# 看護系女子大学生の友人関係における自己表明に関係する心理的要因

渡邉久美 *　山下亜矢子 *　桐野匡史 **

**要旨**　近年、アサーションの概念が注目されている。看護基礎教育においては、学生が自己表明力を養うことができるような意識づけが重要と考える。本研究は、看護系女子大学生の友人関係における自己表明力とそれに関係する心理的要因を明らかにすることを目的とした。調査は、無記名自記式の質問紙調査とし、A 看護系女子大学生 169 名を対象とした。調査内容は、対象者の学年、柴橋による自己表明尺度およびアサーションの心理的要因尺度、Rosenberg の自尊心尺度、その他独自の質問項目とした。その結果、163 名（回収率 96.4％）から回答を得た。看護学生の自己表明得点は、学年による差はなく、一般大学生と比して低い傾向にあった。統計解析では、「リラックス」、「相手に気配りした表現」、「安心感」、「配慮・熟慮」、「率直さへの肯定感」、「スキル不安」、「支配欲求」、「自尊心」を独立変数、「自己表明」を従属変数とする重回帰分析を行った。同様の方法により、「自己表明」の４つの下位尺度毎に分析を行った。その結果、自己表明尺度の合計得点には、「率直さへの肯定感（$\beta$ =.458）」、「スキル不安（$\beta$ = － .338）」、「配慮・熟慮（$\beta$ = － .184）」が有意な関連を示した（$R^2$=.417、調整済み $R^2$=.406）。このことから、自己表明力を育むために、「率直さへの肯定感」を持ち、自分の考えや気持ちを明確に意識化することで「スキル不安」を軽減していくこと、また、日頃の相手への気配りが患者の接遇につながることを意識し、「配慮・熟慮」できる力を養う必要性が示された。

**キーワード：**コミュニケーションスキル、アサーション、自尊心、対人関係

## Ⅰ．緒言

看護職には、そのキャリア形成とともに、生涯にわたりコミュニケーション力を養い続けることが課せられている。看護職に必要なコミュニケーション力について、山脇ら（2011）は「人間関係を成立・発展させ、信頼関係を形成し、自己の成長を果たしていく能力」と定義している。対象との信頼関係を形成し、自己成長を果たすコミュニケーション力を育成する出発点として、基礎看護教育の果たすべき役割は大きい。

看護におけるコミュニケーションの対象は、第一に患者や家族であり、共感や傾聴などの支持的対応を基本としながら患者－看護師関係を発展させていく。しかし、時に、看護師自身が患者との関わりの中で陰性感情を抱き、良好な相互作用に至らない場合がある。このようなとき、看護師の感情を抑圧したまま関わり続けることは、患者、看護師の双方に不利益をもたらす可能性があり、患者との関わりで抱く思いや感情をその場に応じた方法で率直に患者に伝えることで、関係性の発展につなげることがある。例えば、攻撃的な言動をとる患者に対して、恐怖や陰性感情をもったまま距離を置いていた看護師が、患者に看護師の意見や思いを患者に伝えることで陰性感情や関わりにくさが減少し、余裕をもって患者に関わることができた（佐々木、2009）との報告がなされている。

このような自己表現のあり方は、近年、アサーションという概念として注目されている。アサーションは、日本語では自己主張や主張性と訳されることがあるが、適切な訳語がなく、そのまま用いることも多い。平木（2009）はアサーションの意味を「互いに率直に、素直に、正直に自分の気持ちや考え、信念などを正直に、自分の気持ちや考えを伝え合い、聴き合うこと」としている。このようなアサーティブなコミュニケーションスキルは、患者との援助関係の発展はもとより、看護をとりまく

*岡山県立大学保健福祉学部看護学科　〒719-1197　岡山県総社市窪木111
**岡山県立大学保健福祉学部保健福祉学科　〒719-1197　岡山県総社市窪木111

さまざまな環境での活用が期待される。チーム医療において協調性の重要性は言うまでもないが、よりよい患者ケアや多職種連携の促進のために、看護師の意見や考えを率直に表現していく必要もある。また、コミュニケーションは看護師のストレス対処行動として挙げられるものの（加藤他、2007）、一方では職場の人間関係がストレス源となりうるため、メンタルヘルスの観点からの重要性も高いといえる。既に、看護基礎教育にアサーションに関するトレーニングが取り入れられ（高山他、2012、西山、2009）、学生自身が役立ったとする感想などが報告されており（吉田他、2012、古谷他、2008）、今後、看護学生のアサーションスキルを定量的に評価していくことも期待される。

先行研究において、アサーションは自他尊重に基づく自己表現であることから、柴橋（2001）は平木（1993）の定義に基づき、「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の２側面から捉えて調査を行っている。この前者の「自己表明」は、主張性における率直な自己表現を言語的な表現に限定する意味で用いられ、アサーションの一側面をなすものである。自己表明の尺度は「限界・喜びの表明」、「意見の表明」、「不満・欲求の表明」、「断りの表明」の４つの下位尺度からなるが、これらは、若者のコミュニケーション能力の低下が指摘される昨今において、人間関係の発展に向けたコミュニケーションの土台として必要であり、アサーション力を高めるためには、まず、友人関係のなかで自己表明力を養うことができるような意識づけが重要であると考える。

これまで自己表明に関する研究は、中高生を対象としたものが多く、自己表明に関係する心理的要因として、率直であることへの肯定的な価値観を持っていることや、友人への安心感などの心理的要因が関連していることが報告されている（柴橋、2004）。しかし、大学生や看護系大学生を対象とした研究は少なく、看護におけるコミュニケーションスキルのひとつとして自己表明を取り入れていくためには、看護系大学の学生の自己表明の現状と、関係する心理的要因を明らかにする必要がある。なお、先行研究では、女子において友人の行動に不満を言葉で伝えることが少ないなどの性差が報告されている（新見他、2004、柴橋、2001）。本研究ではこれらの知見を踏まえ、対象を女子に限定した。

以上より、本研究は、看護系女子大学生の友人関係における自己表明とそれに関係する心理的要因を明らかにすることを目的とした。

## Ⅱ．研究方法

### １．本研究の概念枠組み

本研究は、「自己表明」を従属変数として、看護系女子大学生の自己表明に関係する心理的要因を明らかにすることを目的とした。自己表明は、アサーション概念の構成要素であり、アサーションは、主にアメリカにおいて発展してきたため、相手への配慮や気配りを重んじる日本との文化的差異を考慮する必要がある。アサーションの定義を概観した用松（2004）は、アサーションには「自己尊重」と「他者尊重」という２つの軸があり、先行研究では他者尊重の視点を重視した研究が少ないことを指摘している。本研究では、他者尊重の視点を重視した柴橋による自己表明尺度を採用した。

これまで、自己表明に関係する心理的要因として、最も検討されているものは対人不安であるとされている（用松、2004）。しかしながら、本研究対象である看護系女子大学生への教育的なかかわりを想定した場合、学生の対人不安への集団アプローチの実施は難しいため、本研究では、対人不安が影響すると推測される友人との会話時の状態を、「リラックスしたコミュニケーション」、「相手に気配りした表現」とする２項目の主観的評価を尋ねた。また、柴橋（2004）は、自己表明に関係する心理的要因として、「安心感」、「友人への配慮・熟慮」、「率直さへの肯定感」、「スキル不安」、「支配欲求」からなる因子を見出した。これらの個人の心理的要因は、中高生の自己表明との関連が報告されていることから、本研究でもこのアサーションの心理的要因の尺度を用いることとした。

さらに、アサーションは自尊心との関連についても調査がなされ、アサーションと有意な正の相関を示すことが明らかにされている（Rogers&Petrie, 2001）。自尊心とアサーションの因果関係は、自尊心が高ければアサーションをするようになり、アサーションをすることで自尊心が高まるという循環的関係にある（高橋、2006）が、本研究では、「個人に自尊感情があれば自分なりに表現してもいいのだと思いやすい」（園田、2002）との見解に立ち、自尊心を自己表明に関係する心理的要因として取り上げた。

以上、本研究では、自己表明に関係する心理的要因として、会話時の状態の「リラックス」、「相手に気配りした表現」の主観的評価と、アサーションの心理的要因である「安心感」、「友人への配慮・熟慮」、「率直さへの肯定感」、「スキル不安」、「支配欲求」、さらに「自尊心」を独立変数とし、「自己表明」を従属変数とする仮説をたてた。

## ２．対象と期間

A 看護系大学に在籍中の１年生から４年生の女子学生 169 名を対象に、2009 年 10 月に調査を行った。講義後の時間を活用して調査票を配付し、配付後１週間以内を期限として、学内に回収箱を設置し、回収を行った。

倫理的配慮として、対象者に研究の趣旨、協力の任意性、途中撤回の保証、回答を拒否することによる不利益がないこと、プライバシーの厳守を書面および口頭にて説明し、回答をもって同意を得られたものとした。

## ３．調査項目

１）基本属性

基本属性は、学年のみを尋ねた。

２）自己表明尺度

自己表明の測定は、柴橋（2001）が作成した自己表明尺度を使用した。この尺度は、「限界・喜びの表明」、「意見の表明」、「不満・要求の表明」、「断りの表明」の4下位尺度（26項目）で構成されている。

「限界・喜びの表明」は、自己の過ちや能力的限界などの他者への表明と、困っていることなどを隠さず伝える援助要請の表明、および肯定的な感情の表明に関する項目である。質問項目は、“友だちに強く言いすぎて悪かったと思ったときはその気持ちを伝える”、“どうしていいかわからないことがあって困ったときは友だちに相談する”などの８項目である。

「意見の表明」は、まわりと異なっていても自分の意見を言い、話し合いをし、また迷惑な行動に対しては注意をするなどの表明に関する項目である。質問項目は、“まわりの友だちにどう言われようと正しいと思うことは自分の信念を貫く”、“友だちに意見を求められたときは自分の考えをはっきり言う”などの７項目である。

「不満・要求の表明」は、相手との関係で生じた否定的感情や相手の言動によって権利が不当に侵害されたときに行動を改めるように要求する表明に関する項目である。質問項目は、“友だちに怒りや不満を感じたときでもその気持ちを表さないようにする”、“友だちの無神経な言い方で傷ついたときは自分の気持ちをはっきり言う”などの６項目である。

「断りの表明」は、自分にとって負担となる依頼や要求を自分の意思で断る表明に関する項目であり、質問項目は、“友だちに誘われたときは都合が悪くても断らない”、“友だちに遊びにいこうと言われても一人でいたいときはそう言って断る”などの５項目である。

回答は４件法で、「全くあてはまらない（1点）」、「あまりあてはまらない（2点）」、「ややあてはまる（3点）」、「とてもあてはまる（4点）」の４段階から選択を求めた。

３）自己表明に関係する心理的要因

⑴　アサーションの心理的要因尺度

柴橋（2004）が作成したアサーションの心理的要因尺度を使用した。この尺度は「安心感」、「配慮・熟慮」、「率直さへの肯定感」、「スキル不安」、「支配欲求」の５下位尺度（26 項目）で構成されている。

「安心感」は、“友だちは私の言葉にいつも耳を傾けてくれる”、“困ったとき友だちに相談すると真剣に考えてくれる”、“友だちは私が友だちと違う考えでも認めてくれる”などの８項目、「配慮・熟慮」は、“自分の考えを言うときは友だちを傷つけないように注意する”、“友だちを困らせるようなことは言いたくない”、“友だちの頼みを断るととても申し訳ない気持ちがする”などの６項目、「率直さへの肯定感」は、自分の気持ちや考えはとても大切なものだと思う”、“自分のしたいことがあるときは正直にそう言っていいと思う”などの６項目、「スキル不安」は、“自分の考えを言おうとしても，どう言ったらいいのか分からなくて困ることが多い”、“自分の気持ちを友だちに伝えようとしてもうまく言えない”などの３項目、「支配欲求」は、“友だちが私のアドバイスに従わないのは許せない”、“友だちが私の頼みを聞いてくれないときはとても腹が立つ”などの３項目である。

回答は６件法で、「全くあてはまらない（1点）」、「あてはまらない（2点）」、「あまりあてはまらない」、「ややあてはまる（4点）」、「あてはまる（5点）」、「とてもあてはまる（6点）」までの６段階か

ら選択を求めた。

⑵　会話時の主観的状態

友人との会話時における自己の緊張状態や相手への配慮を、「リラックスしたコミュニケーションができている」、「相手に気配りをして、言いたい事を言うことができている」という質問項目で尋ねた。

回答は４件法で、「全くあてはまらない（１点）」、「あまりあてはまらない（２点）」、「ややあてはまる（３点）」、「とてもあてはまる（４点）」の４段階から選択を求めた。

⑶　自尊心尺度

自尊心の測定は、Rosenbergの自尊心尺度10項目を使用した。Rosenbergの自尊心尺度は、わが国において様々な翻訳がなされているが、本研究では、豊田ら（2004）による翻訳を採用した。

回答は４件法で、「全くそう思わない（１点）」、「あまりそう思わない（２点）」、「少しそう思う（３点）」、「とてもそう思う（４点）」の４段階から選択を求めた。逆転項目を処理し、合計得点が高いほど自尊心が高いことを示している。

### ４．分析方法

各項目について単純集計を行った上で、各尺度についてはCronbach's α を算出し、信頼性分析を行った。その後、「学年」を統制変数とし、会話時の主観的状態として「リラックス」、「相手に気配りした表現」の２項目、アサーションの心理的要因尺度の下位尺度である「安心感」、「友人への配慮・熟慮」、「率直さへの肯定感」、「スキル不安」、「支配欲求」の５項目（それぞれ合計得点）、「自尊心」（合計得点）の計８項目を独立変数とし、「自己表明」（合計得点）を従属変数とする重回帰分析を行った（Stepwise法による変数選択）。また、「自己表明」については、それぞれ４つの下位尺度ごとにも合計得点を算出し、同様の分析を行った。

統計ソフトはSPSS21.0J for Windowsを使用し、有意水準が5%以下のとき、統計学的に有意であると判断した。

### ５．用語の操作上の定義

本研究では、一定の心理的距離のある仲間とのコミュニケーションにおける自己表明の実態を把握することを目的としていることから、「友人」の定義として、何でも言い合える親友ではなく、親友を除く学科内の友人とした。

また、「自己表明」は、自分の気持ちや考えを率直に伝えること（柴橋、2004）と定義した。すなわち、アサーションと自己表明は異なるコミュニケーション能力ではなく、自己表明はアサーションに含まれ、「正直に、率直に表現する」ことを意味している。平木（1993）の定義に基づき、アサーションを「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の２側面から捉え、本研究ではアサーションの一側面の「自己表明」の部分を取り上げた。

## Ⅲ．結果

### １．対象者の属性

A大学看護学科に在学中の１年生から４年生の169名に質問紙を配付し、そのうち163名から回答を得た（回収率96.4%）。学年は１年生43名、２年生39名、３年生45名、４年生36名であった。

### ２．自己表明尺度とアサーションの心理的要因尺度の信頼性

自己表明尺度の信頼性について、Cronbach's α 係数を算出したところ、尺度全体では.838であった。また、下位尺度ごとでは「限界・喜びの表明」が.715、「意見の表明」が.821、「不満・要求の表明」が.715、「断りの表明」が.720であり、自己表明尺度の全体及び下位尺度の十分な内的整合性が確認された。

柴橋によるアサーションの心理的要因尺度の信頼性についてCronbach's α 係数を算出したところ、「安心感」が.860、「配慮・熟慮」が.821、「率直さへの肯定感」が.840、「スキル不安」が.842、「支配欲求」が.816であり、心理的要因の下位尺度はそれぞれ十分な内的整合性が確認された。

### ３．自己表明尺度と心理的要因の各項目の学年別の傾向

自己表明尺度の全体平均（平均値±標準偏差）は70.69 ± 8.10点であった。学年別の平均は、１年生が70.58 ± 7.71点、２年生が70.72 ± 8.81点、３年生が70.16 ± 8.54点、４年生が71.44 ± 7.43点であった。これらの結果を**表１**に示す。

会話時の主観的状態における「リラックスしたコミュニケーション」について、参考として学年別の平均値を算出したところ、１年生が3.32 ± 0.60点、

**表１　各学年の下位尺度ごとの自己表明得点**

平均値±標準偏差

| | 女子大学生 (n=78) | 全体 (n=163) | 1年生 (n=43) | 2年生 (n=39) | 3年生 (n=45) | 4年生 (n=36) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 限界・喜びの表明 | 3.39±0.43 | 3.13±0.41 | 3.11±0.42 | 3.22±0.40 | 3.11±0.39 | 3.09±0.43 |
| 意見の表明 | 2.81±0.44 | 2.43±0.48 | 2.41±0.55 | 2.42±0.44 | 2.40±0.43 | 2.50±0.48 |
| 不満・要求の表明 | 2.46±0.52 | 2.30±0.44 | 2.29±0.43 | 2.28±0.44 | 2.30±0.51 | 2.34±0.35 |
| 断りの表明 | 2.90±0.43 | 2.96±0.51 | 3.00±0.48 | 2.87±0.59 | 2.95±0.48 | 3.03±0.49 |
| 自己表明合計得点 | — | 70.69±8.10 | 70.58±7.71 | 70.72±8.81 | 70.16±8.54 | 71.44±7.43 |

女子大学生の下位尺度得点及び標準偏差は新見ら（2004）のデータを引用した。

2年生が3.31 ± 0.61点、3年生が3.36 ± 0.53点、4年生が3.23 ± 0.58点であった。

また、「気配りした表現」は、1年生が2.98 ± 0.55点、2年生が2.95 ± 0.60点、3年生が2.84 ± 0.60点、4年生が3.00 ± 0.56点であった。

自尊心尺度の全体は26.58 ± 2.42点で、学年別は1年生が26.61 ± 2.33点、2年生が26.49 ± 2.50点、3年生が26.53 ± 2.69点、4年生が26.58 ± 2.42点であった。

これらのすべての心理的要因の各項目のうち、「リラックスしたコミュニケーション」と「気配りした表現」については、Kruskal-Wallisの検定を行い、その他の項目については一元配置分散分析を行ったところ、学年による差は認められなかった。

### ４．自己表明に関係する心理的要因

自己表明尺度の全体及び各下位尺度の合計得点を従属変数とし、その他の変数を独立変数としてStepwise法による重回帰分析を行った結果を**表２**に示す。なお、この時「学年」を統制変数とした。

自己表明尺度全体には、「率直さへの肯定感」（$\beta$ = .455、p<.01）が有意な正の関係を認め、また「スキル不安」（$\beta$ = − .341、p<.01）、「配慮・熟慮」（$\beta$ = − .187、p<.01）は有意な負の関係を認めた（$R^2$ = .417、調整済み $R^2$ = .406）。

自己表明の下位尺度である「限界・喜びの表明」には、「リラックス」（$\beta$ = .177、p<.05）、「安心感」（$\beta$ = .202、p<.01）、「率直さへの肯定感」（$\beta$ = .185、p<.05）、「配慮・熟慮」（$\beta$ = .171、p<.05）が有意

**表２　「自己表明」に関係する心理的要因の重回帰分析（ステップワイズ法）**

標準偏回帰係数

| | 自己表明 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | 限界・喜びの表明 | 意見の表明 | 不満・要求の表明 | 断りの表明 | 尺度全体（合計得点） |
| リラックス | .177* | — | — | — | — |
| 相手に気配りした表現 | — | — | — | — | — |
| 安心感 | .202** | — | — | — | — |
| 配慮・熟慮 | .171* | -.217** | −.327** | -.273** | −.187** |
| 率直さへの肯定感 | .185* | .440** | — | .395** | .455** |
| スキル不安 | −.192** | -.281** | −.302** | — | −.341** |
| 支配欲求 | — | .199** | | — | — |
| 自尊心 | — | — | .238** | — | — |
| $R^2$ | .289 | .379 | .255 | .205 | .417 |
| 調整済み $R^2$ | .266 | .363 | .241 | .195 | .406 |

但し，学年については統制変数とした。*p<.05，**p<.01

な正の関係を認めた。また、「スキル不安」（$\beta$ = − .192p<.01）が有意な負の関係を認めた。これらの心理的要因のうち「リラックス」は本下位尺度のみで関係があった。（$R^2$ = .289、調整済み $R^2$ = .266）

「意見の表明」では、「率直さへの肯定感」（$\beta$ = .440、p<.01）、「支配欲求」（$\beta$ = .199、p<.01）が有意な正の関係があった。また、「配慮・熟慮」（$\beta$ = − .217、p<.01）、「スキル不安」（$\beta$ = − .281、p<.01）とは負の関係が示された。（$R^2$ = .379、調整済み $R^2$ = .363）

「不満・要求の表明」では「配慮・熟慮」（$\beta$ = − .327、p<.01）、「スキル不安」（$\beta$ = − .302、p<.01）と負の関係が示された。また、本下位尺度のみ「自尊心」（$\beta$ = .238、p<.01）と正の関係が示された。（$R^2$ = .255、調整済み $R^2$ = .241）

「断りの表明」では、「率直さへの肯定感」（$\beta$ = .395、p<.01）との有意な正の関係を認め、また、「配慮・熟慮」（$\beta$ = − .273、p<.01）とも有意な負の関係を認めた。（$R^2$ = .205、調整済み $R^2$ = .195）

## Ⅳ　考察

### １．看護学生の自己表明得点の特徴

自己表明尺度の合計得点は学年間で有意な差はなく、高学年になるにつれて自己表明得点が高まるなどの傾向も認められなかった。また、自己表明の下位尺度の得点を比較した場合、「限界・喜びの表明」が相対的に高い傾向にあった。「限界・喜びの表明」は大学生においても男性に比べて女性に多いという先行研究（川上、2011）の結果を反映しているが、本研究の対象である看護系女子大学生が共感や傾聴などの支持的関わりを関係性の基盤とすることからも、自然な結果と推察される。また、看護学生の自己表明の下位尺度得点は、全体的に先行研究で報告されている一般大学生の得点（新見他、2004、川上他、2011）より、低い傾向を示していた。

下位尺度得点のうち、相対的に得点が低い傾向にあったものは、「不満・要求の表明」と「意見の表明」であった。一般的に不満や要求は相手の気持ちに配慮して表明しづらく、低くなることは当然の結果であると言える。必要に応じてアサーティブに否定的感情や要求を伝える力を高めていくことは、今後の課題のひとつであると考えられる。また、看護師は自分の言いたいことを適切に言えず、相手に合わせたり、抑えたりしがちであり（野末他、2001）、看護師の意見を表明できないことは、看護の発展や患者の権利擁護における不利益となるため、意見の表明力を育むための教育による意識づけは重要である。そのためには、自己表明の概念や意義について教授するとともに、学生自身が、看護学生の自己表明における「意見の表明」のスキルが低い現実をどう受けとめるか、看護師にとって意見の表明力を習得していく意義は何かなどを考えていくことも大切であると考える。大学生は、授業やグループワーク以外の日頃の学生生活のなかでも、自己のアイデンティティの確立に向けて模索する時期でもある。アイデンティティが確立されていない青年期には、他者評価がそれまでより一層重要な役割を果たすと言われているが（調他、2002）、他者評価を気にするようになり、自己を確立するため模索している（落合他、1997）状況の中で、自らの意思で意見を表明していくことが、自己の成長を果たしていく能力を培うことになると考える。

### ２．自己表明に関係する心理的要因

自己表明に関係する心理的要因は、本研究で取り上げた「会話の主観的評価（２項目）」、「アサーションの心理的要因（５項目）」、「自尊心」のうち、「アサーションの心理的要因」のなかの「率直さへの肯定感」が最も影響していた。これは中高生と同様の傾向を示していたが（柴橋、2004）、先行研究から発達段階による比較を行うと、中学生に比べて高校生の「率直さへの肯定感」は高くなっているが（柴橋、2004）、本研究対象である看護系女子大学生は、高校生に比べて低い値が示された。青年期は、自分がそれまでに身に付けてきた社会的スキルを見直し、対人関係のストラテジーの再構築を図る時期とされており（堀尾、1990）、大学生では思春期の発達課題である自立を乗り越え、社会に出る前段階で社会性を身に付けていく過程で自己主張への謙虚さを習得しているのかもしれない。看護学生に対しては、意見を表明するトレーニングなどの行動面における変化をめざす前段階として、「率直さへの肯定感」について自己の考えを確立していくことに意義があると考える。

また、この「率直さへの肯定感」について、自己表明の４つの下位尺度との関連をみると、「意見の表明」、「断りの表明」において中等度の有意な正の関係があった。これらの結果から、看護系女子大学

生の自己表明のあり方について考察すると、「意見や断りの表明」は、自己の立脚点を現すことで他者との差異を明確にするため、他者と意見が異なることに対する自己の受けとめ方や、経験の質などによって、自己表明の状況に違いが生じるかもしれない。また、「意見の表明」は言わないでおくことで、とりあえず対立は避けられ（柴橋、2001)、「断りの表明」も同様であることから、これらを表明しない選択を取る場合もあるだろう。「意見や断りの表明」と関係する「率直さへの肯定感」は、高すぎると攻撃性に、低すぎると非主張性に影響することが懸念され、程良く保つことが望ましいと考えられる。意見や断りの表明については、時と場に応じた相手への配慮が必要であるが、「率直さへの肯定感」が「不満・要求の表明」以外の自己表明と有意に関連していたことから、自己表明力を高めるためにも、チームで看護の意見を表明していくためにも、適度な「率直さへの肯定感」を育むことが重要であることが示唆された。

また、自己表明に関係する心理的要因として、「率直さへの肯定感」の次に「スキル不安」が負の関係を示した。調査項目で“自分の考えを言おうとしても、どう言ったらいいのか分からなくて困ることが多い”、“自分の気持ちを友だちに伝えようとしてもうまく言えない”と表現される言語力の低さは、現代の若者達が集団主義から個人主義へと変わる時代の中で育ち（尾山他、2001)、コミュニケーションの質量とも減少し、スキルを向上させる経験も少ないことが影響している可能性もある。加えて、自己評価が高く、失敗や傷つき体験を恐れる傾向が指摘されているように、現代社会の生育環境の中で生成されている側面もあることから、自らがコミュニケーションスキルを向上させようとする主体性を持って訓練や経験を重ねることが重要と考える。

最後に、自己表明と自尊心との関連については、尺度全体では関連は認められなかったが、自己表明の下位尺度の「不満・要求の表明」で有意差を認めた。「不満・要求の表明」においては、相手との関係性に動揺をもたらさないようにするために、相手に配慮した形で伝えるスキルが求められ、自尊心との関係からは、自己肯定感を持つことの大切さを考えていく必要がある。「限界・喜びの表明」、「不満・要求の表明」は、自己の情動面をアサーティブに伝達することにより、他者との交流を促進させたり、自己を擁護したりする要素を持つと考えられ、あらゆる自己表明の根底には、自己確立が重要となる。携帯電話やメールが普及する現代社会の中で、看護学生が自己表明の概念を学び、自己表明力を自ら評価していくことは、自己を見つめる機会となり、対面でのコミュニケーションを重視し、自己認識する契機としていくことができると考える。

## V　本研究の限界と今後の課題

本研究は、一施設における調査であり、一般化には限界がある。また、看護教育において重要な位置を占める臨地実習との関連性は検討できなかった。患者とのコミュニケーションと友人とのコミュニケーションにおける自己表明における共通部分や差異はあると思われ、これらは今後、質的研究などによっても明らかにしていく必要がある。また、本研究ではアサーションの一側面の「自己表明」の部分を取り上げたが、自己表明という概念が、一方的に自分の要求や権利だけを通していくものではなく、患者ケアに有用であることの実証例の蓄積や、様々な場面や対象との関わりにおける自己表明力を育成していくための講義、演習、実習を通した統合プログラムの開発とその評価を行う必要がある。

## 謝辞

本研究の調査に快くご協力頂きました看護学生の皆様に、心より御礼申し上げます。

## 文献

1）調優子，高橋靖恵（2002）．青年期における対人不安意識に関する研究－自尊心，他者評価に対する反応との関連から－．九州大学心理学研究，3：229-236.
2）古屋佳子（2008）．アサーション・トレーニングにおける学生の反応の分析．日本看護学会論文集：看護教育，38：162-164.
3）古屋佳子，荻田美穂子（2008）．アサーション・トレーニングでの学びを学生はどのように経験したのか（第二報）．京都市立看護短期大学紀要，33：39-48.
4）堀毛一也（1990）．社会的スキルの心理学．川島書店.
5）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.

6）平木典子（2009）．改訂版アサーション・トレーニング－さわやかな〈自己表現〉のために．金子書房．
7）加藤麻衣，鈴木敦子，坪田恵子他（2007）．看護師のストレス要因とコーピングとの関連－日本版 GHQ30 とコーピング尺度を用いて－．富山大学看護学会誌，6（2）：37-46.
8）川上奈都希，兒玉憲一（2011）．大学生の友人関係における「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の心理的要因．広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要，10：35-47.
9）野末武義，野末聖香（2001）．ナースのアサーション（自己表現）に関する研究（1）－ナースのアサーション（自己表現）の特徴と関連要因－．日本精神保健看護学会誌，10（1）：86-94.
10）西山 裕子（2009）．学生とともにつくる接遇教育－「接遇・アサーションプログラム」による学生の接遇能力の育成．看護展望，34（12）：1149-1153.
11）新見直子，松尾紗織，前田健一（2004）．大学生の友人関係における自己表明と他者の表明を望む気持ち．広島大学心理学研究，4：139-149.
12）落合のり子，堤雅雄（1997）．青年期のアイデンティティと自己認知：看護学生に対する調査を通して．島根大学教育学部紀要，人文・社会科学，31：21-40.
13）尾山とし子，千葉京子，渡辺浪二他（2001）．看護学実習におけるグループの凝集性に影響する要因の検討：コミュニケーションスキルの向上をめざして．日本赤十字武蔵野短期大学紀要，14：85-92.
14）Rogers, R. L., & Petrie, T. A.（2001）．Psychological correlates of anorexic and bulimic symptomatology. Journal of Counseling and Development, 79：178-187.
15）柴橋祐子（2001）．青年期の友人関係における自己表明と他者の表明を望む気持ち．発達心理学研究，12（2）：123-134.
16）柴橋祐子（2004）．青年期の友人関係における「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の心理的要因．教育心理学研究，52：12-23.
17）佐々木邦江（2009）．攻撃性のある隔離室患者への看護師としての自己表現．日本精神科看護学会誌，52（2）：48-51.
18）園田雅代，中釜洋子，沢崎俊之（編）(2002)．教師のためのアサーション．金子書房．
19）髙橋 均（2006）．アサーションの規定因に関する研究の動向と問題．広島大学大学院教育学研究科紀要，第一部，55：35-43.
20）高山蓮花，谷本公重，笠井勝代他（2012）．看護基礎教育における SST の効果とプログラムの検討．香川大学看護学雑誌，16（1）：29-37.
21）豊田加奈子，松本恒之（2004）．大学生の自尊心と関連する諸要因に関する研究．東洋大学人間科学総合研究所紀要，創刊号：38-51.
22）山脇京子，戸田由美子，小松輝子他（2011）．高知大学医学部看護学科における看護職として必要なコミュニケーション力チェックリストの作成報告．高知大学看護学会誌，5（1）：37-43.
23）用松敏子，坂中正義（2004）．日本におけるアサーション研究に関する展望．福岡教育大学紀要，53（4）：219-226.
24）吉田さとみ，重年清香（2012）．看護実践に活かす基礎教育のあり方についての一考察　過去５年間の卒業生を対象とした調査結果より．大阪医科大学附属看護専門学校紀要，18：1-13.

# The relationship between self-expression in relation with friends and psychological factors in female undergraduate nursing students

KUMI WATANABE*, AYAKO YAMASHITA*, MASAFUMI KIRINO**

*Department of Nursing, Faculty of Health and Welfare Science, Okayama Prefectural University
**Department Health and of Welfare, Faculty of Health and Welfare Science, Okayama Prefectural University

## Abstract

Recently, more and more importance has been attached to the concept of assertiveness in basic nursing education. Because nurses' assertiveness plays an important role in communication with patients and medical staff, nursing students need to be aware of the importance of self-expression in relation with their friends and in their future careers as well. The aim of this study was to identify psychological factors influencing self-expression in nursing students. An anonymous questionnaire survey was conducted with 169 students at A University. A self-developed questionnaire including Shibahashi's five psychological factors, Rosenberg's Self-Esteem Scale (RSES) was used to measure psychological factors as the independent variable and Shibahashi's Self-Expression Scale was used to measure the dependent variable. One hundred sixty-three students returned completed questionnaires (96.4% response rate). Analysis revealed that the nursing students had lower scores in self-expression than other university students, and that there was no difference between the grades of the nursing students. Multiple linear regression analysis revealed that the following psychological factors: "respect for straightforwardness ( $\beta$ =.458)," "anxiety about communication skills ( $\beta$ = − .338)," and "consideration and deliberation ( $\beta$ = − .184)" were significantly related to self-expression, and $R^2$ was 41.7 percent, and adjusted $R^2$ 40.6 percent. Findings suggest that in order to develop self-assertiveness, nursing students need to reduce anxiety about communication skills by having a moderate level of respect for straightforwardness and raising awareness of their own ideas and feelings.

**Keywords**：communication skill, assertion, self-esteem, interpersonal relationship