

## 【論文】

# 自己開示を促進する聞き手のコミュニケーションについての検討

## —開示者との関係性に着目して—

小林 千緩 (岩手大学大学院人文社会科学研究所)

奥野 雅子 (岩手大学人文社会科学部)

### I はじめに

他者と信頼関係を築いていく時、より相手のことを知りたいと思い、あるいは話を聞くことで相手の力になりたいと考えることがある。そのような時、どうすれば相手が話しやすいと思える状況を作り出せるのだろうか。可能性のひとつとして、聞き手が話の聞き方を工夫する、ということがある。しかし、他者との関係性のあり方は多様であるため、どのような関係性の相手でも同じ話の聞き方をすれば話しやすいと感じるわけではないといえる。

本研究では、相手の自己開示を促す聞き手のコミュニケーションについて、他者と自己の関係性に着目する。効果的な聞き手のコミュニケーション因子を抽出し、開示者との関係性が聞き手のコミュニケーションに与える影響について検討することを目的とする。

### II 問題と目的

#### 1. 自己開示について

「自分自身に関連する情報」を特定の他者に伝達することを自己開示という(安藤, 1986)。一方、他者に自身に関する情報や悩みを打ち明けることが比較的容易な場合と困難な場合がある。こういった自己開示に抵抗感を伴うということは個人にとって少なくない状況である。遠藤(1993)によれば、開示内容が些細なことであり、一過性であるという考えや、相手に伝えても分かってもらえないだろうという不安によって自己開示が阻まれるという。また、自己開示によってこれまで築いてきた関係性が変化するのではないかと不安によっても自己開示は困難になると述べられている。前者が対自的側面、後者は対他的側面の理由である(遠藤, 1993)。丹羽・丸野(2010)は、親密な同性の友人への深い自己開示は、初対面の友人に比べると多くなるが、その反面、表層的な自己開示も増加するという結果を示している。このように親密な友人が自己開示を抑制する状況について、親密であるが故に相手に心理的負担をかけてしまうと懸念し、感情を抑制するからであり、その代わりとして表層的な自己開示をするのではないかと考察されている(丹羽・丸野, 2010)。

このように、悩みがある場合でも友人に対して悩みを打ち明けたいと思う一方で、さまざまな要因から思うように自己開示ができていないという葛藤が生じることが予想できる。そこで、解決したい悩みを話したくても行動できない友人を支援するためには、聞き手からの働きかけによって自己開示を促進することが必要になる。

## 2. 聞き手の要因

相手の自己開示を促進するための聞き手の要因についてこれまで検討がなされてきた。まず、他者からの親密な自己開示を受けやすいことを個人の特性と捉えると、このような特性をもつ個人はオープンと呼ばれ、それを評定する尺度としてオープン・スケールが作成されている（小口, 1989）。高オープナーは低オープナーよりも、共有された情報を関連付ける発話の頻度が多いことが報告されている（遠藤, 1993）。しかし、オープン・スケールは聞き手自身の主観的判断によって相手の自己開示を促進できる程度を測定したものであるため、実際に相手の自己開示が促進されたかどうかについては明確ではないといえる。また、相手の自己開示を促進させる要因を聞き手のパーソナリティ特性として捉えると、その特性を変容させることが難しくなる。そこで、聞き手が用いるコミュニケーション行動という視点を導入することが必要になる。

藤原・濱口（2013）は聴くスキルに関して因子分析を行い、認知スキルである「会話の理解」「共感」「評価の保留」の3因子と行動スキルである「応答」「うなずき・あいづち」「姿勢」「アイコンタクト」「遮らない」の5因子を抽出している。しかし、これらの因子も聴くスキルを自身で評価して回答しているものであり、相手がどう感じているかについては検討されていない。

## 3. 青年期の友人関係

青年期の友人関係にはさまざまな機能が存在することが報告されている。丹野・松井（2006）は友人関係には下位成分があるとし、それを「友人関係機能成分」と呼び、さらに、丹野（2008）は、「友人関係機能成分」に着目した検討を行い、その成分として「安心・気楽さ」「娯楽性」「関係継続展望」「情緒的結びつき」「相談・自己開示」「支援性」「肯定・受容」「学習・自己向上」「人生の重要な意味」の9つの成分を見出した。

また、青年期の友人関係には性差があることが指摘されている。丹野（2007）は、大学生では男性に比べ女性の友人関係はより多様な機能を果たしていると述べている。落合・佐藤（1996）は、青年男子の友人関係では「自分に自信を持ち、友人と自分を異なる存在であると認識したつきあい方」がなされており、他方青年女子の友人関係では、「友人と理解しあい、共感・共鳴しあって、お互いがひとつになるようなつきあい方」が望まれていることを示した。

さらに、友人関係における自己開示では、榎本（1997）によると、同性の友人に対する方が自己開示しやすいことが報告されている。

以上より、青年期における友人との関係性には様々な機能が存在し、性差によっても友人関係に望むものが異なることがすでに示されている。よって、関係性や性別によって、用いるコミュニケーションが変化することが予想される。

## 4. コミュニケーションに関する諸理論

本研究では、聞き手が用いるコミュニケーションに着目するが、コミュニケーションを双方向的に捉える立場を取る。その理論的基盤として、二者間のコミュニケーションを一つのシステムであるという視点をういたシステム理論が挙げられる。そのシステム理論をコミュニケーション理論に適用した「人間コミュニケーションの語用論（Pragmatics of

Human Communication)」（Watzlawick, Beavelas & Jackson, 1967）を援用することにする。ここでは、物事を原因から結果へと直線的・一方向的には捉えず、原因と結果は円環的に循環している、という二者間のコミュニケーションの相互作用としてみている。本研究で取り上げる「話を聞く」という行動も相手からの一方向のコミュニケーションを受けただけではなく、その行動自体が話し手の行動に影響を与えることになるため、相手の自己開示を引き出すことが可能になるといえる。

「人間コミュニケーションの語用論」を基盤にしたコミュニケーション研究が行われている。東北大学臨床心理学グループによってコミュニケーションの内容的側面（話の内容）とマネジメント的側面（その場のやりとりを指示する行為）への分類が試みられた（若島, 2001）。内容的側面（＝報告的機能）では、会話の中でやり取りされる言語的・非言語的メッセージの内容を人に伝え、マネジメント的側面（＝命令的機能）は、伝えられたメッセージの内容をどのように理解すべきか、という情報を持つ（安達ら, 2008）。奥野（2013）によって2側面の具体的行動は以下のように整理されている（表1参照）。特に、マネジメント的側面は、会話の中のやり取りで用いられる行動であるため、日常生活でも意識的に変化させることが可能であるとされている。

以上より、自己開示と話の聞き方に関するコミュニケーション研究において、コミュニケーションの内容的側面・マネジメント的側面という観点から行われたものは見当たらない。そこで、本研究では自己開示を促す聞き手のコミュニケーションを内容とマネジメントの2側面から、開示者と聞き手との関係性に着目し、検討することを目的とする。合わせて性差も含め検討を行うことにする。

表1 コミュニケーションの分類（奥野、2013）

	内容的側面	マネジメント的側面
言語	話されている 会話の内容	終助詞 間投詞 接続詞 あいづち 呼称
非言語	話題ジェスチャー	視線 反応を求める頭の動き 反応を示すうなずき 相互作用的ジェスチャー 笑顔表情

### Ⅲ 方法

#### 1. 予備調査

##### (1) 調査協力者

大学生 32 名を対象に調査を実施した。そのうち有効回答数は、男性 14 名、女性 18 名、計 32 名 ( $M=21.9$ ,  $SD=0.979$ ) である。

##### (2) 調査時期

調査時期は、2014 年 10 月であった。

##### (3) 手続き

調査協力者に個別に質問紙を配布し、得られた回答から個人は特定されないこと、調査結果は調査目的以外には使用しないことなどを説明し、調査協力者の同意を得た。また、「あなたが友人に悩み事を相談するときのことを想定してください」と教示して質問紙に回答してもらい回収した。

##### (4) 質問紙の構成

フェイスシート (年齢・性別) の他に、「場所」「状況」「表情」「態度や様子」「身だしなみ」「言葉遣い」「質問」「意見やアドバイス」「応答」の計 10 項目について、友人がそれぞれのよう話を聞いてくれると悩みを話しやすいかについて、自由記述による回答を求めた。

##### (5) 分析方法

得られた回答について KJ 法を用いて分類し、質問項目を作成した。

#### 2. 本調査

##### (1) 調査協力者

大学生 198 名を対象に調査を行った。そのうち有効回答数は、男性 79 名、女性 118 名、計 197 名 ( $M=20.3$ ,  $SD=1.656$ ) である。

##### (2) 調査時期

調査時期は、2014 年 11 月～12 月であった。

##### (3) 手続き

講義時間の一部を利用して実施した。質問紙配布時には、得られた回答から個人は特定されないこと、調査結果は調査目的以外には使用しないことなどを説明し、調査協力者の同意のもと回答を得た。また、質問に回答する際、「あなたの同性の友人を思い浮かべてください。最初に思いついた友人を仮に『A さん』とし、A さんとの関係について回答してください」と教示した。

##### (4) 質問紙の構成

フェイスシート (年齢・性別) の他に、以下の内容について調査した。

###### ① 友人関係機能尺度 (丹野、2008)

友人関係を測定する尺度。「安心・気楽さ」「娯楽性」「関係継続展望」「情緒的結びつき」「相談・自己開示」「支援性」「肯定・受容」「学習・自己向上」「人生の重要な意味」の 9 つの下位尺度からなる。45 項目の質問項目で構成されており、「全くあてはまらない」(1 点)～「とてもあてはまる」(5 点)の 5 件法で尋ねた。

###### ② 話の聞き方に関するコミュニケーション尺度

予備調査の結果から作成した尺度。想定された同性の友人（Aさん）がどのように話を聞いていると悩みを話しやすいかについて質問項目を作成した。「話を聞いてもらう場所」「話を聞いてもらう状況」「話を聞いてくれる友人の身だしなみ」「話を聞いている時の友人の表情」「話を聞いてくれている時の友人の態度や様子」「話を聞いてくれている時の友人の言葉遣い」「話に対する友人の質問」「話に対する友人の意見やアドバイス」「友人自身の話」の9カテゴリー、47項目から構成されている。各項目について、「とても話しづらい」（1点）～「とても話しやすい」（5点）の5件法で回答を求めた。

#### （5）分析方法

話の聞き方に関するコミュニケーション尺度のマネジメント的側面と内容的側面について、それぞれ因子分析を行い、因子を抽出した。さらに、抽出された因子を目的変数として友人関係機能を説明変数として男女別に重回帰分析を行った。

### IV. 結果

#### 1. 話の聞き方に関するコミュニケーション因子の抽出

話の聞き方に関するコミュニケーションについて、質問項目の内容からマネジメント的側面と内容的側面に分類し、それぞれについて因子分析を試みた。

##### （1）マネジメント的側面

コミュニケーションのマネジメント的側面である35項目に対して、主因子法・プロマックス回転による因子分析を行い、4因子を決定した。この結果を表2に示す。

第1因子は7項目で構成されており、「優しい言葉遣い」や「相槌をうちながら話を聞く」といった項目に高い負荷量が認められ、「受容的雰囲気」因子と命名した。

第2因子は5項目で構成されており、「リラックスした格好で話を聞く」や「一緒にご飯を食べながら話を聞いてもらう」といった項目に高い負荷量が認められ、「気楽な雰囲気」因子と命名した。

第3因子は5項目で構成されており、「話の区切りごとに質問をする」や「あなたの方に身を乗り出す」といった項目に高い負荷量が認められ、「能動的な会話参加」因子と命名した。

第4因子は4項目で構成されており、「意見やアドバイスせずに話を聞く」や「質問せずに話を聞く」といった項目に高い負荷量が認められ、「消極的な会話参加」因子と命名した。

$\alpha$ 係数は、第1因子が0.806、第2因子が0.662、第3因子が0.565、第4因子が0.566であった。

表2 話の聞き方に関するコミュニケーションのマネジメント的側面の因子分析結果

項目内容	I	II	III	IV	
<b>受容的雰囲気</b>					
Aさんが話の内容に共感する態度をとる	<b>0.772</b>	0.068	-0.103	-0.066	
Aさんが、優しい言葉遣いをする	<b>0.719</b>	-0.122	-0.053	0.108	
Aさんは、相槌をうちながらあなたの話を聞く	<b>0.672</b>	0.054	-0.089	-0.06	
Aさんは、微笑みのある柔らかい表情であなたの話を聞く	<b>0.635</b>	0.005	-0.017	0.088	
Aさんも、あなたと一緒に悩みを解決しようとする	<b>0.575</b>	0.027	0.131	-0.083	
Aさんは、臨機応変に表情に変化をつけながらあなたの話を聞く	<b>0.446</b>	-0.003	0.194	-0.085	
二人きりになれる場所で話を聞いてもらう	<b>0.421</b>	0.08	0.14	0.062	
<b>気楽な雰囲気</b>					
Aさんがリラックスした格好をしている時に話を聞いてもらう	0.094	<b>0.684</b>	-0.013	0.096	
Aさんは、壁や椅子に寄りかかりながらあなたの話を聞く(*)	0.031	<b>-0.528</b>	0.067	0.13	
Aさんがカジュアルな格好をしている時に話を聞いてもらう	0.083	<b>0.486</b>	-0.048	0.012	
BGMや他の人の話し声がある場所で話を聞いてもらう	-0.118	<b>0.481</b>	0.102	-0.023	
一緒にご飯を食べながら話を聞いてもらう	0.091	<b>0.474</b>	-0.016	0.023	
<b>能動的な会話参加</b>					
Aさんが、話の区切りごとに質問をする	0.122	-0.018	<b>0.537</b>	-0.024	
Aさんが、きっぱりとした言葉遣いをする	-0.116	0.061	<b>0.479</b>	0.032	
あなたが沈黙した時、Aさんは話の続きを促す	0.057	-0.091	<b>0.463</b>	-0.043	
Aさんは、あなたの方に身を乗り出しながらあなたの話を聞く	0.215	-0.128	<b>0.418</b>	0.07	
Aさんが、あなたよりも多く自分の話をする	-0.184	0.147	<b>0.404</b>	0.162	
<b>消極的な会話参加</b>					
Aさんは、意見やアドバイスをせずにあなたの話を聞く	0.239	-0.023	-0.069	<b>0.684</b>	
Aさんは、質問をせずにあなたの話を聞く	-0.073	0.104	0.099	<b>0.556</b>	
Aさんは、あまり興味を示さずにあなたの話を聞く	-0.175	-0.118	-0.14	<b>0.409</b>	
あなたが沈黙した時、Aさんも沈黙する	-0.051	-0.075	0.116	<b>0.409</b>	
(*)は逆転項目を示す	因子間相関	I	II	III	IV
	I	—	0.5	0.337	0.042
	II		—	0.307	0.08
	III			—	0.034
	IV				—

## (2) 内容的側面

話の聞き方に関するコミュニケーションの内容的側面である12項目に対して、主因子法・プロマックス回転による因子分析を行い、2因子を決定した。この結果を表3に示す。

第1因子は6項目で構成されており、「あなたの考えをはっきりさせるような質問をする」や「様々な視点からのアドバイスをする」といった項目に高い負荷量が認められ、「悩み内容への注目」因子と命名した。

第2因子は3項目で構成されており、「悩みの内容と同じような経験に基づく話をする」や「肯定的な意見を述べる」といった項目に高い負荷量が認められ、「自分の話をする」

因子と命名した。

$\alpha$  係数は、第 1 因子が 0.728、第 2 因子が 0.608 であった。

表3 話の聞き方に関するコミュニケーションの内容的側面の因子分析結果

項目内容	I	II
<b>悩みの内容への注目</b>		
Aさんが、あなたの考えをはっきりさせるような質問をする	<b>0.814</b>	-0.227
Aさんが、様々な視点からのアドバイスをする	<b>0.602</b>	0.126
Aさんが、あなたの話に対してたくさんの意見を述べる	<b>0.502</b>	0.088
Aさんが、あなたの話に対して率直な意見を述べる	<b>0.444</b>	0.119
Aさんが、具体的なアドバイスをする	<b>0.416</b>	0.008
Aさんが、話の内容を掘り下げるような質問をする	<b>0.373</b>	0.215
<b>自分の話をする</b>		
Aさんが、あなたを肯定する意見を述べる	-0.165	<b>0.682</b>
Aさんが、あなたの話と同じような経験に基づく話をする	0.149	<b>0.565</b>
Aさんも悩みを打ち明ける	0.216	<b>0.391</b>
因子間相関	I	II
I	—	<b>0.62</b>
II		—

## 2. 友人関係機能と話の聞き方との関連性について

話の聞き方に関するコミュニケーション因子において、マネジメント的側面である「受容的雰囲気」「気楽な雰囲気」「能動的な会話参加」「悩みの内容への注目」「消極的な会話参加」と内容的側面である「悩みの内容への注目」「自分の話をする」をそれぞれ目的変数とし、友人関係機能を説明変数として男女別に重回帰分析を行った。分析手続きは、ステップワイズ法に依拠した（投入変数：F 値 5%水準，除去変数：10%水準）。結果を図 2 に示す。

男性では、「相談・自己開示」が「悩みへの内容への注目」に正の寄与 ( $\beta=0.330, p<0.001$ )、「支援性」も同様に正の寄与 ( $\beta=0.311, p<0.001$ ) として有意に影響していることが示された。また、「支援性」は「能動的な会話参加」にも正の寄与 ( $\beta=0.398, p<0.001$ ) として有意に影響していた。「娯楽性」が「気楽な雰囲気」に正の寄与 ( $\beta=0.353, p<0.001$ )、「肯定・受容」は「受容的雰囲気」に正の寄与 ( $\beta=0.702, p<0.001$ )、「自分の話をする」にも正の寄与 ( $\beta=0.601, p<0.001$ ) として有意に影響していることが示された。

女性では「相談・自己開示」が「受容的雰囲気」に正の寄与 ( $\beta=0.408, p<0.001$ )、「自分の話をする」にも正の寄与 ( $\beta=0.331, p<0.001$ ) として有意に影響していることが示された。「支援性」が「気楽な雰囲気」に正の寄与 ( $\beta=0.382, p<0.001$ )、「娯楽性」は「能動的な会話参加」に正の寄与 ( $\beta=0.236, p<0.001$ )、「悩みの内容への注目」にも正の寄与 ( $\beta=0.249, p<0.01$ ) として有意に影響していた。また、「学習・自己向上」からも「悩みの内容への注目」に正の寄与 ( $\beta=0.221, p<0.05$ ) として有意に影響していた。

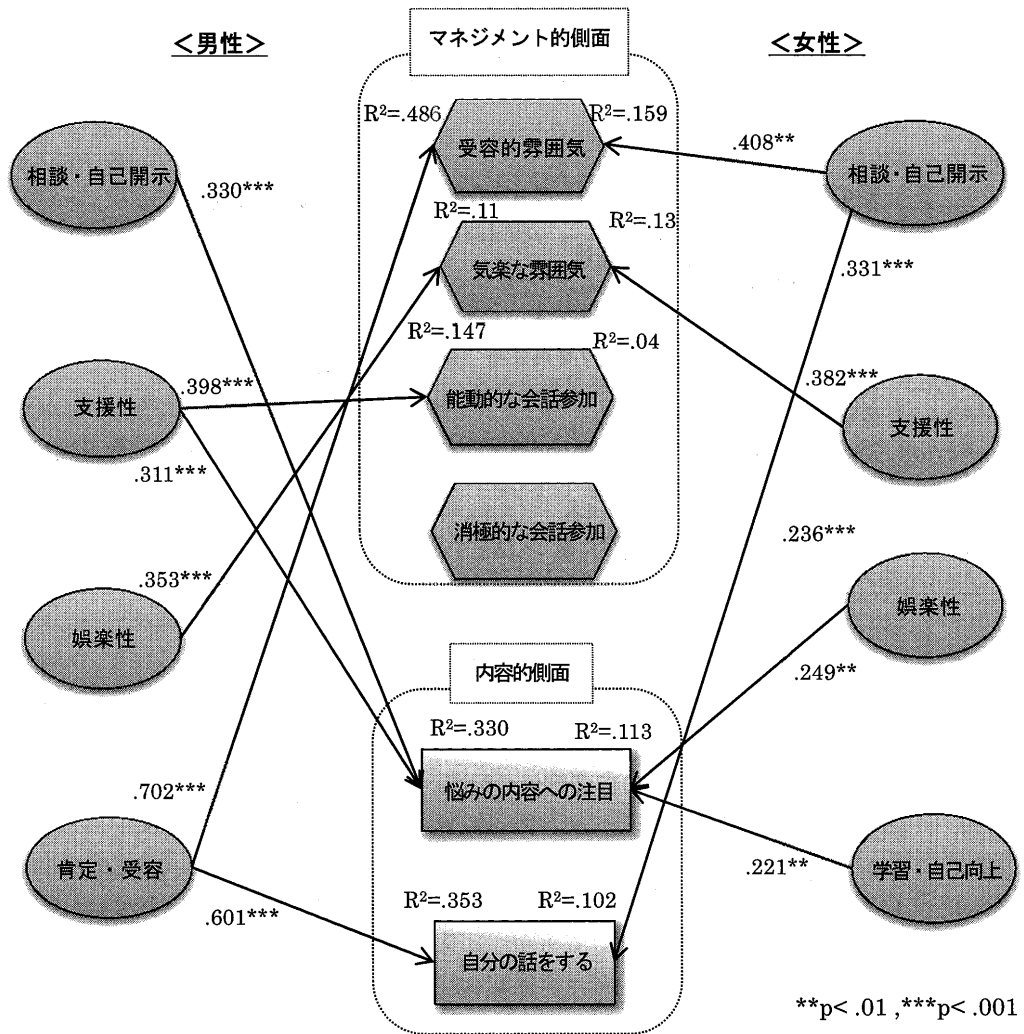


図2 重回帰分析の結果

## V 考察

### 1. 話の聞き方に関するコミュニケーション因子について

話の聞き方に関するコミュニケーションのマネジメント的側面・内容的側面それぞれについて因子分析を行ったところ、マネジメント的側面において、「受容的雰囲気」「気楽な雰囲気」「能動的な会話参加」「消極的な会話参加」の4因子、内容的側面において、「悩みの内容への注目」「自分の話をする」の2因子が抽出された。話をどのように聞くかについてのコミュニケーションでは、その内容よりも会話のやり取りであるマネジメントの要素が多いことが考えられる。



越・塚脇・平山（2009）は、聞き上手さを示す特徴として“安心・共感的態度”、“受容・共感的行動”、“アイコンタクト的行動”、“優しい容姿”を挙げており、開示者を受容し受動的な態度が示されていることは本研究の結果と一致する。しかし、「気楽な雰囲気」「能動的な会話参加」という因子も抽出されたことから、受容的雰囲気以外にも、積極的なコミュニケーションも存在することが示唆された。相手の自己開示を促進する目的で、聞き手が意識してコミュニケーションのあり方を選択できることが考えられる。

## 2. 友人関係機能が聞き手のコミュニケーションに与える影響

自己開示を促進するためには、友人と関係性によって聞き手が用いるコミュニケーションの効果が変化することが示唆された。また、その様相は男女によって異なることも示されたといえる。

まず、男性では、悩みや愚痴を言い合えるような相談や自己開示ができる関係の場合、あるいは、お互い助け合えるような関係の場合は、相手の悩みの内容に注目することが効果的であることが示唆された。また、助け合えるような関係では能動的に会話に参加することも有効であるといえる。一方、遊び仲間のような娯楽的關係では、気楽な雰囲気をつくる方が相手の自己開示は促進できることが推測される。また、相手を受容し肯定できる関係では、聞き手は受容的な雰囲気をつくりながらも聞き手が自分自身の話をするすることで相手の自己開示を促進できることが示唆された。

次に、女性では、悩みや愚痴を言い合えるような相談や自己開示ができる関係の場合、受容的な雰囲気をつくりながら聞き手は自分の話をするすることで相手の自己開示を促進できることが示された。また、お互い助け合えるような関係の場合は、気楽な雰囲気をつくる方が有効であることが示唆された。一方、遊び仲間のような娯楽的關係では、相手の悩みの内容に注目しながら能動的に会話に参加することが効果的であることが推測される。さらに、成長させてくれる関係であると相手が捉えている場合は、相手の悩みの内容に注目することで自己開示を促進できることが予想される。

このように、相手の自己開示を促進する目的では、友人関係によって選択するコミュニケーションを変化させる必要があることが考えられる。また、同じ友人関係機能を呈する場合でも、男性同士、あるいは女性同士の友人では、さらに選択するコミュニケーションが異なることになる。これらの結果は、性差によって友人関係に望むものが異なるからであると推測される。和田（1993）は、女性よりも男性の方が共に行動することをより重視し、男性よりも女性の方が自己開示や相互依存の状態であることを望み、情動に関する自己開示を行うことを報告している。また、落合・佐藤（1996）は、女性は友人と理解しあい、共感し共鳴しあうといった、お互いがひとつになるような関係を望んでいる一方で、男性は自分に自信をもち、友達と自分は異なる存在であるという認識をもって友達づきあいしていること、そして女性は男性に比べ友達としてつきあう範囲が広く、つきあう相手を限定したり選択したりしないと述べている。本研究の結果で示された遊び仲間のような娯楽的關係は、男性同士がつくりやすい関係であるといえるが、この場合に男性は気楽な雰囲気です話を聞いてもらう時に自己開示は促進される。他方女性では、能動的に会話に参加し質問や意見をしてくれるようなコミュニケーションを行う時に効果が上がることが示された。男性では、遊び仲間のような友人に気楽な雰囲気です話を聞いてもらうという

状況は二者間の関係性をそのまま維持することであり、他方女性は、遊び仲間のような関係の友人であっても、自分の内面に積極的に注目されるといった関係が進展するような状況をつくるのが有効であることが考えられる。これは、女性が内面的な関係を望む傾向にあることから、遊び仲間のような関係から心理的な距離が近づくといった事態に抵抗感が少ないのかもしれない。逆に男性は友人が自分と異なる独立した存在であると認識し、友人関係を比較的に客観的に捉えているため、二者間の心理的距離を守るような話の聞き方に居心地の良さを感じるのではないかと考えられる。

### 3. まとめと今後の課題

本研究では、青年期の友人関係において相手が悩みを抱えた際に自己開示を促進させるためには、現在の友人との関係性や性差によって聞き手が用いるコミュニケーションが異なることが示唆された。

本研究で得られた成果を日常場面に役立てるには、まず、男性同士、女性同士という同性の友人において現在の関係性を把握することが必要である。それを踏まえたうえで、相手の自己開示を促進するコミュニケーションのあり方を選択することが、友人への理解を深め、信頼関係を向上させていくことにつながるのではないかと考えられる。そして、そのような友人関係を築いていくことが青年期にある自己の成長にもつながるのではないだろうか。

今後の課題としては、本研究では質問紙を用いた調査を行ったため、個人が意識できるコミュニケーション行動に限定されたといえる。無意識で用いられるようなコミュニケーションの非言語側面については今後の検討が必要である。よって、コミュニケーションの相互作用が表出するようなコミュニケーションの実験場面も想定して実際に用いられているコミュニケーションを検討することが求められる。

また、本研究は自己開示をテーマに友人関係を取り上げたが、臨床場面での応用可能性を考慮することも重要であるといえる。親子間や夫婦間、セラピスト-クライアント間などの関係性において自己開示のあり方を検討することも必要であるだろう。特に、セラピスト-クライアント間のような、相手が専門家であり心理的課題を支援するような状況では、クライアントの自己開示を促進する要因も異なるといえる。最近になって、セラピスト自身の自己開示に関して論議が始まった。Janine (2005) によると、セラピストの自己開示は「治療の助けとなる要素」と「害となってしまう要素」の両方を含むため、クライアントへ及ぼす影響を考慮しながら慎重に行う必要があるという。このように、相手の自己開示を促進する聞き手のコミュニケーションについては、様々な状況や観点からさらなる検討が望まれるといえるだろう。

<引用文献>

- 安達知郎・佐藤恵子・滝沢晋也・越道理恵・板倉憲政・岡夏希・福田愛 (2008). 東北大学短期／家族療法研究グループによるコミュニケーション研究は「臨床に役立つ基礎研究」なのか？—臨床心理学、社会心理学におけるコミュニケーション研究との比較を通じて—. 東北大学大学院教育学研究科研究年報, 56(2), 179-199.
- 安藤清志 (1986). 対人関係における自己開示の機能. 東京女子大学紀要論集, 5, 167-199.
- 榎本博明 (1997). 自己開示の心理学的研究. 北大路書房.
- 遠藤公久 (1993). 自己開示の引き出しやすさに関する聞き手の発話特徴—会話の質的分析を通して—. 筑波大学心理学研究, 15, 201-209.
- 藤原健志・濱口佳和 (2013). 高校生用聴くスキル尺度改訂版の作成. 心理学研究, 84, 47-56.
- Janine, R. (2005). Transparency and Self-Disclosure in Family Therapy : Dangers and Possibilities. *Family Process*, 44(1), 45-63.
- 小口孝司 (1989). 自己開示の受け手に関する研究—オープナー・スケール, R-JSDQ と SMI を用いて—. 立教大学社会学部研究紀要応用社会学研究, 31, 49-64.
- 越良子・塚脇涼太・平山菜央子 (2009). 自己開示における被開示者の特徴の検討—開示者の開示動機との関連から—. 上越教育大学研究紀要, 28, 29-39.
- 丹羽空・丸野俊一 (2010). 自己開示の深さを測定する尺度. パーソナリティ研究, 18, 196-209.
- 落合良行・佐藤有耕 (1996). 青年期における友達とのつきあい方の発達の变化. 教育心理学研究, 44(1), 55-65.
- 奥野雅子 (2013). 専門家が用いる合意形成を目的としたコミュニケーションに関する臨床心理学的研究. ナカニシヤ出版.
- 丹野宏昭・松井豊 (2006). 大学生における友人関係機能の探索的検討. 筑波大学心理学研究, 32, 21-30.
- 丹野宏昭 (2007). 接触頻度と友人関係機能に関する検討. パーソナリティ研究, 16, 110-113.
- 丹野宏昭 (2008). 大学生の内的適応に果たす友人関係機能. 青年心理学研究, 20, 55-69.
- 和田実 (1993). 同性友人関係—その性および性役割タイプによる差異—. 社会心理学研究, 8(2), 67-75.
- 若島孔文 (2001). コミュニケーションの臨床心理学—臨床心理言語学への招待. 北樹出版.
- Watzlawick, P., Beavelas, B.J., & Jackson, D. D. (1967) . Pragmatics of human communicateon : A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes. New York : W. W. Norton & Company. (山本和郎 監訳 (1998). 人間コミュニケーションの語用論—相互作用パターン、病理とパラドックスの研究—. 二瓶社)