

アサーショントレーニングと野外活動の関係性

Relationship of Assertion Training and Outdoor Activities

中本 貴規, 南 隆尚, 能條 歩

NAKAMOTO Takanori, MINAMI Takahisa and NOJO Ayumu

鳴門教育大学学校教育研究紀要

第 32 号

Bulletin of Center for Collaboration in Community

Naruto University of Education

No.32, Feb., 2018

アサーショントレーニングと野外活動の関係性

Relationship of Assertion Training and Outdoor Activities

中本 貴規*, 南 隆尚**, 能條 歩***

* 〒 772-8502 鳴門市鳴門町高島字中島 748 番地 鳴門教育大学大学院

** 〒 772-8502 鳴門市鳴門町高島字中島 748 番地 鳴門教育大学芸術・健康系教育

*** 〒 068-8642 北海道岩見沢市緑が丘 2-34 北海道教育大学岩見沢校

NAKAMOTO Takanori*, MINAMI Takahisa** and NOJO Ayumu***

* Naruto University of Education, Graduate School

748 Nakajima, Takashima, Naruto-cho, Naruto-shi, 772-8502, Japan

** Naruto University of Education, School of Arts and Health Education

748 Nakajima, Takashima, Naruto-cho, Naruto-shi, 772-8502, Japan

*** Hokkaido University of Education Iwamizawa

2-34 Midorigaoka, Iwamizawa-shi, Hokkaido, 068-8642, Japan

抄録：アサーションとは、コミュニケーションを表現する技法のひとつであり、一般社会だけではなく、学校現場においても、その重要性が示唆される。また、コミュニケーションの機会が多く考えられる野外活動との関連性を考えることを本研究の目的とした。対象は、大学生 15 名（実験群 8 名、対照群 7 名）とした。実験群は野外活動と共に筆者が考案したアサーション的コミュニケーション技術教育を実施し、対照群はアサーション的コミュニケーション技術教育のみを実施した。また、活動の前と活動終了後、終了 1 ヶ月後に調査を行った。主な結果として、野外活動にアサーション的コミュニケーション技術教育を組み込むことによって、参加者にアサーティブな態度を身に付けさせることができ、且つその効果の持続性が長く保存されることが明らかとなった。

キーワード：アサーショントレーニング、野外活動、コミュニケーション能力、社会性

Abstract : Assertion is one of the techniques for expressing communication, and its importance is suggested not only in the general society but also in the school field. The purpose of this research was to consider the relevance to outdoor activities where there are many opportunities for communication. The subjects were 15 college students (8 experimental students and 7 controlled students). In the experimental group, we conducted an assertive communication skill education invented by the author as well as outdoor activities. And we also conducted only education on assertion communication skill to the control group. We also conducted a survey before and after the activity and one month after the end. As a main result, it became clear that by incorporating assertive communication skill education into outdoor activities, students can have assertive attitudes and keep the sustainability of the effect for a long time.

Keywords : Assertion Training, Outdoor Activities, Communication Skills, Sociality

I 緒 言

2016 年 12 月 21 日に中央教育審議会より「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について」の答申が告示された。答申には、子どもたちの現状やそれらに対する課題、「生きる力」の理念の具体化と教育課程の課題などが記されている。その中でも、特に注目されたことが、学習指導要領の改善の方向性である。答申では、改善の方向性として、以下の 3 つのことが記されている。

①学習指導要領等の枠組みの見直し

②教育課程を軸に学校教育の改善・充実の好循環を生み出す「カリキュラム・マネジメント」の実現

③「主体的・対話的で深い学び」の実現（「アクティブ・ラーニング」の視点）

これらのうち③に関しては、これからの時代に求められる資質・能力を身に付け、能動的に学び続けるためにも重要なものであることが述べられている。また、対話的という観点からも今後の学校教育活動などにおけるコミュニケーション活動といった対人関係・人間関係形成

能力の重要性も十分に伺える。

また、対人関係・人間関係形成に関しては、学校現場において、特に教育相談や生徒指導などで幅広く取り扱われている。文部科学省が発行している生徒指導提要では、教育相談の新たな展開として、グループエンカウンター、ピア・サポート活動、ソーシャルスキルトレーニング、アサーショントレーニング、アンガーマネジメント、ストレスマネジメント教育、ライフスキルトレーニング、キャリアカウンセリングが挙げられており、実施に関しては、各教育活動の特質を考慮して、授業の中で実施したり、授業以外の活動として実施したりするなどの工夫が述べられている。これらの活動には、ロールプレイングやグループワークなどの要素が含まれており、次期学習指導要領が挙げている、「主体的・対話的で深い学び(アクティブラーニング)」に関連していることが強く考えられる。

一方、野外活動に関しては、小学校学習指導要領「特別活動」において、現行及び新学習指導要領のどちらにも、自然の中での集団宿泊活動などの平素と異なる生活環境にあつて、見聞を広め、自然や文化などに親しむとともに、良い人間関係を築くなどの集団生活の在り方や公衆道徳などについての体験の重要性が記されている。

野外活動に関する研究は、これまで数多く見られ、自尊感情の向上や集団凝集性の高まり、自然との共生観の向上、社会性の向上など多くの効果が見込まれている。また、野外活動は直接的なコミュニケーションの機会を多くし、それによりコミュニケーション能力との関連も深く考えられる。

コミュニケーション能力を向上させる手法はいくつかあるが、その中の1つとして、生徒指導提要でも取り上げられていた「アサーショントレーニング」は現代の人々が抱えているコミュニケーションの問題を解決する一つの手段になりうると考えられる(平木, 2008)。

アサーションとは、コミュニケーションの表現技法のひとつであり、それには3つのタイプが存在する。第1のタイプは、「ノン・アサーティブ」と呼ばれ、「相手のことを考えすぎて自分の意見が言えない」、「権力に屈して自分の意見が言えない」といったようなものを指す。第2のタイプは、「アグレッシブ」と呼ばれ、「自分が一方的に話し、相手の意見に耳を傾けない」、「相手のことを考えず、自分の意見を押し付ける」といったようなものを指す。第3のタイプは、「アサーティブ」と呼ばれ、「自分の意見を言うことができ、相手の意見にも耳を傾けることができる」といったようなものである。この中でも、第3のタイプは現代の人間関係にとって必要なものであり、学校現場においてもその重要性が示唆される(平木, 2008)。

アサーションは、大きく分けて3つの要素から構成さ

れており、「自尊感情」「他者理解」「コミュニケーションの技術」から構成されている。これらすべてがうまく組み合わさり、バランスの取れた状態を「アサーティブ」といい、どれかが欠落すると「アグレッシブ」または「ノンアサーティブ」になりうる可能性がある。(図1)

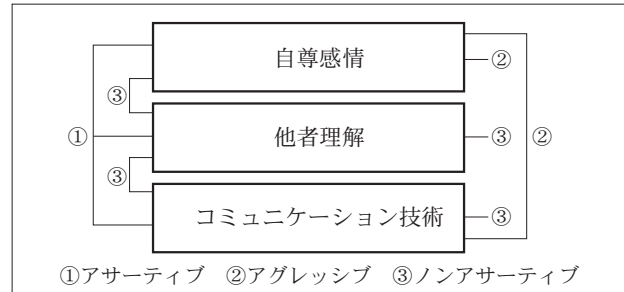


図1

近年、野外活動に関する研究において、「野外教育活動」と「自尊感情」、または「他者理解」に関する研究が多く見受けられ、それらの関係性はすでに実証されている。また、コミュニケーションに着目すると、「コミュニケーションの量」や「コミュニケーションの機会」などに関する研究や報告は見られる。しかしながら、野外活動において「コミュニケーションの技術」に関する研究、またはそれに伴うようなプログラムは見られない。以上のようなことから、野外活動は、そのやり方によって「ノンアサーティブ」な状態を自尊感情のみの向上により「アグレッシブ」にしてしまったり、「ノンアサーティブ」をより強くしてしまったりと「アサーティブ」以外を生み出してしまいう可能性も秘めていると考えられる。

本研究では「野外活動」と「アサーション」との関係性を明らかにしつつ、野外活動にアサーション的コミュニケーション技術教育を組み込み、その効果を検討し、今後の学校教育におけるコミュニケーション技術教育を組み込んだ野外活動の推進に貢献していきたい。

II 方 法

1. 対象

N大学の大学生15名(男子11名、女子4名)を対象に調査を行った。これらのうち、大学で開講される「運動方法VI」の雪上実習に参加した学生8名(男子5名、女子3名)を実験群とし、それ以外の7名(男子5名、女子2名)を対照群とした。

2. 期間

実験群：2017年2月27日～3月3日及び4月3日(図2)

対照群：2017年3月9日～3月13日及び4月13日

日数	1日目(2/27)	2日目(2/28)	3日目(3/1)	4日目(3/2)	5日目(3/3)
日程	集合	起床	起床	起床	起床
	アンケート	朝食	朝食	朝食	朝食
	★	スキー実習②	スキー実習④	バックカントリー	テント撤収
	テント設営	昼食	昼食	昼食	アンケート
	昼食	スキー実習③	スキー実習⑤	バックカントリー	解散
	スキー実習①	夕食	講義③	夕食	
	夕食	講義②	夕食	就寝(雪洞泊)	
	講義①	就寝	講義④		
	就寝		就寝		

★=アサーシヨンのコミュニケーション技術教育

図2

3. 仮説及び調査内容

アサーシヨントレーニングと野外活動をそれぞれ考えた場合、アサーシヨントレーニングには、アサーティブな表現技法を身に付けるためのコミュニケーションの技術教育がなされている。しかし、一般的な野外活動には、アサーシヨントレーニングのようなコミュニケーションの技術を向上させるようなプログラムは見受けられない。次に、野外活動は非日常を体験するということから、その効果は多岐にわたっており、且つその経験が記憶として長く残ることが見込まれる。一方アサーシヨントレーニングは野外活動のような非日常的な体験とは言い難く、多くのアサーシヨントレーニングは週末に短期集中で行われ、そこからまた普段の生活を過ごすことによってトレーニングで得られた効果が低下してしまうなどと、トレーニングによって得られた知識や効果が持続していないことが問題として報告されている。また、野外活動は携帯電話やスマートフォンといった間接的にコミュニケーションをする機会が少なく、そのほとんどを実際に会話して物事を進めるといった、直接的なコミュニケーションをする機会が多く設定されている。そして、その中には、命の危険を伴うようなことを選択する話し合いや自分や他者の健康・安全を吟味する会話、仲間の協力を要する場面等が含まれている。これに対し、アサーシヨントレーニングは、直接的なコミュニケーションを基調とするものの、ロールプレイングといった仮定の対人場面を設定し、トレーニングをしている。以上のようなことから、野外活動の中に、アサーシヨンのコミュニ

ケーション技術教育を組み込むことによって、参加者がアサーティブな表現の技法を身に付けることができるという仮説を立てた。アサーシヨンのコミュニケーション技術教育とは、筆者自身がアサーシヨントレーニングの中でもコミュニケーションの技術習得または技術力向上に寄与する部分を参考に企画するプログラム活動のことである。先行研究で行われていたものを参考にし、一般的なアニメキャラクターを用いて、そのキャラクターの特徴や性格、コミュニケーションに対するイメージなどを参加者に考えてもらい、アサーシヨンの3つのタイプについて理解を促し、野外活動で起こりうる対人場面を設定しトレーニングを行った。(図3、図4、図5)このトレーニングは、野外活動の一環として行うため、長時間かけて行うプログラムではなく、短時間で、且つ実際にコミュニケーションの体験を多くしてもらうことを念頭に置き考案した。

また、一般的なアサーシヨントレーニングは、教材を読んだり、ロールプレイングを行ったりと対人場面を想定して行われるため、現実の対人場面が設定される野外活動といった体験活動と関連させることで、その効果の持続性が長く見込まれる。それらの仮説のもと、以下のような質問紙調査を実施し、活動開始前(以下「pre」とする。)と活動終了後(以下「post 1」とする。)、終了1ヶ月後(以下「post 2」とする。)の結果について比較・分析を行い、その変化の要因等について考察を行う。また、獲得したアサーティブな表現の技法が一般社会において有効に効果を発揮するものなのか、社会に必要な



図3



図4



図5

コミュニケーション能力の部分に関係をしているのかを測るために社会性の観点からも調査を行った。

1) アサーションの測定に関して

半田 (2007) の研究において、作成され、内的整合性が検討された「児童用アサーション尺度」を使用する。この尺度は、「アサーティブ」「アグレッシブ」「ノンアサーティブ」から構成されている。項目数は、「アサーティブ」6項目、「アグレッシブ」5項目、「ノンアサーティブ」4項目の計15項目であり、それぞれに対して、「はい」「わからない」「いいえ」の3段階で評価される。(図6)

2) 社会性の測定に関して

田中ら (2011) によって開発され、妥当性と信憑性の確認が行われた「小学生版『社会性と情動』尺度 (SES-

①あなたは、先生がいったことでも、へんだと思ったら、もういちど先生に確かめる。
②あなたは、買い物をして、おつりが少なくて、店の人に「おつりがありません」となかなか言えない。
③あなたは、おもちゃを友だちにこわされたとき、いつもより大きな声で友だちを怒る。
④あなたは、先生からほめられておれいを言いたいとき、おれいを言う。
⑤あなたは、家族に相談したいことがあるのにできないとき、「聞けよ!」といらいらす。
⑥あなたは、自分が知らないことを聞かれても、「しらない」と言いにくい。
⑦あなたは、やりたくないことを友だちからたのまれたとき、にらみつける。
⑧あなたは、友だちがトランプをしていてそれにはいたいとき、「いれて」といねいに言える。
⑨あなたは、家族にありがとうと言おうと思うとき、「ありがとう」と言う。
⑩あなたは、友だちが自分とちがう意見を言ったとき、友だちに「ちがうよ!」と腹を立てて言う。
⑪あなたは、仲良しの友だちから何かたのまれても、傷つけずにことわれる。
⑫あなたは、テストの点数がまちがっていたとき、先生にきけない。
⑬あなたは、ほしいものを家族に買ってもらえないとき、「えーっ!」とどなる。
⑭あなたは、そうしているのに「そうじしていない」と友だちに言われたとき、なかなか言い返せない。
⑮あなたは、友だちとけんかしたとき、自分がわるいと感じたら、自分からあやまる。

図 6

①自分の得意なことと苦手なことがわかっている	⑲自分だけ意見がちがっても意見をいう
②自分の気持ちがわかる	⑳係りの仕事をするとき何をどうやったらいいかをいう
③自分のいいところと悪いところわかっている	㉑他の人に左右されなくて、自分の意見で行動する
④自分のできることとできないことがわかっている	㉒外から帰ってきたら手を洗う
⑤自分の気持ちの変化がわかる	㉓知らない人についていけない
⑥友だちの気持ちがわかる	㉔あぶない遊びはしない
⑦友だちのいいところを見つめることができる	㉕あさよるに歯をみがく
⑧人がうれしいと自分もうれしい	㉖あぶないところにひとりで行かない
⑨人がいやがることをしない	㉗家族の誰かが急に病気になったとき、どうしたらよいかわかる
⑩迷ったときに自分で決められる	㉘将来どんな仕事をしたいか考えている
⑪いやなことがあっても、やつあたりしない	㉙転校することになってもうまくやっていける
⑫はじめたことは最後までやる	㉚困ったことがあったときに誰かに相談できる
⑬ムカついてもどならない	㉛バスや電車でおとしよりに席をゆずってあげる
⑭人の話をしっかり聞く	㉜困っている人を見ると何かしてあげたくなる
⑮何かしてもらったときに「ありがとう」といえる	㉝自分がしてもらいたいことを友だちにもしてあげる
⑯友だちが元気がないときはげます	㉞人の役に立ちたい
⑰相手が傷つかないように話す	㉟すすんで家の人のお手伝いをする
⑱うそをついたことがない	㊱友だちとケンカをしても自分から仲直りができる
⑲友だちの気持ちを考えながら話す	㊲いやなときには、人とケンカにならず、「いやだ」と言える
⑳友だちが何か上手にできたとき、「じょうずだね」とほめる	㊳朝や帰りに、他の人にあいさつする
㉑ものごとをよく考えて決めることができる	㊴グループ学習や係りの仕事を、他の人と協力してやることができる
㉒悪口をいったことない	㊵わからないことがあるとき、だまっていなくてまわりの人に聞くことができる
	㊶自分の伝えたいことをわかってもらえるように、きちんと伝えられる

図 7

C) を使用する。「自己への気づき」「他者への気づき」「自己コントロール」「対人関係」「責任ある意思決定」の5つから構成される「基本的な社会的能力」と「生活上の問題防止のスキル」「人生の重要事態に対処する能力」「積極的・貢献的な奉仕活動」の3つから構成される「応用的な社会的能力」から作成されており、全45項目に4件法で回答を行うものである。(図7)

III 結果と考察

アサーション尺度、社会性と情動尺度をそれぞれ、活動開始前と活動終了後、終了1ヶ月後に2つの調査を同じタイミングで行った。そして、得られたデータをパーソナルコンピュータに入力し、分析を行った。分析に際しては、Microsoft Excel に入力し統計処理を行った。その結果が以下に示す通りである。

1. アサーション尺度の結果

1) アサーティブ

実験群においては、pre と post 1、pre と post 2 において、それぞれ5%水準で正の有意差が見られた。対照群は、pre と post 1 で5%水準の正の有意差が見られ、post 1 と post 2 では5%水準で負の有意差が見られた。また、両群の群間統計では、post 2 において1%水準で有意差が見られた。アサーティブに関して、実験群はアサーシヨンのコミュニケーション技術教育を通して「アサーティブ」の項目得点を向上させることができ、活動終了1ヶ月後においてもその効果が持続していることが明らかと

なった。対照群に関しては、活動終了1ヶ月後には、活動前とほぼ同じような状態になってしまい、アサーション的コミュニケーション技術教育の効果が保存されていなかったことがわかる。(図8)

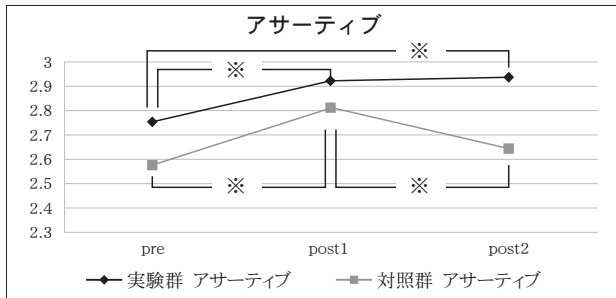


図8

2) アグレッシブ

実験群において、preとpost1、preとpost2で、それぞれ5%水準で正の有意差が見られた。対照群は、preとpost1において、0.1%水準で正の有意差が見られた。この結果より、「アサーティブ」項目同様、実験群においてのみ、その効果の持続性が伺える結果となった。野外活動の特徴でもある、非日常体験を通して集団での生活を行う中で、自己理解、自己肯定感など、自分自身を深く見つめることや自身のことを詳しく知ることから、自分以外の他者の存在や気持ちを考えるなどといった他者理解へとつながったと思われる。そこから、相手の気持ちを考えて自分の発言内容や行動を考えたり、見直したりすることが「アグレッシブ」の項目得点の効果の持続性に反映されたのではないだろうか。(図9)

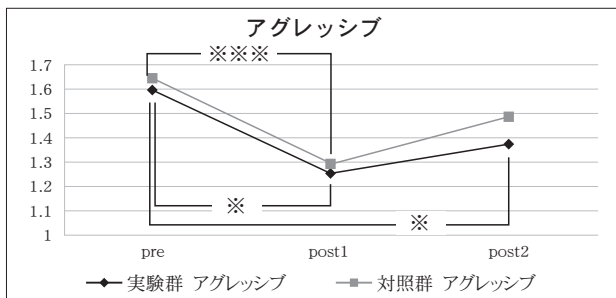


図9

3) ノンアサーティブ

実験群、対照群どちらにおいても高い値を示し、有意差が見られなかった。また、両群のpost2の群間統計において、統計的には有意な差は見られなかったものの、その傾向が伺えるものであった。ノンアサーティブ全体的に、pre、post1、post2のどの段階においても高い値を示した理由として、2つ原因が考えられる。1つ目が尺度の適応性に関することである。今回使用した尺度は主に児童向けに作成されたものを参考にしたため、大学生に向けて調査をすることによって多少の天井効果のような

ものが見られた。また、もう一つの原因として、今回調査に協力していただいた学生は主に教職を志望している学生が多いことから、倫理観や正義感が日常的に高く、そのため、「ノンアサーティブ」項目では、活動前から高い値を示し、活動後も高い値を残したままの結果になったと思われる。(図10)

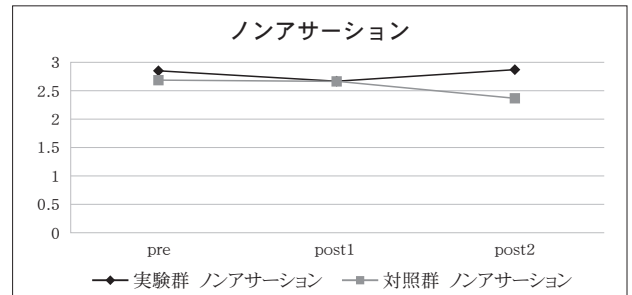


図10

2. 社会性と情動尺度の結果

実験群において、preとpost1、preとpost2では1%水準で有意な向上が見られた。対照群では、どの段階も有意な向上は見られなかった。(図11)

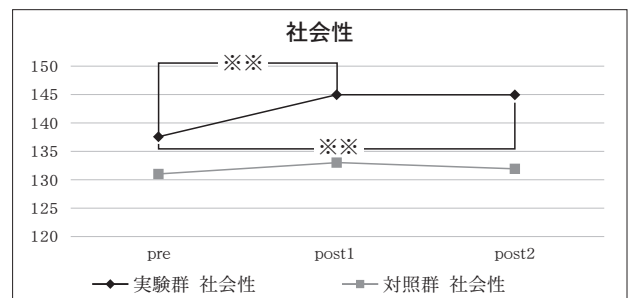


図11

また、社会性と情動尺度を構成している「自己への気づき」「他者への気づき」「自己コントロール」「対人関係」「責任ある意思決定」の5つから構成される「基本的な社会的能力」と「生活上の問題防止のスキル」「人生の重要事態に対処する能力」「積極的・貢献的な奉仕活動」の3つから構成される「応用的な社会的能力」に関する分析結果は図12に示す通りである。

社会性に関しては、先行研究の結果同様、野外活動を実施した実験群にのみ有意差が見られた。また、社会性のpost2において、実験群と対照群の群間統計では、両群の間に5%水準で有意差が見られた。このことから、今回実施した野外活動は社会性の観点から一般的な野外活動と同様の体験であったことと示唆することができる。次に、社会性のそれぞれの8つの項目から考察を行うと、まず、実験群と対照群のどちらにおいても、pre-post1にかけて「自己への気づき」、「自己コントロール」、「責任ある意思決定」といった「基本的な社会的能力」の向上が見られた。これらのうち、「責任ある意思決定」の項目

社会性 t 検定	pre-post1		post1-post2		pre-post2	
	実験群	対照群	実験群	対照群	実験群	対照群
自己への気づき	n.s.	p<.01	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
他者への気づき	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
自己コントロール	p<.01	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
対人関係	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
責任ある意思決定	p<.05	p<.05	n.s.	p<.01 (※)	n.s.	n.s.
生活上の問題防止スキル	n.s.	n.s.	p<.05	n.s.	p<.01	n.s.
人生の重要事態に対処する能力	p<.05	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	p<.05
積極的・貢献的な奉仕活動	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.

※ ... 対照群 post1-post2 の責任ある意思決定では、負の有意差が確認された。

図 12

に関しては、両群で正の有意差が見られたことから、野外活動とは別にアサーシオンのコミュニケーション技術教育による効果が影響していることが示唆できる。そして、pre-post1では実験群の「人生の重要事態に対処する能力」のみの向上であった「応用的な社会的能力」がpost1-post2では、実験群の「生活上の問題防止スキル」で有意差が見られ、pre-post 2では、実験群の「生活上の問題防止スキル」、対照群の「人生の重要事態に対処する能力」で有意な向上が見られた。つまり、野外活動及びアサーシオンのコミュニケーション技術教育は「基本的な社会的能力」を向上させるようなものであり、その効果は「応用的な社会的能力」に繋がっていくものであることが示唆できるのではないだろうか。しかし、今回実施した野外活動及びアサーシオンのコミュニケーション技術教育のどちらが社会性のそれぞれの項目を向上させているのかについては、検討できなかった。

IV まとめ及び今後の展望

今回の結果より、野外活動にアサーシオンのコミュニケーション技術教育を組み込むことにより、参加者にアサーティブな態度を身に付けさせることができ、「アグレッシブ（攻撃的）」な態度を抑制する効果が示唆された。また、そのような体験の元で得られたコミュニケーションの効果はある程度の期間において、保存されることが示唆された。したがって、野外活動の醍醐味でもある、人と自然、人と人を結びつけるという考え方からも今回の研究を通して得られたものの重要性は十分に考えられるのではないだろうか。

野外教育的な視座だけでなく、学校教育の視点を踏まえると、野外活動及びアサーシオントレーニングは、学校現場において子どもの相互関係の構築や、教師との信頼関係形成、など非常に重要な役割を担うことができるのではないだろうか。他にも、最近の学校事情で多く挙げられている「いじめ」の問題に関しても、野外活動及

びアサーシオントレーニングは「いじめ」を未然防止するためにも非常に有効な手段となりうる事が期待できる。

今回の研究では、実験群が8名、対照群が7名とサンプル数としては多くなかったため、この研究により信頼性を持たせるためにもサンプルの数を増やしていきたい。また、本研究では実験群（アサーシオンのコミュニケーション技術教育+野外活動）、対照群（アサーシオンのコミュニケーション技術教育のみ）を用いての比較であった。より実験結果を深く考察するためにも、対照群②（野外活動のみ）を設けて実験を行なっていきたい。

V 参考文献

- 青木万里 (2011), 他者理解尺度の作成と活用実践, 鎌倉女子大学紀要, 18, pp.39 - 51.
- 飯田稔・坂本昭裕・石川国広 (1990), 登校拒否中学生に対する冒険キャンプの効果, 筑波大学体育科学系紀要, 13, pp.81 - 90.
- 上野徳美・山本義史・増田真也・大戸朋子 (2016), アサーション・トレーニングがアサーションの向上と自尊感情ならびにバーンアウト緩和に及ぼす効果: 新人看護師研修における研修効果を中心に, 大分大学高等教育開発センター紀要, 8, pp.1 - 16.
- 江川潤・市瀬良行 (2015), 野外活動における大学生の自尊感情と気分変化に関する効果, 神田外国語大学紀要, 27, pp.283 - 295.
- 岡聖美・今野良祐・小澤真尚 (2010), 平成 21 年コミュニケーションキャンプ実施報告, 研究紀要, 47, pp.39 - 47.
- 川崎直樹・小玉正博 (2010), 自己に対する受容的認知のあり方から見た自己愛と自尊心の相違性, 心理学研究, 80(6), pp.527 - 532.
- 小玉有子 (2011), コミュニケーションスキルの向上が子どもの対人関係に及ぼす効果, 弘前医療福祉大学紀要, 2, pp.63 - 72.
- 鈴木智子・鈴木庸裕 (2005), 小学校でのソーシャルスキル教育, 福島大学教育実践研究紀要, 48, pp.49 - 56.
- 田中芳幸・真井晃子・津田彰・田中早 (2011), 小学生版「社会性と情動」尺度の開発, 子どもの健康科学, 11(2), pp.17 - 30.
- 中央教育審議会 (2016), 幼稚園, 小学校, 中学校, 高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について (答申) pp.1 - 246.
- 中邨智美・竹田真理子 (2010), 不登校感情を改善する一方法の検討: 不登校生の自己表現の特徴から, 和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要, 20, pp.65

- 原慎一郎・梅田恭子 (2017), アサーション・トレーニングにおける非対面ロールプレイングが依頼文に与える効果の検証, 愛知教育大学研究報告 (教育科学編), 66, pp.143 - 147.
- 半田将之 (2007), 児童用アサーション尺度の試み, 創価大学大学院紀要, 29, pp.239 - 255.
- 平木典子 (2009), 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, 金子書房, pp.1 - 190.
- 堀之内利成・立岡昌文・呉屋博 (2016), 児童の自己表現力を育む授業づくりに関する実践研究: 自他尊重の態度を大切にしたい伝え合い活動に焦点を当てて, 長崎大学教育実践総合センター紀要, 15, pp.311 - 320.
- 松永太郎・飯田稔・井村仁・関智子・落合良行 (1999), キャンプ実習体験が女子高校生の友達づきあいに及ぼす影響, 野外教育研究, 2(2), pp.21 - 28.
- 文部科学省 (2008), 小学校学習指導要領解説特別活動編, 東洋館出版社, pp.93 - 94.
- 文部科学省 (2010), 生徒指導提要, 教育図書, pp.1 - 237.
- 文部科学省 (2017), 小学校学習指導要領, pp.167 - 173.
- 山根由梨・深見俊崇・石野陽子 (2016), 児童のアサーションと自尊感情との関連, 教育臨床総合研究, 15, pp.107 - 121.

