

声かけが学校適応感に及ぼす影響

Effect of talking to students on their sense of adjustment to school

大塚 彩華
Otsuka Ayaka

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：信頼感，気遣い，関係満足度

Key words : Trust, Conveying care, Relationship satisfaction

1. 研究目的

当初は、現在増加傾向にある不登校児童に焦点を当て、学校適応感に影響を与える居場所感を高めるための介入を行うことを目的としていた。介入方法として Cortes & Wood (2019) の研究を参考にしようと考えていた。しかし、この介入方法を検討する上で青年期後期の男女が適切であると考えたため、対象者を変更して研究を行った。

令和4年度版の男女共同参画白書によると、20代男性の19.1%、女性の27.3%は「配偶者はいないが恋人はいる(未婚)」と回答しており、日本人の2割から3割の若年層は交際相手がいることが分かっている。この中で特に、青年期後期は心理的離乳の時期であり、遠藤(2000)は養育者に全面的に依存していた状態を離脱し、将来大人として自立を達成するための動きを始める重要な時期と述べている。令和元年版の子供・若者白書の「悩みや心配事」では、異性との交際のことについて18.2%が心配、27.2%がどちらかといえば心配と回答した。このように、青年にとって恋愛は重大な関心事であり、悩みの源泉でもある。また大学生における恋愛が及ぼす影響として、高坂(2009)はポジティブな影響には「自己拡大」「充足的気分」「他者評価の上昇」が、ネガティブな影響には「拘束感」「関係不安」「経済的負担」「生活習慣の乱れ」があると述べている。このように、恋愛や異性との関係は青年期の心理的成長に大きな影響を与える対人関係の一つである。

さまざまな影響がある恋愛だが、関係に満足するためには恋愛関係の良好さが重要である。Rempel, Holmes, & Zanna (1985) は、恋人に対する信頼感と恋人に対する愛情や幸福感との関連を検討し、恋人に対する信頼感の高さが愛情や幸福

感の高さと密接に関連していると述べている。「信頼感」について中井(2020)は「恋人を信じて頼ること、恋人の行動の予測可能性、恋人との関係に対する自信と安心感、恋人としての資質や能力に対する役割期待を含む」と定義している。

信頼感が低い人の特徴として以下の点が挙げられる。1つ目は恋人からの拒絶を予想する傾向があることである(Holmes & Rempel, 1989)。これは恋人が自分に対して好意的な反応をしてくれるか分からないためである。2つ目は自己開示の頻度が低くなってしまいうことである。これは相手に批判されたり、反応が良くないことを想定してしまうことが原因である。親密化過程では自己開示が重要視されているため、自己開示が低いことは満足度の高い人間関係を形成・維持することを困難にする可能性がある(下斗米, 1999)。3つ目は自己評価の不安をもたらすことである。賞賛や誉め言葉は信頼感の低い人の自己観と食い違うため、当人の不安や防衛を高めてしまう(Swann Jr., 2012)。

そこで、Cortes & Wood (2019) は、信頼感の低い人が自身の自己観を損ねずに好意的な反応として受け入れることのできる方法として、脅迫的でなく、さりげなく、実行しやすい方法で気遣いを伝えることが有効だと考えた。そして「信頼感の低い恋人にその日のことを尋ねる」という方法を提案し、その効果について検証した。その結果、その日1日について尋ねることは信頼感の低い人にとっても気遣いの合図として認識されており、そのような気遣いは恋人との関係満足度が高まることが示された。

その日のことを尋ねることには、大きく以下の効果があると述べられている。1つ目は、自己評価の懸念が生じないことである。信頼感の低い人

は「自分は恋人からサポートを受けるに値する人間なのか」と考えすぎてしまう傾向があるが、相手の1日について尋ねることはこの懸念を減らすことにつながる可能性がある。2つ目は、自己開示を促進することである。1日の出来事を聞かれても本人が望む以上のことを話す必要はないため、拒絶される恐怖を感じることなく安心して話すことができる可能性が高い。3つ目は、好反応性を伝えることである。1日について尋ねられることで「恋人が自分に興味を持って聞いている」と聞かれた側は確信する。このように、その日のことを尋ねることは信頼感の低い人にも効果的なサポートなのではないかと考えられた。

先行研究では米国人を対象としているが、山田・鬼頭・結城(2015)によると、北米人の方が東アジア人よりも対人関係のパートナーに対して感じる親密性が高いとされており、恋愛関係において文化差があると示されている。よって、日本人を対象とした場合は異なる結果が導き出される可能性があるが、日本人を対象にした先行研究と同様の研究は行われていない。

そこで、本研究1ではCortes & Wood(2019)の研究を参考とし、青年期後期の日本人の男女を対象として恋人からその日1日について尋ねられることが気遣いとして感じられるのか検証する。

研究1の目的は、青年期後期(18歳以上)の日本人男女を対象に、恋人からの声かけは信頼感の低い人にとって気遣いの合図として認識されるかどうかについて検証することである。

本研究により、パートナーへの信頼感が低いことにより、恋愛関係への満足度が低いカップルに対して、その改善方法の一つとして、満足度を高める声かけを提案することができるのではないかと考えている。

2. 研究実施内容

研究1

[調査対象] 青年期後期の日本人男女を対象とし、本学学生(女性60名)と本学学生の恋人(男性60名)を対象とする。

[調査方法] Web アンケート調査

[手続き] 女性調査対象者には、本学の授業外でWebアンケートを配布する。男性調査対象者には、本学の女性研究協力者を通してWebアンケートを配布する。

[調査内容] Cortes & Wood(2019)の研究を参

考に「今日一日について尋ねられること」が気遣いに与える認知を検証する。研究では、恋人から1日について尋ねられる頻度の高さを実験的に操作し、信頼感の低い人が恋人に尋ねられる頻度が高いと知覚すると、頻度が低い場合に比べてより気遣われていると感じていたことが示された。本研究でも同様に「頻度」を実験的に操作する。高い条件では、左端は「全く尋ねない」右端は「ほとんど毎日尋ねる」となっており、調査対象者は右寄りを選択し、尋ねられる頻度は高いと知覚すると予想される。低い条件では、左端が「尋ねないことがある」右端は「毎日何回も尋ねる」となっており、調査対象者は左寄りを選択し、頻度は低いと知覚すると予想される。その後、両条件共に「尋ねられる頻度をどう感じるか」「そのことによって気にかけていると感じるか」回答させる。また、信頼感については中井(2020)の「恋人に対する信頼感」尺度を使用する。

尚、本研究1は令和4年度の大妻女子大学生命科学研究の倫理審査委員会の承認を得て行われる(承認番号:04-041)。

3. まとめと今後の課題

現段階で研究1のデータ収集を行っている。4-5月も引き続きデータ収集を行い分析する。6月は分析と並行して研究2の倫理申請を行い、7-9月には研究2のデータ収集と分析を行う。その後、修士論文を執筆し、1月に提出予定である。

付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所令和4年度大学院生研究助成(B)(課題番号DB2205)より研究助成を受け行った。

主要引用文献

Cortes, K., & Wood, J. V. (2019). How was your day? Conveying care, but under the radar, for people lower in trust. *Journal of Experimental Social Psychology*, **83**, 11-22.

中井大介(2020). 恋愛関係への動機づけと恋人に対する信頼感および親密性の関連 パーソナリティ研究, **26**(2), 78-90.

Rempel, J. K., Holmes, J. G., & Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, **49**, 95-112.