ひきこもり傾向者の対人関係
―アサーティブな意思表現が可能な場面とは―

The study of Good communication skills of Hikikomori

会田龍之介
跡見学園女子大学大学院
人文科学研究科臨床心理学専攻
Ryunosuke Aida
Division of Clinical Psychology,
Graduate School of Humanities, Atomi University

宮崎　圭子
跡見学園女子大学

Keiko Miyazaki
Department of Clinical Psychology, Division of Clinical Psychology, Graduate School of Humanities, Atomi University

要　約

ひきこもり当事者は、コミュニケーションスキルがうまく機能していない、とう指摘がある。支援施設等で当事者へのSSTプログラムが行われることもあるが、その際、「できないこと」に主眼が置かれることが多い。コミュニケーションにおける当事者の強みに目を向けられれば、より参加しやすく、効果的なプログラムがデザイン出来ると考えた。

そこで本研究では、アサーション理論における３つの表現スタイルである、「アサーティブ」「攻撃的」「非主張的」の３つの発言が、４つのジレンマ場面でどのように用いられているのかを調査し、以下の結果を得た。

「家に遊びに来たいという友人からの申し出」場面では、ひきこもり傾向の高い者でもアサーティブに断ることが出来ていた。また、一般的に難易度が高いと思われがちな、「貸したお金を返してもらう交渉」場面では、非主張的ではない対応を行えていた。一方、ひきこもり傾向低群であっても、すべての場面でアサーティブな対応が出来ている訳ではなかった。

支援方法としては、まず、強みを生かせる場面でのプログラムから取り組み、そこで当事者が自信を養い、高度なプログラムへと移行していくようなものが有効と思われる。

【Key Word】ひきこもり、コミュニケーション、アサーション

Ⅰ．問題

ひきこもりとは、「仕事や学校に行かず、家族以外の人との交流をほとんどせずに、６か月以上続けて自宅にひきこもっている状態」とされている（厚生労働省，2010）。内閣府（2010）が行なった調査によると、「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」と答えた広義のひきこもりも合わせた日本のひきこもりの人数は、約69.6万人と推計されている。この調査は、対象者が39歳までと限られており、40歳以降の当事者も含める

と、実際の数はさらに多いことが予想される。

精神科医である斉藤（2000）は、自らの臨床経験から、次のことを指摘している。ひきこもり当事者は、限られた相手や状況下では、困難を感じずに振る舞うことが出来るという人もいる。一方、当事者は醜形恐怖を始めとする対人恐怖を抱えていることも多いため、それが対人恐怖につながる、というものである。

また蔵本（2015）は、別の指摘を行っている。ひきこもり当事者59名（男40名、女19名、*M*：32，２歳）、対照群として、大学生と看護学校の学生352名（男218名、女134名、*M*：20，２歳）に対し、「友人関係動機づけ尺度」と「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」を行った。その結果、ひきこもり当事者の方が、有意にソーシャルスキル得点が低いことが明らかとなった。また、コミュニケーションにおける動機付けにおいて、対照群と違いがみられるとして、ひきこもり当事者へのアウトリーチの重要性を指摘している。

ひきこもり当事者は、対人恐怖から、ソーシャルスキルを訓練する場面を自ら避けがちになると思われる。その結果として、スキルが育たず、より対人場面への苦手意識を肥大化させるのではないだろうか。

支援施設などで行われるSSTのプログラムデザインにおいて、通常は「できないこと」に主眼を置き、それらを改善させる目的で行われることが多い。コミュニケーションの欠点にばかり注目するのではなく、強みにも目を向けることで、ひきこもり当事者が抵抗なく参加できるような、効果的なプログラムをデザインすることが出来るのではないだろうか。

Ⅱ．目的

以上より、本研究の目的は、ひきこもり傾向の高い者でも、アサーティブな表現スタイルを用いることの出来る場面を明らかにし、効果的な介入の示唆を得ることである。

Ⅲ．方法

１．調査対象者

関東圏内のX女子大学に在籍する学部生250名（*M*：18.87歳、*SD*：0.89）を対象に調査を行った。

２．調査時期

2017年５月中旬頃。

３．実施方法とその手続き

調査は質問紙にて行い、授業中に一斉配布一斉回収を行った。質問紙に本研究の趣旨と同意について説明した文書を添付し、質問紙の提出をもって研究への同意とした。回答はいずれも無記名で行われた。

４．質問紙の内容

１）フェイスシート

学年、学科、年齢、SNS（TwitterrやFacebookなど）や、LINE・PCメールの更新・返信・閲覧の程度を尋ねた。

２）ひきこもりに関する心理的特性尺度（松本，2003）

松本（2003）によって作成された。第１因子「他者からの評価への過敏さ」、第２因子「自己否定・不全感」、第３因子「孤立傾向」の３下位尺度から成る。全23項目。項目内容は表１に示す。

信頼性について、Cronbachのα係数は各

表1　ひきこもりに関する心理的特性尺度（松本，2003）

因子		項目内容
第1因子	他者からの評価への過敏さ	1　人の目が気になります
		2　落ち込みやすいほうです
		3　不安になりやすいほうです
		4　傷つきやすいほうです
		5　何事も気にするほうです
		6　自分のスタイルや外見が気になります
		7　世間体を気にするほうです
		8　人から笑われているのではないかと心配です
第2因子	自己否定・不全感	9　孤独だと感じることが多いです
		10　消えてしまいたくなることがあります
		11　私はひきこもりたいと思ったことがあります
		12　何のために生きているのだろうと考えることがあります
		13　精神的にゆとりを持てないことが多いです
		14　イライラすることが多いです
		15　今の自分が嫌いです
		16　ときどき暴れたくなります
第3因子	孤立傾向	17　人間関係が苦手です
		18　内向的です
		19　自分を表現するほうではありません
		20　人といっしょにいるのがにがてです
		21　外の世界よりも自分の世界にいる方が楽です
		22　人に相談しないほうです
		23　ほんとうの自分を知られたくないと思っています

下位尺度に対して、それぞれ.64,.57,.70であった。第2因子でやや低い値となっているが、「自己否定・不全感」の項目は、ひきこもりに関する心理的要因として重要であるとして、そのまま採用した。本尺度は、「自閉性格（S)」「神経過敏性格（N)」「自己不全感・自身欠乏性格・内向性格（U)」「執着性格（I)」「同調性各（C)」「自己顕示性格（H)」の6因子から成る、下田式SPIとの相関により、妥当性が検証されている。23項目それぞれについて、「全くあてはまらない」～「非常にあてはまる」の4段階評定で回答を求めた。

3）自己表現スタイル測定尺度（安藤，2006）

安藤（2006）により作成された。4つのジレンマ場面（①「友人の遊びの誘いへの対処」、②「家に来たいという友人の申し出への対処」、③「グループからの非難への対処」、④「貸したお金を返してもらう交渉」）と5つの自己表現スタイル（アサーティブ、攻撃的、非主張的、間接的、短絡的）に相当する発言からなる。項目内容は表2、表3、表4、表5に示す。普段、これらの発言をどの程度用いているかを、「決して言わない」～「よく言う」までの5段階評定で回答を求めた。

平木（2016）は、コミュニケーションのスタイルを、アサーティブ・攻撃的・非主張的の3タイプに分類している。それに基づき、本研究では、その3つの表現スタイルのみを分析してまとめるものとした。

表2　場面1「友人の遊びの誘いへの対処」

状況	友人から今度の休みにどこかに遊びに行こうと誘われました。その友人とは前々からどこかに遊びに行こうと約束してはいましたが、近頃忙しかったので、今度の休みは家でゆっくりしようと決めていました。
質問項目	1　今度の休みは忙しくて、休みは家でゆっくりしようと思ってたんだ。遊びに行くのは今度にしない？（アサーティブ） 2　今度の休みはだめだなー。（攻撃的） 3　いいよ、どこ行く？（非主張的） 4　今度の休みは難しいかもしれないな。考えておくよ。（間接的） 5　ごめん、また今度ね。（短絡的）

表3　場面2「家に来たいという友人の申し出への対処」

状況	あなたは友人とレストランで食事をしていました。友人との話は尽きることなく、この続きをあなたの下宿先で話そう、と友人は言いました。しかし、明日は早い時間から用事もあり、あなたは家に来てほしくないと思っています。
質問項目	1　ごめん。明日の朝早くから用事があるから、次の機会にゆっくり話そう。（アサーティブ） 2　今日は寝たいから無理！（攻撃的） 3　少しぐらいだったらいいよ。（非主張的） 4　今は家の中がすごく散らかってるんだよねー。（間接的） 5　話の続きはまた今度ね！（短絡的）

表4　場面3「グループからの非難への対処」

状況	授業で提出されたグループ課題において、あなたは多くの資料を集めたりと、自分なりに一生懸命だったので、あなたの働きはグループに貢献していると考えていました。しかし、ある時グループのメンバーからあなたは非協力的だと言われました。
質問項目	1　私のどこが非協力的だって思うの？自分なりに貢献したつもりだけど、何が足りなかったのか教えてよ。（アサーティブ） 2　それじゃあ後は自分たちでやれば！（攻撃的） 3　ごめん。これからはもっと頑張るよ。（非主張的） 4　そういう自分は何をしたって言える？（間接的） 5　えー！ちゃんとやってるよ。（短絡的）

表5　場面4「貸したお金を返してもらう交渉」

状況	あなたは以前、友人にお金を貸していて、そのお金はまだ返してもらっていません。友人はその事をすっかり忘れてしまっている様子で、何気なくそのことを話題にしても、一向にお金を返してくれる素振りもありません。
質問項目	1　こないだお金借りたこと覚えてる？今でも返せるようなら、返して欲しいんだ。（アサーティブ） 2　いい加減、貸したお金返してよ！（攻撃的） 3　あの……お金……（非主張的） 4　何か忘れてない？こないだお金貸したよね？（間接的） 5　そろそろ貸したお金、返して。（短絡的）

5．倫理的配慮

本研究は、跡見学園女子大学文学部臨床心理学科倫理委員会において承認を得られている（申請番号17004）。

Ⅳ．結果と考察

「ひきこもりに関する心理的特性尺度」について、平均値のうち、上位25％を高群、下位25％を低群とした。その２群と、「自己表現スタイル測定尺度」の４つのジレンマ場面とを独立変数とし、各３つの表現スタイルを従属変数とした分散分析（２×4,混合計画）を行った。分散分析の結果を以下に示す。

1．従属変数が「アサーティブな表現スタイル」の分析結果

コミュニケーションスタイルとして、アサーティブな表現スタイルを用いていた場合について、分析を行った。その結果を以下（表６、表７）に示す。

表７より、第２因子高低群、第３因子高低群、ひきこもり傾向高低群においては、交互作用は有意ではなかった。また、高低群においても、主効果は有意ではなかった。場面の主効果においては、第２因子高低群、第３因子高低群、引きこもり傾向高低群において、場面２「家に来たいという友人の申し出への対処」で、もっともアサーティブな表現スタイルを用いていることが分かった。第２因子においては、場面３「グループからの非難への対処」において、最もアサーティブな対応が難しいということが明らかとなった。第３因子高低群とひきこもり傾向高低群においては、それぞれ場面１「友人の遊びの誘いへの対処」と場面３「グループからの非難への対処」が、アサーティブな対応の難しい場面であるということも示唆された。

交互作用が有意であった第１因子「他者からの評価への過敏さ」高低群において、単純主効果検定を行った。その結果を以下（表８）に示す。

表８によると、第１因子「他者からの評価への過敏さ」では、高群低群ともに、場面２が最もアサーティブに対応できる場面であることが明らかとなった。第１因子高

表６　アサーティブ条件、「高低群×場面」における平均値とSD

	第１因子				第２因子				第３因子				ひきこもり傾向			
	高群		低群		高群		低群		高群		低群		高群		低群	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
場面１	2.36	1.31	3.15	1.46	2.59	1.33	2.93	1.48	2.50	1.37	2.97	1.36	2.54	1.34	3.00	1.45
場面２	4.11	1.07	4.48	0.85	4.07	1.01	4.39	0.95	4.00	0.97	4.14	1.12	3.95	0.99	4.35	1.04
場面３	2.09	1.24	2.52	1.37	2.46	1.29	2.33	1.28	2.46	1.31	2.29	1.37	2.41	1.32	2.43	1.33
場面４	3.45	1.40	3.42	1.44	3.62	1.26	3.70	1.38	3.27	1.36	3.59	1.40	3.51	1.33	3.50	1.47

表７　アサーティブ「高低群×場面」における主効果と交互作用の有無

	高群・低群		場面			交互作用	
１因子	$F(1,122)=6.99$	−	$F(2.84,345.93)=71.10$	***	−	$F(2.84,345.93)=2.71$	*
２因子	$F(1,133)=1.15$	n.s.	$F(2.77,368.49)=78.33$	***	2>1***>4***>3***	$F(2.77,368.49)=1.33$	n.s.
３因子	$F(1,131)=1.72$	n.s.	$F(3,39)=57.03$	***	2>4***>1***,2>4***>3***	$F(3,39)=1.91$	n.s.
ひきこもり傾向	$F(1,117)=2.12$	n.s.	$F(2.77,324.21)=53.04$	***	2>4***>1***,2>4***>3***	$F(2.77,324.21)=1.33$	n.s.

（†;$p<.10$　*;$p<.05$　**;$p<.01$　***;$p<.001$）

表８　アサーティブ条件の単純主効果

	高群	低群	場面１	場面２	場面３	場面４
１因子	2>4**>1***,2>4**>3***	2>1***>3**,2>4***>3***	低>高**	低>高*	n.s.	n.s.

（†;p<.10　*;p<.05　**;p<.01　***;p<.001）

群においては、場面１「友人の遊びの誘いへの対処」、場面３「グループからの非難への対処」、低群においては、場面３「グループからの非難への対処」が、アサーティブに対応しにくい場面であることが分かった。

２．従属変数が「攻撃的な表現スタイル」の分析結果

コミュニケーションスタイルとして、攻撃的な表現スタイルを用いていた場合について、分析を行った。その結果を以下（表９、表10）に示す。

表10によると、第３因子「孤立傾向」高低群においては、交互作用が認められなかった。また、高低群の主効果も有意ではなかった。場面の主効果においては、場面１「友人からの遊びの誘いへの対処」でもっとも攻撃的な表現スタイルを用いていた。

交互作用が有意であった第１因子「他者からの評価への過敏さ」高低群、第２因子「自己否定・不全感」高低群、ひきこもり傾向高低群において、それぞれ単純主効果検定を行った。その結果を表11に示す。

第１因子高群において、場面１「友人からの遊びの誘いへの対処」でもっとも攻撃的な表現スタイルが用いられていた。また、第１因子低群では、場面１「友人からの遊びの誘いへの対処」及び場面２「家に

表９　攻撃的「高低群×場面」の平均値とSD

	第１因子				第２因子				第３因子				ひきこもり傾向			
	高群		低群		高群		低群		高群		低群		高群		低群	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
場面１	2.85	1.38	3.15	1.42	2.78	1.34	2.84	1.45	2.75	1.37	3.17	1.26	2.74	1.37	3.05	1.41
場面２	1.98	1.22	3.08	1.46	2.28	1.28	2.72	1.48	2.38	1.40	2.63	1.44	2.28	1.25	3.10	1.47
場面３	1.74	1.12	1.74	1.05	1.97	1.29	1.57	0.97	1.81	1.22	1.63	0.97	1.88	1.23	1.64	1.00
場面４	1.58	1.17	1.69	1.03	1.79	1.18	1.72	1.13	1.70	1.20	1.63	1.04	1.71	1.20	1.69	1.07

表10　攻撃的「高低群×場面」の主効果と交互作用の有無

	高群・低群		場面			交互作用	
１因子	F(1,121)=7.09	−	F(3,363)=42.21	***	−	F(3,363)=6.13	***
２因子	F(1,133)=.003	−	F(3,399)=29.85	***	−	F(3,399)=3.17	*
３因子	F(1,131)=.56	n.s.	F(3,39)=42.80	***	1>2*>3***,1>2***>4***	F(3,39)=2.01	n.s.
ひきこもり傾向	F(1,117)=2.32	−	F(3,351)=35.06	***	−	F(3,351)=4.86	***

（†;p<.10　*;p<.05　**;p<.01　***;p<.001）

表11　攻撃的条件の単純主効果

	高群	低群	場面１	場面２	場面３	場面４
１因子	1>2***>4*,1>3***	1>3***,1>4***,2>3***,2>4***	n.s.	低>高***	n.s.	n.s.
２因子	1>2*>4*,1>3***	1>3***,1>4***,2>3***,2>4***	n.s.	n.s.	高>低*	n.s.
ひきこもり傾向	1>2*>4**	1>3***,1>4***,2>3***,2>4***	n.s.	n.s.	低>高**	n.s.

（†;p<.10　*;p<.05　**;p<.01　***;p<.001）

来たいという友人の申し出への対処」の方が、場面３「グループからの非難への対処」及び場面４「貸したお金を返してもらう交渉」よりも攻撃的な表現スタイルが用いられていた。さらに、場面２「家に来たいという友人の申し出への対処」においては、第１因子低群の方が、高群よりも攻撃的な表現スタイルを用いていることが明らかとなった。

第２因子高群においては、場面１において最も攻撃的な表現スタイルが用いられていた。第２因子低群においては、場面１「友人からの遊びの誘いへの対処」及び場面２「家に来たいという友人の申し出への対処」の方が、場面３「グループからの非難への対処」及び場面４「貸したお金を返してもらう交渉」よりも攻撃的な表現スタイルが用いられていた。さらに、場面３「グループからの非難への対処」においては、第２因子高群の方が、低群よりも攻撃的な表現スタイルが用いられていることが明らかとなった。

ひきこもり傾向高群においては、場面１「友人からの遊びの誘いへの対処」において、攻撃的な表現スタイルがよく用いられていた。低群においては、場面１「友人からの遊びの誘いへの対処」及び場面２「家に来たいという友人の申し出への対処」の方が、場面３「グループからの非難への対処」及び場面４「貸したお金を返してもらう交渉」よりも攻撃的な表現スタイルが用いられていた。さらに場面３「グループからの非難への対処」においては、ひきこもり傾向低群の方が、高群よりも攻撃的な表現スタイルを用いていることが明らかとなった。

３．従属変数が「非主張的な表現スタイル」の分析結果

コミュニケーションスタイルとして、非主張的な表現スタイルを用いていた場合について、分析を行った。その結果を以下（表12、表13）に示す。

表13によると、第１因子「他者からの評価への過敏さ」高低群とひきこもり傾向高低群においては、交互作用が有意ではなかった。高低群の主効果をみると、第１因子

表12　非主張的「高低群×場面」の平均値とSD

	第１因子				第２因子				第３因子				ひきこもり傾向			
	高群		低群		高群		低群		高群		低群		高群		低群	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
場面１	3.85	1.07	3.75	1.23	3.76	1.12	3.92	1.11	3.75	1.22	4.08	1.13	3.79	1.21	3.88	1.25
場面２	3.77	1.02	3.22	1.25	3.43	1.12	3.38	1.31	3.37	1.18	3.69	1.18	3.66	1.12	3.32	1.25
場面３	3.60	1.30	3.24	1.37	3.28	1.28	3.58	1.20	3.53	1.25	3.25	1.32	3.40	1.28	3.31	1.30
場面４	3.40	1.36	2.59	1.35	3.39	1.18	2.76	1.42	3.16	1.28	2.86	1.43	3.26	1.26	2.64	1.37

表13　非主張的「高低群×場面」の主効果と交互作用の有無

	高群・低群		場面			交互作用	
１因子	F(1,119)＝12.99	高＞低***	F(2.81,334)＝9.3	***	1＞3†＞4†,2＞4*	F(2.81,334)＝1.87	n.s.
２因子	F(1,131)＝.22	－	F(2.8,366.31)＝10.03	***	－	F(2.8,366.31)＝4.2	**
３因子	F(1,130)＝.02	－	F(3,390)＝13.23	***	－	F(3,390)＝3.02	*
ひきこもり傾向	F(1,115)＝2.93	高＞低†	F(3,345)＝11.536	***	1＞2*＞4**,1＞3**＞4†	F(3,345)＝2	n.s.

（†;p＜.10　*;p＜.05　**;p＜.01　***;p＜.001）

表14　非主張的条件の単純主効

	高群	低群	場面１	場面２	場面３	場面４
２因子	n.s.	3>4***>1***>2**	n.s.	n.s.	n.s.	高>低**
３因子	1>2*,1>4**	1>3***,1>4***,2>4***,2>3*	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.

（†;p<.10　*;p<.05　**;p<.01　***;p<.001）

「他者からの評価への過敏さ」の高低群では、高群の方が0.1%水準で有意に、低群よりも非主張的な表現スタイルを用いていることが明らかとなった。

場面の主効果をみると、第１因子「他者からの評価への過敏さ」高低群とひきこもり傾向高低群において、場面４「貸したお金を返してもらう交渉」で最も非主張的な表現スタイルが用いられていないことが明らかとなった。

交互作用が有意であった第２因子「自己否定・不全感」、第３因子「孤立傾向」において、それぞれ単純主効果検定を行った。その結果を表14に示す。

表14によると、第２因子低群では、場面３「グループからの非難への対処」において、もっとも非主張的な表現スタイルが用いられており、場面２「家に来たいという友人の申し出への対処」において、もっとも非主張的な表現スタイルが用いられていないことが明らかとなった。さらに、場面４「貸したお金を返してもらう交渉」で、第２因子高群の方が、低群よりも非主張的な表現スタイルをよく用いていることが明らかとなった。

第３因子高群においては、場面１「友人の遊びの誘いへの対処」で最も非主張的な表現スタイルを用いていた。第３因子低群では、場面１「友人の遊びの誘いへの対処」、場面２「家に来たいという友人の申し出への対処」の方が、場面３「グループからの非難への対処」、場面４「貸したお金を返してもらう交渉」よりも非主張的な表現スタイルが用いられていた。

４．分析結果全般の考察

１～３までの分析の結果から、考察が可能な内容を表15にまとめた。

表15から得られた考察を以下にまとめて

表15　考察内容のまとめ

	第１因子	第２因子	第３因子	ひきこもり傾向
ア	＜場面２＞ 高群でもアサーティブ	＜場面２＞ 高群でもアサーティブ ＜場面３＞ 低群でも非アサーティブ	＜場面１＞ 低群でも非アサーティブ ＜場面２＞ 高群でもアサーティブ ＜場面３＞ 低群でも非アサーティブ	＜場面１＞ 低群でも非アサーティブ ＜場面２＞ 高群でもアサーティブ ＜場面３＞ 低群でも非アサーティブ
攻	＜場面２＞ 低群の方が攻撃的	＜場面３＞ 低群でも攻撃的だが、高群の方がさらに攻撃的		
非	＜場面４＞ 高群でも非主張的でない	＜場面３＞ 低群でも非主張的	＜場面２＞ 低群では非主張的	＜場面１＞ 低群でも非主張的 ＜場面４＞ 高群でも非主張的でない

みた。なお、表中では、考察に用いた部分に関して内容ごとに下線（____、_-_、____、〰〰）をつけ、区別できるようにした（表15の説明文参照）。

1）第1因子、第2因子、第3因子、ひきこもり傾向高群についての考察

下線（____）をみると、ひきこもり傾向高群であっても、場面2「家に来たいという友人への申し出への対処」では、低群と同様にアサーティブに対応できていた。自分の家というプライベートな空間に踏み込まれるような場面では、ひきこもり傾向高群でもアサーティブに断ることが出来るということになる。

また、下線（_-_）をみると、ひきこもり傾向高群であっても、場面4「貸したお金を返してもらう交渉」では、非主張的ではない対応を行えている。金銭などの実際の損得が絡む場面では、意見を主張できるといえるのではないだろうか。我が国には、「金を貸せば友を失う」「金の貸し借り不和の基」という諺がある。海外でも「Lend your money and lose a friend.（金を貸せばともを失う）」というフレーズがある。金銭の貸し借りに関するやりとりは、その後の人間関係を壊しかねない難しいものである。このことを考慮すると、ひきこもり傾向高群がアサーティブに、または主張的に対応できているというのは、強みとしても捉えることが出来るのではないだろうか。

2）第1因子、第2因子、第3因子、ひきこもり傾向低群についての考察

下線（____）をみると、場面3「グループからの非難への対処」では、ひきこもり傾向低群であっても、アサーティブな対応ができていない。また、下線（〰〰）をみると、場面2「家に来たいという友人の申し出への対処」では、むしろ低群の方が攻撃的な対応になっている。

1）、2）を概観すると、低群だからと言ってうまく対応できているわけでもなく、高群だからといって、全てがうまく対応できていないということでもなさそうである。

高群でもアサーティブに対応できる場面が明らかとなったので、この強みを利用して、効果的なプログラムをデザインすることは可能と思われる。

3）支援方法の検討

先述したように、ひきこもり傾向低群でも対応が難しいこともあるし、高群でもアサーティブに、または、はっきりと意思を伝え、対応できる場面があることが理解された。ひきこもり傾向の高い者は、アサーティブな対応を含むすべてのコミュニケーションが苦手である、と一般的には思われがちである。しかしながら、比較的よい対応ができる場面もあるということが、今回の研究から明らかとなった。

当事者支援の一助として、この結果を臨床場面で応用することが可能であると思われる。例えば、ひきこもり当事者への支援としてのSST場面において、以下のことが考えられる。本研究から明らかとなった、比較的アサーティブに対応できる場面、金銭の返還要求や、プライベートな空間への侵襲への対応などの場面に、最初に取り組むようなプログラムを作成する。参加者は少しずつ経験と自信を養っていき、その後、徐々に難易度の高い場面に移行する、といようなプログラムが有効ではないだろ

うか。

ひきこもり傾向の低い者であっても、対人関係において苦手な場面があるということを、ひきこもり傾向高群にも認知してもらえるようなサイコエデュケーション的なかかわりも有効と思われる。なぜなら、古志（2017）が指摘するように、ひきこもり経験者は、自分が思う“世間一般の人々”に対し、対人場面において劣等感を抱いていることが多い。その“世間一般の人々”でも苦手な対人場面があるという理解が、客観的な自己理解や、安心感へも繋がっていくのではないだろうか。

4）今後の課題

本調査結果の対象はすべて女性であった。女性のひきこもりも一定数存在するが、一般的には男性のひきこもり当事者が多い。男性にもこの結果が当てはまるかを調査することは喫緊の課題であろう。

また近年では、実際にはひきこもっていないが、ひきこもり状態に移行する危険性があり、その気持ちが分かるという、ひきこもり親和群という言葉も用いられている（内閣府，2010）。渡部ら（2011）によると、ひきこもり親和群の中には、実際のひきこもり当事者とは異なる特徴を持つ群と、類似した特徴を持つ群との両者が存在するという。本研究の調査対象における、ひきこもり傾向高群にも、複数のタイプが存在する可能性が考えられる。そのタイプを明らかにし、コミュニケーションの特徴を調査することも、今後の課題である。

Ⅴ．謝辞

本研究の趣旨に賛同し、調査に協力してくださった女子大学生の皆様に感謝いたします。また、執筆にあたり、最後まで丁寧にご指導くださった宮崎圭子先生、および、相談にのってくださった宮崎ゼミの皆様に厚く御礼申し上げます。

Ⅵ．引用文献

安藤有美（2006）．大学生におけるアサーションスタイルの研究―アサーションの類型化の視点から―，名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要　心理発達科学（修士論文）．53，187–188.

平木典子（2016）．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―　㈱日本・精神技術研究所

古志めぐみ・青木紀久代・谷田征子（2017）．ひきこもり始めた時期と生きづらさ―メール相談にみる当事者の語りから．心理臨床学研究，34(6)，638–647.

厚生労働省（2010）．ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン．厚生労働省.

蔵本信比古（2015）．ひきこもりの人のソーシャルスキルとコミュニケーションに向けた動機づけ日本教育心理学会第57会大会　発表論文集，720.

松本剛（2003）．大学生のひきこもりに関連する心理的特性に関する研究．カウンセリング研究，36(1)，38–46.

内閣府（2010）．若者の意識に関する調査（ひきこもりに関する実態調査）．内閣府.

斉藤環（2000）．社会的ひきこもり――終わらない思春期．PHP新書.

渡部麻美・松井豊・高塚雄介（2011）．ひ

きこもり親和群の下位類型―ひきこもりへの移行可能性に注目して―．筑波大学心理学研究，42，51-57．