

援助要請行動の生起に関する研究

谷口 大貴

(山 愛美ゼミ)

問題と目的

人は一人では解決できない悩みを抱いた際、他者に援助を求めるといふ援助要請行動をとることがある。一人で解決できないような悩みを他者に相談することは、問題解決の点でも精神的健康の点でも重要であると考えられる(本田・新井・岩隈, 2015)。永井(2013)によると、援助要請行動には3つのスタイルがある。1つ目は問題が深刻ではなく、本来なら自分自身で取り組むことが可能でも、安易に援助を要請する「援助要請過剰型」、2つ目は問題の程度にかかわらず、一貫して援助を要請しない「援助要請回避型」、3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を要請する「援助要請自立型」である。

各スタイルの特徴を比較すると、援助要請自立型は、学校適応に繋がるなど3つの中で望ましいスタイルである可能性が指摘されている(永井, 2019)。一方援助要請過剰型は、他者に何度も承認や安心を求める再確認傾向と関連することが明らかとなっている(永井, 2013)。また、永井(2019)の研究によると、援助要請過剰型は「拒否不安」が高く「独立」は低いなど、対人関係に不安を有している可能性が示唆されている。「拒否不安」とは、分離不安から人と一緒にいたいという気持ちを表し、他者からの拒否に対しての恐れを要素を持つ不安のことである(杉浦, 2000)。「独立」とは、人生全般にわたるポジティブな心理的機能と定義される心理的 well-being の6次元(西尾・石川, 2016)の1つである自律性の複数ある側面の一つである。また過剰な援助要請の背景には、悩みに対して適切な距離を取ることができないことや、拒否されることへの不安や他者からの意見から影響を受けやすく、対人関係にとらわれるような傾向が存在している可能性がある。そして援助

要請回避型に関しては、中学生を対象とした研究ではあるが、生徒の不適応やいじめ、冷やかしの被害など(河村, 1999)の被侵害・不適応的な要因に由来する可能性が示唆されている(永井・新井, 2007)。さらに援助要請回避型には拒絶への恐れなどは無いものの、良好な関係性を有しているというわけではなく、概して他者との距離が疎遠である可能性がある(永井, 2019)。このようなことから、援助要請自立型は適応的で望ましいスタイルであるのに対し、援助要請過剰型と援助要請回避型は、不適応的で援助要請場面において望ましくないスタイルであるように見える。援助を求めなければいけないくらいに自身が身体的にも精神的にも追い込まれているのにも関わらず、他者に援助を求めようとせず自身の力でなんとかしようとした結果、自身を追い込んでしまうことになってしまったり、反対に援助を過剰に求める事によって、自身で考えようとする能力の低下や、相手への依存に繋がってしまったりなど、様々な不適応状況になることが考えられる。

それでは、援助要請過剰型と援助要請回避型は完全に不適応な援助要請スタイルなのだろうか。永井(2019)は、実際には援助要請過剰型と回避型が完全に不適切なスタイルであると結論付けることはできないとしている。たとえば援助要請過剰型には、他者に対しての信頼感などの適応的な側面と一部関連することが明らかになっている(竹澤・小玉, 2004)。そのことから、安易に援助要請を実行することが対人関係のある側面においてはポジティブに機能している可能性も考えられる(永井, 2013)。援助要請過剰型は、拒否されることへの不安や他者からの意見から影響を受けやすく、対人関係に依存しているという面だけではなく、相手を信頼しているからこそ相手に依存してしまうという面もある。さらに、竹澤・小玉(2004)は、健康的で日常的な対人関係においては、依存は病

的なものというより、適応的な役割を果たしていると考えすることは不自然ではなく、むしろ自己信頼感や他者信頼感があるからこそ他者にゆだねることができるのではないかと指摘している。また援助要請回避型においても、悩みを誰にも相談しない者の中には、単に悩みを相談できない者だけではなく、自分自身で積極的に悩みに取り組もうとする者も存在する可能性がある（永井・新井, 2005）。

このように、援助を過剰に行うことも全く行わないことも、ある一面では不適応にみえるがまた一方では適応的にみえることもある。そのことから、一概に援助要請自立型だけが適応的であるということはいえず、援助要請過剰型、援助要請回避型が不適応であるともいえない。

しかし様々な悩みを抱えていながら、それを誰にも相談しない者が相当数いることも明らかとなっている（永井・新井, 2005）。特に、ストレス状況において独力での解決が難しい時、援助要請行動は適応的な対処方略として機能すると考えられる（梅垣, 2017）。もちろん、援助要請行動を取らないことの一面に適応的な面があるとはいえ、このように援助を求めたいのに求められない者がいることも事実である。困ったときに誰かに助けを求めるかどうかは当人の自由であり、必要以上に助けを求める必要は無いが、持続する悩みは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）。そのため、早期に適切な援助を獲得できるように働きかけを行うことが必要であり、援助要請行動の促進はそのための重要な方略の一つであると考えられている。

そこで本研究では、援助要請行動の生起に関する研究を行い、援助要請行動の適切な生起頻度を促進させる要因を調査する。援助要請行動の生起に関わる要因は数多くあると考えるが、その中で本研究では3要因を設定し、それが実際に関係しているのかについて調査する。

1つ目の要因として、過去に身近に援助要請ができる人がいたかどうかである。援助要請回避型は拒絶への恐れなどは無いものの、良好な関係性を有しているわけではなく、概して他者との距離が疎遠である可能性がある（永井, 2019）。そのことから、援助要請行動を行えないのは、過去に身

近に援助要請ができる人がいなかったからなのではないかと考え、「過去に身近に援助を求める事が可能な他者がいた者の方が、援助要請自立型傾向が高い」という仮説を仮説1として設定した。

2つ目の要因としては、援助要請に対する印象である。援助要請を行えないのは、援助要請に対して否定的な印象を持っているために援助要請行動を取れないのではと考えたためである。そのことから、「援助要請に肯定的な印象を持っている者の方が、援助要請自立型傾向が高い」という仮説を仮説2として設定した。

3つ目の要因として、自身が人助けをしたことがあるか、援助経験の有無である。援助経験があることで、自身が援助要請を行いたいと考えた際に、実際援助を求めている場面を想起しやすくなり、援助要請が行えるのではないかと考え、「援助経験がある者の方が、援助要請自立型傾向が高い」という仮説を仮説3として設定した。

方法

調査対象者

2022年11月に、大学生115名を対象に対面による質問紙調査を実施した。尚、調査用紙に「調査に参加しない」を選んでいった者、質問紙31項目で記入漏れのあった者の11名を除いた104名の回答を分析の対象とした。

質問紙項目

1. 属性

性別と年齢について尋ねた。また、それぞれ無回答の欄を設けた。

2. 過去の援助要請可能な身近な他者の有無

過去に身近に援助を求められる他者がいたかどうかを調べるために、小学生時代、中学生時代、高校生時代に分けて、それぞれ「身近に援助を求めることが出来る人がいたか」「いた」「いなかった」の2件法で回答を求めた。また、それぞれの時期に「実際に援助を求めたか」という被援助経験も尋ねるために、「求めた」「求めなかった」の2件法で回答を求めた。

3. 援助要請行動に対する印象

調査対象者の援助要請行動に対する印象を調べるために、芥川・児玉（2009）による援助要請意識尺度を用いた。援助要請意識尺度は、援助要請行動を行う際の意識を調べるもので、「友人に相談すると、気持ちが楽になる」「友人に相談せずにひとりだけで悩んでいても、いつまでも悩みを引きずることになると思う」などの、「肯定的態度（12項目）」と、「友人に相談すると、相手が悩みの内容を他の人に言ってしまう」「友人に悩みを相談しても、秘密にしてもらえない」などの、「相談への不安（4項目）」と、「友人に悩みを相談すると、自分の弱い面を相手に知られてしまう」「自分は友人に相談したり援助を求めるとき、いつも心苦しさを感じる」などの、「自己評価の低下（5項目）」の21項目で構成されている。その中で、本研究では援助要請行動に対しての肯定的な印象、否定的な印象を調べるために、「肯定的態度」の12項目のみを用いた。また、本研究にあたり尺度の質問項目にある、「友人」の表記を「他者」に変更し用いた。その12項目について、「よくあてはまる」「ややあてはまる」「どちらともいえない」「あまりあてはまらない」「全くあてはまらない」の5件法で回答を求めた。

4. 援助要請スタイル

問題の程度や、一人で問題解決が出来る可能性からどのように援助要請を行うのかを調べるために、援助要請スタイル尺度（永井，2013）を用いた。援助要請スタイル尺度は、「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」「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」など、問題が深刻でなく、本来なら自分自身で取り組むことが可能でも、安易に援助を要請する傾向の「援助要請過剰型（4項目）」と、「悩みが深刻で、一人で解決できなくても、相談はしない」「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」など、問題の程度にかかわらず、一貫して援助を要請しない傾向の「援助要請回避型（4項目）」と、「相談より先に自分で試行錯誤し、いきづまってから相談する」「先に自分でいろいろやってみてから相談する」など、困難を抱えても自身での解決を試み、どうしても

解決が困難な場合に援助を要請する傾向の「援助要請自立型（4項目）」の12項目で構成されている。各項目について、「よくあてはまる」「ややあてはまる」「どちらともいえない」「あまりあてはまらない」「全くあてはまらない」の5件法で回答を求めた。

5. 援助経験の有無

過去に援助を行った経験があるかについて調べるために、野崎・石井（2004）による予備調査によってまとめられた30の典型的な援助要請行動を質問項目として用いた。援助要請行動は、「怪我をしたり、病気のとき病院に連れていってくれるよう頼む」「車や自転車が故障しているとき、助けてくれるよう頼む」などの、「緊急事態における援助要請行動（8項目）」、「筆記用具など忘れたとき、貸してくれるよう頼む」「機械の操作方法など、わからない技術や技能を教えてくれるよう頼む」などの、「日常のちょっとした困窮場面における援助要請行動（5項目）」、「友人関係のことで相談に乗ってくれるよう頼む」「寂しいときや不安なとき一緒にいてくれるよう頼む」などの、「心理的サポートに関する援助要請行動（4項目）」、「クラブやゼミなどの仕事が早く終わるように手伝ってくれるよう頼む」「交通手段が無かったり、不便だったとき車で送迎してもらうように頼む」などの、「貴重な資源の提供を求める援助要請行動（6項目）」、「自分の代わりに買い物に行ってくれるよう頼む」「自分の代わりにアルバイトに入ってくれるよう頼む」などの、「利己的な援助要請行動（7項目）」から構成されている。これらの中から、本研究では心理的な相談での援助経験の有無を調べるため、「心理的サポートに関する援助要請行動」の4項目を使用した。また、援助経験に対して効果があったと自分が感じることで、それを成功体験として認識し、次に自身が悩んだ際に、援助要請行動を取りやすくなるのではないかと考え、その援助が自身からみて効果があったかどうかを調べるため、各質問項目について、「経験があり効果があった」「経験はあるが効果はなかった」「経験はない」の3件法で回答を求めた。

6. 倫理的配慮

質問紙の表紙に、回答結果は統計的に処理され、個人が特定されないこと、本研究以外には使用しないことを明記した。また回答は任意であり、途中で回答を拒否してもいいこと、回答しないことによる調査対象者に対する不利益は被らないことも明記した。その上で調査に参加するか調査に参加しないかを選ぶよう指示をし、調査を実施した。

結 果

1. 本研究対象者の援助要請スタイル度合

本研究対象者の援助要請スタイルの平均値、中央値、最頻値と、標準偏差についてまとめた(表1)。

2. 援助要請スタイルと援助要請可能な身近な他者の有無と被援助経験(小学生時代)

援助要請スタイルと、小学生時代に援助要請可能な他者がいたかどうかの間に相関があるかを調べるために、相関分析を行った。結果として、援助要請過剰型、援助要請回避型、援助要請自立型のすべての型において相関関係は見られなかった。また、小学生時代に援助経験があるかとの間の相関分析も行った。結果として、援助要請過剰型との間に正の相関関係が見られ、援助要請回避型との間には強い負の相関関係が見られた。一方で、援助要請自立型との間には相関関係が見られなかった(表2)。

3. 援助要請スタイルと援助要請可能な身近な他者の有無と被援助経験(中学生時代)

援助要請スタイルと、中学生時代に援助要請可能な他者がいたかどうかの間に相関があるかを調べるために、相関分析を行った。結果として、援助要請過剰型、援助要請回避型、援助要請自立型のすべての型において相関関係は見られなかった。また、中学生時代に援助経験があるかとの間の相関分析も行った。結果として、援助要請回避型との間には強い負の相関関係が見られた。一方で、援助要請過剰型と援助要請自立型との間には相関関係が見られなかった(表2)。

4. 援助要請スタイルと援助要請可能な身近な他者の有無と被援助経験(高校生時代)

援助要請スタイルと、高校生時代に援助要請可能な他者がいたかどうかの間に相関があるかを調べるために、相関分析を行った。結果として、援助要請回避型との間に強い負の相関関係が見られた。また、高校生時代に援助経験があるかとの間の相関分析も行った。結果として、援助要請過剰型との間には強い正の相関関係が見られ、援助要請回避型との間には強い負の相関関係が見られた。一方で、援助要請自立型との間には相関関係が見られなかった(表2)。

5. 援助要請スタイルと援助要請行動に対する印象

援助要請スタイルと、援助要請行動に対する印象の間に相関があるかを調べるために、相関分析を行った。結果として、援助要請過剰型と援助要請自立型の間で強い正の相関関係が見られ、援助要請回避型との間では強い負の相関関係が見られた(表3)。

6. 援助要請スタイルと援助経験の有無

援助要請スタイルと、援助経験の有無の間に相関関係があるかを調べるために、相関分析を行った。結果として、援助要請過剰型、援助要請回避型、援助要請自立型のすべての型において相関は見られなかった。また、援助経験の効果の実感と

表1 援助要請スタイルの平均値, 中央値, 最頻値, 標準偏差

	過剰型	回避型	自立型
平均値	11.04	9.86	15.38
中央値	11	9	16
最頻値	8	8	16
標準偏差	4.39	4.04	3.38

表2 援助要請スタイルと援助要請可能な身近な他者の有無・被援助経験の間の相関分析

		過剰型	回避型	自立型
小学生時代	援助要請可能な身近な他者の有無	.224	-.229	.030
	被援助経験	.423**	-.340**	-.046
中学生時代	援助要請可能な身近な他者の有無	-.112	-.081	.159
	被援助経験	.247	-.286**	.020
高校生時代	援助要請可能な身近な他者の有無	.236	-.274**	-.057
	被援助経験	.301**	-.269**	-.100

** $p < .01$

表3 援助要請スタイルと援助要請行動
に対する印象の間の相関分析

	過剰型	回避型	自立型
印象	.312**	-.333**	.255**

** $p < .01$ 表4 援助要請スタイルと援助経験の有無の
間の相関分析

	過剰型	回避型	自立型
援助経験の有無	-.077	.037	-.150
援助経験の効果	.015	.018	-.053

** $p < .01$

の間に関しても相関分析を行ったが、援助要請過剰型、援助要請回避型、援助要請自立型のすべての方において相関は見られなかった(表4)。

考 察

1. 過去に身近に援助を求める事が可能な他者がいたの方が、援助要請自立型傾向が高いという仮説の検討

援助要請スタイルと、過去に身近に援助を求める事が可能な他者の有無との間の相関分析の結果から、援助要請自立型は過去に身近に援助を求める事が可能な他者の有無の間に相関関係は見られなかった。このことから、援助要請自立型傾向の高さと過去に援助を求めやすい他者が身近にいたことには関係ないことが明らかとなった。言い換えると、身近に援助を求める事が可能な他者がいなくても援助要請自立型傾向になることがあるということである。また、援助要請過剰型も過去に身近に援助を求める事が可能な他者の有無と関係がないことから、援助要請行動自体が身近に援助を求める事が可能な他者の有無と関係がないことが明らかとなった。一方で、援助要請回避型とは、高校生時代の援助要請可能な身近な他者の有無と負の相関関係が見られた。このことから、援助要請を行わないという心理が、高校生時代の援助要請可能な身近な他者の存在と関係があることが明らかとなった。ここで考えられるのが、児童の自尊感情との関係についてである。荻野(2012)は、小学校1年生から高校3年生まで学年が上がるにつれて自尊感情が低下すること、ただし中学3年生時のみ一度増加するが、高校生でまた低下する

ということを述べている。また、自尊感情が援助要請行動ならびに、援助要請の一つの側面である被援助志向性に及ぼす影響を調べた脇本(2008)の研究によって、自尊感情が不安定である場合に、援助要請と被援助志向性に対して負の効果を及ぼすことが示された。従って、自尊感情が低くなっている高校生は、援助要請行動を小学生や中学生の時のように求めにくくなっているため、身近に援助を求められる人の存在が大事になってくるのではないだろうか。

被援助経験と援助要請回避型には小学生時代、中学生時代、高校生時代のすべてにおいて負の相関関係が見られた。従って、被援助経験に関しては援助要請を行わないことに関係があることが明らかとなった。やはり、被援助経験が無ければ大人になっていくにつれ、援助を求める事への抵抗も大きくなっていくからではないだろうか。被援助経験に関しては、援助要請過剰型も小学生時代、高校生時代において正の相関関係が見られた。また、援助要請自立型も高校生時代において被援助経験と正の相関が見られた。この結果からも分かる通り、過去の被援助経験はその後の援助要請行動に関係していくことが明らかである。身近に援助要請可能な他者がいたとしても、反対にいなかったとしても被援助経験があることで、援助要請行動も起こるということが明らかとなった。これは過去の被援助経験が成功体験となって、また援助を求めたいと考えた際にも援助要請行動をとるという選択肢を選ぶからではないだろうか。以上のことから、援助要請自立型傾向と過去に身近に援助を求める事が可能な他者の有無との間に相関があるという仮説は支持されなかった。

2. 援助要請に肯定的な印象を持っているの方が、援助要請自立型傾向が高いという仮説の検討

援助要請スタイルと、援助要請行動に対する印象の間の相関分析の結果から、援助要請自立型と援助要請行動に対する印象の間に正の相関関係が見られた。このことから、援助要請自立型傾向と援助要請行動の肯定的な印象に関係があることが明らかとなった。さらに、援助要請過剰型とも援助要請行動に対する印象の間に正の相関関係が見られた。従って援助要請自立型、援助要請過剰型

ともに、援助要請行動を取る型であるため、援助要請行動と援助要請に対する肯定的な印象の間に関係があることも明らかとなった。これは援助要請に対して肯定的な印象を持っていなければ、援助要請行動を求めようとはしないからなのではないだろうか。例えば質問紙項目にある、「他者に相談すると、気持ちが楽になる」という印象に対し、肯定的な印象を持つことによって、「相談することによって気持ちが楽になるのだから一度相談してみよう」と考え、援助要請行動のきっかけになるのではないだろうか。このことは、援助要請回避型が援助要請行動に対する印象との間に負の相関があることから分かる通りである。援助要請行動に否定的な印象があるならば、援助要請行動はとらないであろう。これは、他者とのかかわりが少ないために、援助要請に対して否定的な印象を持つという、援助要請回避型の他者との距離が疎遠である可能性を示唆できる(永井, 2019)。一方で、自ら適切に問題解決ができるために援助要請回避型傾向である者たちも、援助要請に否定的な印象を持っているとは限らない。援助要請に対して肯定的な印象を持ってはいるが、自身は援助要請回避型傾向であるという者も当然いるはずである。しかし援助要請行動を取ることに限っては、援助要請自立型傾向と援助要請に対する印象との間に相関があったため、この援助要請自立型傾向と援助要請に対する印象との間に相関があるという仮説は支持された。

3. 援助経験がある者の方が、援助要請自立型傾向が高いという仮説の検討

援助要請スタイルと援助経験の有無との間の相関分析の結果から、援助要請自立型と援助経験の有無の間に相関関係は見られなかった。このことから、援助要請自立型傾向と援助経験の有無には関係がないことが明らかとなった。援助経験があったとしても、援助要請自立型傾向が高いというわけではない。反対に援助経験が無かったからといって、援助要請自立型傾向が低いというわけでもないということである。さらに、援助要請過剰型、援助要請回避型と援助経験の有無の間にも相関関係は見られなかった。従って、援助要請スタイルと援助経験は無関係であるということが

明らかとなった。また、援助経験の効果の実感との間に関しても援助要請過剰型、援助要請回避型、援助要請自立型のすべてにおいて相関関係は見られなかった。これは、他者を助けたいという考えと、他者に助けを求めたいという考えに相互的な作用が見られないためではないだろうか。本研究の質問紙で使用した項目は、心理的サポートに関する援助要請行動であったが、その相談内容に関しても、軽度なものから深刻なものまでさまざまある。普段何気なく相談を聞いていたり、雑談のような感覚で相談事を聞いていたりしたものが、本研究の質問項目に対して、援助経験があると答えることと、しっかりと相手の話を聞くことに徹し、相手の感情に寄り添ってあげたものが、質問項目に対して援助経験があると答えることには、回答上では同じであったとしても、実際には異なるものである。また、援助の効果に関しても、援助に対して効果があったことと、それが成功体験として記憶に残ることは全く別である可能性も考えられる。以上のことから、援助要請自立型傾向と援助経験との間に相関があるという仮説は支持されなかった。

総合考察

以上のことから、援助要請スタイルのうち、援助要請過剰型は、小学生時代と高校生時代の被援助経験、援助要請に対する印象の3要因と正の相関関係が見られた。援助要請回避型は、高校生時代の身近に援助を求める事が可能な他者の存在、小学生、中学生、高校生時代の被援助経験、援助要請に対する印象の5要因と負の相関関係が見られた。援助要請自立型は、高校生時代の被援助経験、援助要請に対する印象の2要因と正の相関関係が見られた。また、仮説で設定した援助経験とその効果については、援助要請スタイルの3つの型全てと本研究においては関係が見られなかった。

本研究を通して援助要請行動の生起に関わると考えられる要因は2つある。1つ目は高校生時代の被援助経験である。援助要請スタイル全てと関係が見られた高校生時代の被援助経験については、永井(2012)が述べているように、高校生の自尊心の低下が関係していると考えられる。自尊心

情の低下により、援助要請行動を取りづらいう高校
生時代に被援助経験があることによって、現在は
援助要請行動を取りやすくなっているのではない
かと考えられる。このことは、援助要請回避型が
高校生時代に身近に援助を求める事ができた他者
がいたかどうかと負の相関を示したことから示
されている。そのことから、援助要請行動が生起
される要因にはその人の高校生時代の被援助経験
が関係してくると考えられる。

2つ目の要因は、援助要請に対する肯定的な印
象である。やはり援助要請に対して否定的な印象
を持っていると、援助要請行動を取ることは難し
い。島田・高木（1994）によると、援助要請行動
の意思決定は5段階で構成されているとしており、
そのプロセスの中で、援助要請にかかわるコスト
と利益の大きさに関して査定が行われる。このプ
ロセスにおいて、援助要請に対して否定的な印象
があると、この援助要請に関わるコストが利益に
見合わないのではないかと考え、行動を取らな
くしてしまうのではないだろうか。そのためにも、
援助要請に対して肯定的な印象を持つことも援助
要請行動の生起に関わる要因の1つといえる。

展 望

本研究では、援助要請行動がどういう要因に
よって生起されるかについて、過去に援助経験を
求めることが可能な他者の有無と、援助要請に対
する印象、援助経験の3つの要因を設定し、それ
ぞれと関係があるのかについて検討した。しかし、
いくつかの課題がある。

第1は、被援助経験についてである。質問紙を
実施する前の段階では身近に援助を求める事が可
能な他者がいたものが援助を求めることがあると
考えていた。しかし実際には、そういった他者が
いなくとも、援助を求めた経験があると答えた回
答が見られた。これには近年ネットワークが普及
したことが関係しているのではないだろうか。面
識がない人物ともネットワーク上で気軽にコミュ
ニケーションをとれるようになったことで、周り
には援助要請を求められるような他者はいな
かったが、その相手には援助要請を求める事が
できた者もいたのではないだろうか。そのこと
から、身

近に援助要請を求められる他者はいなかったが、
援助を求めたことはあると回答したのではない
だろうか。このことから、援助を求めた相手と
の関係性なども個人のプライバシー侵害になら
ない程度に回答を求める必要があると考える。

第2に、援助要請に対する印象についてである。
援助要請に対しての印象を聞く援助要請意識尺
度の分析方法として、肯定的な印象と否定的な
印象を数値として算出し、高い方を選び、肯定
的な印象が高ければ「1」、否定的な印象が高
ければ「0」とし、分析を行った。この際、明
らかに肯定的な印象を持っている回答もあれば、
どちらかといえば肯定的な印象である、否定
的な印象であるといった回答もあった。今回
は、肯定的な印象を持っている人、否定的な
印象を持っている人の二極化で分析を行いた
いと考えたため、このような中間の回答を考
慮していない点が課題として挙げられる。

第3に、援助経験の内容についてである。考
察でも述べた通り、援助経験の分類としては
同じような経験があったとしても、その内容
に関しての捉え方は個人によって変わってく
ると考える。そのため、今後援助経験と援助
要請スタイルの関係性を分析する際には、援
助経験の内容が自身にとってどう感じたのか
についても分ける必要があると考える。また、
援助経験の効果についても、その援助経験
から援助に対してどう感じたのかも調査す
る必要があると考える。

第4に、援助要請スタイルの型のばらつき
である。対象者一人ひとりを、援助要請ス
タイルのどれか一つの型にはめるわけでは
無いが、援助要請自立型傾向とみられる者
が対象者の過半数を占めており、特に援
助要請回避型傾向とみられる対象者が少
なかった。このことから、それぞれの傾向
に対しても3つの要因との関係性が変わ
ってくるのではないかと考えられる。また、
永井（2013）の援助要請スタイル尺度
を用いた際に、逆転項目を用いなかった
ため、意図的に援助要請自立型傾向
とした対象者がいる可能性も考えられる。

最後に、自身で作成した質問紙の信頼性
と妥当性である。特に援助経験に関して
は、それを問う質問紙が無かったため
に野崎・石井（2004）の予備調査
から得られた援助要請行動の中の項目を使

用させていただいたが、他の項目の援助経験であれば援助要請スタイルと関係があった可能性も考えられる。

よって、被援助者との関係性及び援助経験に対する質問紙の再検討、援助要請に対する印象を二極化ではなく、度数として分析すること、対象者の増加が必要と考えられる。

謝 辞

本研究を実施するにあたり、質問紙調査にご協力いただいた学生の皆様、質問紙の実施を快諾してくださった上松幸一先生、小山智朗先生に深く感謝申し上げます。また、本研究を行うにあたりご教示いただいた山愛美先生、行廣隆次先生にも深く感謝申し上げます。

参考文献

- 芥川 亘・兒玉 憲一 (2010). 大学生の友人に対する援助要請意識尺度の作成 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 8, 33-42
- 本田 真大・新井 邦二郎・岩隈 利紀 (2015). 援助要請行動から適応感に至るプロセスモデルの構築 カウンセリング研究, 48(2), 65-74
- 河村 茂雄 (1999). 生徒の援助ニーズを把握するための尺度の開発—学校生活満足度尺度(高校生用)の作成 岩手大学教育学部研究年報, 59(1), 111-120
- 村山 航・及川 恵 (2005). 回避的な自己制御方略は本当に非適応的なのか 教育心理学研究, 53(2), 273-286
- 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 (2019). 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, 67(4), 278-288
- 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 心理学評論, 63(4), 477-496
- 永井 智・新井 邦二郎 (2005). 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, 17, 29-37
- 永井 智・新井 邦二郎 (2007). 利益とコストの予期が中学生における友人への相談行動に与える影響の検討 教育心理学研究, 55(2), 197-207
- 西尾 悠佑・石川 信一 (2016). 心理的ウェルビーイングとウェルビーイング療法に関する展望 心理臨床科学, 6(1), 43-52
- 野崎 秀正・石井 眞治 (2005). 抑制要因に基づく大学生の援助要請行動の分類 広島大学大学院教育学研究科紀要. 第一部, 学習開発関連領域, 53, 49-54
- 荻野 佳代子 (2012). 小・中・高校生における自己概念の発達—自尊感情育成におけるジェンダー視点からの考察を含めて— 神奈川大学心理・教育研究論集, 31, 49-56
- 島田 泉・高木 修 (1994). 援助要請を抑制する要因の研究 I : 状況認知要因と個人特性の効果について 社会心理学研究, 10(1), 35-43
- 杉浦 健 (2000). 2つの親和動機と対人的疎外感との関係—その発達的变化— 教育心理学研究, 48(3), 352-360
- 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(3), 310-319
- 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
- 脇本 竜太郎 (2008). 自尊心の高低と不安定性が被援助志向性・援助要請に及ぼす影響 実験社会心理学研究, 47(2), 160-168