

# 大学生における友人に対する心理的居場所感と主観的幸福感および過剰適応の関連

氏名 関口 雛

(駿河台大学大学院心理学研究科臨床心理学専攻 修士課程 2年)

指導教員 安藤 聡一郎 准教授

キーワード : 心理的居場所感, 主観的幸福感, 過剰適応

## 問題と目的

大学生にとって、心理的居場所感と主観的幸福感および過剰適応は関連していると考えられる。そのため、本研究では、この3つの関係について調査する。対人関係上において心理的居場所感の重要性が指摘されている。心理的居場所感とは、「心の拠り所となる関係性、および安心感があり、ありのままの自分を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にもとづく心理的空間も含むものである(則定, 2008)。矢野(2018)は、女子大学生において、居場所感(「本来感」と「自己有用感」と主観的幸福感に関連があることを見出した。大学生では、バイトやサークルなど、多様な場で対人関係を築くことができるようになる。その中で、自分がありのままに居られ、必要とされていると実感できることは、主観的幸福感に繋がると推測された。主観的幸福感(Subject well-being)とは、Diener et al. (1999)によると、「感情状態を含み、家族・仕事などの特定の領域に対する満足や人生全般に対する満足を含む広範な概念であり、ある程度時間的安定性と状況に対する一貫性を持つ」ものと考えられている。さらに、心理的居場所感と過剰適応と関連があることが明らかになっている。後藤・伊田(2013)は、過剰適応の「自己抑制」と「自己不全感」が、居場所感の「自己有用感」および「本来感」との間に有意な負の相関があることを示した。また、浅井(2013)は、過剰適応は幸福感を低下させることを明らかにした。過剰適応とは、「環境からの要求や期待に完全に近い形で従おうとすることであり、内的な欲求を無理に抑圧してでも、外的な期待や要求に応える努力を行うこと」と定義される(石津, 2006)。

そこで、本研究では大学生を対象に最も親しい友人に対する心理的居場所感と主観的幸福感および過剰適応がどのように関連しているのかを調査し、量的・質的な視点から検討することを目的とする。具体的には、(1)「最も親しい友人に対する心理的居場所感が高い場合、主観的幸福感が高いだろう。」、(2)「最も親しい友人に対する心理的居場所感が高い場合、過剰適応は低いだろう。」といった仮説を設定する。

## 方法

研究1の質問紙調査では関東の私立大学に通う大学生を調査対象者とし、研究2の面接調査では質問紙調査において面接調査を依頼し、協力が得られた大学生のみを調査対象者と

した。

(研究1) 質問紙調査

- (1) 親しい友人の有無
- (2) 青年版心理的居場所感尺度(則定, 2007)
- (3) 主観的幸福感尺度(伊藤他, 2003)
- (4) 青年期前期用過剰適応尺度(石津, 2006)

(研究2) 面接調査

- (1) 心理的居場所感と主観的幸福感の関連を探るため、最も親しい友人との関係において、幸福を感じた具体的なエピソードを想起してもらい、その時に居場所を感じていたかを尋ねた。
- (2) 心理的居場所感と過剰適応の関連を探るため、研究1の質問紙調査で、各対象者の過剰適応の得点が高かった因子に着目し、最も親しい友人に対して居場所のなさを感じていたかを尋ねた。

## 結果と考察

心理的居場所感と主観的幸福感には強い正の関連があることが分かった。大学生では最も親しい友人がいて、その友人の前ではありのままにいられたり、自分が友人の役に立っていたり、友人がいつも自分を受け入れてくれたり、友人と一緒にいることで気持ちが和らぐと感ずることが、主観的幸福感の高さにつながるのだろう。

心理的居場所感と過剰適応は全体では関連していなかったが、「役割感」との過剰適応の一部に正の関連があり、心理的居場所感と「自己不全感」に負の関連があることが分かった。大学生では、最も親しい友人であっても友人に合わせようとしてしまうこと、一方で、最も親しい友人がいることで孤独を感じなかったり、自分の欲求や感情を見失わなくなることが考えられる。

これらのことから、大学生では、最も親しい友人に対して居場所を感じるによって、幸福を感じたり、自分らしさを感じられるようになると思われる。

## 主な参考・引用文献

矢野加奈(2018). 女子大学生の対人関係ごとの居場所感について—主観的幸福感との関連から—。金城学院大学大学院人間生活学研究科論集, 18, 13-24.