

四コマ漫画を用いた新たな自己表現尺度の活用

佐藤 哲 康*

New Use of the Self-expression Scale with Four-frame Comics

Tetsuyasu SATO

要 旨

本研究では四コマ漫画を用いた新たな自己表現尺度を用いて、相手と場面によって決定される対人葛藤場面での自己表現、特にアサーティブな自己表現についての状況依存的な要因について検討した。特性の異なる3つの対人葛藤場面での自己表現を検討した結果、大学生では顕在的な自己表現としてアサーティブな行動が選択されている場合にも、内面では消極的な思考や攻撃的な感情を併せ持つ個人内の不一致な自己表現の存在が明らかになった。また、社会人では規範に基づく思考と行動の自己表現が明らかになった。

キーワード：対人葛藤、アサーティブネス、定性的研究

問題と目的

思いやりや配慮、遠慮といった他者を察する文化を持つ日本において、現代の人間関係は希薄になると共に、自他が傷つかないようにするために相手に気持ちや考えが適切に伝えられないことが大きな問題となっている。伊藤（2001）はトレーニングを通して英米との文化的差異を含めた日本におけるアサーション像を提示し、行動表出を前提としている英米とはコミュニケーションのあり方がかなり異なり、「和」を重んじる日本文化では粘り強く歩み寄り、妥協点を見出す姿勢など期待されるアサーティブネスが同じではないことを指摘している。

特に青年期の人間関係では、特定の場面（家族や親しい友人）でしか機能していないコミュ

*助教 臨床心理学

ニケーションや極端に肥大化した社交不安と自己愛の心性が原因と思われる問題が増加している。そうした問題が起因して、他者に対して気持ちや考えを適切に伝えられず、自己表現が機能せず、人間関係を回避するように行動を取る不適応が生じている（佐藤，2003）。例えば教育現場では人間関係を主な原因とする学校不適応やいじめ、学業意欲の喪失などから学業不振や不登校・退学する生徒・学生も増加している。さらに産業界においても職場不適応や過重労働、メンタルヘルスの悪化が問題となっており、人間関係のアセスメントと早急な対応が求められている。

これまで多くのコミュニケーションに関する尺度がアセスメントのツールとして開発されてきた（高橋，2006）が、自己表現のアセスメントでは相手と場面によって表現の適切さが多義的に決定される状況依存的な特長（図1）を有する連続した文脈として理解する必要がある、自己表現の状況が想像しにくい文章のみの質問紙法尺度では限界があることが明らかになった（佐藤，2013）。

佐藤（2003，2013）はアサーティブな自己表現を潜在的な認知面としてのアサーティブ・マインドと顕在的な行動面としてのアサーティブ行動に分け、「自己受容・自己信頼（潜在的）」と「正当な権利主張（顕在的）」、「（依頼や要求を）断る意思の表明（顕在的）」からなる3因子構造を報告している。菅沼（2011）は四コマ漫画による自己表現尺度を開発しているが、これも従来と同様に文章による多肢選択式で回答を求める質問紙法である。

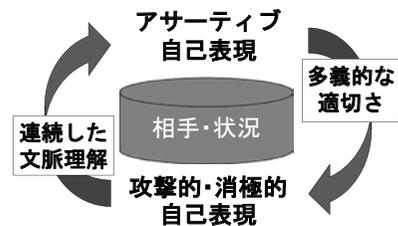


図1 自己表現の状況依存的特長

さらに従来の自己表現の研究では健康なアサーティブネスと不健康な自己表現（攻撃的表現と消極・受身的表現）を一元的な概念として捉え、「アサーティブネスではない表現＝不健康な自己表現」と結論づけてきた。その結果、従来の自己表現尺度によるアセスメントではアサーティブネスと攻撃的な自己表現の識別が困難であること（玉瀬ら，2001；古市，1995）、自己報告式の質問紙では社会的な望ましさや願望、内容の予測が回答に影響を及ぼすこと（濱口，1992；佐藤，2013）が問題となっている。

本研究では四コマ漫画を用いた新たな自己表現尺度の活用について検討する。また、相手と場面によって決定される対人葛藤場面での自己表現、特にアサーティブな自己表現についての状況依存的な要因について、大学生と社会人の差異について明らかにする。

方 法

調査協力者 調査協力に同意をした関東近郊の大学に在籍する大学生 24 名と関東近郊に勤務する社会人 30 名の合計 54 名（男性 21 名，女性 33 名）

調査内容と手続き 菅沼（1994）が作成した尺度から自己表現の場面因子である「意見や考えを主張する場面」「信頼・受容を示す場面」「依頼や要求を断る場面」（佐藤，2013）を表わす四コマ漫画の一つずつ選び出し，1) 思考，2) 行動，3) 感情の三点については自由記述で，4) 主人公の苦痛の程度は Wong & Baker（1988）の Face scale で回答（5 件法）を求めた。

結果と考察

結果の整理として，調査終了後に回答された自己表現の自由記述から上記の研究目的が明確になるように場面別に思考・感情・行動の回答をそれぞれアサーティブネスと非アサーティブネスに評定・分類して，コーディングしながら定性的な分析を行った。

1) 意見や考えを主張する場面の自己表現

大学生の「意見や考えを主張する場面（映画上映中の私語；図 2）」ではアサーティブな表現として，「どのように考えや注意を伝えようか（思考）」，「周りの人に迷惑ですので静かにしてもらえませんか（行動）」という解決に向けた建設的な表現であったが，感情面では「怒り」や「苛立ち」，「呆れ」と言った攻撃的な自己表現のみが表われた。

また，相手に聞こえる声で「うるさい，静かにしろ」や「どこかに行け」と言う攻撃的な行動，「従業員に注意を依頼する」や「注意したいができないので黙っている」という消極的な行動が非アサーティブな自己表現として分類された。

一方，社会人では問題解決に向けた建設的な表現として，「直接的な主張は周囲の迷惑になることから係員を通じて注意を伝える（行動）」，「楽しみにしていたのに残念だ（思考）」といった自分と他者を尊重した表現に分類された。また，「運が悪かったと静かになるまで我慢する（思



図 2 意見や考えを主張する場面

考・行動)」という非アサーティブな表現も分類された。

大学生と社会人の自己表現の差異について、評定・分類された回答を集計した結果を表1に示す。 χ^2 検定を用いて人数比率を検討した結果、有意な人数比率の偏りが認められた ($\chi^2=6.13$, $df=2$, $p<.05$)。さらに残差分析の結果からアサーティブな表現に差異が認められた。これらのことから怒りや苛立ちと言った攻撃的な表現や黙ると言った消極的な表現が表われた大学生の反応とアサーティブな表現を表す社会人の反応では大きく異なる結果となった。

表1 意見や考えを主張する場面での自己表現クロス集計

	自己表現			計
	Aggressive	Passive	Assertive	
大学生	8	11	5	24
社会人	7	7	16	30
計	15	18	21	54

2) 信頼・受容を示す場面の自己表現

大学生の「信頼・受容を示す場面（課題の完成困難：図3）」では、「もっと早くからやっておけば良かった、次から気をつけよう（思考）」や「後悔（感情）」と言う表現が分類された。一方で課題完成への「焦りや不安（感情）」を感じているが、「とりあえずやれる所までやろう（思考）、誰かに手伝ってもらおう（行動）」という課題完成への前向きな姿勢がアサーティブな自己表現として表われた。非アサーティブな自己表現には「落ち込み（消極的感情）」や「もう無理だ、寝よう、諦めて遊びに行こう（攻撃的行動）」という自暴自棄な自己表現や「自分への苛立ち（攻撃的感情）」が分類された。

社会人ではアサーティブな表現として、「残り時間で優先順位をつけて作業を行う（行動）」、「諦めずにできるところまで精一杯取り組む（行動）」、「完成しなくてもできたところまで提出する（行動）」が分類された。また大学生でも分類された「手伝ってもらえる上司や仲間を探す（行動）」や「援助を求める（行動）」という課題完成への



図3 信頼・受容を示す場面

前向きな姿勢は社会人でも分類された。しかし、「先方に予め遅れることを謝罪したうえで改めて締め切りの交渉をする（行動）」という表現は社会人のみで分類された。

大学生と社会人の自己表現の差異について、評定・分類された回答を集計した結果を表2に示す。 χ^2 検定を用いて人数比率を検討した結果、大学生と社会人の間に有意な偏りは認められなかった($\chi^2=2.07$, $df=2$, n.s.)。しかし調査対象者全体、大学生、社会人それぞれにおいて、自己表現の差異が認められ、全ての群で攻撃的表現が有意に少なく、アサーティブな表現が有意に多いことが明らかになった(全体: $\chi^2=14.78$, $p<.05$; 大学生: $\chi^2=9.25$, $p<.05$; 社会人: $\chi^2=7.20$, $p<.05$)。社会人では大学生のように後悔と反省の感情は少なく、「もう無理だ、寝よう、諦めて遊びに行こう」という自暴自棄な表現や自分への苛立ちの攻撃的な表現も分類されなかった。

表2 信頼・受容を示す場面での自己表現クロス集計

	自己表現			
	Aggressive	Passive	Assertive	計
大学生	5	4	15	24
社会人	4	10	16	30
計	9	14	31	54

3) 依頼や要求を断る場面の自己表現

大学生の「依頼や要求を断る場面（強引な新聞勧誘：図4）」では、「間に合っています（行動）」「別の新聞を取っています（行動）」「お金がないので無理です（行動）」と適切に要求を断るアサーティブな自己表現の選択が多かった。また、「これも仕事だから大変だなあ（思考）」という同情や「家族と相談して決める（行動）」という決断の遅延表現も見られた。消極的な自己表現としては「申し訳なさ（感情）」、攻撃的な自己表現としては「面倒くさい、不快、迷惑、しつこい、腹が立つ（感情）」、「素っ気なく冷たく接する（行動）」が分類された。

社会人では「結構ですとキッパリ断る（行動）」や「必要ないのでお帰りください（行動）」と大学生でも分類された適切に断る自己表現が最も多く、「必要があればち



図4 依頼や要求を断る場面

らから連絡します（行動）」というアサーティブな提案（自己表現）も分類された。その一方で「粗品をたくさんつけてくれるならば一ヶ月だけ契約して、必要ならば継続、不要ならば解約する（行動）」という Win-Win の関係が分類され、断ることだけが葛藤の解決ではないことが明らかになった。

大学生と社会人の自己表現の差異について、評定・分類された回答を集計した結果を表3に示す。 χ^2 検定を用いて人数比率を検討した結果、有意な偏りが認められた ($\chi^2=6.70$, $df=2$, $p<.05$)。さらに残差分析の結果からアサーティブな表現に差異が認められた。また、社会人においてアサーティブな表現が他の表現よりも有意に多いことが明らかになった。社会人では「嫌悪感や恐怖、苛立ち、(不当な扱いに対する) 悲しみ」が感情の自己表現として分類されたが、大学生に見られた「申し訳なさ (消極的感情)」や「面倒 (攻撃的感情)」, 「素っ気なく冷たく接する (攻撃的行動)」と言った表現は分類されなかった。

表3 依頼や要求を断る場面での自己表現クロス集計

	自己表現			
	Aggressive	Passive	Assertive	計
大学生	10	8	6	24
社会人	6	6	18	30
計	16	14	24	54

ま と め

本研究では四コマ漫画を用いた新たな自己表現尺度を用いて、相手と場面によって決定される対人葛藤場面での自己表現、特にアサーティブな自己表現についての状況依存的な要因について検討した。

特性の異なる3つの対人葛藤場面での自己表現を検討した結果、大学生では顕在的な自己表現としてアサーティブな行動が選択されている場合にも、内面では消極的な思考や攻撃的な感情を併せ持つ個人内の不一致な自己表現の存在が明らかになった。また、社会人では規範に基づく思考と行動の自己表現が明らかになった。

今後は心理的健康について、思考や感情と行動の自己表現不一致の程度との関連も含めた定量的な分析と併せて検討する必要がある。また、アセスメントツールとしての簡便さと妥当性を高めると共に葛藤場面での感情と自己表現後の感情、2つの感情を分けて測定する方法について検討する必要がある。

引用文献

- Alberti, R.E., & Emmons, E.L. (2008). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. San Luis Obispo, California: Impact Publishers, Inc.
- (アルベルティ, R.E. & エモンズ, E.L. 菅沼憲治・ジャレット純子 (訳) (2009). 自己主張トレーニング 改訂新版 東京図書)
- 古市裕一 (1995). 児童用主張性検査の開発 こころの健康, 10, 69-76.
- 濱口佳和 (1992). 挑発場面における児童の社会的認知と応答的行動との関連についての研究 教育心理学研究, 40, 224-231.
- 平木典子 (2008). アサーション・トレーニング—自分も相手も大切に自己表現— 至文堂
- 伊藤弥生 (2001). 日本におけるアサーション像の探索的研究—アサーション・トレーニング参加者の個別面接を土台に— 心理臨床学研究, 19, 410-420.
- Mischel, W 1968 PERSONALITY AND ASSESSMENT (詫摩武俊 1992 パーソナリティの理論 状況主義的アプローチ 誠信書房)
- 佐藤哲康 (2003). Assertive 行動の構造と心的エネルギーの関係 立正大学心理・教育学研究, 1, 25-37.
- 佐藤哲康 (2007). 消極的な対人関係を取る大学生への REBT アプローチを介入に用いたアサーション・ロールプレイング REBT 研究, 1, 29-42.
- 佐藤哲康 (2010). アサーティブネス 菅沼憲治 (編) 現代のエスプリ REBT カウンセリング ぎょうせい pp. 141-152.
- 佐藤哲康 (2013). 大学生のアサーティブな自己表現と文化的自己観 川村学園女子大学研究紀要 24(1), 141-157.
- 菅沼憲治 (1994). アサーティブ行動の構造に関する因子論的研究 千葉商大紀要 31, 19-46.
- 菅沼憲治 (2011). アサーション・トレーニングの効果に関する実証的研究—四コマ漫画形式の心理査定を用いて— 風間書房
- 高橋均 (2006). アサーション尺度の現状と課題 心理臨床学研究, 24, 606-614.
- 玉瀬耕治・馬場弘美 (2003) 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 (奈良教育大学) 12, 43-50.
- 玉瀬耕治・越智敏洋・才能千景・石川昌代 (2001). 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 奈良教育大学紀要, 50, 221-232.
- Wong, D.L. & Baker, C.M. (1988). Pain in children: comparison of assessment scales, *Pediatric Nursing*, 14, 9-17.