

中学生の友人に対するアサーション行動 — 行動後の気持ちとアサーション意識に着目して —

大賀 梨紗

I. 問題と目的

現代の子どもたちは友人関係を含め、うまく人間関係を築けないことが指摘されている。柴橋（1998）は、不登校やいじめ、友人関係の希薄化といった問題に関して、子どもたちがのびのびと自分らしさを表現できないことを述べている。そこで本研究では、中学生の友人関係における自己表現について検討することを目的とする。

対人場面での自己表現を示す概念の1つに「アサーション」がある。平木（1993）は、「自分の気持ち、考え、信念などが正直に、率直に、その場にふさわしい方法で表現され、そして、相手が同じように発言することを奨励しようとする」ことを、アサーティブな自己表現、アサーションとした。対人関係の持ち方にはその他に「攻撃的」、「非主張的」があり、前者は「自分の考え、気持ちをはっきりと言うが、相手の言い分や気持ちを無視、または軽視して、結果的に相手に押し付ける言動」、後者は「自分の気持ちや考え、信念を表現しなかったり、しそこなったりすること」である。アサーションは互いを尊重している点で好ましいとされており、適応感により影響を与えることが指摘されている。中学生にとってアサーション能力の育成は重要であろう。

効果的な援助のためにまずは中学生の自己表現を明らかにすることが求められる。しかし現在の尺度では、アサーションと攻撃性の分離が困難であること、控え目な自己表現も多様な意味が考慮されていないことが指摘されている（柴橋、1998）。これらの問題に対して、自己表現の内面的な側面に焦点をあて、行動の意味について質的な検討を行うことが必要であると考えられる。

本研究では中学生の自己表現について、アサーションという観点から行動面と共に行動後の気持ちという内面的側面を検討し、友人関係の適応との関連から自己表現の意味を検討することを目的とする。さらに中学生のアサーションの捉え方についても調査し、意識が自己表現に与える影響について検討する。

II. 研究1

【目的】自己表現行動と行動後の気持ちについて調査し、それら2つの関連について検討する。

【方法】中学生242名を対象に質問紙調査を実施した。

2種類の仮想会話場面がイラストと説明文により提示され、自己表現行動（自由記述と共に、「攻撃」「アサーション」「非主張」の3種類から選択）と行動後の気持ちについて回答が求められた。場面は、要求の拒絶（その日に必要なものを貸すよう要求される）、権利の防衛（貸したものに汚れをつけて返される）であった。

【結果と考察】

攻撃が両場面とも男子に多く見られた。力・支配を重要視し、自立したつきあい方が多いとされる男子の友人関係の特徴が関連していると考えられる。非主張は権利の防衛場面で女子の方が多かった。女子はお互いがひとつになるようなことを望む友人関係であることが報告されており、権利の防衛は対立など否定的な結果をもたらすためと思われる。

行動後の気持ちは主成分分析の結果、要求の拒絶場面では「不快感」「友人配慮」「行動受容」、権利の防衛場面では「不快感」「行動肯定」「原因追及・理解」に分けられた。各行動を選択した群の行動後の気持ちを1要因分散分析により比較した。攻撃は両場面とも不快感が高く、自分の欲求を直接的に表現するにも関わらずすっきりした気持ちにならないと言える。アサーションは要求の拒絶場面で非主張よりも行動受容が高いことが示された。また、自分の欲求を伝える点は攻撃と同じだが、相手を思いやる気持ちや相手の主張も聞こうとする態度がアサーションには伺えた。要求の拒絶場面の非主張は行動受容があまり高くないものの、不快な気持ちは残さずに相手に譲ることができていることが示唆された。

III. 研究2

【目的】友人関係における自己表現に対する意識について調査する。また、自己表現と自己表現への意識や友人関係に対する感情との関連について検討する。

【方法】研究1と同一の対象者に対し、①自己表現行動、②行動後の気持ちに加えて、③対友人アサーション意識、④友人関係適応感、⑤友人に対する不安・葛藤について調査された。

【結果と考察】

(1) 自己表現とアサーション意識

対友人アサーション意識尺度の主成分分析を行ない、「自己表現への主体性」、「非主張に対する肯定的意識」

の2つの下位尺度を作成した。t検定の結果性差は見られなかった。アサーション意識と行動の関連について検討したところ、非主張に肯定的な人は権利の防衛場面で非主張が多く、アサーションは少なかった。権利の防衛は対立を招く可能性があり、主張の積極性がより必要であると考えられる。非主張の肯定的意識が高い人にとって心理的負荷が大きく、自分を抑える傾向が強まったのかもしれない。

行動後の気持ちとアサーション意識との関連を相関分析により検討したところ、相関関係は全体的に顕著でなかった。意識は行動後の気持ちにあまり影響を与えていないと考えられる。

(2) 自己表現と友人関係に対する感情

「友人関係適応感」と「友人に対する不安・葛藤」の因子分析結果を元に「友人関係適応感情」「不安・葛藤感情」尺度を作成した。各尺度得点について行動間の比較を行った。友人関係適応感情は要求の拒絶場面で攻撃群よりも非主張群が高かった。相手の要求に対して怒る人はトラブルが生じやすく適応感も低いことが推察される。一方、自分を抑える人は自分の欲求を阻害されても折り合いをつけて友人関係を良好に維持する、あるいは、良好な関係である友人への思いやり行動をしていると思われる。

アサーション群と非主張群について、行動後の気持ちと友人関係に対する感情との関連を相関分析により検討した。両群とも不快感情が高い者は適応感が低いことが示された。また、非主張群は友人関係が良好であると行動を肯定的に捉えていることが示唆された。さらに要求の拒絶場面では不安や葛藤とも関連があり、相手との関係に不安があるために相手に従うことを受け入れ、それにより友人関係を維持できると認識していることが推察される。また、権利の防衛場面において、非主張群で原因追及・理解が高い人ほど不安・葛藤感情が高かった。友人関係が不安定な人は相手の意図に不安を感じ、行動は非主張的であっても相手の主張を聞きたい気持ちが高まるのではないと思われる。

IV. 研究3

【目的】自己表現行動やアサーション意識について、大学生との比較を通して中学生の特徴について検討する。

【方法】中学生は研究2と同様である。また、大学生185名を対象に中学生に行った調査と同様の質問紙調査を実施した。

【結果と考察】

どちらの場面も攻撃は中学生に多かった。攻撃は葛藤を自己内で適切に処理できずにそのまま表出する自己表

現である。中学生年代は大学生に比べて発達途上なために、“未成熟な”自己表現とも言える攻撃の割合が高くなったと考えられる。

大学生の対友人アサーション意識尺度を対象に主成分分析を行ったところ中学生の分析結果とほぼ同一になったため、中学生と大学生を合わせて分析を行った。その結果を元に下位尺度を作成したところ、研究2の「自己表現への主体性」「非主張に対する肯定的意識」と全く同一となった。学校段階間の差を検討した結果、2つの下位尺度とも中学生より大学生の方が高かった。中学生のアサーション意識は大学生に比べて未発達であることが推察される。

V. 総合的考察

本研究は中学生の自己表現について行動面と内面の両方を調査することにより、友人関係上の意味を検討することが目的であった。各自己表現の特徴と援助について考察する。

(1) 攻撃的自己表現 大学生よりも中学生に、特に男子に攻撃は多かった。男子は相手の主張に耳を傾ける方向の援助が必要になると思われる。攻撃は怒りが強く残り、不快感の発散にはつながらないことが推察される。また、友人への思いやりや相互理解を求める気持ちは欠けており、自己中心的な表現のしかたであると考えられる。要求の拒絶場面では適応感が低い行動で、頼まれ事を怒らないで断る方法を身に付けることは必要と考えられる。

(2) アサーティブな自己表現 アサーションは自分の欲求を相手に伝えて不快感を残さない上に、自信のある行動であった。さらに相手の主張への開かれた態度もあり、“相手も自分も大事にした自己表現”（平木、1993）と言える。ただ、要求の拒絶場面では友人関係が不安定であると申し訳ない気持ちが高まることが示唆された。それに対して自分の思考や感情を表現する権利があるという意識をもてるような援助が考えられる。

(3) 非主張的自己表現 権利の防衛場面の非主張は女子に多く、女子には自分の権利を主張するような援助が必要であると思われる。また、非主張を肯定的に捉えていると権利の防衛場面で非主張的になりやすく、スキルのみではなく意識面も考慮した援助が求められる。非主張は行動後の不快感が低く、友人関係がよければ行動を受け入れており、必ずしも“不適切な”自己表現ではないことが推察される。ただし相互理解を放棄している可能性もあり、自分の欲求や思考を伝えつつ良好な関係を保てるような援助も重要であろう。要求の拒絶場面では友人関係の不安・葛藤と非主張の受容に関連があり、スキル援助によりアサーションが習得されても実際の場面で

中学生の友人に対するアサーション行動

は不安や葛藤がアサーティブな行動を妨げる可能性が考えられる。しかし不安や葛藤が高い人は相手の主張を聞きたい気持ちは高まっており、相手の気持ちを確認できるような援助が求められるだろう。

行動後の気持ちや友人との関係性によって行動の意味を詳細に検討できる可能性が示唆された。本研究では主

張領域や場面の限定、それらが中学生にとってどれだけ日常的で重要であるかという問題、仮想場面の認知などの限界がある。スキル援助の押しつけにならないためにも、自己表現の質的な側面についてさらに検討を重ねることが今後求められると思われる。