

青年期の居場所に関する研究

——自分らしさを感じる「自分一人の居場所」と「他者のいる居場所」
の心理的機能と、各居場所と主観的幸福感との関連について——

堀 川 優 依

「居場所」という言葉は、今や心理臨床場面でも多く使われるようになってきた。なお、本研究での「居場所」の定義は、杉本・庄司（2006）の研究に倣い、「いつも生活している中で特にいたいと感じる場所」という定義にした。杉本・庄司（2006）の研究で、「居場所」は、「他者のいる居場所」だけではなく、「自分一人の居場所」も加わってくることが明らかとされている。また、中村（2008）の研究においても、「他者のいる居場所」だけではなく、「自分一人の居場所」も持つことが、精神的健康のポジティブな側面に関連があるとしている。よって、本研究では、精神的健康のポジティブな側面である主観的幸福感を用いることとする。

本研究は、質問紙調査を実施し、333名（男性161名・女性172名）の有効回答を得た。調査対象者333名のうち、「自分一人の居場所がある」と答えた者は321名、「他者のいる居場所がある」と答えた者は320名、「自分一人の居場所・他者のいる居場所の両方がある（「両方の居場所がある」）」と答えた者は308名、「自分一人の居場所のみ」と答えた者は13名、「他者のいる居場所のみ」と答えた者は12名であった。

結果は、以下の通りである。「自分一人の居場所」を持っていることで「自己肯定感」が高まり、「自由なこと」ではなく、「自分らしさ」や「思考・内省」などの安心感を得られることが、「自分一人の居場所」の機能であると示唆された。一方で、「他者のいる居場所」は、“他者がいるから”こそ、自分の能力を発揮できたり自分らしさを感じられたりすることが、「他者のいる居場所」の機能であると示唆された。また、各居場所を「居場所」と感じるほど、主観的幸福感が高まることが示唆された。以前からされている研究通り、複数の居場所を持っているほど、主観的幸福感が高まると考えられた。なお、各居場所の心理的機能の結果と関連づけて考えると、「居場所」は、“他者がいるから”こそ、主観的幸福感を感じられることが前々から言われており、「自分一人の居場所のみ」の主観的幸福感が低い理由は、その居場所の心理的機能をポジティブに捉えられる人が少ないからだと考えられる。反対に、その居場所の心理的機能をポジティブに捉えられている人は、主観的幸福感が高かった。

「自分一人の居場所」と「他者のいる居場所」の心理的機能や、各居場所と主観的幸福感との関連を検討した結果、各居場所で違いが見られた。このことから、「自分一人の居場所」と「他者のいる居場所」、様々な観点からそれぞれの居場所の特徴を把握できたことが、本研究の意義であろう。