

【原著論文】女子大学生における基本的居場所感と レジリエンスの関連

中 北 和

金城学院大学大学院人間発達学専攻前期課程

Relationship between Sense of Ibasho and Resilience in Japanese Female University Students

Nagomi Nakakita

Graduate School of Human Ecology, Kinjo Gakuin University

Sense of Ibasho means the sense of being accepted by others in Japanese. The sense of Ibasho theoretically includes the following four subfactors: the sense of authenticity, role, relief, and acceptance. This study examines the causal relationship between the sense of Ibasho and resilience.

In this study, participants were asked to complete the Ibasho and resilience scale, reflecting on their experiences during junior high school and their current circumstances. The present study hypothesizes that past resilience directly increases the current resilience. In addition, the sense of Ibasho mediates the causal effect between past and current resilience. The result of the analysis revealed that past innate resilience directly increased current innate resilience, and past acquired resilience increased current acquired resilience. Furthermore, the sense of Ibasho mediated the causal relationship between past innate resilience and current innate and acquired resilience.

Keywords : resilience (レジリエンス)
sense of Ibasho (居場所感)
female university students (女子大学生)

【問題と目的】

(1) はじめに

学校適応は、学校教育における大きな課題である。文部科学省（2022）によると、不登校の要因は、学校に係る状況・家庭に係る状況・本人に係る状況に分けられている。学校に係る状況としては、いじめを除く友人関係をめぐる問題、入学・転編入学・進級時の不適応など、本人に係る状況としては、無気力・不安などが挙げられている。このことから、学校における友人関係や、不適応が本人の無気力・不安を高め、不登校へと繋がっていると考えられる。

不登校児童生徒の割合として、中学校の5.98%が1番多くなっている（文部科学省, 2022）。そのため、不登校を未然に防止するためには、中学生時に介入することが有用なのではないかと考えられる。

中学生の時期にあたる思春期には、友人関係、学業、部活動、親子関係等々、生徒たちが遭遇する可能性のあるストレス状況は多数存在する（石毛, 2010）。その中でどう適応していくかということを考える際、「レジリエンス」という概念が有用となる。

向居・小川（2020）は、中学生において、過剰適応とレジリエンスが不登校傾向に与える影響について検討している。その結果、自己理解のなさが登校に対する精神的苦痛・身体症状に影響すること、そして、レジリエンスにおける社交性や行動力のなさが不登校傾向に影響することなどが示された。

さらに、大久保（2005）は学校適応に関する研究で、青年期である中高生において、友人との関係、教師との関係、学業を含めた学校生活の要因の中で、友人関係が学校適応に強く影響を与えていることを明らかにしている。このことから、不登校や友人関係、学校適応について考える際、「レジリエンス」という概念に加え、「居場所」という概念も有用であると考えられる。

(2) レジリエンスの研究動向

レジリエンス (resilience) とは、もともとストレスと同様の物理学用語であり、語源はラテン語の“跳ねる (salire)”や“跳ね返す (resilire)”であり、それは“to recoil or leap back”（反動で跳ね返る、

跳ね返る）という意味だと言われている（Masten & Gewirtz, 2006）。

心理学的意味では“弾力性”や“回復力”として扱われており、レジリエンスという用語をそのまま用いていることも多い。レジリエンスに関する研究は数多く、レジリエンスの概念を初めに示したRutter（1985）は「深刻な危険性にもかかわらず、適応的な機能を維持しようとする現象」と定義しており、その後も「逆境に直面し、それを克服し、その経験によって強化される、または変容される普遍的な人の許容力（Grotberg, 2003）」、「ストレスフルな状況の中でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理特性（石毛・無藤, 2006）」というものが提唱されている。

そして、Masten & Garmezy（1990）がレジリエンスを「困難で脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程・能力・結果」と定義している。小塩・中谷・金子・長嶺（2002）はMasten & Garmezy（1990）の定義にもとづいて、レジリエンスを導く概念として精神的回復力を設定した。

このようにレジリエンスの定義は多岐に渡り、いまだに統一的な見解は得られていないが、総じて精神的健康を良好に保つための要因であることが明らかとなっている。そして、レジリエンスの定義は研究者、研究内容・目的によってよってさまざま、非常に幅広い概念でとらえられている。

平野（2010）は、レジリエンスを後天的に身につけるとする観点をもとに、より詳細に検討するために、Cloninger（1993）の気質／性格モデルを用いて、これらの多様なレジリエンス要因の中から、持って生まれた気質と関連の強い「資質的レジリエンス要因」と、後天的に身につけていきやすい「獲得的レジリエンス要因」を抽出し、両者を分けて測定する二次元レジリエンス要因尺度（Bidimensional Resilience Scale : BRS）を作成した。「資質的レジリエンス要因」は、楽観性、統御力、社交性、行動力の4因子、「獲得的レジリエンス要因」は、問題解決志向、自己理解、他者心理の理解の3因子が想定されており、各要因は中学生の双子児ペアデータを用いて、各因子の級内相関係数を求めることにより、妥当性が確認されている（平野, 2011）。本研

究では、この尺度を用いることにより、「資質的レジリエンス要因」と、「獲得的レジリエンス要因」を分けて分析することができるため、レジリエンスを後天的に獲得する方法を検討することができると考えられる。

そこで、平野（2011）で使用されている「困難で脅威的な状態に曝されることで一時的に心理的不適応状態に陥っても、それを乗り越え、精神病理を示さずによく適応している状態」（小塩・中谷・金子・長嶺，2002）をレジリエンスの定義とする。

(3) 居場所感の研究動向

「居場所」という言葉は本来物理的な場所を示していたが、今や心理的意味合いも強く含まれているものとして理解されるようになり、心理臨床場面でも多く使われるようになってきた。

心理学研究の中でも「居場所」という言葉の心理的意味づけが多くなされているが、居場所の定義は研究者によってさまざまである（浅井，2013）。その中でも、石本（2010）は、臨床心理学研究においては、「居場所」とは、「ありのまま受け入れられること」であると定義するものが多いとしており、「居場所」は「ありのままにいられるところ」という一定の共通理解が得られつつあると述べている。則定（2007）は、居場所感が「ありのままの自分を受け入れられている」といった「被受容感」の他に、「自分らしくいられる」といった「本来感」，「役に立っている」といった「役割感」，「落ち着く」といった「安心感」の4概念から成ると示唆している。則定（2008）は、居場所感の中でも、心理的居場所に注目した。心理的居場所感とは、「こころの拠り所となる関係性、および、安心感があり、ありのままの自分が受容される場があるという感情」であり、物理的側面だけでなく人間関係性にもとづく心理的空間も含むものであると定義している。則定・斉藤（2007）によると、青年期の重要な他者に対する心理的居場所感是自己受容、レジリエンスを促す重要な要因であることを示している。

そして、則定（2007）は個人の居場所感を検討するため、上記の4概念を測定する4因子から成る青年版心理的居場所感尺度を作成している。青年版心

理的居場所感尺度は、特定の重要な他者に対する心理的居場所感を求めるものであった。

浅井（2013）は、居場所感というのは特定の他者とのかかわりの中で感じるものだけでなく、より一般的な状況に対しても感じるものであるとしている。浅井（2013）は、則定（2007）が作成した、青年版心理的居場所感尺度をもとに、個々人が感じる基本的な居場所感を測るために尺度を作成した。則定が作成した尺度は、特定の人物を当てはめて回答を求める形式であったが、基本的な居場所感について尋ねる形式に表現を変更し、例えば「〇〇と一緒にいると、ありのままの自分を表現できる」という項目は、「ありのままの自分を表現できる居場所がある」に変更している。

そこで、則定（2007）、浅井（2013）をもとに、本研究では基本的居場所感を、「特定の人物との関わりに限定しない、安心感があり、ありのままの自分が受容される場があるという感情」と定義する。

(4) 本研究の目的

芝崎・吉村（2015）において、青年期における居場所意識とレジリエンスの関連が示されている。しかし、中学生時のレジリエンスが居場所感を媒介し、現在のレジリエンスにどのように影響するのかは明らかにされていない。また、資質的レジリエンスをもとに、獲得的レジリエンスが身につくことが指摘されながらも（平野2010）、そのプロセスはまだ十分に検討されていない。

そこで、本研究では、レジリエンスがどのように発達するのか検討することを目的とする。

さらに、発達を媒介する要因についても検討する。媒介要因には様々なものが想定されるが、今回は基本的居場所感に着目する。芝崎・吉村（2015）に基づいて居場所感を媒介要因として着目し、次の3つを仮説とする。

仮説1：中学生時の資質的レジリエンスが基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに影響を与える。

仮説2：中学生時の獲得的レジリエンスが基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに影響を与える。

仮説3：中学生時のレジリエンスが現在のレジリエンスに直接影響を与える。

【方法】

(1) 調査対象者

女子大学生・大学院生100名を調査対象とした。データに欠損値のあった4名のデータを除外し、96名分のデータを分析対象とした。平均年齢は20.11 ($SD=4.39$) 歳であった。回答にあたっては、プライバシーが保護されること、調査以外に使用されることがないことが紙面上で教示された。

(2) 調査時期

2022年7月に調査を実施した。

(3) 質問紙の構成

使用した尺度については以下の通りである。

①レジリエンスの測定

レジリエンスを測定する尺度として、平野 (2010) が作成した「二次元レジリエンス要因尺度 (BRS)」を用い、現在の対象者自身と中学生時の対象者自身について回想してもらい、回答を求めた。BRSは、「資質的レジリエンス」12項目、「獲得的レジリエンス」9項目の全21項目、2因子で構成されている。回答は「非常にあてはまる (5点)」「あてはまる (4点)」「どちらともいえない (3点)」「あてはまらない (2点)」「全くあてはまらない (1点)」の5段階評定で回答を求めた。

②基本的居場所感の測定

基本的居場所感を測定する尺度として、浅井 (2013) が作成した「女子大学生における基本的居場所感尺度」を用い、現在の対象者自身について回答を求めた。女子大学生における基本的居場所感尺度は、「被受容感」6項目、「本来感」4項目、「役割感」6項目、「安心感」4項目の全20項目、4因子で構成されている。回答は「非常にあてはまる (5点)」「あてはまる (4点)」「どちらともいえない (3点)」「あてはまらない (2点)」「全くあてはまらない (1点)」の5段階評定で回答を求めた。

【結果】

尺度の信頼性を確認するために、各尺度における因子ごとに α 係数を算出した。二次元レジリエンス尺度における各因子の α 係数は、「資質的レジリエンス (中学生時)」($\alpha=.87$)、「獲得的レジリエンス (中学生時)」($\alpha=.80$)、「資質的レジリエンス (現在)」($\alpha=.89$)、「獲得的レジリエンス (現在)」($\alpha=.79$) であり、高い信頼性が認められた。

女子大学生における基本的居場所感尺度における各因子の α 係数は「被受容感」($\alpha=.89$)「本来感」($\alpha=.89$)「役割感」($\alpha=.90$)「安心感」($\alpha=.92$) であり、高い信頼性が認められた。

中学生時の資質的レジリエンスが基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに影響を与えること、中学生時の獲得的レジリエンスが基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに影響を与えること、中学生時のレジリエンスが現在のレジリエンスに直接影響を与える、という仮説にもとづき、構造方程式モデリングを用いて分析を行った。有意でないパスを削除し、最終的にFigure 1 に示すモデルを採用した。モデルの適合度は十分な値を示した ($CFI=.987$, $RMSEA=.076$)。

まず、「被受容感」「本来感」「役割感」「安心感」の4因子が潜在変数として基本的居場所感に含まれることが認められた。

中学生時の資質的レジリエンスは、現在の基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに正の影響を与え、中学生時の獲得的レジリエンスは、現在の獲得的レジリエンスに正の影響を与えることが示された。

現在の基本的居場所感は、現在の資質的・獲得的レジリエンスに正の影響を与えることが示された。中学生時のレジリエンスが現在のレジリエンスに直接影響を与えることも示された。

【考察】

本研究の目的は、レジリエンスが基本的居場所感を媒介しどのように発達するのかを検討することであった。分析の結果、中学生時の資質的レジリエンスが基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得

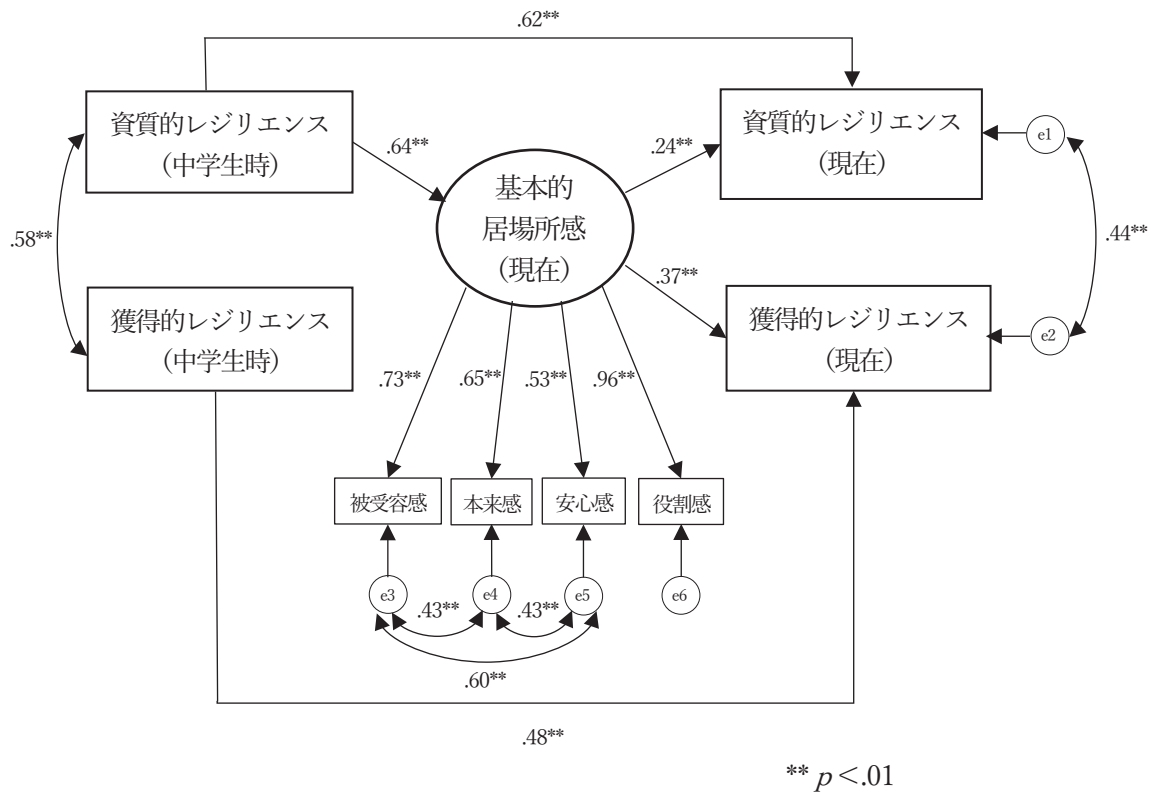


Figure 1. 本研究におけるモデル図

的レジリエンスに影響を与えるという仮説1は支持された。中学生時の獲得的レジリエンスが基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに影響を与えるという仮説2は支持されなかった。中学生時のレジリエンスが現在のレジリエンスに直接影響を与えるという仮説3は支持された。

まずはモデルの適合度と変数間の関連性について考察する。本研究で設定したモデルの適合度は、CFI=.987, RMSEA=.076であり、設定したモデルが統計学的に支持された。

また、「被受感」「本来感」「役割感」「安心感」の4因子が潜在変数として基本的居場所感に含まれることが認められた。先行研究である、浅井(2013)、則定(2007)では、探索的因子分析を用いて「被受容感」「本来感」「役割感」「安心感」の因子構造が認められている。しかし、確証的因子分析を用いて、基本的居場所感の因子構造を検討する研究はこれまでに行われていない。本研究の結果から、「被受容感」「本来感」「役割感」「安心感」が基本的居場所感という潜在変数にまとめられることが証明された。

次に、中学生の資質的レジリエンスと中学生時の

獲得的レジリエンスは、互いに相関があることが示された。Table 1. Table 2.の質問項目から、資質的レジリエンスは「パーソナリティ」、獲得的レジリエンスは「ソーシャルスキル」の要素が含まれていると考えられる。中学生時は、「パーソナリティ」と「ソーシャルスキル」が未分化なため、両者の関係が強いという結果が得られたと推察される。

また、関係の仕方は2つのタイプに分けられると考えられる。平野(2010)は多様なレジリエンス要因を、持って生まれた気質と関連の強い「資質的レジリエンス」と後天的に身につけていきやすい「獲得的レジリエンス」に分けて捉えている。この理論に基づき、1つ目はすでに資質的レジリエンスを持ち、中学生時に獲得的レジリエンスを獲得するタイプである。これは、思春期・青年期にパーソナリティが安定したことをきっかけに、レジリエンスを獲得することができると考えられる。2つ目が、中学生時に獲得的レジリエンスを身につけることにより、資質的レジリエンスを自分が持っていたことに気づくタイプも存在するのではないだろうか。これは、エリクソンの発達段階から説明することができ

Table 1. 資質的レジリエンスの質問項目

楽観性	・困難な出来事が起きても、どうにか切り抜けることができると思う
	・どんなことでも、たいてい何とかかなりそうな気がする
	・たとえ自信がないことでも、結果的に何とかかなと思う
統御力	・つらいことでも我慢できる方だ
	・嫌なことがあっても、自分の感情をコントロールできる
	・自分は体力がある方だ
社交性	・交友関係が広く、社会的である
	・自分から人と親しくなることが得意だ
	・昔から、人との関係をとるのが上手だ
行動力	・自分は粘り強い人間だと思う
	・決めたことを最後までやりとおすことができる
	・努力することを大事にする方だ

る。エリクソンは、青年期・思春期の課題を「アイデンティティの確立対アイデンティティの拡散」としており、この危機を乗り越えていくことを課題としている。「自分は何者なのか」「自分の人生の目的は何か」といったことを模索していく中で、「パーソナリティ」の要素が含まれている資質的レジリエンスに気づくことができるのではないだろうか。

次に、中学生時の資質的レジリエンスは現在の資質的レジリエンスに、中学生時の獲得的レジリエンスは現在の獲得的レジリエンスに正の影響を与えていることが示された。このことから、レジリエンスは中学生から大学生という成長の中で保持されることが示された。中学生から大学生になるまでに様々な経験をすることで、中学生時のレジリエンスを基盤として、より豊かになったレジリエンスを大学生時に持つことができると考えられる。

また、中学生時にレジリエンスを高めることによって、大学生までそのレジリエンスを保持することができると考えられる。そのため、中学生までにレジリエンスを身につけることが重要であり、今後、スクールカウンセラーが、予防教育・心理教育やレジリエンスの普及活動を積極的に行っていくことが重要である。

小泉（2015）は、予防・開発的取り組みの目的は、不登校、いじめ、非行といった問題行動に代表される学校不適応を予防するだけでなく、レジリエンス

Table 2. 獲得的レジリエンスの質問項目

問題解決志向	・人と誤解が生じたときには積極的に話をしようとする
	・嫌な出来事があったとき、その問題を解決するために情報を集める
	・嫌な出来事があったとき、今の経験から得られるものを探す
自己理解	・自分の性格についてよく理解している
	・嫌な出来事が、どんな風に自分の気持ちに影響するか理解している
	・自分の考えや気持ちがよくわからないことが多い
他者心理の理解	・人の気持ちや、微妙な表情の変化を読み取るのが上手だ
	・他人の考え方を理解するのが比較的得意だ
	・思いやりを持って人と接している

を高めることにもあるとしている。

また、ロジャーズのカウンセリングでの基本的態度条件である、「無条件の積極的関心（受容）」「共感的理解」「自己一致」は、レジリエンスを高めることや基本的居場所感の獲得につながるのではないだろうか。そのため、スクールカウンセラーなど心理的支援の専門家による関わりが生徒たちの基本的居場所感を高めることに繋がり、それが現在のレジリエンスを高める一つの方法であると考えられる。

中学生時の資質的レジリエンスは、現在の基本的居場所感を媒介し、現在の資質的・獲得的レジリエンスに影響を与えることが示された。つまり、この結果は、持って生まれた気質と関連の強い資質的レジリエンスは基本的居場所感の獲得に影響を与え、結果的に現在の資質的・獲得的レジリエンスの発達に寄与する可能性を示している。

中学生時の獲得的レジリエンスは、現在の基本的居場所感に対して直接的な関連は示されず、現在の獲得的レジリエンスに影響を与えることが明らかとなった。このことから、後天的に身につけていきやすい獲得的レジリエンスは、基本的居場所感を獲得することによってより獲得しやすくなることが示された。中学生時に獲得的レジリエンスが低い場合でも、基本的居場所感を高めることによって、獲得的レジリエンスを高めることができる。

例えば、基本的居場所感を高める方法として、中

学生時は、所属するクラスや部活動の集団などに限られている。一方、大学生の場合、ゼミ、サークル、アルバイト、ボランティア、部活動など「ありのままにいられるところ」が様々である。具体的には、ゼミでは、「落ち着く」といった「安心感」の獲得、サークルでは、「自分らしくいられる」といった「本来感」の獲得、ボランティアでは、「役に立っている」といった「役割感」を獲得することができると思われる。このように「基本的居場所感」を獲得することで、獲得的レジリエンスが高まると考えられる。

【今後の課題】

今回は、大学生である現在と中学生の時点を想定して検討を行ったが、小学生、高校生と想定する時点を広げて、検討を行いたい。また、男性にも調査を行いたい。本研究では、媒介要因として、基本的居場所感に着目したが、他の媒介要因にも焦点を当てたい。例えば日常生活で感じる持続的な役割満足感と定義されている「ロールフルネス (rolefulness)」(Kato & Suzuki, 2018) や、高ストレス下で健康を保っている人々が持つ性格特性と定義され、「チャレンジ」「コントロール」「コミットメント」の3つの下位因子で構成されている「ハーディネス」(Kobasa, 1979) についても検討を行いたい。

【引用文献】

- 浅井美帆 (2013). 女子大学生における基本的居場所感の検討 金城学院大学大学院人間生活研究科論集 13, 29-32.
- Cloninger, C. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Arch Gen Psychiatry*, 50, 975-990.
- Grotberg, E. H. (2003) *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- 平野真理 (2010). レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み—二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成—パーソナリティ研究 19(2), 94-106.
- 平野真理 (2011). 中高生における二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の妥当性—双生児法を用いて—パーソナリティ研究 20, 50-52.
- 石毛みどり・無藤隆 (2006). 中学生のレジリエンスとパーソナリティとの関連 パーソナリティ研究 14(3), 266-280.
- 石毛みどり (2010). 中学生のレジリエンシー：3つの特性をもとにした類型化 白梅学園大学白梅学園短期大学教育・福祉研究センター研究年報 15, 12-24.
- 石本雄真 (2010). 青年期の居場所感が心理的適応、学校適応に与える影響 発達心理学研究 21, 278-286.
- Kato, D. & Suzuki, M. (2018). Rolefulness: Social and internal sense of role satisfaction. *Education*, 138, 257-263.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- 小泉令三 (2015). 予防教育・心理教育の方法 臨床心理学 15(2), 178-181.
- Masten, A. S. Best, K. & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Masten, A. S. & Gewirtz, A. H. (2006). Vulnerability and Resilience in Early Child Development. In K. McCartney & D. Phillips (Eds.), *Blackwell handbook of early childhood development* (pp.22-43). Blackwell Publishing.
- 文部科学省初等中等教育局児童生徒課. (2022). 令和4年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について.
- 向居暁・小川莉奈 (2020). 中学生における過剰適応とレジリエンスが不登校傾向に及ぼす影響 日本教育心理学会第62回総会発表論文集319.
- 大久保智生 (2005). 青年の学校適応への関係論的アプローチ 早稲田大学博士 (人間科学) 甲第1981号 博士論文
- 則定百合子 (2007). 青年版心理的居場所感尺度の作成 日本教育心理学会第49回大会発表論文集

334.

則定百合子 (2008). 青年期における心理的居場所
感の発達的变化 カウンセリング研究41, 64-72.

則定百合子・斉藤誠一 (2007). 日本青年心理学会
大会発表論文集 15, 80-81.

小塩真司・中谷泰行・金子一史・長嶺信治 (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.

Rutter, M. (1985). Resilience in the face of
adversity: Protective factors and resistance to
psychiatric disorder. *The British Journal of
Psychiatry*, 147, 598-611.

芝崎美和・吉村淳子 (2015). 青年期における居場
所意識とレジリエンスとの関連—女子大学生を対
象とした検討—幼年教育研究年報 第37巻 91-98.