

女子短大生に対するグループワークプログラム実施の試み(8)

○臼井卓也(株式会社みどりトータル・ヘルス研究所)
森際孝司(京都光華女子大学短期大学部)
松原耕平(信州大学)
大対香奈子(近畿大学)
林敬子(株式会社みどりトータル・ヘルス研究所)

猪澤歩(株式会社みどりトータル・ヘルス研究所)
高岡しの(椋山女学園大学)
本岡寛子(近畿大学)
藤田昌也#(株式会社みどりトータル・ヘルス研究所)

キーワード: グループワーク, 社会的スキル, 他者からの評価懸念

問 題

近年, 大学でのコミュニケーション能力の育成に期待が集まっている。また, 厚生労働省(2007)は「若年者就職基礎能力」の中で意思疎通・協調性・自己表現力の必要性をあげている。そこで高岡ら(2013;2014)は, 大学生のコミュニケーション能力として重視されている社会的スキルを高めるためのプログラムを開発し, 継続してその効果検証を行っている。

本研究では, 高岡ら(2014)のプログラムを同じ担当者, 同じ測定尺度で実施した, 3年間のデータ(2017-2019)について有効性を調査し, 特にとどのスキル向上に役立つのかを検証することを目的とした。

方 法

対象者 女子大学生 36名(平均年齢 18.78歳, SD=0.68)がプログラムに参加した。

プログラムの概要 本プログラムは各180分, 全15回で構成され(高岡ら, 2014), 第1回は心理教育を行い, 第2回~第8回は社会的スキル訓練, 第9回中間演習, 第10回~第15回は問題解決スキル訓練を中心に扱った。例えば, 「話の聴き方」の回では, 話し手・聴き手・観察者に分かれ, 指示に従って様々な聴き方を試してみるワークを含めるなど, グループワーク中心の内容となっている。また, 実生活への般化のため, 毎回ホームワークを課した。

測定尺度 ①機能的アサーション尺度(Mitamura, 2017), ②Problem Solving Inventory 邦訳版(PSI: 丸山ら, 1995), ③Fear of Negative Evaluation Scale 短縮版(FNE: 笹川ら, 2004), を使用した。①は得点が高いほうが, ②は低いほうがスキルが高く, ③は得点が高いほうが他者から評価懸念が少ないことを示す。また問題解決スキル訓練の前には, 特定の問題場面において思いつく解決法をできるだけ多く挙げるという課題を課した。

測定時期 すべての尺度について介入前と中間演習後(第9回), 介入後に測定を行った。

結 果

プログラム効果を検討するため, 機能的アサーション尺度, PSI, FNEを従属変数, 時期(介入前, 中間, 介入後)を独立変数とする1要因分散分析を行った。その結果, FNEにのみ有意な時期の主効

果が認められ, Tukey-b法による多重比較を行ったところ, 介入前よりも中間・介入後に他者懸念が低下していることが明らかとなった。(Table 1)。効果サイズとして介入前後のCohen's d を算出したところ, FNEの効果サイズは $d=-.24$ となり, 小~中程度とされる効果サイズであった(竹内ら, 2008)。

また, 問題解決スキル訓練前後における解決法の案出数の増加について対応のある t 検定を実施したところ, 有意な増加が認められた($t(35)=5.11$, $p<.01$)。

Table 1 各尺度得点の推移と効果サイズ

	介入前	中間	介入後	F値	多重比較	d (前-後)
機能的アサーション	37.08 (4.91)	37.11 (5.85)	37.89 (5.08)	.92		.16
問題解決スキル	116.78 (11.51)	115.72 (9.80)	115.06 (10.28)	1.20		-.16
FNE	41.14 (9.73)	39.03 (9.89)	38.89 (9.29)	5.11**	前>中・後	-.24

()内は標準偏差, d =効果サイズ, 前=介入前, 中=中間, 後=介入後
** $p<.01$, * $p<.05$

考 察

研究結果から, 本プログラムを実施することで, 他者からの評価を気にしすぎることなく安心してコミュニケーションをとることができるようになった可能性が示唆された。特にプログラム前半の社会的スキル訓練においては, グループワークの中で自己開示を行う機会が多くあり, 構造化された質の良いコミュニケーションを経験することが評価懸念を少なくしたと考えられる。また, 後半の問題解決スキル訓練前後の解決法案出数についても大きな増加が認められたことから, 問題場面に出会った際に柔軟な発想で多くの可能性や解決法を考え出すことができるようになったと示唆される。

一方で, アサーションスキルや問題解決スキルの尺度得点からは効果を認めることができなかった。これらは, 社会的スキル訓練の効果をアサーションスキルに絞って測定したこと, 問題解決スキルについては訓練の直後に測定したことで, 実際の効果を十分に測定できていなかったことが考えられる。対象者からは, コミュニケーション能力向上に大きく役立ったという感想も多かったことから, 今後は質的な変化についても検証していく必要があると考えられる。