

児童・生徒の心理的困難時における自己援助と援助要請（Ⅱ）

田崎 敏昭・橋本 真喜子

Self-help and Help-seeking Behaviors of the Students at Psychological Difficulties (II)

Toshiaki Tasaki・Makiko Hashimoto

今日の子どもは学校の内外でさまざまな問題を抱えながら生きているが、その多くは困難な問題も自ら解決し、普通の生活を送っている。しかし、問題を処理できず、不適応行動に陥っていく児童・生徒も少なくは無い。

本研究では、中学生、高校生が心理的困難に遭遇した時、それを乗り越えるためどのような自己援助行動をしているか、また自己援助行動で乗り越えられない時、他者にどのような態度で援助を求めるのかを、研究Ⅰに続きより明らかにしていく。さらに、中学生、高校生の援助要請に対する態度の違いについて検討する。

研究Ⅱ：自己援助行動についての因子分析

同じような領域のストレス・コーピングの研究において、対処行動の因子が明らかにされているが、ここではどういう事柄にたいしての対処行動なのか明確にされていない。具体的にどのような事象に対する行動なのかを明確に提示しない限り、その行動がどのような意味をもつものかははっきりしない。この調査では、中学生、高校生が困難と感じる出来事を明確に提示しながら、自己援助行動を明らかにし、そこにどのような因子が含まれているかを明らかにする。

方 法

調査対象：S県内の公立中学校2年生男女40名および公立高等学校1年生男女46名の計86名。

調査時期：1998年11月。

質問紙の作成：研究Ⅰ（田崎・橋本 2005）で得られた自己援助努力の自由記述文を参考に、96項目の質問を作成した。各項目で述べられている内容は、中学生・高校生が実際に遭遇した困難な出来事と、それに対して行った行動である。それぞれの項目に対して、「1. 全く行わない」～「5. よく行う」までの5件法で回答を求めた。以下は教示文と質問項目の一部である。

〈教示文〉

「次のアンケートは、みなさんが、困難な出来事に遭遇したときに、日頃どのような努力をして乗り越えてい

るかを尋ねるものです。文章中の困難に遭遇した場合、そこに述べてある努力を、日頃あなたが行っているかどうか評定してください。もし文章中の困難に遭遇したことがない場合は、それに遭遇した場合、そこに述べられている対処を行うかどうかを考えて評定してください。評定するときは、あまり考えず思いついたままを書き込んでください。」

〈質問項目（例）〉

2. 成績が上がらなかったら、勉強の方法を変える。
11. 試験の結果が悪かったら、忘れようとする。
12. 進路に迷ったら、どうにかなるだろうと開き直る。
33. 友達に文句を言われたら、自分も言い返す。
57. 部活がきつかったら、部活をやめようと思う。
88. 自分に自信がなかったら、何かのうちこむ、など。

調査実施：中学生はクラスで教師の説明による集団面接法で行った。高校生には、教師が説明し、自宅に持ち帰って回答してもらった。

結 果

主因子法による因子分析とバリマックス回転をおこなったTable 1に示すように、説明可能な4因子を抽出した。各因子を代表する項目には、因子負荷量が、4以上で、当該因子以外の因子負荷量が、4を超えない項目を選択した。また共通性は相関係数の最大を用いた。

第一因子に負荷が高かったのは、「56. 部活の練習がきつく、くじけそうになったら、友だちもみんなきついのだと自分をはげます」、「59. 試合で負けたら、練習にはげむ」、「1. 成績が上がらなかったら、もっと一所懸命に勉強する」、「9. 試験の結果が悪かったら、悔しさをバネにして頑張ろうと思う」など、困難に対し直接向き合いそれを乗り越えようとする項目群であり、「問題への直接的対処」と名づける。

第二因子に負荷が高かったのは、「43. 友だちから馬鹿にされたら、その場から逃げ出す」、「34. 友だちに文句を言われたら、その人に気に入られるようなことをする」、「40. 友だちとけんかしたら、その人にかかわらないようにする」など、遭遇した問題から逃げようとする項目群であり、「問題からの逃避」と名づける。

第三因子に負荷が高かったのは、「62. 学校がつまら

(注1) 元佐賀大学大学院教育学研究科

Table 1 自己援助行動の因子分析

番号	質問項目	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	共通性
56	部活の練習がきつづくじけそうになったら、友だちもみんなきついのだと自分をはげます。	-0.655	0.092	-0.179	0.059	0.474
59	試合で負けたら、練習にはげむ。	-0.596	0.069	0.069	0.223	0.415
1	成績が上がらなかったら、もっと一所懸命に勉強する。	-0.591	-0.125	0.102	-0.084	0.382
9	試験の結果が悪かったら、くやしさをバネにして頑張ろうと思う。	-0.584	0.101	-0.139	-0.193	0.408
84	本当の自分が出せなかったら、あまり無理せず、少しずつ自分を出していくように心がける。	-0.499	0.057	-0.313	-0.065	0.355
58	部活でレギュラーになれなかったら、部活は休まないようにする。	-0.491	-0.113	0.027	0.226	0.306
39	友だちとけんかしたら、自分も悪かったと反省する。	-0.482	-0.071	-0.018	-0.183	0.277
16	進路で悩んだら、自分は何が向いているのか考える。	-0.484	0.053	-0.101	0.336	0.361
18	授業についていけなくなったら、とりあえず学校を休まないようにする。	-0.481	-0.030	0.158	-0.034	0.258
5	成績が下がったら、自分の努力が足りなかったことを反省する。	-0.467	0.077	0.030	-0.001	0.226
8	試験の時に緊張したら、気持ちを落ち着かせる。	-0.467	0.230	-0.117	0.075	0.309
47	友だちができなかったら、自分から話しかけるようにする。	-0.456	-0.120	-0.140	-0.030	0.243
7	試験で失敗しそうな気がしたら、大丈夫だと自分に言いかけさせる。	-0.455	0.184	-0.139	-0.011	0.260
92	自分が生きていることが疑問になったら、自分が満足いくまで考えてみる。	-0.452	0.175	-0.147	-0.321	0.360
80	集中力がなかったら、自分一人の力で何とかしようと思う。	-0.430	-0.154	-0.087	-0.216	0.263
28	先生と意見が対立したら、お互いが納得するまで話し合う。	-0.420	0.154	0.319	-0.076	0.308
10	試験の結果が悪かったら、次に頑張ろうと気持ちをきりかえる。	-0.412	-0.125	-0.197	0.027	0.225
23	先生にしかられたら、どうしてしかられたのか考える。	-0.411	-0.044	-0.126	-0.192	0.224
89	このままの自分でいいのかわからなくなったら、気持ちを落ちつかせる。	-0.409	0.396	-0.374	-0.132	0.483
48	友だちができなかったら、どうしてできないか考える。	-0.403	0.323	-0.066	-0.268	0.343
43	友だちから馬鹿にされたら、その場から逃げ出す。	0.131	0.626	-0.138	0.039	0.430
34	友だちに文句を言われたら、その人に気にいられるようなことをする。	0.021	0.577	0.098	-0.110	0.355
52	失恋したら、周りの人にあたりちらす。	0.285	0.540	0.080	0.000	0.379
40	友だちとけんかしたら、その人に関わらないようにする。	0.382	0.527	-0.950	-0.560	0.438
38	友だちとうまくいかなかったら、他に新しい友だちをつくる。	-0.093	0.527	0.028	-0.299	0.377
50	クラスになじめなかったら、学校を休む。	0.213	0.512	-0.057	0.000	0.311
60	試合で負けたら、うさばらしする。	0.072	0.489	-0.069	0.048	0.252
69	親とけんかしたら、まわりにやつあたりする。	0.133	0.477	0.009	-0.156	0.270
76	家の規則がきびしすぎていらしたら、物にあたる。	0.090	0.473	0.084	-0.190	0.275
51	失恋したら、泣いてすっきりさせる。	0.002	0.471	-0.110	0.089	0.242
4	成績が下がったら、周りにやつあたりする。	-0.128	0.449	0.059	-0.054	0.225
36	友だちとうまくいかなかったら、ただ時が過ぎるのをまつ。	0.000	0.437	-0.153	-0.169	0.246
72	家の雰囲気が悪かったら、どうしたらいい雰囲気になるか考える。	-0.315	0.417	-0.354	-0.135	0.417
41	友だちとけんかしたら、思い出さないように、考えないようにする。	0.052	0.402	-0.297	-0.075	0.258
62	学校がつまらなかったら、他のことを出来るだけ楽しむ。	-0.091	-0.079	-0.543	-0.128	0.326
13	進路に迷ったら、何かに打ち込んで気をまぎらす。	-0.035	0.159	-0.542	-0.294	0.408
83	精神的な事が原因でお腹がいたくなったら、気持ちを楽にするように努める。	-0.135	0.150	-0.529	0.038	0.322
88	自分に自信がなかったら、何かに打ち込む。	-0.278	0.168	-0.474	-0.021	0.331
64	学校に行きたくなかったら、行ったら何か楽しいことがあると自分にいい聞かせる。	-0.236	-0.026	-0.464	-0.366	0.406
71	家の雰囲気が悪かったら、気にしないようにする。	0.043	-0.103	-0.464	0.000	0.228
37	友だちとうまくいかなかったら、何かに打ち込んで気をまぎらす。	-0.130	0.310	-0.447	-0.234	0.368
25	先生と気があわなかったら、先生に近づくないようにする。	0.108	0.219	-0.446	0.265	0.329
93	人との付き合い方がわからなくなったら、考えないようにする。	0.154	-0.133	-0.423	-0.132	0.238
96	生活に変化がなく、面白いことがなかったら、楽しいことを探す。	-0.315	0.134	-0.410	-0.174	0.316
73	家でもめ事があったら、遊んだりして気を紛らわす。	-0.136	0.344	-0.406	-0.334	0.413
68	親とうまくいかなかったら、あまりそのことについて考えないようにする。	-0.036	0.025	-0.402	0.045	0.168
57	部活がきつかったら、部活をやめようと思う。	0.336	0.035	0.086	-0.652	0.548
55	部活の練習がきつくていやになったら、部活をやめる。	0.396	0.075	-0.070	-0.543	0.463
20	部活と勉強の両立ができなかったら、部活をやめる。	0.117	-0.084	7.000	-0.527	0.298
15	進路で悩んだら、そのつらさをがまんする。	-0.146	0.219	0.105	-0.492	0.323
45	気があわない人がいたら、がまんしようと思う。	-0.165	-0.078	-0.057	-0.460	0.249
26	先生と気があわなかったら、がまんする。	-0.171	0.008	0.326	-0.424	0.315
	寄与率 (%)	8.21	7.32	5.48	4.71	
	累積寄与率 (%)	8.21	15.53	21.01	25.72	

なかったら、他のことをできるだけ楽しむ」、「13. 進路に迷ったら、何かに打ち込んで気をまぎらす」、「83. 精神的な事が原因でお腹がいたくなったら、気持ちを楽にするように努める」など、困難を他のことをしてまぎらわす項目からなっており、「代償」と名づける。

第四因子に負荷が高かったのは、「20. 部活と勉強が

両立できなかったら、部活をやめる」、「45. 気があわない人がいたら、我慢しようと思う」など困難にたいしてあきらめ、忍従をしめす項目からなっており、「忍従」と名づける。

研究Ⅲ：援助要請についての因子分析

援助要請の態度に関する研究は少ない。特に、児童・生徒を対象にしたものは、海外の研究に少しみられるが、国内ではまだ無い。そこで、中学生や高校生が、他人に援助を求めることに、どのような意見・態度をもっているかを知る必要がある。研究Ⅲでは中学生、高校生の援助要請にどのような因子が含まれるかを明らかにする。

方法

調査対象：S県内の公立中学校2年生男女40名および公立高等学校1年生男女47名の計87名。

調査時期：1998年11月。

質問紙の作成：生徒が、他者に援助を求めることのような意見・態度を持っているかをたずねるために、Fischer & Turner (1970) が作成した「専門家への援助要請の態度」尺度の29項目を参考に、一般的な援助要請に関する質問項目を、中学・高校生向けに作成した。29項目のうち、12項目はポジティブに述べられたもの、残り17項目はネガティブに述べられたものである。

これらの項目に対し、「1. あてはまらない」～「4. あてはまる」の4件法で回答を求めた。

〈教示文〉

「私たちは何か困ったり、落ち込んだりした時、誰かに相談したり、何らかの援助を求めようとする場合があります。しかし、いざ誰かに相談するとなると、なかなか

かうまくいかないものです。このアンケートは、みなさんが、「誰かに援助を求めること」あるいは「誰かに相談すること」について、どのような考えをもっているかを尋ねるものです。以下の文章を読み、自分自身にあてはまるかどうか評定してください。1. あてはまらない、2. あまりあてはまらない、3. 少しあてはまる、4. あてはまる、のどれかに○を付けてください。評定するときは、あまり長い間考えず、思いついたまま書き込んでください。」

〈質問項目（例）〉

1. 身近に相談相手はいるが、私は、その人に悩みをうちあけることに気が進まない。
2. もし、親しい友人が精神的な問題について相談してきたら、私はその友人の態度を高く評価する。
3. 私は、人目が気になるので、人に相談できない。
4. 意志の強い人は、自分で悩みを乗り越えることができ、誰かに相談する必要がほとんどないと思う。
5. 私は、どうしようもないと感じたとき、個人的な問題を人に相談してみようかなと思う、など。

結果

29項目のうちネガティブ記述の17項目は得点が逆にされ、高得点が援助を求めることに対して積極的であることを示す。主因子法による因子分析とバリマックス回転をおこなったTable 2に示すように、説明可能な3因子を抽出した。各因子を代表する項目には、因子負荷量が、4

Table 2 援助要請の因子分析

番号	質問項目	第1因子	第2因子	第3因子	共通性
15	私は、身近な相談相手からアドバイスを受けることがある。	0.622	0.178	-0.126	0.487
23	もし私が今心理的につらい経験をしていたら、誰かに相談することで気が楽になるという…	0.651	0.146	0.200	0.485
18	もし私が長いあいだ悩みを抱えていたら、私は人から精神的に助けてもらうことを望む。	0.650	0.278	0.007	0.500
5	私は、どうしようも無いと感じた時、個人的な問題を人に相談してみようかなと思う。	0.631	0.247	0.141	0.479
11	私は、不安になったとき、誰かに相談することで落ちつきを取り戻す。	0.611	0.032	0.143	0.395
16	私は、悩みを一人で解決できないので、誰かに相談することで解決しようとする。	0.593	0.158	0.029	0.377
12	私は、自分自身で落ち込んでいると感じた時、何よりもまず、誰かに支えてもらおうとする。	0.544	0.088	-0.001	0.304
26	いつか、私は誰かに悩みを打ちあけるかもしれない。	0.543	0.333	-0.120	0.421
24	人に頼らずに、悩みをうまく乗り越えている人の態度には、感心する。	-0.401	-0.223	0.389	0.362
6	相談にかかる時間や労力を考えれば、相談は価値がないと思う。	0.182	0.619	0.020	0.417
19	誰かに悩みを話すという考えは、あまり上手な解決方法とは思わない。	0.073	0.605	0.304	0.462
7	もし、相談することが、自分の助けになると思ったら、自分の悩みを適切な人に進んで…	0.146	0.564	-0.099	0.349
20	精神的に落ち込むことは、恥ずかしいことなので誰にも相談したくない。	0.020	0.557	0.375	0.451
14	誰かに相談することは、自分のプライドを傷付けるような恥ずかしいことだと思う。	-0.019	0.536	0.335	0.400
9	悩みは、ほうっておけば自然と解決すると思う。	0.161	0.466	-0.097	0.253
4	意志の強いひとは、自分で悩みを乗り越えることが出来、誰かに相談する必要がほとんど…	0.197	0.436	0.024	0.230
28	もし私が、誰かに相談したいと思ったとき、たとえ人から「弱い人」と思われても相談する。	0.333	0.433	0.031	0.300
3	私は、人目が気になるので、人に相談できない。	0.003	0.250	0.630	0.460
22	相談することによって、自分のいやな部分に気づかされるかもしれないので相談したくない。	-0.101	0.175	0.577	0.363
8	私は悩みを誰かに相談するというよりも、一人で悩みを抱え込んでしまう方だ。	0.069	-0.036	0.566	0.326
1	身近に相談相手がいるが、私は、その人に悩みを打ち明けることに気が進まない。	0.030	0.233	0.478	0.285
21	これまでに、悩みを誰にも話したくないと思ったことがある。	0.056	-0.032	0.450	0.207
10	私には、誰にも打ちあけたくない悩みがある。	-0.209	-0.135	0.410	0.230
17	私は、私の悩みを知りたがる人が嫌いである。	0.100	-0.102	0.409	0.178
	寄与率 (%)	12.690	10.410	9.470	
	累積寄与率 (%)	12.690	23.090	32.570	

以上で、当該因子以外の因子負荷量が.4を超えない項目を選択した。また共通性は相関係数の最大を用いた。Table 2では上記の条件に合う24項目をあげている。

第一因子に負荷量が高いのは、「15. 私は、身近な相談相手からアドバイスを受けることがある」、「23. もし私が、今心理的につらい経験をしていたら、だれかに相談することで気が楽になるという確信がある」、「18. もし私が長い間悩みを抱えていたら、私は人から精神的に助けてもらうことを望む」など、他人からの援助を受け入れようとする態度を示す項目群からなっており、「援助受容」と名づける。

第二因子に負荷量が高いのは、「6. 相談にかかる時間や労力を考えれば、相談は価値がないと思う」、「19. 誰かに悩みを話すという考えは、あまり上手な解決方法とは思わない」など、相談の効果を示すもので、「相談の価値」と名づける。

第三因子に負荷量が高いのは、「3. 私は、人目が気になるので、人に相談できない」、「22. 相談することによって、自分のいやな部分に気付かされるかもしれないので、相談したくない」など、相談をさけようとする項目群からなっており、「相談回避」と名づける。

研究Ⅳ：中学生、高校生の援助要請に対する態度の比較

困難時における問題の解決において多くの生徒は、まず自己援助行動を試みるであろう。しかし、それがうまく問題解決に結びつかなかつたり、解決の結果に不満が残ったりすれば、彼らは他者に援助を求めることもあるだろう。場合によっては、最初から他者の援助が必要になることもある。ここでは、中学生、高校生の援助要請に対する意見、態度がどのように違うかを明らかにしていく。

方法

調査対象：S県内の公立中学校2年生236名（男子110名、女子126名）、及び公立高校1年生333名（男子139名、女子194名）。

調査期日：1998年11月。

質問用紙および調査手続き：研究Ⅲで作成した援助要請に対する態度の質問紙を用いた。中学生に対してはクラスごとの集団面接方式、高校生に対しては一部集団面接方式、残りは自宅に持ちかえって記入してもらった。

結果と考察

援助要請に対する態度に関して、「援助受容」（第1因子）に関する9項目、「相談の価値」（第2因子）に関する8項目、「相談回避」（第3因子）に関する7項目の各人の得点を出し、その平均値を高校生と中学生で比べたものがTable 3である。ここで、「援助受容」の得点が高いことは、他者からの援助をポジティブに受け入れよう

とする態度を意味し、「相談の価値」の得点が高いことは、相談することに価値を認めようとすることを表している。また、「相談回避」では、相談を回避しようとする方向に低い得点を付しているのので、得点が高いことは、相談することに積極的ではないにしろ、それを回避しないという態度を示している。

Table 3 援助要請に対する態度の中学・高校生の比較

		人数	平均	標準偏差	検定
援助受容	中学生	236	21.42	5.41	t=4.37 df=567 p<.01
	高校生	333	23.41	5.26	
相談価値	中学生	236	23.24	4.31	t=6.53 df=567 p<.01
	高校生	333	25.47	3.78	
相談回避	中学生	236	18.83	4.30	t=1.36 df=567 n.s.
	高校生	333	18.37	3.86	

Table 3によれば、援助受容、相談の価値において、高校生の平均値は、中学生の平均値より高く、両群の平均値間には有意な差がみられている。このことは、中学生に比べ高校生は他からの援助をより受け入れてもよいと考える傾向にあり、他人に相談することは価値があると思っていることを示すものである。しかし、相談を回避しないとする傾向には差がない。一般に高校生に比べ中学生は、まだ対外的困難や内面的危機の状況に陥る機会が少なく、他の援助が必要な場面に遭遇することも無い。また何かにつけてまだ、親や教師の保護下にありそこから脱しようとする時でもある。彼らにとって他からの援助は自己の独立を脅かす干渉とも受けとめられがちである。そのことが、援助受容への態度、相談の価値の評価を低減させているものと考察される。

中学校、高校別にその男女の平均値を比べたのがTable 4、Table 5である。中学生の場合（Table 4）、援助受容、相談の価値においては、男子に比べ女子の平均値が有意に高いが、相談回避は両者の平均値に有意な差は無い。

Table 4 援助要請に対する態度の男女比較（中学生）

		人数	平均	標準偏差	検定
援助受容	男子	110	18.56	4.72	t=8.72 df=234 p<.01
	女子	126	23.92	4.69	
相談価値	男子	110	21.35	4.30	t=6.87 df=234 p<.01
	女子	126	24.89	3.59	
相談回避	男子	110	18.82	4.22	t=0.05 df=234 n.s.
	女子	126	18.85	4.37	

高校生では（Table 5）援助受容、相談価値、相談回避いずれも女子の平均値は男子のそれより有意に高い。したがって、援助を受け入れようとする態度や相談することに価値があるとする態度については、中学生、高校生とも男子よりも女子がポジティブであるが、相談を回

Table 5 援助要請に対する態度の男女比較（高校生）

	人数	平均	標準偏差	検定	
援助受容	男子	139	21.61	4.90	t=5.49 df=331 p<.01
	女子	194	24.69	5.15	
相談価値	男子	139	24.08	4.49	t=5.97 df=331 p<.01
	女子	194	26.47	2.79	
相談回避	男子	139	17.84	3.88	t=2.11 df=331 p<.05
	女子	194	18.74	3.82	

避しないという態度は、高校生においてのみ女子が男子より強く志向していることになる。一般に、われわれは困ったからといって援助を積極的に求めたり、心のなやみを他人に相談するといった行動に、必ずしもポジティブな評価を加えない。年齢が高い場合はその傾向が強いようだ。また女性に比べ、男性もその傾向がある。男性に比べ女性において、援助をより受容しようという態度や相談に対してポジティブな意見をもつのは、こうした文化的、社会的背景があるように思われる。以上、中学生、高校生の援助要請に対する態度をみてきたが研究Ⅴでは、これまでの分析をもとに援助要請に対する態度と自己援助行動の関係を検討する。

文 献

Fischer, E.H. & Turner, J.L. 1970 Orientation to seeking professional Help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1), 70-74.
 田崎敏昭・橋本真喜子 2005 児童・生徒の心理的困難時における自己援助と援助要請（Ⅰ）福岡女学院大学大学院紀要 第2号 21-27.