

大学生のアサーション行動とソーシャル・サポート、 家族関係およびハーディネスとの関連

加藤 佳子¹⁾・西 敦子²⁾・伊藤 海織³⁾
(2012年2月10日受理)

The relevance among assertion behavior, social support,
family relationship and hardiness in university students

Yoshiko KATO, Atsuko NISHI, and Miori ITO

Objective: With the attenuation of human relations, a decrease in communicative competence becomes problematic, and the necessity of teaching communication skills in primary- and secondary-level education rises. The aim of this study is to investigate the hypothesis that social support and family relationship affects hardiness and hardiness affect assertion behaviors.

Method: 175 university students (85 men: 19.2±1.0yrs, 94 females 19.4±1.2yrs) completed a questionnaire measuring instrumental and emotional social support from family and friends, assertion behavior (Relationship formation, Persuasion negotiations), family relationships (Cohesion and expression, Tangle) and hardiness (Commitment, Control, and Challenge).

Results: Cohesion and expression in family relationship influenced hardiness (Commitment, and Control). Emotional support from friends affected Commitment. Instrumental support from friends affected Challenge. Hardiness (Commitment, and Control) affected relationship formation of assertion behavior. Hardiness (Challenge) affected persuasion negotiation of assertion behavior.

Discussion: The results suggest that the emotional support from friends was related to the factor that promotes assertion behavior. In addition, acquisition of assertion behavior might be effective in building good family relationships and nurturing the power to live.

Key words: Assertion behavior, family relationship, hardiness, university students

キーワード：アサーション行動，家族関係，ハーディネス，大学生

I. 緒言

青年期は、家族からの自立が始まり友人との新たな関係性を築いていく時期である(柴橋, 2005)。しかし、昨今人間関係の希薄化が問題視されており、コミュニケーション能力の育成など、他者との関係性を築くための取り組みの必要性が指摘されている(文部科学省, 2005)。このような状況の中、直接他者との関係性の構築に効果をもたらす(濱口, 1994; 園田, 2003)、自尊感情の向上やストレスの緩衝に有効に働くコミュ

ニケーションスキルとして(Hamaideh, 2011; 金子・今井・加藤・常本・城, 2010; 加藤・前田・西・江村・目久田・森, 2009)、アサーション行動に関する報告がなされている。

沢崎と平木(2005)の定義によるとアサーションとは、「自分も相手も大切にしたい自己表現」であり、「自分の考え、欲求、気持ちなどを率直に、正直に、その場にあった適切な方法で述べること」とされている。そこで、アサーション行動をストレス対処方略として分類すると、問題焦点型のストレス対処方略に分類す

1) 神戸大学大学院

2) 山口大学

3) 福岡女子大学

ることができる（玉瀬，2004）。問題焦点型のストレス対処方略は長期的にはストレスを軽減する効果があるが，問題を解決しようとする過程で，短期的にストレスを増加させると考えられ（Marco，1999）。アサーション行動においても利益を異にする相手と問題を共有し，その解決を図るためにアサーティブな態度をとることは，相手との間に葛藤が生じ短期的にはストレスとなる可能性がある。そのため，アサーション行動をとるには，この葛藤を乗り越える必要がある。

アサーション行動の獲得に効果的な介入方法を探究するために，アサーション行動の発現に関連する様々な要因について検討が行われている。これらの要因は，内的要因と外的要因に分類することができる。内的要因としては，情動コンピテンス，セルフ・コントロールなどの個人の心理特性との関連性が検討されている（玉瀬・越智・才能・石川，2001；玉瀬・角野 2005；玉瀬・岩室，2004；久木山，2002）。一方，外的要因としては，他者との関係性について検討されている（玉瀬・馬場，2003；金子・平宮 2002）。つまり，これらの研究では，内的要因や外的要因が直接アサーション行動と関連していると報告されている。しかし，アントノフスキー（2001）は健康生成モデルにおいて，内的資源（内的要因）は，外的資源（外的要因）によって強化され，内的資源（内的要因）は外的資源（外的要因）を動員してストレスに対する首尾よい対処方略を実行していると説明している。本研究では，アサーション行動をストレスに対する首尾よい対処方略の一

つと仮定し，アントノフスキー（2001）のモデルに基づいて，アサーション行動を規定する要因について検討することとした。

アサーション行動に影響する内的要因として，ハーディネスを想定した。ハーディネスは，ストレス状況下においても健康を維持することのできる性格特性であり「コミットメント（Commitment）」「コントロール（Control）」「チャレンジ（Challenge）」の3つの傾向から構成される。コミットメントとは，自分自身が取り組んでいること，好奇心や興味を持っている活動，事柄や人に対して容易に関与することである。コントロールとは，自分の考え，発言，行動が自分の周りで起こっていることに影響を及ぼすと信じ行動することである。チャレンジとは，人生は変化し，その変化は人の成長に寄与しているとする姿勢である（Kobasha, Maddi, Puccetti, and Zola, 1985）。ハーディネスが高いと，自分の意見を率直に伝える過程で他者との葛藤が生じたとしても，それを乗り越え，他者と良い関係を形成することができると考えた。

一方，ハーディネスに影響する外的要因として，家族関係とソーシャル・サポートを想定した。高度成長期以来の就労形態の変化は，家族関係の希薄化を促進している（木村，1973）。このことは，人間関係全体の希薄化にも影響している。そして，ネガティブな家族関係はハーディネスを低下させ，ポジティブな家族関係はハーディネスを向上させて，アサーション行動の発現に影響すると推測した。

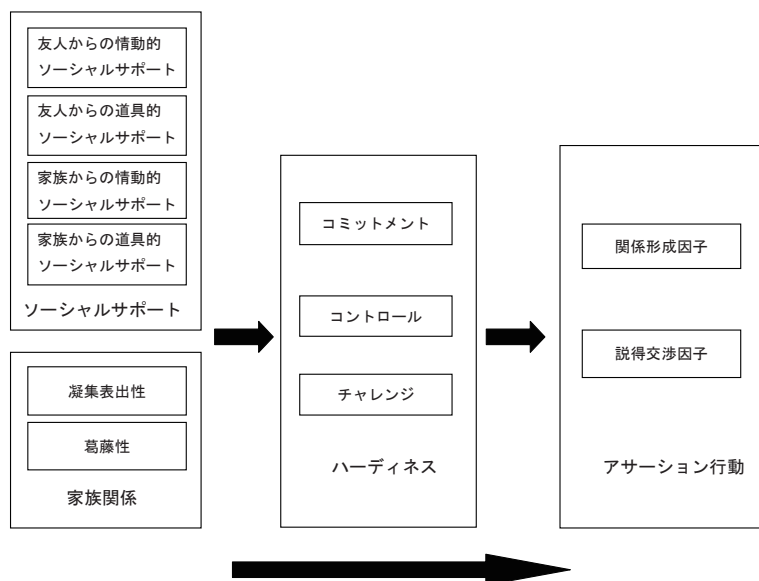


図1 ソーシャルサポート，アサーション行動，家族関係およびハーディネスの関連のモデル

また、ソーシャル・サポートは、ストレスを緩衝し精神的健康を促進するとされている（福岡・橋本，1997）。特に、青年期において、友人からの情動的サポートは自立を補償し心理的な健康を保つ上でも大きな役割を果たしている（山下・坂田，2008）。さらに、他者との関係性は、自己肯定感と他者肯定感を高める要因であることが明らかにされている点を考慮すると（細田・田蔦 2009）、次のようなことも仮定できる。つまり、他者からのソーシャル・サポートを知覚することによって、他者との友好的な関係性が築かれ自己および他者への肯定感が高くなる。そうすれば、他者に積極的に関与しようとしていたり（コミットメント）、たとえ他者との間に葛藤や変化が生じたとしても他者との良好な関係性から生まれる自己確信に基づいて、それを成長の機会としてとらえることができ（チャレンジ）、ハーディネスが高まりアサーション行動を促進すると予想できる。

以上の点をまとめ、家族関係、ソーシャル・サポート、ハーディネス、アサーション行動の関連性を図1のモデルに示した。

Ⅱ. 方法

1. 調査対象者及び調査時期

大学生 175 名（男性 81 名：平均年齢 19.2 歳 ±1.0 歳，女性 94 名：19.4 歳 ±1.2 歳）を対象に大学での講義終了後、質問紙調査を行った。調査時期は 2009 年 10 月から 2010 年 1 月であった。調査はすべて無記名で行われた。

2. 調査内容

(1) アサーション行動：玉瀬・越智・才能・石川（2001）が作成した青年用アサーション尺度を使用した。尺度は関係形成アサーションと説得交渉アサーションの二つの下位項目から構成されている。関係形成アサーションとは、人とのよりよい関係を形成しようとするアサーション行動である。説得交渉アサーションとは、何らかの葛藤的な場面において相手に対して説得や交渉を行おうとするアサーション行動である。「全くそうしない（1点）」から「必ずそうする（5点）」の5件法で回答させた。得点が高いほど、アサーション行動の程度が高いことを示している。

(2) ハーディネス：森・東條・佐々木（2005）が作成した学生用ハーディネス尺度を使用した。ハーディネスとは高ストレス状況下で健康を保つことのできる性格特性で、コミットメント・コントロール・チャレンジの3要素から構成されている。コミットメントとは人生の様々な状況に自分を十分関与させる傾向であ

り、チャレンジは安定性よりもむしろ変化が人生の標準であり成長の機会であると捉える傾向である。コントロールは個人が出来事の推移に対してある一定の範囲内で影響を及ぼすことができると信じ、かつそのように行動する傾向であると定義されている。「あてはまらない（1点）」から「あてはまる（4点）」の4件法で回答させた。得点が高いほど、ハーディネスが高いことを示している。

(3) 家族関係：田口・山崎・戸ヶ里（2009）が作成した日本語版家族関係尺度（Family Relationships Index 以下日本語版 FRI と呼ぶ）を使用した。この尺度は凝集表出性と葛藤性の二つの下位項目から構成されている。凝集表出性とは家族同士で互いのことについて表明し家族が団結している傾向であり、葛藤性とは家族間で争いごとなどの葛藤が生じる傾向を示したものである。「いいえ（0点）」から「はい（3点）」の4件法で回答させた。得点が高いほど、凝集表出性および葛藤性の程度の高い家族関係であることを示している。

(4) ソーシャル・サポート：福岡・橋本（1993）の作成したソーシャル・サポート尺度を使用した。この尺度は、道具的サポートと情動的サポートの2要素から構成されている。それぞれの項目に対して、家族または友人を想定した場合にあてはまる程度を回答させた。「全くない（1点）」から「よくある（5点）」の5件法で回答させた。得点が高いほど家族や友人からのサポートの程度が高いことを示している。

3. 分析方法

はじめに、各尺度の妥当性と信頼性について検討した。次に、尺度間の相関係数を算出し、図1のモデルに基づいて重回帰分析を行った。分析は SPSS Ver.16 で行った。

Ⅲ. 結果

1. 尺度の検討（表 1.2,3）

アサーション行動を測定する 16 項目について、重み付けのない最小二乗法、固有値 1 以上で因子を抽出し、プロマックス回転を行った。因子負荷量が .40 未満であった 1 項目（11）を削除し、再び同様の方法で因子分析を行ったところ、4 因子が抽出された。第 3 因子（3,9）と第 4 因子（8,16）は、質問項目が 2 項目しかなく、その後の分析を行うには項目数が少ない。そこで、第 3 因子と第 4 因子で抽出された 4 項目を削除し、再度因子分析を行ったところ、2 つの因子が抽出された。各因子の内容は先行研究とほぼ同様であったので、先行研究と同様、第 1 因子を「関係形成因子」、第 2 因子を「説得交渉因子」と命名した。各因子のク

表1 青年用アサーション尺度の因子分析結果
(重み付けのない最小二乗法, プロマックス回転)

	I	II
関係形成因子($\alpha=.753$)		
13 好意を持った相手には自分から話しかける。	.752	-.078
15 自分に分らないことがあれば、説明を求め。	.615	-.027
10 友達の良いところを見つけたら率直に誉める。	.570	-.066
12 少人数の話合いの場で進んで意見を述べる。	.532	.002
14 他人から誤解されたら、誤解が解けるように話をする。	.522	.044
7 好きな人には率直に愛情や好意を示す。	.467	.236
説得交渉因子($\alpha=.683$)		
2 親に反対されそうなことでも必要なら親に言う。	.001	.586
4 貸していたお金を友達に返してくれない時は催促する。	-.069	.568
6 友達の都合を一方向的に押しつけられた時は断る。	-.013	.563
5 友達に頼み事をしたい時には率直に言う。	.167	.550
1 買った商品に欠陥があったら交換してもらう。	-.065	.501
関係係数		
I		.64
二乗和	2.79	2.51
寄与率	28.14	5.76
累積寄与率	28.14	33.90
削除された項目		
3 勉強している時に隣で騒いでる人がいても何にも言わない。		
8 先生から腹が立つようなことを言われても黙っている。		
9 図々しく不正な人がいたら、その人に注意する。		
11 大事な話の途中で口をはさまれたら、話が終わるまで待ってくれるように言う。		
16 自分にできそうもないことを頼まれても仕方なく引き受けてしまう。		

表2 ハーディネス尺度の因子分析結果
(重み付けのない最小二乗法, プロマックス回転)

	I	II	III
チャレンジ($\alpha=.860$)			
13 これからの展開がどうなるのか分からない方が面白いと思う。	.826	.016	-.071
16 今後の展開が分からない方がワクワクする。	.770	.038	-.045
3 はっきりしないことや予測できない方が人生は面白いと思う。	.646	-.008	-.202
11 今後の展望が分からなくても何とかなるさと思う。	.633	.000	.119
5 これから起こることが分からない方がワクワクする。	.631	.089	-.062
9 先の見通しが立たなくても何とかなるさと思う。	.624	-.030	.093
22 多少の危険をおかすことは楽しいことと感じる。	.601	-.122	-.033
24 危険をともなう挑戦もやってみようと思う。	.530	-.042	.019
コントロール($\alpha=.867$)			
7 予期していなかった変化に対しても柔軟な対応ができる。	-.089	.905	-.008
8 急な変化にもすばやく対応できる。	-.087	.874	.074
19 思いがけないことが起こった時にも臨機応変に対応できる。	.017	.857	-.101
18 予想外の出来事が起こった場合にも慌てず冷静に対処できる。	.013	.771	-.052
2 自分の意見をはっきり主張することができる。	.118	.436	.075
コミットメント($\alpha=.754$)			
4 努力すれば結果は必ずついてくると思う。	.151	.018	.699
1 一生懸命やれば目標に到達できると思う。	.131	.172	.668
6 努力は必ず報われると思う。	.203	-.034	.611
26 物事は決して思い通りにはならないので頑張っても無駄だと思ふ。	.173	.167	-.589
15 失敗してもそれは成功につながるものだと思う。	.208	.027	.555
27 人生の大半は無意味なことに費やしていると思う。	.282	-.057	-.479
25 日常生活のほとんどは退屈だと思ふ。	.337	.075	-.462
関係係数			
I		.46	.33
II			.17
二乗和	4.74	4.04	2.93
寄与率	27.22	11.49	8.75
累積寄与率	27.22	38.72	47.46
削除された項目			
10 仕事や学業をする自分に対して、充実感を感じる。			
12 活発に仕事や学業をしている自分に満足している。			
14 活発に学業や仕事をしている自分はずばらしいと思う。			
20 新しい自分を発見することに對してうれしさと感じる。			
20 自分の仕事や学業の内容を楽しんでいる。			
21 問題があればそれを解決しようと努力できる。			
23 自分の人生や生活に積極的に取り組んでいる。			

表3 家族関係尺度の因子分析結果
(主因子法, プロマックス回転)

	I	II
凝集表出性($\alpha=.812$)		
8 私の家族には、一体感がある。	.845	.071
6 私のうちでは家族の団らんを大切にしている。	.778	.104
9 私の家族は、お互いに個人的な悩みを話し合う。	.685	-.116
1 私の家族は、お互いに助け合い、支えあっている。	.675	.097
3 家族が外にいるとき、互いの行き先や状況をだいたい把握している。	.519	-.228
4 私のうちでは、言いたいことを何でも言っている。	.470	-.066
葛藤性($\alpha=.574$)		
2 私の家族は、よく喧嘩(けんか)をする。	.062	-.661
5 私の家族は、めったに怒りをあらわさない。	-.184	.572
10 私の家族は、かんしゃくを起こすことはほとんどない。	.252	.450
7 私のうちには、物を投げけるくらい怒る人がいる。	-.007	-.351
関係係数		
I		.10
二乗和	2.84	1.20
寄与率	28.40	11.71
累積寄与率	28.40	40.11

ロンバックの α 係数は、「関係形成因子」.758,「説得交渉因子」.683であった。

ハーディネスを測定する27項目について、重み付けのない最小二乗法、因子数3で因子を抽出し、プロマックス回転を行った。因子負荷量.40未満の項目を削除し、同様の方法で因子分析を繰り返した。その結果、各因子ともに先行研究と共通の項目がみられたので先行研究と同様、第1因子を「チャレンジ」、第2因子を「コントロール」、第3因子を「コミットメント」と命名した。各因子のロンバックの α 係数を算出したところ、「コミットメント」は.754,「コントロール」は.867,「チャレンジ」は.860であった。

家族関係を測定する10項目について、主因子法、因子数2で因子を抽出し、プロマックス回転を行った。その結果、各因子に先行研究と同様の内容がみられたので先行研究と同様、第1因子を「凝集表出性」、第2因子を「葛藤性」と命名した。各因子のロンバックの α 係数は「凝集表出性」.812,「葛藤性」.574であった。

ソーシャル・サポートを測定する尺度については、下位尺度ごとに主成分分析を行った。第一主成分の寄与率は59.08%から69.60%,第二主成分の寄与率は7.96%から12.66%であった。また、第一主成分の因子負荷量は.632以上であった。よってそれぞれの下位尺度で極めて強い一次元構造が確認された。各因子のロンバックの α 係数は「友人からの情動的サポート」は.892,「友人からの道具的サポート」.855,「家族からの情動的サポート」.904,「家族からの道具的サポート」.912であった。

表4 アサーション行動、家族関係、ハーディネス、ソーシャルサポート間の相関関係

	家族関係	友人からのソーシャルサポート		家族からのソーシャルサポート		ハーディネス			アサーション行動		平均値	標準偏差	範囲		
		葛藤性	情動的	情動的	道具的	コミットメント	コントロール	チャレンジ	関係形成因子	説得交渉因子					
家族関係	凝集表出性	-.05 <i>n.s.</i>	.26 **	.13 <i>n.s.</i>	.40 ***	.15 <i>n.s.</i>	.31 ***	.22 **	.17 *	.29 ***	.10 <i>n.s.</i>	2.05	0.58	0-3	
	葛藤性		-.09 <i>n.s.</i>	-.17 <i>n.s.</i>	-.11 <i>n.s.</i>	-.06 <i>n.s.</i>	.00 <i>n.s.</i>	.14 <i>n.s.</i>	.01 <i>n.s.</i>	.02 <i>n.s.</i>	.09 <i>n.s.</i>	1.21	0.63	0-3	
	友人からのソーシャルサポート			.58 ***	.71 ***	.64 ***	.48 ***	.13 <i>n.s.</i>	.31 **	.40 ***	.20 *	3.86	0.88	1-5	
	道具的				.42 ***	.30 **	.15 <i>n.s.</i>	.14 <i>n.s.</i>	.41 ***	.20 *	.18 <i>n.s.</i>	3.23	0.93	1-5	
	家族からのソーシャルサポート					.72 ***	.27 **	.12 <i>n.s.</i>	.09 <i>n.s.</i>	.34 ***	.13 <i>n.s.</i>	3.94	0.87	1-5	
	道具的						.31 **	-.02 <i>n.s.</i>	.02 <i>n.s.</i>	.30 **	.13 <i>n.s.</i>	3.99	0.89	1-5	
	コミットメント							.11 <i>n.s.</i>	.21 **	.29 ***	.09 <i>n.s.</i>	3.02	0.52	1-4	
ハーディネス	コントロール									.41 ***	.28 ***	2.55	0.63	1-4	
	チャレンジ										.24 **	.25 **	2.80	0.62	1-4
アサーション	関係形成因子											.48 ***	3.39	0.70	1-5
行動	説得交渉因子												3.48	0.68	1-5

*:p<.05, **:p<.01, ***:p<.001

2. 家族関係、ソーシャル・サポート、ハーディネスおよびアサーション行動の関係 (表4)

それぞれの尺度間の相関分析を行った結果を表4に示す。家族関係の凝集表出性は、友人および家族からの情動的なサポート、ハーディネス、アサーション行動の関係形成因子と正の相関関係にあった。葛藤性は、どの項目とも相関関係はみられなかった。友人からの情動的サポートは、ハーディネスのコントロール以外のすべての項目と正の相関があった。友人からの道具的サポートは、家族からのソーシャル・サポート、ハーディネスのチャレンジ、アサーション行動の関係形成因子と関連があった。家族からの情動的サポートは、家族からの道具的サポート、ハーディネスのコミットメント、アサーション行動の関係形成因子と関連があった。家族からの道具的サポートは、ハーディネスのコミットメントとアサーション行動の関係形成因子と関連があった。ハーディネスのコミットメントは、ハーディネスのチャレンジ、アサーション行動の関係形成因子と関連があった。ハーディネスのコントロールもハーディネスのチャレンジおよびアサーション行動と関連していた。そして、ハーディネスのチャレンジは、アサーション行動と関連していた。最後に、アサーション行動の関係形成因子は説得交渉因子と関連していた。

次に、図1のモデルに基づいて重回帰分析を行った(表5-1、表5-2)。はじめに、ハーディネスを従属変数とし、家族関係とソーシャル・サポートを独立変数とした。家族関係の凝集表出性は、ハーディネスのコントロールに影響していた。そして、友人からの情動的サポートはコミットメントに、道具的サポートはチャレンジに影響していた。次に、アサーション行動

表5-1 ハーディネス、家族の凝集性とソーシャル・スキルの重回帰分析結果

説明変数		ハーディネス		
		コミットメント	コントロール	チャレンジ
		β	β	β
家族関係	凝集表出性	.20 †	.26 *	.07 <i>n.s.</i>
	葛藤性	.02 <i>n.s.</i>	.08 <i>n.s.</i>	-.03 <i>n.s.</i>
友人からの	情動的	.52 **	.03 <i>n.s.</i>	.25 <i>n.s.</i>
ソーシャル・	道具的	-.05 <i>n.s.</i>	.14 <i>n.s.</i>	.38 **
サポート	情動的	-.26 <i>n.s.</i>	-.14 <i>n.s.</i>	-.28 <i>n.s.</i>
家族からの	道具的	-.21 <i>n.s.</i>	.05 <i>n.s.</i>	-.02 <i>n.s.</i>
サポート				
	R	.53	.26	.44
	R ²	.28	.07	.20
	調整済みR ²	.23	.00	.15

†:p<.10*:p<.05, **:p<.01
β:標準回帰係数

表5-2 ハーディネスとアサーション行動の重回帰分析結果

説明変数		アサーション行動	
		関係形成因子	説得交渉因子
		β	β
ハーディネス	コミットメント	.21 *	.10 <i>n.s.</i>
	コントロール	.25 **	.04 <i>n.s.</i>
	チャレンジ	.10 <i>n.s.</i>	.19 *
	R	.40	.26
	R ²	.16	.07
	調整済みR ²	.14	.05

*:p<.05, **:p<.01
β:標準回帰係数

を従属変数とし、ハーディネスを独立変数として重回帰分析を行ったところ、ハーディネスのコミットメントとコントロールは関係形成因子に、チャレンジは説得交渉因子に影響していた。

IV. 考 察

大学生を対象にソーシャル・サポート、家族関係、ハーディネスおよびアサーション行動の関係についてみたところ、友人からの情動的なサポートはコミットメントに、道具的サポートはチャレンジに、そして、家族の凝集性はコントロールに影響していることが示された。つまり、アントノフスキー (2001) が示唆しているように、ソーシャル・サポートや家族関係といった外的資源は、ストレス状況下においても健康を保つことのできる心的特徴であるハーディネスの向上に影響する可能性があることが確認された。また、家族からのソーシャル・サポートは、ハーディネスと関連性があるものの、影響性はみられなかった。その一方で、家族関係の凝集表出性はハーディネスに影響しており、家族からの直接的なサポートよりもそれまでに築かれた家族との関係性がハーディネスに影響する可能性が確認された。

また、ハーディネスのコミットメントとコントロールは関係形成因子に影響し、チャレンジは説得向上因子に影響していた。つまり、ハーディネスといった心理的特性が高まることによって、アサーション行動が促進する可能性が示された。さらに、その内容をみてみると、人生の様々な状況に自分を関与させようとする傾向であるコミットメントや出来事の推移に対して一定の影響を及ぼすことができると考え行動するコントロールが関係形成因子に影響しており、人との関係を築く上で有効に機能することが示された。また、変化を成長の機会ととらえるチャレンジが他者との葛藤を乗り越え、問題の解決に至ろうとする説得交渉を示すアサーション行動の側面に影響していたことは妥当な結果である。

以上のように、アントノフスキー (2001) の示した健康生成モデルに基づいて、家族関係、ソーシャル・サポート、ハーディネスおよびアサーション行動の関係について検討したところ、内的資源である心理的特性ハーディネスは、外的資源であるソーシャル・サポートや家族関係の影響をうけ、ハーディネスが高ければ、アサーション行動も強化される可能性が示された。

また、アサーション行動は、直接ソーシャル・サポートや家族関係とも相関関係があった。アサーション行動は、相手も自分も大切にしながら自分を主張するコ

ミュニケーションである。しかし、相手を大切にすることと自分を大切にすることにおいて、常に互いの思いや利益が一致するとは限らない。時にはその思いや利益が対立し葛藤が生じることもある (沢崎・平木, 2005)。このような時、所属する集団が情動的にサポートティブな環境であったり、自らの意見を表出できる凝集性のある家族環境にあることは、アサーティブな行動の促進につながると考えられる。この点について、玉瀬と馬場 (2003) も他者との心理的距離がアサーション行動の発現に影響することを示している。細田や田嶋 (2009) の中学生を対象とした調査では、友人からのソーシャル・サポートの程度が高いと自己肯定感が強まることが明らかにされており、「自分は自分であって大丈夫」とした自己確信が強化されると考察されている。つまり、本研究の結果をあわせて考えると、大学生も友人からのソーシャル・サポートや家族の凝集性が強まると所属するグループにおいて自己確信や自律性を確立し、アサーティブな行動が促進されると考えられる。そのため、アサーション・トレーニングを取り入れた授業を計画する時には、個人のソーシャル・スキルにのみ注目するのではなく、クラスにおけるサポートティブな仲間作りや家族の在り方も視野に入れて検討する必要がある。

加藤と西 (2010) の小学校高学年を対象とした研究では、家族関係における自尊感情が友人関係における自尊感情に影響していることを明らかにしており、家族関係を通じた自己評価は、友人関係を通じた自己評価に影響することが指摘されている。大学生になると、生活面においても心理的な面においても家族からの自立が進んで友人との関係性が深まり、家族関係よりも友人関係が個人の行動に影響を与えるようになると考えられる。しかし、今回の調査では、家族関係も家族からのソーシャル・サポートとともにアサーション行動と関連しており、青年期になっても家族とのコミュニケーションが極めて重要であることが示された。

本研究では、大学生を対象として家族関係、ソーシャル・サポート、ハーディネス、アサーション行動の関連性について検討し、アサーション行動獲得のための一定の知見を得ることができた。今後は、得られた知見に基づいて実践プログラムを作成する必要がある。特に、人間関係スキルの獲得には、家族関係が影響していることが今回示された。つまり、アサーション行動の獲得には、家族関係のありかたも視野に入れた取り組みが必要である。学校教育において、家族関係について学ぶ機会としては、道徳教育や家庭科教育などがある。今後は、教科とのつながりを考慮するとともに、道徳や家庭科を履修する小学生から高校生を対象

とした調査を行い、発達段階別の特徴について明らかにし、より精緻化された系統的な教育実践を計画する必要がある。

V. 要約

大学生を対象として、家族関係、ソーシャル・サポート、ハーディネス、アサーション行動との関連について検討したところ、それぞれの要因を測定する尺度の妥当性と信頼性が確認された。また、家族関係やソーシャル・サポートは、ハーディネスに影響し、ハーディネスはアサーション行動に影響していることが示唆された。

謝辞

本研究を行うにあたって、ご協力いただきました井上望美さんに感謝いたします。

引用文献

- アロン・アントノフスキー：健康の謎を解く：ストレス対処と健康保持のメカニズム 山崎喜比古・吉井清子監訳，有信堂高文社，東京，2001
- 福岡欣治・橋本 幸：大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究 68：403-409，1997
- Hamaideh, S. H.: Stressors and reactions to stressors among university students, *Int J Soc Psychiatry.*, 57: 69-80, 2011
- 濱口佳和：児童用主張性尺度の構成 教育心理学研究 42：463-478，1994
- 細田 絢・田蔦誠一：中学生におけるソーシャルサポートと自他への肯定感に関する研究 教育心理学研究 57：309-323，2009
- 金子和弘，今井有里紗，加藤孝央，常本智史，城 佳子：アサーション行動尺度における信頼性・妥当性の検討 生活科学研究 32：57-66，2010
- 金子智栄子・平宮正志：高校生の孤独感に関する研究－孤独感とアサーション，両親の養育態度，学校ストレス－との関連性 文京学院大学研究紀要 4：77-85，2002
- 加藤佳子・前田健一・西 敦子・江村理奈・目久田純一・森 敏昭：家族成員の相互関係と児童の自尊感情との関係－家庭科「家庭生活と家族」の領域におけるアサーション・トレーニングの効果－ 学習開発研究 2：39-49，2009
- 加藤佳子・西 敦子：小学生の家族関係および友人関

- 係における自尊感情と全体的自尊感情との関連 日本家政学会誌 61：741-747，2010
- 久木山健一：資料 情動コンピテンスと社会的情報処理の関連－アサーション行動を対象として カウンセリング研究 35：66-75，2002
- 木村幸子：変貌する社会における家庭科教育のめざすべき方向 日本家庭科教育学会誌 14：7-11，1973
- Kobasha S. C., Maddi S. R., Puccetti M. C., and Zola M. A.: Effectiveness of hardiness, exercise and social support as resources against illness., *J. Psychomatic Research* 29：525-533. 1985
- Marco, C. A., Neal, J. M., Schwartz, J. E. Shiffman, S., and Stone, A. A.: Coping with Daily Events and Short-Term Mood Changes: An Unexpected Finding to Observe Effects of Coping, *J. Person. Soc. Psychol.* 67：755-764. (1999)
- 森真衣子・東篠光彦・佐々木和義：ストレスに強い人格特性について－大学生用ハーディネス尺度の作成－発達心理臨床研究 11. 91-96, 2005
- 文部科学省 平成16年度文部科学白書「生きる力」を支える心と http://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/html/hpab200401/hpab200401_2_008.html (アクセス日 2011.4.12)
- 沢崎達夫・平木典子：アサーション・トレーニングの考え方と歴史 (平木典子編) 現代のエスプリ アサーション・トレーニング その現代的意味, 30-36, 至文堂, 東京, 2005
- 柴橋祐子：青年期の間人関係におけるアサーションの意味. (平木典子編) 現代のエスプリ アサーション・トレーニング, 110-122, 至文堂, 東京, 2005
- 園田雅代：学生の〈語り〉から見るアサーションとジェンダーの関連 創価大学教育学部論集 54：53-68, 2003
- 田口良子・山崎善比古・戸ヶ里泰典：Family Relationships Index (FRI) 日本語版に基づいた家族関係尺度の作成の試み 日本公衆衛生誌 56：468-477，2009
- 玉瀬耕治・越智敏洋・才能千景・石川昌代：青年用アサーション尺度の作成と信頼性および妥当性の検討 奈良教育学大学紀要 50：221-231，2001
- 玉瀬耕治・馬場弘美：アサーションに及ぼす場の認知の影響に関する研究 教育実践総合センター研究紀要 12：43-50，2003
- 玉瀬耕治：ストレスと心理的障害 心理学 pp.449-469 有斐閣，東京，2004
- 玉瀬耕治・岩室暖佳：関係性の維持と個の主張に関する問題－「甘え」とアサーションを指標として－

奈良教育大学紀要 **53** : 37-45, 2004

玉瀬耕治・角野文宣：対人ストレスとアサーション、
セルフ・コントロールの関係 教育実践総合セン
ター研究紀要 **14** : 37-41, 2005

山下倫実・坂田桐子：大学生におけるソーシャル・サ
ポートと恋愛関係崩壊からの立ち直りとの関連 教
育心理学研究 **56** : 57-71, 2008