

3つの自己表現の比較を通してみたアサーティブな自己表現の特徴

— 教育的介入を目指した4つの変数の比較を通して —

青木多寿子^{*1} ・ 都留 慶^{*2} ・ 安永 和央^{*1}

グローバル化、多様性が拡大する社会では、適切に自己を表現する方法の獲得が重要になるのではなかろうか。本研究では、このアサーティブな自己表現の獲得を促す教育的介入を目指して、3つのタイプの自己表現（攻撃的な自己表現、非主張的な自己表現、アサーティブな自己表現）を比較して、アサーティブな自己表現の特徴を明らかにすることを目指す。先行研究を参考に、これらの自己表現を区別する指標として、評価への敏感さ、被受容感、視点取得、自尊感情を取り上げた。180人の大学生を対象に調査を行い、分析を行った結果、アサーティブな自己表現には視点取得と自尊感情が関係していることが示された。他方で被主張的な自己表現は、評価への敏感さと被受容感との関係が見られた。攻撃的な自己表現は、視点取得との負の関係が見られた。これらの結果から、教育現場で児童生徒が適切に自己表現できるように促すためには、子供の存在を認め、自尊感情を高めること、他者の視点を配慮する意識を育てること、そして、周囲の評価を気にし過ぎないように促すことが重要である可能性が示唆された。

キーワード：アサーティブな自己表現、評価への敏感さ、視点取得、被受容感、自尊感情

I. 問題と目的

社会のグローバル化、多様化が進み、子供を取り巻く環境が教育現場で徐々に変化している。令和4年12月に発表された改訂版の生徒指導提要では、「第Ⅱ部 個別の課題に対する生徒指導」の中に、従来のいじめや不登校に加え、「多様な背景を持つ児童生徒への生徒指導（第13章）」が設けられた。加えて生徒指導の基本姿勢にも変化が見られ、発達支持的生徒指導、つまり、全ての児童生徒の発達を支える指導に重きがおかれるようになった（生徒指導提要、18頁）。これらも現代社会の変化に応じた改定ではなかろうか。

ところで、この多様性の増大を児童生徒の視点でとらえてみるとどうなるだろうか。自分とは少し異なる多様な他者が多い環境では、子供たちは多かれ少なかれ、毎日、何らかの心理的葛藤や小さなストレスを抱えながら集団生活を送るのではなかろうか。これに關し、改訂された生徒指導提要では、「ガイダンスという観点から、学校生活への適応やより良い人間関係の形成、学習活動や進路等における主体的な取組みや選択及び自己の生き方

The Characteristics of Assertive Self-expression Examined Through a Comparison of Three Forms of Self-expression: Using Comparison with the Relationship of Four Variables Aimed at Educational Intervention

*¹ 岡山大学学術研究院教育学域 700-8530 岡山市北区津島中3-1-1, Tazuko AOKI, and Kazuhiro YASUNAGA, Faculty of Education, Okayama University, 3-1-1 Tsushima-naka, Kita-ku, Okayama 700-8530

*² 岡山市立福田小学校 701-0203 岡山市南区古新田 1095, Yoshino TSURU, Okayama Municipal Fukuda Elementary School, 1095 Koshinden, Minami-ku, Okayama 701-0203

に関して、全ての児童生徒に、組織的・計画的に情報提供や説明」(26頁)として、社会性の発達を支援するプログラム(ソーシャル・スキル・トレーニングやソーシャル・エモーショナル・ラーニング等)を実施することも推奨されている。他方で、社会性を支援するプログラムには「あたたかな言葉かけ」「気持ちとのつきあい方」等多くのテーマが含まれ(佐藤・相川, 2005), 全てを実施することは難しい。そこで筆者たちはこれらの中で、周囲の仲間に対して適切な方法で自己表現する力が特に重要であり、これを促す教育が必要不可欠なのではないかと考えた。

まず自己表現とは、自分の気持ちや考えを相手に伝えることである。自己表現は周りの人に自分の事をよく知ってもらうためには自分の考えを伝えることは必須であろう。また、自分の考えや感情を正確に伝えることができると、周りの人とより深い関係を築くことができ、円滑なコミュニケーションをとることが可能になる。そのような自己表現は、3つのタイプに分類することができる(平木, 1993)。それは、非主張的(non-assertive), 攻撃的(aggressive), アサーティブ(assertive)である。本研究では以下、アサーティブをアサーティブな自己表現、非主張的を非主張的な自己表現、攻撃的を、攻撃的な自己表現、と記述する。

以下、平木(1993)の定義に従い、自己表現の3つのタイプについて説明する。

まず、非主張的な自己表現とは、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、自分から自分の言論の自由を踏みにじっているような言動のことである。これは、自分が遠慮し相手を立てて不快にさせまいと配慮することであり、自分のことよりも他者を優先する傾向が見られる自己表現である。この結果、自分の意思がうまく伝わらず、不満やストレスがたまりやすくなると考えられる。

次に、攻撃的な自己表現とは、自分の意見や考え、気持ちをはっきり言うことで自己主張をするが、相手の気持ちは無視あるいは軽視して、結果的に相手に自分を押し付けることになる表現のことだ。自分が正しいかのように言い張り、相手を黙らせようとしたり同意させようとしたりすることもこの攻撃的な自己表現にあたる。この結果、対人関係が悪化しやすく、相手に恐怖や反感を抱かせることがあるとされている。

最後に、アサーティブな自己表現とは、「自分も相手も大事にする」自己表現で、自分の人権である言論の自由のためには自ら立ち上がりうとして、かつ、同時に相手の言論の自由も尊重しようとする態度である。平木(1993)によると、「自分の気持ち、考え、信念などを正直に、率直に、その場にふさわしい方法で表現し、相手も同じように発言することを奨励しようとする態度」である。さらにこの自己表現には歩み寄りの精神があり、多少時間はかかるても、お互いを大切にしあったという気持ちが残るとしている。さらに、話し合いのプロセスでは、より豊かな創意や工夫が生み出され、満足のいく妥協案を探し出せる可能性があると述べている。

3つのタイプに分けて考えると、非主張的な自己表現では、自分自身にストレスがたまったり、攻撃的な自己表現では相手を不快にさせてしまったりする。そして他者とよりよいコミュニケーションをとるために、「自分も相手も大切にする」ことを基本とするアサーティブな自己表現が必要であり、この方法は、グローバルな社会、多様性が豊かな時代で自分らしい生き方を創ってゆく一助となるのではなかろうか。つまり、発達指示的生徒指導の1つとなると言えるだろう。では、アサーティブな自己表現には、どのような要因

が関わっているのであろうか。これがあきらかになれば、児童生徒達に対してアサーティブな自己表現を促すためにどのような支援すればよいかが明確になると考えた。

アサーティブな自己表現に関わる要因について検討している先行研究は様々ある。例えば、沢崎（2006）は、青年期女子におけるアーサーションと自己受容との関連を検討した。その結果、アーサーションと自己受容の間には正の相関が見られたことから、アサーティブな人ほど自己受容的であることが示された。

また、関口・三浦・岡安（2011）は、大学生におけるアーサーションと対人ストレスの関連性を検討した。結果から、アサーティブな自己表現をしている人は、対人関係における様々なストレス出来事の経験やストレス反応の表出が少ないことが明らかになった。さらに、石川・石隈・濱口（2005）は、他尊感情と自尊感情が自己表現に与える影響について検討した。その結果、アサーティブな自己表現には他尊感情と自尊感情の両方が関連していることが示された。一方、非主張的な自己表現には自尊感情が、攻撃的な自己表現には他尊感情が関連していた。この研究により、アサーティブな自己表現の「自分も相手も大事にした自己表現」という定義が支持される結果となったと言えるだろう。

このようにアサーティブな自己表現に関わる要因についての先行研究は多くある。その中で本研究では、アサーティブになれない要因について検討している玉瀬・越智・才能・石川（2001）の研究に注目した。この研究では、自己の周囲の状況を気にする日本人一般の傾向がアサーティブになれない自己意識と関係しているとの仮説を検証するため、公的自己意識（菅原, 1984; 1988）に着目して関連を検討した。しかしこれらには期待したほどの相関が見られなかった。そこで本研究では、アサーティブになれない要因について、次のように考えた。

まず、公的自己意識とは自分の容姿やしぐさに注意を向けやすい性格特性であることを考えると、アサーティブになれないのは容姿やしぐさの評価ではなく、行動や考え方への周囲からの評価や、周りからの受容感が関わってのではないかと考えられる。そこで本研究では、公的自己意識ではなく、従来あまり検討されていない「評価への敏感さ」と「被受容感」を採用することとした。次に玉瀬ら（2001）の研究ではアサーティブな自己表現についての特徴だけを検討している。しかし前述のように、自己表現には、アサーティブのほか非主張的な自己表現、攻撃的な自己表現がある。このことを考えると、3つの自己表現を比較することで、よりアサーティブな自己表現の特徴が明確になると考えた。

この3つの自己表現を比較するに際して、これらの違いが最も明確になる要因として先行研究から、視点取得と自尊感情を想定した。まず視点取得については、非行少年において、視点取得能力が高いほどアサーティブな自己表現傾向が高いことが安藤（2013）の研究により示されている。視点取得能力とは、自他の視点の違いを認識し、他者の立場から他者の欲求や感情、思考や意図などを推し量り、社会的な観点で判断する能力であるとされている（安藤, 2013）。この視点取得能力は、誰においても自分も相手も大切にするアサーティブな自己表現に深く関わるのではなかろうか。

また、自尊感情については児童において、アサーティブな表現をする人は自尊感情が高いことが山根（2016）によって示されている。ここで、自尊感情について整理しておく。自尊感情は、self-esteem の訳語として広く用いられている。Rosenberg (1965) は、self-esteem を、「自己イメージの中枢的な概念で、1つの特別な対象、すなわち自己に対する肯定的ま

たは否定的な態度」であるとしている。この自尊感情も、アサーティブな自己表現との関連が見られるのではないかと考えた。

以上のことから、評価への敏感さ、被受容感、視点取得、自尊感情を変数として、自己表現の3つのタイプを比較することで、アサーティブな自己表現の特徴を明らかにすることが本研究の目的である。なお、仮説は以下の3つである。

- ① アサーティブな自己表現傾向が高い人は、評価への敏感さの得点が低く、被受容感・視点取得・自尊感情の得点が高い。
- ② 非主張的な自己表現傾向が高い人は、評価への敏感さ・視点取得が高く、被受容感・自尊感情の得点が低い。
- ③ 攻撃的な自己表現傾向が高い人は、評価への敏感さ・視点取得の得点が低く、被受容感・自尊感情の得点が高い。

II. 方法

1. 調査方法

無記名のアンケートを作成し、対面調査を実施した。具体的には、アンケート用紙を講義中に配布したほか、サークル活動の場で個別に配布した。またアンケート用紙はその場で調査者が回収した。

参加者は岡山県内に住む大学生を対象とし、180名（男性55名、女性122名、無記名3名）であった。調査時期は2024年10月であった。

2. 倫理的配慮

調査の実施にあたり、アンケートの冒頭にアンケートは無記名で個人が特定されないと、回答結果は研究以外の目的では使用しないこと、大学の講義の成績等には関係しないこと等を明記した。さらに口答でこれらについて説明をした上で、参加は任意であること、途中で止めて構わぬこと等を説明した。これらの説明終了後、アンケート結果を研究に使うことについて「承諾する」か否かを表明する欄を設け、インフォームド・コンセントを確認した。

3. 質問紙の構成

1) 自己表現 (Table 1)

内山（2020）の自己表現尺度の全20項目を採用した。回答は「5:とても当てはまる」「4:やや当てはまる」「3:どちらともいえない」「2:あまり当てはまらない」「1:全く当てはまらない」の5件法で回答を求めた。下位因子は、アサーティブな自己表現、非主張的な自己表現、攻撃的な自己表現の3つである。

Table 1
自己表現の3つのタイプ

アサーティブな自己表現

1. どんな場面でも、互いの意見を尊重するように心がけている。
2. 言いたい事を言うときには、友達の話もよく聞くよう心がける。
3. 自分の意見だけでなく、友達の意見についても理解しようとする。
4. 自分の意見も友達の意見も尊重する。
5. 意見が異なる場合は十分話し合う。
6. 言いたいことを言うときには、その影響も考える。
7. 意見が合わないとき、お互い納得が得られるような新たなアイデアを提案する。

非主張的自己表現

8. 無理なお願いでも断れない。
9. 自分が忙しいとき用事を頼まれても断れない。
10. 友達からの頼み事は断りにくい。
11. 自分が忙しくても友達の要求には応える。
12. 自分より友達の意見を優先する。
13. 「イヤだ」と言うのが難しいときがある。

攻撃的な自己表現

14. 周囲を気にせず、思ったままに表現するようにしている。
15. 話し合いでは、友達の意見を聞かずに自分の意見を押し通す。
16. 発言するときは、思ったままを率直に表現する。
17. 友達が何と言おうと、自分の意見を言い切る。
18. 自分の意見は大きな声で主張する。
19. 友達を傷つけても、ありのままの自分の言葉で表現したい。

2) 評価への敏感さ (Table 2)

三浦・吉田（2011）の「自己愛傾向尺度」の下位因子のうち「評価への敏感さ」の全6項目を採用した。回答は「5:よく当てはまる」「4:やや当てはまる」「3:どちらともいえない」「2:あまり当てはまらない」「1:全く当てはまらない」の5件法で回答を求めた。

3) 被受容感 (Table 3)

杉山・坂本（2006）の被受容感尺度の全8項目を採用した。回答は「5:よく当てはまる」「4:やや当てはまる」「3:どちらともいえない」「2:あまり当てはまらない」「1:全く当てはまらない」の5件法で回答を求めた。

Table 2
評価への敏感さ

1. 周囲の人の様子をいつもうかがってしまう。
2. 他人が自分に対して、悪口を言ったり批判をしたりしていないかとても気になる。
3. 批判を受けないように、引っ込み思案になる。
4. 他人が自分に対して、どのような反応をするかとても気になる。
5. ちょっとした批判でもすぐ傷ついてしまう。
6. 他人に間違いや欠点を指摘されると、自分のすべてが否定されたように感じる。

Table 3
被受容感

1. 私は理解されている。
2. 私はたいていの人に応えてもらえる。
3. 私はたいていの場で認められている。
4. 私はたいてい受け容れられている。
5. 私は人並みには大切にされている。
6. 私は信頼されている。
7. 私が行くと喜ばれる場がある。
8. だれか私に優しくしてくれる人がいる。

4) 視点取得 (Table 4)

鈴木・木野 (2008) の「多次元共感性尺度」の下位因子のうち「視点取得」の全 5 項目を採用した。回答は「5:よく当てはまる」「4:やや当てはまる」「3:どちらともいえない」「2:あまり当てはまらない」「1:全く当てはまらない」の 5 件法で回答を求めた。

Table 4
視点取得

-
1. 自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのかを分かろうとする。
 2. 人と対立しても、相手の立場に立つ努力をする。
 3. その人が何を言いたいのかを考えながら人の話を聞く。
 4. 常に人の立場に立って、相手を理解するようにしている。
 5. 相手を批判するときは、相手の立場を考えることができない。
-

5) 自尊感情 (Table 5)

桜井 (2000) の自尊感情尺度の全 10 項目を採用した。回答は「4:はい」「3:どちらかと言えばはい」「2:どちらかと言えばいいえ」「1:いいえ」の 4 件法で回答を求めた。

Table 5
自尊感情

-
1. 自分に満足している。
 2. 自分がだめな人間だと思う。
 3. 自分に見どころがあると思う。
 4. 私はたいていの人がやれる程度には物事ができる。
 5. 私には得意に思うことがない。
 6. 自分は役立たずだと感じる。
 7. 自分は、少なくとも他人と同じくらいの価値のある人間だと思う。
 8. もう少し自分を尊敬できたらと思う。
 9. 自分を失敗者だと思いがちである。
 10. 私は自分に対して、前向きの態度をとっている。
-

III. 結果

1. 結果の処理

分析対象者は、欠損のあった 14 名を除いたため、166 名であった。加えて、視点取得尺度の α 係数が .657 と信頼性が低かったので、「5. 相手を批判するときは、相手の立場を考えることができない。」の項目を除いたものとした。

それぞれの尺度の信頼性について検討を行ったところ、全ての尺度で一定程度の信頼性が確認できたため、各尺度の平均得点を各尺度得点とした。各尺度の記述統計量を Table 6 に、各尺度間の相関を Table 7 に示す。

さらに、各変数の男女差について t 検定を行ったところ、攻撃的な自己表現と自尊感情にのみ有意差が見られた。結果を Table 8 に示す。

Table 6
各尺度の記述統計量

	平均値	SD	α 係数
アサーティブな自己表現	4.30	0.48	.721
非主張的な自己表現	3.41	0.91	.866
攻撃的な自己表現	2.47	0.79	.812
評価への敏感さ	3.59	1.02	.849
被受容感	4.04	0.52	.861
視点取得	4.28	0.60	.811
自尊感情	2.87	0.56	.871

Table 7
各尺度間の相関

	1	2	3	4	5	6	7
1.アサーティブな自己表現							
2.非主張的な自己表現	.049						
3.攻撃的な自己表現	.044	-.224**					
4.評価への敏感さ	-.033	.538***	-.180*				
5.被受容感	.311***	-.034	.199*	-.258***			
6.視点取得	.527***	.085	-.131	.098	.275***		
7.自尊感情	.254***	-.334***	.251**	-.566***	.570***	-.052	

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

Table 7 からアサーティブな自己表現と非主張的な自己表現、攻撃的な自己表現には相関がないことがわかった。さらに、非主張的な自己表現と攻撃的な自己表現には有意な負の相関が見られた。このことから、3つの自己表現の尺度には違いがあり、それぞれの特徴をとらえている尺度と言えるのではなかろうか。

また、アサーティブな自己表現と被受容感、視点取得、自尊感情には有意な正の相関があることがわかった。非主張的な自己表現と評価への敏感さには有意な正の相関が、自尊感情には有意な負の相関があることがわかった。攻撃的な自己表現と被受容感、自尊感情には有意な正の相関が、評価への敏感さには、負の相関があることがわかった。この結果から、仮説①②③は部分的に支持された。

Table 8
各変数の男女差の t 検定

		度数	平均値	SD	t 値	p 値
攻撃的な自己表現	男子	52	2.72	0.78	2.81	.006
	女子	114	2.36	0.77		
自尊感情	男子	52	2.99	0.54	1.99	.049
	女子	114	2.81	0.57		

Table 8 の結果から攻撃的な自己表現と自尊感情にのみ男女差が認められた。攻撃的な自己表現と自尊感情ともに、男子の方が女子より平均値が高い結果となった。また、男女差

は出たものの、男性の人数が女性に比べて少ないことから、以下の分析からは男女合わせた数値を使用した。

2. 自己表現の3つのタイプの特徴

評価への敏感さ、被受容感、視点取得、自尊感情が、自己表現の3つのタイプそれぞれをどの程度予測するかについて検討するために重回帰分析を実施した。重回帰分析の結果をTable 9に示す。また、視覚的な理解のしやすさを考え、自己表現のタイプごとの結果もFigure 1(従属変数:アサーティブな自己表現), Figure 2(従属変数:非主張的な自己表現), Figure 3(従属変数:攻撃的な自己表現)に示す。VIFの値から多重共線性は生じていないと考えられる。

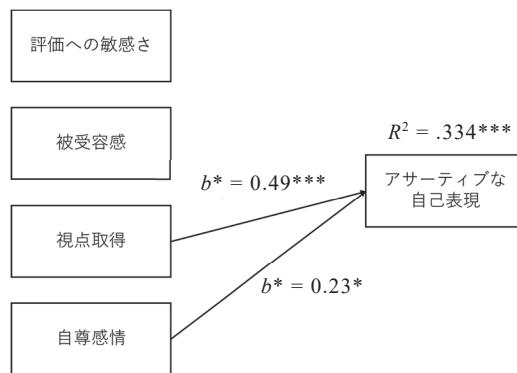
1) アサーティブな自己表現

評価への敏感さ、被受容感、視点取得、自尊感情を独立変数、アサーティブな自己表現を従属変数とする重回帰分析を実施した($R^2 = .334, F(4,165) = 20.19, p < .001$)。その結果、視点取得($b^* = 0.49$)と自尊感情($b^* = 0.23$)が統計的に有意であった(Figure 1)。この結果は、評価への敏感さと被受容感、自尊感情を特定の値に固定したとき、視点取得の標準得点が1高くなれば、アサーティブな自己表現の標準得点が平均して0.49高くなることを示している。また、自尊感情以外の変数を特定の値に固定したとき、自尊感情の標準得点が1高くなれば、アサーティブな自己表現の標準得点が平均して0.23高くなることを示している。各変数の標準偏回帰係数の値から、アサーティブな自己表現の予測において、視点取得が最も大きく寄与すると考えられる。

視点取得と自尊感情はいずれも自分自身の能力や、気持ちの面が強い。アサーティブな自己表現ができるためには、自分自身に焦点を当てることが必要なことが示唆される。

Figure 1

重回帰分析の結果(従属変数:アサーティブな自己表現)



注) b^* は標準偏回帰係数を示す。統計的に有意な値のみを示し、独立変数間の相関のパスとアサーティブな自己表現の残差(誤差)は省略した。

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

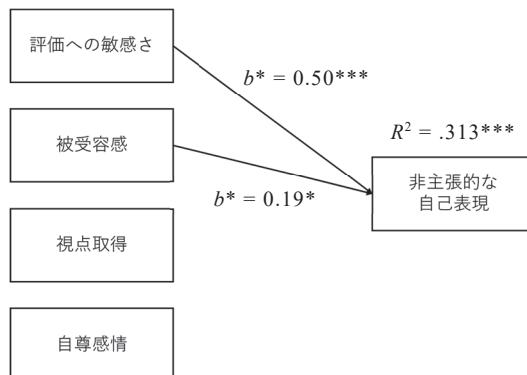
2) 非主張的な自己表現

評価への敏感さ、被受容感、視点取得、自尊感情を独立変数、非主張的な自己表現を従属変数とする重回帰分析を実施した($R^2 = .313, F(4,165) = 10.68, p < .001$)。その結果、

評価への敏感さ ($b^* = 0.50$) と被受容感 ($b^* = 0.19$) が統計的に有意であった (Figure 2)。この結果は、被受容感と視点取得、自尊感情を特定の値に固定したとき、評価への敏感さの標準得点が 1 高くなれば、非主張的な自己表現の標準得点が平均して 0.50 高くなることを示している。また、被受容感以外の変数を特定の値に固定したとき、被受容感の標準得点が 1 高くなれば、非主張的な自己表現の標準得点が平均して 0.19 高くなることを示している。このことから、非主張的な自己表現には評価への敏感さと被受容感が関わっていることが示された。各変数の標準偏回帰係数の値から、非主張的な自己表現の予測において、評価への敏感さが最も大きく寄与すると考えられる。

アサーティブな自己表現とは逆に、評価への敏感さと被受容感からパスが出ていることから、非主張的な自己表現な人は他者に焦点が当てられていることが示唆される。また、被受容感の b^* の値が低いことから、周囲に少し受け入れられていると感じるがために、さらに受け入れられようとしてしまい、周囲からの評価に敏感になるのではなかろうか。

Figure 2
重回帰分析の結果（従属変数：非主張的な自己表現）



注) b^* は標準偏回帰係数を示す。統計的に有意な値のみを示し、独立変数間の相関のパスと非主張的な自己表現の残差（誤差）は省略した。

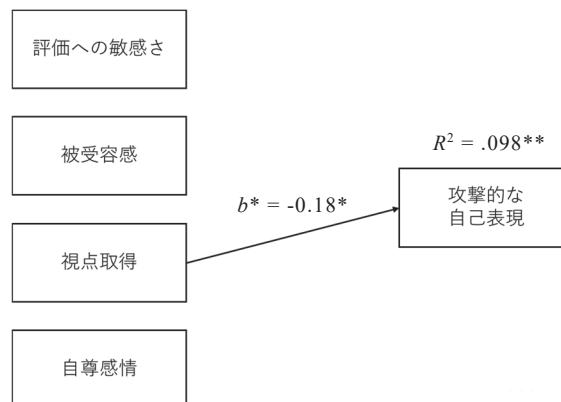
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

3) 攻撃的な自己表現

評価への敏感さ、被受容感、視点取得、自尊感情を独立変数、攻撃的な自己表現を従属変数とする重回帰分析を実施した ($R^2 = .098$, $F(4,165) = 4.39$, $p = .002$)。その結果、視点取得 ($b^* = -0.18$) が統計的に有意であった (Figure 3)。この結果は、評価への敏感さと被受容感、自尊感情を特定の値に固定したとき、視点取得の標準得点が 1 高くなれば、攻撃的な自己表現の標準得点が平均して 0.18 低くなることを示している。

アサーティブな自己表現には視点取得が正の値を示していたことに対し、攻撃的な自己表現では視点取得が負の値を示していた。この 2 つの決定的な違いなのではなかろうか。

Figure 3
重回帰分析の結果（従属変数：攻撃的な自己表現）



注) b^* は標準偏回帰係数を示す。統計的に有意な値のみを示し、独立変数間の相関のパスと攻撃的な自己表現の残差（誤差）は省略した。

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

Table 9
重回帰分析の結果

		b	b^*	t 値	有意確率	VIF
アサーティブな自己表現	評価への敏感さ	0.03	0.07	0.82	.411	1.51
	被受容感	0.06	0.06	0.74	.461	1.63
	視点取得	0.40	0.49	7.22	< .001	1.12
	自尊感情	0.20	0.23	2.50	.014	2.06
非主張的な自己表現	評価への敏感さ	0.44	0.50	6.19	< .001	1.51
	被受容感	0.33	0.19	2.23	.027	1.63
	視点取得	-0.01	-0.01	-0.09	.926	1.12
	自尊感情	-0.26	-0.16	-1.69	.092	2.06
攻撃的な自己表現	評価への敏感さ	-0.03	-0.04	-0.40	.687	1.51
	被受容感	0.23	0.15	1.57	.119	1.63
	視点取得	-0.23	-0.18	-2.23	.027	1.12
	自尊感情	0.22	0.15	1.44	.153	2.06

注) b は偏回帰係数, b^* は標準偏回帰係数を示す。

3. 個人のタイプ別分類

重回帰分析では個人がどのタイプかは分類できない。そこで個人がどのタイプかのパターン分けを行った。

1) 結果の処理

個人間において自己主張の3つのタイプの平均値を算出し、最も値が高かったタイプを個人のタイプとした。2つまたは3つのタイプで平均値が同じ場合分析の対象から削除した。その結果、分析対象者は160名（アサーティブな自己表現128名、非主張的な自己表

現 30 名, 攻撃的な自己表現 2 名) であった。攻撃的タイプは 2 名と極端に人数が少なかつたため以後の分析の対象には加えなかった。

2) 自己表現の 3 つのタイプの特徴

3 種の自己表現を区別する 4 つの変数において対応のない *t* 検定を行った結果, 評価への敏感さ, 被受容感, 自尊感情においてアサーティブな自己表現と非主張的な自己表現に有意差が見られた。結果を Table 10 に示す。

特に評価への敏感さにおいて, 非主張的な自己表現タイプの方がアサーティブな自己表現タイプより平均値が大幅に高いことがわかった。

この結果から, アサーティブな自己表現と非主張的な自己表現の違いは, 評価への敏感さと自尊感情の高低であることが示された。

Table 10
タイプ別の記述統計量と *t* 検定

		度数	平均値	SD	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値
評価への敏感さ	アサーティブタイプ	128	3.42	1.03	4.27	< .001
	非主張的タイプ	30	4.27	0.73		
被受容感	アサーティブタイプ	128	4.08	0.54	2.21	.029
	非主張的タイプ	30	3.85	0.41		
視点取得	アサーティブタイプ	128	4.31	0.56	1.35	.178
	非主張的タイプ	30	4.15	0.64		
自尊感情	アサーティブタイプ	128	2.97	0.53	5.13	< .001
	非主張的タイプ	30	2.42	0.51		

IV. 考察

本研究では児童生徒にアサーティブな自己表現を促す支援をするために, アサーティブな自己表現の特徴を明確にすることであった。仮説は以下のとおりである。

①アサーティブな自己表現傾向が高い人は, 評価への敏感さの得点が低く, 被受容感・視点取得・自尊感情の得点が高い。

②非主張的な自己表現傾向が高い人は, 評価への敏感さ・視点取得が高く, 被受容感・自尊感情の得点が低い。

③攻撃的な自己表現傾向が高い人は, 評価への敏感さ・視点取得の得点が低く, 被受容感・自尊感情の得点が高い。

仮説①に関して, Figure 1 より, 当該変数以外の変数を特定の値に固定したときの視点取得, および, 自尊感情がアサーティブな自己表現を予測することが明らかとなった。標準偏回帰係数の値から, アサーティブな自己表現の予測において, 視点取得が最も大きく寄与すると考えられることから, アサーティブな自己表現ができるためには相手の気持ちを考慮し, 理解する能力が必要であることが推察された。

仮説②に関して, Figure 2 より, 当該変数以外の変数を特定の値に固定したときの評価への敏感さと被受容感が非主張的な自己表現を予測することが明らかになった。標準偏回帰係数の値から, 非主張的な自己表現の予測において, 評価への敏感さが最も大きく寄与

すると考えられることから、周囲からの評価を過度に気にすることが非主張的な自己表現につながることが示唆された。

仮説③に関して、Figure 3 より、視点取得以外の変数を特定の値に固定したときの視点取得が攻撃的な自己表現を予測することが明らかとなった。

本研究では、アサーティブな自己表現ができない要因として、公的自己意識では期待されたほどの関係が確認できなかったことから（玉瀬・越智・才能・石川, 2001），公的自己意識ではなく、評価への敏感さを採用したところ、非主張的な自己表現と強い正の関連を示した。このことから、日本人がアサーティブな自己表現をしにくい要因として、自己の周囲の状況を過度に気にする傾向があることが示唆された。

以上のように、4種類の変数を用いて特徴を3つの自己表現の特徴を分析した結果、それぞれの特徴をかなり明確に区別することができた。

加えて個人をタイプ別に分類した際、分析対象者160名のうち、最も多かったのはアサーティブな自己表現を行うタイプであった。しかし、非主張的な自己表現を行う者は30名、攻撃的な自己表現を行う者は2名と、少数ではあるものの存在した。大学生を対象としたこの結果から、人は成長とともにすべての人がアサーティブな自己表現ができるようになるわけではないことが示唆される。このことから、アサーティブな自己表現を促す教育は必要だと考えられる。早い段階から取り組む方が効果的であると予想できるため、教育に関わる大人は、小学校段階からアサーティブな自己表現を促進する取り組みを意識する必要があるだろう。

ここでアサーティブな自己表現を促す教育とはどのようなものであろうか。本研究の結果を学校現場に応用するなら、それは、子供たちの自尊感情を高め、周りの友達や仲間の気持ちを考えることができる力をつけるような教育や学級作りをすることが一つの方法であろう。加えて非主張的な自己表現傾向が見える児童には、周囲からの評価を気にしないようになる工夫や指導も不可欠であろう。人数は少ないものの、攻撃的な自己表現傾向が強い学生もいたことから、攻撃的な自己表現が見られる場合は、視点取得能力の育成に力を入れることが有効だと考えられる。

最後に本研究の限界点を述べる。まず、本稿での大学生での調査が児童生徒に適応できるのかを必要があるだろう。加えて個人がどの自己主張のタイプかを分類した際に、非主張的な自己表現と攻撃的な自己表現に分類される人の数が少なかった点も限界点として挙げられる。これは、教員を目指す人が多い教育学部の学生が調査対象者の多くを占めていることが一つの要因だと考える。そのため文系理系問わず幅広くアンケートをもう少し人数の偏りが修正できた可能性はぬぐえない。また、本研究では攻撃的な自己表現で男女差が出たが、性別を考慮せずに分析を行った。今後の研究では、男性の人数を増やすとより攻撃的な自己表現についてもその特徴が明確になり、それに対応する教育への示唆が得られるのではないかと考える。

付記 この論文は、第二著者が提出した卒業論文（2024年度）を主指導の第一著者と副指導の第三著者で加筆修正したものである。

引用文献

- 安藤有美(2013). 非行少年における視点取得能力向上プログラムの介入効果—視点取得能力と自己表現スタイルの先行との関連— 教育心理学研究, 61, 181-192.
- 平木典子(1993). アサーション・トレーニング—さわやかな〈自己表現〉のために— 金子書房
- 平木典子(2012). アサーション入門—自分も相手も大切にする自己表現法 講談社
- 石川満佐育・石隈利紀・濱口佳和(2005). 田孫感情と自尊感情が自己表現に与える影響 筑波大学心理学研究 29, 89-97.
- 三浦絵美・吉田富二雄(2011). 新たな自己愛傾向尺度の作成と妥当性の検討—過去の経験との関連を通して— 筑波大学心理学研究, 41, 25-32.
- 文部科学省(2022). 生徒指導提要
- Rosenberg, M.(1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- 桜井茂男(2000). ローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版の検討 筑波大学発達臨床心理学研究, 12, 65-71.
- 佐藤正二・相川充(2005). 実践！ソーシャルスキル教育 図書文化
- 沢崎達夫(2006). 青年期女子におけるアサーションと攻撃性泳に自己受容との関係 目白大学心理学研究, 2, 1-12.
- 関口奈保美・三浦正江・岡安孝弘(2011). 大学生におけるアサーションと対人ストレスの関連性：自己表現の3タイプに着目して ストレス科学研究, 26, 40-47.
- 菅原健介(1989). 自己意識尺度(Self-consciousness)日本語版作成の試み 心理学研究, 55, 1854-188.
- 菅原健介(1988). 退陣不安研究における公的自己意識の意義について 東京都立大学人文学報, 196, 103-116.
- 杉山崇・坂本真土(2006). 抑うつと対人関係要因の研究：被受容感・被拒絶感尺度の作成と抑うつの自己認知過程の検討 健康心理学研究, 19, 1-10.
- 鈴木有美・木野和代(2008). 多次元共感性尺度 (MES) の作成 教育心理学研究, 56, 487-497.
- 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.
- 内山有美(2020). 自己表現尺度の作成及び信頼性と妥当性の検討 パーソナリティ研究, 28, 247-249.
- 山根由梨(2016). 児童のアサーションと自尊感情との関連 島根大学教育臨床総合研究, 15, 107-121.