げられたり(ベネッセ教育研究所, 1997; 千葉市教育センター, 1999)、臨床場面でも、居場所を見失った人々へのアプローチが行なわれたり(村瀬ら, 2000)、「居場所がない」という見方が対象者への共感的理解につながった(廣井, 2000)という報告などもある。このように日常生活で日常用語として使われていた「居場所」が教育や臨床場面での実践のキーワードになってきている。また、「居場所」に関する記述(藤竹, 2000)だけでなく、居場所研究も様々な視点からなされてきており(白井, 1997; 中村, 1998 など)、心理学辞典にも「居場所」という項目が載るようになった(小澤, 2000)。

このように、研究テーマとして居場所が取り上げられてきてはいるが、「居場所」の定義は研究者によって様々であり、居場所を測るものさしも一般化されていない。けれども、実践場面を見ても居場所の重要性は明らかであると言える。中村(1998)は「居場所とは、諸活動の拠点や基地となる心理・物理的空間であり、これを中心として日常生活は営まれ、対人関係が形成される」とし、「居場所形成の失敗は、心理的な諸問題の起因となりやすい」とその重要性を訴えている。筆者も「居場所があることで自分に自信がもて、いろいろなことに対して積極的に、肯定的に取り組める」と考えている。これまでの「居場所」の研究としては、「居場所」からの連想語の調査を通して居場所概念の構成要素を検討したもの(中村, 1998)や、過去の居場所を連想させその変遷を検討したもの(高柳, 2000)などがある。実際に居場所がどこであるかということを質問した研究としては、「若者に居場所はあるのか」(白井, 1997)などがあるが、それも数人の結果である。また、「居場所」という言葉を用いず、空間利用という点でプライベート空間の研究もなされている(泊・吉田, 1999, 2001)。

本調査の対象は青年期であるが、11, 12歳から22, 23歳ごろまでの青年期は、「自分は何者であるのか」、「自分は何になりたいのか」、「自分はどんな人生を選ぶべきか」といったことが真剣に問われる時期である(吉田, 1990)。青年期は自分自身について深く考える時期であり、そしてまた、自分とつながっている周りの人間や環境についても考える。特に、自己形成という深刻で重要な仕事を支える意味でも、青年期において「居場所」が重要になって

くると考えられる。

そこで本研究は、実際に青年期の人々が「居場所」という言葉にどのように反応するかという探索的な要素も含めて、「居場所」という言葉で直接問いかけ、青年期の若者の居場所を明らかにしようとした。また、「居場所」というものは物理的時間・空間だけではなく心理的時間・空間も含むということを強調するため「心」という言葉を付け加え、「心の居場所」という言葉を用いた。

## 2. 目的

本研究は、高校生、大学生を対象に実際の心の居場所を明らかにすることを目的とする。また、心の居場所で感じられる感情、そこでの行動、その心の居場所の持つ意味も同時に尋ね、高校生と大学生の心の居場所を比較し、心の居場所の分類方法を提案する。そして、心の居場所としてあげられた時間・空間の特徴を感情・行動・意味の点から考察する。

## 3. 方法

### 3.1 調査対象

大学生 165 名：男子 69 名，女子 96 名。

うち、有効回答数は 154 名：男子 64 名，女子 90 名（平均年齢 19.1 歳，標準偏差 1.21）。  
高校生 222 名：男子 120 名，女子 102 名。

うち、有効回答数は 220 名：男子 118 名，女子 102 名（平均年齢 15.7 歳，標準偏差 0.48）。

### 3.2 質問紙の内容

質問紙は、被調査者の属性を尋ねる表紙 1 枚，現在の心の居場所について尋ねる本文 2 枚から構成された。質問紙の内容は、被調査者が現在の自分自身の心の居場所だと思ふ時間・空間を 5 つあげてもらったようにした。そして、その心の居場所において感じる感情とそこでとる行動、その心の居場所のもつ意味について、自由記述で回答してもらったようにした。そして最後に、これまでに自分自身の心の居場所について考えたことがあるかどうか、また心の居場所というものについて考えることに興味があるかどうかを、それぞれ 1（全く考えたことがない）から 7（非常に考えたことがある）まで、1（全く興味がない）から 7（非常に興味がある）までの 7 段階で評定を求めた。質問紙は、高校生、大学生ともに、正規の授業において一斉に実施し、回答時間は約 20 分であった。

### 3.3 結果の整理と分類方法

(1) 大学生、高校生が、本調査を行う前に自分自身の心の居場所について考えたことがあるかどうか、また心の居場所というものを考えることに興味があるかどうかを調べる。

- (2) 心の居場所としてあげられた時間・空間を高校生，大学生まとめて分類する。こうして得られた実際の心の居場所と，看護専門学生の居場所（白井，1997）と大学生，専門学校生に対する居場所イメージの研究であげられた連想語（中村，1998）との比較をする。
- (3) 心の居場所としてあげられた時間・空間を高校生と大学生に分けて分類した後，頻度の高いものから並べる。ここでは，上位10位までを示した。
- (4) 心の居場所にいるときに感じられる感情，とられる行動，その心の居場所のもつ意味の分類を行う。そして，感情，行動，意味と心の居場所の関係について検討する。  
ただし，今回の調査は自由記述であったので，分類するうえで次の点を考慮した。
- ① 感情と行動と意味については重なるところが多く，回答するほうも混同しているようなところもあったが，問われている内容と回答された内容とが明らかに異なると思われるもの以外は，できるだけ回答を入れ替えないようにした。
  - ② 文章で書いてある回答は，できるだけ簡潔な言葉に直してから分類した。
  - ③ 回答が複数の内容を含んでいる場合は，別々に分けて分類した。
  - ④ 分類については，心理学専攻の大学院生に高校生30名（男子15名，女子15名）と大学生30名（男子15名，女子15名）のデータを分類してもらい，一致率を出した。

## 4. 結 果

### 4.1 心の居場所に対する関心度

高校生と大学生の心の居場所に対する関心度を表1に示した。本調査以前にも自分自身の心の居場所について考えた経験があるかどうかについて，高校生と大学生にほとんど違いがなかった。また，高校生，大学生ともに，自分自身の心の居場所について「あまり考えたことがない」から「どちらでもない」けれども，心の居場所について考えることには「どちらでもない」から「少し興味がある」という結果であった。筆者は，自分自身の心の居場所について考えることは，自分が苦難に陥った時に助けを求めることのできるものをいつも心にとめておくこと，または自分が今何を考えていて，これからどこに向かっていけばよいかに気づくことにつながると考えている。そのため，「居場所を失った」という者以外にも自分自身の心の居場所について考えることは大切であると考えている。心の居場所というもの

表1 心の居場所に対する関心度の平均 (SD)

	これまで自分自身の心の居場所について考えたことがあるか	心の居場所というものについて考えることに興味があるか
高校生 (N=216)	3.45 (1.88)	4.19 (1.66)
大学生 (N=144)	3.79 (1.95)	4.31 (1.73)

(注1) 1から7までの7段階評定。数字が高いほど考えたことがあり，興味があることを示す。

に興味はあるが、自分自身の心の居場所について考えたことのない対象に対して今回の調査のように考える機会を与えることができたことにも意味があったと考えられる。

## 4.2 居場所と心の居場所

今回の調査では、高校生 1098 個、大学生 619 個、あわせて 1717 個（すべて延べ数）の心の居場所が得られ、それを 3.3 に示した方法に従って 58 項目に分類した（一致率 80.54%）。そして、居場所イメージの研究（中村，1998）の分類をもとに、心の居場所 58 項目を「対人関係」、「娯楽」、「休息・排泄・食事」、「家・部屋」、「活動」、「自己・孤独」、「自然」、「場所・建物」、「その他の具象語」、「その他の抽象語」の 10 項目に分類した（一致率 88.93%）。多くを占めたものから、「対人関係」が 27.49%、「娯楽」が 17.82%、「休息・排泄・食事」が 15.38%、「家・部屋」が 13.63% のようになった。詳細は次の通りである。

「対人関係」472 語（27.49%）：「友達」、「家族」、「彼氏・彼女」、「先生」、「異性」、「特別な人」、「手紙・電話」、「共有する」、「人と話す」

「娯楽」306 語（17.82%）：「運動する」、「スポーツ観戦」、「絵を描く」、「絵を見る」、「音楽を聴く」、「音楽を演奏する」、「買い物」、「旅・外国」、「テレビ・映画」、「本・雑誌」、「アニメ・漫画」、「趣味」、「ゲーム」、「遊ぶ」、「酒・居酒屋」

「休息・排泄・食事」264 語（15.38%）：「寝る・ふとん」、「トイレ」、「食べる」、「ぼーっとする」、「休み時間」、「こたつ」、「風呂」

「家・部屋」234 語（13.63%）：「家」、「祖父母・親戚の家」、「自分の部屋」

「活動」136 語（7.92%）：「部活」、「仕事・アルバイト」、「授業・勉強」、「書道」、「人のために何かする」、「自分の気持ちを文章にする」、「能動的行動」

「自己・孤独」104 語（6.06%）：「ひとりである」、「親がいないとき」、「認められる」、「自己」、「自己変化」

「自然」65 語（3.79%）：「自然」

「場所・建物」45 語（2.62%）：「土地・建物」、「学校・教室」

「その他の具象語」57 語（3.32%）：「車」、「机・椅子」、「動物」、「その他（具象語）」

「その他の抽象語」34 語（1.98%）：「静かな・楽しい」、「思い出」、「登下校」、「好きなもの」、「その他（抽象語）」

### 4.2.1 先行研究との比較

本調査で明らかになった実際の心の居場所を表 2 に示した。今回の調査で得られた心の居場所で上位にのぼったのは、先行研究（白井，1997；中村，1998）同様、主に物理的時間・空間や対人関係に関するものであった。連想語の 1 位、2 位が、「家・自分の家」、「自分の部屋・部屋」である（中村，1998）一方、実際の心の居場所として最も多くあげられたのは「友

人」(白井, 1997), 「友達」であった。実際に青年期の人々の居場所, 心の居場所になっているのは物理的時間・空間よりも心理的時間・空間であり, 中村(1998)の分類項目でいえば「対人関係」, そして「家族」よりも「友人」, 「友達」という結果になった。

また, 二つの先行研究と比較して本調査では「学校」が10位以内に入らなかった。「家・自分の家」, 「自分の部屋・部屋」, 「友達・仲間」, 「学校」は思春期, 青年期の者にとって居場所として想定されやすく(中村, 1998), 白井(1997)による看護専門学生に対する調査においても「学校」が居場所になっているという結果が出ている。一方, 本調査では「学校・教室」という項目にしたが, 高校生において「学校・教室」は16位で21個(出現率1.91), 大学生においては12位で16個(出現率2.58)であった。

表2 実際の心の居場所 (上位10位まで)  
N=1717

順位	心の居場所	数 (出現率)
1	友達	258 (15.02%)
2	寝る・ふとん	127 (7.40%)
3	自分の部屋	116 (6.76%)
4	家	115 (6.70%)
5	家族	103 (6.00%)
6	部活	87 (5.07%)
7	ひとりである	77 (4.48%)
8	音楽を聴く	70 (4.08%)
9	自然	65 (3.79%)
10	彼氏・彼女	63 (3.67%)

#### 4.2.2 高校生と大学生の心の居場所の比較

高校生と大学生とを分けて心の居場所を分類したものを表3と表4に示した。一致率は高

表3 高校生の心の居場所 (上位10位まで)  
N=1098

順位	心の居場所	数 (出現率)
1	友達	152 (13.84%)
2	寝る・ふとん	192 (8.38%)
3	自分の部屋	82 (7.47%)
4	部活	61 (5.56%)
5	家族	60 (5.46%)
6	家	56 (5.10%)
7	音楽を聴く	50 (4.55%)
8	ひとりである	45 (4.10%)
9	自然	43 (3.92%)
10	彼氏・彼女	39 (3.55%)

表4 大学生の心の居場所 (上位10位まで)  
N=619

順位	心の居場所	数 (出現率)
1	友達	106 (17.12%)
2	家	59 (9.53%)
3	家族	43 (6.95%)
4	寝る・ふとん	35 (5.65%)
5	自分の部屋	34 (5.49%)
6	ひとりである	32 (5.17%)
7	部活	26 (4.20%)
8	彼氏・彼女	24 (3.88%)
9	自然	22 (3.55%)
10	音楽を聴く	20 (3.23%)

校生で 83.33%，大学生で 77.73% であった。ともに「友達」が自分自身の心の居場所になっている者が多かった。高校生と大学生を比較すると、高校生においては「友達」に続いて「寝る・ふとん」，「自分の部屋」が多くあげられ，一方大学生においては「家」，「家族」が多くあげられた。高校生のほうがひとりになれる時間・空間が自分自身の心の居場所になっている者が多く，大学生のほうが家族に関する時間・空間を自分の心の居場所だと考えていた。

#### 4.3 心の居場所で感じられる感情

心の居場所で感じられる感情は，延べ 1925 語得られた。それらを同じ単語でまとめたのち，25 個の項目を作って分類し，上位 10 位までを図 1 に示した（一致率 86.11%）。その際，ひとつの回答に複数の感情が含まれている場合，それらは別々に分けて数えた。ひとつの回答に複数の感情が含まれている場合で，それらの感情がポジティブなものとネガティブなものを含んでいた回答数は，次のとおりである。

大学生：「対人関係」 8，「娯楽」 7，「家・部屋」 5，「休息・排泄・食事」 1，「活動」 9，「自己・孤独」 8，「自然」 1，「場所・建物」 2

高校生：「対人関係」 17，「娯楽」 14，「家・部屋」 7，「休息・排泄・食事」 5，「活動」 11，「自己・孤独」 7，「自然」 2，「場所・建物」 4

これらの感情については，ポジティブな感情とネガティブな感情を分けて分類した。また，「無心」には“感じない”や“意識していない”，“何も考えていない状態”などを含めた。学校不適応対策調査研究協力者会議報告（1992）に示されているように，そしておそらく一般的に「心の居場所」といえば多くの人が思いつくであろう“精神的に安心していること”が，本調査でも一番多く回答された。具体的にどのような安心感を得ているのかを，自由記述をもとに以下に示した。ただし（「」内は，その感情が感じられると回答された心の居場所である。

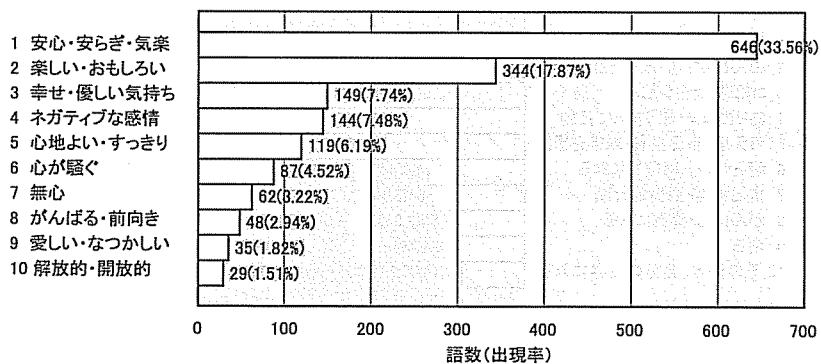


図 1 心の居場所での感情（上位 10 位まで）

N = 1925

- ・何も考えなくていいという安心感(「ふとんに入る瞬間」高校生男子)
- ・包まれている感じでほっとする(「ベッドの中」高校生女子)
- ・自分をごまかす必要がないので安心(「親しい友と話をしているとき」高校生女子)
- ・気を遣わなくていいので、心と体が安らぐ(「家」大学生男子)
- ・親しい仲間が大勢いる安心感(「部活」大学生男子)

心の居場所で感じられる安心感とは、頭や気をつかわない力の抜けた状態であり、自分が優しく温かく包まれている感覚であると考えられる。

そして、注目すべきは「ネガティブな感情」である。自分自身の心の居場所だからといって、そこにポジティブな感情ばかりがあるのではないという結果であった。例えば以下のようである。ただし(「 」)内は、その感情が感じられると回答された心の居場所である。

- ・むなしくもなったりするが、安心できる(「近くに誰もいないとき」高校生男子)
- ・ゆったりしてるけど、おもしろくない(「家」大学生女子)
- ・落ち着くけど、全く落ち着くわけじゃない(「彼氏といるとき」大学生女子)

彼らが心の居場所にネガティブな感情もあり得ることを理解していること、そしてたとえそういったネガティブな感情があったとしても自分自身の心の居場所だと捉えていることが本調査で明らかになった。

#### 4.4 心の居場所でとられる行動

心の居場所でとられる行動は、延べ1966語得られた。まず、できるだけ簡潔な言葉に直し、その際ひとつの回答に複数の行動が含まれている場合は別々に分けて数えた。その後、それらを28項目に分類し、上位10位までを図2に示した(一致率69.49%)。

心の居場所でとられる行動としてあげられた“寝る”, “食べる”や“音楽を聴く”, “本を読む”などは、心の居場所そのものとしてもあげられている。心の居場所とそこでとられる

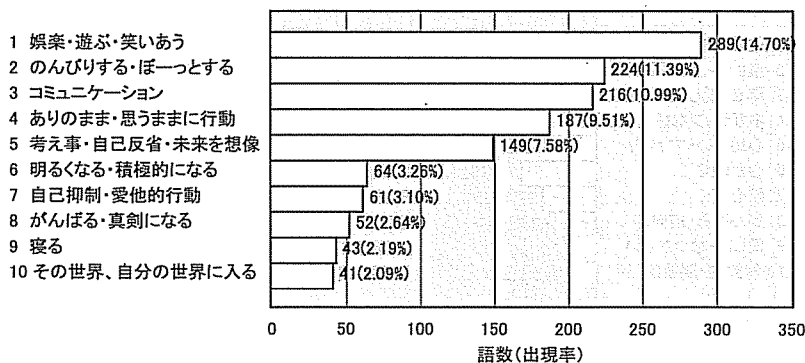


図2 心の居場所での行動(上位10位まで)

N=1966



行動が同じ内容である場合は、その行動を「そのものの行動」の項目に分類した。つまり、例えば心の居場所が“寝ているとき”で、そこでとられる行動が“寝る”の場合は、その行動を「そのものの行動」の項目に分類した。「その心の居場所ではどのような行動をとるでしょうか」というききかたをすると、その時間・空間で当然とられる行動が回答されやすいということで、分類はしたが、図2には示していない。一方、心の居場所とそこでとられる行動が異なる内容である場合、例えば心の居場所が“家”でそこでとられる行動が“寝る”である場合は、その行動を「寝る」の項目に分類した。

心の居場所ととられる行動も、そこで感じられる感情同様、“くつろぐ”、“ぼーっと何も考えない”といった力の抜けたリラックス状態や自分の行動を規制することなくありのままにしていることなどをあげる者が多かったが、本を読んだり音楽を聴いて楽しんだり、テレビを見たり友達と遊んで笑ったりする行動も多くあげられた。

青年期の特徴である「自分は何者であるのか」、「自分は何になりたいのか」、「自分はどんな人生を選ぶべきか」が問われる（吉田、1990）ということが、心の居場所での行動として見られた。ただし（「 」）内は、その行動がとられると回答された心の居場所である。

- ・窓を見て、自分の姿を見つめる

（「電車の中で立っているとき（立っているときでないとダメ）」高校生男子）

- ・これからの計画を立てたり将来のことを考える

（「寝る直前、ふとんの上」高校生男子）

- ・頬杖をついたりして考え込む（「己と向き合うとき」高校生男子）

- ・自分についてよく考える（「ひとりでいるとき」大学生男子）

- ・自分を見つめなおしたり、ゆっくり考える（「自分の部屋」大学生女子）

また、ひとりで今日一日を振り返って心の中を整理したり、日頃思っていることについて他者と話合ったりして少しずつ自分というものを確認している様子もうかがえた。

- ・その日何があったかをいろいろと思い出す（「風呂」高校生男子）

- ・いろいろ考える→自分の気持ちを紙に書いたりする

（「自分の部屋で自分の気持ちをノートに書いているとき」高校生女子）

- ・一日のことを思い出し、明日のことを想像する（「眠りにつくちょい前」大学生女子）

- ・今日あったこと、思ったこと、考えたことを互いに話す（学校のこと、PTAのこと、今日のニュースなど）（「親と家などで話しているとき」高校生男子）

- ・日ごろ思っていることを母や父にきいてもらう

（「両親と語り合っている時」高校生女子）

- ・普段なかなか話し合わないけど、弟のこととか学校とか友達とか、恋愛について、また自分の性格について話す

（「母と語り合うとき、家や車や犬の散歩中」高校生女子）

また、心の居場所で感じられる感情同様、単にリラックスしていたり自分のありのままにいたりするだけではないことが分かった。特に「対人関係」に関する時間・空間において、ただ自分の好きなように行動するだけでなく、自分を抑えてでも他者のことを思いやって行動したり、他者の目を気にして意図的に作った自分であることなどをあげる者がいた。ただし（「 」）内は、その行動がとられると回答された心の居場所である。

- ・その人のために何かする（「自分以上に大切な人のそばにいるとき」高校生男子）
- ・相手の幸せを考えて行動する（「友達と話をするとき」大学生女子）

以上のように、自分の欲求を満たすよりも他者の欲求を満たすことに自分自身の心の居場所を見出している者もいる。そして、

- ・本当の自分でないときもある（「友達といるとき」高校生男子）
- ・ちょっとでもかわいって思っほしいなあって思っって行動してしまう  
（「好きな人といるとき」高校生女子）
- ・自分の意見をはっきり述べつつも、相手の気を損なわぬような発言をする  
（「友人と楽しく話をしている時」大学生男子）
- ・一番自分らしい自分である、でも自分らしい自分もつくりものかもしれない  
（「サークル」大学生女子）

のように、その他者との関係を壊したくないと思うほど大切に感じている様子や、本当にそれが自分らしいのか悩みなながらも自分を確認する時間・空間として心の居場所を考えている様子がうかがえた。

#### 4.5 心の居場所のもつ意味

心の居場所のもつ意味は、延べ1846語が得られ、そこでとられる行動の分類同様、まずできるだけ簡潔な言葉に直した。その際、ひとつの回答に複数の意味が含まれている場合は別々に分け、それらを20項目に分類し、上位10位までを図3に示した（一致率67.60%）。

心の居場所の持つ意味も、心の居場所で感じられる感情、そこでとられる行動と同様に、“安らぐこと”や“休息をとる”といった力の抜けた状態が最も多くあげられた。そして、ほぼ同程度、“自分について考え、自分の成長につなげる”という意味が回答され、つづいて“ストレス解消”や“心の整理”が多くあげられた。「自己反省・自己形成」の項目に含めたのは以下のような記述である。ただし（「 」）内は、その意味をもつと回答された心の居場所である。

- ・ホントの自分が見える（「家族」大学生男子）
- ・新しい自分を発見する（こともある）（「好きな本を読んでもるとき」大学生男子）
- ・自分がよく分かる（「本屋や図書館で立ち読み」大学生女子）
- ・自分の行動と心理を確認し、進むべき方向性を見極める

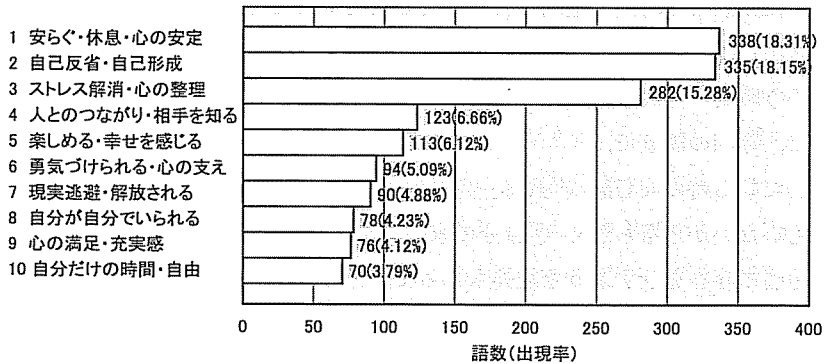


図3 心の居場所のもつ意味（上位10位まで）

N=1846

（「自分一人で考え事をしている時」大学生女子）

- ・相手を通じてひとりでは分からない自分を確認

（「友人なり誰なり信頼できる人と話している」高校生男子）

- ・全ての自分の生活のおおもとだから、自分を形成するうえで大事

（「家族といるとき」高校生男子）

- ・心が楽になって自分のことをいろいろ見直すことができる

（「いろんなものが見渡せる所」高校生女子）

心の居場所ととられる行動としては、風呂やふとん・ベッドの上で一日を振り返り、明日のことを考えるというような、比較的最近の時間を視野に入れていた。一方、心の居場所のもつ意味としては、本を読んで自分の興味を確認したり、他者とのかわりの中から他者とは違う自分の特徴を発見したりするというように比較的大きな時間枠で見ている。

## 5. 考 察

### 5.1 青年期の心の居場所

本研究では、青年期にある高校生、大学生が、実際にどのような時間・空間を自分の心の居場所とみなしているかを明らかにすることを目的とした。調査方法としては、居場所研究の取り掛かりとして、実際に「心の居場所」という言葉で被調査者に問いかけ、回答の可能性を広げるために自由記述という形で質問紙を実施した。結果は、高校生、大学生ともに青年にとって重要な対象となる「友達」（佐々木，1994）が自分の心の居場所になっていた。

また、高校生、大学生の両方において同じような時間・空間が多くあげられたが、表3、表4を見ると、「寝る・ふとん」、「自分の部屋」と「家」、「家族」が高校生と大学生で逆転している。高校生は、大学生よりも「寝る・ふとん」や「自分の部屋」といった自分ひとりの時間・空間を自分の心の居場所だと考えており、一方大学生は、高校生よりも「家」や「家

族」といった家族との時間・空間を自分の心の居場所だと考えていた。高校生にとっては、自分を作っていくなかで家族から少し距離をとったプライベートな時間・空間が必要であり、またそういう時間・空間を求めていると考えられる。

ところで、今回の調査で、

- ・集団にいる時の安心感（「教室」高校生女子）
- ・誰もいないから落ち着く（「自分の家のトイレ」高校生男子）

といった他者の存在を示すような記述もあった。藤竹（2000）は、居場所を社会的居場所と人間的居場所の二つに大別している。そして、社会的居場所とは、自分が他人によって必要とされている場所であり、人間的居場所とは、自分であることを取り戻すことのできる場所であって、たとえ自分の周りに他者が存在していたとしても、「他者」として認知していないと説明している。本調査は自由記述であったため、全ての回答について他者の存在を意識しているかどうかを区別することは難しい。だが、この調査を通して、ひとりであるのか複数であるのかという視点が心の居場所というものを理解する一つの視点ではないかと考えられた。今後の課題として、調査対象を広げ、自分ひとりの時間・空間を心の居場所だと思うか、それとも他者と一緒にいる時間・空間を心の居場所だと考えるか、を発達段階によって検討することが考えられる。

## 5.2 心の居場所の分類

本研究では、それぞれの心の居場所について、そこで感じられる感情、そこでとられる行動、その心の居場所のもつ意味を自由記述で回答させることにより、感情、行動、意味の三点から心の居場所を考察しようとした。

「居場所」という言葉が分かりにくいいため、「落ち着ける場所」という言葉を用いた方がよいのではないかと、という意見もきかれる。確かに、感情、行動、意味のどれにも“安心”、“のんびりする”といったものが多く見られた。だが、なかには、ひとりであるときの“むなしさ”や家にいるときの“おもしろくなさ”といったネガティブな感情や“今日一日の自分の行動をふりかえる”といった「自己反省」の意味もあげられ、心の居場所とは単に落ち着ける場所ばかりではないことが本調査によって示された。それゆえ、「落ち着ける場所はどこか」という質問の仕方では、「居場所」研究の可能性をせばめてしまうと考えられる。また、心の居場所を感情だけ、行動だけという視点から見てしまうと、その人にとってなぜその時間・空間が心の居場所になっているのかが正確に捉えられなくなってしまうと考えられ、特に、ある時間・空間へのその人なりの意味づけが心の居場所であるかどうかを決定していると考えられる。

中村（1998）は、居場所の連想語を物理・内的、物理・外的、心理・内的、心理・外的の4つの要素に分類できる、としている。しかし、実際の心の居場所を分類する場合、この分

類方法では、その時間・空間にどのような意味づけがなされているのかが見えてこない。本調査においては、“自己理解を深め、自分を表現したり、成長させる”といった行動、意味が多くみられ、また感情、行動、意味のどれにも“安心”、“のんびりする”といったものが多くみられた。筆者はこれをその人の「がんばり具合」と捉えた。つまり、理想の自分になれるように努力したり、他者の期待に応えられるように少し無理をすることもあるのが「がんばっている時間・空間」である。また、リラックスしてのんびりしていたり、自分をとりつくろうことに力を費やす必要がなく、安心していられるというのが「がんばることのない時間・空間」である。これは、また、他者からの評価を得たい、自己を高めたいという「自己の評価を求める時間・空間」と、他者から評価されることがなく、自己を評価する必要もない「評価されることのない時間・空間」とも言い換えられるのではないか。今回の自由記述の調査で得られた様々な心の居場所を分類する場合、5.1で述べたような「他者の存在の有無」と「自己評価・他者評価の有無」という二つの次元で心の居場所を捉えることができると考える。「友達」や「家族」といった心の居場所となっている時間・空間がこの二つの次元のどこに位置するかを検討することが今後の課題である。

### 5.3 「学校」という心の居場所

看護専門学校生の居場所（白井，1997）、居場所の連想語（中村，1998）と本調査で明らかになった心の居場所を比較したところ、本調査では「学校」が10位以内に入らなかった。「学級、学校を居場所に」（ベネッセ教育研究所，1997；千葉市教育センター，1999）というスローガンが掲げられている一方で、このような結果が出ている。そこで、学校を自分の心の居場所だと考えている者たちの、「学校」の心の居場所としての意味を以下に示す。

以下のように、「学校」と回答しながら「友達」を想定している者がいる。ただし（「 」）内は、その意味をもつと回答された心の居場所である。

- ・ひとりじゃなく、友達とふれあうことが楽しい（「学校」高校生男子）
- ・人どうしの絆を深める（「学校」高校生女子）
- ・友情（「文学部（自分の学部）」大学生男子）

「友達」は多くあげられており、「学校」と「友達」を分離して考える者が多いのかもしれない。また、以下のように自己成長の意味を見出しているものもいる。

- ・集団としてのまとまりを考え、ときにはみんなをまとめていくという能力を養うために必要であると思う（「学校」高校生男子）
- ・自分と他人をくらべる絶好のチャンス（「学校」高校生男子）
- ・集団生活の中で自分が最も成長できる（「学校」高校生女子）
- ・自分の自立心をかきたてる（「大学」大学生女子）
- ・これからの自分を作っていくものだと思う（「学校」大学生女子）

二つの先行研究であげられた「学校」がどのような理由で居場所になっているのかはわからない。だが、二つの先行研究の調査対象に専門学校生が含まれていることを考慮に入れると、学校に自己成長の意味を十分に見出していることが推測できる。もちろん、

- ・学校というものが近くにある存在、肉体的に精神的にも一番心を預けやすい

(「学校」高校生男子)

- ・素の自分が出せる、活気が出る、心が安らぐ(「学校にいるとき」高校生女子)

のように、安心感も、学校が心の居場所になる重要な要因である。

- ・心を許す友達ばかりではないので、常に気を遣っている

「居場所」ではあるけど、「心の居場所」ではない(「学部」大学生女子)

という者の記述がそれを示している(「心の居場所」ではないと書かれていたため、これは分類には含めていない)。学校に対してここに示されたような意味を見出すことができたとき、高校生、大学生にとって学校が心の居場所になるのだと考えられる。

## 6. 要 約

元来、日常用語であった「居場所」が、現在は教育や臨床場面でも用いられており、居場所に関する研究も増えてきている。本研究では、居場所研究の取り掛かりとして、高校生、大学生に「居場所」という言葉で直接問う自由記述式の質問紙を実施し、彼らがどのような時間・空間を自分の「心の居場所」と思っているかを明らかにすることを目的とした。本研究では、「居場所」とは物理的時間・空間だけでなく心理的時間・空間も含むという視点を強く持つため、単に「居場所」ではなく、「心の居場所」という言葉を用いている。結果は、高校生、大学生ともに、「友達」が最も多くあげられた。

また、それぞれの心の居場所で感じられる感情、そこでとられる行動、その心の居場所がもつ意味について自由記述で回答させた。「集団でいる時の安心感」、「誰もいないから落ち着く」のような他者の存在の有無と、「自己の評価を求める」、「評価されることない」のような評価の有無とが、心の居場所を分類する二つの視点になり得ると考えられた。

## 文 献

- ベネッセ教育研究所 1997 モノグラフ・中学生の世界 Vol.57 学校内の人間関係 ベネッセコーポレーション
- 千葉市教育センター 1999 「心の居場所」としてのよりよい学級づくりに関する研究 一人間関係に着目して― 千葉教育センター報告書 第49集
- 藤竹 暁 2000 居場所を考える 現代のエスプリ別冊 生活文化シリーズ3 現代人の居場所 47-57.
- 廣井いずみ 2000 「居場所」という視点からの非行事例理解 心理臨床学研究, 18(2), 129-138.

- 文部省中学校課 1992 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（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 (2), 25-29.
- 村瀬嘉代子・重松正典・平田昌子・高堂なおみ・青山直英・小林敦子・伊藤直文 2000 居場所を見失った思春期・青年期の人びとへの統合的アプローチ 通所型中間施設のもつ治療・成長促進的要因 心理臨床学研究, 18 (3), 221-232.
- 中村泰子 1998 居場所イメージに関する検討 —連想語の調査を通して— 日本心理学会第62回発表論文集, 138.
- 小澤一仁 2000 居場所 久世敏雄・齋藤耕二（監修） 福富 護・二宮克美・高木秀明・大野 久・白井利明（編） 青年心理学事典 福村出版, 285.
- 佐々木正宏 1994 第二章 思春期・青年期の心理的問題の理解 伊藤隆二・橋口英俊・春日喬（編）人間の発達と臨床心理学 4 思春期・青年期の臨床心理学 駿河台出版社, 41.
- 白井利明 1997 若者に居場所はあるのか 大学進学研究, 108, 54-59.
- 高柳真人 2000 児童・青年期における発達段階と居場所の関係 日本教育心理学会第42回総会発表論文集, 640.
- 泊 真児・吉田富二雄 1999 プライベート空間の機能と感情及び場所利用との関係 社会心理学研究, 15 (2), 77-89.
- 泊 真児・吉田富二雄 2001 性格特性の Big Five と日常活動におけるプライベート空間の7機能 社会心理学研究, 16 (3), 147-158.
- 吉田辰雄 1990 児童期・青年期の心理と生活 日本文化科学社, 151.