

自己像と居場所感に関する研究

—「本当の自分」と「仮面の自分」の観点から—

A study on self-image and sense of Ibasho

— from viewpoints of “true self” and “mask self” —

富永 幹人・山田 梨紗子

Mikihito Tominaga・Risako Yamada

I 問題

不登校、引きこもりといった児童や青年に見られる問題はもとより、成人や高齢者においても家庭や職場における所在なさを語る際に「居場所のなさ」という表現がしばしば用いられ、こうした問題への対応としての「居場所づくり」は、1990年代の不登校児童・生徒に対する支援に端を発し、現在も多種多様な領域で益々盛んに行われている。また、「居場所」についての心理学的研究も数多く見られ、精神的健康や学校適応等との関連が示されてきており、「居場所」に対する関心の高さがうかがわれる。

しかしながら、こうした「居場所」に関する実践報告と、心理学および教育学領域における研究を概観した西中（2014）は、実証的研究と「居場所づくり」の実践の間には「居場所」や「居場所づくり」の捉え方に隔たりがあることを指摘し、居場所に関する研究が「居場所づくり」の実践にその成果を還元していくためには、①心理的適応や学校適応といった個人の適応レベルという視点からの居場所感の検討、②対象者が「居場所がない」という感覚を持つ状況や原因の分析、③「居場所づくり」を居場所感の促進と定義し、居場所感の視点から効果の測定を行う実践研究の蓄積、④児童期および青年期における居場所感の違いに関する実証的研究の4点が課題となるとしている。「居場所」の概念は多義的であり、「居場所づくり」において対象者に提供されるものにも多様性があることがこれまでの研究からもうかがわれるが、これらは「居場所」を必要とする当事者がどのような状況にあるのかによって変わってくると考えられ、当事者の個人差を視

野に入れて「居場所」を検討することには意義があると思われる。

「自己」あるいは「自分」と「居場所」との関係について北山（2003）は、ウィニコットの理論に基づきながら、「環境としての母親」によって「抱える環境」である「居場所」が提供されることによって、幼児は「存在の連続性」あるいは「いること」が保障され、自己統合、心身統合、自己確立の基盤がもたらされ、そのような「居場所」が提供されないならば、自己は外傷的な侵入を受け、危機として経験される、と述べている。まだ外界の刺激に傷つきやすく、自分の力で自立して「いること」、自己のまとまりを維持することが難しい幼児は、それを環境の力に依存するしかなく、環境が幼児のニーズに応じ、連続性をもって「居場所」を提供することができるならば、幼児は本来の自己を大きく損なうことなく居続けることができ、自己形成の基盤となる。そして、環境が自己の発達程度に応じてほどよく「抱える環境」あるいは「居場所」を提供することに失敗していくなれば、それを契機に幼児は「本当の自己」を守り、外界に適応していくための「偽りの自己」をほどよく発達させていくというプロセスをたどり、「偽りの自己」が発達した後も、芸術や遊びを通して、「本当の自己」はその創造的な姿を見せることができ、「偽りの自己」の社会適応的な側面によって「本当の自己」では得ることのできないような社会における居場所をもつことも可能となる。

妙木（2003）は、「心の居場所」は、安心・安定を志向する心の軸と、興奮・リスクを志向する心の軸の二軸の間にまたがる余裕、スペース、つまりは「遊び」の中にあるとし、「心の『居場所がある』というのは、

心が『そこにあって大丈夫だ』と思える場、心のスペースをもつということ」であると述べている。そのように、人は自立に向かうほどに、自らの心の中に遊びが可能な余裕、スペースをもつことができるようになり、それを「居場所」とし、物理的にはある程度はどのような場でも「居場所がない」とならずいられる方向に成長していくと考えられる。しかしながら、特にまだ自我の成長が十分でない段階では、実際の環境によってほどよく抱えられ、提供してもらうことによって、「居場所」を得ることが可能になると言える。

ところが、特に自我が未成熟な段階で環境がこのようにほどよさに欠け、幼児の自己の連続性が維持されず、幼児からすると「本当の自己」を脅かすような外傷的な侵襲が生じるならば、「本当の自己」を守るために「偽りの自己」は極端な形成の仕方を余儀なくされ、「本当の自己」と「偽りの自己」との間に深刻な分裂が生じる。その場合、この外傷的な侵襲に対する反応であるところの極端な落ち着きのなさや集中困難等が見られ、創造的な「本当の自己」が顔を見せるはずの遊びや芸術のような文化的な生活は貧乏なものにしかなくなってしまう、上述の妙木が述べるような「心の居場所」を育んでいくことも困難になると思われる。

このように、環境から個人のもつニーズに即した「居場所」を提供されることによって、個人は「本当の自己」を保ちながら、同時に「偽りの自己」もほどよく発達させて外界に適応していくことが可能になるが、その成長過程で「本当の自己」と「偽りの自己」とが大きく乖離しているような状況になっているならば、依然として外界の侵襲に怯える心的状況にあり続けていると考えられる。「いること」が達成され、その場がその人にとって「居場所」となるためには、ある程度の環境への依存が成立しなければならないが（北山，2003）、「本当の自己」と「偽りの自己」との隔たりが大きい場合には、このような怯えのために環境への依存を發展させることが難しくなり、「本当の自己」と「偽りの自己」との隔たりが小さい場合に比べ、場を提供されてもそれを「居場所」とすることが難しくなると考えられる。つまり、個人の自己のあり方がどのようなものになっているのかによって「居場所」の得られやすさは変化

し、個人の環境に対するニーズや、環境の側から個人に対して提供すべきものも少しずつ変わってくると言えるのではないだろうか。

以上より本研究では、本当の自己（「本当の自分」）と偽りの自己（「仮面の自分」）、さらにこれら二つの自己の関係のあり方に注目し、こうした自己像のあり方の違いから居場所感の違いが生じるであろうと考え、検討を試みることにする。

II 方法

1. 調査時期・調査対象

2014年11月に女子大学生100名を対象に質問紙調査を実施した。

2. 調査方法

授業時間を使って、集団での質問紙調査によって実施された。論理的配慮として調査用紙には、データは統計的に処理されるため個人が特定されることはないこと、調査結果を研究の目的以外に使用しないことを明記し、無記名式で回答を求めた。

3. 調査内容

(1) 居場所感尺度

則定（2008）の青年版心理的居場所感尺度20項目を修正して用いた。本尺度は「父親」「母親」といった重要な他者について回答を求めるものだが、今回は「学校場面」と「家庭場面」について回答を求めた。それぞれ「全く当てはまらない（1点）」～「非常に当てはまる（5点）」の5件法で回答を求めた。

(2) 「仮面の自分」と「本当の自分」について

高木（2002）の描画法を修正し、「本当の自分」と「仮面の自分」、並びに両者の関係性について回答を求めた。

① 「仮面の自分」であると感じるときについて

「あなたが、今このように振舞っているのは、本当の自分ではないと感じるような、いわば自分が『仮面』であるかのような感じを抱くのはどのようなときですか」という質問に対する自由記述を求めた。

② 「本当の自分」であると感じるときについて

「あなたが、自分自身のことを、自分らしい自分であると感じる、いわば『本当の自分』であるの

はどのようなときですか」という質問に対する自由記述を求めた。

③描画課題について

教示は「下の円は、これまでお聞きしてきた『本当の自分』を表すと考えてください。この『本当の自分』に対して、『仮面の自分』はどこに位置しますか、あるいはどのように表現できますか。下の図に『仮面の自分』を描き加えてください」とし、「本当の自分」に対する「仮面の自分」の位置関係を図示してもらった。

III 結果

1. 居場所感尺度の因子分析

調査では、学校場面と家庭場面について居場所感尺度に回答を求めたが、場面によって居場所感の構造が

変化する可能性も考えられた。そこで、それぞれに因子分析を行った。

(1) 学校場面についての居場所感尺度の因子分析

学校場面について回答を求めた居場所感尺度20項目について因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。その結果、解釈可能性から4因子が抽出された（Table 1）。回転前の固有値は、第1因子12.084、第2因子1.806、第3因子1.299、第4因子.776であった。

第1因子は「学校で、自分は頼りにされている」「学校に対して、自分にしかできない役割がある」等6項目からなり、この因子は、学校場面において自分にできることや役割があり、それによって自分が必要とされていると感じ、拠り所となっている感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「役割感」と命名された。

第2因子は「学校では、いつでも自分を受け入れて

Table 1 居場所感尺度（学校）の因子分析結果（プロマックス回転後）

	F1	F2	F3	F4
第1因子 役割感				
学校で、自分は誰かの支えになっている	.969	-.165	.087	-.047
学校で、自分は頼りにされている	.890	-.033	-.032	.073
学校で、自分は誰かの役に立っている	.851	.144	-.200	.091
学校に対して、自分にしかできない役割がある	.694	.174	-.011	-.049
学校のためにできることがある	.551	-.098	.402	-.142
学校にいと、自分のことを、かけがえのない人間なのだと感じる	.500	.422	-.046	.026
第2因子 被受容感				
学校では、いつでも自分を受け入れてくれる	-.193	.954	.152	-.076
学校で、自分は大切にされている	-.005	.873	-.149	.066
学校で自分は無条件に受け入れられている	.007	.806	.042	-.046
学校で、自分は無条件に愛されている	.176	.683	-.033	-.017
学校にいと、ここにいていいのだと感じる	.202	.634	.104	.029
学校で、自分は必要とされている	.282	.513	.190	.003
第3因子 安心感				
学校にいと安心する	.036	-.076	.963	.055
学校にいと、ホッとする	-.045	-.001	.940	.071
学校にいと、居心地がいい	.016	.128	.702	.102
学校にいと、くつろげる	-.048	.226	.570	.078
第4因子 本来感				
学校にいとありのままの自分でいいのだと感じる	-.185	.224	-.065	.909
学校にいとありのままの自分を表現できる	.117	-.253	.114	.895
学校にいと、自分らしくいられる	.037	-.030	.096	.859
学校にいと、心から泣いたり笑ったりできる	.097	.151	.162	.427
F1	1.000	.679	.569	.511
F2	.679	1.000	.622	.586
F3	.569	.622	1.000	.703
F4	.511	.586	.703	1.000

くれる」「学校で自分は無条件に受け入れられている」等6項目からなり、この因子は、学校場面を自分が受け入れられている場となっている感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「被受容感」と命名された。

第3因子は「学校にいと安心する」「学校にいと、ホッとする」等4項目からなり、この因子は、学校場面が安心感をもてる場であるという感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「安心感」と命名された。

第4因子は「学校にいとありのままの自分でいいのだと感じる」「学校にいとありのままの自分を表現できる」等4項目からなり、この因子は、学校場面がありのままの自分でいられる場となっている感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「本来感」と命名された。

(2) 家庭場面についての居場所感尺度の因子分析

家庭場面について回答を求めた居場所感尺度20項目について因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。その結果、解釈可能性から4因子が抽出された（Table 2）。回転前の固有値は、第1因子12.084、第2因子1.806、第3因子1.299、第4因子.776であった。

第1因子は「家庭で、自分は家族の役に立っている」「家庭に対して、自分にしかできない役割がある」等7項目からなり、この因子は、家庭場面において自分にできること・役割があり、それによって自分が必要とされていると感じ、拠り所となっている感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「役割感」と命名された。

第2因子は「家庭にいと、くつろげる」「家庭にいとホッとする」等4項目からなり、この因子は、家庭場面が安心感をもてる場であるという感覚を表し

Table 2 居場所感尺度（家庭）の因子分析結果（プロマックス回転後）

	F1	F2	F3	F4
第1因子 役割感				
家庭で、自分は家族の役に立っている	.953	-.132	-.084	.036
家庭で、自分は家族の支えになっている	.945	-.197	.170	-.040
家庭で、自分は頼りにされている	.922	.019	.099	-.194
家庭に対して、自分にしかできない役割がある	.841	.105	-.141	-.004
家庭で、自分は必要とされている	.581	.128	-.011	.236
家庭のためにできることがある	.556	.217	-.096	.040
家庭にいと、自分のことを、かけがえのない人間のだと感じる	.517	.130	.018	.108
第2因子 安心感				
家庭にいと、くつろげる	-.129	.943	.093	-.132
家庭にいとホッとする	.036	.913	-.109	.135
家庭にいと、居心地がいい	.136	.825	.167	-.113
家庭にいと、安心する	.012	.768	-.060	.259
第3因子 本来感				
家庭にいと、自分らしくいられる	.017	.057	1.008	-.106
家庭にいと、心から泣いたり笑ったりできる	-.053	.102	.777	-.049
家庭にいと、ありのままの自分でいいのだと感じる	.041	-.162	.756	.271
家庭にいと、ありのままの自分を表現できる	-.070	.060	.619	.210
家庭にいと、ここにいていいのだと感じる	.260	.247	.294	.190
第4因子 被受容感				
家庭で、自分は無条件に受け入れられている	-.124	.076	-.020	.998
家庭で、自分は無条件に愛されている	.024	-.106	.062	.914
家庭では、いつでも自分を受け入れてくれる	.035	.098	.110	.680
家庭で自分は大切にされている	.081	.072	.199	.617
	F1	1.000	.647	.660
	F2	.647	1.000	.618
	F3	.660	.618	1.000
	F4	.633	.749	.727
				1.000

ていると解釈された。そこで、この因子は「安心感」と命名された。

第3因子は「家庭にいて、自分らしくいられる」「家庭にいて、心から泣いたり笑ったりできる」等5項目からなり、この因子は、家庭場面がありのままの自分でいられる場となっている感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「本来感」と命名された。

第4因子は「家庭で、自分は無条件に受け入れられている」「家庭で、自分は無条件に愛されている」等4項目からなり、この因子は、家庭場面を自分が受け入れられている場となっている感覚を表していると解釈された。そこで、この因子は「被受容感」と命名された。

これらの二つの因子分析の結果は、則定(2008)とほぼ同様であったが、「自分は必要とされている」の項目は、学校場面では「被受容感」因子にあるのに対して家庭場面では「役割感」因子にあり、「ここにいいのだと感じる」の項目は、学校場面では「被受容感」因子にあるのに対して家庭場面では「本来感」因子にあるという違いが見られた。

2. どのようなときに「仮面の自分」と感じるかについての自由記述の分類

回答された自由記述について、KJ法(川喜田, 1967)を用いて分類を行った。その結果、7つのカテゴリーが得られた(Table 3)。

Table 3 どのようなときに「仮面の自分」と感じるかの分類 (N=100 重複あり)

カテゴリー	自由記述の例
①自分の思いに反した態度や感情を表に出すとき(31)	<ul style="list-style-type: none"> ・無理して笑うとき・愛想笑いをするとき・作り笑いをするとき ・怒りや悲しみを感じても素振りをみせないとき ・嫌なことをされても笑顔で許すとき ・心とは逆の行動・表情をしているとき ・意見があるのに我慢をしているとき ・人と意見が異なっても肯定するとき ・嘘をついているとき(いい嘘・悪い嘘どちらも)
②慣れないことをするとき(23)	<ul style="list-style-type: none"> ・初対面の人と話すとき ・親密でない人と話すとき ・慣れない友人と話すとき ・面接・入試のとき
③役割・演技をしているとき(20)	<ul style="list-style-type: none"> ・目上の人と接するとき・学校の先生といるとき ・アルバイト・アルバイトで接客するとき ・授業中に人前の意見を作ってしまうとき ・まじめな話しをしていて意見を求められるとき
④人の話しや行動に合わせるとき(12)	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲を気にして空気を読み、合わせた行動をし取り繕っているとき ・自分の意見を隠して相手に合わせるとき ・興味のないことでも相手の態度・趣味・趣向を合わせるとき ・友人と話していて分からない・知らない話題を出されたときに話を合わせるとき
⑤嫌なこと・嫌いな人に対して自分を出せないとき(11)	<ul style="list-style-type: none"> ・嫌いな人と仲良くしているとき ・嫌いな相手と話しているとき ・嫌いな人に対して優しく接しているとき ・嫌いな人の前でお世辞をいうとき ・嫌なことを嫌といえないとき
⑥他者の視線を気にしているとき(7)	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲の顔色を伺い話し・行動するとき ・他者に好かれようと思っているとき ・他者に嫌われない行動をとっているとき
⑦その場に関与しない・できないでいるとき(4)	<ul style="list-style-type: none"> ・信頼できる人が周囲にいないとき ・友人と話していて共感できないときの返事を考えているとき ・自分のことを客観的に見ているとき ・合わない話を友達同士でされているときに聞いている自分

3. 「本当の自分」と感じる時についての自由記述の分類

「仮面の自分」と同様に、回答された自由記述についてKJ法により分類した。その結果、8つのカテゴリーが得られた (Table 4)。

4. 「本当の自分」と「仮面の自分」の関係イメージについての描画の分類

「本当の自分」に対する「仮面の自分」の位置関係に着目し、描画の分類を行った。その結果、6つのカテゴリーが得られた (Table 5)。

5. 「仮面の自分」・「本当の自分」の感じ方の違いによる居場所感の差異

(1) どのようなときに「仮面の自分」と感じるかについての分類による居場所感の差異

どのようなときに「仮面の自分」と感じるかによって居場所感に差異が見られるかを検討するために、「仮面の自分」についての記述の分類をもとに被験者を7群に分け、群ごとに居場所感尺度の各因子の平均値を算出し、一要因分散分析を行った。なお、「仮面の自分」についての記述については、一人の被験者で複数のカテゴリーにまたがる者もいたため、複数にまたがる被験者は分析から除外し、単一のカテゴリーに分類できた被験者のみを対象にして分析を行った (Table 6)。

Table 4 どのようなときに「本当の自分」と感じるかの分類 (N=100 重複あり)

カテゴリー	自由記述の例
1. 自分の気持ちに従った思いのままのあり方 (47)	
①思ったことを素直に話せるとき・行動できるとき (14)	<ul style="list-style-type: none"> ・良いことも悪いことも正直に話せているとき ・自分の意見を素直に発言できるとき ・友人に本音を言えるとき ・自分の気持ちのままに行動しているとき
②さまざまなことに対する感情を素直に感じ、表現できるとき (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・喜怒哀楽を素直に表現できるとき ・感じたことを素直に表現できるとき ・嘘のない笑いや怒りなどを表現できたとき
③心から楽しいとき・心から笑っているとき (13)	<ul style="list-style-type: none"> ・本当に面白いと思って笑っているときや楽しいとき ・素で笑っているとき・気兼ねなく笑っている ・友人や家族と心から楽しいと思って笑っているとき
④趣味や好きなことをしているとき (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・好きなことに熱中しているとき ・自分の趣味や好きなことをありのままにできているとき ・自分の趣味に集中しているとき
2. 周囲の人や環境が影響する (64)	
⑤心許した人といるとき・話しているとき (42)	<ul style="list-style-type: none"> ・家族といるとき、話しているとき ・恋人といるとき、話しているとき ・親友といるとき、話しているとき ・心から信頼できる人といるとき
⑥家にいるとき (9)	<ul style="list-style-type: none"> ・家で自分の気持ちのままに動いているとき ・家でのんびりしているとき
⑦一人にいるとき (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・一人にいるとき ・誰にも見られていないとき
⑧相手に承認されたとき (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲の友人から受け入れられているとわかったとき ・話したいことを話し、聞いてもらえるとき ・自分の思ったことが相手に伝わったとき

Table 5 「本当の自分」と「仮面の自分」の関係イメージ分量 (N=98)

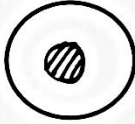
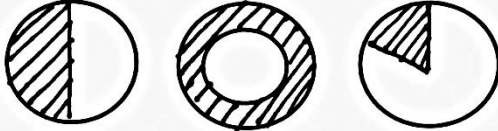


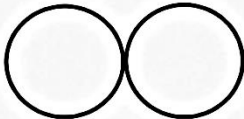
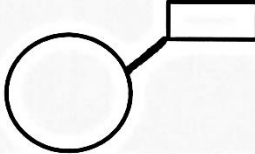
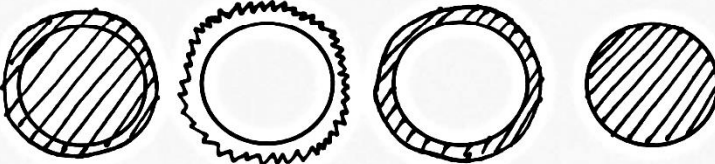
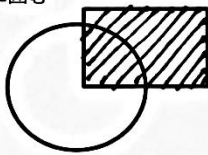

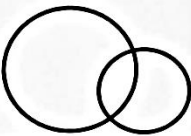
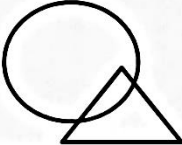
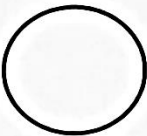
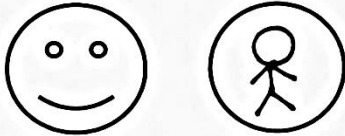
上位カテゴリー	下位カテゴリーと描画例	
①「本当の自分」の内側にある(47) (「内側」)	「本当の自分」の内側に小さくある 	「本当の自分」の内側を分離 
②「本当の自分」の外側にあり「本当の自分」から分離している(3) (「外側分離」)	離れて存在する 	一方あるいは両方が擬人化されている 
③「本当の自分」の外側にあるが、「本当の自分」とつながりをもっている(5) (「外側接触」)	外接している 	「本当の自分」から離れているが繋がりをもっている 
④「本当の自分」の周りを完全に囲む(20) (「完全包囲」)	周りを囲む(覆う) 	
⑤「本当の自分」の周りを部分的に囲む(4) (「一部包囲」)	部分的に囲む 	「本当の自分」が「仮面の自分」をかぶっている 
⑥「本当の自分」と重複する(19) (「重複」)	一部が重複する 	別の形で重なる 
	「本当の自分」と「仮面の自分」が表裏の関係 	その他 

Table 6 「仮面の自分」と感じる時の違いによる居場所感の差異

		N	Mean	SD	F値
学校における本来感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	2.97	1.12	F(6, 75)=1.47, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	3.28	1.16	
	3. 役割・演技をしているとき	14	2.88	1.05	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	3.17	0.70	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	3.83	0.60	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	3.75	1.31	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	3.81	0.43	
学校における役割感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	2.41	0.86	F(6, 75)=1.45, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	2.72	0.93	
	3. 役割・演技をしているとき	14	2.60	0.87	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	3.20	0.41	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	2.65	1.03	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	2.21	0.80	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	3.21	0.88	
学校における被受容感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	2.84	0.93	F(6, 75)=1.30, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	3.14	0.82	
	3. 役割・演技をしているとき	14	2.88	0.89	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	3.48	0.44	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	2.93	1.00	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	2.25	0.57	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	3.25	0.88	
学校における安心感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	2.96	1.21	F(6, 75)=1.30, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	3.20	1.27	
	3. 役割・演技をしているとき	14	2.93	1.04	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	3.86	0.56	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	2.75	0.66	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	3.06	0.31	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	3.63	0.48	
家庭における本来感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	4.21	1.22	F(6, 75)=1.16, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	4.46	0.58	
	3. 役割・演技をしているとき	14	3.83	1.29	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	4.64	0.46	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	4.20	0.87	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	4.75	0.30	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	4.80	0.40	
家庭における役割感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	3.69	1.23	F(6, 75)=1.22, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	3.76	0.69	
	3. 役割・演技をしているとき	14	3.46	1.10	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	4.42	0.57	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	3.46	0.46	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	3.46	1.34	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	4.14	0.53	
家庭における被受容感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	4.41	1.22	F(6, 75)=1.92, p<.10 3<4
	2. 慣れないことをするとき	16	4.42	0.45	
	3. 役割・演技をしているとき	14	3.75	1.19	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	4.97	0.08	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	4.31	0.58	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	4.69	0.38	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	4.69	0.24	
家庭における安心感	1. 自分の思いに反した態度・感情のとき	26	4.32	1.33	F(6, 75)=1.28, ns
	2. 慣れないことをするとき	16	4.47	0.52	
	3. 役割・演技をしているとき	14	4.04	1.17	
	4. 人の話や行動に合わせるとき	9	5.00	0.00	
	5. 嫌なこと・嫌いな人に自分を出せないとき	9	4.53	0.51	
	6. 他者の視線を気にしているとき	4	3.94	1.26	
	7. その場に関与しない・できないとき	4	4.94	0.13	

その結果、学校場面についての居場所感尺度についてはいずれの因子でも有意差は見られず、家庭場面についての居場所感尺度については「被受容感」因子でのみ有意傾向が見られた ($F(6,75)=1.92, p<.10$)。

多重比較 (Tukey 法) の結果、「役割・演技をしているとき」に「仮面の自分」と感じる人は、「人の話や行動に合わせるとき」に「仮面の自分」と感じる人よりも、家庭場面での「被受容感」が低い傾向にあることが明らかになった。

(2) どのようなときに「本当の自分」と感じるかについての分類による居場所感の差異

どのようなときに「本当の自分」と感じるかによって居場所感に差異が見られるかを検討するために、「本当の自分」についての記述の分類をもとに被験者を8群に分け、群ごとに居場所感尺度の各因子の平均値を算出し、一要因分散分析を行った。なお、「本当の自分」についての記述についても、一人の被験者で複数のカテゴリーにまたがる者もいたため、複数にまたがる被験者は分析から除外し、単一のカテゴリーに分類できた被験者のみを対象にして分析を行った (Table 7)。

その結果、学校場面についての居場所感尺度についてはいずれの因子でも有意差は見られなかったが、家庭場面についての居場所感尺度については「本来感」因子 ($F(7,69)=3.05, p<.01$) と「安心感」因子 ($F(7,69)=3.46, p<.01$) で1%水準の有意差、「被受容感」因子 ($F(7,69)=2.81, p<.05$) で5%水準の有意差が見られ、「役割感」因子については有意傾向が見られた ($F(7,69)=2.07, p<.10$)。

多重比較 (Tukey 法) の結果、家庭場面の「本来感」因子については、「一人でいるとき」に「本当の自分」と感じる人は、「思ったことを素直に話せる・行動できるとき」「心から楽しい・笑っているとき」「心許せる人」といるときに「本当の自分」と感じる人よりも、家庭場面の「本来感」が低いことが明らかになった。

家庭場面の「安心感」因子については、「一人でいるとき」に「本当の自分」と感じる人は、「思ったことを素直に話せる・行動できるとき」「心から楽しい・笑っているとき」「心許せる人」といるときに「本当

の自分」と感じる人よりも、家庭場面の「安心感」が低く、また、「趣味や好きなことをしているとき」に「本当の自分」と感じる人は、「心から楽しい・笑っているとき」「心許せる人」といるときに「本当の自分」と感じる人よりも、家庭場面の「安心感」が低いことが明らかになった。

家庭場面の「被受容感」因子については、「一人でいるとき」に「本当の自分」と感じる人は、「思ったことを素直に話せる・行動できるとき」「心から楽しい・笑っているとき」「心許せる人」といるときに「本当の自分」と感じる人よりも、家庭場面の「被受容感」が低いことが明らかになった。

家庭場面の「役割感」因子については、「思ったことを素直に話せる・行動できるとき」「感情を素直に表現できるとき」「心から楽しい・笑っているとき」「心許せる人」といるときに「本当の自分」と感じる人よりも、家庭場面の「役割感」が低い傾向があることが明らかになった。

6. 「本当の自分」と「仮面の自分」の関係性イメージの違いによる居場所感の差異

「本当の自分」と「仮面の自分」の関係性イメージの分類によって居場所感に差異が見られるかを検討するために、「本当の自分」と「仮面の自分」の関係性についての描画の分類をもとに被験者を6群に分け、群ごとに居場所感尺度の各因子の平均値を算出し、一要因分散分析を行った (Table 8)。

その結果、学校場面についての居場所感尺度については「被受容感」因子で5%水準で有意差が見られ ($F(5,92)=2.85, p<.05$)、「本来感」因子で有意傾向が見られた ($F(5,92)=2.06, p<.10$)。家庭場面についての居場所感尺度についてはいずれの因子でも有意差は見られなかった。

多重比較 (Tukey 法) の結果、学校場面の「被受容感」因子については、「完全包囲」群が「内側」群・「外側接触」群よりも、学校画面の「被受容感」が低いことが明らかになった。また、学校場面の「本来感」因子については、多重比較の結果は有意差は見られなかった。

Table 7 「本当の自分」と感じるときの違いによる居場所感の差異

		N	Mean	SD	F値
学校における本来感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	3.50	0.71	F(7, 69) = 61, ns
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	3.65	1.44	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	3.25	0.85	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	2.71	1.26	
	5. 心許せる人といるとき	33	3.35	1.05	
	6. 家にいるとき	7	3.00	0.69	
	7. 一人でいるとき	3	3.17	0.72	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.00	0.71	
学校における役割感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	2.94	0.76	F(7, 69) = 44, ns
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	2.83	1.40	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	2.63	0.72	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	2.62	0.52	
	5. 心許せる人といるとき	33	2.52	0.89	
	6. 家にいるとき	7	2.76	0.84	
	7. 一人でいるとき	3	2.94	0.35	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.08	0.59	
学校における被受容感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	3.11	0.37	F(7, 69) = 68, ns
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	3.23	1.55	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	3.03	0.45	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	2.79	0.69	
	5. 心許せる人といるとき	33	2.83	0.84	
	6. 家にいるとき	7	3.19	0.43	
	7. 一人でいるとき	3	3.56	0.54	
	8. 相手に承認されたとき	2	2.92	1.06	
学校における安心感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	3.33	0.52	F(7, 69) = 29, ns
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	3.25	1.30	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	3.02	0.86	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	2.68	1.04	
	5. 心許せる人といるとき	33	3.14	1.06	
	6. 家にいるとき	7	3.04	0.95	
	7. 一人でいるとき	3	3.25	1.15	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.00	1.41	
家庭における本来感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	4.67	0.66	F(7, 69) = 3.05, p < .01 7 < 1・3・5
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	4.48	0.69	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	4.47	0.76	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	3.57	1.43	
	5. 心許せる人といるとき	33	4.55	0.51	
	6. 家にいるとき	7	4.43	0.73	
	7. 一人でいるとき	3	2.87	2.58	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.40	0.85	
家庭における役割感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	4.14	0.67	F(7, 69) = 2.07, p < .10 7 < 1・2・3・5
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	4.03	0.58	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	3.90	0.74	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	3.39	1.00	
	5. 心許せる人といるとき	33	3.80	0.80	
	6. 家にいるとき	7	3.88	0.78	
	7. 一人でいるとき	3	2.28	1.97	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.20	0.52	
家庭における被受容感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	4.58	0.68	F(7, 69) = 2.81, p < .05 7 < 1・3・5
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	4.55	0.62	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	4.68	0.50	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	3.75	1.27	
	5. 心許せる人といるとき	33	4.54	0.50	
	6. 家にいるとき	7	4.43	0.75	
	7. 一人でいるとき	3	3.00	2.65	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.50	0.71	
家庭における安心感	1. 思ったことを素直に話せる・行動できるとき	9	4.61	0.70	F(7, 69) = 3.46, p < .01 7 < 1・3・5 4 < 3・5
	2. 感情を素直に表現できるとき	5	4.60	0.42	
	3. 心から楽しい・笑っているとき	11	4.86	0.32	
	4. 趣味や好きなことをしているとき	7	3.64	1.31	
	5. 心許せる人といるとき	33	4.64	0.61	
	6. 家にいるとき	7	4.43	0.73	
	7. 一人でいるとき	3	3.00	2.65	
	8. 相手に承認されたとき	2	3.50	0.71	

Table 8 「本当の自分」と「仮面の自分」の関係イメージの違いによる居場所感の差異

		N	Mean	SD	F値
学校における本来感	1. 内側	47	3.31	0.96	F(5, 92)=2.06, p<.10
	2. 外側分離	3	3.50	0.66	
	3. 外側接触	5	3.60	0.95	
	4. 完全包囲	20	2.79	1.03	
	5. 一部包囲	4	2.19	1.14	
	6. 重複	19	3.41	0.99	
学校における役割感	1. 内側	47	2.66	0.88	F(5, 92)=1.16, ns
	2. 外側分離	3	2.56	0.84	
	3. 外側接触	5	3.33	0.68	
	4. 完全包囲	20	2.43	0.89	
	5. 一部包囲	4	2.62	0.64	
	6. 重複	19	2.84	0.62	
学校における被受容感	1. 内側	47	3.11	0.87	F(5, 92)=2.85, p<.05 4<1・3
	2. 外側分離	3	2.78	0.67	
	3. 外側接触	5	3.60	0.77	
	4. 完全包囲	20	2.53	0.88	
	5. 一部包囲	4	2.21	0.94	
	6. 重複	19	3.13	0.59	
学校における安心感	1. 内側	47	3.12	1.04	F(5, 92)=1.47, ns
	2. 外側分離	3	2.92	0.80	
	3. 外側接触	5	3.65	0.96	
	4. 完全包囲	20	2.83	1.20	
	5. 一部包囲	4	2.13	0.85	
	6. 重複	19	3.30	0.79	
家庭における本来感	1. 内側	47	4.37	0.87	F(5, 92)=.70, ns
	2. 外側分離	3	4.60	0.53	
	3. 外側接触	5	4.48	0.46	
	4. 完全包囲	20	3.97	1.08	
	5. 一部包囲	4	4.10	1.09	
	6. 重複	19	4.38	1.01	
家庭における役割感	1. 内側	47	3.80	0.98	F(5, 92)=.20, ns
	2. 外側分離	3	3.95	0.22	
	3. 外側接触	5	3.80	0.39	
	4. 完全包囲	20	3.62	1.12	
	5. 一部包囲	4	3.50	1.43	
	6. 重複	19	3.65	0.82	
家庭における被受容感	1. 内側	47	4.49	0.85	F(5, 92)=1.05, ns
	2. 外側分離	3	4.58	0.72	
	3. 外側接触	5	4.30	0.65	
	4. 完全包囲	20	3.96	1.18	
	5. 一部包囲	4	4.56	0.88	
	6. 重複	19	4.32	0.77	
家庭における安心感	1. 内側	47	4.59	0.89	F(5, 92)=1.47, ns
	2. 外側分離	3	4.83	0.29	
	3. 外側接触	5	4.60	0.55	
	4. 完全包囲	20	4.00	1.27	
	5. 一部包囲	4	4.75	0.50	
	6. 重複	19	4.26	0.77	

IV 考察

本研究では、「本当の自分」と「仮面の自分」という二つの自己像を取り上げ、これら二つの自己像、ならびにこれら二つの自己像の関係性のあり方の違いという個人差によって、居場所感に差異が見られるかを検討した。その結果、どのようなときに「仮面の自分」と感じるかによって居場所感に大きな差異は見られなかったが、どのようなときに「本当の自分」と感じるかの違いによって家庭場面での居場所感に差異が見られた。また、「本当の自分」と「仮面の自分」の関係性イメージの違いによって学校場面での居場所感に差異が見られた。このことは、自己のあり方によってその場を「居場所」と感じられやすいかどうかの違いが生じてくることを示すと考えられる。

1. どのようなときに「仮面の自分」・「本当の自分」と感じるかについて

どのようなときに「仮面の自分」と感じるかについては、得られた自由記述を分類したところ、7つのカテゴリーが得られた。これらの中には、「人の話や行動に合わせるとき」のように比較的意図的に「仮面の自分」を作って適応しようとしていると考えられるものから、「慣れないことをするとき」等のように、比較的防衛的に「本当の自分」を隠そうとしていると考えられるものまでが存在しているように思われる。「偽りの自己」は「本当の自己」を守ると同時に環境への適応的な機能を持つと考えられるが、どちら側により比重が置かれている状況にあるのかを理解する視点も、その個人に何を提供するかを考える上では意味があるように思われる。

次に、どのようなときに「本当の自分」と感じるかについては、得られた自由記述の分類から8つのカテゴリーが得られた。これらは、「思ったことを素直に話せるとき」等、環境よりも自分のあり方の側面に比重が置かれたものと、「心許せる人といるとき」や「家にいるとき」のようにそれを可能にしてくれている環境の側面に比重が置かれたものとに分けられると考えられた。

2. 「本当の自分」と「仮面の自分」の関係イメージについて

「本当の自分」に対する「仮面の自分」の位置関係を描いてもらった描画を分類したところ、6つのカテゴリーが得られた。「仮面の自分」を「本当の自分」の内側に描いたものや、「仮面の自分」と「本当の自分」とが重なり合うものなどは、「仮面の自分」も「本当の自分」の一部と認識されていると思われるが、「本当の自分」と「仮面の自分」とが接点がなく分離しているものも見られ、これについては二つの自己像が乖離しているニュアンスがあるように思われる。また、「仮面の自分」が「本当の自分」の周りを完全に囲んでいるものが見られた。ウィニコットの考えによれば、「本当の自己」はそのまま表に出ることはなく、それは遊びや芸術活動の中で媒介的に現れると考えられるが、一般的にこのような描画が描かれる場合を考えると、「本当の自分」を「仮面の自分」によって覆い隠し、人目に触れないように防衛しているという認識が、そこには働いているように思われる。

3. どのようなときに「仮面の自分」・「本当の自分」と感じるかによる居場所感の差異

どのようなときに「仮面の自分」と感じるかの違いによって居場所感に差異が見られるかを検討したところ、ほとんどの因子で有意差は認められなかったが、家庭場面についての「被受容感」因子で有意傾向が認められ、「役割・演技をしているとき」に「仮面の自分」だと感じる群は、「人の話や行動に合わせるとき」に「仮面の自分」だと感じる群よりも、家庭における「被受容感」が低い傾向にあることが明らかになった。「役割・演技をしているとき」というのは、緊張感のある場面で自分をつくるような場合と考えられるが、そのような場合にこそ「仮面の自分」であると思うということは、防衛的な意味での「仮面の自分」が優位であると考えられる。一方、「人の話や行動に合わせるとき」にこそ「仮面の自分」であるという場合は、「仮面の自分」を演じるとは言え、それは積極的に場面に適応しようとしている場合であり、適応的な意味での「仮面の自分」が優位であると考えられる。そのような差異が、特にありのままを受け入れられることが期待される家庭での被受容感の違いにつながっていると

思われる。

次に、どのようなときに「本当の自分」と感じるかの違いによって居場所感に差異が見られるかを検討したところ、学校場面については有意差は見られなかったが、家庭場面についてはすべての因子で有意差ないし有意傾向が認められ、共通して「一人でいるとき」ないしは「趣味や好きなことをしているとき」に「本当の自分」と感じる群の居場所感の得点が低いことであった。ウィニコットも指摘しているように「一人でいられる」ようになることは一つの達成であると言えるが、「一人でいるとき」こそ「本当の自分」であるという場合、他者とともにいる場面では「本当の自分」を感じにくいということであると考えられる。家庭場面は、学校場面などよりも心許せる場であることが多いと思われるが、それだけに、「一人でいるとき」こそ「本当の自分」と感じる群と、そのほかの群との差が明確になることを表していると思われる。

4. 「本当の自分」と「仮面の自分」の関係性イメージによる居場所感の差異

「本当の自分」と「仮面の自分」の関係性イメージの違いによって居場所感に差異が見られるかを検討したところ、学校場面について「被受容感」の因子で有意差が認められ、それ以外では有意差は認められ、「仮面の自分」が「本当の自分」の周りを完全に囲むようなイメージをもつ群が、「仮面の自分」を「本当の自分」の内側にあるイメージをもつ群や、「仮面の自分」が「本当の自分」の自分の外側にありながらも両者につながりがあるというイメージをもつ群よりも、居場所感が低いことが明らかになった。「仮面の自分」も「本当の自分」の一部であるという場合や、「仮面の自分」が異物でありながらも「本当の自分」とつながりをもっているというイメージの場合は、「仮面の自分」も「本当の自分」と統合ないしつながりをもっているものという認識があると思われるが、これに対して「仮面の自分」が「本当の自分」を完全に覆い隠している場合、「本当の自分」が人目にさらされないよう外界に対して防衛的になっていることが考えられる。このような防衛的な態度は、ソトの世界である学校場面等でより強まると考えられ、学校場面において本来の自分でいられる感覚や被受容感の低下につながっていると思わ

れる。

5. 今後の課題

本研究では、自己のあり方によって居場所感に違いが見られるかについて検討し、ある程度の結果が得られたことから、自己像を視野に入れてその人の「居場所」の問題を検討することに意義があることが示されたと考えられる。

今回の調査では、自由記述から「本当の自分」「仮面の自分」を分類し、「本当の自分」と「仮面の自分」の位置関係の描画からその関係性イメージを分類する手続きを取ったが、今後、分類の軸になる概念を整理し、分類を精巧なものにしていくことが必要であると考えられる。

また、今回は自己のあり方については、「本当の自分」と「仮面の自分」に焦点を当てたが、ウィニコットが述べているような自己の「バラバラ」あるいは「まとまり」という点についても「居場所」の提供によって左右される自己の大きな側面であると言える。この自己のまとまりの程度によって、より安定を保障するような場の提供が求められたり、交流の場の提供が求められたりするなど、「居場所」の様相が変わってくると考えられ、このような自己の側面からの「居場所」についての検討も必要と思われる。

最後に、本研究でも「居場所」については「居場所感」を取り上げ、妙木（2003）のこのような心の中の「スペース」については扱っていないが、最初は環境から「居場所」を提供されながら、いずれ力をつけて環境からの「居場所」の提供という助けを減じていくという成長を考えると、この視点は重要な視点であると思われる。この点も含めた「居場所」についての検討がさらに必要と考える。

文献

- 岩井寛・田久保栄治・金盛浦子・藤田雅子・五島しづ・森田孝子 1978 マルと家族—全体精神療法の1技法 芸術療法 9, 7-15
- Winnicott, D.W. 1965 *The Maturation Process and the Facilitating Environment*. The Hogarth Press Ltd., London. 牛島定信訳 1977『情緒発達の精神分析理論』岩崎学術出版社
- 川喜多二郎 1967『発想法』中央公論社
- 北山修 2003 自分の居場所—精神分析理論と臨床— 住田

- 正樹・南博文編『子どもたちの「居場所」と対人的世界の現在』九州大学出版会, 21-37
- 高木綾 2002 青年期における異なる自己像とその関係性イメージについて—いわゆる「本当の自分」と「借り物の自分」の観点から 心理臨床学研究 20 (5), 488-500
- 西中華子 2014 居場所づくりの現状と課題 神戸大学発達・臨床心理学研究13, 7-20
- 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 (1), 64-72
- 妙木浩之 2003 『「心の居場所」の見つけ方 面接室で精神療法家がおこなうこと』講談社