

ソーシャルストーリーで描いた感謝生起状況における 感謝表出スキルの最適な実行方法

筑波大学大学院人間総合科学研究科 酒井 智弘

筑波大学人間系 相川 充

Optimal Execution of Gratitude-Expression Skills within Social Stories Related to Gratitude-Evoking Situations

Tomohiro Sakai (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-0872, Japan*)

Atsushi Aikawa (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study is to examine the behaviors that underlie the optimal execution of gratitude-expression skills within gratitude-evoking situations. To that aim, a questionnaire survey consisting of the Gratitude-Expression Skills Scale (Sakai & Aikawa, 2019) and social stories related to gratitude-evoking situations (Karat & Wolfe, 2018), was administered to university students. More specifically, eight social stories related to gratitude-evoking situations were created with a range of benefactors, such as friends, seniors, and lovers. Decision-tree analysis was applied to the data from 309 respondents to identify the kinds of behaviors that underlie the execution of gratitude-expression skills in such situations. The results indicate that several kinds of behavior can predict the optimal execution of gratitude-expressing skills across the eight different scenarios, which clarifies how the forms of expressing gratitude vary according to the situation.

Key words: gratitude-expression skills, social stories, situations arousing gratitude

人は、ある社会的状況で、他者から何らかの利益を受け取ったと認知した時、その他者に対して感謝感情を抱いたり表出したりする (McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001)。感謝感情とは、「個人が何らかの利益を受け取った時に、そこで得られた利益は他者のおかげであると気づくことで生じる感情」と定義され、個人が特定の社会的状況下で他者に対して抱く状態感情を意味する (Watkins, 2014)。Watkins (2014) の感謝感謝の定義に従うと、感謝感情は他者に対して抱く社会的な感情であると言える。この感謝感情は、Algoe (2012) が提唱する「Find, Remind, and Bind theory」によ

ると、他者との関係性の価値に気づかせる「Find 機能」、その他者の肯定的な側面を想起させる「Remind 機能」、その他者との関係性を強める「Bind 機能」を持つと仮定されている。

個人内で抱いた感謝感情の表出は、特定の社会的状況下で行われるため、感謝生起状況に依存すると言われている (McCullough et al., 2001)。また、「Find, Remind, and Bind theory」における「Bind 機能」を発揮するためには、個人が抱いた感謝感情を、他者に対して表出する必要があると言われている (Yoshimura & Berzins, 2017)。従って、対人相互作用の中で、個人内で抱いた感謝感情の表出が他者との関係性に肯定的な効果を及ぼすことを明らかにするためには、「感謝生起状況」と「感謝感情の表出」

に着目して研究を行うことが求められる。

感謝生起状況と感謝感情の表出

感謝生起状況については、次のような先行研究から示唆を得ることができる。佐竹（2004）は、大学生とその大学生の親を対象に、他者に対して感謝感情を抱く時の内容を調査し、「支援系」と「充実系」の2つのカテゴリーに大別している。「支援系」では、「励まし」「相談」「物品提供」「情報提供」「小さな親切」などの内容があり、「充実系」では、「人の存在」「気晴らし」「友達関係」「遊び相手」「信頼」などの内容を網羅している。また、蔵永・樋口（2011）は、他者に対する感謝生起状況として、「被援助状況」「贈物受領状況」「他者負担状況」を取り上げている。蔵永・樋口（2013）によると、「被援助状況」は、自分が困っているときに他者から直接助けられる状況である。「贈物受領状況」は、自分が困っていないときに他者から直接支援を受ける状況である。「他者負担状況」は、自分が他者から直接支援を受けるのではなく、他者に負担がかかることで自分が間接的に支援を受ける状況である。

これらの先行研究では、他者に対する感謝生起状況については様々に検討されているが、そのような「感謝生起状況」と、「感謝感情の表出」とは分離されて研究されている。つまり、従来の感謝研究では、特定の感謝生起状況で、感謝する側が感謝される側に対して感謝感情をどのように表出しているのかという対人相互作用を考慮して検討した研究は十分に行われていないと考えられる。そのため、「感謝生起状況」から「感謝感情の表出」までを一連の過程として捉えた研究を行うことが求められる。そこで本研究では、「感謝表出スキル」という観点に立つ。

ソーシャルスキルの観点から捉えた感謝感情の表出

酒井・相川（2017）は、ソーシャルスキル生起過程モデル（相川，2009）に基づいて、「感謝表出スキル」という学習可能な概念を提唱している。感謝表出スキルは、「個人が、他者から何らかの利益を受け取ったと認知したことによって生じた感情を、社会的状況にとって適切かつ対人目標の達成にとって効果的に表出するために用いる言語的・非言語的な行動レパートリー」と定義されている（酒井・相川，2020）。本研究でも、この定義に従い、「感謝表出スキル」という概念を用いる。感謝表出スキルという概念には、感謝する側と感謝される側の両方が視野に入っているため、感謝表出スキルという概念を用いれば、「感謝生起状況」から「感謝感情の表出」ま

でを一連の過程として捉えることができ、特定の感謝生起状況で、感謝感情の表出が感謝される側に及ぼす効果を対人行動レベルで説明することができる。しかも、「従来の感謝研究には感謝される側に与える効果を検討した研究が少ない」という指摘（伊藤，2014）に応えることもできる。

感謝表出スキルの測定に関しては、酒井・相川（2018）や Sakai & Aikawa（2019）が、感謝表出スキルの実行の程度を対人行動レベルで測定できる「感謝表出スキル尺度」を開発している。感謝表出スキル尺度における「感謝表出スキルの実行」とは、個人が他者から何らかの利益を受け取った状況で抱いた感謝感情を、その他者に伝えるために、様々な行動レパートリーの中からその状況に適切な行動を選択し、目標志向的に実行することを意味する。感謝表出スキル尺度の妥当性に関する証拠は、妥当性に関する様々な側面から収集できているが、感謝表出スキル尺度では、特定の社会的状況を限定せずに、感謝した他者全般に対して、個人が感謝表出スキルを実行している程度を測定している。そのため、「感謝生起状況」の内容や、「感謝される側」の属性を具体的に操作し、特定の感謝生起状況における感謝表出スキルの実行内容は十分に検討できていない。そこで本研究では、そのような点を検討するために、「ソーシャル・ストーリー」という手法を用いる。

ソーシャルスキルの学習を促すソーシャル・ストーリー

ソーシャル・ストーリーとは、他者との対人相互作用の質や量を高めるように操作された社会的状況と、その状況下でのソーシャルスキルについて説明する短い物語である（Karal & Wolfe, 2018）。ソーシャル・ストーリーは、「叙述文」「視点文」「指示文」という3つの基本文型からなる（Gray & Garand, 1993）。藤野（2005）によれば、叙述文は、事実について書いた文で、ある社会的状況において、人が何をなぜ行うかということを描写した文である。叙述文は、ソーシャル・ストーリーにおいて必ず必要とされる文であり、できる限り客観的かつ写實的に記述することが重要である。視点文は、人の内的状態について言及した文である。内的状態は、思考、動機、感情である。指示文は、適切な行動を指示した文であり、適切な行動は肯定文で記述されることが重要であると言われている。

ソーシャル・ストーリーは、自閉症スペクトラム障害（Autistic Spectrum Disorders; 以下、ASDと表記する）を持つ者には、形式的な行動レパートリーを習得させるのではなく、社会的状況の認知の手が

かりを与えて、ソーシャルスキルの実行を促すことが重要であるという理由から考案された手法である(藤野, 2005)。ASDを持つ者は彼らが要求した物品を受け取った時、自発的に「ありがとう」と表出することはほとんどないと言われている(佐竹, 2004)。この理由は、ASDを持つ者が共通して抱えている問題は社会性の問題であり、社会性の問題は、「心の理論」の観点から他者の内的状態を推論することが難しいという「社会的認知の障害」だからである(Baron-Cohen, 1988)。このような問題を解決するために、ソーシャル・ストーリーは、ASDを持つ者の社会的認知を支援し、ソーシャルスキルの学習を促すための教材として活用されている(Khantreejitranon, 2018)。

ソーシャル・ストーリーは、ASDを持つ者に限らず、個人全般のソーシャルスキルの学習にも効果的であると考えられる。また、感謝生起状況と感謝感情の表出を同時に扱う研究にソーシャル・ストーリーを用いれば、「感謝生起状況」や「感謝される側の属性」を具体的に操作し、感謝表出スキルの実行内容を検討することができる。

本研究の目的

本研究の目的は、ソーシャル・ストーリーの手法を用いて、特定の感謝生起状況を具体的に描き、そのような感謝生起状況において、どのような行動が、感謝表出スキルの最適な実行方法となりえるのかを検討することである。この目的を検討すれば、具体的な感謝生起状況における感謝表出スキルの最適な実行方法について、データに基づいた行動的な示唆を得ることができる。また、ASDを持つ者も考慮した個人全般に、感謝生起状況を認知させた上で、感謝表出スキルの最適な実行方法を促すための行動的示唆を与えることができる。

方 法

調査回答者と質問紙調査の手続き

調査回答者は大学生337名であった。質問紙調査は、「大学生活に関する調査」という名目のもと、大学の講義前後等を利用した集団調査形式で実施した。質問紙の回答依頼時には、文書と口頭で質問紙調査について説明し、回答への承諾を得た。質問紙調査時の倫理的配慮としては、「回答は強制ではなく任意である」「調査結果は調査回答者の成績等に影響しない」「調査結果は研究のみに利用し、全ての回答は統計的に処理される」「調査結果は厳重に保管される」「調査協力に同意した後でも、不利益を受けずに

調査回答者になることを撤回できる」といった内容を明示した。本研究は、所属機関の研究倫理委員会の承認を得た上で実施した。

質問紙の内容

質問紙の内容は、性別および年齢に対する項目と、以下の尺度で構成した。

感謝表出スキル尺度 酒井・相川(2018)やSakai & Aikawa(2019)が開発した「感謝表出スキル尺度」の全29項目を用いた。教示は、「あなたが誰かに感謝する時を思い出して下さい。あなたは、その相手に感謝の気持ちを伝えるために、以下の項目について、普段からどの程度、実行していますか?それぞれの項目について、「全く実行していない」から「必ず実行している」までのうち、あなた自身に最もあてはまると思う数字に○をつけてください。」であり、8件法(1:全く実行していない, 2:ほとんど実行していない, 3:あまり実行していない, 4:めったに実行していない, 5:ときどき実行している, 6:まあまあ実行している, 7:だいたい実行している, 8:必ず実行している)で回答を求めた。

ソーシャル・ストーリー 酒井・相川(2017)は、大学生を対象に半構造化面接を行い、感謝生起状況がどのような対人場面で、誰に対して感謝感情を抱くのかを質的に調査した。その結果、自分が遅刻した講義の内容を友人から教えてもらったり、バイトのシフトをバイト先の人に代わってもらったりしたことに対して、大学生は感謝感情を抱くことを明らかにした。酒井・相川(2017)の研究知見を参照し、本研究では、Table 1に示した8個のソーシャル・ストーリーを作成した。8個のソーシャル・ストーリーは、「ヒューマンピクトグラム」(<http://pictogram2.com>)や「ICOON MONO」(<http://icoon-mono.com>)にあるイラストを活用し、Figure 1に例示したような3コマからなる内容で構成した。

8個のソーシャル・ストーリーでは、回答者に、各ストーリーにおける「思考」「感情」「行動」に関する内容に回答を求めた。

思考は、当該の感謝生起状況下での「相手との関係継続意思」を尋ねるものであり、『私はどちらかというと、相手との関係を大切に、「1:したい」「2:しなくてもいい」、と思う。』という選択肢で回答を求めた。

感情は、当該の感謝生起状況下での「感情状態」を尋ねるものであり、『私はどちらかというと、「1:ありがたい」「2:申し訳ない」「3:当然だ」、と思う。』という3つの選択肢で回答を求めた。

行動は、当該の感謝生起状況下での「感謝感情の

Table 1
本研究で作成したソーシャル・ストーリーの内容

ソーシャル・ストーリー	感謝される側の相手	対人場面
ストーリー1	友人	遅刻した講義の内容を教えてもらう
ストーリー2	友人	悩み相談を聴いてもらう
ストーリー3	友人	スマホの充電器を貸してもらう
ストーリー4	友人	誕生日にプレゼントをもらう
ストーリー5	先輩	食事をご馳走してもらう
ストーリー6	バイト先の人	バイトのシフトを代わってもらう
ストーリー7	友人	休み時間にお菓子をもらう
ストーリー8	恋人	風邪で寝込んでいて看病してもらう

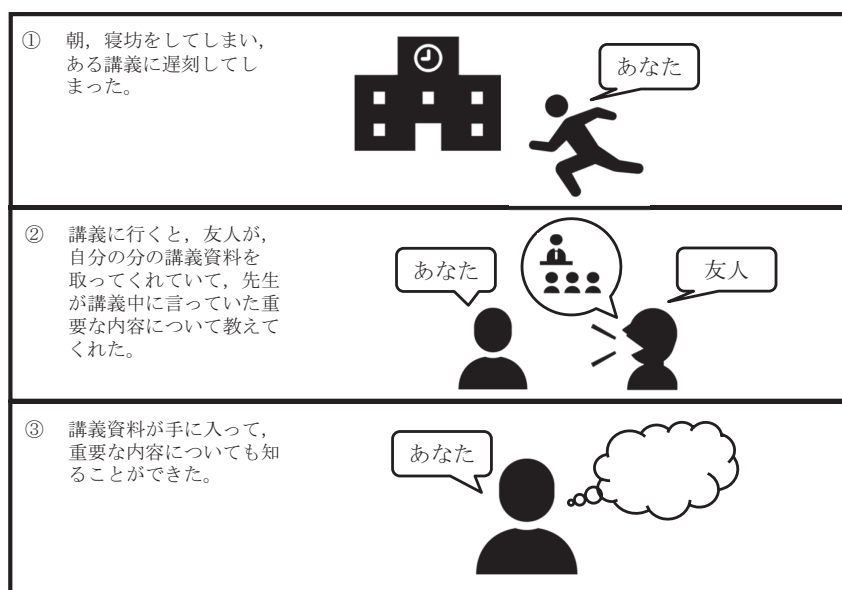


Figure 1. 本研究で作成したソーシャル・ストーリーの一例

表出」を尋ねるものであり、1) ありがとうと言う、2) 感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える、3) 笑顔で対応する、4) 感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える、5) 感謝した理由を言う、6) 感謝した相手を褒める、7) 感謝した相手の名前を呼ぶ、8) 相手に今度お礼をすることを約束する、という8つの行動選択肢について、回答者が取る行動すべてを選択するように求めた。行動選択肢は、行動を選択した場合が「1: 実行する」、行動を選択しない場合が「0: 実行しない」と数値化した。

分析手法

本研究では、各ストーリーにおける感謝表出スキルの最適な実行方法を検討するために、決定木分析を用いた。決定木分析は、「IBM SPSS Statistics 27」

の「Decision Trees」という統計ソフトで行った。

決定木分析では、宇佐美（2017）の分析手法を参照し、「カイ二乗自動交互作用検出」（以下、CHAIDと表記する）という方法を選択した。CHAIDの方法では、基準変数に正規分布を仮定して、ノード（変数を意味する）の分岐によって、データへのモデルのあてはまりのよさの指標であるカイ二乗値が十分に改善するの可否かを検討する（宇佐美，2017）。CHAIDによる決定木分析は、ノードにおける応答の相違を検定統計量と多重比較調整を行った p 値によって検討される（e.g., 高本・古村，2018）。

決定木分析には、様々な特徴がある。その特徴の一つとして、基準変数の個人差を説明する最も有力な説明変数の群のみを抽出することができるという

Table 2
各ストーリーにおける関係継続意思と感情状態の選択率（％）

ソーシャル・ストーリー	関係継続意思		感情状態		
	したい	しなくてもいい	ありがたい	申し訳ない	当然だ
ストーリー1	98.38	1.62	69.30	29.80	1.00
ストーリー2	98.71	1.29	86.73	11.97	1.29
ストーリー3	96.44	3.56	77.02	19.42	3.56
ストーリー4	98.38	1.62	94.82	4.21	0.97
ストーリー5	98.71	1.29	84.14	14.89	0.97
ストーリー6	98.06	1.94	45.63	52.75	1.62
ストーリー7	96.76	3.24	93.85	3.56	2.59
ストーリー8	99.68	0.32	77.99	19.74	2.27

特徴がある（e.g., 宇佐美, 2017）。この特徴は、基準変数を最も説明する上での説明変数の交互作用の影響を捉えられることを意味する。この特徴を活かし、本研究では、各ストーリーにおける「8つの行動選択肢」を説明変数、「感謝表出スキル尺度得点」を基準変数に設定することで、各ストーリーにおいて、「8つの行動選択肢」のうち、どのような行動が選択され実行されれば、感謝表出スキル尺度得点が有意に高くなるのかを予測した。

結 果

本研究では、調査回答者のうち欠測データを除いた309名（男性150名、女性156名、性別不明3名、 $M_{age} = 19.69 \pm 1.78$ ）を分析対象とした。

本研究における感謝表出スキル尺度得点

感謝表出スキル尺度の全29項目の信頼性は $\alpha = .93$ であった。そこで、各回答者の感謝表出スキル尺度の全29項目の平均値を、各回答者の感謝表出スキル尺度得点とした。分析対象者309名の感謝表出スキル尺度得点の平均値は、1点から8点までの範囲のうち、 $M = 5.39$ ($SD = 0.95$) 点であった。

各ストーリーにおける「相手との関係継続意思の有無」と「感情状態」との関連

各ストーリーにおける相手との関係継続意思の有無と、3つの感情状態のそれぞれを選択した回答者の割合は、Table 2に示した通りであった。

Table 2の結果を踏まえて、各ストーリーにおける「相手との関係継続意思の有無」と「感情状態」との関連を検討するために、 χ^2 検定の残差分析を行った。 χ^2 検定の残差分析における「残差」とは、観測値と期待値の差を意味し、観測値が期待値より大きければ正の値を示し、観測値が期待値より小さければ

負の値を示す。残差分析では、郷式（2008）で記述されている「標準正規分布を使った検定の限界値」の有意水準を基準に、調整済みの標準化された残差の値を検討した。 χ^2 検定の残差分析の結果、「ストーリー6」以外の各ストーリーでは、「関係継続意思」については、「したい」を選択する人が「しなくてもいい」を選択する人よりも有意に多く、感情状態については、3つの選択肢の中で「ありがたい」を選択する人が最も多かった（「ストーリー1」から「ストーリー6」を除いて「ストーリー8」までの順に、 $\chi^2(2) = 19.76$; $\chi^2(2) = 18.80$; $\chi^2(2) = 18.77$; $\chi^2(2) = 18.77$; $\chi^2(2) = 102.30$; $\chi^2(2) = 39.96$; $\chi^2(2) = 43.28$, $ps < .001$)。「ストーリー6」では、「関係継続意思」について「したい」を、感情状態について「申し訳ない」を選択する人が最も多かった（ $\chi^2(2) = 39.17$, $p < .001$ ）。

各ストーリーにおける「行動選択肢」それぞれの選択率

各ストーリーにおいて、どのような行動が選択されているのかを検討するために、各ストーリーにおける行動選択肢の有無（1：実行する、0：実行しない）について、 χ^2 検定を行った。その結果、各ストーリーにおける8つの行動選択肢それぞれを選択した回答者の割合は、Table 3に示した通りであった。

ストーリー1では、「ありがとうと言う」「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」「笑顔で対応する」といった行動について「実行する」を選択する人が、「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった（順に、 $\chi^2(1) = 293.21$; $\chi^2(1) = 38.45$; $\chi^2(1) = 108.38$, $ps < .001$ ）。

ストーリー2では、「ありがとうと言う」「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」「笑顔で対応する」といった行動について「実行する」を選択する

Table 3
各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率 (%)

ソーシャル・ストーリー	行動選択肢							
	ありがとうと言う	感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える	笑顔で対応する	感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える	感謝した理由を言う	感謝した相手を褒める	感謝した相手の名前を呼ぶ	相手に今度お礼をすることを約束する
ストーリー1	98.71*** / 1.29	67.64*** / 32.36	79.61*** / 20.39	38.19 / 61.81	36.89 / 63.11	33.98 / 66.02	39.16 / 60.84	54.37 / 45.63
ストーリー2	98.06*** / 1.94	66.34*** / 33.66	73.46*** / 26.54	38.51 / 61.49	53.40 / 46.60	38.19 / 61.81	41.10 / 58.90	50.16 / 49.84
ストーリー3	99.35*** / 0.65	49.51 / 50.49	78.64*** / 21.36	26.54 / 73.46	32.36 / 67.64	26.54 / 73.46	29.45 / 70.55	30.42 / 69.58
ストーリー4	98.06*** / 1.94	82.52*** / 17.48	94.82*** / 5.18	40.13 / 59.87	40.45 / 59.55	38.19 / 61.81	51.13 / 48.87	54.69 / 45.31
ストーリー5	97.73*** / 2.27	72.49*** / 27.51	89.00*** / 11.00	43.37 / 56.63	37.54 / 62.46	28.80 / 71.20	47.57 / 52.43	30.10 / 69.90
ストーリー6	98.38*** / 1.62	74.43*** / 25.57	60.84*** / 9.16	45.63 / 54.37	49.51 / 50.49	23.95 / 76.05	35.92 / 64.08	79.29*** / 20.71
ストーリー7	98.38*** / 1.62	29.45 / 70.55	84.14*** / 5.86	18.45 / 81.55	17.80 / 82.20	19.09 / 80.91	23.62 / 76.38	35.92 / 64.08
ストーリー8	98.71*** / 1.29	81.88*** / 18.12	79.29*** / 20.71	43.04 / 56.96	45.95 / 54.05	46.28 / 53.72	59.87*** / 0.13	69.90*** / 30.10

注) 表の値は、斜線 (/) より左側が「1: 実行する」と回答した者の値、右側が「0: 実行しない」と回答した者の値である。

*** $p < .001$

人が、「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 285.47$; $\chi^2(1) = 33.01$; $\chi^2(1) = 68.04$, $ps < .001$)。

ストーリー3では, 「ありがとうと言う」「笑顔で対応する」といった行動について「実行する」を選択する人が, 「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 301.05$; $\chi^2(1) = 101.39$, $ps < .001$)。

ストーリー4では, 「ありがとうと言う」「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」「笑顔で対応する」といった行動について「実行する」を選択する人が, 「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 285.47$; $\chi^2(1) = 130.75$; $\chi^2(1) = 248.31$, $ps < .001$)。

ストーリー5では, 「ありがとうと言う」「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」「笑顔で対応する」といった行動について「実行する」を選択する人が, 「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 281.63$; $\chi^2(1) = 62.53$; $\chi^2(1) = 187.96$, $ps < .001$)。

ストーリー6では, 「ありがとうと言う」「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」「笑顔で対応する」「相手に今度お礼をすることを約束する」といった行動について「実行する」を選択する人が, 「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 289.32$; $\chi^2(1) = 73.79$; $\chi^2(1) = 14.53$; $\chi^2(1) = 106.02$, $ps < .001$)。

ストーリー7では, 「ありがとうと言う」「笑顔で対応する」といった行動について「実行する」を選択する人が, 「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 289.32$; $\chi^2(1) = 144.08$, $ps < .001$)。

ストーリー8では, 「ありがとうと言う」「感謝の

気持ちを言葉で繰り返して伝える」「笑顔で対応する」「感謝した相手の名前を呼ぶ」「相手に今度お礼をすることを約束する」といった行動について「実行する」を選択する人が, 「実行しない」を選択する人よりも有意に多かった (順に, $\chi^2(1) = 293.21$; $\chi^2(1) = 125.60$; $\chi^2(1) = 106.02$; $\chi^2(1) = 12.04$; $\chi^2(1) = 48.96$, $ps < .001$)。

各ストーリーにおける感謝表出スキルの最適な実行方法

各ストーリーにおいて, どのような行動を選択し実行する人が, 感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示すのかを決定分析によって検討した。ストーリー1の分析結果は, Figure 2に図示した通りであった。ストーリー1は, 「友人に, 遅刻した講義の内容を教えてもらう」という状況であった。ストーリー1では, 最初に, 「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動選択の有無が, 感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)} = 26.44$, $p < .001$)。「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動を実行する人は, 次に, 「感謝した理由を言う」という行動選択の有無が, 感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(119)} = 4.34$, $p < .05$)。つまり, ストーリー1では, 「感謝した相手の名前を呼ぶ」と「感謝した理由を言う」という行動から, 感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー2の分析結果は, Figure 3に図示した通りであった。ストーリー2は, 「友人に, 悩み相談を聴いてもらう」という状況であった。ストーリー2では, 最初に, 「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動選択の有無が, 感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)} = 32.50$, $p = .000$)。この結果から, ストーリー2では, 「感謝した相手の名前を呼

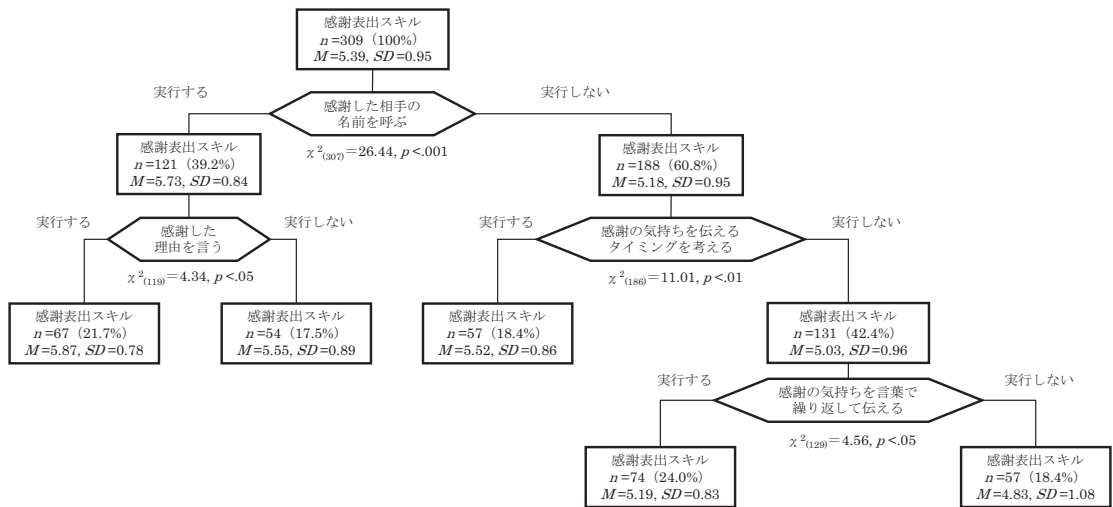


Figure 2. ストーリー 1 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

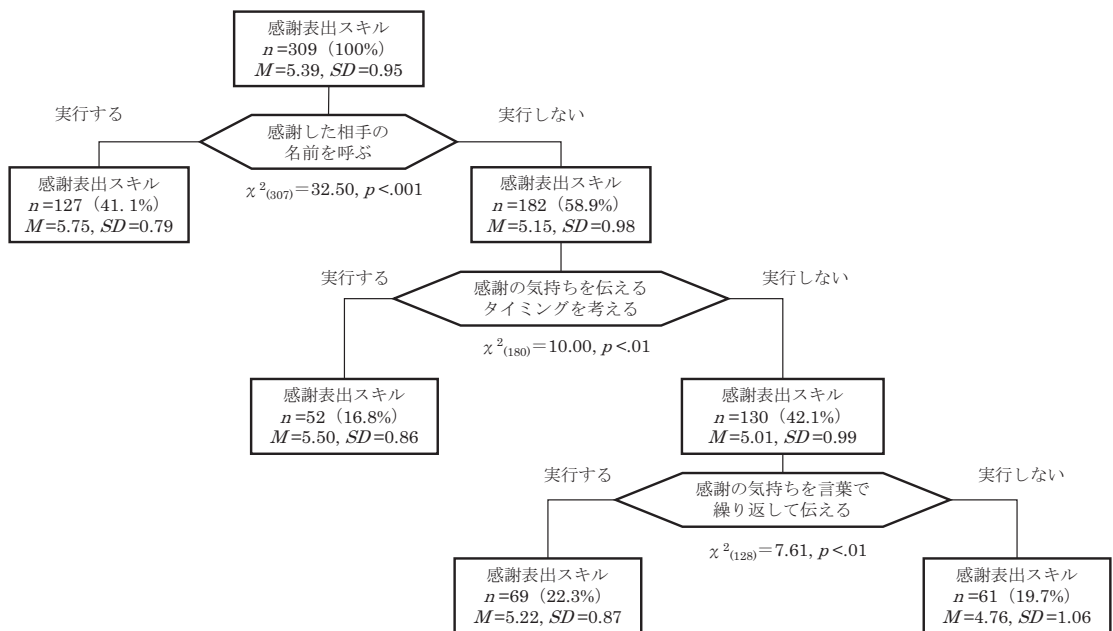


Figure 3. ストーリー 2 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

ぶ」という行動から、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー 3 の分析結果は、Figure 4 に図示した通りであった。ストーリー 3 は、「友人に、スマホの充電器を貸してもらおう」という状況であった。ストーリー 3 では、最初に、「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動選択の有無が、感謝表出

スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)} = 22.92, p < .001$)。この結果から、ストーリー 3 では、「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動から、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー 4 の分析結果は、Figure 5 に図示した通りであった。ストーリー 4 は、「友人に、誕生日に

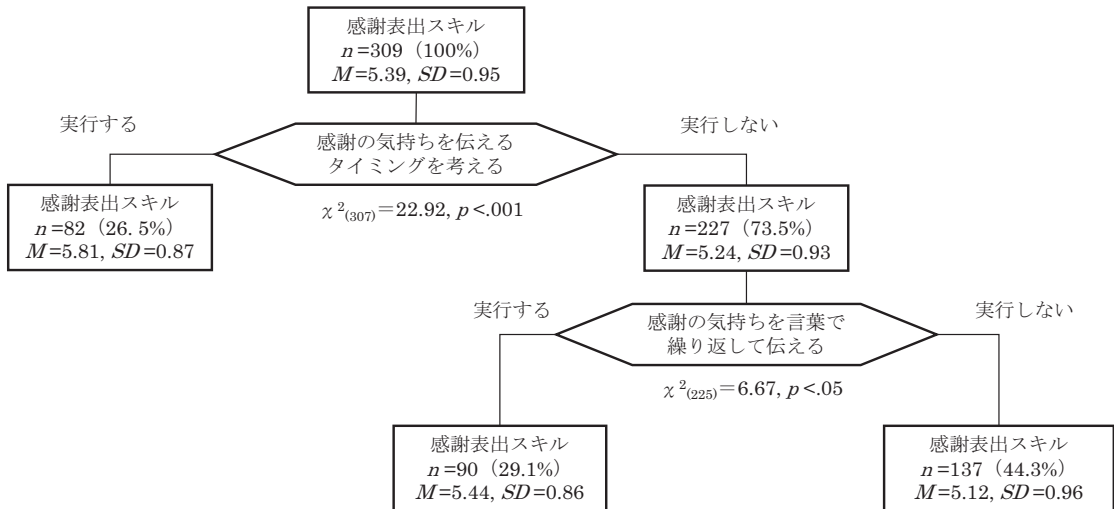


Figure 4. ストーリー 3 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

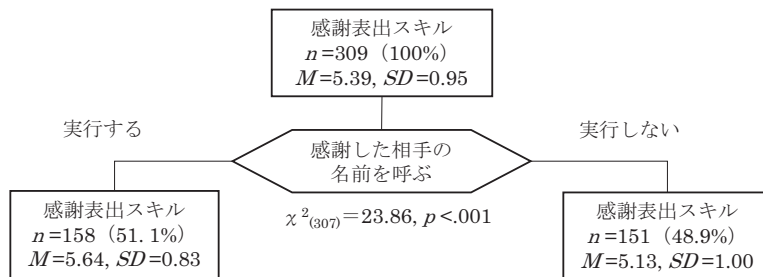


Figure 5. ストーリー 4 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

プレゼントをもらう」という状況であった。ストーリー 4 では、最初に、「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)}=23.86, p<.001$)。この結果から、ストーリー 4 では、「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動から、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー 5 の分析結果は、Figure 6 に図示した通りであった。ストーリー 5 は、「先輩に、食事をご馳走してもらう」という状況であった。ストーリー 5 では、最初に、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)}=27.14, p<.001$)。「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」という行動を実行する人は、次に、「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた

($\chi^2_{(222)}=10.75, p<.01$)。つまり、ストーリー 5 では、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」と「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動から、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー 6 の分析結果は、Figure 7 に図示した通りであった。ストーリー 6 は、「バイト先の人に、バイトのシフトを代わってもらう」という状況であった。ストーリー 6 では、最初に、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)}=24.25, p<.001$)。「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」という行動を実行する人は、次に、「感謝した理由を言う」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(228)}=5.87, p<.05$)。つまり、ストーリー 6 では、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」と「感謝した理

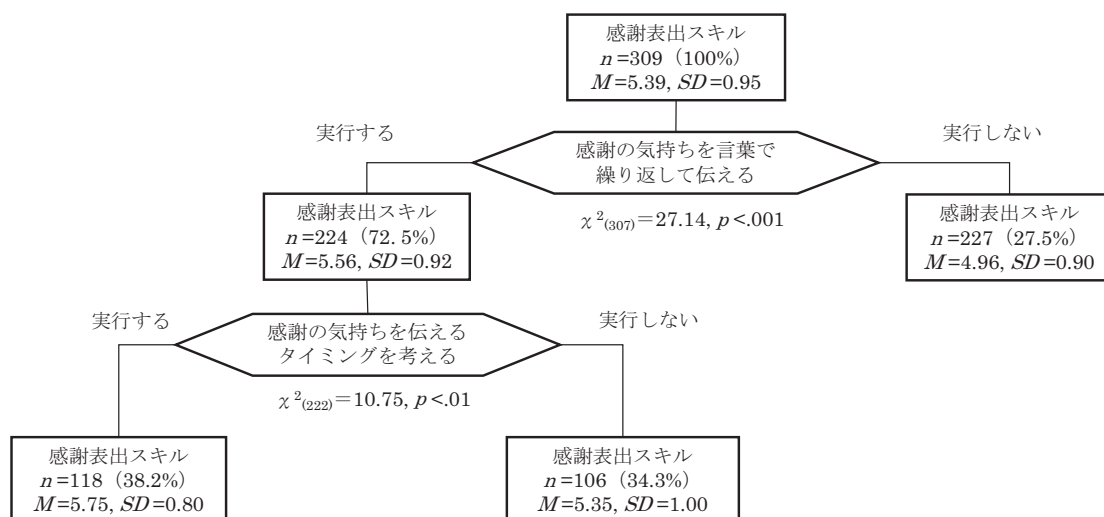


Figure 6. ストーリー 5 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

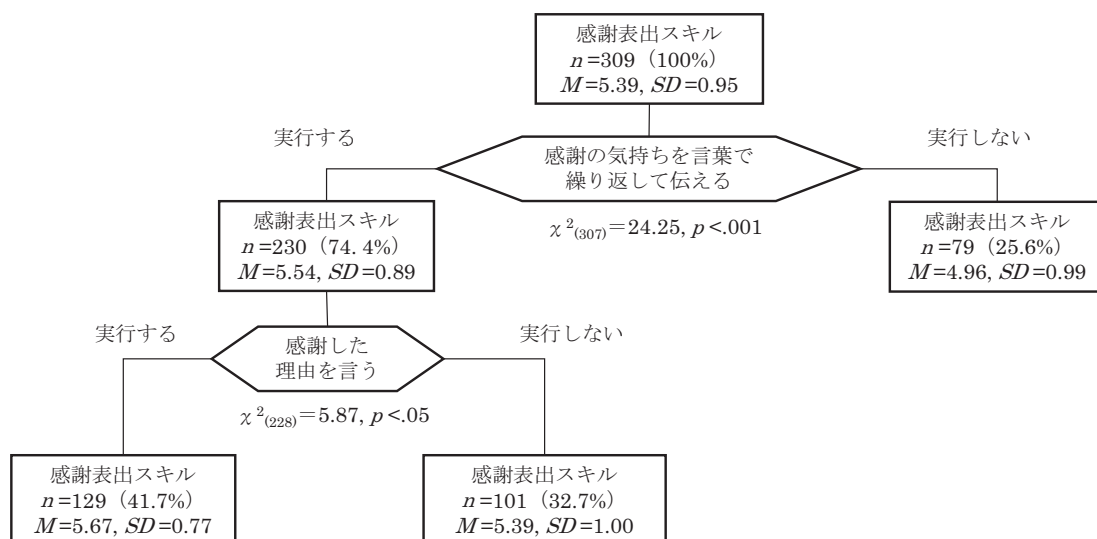


Figure 7. ストーリー 6 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

由を言う」という行動から、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー 7 の分析結果は、Figure 8 に図示した通りであった。ストーリー 7 は、「友人に、休み時間にお菓子をもらう」という状況であった。ストーリー 7 では、最初に、「相手に今度、お礼をすることを約束する」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)}=20.07, p<.001$)。この結果から、ストーリー 7 では、「相手に今度、お礼をすることを約束する」という行動か

ら、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

ストーリー 8 の分析結果は、Figure 9 に図示した通りであった。ストーリー 8 は、「恋人に、風邪で寝込んでいて看病してもらう」という状況であった。ストーリー 8 では、最初に、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(307)}=15.81, p<.001$)。「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」という行動を実行する人は、次に、「感謝し

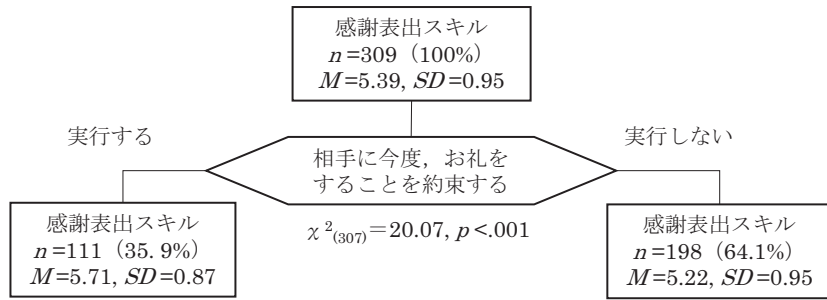


Figure 8. ストーリー 7 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

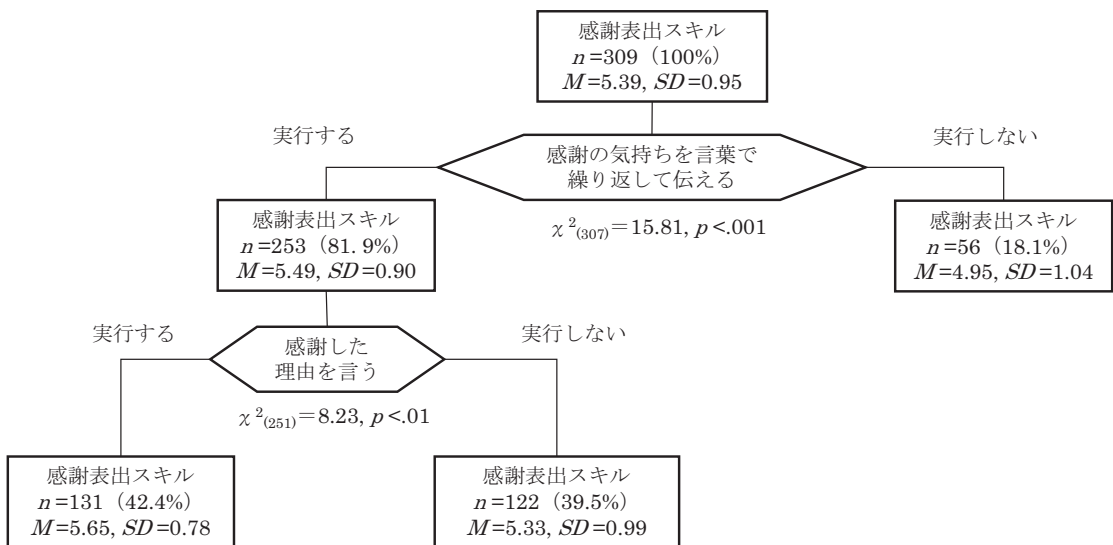


Figure 9. ストーリー 8 での感謝表出スキル尺度得点の高さを予測する行動選択の分岐

た理由を言う」という行動選択の有無が、感謝表出スキル尺度得点の高い人を見分けた ($\chi^2_{(251)} = 8.23, p < .01$)。つまり、ストーリー 8 では、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」と「感謝した理由を言う」という行動から、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を予測できることが示された。

考 察

本研究の目的は、ソーシャル・ストーリーの手法を用いて、特定の感謝生起状況を具体的に描き、そのような感謝生起状況において、どのような行動が感謝表出スキルの最適な実行方法となり得るのかを検討することであった。

本研究で作成した 8 つのソーシャル・ストーリー

では、各ストーリーにおいて、「関係継続意思」や「感情状態」について回答を求めた。分析の結果、「関係継続意思」については、全てのストーリーにおいて、感謝される側の相手との関係は継続したいと思っていることが示された。「感情状態」については、「ストーリー 6」以外の各ストーリーでは「ありがたい」と感じ、「ストーリー 6」では、「申し訳ない」と感じるが示された。これらの結果を踏まえると、感謝生起状況では、感謝する側は、基本的に、感謝される側の相手と関係を継続したいと思い、ありがたいと感じると考えられる。「ストーリー 6」だけで、申し訳ないと感じたのは、「ストーリー 6」の内容が、バイト先の人に、バイトのシフトを代わってもらおうという内容であり、相手に労力をかけたためであると考えられる。

本研究で作成した8つのソーシャル・ストーリーでは、各ストーリーにおいて、8つの「行動選択肢」に回答を求めた。各ストーリーにおいて、8つの「行動選択肢」のうちどのような行動が選択されているのかを分析したところ、各ストーリーによって選択される行動は異なっていたが、「ありがとうと言う」と「笑顔で対応する」という行動は、全てのストーリーにおいて有意に選択されていた。このことから、「ありがとうと言う」と「笑顔で対応する」という行動は、感謝感情の表出に関する基本的な言語行動と非言語行動と言える。

本研究では、各ストーリーにおける感謝表出スキルの最適な実行方法を検討した。ストーリー1の「友人に、遅刻した講義の内容を教えてもらう」という状況では、「感謝した相手の名前を呼ぶ」と「感謝した理由を言う」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。これらの行動は、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていない行動であるが、決定木分析の結果では、ストーリー1における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー1の状況では、友人に講義の内容を教えてもらった後、友人の名前を付け加えて、講義の内容を教えてもらったことなどに感謝したという理由を言って、感謝の思いを伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。ストーリー1における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、「〇〇が、講義の内容を教えてくれて助かったよ」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー2の「友人に、悩み相談を聴いてもらう」という状況では、「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動は、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていない行動であるが、決定木分析の結果では、ストーリー2における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー2の状況では、友人に悩み相談を聴いてもらった後、友人の名前を呼び、感謝の思いを伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。ストーリー2における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、「〇〇に悩みを聞いてもらえてよ

かったよ」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー3の「友人に、スマホの充電器を貸してもらおう」という状況では、「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動は、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていないが、決定木分析の結果では、ストーリー3における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー3の状況では、友人にスマホの充電器を貸してもらった後、タイミングを見計らって、感謝の思いを伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。ストーリー3における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、充電器を借りる前と使い終わった時に、「ありがとう」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー4の「友人に、誕生日にプレゼントをもらう」という状況では、「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動は、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていないが、決定木分析の結果では、ストーリー4における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー4の状況では、友人に誕生日プレゼントをもらった後、友人の名前を呼び、感謝の思いを伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法である。ストーリー4における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、「〇〇に誕生日を祝ってもらえてよかったよ」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー5の「先輩に、食事をご馳走してもらう」という状況では、「感謝の気持ちを言葉で繰り返して伝える」と「感謝の気持ちを伝えるタイミングを考える」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。これらの行動については、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていないが、決定木分析の結果では、ストーリー5における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー5の状況では、先輩に食

事をご馳走してもらった後、タイミングを見計らって、感謝の思いを繰り返し伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。ストーリー5における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、先輩との別れ際で、「今日はごちそうさまでした」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー6の「バイト先の人に、バイトのシフトを代わってもらう」という状況では、「感謝の気持ちを言葉で繰り返し伝えて伝える」と「感謝した理由を言う」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。これらの行動については、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていないが、決定木分析の結果では、ストーリー6における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー6の状況では、バイト先の人にバイトのシフトを代わってもらった後、シフトを代わってもらって助かった理由を言い、感謝の思いを繰り返し伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。ストーリー6における感謝表出スキルの実行は、例えば、「〇〇のため、バイトに行けなくなったのですが、シフトを変えていただいたおかげで助かりました」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー7の「友人に、休み時間にお菓子をもらう」という状況では、「相手に今度、お礼をすることを約束する」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。「相手に今度、お礼をすることを約束する」という行動は、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていないが、決定木分析の結果では、ストーリー7における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー7の状況では、友人に休み時間にお菓子をもらった後、今度、お礼をすることを約束して、感謝の思いを伝えることが、感謝表出スキルの実行であると考えられる。ストーリー7における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、「今度、お菓子を持ってくるね」と言うような伝え方が挙げられる。

ストーリー8の「恋人に、風邪で寝込んでいて看病してもらう」という状況では、「感謝の気持ちを言葉で繰り返し伝えて伝える」と「感謝した理由を言う」という行動を実行する人が、感謝表出スキル尺度得点の最高得点を示した。これらの行動のうち、「感謝

した理由を言う」という行動は、Table 3に示した「各ストーリーにおける行動選択肢それぞれの選択率」の結果において実行する人と実行しない人との間に有意差がなく、必ずしも実行されていないが、決定木分析の結果では、ストーリー8における感謝表出スキルの最適な実行方法として重要な行動要素であることが示された。この結果から、ストーリー8の状況では、恋人に看病してもらった後、看病してもらって助かった理由を言い、感謝の思いを繰り返し伝えることが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。ストーリー8における感謝表出スキルの最適な実行方法は、例えば、「風邪で寝込んでいて一人で困っていたから、看病してくれて助かったよ、ありがとう」と言うような伝え方が挙げられる。

8つのソーシャル・ストーリーのうち、「ストーリー1」「ストーリー2」「ストーリー4」では、感謝表出スキルの最適な実行方法に、「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動を実行することが共通していた。これらのストーリーでは「友人」が登場し、その友人に対して感謝感情を表出する状況であった。この「友人」との関係性は、例えば「ストーリー8」に登場する「恋人」のように、すでに親密である関係性ではなく、今後、関係を維持したり、発展させたりする関係であると考えられる。そのように考えると、今後、関係を維持したい相手や、発展させたい相手に対しては、「感謝した相手の名前を呼ぶ」という行動を実行することが感謝表出スキルの最適な実行方法とも言える。

8つのソーシャル・ストーリーのうち、「ストーリー5」「ストーリー6」「ストーリー8」では、感謝表出スキルの最適な実行方法に、「感謝の気持ちを言葉で繰り返し伝えて伝える」という行動を実行することが共通していた。これらのストーリーでは順に、「先輩」「バイト先の人」「恋人」それぞれが登場し、彼らに対して感謝感情を表出する状況であった。この状況では、感謝する側は、感謝される側の相手に、食事をご馳走してもらったり、バイトのシフトを代わってもらったり、看病をしてもらったりした。このことから、感謝する側は、感謝される側の相手が自分に対してお金や時間といったコストを支払っていることを認知したと考えられる。そのように考えると、感謝される側の相手がお金や時間といったコストを支払った時は、「感謝の気持ちを言葉で繰り返し伝えて伝える」という行動を実行することが、感謝表出スキルの最適な実行方法であると考えられる。

本研究では、「感謝生起状況」の内容や、「感謝される側」の属性を具体的に操作し、特定の感謝生起

状況における感謝表出スキルの実行内容を検討したことにより、感謝表出スキル尺度得点が高い人は、様々な感謝生起状況で、最適な感謝感情の表出方法を選択し実行していることを実証することができた。本研究の知見は、感謝表出スキルを教育する際、特定の感謝生起状況における感謝感情の表出として、どのような行動が最適な実行方法であるのかを教示し、感謝表出スキルの実行を促すことができる実証的根拠となる。

引用文献

- 相川 充 (2009). セレクション社会心理学——20 新版 人づきあいの技術——ソーシャルスキルの心理学 サイエンス社
- Algoe, S. B. (2012). Find, remind, and bind: The functions of gratitude in everyday relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 6, 455-469.
- Baron-Cohen, S. (1988). Social and pragmatic deficits in autism: Cognitive or affective? *Journal of autism and developmental disorders*, 18, 379-402.
- 郷式 徹 (2008). クロス集計表に対する統計分析の手法： χ^2 検定とFisherの直説法および残差分析と多重比較による下位検定 心理科学, 28, 56-66.
- Gray, C. A., & Garand, J. D. (1993). Social stories: Improving responses of students with autism with accurate social information. *Focus on autistic behavior*, 8, 1-10.
- 藤野 博 (2005). 自閉症スペクトラム障害児に対するソーシャル・ストーリーの効果——事例研究の展望—— 東京学芸大学紀要, 56, 349-358.
- 伊藤忠弘 (2014). 感謝を感じる経験と感謝される経験における感情 学習院大学文学部研究年報, 61, 99-117.
- Karal, M. A., & Wolfe, P. S. (2018). Social Story Effectiveness on Social Interaction for Students with Autism: A Review of the Literature. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 53, 44-58.
- Khantreejitranon, A. (2018). Using a social story intervention to decrease inappropriate behavior of preschool children with autism. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 39, 90-97.
- 蔵永 瞳・樋口匡貴 (2011). 感謝の構造——生起状況と感情体験の多様性を考慮して——感情心理学研究, 18, 111-119.
- 蔵永 瞳・樋口匡貴 (2013). 感謝生起状況における状況評価と感情体験が対人行動に及ぼす影響 心理学研究, 84, 376-385.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect? *Psychological Bulletin*, 127, 249-266.
- 酒井智弘・相川 充 (2017). 感謝表出スキルに関する文脈的アプローチに基づいた半構造化面接による予備的検討 筑波大学心理学研究, 54, 29-38.
- 酒井智弘・相川 充 (2018). 感謝表出スキル尺度の開発に向けた予備調査 日本心理学会第82回大会, 425.
- 酒井智弘・相川 充 (2020). 感謝表出スキルの実行が孤独感の低減に及ぼす効果 教育心理学研究, 68, 111-121.
- Sakai Tomohiro, & Aikawa Atsushi (2019). Development of gratitude skills scale: Empirical evidences for validity, The 20th annual meeting of the Society for Personality and Social Psychology Convention.
- 佐竹真次 (2004). 人は何について感謝しているか——大学生とその親がいだく感謝の内容と相手—— 山形保健医療研究, 7, 1-8.
- 高本真寛・古村健太郎 (2018). 大学生におけるアルバイト就労と精神的健康および修学との関連 教育心理学研究, 66, 14-27.
- 宇佐美 慧 (2017). 第14章 縦断データの分類——決定木および構造方程式モデル決定木—— 莊島宏二郎 (編) 計量パーソナリティ心理学 (pp. 219-239) ナカニシヤ出版
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the good life: Toward a psychology of appreciation*. New York: Springer.
- Yoshimura, S. M., & Berzins, K. (2017). Grateful experiences and expressions: The role of gratitude expressions in the link between gratitude experiences and well-being. *Journal of Review of Communication*, 17, 106-118.

(受稿 9 月 30 日：受理 11 月 30 日)