

修士論文概要**思春期における親子間コミュニケーションと子どもの自己肯定感との関連
—食事場面に着目して—**

海老沼 李奈

1. 問題と目的

近年、核家族化や両親の共働き、子どもの塾通いなどにより家族の接触時間は減少傾向にある。そのため、家族コミュニケーションの不足が危惧される（表, 2009）。このような現状の中で「家族との食事」が注目されている。食事は、人が生きていく上で毎日繰り返す行動であり、日常場面において家族が自然と集まることができる場面である。そのため、コミュニケーションを深める機会として期待されている。従来の研究において、子どもの自己肯定感と親とのコミュニケーションの関連が示されているが、家族のライフスタイルの等の社会変化による、コミュニケーション不足や人間関係の希薄化が子どもたちの問題や課題を生んでいる。人との適切な関わりがもてず、対人関係トラブルに発展したり、問題行動や不適応につながったりする子どもの問題は数多くあげられ、このような学校不適応問題の要因や背景として自己肯定感の低さが指摘されている（本田ら, 2012）。そのため、思春期における自己肯定感は重要な概念であると言える。

本研究では、思春期の子どもの自己肯定感と親子間コミュニケーションを、コミュニケーションの機会として期待されている食事場面から関連を検討する。思春期の発達の過程も踏まえながら、親子間コミュニケーション、自己肯定感について性差や学年差について検討し、思春期の親子間コミュニケーションのあり方について検討することを目的とする。なお、食事場면을構成する要素として、共食頻度、食卓の雰囲気、子から母親への自己開示的コミュニ

ケーション、子から父親への自己開示的コミュニケーションを変数とし、思春期の子どもの自己肯定感との関連を検討していく。

2. 方法

調査対象者：関東地方の1つの中学校1年生から3年生である691名を対象に質問紙による調査を行った。子から父母へのコミュニケーションを相互的に検討するために両親がそろっている子どもを対象とした。これらの回答から不備を除外した506名（1年生180名、2年生168名、3年生158名）のデータを分析の対象とした。

調査時期：2017年9月

質問紙内容：

①家族との共食頻度

家族との食事について「ほぼ毎日」「週3～4日」「ほとんどない」の3つの選択肢から回答を求めた。

②食卓の雰囲気

SD法による尺度を作成

③母子間・父子間のコミュニケーション

子どもから母親への率直なコミュニケーション尺度（狐塚, 2011）

④自己肯定感

自己肯定意識尺度（平石, 1990）

3. 結果

本研究に用いた変数において、性差・学年差があるかを検討するため、 t 検定および一要因の分散分析を行ったところ、子から母親への自己開示的コミュニケーションにおいて男子より女子の方が有意に得点が高く、自己充実感・自己実現・自己受容では女子より男子の方が高い結果となった。学年差では、共食頻度・食卓の雰囲気

気・自己充実感・自己実現・自己否定的態度において差が見られた。自己肯定感は学年が上がるにつれ、低下する結果となった。自己肯定感と食事場면을構成する要素との関連を検討するために、「自己充実感」、「自己実現」、「自己受容」、「自己否定的態度」を従属変数とし、「共食頻度」、「食卓の雰囲気」、「子から母親への自己開示的コミュニケーション」、「子から父親への自己開示的コミュニケーション」を独立変数とした重回帰分析（ステップワイズ法）を行った。その結果、食卓の雰囲気・子から母親への自己開示的コミュニケーション・子から父親への自己開示的コミュニケーションが自己充実感・自己実現・自己受容・自己否定的態度に対して正の関連を示し、共食頻度についての関連は見られなかった。

4. 考察

性差の検討において、子から母親への自己開示的コミュニケーションで差が見られたことから、女子の方が男子よりも母親との親密性が高く、心理的距離が近いことが考えられた。自己肯定感において、思春期における発達の側面からみると、思春期は親密であった親子関係から友人関係へと移行する時期であることから、友人関係での影響や他者からの評価懸念の関連があると考えられる。学年差においては、親からの自立や反抗、自己の確立が影響したものと考えられた。特に、自己肯定感の学年差に関しては、親子関係、学校生活や身体的な変化が大きく関わっているのではないかと考える。自己肯定感と食事場면을構成する要素との関連における検討では、子が父母に対して開示的に自分の気持ちや考えを話せるということは、父母の受容的な態度が背景にあるからではないかと考える。また、子どもの自己肯定感に対し、父母との関係性や食卓の雰囲気が相互に働きかけて

いることが考えられた。家族がそろった食事の頻度よりも、コミュニケーションのあり方が重要であり、単に一緒に食事をするだけでは、自己肯定感への正の効果は期待できないことが示唆された。

5. まとめ

本研究において、家族との共食の頻度ではなく、食事場面における子から父母へのコミュニケーションが取れること、食卓の雰囲気の良さが子どもの自己肯定感と関連を示した。また、家族での食事がコミュニケーションの場としての期待をさらに深める結果を示した。思春期の子どもの身体的、精神的発達から考えると、親子間でのコミュニケーションのあり方やその雰囲気が重要であることが考えられ、親の受容的な態度やまだ子どもであるという感覚だけではなく、大人に対するコミュニケーションと同じようなやり取りやアドバイスをすることも重要であるように考えられた。

5. 引用文献

- 表真美 2009 家族の食事と子どもの自尊感情・登校忌避感・心身の健康 京都女子大学発達教育学部紀要, 5, 81-90
- 本田優子・荒嶽木綿美・藤林まど花・一期崎直美 2012 中学生の自己肯定感と教師への信頼感および関わり経験との関連 熊本大学教育学部紀要. 自然科学 61, 75-84,
- 狐塚貴博 2011 青年期における家族構造と家族コミュニケーションに関する研究—青年の認知する家族内ストレスからの検討— 家族心理学研究, 25(1), 30-44
- 平石賢二 1990 青年期における自己意識の発達に関する研究 (I) —自己肯定性次元と自己安定性次元の検討— 名古屋大学教育学部紀要. 教育心理学科, 37, 217-234