

ヒューマン・コミュニケーション授業の効果研究(1)

吉岡和子*

要旨 本研究では、ヒューマン・コミュニケーション授業の効果、質問紙調査により検討した。

研究1では、医学部2年次生と一般学生の4月と7月の比較検討を行った。共通点として、QOSLの「社会的関係」、自己受容尺度の「他者への貢献」が高まっていたことから、ヒューマン・コミュニケーション授業のねらいに沿った効果が現れていると考えられた。また、必修科目と自由選択科目という授業の履修形態による差があることも窺われた。

研究2では、医学部1年次生の4月と2月の比較検討を行ったところ、QOSLの「正課外活動」「生活・学習環境」と九州大学コミュニケーションスケールの「集団への適応」で有意に得点が上昇しており、入学時からの変化が理解されやすい結果となった。

今後、調査方法を工夫し、コミュニケーション教育をよりよいものに改良していくことを目指したい。

キーワード コミュニケーション授業 効果研究 大学生

はじめに

一宮・馬場園・福盛・峰松(1999)は、大学新生の精神状態の変化を最近14年間の質問表による調査の結果から検討し、人づきあいの中で緊張し、友人をうまく作れずに孤独感を持っている学生が最近急速に増加していることを指摘している。また、学生相談を通して、繁田(2000)は、過度に人間関係に敏感になり、神経症的な症状を表す学生の増加を指摘してい

る。このように、現代の一般大学生のメンタルヘルス支援の1つとして、対人関係スキル、コミュニケーション能力の向上が重要であると思われる。筆者は、1999年～現在まで、青年期、特に大学生を対象にして、友人関係における自己表出に関する研究を行ってきた。研究を通して、友人関係における自己表出には、自己受容感を高めることが大切であることを見出してきた(吉岡, 2001)。その自己受容には、「他者への貢献」(大出・澤田, 1988)、つまり高塚

* 福岡県立大学人間社会学部人間形成学科講師

(2003; 2004) のいう「役立ち感」を高めることが必要であることを見出した。高塚は、約10年前から、高校の人間関係づくりの授業の一環として、保育園の園児や高齢者施設利用者の人との関わりを持たせる試みを行い、現在は大学の医学部を中心に、「気づきの体験学習」と「乳幼児や高齢者との交流」を核とした“ヒューマン・コミュニケーション授業”を行っている。人は誰でも「人から見つめられたい」「自分の話をきいてもらいたい」「大切にされたい」「認めてもらいたい」と感じている。交流を通して、自分が必要とされる体験をすることで、コミュニケーション能力や対人関係の在り方による変化が生じているという。大学生のメンタルヘルス支援については、個人面接を中心とした心理臨床実践活動だけでは十分に対応できない現状があり、生活の大半を過ごす大学の授業の中での工夫が、現代の青年たちには必要になってきていると思われる。大学教育の一環として位置づけ、講義の中で、コミュニケーションスキルを再開発することが学生のメンタルヘルス対策や予防、さらには支援になるように思われる。

筆者は、自分も相手も大切に自己表現を学ぶアサーション・トレーニング(平木、1993)を中心としたコミュニケーション教育を、看護学生に対する研修(2001~2004)や教員養成系大学の講義(2003~2006)、さらには、引きこもり・不登校支援などでやってきている(吉岡・太田・田中、2006)。また、効果

研究(田中・吉岡、2004; 田中・毛利・知念・吉岡、2005)を通して、学生のメンタルヘルスや自己効力感の向上とコミュニケーション教育の関連を見出してきている。

本研究では、高塚が実践してきたヒューマン・コミュニケーション授業の効果を、質問紙調査により検討し、さらに、コミュニケーション教育をよりよいものに改良していくことを目指すものである。

研究 1

目的

2007年4月と7月に調査を行った、鳥取大学医学部2年次生と一般学生のデータを検討することである。

方法

1. 授業内容

授業の流れを Table 1 に示す。

(1) 「気づきの体験学習」：人間関係を学ぶ(基礎編) 内容例 ①一方通行 ②アイスビルド ③思い込み ④自己開示 ⑤あなたにインタビュー ⑥あなたが言われたことは ⑦「聞くと聴く」⑧図形作りにチャレンジ ⑨二人で散歩 ⑩私のやりたいこと ⑪私との約束 ⑫プレゼント・フォー・ユー ⑬ホスピタリティの実際 ⑭人はみな違う考えや気持ちで立っている ⑮私のこうありたい姿勢 ⑯励ましの手

Table 1 授業の流れ

	気づきの体験学習	乳幼児や高齢者との交流	気づきの体験学習
1年前期	1回~4回	5回~14回	15回
1年後期	16回~19回	20回~29回	30回
2年前期	1回~4回	5回~14回	15回

紙

(2) 「乳幼児や高齢者との交流」：人間関係を学ぶ(実践編) 1年次 乳幼児との交流、2年次 高齢者施設利用者との交流

なお、一般学生の授業は、「気づきの体験学習」のみである。

2. 調査時期：

2007年4月と2007年7月

3. 調査対象者：

4月と7月のデータが揃った鳥取大学医学部2年次生(必修科目)48名と一般学生(自由選択科目)24名

4. 調査内容

(1) 簡易版・大学生生活チェックカタログ45(峰松、2002)：大学生の生活の質(Quality of

Student Life:QOSL(以下、QOSL))の実態を把握する尺度；「体調」「自己効力感」「社会的関係」「大学内学習」「正課外活動」「生活・学習環境」「将来の展望」「生きがい」「大学への満足感」「大学生生活の全体的充実感」の10因子、計45項目を用いた(Table 2)。好ましい状態から、3、2、1、0の得点を割り振って、各因子の合計点を求めた。

(2) 九州大学コミュニケーションスケール(峰松、2001)；「社交性」「対人過敏性」「集団への適応」「アサーティブネス」「親との関係」「メディア」の6因子、計25項目を用いた(Table 3)。好ましい状態から、4、3、2、1の得点を割り振って、各因子の合計点を求めた。

(3) 自己受容尺度(大出・澤田、1988)；「自己への好感・満足」「他者への貢献」「自己に失望しないこと」「自己への自信」の4因子、計18項目を用いた(Table 4)。好ましい状態か

Table 2 QOSL 項目例

因子名(項目数)	項 目 例
体調(6)	「体の調子はよい」
自己効力感(9)	「自分は人の役に立つことができる」
社会的関係(6)	「いろいろなことを話せる友達がいる」
大学内学習(3)	「楽しみにしている講義がある」
正課外活動(4)	「アルバイトをしている」
生活・学習環境(4)	「自分の住んでいる住居にかなり不満がある(逆転項目)」
将来の展望(4)	「将来どんな仕事につくのか、ある程度の方向を決めている」
生きがい(4)	「達成したい目的を持っている」
大学への満足感(3)	「この大学は居心地がいい」
大学生生活の全体的充実感(2)	「大学生生活が充実している」

Table 3 九州大学コミュニケーションスケール項目例

因子名(項目数)	項 目 例
社交性(6)	「誰とでも友達になれるほうだ」
対人過敏性(5)	「人と話をするとなんとも疲れる(逆転項目)」
集団への適応(3)	「人前で話をするのはひどく苦手だ(逆転項目)」
アサーティブネス(7)	「知らないことを素直に聞ける」
親との関係(2)	「親との関係はうまくいっている」
メディア(2)	「携帯電話・PHSがないと不安でたまらない(逆転項目)」

ら、4、3、2、1の得点を割り振って、各因子の合計点を求めた。

結果及び考察

医学部2年次生と一般学生のQOSL、九州大学コミュニケーションスケール及び自己受容尺度の得点変化をTable 5～10に示す。

医学部2年次生は、QOSLでは、「社会的関係」「生きがい」「大学への満足感」の得点が有意に上昇していた。しかし、九州大学コミュニケーションスケールでは有意に得点変化しなかった。自己受容尺度については、「他者への貢献」のみ有意差が見られ、授業前後に得点が上昇していた。医学部2年次生について

Table 4 自己受容尺度の項目例

因子名 (項目数)	項 目 例
自己への好感・満足 (6)	「私は、理想どおりではないが、自分というものが好きだ」
他者への貢献 (4)	「私は、人から必要とされていると思う」
自己に失望しないこと (3)	「私は、自分に失望することがよくある(逆転項目)」
自己への自信 (5)	「私は、自分は自分とわりきることができる」

Table 5 医学部 2年次生 QOSL得点変化

下位因子 (得点範囲)	2年次 4月	2年次 7月	t 値
体調 (0-18)	12.96 (3.13)	12.55 (3.43)	1.52
自己効力感 (0-27)	14.66 (5.09)	14.64 (5.32)	.10
社会的関係 (0-18)	10.09 (3.91)	10.79 (4.31)	3.09 **
大学内学習 (0-9)	6.21 (1.78)	6.04 (1.82)	.94
正課外活動 (0-12)	2.45 (1.93)	3.06 (2.33)	1.60
生活・学習環境 (0-12)	9.32 (2.16)	9.34 (2.10)	.16
将来の展望 (0-12)	7.66 (2.62)	7.70 (2.78)	.42
生きがい (0-12)	7.04 (2.24)	7.64 (2.41)	2.12 *
大学への満足感 (0-9)	5.11 (1.84)	5.43 (1.94)	2.05 *
大学生活の全体的充実感 (0-6)	3.49 (1.54)	3.79 (1.63)	2.00 +

数値は平均値 (標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す
+p<.10 *p<.05 **p<.01

Table 6 一般学生 QOSL得点変化

下位因子 (得点範囲)	授業前	授業後	t 値
体調 (0-18)	13.29 (2.71)	13.42 (2.99)	.21
自己効力感 (0-27)	13.88 (4.53)	15.92 (4.12)	2.72 *
社会的関係 (0-18)	10.96 (3.30)	13.04 (2.93)	4.03 ***
大学内学習 (0-9)	7.25 (1.33)	6.67 (1.86)	1.52
正課外活動 (0-12)	2.04 (2.48)	3.88 (2.21)	4.05 ***
生活・学習環境 (0-12)	7.83 (2.24)	9.13 (2.27)	2.81 *
将来の展望 (0-12)	6.29 (3.32)	6.21 (3.48)	.15
生きがい (0-12)	7.25 (2.38)	7.00 (3.08)	.60
大学への満足感 (0-9)	5.33 (1.81)	5.38 (2.60)	.09
大学生活の全体的充実感 (0-6)	4.00 (1.56)	3.79 (1.86)	.58

数値は平均値 (標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す
*p<.05 ***p<.001

Table 7 医学部2年次生 九州大学コミュニケーションスケール得点変化

下位因子 (得点範囲)	2年次 4月	2年次 7月	t 値
社交性 (6-24)	16.29 (3.31)	16.35 (3.39)	.33
対人過敏性 (5-20)	13.17 (3.06)	12.90 (3.24)	-1.87+
集団への適応 (3-12)	7.92 (2.51)	7.92 (2.63)	.00
アサーティブネス (7-28)	19.25 (3.55)	19.21 (3.60)	-.24
親との関係 (2-8)	6.67 (0.98)	6.63 (0.96)	-1.00
メディア (2-8)	4.60 (1.07)	4.67 (1.06)	1.35

数値は平均値 (標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す
+p<.10

Table 8 一般学生 九州大学コミュニケーションスケール得点変化

下位因子 (得点範囲)	授業前	授業後	t 値
社交性 (6-24)	18.17 (3.14)	19.46 (2.84)	2.10 *
対人過敏性 (5-20)	13.50 (2.95)	14.08 (1.86)	1.10
集団への適応 (3-12)	7.67 (2.22)	8.75 (1.92)	2.50 *
アサーティブネス (7-28)	19.25 (3.21)	21.08 (3.37)	3.04 **
親との関係 (2-8)	6.04 (1.33)	6.79 (1.06)	4.10 ***
メディア (2-8)	4.38 (1.38)	4.13 (0.95)	.97

数値は平均値 (標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す
*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Table 9 医学部2年次生 自己受容得点変化

下位因子 (得点範囲)	2年次 4月	2年次 7月	t 値
自己への好感・満足 (6-24)	16.90 (3.96)	16.71 (4.21)	-.98
他者への貢献 (4-16)	11.00 (2.05)	11.21 (2.13)	2.34 *
自己に失望しないこと (3-12)	7.48 (2.22)	7.35 (2.19)	-1.10
自己への自信 (5-20)	14.71 (2.92)	14.71 (3.05)	.00

数値は平均値 (標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す
*p<.05

Table10 一般学生 自己受容得点変化

下位因子 (得点範囲)	授業前	授業後	t 値
自己への好感・満足 (6-24)	15.79 (4.50)	15.83 (4.77)	.05
他者への貢献 (4-16)	11.04 (2.39)	12.25 (2.92)	2.61 *
自己に失望しないこと (3-12)	7.17 (2.41)	7.42 (2.43)	.61
自己への自信 (5-20)	14.25 (3.01)	15.13 (3.39)	1.44

数値は平均値 (標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す

は、1年次の変化を経ての調査となったため、効果が顕著に見られなかった可能性がある。

一般学生は、QOSLでは、「自己効力感」「社会的関係」「正課外活動」「生活・学習環境」の得点が有意に上昇していた。また、九州大学コ

ミュニケーションスケールでも、「社交性」「集団への適応」「アサーティブネス」「親との関係」の得点が有意に上昇していた。さらに、自己受容尺度では「他者への貢献」の得点が上昇していた。自ら選択して受講しているため、動機付

けがあり、効果がより明確に現れたと考えられる。

共通点として、QOSLの「社会的関係」、自己受容尺度の「他者への貢献」が高まっていたことから、ヒューマン・コミュニケーション授業のねらいに沿った効果が現れていると考えられる。

研究2

目的

医学部1年次生の4月と2月のデータの検討を行うことである。

方法

1. 授業内容 研究1と同じ

2. 調査時期 2007年4月と2008年2月

3. 調査対象者 4月と2月のデータが揃った鳥取大学医学部1年次生(必修科目)73名

4. 調査内容 研究1と同じであるが、得点化の際に、好ましい状態から、3、2、1、0の得点を割り振って、各因子の合計点を求めた。

結果及び考察

医学部1年次生のQOSL、九州大学コミュニケーションスケール及び自己受容尺度の得点変化をTable11~13に示す。

QOSLにおいて、「正課外活動」「生活・学習環境」の得点が有意に上昇した。入学時には、アルバイト、サークル・クラブなどの「正課外

Table11 医学部1年次生 QOSL得点変化

下位因子(得点範囲)	1年次	4月	1年次	2月	t 値
体調(0-18)	14.05	(3.10)	13.58	(3.10)	1.29
自己効力感(0-27)	16.21	(5.06)	15.75	(4.14)	.97
社会的関係(0-18)	11.11	(3.41)	11.64	(2.06)	1.58
大学内学習(0-9)	7.04	(1.58)	6.00	(2.02)	4.24 ***
正課外活動(0-12)	1.01	(1.70)	4.14	(2.25)	9.97 ****
生活・学習環境(0-12)	9.12	(2.13)	9.78	(2.02)	2.48 *
将来の展望(0-12)	8.88	(2.24)	7.97	(2.35)	4.02 ***
生きがい(0-12)	7.74	(2.44)	7.85	(2.49)	.45
大学への満足感(0-9)	6.19	(1.76)	5.68	(1.70)	2.34 *
大学生生活の全体的充実感(0-6)	4.14	(1.32)	4.25	(1.33)	.66

数値は平均値(標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す

*p<.05 ***p<.001 ****p<.0001

Table12 医学部1年次生 九州大学コミュニケーションスケール得点変化

下位因子(得点範囲)	1年次	4月	1年次	2月	t 値
社交性(0-18)	13.04	(3.26)	11.94	(3.41)	4.28 ***
対人過敏性(0-15)	8.42	(3.08)	8.67	(2.61)	.95
集団への適応(0-9)	4.74	(1.98)	5.08	(2.11)	1.95 +
アサーティブネス(0-21)	13.69	(3.51)	13.38	(3.67)	.85
親との関係(0-6)	4.83	(0.73)	4.82	(0.92)	.13
メディア(0-6)	2.54	(1.05)	2.47	(1.11)	.52

数値は平均値(標準偏差) 得点が高いほどよい状態であることを示す ***p<.001

Table13 医学部1年次生 自己受容得点変化

下位因子（得点範囲）	1年次 4月	1年次 2月	t 値
自己への好感・満足（0-18）	11.66 (3.89)	11.90 (3.36)	.74
他者への貢献（0-12）	7.83 (2.72)	7.87 (2.31)	.19
自己に失望しないこと（0-9）	4.79 (2.07)	4.76 (2.14)	.14
自己への自信（0-15）	10.44 (2.48)	10.53 (2.38)	.36

数値は平均値（標準偏差） 得点が高いほどよい状態であることを示す

活動」はまだしていないが、その後、活動を行う者は増えるためであると考えられる。また、入学時は、環境の変化への移行期間であり、その後、徐々に慣れてきたため「生活・学習環境」の得点が上がった可能性がある。

一方、「大学内学習」「将来の展望」「大学への満足感」の得点が有意に下がっていた。

入学時には、医学部に合格したという高揚感、大学生活への期待の高さ、学ぶことへの意欲の高さがあることが推測されるが、2月という1年生の終わりに近い時期では、学生生活への慣れや入学後の様々な体験を通して自分の将来について見なおしが起こるなど、入学時と比較するとこれらの項目は得点が低下しやすい内容であることが推測される。

九州大学コミュニケーションスケールにおいては、「集団への適応」の得点が有意傾向で上昇し、「社交性」の得点が有意に低下した。入学時に比べて、現在の対人関係が安定してきたために、「集団への適応」の得点が上がり、2月は4月に比べ、初対面の人との関係づくりについては、ニーズが下がるため、新しい関係をつくろうとする「社交性」の得点が下がっていることが推測される。深い人間関係づくりへ移行する時期でもあり、集団への適応が上がっていることは、対人関係が深まっている可能性がある。また、QOSLの「対人関係」の得点が上がり、「アサーティブネス」の得点が下がり

いることも同じようなことが関連している可能性がある。具体的には、QOSLの「対人関係」は、「いろいろなことを話せる友達がいる」、「大学の友達とよく遊びに行く」、「悩みを相談できる人がある」という内容であり、これらの得点が上がっていることから、授業を通して仲間づくりができ、関係が深まっていることが推測される。一方、「アサーティブネス」は「初対面の人と話をするのが苦にならない」、「自分から進んで話しかけることが多い」など、やはり4月という関係づくりの時期に得点が高まることが予想される項目であり、「自分の考えははっきり言うほうだ」については、アサーティブというより、ややアグレッシブでもあり、授業を通して発言の仕方について工夫し始めている可能性も考えられる。

自己受容については、有意に得点に変化した項目はなかった。しかしながら、有意差はないものの「自己への好感・満足」「他者への貢献」「自己への自信」の得点が上がっており、2年次の7月でどのように変化するかを検討したい。

まとめと今後の展望

本研究では、高塚が実践してきたヒューマン・コミュニケーション授業の効果、質問紙調査により検討した。研究1では、医学部

2年次生と一般学生の4月と7月の比較検討を行った。共通点として、QOSLの「社会的関係」、自己受容尺度の「他者への貢献」が高まっていたことから、ヒューマン・コミュニケーション授業のねらいに沿った効果が現れていると考えられた。また、必修科目と自由選択科目という授業の履修形態による差があることも窺われた。必修科目の場合、何か主体的に選択できるプログラムを入れることが有効であるとも考えられる。また、実践編はよりコミュニケーション力を上げることを目指しているものであるが、乳幼児や高齢者との交流に向けて準備が整っていない者がいる可能性があり、どのような影響を学生に与えているのかについて、今後検討を行う必要がある。

研究2では、医学部1年次生の4月と2月の比較検討を行ったところ、QOSLの「正課外活動」「生活・学習環境」と九州大学コミュニケーションスケールの「集団への適応」で有意に得点が上昇しており、入学時からの変化が理解されやすい結果となった。しかしながら、7月に調査を行っていないため、一旦上がって下がった者や、不変な者などがいるかどうかについては検討できなかった。通年と半期の講義がある中で、学生に負担をかけないことを考慮し、どの時点で調査を行うかということが課題として挙げられる。今回の結果をふまえ、まずは4月と7月と2月という形を取り入れることで、どのような変化が起きているかを検討していきたい。また、尺度について、QOSLは、授業の効果より他の生活部分の影響が大きい可能性もあり、今後は尺度の一部を用いるか、より授業の効果を的確に測定できる尺度の検討が必要であると考えられる。コミュニケーション授業の効果をより理解するために、九州大学コミュ

ニケーションスケールから、授業の目的と関連が低いと思われる項目を外し、「聴く」ということに関する項目を加える必要があると思われる。

今後、調査方法を工夫し、コミュニケーション教育をよりよいものに改良していくことを目指したい。

謝辞

調査に協力いただきました学生の皆様、データ整理に協力いただいた皆様に感謝申し上げます。また、鳥取大学の高塚人志先生には、本研究の協力者として大変お世話になりましたことを深謝いたします。

付記

本研究は、平成19年度科学研究費補助金（若手研究B 課題番号19730434 大学生に対するコミュニケーション教育の効果研究）において行われたものである。また、研究1は、日本心理臨床学会第27回大会において、ポスター発表を行ったものを加筆修正したものである。

文献

- 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 日本・精神技術研究所 金子書房
- 一宮 厚・馬場園 明・福盛英明・峰松 修 2003 大学新入生の精神状態の変化-最近14年間の質問票による調査の結果から- 精神医学 45 959-966
- 峰松 修（研究代表者）2002 大学生の生活の質（Quality Of Student Life）に関する研究-「大学生生活調査カタログ」の開発- 課題番号126101324 平成12年度～平成13年度科学研究費補助金 基盤研究(C)(2)

- 峰松 修(研究代表者) 2003 大学生のQOL (Quality Of Life) を高めるための対人関係・コミュニケーションの支援 平成12年～14年度 九州大学教育研究プログラム・研究拠点形成プロジェクト教育研究 (P&P) Cタイプ報告書
- 大出美知子・澤田秀一 1988 自己受容に関する一研究：様相と関連要因をめぐって カウンセリング研究 20 128-137
- 繁田千恵 2000 大学生のライフスタイル 学生相談を通してみられる若者の心理－孤独と不安からの逃避－ 教育と情報 504 12-15
- 高塚人志・五木田 勉 2003 自分が好きになっていく アリス館
- 高塚人志 2004 いのちにふれる授業－鳥取・赤碕高校の取り組み 小学館
- 田中克江・吉岡和子 2004 看護学生に対する合宿型アサーション・トレーニングの実践的研究－自己効力感尺度による効果の検討－ 自然と文化 31 17-23
- 田中克江・毛利史枝・知念正剛・吉岡和子 2005 介護福祉士養成におけるコミュニケーション教育－これまでの養成プログラムの検討－ 自然と文化 32 31-40
- 吉岡和子・太田あや乃・田中克江 2006 不登校や引きこもりの家族に対するアサーション・プログラムの開発－「家庭内の人間関係づくりセミナー」における効果の検討－ 九州大学心理臨床研究 25 105-111