

児童期における心理的健康に関わる生活環境での体験について

菊 島 勝 也 (愛知教育大学 学校教育講座)
(2003年11月28日受理)

The Childhood Experience of Living Environment in Psychological Well-Being

Katsuya KIKUSHIMA (Department of School Education, Aichi University of Education)

要約 本研究は子どもの心理的健康を支える要因について、現実の生活環境の文脈の中でどのように生起しているのかを明らかにすることを目的として、回想法によるデータについて質的検討を行った。大学生を対象に、小学生時代の楽しかった、リラックスできた場所とそこでの体験について記述してもらった。得られたデータから、パブリック的空間⇄プライベート的空間、日常的空間⇄非日常的空間の二次元によって、「児童期における心理的健康を支える生活環境の二次元モデル」を作成した。その結果、子どもの生活環境である、自宅、学校、外の場所、関係する施設は、それぞれ心理的健康を支える上で異なった役割を有していた。すなわち、楽しく他者と交流する日常的なオモテの空間と、少人数で秘密を共有したり、一人でリラックスするような、非日常的なウラの空間という、二つの空間が存在していた。

Keywords : 生活環境, 心理的健康, 児童期

問 題

これまで、人間の心理的健康について様々な研究が行われてきたが、心理的健康を高める要因としては、近年ではソーシャル・サポートが最も代表的なものであるといえるであろう。児童期においても、ソーシャル・サポートの存在がストレスの発生を防ぎ、心理的健康を高める効果のあることが指摘されてきている(例えばWasserstein & Greca, 1996)。このようなソーシャル・サポートの効果に関する研究では、多くの場合ソーシャル・サポートは提供者が誰か、あらかじめいくつかに分類されたサポートの型の中でどの型のサポートであったかという点について、質問紙によって測定される。その場合、個人が受けたソーシャル・サポートの体験は、抽象化・数量化され扱われることになる。しかし、現実の生活場面の中でソーシャル・サポートとは、当然ながら非常に多様で複雑な形態があり、それは生活環境やそれが生起する状況と密接に関係しているものと考えられる。

Bronfenbrenner (1979) は、子どもの発達と変化を補助するものとしての環境システムの役割を強調しており、心理学において環境の側面が比較的無視されているアンバランスな状況を指摘している。臨床的な場面において、子どもの心理的健康に関わる問題に対して援助計画を立てる際、その子どもの生活環境の中で、サポート資源がどのように存在しているのか、さらにサポートをどのように効果的に促進させていくかということは、重要な視点の一つであるといえる。このように、子どもの心理的健康を維持するソーシャル・サポートが、現実の生活環境の文脈の中でどのように生起しているのか、より具体的に明らかにしてい

くことは臨床的な意義があると思われる。

また、子どもの心理的健康を支える要因は当然ながら他者からの支援だけではない。例えば、特定の環境に身を置いて一人になりリラックスすること、考えを深めること等は有効なストレスの解消法となることが推測される。この点についても、子どもの現実の生活環境の文脈の中でどのように生起しているのかはまだまだ十分に明らかにされているとは言えない。

以上のことから、本研究では、子どもの心理的健康を支える要因について、児童の現実の生活環境の文脈の中でどのように生起しているのかを明らかにすることを目的とする。

なお今回明らかにしようとしているものは、現実の環境そのものではなく、それを体験した個人の環境知覚であるといえる。従って、ある環境と行動がセットになった特定の状況について、どのような意味づけを行っているか子ども自身から聞き出すことは、年齢的に難しいと思われる。そのため、記憶の変容などの一定の限界を踏まえつつ、本研究では回想法を採用した。また、本研究では現実の生活環境の文脈をできるだけ損なわずに明らかにしたいという目的から、質的研究法が適していると判断した。質的研究法は、数量的研究法と補完的なかたちで利点があると考えられる。すなわち、研究対象となる現象が、ある特殊な文脈や特別な場所で表現されるやり方を十分に考慮に入れた上で、対象者となる人々の世界のとらえ方を再構成できる点である (Orford, 1992)。

方 法

調査対象者：大学1・2年生61名

データの収集：授業時に調査用紙を配布した。調査用紙には以下のような質問文の掲載した。なお、書き方・字数は自由とした。一週間後、再び同じ授業時に回収を行った。

質問文

- (1) あなたが小学生の時に、自分の気持ちが楽しかったり、ほっとリラックスできるような場所はどこにあったでしょうか。小学生の時の自分の生活を振り返ってみて、思い浮かぶ具体的な場所を挙げて下さい（複数可）。
- (2) その場所は、いつ、誰と、どのような状況で利用していました。
- (3) その場所では、なぜ自分が楽しかったり、ほっとできるのか、その理由として何か思い浮かぶことを書いて下さい。

結果

得られた質的データを、KJ法により整理を行った。

まず物理的・地理的視点から分類を行い、「児童期における心理的健康を支える生活環境」として構成した (figure1)。なお、カッコ内にはその場所を指摘した人数を記載したが、この人数については、複数回答のため調査人数には対応していないこと、また「学校」や「自宅」という記述のみでそれ以上特定の場所を言及していない回答も含まれている。この図では、「自宅」(44名)、「学校」(24名)、「外の場所」(32名)、「関係する施設」(25名)が存在する。まず、「自宅」の中には、「食事場所」(3名)、「居間」(5名)、「自室」(5名)、「家の中の隠れ家的スペース(4名)(押し入れ、物置等)」があり、「学校」の中には、「教室」(7名)、「校庭とその周辺」(8名)、「学校の中の隠れ家的スペース(8名)(保健室、図書室、飼育小屋等)」に分かれている。また、「関係する施設」では、「自宅」とつながるものとして「親類の家」(12名)、「友達の家」(6名)、「習い事・子供会」(6名)がある。続いて、「外の場所」としては、自宅と学校を結ぶ場面として「通学路」(7名)、「公園」(12名)、「空き地・路地」(5名)、「外の隠れ家的スペース(秘密基地)」(8名)が存在している。

次に、これらの特定の環境を被験者達がどのように意味付けているか、という視点から、被験者の記述をもとにどのようなモデル化ができるか検討を行った。その結果、【プライベート的空間⇔パブリック的空間】、【日常的空間⇔非日常的空間】という二次元によって各場面を整理することが最も適切であると判断した。これを「児童期における心理的健康を支える生活環境の二次元モデル」として作成した (figure2)。その結

果、日常的空間の中で、最もパブリックな空間としては、「公園」、「習い事・子供会」、「教室」、「校庭」等があり、次にセミパブリックなものとして、「親類の家」、「友達の家」、「空き地・路地」、「通学路」が分類された。日常的空間の中で、最もプライベートな空間としては、「自室」があり、セミプライベートな空間では、「食事場所」、「居間」が分類された。非日常的空間としては、最もパブリックな空間としては、「学校の中の隠れ家的スペース(保健室、図書室、飼育小屋等)」があり、セミプライベートな空間としては、「外の隠れ家的スペース(秘密基地)」があり、最もプライベートな空間として「家の中の隠れ家的スペース(押し入れ、物置等)」が分類された。

考察

1 児童期における心理的健康を支える生活環境について (figure1)

まず、物理的・地理的視点から分類を行った「児童期における心理的健康を支える生活環境」(figure1)を検討する。

「家庭」であるが、家族との食事と会話、居間での団らん、自室でくつろぐことが中心となっていた。しかし、それ以外の特定の場所を挙げている意見がみられた。それは「押し入れ」や「物置」、「使われていない部屋」であり、子どもが一人になるために使用されている空間であるため、「家の中の隠れ家的スペース」と名付けた。

次に、「学校」では、教室での友人達や教師との会話と、校庭での友人達との遊びが中心である。家と同様に、上記以外の特定の場所を挙げている意見があり、「保健室」、「放送室」、「図書室」、「飼育小屋」、「部室」等があった。これらは、一人、もしくは少人数で滞在し、遊びや交流を行ったり、あえて一人になったりするような記述がみられたことから、「学校の中の隠れ家的スペース」と名付けた。

「関係する施設」としては、祖父母など親類の家の遊びに行く、友達の家遊びに行く、習い事や子供会等の地域の活動に参加するということが中心であり、この他の特定の空間を挙げている意見はみられなかった。

「外の場所」としては、「放課後近所の公園で、近くの友達と一緒に遊ぶ」という「公園」が中心としてあり、これに近いものとして、近所の空き地や路地を挙げる意見がみられた。また、家と学校を結ぶ通学路も指摘があり、主に親しい友人との帰り道についての記述がみられた。一方、いわゆる「秘密基地」という性質をもつ様々な空間の指摘があった。「海岸にある洞窟」、「団地の自転車置き場の裏側」、「倉庫」、「公園の中の林」、「学校の帰り道にある原っぱ」、「友達の家

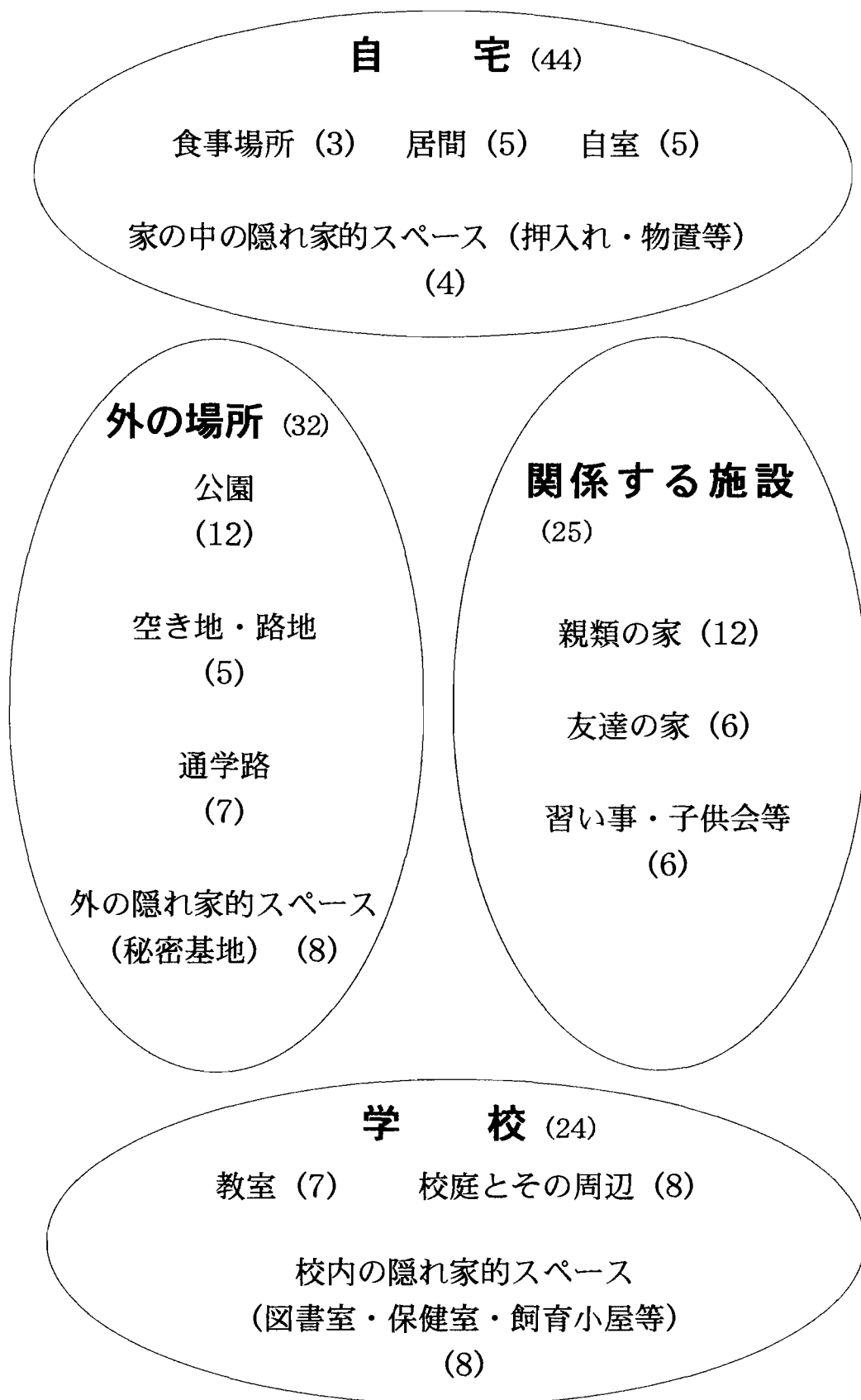


figure 1 児童期における心理的健康を支える生活環境

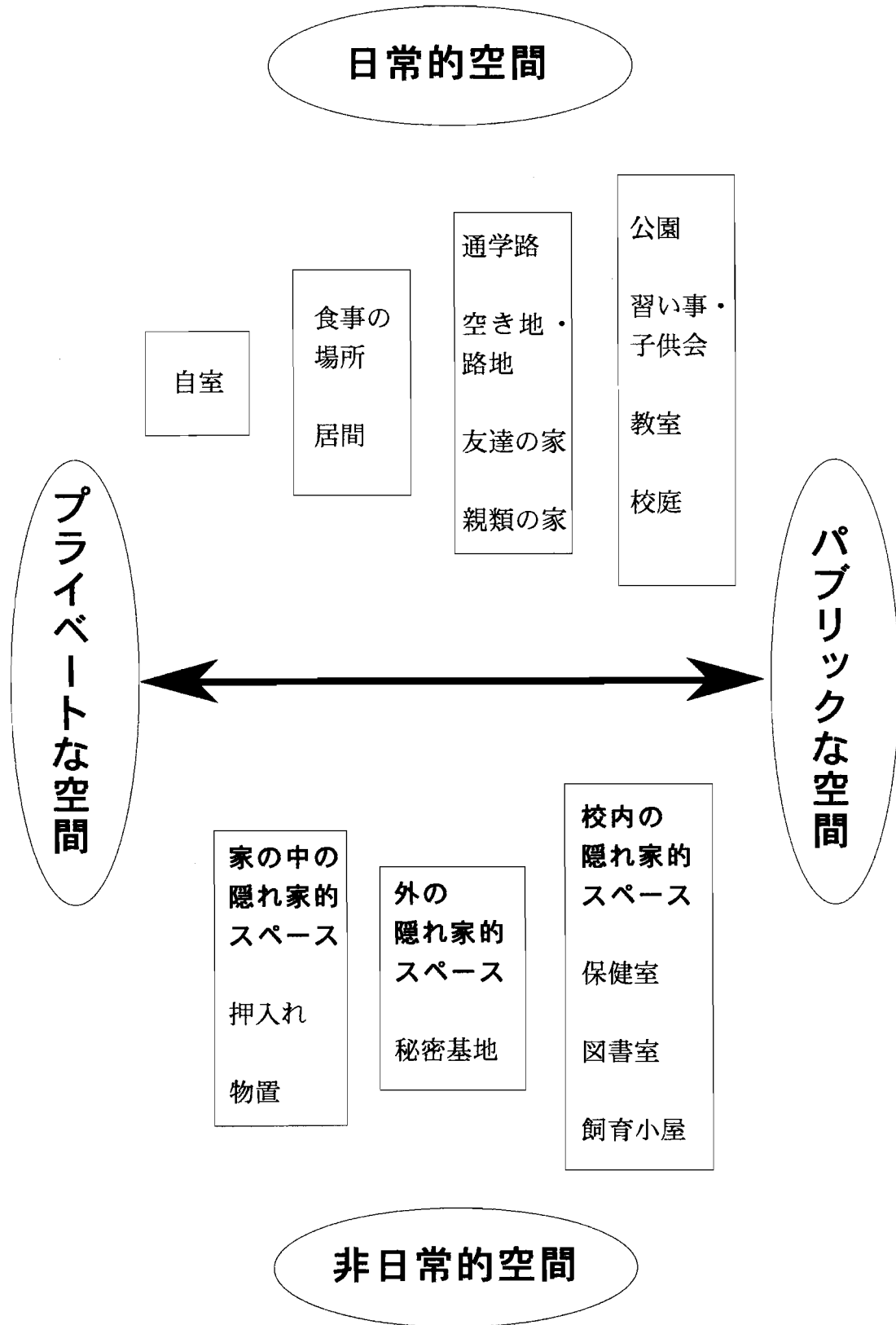


figure 2 児童期における心理的健康を支える生活環境の二次元モデル

の裏庭」等が挙げられていた。いずれも他者が入り込みにくい、ごく少数の仲の良い友人達と共有する場所という性質があるため、「外の隠れ家的スペース」と名付けた。

2 児童期における心理的健康を支える生活環境の二次元モデルについて (figure2)

続いて、被験者の記述内容をもとにモデル化を行った「児童期における心理的健康を支える生活環境の二次元モデル」(figure2) について検討する。

a. 日常的な空間

このモデルでは、まず日常のかつパブリックな空間として、「公園」、「習い事・子供会」、「教室」、「校庭」が挙げられている。公園での体験では、「みんなで工夫して独自の遊びができる場所だった」、「体を思いきり動かせるのがうれしかった」等の意見がみられ、集団で体を使って遊ぶ楽しさが示されていた。校庭を挙げる意見も同様のものが認められた。一方、「団地内の公園で色々な年齢の子と遊べた」というように、同じ地域の多様な年齢の子ども達が集まって遊ぶのが面白いという指摘があった。この点に関して、校庭を挙げる意見にはこのような指摘は全く無かった。このことは、「公園は、家が近いということや、幼なじみがいるという安心感があった」という意見と重ね合わせると、地元の安心感のある場だけに、他集団である異年齢集団との交流が促進されたと思われる。すなわち、南と吉田(2001)が述べているように、「他集団との相互交流には、私的空間とつながりを持ち、かつ公共の空間に開かれた空間の存在が深く関わっている」ことを意味していると考えられる。

また、習い事や子供会の活動は、「両親が共働きでさみしかった。スイミングに行けば友達もいるし、泳いでいる間はさみしさを忘れられた」「書道の先生がやさしく、自分の居場所があった」などの意見があった。これらは学校での集団の分節化とは異なった在り方で組織されており、学校だけでなく、このような場所を通じて馴染み支えられる子ども達がいることを示している。

教室を挙げる意見としては、当然ながら授業中という意見は皆無で、休み時間(調査を行った地方では「放課」と呼称されている)での、友人や教師との語らいが挙げられていた。教室では、1日数時間授業が行われる、メンバーが1年間固定される、席順も多くの場合数ヶ月は固定され、また一斉に移動させられる、などが全て強制的に行われるという意味で、もともとストレスに満ちた環境になりやすいとも言える。そのため、休み時間での友人や教師との自由なコミュニケーションはまさに「課(=つとめ)から放たれる」というような貴重なストレスの解消の時間になるのである

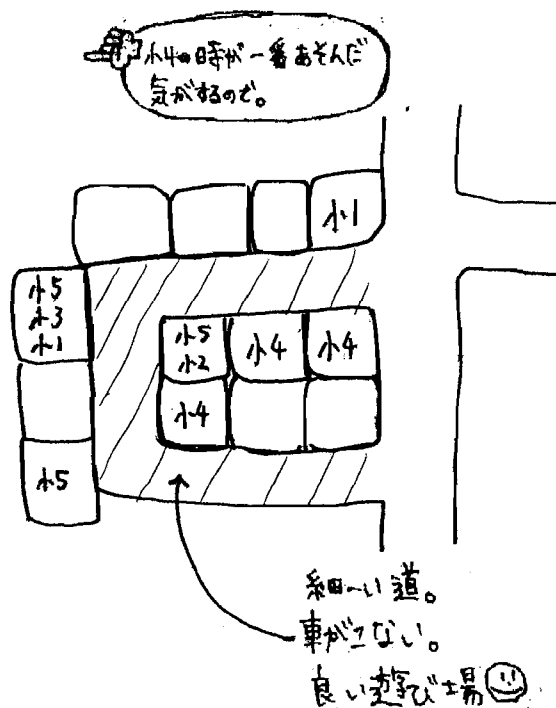


figure 3 路地の例(被験者が小学4年時のものを修正)

ろう。

次に日常のかつセミパブリックな空間としては、「通学路」、「空き地・路地」、「友達の家」、「親類の家」が分類された。

通学路については、「下校時に友達とわざと遠回りして、いろいろなことをおしゃべりして帰るのは楽しかった」、「季節ごとに景色や咲く花が変わる田舎道は色々な発見があり、遊んだり、学校であったことを話せる時間であった」というような意見がみられた。これは、学校と自宅との間に遊び拠点を結んだ子どもたち独自のルートである「子ども道」(南他, 1995)であるといえる。このような子ども道を毎日辿りながら、学校での楽しかったことを共有したり、あるいはストレスを解消しながら家庭にもどっていく子どもたちの姿がうかがえる。

空き地・路地 (figure3) については、被験者の記載から、公園や校庭での遊びに比べ、仲の良い少数での遊びが行われていること、いわゆる子どものために設定された空間ではなく、子ども自らが見出した空間であることからセミパブリックな空間に分類した。例えば家の周囲の路地については、「家のまわりに友達が何人かいて、自然に集まってくる」、空き地については「皆は裏山と呼んでいる空き地があって、学校帰りに友達と集まる場所。行けばたいてい誰かがいた」、「使われていないポンプ場で、近所の子との交流の場所だった」などの記述があった。これは、子どもたちの立ち寄りところ「アンカーポイント」(ワプナー, 1991)と呼ばれる場所の一つであり、前述の学

校帰りの道や公園とネットワーク状に結ばれた生活空間になっていると考えられる。このようなネットワークを行き来しつつ、多様な交流が生まれ、お互いにサポートとなっているのではないだろうか。

友人の家で過ごすことについては、「仲良しグループで集まり、お菓子をつくったりして楽しんだ」など、外でのパブリックな空間よりも、仲の良い友人とより少人数での交流が生じている。

親類の家については、「祖父母の家では、愛されていると感じられる場所で、居心地の良いところ」、「(祖父母の家は)両親が共働きだったので、小さいころから預かってもらっていて、とても安心できる」など、受け入れてもらっている心地よさの記述がみられた。また、「家ではきょうだいがいなかったの、いとこ達、おじさん、おばさん、祖父母がいて、にぎやかでうれしかった」というように、様々な親類との交流の楽しさを指摘する意見も認められた。

日常的かつセミプライベートな空間としては、自宅の「食事をする場所」、「居間」が分類された。これらについては「学校とちがって自由な時間がある」、「外で気を張っているの、家だと気が抜ける」、「引越して新しい環境に馴染めなかった時も、親に話を聞いてもらえた」、「居間はいつも家族の誰かはいるので、安心できた」、「家族一緒に食べる晩ご飯が一番ほっとできる時間だった」などの記述があった。このように、やはり家庭は外の世界での緊張をほぐすような役割を持ちうるということがいえるであろう。これに関連して、南と吉田(2001)も、社会的な自己呈示が求められる学校空間の緊張から開放されるためには「自分らしさあるいは本当の自分に立ち帰れる舞台裏のような場所があるかどうか、そこに「居る」ことの心地よさにつながる環境の要件となるのではないだろうか」と述べており、子どもにとって家庭もコミュニティの一部として、その機能を担うことが望ましいと考えられる。

日常的かつ最もプライベートな空間としては、「自室」が分類された。これは、「他人といて疲れた時に一人になれる」、「友達も好きだけど、一人でいることも好きで、読書や絵を描いたり、ビーズをして過ごした」、「空想にふけた」等があった。このような一人でいることを楽しんだり、リラックスしたりすることを大切に感じる体験の記述は、たとえ小学生であっても、プライベートなスペースが確保され、一人になることが心理的健康の維持にとって重要であることを示しているのではないだろうか。ソーシャル・サポートだけではなく、逆に安心できる空間で一人になれることの効果を、あらためて問い直す必要があるように思われる。

b. 非日常的空間

次に、非日常かつセミパブリックな空間としては、「学校内での隠れ家的スペース」が挙げられる。具体的には、それが「クラスで嫌なことがあると保健室に駆け込んだ」、「養護の先生と仲が良く、保健室で話すのが楽しかった」という「保健室」、「放送委員だったので、放送室に仲の良い友達と話したり機材をいじったりして面白かった」という「放送室」、「静かだったので本の世界に浸っていられた」という「図書室」、「一人でふらっと出かけて、静かに動物をみる。一人になれる場所で、自分を見つめることができた」という「飼育小屋」、「部活の練習の後で友達と部活や学校の愚痴を言い合うのが楽しかった」という「部室」等があり、いずれも、長時間は居られないが、普段の教室での友人や教師との関係や、教室におけるクラスのメンバーからの視線から開放される時間を持つことができるという意味で、共通する性質をもつと言えるであろう。これらは、学校でのストレスを短時間でも解消するような居場所として認識されていることがわかる。

非日常かつセミプライベートな空間としては、外での隠れ家的スペースが分類された。これらは、子どもたちからは秘密基地と呼ばれるような場所であり、「友人3～4人で海岸の洞窟に集まっていた。満潮になると水が入ってきてしまうので、ドキドキして楽しかった」、「団地の自転車置き場の裏で、狭くて人の来ない場所で、こっそり白い犬を友達と飼っていた」、「倉庫に友達4～5人で遊んでいた。大人は来ないし、何もうるさいことを言われないのが気分的に楽しかった。そこで猫を飼っていたが、やってはいけないことをするスリルと、皆で一つのことを秘密にして行うのが楽しかった」、「友達と秘密を共有することで自然と絆ができた」、「帰り道の原っぱに幼なじみといつも寄っていた。自分の部屋が無かったので、誰も来ない自分だけの場所ができたような気がして、ほっとしたり、自由な時間を過ごせた」等の記述がみられた。ここで興味深いのは、本来は子どもが集まることを想定されていない場所で、人のいない、特に大人がいない場所が注意深く選択されている点である。この意味で、秘密基地は「秘密」であるだけに何か危険なイメージがあり、「一人ではなく友達と一緒にだから行けた」という記述もあるように、前述の自室のように完全に一人になるところというよりは、少人数で秘密を共有する楽しさのある場所と言えるであろう。一方で、「基地」という呼称からも、守られている空間であり、「自分達だけの場所」という空間に対する支配感(Mehrabian, 1976)を感じることもできる、希少な場所であると言えるであろう。

非日常かつ最もプライベートな空間としては、「自宅中の隠れ家的スペース」が挙げられる。これは

「嫌なことがあった時に押し入れにこもって泣く、泣き疲れてそのまま眠る」、「きょうだいがあるさく、自分の部屋も無かったので、一人になりたかった時に押し入れに入った。暗くて狭くて、リラックスできた」という意見のあった「押し入れ」と、「物置に一人で本やおもちゃを持ち込んで遊びそのまま寝てしまう。一人の世界に入れるのが良かった」、「物置となっている使われていない部屋に、人と話したくない時は入っていた。狭くて薄暗いところで、落ち着いた」というような「物置」である。これらは、一人になれるという意味では自室と同様な意味を持つと考えられるが、被験者の記述にもあるように、「狭くて薄暗い」という点でより非日常的であり、また、ほどよく狭いということは、子どもには「保護されている・守られている」といった感覚が生じるため、よりリラックスしやすい空間になっていたのではないかと考えられる。これら以外にも、一人になることのポジティブな効果を記述しているものとしては、先に述べた学校の飼育小屋のケースもそうであるし、また、「一人で学校から帰る時もあり、田舎道を一人で歩くのが好きだった」、「悲しいことがあったり、友人と喧嘩した時など、高台にある公園に夕方や夜に一人で出かけた。大の字になって横たわり、空を眺めていると、自分の悩みがちっぽけなものに感じた。行けばスッパリ気分が晴れる場所だった」というようなケースや、自宅の自室以外でも、親が出かけて家の中で一人でのびのびと過ごせる楽しさを述べた記述もみられた。いずれにしても、先に述べたように、子どもでも、安心できる空間において一人になることが、心理的健康にポジティブに働く場合があるということを示している。

以上のように、本研究で作成したモデルの検討によって、自宅、学校、外の場所、関係する施設という、子どもの心理的健康を支える生活環境は、【プライベート的空間⇔パブリック的空間】、【日常的空間⇔非日常的空間】という2次元によって構成されており、それぞれに子どもの心理的健康を支える上で異なった役割を有していることが明らかとなった。すなわち、子どもの心理的健康を支える、望ましい生活空間とは、楽しく他者と交流する日常的なオモテの空間と、少人数で秘密を共有したり、一人きりになってリラックスするような、非日常的なウラの空間という、二つの空間が存在し、かつバランスがとれていることが重要なのではないだろうか。

最後に、被験者の記述の中に、その空間を説明する時に、視覚以外の情報を記述するものがみられた。例えば、「(公園は) わくわくする場所。その雰囲気が好きだった」、「(学校の帰り道は) 慣れているので、ほっとできる。休み時間の教室とは違った雰囲気を出していた」、「(自宅の居間にいると) 台所から母親の料

理の音が聞こえてきて、なんとなく心地よかった」、「(自室は) 12年間一度も模様替えしていないので、自分が知り尽くした空間という感覚があって、今でも実家に帰ると部屋で落ち着ける」、「(飼育小屋は) 学校とは思えないほど、静かな場所で、この雰囲気が大事」、「(保健室の) 熱帯魚の水槽の気泡の音を聞いていると落ち着ける。独特の雰囲気が好きだった」などである。このように人間は、ある生活空間に対して、その表向きの役割や地理的・物理的構造だけでなく、様々な微細な要因を知覚しながら、その生活空間をその人ならではの見方でとらえていることがわかる。そのため、例えばスクール・カウンセリングにおける相談室の整備など、心理的健康のサポートに関わる環境を整える際には、何がポジティブな影響を与えているのか、また、いわゆる「よい雰囲気」を阻害しているものは何かなどについて、「子ども自身がその環境をどうとらえているのか」という視点での詳細な検討が必要であると考えられる。

文 献

- Bronfenbrenner, U. The ecology of human development -Experiments by nature and design. President and Fellows of Harvard College 1979 (磯貝芳郎・福富 護訳 人間発達の生態学 川島書店)
- Mehrabian, A. Public places and private spaces. Basic Books 1976 (岩下豊彦・森川尚子訳 環境心理学による生活のデザイン 川島書店 1981)
- 南 博文・難波元実・塚本俊明・小原 潔・遠藤由美子・上向 隆・吉田直樹・松崎えりか 地域社会における子どもの遊び環境アセスメントと親子の環境体験プログラムの開発 マツダ財団研究報告書, 8 1995
- 南 博文・吉田直樹 学校環境の快適性 岩田 紀編著 快適環境の社会心理学 ナカニシヤ出版 2001
- Orford, G. Community psychology -Theory and practice. John Wiley & Sons. 1992 (山本和郎訳 コミュニティ心理学-理論と実践 ミネルヴァ書房)
- Wasserstein, S. B. & La Greca, A. M. Can peer support buffer against behavioral consequences of parent discord? Journal of Clinical Child Psychology, 25(2). 1996 177-182.
- 山本多喜司・ワプナー, S (編著) 人生移行の発達心理学 北大路書房 1991