

大学生および社会人における自己表現と主観的幸福感との関連

南山 愛弓¹ 中村 真理²

本研究では、社会人と大学生の友人関係における自己表現を「自己表明」および「他者の表明を望む気持ち」の2側面から捉え、それらに関わる心理的要因と主観的幸福感との関連について検討した。社会人136名、大学生176名を対象に質問紙調査を実施した。その結果、自己表明の下位因子「意見の表明」「喜び・感謝の表明」「断りの表明」は社会人のほうが大学生より多く行うことがわかった。また、心理的要因が「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」に及ぼす影響を分析したところ、調査対象者全体を通して、「安心感」が「限界の表明」に、「率直さへの肯定感」が「意見の表明」に正の影響を及ぼしていた。大学生男性では「率直さへの肯定感」が「他者の表明を望む気持ち」の全ての因子に正の影響を及ぼしていた。また、大学生女性では「安心感」が「他者の表明を望む気持ち」の全ての因子に正の影響を及ぼしていた。「自己表明」と主観的幸福感の関連について分析したところ、関連が見られ、自己表明できる気心の知れた友人がいると幸福感が高いことがわかった。「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」が主観的幸福感に与える影響を分析したところ、「自己表明」では全ての因子が主観的幸福感に正の影響を及ぼし、「他者の表明を望む気持ち」では下位因子の「独自の意見の表明を望む気持ち」のみが主観的幸福感に正の影響を及ぼすことがわかった。しかし、大学生女性では「他者の表明を望む気持ち」が低いほうが主観的幸福感は高かった。これについては、今後検討を加える必要がある。これらの結果から、「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」と心理的要因は社会人と大学生、性別で違いが見られること、自己表現と主観的幸福感に関連があることが明らかになった。

キーワード：自己表明、他者の表明を望む気持ち、幸福感

問題と目的

辻 (2011) は、幸福度の高い人たちは、友人同士で助け合う割合が高いと述べている。また、友人や知人とのコミュニケーションが活発であったり、どのようなことでも親身になって相談に乗ってくれるような信頼できる人がいたりすると、幸福度が高くなる傾向がみられたと述べている。つまり、気心が知れ自分の心の拠り所になる人、社会的つながりが存在することが、幸福度を高めるということを示しており、対人関係が幸福感に与える重要性は高いといえる (内閣府, 2008)。

1960年代より参加者がグループの中で主体的に論議に参加したり、体験したり、相互に刺激し合い学び合うワークショップが社会に広がっている (小笠原・角・西田, 2010)。また、近年、人々が日常的に利用するカフェのような場で、対面的な対話や双方向的なやりとりが重視され、科学技術についての語り合いの場であるサイエンスカフェが日本においても、世界的にも幅広い関心を集めてきた (中村, 2008)。さらに、山田

(2011) は、内閣府主催の世界青年の船事業にて日本および諸外国の青年たちとともに1ヶ月強の航海に参加したことについて書いている。そこでは毎日公式の活動としてディスカッションがあったが、それ以外の時間でも議論することが多く、彼らと様々な話をし、多くの時間を共有することで少しずつお互いを知り、理解し受け入れ合うことができた。そして、一緒にいて安らぎを感じられる大切な友人を何人も得た。これから何か困難に直面したときは彼らを思い浮かべること、大切な仲間たちがそれぞれの悩みを抱えながらも問題に立ち向かっていると思い、がんばれるような気がする」と述べている。このように、相互に意見や考え、感じていることを伝え合ったり、語り合ったりする経験はその後の人生の大きな支えのひとつとなるだろう。

一方で、速水・木野・高木 (2004) は、コミュニケーションを行う場である人間関係が希薄になり、親密な人間関係を形成することが少なくなったと述べており、日高・小杉 (2012) は、現代の学生は友人との対立を避けるために空気を読むと述べている。

コミュニケーションは、用松・坂中 (2004) によれば、個人と個人の自己表現が行われる場である。また、彼らはコミュニケーションにより相手を理解し、また相

1 東京成徳大学大学院

2 東京成徳大学

相互作用の中から自己理解を深めていくことも可能だろうと述べている。つまり、自己表現を行い、他者とコミュニケーションを行うことによって他者理解や自己理解を深めることができる(用松・坂中, 2004)。柴橋(2001, 2004a, 2004b)は自己表現を、自分の気持ちや考えをどの程度率直に伝えるかという「自己表明」と、友人が率直に自分の意見や考えを伝えることをどの程度望むかという「他者の表明を望む気持ち」の2つの側面から扱った。その結果、柴橋(2001)では、高校生は中学生と比べて、「自己表明」では「限界・喜びの表明」「意見の表明」を多く行い、「他者の表明を望む気持ち」では「独自の意見の表明を望む気持ち」が強いことが示された。以上の結果から、成長するにつれ、意見や考えを伝え合うこと、語り合うことが増えていると考えられる。

そして、柴橋(2004b)は、自己表現のあり方には性格やスキルの問題とともに、自己表明することへの価値観やこれまでの経験が大きな影響を及ぼしていると述べている。あわせて、柴橋(2004a)は、今後の研究の課題として、大学生以降の自己表現と心理的要因の特徴を明らかにすることをあげていた。大学生以降の研究は、柴橋・楨(2013)において、保育者を対象にした研究が行われている。しかし、その他に社会人に関する「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の研究はほとんど行われていない。以上のことから、本研究では大学生・社会人の自己表現の特徴を明らかにし、自己表現と幸福感との関連について検討することを目的とした。

方 法

調査対象者

社会人および大学生を対象とした。この研究における社会人は、学校を卒業し、社会人として仕事や主婦業に専念している方、もしくはその経験のある方を対象にし、調査票を配布した。社会人は136名(男性42名、女性93名、不明1名)で、年齢は23歳から70歳であり、平均年齢は38.48歳(標準偏差9.725)であった。大学生は、関東圏の大学生176名(男性76名、女性100名)を対象に調査票を配布した。年齢は18歳から23歳であり、平均年齢は18.77歳(標準偏差0.833)であった。

手続き

大学生に対して、2014年6月から9月にかけて、集団形式にて質問紙調査を実施した。調査票は回答終了後、直ちに回収した。回答に要した時間はおおよそ20分であった。社会人に対して、2014年7月から9月にかけて、友人知人に個別に配布し、その場で回答終了後に回収、もしくは回答終了後に郵送にて回収した。

質問紙

(1)「自己表明」尺度：柴橋(2001)が作成した、26項目からなる友人関係における「自己表明」尺度

を使用した。この尺度は、うれしい気持ち、困っている気持ちなど情緒的な感情や個人的な限界を伝える自己表明である「うれしさやつらさの表明」、自分の考えや意見をはっきりと言う自己表明である「意見の表明」、相手の迷惑な言動に対する不満や要求を言葉できちんと伝える自己表明である「不満・要求の表明」、相手の依頼に応えられないとき、無理をせずにはっきりと断る自己表明である「断りの表明」の4つの下位尺度で構成されていた。回答は「まったくあてはまらない」から「とてもあてはまる」までの4段階で評定された。(2)「他者の表明を望む気持ち」尺度：柴橋(2001)が作成した、18項目からなる「他者の表明を望む気持ち」尺度を使用した。この尺度は、友人関係において相手の率直な自己表明をどの程度望むかを尋ねる項目からなり、友人が困っているとき、つらいときは私に相談してほしいという気持ちを表す「相談・依頼を望む気持ち」、友人が私の依頼に応じられないときは無理をしないでそう言ってほしいという気持ちを表す「率直な断りを望む気持ち」、友人の考えや意見を言ってほしいという気持ちを表す「率直な抗議・注意を望む気持ち」、私の言動に対していやだと思ふことがあるときは、そう言ってほしいという気持ちを表す「独自の意見の表明を望む気持ち」の4つの下位尺度によって構成されていた。回答は「まったくあてはまらない」から「とてもあてはまる」までの4段階で評定された。(3)「アサーションの心理的要因」尺度：柴橋(2004a)が作成した、26項目からなるアサーションの心理的要因尺度を使用した。この尺度は、「自己表明」および「他者の表明を望む気持ち」の2側面に関わる心理的要因を検討したもので、「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つの下位尺度から構成されていた。回答は「まったくあてはまらない」から「とてもあてはまる」までの6段階で評定された。(4)「主観的幸福感」尺度：伊藤・相良・池田・川浦(2003)が作成した、15項目からなる主観的幸福感尺度を使用した。この尺度は、主観的幸福感の認知的側面と感情的側面を捉えることができた。「人生に対する前向きな気持ち」「自信」「達成感」「人生に対する失望感のなさ」「至福感」の5領域、各3項目で構成されていた。評定は4件法(1~4)で行い、得点が高いほど主観的幸福感が高いことを意味していた。

結果・考察

1) 友人関係における「自己表明」

因子分析

「自己表明」の26項目について主因子法による因子分析を行った。「自己表明」の下位因子間には正の相関があることが指摘されている(柴橋, 2001)ことからプロマックス回転を行った。固有値1以上の因子は5

Table1. 自己表明のプロマックス回転後の因子負荷量

	F1	F2	F3	F4
第1因子 意見の表明				
友人の考えに賛成できないとき「私はそうは思わない」とはっきり言う	0.76	-0.04	-0.06	-0.02
友人のしていることに不満を感じたときはその気持ちを友人に言う	0.69	-0.16	0.17	0.01
まわりに迷惑な行動をしている友人にははっきり注意する	0.66	0.10	-0.01	-0.01
分担した仕事をしようとしないう友人にははっきり注意する	0.65	0.07	0.07	-0.02
友人に意見を求められたときは自分の考えをはっきり言う	0.64	0.06	-0.10	0.03
友人の行動が自分にとって迷惑だと思うときはその友人にやめてと言う	0.61	0.04	0.17	0.06
友人と考え方が違うと思ったときでも話し合ったり議論しようとする	0.60	0.06	0.00	-0.04
まわりの友人にどう言われようと思っことは自分の信念を貫く	0.56	-0.04	-0.22	-0.08
みんなと違う考え方を持っていてでも言わずにまわりに合わせる (R)	0.45	-0.09	-0.01	0.16
貸したものをいつまでも返してくれない友人には返してとはっきり言う	0.43	0.12	-0.02	0.06
第2因子 喜び・感謝の表明				
友人のしたことがいいなと思ったときはその気持ちを言葉で表す	0.01	0.75	-0.09	-0.05
友人にほめられてうれしいときはその気持ちを素直に表す	-0.04	0.73	0.05	0.00
友人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	0.07	0.50	0.10	-0.02
友人に感謝しているときでも言葉にして表すことはない (R)	0.01	0.45	0.07	0.14
第3因子 限界の表明				
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人に相談する	-0.13	0.05	0.82	0.02
つらいときやくるしいときはその気持ちを友人に伝える	-0.09	0.05	0.76	-0.03
一人ではできないようなことで困っているときは手伝って友人に頼んでみる	0.23	-0.06	0.51	-0.10
第4因子 断りの表明				
友人から頼まれたことはやりたくないことでも断らない (R)	0.01	-0.09	0.06	0.75
友人に誘われたときは都合が悪くても断らない (R)	-0.03	0.05	-0.04	0.73
友人に頼まれたことがやっはいけないことだと思っても引き受ける (R)	0.06	0.08	-0.11	0.46

(R) は反転項目

因子間相関	F2	F3	F4
F1	0.399	0.45	0.336
F2		0.53	0.181
F3			0.136

つ抽出され、柴橋にならぬ、また、固有値の落差を考慮し、4因子解が妥当であると判断した。このとき、4因子による累積寄与率は、47.4%であった。因子負荷量が.40に満たぬ6項目を削除し、残り20項目を用いて再度因子分析を行った。回転後の因子パターン行列を Table 1に示す。

第1因子は、柴橋 (2001) の「意見の表明」因子に「不満・要求の表明」因子の3項目が加わった。この3項目は不満や要求の意見を伝えると解釈でき、「意見の表明」因子と命名した。第2因子は、柴橋 (2001) の「限界・喜びの表明」因子のうち4項目であった。喜びや感謝、謝罪を表しているため、「喜び・感謝の表明」因子と命名した。第3因子は、柴橋 (2001) の「限界・喜びの表明」因子のうち、限界を表す3項目からなるため、「限界の表明」因子と命名した。第4因子は、柴橋 (2001) の「断りの表明」因子の3項目からなるため、「断りの表明」因子と命名した。信頼性係数は、「意見の表明」で $\alpha = .856$ 、「喜び・感謝の表明」で $\alpha = .726$ 、「限界の表明」で $\alpha = .741$ 、「断りの表明」で $\alpha = .678$ であり、概ね良好な信頼性が確認された。

社会人と大学生・性別による違い

「自己表明」の4つの因子ごとに、社会人・大学生の段階と性別を2要因とする分散分析を行った。その結果、第1因子「意見の表明」では、社会人・大学生の

段階の主効果 (F (1,307) =4.17, $p < .05$)、性の主効果 (F (1,307) =3.01, $p < .1$) がともに有意であった。社会人が大学生よりも、男性が女性よりも高かった。第2因子「喜び・感謝の表明」では、社会人・大学生の段階の主効果 (F (1,307) =7.17 $p < .01$)、性の主効果 (F (1,307) =5.37, $p < .01$) がともに有意であった。社会人が大学生よりも、女性が男性よりも高かった。第3因子「限界の表明」では、性の主効果が有意で (F (1,307) =6.11, $p < .01$)、女性が男性よりも高かった。第4因子「断りの表明」では、社会人・大学生の段階の主効果が有意で (F (1,307) =7.38, $p < .01$)、社会人が大学生よりも高かった。つまり、「自己表明」の「意見の表明」「喜び・感謝の表明」「断りの表明」は社会人のほうが大学生より多く行うことがわかった。現代の学生が友人との対立を避けるために空気を読む (日高・小杉, 2012) ことが関連していると考えられた。社会人は多くの表明を行うが、「限界の表明」は大学生と差がなかった。これは社会でストレスをコントロールする力や規律性を身につける (小磯, 2012) ためであると考えられた。

2) 「他者の表明を望む気持ち」

因子分析

「他者の表明を望む気持ち」の18項目について主因

Table2. 他者の表明を望む気持ちのプロマックス回転後の因子負荷量

	F1	F2	F3	F4
第1因子 率直な抗議・注意を望む気持ち				
私が出したことでいやな気持ちになったときはそう言ってほしいと思う	0.92	-0.03	0.06	-0.04
私が言った言葉で腹が立ったり不愉快になったときはそう言ってほしいと思う	0.89	-0.01	0.08	-0.06
私の行動が友人にとってめいわくなときはそう言ってほしいと思う	0.84	0.07	-0.08	0.10
私の無神経な言い方で傷ついたときはそう言ってほしいと思う	0.78	0.04	0.04	0.07
分担した仕事を私がしていないと思ったときはそう言ってほしいと思う	0.75	0.00	0.10	0.06
私が借りたものを返し忘れていたときは「返して」と言ってほしいと思う	0.41	0.09	-0.05	0.39
第2因子 相談・依頼を望む気持ち				
困っているときや何か手伝ってほしいことがあるときは言ってほしいと思う	-0.05	0.90	-0.02	0.05
1人でできないことで困っているときは「手伝って」と言ってほしいと思う	0.03	0.87	-0.06	0.01
友人がつらいときや苦しいときは私にそう言ってほしいと思う	0.07	0.77	0.01	-0.02
私に迷惑がかかりそうなことでも困っているときは頼んでみてほしいと思う	0.14	0.71	-0.00	-0.11
友人にとって嬉しいことがあったときはその気持ちを伝えてほしいと思う	-0.13	0.62	0.23	0.02
第3因子 独自の意見の表明を望む気持ち				
まわりの人と違った考えをもっているときは自分の考えを言ってほしいと思う	-0.05	0.02	0.87	0.03
私と考え方が違うと友人が思っても話し合ったり議論してほしいと思う	0.10	0.03	0.74	-0.10
私の意見に賛成できないと思ったときは自分の考えを言ってほしいと思う	0.18	-0.00	0.72	0.02
私が友人に意見を求めたときは自分の考えをはっきり言ってほしいと思う	0.09	0.07	0.58	0.20
第4因子 率直な断りを望む気持ち				
私が誘ったときもし都合が悪ければ無理してつきあわないでそう言って断ってほしいと思う	0.00	-0.02	-0.03	0.91
私が頼んだことでもやりたくないときははっきりそう言ってほしいと思う	0.08	-0.12	0.07	0.83
私から頼まれたことができないときははっきりそう言ってほしいと思う	0.05	0.20	0.01	0.63

(R)は反転項目

因子間相関	F2	F3	F4
F1	0.667	0.754	0.767
F2		0.645	0.64
F3			0.704

子法、プロマックス回転による因子分析を行った。固有値1以上の因子は2つ抽出されたが、柴橋にならない、また内容的にも解釈可能な4因子解が妥当であると判断した。このとき4因子による累積寄与率は78.1%であった。因子負荷量が.40に満たない項目はなかった。回転後の因子パターン行列を Table 2 に示す。

第1因子は、柴橋 (2001) の「率直な抗議・注意を望む気持ち」因子の5項目に「率直な断りを望む気持ち」因子の1項目が加わった。この1項目は抗議の意や相手への注意を伝えると解釈でき、「率直な抗議・注意を望む気持ち」因子と命名した。第2因子は、柴橋 (2001) の「相談・依頼を望む気持ち」と全て同じ項目であるため、「相談・依頼を望む気持ち」因子と命名した。第3因子も、柴橋 (2001) の「独自の意見の表明を望む気持ち」と全て同じ項目であるため、「独自の意見の表明を望む気持ち」因子と命名した。第4因子は、柴橋 (2001) の「率直な断りを望む気持ち」のうち3項目からなるため、「率直な断りを望む気持ち」因子と命名した。信頼性係数は、「率直な抗議・注意を望む気持ち」で $\alpha = .950$ 、「相談・依頼を望む気持ち」で $\alpha = .893$ 、「独自の意見の表明を望む気持ち」で $\alpha = .902$ 、「率直な断りを望む気持ち」で $\alpha = .882$ であり、概ね良好な信頼性が確認された。

社会人と大学生・性別による違い

「他者の表明を望む気持ち」の4つの因子ごとに、社会人・大学生の段階と性別を2要因とする分散分析を行った。その結果、第1因子「率直な抗議・注意を望む

気持ち」では、交互作用が認められた ($F(1,307) = 4.63, p < .05$)。社会人・大学生の段階別に性の単純主効果を検定した結果、差が有意ではなかった。また、男女別に社会人・大学生の段階の単純主効果を検定した結果、大学生で女性が男性よりも高く ($F(1,307) = 2.43, p < .10$)、社会人では差が有意ではなかった。第2因子「相談・依頼を望む気持ち」では、性の主効果が有意で ($F(1,307) = 6.49, p < .01$)、女性が男性よりも高かった。第3因子「独自の意見の表明を望む気持ち」では、交互作用が認められた ($F(1,307) = 4.75, p < .05$)。社会人・大学生の段階別に性の単純主効果を検定した結果、女性では社会人が大学生よりも高く ($F(1,307) = 4.79, p < .05$) 男性では差が有意ではなかった。また、男女別に社会人・大学生の段階の単純主効果を検定した結果、差が有意ではなかった。第4因子「率直な断りを望む気持ち」では、社会人・大学生の段階の主効果 ($F(1,307) = 9.07, p < .01$)、性の主効果 ($F(1,307) = 3.68, p < .05$) がともに有意であった。社会人が大学生よりも、女性が男性よりも高かった。

3) アサーションの心理的要因

因子分析

アサーションの心理的要因の26項目について主因子法、プロマックス回転による因子分析を行った。固有値1以上の因子は6つ抽出されたが、柴橋にならない、また内容的にも解釈が可能な5因子解が妥当であると判断した。このとき5因子による累積寄与率は

Table3. アサーションの心理的要因のプロマックス回転後の因子負荷量

	F1	F2	F3	F4	F5
第1因子 支配欲求					
友人が私のアドバイスにしたがわないのは許せない	0.91	0.03	0.13	-0.07	-0.01
友人が私の頼みを聞いてくれないときはとても腹が立つ	0.85	-0.04	0.13	0.02	-0.03
私の意見が正しいときは必ず私の意見に従うべきだ	0.74	0.05	0.15	-0.14	-0.01
友人の考えに反対すれば仲間はずれにされる (R)	-0.54	0.02	0.26	-0.06	-0.04
私がかたがた自分の考えを言うとうるはしい顔をする (R)	-0.43	-0.07	0.26	-0.07	-0.01
第2因子 率直さへの肯定感					
いやなことはいやとはっきり言う権利が自分にはあると思う	-0.01	0.86	-0.04	-0.05	0.01
自分のしたいことがあるときは正直にそう言っていと思う	0.02	0.77	0.06	0.00	-0.04
自分の気持ちや考えはとても大切なものだと思う	0.09	0.74	-0.07	0.10	-0.05
はっきり自分の考えや気持ちを伝えることは少し気まずくなくても最終的にはおたがいのためになると思う	0.04	0.69	0.08	-0.07	0.06
自分が努力してうまくいったとき、うれしい気持ちを表してもいいと思う	-0.17	0.44	0.21	0.11	0.12
第3因子 安心感					
友人は私の言葉にいつも耳を傾けてくれる	-0.13	0.62	0.23	0.02	
困ったとき友人に相談すると真剣に考えてくれる	0.12	-0.05	0.82	0.09	-0.02
友人は私が友人と違う考えでも認めてくれる	0.01	-0.07	0.81	0.11	-0.01
友人は私が友人と違う考えでも認めてくれる	-0.04	0.04	0.68	0.04	0.04
友人に腹が立つことがあったとき私がその気持ちをはっきり伝えれば友人は分かってくれる	0.14	0.10	0.52	-0.04	-0.03
私が友人の頼みを断っても友人は怒ったりしない	-0.07	0.10	0.48	-0.01	0.10
自分の気持ちや考えをはっきり言えば友人と気まずくなる (R)	-0.36	-0.01	0.40	-0.25	-0.14
第4因子 配慮・熟慮					
友人にいやな思いをさせてまで自分の考えを通したくない	0.00	-0.02	-0.03	0.91	
まわりの状況をよく考えてから自分の考えや気持ちを言う	0.02	-0.17	0.10	0.63	0.05
自分の考えを言うときは友人を傷つけないように注意する	-0.07	0.10	0.07	0.62	-0.13
友人を困らせるようなことは言いたくない	-0.05	0.05	-0.06	0.62	-0.01
友人の気持ちや考えをよく聞いてから自分の考えを言う	-0.06	0.06	-0.02	0.62	0.02
友人の頼みを断るととても申し訳ない気持ちになる	0.02	0.09	0.08	0.60	-0.10
友人の頼みを断るととても申し訳ない気持ちになる	0.05	-0.10	0.04	0.58	0.14
第5因子 スキル不安					
自分の気持ちを友人に伝えようとしてもうまく言えない	0.01	-0.01	0.05	-0.05	0.95
自分の考えを言おうとしてもどう言ったらいいのかわからなくて困ることが多い	-0.02	0.08	-0.01	-0.07	0.88
いやなことがあってもその場で言葉にできないことが多い	0.01	-0.05	0.01	0.12	0.72

(R)は反転項目

因子間相関	F2	F3	F4	F5
F1	-0.211	-0.312	-0.055	0.334
F2		0.522	0.176	-0.176
F3			0.349	-0.204
F4				0.275

60.2%であった。因子負荷量が .40に満たない1項目を削除し、残り25項目を用いて再度因子分析を行った。回転後の因子パターン行列を Table 3に示す。

第1因子は、柴橋 (2004a) の「支配欲求」因子の3項目に、「安心感」因子の2項目が加わった。この2項目は反対意見に対してネガティブな表現をすると解釈でき、「支配欲求」因子と命名した。第2因子は、柴橋 (2004a) の「率直さへの肯定感」因子と全て同じ項目であるため、「率直さへの肯定感」因子と命名した。第3因子は、柴橋 (2004a) の「安心感」因子のうち6項目からなるため、「安心感」因子と命名した。第4因子は、柴橋 (2004a) の「配慮・熟慮」因子と全て同じ項目であるため、「配慮・熟慮」因子と命名した。第5因子も、柴橋 (2004a) の「スキル不安」因子と全て同じ項目であるため、「スキル不安」因子と命名した。信頼性係数は、「支配欲求」で $\alpha = .815$ 、「率直さへの肯定感」で $\alpha = .846$ 、「安心感」で $\alpha = .782$ 、「配慮・熟慮」で $\alpha = .792$ 、「スキル不安」で $\alpha = .880$ であり、概ね良好な信頼性が確認された。

社会人と大学生・性別による違い

アサーションの心理的要因の5つの因子ごとに、社会人・大学生の段階と性別を2要因とする分散分析を行った。その結果、第1因子「支配欲求」と第2因子「率直さへの肯定感」では、交互作用と主効果は認められなかった。第3因子「安心感」では、交互作用が認められた ($F(1,307) = 10.73, p < .01$)。社会人・大学生の段階別に性の単純主効果を検定した結果、差が有意ではなかった。性別ごとに社会人・大学生の単純主効果を検定した結果、大学生では女性が男性よりも高く ($F(1,307) = 9.04, p < .01$)、社会人では差が有意ではなかった。「安心感」は大学生においては女性が男性よりも高かった。柴橋 (2004a) においても、中学生・高校生で女子が男子よりも高く、大学生でも同様であることがわかった。第4因子「配慮・熟慮」では、社会人・大学生の段階の主効果 ($F(1,307) = 4.16, p < .05$)、性の主効果 ($F(1,307) = 4.41, p < .05$) がともに有意であった。社会人が大学生よりも、女性が男性よりも高かった。第5因子「スキル不安」では、社会人・大学生の段階の主効果が有意 ($F(1,307) = 23.14, p < .01$) で、大学生が社会人よりも高かった。

Table4. 心理的要因が「自己表明」に及ぼす影響

(従属変数)	支配欲求	素直さへの肯定感	＜独立変数＞			R ²
			安心感	配慮・熟慮	スキル不安	
意見の表明						
社会人男性	0.06	0.39**	0.22	-0.19	-0.45**	0.42
女性	-0.12	0.26*	0.15	-0.23*	-0.22*	0.18
大学生男性	0.03	0.51**	0.28*	-0.14	-0.10	0.48
女性	0.00	0.40**	0.02	-0.15	-0.27**	0.27
喜び・感謝の表明						
社会人男性	-0.03	0.45**	-0.12	0.13	-0.10	0.11
女性	-0.06	0.16	0.14	0.12	-0.36**	0.21
大学生男性	-0.15	0.00	0.48**	0.24*	0.07	0.27
女性	-0.08	-0.04	0.39**	0.25*	-0.19	0.25
限界の表明						
社会人男性	-0.02	0.08	0.50**	0.20	0.05	0.25
女性	0.00	0.04	0.41**	0.06	-0.14	0.19
大学生男性	-0.04	0.11	0.55**	0.02	-0.02	0.33
女性	0.09	0.03	0.50**	-0.01	-0.21*	0.33
断りの表明						
社会人男性	0.12	0.23	-0.09	-0.15	-0.22	-0.01
女性	-0.32**	0.27*	0.15	-0.20	0.11	0.13
大学生男性	-0.05	0.24	-0.23	-0.15	-0.31*	0.13
女性	-0.07	0.30**	0.31**	-0.25*	0.09	0.21

数値は標準偏回帰係数, R²: 説明率, *p<.05, **p<.01

「自己表明」とアサーションの心理的要因の関連

「自己表明」にどのような心理的要因が関連しているのかを検討するため、心理的要因の5つの尺度得点を独立変数、「自己表明」の4つの尺度得点を従属変数とする重回帰分析（強制投入法）を社会人と大学生の段階、性の組み合わせで行った。得られた標準偏回帰係数の値を Table 4に示す。

社会人、大学生の男女を通して、「安心感」が「限界の表明」に大きな正の影響を及ぼしていた。また、「率直さへの肯定感」が「意見の表明」に大きな正の影響を及ぼしていた。大学生では、「安心感」「配慮・熟慮」が「喜び・感謝の表明」に正の影響を及ぼしていた。女性では「率直さへの肯定感」が「断りの表明」に正の影響を及ぼしていた。さらに大学生男性以外では、柴橋（2004a）の中学生・高校生と同様に「スキル不安」が「意見の表明」に負の影響を及ぼすことがわかった。

この他の心理的要因では、社会人男性で「率直さへの肯定感」が「喜び・感謝の表明」に正の影響を、社会人女性で「スキル不安」が「喜び・感謝の表明」に負の影響を、「配慮・熟慮」が「意見の表明」に負の影響を、「支配欲求」が「断りの表明」に負の影響を、大学生男性で「安心感」が「意見の表明」に正の影響を、「スキル不安」が「断りの表明」に負の影響を、大学生女性で「スキル不安」が「限界の表明」に負の影響を、「安心感」が「断りの表明」に正の影響を、「配慮・熟慮」が「断りの表明」に負の影響をそれぞれ及ぼしていた。

「他者の表明を望む気持ち」とアサーションの心理的要因の関連

「他者の表明を望む気持ち」にどのような心理的要因が関連しているのかを検討するため、心理的要因の5つの尺度得点を独立変数、「他者の表明を望む気持ち」の4つの尺度得点を従属変数とする重回帰分析（強制投入法）を社会人と大学生の段階、性の組み合わせで行った。得られた標準偏回帰係数の値を Table 5に示す。

社会人男性以外では「安心感」が「独自の意見の表明を望む気持ち」に正の影響を及ぼしていた。女性では「配慮・熟慮」が「相談・依頼を望む気持ち」に、男性では「率直さへの肯定感」が「独自の意見の表明を望む気持ち」に正の影響を及ぼしていた。この他の心理的要因では、社会人男性と大学生女性で「安心感」が「率直な抗議・注意を望む気持ち」「相談・依頼を望む気持ち」に正の影響を及ぼしていた。社会人男性では「支配欲求」が「相談・依頼を望む気持ち」に負の影響を、大学生女性では「安心感」が「率直な断りを望む気持ち」に正の影響を及ぼしていた。大学生男性では「率直さへの肯定感」が「他者の表明を望む気持ち」の全ての因子に正の影響を及ぼしていた。大学生女性は「安心感」が「他者の表明を望む気持ち」の全ての因子に正の影響を及ぼしていた。

柴橋（2004b）の中学生・高校生と同様に、「スキル不安」は「他者の表明を望む気持ち」の全ての因子と関連が見られなかった。また、大学生女性で「安心感」は「相談・依頼を望む気持ち」「率直な抗議・注意を望む気持ち」「独自の意見の表明を望む気持ち」と関連が見られたことは、柴橋（2004b）の高校生女子と同様の結果であった。

大学生および社会人における自己表現と主観的幸福感との関連

Table5. 心理的要因が「他者の表明を望む気持ち」に及ぼす影響

(従属変数)	支配欲求	素直さへの肯定感	<独立変数>			R ²
			安心感	配慮・熟慮	スキル不安	
率直な抗議・注意を望む気持ち						
社会人男性	-0.10	-0.03	0.37*	0.24	0.22	0.15
女性	-0.19	0.09	0.21	0.06	0.06	0.05
大学生男性	-0.05	0.38**	0.24	0.11	0.12	0.30
女性	-0.05	0.12	0.44**	-0.02	0.12	0.20
相談・依頼を望む気持ち						
社会人男性	-0.31*	0.02	0.33*	0.27	-0.06	0.25
女性	-0.06	0.18	0.18	0.24*	0.07	0.14
大学生男性	-0.12	0.32*	0.23	0.13	0.17	0.25
女性	0.02	0.04	0.36**	0.32**	0.00	0.28
独自の意見の表明を望む気持ち						
社会人男性	0.01	0.41*	-0.11	0.21	-0.19	0.11
女性	-0.08	0.10	0.27*	-0.01	0.02	0.05
大学生男性	-0.02	0.45**	0.28*	-0.12	0.11	0.34
女性	0.00	0.18	0.39**	-0.07	0.09	0.19
率直な断りを望む気持ち						
社会人男性	-0.04	0.08	0.04	0.17	-0.18	-0.06
女性	-0.14	0.18	0.10	0.06	0.09	0.03
大学生男性	-0.05	0.33*	0.17	0.05	0.20	0.18
女性	0.02	0.14	0.34**	0.00	0.15	0.14

数値は標準偏回帰係数, R²: 説明率, *p<.05, **p<.01

Table6. 自己表明と主観的幸福感の相関

全データの相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.287**	.334**	.221**	.332**	.333**
喜び・感謝の表明	.304**	.112*	.128*	.280**	.335**
限界の表明	.270**	.141*	.184**	.255**	.382**
断りの表明	.276**	.141*	.159**	.294**	.122*
男性全体の相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.385**	.314**	.253**	.371**	.470**
喜び・感謝の表明	.332**	.029	.091	.296**	.325**
限界の表明	.338**	.153	.199*	.224*	.442**
断りの表明	.269**	.129	.032	.288**	.003
社会人男子の相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.418**	.365**	.218	.444**	.440**
喜び・感謝の表明	.349*	-.016	.059	.322*	.235
限界の表明	.291	-.026	.039	.160	.149
断りの表明	.282	.252	.321*	.322*	.105
大学生男子の相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.355**	.258*	.250*	.305**	.471**
喜び・感謝の表明	.311**	-.012	.096	.258*	.359**
限界の表明	.368**	.239*	.261*	.296**	.587**
断りの表明	.243*	.009	-.091	.205	-.079
女性全体の相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.243**	.339**	.229**	.306**	.255**
喜び・感謝の表明	.250**	.200**	.123	.273**	.327**
限界の表明	.205**	.164*	.142*	.291**	.331**
断りの表明	.284**	.163*	.254**	.306**	.209**
社会人女性の相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.204*	.161	.148	.273**	.218*
喜び・感謝の表明	.147	.150	.093	.179	.338**
限界の表明	.075	.014	.132	.220*	.260*
断りの表明	.191	.003	.152	.180	-.022
大学生女性の相関係数					
	人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感のなさ	至福感
意見の表明	.253*	.424**	.269**	.312**	.262**
喜び・感謝の表明	.298**	.131	.105	.244*	.274**
限界の表明	.312**	.274**	.152	.392**	.392**
断りの表明	.328**	.198*	.305**	.351**	.342**

Table7. 他者の表明を望むと主観的幸福感の相関

全データの相関係数					
	人生に対する 前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する 失望感のなさ	至福感
率直な抗議・注意を望む気持ち	.138*	.097	.040	.151**	.108
相談・依頼を望む気持ち	.100	-.017	.023	.059	.161**
独自の意見の表明を望む気持ち	.186**	.096	.125*	.150**	.157**
率直な断りを望む気持ち	.177**	.064	.094	.167**	.083
男性全体の相関係数					
	人生に対する 前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する 失望感のなさ	至福感
率直な抗議・注意を望む気持ち	.155	.122	.046	.256**	.108
相談・依頼を望む気持ち	.227*	.051	.076	.162	.216*
独自の意見の表明を望む気持ち	.281**	.174	.132	.275**	.166
率直な断りを望む気持ち	.314**	.139	.172	.349**	.119
社会人男性の相関係数					
	人生に対する 前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する 失望感のなさ	至福感
率直な抗議・注意を望む気持ち	-.074	-.012	-.122	-.086	-.242
相談・依頼を望む気持ち	.328*	.040	.058	.110	.214
独自の意見の表明を望む気持ち	.058	.031	.004	-.053	-.173
率直な断りを望む気持ち	.171	.199	.167	.133	-.055
大学生男性の相関係数					
	人生に対する 前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する 失望感のなさ	至福感
率直な抗議・注意を望む気持ち	.218	.031	.083	.252*	.216
相談・依頼を望む気持ち	.173	.030	.079	.169	.210
独自の意見の表明を望む気持ち	.349**	.119	.160	.294**	.272*
率直な断りを望む気持ち	.355**	.012	.160	.341**	.157

4) 主観的幸福感

「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」と主観的幸福感の関係

「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」と主観的幸福感の各下位因子間の相関係数の値を Table 6, 7 に示す。

「自己表明」と主観的幸福感において、「意見の表明」は「自信」「失望感のなさ」「至福感」と、「喜び・感謝の表明」は「前向きな気持ち」「至福感」と、「限界の表明」は「至福感」と弱い有意な相関が見られた。以上のように、「自己表明」と主観的幸福感は、関連が見られ、このことは自己表明できる気心の知れた友人がいると幸福感が高いことを示しており、内閣府(2008)と辻(2011)と同様の結果となった。

社会人・大学生の段階と性別で分けて検討したところ、社会人男性で有意な中程度の相関があったのは、「意見の表明」と「前向きな気持ち」「失望感のなさ」「至福感」であった。有意な弱い相関があったのは、「意見の表明」と「自信」、「喜び・感謝の表明」と「前向きな気持ち」「失望感のなさ」、そして「断りの表明」と「達成感」「失望感のなさ」であった。社会人女性では、「喜びの表明」が「至福感」と有意な弱い相関があった。社会人では男女ともに「限界の表明」と幸福感との関連はほとんど見られなかった。大学生男性で有意な中程度の相関があったのは「意見の表明」と「至福感」、「限界の表明」と「至福感」であった。有

意な弱い相関があったのは「意見の表明」と「前向きな気持ち」「失望感のなさ」、「喜び・感謝の表明」と「前向きな気持ち」「至福感」、「限界の表明」と「前向きな気持ち」であった。大学生女性で有意な中程度の相関があったのは、「意見の表明」と「自信」であった。有意な弱い相関があったのは「意見の表明」と「失望感のなさ」、「限界の表明」と「前向きな気持ち」「失望感のなさ」「至福感」、「断りの表明」と「前向きな気持ち」「達成感」「失望感のなさ」「至福感」であった。「他者の表明を望む気持ち」と主観的幸福感において、調査対象者全体では高い相関は見られなかった。

社会人・大学生の段階と性別で分けて検討したところ、社会人男性で有意な弱い相関があったのは「相談・依頼を望む気持ち」と「前向きな気持ち」のみであった。すなわち、前向きな気持ちと相談や依頼をしてほしいという気持ちには関連があることが示された。大学生男性で有意な弱い相関があったのは「独自の意見の表明を望む気持ち」と「前向きな気持ち」、「率直な断りを望む気持ち」と「前向きな気持ち」「失望感のなさ」であった。このことから、人生に対する前向きさが断りや独自の意見を求める気持ちと関連していることがわかった。女性では社会人・大学生共に、「他者の表明を望む気持ち」と主観的幸福感の間には相関が見られなかった。

自己表現が主観的幸福感に与える影響

「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」のそれぞれ

Table8.「自己表明」が主観的幸福感に及ぼす影響

	＜独立変数＞				R ²
	意見の表明	喜び・感謝の表明	限界の表明	断りの表明	
(従属変数)					
人生に対する前向きな気持ち	0.11	0.17**	0.15*	0.21**	0.17
自信	0.32**	-0.03	0.04	0.06	0.10
達成感	0.14*	0.00	0.13*	0.12	0.06
人生に対する失望感のなさ	0.18**	0.13*	0.13*	0.22**	0.18
至福感	0.18**	0.16**	0.25	0.04	0.20

数値は標準偏回帰係数, R²: 説明率, *p<.05, **p<.01

Table9.「他者の表明を望む気持ち」が主観的幸福感に及ぼす影響

	＜独立変数＞				R ²
	素直な抗議・注意を望む気持ち	相談・依頼を望む気持ち	独自の意見の表明を望む気持ち	素直な断りを望む気持ち	
(従属変数)					
人生に対する前向きな気持ち	-0.08	-0.05	0.18	0.14	0.03
自信	0.13	-0.17*	0.11	-0.01	0.01
達成感	-0.18	-0.079	0.23*	0.12	0.02
人生に対する失望感のなさ	0.06	-0.12	0.09	0.13	0.02
至福感	-0.05	0.14	0.16	-0.07	0.02

数値は標準偏回帰係数, R²: 説明率, *p<.05, **p<.01

4つの尺度得点を独立変数, 主観的幸福感の5つの尺度得点を従属変数とする重回帰分析(強制投入法)を行った。得られた標準偏回帰係数の値を Table 8,9に示す。

「自己表明」では、「意見の表明」が「自信」「達成感」「失望感のなさ」「至福感」に、「喜び・感謝の表明」が「前向きな気持ち」「失望感のなさ」「至福感」に、「限界の表明」が「前向きな気持ち」「達成感」「失望感のなさ」に、「断りの表明」が「前向きな気持ち」「失望感のなさ」に正の影響を及ぼしていた。「他者の表明を望む気持ち」では、「相談・依頼を望む気持ち」が「自信」に負の影響を、「独自の意見の表明を望む気持ち」では「達成感」に正の影響を及ぼしていた。自己表現のうち、「自己表明」は主観的幸福感に正の影響を及ぼすが、「他者の表明を望む気持ち」は「独自の意見の表明を望む気持ち」のみ主観的幸福感に正の影響を及ぼしていた。自分の意見や思いを自由に伝えることができ、また、相手が違った考えを持っていても、相手の考えを言ってほしいと思えることが幸福感につながるということがわかった。この結果は、ワークショップが社会に広がっている(小笠原・角・西田, 2010)ことやサイエンスカフェが関心を集めてきた(中村, 2008)こと、山田(2011)が世界青年の船事業で経験したことに関連していると考えられる。

自己表現の高低による違い

柴橋(2004b)にならい、被験者を「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の2側面の各々の平均点(「自己表明」57.4点、「他者の表明を望む気持ち」61.6点)を基準として、高群・低群を組み合わせ、被験者全体を4つの類型に分けた。さらに、社会人・大学生と性

の組み合わせごとに、「自己表明」「他者の表明を望む気持ち」を2要因とする分散分析を行った。

その結果、社会人男性では、交互作用が認められた(F(1,38)=3.195, p<.1)。また、単純主効果を検定した結果、「自己表明」の主効果(F(1,38)=8.504, p<.01)が有意であった。「自己表明」が高いほうが幸福感が高かった。社会人女性では、交互作用、主効果ともに有意な差は見られなかった。大学生男性では、交互作用が認められた(F(1,72)=3.296, p<.1)。また、単純主効果を検定した結果(F(1,72)=4.242, p<.05)、「自己表明」が高いほうが幸福感が高かった。大学生女性では、「自己表明」の主効果(F(1,96)=29.41, p<.01)、「他者の表明を望む気持ち」の主効果(F(1,96)=3.638, p<.1)がともに有意であった。「自己表明」が高いほうが、また、「他者の表明を望む気持ち」が低いほうが幸福感が高かった。男性は社会人・大学生ともに、「自己表明」が高いほうが幸福感が高かった。しかし、大学生女性は「自己表明」が高いほうが、また、「他者の表明を望む気持ち」が低いほうが幸福感が高かった。社会人女性では差がなかった。

今後の課題

大学生女性において、「他者の表明を望む気持ち」が低いと主観的幸福感が高いという結果ついて、さらに検討を加える必要がある。また、友人の定義が定まっていないため、各人によって想定した友人が異なる可能性がある。さらに、社会人は幅広い年齢であったため、年代を区切ることで異なる結果が出る可能性が考えられる。

引用文献

- 速水敏彦・木野和代・高木邦子 (2004). 仮想的有能感の構成概念妥当性の検討 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要, 51, 1-8.
- 日高美咲・小杉孝司 (2012). 「空気を読む」という表現の社会心理学的研究 山口大学教育学部研究論叢, 3, 139-144.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 (2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 74, 276-281.
- 小磯重隆 (2012). 社会人基礎力と就業力の育成 21世紀教育フォーラム, 7, 29-36.
- 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, 219-226.
- 内閣府 (2008). 消費者市民社会への展望—ゆとりと成熟した社会構築に向けて— 国民生活白書, 60-62.
- 中村征樹 (2008). サイエンスカフェ：現状と課題 科学技術社会論研究, 5, 31-43.
- 小笠原遼子・角 康之・西田豊明 (2010). 気づきの共有を促す体験共有型ワークショップの設計 情報処理学会研究報告, 144 (46), 1-8.
- 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, 123-134.
- 柴橋祐子 (2004a). 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.
- 柴橋祐子 (2004b). 青年期の自己表明に関連する心理的要因についての探索的検討—半構造化面接を用いて— 跡見学園女子大学文学部紀要, 37, 49-74.
- 柴橋祐子・榎 英子 (2013). 保育者の「自己表明」および「他者の表明を望む気持ち」：職場適応感との関連に焦点を当てて 千葉工業大学研究報告, 50, 9-16.
- 辻 隆司 (2011). 日本人の幸福の源泉を探る—アンケート調査結果にみる日本人の主観的幸福度—みずほ総合研究所 Working Papers 2011年10月31日
- 山田あゆみ (2011). 「世界青年の船事業」に参加して 架橋, 12, 634-636.

—2015. 1.30受稿, 2015. 3. 7受理—

Association Between Self-Expression and Subjective Feeling of Happiness among University Students and Adults

Ayumi MINAMIYAMA (*Graduate School of Psychology Tokyo Seitoku University*)

Mari NAKAMURA (*Tokyo Seitoku University*)

The present study investigated the subjective feeling of happiness in relation to psychological factors of self-expression and desire to listen to others' opinions and feelings in university student friendships and adult friendships. In the study, 136 adults and 176 university students participated in a survey. The results from multiple analysis showed the following: (1) The adults have more "expressions of opinion", "expressions of pleasure and appreciation", and "expressions of refusal" than the university students do. (2) People with close friends to whom they can express themselves freely generally feel happier. (3) "Self-expression" has an influence on the subjective feeling of happiness, and only "the feeling to expect the expression of the original opinion" has an influence on the subjective feeling of happiness in "desire to hear others' opinions". (4) Conversely, a subjective feeling of happiness was higher among the female university students who did not value others' feelings. Further studies on this unique outcome will need to be conducted.

Key words: self-expression, the feeling to expect the expression of others, happiness

Bulletin of Clinical Psychology, Tokyo Seitoku University
2015, Vol. 15, pp.83-92