「甘え」に対するイメージと援助要請スタイルの関係

浜野　茜

（伊原　千晶ゼミ）

問題と目的

甘えは日本独自のものであり、そこには文化が影響していると考えられる。文化にはメッセージを伝える際に言語を重視する「ローコンテクスト文化」と文脈から相手の意図を汲み取る「ハイコンテクスト文化」があり、日常生活の中で空気を読むことや察することを求められる機会の多い日本は世界で最もハイコンテクストの民族であるとされている（藤本，2011）。本心が必ずしも言葉の意味のままであるとは限らないこともあり、その裏には言葉にしなくてもわかってもらえるという甘えがあることが考えられる。これは同文化の者同士で親しい関係になる程スムーズに行えるようになり、「話さなくてもわかる仲」や「以心伝心」という言葉で表現される（藤本，2011）。

「甘え」研究の代表的な存在として挙げられるのが土居健郎である。土居（1971）は「甘え」は本来、親子関係、夫婦関係、師弟関係、親しい友人関係などの特別に親しい二者関係を前提とし、そのような二者関係の中で一方が他方に甘えるということであるとした。甘えには相手との相互的な信頼を軸とした甘えである「健康的な甘え」と一方的に甘えを欲求する形をとった甘えである「屈折した甘え」の２つがあるとした（土居，1997）。また、「甘え」の問題をうまく処理できないことによって、対人関係や強迫的傾向、うつ病、自己愛傾向といった様々な対人的、精神的問題を招くことになるとした（土居，1971）。

小林・加藤（2015）は「甘え」を通常の関係（や状況）では許容されない可能性の高い他者への行動（要求・期待など）が、自己とその特定の相手とのこれまでに築かれた関係の質（や特別の状況）においては許容されるだろうとする期待あるいは確信を持つこと、また、相手に許容されることを享受（受け入れられている状態のままに自分を置くこと）し、それにより関係の質を確認・確信する心の動きとした。小林・加藤（2015）は甘え上手や甘え下手のタイプ（パターン）の分類を行う尺度として甘えタイプ尺度（ATS）を作成した。日常における甘え場面において対人行動の取り方が異なるパターンが存在すると考え、自己観と他者観がポジティブかネガティブかに着目した上で、甘えタイプを「A タイプ：適応型」「B タイプ：抑圧型」「C タイプ：気兼ね型」「D タイプ：混乱型」の４つに分類した。自己観がポジティブな人は自分は他者にとって「甘えさせてやりたい」と思えるだけの価値があると感じることができ、逆にネガティブな人は「自分が甘えることで他者を嫌な気持ちにさせてしまうのではないか」という不安を抱きやすいと考えた。また、他者観がポジティブな人は相手に対して「甘えることができるくらい信頼できる存在である」という信頼感を抱いており、逆にネガティブな人は「他の人はあてにならない」「信頼できない」などの否定的な感情を抱きやすいと考えた。Kato（2005）は「甘え」のやりとり（甘える人と甘えさせる人の間でのやりとり）を、「甘える前・甘えている間・甘えた後」の３段階において想定される行動的・心的過程により包括的に分析しモデル化したものを「甘え過程モデル」とした。また、Kato（2005）は甘え場面での他者とのやりとりは自分自身の過去の甘え経験に基づき「甘え」に対する基本的な態度、「甘え」のやりとりに関する様々な知識などを内在化し、それが内的作業モデルとして、その後の甘え行動や交流を規定すると理論化している。このことから、私たちが持つ甘えに対するイメージや考え方は発達過程の中で作られ、それが甘え方や援助要請行動に影響を及ぼしていることが考えられる。

援助要請行動とは「情動的または行動的問題を解決する目的でメンタルヘルスサービスや他の

フォーマルまたはインフォーマルなサポート資源に援助を求めること」と定義される（Srebnik, Cause, & Baydar, 1996）。また、援助要請行動は、援助を求める援助要請者（help-seeker）と援助を提供する援助者（help-giver）の両者がいて成立するものである（竹ヶ原・安保，2017）。気分がひどく落ち込んだり強い不安に苛まれたりした時に他者に相談したり病院を受診したりする行動は援助要請行動とされ、ストレス状況において独力での解決が困難とされる時に適応的な対処法略として機能すると考えられる（梅垣，2017）。適切な援助要請を行うことは、人生に起こる様々な問題への重要なコーピングの１つとされている（Fallon & Bowles, 1999）。援助要請研究には大きく分けて２つの方向性があり、その内１つは個人が１人で解決することが困難な悩みや問題状況に遭遇してから援助要請行動を行うまでの過程に関する研究であり、「人はなぜ援助を求めないのか？」（過少性）、「人はなぜ援助を求めすぎるのか？」（過剰性）を問題として扱う研究である（本田，2018）。

これまでの多くの援助要請研究では過少性を問題として扱っており、本研究でも援助要請行動の過少性に焦点を当てる。また、永井（2013）は援助要請行動のプロセスに着目し、心理的問題に対する援助要請スタイルを「援助要請自立型」「援助要請回避型」「援助要請過剰型」の３つに分類した。「援助要請自立型」は問題を独力で解決できない時にのみ援助を要請するスタイルを表し、「援助要請回避型」は援助要請を避けて自身で問題を抱え込むスタイルを表し、「援助要請過剰型」は些細な問題でも援助を要請するスタイルを表している（永井，2016）。

信頼感とは「人や自分自身を安心して信じ、頼ることができるという気持ち」である（天貝，1999）。また、甘えて何かをしてもらうことは、「自分と相手の関係なら、このくらいのことはしてくれるだろう」という他者への期待を満たし、その関係についての安心感や信頼感を高めることにつながるとされている（小林・加藤，2015）。このことから、甘えや援助要請行動を行う際には、自分自身や他者に対する信頼感が関係していると考えられる。前述の甘えタイプ尺度（ATS）は自己観と他者観を基に作られているが、他者観は相手への信頼感を表している。また、人に対する信頼感と自分に対する信頼感は密接に結びついていることが示されている（青柳，2016）。

大学や学校などにおいて学生や生徒が援助を求めない、学生相談などに相談しないという現状がある（木村，2017）。他にも、子育て支援、職場内での相談機関をはじめ、援助要請行動の過少性の問題は様々な場で存在することが明らかになっている（水野ら，2019）。また、人は時に困っていてもその状況を隠したり、あるいは援助の手が差し出されてもそれを拒むことがある。これまで援助要請行動の過少性の要因として、青年期の特徴である問題を自分で解決したい、もしくは解決すべきだという信念（Wilson & Deane, 2012; Wilson, Rickwood, Bushnell, Caputi, & Thomas, 2011）や周囲からの評価に敏感になったり過度に気にしたりする傾向が強いこと、また友人関係において幅広く親密な関係を築くことを重視していないことが指摘されている（渡邊・池，2017）。これに加え、援助要請行動の過少性の要因の１つに「甘え」に対するイメージが挙げられると考える。また、「甘え」に対して抵抗感を感じていたり、否定的な感情を抱いている等、「甘え」をマイナスなものと捉えている人は一定数存在することが考えられる。「甘え」に対して否定的に感じていたり、甘えたくないと感じている人は他者に対して助けを求めない、つまり援助要請行動の過少性の問題を抱えていると考えられる。

より多くの人が必要な時に適切な援助を受けられるためには、援助を提供する側だけでなく、援助を要請する側に注目が必要である（永井，2020）。しかし、親からの自立が課題となる青年期において親に頼り、甘えることは多くあり、それらが青年の自立に対して決して否定的な意味をもたないことがわかっている（e.g., Steinberg & Silverg, 1986）。また、甘え行動は適切に行われた場合、新たな対人関係の形成や既存の関係をより親密にするとされている（Kato, 1995）。困ったときに誰かに助けを求めるかの判断は本人の自由であり、必要以上に助けを求めることは必要のないことである。しかし、悩みが持続することで時に抑うつなどの深刻な問題につながることもある（永井，2020）。近年、自力では対処しきれない悩みを抱え

る学生が増えているとされており、その対処方法の1つとして援助要請行動が挙げられている（沖原・山本，2013）。また、青年期は、他のどの年齢よりも孤独感を感じやすい時期であり、児童期まで外に向けられていた視線を内面に向け、孤独感の中で自己を見つめる時期である（落合，1974）。そのため、他者への信頼感や理解・共感、個別性への気づきが青年期において重要な意味をもつと考える。

本研究では、以下の2つの仮説について検討することを目的とする。

〈仮説1〉

本研究の調査対象者における甘えイメージの傾向について検討する。小林・加藤（2015）が行った研究では、最も多かったのが気兼ね型の「Cタイプ」であった。このタイプは甘えたいという意思を持ちながらも、受け入れに対する不安や申し訳なさから甘えることができないタイプである。つまり、小林・加藤（2015）の研究では、本研究で問題として取り扱う、甘えたいのに甘えられない人が該当する「Cタイプ」が一番多いとされた。また、大学や学校などにおいて問題を抱えていても学生や生徒が援助を求めない、学生相談などに相談しないという現状がある（木村，2017）。このことから本研究における甘えタイプも「Cタイプ」が最も多いことが予想される。

〈仮説2〉

甘えイメージと援助要請スタイル、また信頼感との関連を検討する。本研究では援助要請行動の過少性に焦点を当てるため、甘えたいのに甘えられない、頼りたいのに頼れない、援助が必要なのに求めることができない人を問題として取り扱う。援助要請行動には甘えが関わっていると考えられることから、甘えタイプによって援助要請行動が異なると考える。甘えや人に頼ることに対し否定的な考えを持っている人は援助要請行動を避ける傾向にあると考える。つまり、甘えタイプの「Bタイプ」または「Cタイプ」に該当する人は援助要請スタイルの「援助要請回避型」に該当することが予想される。また、自己観がポジティブで他者観がネガティブな「Bタイプ」の人は自分自身に甘えさせてもらえるほどの価値を感じていながらも、他者に対しての信頼感は低い。他者に対する信頼感が高くないと考えられることから、個の認識が高くあると予想される。一方、自己観がネガティブで他者観がポジティブな「Cタイプ」の人は相手に対して信頼感を抱いていながらも、自分から甘えることが難しいのである。相手に対して信頼感を抱いていることから、他者は自分を理解・共感してくれる存在であると感じていることが予想される。

方　法

調査対象者

大学生102名に対してGoogle Formを用いた質問紙調査の協力を求めた。回答に不備のあった3名を除いた99名（男性53名、女性46名、平均年齢20.11歳〔SD = 2.42〕）から得られた回答を分析の対象とした。

手続き

授業担当教員に依頼し、受講生徒に対して質問紙調査への回答を求めた。QRコードの記載されたを紙を配布し、調査の目的や概要についての説明を行った後、その場で集団で調査を実施した。また、友人に対しては研究の目的や概要とQRコードの記載された紙を配布し、その場で個人で調査を実施した。回答時間は10分程度であった。

調査期間

2022年12月に調査、回収を行った。

調査内容

質問紙は学科、学年、性別、年齢を入力後、以下の3尺度への回答を求めた。

使用尺度

1. 甘えタイプ尺度（ATS）

小林・加藤（2015）の作成した甘えタイプ尺度（ATS）を甘えイメージ尺度として用いた。本来は記述文を読んだ上で4つの甘えタイプから自分に当てはまるものを1つ対象者に選択してもらうのだが、今回は各タイプの記述文を項目化し、各因子の回答の合計を尺度得点とした。尺度得点の最も高いタイプをその人の甘えタイプとした。尺度項目は「Aタイプ」4項目、「Bタイプ」4項目、「Cタイプ」4項目、「Dタイプ」6項目の全18項

目から構成されており、今回は本研究の目的に適さないと思われた「D タイプ」の 2 項目を削除した全 16 項目で実施した。「1. 全く当てはまらない」から「7. 非常によく当てはまる」の 7 件法で回答を求めた。

2. 援助要請スタイル尺度

永井（2013）の作成した援助要請スタイル尺度を用いた。尺度項目は「援助要請過剰型」「援助要請回避型」「援助要請自立型」の各因子 4 項目ずつ全 12 項目から構成されており、各因子の回答の合計を尺度得点とした。「1. 全く当てはまらない」から「7. 非常によく当てはまる」の 7 件法で回答を求めた。

3. 孤独感尺度（Loneliness Scale by Ochiai ; LSO）

落合（1983）の作成した孤独感尺度（Loneliness Scale by Ochiai ; LSO）を信頼感尺度として用いた。尺度項目は「LSO-U」9 項目、「LSO-E」7 項目の全 16 項目から構成されており、各項目の得点は人間同士は理解・共感できると考えているほど、また、個別性に気付いているほど高得点となるように採点された。この尺度は人間同士の理解・共感についての「LSO-U」と個別性についての「LSO-E」の 2 つの下位尺度から構成されている。「1. 全くあてはまらない」「2. どちらかと言えば当てはまる」「3. どちらとも言えない」「4. どちらかと言えば当てはまらない」「5. 非常によく当てはまる」の 5 件法で回答を求めた。

結　果

回収した 102 名分の内、記入漏れ、無回答のあった 3 名分のデータを欠損値とし、それらを除外した 99 名分のデータを用いて分析を行った。

1. 各尺度の記述統計量

最初に、各下位尺度の得点の平均値と標準偏差及び Cronbach の α 係数を用いて信頼性分析を行った。その結果を表 1 に示した。

甘えイメージ尺度として用いた甘えタイプ尺度（ATS）の 4 つの甘えタイプの平均値と標準偏差はそれぞれ、「A タイプ」が M = 17.03（SD = 4.36）、「B タイプ」が M = 15.75（SD = 4.89）、「C タイプ」が M = 18.08（SD = 5.34）、「D タイプ」が M = 16.87（SD = 5.11）であった。また、信頼性分析の結果、「A タイプ」が α =.50、「B タイプ」が α =.53、「C タイプ」が α =.78、「D タイプ」が α = .67 となり、「C タイプ」は十分な内的一貫性が認められたが、他の 3 タイプはわずかに低い信頼性となった。

次に、援助要請スタイル尺度の平均値と標準偏差はそれぞれ、「援助要請過剰型」が M = 15.67（SD = 5.26）、「援助要請回避型」が M = 13.79（SD = 6.25）、「援助要請自立型」が M = 19.54（SD = 5.26）であった。また、信頼性分析の結果、「援助要請過剰型」が α = .91、「援助要請回避型」が α=.86、「援助要請自立型」が α = .79 となり 3 つのスタイルにおいて十分な内的一貫性が認められた。

最後に、孤独感尺度（Loneliness Scale by Ochiai; LSO）の平均値と標準偏差はそれぞれ、「LSO-U」が M = 5.45（SD = 7.14）、「LSO-E」が M = 1.48（SD = 5.04）であった。また、信頼性分析の結果、「LSO-U」が α = .86、「LSO-E」が α = .62 となり、「LSO-U」は十分な内的一貫性が認められたが、「LSO-E」はわずかに低い信頼性となった。

2. 本研究における各甘えタイプの人数とその割合

各甘えタイプの人数とその割合を表 2 に示した。各甘えタイプの尺度得点の合計を算出し、尺度得点の最も高い甘えタイプをその人の甘えタイプとした。

最も多かったのは「C タイプ」であり、38 人（33.6％）であった。次に「A タイプ」で 37 人

表 1　各尺度の平均値と標準偏差及び α 係数（N=99）

	M	SD	α
A タイプ	17.03	4.36	0.50
B タイプ	15.75	4.89	0.53
C タイプ	18.08	5.34	0.78
D タイプ	16.87	5.11	0.67
援助要請過剰型	15.67	5.26	0.91
援助要請回避型	13.79	6.25	0.86
援助要請自立型	19.54	5.26	0.79
LSO-U	5.45	7.14	0.86
LSO-E	1.48	5.04	0.62

表2　各甘えタイプの人数（人）とその割合（%）

A タイプ	37 人（32.7%）
B タイプ	19 人（16.8%）
C タイプ	38 人（33.6%）
D タイプ	19 人（16.8%）

（32.7%）であった。「B タイプ」と「D タイプ」は共に 19 人（16.8%）であった。

3. 甘えイメージと援助要請スタイル、信頼感の関連

3 つの尺度間の関係をみるために尺度得点の相関分析を行い、その結果を表 3 に示した。

まず、甘えイメージと援助要請スタイルの関連を検討するために、甘えタイプ尺度（ATS）得点と援助要請スタイル尺度得点の相関係数を算出した。その結果、「A タイプ」は「援助要請過剰型」との間に弱い正の相関（$r = .31, p < .01$）が認められた。「B タイプ」は「援助要請過剰型」との間に弱い負の相関（$r = -.27, p < .01$）、「援助要請回避型」との間に弱い正の相関（$r = .40, p < .01$）が認められた。「C タイプ」は「援助要請回避型」との間に弱い正の相関（$r = .25, p < .05$）が認められた。「D タイプ」はどの援助要請スタイルとも相関が認められなかった。

次に信頼感尺度と援助要請スタイルの関連を検討するために、信頼感尺度得点と援助要請スタイル尺度得点の相関係数を算出した。その結果、「LSO-U」は「援助要請過剰型」との間に強い正の相関（$r = .55, p < .01$）、「援助要請回避型」との間に弱い負の相関（$r = -.36, p < .01$）が認められた。「LSO-E」は「援助要請回避型」との間に弱い正の相関（$r = .28, p < .01$）が認められた。

最後に、甘えイメージと信頼感の関連を検討とするために、甘えタイプ尺度（ATS）得点と信頼感尺度得点の相関係数を算出した。その結果、「A タイプ」と「LSO-U」との間に弱い正の相関（$r = .28, p < .01$）が認められた。「B タイプ」と「LSO-U」との間に弱い負の相関（$r = -.27, p < .01$）が認められた。また、「C タイプ」と「D タイプ」は信頼感尺度得点との間に相関が認められなかった。

考　察

本研究では、「甘え」に対するイメージと援助要請スタイル、また、信頼感との関連を検討することを目的に、大学生を対象に調査を行った。

1. 本研究における「甘え」に対するイメージ

本研究における「甘え」に対するイメージを調査するため、各甘えタイプの人数とその割合を求めた（表 2 参照）。その結果、小林・加藤（2015）の研究同様、「C タイプ」が最も多かった。このタイプは気兼ね型の甘えタイプであり、甘えたいという意思を持ちつつも、甘えることで相手に嫌われるのではないか、また、受け入れてもらえないのではないかという不安からなかなか甘えることができないことが特徴である。つまり、大学生において「甘え」に対して抵抗感を感じていたり、否定的な感情を抱いているなど「甘え」をマイナスなものと捉えている人は一定数存在することが考えられる。また、この「C タイプ」は自己観がネガティブで他者観がポジティブなタイプである。

表3　甘えイメージ尺度と援助要請スタイル尺度と信頼感尺度の下位尺度間の相関分析

	A タイプ	B タイプ	C タイプ	D タイプ	過剰型	回避型	自立型	LSO-U	LSO-E
A タイプ	1.00								
B タイプ	-.10	1.00							
C タイプ	-.22*	.47**	1.00						
D タイプ	-.23*	.32**	.64**	1.00					
過剰型	.31**	-.27**	-.11	-.07	1.00				
回避型	-.14	.40**	.25*	.14	-.56**	1.00			
自立型	.05	.00	.08	.08	.22*	-.03	1.00		
LSO-U	.28**	-.27**	-.11	-.15	.55**	-.36**	.20+	1.00	
LSO-E	.10	.20*	-.02	-.14	-.07	.28**	.13	.05	1.00

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

「相手は甘えることができるくらい信頼できる存在である」と感じていながらも、「自分が甘えることで相手を嫌な気持ちにさせてしまうのではないか、甘えても拒絶されてしまうのではないか」という不安を抱きやすいのである（小林・加藤，2015）。

2.「甘え」に対するイメージと援助要請スタイルの関連

「甘え」に対するイメージと援助要請スタイルの関連を検討するために、尺度得点間の相関分析を行った（表3参照）。「Aタイプ」と「援助要請過剰型」との間に弱い正の相関がみられたことから、適切な甘えが行えている人は、やや援助を求めすぎる傾向にあることが明らかとなった。

「Bタイプ」と「援助要請過剰型」との間に弱い負の相関がみられたことから、甘えること自体を拒絶していたり、甘えたいという欲求を抑圧している人ほど、やや援助を求めない傾向にあることが明らかとなった。また、「Bタイプ」と「援助要請回避型」との間に弱い正の相関がみられたことから、甘えること自体を拒絶していたり、甘えたいという欲求を抑圧している人ほど、やや援助を求めようとしない傾向にあることが明らかとなった。つまり、甘えたいという欲求を自身の中で認めることができず、甘えるべきではないという信念を抱いていたり、甘えたくないと考えている人は、仮に何か問題を抱えた場合、他者に対して援助要請を行うのではなく、自身で抱え込む傾向にあると考えられる。

「Cタイプ」と「援助要請回避型」との間に弱い正の相関がみられたことから、甘えたいのに甘えられない、甘えることに対して不安や葛藤を抱いている人は、仮に何か問題を抱えた場合、他者に対して援助要請を行うのではなく、なかなか甘えることができないため、自身で抱え込む傾向にあると考えられる。

3. 信頼感と援助要請スタイルの関連

信頼感と援助要請スタイルの関連を検討するために、尺度得点間の相関分析を行った（表3参照）。「LSO-U」と「援助要請過剰型」との間に強い正の相関がみられたことから、人間同士は理解・共感できると感じている人ほど、援助を求めすぎる傾向にあることが明らかとなった。人間同士は理解・共感できると感じている人は自分が考えていることや信じていることは世間一般的な思考や信念だと考える傾向にあると考える。そのため、自分から積極的に援助要請を行う傾向にあると考える。また、「LSO-U」と「援助要請回避型」との間に弱い負の相関がみられたことから、人間同士は理解・共感できないと感じている人ほど、やや援助を求めない傾向にあることが明らかとなった。他者に対して根底から信頼していない人は、そもそも援助要請行動を行わないと考えられる。

4.「甘え」に対するイメージと信頼感の関連

「甘え」に対するイメージと信頼感の関連を検討するために、尺度得点間の相関分析を行った（表3参照）。その結果、「Aタイプ」と「LSO-U」との間に弱い正の相関がみられたことから、適切な甘えが行えている人ほど、やや人間同士は理解・共感できると感じていることが明らかとなった。「Bタイプ」と「LSO-U」との間に弱い負の相関がみられたことから、甘えること自体を拒絶していたり、甘えたいという欲求を抑圧している人ほど、人間同士は理解・共感できないと感じていることが明らかとなった。

5. 総合考察

本研究の目的は「甘え」に対するイメージと援助要請スタイルの関連、また、信頼感との関連を検討することであった。

本研究において、仮説1は支持された。対象者の中で「Cタイプ」の占める割合が最も高かった理由として、本研究の調査対象者が当てはまる青年期が挙げられると考える。小林・加藤（2015）は大学生を対象に調査を行った際、「Cタイプ」の学生が最も多くいたことについて、このパターンは大学生における「甘え」タイプの出現パターンである可能性があると考えている。依存と自立の葛藤が顕著になる青年期という時期だからこその結果であると考えられる（e.g., Erikson, 1959）。

本研究において仮説2は支持された。「甘え」に対して抵抗感を感じていたり、否定的な感情を抱いている人や甘えを拒絶している人は問題を抱えた場合、他者に援助を求めるのではなく、自身で

解決しようとする傾向にあることが明らかととなった。また、これらに当てはまる人は人間同士は理解・共感できないと考えている傾向にあり、人に対する信頼や信用が薄いことが考えられる。

本研究では問題を抱えていても援助を求めないことを問題としていたが、自身で抱え込むことが必ずしも悪いことではないと考える。永井（2010）は大学生の時期においては、重要な援助資源である友人サポートの不足が専門家への援助要請意図をわずかながら高めていたとしている。このことから、大学生にとって甘え行動や援助要請行動を示す大部分は友人であることが考えられる。そのため、スクールカウンセラーや学生相談などの専門家への援助が少ないことが必ずしも問題であるとは言えないと考える。また、私たちが援助要請行動を行う際のサポート資源の代表的ものとして他者への相談や病院への受診、電話相談などが挙げられる。私たちは１人１人甘えタイプや援助要請スタイルが異なっていることが本研究でも明らかとなった。世の中にどういった甘えタイプや援助要請スタイルの人が存在するのか詳しく理解した上でサポート資源を提供することが重要だと考える。援助を求める側を理解しておくことで、より多くの人が必要な時に必要な支援を受けることにつながると考える。

6. 今後の課題

本研究では大学生を対象に調査を行った。調査結果には援助要請行動の過少性の要因としても挙げていた、青年期の特徴である問題を自分で解決したい、もしくは解決すべきだという信念（Wilson & Deane, 2012; Wilson, Rickwood, Bushnell, Caputi, & Thomas, 2011）や周囲からの評価に敏感になったり過度に気にしたりする傾向が強いこと、また友人関係において幅広く親密な関係を築くことを重視していないことが考えられる（渡邊・池, 2017）。そのため、より幅広い年齢層を対象に今回と同様の調査を行った場合、調査対象者の各甘えタイプの人数分布は変わることが考えられる。今後、大学生だけでなく、より幅広い年齢層を対象に検討する必要がある。

今回調査対象者の甘えタイプと援助要請スタイルを調査する上で、各因子の合計を尺度得点とし、甘えタイプと援助要請スタイルを求めたところ、尺度得点が同じ点数となり、１人が複数の甘えタイプや援助要請スタイルに該当する場合がいくつかあった。ある対象者は甘えタイプが「B タイプ」と「D タイプ」の２つであった。このことから、甘えタイプは必ずしも１人につき１つとは限らないことが考えられる。例えば「B タイプ」の特徴である、甘え欲求を抑圧していると「D タイプ」の特徴である、自分が甘えたいのかどうかはっきり分からないの２つが当てはまる場合もあると考えられる。今回は調査を行うために調査対象者を４つの甘えタイプに分類したが、個人を詳しくみていくと４つの甘えタイプにはっきりと分類できるほど、個人の「甘え」に対するイメージや甘えの行動パターンは単純なものではないと考えられる。今後、より詳細な分類が行える甘えタイプの作成が必要である。また、１人が複数の甘えタイプや援助要請スタイルに該当した理由として、自分の「甘え」に対するイメージや援助要請スタイルについて把握できていない人が多いことも考えられる。

援助要請スタイルの要因として、今回は「甘え」に対するイメージと信頼感を挙げたが、他にも養育環境やパーソナリティ、文化などその人の甘えタイプや援助要請スタイルが形成される上で何かしらの関連が考えられる要因はいくつかある。今後、これらの要因との関連も検討する必要がある。

文　献

青柳芙実（2016）．大学生の信頼感と援助要請スタイル別ソーシャルサポートとの関連性　九州大学心理学研究，*17*，63–68.

天貝由美子（1999）．一般高校生と非行少年の信頼感に影響を及ぼす経験要因　教育心理学研究，*47*（2），119–129.

土居健郎（1971）．「甘え」の構造　弘文堂.

土居健郎（1997）．「甘え」理論と精神分析療法　金剛出版.

Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. Psychological issues, No.1. New York: International Universities Press.

Fallon, B. J., & Bowles, T. (1999). Adolescent helpseeking for major and minor problems.

Austealian Journal of Psychology, *51*, 12–18.
本田真大（2018）．援助要請行動の生起過程に基づく介入モデルの妥当性の検討　学校臨床心理学研究，*15*，23–30.
藤本久司（2011）．文化の類型とコミュニケーションギャップ　人文論叢（三重大学），28，145–155.
Kato, K. (1995). *Empirical studies of amae interactions in Japanese and American adults: Constructing relational models and testing the hypothesis of universality*. Unpublished dissertation, University of Michigan (UMI Microform 9542870, Ann Arbor, MI: UMI Company).
Kato, K. (2005). *Functions and structure of* amae*:Personality-social, cognitive, and cultural psychological Approaches*. Kyushu University Press.
木村真人（2017）．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，*56*，186–201.
小林美緒・加藤和生（2015）．甘えタイプ尺度（ATS）の構成の試み―自己観・他者観の視点から―　青年心理学研究，*26*（2），95–108.
水野治久・木村真人・飯田敏晴・永井 智・本田真大（2019）．事例から学ぶ　心理職としての援助要請の視点：「助けて」と言えない人へのカウンセリング　金子書房.
永井暁行（2016）．大学生の友人関係における援助要請およびソーシャル・サポートと学校適応の関連　教育心理学研究，*64*，199–211.
永井智（2010）大学生における援助要請意図― 主要な要因間の関連から見た援助要請意図の規定因―　教育心理学研究，*58*，46–56.
永井智（2013）．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，*61*，44–55.
永井智（2020）．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，*63*（4），477–496.
沖原奈々絵・山本眞利子（2013）．援助要請促進尺度の作成と援助要請促進要因の悩み領域別における違い　久留米大学心理学研究，*12*，91–97.
落合良行（1974）．現代青年における孤独感の構造（Ⅰ）教育心理学研究，*22*，162–170.
落合良行（1983）．孤独感の類型判別尺度（LSO）の作成　教育心理学研究，*31*（4），332–336.
Srebnik, D., Cause, A. M., & Baydar, N. (1996). Helpseeking pathways for children and adolescents. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, *4*, 210–220.
Steinberg, L. & Silverg, S. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, *57*, 841–851.
竹ヶ原靖子・安保英勇（2017）．援助要請者が予測する援助者の情動とコストが援助要請意図に与える影響　心理学研究，*88*（1），72–78.
梅垣佑介（2017）．心理的問題に関する援助要請行動と援助要請態度・意図の関連　心理学研究，*88*（2），191–196.
渡邊つかさ・池志保（2017）．他者に頼りたくても頼れない要因～自己愛と友人との付き合い方の観点から～　福岡県立大学心理臨床研究，*9*，65–74.
Wilson, C. J., & Deane, F. P. (2012). Brief report: Need for autonomy and other perceived barriers relating to adolescents' intentions to seek professional mental health care. *Journal of Adolescence*, *35* (1), 233–237.
Wilson, C. J., Rickwood, D. J., Bushnell, J. A., Caputi, P., & Thomas, S. J. (2011). effects of need for autonomy and preference for seeking help from informal sources on emerging adults' intentions to access mental health services for common mental disorders and suicidal thoughts. *Advances in Mental Health*, *10* (1), 29–38.

付録1　甘えタイプ尺度（ATS）：16項目

1. 必要以上に甘えたくないため、甘えている時にも自分の気持ちを抑えている
2. 私は普段、他の人に甘えたいと思っているし、実際に素直に甘えていると思う
3. 自分が他の人に甘えたいのかどうかもはっきりしないことが多い
4. 甘えて受け入れてもらえなかった時もそれほど気にしないで、次に甘えられる機会を待つことができる
5. 相手が甘えさせてくれそうなときは周りの様子等から大体上手く読み取れるし、そのような状況を選んで甘えている
6. 甘えが受け入れられなかった時に落ち込んだりはしないが、それ以降、その相手に甘える気になれない
7. 一旦甘えてしまうと制限なく甘えてしまうことがある
8. 私の甘えは相手まかせなことが多く、自分から積極的に甘えるのは苦手である
9. 甘えても受け入れてもらえなかった時は、相手を不快な気持ちにしてしまったのではないかとあれこれ心配してしまい、次からはその相手に甘えられないと思ってしまう
10. あまりに甘えすぎて相手を不快な気持ちにさせないように、自分の甘えたい気持ちを適度に抑えられる
11. 私は普段、他の人に甘えることはないし、できることなら甘えたくない
12. 甘えていても、どの程度相手に甘えてもいいのかが分からない
13. 自分が相手の気持ちを不快にさせてしまうのではないかと不安になるので、甘える時には相手の様子に非常に気を使う
14. 人に自分の甘えたい気持ちを読み取られることも嫌いである
15. 私は普段他の人に甘えたいと思っているが、実際には相手に遠慮して甘えられないことが多い
16. 私は普段自分がどのように他の人に甘えているのかがよく分からない

下位尺度の項目番号
Aタイプ…2,4,5,10
Bタイプ…1,6,11,14
Cタイプ…8,9,13,15
Dタイプ…3,7,12,16

付録2　援助要請スタイル尺度：12項目

1. 比較的些細な悩みでも、相談する
2. 相談より先に自分で試行錯誤し、いきづまったら相談する
3. 悩みは最後まで、自分一人で抱える
4. 先に自分で、色々とやってみてから相談する
5. よく考えれば大したことないと思えるようなことでも、割と相談する
6. 悩みがどのようなものでも、最後まで自分一人で頑張る
7. 少し辛くても、自分で悩みに向き合い、それでも無理だったら相談する
8. 悩みが深刻で、一人で解決できなくても、相談はしない
9. 困ったことがあったら、割とすぐに相談する
10. 悩みが自分一人の力ではどうしようもなかった時は、相談する
11. 悩みが自分では解決できないようなものでも、相談しない
12. 悩みを抱えたら，それがあまり深刻なものでなくても、相談する

下位尺度の項目番号
援助要請過剰型…1,5,9,12
援助要請回避型…3,6,8,11
援助要請自立型…2,4,7,10

付録3　孤独感尺度（Loneliness Scale by Ochiai；LSO）：16項目

1. 私のことに親身に相談相手になってくれる人はいないと思う
2. 私のことを周りの人は理解してくれると、私は感じている
3. 私は、私の生き方を誰かが理解してくれると信じている
4. 私の生き方を誰も分かってくれはしないと思う
5. 結局、人間は、一人で生きるように運命づけられていると思う
6. 私の人生と同じ人生は、過去にも未来にもないと思う
7. 人間は、本来ひとりぼっちなのだと思う
8. 人間は、他人の喜びや悩みを一緒に味わうことができると思う
9. 私と全く同じ考えや感じをもっている人が、必ずどこかにいると思う
10. 私の考えや感じを何人かの人はわかってくれると思う
11. どんなに親しい人も、結局、自分とは別個の人間であると思う
12. 自分の問題は、最後は、自分で解決しなくてはならないのだと思う
13. 結局、自分は一人でしかないと思う
14. 私の考えや感じを誰も分かってくれないと思う
15. 人間は、互いに相手の気持ちを分かり合えると思う
16. 誰も私を分かってくれないと、私は感じている

下位尺度の項目番号

LSO-U（人間同士の理解・共感）…1,2,3,4,8,10,14,15,16
LSO-E（人間の個別性）…5,6,7,9,11,12,13

付録 4

大学生の甘えに関する調査

本調査は大学生の甘えについて調べることを目的としています。回答の内容は研究以外の目的に使用することは決してありませんので安心して回答して下さい。この調査は自由意思で参加していただくものであるため、もし回答を中断したくなった場合はいつでも中断していただくことができます。

以上の点を理解した上で調査に合意して頂ける方のみ、QR コードを読み取り回答をお願いします。

この調査に関するご意見・ご質問等がある場合は、下記までご連絡下さい。

京都先端科学大学人文学部心理学科 4 年
伊原ゼミ所属　浜野茜
E-mail：2019p076@kuas.ac.jp