

大学生活において居心地の良さを感じる要因 -大学生を対象とした自由記述法を用いて-

How can we feel at home in everyday life of college?

甲村和三[†], 飯田沙依亜^{††}
Kazumi Kohmura, Saea Iida

Abstract When we go into a new environment, it impose both change and major challenge. While most people can turn them into opportunity, some people are crushed with anxiety or loneliness. In this study, we asked college students to describe the factors contributing to their comfort at college. Based on results, we discuss how we can support the efforts made by college students to adjust to college life.

1. はじめに

「居場所」とは、人のいる空間的な意味での場所である。それを心の拠り所、あるいは占有感の感じられる場所、存在を実感できる場所、といった心理的意味で、相応しいところに、自分らしくいられるという実感をここでは「居場所感」と称することにする。「居場所感」は日常的概念の印象が強いが、既往研究も既にいくつか認められることから、本研究でもこのような定義を持つ構成概念として用いることにする。

人はさまざまな場面において自信を持って行動し、水を得た魚のように動き回ることができる。しかし一方で、ときにその場面に居心地の悪さを感じ、何をしたらいいのか戸惑ったり、自分という存在そのものがその場に相応しくないように感じ、逃げ出したくなったりもする。この場所や場面に対する否定的感情は、時にはいつもの生活空間においてすら感じることもある。例えば、周囲の雰囲気になじめなかったり、たまたま会話の流れにうまく乗れなかったりするようなどき、こうした感情を強く経験する人も多いであろう。

こうした否定的感情、すなわち居場所感のなさは、置かれた状況とその状況における個人の受容度との関係で不整合を感じている状況と考えられる。経験が豊富な

人々は、多少、居場所感のない状況にあってもしばらくは耐えたり、他事に勤しむことで違和感を紛らわしたりして、そのうち自分の居場所を作ったりするものである。しかし、経験や耐性が不足する若齢者たちには、なかなか思うようにはいかない。その結果、その場所（場面）から逃げ出したい感情が募ることになる。留まらざるを得なければかなりの不快感情と闘うことになるし、状況が長引けば不適応を思わせる行動が出現することも考えられる。このような居場所感のなさに関わりを持つ若齢者（中学生や高校生・大学生など）を対象とするいくつかの調査が、既に試みられている（例えば、杉本・庄司, 2006、斎藤, 2007、石本, 2008 など）。

本研究は、これらの既往研究を参考にしながら、大学生のキャンパスライフへの適応をどのようにサポートしていくべきかを探索的に検討することを目的としている。多感な青年期は多くの経験を経て、そして危機を乗り越えて自我を確立していく大切な時期でもある。メンタルヘルスの領域でも、自分の存在を実感できるということは自分の居場所を見つけたということであり、向後の活躍の心的拠点を得たということでもある。全ての青年がそのような居場所感を確立できれば申し分ないが、状況的に、そして性格的になかなかそれを見つけれない人もいる。本研究の対象者である身近な大学生も、身は大人でも、心は相変わらず未成熟ということも少なくない。特に、入学時点で不適応を起こす学生も少なからずいるのが現実である。大学に入学すれば親は全ての親の責務が終わったかのように子から離れることが多いが、当の

[†] 愛知工業大学 基礎教育センター（豊田市）

^{††} 愛知県心身障害者コロニー
発達障害研究所（春日井市）

学生たちはあまりにも高校時代までの生活と異なることに少なからぬショックを感じたりする。例えば、大学キャンパスは比較にならない広さを誇り、講義を受講するにしてもその都度教室を変え、その都度席周辺の仲間の顔ぶれが大幅に変わる。生活全般を見ても、自分で判断し、個としての行動が求められる。高校時代までと異なり、友だちに頼る、頼られる共存的・協同的行動は減る。大学では自由が増える代わりに、自己責任の行動が余儀なくされる。クラブやサークル活動も、高校時代のどちらかといえば仲良しクラブ的人間関係から、時にプロを目指す本格的な活動をする部員も多く、高校時代には一流と思っていた技倆も大学のクラブでは並の技倆と化し、自信を喪失し、屈辱の状況に追い込まれたりもする。

こうした大学生活に早く慣れ、自分の居場所を確保し、適度な自己主張と妥協を覚えながら互いを認め合う人間関係を形成しないと、孤独感に苛まれることにもなる。

先の調査研究（飯田・甲村ら、2011）では、新入の大学生たちが新たな大学生活にどのように適応し、いつ頃彼らなりの居場所間を確立するか、また居場所間のなさを感じたときに、どのような方略を持ってそれを乗り越えようとするか等々について、評定法を用いて検討した。主な結果は次のようなものであった。

①対象者のほぼ半数が過去に「居場所感のなさ」を経験していた。

②キャンパスライフに対しては入学後ほぼ1ヶ月で約80%の学生が慣れたと回答した。しかし残る約20%の学生の慣れの速度は鈍いようである。

③性格や行動の特徴と居場所感形成との関係では、「神経質」「短気」「自己中心的」傾向が強いとする学生が、そうではない学生に比して居場所感のなさを感じやすいことが認められた。

④「高校時代の同窓会に参加したが周りは未知の人ばかり」（事例A）、「友だちと遊びに行く計画を立てたが自分の提案は無視された」（事例B）という2つの設定場面で、その時の感情や対処的行動等を尋ねた。その結果、居場所感のなさは事例Aで顕著であった。これは、いわば既知の人間関係の中で無視されるよりも、未知の人間関係の中に居る方が居場所感のなさが強いことが示唆された。また、対処行動としては「我慢した」「深呼吸を繰り返した」などが多く挙げられており、事例Bでは「皆同じ状況だと言いつけさせた」なども挙げられた。

⑤居場所感のなさは不要・孤独・違和感などにより構成されていた。

これらはわれわれが用意した質問項目に対する評定法を中心とする結果であったが、多変量解析を試み、数量

的に一般的傾向を探るにはよくとられる手法である。しかし、「居場所感」は、もともと個人の感情である。われわれがあらかじめ準備した一般的な尺度で明らかに出来る部分がある一方で、個別的な（個人的な）感情面まで顕示するのは難しい。そこで本研究では、回答者が自分の言葉で表現できるいわゆる自由記述法により、改めて「大学生活の適応（居場所感がある）」を感じる心理的要因（どういう状況にあるとき、大学に自分の居場所を感じるか）について調べてみることにした。これにより、キャンパスライフに関わるかなり個別の適応条件をより明らかにすることが期待される。また、記載された事項に対して関連性に主眼を置いた質的分析をすることにより、キャンパスライフの適応感を規定する一般的要因抽出とその要因の意味を検討することが可能になると考える。

2. 方法

2・1 質問紙

「大学生活への適応（居場所感がある）」を感じる心理的要因（どういう状況にあるとき、大学に自分の居場所を感じるか）について思いつく限り箇条書きして下さい」と記した質問紙を用いた。したがって、一人で多数の回答をした者もいれば、わずかな回答の者もいることになる。無記入あるいは意味不明の回答は無効とした。

2・2 回答者

1～4年次の男女大学生（有効回答者 294人）。講義科目の関係で1、2年生が大半である。

2・3 調査実施時期

平成23年10～11月 講義終了後の時間を利用して実施した。

3. 結果

3・1 結果の整理

箇条書きされた項目数は回答者によりバラバラである。白紙、意味不明の回答を除き、項目数の多寡にかかわらずすべてデータとして採択した。書き込まれた多数の項目をその関連性から「ヒト」「モノ」「コト」に大分類し、内容的にほとんど類似しているものは1つの項目としてまとめて累積人数を計算した。一方、似て非なる回答はなるべく独立させ、意味の検討に余地を残すように努めた。

分類項目とした「ヒト」は友人関係、教職員との関係、

大学生生活において居心地の良さを感じる要因 -大学生を対象とした自由記述法を用いて-

表1 記載された具体的項目とそのまとめ

分類	項目内容	人数	まとめ
ヒト	友だちが居る、友だちとの戯れ、話をしている盛り上がる、面白い話で盛り上がる時、人間関係に恵まれる、先輩・後輩との人間関係、仲間の存在、見知った人がいる、頼れる人がいる、教室に入ると友だちのもとに行けること、人がたくさんいるから、一人ぼっちでない、一人であることがなく笑っていられる、学校に来ていつものグループに行ける	107	友だちがいる
ヒト	友だちと話をし、大学内で友だちと会い話をし、友だちとのコミュニケーション、友だちと過ごす、女の子扱いせずみんなではしゃいでいるとき	74	友だちと話す
ヒト	ご飯を食べているとき、友だちと飯を食べる、同じ学科の友だちと飯を食べている、学食で食事	51	友だちと食事する
ヒト	講義中、隣に友だちがいる、一緒に講義を受ける友だちがいる、授業を受けている、授業、勉強の場がある、友人と勉強が出来る、友だちと一緒に授業を受ける一緒に授業を受ける友だちがいる自分の求める授業内容、学んでいることに関心が持てる、充実感がある、楽しい授業、レポートをやっているとき、授業に価値があるかどうか、	49	友だちと一緒に授業を受ける
ヒト	友だちがいろんなことを聞いてくれるとき、友達に頼られたとき、感謝されたとき、クラスの人が話しかけてきたとき、友だち、先生の話に興味を持つ友人に頼られたとき、心配や相談をされたとき、誰かにこころわかると言われ説明できたとき、自分を認めてくれるかどうか、自分を必要とする人がいる、自分への周囲からの評価専門教科で友人が不明な点を質問してくる、不明な点を教えて感謝される時、友だちから質問される、友達に頼られた、演習の時間にわからない問題を僕に聞いてくれるとき、授業内容に関して質問される、わからないところを教えてくださいるとき、課題のわからないとき友だちに見せてもらうとき、授業の問題をみんなで解きあっているとき、趣味の話が出来る人がいる、同じ趣味の人がいる、ライバルがいる	43	友だちに頼られる
コト	部活・サークル活動に積極的に参加する、部活やサークルへの参加、暇つぶしの場所がある(サークル)部屋・1号館・AITプラザなど主に行くところで感じる、弓道場	21	部活・サークル活動に参加する
ヒト・コト	朝友だちが「おはよう」と言ってくれるとき、友人が挨拶してくれるとき、オッスという挨拶、「おはよう」と挨拶できる、「一緒に帰ろう」と言われたとき、一緒に帰れる友だちがいること、知人・友人と挨拶をするとき、挨拶されたとき	19	気楽に挨拶ができる
ヒト・モノ	席を取っておいてくれる、遅れていっても席が空けてあるとき、自分の座る席、指定の席、当たり前のように私のスペースが空けられている、授業の時いつもの出来に座ったとき、行けない授業があるとプリントをもらってきてくれる、休んだ講義のノートを見せてくれる友だちがいること、心配メールが来たとき、休んだとき友達が心配してくれたとき、友人が自分のために何かしてくれるとき、友人や知人でなくとも周囲の人が接してくれる、困っているときに手伝ってもらった	18	自分の席がある
コト	大学での勉強、勉学への励み、専門の勉強、課題などが高い評価を受けたとき、研究室で自分のやってきたことが評価されたとき、自分にあった授業を受けているとき(集中できる)居場所感を感じる、授業に集中できているとき、研究室、研究室に所属しやりたい研究に取り組む、後輩の指導ゼミ仲間との活動、ゼミ中、実習などで楽しくやれる	18	大学での勉強
コト・ヒト	終わったら遊ぶ、遊びに誘われたとき、休日に遊びに出かける時、友だちとバスケットをしているとき、遊びに誘ってくれたとき、友達と遊んでいて幸せを感じる時、友だちとスキーに行っているとき、ふざけたときに笑ってもらえたとき	15	友だちに遊びに誘われる
ヒト	教授に質問するとちゃんと答えてくれる、授業で先生と会話するとき、先生たちがいる、先生との信頼関係、先生との関係が充実している、信用できる先生がいる	14	教員と話す
コト	大学の授業で出席をとるとき、出席確認、授業中、出席をとってくれるとき	9	出席による存在確認
コト	周りのことを気にせず勉強できる、落ち着いて勉強ができる、目的や夢を持って勉強する、1つ1つの授業に参加・出席しているとき	9	勉学に集中できる
コト	単位が取れたとき、成績がよかったとき、結果がどうであれテストなどの評価が返ってきたとき、試験の時	9	学業におけるフィードバックを受ける
コト	わからない問題が解けたとき、勉強がわかる、理解できている出来ないことが出来るようになったとき	8	学業の理解が深まる
コト	楽しくいられる、するべきことがある、メディアセンターで映画を一人で鑑賞するとき、ギターを弾いているとき	8	楽しくやれる
コト・ヒト	課題を一緒に取りかかったとき、班行動などで自分に担当がある時、皆で一つの作品(プレゼン)に取り組む	6	一緒に作業する
コト・モノ	名簿に自分の名前が記載されているのを見たとき、自分の学生証があること、自分の学籍番号、学籍番号や学生証明書を書いたり見せたりするとき	6	学生証・学籍番号がある
コト	授業のディスカッションかプレゼンテーションで自分の意見が主張できる、授業などで自分の発言をしたとき	5	自分の意見が主張できる
コト・ヒト	教授が名前を覚えていてくれたとき、学校関係者の方に自分の名前を呼ばれたとき	5	教職員が自分の名前を覚えてくれている
ヒト・コト	自分が休んだとき友だちが真っ先に気づいてくれる、休んだときにメールをくれる、自分が休んだときに友だちが心配してくれたこと、誕生日を祝ってくれたとき	4	休んだときフォローしてくれる友だちがいる
ヒト・コト	大学祭などの行事に楽しく参加する、大学祭の実行委員で周りの人に何か手伝ってと言われたとき、行事に参加しているとき、野球をするために入学したので練習をしているときや寮生活	4	大学祭など行事に参加する
モノ	教室(黒板や机)、ペン	3	教室や備品
モノ	図書館にあるお気に入りのスペースにいるとき、日常の図書館の利用のしやすさ、図書館で本を読んでいるとき	3	お気に入りの場所がある
コト	大学のルールに従えるとき	1	
コト	毎日通っているその場所に慣れる	1	
コト	休み明け	1	
モノ	学食のカルボナーラ	1	

先輩や後輩との関係に関わりを持つ内容項目群である。「モノ」は、まさに「物」に関わる項目群である。机や椅子、黒板の類である。「コト」は「事」に関わる内容項目群であり、大学祭を初めとする行事や、授業を受ける、クラブ・サークル活動に参加するなどに関わる項目群である。しかし、明瞭に分類ができるとは限らず、「モノ・ヒト」「コト・ヒト」などの混合群も設けて、無理に単独の分類に含めることを避けた。

3・2 「ヒト」に関わる項目群

表1は記載されたすべての項目群を内容に応じて、「ヒト」「モノ」「コト」に分類したものである。ヒトに関わるコトも多い関係で混合型に入れた項目も多い。また、表中の人数は項目総数でもあるが、同一項目を記載した回答者も多く、ここでは当該項目を記載した回答者の累積人数として示した。さらに、表中のまとめは個別の項目群を代表する内容に置き換えたものである。有効とした項目を記した回答者の総数(延べ人数)は504人であった。

表のまとめによれば、ヒトと単独に分類された、いわば直接的な友だち関係(「友だちがいる」、「友だちと話す」「友だちとご飯を食べる」「友だちと一緒に授業を受ける」「友だちに頼られる」)を挙げた回答者(延べ人数)は338人(67.06%)であった。状況は少し違うが、状況(コト)と密接に関連した人間関係(ヒト)を意味していると思われる「遊びに誘われる」「友だちと一緒に勉強する」「休んだときに心配、フォローしてくれる」「一緒に作業をする」「楽しくやれる」「一緒に帰る友だちがいる」「一人ぼっちにならない」なども含めると409項目になり、これにモノと関わるヒト、例えば、「席を取っておいてくれる」「行けない授業があるとプリントをもらってきてくれる」「休んだときに心配メールが来た」「休んだときのノートを見せてくれた」などの人数18人を加えると、427人にのぼり、全体の84.72%が友人を中心とする人間関係に関わるということが知られた。このことは学生たちのキャンパスライフにおける居心地の良さは、約8割の比率で友だちを中心とする人間関係に規定されていることができる。キャンパスライフを楽しくも、辛くもするのは、基本的に友人関係であることが明瞭となった。それだけに学生たちがよい友人関係を築くことができると言うことは、キャンパスライフにおける居場所感形成に関して最初の、そして最も重要な課題であるといえる。

同じヒトに関わる項目群でも、教員・職員に関わる項目はあまり多くはなかった。「教員と話す」「自分がやったことに対してフィードバックがもらえる」「出席をとる」

「信頼できる教員がいる」などの項目が含まれ、これらを併せて33人(6.55%)であった。項目の出現頻度としては大きくはないが、教員との関わりを直接に、間接に持ちたがる学生たちの意識が窺える。教員から見れば、出席をとる行為などは、多くは単に儀式であっても、学生たちから見れば皆の前で自分の名前が呼ばれたということで、その場に居る実感(存在の自覚)を味わう機会かもしれない。

3・3 「モノ」に関わる項目群

「モノ」に関わる項目群として、「自分の席が確保されている(自分の座る席がある、とっておいてくれる、など)」「よく行く場所に慣れる(具体的には、教室、学生のたまり場、部室、教室内の黒板や机、など)」「名簿に自分の名前がある」「学生証、学籍番号がある」「お気に入りの場所がある」などである。総数で25人(4.96%)であった。ただ、この人数の中にはヒトの分類に入れた項目が含まれており、単独には7人(1.39%)であった。名簿に記載された自分の名前、学生証を持ち、書類に書かれた学籍番号を見るなど、学生たちは目に見えるモノを通して、そのモノに対して思い入れ(感情移入)、そこに居る資格のようなものを自分が持ち合わせている実感を味わっていることなどが窺われる。

3・4 「コト」に関わる項目群

「コト」に関わる項目は、ヒトと関係なく独立して存在することは基本的にないであろう。ある出来事(行事や会合)は、ヒトとの関わりで生まれる事項である。したがって、ここではヒトよりコト(出来事・場面)にウエイトが置かれていると思われる項目群について「コト」として分類し、検討の対象とした。

該当する項目としては、「部活やサークルに参加する」「気楽に挨拶ができる」「勉強に集中できる」「自分の関心のある勉強をする」「わからないことがわかるようになる」「名前を覚えてもらう」「わからないところを教えてもらう」「大学祭に参加する」など、総数107人(21.23%)ほどであった。ただ、この中には既にヒトやモノに分類した項目も含まれており、それらを除けば82人(16.27%)であった。これらの項目群は前述したように、「コト」をきっかけに、友人関係、師弟関係の形成に関わる内容がほとんどである。日常的な挨拶、本来の使命である学業、大学祭などの行事に参加する、クラブ・サークルなどの課外活動に参加することなどは、新たな人間関係を確立するのに恰好の場面であろう。

4. 考察

先の研究（飯田・甲村ら、2011）に続き、大学生のキャンパスライフにおける居心地の良さを感じる要因について調査的検討を行った。先の研究では、選択法、評定尺度法を多用し、多変量解析により検討したが、本研究では自由記述法を用いた。むしろ研究の原点に還ることになるが、既存尺度で測りきれない学生たちの素朴な声を集めることに力点を置いて、「大学生活への適応（居場所感がある）」を感じる心理的要因（どういう状況にあるとき、大学に自分の居場所を感じるか）について思いつく限り箇条書きして下さい」という課題の下で回答を集めた。有効とした515項目を内容的に通覧して、「ヒト」「モノ」「コト」に関わる項目群に分類した。これらの分類は著者らの恣意的な分類であり、得られた3つの分類の比率配分はあくまで相対的な関係と捉えている。

自由記述法で回答を求めたことにより、先の研究（飯田・甲村ら、2011）での評定尺度法における、例えば「友だちがいるかないか」の単一尺度で求めた回答も、本研究の結果に見るように実に多様な友人関係の側面を持っていることが理解できた。友だちと戯れる・面白い話で盛り上がる・頼れる人がいる・一緒にご飯を食べる・講義中、隣には友だちがいる・友だちに頼られる・課題をみんなで解きあう・お早う、さようならの日常的挨拶・一緒に帰る友だちがいる・席を取っておいてくれる友だちがいる・休んだらノートを見せてくれる友だちがいる・休んだら心配メールをくれる友だちがいる、等々である。学生相互の友人関係も当事者でないとわからない意外な多面性を持っていることが知られた。少なくとも友人関係の有無という一つの物差し（尺度）で測ることができるほど単純な内容ではないということが理解できた。教員との良好な関係といった尺度も、自由記述を用いた本研究の結果を見ると、質問すればちゃんと答えてくれる・出席をとって自分の名前を呼んでくれる、等々、多面的な内容を含んでいることが知られ、これらの結果を得たことは今後の研究を進める上で示唆的であった。

結果を見ると、「ヒト」約67%、「モノ」約1.4%、「コト」約16%という分類の相対的な比率配分であった。コトの多くは「ヒト」との関わりが強いことから合算すれば約85%が「ヒト」の要因に依拠すると見なせるであろう。大学生のキャンパスライフとは言っても、キャンパスライフを楽しめるものになるかどうかは、究極的にはキャンパス内の人間関係、中でも友人関係に強く規定されているといえよう。発達心理学では、大学生が中心の青年期後期の発達課題として、異性を含めた同年齢の洗練された親しい人間関係の発展などを挙げることが多い（例えば Havighurst, R. J.）。青年期の友人関係は、数は少ないながらも親近性はかなり強い。この友人関係を

通して、青年は社会化が昂進されると考えられる。いわば人づきあいを学び、それを通して自分形成を図っており、うまくいけば不安や危機の多いこの時期の情緒的安定を図っていると思われる。問題は、先の研究（飯田・甲村ら、2011）でも示したように、2割ほどの学生のキャンパスライフへの馴化が遅いことである。本研究の個別の回答を見ると、意図的に友人を作るというよりも、些細な日常的関わりからいつの間にか話すようになり、共感を覚え、親密さを増していったようなそんな友人関係の形成が窺えた。そうしたことがごく自然に行える学生が大半とはいえ、そうでない学生もいるわけである。結局は、個人の問題に帰せられるかもしれないが、気の弱い、慎重な、取り越し苦労の学生には大学祭やサークル活動、ゼミ、講義受講、など、キャンパスライフの準備されたプログラムを通じて、対人的な警戒感を和らげ、億劫がらずに気楽な会話を楽しめるように、少しずつ学生相互の関係を確立するよう、関係者は頻度と接近を考慮しながら支援する必要がある。

学生たちもいずれは一般社会に巣立ち、彼らが熟年と呼ばれる頃になれば、友情などという青臭い情の世界からは乖離することも多くなろう。そこでは、個人が責任をとる形でむしろ独立・自尊の判断や行動を求められることが多くなる。企業や組織で地位や立場が出来て、守るべきものが増えてくれば自ずと孤独・孤立の状況に立ち至るであろう。しかし、それは大学生には先の話であり、孤立・孤独の克服は中高年の課題であろう。まずは無償の関わりから人との信頼関係を築くことこそ青年期における自立・自律の心を確立するのに必要な課題であることを改めて示唆してくれた結果であった。

5. 参考文献

- 1) 飯田沙依亜・甲村和三・舟橋 厚・長谷川桜子・竹澤大史・幡垣加恵 2011 大学生の居場所に関する研究—居場所のなさに着目して— 愛知工業大学研究報告 46, 49-55.
- 2) 石本雄真 2008 居場所感に関連する大学生の生活の一場面 神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要 2 (No. 1), 1-6.
- 3) 杉本希映・庄司一子 2006 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 (No. 1), 31-39.
- 4) 斎藤富由紀 2007 大学生および高校生における心理的居場所感尺度作成の試み 千里金襴大学紀要 73-84.

(受理 平成24年3月19日)