

大学生のコミュニケーションにおけるアサーティブ・スキルの有効性 - 大学生の男女に対するインタビュー調査を通して -

長谷川 瑞穂

「assertiveness(アサーティブネス)」とは、相手に配慮しながらも自分の気持ちを率直に伝えるためのコミュニケーションの方法論である。アメリカの心理学から始まった方法論であるが、近年は日本においても耳にすることが多くなった。特に、教育・社会・医療の分野で注目されており、対人関係を改善するためのスキルとして研修やカウンセリングに取り入れられている。私自身、アサーティブネスが提唱する考え方のうち、自分の気持ちを抑えることなく相手に伝えられるという点に魅力を感じていた。しかし、アサーティブ・スキルはもともとアメリカで生まれた方法論であり、できる限り対立を避けて通るといわれる日本の文化には受け入れづらい側面を持っているのではないかという疑問も生まれてきた。本研究では、大学生が普段行っているコミュニケーションにおいて、とくに断りと指摘の場面に焦点をあて、大学生のコミュニケーションにおいて、アサーティブ・スキルを取り入れることを学生一人一人がどう考えるか、それは学生たちが普段行っているコミュニケーションとどのように異なるのかを明らかにするために、質的調査を行い、日本の学生にとってのアサーティブ・スキルの有効性を考察する。

本研究では、男子学生4名、女子学生4名の合計8名を対象としたインタビュー調査を行った。得られたデータについて、コーディング、カテゴリー化の作業を施し、アサーティブ・スキルを取り入れることについて大学生が抱く感情と、その心理的な背景を探った。

インタビュー調査を分析した結果、できる限り対立を避けて通るといって日本人大学生の特徴とされる姿は本研究でも確認できたが、対立を避けようとする相手や避け方、対立を避けようとする心理については、一人ひとり差があることが分かった。また、対象者が自分のコミュニケーションの現状をどのように捉え、どうありたいと考えているかについてもさまざまな考えが見られた。これらの心理的な背景が、アサーティブ・スキルを日常のコミュニケーションに取り入れることについての意見に影響していると考えられる。

分析の結果から、アサーティブ・スキルは大学生のコミュニケーションにおいて積極的に取り入れることが望ましい場合とそうでない場合があり、それはさまざまな考えを持つ個人によって差があることが見えてきた。大学生に対してアサーティブ・スキルを用いた援助を行う際には、まずは個人が人間関係の対立を避けることについてどのように考えているのか、その個人差を考慮する必要があると考える。最後に、大学生に対するアサーション援助がより発展するための方法について、考察を行った。

(指導教員 武者小路澄子)