

日本におけるアサーション研究に関する展望

A Review of Assertion Research in Japan

用松敏子

Toshiko MOCHIMATSU

福岡教育大学大学院

教育学研究科学校教育専攻

(教育臨床心理学分野)

坂中正義

Masayoshi SAKANAKA

福岡教育大学教育学部

学校教育講座心理学研究室

(平成15年9月10日受理)

要約

本研究では、日本におけるアサーション並びにアサーション・トレーニングに関する文献や研究を整理、問題点を明らかにし、今後のアサーション研究の展望を考察することを目的とした。はじめに、アサーションの歴史について触れた。次に、日本におけるアサーション研究について、1.アサーション・トレーニングについて、2.尺度研究、3.アサーションとアグレッション、4.他者尊重の抜け落ち、5.アサーションの関連要因について、6.アサーションと文化、という視点から整理した。今後の課題として、アサーションの定義・構成概念の整理、信頼性・妥当性の高い尺度の必要性、関連要因の検討によるアサーションの意義の再検討、効果研究の充実、よりよいアサーション・トレーニングの構築、臨床の場への応用が示唆された。

キーワード：自己表現、アサーション、アサーション・トレーニング

はじめに

我々の生活において他者とのコミュニケーションは非常に重要な位置を占めている。コミュニケーションとは、個人と個人の自己表現が相互に行われる場といえよう。我々はコミュニケーションにより、互いに理解し合うことが可能となる。また、相互作用の中から自己理解を深めてゆくことも可能であろう。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よう。

自己表現には様々な種類があるが、アサーティブ、アグレッシブ(攻撃的)、ノン・アサーティブ(非主張的)という3つの形式に分けることができる(平木, 1993)。

アグレッシブな自己表現とは、自分の表現は大切にできているが、相手のことは大切にしない攻撃的な自己表現である。支配的で、怒鳴ったり、相手を貶めるような自己表現の他に、一見穏やかにみえる自己表現でも、相手をうまい具合に操作し、自分の自己表現を押し通し、自分に従わせたりする自己表現もアグレッシブな自己表現とみなされる。前者を攻撃的、後者を間接的な攻撃(婉

曲)と表す場合もある(Phelps&Austin, 1975)。

ノン・アサーティブな自己表現とは、相手のことを優先し、自分の表現は大切にしない自己表現である。相手に合わせるためや、揉め事を起こさないために自分を抑制し、自己表現をしなかったり、不十分にしか自分の思いを伝えられないものである。

アサーティブな自己表現は、アグレッシブでもノン・アサーティブでもない自己表現である。自分の自己表現を大切にしながら、相手のことも大切に自己表現である。

近年、人間関係を円滑に進め、また個人の精神的健康にもつながる表現法として、アサーションが注目を浴びている。アサーションについての基礎的な理解を促し、そのアサーションを体験によって身に付けていこう、という一連のトレーニングのことを、アサーション・トレーニング(以下AT)という(園田, 2002a)。アサーションという概念が広まると共に、ATも盛んになってきている。

本研究においては、わが国におけるアサーションとATに関する文献や研究を整理、問題点を明

らかにし、今後の研究の展望を考察することを目的とする。

アサーションの歴史

A Tは、1950年代のアメリカにて誕生し、様々な理論の影響を受けて発展してきた。ここでまず、アサーション並びにA Tに関する歴史について触れておきたい。

当初、Wolpe(1958)により、行動療法の一技法として主張訓練法が開発された。Wolpeは行動療法の研究領域で初めて「主張的」という言葉を用いた人でもある(Rees&Graham, 1991)。主張訓練法は、主として対人関係上の問題を抱えた個人を対象に主張的行動の訓練を行い、それを通して対人不安の除去や適切な社会技能の形成をはかる治療技法として用いられた(古市・乗金・原田, 1991)。1960年代に入り、公民権運動が高まりをみせ、人間が生まれながらにもつ権利としてのアサーション権というものが叫ばれるようになり、注目を浴びるようになった。1970年代に入り、アサーションは更に多くの人に知られるようになり、より効果的・積極的な人間関係の促進に活用されるようになった(平木, 1993)。“Your Perfect Right”がベストセラーとなったAlberti&Emmons(1970)やLazarusは、Wolpeの行動論的技法の考え方と同時にRogersの人間性心理学の考え方の影響を受けた。Alberti&Emmonsは、クライアントが完全に自分たちの権利を取り戻すのを援助する方法として、行動論的・人間学的考え方の主張性訓練を最初に提唱した人達である(Rees&Graham, 1991)。

この様に、行動療法をはじめ認知行動療法、人間性心理学、その他に論理療法のABCD理論等の影響を受けてA Tは発展していった。現在では、ヒューマン・サービス従事者や、職場の人間関係改善のため、異文化適応、ビジネス分野において(園田, 2002a)、またドメスティック・バイオレンスの加害者プログラムの一環としても用いられている(中村, 1999)。

A Tは、日本においては、1980年代に平木典子により導入された。1990年代に入り、アサーションに関する本が次々と翻訳され、また、平木(1993)による本が出版されるなど、アサーションという言葉が広く知られるようになってきた。アサーションを日本語に訳すと、断行・自己表現・自己主張・主張性のいずれか(菅沼, 1994)の言葉になる。しかしながら、日本語の自己主張という言葉は、我が強く、自分を押し通すといった

否定的なイメージが付随している。そのため、平木(1993)はアサーションの導入に際し、あえて訳語を用いず、そのままアサーションという言葉を用いている。現在、A Tは、教育現場、女性センター、看護の分野、学生相談、企業研修など多岐に渡る分野において用いられている。

日本におけるアサーション研究

近年、日本において、アサーションについての認知が広まりつつあり、書籍が次々と出版されている(Phelps&Austin, 1975; Rees & Graham, 1991; Alberti & Emmons, 1990; 平木, 1993; 平木, 2000; 平木・沢崎・土沼, 2002他)。また、研究についても増えつつある。以下に、日本におけるアサーション研究について、1. A Tについて、2. 尺度研究、3. アサーションとアグレッション、4. 他者尊重の抜け落ち、5. アサーションの関連要因について、6. アサーションと文化、という視点から整理、考察する。

1. A Tについて

A Tプログラムの作成 A Tプログラムの作成の試みや示唆が複数なされている。①アサーション理論—アサーションとは—、②自己信頼とアサーション権、③考え方のアサーション、④言語レベルのアサーション、⑤非言語レベルのアサーションという5つの領域について、講義、演習、実習により学んでいく(平木, 1993; 平木, 2001)という形態を基本とするものが最もベーシックなプログラムの組み方の特徴である。他に、トレーニングへのフォーカシングを導入の示唆や(園田, 2001)、教育現場でのアサーションの導入に関する示唆(園田, 2002a; 園田, 2002b)等も報告されている。

A Tの効果研究 A Tの効果研究については、いくつかの報告がある。伊藤(2001)は、日本におけるアサーション像の探索的研究において、A T参加者のトレーニング前後の変化について参加者の自己報告と個別面接を考慮しながら記述し、A Tの日常への影響を、人物像・行動面・家族関係の3つの視点からまとめている。金(2002)は、韓国において小学生を対象にトレーニングを実施し、認知的アプローチと行動的アプローチではどちらが高い効果が得られるかということを検討している。また、研究として発表はされていないものの、書籍においていくつかの事例報告がなされている(平木, 1989; 平木ら, 2002)。

現在、トレーニングの効果研究の数は決して多いとはいえない状況にある。また、AT自体が盛んに行われている割には、研究レベルで報告されることが少ないように思われる。今後、より丁寧な効果研究並びに事例研究が積み重ねられることが期待される。

2. 尺度研究

アサーションを測定する尺度については、欧米で作成されたものの翻訳版、日本オリジナル版と次々と作成されている。

翻訳版としては、古市ら(1991)が、Rathus Assertiveness Schedule(以下RAS)(Rathus, 1973)、College Self-Expression Scale(以下CSES)(Galassi, Delo, Galassi&Bastien, 1974)、Personal Relations Inventory(以下PRI)(Lorr & More, 1980)について翻訳版の作成を行っている。RASはアメリカで最も使用されている検査であり、CSESは様々な他者との関係における主張性の程度を測定する検査であり、PRIは主張性を多面的に捉えようとする検査である(古市ら, 1991)。なお、RASの翻訳版については山田(1997)や清水・森田・竹沢・赤楽・久保田・三島・永田(2003)、CSESについては山田(1997)も翻訳版の作成を試みている。

日本オリジナル版では、次のような尺度が作成されている。児童・生徒用では、濱口(1994)の児童用主張性尺度、柴橋(2001)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を測定する尺度、渡部・稲川(2002)の児童用自己表現尺度などがある。また、渡部・稲川(2002)は、自己表現に影響を与えている変数として、アサーション権を測定する尺度も作成している。成人用では、アサーティブ・チェックリスト(菅沼, 1989)、Assertion Inventory(村山・山田・峰松・冷川・田中・田村, 1989)、Assertion-Aggression尺度(村山・山田・峰松・冷川・田中・田村, 1991)、菅沼(1994)によるもの、青年用アサーション尺度(玉瀬・越智・才能・石川, 2001)等、次々と作成されている。また、アサーションに関する心理を測定する(伊藤, 2001)尺度としてAssertive Mind Scale(伊藤, 1998)が作成されている。

ところで、アサーションは自尊尊重に基づく自己表現とされているが、アサーティブな自己表現行動は具体的にどのような内容で構成されるものなのであろうか。今回は、アサーションの構成概念について一次元と多次元という視点から論じる

ことを試みる。アサーションを多次元と捉えるか、一次元と捉えるかは、主張性の捉え方、研究の方針によって異なるようである。

一次元尺度 Assertion Inventory(村山ら, 1989)、RAS(Rathus, 1973)、等がある。主張性を一次元として捉えることにより、個人の全般的な自己表現行動のあり方を把握することができるという特徴が挙げられる。

多次元尺度 Lazarus(1973)は、主張性行動について、①いいえと言える能力、②援助依頼能力、③肯定的・否定的感情の表出能力、④一般的な会話を開始・維持・終了される能力という4つの能力を提唱した。この提唱以後、多次元なものとして捉えられる傾向が強くなった。濱口(1994)は、比較的最近アメリカで開発された代表的な多次元尺度で取り上げられた主張行動について、①権利の防衛、②要求の拒絶、③異なる意見の表明、④個人的限界の表明、⑤他者に対する援助の要請、⑥他者に対する肯定的な感情と思考の表明、⑦社交的行動、⑧指導的行動の8つに整理している。

多次元尺度には、濱口(1994)の児童用主張性尺度、柴橋(2001)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を測定する尺度、渡部・稲川(2002)の児童用自己表現尺度、アサーティブ・チェックリスト(菅沼, 1989)、菅沼(1994)によるもの、PRI(Lorr&More, 1980)等がある。

玉瀬ら(2001)は、「関係形成因子」と「説得交渉因子」という2因子からなる青年用アサーション尺度を作成した際、この2因子の関係が、横並びのものとするべきか、縦並びもしくは段階的なものとするべきかについては実証を深めつつ議論する必要があると述べている。つまり、複数の次元同士の関係を捉えることが必要ということである。多次元の場合、個人の自己表現行動のうち、得意な部分や不得意な部分をより細かく複雑に捉えることのできる特徴が挙げられよう。更に横並び、縦並びもしくは段階的やその他の視点で次元同士の関係を捉えることは、ATを実施する際のプログラムの組み方に示唆を与えよう。

以上のように、尺度作成の試みの数は多い。しかしながら、尺度の信頼性や妥当性についての検討に不十分さが見受けられるものもある。もともと主張性行動に関しては様々な考え方があり、主張性行動を構成するものは何かということについて、一般に受け入れられるような定義は今のとこ

ろない(Rees&Graham, 1991)というように、アサーションという概念は捉えにくい概念である。また、より日常に近い複数名でのコミュニケーション場面を想定するに至っては、相互作用が複数生まれること、集団の力が働くこと等により、更に複雑な様相を示し、主張性の構成概念の把握は難しくなる。しかしながら、今後のアサーション研究の発展には、アサーションという概念をどのように捉えるかという点が大きく関わってくるように思われる。今後、一次元か多次元かということを含めたアサーションの構成概念の検討と同時に、信頼性・妥当性の高い評定法の検討を更にすすめてゆくことが必要であろう。

3. アサーションとアグレッション

アサーションを語る上で重要となってくる問題として、アグレッションとの区別が挙げられる。

主張性という概念は、初期においては、怒り、不満、いらだち、喜びなどさまざまな感情の表出を意味しており(柴橋, 1998)、大変広い概念であった。そのため、ATの開発当初、アサーションとアグレッションの区別は明確にはされておらず、混乱が生じていた。しかし、現在では、少なくとも概念上はアグレッシブな自己表現が他者の権利の侵害や、拒否を許さない命令などを意味しているのに対し、アサーションとは他人の権利を侵害することなく正当な依頼や拒否あるいは感情表明などを行うことを意味するとされている(古市ら, 1991)。また、アサーティブ行動は攻撃的行動と区別されなければならない(Alberti & Emmons, 1990)とされている。更に、前述した自己表現の三つの分類においてもアサーションとアグレッションは、異なるものとして記述されている。

この様に、アサーションとアグレッションは理論上は、明確に区別されている。しかしながら、主張的な行動と攻撃的な行動についてはやや複雑な問題が含まれているとの指摘がある(柴橋, 1998)。アサーション尺度と新性格検査やYG性格検査の攻撃性尺度との関連が複数報告されている(古市ら, 1991; 玉瀬ら, 2001)。また、YG性格検査の攻撃性とアサーション尺度、YG性格検査の攻撃性とアグレッション尺度の間に、各々.35以上の相関がみられたとの報告もある(用松, 2002)。つまり、二つの自己表現の様式の区別は理論上は明確であるものの、実際に研究において区別するとなると問題が生じるのである。何故この様なことが起こっているのだろうか。

アサーションとアグレッションの分離が困難であることの理由の一つとしては、尺度における分離が困難であるということが考えられる。例えば、質問項目の中に状況に応じて社会規範が変化するような項目が存在する(村山ら, 1991)ことが考えられる。抽象的な状況を問う項目では、場面によっては、アサーティブと判断できることもあれば、アグレッシブと判断することもできるという曖昧さが生じる可能性がある。Dodge, McClasky&Feldman(1985)は、場面ごとに各個人の社会的能力の不足は異なることから、アサーションは場面に即して考えていくことが必要であると述べている。つまり、アサーションとアグレッションについて測定するにあたり、その分離がより明確にできるように、具体的場面が記述してあるような質問項目を用いることが必要であろう。

もう一つの理由としては、性格特性レベルでのアグレッションと、行動レベルでのアグレッシブ行動、アサーティブ行動の間の複雑な関係があるのではないかと考えられる。このことについて、主張性行動と攻撃的行動というそれぞれの行動のあり方を規定する性格特性というレベルでみれば、攻撃的性格傾向の共有という点において、両者は共通しているのかもしれない(古市ら, 1991)との示唆がある。また、アサーションと攻撃性は、行動レベルでの表現の違いを問題すべきものであり、それらの元になる感情については共通するものがあることを考慮する必要がありと述べている(玉瀬ら, 2001)。

攻撃というと、「怒り・敵意・憎悪・不満・怨恨などにもとづいて、他者・自己・その他の対象に重大な・損傷・恐怖・苦痛を与える行動」(福島, 1981)という意味で捉えられがちである。しかしながら、攻撃的という言葉には、①「侵略的な、けんか腰の、攻勢の(offensive)」の意と、「積極的な、活動的な(active)」の意がある(安立, 2001)。また、神永・吉田・小熊(1990)は、攻撃性について、その本来の意味である「対象への接近性」という視点が、人間の「生」のエネルギーとしての攻撃性について検討する際の重要な視座となると述べている。つまり、攻撃性をポジティブなものとして捉えることができるのである。更に、大淵(1996)は、研究者たちの多くは、攻撃と自己主張は同じクラスであり、ポジティブなあらわれを自己主張、ネガティブなあらわれを攻撃とみていると述べている。

アサーション研究におけるアサーションとアグ

レッスンの混乱は、アサーションと区別されるべきアグレッションが行動レベルのものなのか特性レベルのものなのかについての混同が、一つの要因となっているのではないと思われる。つまり、性格特性としての攻撃性の活動性・積極性といった側面がアサーティブ行動、アグレッシブ行動の双方と関係があることがアサーションとアグレッションの分離を困難にしている一因であると考えられる。所謂アサーションと区別されるべきアグレッションとは、攻撃的行動の方ではなからうか。そしてむしろ、性格特性としての攻撃性は必ずしも否定的なものではなく、アサーティブな行動を引き起こすための一つのエネルギーのような作用をしていると考えられる。

4. 他者尊重の抜け落ち

アサーションについては、次のような定義がなされている。Alberti&Emmons(1990)は、「アサーティブ行動は、平等な人間関係を促進する。これにより、自分が自分のために行動し、びくびくせずに自分の権利を守るために立ち向かえるようになる。さらには、自分の感情を無理なく素直に表現し、人の権利を侵害することなしに、自分の権利を行使できる」としている。平木(1993)は、「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、そして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」としている。この他にもいくつもの定義が存在する。相川(2000)は、アサーションの定義から、①自分の権利の擁護および行使、②自分の思考、感情、信念の素直な表出、③他者の権利の尊重という3つの共通した要素を抽出している。①②は自己に関すること、③は他者に関することと整理することができよう。これらの定義等を概観すると、アサーションには「自己尊重」と「他者尊重」という二つの軸があるようである。すなわちアサーションは、適切な自己表現を行うだけでなく、他者を尊重することも含む概念なのである。

しかしながら、先行研究においては、他者尊重という視点を重視した研究は少ない。つまり、どれだけ自己表現ができるかに重点を置き、他者尊重という視点が抜け落ちている。既存の尺度において、項目内容に他者の主張を受け入れるか否かを問う質問項目を含むものもある(菅沼, 1989; 菅沼, 1994; 伊藤, 1998)が、項目の数、並びにその内容は、他者尊重を測定するには充分とはいえない。

柴橋(1998)は、周囲の状況をみて内省し、自己表現を控える、つまり引く時は引き、出る時は出るといった熟慮的な主張性と、いわゆるノン・アサーティブな自己表現との相違、また、アグレッシブとアサーティブの相違を明確に測定するためにも他者尊重の視点が重要であると述べている。そして、他者尊重を他者表現の受容ととらえ、他者が率直に表現することを望む気持ちと定義し、研究を行っている(柴橋, 2001)。また、他者表現の受容のあり方として、相手の率直な表明を認める、否定はしないというレベルで測定することについても示唆している。

他者という視点を取り入れることにより、自己表現という一方向性のものに、例えば他者の表現を受け入れるといったもう一方の方向性が加わる。先行研究において他者という視点が欠落していたのは、一方向性から双方向性になることにより、主張性の構成要素が更に複雑化されてしまうことに一因があるのでなからうか。今後、自己尊重、他者尊重というアサーションの二つの軸を研究に取り入れることは、アサーションという概念を正確に測定する上で重要である。更に、他者尊重についても柴橋(1998)の示唆はあるものの、どのようなことが他者尊重であるのかという点については議論し尽くしたとは言い難い。よって、他者尊重とはいかなることかについても、今後検討の余地があるだろう。

5. アサーションの関連要因について

アサーションと関連する要因については書籍でも示唆され、また実証的研究においても検討されてきた。

関連要因として最も検討されているものが、対人不安であろう。Alberti&Emmons(1990)は、アサーティブネスを邪魔する要因の一つとして、アサーティブにふるまうことに対し、不安や恐れをもっていることを挙げている。つまり、対人関係における技能や不安がアサーティブな自己表現であるか否かには影響するとされており、アサーティブな人は不安が低いとされている。対人不安、或いは対人不安の類似概念としてのシャイネスは、アサーション尺度の得点が高得点を示す方が低いとの報告がなされている(玉瀬ら, 2001; 用松, 2002)。ただし、対人不安を細かく因子レベルで検討すると関連のないものも見られたことから、対人不安の中でもより、アサーションと関連が強いもの弱いものがあることが示唆されている(用松, 2002)。

また、自己実現との関連も検討されている。自己実現とは、精神的健康度をとらえる概念として Maslow(1954)が提唱したものである。アサーションと自己実現は有意な正の相関があるとの報告があるが、下位尺度レベルにおいては、関連がみられなかったり、アサーティブとアグレッシブな自己表現に共通して高い自己実現の下位尺度もあった(村山ら, 1989)。

その他にイラショナル・ビリーフ(玉瀬ら, 2001), エゴグラム, YG性格検査や新性格検査といった性格検査(古市ら, 1991; 玉瀬ら, 2001), 社会的望ましさ(玉瀬ら, 2001), 公的自己意識(玉瀬ら, 2001)等との関連が検討されている。

他に攻撃性との関連も検討されているが、攻撃性とアサーションについては複雑な問題がつかまつため、3. アサーションとアグレッションにて詳しく述べている。

関連要因の探索により、これまで書籍等で述べられてきたアサーションの意義についての実証的後ろ盾を得られることになるだろう。また、アサーションの関連要因の検討は、効果研究同様に、今後のAT開発に役立つと思われる。例えば、対人不安ゆえにアサーティブになるのが困難ならば、不安を和らげるアプローチを用いるといった配慮の検討が可能となるのではなかろうか。

そして、関連要因を探索する際に、関連要因の分類という視点をもつこともアサーションに関して一つの示唆を与えるだろう。用松(2002)では、精神的健康度の分類について、異常や疾病の有無を基準とする考え方、成長志向を重視する考え方を採用し、精神的健康度をポジティブな側面(自己実現)とネガティブな側面(対人不安)ととらえ測定した。しかし、この分類においては、アサーションやアグレッションが健康か否かは一概には言えなかった。そして、関連の有無で健康度をまとめると、直接的に対人場面に関わるもの、自己評価に関わるものへの分類可能性が示唆されたと述べている。関連要因についてある程度まとまった形で捉えることにより、より大きな視点からもアサーションを捉えることが可能となろう。

6. アサーションと文化

ATは当初アメリカで発展していったものである。アメリカは元来自己表現をすることが重視される風土をもつ。この様な日本との文化的な違いは、アサーションに関する理論や研究に影響を与え得るものであろうか。

Rees&Graham(1991)は、アメリカにおいてアサーティブな行動とされるものでも、イギリスにおいては必ずしもそうではないということもあり、アメリカのATをイギリスに持ち込む際には、その文化差を考慮する必要があると述べている。つまり、アサーションやATについて考える際に、文化の要因を考える必要があることを示唆している。伊藤(2001)は、日本におけるアサーション像の不明瞭さを指摘し、探索的研究を行った中で、アメリカと日本のコミュニケーションのあり方の差異を指摘し、アサーションについても同じでは有り得ないと述べている。そして、理論的なアサーションの定義や構成要素といった大まかな概念は、アメリカと日本はほぼ同一であるが、個よりも場が優位な日本では、場による縛りからの解放と共に場への熟慮が不可欠であるとの仮説を提示している。また、平木(1993)は、ATを日本に導入した際に、日本人に合うようなトレーニング形式に改良したと述べている。

このように、アサーションは文化の影響を少なからず受けるという示唆がなされている。しかしながら、その影響がどのような内容・程度であるのかは明らかにはなっていない。文化の影響が大きければ、研究においてもその文化差を考慮する必要がある。また、定義自体も日本独自のものが構築されるべきかもしれない。また、アサーションの意義もアメリカとは異なる可能性も否めない。

ところで、先述したようにアメリカにおいては、公民権運動の流れによってアサーションが広まったことも関係してか、アサーション権という権利が強調されてきた。そして、日本においても、権利というものが強調されてきたように思われる。しかしながら、欧米に比べて権利という意識が低い日本においては、権利という言葉には強いイメージが伴うように思われる。そのため、権利という言葉を用いてアサーションを説明する場合、自他尊重に基づく自己表現という本来のアサーションの理念を損なう可能性があり、その点は留意すべき点ではないかと思われる。また、アサーションという概念を自己表現のあり方、ひいてはその人の生き方と捉えるならば、アサーションについて説明する際に権利という言葉での説明が適切であるのか自体も検討することが必要ではなかろうか。

おわりに

本研究においては、わが国におけるアサーシ

ンとATに関する文献・研究を整理，問題点を明らかにし，今後の研究の展望を考察することを目的とした。

アサーションは，自己尊重，他者尊重に基づく自己表現の形式である。また，アサーションはコミュニケーションの一形態とも言える。つまり，アサーションは，一者で完結するものではなく，二者ないしそれ以上の人間同士の自己表現の相互交流の一形態であることもあり，アサーションという概念自体が元来明確にすづら概念であると考えられる。このこともあり，構成概念が多次元か一次元か，アサーションとアグレッションとの複雑な関係，他者尊重の視点の抜け落ち，文化の概念への影響など，アサーション研究において常に付きまとう問題の一つは，アサーションという定義や概念を取り巻く問題のようであった。よって，今後のアサーション研究においては，まず，定義・構成概念の整理を行う必要がある。そしてその上で，測定法等を検討し，アサーションと関連要因を探索してゆくことで，アサーション自体の意義を再問してゆくことができよう。また，アサーションの関連要因に加え，主張性の内容といった視点を加えれば，より丁寧で個に応じたアプローチが可能となるのではないかとと思われる。

ATをめぐることは，トレーニングが実施されている割には，効果研究や事例研究が少ないために，さらなる充実が望まれる。

そして，事例研究や調査研究の積み重ねにより，よりよいATの構築をはじめとした臨床の場での活用が可能となるのではないだろうか。

ところで，「アサーション＝自己表現をすること，表出すること」というように思われがちである。無藤(2002)は，アサーションはいわゆるアサーティブになることを普遍的理想であるかのように奨励するわけではないと述べ，自分にとっての自己表現の選択肢を増やし，その中から自分の気持ち・状況・諸条件を考慮ながら自己選択していくことの重要性を指摘している。そして，アサーションには選択の基盤に，自分がどのように感じ，自分自身どのようになりたいかということに気付く過程があると述べている。つまり，自分の気持ちを大切にしながら自分自身で自己表現の方法を選び取ること，そして，自分も他者も尊重することがアサーションであるといえる。これまでは，アサーション権や表出行動に主に注目が集まっていたが，今後，アサーティブ行動に至るまでの過程も考慮する必要があるように思われる。

日本におけるアサーションの研究は，現在発展

途上の段階にあるといえる。今後，さらなる研究の積み重ねが期待される。

文献

- 安立奈歩 2001 攻撃性の諸相に関する研究
京都大学大学院教育学研究科紀要, 47, 475-487.
- 相川 充 2000 セレクション社会心理学20人
つきあいの技術－社会的スキルの心理学－
サイエンス社
- Alberti, R. E. & Emmons, M. L. 1970 *Your Perfect Right: A Guide to Assertive Behavior*. San Luis Obispo, California: Impact Publishers.
- Alberti, R. E. & Emmons, M. L. 1990 *Your Perfect Right: A Guide to Assertive Behavior*, 6nd ed. San Luis Obispo, California: Impact Publishers. (菅沼憲司・ミラー・ハーシャル 訳 1994 自己主張トレーニング 東京図書)
- Dodge, K. A., McClusky, C. L. & Feldman, E. 1985 Situational approach to assessment of social competence. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 53, 344-353.
- 福島 章 1981 攻撃性 梅津八三・相良守次・宮城音弥・依田新監修「新版心理学事典 平凡社」 229-230.
- 古市裕一・乗金恵子・原田雅寿 1991 主張性検査の開発(Ⅰ) 岡山大学教育学部研究集録, 86, 33-43.
- Galassi, J. P., Delo, J. S., Galassi, M. D. & Bastien, S. 1974 *The College Self-Expression Scale: A measure of assertiveness*. *Behavior Therapy*, 5, 165-171.
- 濱口佳和 1994 児童用主張性尺度の構成 教育心理学研究, 42(4), 101-470.
- 平木典子 1989 アサーションとは? さわやかな自己表現のために 青年心理 金子書房, 75, 82-86.
- 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 2000 自己カウンセリングとアサーションのすすめ 金子書房
- 平木典子 2001 アサーションを生きる 交流分析研究, 26(2), 112-118.
- 平木典子・沢崎達夫・土沼雅子編 2002 カウンセラーのためのアサーション 金子書房
- 伊藤弥生 1998 アサーティブマインドスケール

- ル作成の試み 人間性心理学研究, 16(2), 212-219.
- 伊藤弥生 2001 日本におけるアサーション像の探索的研究: アサーショントレーニング参加者の個別面接を土台に 心理臨床学研究, 19(4), 410-420.
- 神永典郎・吉田昭久・小熊 均 1990 日常生活場面に表出する人間の攻撃性(Ⅲ) - 対人行動イメージによる検討 - 茨城大学教育学部紀要(人文・社会学・芸術), 39, 75-93.
- 金 奎卓・野島一彦 2002 韓国における行動的・認知的主張訓練が小学生の主張行動に及ぼす効果 九州大学心理学研究, 3, 113-120.
- Lazarus, A. A. 1973 On Assertive behavior: a brief note. Behavior Therapy, 4, 697-699.
- Lorr, M. & More, W. 1980 Four dimensions of assertiveness. Multivariate Behavioral Research, 2, 127-138.
- Maslow, A. H. 1954 Motivation and personality. Harper&Row.
- 用松敏子 2002 アサーションとアグレッションの関連について - 精神的健康度を指標として - 福岡教育大学卒業論文
- 村山正治・山田裕章・峰松 修・冷川昭子・田中克江・田村隆一 1989 精神的健康に関する研究 - アサーション尺度作成を中心として - 健康科学, 11, 121-128.
- 村山正治・山田裕章・峰松 修・冷川昭子・田中克江・田村隆一 1991 精神的健康に関する研究 - アサーション尺度の改訂と分析 - 健康科学, 13, 97-103.
- 無藤清子 2002 個人カウンセリングにおけるアサーションの意味 平木典子・沢崎達夫・土沼雅子編「カウンセラーのためのアサーション」金子書房, 2章, 53-88.
- 中村 正 1999 アメリカにおけるドメスティック・バイオレンス加害者教育プログラムの研究 立命館産業社会論集, 35(1), 57-79.
- 大淵憲一・堀川一也編 1996 パーソナリティと対人行動・対人行動学研究シリーズ5 誠心書房
- Phelps, S. & Austin, N. 1975 The assertive Woman. San Luis Obispo, California: Impact publishers, Inc. (園田雅代・中釜洋子訳 1995 アサーティブ・ウーマン 誠信書房)
- Rathus, S. A. 1973 A 30-items schedule for assessing assertive behavior. Behavior Therapy, 4, 398-406.
- Rees, S. & Graham, R. S. 1991 ASSERTION TRAINING: How to be who you really are. London: Routledge. (高山 巖・吉牟田直孝・吉牟田直訳 1996 自己表現トレーニング - ありのままの自分を生きるために - 岩崎学術出版社)
- 柴橋祐子 1998 思春期の友人関係におけるアサーション能力育成の意義と主張性尺度の研究の課題について カウンセリング研究, 31, 19-26.
- 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.
- 清水隆司・森田汐生・竹沢昌子・赤築綾子・久保田進也・三島徳雄・永田頌史 2003 日本語版 Rathus Assertiveness Schedule (RAS) の作成と信頼性・妥当性の検討 産業医科大学雑誌, 25(1), 35-42.
- 園田雅代 2001 ヒューマン・サービス従事者のためのアサーション・トレーニング; フォーカシングの導入をめぐる 創価大学教育学部論集, 51, 29-47.
- 園田雅代 2002a 概説: アサーション・トレーニング 創価大学教育学部論集, 52, 79-90.
- 園田雅代 2002b クライアント中心療法から見るアサーション教育の効果; 参加者の<語り>を手がかりに 創価大学教育学部論集, 53, 17-38.
- 菅沼憲治 1989 アサーティブ=チェックリスト 青年心理 金子書房, 75, 82-86.
- 菅沼憲司 1994 アサーティブ行動の構造に関する因子論的研究 千葉商科大学紀要, 31, 19-46.
- 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・人文・社会科学, 50(1), 221-232.
- 渡部玲二郎・稲川洋美 2002 児童用自己表現尺度の作成, および認知的変数と情緒的変数が自己表現に及ぼす影響について カウンセリング研究, 35, 198-207.
- Wolpe, J. 1958 Psychology by Reciprocal Inhibition. Stanford University Press.
- 山田美絵 1997 主張性の行動観察に関する一考察 - コンセンサス・ロールシャッハ法を使って - ロールシャッハ研究, 39, 73-83.