

回避型援助要請スタイルを持つ大学生の学生相談機関利用に向けた 介入方法の検討

A study of intervention methods for university students has Avoidance help-seeking styles
to use student counseling center

大篠 明莉
Akari Oshino

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：援助要請, 大学生, 援助要請回避型

Key words : Help-seeking, University students, Avoidance help-seeking styles

1. 研究目的

1-1 問題と目的

個人が問題を抱え、それを自身の力では解決できない場合に、必要に応じて他者に援助を求めることは重要な対処方略の一つであり、このような現象は援助要請と呼ばれる(永井, 2013)。援助要請に関する研究の動向について水野・石隈(1999)は、それぞれ定義に違いはあるものの、社会心理学や教育心理学、カウンセリング心理学や臨床心理学といった様々な領域で研究が行われてきたと述べている。

臨床心理学領域における援助要請の研究では、主に悩みや精神的な問題を抱えた際に身近な他者や専門家へ相談する行動などが扱われている(永井, 2020)。臨床心理学領域において援助要請が注目される理由としては、一人で対応しきれないような困難を抱えても、誰にも相談しない現象が一般的に見られるということが挙げられ、困ったときに誰かに助けを求めるかどうかは本人の自由選択であるものの、持続する悩みは抑うつなど深刻な問題につながることもある(永井, 2020)。

困難を抱えても誰にも相談しないという現象について、125の私立大学に所属する20,205人の学生から得た回答を分析した私立大学学生生活白書2022(一般社団法人日本私立大学連盟, 2022)を見ると、不安や悩みを「誰とも相談しない」と回答した学生が18.5%存在し、その割合は前々回調査(12.4%)、前回調査(14.8%)と比較して増加傾向にあるという結果が出ており、困難を抱えても誰にも相談しない者が一定数存在することが分

かる。木村(2017)は悩みを抱えていながら相談に来ない学生について、「悩みを抱え、相談したいと思いつつも相談に来ないのか、そもそも相談しようと考えていないのか、あるいは周囲から見れば悩みを抱えているようにみえるが本人は悩んでいない」といった多様なパターンが考えられると述べている。

困難を抱えても誰にも相談しないというのは、永井(2013)の考案した3つの援助要請スタイルに当てはめると、「援助要請回避型」に当たると考えられる。援助要請スタイルとは、永井(2013)が個人がどのように援助要請を行うのかという援助要請の質を区別する視点から考案した援助要請スタイル尺度によって3つの型に分類される。1つ目は、困難を抱えても自身での問題解決を試み、どうしても解決が困難な場合に援助要請を行う「援助要請自立型」、2つ目は、困難を抱えた際に、十分な自助努力を行わずに安易に援助要請を行う「援助要請過剰型」、そして3つ目は、困難な問題を抱えても、一貫して援助要請を回避する「援助要請回避型」である(永井, 2013)。先述したように、困難を抱えても誰にも相談しない者は援助要請回避型であると推察されるが、援助要請回避型の持つ特徴について永井(2019)は、1人で問題に取り組むことの有用性を認知している可能性が推察される一方で、独力で適切に悩みに向き合うことが出来ているとは言い切れず、援助要請自立型と比べて抑うつ傾向が高かったことを挙げている。さらに、概して他者との距離が疎遠である可能性や、他者の力を借りることができず、自分自

身でも対処への困難を経験している可能性も考えられることから援助要請ができるよう何らかの配慮が必要であるとしている。また勝又・石村(2017)は、援助要請自立型、援助要請過剰型と比較して、援助要請回避型はストレス反応が高く、加えてストレス反応と相談できない苦しみに相関がみられたことから、相談できないことを苦痛に感じることでストレス反応を高めると考えられ、このような傾向を持つ者には援助を行う必要があると述べている。

そこで、相談したいと思いつつも相談に来ない学生が、学生相談機関への援助要請に至るための介入方法を検討することを当初の研究目的としていた。

しかしながら、援助要請回避型の中には、木村(2017)の指摘するように、「悩みを抱え、相談したいと思いつつも相談に来ないのか、そもそも相談しようと考えていないのか、あるいは周囲から見れば悩みを抱えているように見えるが本人は悩んでいない」といった複数の傾向を持つ者が混在している可能性が考えられる。この点について、永井・新井(2005)は中学生 2,024 名を対象とした調査の結果、中学生が最も悩みを相談していたのは友達であった一方で、友達に相談したいと思ったがしなかったケースが男子で 17%、女子で 14%と一定数存在したことを明らかにし、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」がいると指摘している。加えて、茨木・松井(2014)が大学生 31 名を対象に行った半構造化面接による調査からは、18 名(58.1%)が悩みを誰かに相談したいけれどできないと思うような状況を経験していたという結果が得られている。以上のことから援助要請回避型の中には「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」のどちらも含まれていると考えられる。

永井・新井(2005)は、援助要請回避型の中でも特に「相談したくてもしない者」については、相談したいと思いつつも相談できないということ自体が苦痛を生じさせる可能性があり、「そもそも相談意図のない者」よりも援助が必要であると考えられることから、この両者は区別される必要があると指摘している。また、茨木・松井(2014)も、「相談したくてもできない」場合と「必要がなく相談しない」場合を区別した上で、

より積極的な介入が必要と考えられる「相談したくてもできない」場合の適切な支援について明らかにする必要があると述べている。以上のことから、「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」は、結果としては援助要請を行わないものの、両者の援助要請の傾向を援助要請回避型として一括りにすることは望ましくないと考えられ、両者の特徴を詳細に把握するためにはそれぞれを区別した上での検討が求められると言える。また、両者を区別し、それぞれの特徴を把握することが、特に「相談したくてもしない者」への支援を考える際の一助となると考えられた。

以上を踏まえて、回避型の援助要請スタイルを持つ者の中でも、「相談したくてもしない者」と「相談意図がない者」を区別し、その特徴を把握することが支援や介入を考える前提として必要であると考えた。そこで、研究計画を修正し、「相談したくてもしない者」と「相談意図がない者」を区別が可能な、援助要請の傾向を測定する尺度を作成することを研究における第一の目的として位置づけることとした。

1-2 方法

予備調査：援助要請傾向尺度の作成に向けた項目の選定を目的とする。

〔調査対象〕大学生 50 名程度。

〔調査方法〕自由記述式のアンケート調査を行う。

〔調査内容〕悩みや不安を相談した経験の有無(相談しなかった場合はその理由)、相談したくてもできなかった経験の有無(経験がある場合はその理由)などの項目について回答を求める。

なお、項目の選定については、本研究を行う院生と指導教員とで行う。

本調査：尺度を作成し、信頼性と妥当性について検討する。

〔調査対象〕大学生を対象とする。

〔調査方法〕質問紙調査を行う。

〔調査内容〕予備調査を元に作成した援助要請傾向尺度、援助要請スタイル尺度(永井, 2013)、CES-D 邦訳版(島・鹿野・北村・浅井, 1985)、心理的ストレス反応尺度(鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野, 1997)への回答を求める。

〔分析方法〕因子分析、相関分析、重回帰分析等を用いる予定である。

2. 研究実施内容

日本心理臨床学会第41回大会に参加し研究に関する発表を聞くことで、さまざまな知見を得ることができた。また、6月からは援助要請に関する文献を読むことで、研究テーマに関する情報を得ることができ、研究計画の修正を行った。3月には専攻内で行われた修士論文構想発表会にて発表を行い、さまざまな助言、指摘を受けたことで、より詳細な研究計画へと修正を行った。

3. まとめと今後の課題

まとめとして、今年度は援助要請に関する先行研究を概観したことにより、研究計画の見直しや修正を行った。今後の予定としては、大妻女子大学生命科学研究倫理委員会に研究計画を提出して、承認が得られ次第、調査を実施する。予備調査は5月を目途に実施し、本調査は6月～11月に実施する。その後1月までに分析と結果・考察をまとめ、修士論文として提出する。

付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所令和4年度大学院生研究助成(B)(課題番号DB2204)より研究助成を受けている。

引用文献

- [1] 茨木詩織ほか. 悩みを相談したくてもできない時に身近な人に求める接し方の検討. 筑波大学心理学研究. 2014, 48, 19-28.
- [2] 一般社団法人日本私立大学連盟. “私立大学学生生活白書2022”. 私立大学学生生活白書2022. https://www.shidaiaren.or.jp/files/user/20221011gakusei_hakusho.pdf (参照2023-3-15).
- [3] 勝又靖博ほか. 回避型援助要請スタイルを持つ中学生に対する援助の必要性に関する研究. 東京成徳大学臨床心理学紀要. 2017, 17, 105-115.
- [4] 木村真人. 悩みを抱えていながら相談に来ない学生の理解と支援—援助要請研究の視座から—. 教育心理学年報. 2017, 56, 186-201.
- [5] 水野治久ほか. 被援助志向性, 被援助要請行動に関する研究の動向. 教育心理学研究. 1999, 47, 4, 530-539.
- [6] 永井智ほか. 中学生における悩みの相談に関する調査. 筑波大学発達臨床心理学研究. 2005, 17, 29-37.

[7] 永井智. 援助要請スタイル尺度の作成—縦断調査による実際の援助要請行動との関連から—. 教育心理学研究. 2013, 61, 1, 44-55.

[8] 永井智. 援助要請スタイル間の差異に関する探索的検討—援助要請過剰型・回避型の特徴—. 教育心理学研究. 2018, 67, 4, 278-288.

[9] 永井智. 臨床心理学領域の援助要請研究における現状と課題—援助要請研究における3つの問いを中心に—. 心理学評論. 2020, 63, 4, 477-496.

[10] 島悟ほか. 新しい抑うつ性自己評価尺度について. 精神医学. 1985, 27, 6, 717-723.

[11] 鈴木伸一ほか. 新しい心理的ストレス反応尺度(SRS-18)の開発と信頼性・妥当性の検討. 行動医学研究. 1997, 14, 1, 22-29.