

# 友人からの要求に対する児童の断り方が 心理的ストレス反応に及ぼす影響過程

井 邑 智 哉

(2012年10月2日受理)

## Process Effects of Refusal on Psychological Stress Response for Elementary School Students

Tomoya Imura

**Abstract:** The process in which refusal affects psychological stress response was examined. A total of 300 participants (157 men, 143 women) completed the questionnaire survey. A model was constructed based on the assumption that the seven types of refusal facilitate the attainment of social support from friends. Thus, we proposed social support affects psychological stress response. A covariance structural analysis was conducted, indicating that modesty decreased depression-anxiety and displeasure-anger through attainment of social support from friends. Conversely, disguise-delay, cheating by laughter and nonverbal refusal increased depression-anxiety and displeasure-anger. Therefore, elementary school students' psychological stress response is affected by refusal was suggested.

Key words: refusal for elementary school students, social support from friends, psychological stress response, influence process

キーワード：児童の断り方，ソーシャルサポート，心理的ストレス反応，影響過程

### 問 題

近年、不登校やいじめ、学級崩壊など子どもの学校不適応や問題行動の増加が大きな社会問題となっている（江村・岡安，2003）。そのような問題の背景の一つとして、児童の社会的スキルの欠如や不適切さが指摘されている（佐藤・立元，1999）。こういった現状から、学級集団全体を対象とした“社会的スキル教育”が推進されているが、その中で標的行動となっているものの一つに“上手な断り方”が挙げられている（石川・岩永・山下・佐藤・佐藤，2010）。

断るという行動は、相手の好意や要求に対して“その意に沿えない”という気持ちを相手に理解してもらう行動であり（施，2005），その行動自体が相手の心情を害し、人間関係を損なう危険性を伴うものである

（Ifert & Rollof, 1996; Roloff & Janiszewski, 1989; 施，2005）。したがって、自分自身の利益や行動の自由を守ると共に、相手との関係性を悪化させないためには、どのように断るかということが重要となる。実際に、要求を断る際に用いる断り方によって、断られた相手に与える印象や関係満足度が異なることが報告されている（Harrington, 1995）。特に、日本においては、“いいえ”という言葉が相手を否定する好ましくない言葉と捉えられるため（金田一，1981），相手の感情を害さないような、ある程度間接的な表現が求められる（荒巻，1999）。例えば、謙遜、非言語的拒否、笑いによるごまかしなどは、欧米では見られない日本的な断り方である（井邑・樋口・深田，2010; 目黒，1994; 森山，1990）。このような間接表現は、欧米人にとっては時に、“時間の浪費”と受け取られ、批判の対象となること

があるが(直塚, 1980), 直接的に断りの意思を示すことは, 日本人にとって失礼であると受け取られる危険性が指摘されている(生駒・志村, 1993)。

本研究では, 断り方を“他者から要求されている行動をとらないための行動的な試み”と定義する。ただし, その呼称はあまり定まっておらず, “断り”, “拒否表現”, “承諾抵抗方略”, “承諾抵抗手段”など様々なものがある。表現は異なっているが, 上記の定義のように, 他者からの要求を断るための方法を意味している。本稿においては, 読者の理解を容易にするために, これらの総称として“断り方”という表現を用いる。

それでは, 児童の学校生活の中で, 友達からの要求を断る際に使用する断り方が, 児童のメンタルヘルスにどのような影響を及ぼすのだろうか。これまで, 児童の断り方とメンタルヘルスの関連について, 直接検討した研究は皆無に等しい。唯一, この点に関する検討を加えている井邑・高田・塚脇(2012)は, 友人からの要求に対する断り方によって児童を5つのクラスターに類型化し, クラスター間で心理的ストレス反応や友人からのソーシャルサポート(以下, SSと略記する)得点に差があることを明らかにした。また, 直接断り方とメンタルヘルスの関連を検討はしていないが, 主張的行動に関する研究の中で, 要求拒否とメンタルヘルスとの関連について部分的に検討されている(濱口・江口, 2009; Lorr & More, 1980; 渡部・松井, 2009)。濱口・江口(2009)は, 児童の主張行動(肯定的主張, 要求拒否, 権利防衛, 対教師質問)と学校適応感, 仲間関係満足度の関連を検討し, 他者からの望まない要求を断ることができることが, 学校適応感や仲間関係満足度を高める可能性があることを示唆している。また, 主張性に関する研究では, 主張性を測定する尺度の中に, 他者からの要求を拒否することができるかどうかを測定する項目が含まれており, 主張性と様々な適応指標(例えば, 自尊心, 友人関係満足度)との関連が検討されている(Lorr & More, 1980; 渡部・松井, 2009)。

これらの研究から, 要求に対する断り方が断った本人のメンタルヘルスに影響を及ぼすことが示唆される。しかし, 他者からの要求に対する断り方がどのような過程を経て, 断った本人のメンタルヘルスに影響を及ぼすのかという, その影響過程については検討されていない。そこで本研究では, 井邑他(2012)が小学校児童を対象に収集したデータを再分析し, 友人からの要求に対する児童の断り方が断った本人のメンタルヘルスに及ぼす影響過程を検討する。

影響過程としては, 要求に対する断り方が, 相手と

の関係性を媒介して断った本人のメンタルヘルスに影響を及ぼすと仮定する。相手との関係性を表す概念として, 本研究ではSSを取り上げる。SSはメンタルヘルスに対して大きな影響を及ぼすが(e.g., Cohen & Wills, 1985), これまでの研究から, 要求に対する断り方が他者から受け取るSSに影響を及ぼす可能性があることが示唆されている(Harrington, 1995; 井邑他, 2012)。そこで本研究では, 要求に対する断り方が, SSを媒介して断った本人のメンタルヘルスに影響を及ぼすという影響過程を仮定する。メンタルヘルスの指標としては, 心理的ストレス反応を取り上げる。

本研究の仮説は以下の通りである。他者からの要求に対して, 明確に断りの意思を伝えること(例: それを引き受けることは出来ないと言う)は, 友人との関係性を悪化させる可能性があり, 友人から受け取るSSを低下させる。その結果, 心理的ストレス反応を高めるだろう。一方, 相手に配慮するような代償(例: 今度は他の事で力になることを約束して断る)や, 断りの意思を間接的に伝える断り方(謙遜, 非言語的拒否)は, 相手との関係性を損なわず, 相手に良い印象を与える可能性があり, 友人から受け取るSSを高める。その結果, 心理的ストレス反応は低下するだろう。

## 方 法

### 調査対象者

調査実施前に, 小学校教諭と協議を行い, 調査対象学年を3年生以上とした。2012年の1月に, 長崎県内の公立小学校の3, 4, 5, 6年生の児童304名(3年生男児36名, 同女児37名, 4年生男児35名, 同女児29名, 5年生男児31名, 同女児38名, 6年生男児57名, 同女児41名)を対象に, 帰りの会の一部を利用して集合法による質問紙調査を行った。

### 調査手続き

調査は無記名で実施し, その場で回答を求め, 回収した。調査実施者は, 各クラスの担任教諭にお願いした。調査実施にあたり, 事前に調査実施者は, (a) 本調査への参加は強制されるものではなく, 協力しない場合でも, どのような不利益も生じないこと, (b) この調査が成績とは全く関係ないこと, (c) 調査に参加してもいつでも辞退可能であること, (d) この調査から個人が特定されることは絶対でないこと, (e) 研究以外の目的で情報を使用しないことを口頭で説明し, 同意が得られた者のみを対象に調査を実施した。調査用紙は, 利用時以外は施錠してある部屋に保管し, パソコンにデータを入力後シュレッターで処理した。調査用紙で得た情報の保管は, ウィルス対策ソフト

ウェアをインストールし、起動時にパスワード入力が必要なパソコン一台で行なった。回答に不備のある者を除き、300名（男児157名、女児143名、平均年齢10.45歳、SD=1.21）から有効回答を得た。本研究のデータは、井邑他（2012）と同一のものである。なお、本研究は広島大学大学院教育学研究科倫理審査委員会の承認を得ている。

### 質問紙

(a) 児童の断り方を測定する尺度：井邑他（2010）が大学生を対象として作成した抵抗方策リスト短縮版を用いた。本尺度は、“明確拒否（例：はっきりと断る）”、“自己解決要求（例：自分でやるべきだと言って断る）”、“代償（例：次はできるだけ力になると約束して断る）”、“偽装延引（回答を先延ばしにして友だちがあきらめるのを待つ）”、“謙遜（例：とても自分では力になれないと言って断る）”、“笑いによるごまかし（例：笑いながら冗談っぽく断る）”、“非言語的拒否（例：断りたいという気持ちを顔やしぐさで表す）”という7下位尺度全21項目からなる。本研究では、日常生活で友だちから要求をされたがそれを断りたい場合、21個の断り方（7種類の断り方×3項目）について、それぞれどの程度使用する可能性があるかを“全く用いない”（1点）から“非常によく用いる”（4点）の4段階で回答を求めた。本研究では断り方の個人特性を捉えるために、日常生活でどのような友人から要求された場面かを限定しなかった。なお、項目の表現については、小学校教諭の意見を加味し記述と内容を平易に改めて用いた。Cronbachの $\alpha$ 係数は、いずれの下位尺度においても $\alpha = .78 - .84$ であり、概ね満足できる値であった。(b) 小学生用ストレス反応尺度：嶋田・戸ヶ崎・坂野（1994）によって開発された小学生用ストレス反応尺度のうち、“抑うつ・不安感情”（5項目）、“不機嫌・怒り感情”（5項目）という2つの下位尺度を用いた。回答は項目に示された内容について、どの程度自分に当てはまるかについて“全く当てはまらない”（1点）から“とてもよく当てはまる”（4点）の4段階で回答を求めた。Cronbachの $\alpha$ 係数は、いずれの下位尺度においても、 $\alpha = .81 - .85$ であり、概ね満足できる値であった。(c) SS：児童の友人関係を測定するために、嶋田（1998）によって作成された、知覚されたサポート尺度5項目を用いた。サポート源として友人を設定した。回答は項目に示された内容について、どの程度自分に当てはまるかについて“全く当てはまらない”（1点）から“とてもよく当てはまる”（4点）の4段階で回答を求めた。Cronbachの $\alpha$ 係数は、 $\alpha = .90$ であり、概ね満足できる値であった。

## 結果

### 各変数の記述統計量

以下の分析では、断り方の7つの下位尺度、SS、不安・抑うつ、不機嫌・怒り得点の平均を算出して用いた。全変数の平均と標準偏差をTable 1に示す。

Table 1 各変数の平均、標準偏差

	<i>M</i>	<i>SD</i>
明確拒否	2.25	0.83
自己解決要求	1.84	0.77
代償	2.14	0.78
謙遜	2.04	0.73
笑いによるごまかし	2.06	0.81
非言語的拒否	1.92	0.84
偽装延引	1.69	0.73
SS	2.95	0.87
抑うつ・不安	1.83	0.75
不機嫌・怒り	1.92	0.80

### 断り方が心理的ストレス反応に及ぼす影響過程モデル

7種類の断り方がSSに影響を及ぼし、さらにそのSSが不安・抑うつ、不機嫌・怒りに影響を及ぼすという影響過程モデルを構成し、最尤法による共分散構造分析を行った。ワルド検定によって有意な影響が見られなかったパスを削除し、また修正指数を参考に偽装延引から、抑うつ・不安、不機嫌・怒りへ、笑いによるごまかしから不機嫌・怒りへ、非言語的拒否から抑うつ・不安、不機嫌・怒りへの直接のパスを追加した結果、GFI=.990、AGFI=.961、RMSEA=.040と許容できる適合度が示された。

最終モデル（Figure 1）を見ると、まず、2種類の断り方（代償、偽装延引）がSSに影響を及ぼしていた。代償からは正の影響（ $\beta = .34, p < .001$ ）、偽装延引からは負の影響（ $\beta = -.17, p < .01$ ）を及ぼしていた。次に媒介変数から心理的ストレス反応への影響をみると、SSから抑うつ・不安（ $\beta = -.28, p < .001$ ）、不機嫌・怒り（ $\beta = -.33, p < .001$ ）に対して負の影響を及ぼしていた。

また、偽装延引から、抑うつ・不安（ $\beta = .19, p < .01$ ）、不機嫌・怒り（ $\beta = .21, p < .01$ ）に対して、笑いによるごまかしから不機嫌・怒り（ $\beta = .10, p < .05$ ）に対して、非言語的拒否から抑うつ・不安（ $\beta = .22, p < .01$ ）、不機嫌・怒り（ $\beta = .12, p < .05$ ）に対して媒介変数を介さずに直接正の影響を及ぼしていた。しかし、明確拒否、自己解決要求、謙遜という3種類の断り方は、SS、心理的ストレス反応の2変数のいずれにも影響を及ぼさなかった。

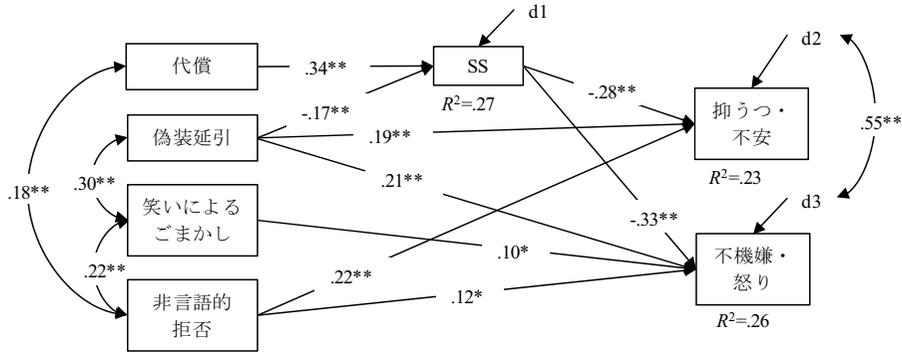


Figure 1. 断り方が心理的ストレス反応に及ぼす影響過程モデル

注) \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ 

## 考 察

### 断り方が心理的ストレス反応に及ぼす影響過程モデル

本研究は、断り方が断った本人の心理的ストレス反応に及ぼす影響過程を検討することを目的とした。友人からの要求に対する児童の断り方が心理的ストレス反応に及ぼす影響をSSが媒介するというモデルを仮定した。特に、断りの意思を明確に伝えることがSSを低めることを通して、心理的ストレス反応を高めること、反対に断りの意思を間接的に伝えたり、断る際に相手への配慮を示したりすることがSSを高めることを通して、心理的ストレスを低めるという仮説を立てた。分析の結果、代償は、SSを高めることを通して、不安・抑うつ、不機嫌・怒りを低めることが示され、本研究の仮説の一部が支持されたとと言える。Kline & Floyd (1990) は、効果的な断り方とは、相手を打ち負かしたり、怒らせたりするものではなく、むしろ相手との望ましい関係を保つものだと述べている。相手からの要求をただ断るのではなく、他の事で力になることを約束するなど相手に配慮して断ることで、相手との関係性を保ち、相手からのSSを高めることを通して自分自身のメンタルヘルスを高めるといえる。一方、断りの意思を明確に伝える断り方（明確拒否、自己解決要求）は、SS、心理的ストレス反応に影響を及ぼしておらず、こちらの仮説は支持されなかった。

また、偽装延引はSSを低めることを通して不安・抑うつ、不機嫌・怒りを高めることが示された。日本人は、相手との間に葛藤状態が生じたとしても、関係維持に動機づけられて、相手との対立を避け、自分を抑えるような回避方略を選択することが報告されている（福島・大淵, 1997; 中津川, 2008）。自分の意思を相手に伝えることを回避することは、その場を平穏にやり過ごすことにはつながるかもしれないが、長期的

に考えた場合には、相手との関係性や自身のメンタルヘルスを悪化させることにつながる場合があることが示唆された。

本研究では、断り方がSSを媒介して断った本人の心理的ストレス反応に影響を及ぼすという過程について検討したが、断り方がSSを介さずに直接心理的ストレス反応に影響を及ぼす場合があることが示された。偽装延引は、抑うつ・不安、不機嫌・怒りに対して、笑いによるごまかしは、不機嫌・怒りに対して、非言語的拒否は、抑うつ・不安、不機嫌・怒りに対してそれぞれ正の影響を及ぼしていた。日本においては、“いいえ”という言葉が相手を否定する好ましくない言葉と捉えられるため（金田一, 1981）、相手の感情を害さないような、ある程度間接的な表現が求められる（荒巻, 1999）。しかし、断りの意思を表情や素振りや間接的に相手に伝えることや、断りの意思を相手に伝えることを避けることは、相手の感情を害さないという点では意味があるかもしれないが、その一方で自分自身のメンタルヘルスを悪化させる可能性があることが示唆されたといえる。

### 本研究の課題と今後の展望

最後に、本研究の課題として、以下の三点が挙げられる。まず、第一点目は、断り方がメンタルヘルスに及ぼす影響を媒介する変数を検討することである。本研究では、媒介する変数としてSSを取り上げた。SSは、代償と偽装延引がメンタルヘルスに及ぼす影響を媒介することが明らかとなった。しかし、非言語的拒否、笑いによるごまかし、偽装延引に関してはメンタルヘルスに及ぼす影響過程は十分に明らかとならなかった。今後は、個人の行動がその行動を取った本人のメンタルヘルスに及ぼす影響過程について言及した他のモデルを参考に検討していく必要がある。例えば、時間管理プロセスモデル（Macan, 1994）における時

間コントロール感(時間をうまく配分できている感覚)の概念は、断り方が断った本人のメンタルヘルスに及ぼす影響過程を考える上で参考になるだろう。断るという行動は、他者からの要求を断ることで自分自身の目標を達成するために使用できる時間を確保するという意味で時間管理に類する行動と考えられる。今後は、断り方が断った本人のメンタルヘルスに及ぼす影響を時間コントロール感が媒介するかを検討していく必要があるだろう。

第二点目は、本研究が横断的な調査研究であり、断り方がメンタルヘルスに影響を及ぼすという因果関係にまでは言及できなかった点である。本研究の結果はあくまで同時点における調査の結果から導き出されたものであり、厳密に因果関係の方向性とその影響力の強さを検討していくためには、交差時差遅れ分析(cross-lagged analysis)などを用いた縦断的研究による検討が必要である。

第三点目は、本研究で取り上げたメンタルヘルスの指標に関することである。本研究ではメンタルヘルスの指標として、心理的ストレス反応を用いたが、今後の研究ではさらに多くの指標を取り上げていく必要がある。特に、主観的幸福感、生活充実感、ホープといったポジティブな側面を測定する指標を用いて検討することで、本研究の結果の一般化可能性を高めていく必要がある。

## 【引用文献】

荒巻朋子 (1999). アメリカ人と日本人の断わり表現の比較 長崎大学留学生センター紀要, 7, 105-137.

Cohen, S., Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.

江村理奈・岡安孝弘 (2003). 中学校における集団社会的スキル教育の実践的研究 教育心理学研究, 51, 339-350.

福島治・大淵憲一 (1997). 紛争解決の方略 大淵憲一 (編) 現代応用社会心理学講座3 紛争解決の社会心理学 ナカニシヤ出版 pp. 32-58.

濱口佳和・江口めぐみ (2009). 児童の主張的行動と仲間関係適応との関連—アサーションは本当に児童の仲間関係の適応に役立つのか?— カウンセリング研究, 42, 60-70.

Harrington, N. G. (1995). The effects of college students' alcohol resistance strategies. *Health Communication*, 7, 371-391.

Ifert, D. E., & Rollof, M.E. (1996). Responding to

rejected requests: Persistence and response type as function of obstacles to compliance. *Journal of Language and Social Psychology*, 15, 40-58.

生駒知子・志村明彦 (1993). 英語から日本語へのプラグマティック・トランスファー: 「断り」という発話行為について 日本語教育, 79, 41-52.

井邑智哉・樋口匡貴・深田博己 (2010). 承諾抵抗方略の構造に関する研究 説得交渉学研究, 2, 29-39.

井邑智哉・高田純・塚脇涼太 (2012). 友人からの要求に対する児童の断り方と心理的ストレス反応, ポジティブ感情, 友人からのソーシャルサポートとの関連 学校メンタルヘルス, 印刷中.

石川信一・岩永三智子・山下文大・佐藤寛・佐藤正二 (2010). 社会的スキル訓練による児童の抑うつ症状への長期的効果 教育心理学研究, 58, 372-384.

金田一春彦 (1981). 日本語の特質 日本放送出版協会

Kline, S. L., & Floyd, C. H. (1990). On the art of saying no: The influence of social cognitive development on messages of refusal. *Western Journal of Speech Communication*, 54, 454-472.

Lorr, M., & More, W. (1980). Four dimensions of assertiveness. *Multivariate Behavioral Research*, 15, 127-138.

Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79, 381-391.

目黒秋子 (1994). 「謙遜型」断りのストラテジー—東北大学文学部日本語学科論集, 4, 99-110.

森山卓郎 (1990). 「断り」の方略—対人関係調整とコミュニケーション— 言語, 19, 59-65.

中津川智美 (2008). 対人葛藤時の行動の規定因—潜在化意図の観点から— 浜松大学研究論集, 21, 83-92.

直塚玲子 (1980). 欧米人が沈黙するとき—異文化間コミュニケーション— 大修館書店

Rollof, M. E., & Janiszewski, C. A. (1989). Overcoming obstacles to interpersonal compliance: A principle of message construction. *Human Communication Research*, 16, 33-61.

佐藤正二・立元真 (1999). 児童生徒の対人関係と社会的適応・予防的介入 教育心理学年報, 38, 51-63.

施 信余 (2005). 依頼に対する「断り」の言語行動について: 日本人と台湾人の大学生の比較 早稲田大学日本語教育研究, 6, 45-61.

嶋田洋徳・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1994). 小学生用ストレス反応尺度の開発 健康心理学研究, 7, 46-

58. 嶋田洋徳 (1998). 小中学生の心理的ストレスと学校不適応に関する研究 風間書房
- ける主張性の4要件と友人関係満足感との関連 対人社会心理学研究, 11, 35-42. (指導教員 青木多寿子)
- 渡部麻美・松井豊 (2009). 高校生時と大学生時にお