自己同一性を確立するための居場所づくり

生松祐里乃*1
指導教員　ドゥラゴ英理花*2・竹内一樹*2・草野昂志郎*2・三岡恵子*2
Email: Kazuki_takeuchi@shotoku.ed.jp

*1: 聖徳学園中学•高等学校3年
*2: 聖徳学園中学•高等学校

◎Key Words 自己同一性　孤立　居場所

1.　はじめに

私は合唱部の活動をこれまで五年間続けており、その中で多くの方々に出会ってきた。また、高校1年生の後期から高校2年生の終わりまで部長として合唱部を一つの組織として運営していた。その活動の中で、「居場所」の重要性に気づき、意識し始めた。「居場所」の存在は人にとって自己同一性ないし自己肯定感を保つために必要不可欠なのではないかと考えた。

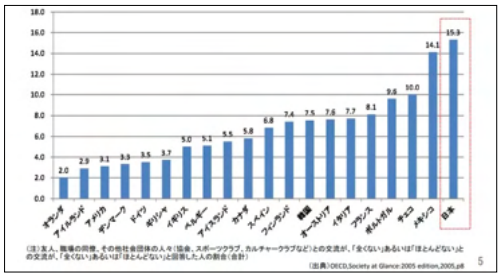
2.　日本人の孤立•孤独化の現状

2.1.　孤立•孤独とは

本研究では、「孤立」を「社会的孤立」と同義として扱い、家族やコミュニティとほとんど関わりがないこと（客観的）、「孤独」を仲間付き合いの欠如あるいは喪失による好ましからざる感情を抱くこと（主観的）と定義する。

2.2.　日本人の孤立度

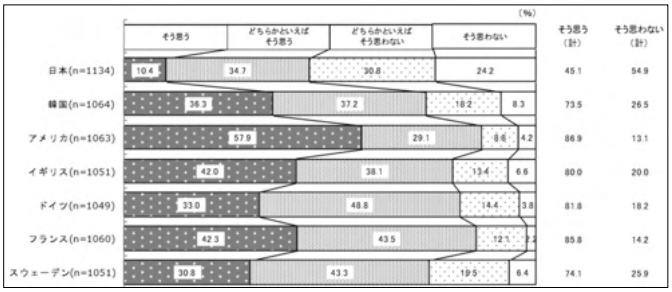
表1「家族以外の人」と交流のない人の割合（国際比較）



OECD（経済協力開発機構）（2005）の調査によると家族以外との付き合いがほとんどない人の割合（孤立度）は、先進国の中で日本が最も高くなっており、日本の社会的孤立度の高い原因は、戦後の経済発展の中で血縁、地縁、社縁などが失われ、新しい時代に順応したつながりが形成されていないためと分析されている。

2.3.　「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」における国際比較ならびに年別比較

表2「私は自分自身に満足している」国際比較



出所：UNICEF イノチェンティ研究所 『Report Card 7』研究報告書.2007.先進国における子どもの幸せ

表3 「自分への満足感」と社会的居場所への満足感と相関

	家庭	学校	職場	地域	社会
日本	.36**	.33**	.23**	.10**	.22**
韓国	.34**	.39**	.30**	.20**	.28**
アメリカ	.51**	.42**	.35**	.32**	.36**
イギリス	.43**	.37**	.29**	.28**	.31**
ドイツ	.47**	.37**	.17**	.18**	.21**
フランス	.33**	.30**	.21**	.14**	.18**
スウェーデン	.40**	.36**	.22**	.21**	.23**

** p<.01

出所：UNICEF イノチェンティ研究所 『Report Card 7』研究報告書.2007.先進国における子どもの幸せ

表2より日本が7カ国の中でも最も自分自身への満足度が低いということがわかる。特に、最も肯定的な「そう思う」という回答が10%しかなく、他の国の3分の1から6分の1程度である。「日本人の自己肯定感の低さ」が顕著に表れていると言える。

また、表3より友人関係への満足感、家庭、学校生活への満足感が、各国の青年の「自分への満足感」と相対的に強く関連していた。しかし日本の青年に注目するなら、他国と比較して、これらの人間関係や社会的居場所の要因は比較的弱い関連性であるといえる。

2.4.　日本人の居場所と自己肯定感の関係性

以上のことから、イギリスなどの自分への満足感が高い国と比べて、日本人はそこでの満足感が「自分への満足感」へとつながる人間関係や社会的な居場所がそれほど多くないと考えた。また、日本人の自己肯定感の低さは自分への満足感、自己有用感の欠如に起因しているため、自己有用感を感じることができる居場所という存在は重要になってくることがわかった。

3. 私の周りの居場所

3.1.　居場所とは

居場所には多くの種類がある。家、学校、職場、地域の中での個人を取り巻く関係性によって形成されている。さらにその居場所の中でも細分化することができる。学校であればクラスの中の1つのグループとしてであったり、地域の中であれば町内会やクラブ活動といった物であったりする。その関係性の中で個人が個人として役割を持ち、周りの人から信頼されたり、承認されたりすることで「自分」という存在を発見し、受容して行くのである。そのため、「居場所」というのは単に物理的居場所だけではなく、個人がその中にいて「安心すること」ができ、「信頼できる」人がおり、「自分らしくいること」ができる関係性のことを居場所と定義する。

3.2.　学校での居場所

表4 E.H.エリクソンの心理社会的発達段階

乳児期	0～2 歳	基本的信頼	母親
幼児前期	2～4 歳	自律性	両親
幼児後期	4～5 歳	積極性	家族
児童期	5～12 歳	勤勉性	地域、学校
青年期	13～19 歳	同一性	仲間
初期成年期	20～39 歳	親密性	友達、パートナー
成年期	40～64 歳	生殖	家族、同僚
成熟期	6 5 歳～	自己統合	人類

出所：安定した居場所が自己肯定感に与える影響　2019

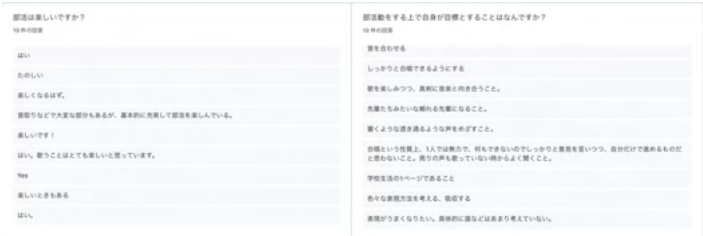
エリクソン（1999）によると「人間が健全で幸福な発展を遂げるために各段階で達成しておかなければならない課題がある」

中学生から高校生は（表4）「青年期」にあたり、しばしば自我の発見（Spranger.1955)や自己同一性の確立(Erikson.1959;Erikson,1963)について悩み、自己肯定感が低下する時期にある。自己を見つめ、自己概念について十分な見直しと再編を行うことが必要となり、このような作業には自分を理解してくれる「仲間」の存在が必要不可欠だと考えた。

その仲間の存在を強く意識できる居場所の一つにクラスや部活が入ってくるだろう。部活であれば、興味分野が一緒だったり、大会という共通の目標があったりなど仲間意識が生まれやすい。実際に私が所属していた合唱部でも強い仲間意識があった。

3.3.　学校（合唱部）での居場所

画像1 【活動紹介動画】合唱部（春の座談会）



画像2 個人面談の時に使用したアンケート

私が所属していた合唱部では、部員一人一人の自己肯定感を高めるための声かけを意識して行っていた。中学生と高校生が合同で活動しているため、中高の壁ができないような練習形態にし、意見を言った時にも否定されない環境づくりを徹底した。また、年に一回個人面談を部員一人一人と行い、困っていることや改善して欲しいことなど赤裸々に話すことができる時間を設けた。

「安心する」、「信頼できる」、「自分らしくいること」が可能な場所を常に意識していた。

そのため、学校のクラスには行くことができないが、部活では楽しく活動することができた生徒がいた。

個人面談の時に使用したアンケートの結果では、部活が楽しいかの質問に対して「楽しい」と回答する人がいた。また、自分が目標とする姿を質問すると、明確な姿が想像できていた。

また、上記の声掛けや意識以外に合唱部は各パートの人数が少なかったため、一人一人の存在意義が明確にあり、その点においても自己同一性を確立しやすかったのだと考えられる。

3.4. 地域（昭島子供クッキング）での居場所

画像3 昭島こどもクッキングの様子

（表1）日本人は家族以外の人との交流が少ない。広井良典によると「家族あるいは集団の『ウチとソト』の境界が強くなり、したがって、"家族や集団を超えたつながり"が希薄になりがちなわけである」（コミュニティ空間としての都市　2018）そのため、家と職場または学校などの往復の中で居場所は作りづらいと考えられる。そんな中で地域の居場所づくりの活動を行っている団体が多くある。

昭島市では昭島こどもクッキングという昭島市公民館で毎月第3水曜日に行う子ども食堂がある。年齢制限はなく子供から、お年寄りまで参加することができ、昭島市に住んでいる方から、ほかの市から来る方もいる。子供は無料で食事をすることが可能で家族でくる方が多く、親同士の交流もあり、昭島こどもクッキングで知り合い、仲良くなった方も多くいた。また、地域に住むお年寄りのかたが食材を持ってきてくださったり、調理方法を教えてくださったり、幼稚園生ぐらいの子が地域のお年寄りの方に料理を教えてもらう場面も多々あった。幅広い年齢層が交流し、自分の役割を持って活動している地域に根付いた居場所であった。また、この集まりをとても楽しみにしていると言っている方がいた。

調理をした後にその料理を食べて喜んでくれることや、失敗した時に周りの人がすぐに助けてくれることでの安心感や信頼から自身に対しての自信や挑戦したいという気持ちがついていた。

4. 考察

今回、私自身が関わってきた居場所には共通点が多くあった。一つ目は、参加する人一人一人が自発的に参加していたことだ。二つ目は個人間の会話を大切にしており、その中でも趣味の合う人や、興味分野が重なる人と仲良くなり、自己の肯定感を強めている傾向があった。居場所の中には必ず、自分の役割がありその役割の中でほかの人から認められたり、褒められたりすることで自分としての存在を肯定することができるのだと考えた。

5. 今後の展望と課題

本編では、自己同一性ないし自己肯定感を確立するためには居場所づくりが重要であることがわかった。今後はその気づきを活かし、居場所づくりに貢献していきたい。また、今回居場所に関わるにあたって出会った社会復帰を目指して奮闘している方々の手助けの仕方を大学で学び、活かしていきたい。

謝辞

本稿を読んで意見や修正をしてくださった、指導教員4名の方に特別の感謝を申し上げます。

参考文献

- 令和元年度　宇都宮大学　卒業論文・尾坂泰佳，安定した居場所が自己肯定感に与える影響
- 2022年度　斉藤雅茂，日本における社会的孤立の動向と課題•論点
- 2018年刊　「持続可能な医療」　広井良典　コミュニティ空間としての都市