

大学生の心理相談に対する援助要請の研究ⁱ

上 田 美 樹ⁱⁱ・重 橋 のぞみ

Research on Request for Support for Psychological Counseling of University Students

Miki Ueda・Nozomi Jyubashi

1. 問題と目的

近年、自殺の問題が注目される中、保健管理センターの関与が例年20%以下である等、人に悩みを相談することの重要さと同時に難しさも指摘されている（内田、2008年）。心理相談において悩みを相談しない者の中には、「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」が混在している（新見・近藤・前田：2009）。これらの人々は援助要請を構成する被援助志向性と被援助行動の在り方が異なると考えられる。

被援助志向性とは、「個人が、情緒的、行動的問題および現実生活における中心的な問題で、カウンセリングやメンタルヘルスサービスの専門家、教師などの職業的な援助者および友人・家族などのインフォーマルな援助者に援助を求めるかどうかについての認知的枠組み」、被援助行動とは「個人が援助者に援助を求める行動」である（水野・石隈、1997）。

新見ら（2009）は「そもそも相談意図のない者」を、「物理的・心理的な余裕のなさや情報不足によって被援助志向性及び現実的な認識力が低下しており被援助行動につながらない者」とし、「相談したくてもできない者」を「物理的な抑制要因は少ないが被援助志向性及び認知的な認識力があるにも関わらず、心理的な抑制要因が多いため被援助行動につながらない者」と述べている。この定義を用いると、「相談する人」は「物理的・心理的な抑制要因が少なく被援助志向性及び現実的な認識力を持ち被援助行動につなげることができる者」といえるであろう。

以上の定義より、3群は、被援助志向性と被援助行動および問題認識力のバランスが異なると考えられる。そのため、援助要請のタイプによって、被援助行動を抑制する要因や促進する要因も同じではないと考えられるが、このことを実証的に検討した研究は少ない。さらに、抑制要因の中にも様々な要因があることは、大学生を対象とした先行研究からも示されている（伊藤、2007；姜・浅川ら、2010；吉田、2013）。本研究では、相談したくてもできない「心理的な要因によって相談できない

人」が、相談へつながるための支援の検討を目的としている。この群の人々は、物理的要因よりも心理的抑制要因の影響を受けやすいと考えられる。援助要請タイプに応じて、相談抑制要因や促進要因の在り方が異なるならば、相談につなげるための関わりにも工夫が求められる。

そこで本研究では、援助要請のタイプによって被援助行動を抑制・促進する要因を検討する。特に、心理的な抑制要因は被援助行動と関連することが推測されるため、抑制要因として心理的な抑制要因を取り上げる。

ところで、高木（1997）は7段階で援助要請行動の生起過程モデルを説明している。第1段階から第3段階は問題の気づきに始まり、問題の重大性や自分の問題解決能力を評価する過程であり、第4段階から第7段階は援助要請の意思決定から援助要請行動を実行するまでの過程である。新見ら（2009）は、高木（1997）の提唱するモデルの中で、相談に至らなかった人は第4段階から第6段階のいずれかで相談できないと判断し、特に第4段階の意思決定過程は相談に関わるコストと利益が吟味され被援助行動への分岐点となる重要な段階だと述べている。第4段階で意思決定に至るには、第1～3段階で問題の重大性や自分の問題解決能力を評価する力が求められるため、援助要請と問題認識力には関係があると考えられる。

表1に本研究で取り上げる3群の抑制・促進要因、問題認識力の仮説モデルを示す。以降、3群の定義より「そもそも相談意図のない者」を「物理的な要因によって相談しない人」、「相談したくてもできない者」を「心理的な要因によって相談しない人」、「相談する人」と表記する。「物理的な要因によって相談しない人」は物理的要因による抑制が強く、「心理的な要因によって相談しない人」は心理的要因による抑制が強く、「相談する人」は3群の中で被援助志向性および問題認識力が強く、心理的抑制要因が弱いと仮定する。

なお、大学生は青年期に位置し、発達的に成熟する時期であり、自分の悩みや問題の重大性を自分で判断して対応できると考えられるため、対象は大学生とする。また、人が相談するまでにはいくつかの段階が想定され

i 本論文は日本心理臨床学会第36回大会（上田・重橋、2017）にて口頭発表した内容に結果を加え、加筆・修正したものである。

ii 医療法人財団友朋会嬉野温泉病院（元福岡女学院大学人文科学研究科臨床心理学専攻大学院生）

表1 タイプ別にみた被援助行動の促進・抑制要因に対する仮説

| | | 被援助志向性 | 抑制要因 | 問題認識力 | 被援助行動 |
|--------|--------------------|-----------|--------------------|-------|-----------|
| 相談しない人 | 物理的要因により 相談しない人 | 弱い | 物理的要因 強い | 弱い | → 弱い |
| | 心理的要因により 相談しない人 | 弱い | 心理的要因 強い | 弱い | |
| 相談する人 | — | 強い | 心理的要因 弱い | 有している | 強い |

る。友人・家族などのインフォーマルな援助者に援助を求めることも多く、心理相談機関へつながるため前段階としても重要な役割がある。そのため、「心理相談の専門家（以下、専門家）」に加え、「インフォーマルな援助者（以下、身近な人）」も対象とする。そして、両者の相談内容や状況、また相談する際のためらいの違い等についても検討する。

以上より、第1調査で「専門家」と「身近な人」に対する相談内容、状況、要望、ためらいの違いを検討する。第2調査では、援助要請を被援助志向性と被援助行動の視点から捉え、援助要請のタイプによって、心理的抑制要因や問題認識力に違いがあるのかを明らかにする。

2. 方法

第1調査と第2調査について順に記載する。

(1) 調査協力者

第1調査：福岡市内A大学に通う1年生72名に対して質問紙調査を行った。有効回答数は72名であった。

第2調査：第1研究と同大学の1～4年生145名に対して質問紙調査を行った。有効回答数は138名であった。

なお、調査対象者には、倫理的配慮として研究の目的及び方法、質問の回答は任意であること、回答しないことで不利益は生じないこと、研究以外の目的で使用されることがないことを質問紙に明記し、同意を得た上で調査を行った。

(2) 実施時期

2015年7月～10月

(3) 手続き

第1・第2研究ともに、筆者が授業中に配布し、集団で実施した。

(4) 質問内容

第1調査：「あなたが人に相談しよう判断する時のことについてお尋ねします」と教示し、2場面（「心理相談の専門家」と「身近にいる人」）別に、自由記述にて回答を求めた。質問項目は、①相談ジャンル、②相談状況、③深刻度、④相談相手への要望、⑤相談時のためらいである。③の深刻度は、「深刻ではない（1）」から「非常に深刻（5）」の5件法で回答を求めた。

第2研究：1)と3)の項目と因子分析結果を表2、4)の質問項目を表3示す。

1) 被援助志向性尺度

田村・石隈（2001, 2006）の被援助志向性尺度に、竹澤・小玉（2004）の対人依存欲求尺度の情緒的依存欲求因子から2項目を加え、計15項目で作成し、使用した。

2) 被援助行動尺度

被援助行動尺度は、被援助志向性との違いが明確な尺度が少なかったため、第1研究の自由記述および高木（1997）のモデルを参考に、大学生が相談を行う場面を検討し、項目を作成した。心理学を専門とする大学教員1名、大学院生6名によって被援助行動の概念を共有し、内容の妥当性検討を行った。

「抱えている悩みを自力で解決できないためどうすれば良いかわからず、悩みが原因で苦しさやつらさを感じている」場面を想定するよう求め、以下の内容で悩んでいる時の相談行動をたずねた。内容は、①将来（就職、進学など）、②対人関係（家族、友人、アルバイトなど）、③学校関係（授業、課題、出席など）であり、回答は「相談する（5点）」から「相談しない（1点）」の5件法である。

3) 心理的抑制要因尺度

「専門家」は、三巻・恒吉（2010）のカウンセリングためらいイメージ予備尺度の自己開示拒否・不信、弱さ、隠蔽の3因子から因子負荷量の高い3項目を抽出し、計9項目で作成した。

「身近な人」は、原田・出雲（2010）の抑制要因尺度の負担懸念・評価低下懸念を使用した。

4) 問題認識力尺度

問題認識力について問う質問紙を作成するため、場面想定法を用いて高木（1997）のモデルから第1段階（問題への気付き）、第2段階（問題の重大性）、第3段階（問題解決能力）を問う項目を、2)と同様7名にて行った。なお、想定場面は、福山（1992）に記載されている相談場面を参考とし、架空の場面を設定した。

想定場面および問題への気付き、問題の重大性、問題解決能力に対する質問項目を表4に示す。回答は、「思っている（5点）」から「思っていない（1点）」の5件法で求めた。

表 2 被援助志向性と心理的抑制要因の因子分析結果

| | | 項目 | F1 | F2 | F3 | |
|----------------------------------|--------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|------|------|--|
| 被援助志向性 | 『肯定感』 | 14 自分の悩みについて、適切な他者からの助言が欲しい | .86 | -.17 | .22 | |
| | | 10 自分の悩みについて、他者のきちんとした評価が欲しい | .65 | .23 | -.01 | |
| | | 15 困っているときには、誰かに助言してほしい | .62 | -.14 | -.19 | |
| | | 1 自分の悩みについて、誰かに話を聞いて欲しい | .44 | .17 | -.27 | |
| | 『抵抗感』 | 8 他人の援助や助言は、あまり役に立たないと思っている* | -.09 | .69 | .03 | |
| | | 4 人は誰でも、相談や援助を求められたら、わずらわしく感じると思う: | .20 | .65 | -.12 | |
| | | 13 他人からの助言や援助を受けることに抵抗がある* | -.03 | .61 | .03 | |
| | 『自己解決志向』 | 3 自分はよほどのことがない限り、人に相談することがない* | -.04 | -.02 | .76 | |
| | | 6 何事も人に頼らず、自分で解決したい* | .06 | .32 | .46 | |
| | 専門家に対する 心理的抑制要因 | 『恥・隠蔽』 | 4 カウンセリングを受けることは世間体が悪い | .78 | -.06 | |
| 7 カウンセリングを受けていることを周りに知られるのは恥ずかしい | | | .73 | -.03 | | |
| 2 カウンセリングを受けていることは隠すべき事である | | | .71 | -.12 | | |
| 『自己開示拒否』 | | 6 カウンセラーに頼らなければ問題を解決できないのは情けない | .70 | .17 | | |
| | | 3 この年齢で問題を自分で解決できないようでは情けない | .57 | .14 | | |
| | | 5 初対面の人に、いきなり悩みを打ち明けられない | -.10 | .87 | | |
| | | 9 初対面の人に自分のことをさげすむのは嫌だ | .00 | .76 | | |
| 『相手志向』 | | 1 他人であるカウンセラーに個人的な悩みを相談するのは抵抗がある | .22 | .38 | | |
| | | 身近な人に対する 心理的抑制要因 | 5 たとえ相手が引き受けてくれても、自分の頼みが負担ではないかと気になる | .86 | -.11 | |
| | | | 7 相手が今忙しいか考えてしまう | .74 | -.15 | |
| 1 自分が頼むことで迷惑がかかるのではと不安になる | .70 | | .12 | | | |
| 4 自分ばかり頼っていないか気になる | .66 | | .08 | | | |
| 9 相手に嫌な顔をされたらどうしようと考えてしまう | .61 | | .22 | | | |
| 『他者評価懸念』 | 10 相手に能力のない人間だと評価されたくない | -.06 | .85 | | | |
| | 11 相手に自分の弱みを見せたくない | -.10 | .78 | | | |
| | 3 頼むことで自分のプライドが傷つく気がする | .02 | .73 | | | |
| | 8 ものを頼むと自分の無力さに直面して恥ずかしい | .07 | .61 | | | |
| | 2 相手に自分が甘えた人間だと評価されたくない | .22 | .49 | | | |

*は反転項目

表 3 問題認識力の質問内容

| 架空の事例想定場面 | 援助要請行動の生起過程モデル (高木, 1997) | 質問項目 |
|---|---|---|
| <p>教示「以下のAさんの状況について、あなたの考えにあてはまるものに○をつけてください」</p> <p>A、女子大学生、20歳 「私は自分のしたいことや思っていることを言えないんです。人の強さに押されちゃうのかもしれない。嫌って言えないから結局、色々なことを引き受けてしまうんです。この間も試験前に友達にノート貸して！>って言われて、自分もまだちゃんと整理してないし、今度勉強しようと思っていた科目なのに貸してしまったんです。自分でもこんな性格じゃいけないとは思うんですけど…」</p> | <p>問1：第1段階 問題の気付き</p> <p>第2段階 問題の重大性</p> <p>第3段階 自己解決能力</p> | <p>Aはこの状況を問題だと思っているでしょうか</p> <p>Aはこの状況が、どれくらいに日常生活に影響を与えているでしょうか。</p> <p>Aはこの状況に対してどれくらい困っていると思いますか</p> <p>この状況に対して、Aは誰にも相談せずに1人で解決できると思いますか。</p> |

3. 結果

(1) 第1研究

専門家と身近な人で相談内容や相談状況などに違いがあるかを見るために、自由記述の内容を集計した。専門家特有の内容、共通内容、身近な人特有の内容に分け、回答割合を表4にまとめた。

表4より、共通項目が主ではあるが、①相談ジャンル、

②問題の状況、③相手への要望、④相手へのためらい、全ての項目で「専門家」「身近な人」特有の内容があることが示された。

⑤問題の深刻度は、得点を用いてt定を行った。その結果、専門家(平均4.49、SD0.77)が身近な人(平均2.91、SD0.92)よりも有意に高く($t(53)=7.85, p<.01$)、専門家への相談が身近な人よりも深刻であることがわかった。

表4 自由記述の分類からみた「専門家」と「身近な人」に対する相談の違い

| | 専門家特有の記載内容 | 専門家と身近な人の共通内容 | 身近な人特有の記載内容 |
|-----------|-------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|
| ①相談ジャンル | 誰にもいえないこと (7%) | 進路/就職、対人関係、自分、家族、その他 | 恋愛 (16%)、軽い相談 (7%) |
| ②問題の状況 | 身近な人に相談しづらい時 (8%)、客観的な意見を聞きたい時 (8%) | 自分で解決出来ない時、どうすればよいか分からない時、など | 話を聞いてほしい時 (19%)、アドバイスが欲しい時 (14%) |
| ③相手への要望 | カウンセラーの条件 (14%)、守秘義務を守ってほしい (7%) | アドバイスが欲しい、解決してほしいなど | 相談相手の条件 (12%)、要望なし (6%)、肯定してほしい (16%) |
| ④相手へのためらい | この程度の悩みで相談に行ってもいいか (15%)、恥ずかしい (8%) | ためらいがある、ためらないはない、話がもれるのではないかなど | 他者からの評価 (12%)、相手の状況への配慮 (9%) |
| ⑤深刻度 | 平均 4.49 | — | 平均 2.92 |

() 内は、専門家・身近な人、それぞれの回答に占める項目の割合

(2) 第2研究

1) 因子分析 被援助志向性と専門家・身近な人それぞれの心理的抑制要因について因子分析を行った。因子分析結果を表2に示す。いずれも主因子法、プロマックス回転により固定値1を基準に因子分析を行った。

被援助志向性は3因子構造が適切であると判断された。第1因子は「自分の悩みについて、適切な他者から助言が欲しい。」などの項目であり、「肯定感」と命名した。第2因子は「他人の援助や助言は、あまり役に立たないと思っている。」などの項目であり、「抵抗感」と命名した。第3因子は「自分はよほどのことがない限り、人に相談することがない。」などの項目であり、「自己解決志向」と命名した。

「専門家」の心理的抑制要因尺度は、2因子構造が適切であると判断された。第1因子は「カウンセリングを受けることは世間体が悪い。」などの項目であり、「恥・隠蔽因子」と命名した。第2因子は「初対面の人に、いきなり悩みを打ち明けられない。」などの項目であり、「自己開示拒否因子」と命名した。

「身近な人」への心理的抑制要因尺度は、2因子構造が適切であると判断された。第1因子は「相手が今忙しいか考えてしまう。」などの項目であり、「相手負担因子」と命名した。第2因子は「相手に自分の弱みを見せたくない。」などの項目であり、「他者評価因子」と命名した。

2) 専門家と身近な人に対する被援助行動の差

専門家と身近な人に対する被援助行動の差を検討するため、*t*検定を行った。その結果、身近な人に対する被援助行動得点 (平均2.32、SD1.13) が専門家 (平均4.03、SD0.85) よりも有意に高かった ($t(137) = -14.36, p < .01$)。

3) クラスタ分析による群分け 被援助志向性と被援助行動の得点によって被験者を群分けするため、Ward法によるクラスタ分析を行った。ただし、被援助志向性の合計得点は内容より「肯定感」と「抵抗感」を用いた。なお、被援助行動は専門家と身近な人に分けて分析を行った結果、どちらも3群に分類された。各群の平均

等を表5に示す。

①専門家 専門家では被援助志向性に差がなく、被援助行動では有意な差が見られた ($F(2, 135) = 274.59, p < .005$)。多重比較の結果、全ての群の間に有意差が得られた。

以上より「専門家」は被援助志向性、被援助行動が共に平均的である「援助要請バランス群 (バランス群)」、被援助志向性が平均的で被援助行動が低く「援助要請回避群 (回避群)」、被援助志向性が平均的で被援助行動は高い「援助要請積極群 (積極群)」とした。

②身近な人 身近な人では被援助志向性、被援助行動にいずれも有意な差が得られた (順に $F(2, 135) = 26.48, p < .001$; $F(2, 135) = 366.23, p < .001$)。多重比較の結果、被援助志向性、被援助行動いずれも全ての群の間に有意差が得られた。

以上より、身近な人は被援助志向性、被援助行動が共に高い「援助要請高群 (高群)」、被援助志向性、被援助行動が共に低い「援助要請低群 (低群)」、被援助志向性、被援助行動が共に平均的ある「援助要請バランス群 (バランス群)」とした。

4) 援助タイプ別の援助要請促進・抑制要因

援助要請タイプによる心理的抑制要因、問題認識力の差を検討する。そのため、専門家と身近な人それぞれの援助要請タイプを独立変数、心理的抑制要因および問題認識力の全項目平均及び因子得点を従属変数として1要因3水準の分散分析を行った。また、被援助志向性の各因子の差も検討するため、被援助志向性の因子得点についても同様に分析を行った。結果を表6・7に示す。

①専門家 (表6)

専門家の援助要請タイプにおける心理的抑制要因および被援助志向性については、いずれも有意な差はみられなかった。

問題認識力については、全項目平均と問題への気付きに有意差が得られた (順に $F(2, 135) = 3.15, p < .01$, 問題への気付き: $F(2, 135) = 3.32, p < .01$)。多重比較の結果、全項目平均点および問題への気付きいずれも、

表5 援助要請タイプの分類

| | | 第1クラス | 第2クラス | 第3クラス | F値 | 多重比較の結果 |
|------|--------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------------------|
| | | (N=48) | (N=76) | (N=14) | F(2, 135) | (Turkey法, $p < .05$) |
| 専門家 | 被援助志向性 | 3.63(.065) | 3.73(.56) | 3.79(.51) | .66 | n. s |
| | 被援助行動 | 2.91(.52) | 1.52(.51) | 4.62(.37) | 366.23*** | 第2クラス < 第1クラス < 第3クラス |
| 身近な人 | 被援助志向性 | 4.00(.46) | 3.09(.48) | 3.64(.54) | 26.48*** | 第2クラス < 第3クラス < 第1クラス |
| | 被援助行動 | 4.76(.32) | 2.45(.44) | 3.88(.32) | 366.23*** | 第2クラス < 第3クラス < 第1クラス |

各セルの数值は平均(標準偏差) *** $p < .001$

表6 専門家の援助要請タイプにおける各要因の比較

| | | 援助要請バランス群 (N=48) | 援助要請回避群 (N=76) | 援助要請積極群 (N=14) | F値 | 多重比較の結果 |
|---------|-----------|---------------------|-------------------|-------------------|-----------|-----------------------|
| | | | | | F(2, 135) | (Turkey法, $p < .10$) |
| 被援助志向性 | 肯定感 | 3.69(.81) | 3.68(.76) | 3.86(.45) | .33 | n. s |
| | 抵抗感 | 2.75(.52) | 2.74(.55) | 2.62(.65) | .33 | n. s |
| | 自己解決志向 | 3.16(1.01) | 3.07(1.11) | 3.11(1.18) | .09 | n. s |
| 全項目平均 | | 2.63(.78) | 2.82(.75) | 2.84(.82) | 1.07 | n. s |
| 心理的抑制要因 | 恥・隠蔽 | 2.44(.89) | 2.51(.94) | 2.68(.92) | .36 | n. s |
| | 自己開示拒否 | 2.81(.87) | 3.13(.82) | 3.00(.89) | 2.21 | n. s |
| 全項目平均 | | 4.06(.59) | 4.08(.63) | 4.49(.30) | 3.149** | バランス群・回避群 < 積極群 |
| 問題認識力 | 問題への気付き | 4.31(.90) | 4.43(.77) | 4.93(.27) | 3.32** | バランス群・回避群 < 積極群 |
| | 問題の重大性評価 | 4.34(.55) | 4.30(.64) | 4.68(.37) | 2.49† | 回避群 < 積極群 |
| | 自己解決能力の査定 | 2.42(1.20) | 2.43(1.21) | 2.14(.77) | .37 | n. s |

各セルの数值は平均(標準偏差) ** $p < .005$, † $p < .10$

表7 身近な人の援助要請タイプにおける各要因の比較

| | | 援助要請高群 (N=57) | 援助要請低群 (N=21) | 援助要請バランス群 (N=60) | F値 | 多重比較の結果 |
|---------|-----------|------------------|------------------|---------------------|-----------|-----------------------|
| | | | | | F(2, 135) | (Turkey法, $p < .10$) |
| 被援助志向性 | 肯定感 | 4.00(.63) | 3.20(.91) | 3.59(.69) | 11.48*** | 低群 < バランス群 < 高群 |
| | 抵抗感 | 2.67(.47) | 3.06(.77) | 2.67(.50) | 4.74** | 高群・バランス群 < 低群 |
| | 自己解決志向 | 2.74(1.04) | 3.93(.93) | 3.17(1.02) | 11.01*** | 高群 < バランス群 < 低群 |
| 全項目平均 | | 3.10(.75) | 3.48(.79) | 3.22(.66) | 2.12 | n. s |
| 心理的抑制要因 | 相手志向 | 3.63(.99) | 3.78(.86) | 3.83(.77) | 0.79 | n. s |
| | 他者評価懸念 | 2.92(.76) | 3.37(.80) | 2.99(.71) | 2.88† | 高群 < 低群 |
| 全項目平均 | | 4.22(.53) | 3.79(.78) | 4.13(.55) | 4.22** | 低群 < 高群・バランス群 |
| 問題認識力 | 問題への気付き | 4.56(.66) | 4.10(.83) | 4.45(.89) | 2.66† | 低群 < 高群 |
| | 問題の重大性評価 | 4.30(.57) | 4.12(.72) | 4.48(.55) | 3.41** | 低群 < バランス群 |
| | 自己解決能力の査定 | 2.21(1.11) | 2.67(1.28) | 2.48(1.17) | 1.46 | n. s |

各セルの数值は平均(標準偏差) *** $p < .001$, ** $p < .005$, † $p < .10$

積極群がバランス群及び回避群に比べて有意に高いことが示された。

一方、問題の重大性評価は有意傾向に留まった ($F(2, 135) = 2.49, p < .1$)。多重比較の結果、積極群が回避群よりも有意に高いことが示された。

②身近な人(表7)

身近な人の援助要請タイプにおける心理的抑制要因は、他者評価懸念のみ有意傾向に留まった ($F(2, 135) = 2.88, p < .1$)。多重比較の結果、低群が高群に比べて有意に高い傾向があることが示された。

問題認識力は、自己解決能力の査定を除く全ての項目に有意差が得られた(全体平均: $F(2, 135) = 4.22, p < .01$, 問題への気付き: $F(2, 135) = 2.66, p < .01$, 問題の重大性評価: $F(2, 135) = 3.41, p < .01$)。多重比較の結果、全項目平均点は低群が高群及びバランス群よりも有意に低かった。また問題への気付きは、低群よりも高群が、問題の重大性評価は低群よりバランス群が有意に高かった。

被援助志向性は、肯定感と抵抗感、自己解決志向いづれも有意な差が得られた(順に $F(2, 135) = 11.48, p < .01$; $F(2, 135) = 4.74, p < .01$; $F(2, 135) = 11.01, p < .01$)。

4. 考察

(1) 第1研究

深刻度に有意差があり、専門家への相談が身近な人への相談よりも深刻度が高かった。これより、専門家には、深刻な相談ができると捉えられている一方、深刻な内容でないと利用できないなどの敷居の高さを生じさせている可能性がある。

相談ジャンルの共通項目は、「家族/親子関係」「友人関係」「進路/就職」が含まれていた。いずれも大学生の特徴を反映していると考えられる。両者の相談内容に大きな違いはないものの、専門家には「誰にも言えないこと」が含まれていた。上記の通り深刻度に差がある

ことから、同じ「家族／親子関係」の相談内容においても虐待やネグレクト等、深刻な問題を含んでいる可能性がある。

相談状況は、「自分で解決できない時」「困った時」「つらい時」などが共通項目であった。身近な人特有の項目は、「話を聞いてほしい時」が19%と高く、一方「専門家」特有の項目に「身近な人に相談しづらい時」があることから、相談状況を区別していることがうかがえる。

相手への要望の共通項目である「解決して欲しい」の割合は両者とも高く（専門家30%、身近な人14%）、具体的な解決を求めていることがわかる。一方で身近な人には、「話を聞いてほしい」や「要望はない」という回答もあり、傾聴のみを求める姿勢もあることが推測される。

相談へのためらいでは、身近な人特有の内容に「他者からの評価」「相手の状況への配慮」があり、日常の関係への配慮や気遣い、ためらい等の負担があることがうかがえる。専門家特有の内容に「この程度の悩みで相談に行っているのか」があり、深刻でないことと利用できない相談へのためらいがうかがえる。

以上より、専門家の方が身近な人よりも深刻で被援助行動が生じにくく、相談しづらさがあることが考察された。それぞれ特有のものがあるため、第Ⅱ研究では「専門家」・「身近な人」に対する援助要請を分けて研究を行うことは妥当であると考えられる。

(2) 第2研究

1) 専門家・身近な人に対する被援助行動の差

結果より、身近な人への相談が専門家よりも行いやすいことが示された。専門家に対する相談の難しさという第1調査の結果と一致した。心理相談の専門家は、自分がどのような人でどのようなことが相談できるのか、どのような対応が可能かなどの情報を普段から発信し、身近な存在として感じてもらう働きかけが必要であろう。

2) 援助要請タイプの特徴

以下、「専門家」「身近な人」別に考察を行う。

1) 専門家

3タイプに被援助志向性による差はなかった(表5)。3タイプの違いに、被援助志向性は影響しないといえる。専門家に相談したい思いに違いないものの、被援助行動には差があった。被援助志向性以上に相談行動を起こす「援助要請積極群」、被援助志向性があるにも関わらず相談行動を起こさない「援助要請回避群」、被援助志向性と援助行動のバランスが取れている「援助要請バランス群」の3群である。これより、相談に踏み切る被援助行動には、被援助志向性以外の要因が影響する可能性がある。

3タイプに対する援助要請促進・抑制要因の結果(表6)より、問題認識力のみには差があることが示された。これより、専門家への被援助行動に違いを生む原因は、心理的抑制要因ではなく、問題に対する認識力にあ

ると考えられる。

問題を捉える第1段階である「問題への気付き」は、積極群がバランス群・回避群より高いことから、積極群は問題に気付きやすく、注目しやすいといえる。第2段階である「問題の重大性評価」においても、回避群より積極群が評価をより行うことが示された。これより、積極群は問題に気付くだけではなく「重大な問題」として認識しやすい群といえる。一方、回避群とバランス群の違いは、「問題の重大性評価」にあった。回避群は積極群より評価が低いが、バランス群は回避群・積極群と差がない。問題に気付いていても重大なこととして評価しない回避群の特徴が、専門家に対する相談行動の生じにくさと関係すると考えられる。

以上より、援助要請バランス群は、自分の問題に気付き、重大性を評価できることから、必要な時には相談する力があるのではないかと考えられる。援助要請回避群は、問題への気付きはバランス群と同様に行うが、問題の重大性評価を行いにくいいため、被援助志向性を持ち、相談する意思はあるものの行動に移しづらいと考えられる。

援助要請積極群は、他の群より問題への気付きと重大性の評価を行いやすい点の特徴である。被援助志向性は他の群と変わらずあるものの、被援助行動が他の群よりも高い。その背景には、この問題認識力の高さが影響していると考えられる。問題を評価し相談行動につなげることができるといえる。一方で、問題に対して過敏に反応し、自己解決する前に相談行動に至る可能性も示唆される。相談行動に頼り、本人の自己解決力が育ちにくい場合に、専門家としての適切な関わりが求められる。

2) 身近な人

3タイプの被援助志向性の高さや被援助行動の高さは対応していた。被援助行動・被援助志向性どちらも高い「援助要請高群」、どちらも低い「援助要請低群」、どちらも中間に位置する「援助要請バランス群」である。これより、身近な人に対する相談行動の生じやすさは、被援助志向性の高さに関係すると考えられる。

3タイプに対する援助要請促進・抑制要因の結果(表7)より、身近な人への相談行動には、心理的抑制要因、問題認識力、被援助志向性の下位尺度が関係することが示された。

心理的抑制要因の結果から、他者評価懸念を高群より低群が強く意識して抑制が生じやすいことが示された。問題認識力の結果から、「問題への気付き」「問題の重大性評価」いずれも低群が捉えにくいことが示された。

被援助志向性の下位尺度の結果から、低群は相談に対する肯定感を持ちにくく、抵抗感が高いこと、さらに問題に対して自己解決する傾向が強いことが示された。反対に高群は、肯定感を持ち抵抗が低く、自己解決思考が低いことが示された。バランス群は、抵抗感は低く、相談に対する肯定感と自己解決傾向を適度に有していた。

以上より、援助要請高群は問題認識力がバランス群と同様にあり、問題を正しく認識し、相談に対して肯定的イメージを持ち抵抗がないために、相談行動を行いやすいと考えられる。なお、自己解決思考が3タイプの中で最も低いことから、自分で解決しようとする志向性が乏しいと考えられ、人に頼りたいという依存傾向もうかがえる。

援助要請低群は、被援助志向性及び被援助行動のどちらもどの群よりも有意に低く、人に頼らず自己解決を望む傾向があると考えられる。身近な人にどのように思われるのかを気にする傾向が強く、相談に対して抵抗感が強いこともあり、評価懸念に悩むよりも自分で解決する道を選び被援助行動が生じにくいと考えられる。「専門家」に対する「援助要請回避群」と類似する特徴として、問題認識力の低さがある。問題を正しく認識できていないことは、低群においても被援助行動を低下させる特徴といえる。

援助要請バランス群は、問題認識力は援助要請高群と同じくらい有し、相談への肯定感と抵抗感もバランス良く有している。自己解決思考性も適度に有していることから、必要時には被援助行動を行うことができるのではないだろうか。

3) 援助要請タイプのモデル作成

表1で本研究の仮説を提示した。結果を踏まえ新たな援助要請タイプのモデルを図1および図2に作成した。

専門家に対して「相談しない人」は援助要請回避群に該当すると考えられ、問題認識力、問題への気付き及び問題の重大性評価の低さが相談につながりにくい原因であることが考えられる。また「相談する人」には、2つの群が存在すると考えられる。1つは被援助志向性・心理的抑制要因・問題認識力のバランスが取れている援助要請バランス群である。他方は、援助要請積極群に該当すると考えられ、被援助志向性・心理的抑制要因においてはバランスが取れているものの問題認識力が非常に高く、問題に対して過敏に反応し、被援助行動につながっていることが推測される。

これより、専門家への相談につながりやすくするためには、問題認識力への働きかけが有効であると考えられる。「相談しない人」に対して周囲の積極的な声かけなどにより、当事者が問題に的確に気付くことができるようなサポートが必要であろう。また援助要請積極群については、自分が問題を抱えることが困難な場合は、問題を自分の中に留め、吟味することにより、自己解決能力に気付くような働きかけが専門家には求められるであろう。専門家は、来談者がどのような援助要請タイプに該当するかを見立て対応することで、より良い援助につながると考える。

身近な人に対して「相談しない者」は援助要請低群に該当すると考えられ、被援助志向性及び問題認識力の低さ、加えて心理的抑制要因、特に他者評価懸念の過敏さ

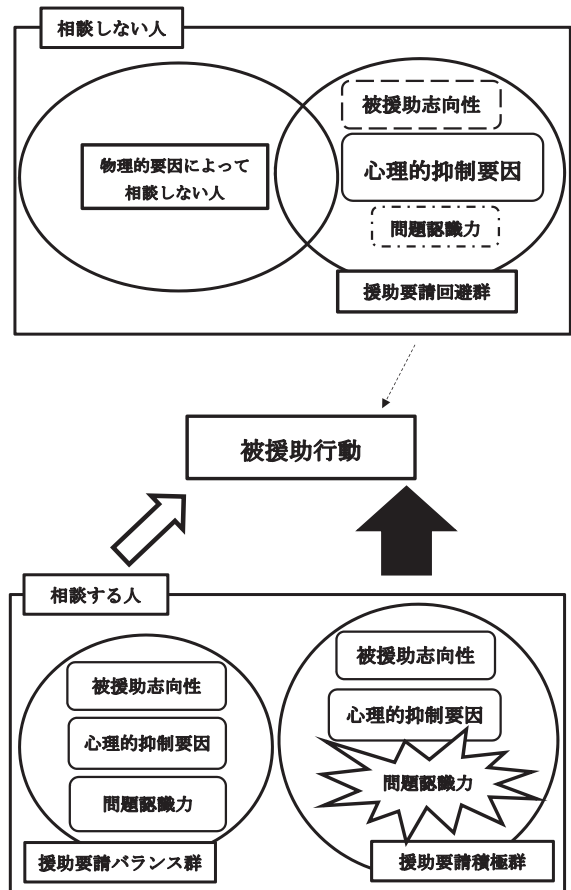


図1 「専門家」における援助要請タイプのモデル

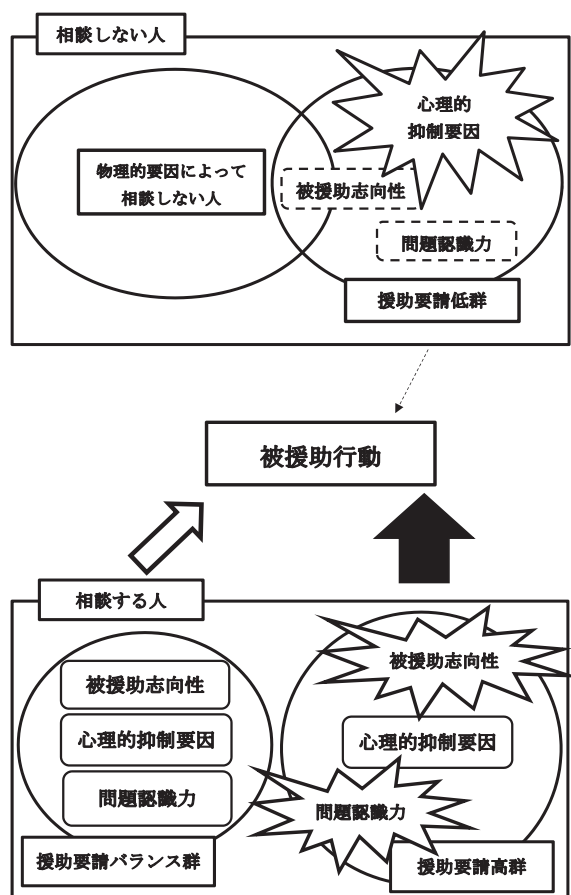


図2 「身近な人」における援助要請タイプのモデル

が相談につながりにくい原因であると推測される。また「相談する人」の中には専門家と同様に2つのモデルが存在し、1つは被援助志向性・心理的抑制要因・問題認識力にバランスが取れている援助要請バランス群である。他方は被援助志向性、特に相談への肯定感が強く抵抗感が少なく、問題認識力、特に問題の気付きに対して敏感に反応し、自己解決を試みるよりも他者に解決を委ねる傾向が強いため被援助行動をおこす援助要請高群である。

援助要請低群が身近な人へ相談しやすくするための窓口は、被援助志向性・心理的抑制要因・問題認識全てにあると考えられる。例えば、問題認識力については、周囲が積極的な声かけを行うなどして、当事者が問題に気付くことができるようなサポートができると考えられる。しかし、評価懸念が高いため、周囲からの働きかけを受け入れることが困難な可能性もあり、この点に関しては今後も検討が必要である。

また、援助要請高群の過剰な相談行動に対して、専門家は対応可能だと考えられるが、身近な人は過剰な援助要請を継続して受け続ける場合、その対応が困難であろう。時には、不適切な関係性を持つことも推測される。過剰な相談行動を受けることによって周囲の人々が疲弊する場合、周囲の人々に対する専門家のサポートが必要であろう。

以上より、本研究の結果から援助要請のタイプによって、心理的抑制要因や問題認識力に差があることが示された。専門家は、相談者がどの援助要請タイプであるかを見立て、タイプにあった対応を行うことが重要だと考えられる。困っていても自分だけで解決しようとする若者に、新たな知見を提言できるであろう。

引用・参考文献

- 姜鳳麗・浅川潔司・南雅則・祁秋夢 (2011), 大学生の心理相談抵抗感に関する中日比較研究 教育実践学論集, **12**, 127-134.
- 福山清蔵 (1992), 独習 カウンセリング・ワークブック 金子書房.
- 原田克巳・出雲麻佑 (2008), 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求が援助要請行動とその抑制要因に与える影響 金沢大学教育学部紀要 (教育科学編), **57**, 45-56.
- 伊藤直樹 (2007), 大学生の援助要請行動に関する基礎研究 明治大学人文科学研究所紀要, **60**, 1-13.
- 水野治久, 石隈利紀 (1999), 被援助志向性, 被援助行動に関する研究の動向教育心理学研究, **47**, 530-539.
- 三巻祐佳, 恒吉徹三 (2010), 性役割観と依存欲求許容予測の関係がカウンセリングへのためらいに与える影響 研究論叢 (第3部, 芸術・体育・教育・心理), **60**, 217-226.
- 新見直子, 近藤奈津子, 前田健一 (2009), 中学生の相談行動を抑制する要因の検討 広島大学心理学研究, **9**, 171-180.
- 高木修 (1997), 援助行動の生起過程に関するモデルの提案 関西大学社会学部紀要, **29** (1), 1-21.
- 竹澤みどり, 小玉正博 (2004), 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討 教育心理学研究, **52**, 310-319.
- 田村修一, 石隈利紀 (2001), 指導・援助サービス上の悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する研究: パーンアウトとの関連に焦点をあてて 教育心理学研究, **49** (4), 438-448.
- 田村修一, 石隈利紀 (2006), 中学校教師の被援助志向性に関する研究: 状態・特性被援助志向性尺度の作成および信頼性と妥当性の検討 教育心理学研究, **54** (1), 75-89.
- 内田千代子 (2008), 大学生の自殺の特徴と対応 学術の動向, **13** (3), 26-33.
- 上田美樹・重橋のぞみ (2017), 大学生の心理相談における援助要請の研究 日本心理臨床学会大36回発表論文集, 393.
- 吉田彩翔 (2013), 学生相談機関に対する大学生のイメージ・知識と援助要請態度: 学部による差異に着目して 立教大学臨床心理学研究, **7**, 23-35.