大学生の一人暮らしに関する捉え方が適応に及ぼす影響

神奈川県立総合教育センター　加　藤　　杏
横浜国立大学　井　上　果　子

University student's concerns of living on one's own

大学生の一人暮らしに関する捉え方が適応に及ぼす影響

University student's concerns of living on one's own

加藤　杏*・井上　果子**

問題と目的

大学進学に伴い、親元を離れ一人で暮らす青年は物理的な自立をする。一人暮らしは家事を自身で行うため生活面では自立に至るが、経済的自立・情緒的自立に至るとは限らない（斉藤, 1996）。

大学生が一人暮らしをする過程で抱く考えや感情の違いによって、大学生の自立意識は異なる。本研究では、一人暮らしをする大学生の心理的側面に焦点を当て、一人暮らしの捉え方が適応に及ぼす影響を検討する。さらに、一人暮らしの捉え方に影響を及ぼす要因を明らかにすることを目的とする。

1．青年期における自立へのプロセス

ブロス（1962）によると、青年期は第2の分離―個体化の過程であり、親からの自立が1つのテーマである。落合・佐藤（1996）は、親子関係を「親が子どもを抱え込む親子関係／親が子と手を切る親子関係」、「親が外界にある危険から子どもを守ろうとする親子関係」、「子どもである青年が困った時に、親が助けたり、励まして子どもを支える親子関係」、「子どもが親から信頼・承認されている親子関係」、「親が子を頼りにする親子関係」の5段階を経て、変化すると述べている。小高（2008）は、心理的離乳の過程について、密着した関係から矛盾・葛藤的な関係、離反的な関係を経て対等な関係へと移行するモデルと、密着した関係から矛盾・葛藤的な関係、離反的な関係を経て、再び密着した関係に回帰した後、対等な関係へと移行する、2つのモデルを提唱している。また、加藤・高木（1980）は、青年の独立意識が「独立性」「親への依存性」「反抗・内的混乱」の3つから構成されることを明らかにし、発達するにつれて「反抗・内的混乱」の意識が低下し、女子においては「親への依存性」が強まると述べている。

これらの研究において、青年による親からの自立プロセスが検討されているが、居住形態の差異は検討されていない。一人暮らしと同居の違いが親からの自立に及ぼす影響を考慮する必要があると考える。

2．親の養育態度

青年による自立の努力と併行して、親の側も自分に依存していた存在であった青年が、距離を置き、手の届かない世界へと行きつつあることに寂しさと不安を感じ、引き戻したいという気持ちと、青年が自立することの必要性の認識との間で葛藤を起こす（斉藤, 1996）。

内海（2013）は、青年期は独立性や自立性を育む重要な時期である一方、親からの過剰な統制によって、青年が反抗的になり、適応を阻害する場合もあると述べている。Winnicott（1958）によれば、青年は親からの適切な世話を通じて、環境を信用する機会をもち、「一人でいられる能力」を育み、一人を楽しむことができると述べている。青年期における適応を考える際に、親の養育態度は

*神奈川県立総合教育センター
**横浜国立大学

重要な要因である。

3．異性と親密になること

斉藤（1996）は、青年期の課題を同年代の同性や異性の仲間と成熟した関係を形成することであると述べている。つまり、大学生の時期は親から分離し、異性と親密な関係を築いていく時期である。穴井他（2007）は、異性と親密になることへの恐れを測る尺度としてFear of Intimacy Scaleの日本語版（FIS-J）を作成している。穴井らはFIS-Jが高い者は接近恐怖が根底にあり対人関係を避けて自閉的になっている傾向を示し、適応に障害をきたしやすいと述べている。金政・大坊（2003）は、青年期の愛着スタイルを、社会的適応との関連で検討している。アンビバレント型の愛着スタイルは、社会的適応と負の相関関係にあり、他者と親密な関係を築くことと安定した社会適応の関連を示唆している。

小此木（1980）は、親から分離をすることで、青年は悲哀や空虚感を抱き、親密な同性、異性への関わりへ移行すると述べている。一人暮らしをすることは、寂しさや不安感を抱く体験と捉えることができるが、親以外の他者と親密な関係を築くことによって一人暮らしの生活に適応できると考えられる。

4．一人暮らしに関する研究

高田（2006）は面接調査から、大学生は一人暮らしを始める前から「一人で生活する自由への期待」を膨らませるが、実際の生活が始まると家事のきりもりが大変になり、自由と責任の葛藤が生じ「現実面への直面」に至ると述べている。大学生は一人暮らしで、家事や生活費などの日常生活を組み立てることの困難さを体験したり、家族との分離によって素直に家族に対して感謝や尊敬の気持ちを抱くという生活形成過程を経て、家族の存在を再認識する（高田, 2006）。さらに、藤原・伊藤（2007）は、成人期初期の娘が母親と同居か否かによって、母娘関係の在り方が異なると述べている。母親と同居する娘は、「母親の支配」「母親への依存」が別居している娘より高く、特に同居の独身女性においては、道具的にも精神的にも母親へ依存していることを明らかにしている。

一人暮らしをする者は、同居者と比べて自立が促され、家族の存在を再認識できると考えられる。

5．大学生の不適応

1960年代から、スチューデント・アパシーという大学生の不適応が報告されている。下山（1995）は、学業からのみ退却する者を、アイデンティティの確立や日本特有のモラトリアムの問題として捉える一方で、学生生活全般の退却を呈する者を、人格障害的なアパシーと捉え、質的に異なると述べている。三宅・岡本（2015）は、大学生はさまざまな精神障害が好発する時期であるが、家族から離れ、ひきこもりがちの生活をしている場合は、気づかれずに問題が深刻化していることもあると述べている。一人暮らしの青年は、誰にも気づかれずに深刻なアパシー状態を呈している可能性が考えられる。

崔（2015）は、一人暮らしの大学生と一人暮らしをしていない大学生とのストレス反応の差について検討を行い、一人暮らしをしている大学生の方がしていない大学生より「抑うつ・不安」が、有意に高いことを示している。しかし、一人暮らしのどの要因がストレス反応を高めているのかは明らかにされていない。長尾（1999）は、青年期の不適応状態には、部活動でのトラブル、学校から処罰を受けた体験、親の離婚などのライフイベントが大きく影響を及ぼしていると述べている。大学進学に伴う一人暮らしも、ライフイベントの1つであろう。そのため、一人暮らしの捉え方は、

適応に影響を及ぼすと考えられる。

6．一人暮らしの捉え方

青年期は、親から自立するための重要な時期である。大学進学に伴い、一人暮らしというライフイベントを経験する者が一定数存在する。大学生の一人暮らしは、親子関係に変化をもたらす一方で、抑うつ感や不適応感にもつながることが、先行研究により示唆されている。そのため、親と同居か否かという一側面からでは、適応を捉えることが難しいと考える。

また、一人暮らしには環境の変化だけではなく、一人暮らしに関する考え方も変化する。そのため、一人暮らしの捉え方によって、適応状態は異なると考えられる。

本研究の目的

大学生が、一人暮らしの過程で抱く考えや感情の違いによって、自立意識は異なると考えられる。そのため、居住形態という観点からでは、一人暮らしが自立に至るのか、不適応に至るのかは明らかではない。本研究では、一人暮らしに関する考え方や感じ方といった心理的側面と、暮らしの変化といった物理的な側面の両者に焦点を当て、大学生の一人暮らしの捉え方を明らかにする尺度を作成する。さらに、一人暮らしの捉え方が、適応に及ぼす影響について明らかにする。

なお、親子関係及び異性との親密性との関連から、一人暮らしの捉え方について検討を行う。一人暮らしの適応については、一般大学生の無気力ではなく、下山（1995）の述べる人格障害レベルのアパシーとの関連を検討する。

第１研究

Ⅰ．目的

一人暮らしをしている大学生を対象に、一人暮らしの捉え方を明らかにする尺度を作成する。

Ⅱ．方法

１．調査対象者および調査時期：首都圏国立大学2校に通う一人暮らしをしている大学生・大学院生172名を対象に、2016年7月から10月に行った。性別の内訳は、男性110名、女性62名で、平均年齢は19.78歳（SD = 1.29）であった。

２．調査方法：個別自記入式の質問紙調査を集合調査形式で実施した。実施時間は約20分であった。

３．質問紙の構成：

①フェイスシート

②一人暮らしの捉え方尺度：大学生の一人暮らしに関する捉え方について、物理的、心理的側面から検討を行うために独自に作成を行った。項目の作成方法について、以下に述べる。一人暮らしの大学生4名（男性2名、女性2名）に対して、半構造化面接に準じた形で調査を行った。①一人暮らしによって感じた変化、②一人暮らしをしてから感じた気持ちについて、質問を行った。面接時間は1人あたり、5分から10分程度であった。得られた内容について心理学を専攻する大学生1名と大学院生1名でKJ法に準じた形で検討を行い、合計83項目を作成した。大学院生3名と教員1名によって内容の検討を行い、最終的に一人暮らしの捉え方尺度候補項目77項目を作成した。

作成した77項目について「とてもそう思う」1点から「まったくそう思わない」5点までの5件法で回答を求めた。

③アイデンティティ尺度（下山, 1992）：主として対人場面における不安や孤独感など、情緒的安定性に関する内容である「アイデンティティの

基礎」と、社会的状況における主体性、個性、社会性の青年期後期の発達課題に関する内容である「アイデンティティの確立」の2つの下位因子から構成される計20項目、4件法で回答を求めた。

Ⅲ．結果

1．尺度の得点化

一人暮らしの捉え方尺度について、「とてもそう思う」を5点、「まったくそう思わない」を1点として得点化を行った。アイデンティティ尺度についても、「そう思う」を4点、「そう思わない」を1点として得点化を行った。得点が高いほど、その特性を持つことを意味する。

2．一人暮らしの捉え方尺度の因子分析

作成した項目に対して、主因子法Promax回転による探索的因子分析を行った。スクリープロットと因子解釈可能性より、4因子構造が妥当であると判断をし、繰り返し因子分析を行った。その結果、全項目中30項目が採用された。第1因子は、「これで、自由に暮らせると感じた」「家族の機嫌を気にしなくてよい」など、一人暮らしは同居する家族からの干渉がなく、自由であるという項目で構成されているため、「干渉からの解放」因子と命名した。第2因子は、「家事をしなければならないので、面倒くさい」「生活のことを自分でやらなきゃいけないのは面倒だ」など、一人暮らしで必須となる家事を自分でやらなければならないことへの煩わしさを意味する項目で構成されているため、「家事の煩わしさ」因子と命名した。第3因子は、「家に一人でいることが不安だ」「家の中の静けさに耐えられない」など、一人暮らしに対する不安感や孤独感を意味する項目で構成されているため、「独居への不安」因子と命名した。第4因子は、「自分の生活に多くのお金がかかっていることを、親に申し訳なく思う」「自分の生活に関して、自分でやらなきゃいけないという責任を感じた」など、自分の生活だけではなく、親側の視点を獲得することや責任感を抱くことを意味する項目で構成されているため、「親への恩義」と命名した。各因子の信頼性係数は、「干渉からの解放」α=.88、「家事の煩わしさ」α=.87、「独居への不安」α=.87、「親への恩義」α=.62であった。結果を表1に示す。

3．一人暮らしの捉え方とアイデンティティ尺度との相関

一人暮らしの捉え方とアイデンティティ尺度との相関係数を算出した結果、「アイデンティティの基礎」と「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」において弱い負の相関が示された。結果を表2に示す。

Ⅳ．考察

1．一人暮らしの捉え方尺度の構造

本研究で作成した一人暮らしの捉え方尺度では、「干渉からの解放」「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」の4因子が抽出された。

本研究で抽出された4因子と、高田（2006）の一人暮らし経験のストーリーラインを比較した結果、「干渉からの解放」「家事の煩わしさ」「親への恩義」はそれぞれ、①一人で生活する自由への獲得、②現実面の直面に含まれる「家事のきりもりは大変」や「自由と責任の葛藤」に含まれる責任感、「家族ってありがたいなあ」というカテゴリーと類似した結果が得られた。「独居への不安」は、高田（2006）のストーリーラインには含まれていなかった。高田（2006）は、一人暮らし歴が1年以上の者を対象とした面接調査を行っており、本研究対象の一人暮らし歴とは異なるため、差がでたと考えられる。

表１　一人暮らしの捉え方尺度の因子分析

項目内容	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ	平均値
干渉からの解放（α=.88）					
37. これで、自由に暮らせると感じた	**.743**	−.137	−.019	.016	3.57
36. 家族の機嫌を気にしなくてよい	**.698**	−.084	.133	.040	3.78
42. 自分の行動に家族から干渉されなくて、すがすがしい	**.697**	−.029	−.175	.010	3.81
12. 家族に気を遣わなくていいので、気楽だ	**.675**	−.017	.007	−.001	3.85
45. 親からの干渉がなくなって嬉しい	**.667**	−.038	−.128	−.132	3.55
55. 親元から離れて、すがすがしい	**.654**	.083	−.126	−.204	3.18
8. 家族に予定を合わせなくてもよい	**.626**	−.106	.238	−.077	3.59
40. 自分の生活を、自分でコントロールできることが嬉しい	**.597**	−.147	.025	.034	3.85
39. 家族のことを気にせず、勝手に予定を組むことができる	**.559**	−.011	−.003	.264	4.17
34. 家族に対して、秘密をつくることができる	**.553**	.182	.116	−.067	3.45
74. 家の中でのプライバシーが保たれる	**.512**	.087	−.076	.193	4.30
53. 予定や所在地を、親に逐一報告しなくてもよいので楽だ	**.503**	.195	−.049	.016	3.68
家事の煩わしさ（α=.87）					
54. 家事をしなければならないので、面倒くさい	.072	**.858**	−.013	−.030	3.93
69. 生活のことを自分でやらなきゃいけないのは面倒だ	.006	**.819**	−.033	.021	3.76
32. 食事をつくってくれる人が欲しい	−.008	**.702**	−.008	−.182	4.00
13. 1人で家事をしなければならないと思うと、憂鬱だ	−.010	**.701**	.128	−.068	3.31
70. 自分で料理をするので、栄養バランスが悪くなる	−.116	**.649**	−.107	.064	3.93
49. 自分1人では、家事をうまくできないと感じた	−.075	**.550**	.037	.125	3.06
58. 疲れていても、自分で家事をしなければならないのが苦痛だ	.196	**.545**	.145	.194	4.01
41. 自分の生活管理では、健康が保たれないと感じる	−.182	**.522**	−.119	.041	3.81
独居への不安（α=.87）					
7. 家に1人でいることが、不安だ	−.037	.049	**.831**	−.080	2.34
24. 家の中の静けさに耐えられない	.067	.035	**.819**	−.042	1.94
28. 家で、1人で過ごすことは耐えられない	−.002	.051	**.767**	−.032	1.86
23. 家の中での些細な物音が、とても怖く感じた	.138	−.050	**.664**	.026	2.28
9. 家の中に誰もいないのは、寂しい	−.127	.017	**.640**	.045	3.59
47. 家の中におばけがでるのではないかと怖かった	.028	−.069	**.616**	−.058	1.86
10. 親からの連絡が恋しい	−.085	−.081	**.566**	.179	2.18
親への恩義（α=.62）					
72. 自分の生活に多くのお金がかかっていることを、親に申し訳なく思う	−.095	−.123	−.015	**.674**	4.23
56. 自分の生活に関して、自分でやらなきゃいけないという責任を感じた	.124	.126	−.031	**.607**	4.12
51. 親がやってくれていた家事や世話に、ありがたみを感じた	.034	.131	.018	**.530**	4.54

因子相関行列	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ
Ⅰ	−	.171	−.182	−.209
Ⅱ		−	.157	.334
Ⅲ			−	.166
Ⅳ				−

表２　一人暮らしの捉え方尺度とアイデンティティ尺度の相関分析結果

	干渉からの解放	家事の煩わしさ	独居への不安	親への恩義
アイデンティティの確立	.086	−.098	.052	.006
アイデンティティの基礎	−.060	−.301**	−.219**	−.203**

**p<.01

2．一人暮らしの捉え方とアイデンティティ尺度との関連

「アイデンティティの基礎」が未確立な場合、「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」を強く感じていた。

下山（1995）は、アイデンティティの基礎の未確立が生活および対人関係上における活気欠如を示す「味気のなさ」に影響を及ぼすと述べている。基本的生活に対する煩わしさを示す「家事の煩わしさ」との関連についても、類似した結果が得られている。「独居への不安」との関連については、アイデンティティの基礎が未確立の場合、安定した内的対象の確立に至らず、一人でいられる能力が育まれていない状態であると推察される。「親への恩義」との関連において、一人暮らしは物理的な自立はするが、依然として親から経済的援助を受けている青年が多く、自立と依存の葛藤に陥りやすい（高田, 2006）。そのため、親への感謝の気持ちと罪悪感を感じやすいと考えられる。

第2研究

Ⅰ．目的

大学生の一人暮らしの捉え方が、適応に及ぼす影響を検討する。さらに、一人暮らしの捉え方にかかわる要因として、一人暮らし歴、親の養育態度、親子関係、異性との親密性の観点から検討を行う。

Ⅱ．方法

1．調査対象者および調査時期：調査は、首都圏国立大学2校に通う一人暮らしをしている大学生・大学院生115名を対象にして2016年12月に行った。性別の内訳は、男性67名、女性48名で、平均年齢は20.31歳（SD = 1.46）であった。

2．調査方法：個別自記入式の質問紙調査を、集合調査形式で実施した。実施時間は約20分であった。

3．質問紙の構成：

①フェイスシート

②一人暮らしの捉え方尺度：第1研究で作成した一人暮らしの捉え方尺度を使用した。因子分析の結果、「干渉からの解放」、「家事の煩わしさ」、「独居への不安」、「親への恩義」の4つの下位因子から構成される計30項目について、「とてもそう思う」を5点、「まったくそう思わない」を1点とする5件法にて回答を求めた。

③サイモンズの養育態度尺度（堀・山本・松井, 1994）：父母それぞれについて「私に対して温かい」「私のことを分かってくれている」という両方の項目に該当する場合は「受容」、それ以外には「拒否」と判定を行った。「何かにつけて私の行動に口をはさむ」「何かにつけて考えを押し付けようとする」という両方の項目に該当する場合は「干渉」、それ以外には「放任」と判定を行った。合計8項目について、該当する項目全てを選択するように求めた。

④アパシー心理性格尺度（下山, 1995）：下位因子が、生活リズムの乱れや時間感覚の希薄化がみられ、生活の張りがなくなっている心理状態を示す「張りのなさ」、確固とした自分がないために自己の意思決定に障害が生じている自己不確実な心理状態を示す「自分のなさ」、生活および対人関係上における味気（生命感、活動性）欠如がみられ、生活全般が味気なくなっている心理状態を示す「味気のなさ」、自分に対する批判に敏感で、その場において常に適応的であろうと志向する完全主義的性格を示す「適応強迫」の4つから構成される計20項目、4件法で回答を求めた。

⑤FIS日本語版（FIS-J）（穴井他, 2007）：Xさんと

の親密な人間関係において自分の考えや感情を表現すること、自分の欠点や失敗を見せること、親密な結びつきについての恐れを表現することの困難さに関する合計35項目、5件法で回答を求めた。得点が高いほど、異性と親密になることへの恐れが高いことを示す。

⑥独立意識尺度（加藤・高木, 1980）：下位因子が、自己の独立性を示す「独立性」、親への依存性を示す「親への依存性」、独立への移行や独立の芽生えに関係した反抗や内的混乱を示す「反抗・内的混乱」の3つから構成される計20項目、5件法で回答を求めた。

Ⅲ．結果

1．尺度の得点化

一人暮らしの捉え方尺度について「まったくそう思わない」を1点、「とてもそう思う」を5点として得点化を行った。アパシー心理性格尺度、FIS-J、独立意識尺度についても同様に得点化を行った。得点が高いほどその特性を持つことを示す。

2．一人暮らし歴の違いによる捉え方の差

一人暮らし歴の違いによる捉え方の差について検討を行うため、一人暮らし歴を独立変数、一人暮らしの捉え方の下位因子を従属変数とする一要因の分散分析を行った。一人暮らし歴は、1年未満、1年以上3年未満、3年以上の3群に分類を行った。その結果、「干渉からの解放」は、1%水準で有意な差が示された。また、「独居への不安」は10%水準で有意傾向が示された。Tukey法による多重比較の結果、「干渉からの解放」は、3年以上群の方が1年未満群よりも1%水準で有意に高かった。さらに、「独居への不安」は、3年以上群よりも1年未満群の方が10%水準で有意に高かった。結果を表3に示す。

3．一人暮らしの捉え方と養育態度との関連

3-1. 母親の養育態度の違いによる一人暮らしの捉え方の差

母親の養育態度の違いによる一人暮らしの捉え方の差について検討を行うため、養育態度を独立変数、一人暮らしの捉え方の下位因子を従属変数とする平均値の差の検定を行った。

「受容－拒否」の2軸による差を検討した結果、「干渉からの解放」は、拒否的な養育態度の方が受容的な態度よりも、1%水準で有意に高かった。「親への恩義」は、受容的な養育態度の方が拒否的な態度よりも、1%水準で有意に高かった。結果を表4に示す。

さらに、「干渉－放任」の2軸による差を検討した結果、「干渉からの解放」は、放任的な養育態度よりも干渉的な養育態度の方が1%水準で有意に高かった。「独居への不安」は、干渉的な養育態度よりも放任的な養育態度の方が1%水準で有意に高かった。結果を表5に示す。

3-2. 父親の養育態度の違いによる一人暮らしの捉え方の差

父親の養育態度を独立変数、一人暮らしの捉え方の下位因子を従属変数とする平均値の差の検定を行った。その結果、すべての因子において有意な差は見られなかった。

4．親子関係と一人暮らしの捉え方の関連

一人暮らしの捉え方尺度の下位因子と独立意識尺度の下位因子の関連を検討するために相関係数を算出した。「親への依存性」と「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」に正の相関が示された。「干渉からの解放」とは負の相関が示された。結果を表6に示す。

表３　一人暮らし歴の違いによる一人暮らしの捉え方の差

		1年未満	1年以上3年未満	3年以上	*F*値
干渉からの解放	*N*	33	41	36	*F*＝4.98
	M	3.61	3.76	4.11	*df*.＝2
	SD	0.78	0.65	0.63	*p*＜.01
家事の煩わしさ	*N*	33	41	36	*F*＝.217
	M	3.47	3.50	3.59	*df*.＝2
	SD	0.84	0.73	0.84	*n.s.*
独居への不安	*N*	33	41	36	*F*＝2.94
	M	2.58	2.26	2.13	*df*.＝2
	SD	0.82	0.71	0.85	*p*＜.10
親への恩義	*N*	33	41	36	*F*＝1.88
	M	4.29	3.95	4.10	*df*＝2
	SD	0.72	0.70	0.84	*n.s.*

注：多重比較の結果、「干渉からの解放」において、1％水準で1年未満＜3年以上であった。「独居への不安」において、1年未満＞3年以上であった。

表４　母親の養育態度（受容－拒否）による一人暮らしの捉え方の差

		N	*M*	*SD*	*F*値	*t*値(*df*)
干渉からの解放	受容	79	3.68	0.69	0.013	−3.710(112)**
	拒否	35	4.18	0.62		
家事の煩わしさ	受容	79	2.48	0.77	0.057	3.064(112)
	拒否	35	1.99	0.82		
独居への不安	受容	79	3.58	0.79	0.551	1.139(112)
	拒否	35	3.40	0.79		
親への恩義	受容	79	4.20	0.75	0.356	1.946(112)**
	拒否	35	3.90	0.73		

**p＜.01

表５　母親の養育態度（干渉－放任）による一人暮らしの捉え方の差

		N	*M*	*SD*	*F*値	*t*値(*df*)
干渉からの解放	干渉	18	4.29	0.69	0.013	−3.710(112)**
	放任	96	3.75	0.68		
家事の煩わしさ	干渉	18	2.15	0.95	0.886	3.064(112)
	放任	96	2.36	0.79		
独居への不安	干渉	18	3.27	0.81	0.603	1.139(112)**
	放任	96	3.57	0.78		
親への恩義	干渉	18	3.96	0.84	1.133	1.946(112)
	放任	96	4.14	0.74		

**p＜.01

5．異性との親密性と一人暮らしの捉え方の関連

一人暮らしの捉え方尺度の下位因子とFIS-Jの関連を検討するために、相関係数を算出した。FIS-Jとは有意な相関がみられなかった。結果を表6に示す。

6．一人暮らしの捉え方に関連する諸要因

一人暮らしの捉え方と不適応を規定する諸要因の関係を明らかにするために、パス解析を行った。解析に用いた変数は4水準に整理された。第1水準は、一人暮らし歴、第2水準は独立意識尺度の3因子、第3水準は一人暮らしの捉え方尺度の4因子、第4水準はアパシー心理性格尺度の4因子である。解析は、強制投入法による重回帰分析を行った。結果を図1のパス・ダイアグラムに示す。矢印は有意なパスを示し、数値は標準偏回帰係数を示す。

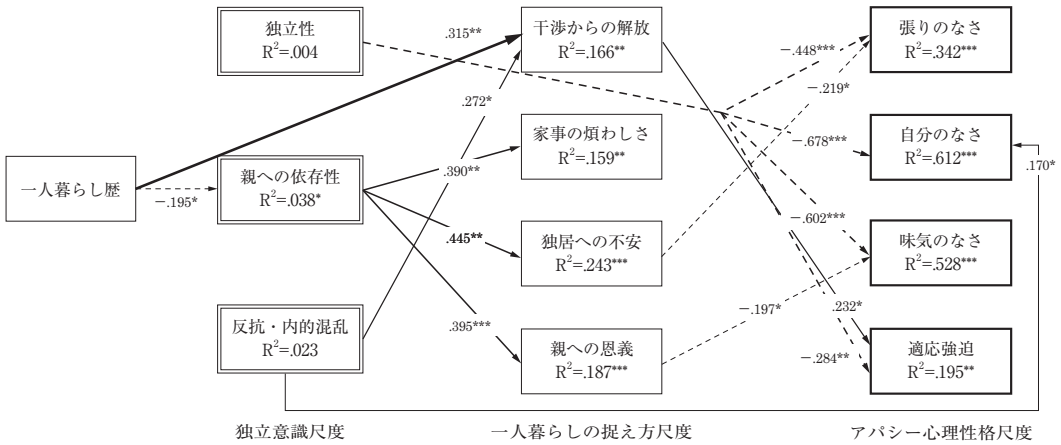
「一人暮らし歴」は、「親への依存性」と「干渉からの解放」に対して有意なパスを示した。独立意識尺度の「独立性」と「反抗・内的混乱」には有意なパスを示されなかった。

一人暮らしの捉え方との関連について、「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」に対しては「親への依存性」が、「干渉からの解放」に対しては「一人暮らし歴」「反抗・内的混乱」が、それぞれ有意なパスを示した。不適応との関連については、「干渉からの解放」が「適応強迫」に、「独居への不安」が「張りのなさ」へ、「親への恩義」が「味気のなさ」に対して有意なパスを示した。「独立性」は、アパシー心理性格尺度の4因子すべてに対して有意な負のパスを示しており、独立性が最も不適応側面との関連を示していた。

表6　一人暮らしの捉え方と各尺度間相関

	FIS-J	独立意識尺度		
		独立性	親への依存性	反抗・ 内的混乱
干渉からの解放	.160	.047	−.216*	.179
家事の煩わしさ	.162	−.140	.341**	.064
独居への不安	−.186	−.013	.462**	−.015
親への恩義	−.045	.173	.389**	−.012

**p<.01、*p<.05



注：***p<.001、**p<.01、*p<.05；実践は正のパスを、破線は負のパスを示す。

図1　一人暮らし歴、独立意識と一人暮らしの捉え方、アパシー心理性格のパス・ダイアグラム

考察

1．一人暮らしの捉え方に関連する要因

1-1. 一人暮らし歴

一人暮らし歴が3年以上の場合「干渉からの解放」をより感じ、1年未満の場合「独居への不安」をより感じることが明らかになった。一人暮らし歴が、一人暮らしに関する感じ方や考え方に対して影響を及ぼすことが示された。

1-2. 親の養育態度

母親の養育態度が受容的な態度の場合、「親への恩義」を高く感じ、拒否的な態度の場合、「干渉からの解放」を高く感じていた。また、干渉的な養育態度の場合、「干渉からの解放」を高く感じ、放任的な養育態度の場合、「独居への不安」を高く感じていた。父親の養育態度による捉え方の差は見られず、大学生の一人暮らしの捉え方には、母親の養育態度が大きくかかわっていた。

1-3. 異性との親密性

一人暮らしの捉え方尺度とFIS-Jには、関連は示されなかった。一人暮らしの捉え方には、青年期の課題として挙げられた異性と親密になることよりも、親子関係が影響を及ぼすことが明らかとなった。

2．一人暮らしの捉え方にかかわる要因および、一人暮らしの捉え方が適応に及ぼす影響

一人暮らし歴、独立意識が大学生の一人暮らしの捉え方に影響を及ぼし、一人暮らしの捉え方がアパシー心理に影響を及ぼすというモデルを検証した。

一人暮らし歴は、「親への依存性」にのみ影響を及ぼしており、「独立意識」「反抗・内的混乱」との関連は示されなかった。高田（2006）は、一人暮らしの過程において、日常生活が定着すると青年は自身と家族を独立して考えるようになると述べている。つまり、一人暮らしの生活が長くなるにつれて、親への依存性が低まると考えられる。しかし、一人暮らし歴と「独立意識」「反抗・内的混乱」には関連は示されなかった。この結果は、加藤・高木（1998）が報告した、首都圏の青年は中学生の頃から自己の独立性が高く、反抗や内的混乱の意識が少ないことが、かかわっていると推察される。

一人暮らしの捉え方に影響を及ぼす要因について、「干渉からの解放」に対して、「一人暮らし歴」、「反抗・内的混乱」が正の影響を示していた。親への反発心が強い場合には、青年が積極的に親からの分離を望むことで「干渉からの解放」を感じやすいと考えられる。また、一人暮らしが長くなり、青年が自身と家族を独立した存在と捉えた時に、自身に対する家族の干渉的な態度を意識しやすいと推察される。「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」に対しては、「親への依存性」が正の影響を及ぼしていた。「家事の煩わしさ」は、「食事をつくってくれる人がほしい」という親に対する道具的な依存の項目が含まれており、自分一人で生活を作り上げていくことよりも、親に家事をやってもらいたいという気持ちを持つ青年は、家事を煩わしく感じると推察される。「独居への不安」は、親への依存性が高いことによって、青年が一人で生活を作り上げていく自信を持てずに不安になると推察される。「親への恩義」は、「親への依存性」が正のパスを示しており、自立と依存のアンビバレントな感情を抱いている状態だと考えられる。

適応との関連について、「干渉からの解放」は「適応強迫」に影響を及ぼしていた。渡部・松井・高塚（2010）は、ひきこもり親和群の特徴として、自己決定への干渉拒否傾向が高いと述べている。親からの干渉拒否として「干渉からの解放」の捉

え方が強い青年は、その後不適応に至ると推察される。

また、「独居への不安」「親への恩義」を感じることによって、生活リズムの乱れや不適応に至らないことが明らかとなった。青年は、一人で暮らす寂しさや、親から経済的な援助を受けていることに対する罪悪感を抱きながらも、一人での生活を張りのあるものにしようと努力をすると推察される。

しかし、一人暮らしの捉え方よりも「独立性」が「アパシー心理性格」へ最も強い影響を及ぼしていた。一人暮らしの捉え方よりも、親からの心理的な自立意識が大学生の適応には重要であると推察される。

全体的考察

本研究においては、大学生の一人暮らしの捉え方に焦点を当て、その捉え方に関連する要因および、一人暮らしの捉え方が適応に及ぼす影響について検討を行った。一人暮らしの捉え方には「干渉からの解放」「家事の煩わしさ」「独居への不安」「親への恩義」という4つ構造がある。その一人暮らしの捉え方に対して影響を及ぼす要因として、大きくかかわっていたのは、親子関係であった。親から物理的に離れる体験に伴って、一人暮らしをする青年は寂しさや開放感を抱くことが示された。

一人暮らしの捉え方よりも、親からの独立意識の方が適応に強い影響を及ぼしていた。つまり、一人暮らしをどのように体験するかよりも、親からの自立意識が大学生の適応には重要であると推察される。

引用文献

穴井己理子・三宅由子・皆川邦直・林もも子・堀内麻美・山口登（2007）. FIS日本語版の信頼性、妥当性　精神科治療学, 22, 809-817.

Blos,P（1962）On Adolescence : A psychoanalytic Interpretation 野沢栄治（訳）青年期の精神医学　誠信書房

藤原あやの・伊藤裕子（2007）. 青年期後期から成人期初期にかけての母娘関係　青年心理学研究, 19, 69-82.

堀洋道・山本真理子・松井豊（1994）. 心理尺度ファイル―人間と社会を測る　垣内出版

加藤隆勝・高木秀明（1980）. 青年期における独立意識の発達と自己概念の関係　教育心理学研究, 28, 336-340.

金政祐司・大坊郁夫（2003）. 青年期の愛着スタイルと社会的適応性　心理学研究, 74, 466-473.

小高恵（2008）. 青年の親への態度についての発達的変化――心理的離乳過程のモデルの提案――　太成学園紀要

小此木啓吾（1980）. 青年の精神病理2　弘文堂

落合良行・佐藤有耕（1996）. 親子関係の変化からみた心理的離乳への過程の分析　教育心理学研究, 44, 11-22.

崔　玉芬（2015）. 大学生のストレス反応に及ぼす影響――一人暮らしの大学生の友人関係、学業、部活動による検討――　教育心理学会発表論文集

斉藤誠一（1996）. 人間関係の発達心理学4　青年期の人間関係　培風館

下山晴彦（1992）. 大学生のモラトリアムの下位分類の研究――アイデンティティの発達との関連で――　教育心理学研究, 40, 121-129.

下山晴彦（1995）. 男子大学生の無気力の研究　教育心理学研究, 43, 145-155.

高田久美（2006）. 大学生の一人暮らし体験が家族関係に及ぼす影響　武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要, 8, 103-110.

水本深喜・山根律子（2011）. 青年期から成人期へ

の移行期における母娘関係――「母子関係における精神的自立」の作成および「母子関係の4類型モデル」の検討――　教育心理学研究, 59, 462-473.

三宅典恵・岡本百合（2015）. 大学生のメンタルヘルス　心身医学, 55, 1360-1366.

長尾博（1999）. 青年期の自我発達上の危機状態の影響を及ぼす要因　教育心理学研究, 47, 141-149.

内海緒香（2013）　青年期養育尺度（PAS）の作成　心理学研究, 84, 238-246.

渡部麻美・松井豊・高塚雄介（2010）. ひきこもりおよびひきこもり親和性を規定する要因の検討　心理学研究, 81, 478-484.

Winnicott（1958）. 一人でいられる能力　牛島定信（訳）　情緒発達の精神分析理論　岩崎学術出版