

大学生における援助要請の
促進要因と抑制要因について

臼 井 志 織

要旨

本研究では、女子大生 106 名を対象に、大学生の援助要請の促進・抑制要因について、援助者との関係性と相談の重要度から検討した。

調査方法は、Google Forms を用いたアンケート調査を行った。フェイスシート、3 つの尺度（援助要請尺度・信頼感尺度・共感性尺度）、現在一番相談する相手とその理由、重要度の異なる「今年度の履修について」と「大学進学について」という 2 場面における相談経験、相談したかったが実際には相談しなかった経験と、その際援助要請者と援助者の立場が逆だった場合、援助者となる調査協力者は援助要請者からの相談を受けるかどうか、その理由について回答を求めた。

その結果、重要度が高いとされた「大学進学に関する相談」では、家族である母親に相談する人が多く、重要度が低いとされた「今年度の履修に関する相談」では、友人に相談する人が多い結果となった。相談理由の分析により、相談の重要度が高くなるほど身近で受容的な援助者であることが求められ、相談することによる関係の悪化や相手の知らない自分を知られる懸念や羞恥という心理的苦痛を感じにくい相手として、援助要請者のことをよく知る家族が選ばれることが多いことが示唆された。また、自分への信頼の高さは親への自律的・依存的援助要請と正の相関があること、他者への信頼の高さは友人・親への自律的援助要請と正の相関があることが明らかになった。実際には相談しなかった内容において、援助者の立場になった場合は相談を受けるという回答が 94.9% であり、援助要請者と援助者という立場の違いによって援助に対する重みづけが異なることが明らかになった。仲間関係がより重要になる青年期の大学生であるにもかかわらず、相手への気遣いの高まりによって、関係が親密化する自己開示の機会を上手く得られていない可能性や、援助者が自身にとって重要な問題であると感じていても相談できずに問題が深刻化してから発覚するケースが生じる可能性があると考えられた。

1 問題

1.1 大学生が抱える困難

青年期後期にあたる大学生は、生活環境の変化や対人関係、学業や将来についてなど、広範かつ複雑な悩みに直面する。文部科学省(2020)による授業期間中における大学生の平均的な1週間の生活時間に関する調査では、1週間のうちに様々な物事に向き合い、大学、部活動、アルバイト、趣味、就活など同時に多くのコミュニティに参加していることが明らかになった。これらのことは高校生までの生活環境とは異なり、個別の履修計画や時間の自己管理、流動的な友人関係などの急激な自発性や柔軟な対応能力が必要となることが考えられる。

文部科学省(2014)によると、大学生の中途退学率は2.7%であり、これは全学生数の内の約8万人に相当する。その主な要因として高校と大学における教育のギャップに適応できていない可能性を示唆していた。

また、日本学生支援機構(2020)の調査からはほとんどの大学生が将来に対する不安や悩みを抱えていることが明らかになった。私立大学学生生活白書(2018)によると、大学の勉強や資格取得への興味の増加、インターンシップへの参加が上昇傾向にある一方、友人関係の形成の興味関心の薄れが指摘されており、部活動・サークル活動に参加する学生の割合の減少や、大学進学において友人を得ることを目的とする学生が減っていることも示唆されている。そのような環境の中で、友人関係に悩む学生が増加傾向にあることが明らかになっている。

1.2 大学生の援助要請行動の現状

日本学生支援機構による学生支援の取組状況に関する調査(2017)では、2010年には約58万件であった大学全体の相談件数が2014年には約70万件に増加していることが明らかになった。相談体制が整ったことによ

白井 志織

る増加とも考えられるが、大学生にはそれだけの需要があることが窺える。

一方で、同じく日本学生支援機構による学生支援の取組状況に関する調査(2017)では、悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応に課題を感じる大学が全体の86.6%であることが明らかになった。このことから、大学生には悩みを相談するニーズがあるにもかかわらず、誰にも相談できずに問題が大きくなってから発覚するケースが少なからずあることが示唆される。日本学生支援機構(2020)の調査では、学生生活において不安や悩みが大いにあると回答した生徒のうち、実際に学生相談室を利用している学生は38.8%であることが示されており、61.2%の学生が深刻な悩みを抱えていながらも必要な援助が受けられていない可能性があることが明らかになった。

このような援助のニーズを持ちながらも必要な援助を求めないギャップを埋めるべく、援助要請や援助志向性の観点から研究が進められている。

1.3 援助要請行動のプロセス

島田・高木(1994)は、援助行動を対人関係の中での一連の行動として全体的な流れの中で捉えるべきだと示唆しており、多くの研究において他者に援助を求める行動を、悩みや問題が生起してから実際に他者に援助を求めるまでの一連のプロセスとして捉える視点が活かされている。

高野・宇留田(2002)は援助要請行動の生起過程モデルを3段階にまとめ、①問題の認識と査定段階を通じて緊急性が高く独力では解決不能と判断した場合、②援助要請行動の意思決定の段階において被援助者のコストと利益のバランスによって誰に援助要請するべきかを判断し、③援助を受ける段階に進むという援助要請のプロセスを提唱した。

また、島田ら(1994)は援助要請行動の意思決定過程を5段階のモデルで説明している。援助要請行動の意思決定は個人の通常の状態との比較において始まるとした上で、①問題の存在への気づき、②重要性・緊急性・自己の能力との関連の査定、③援助要請に関わるコストと利益の

大きさに関する査定, ④適切な援助者はいるか, ⑤援助要請の方略の検討というプロセスである。

両者のモデルを比較すると, 問題の査定には緊急性と自己の能力のみならず問題の重要性との関係が指摘されており, 援助を受ける際にはどのような方略を取るかということも援助要請の意思決定と関連があることが指摘されていた。このように, 援助要請は様々な認知的判断を経て意思決定される。

1.4 援助要請行動の促進・抑制要因

先行研究では, 援助要請を行うかどうかは援助要請することと援助要請しないことの両方のコストと利益の予期や, その結果のバランスによって決まることが示唆されている(永井・鈴木, 2018)。またその背景には経済的・物質的側面と心理的側面があるとされている(高野ら, 2002; 永井・本田・新井, 2016)。

高野ら(2002)は, 援助を要請することにおける経済的・物質的利益として, 現在の問題の軽減・解決があり, 心理的利益は問題の軽減・解決における不安・心配などの軽減を挙げていた。一方, 援助を要請することにおける経済的・物質的コストとして, 費用や時間がかかること, 心理的コストとしては援助を申し出ることによる決まりの悪さ, 拒絶や無視の恐れ, 自分の不適切さの露呈, 援助者に負う借り, 強いられる自己開示, 自己達成の放棄, スティグマ(汚名, 烙印)などによる自尊心の脅威を示唆していた。援助を要請しないことによる経済的・物質的利益としては, 要請に関する費用や時間を割かなくて済むこと, 心理的利益としては自尊心に対する脅威を避けることができることが挙げられており, 援助を要請しないことによる経済的・物質的コストにおいては, 問題が軽減・解決されないまま残ってしまうことによる経済的・物質的不利益が生じること, 心理的コストとしては問題が軽減・解決されないまま残ってしまうことによる心理的苦痛が挙げられていた。

白井 志織

また援助要請者は、自身にとっての利益とコストのみならず、援助者にとっての利益とコストも考慮した上で、援助要請の意思決定をしていることが明らかになっている（橋本，2015）。援助者が援助提供にかかるコストが高いと推測した場合、低い場合と比較して、援助要請者は援助を求めなかった（DePaulo & Fisher, 1980）という結果や、援助者が相談に乗らないことで抱く援助要請者に対する罪悪感への予測が高いほど援助要請行動を促進するという結果が得られている（竹ヶ原・安保，2017）。

1.5 援助要請行動に影響する心理特性

山中・平石（2017）は援助要請の生起過程を考えた際、他者は自分を助けてくれる存在であるという他者への信頼感は、他者に援助を求めるかどうかを左右する重要な要因の1つであると示唆しており、友人・教師への援助要請と正の相関があることを明らかにした。

また、島田ら（1994）は共感性の高い人が問題の重要度を理由に援助を要請していないこと指摘し、このことについて相手と同じ立場に立つといった側面から援助者に対する遠慮が強く働くのではないかと考察していた。また、共感性の低い人は周囲に対する恥ずかしさを理由に援助を要請していないことを明らかにしていた。

1.6 目的

大学生の援助要請の促進・抑制要因について明らかにすることを目的とする。その際、促進・抑制要因について、援助者との関係性、相談の重要度、自己と他者への信頼感、共感性、援助要請におけるコストの重み付けとの関連を質的・量的分析を用いて検討しながら明らかにすることとした。

1.7 仮説

より深い自己開示を伴う重要度の高い相談において、仲間への気遣いや関係への影響の不安を有する大学生にとって、友人には相談しにくいだろうと考えた。このことから仮説1を「援助要請の重要度が高い相談ほど、家族に援助要請するだろう」とした。

自律的援助要請と他者への信頼感は、援助者が友人であっても教師であっても正の相関があることが示されている(山中ら, 2017)。このことから仮説2を「他者への信頼感の高さが、援助要請を促進するだろう」とした。

援助者のコストを予測する援助要請者の共感性について検討した研究(島田ら, 1994)では、共感性の高い援助要請者は問題の重要度を理由に援助を要請していない結果が明らかになっている。このことから、仮説3を「共感性の高さが援助要請を抑制するだろう」とした。

対人関係における不安や気遣いによって、青年期にあたる大学生は予測する援助者のコストを高く見積もると考えられた。しかし、援助者は相談に乗らないことへの罪悪感や両者の関係の維持に重点を置くと考えられることから、仮説4を「自身が援助者の立場になった場合は援助する際の負担についてあまり考えないだろう」とした。

2 方法

2.1 調査協力者・調査時期・調査方法

調査協力者は都内女子大学に通う女子大学生106名、平均年齢は19.6歳(SD=3.22)であった。調査時期は2020年7月から2020年9月までであり、調査は心理学研究室のマニュアル・ガイドラインに従い、フェイスシート、4つの自由記述、3つの尺度によって構成されたアンケート調査をGoogle Formsを用いて実施した。調査の依頼は、心理学科の教

白井 志織

員の受け持つ授業における Google Classroom で行われた。

2.2 調査内容

(1) フェイスシート (年齢, 学年, 性別)。(2) 自由記述 ①現在1番相談する相手とその理由, ②「今年度の履修について」と「大学進学について」という重要度の異なる2場面において誰に相談したか, 相談した理由, 相談の重要度(4件法), ③現在一番相談する相手に対し, 相談したかったが実際には相談しなかった内容とその理由, その相談の重要度(4件法), ④相談したかったが実際には相談しなかった内容において, 援助要請者と援助者の立場が逆だった場合, 援助者となる調査協力者は援助要請者からの相談を受けるかどうかとその理由。(3) いやがらせ被害時における援助要請尺度(山中・平石, 2017)。援助者に友人と親の2パターンを想定しそれぞれの回答を求めた。(4) 信頼感尺度(天貝, 1995)。(5) 共感性尺度(小池, 2003)。

3 結果

3.1 現在一番相談する相手

現在一番相談する相手について回答を求めたところ, 105名の回答が得られた。その結果, 母親が50人(47.6%), 父親が1人(1.0%), きょうだい8人(7.6%), 友人が42人(40.0%), 恋人が2人(1.9%), バイト先の店長1人(1.0%), 夫1人(1%)であることが分かった。

3.2 KJ法による現在一番相談する人に相談する理由の分類

現在一番相談する人に相談する理由について回答を求めたところ, 105名からの回答が得られた。全ての回答をデータとし, KJ法(川喜田, 2000)を用いて分析した。回答の記述を同じような回答で細分化したサ

ブカテゴリーのうち、共通する背景がある場合はそれを主テーマとした。主テーマを<>、サブカテゴリーを「」で示す。なお、主テーマについて、分類した発話の20%に当たる発話について、心理学を専攻した大学生について評定をしてもらった結果、一致率が100.0%であった。その結果、<身近な存在> (64件)、<受容> (49件)、<頼り> (15件)、<類似> (19件)、<素の自分> (5件)、<人間関係への配慮> (12件) という6つの主テーマに分けることができた (Table 1)。さらに、<身近な存在> は「身近な存在」(15件)、「一緒にいる時間」(8件)、「自分の理解度」(14件)、「しやすさ」(27件) の4つに、<受容> は「受容」(19件)、「信頼」(18件)、「相談中の気持ち」(4件)、「援助者の態度」(8件) の4つに、<頼り> は「尊敬」(6件)、「意見・指摘」(9件) の2つに、<類似> は「近い立場」(13件)、「考えが似てる」(6件) の2つに、<素の自分> は「親しさ」(2件)、「ありのままの自分でいれる」(3件) の2つに、<人間関係への配慮> は「相談内容と関係性」(4件)、「守秘」(3件)、「話せない理由」(5件) の3つのサブカテゴリーに分けられた。

Table 1 一番相談する人に相談する理由

主テーマ	サブカテゴリー	記述数	具体例
身近な存在	身近な存在	15	身近な存在・毎日顔を合わせる・話す機会が多い
	一緒にいる時間	8	一番一緒にいる時間が長い・長い付き合い
	自分の理解度	14	自分のことをよく知ってる・困っている状態にいち早く気づいてくれる
	しやすさ	27	相談しやすい・会いやすい・話しやすい
受容	受容	19	理解してくれる・同意してくれる・否定しない
	信頼	18	信頼できる・何でも話せる・隠すことがない
	相談中の気持ち	4	話してて落ち着く・安心できる
	援助者の態度	8	親身に考えてくれる・忖度をしない

白井 志織

頼り	尊敬	6	人生の先輩・頼りになる
	意見・指摘	9	的確な答え・客観的な意見・アドバイスがもらえる
類似	近い立場	13	年が近い・同性・状況が似てる
	考えが似てる	6	価値観が似てる・悩みが似てる・共感する点が多い
素の自分	親しさ	2	相手にも自分にも相談してくれる・気心が知れてる
	ありのままの自分でいれる	3	気を使わない・相手の気持ちを考慮しなくてすむ
人間関係への配慮	相談内容と関係性	4	相談内容にかかわりのない人に相談したい・程よい距離感
	守秘	3	秘密が守られている・口外しない
	話せない理由	5	家族に話せない・心配かけたくない

3.3 援助要請の重要度の検討

重要度が異なると考えられた「今年度の履修に関する相談」と「大学進学に関する相談」の2場面において、「全く重要でない」から「とても重要である」の4件法で回答を求め、重要度の平均値に差があるかを検討するため t 検定を行った。その結果、2場面の重要度において平均に有意な差がみられた ($t(100)=-7.94, p<.01$)。すなわち、「大学進学に関する相談」の方が重要度の高い相談であり、「今年度の履修に関する相談」は重要度の低い相談であるとした。

3.4 相談の重要度と相談相手の分布

重要度の異なる相談の2場面において誰に相談したかを尋ねた。その結果、重要度が低いと考えられる「今年度の履修に関する相談」では母親が23人(21.9%)、父親が3人(2.9%)、きょうだい9人(8.6%)、友人が45人(42.9%)、先輩が12人(11.4%)、恋人が1人(1%)、先生・塾講師はどちらも0人(0%)、相談してない人が11人(10.5%)であることが分かった。重要度が高いと考えられる「大学進学に関する相談」

では、母親が63人(60.0%)、父親が10人(9.5%)、きょうだいが2人(1.9%)、友人5人(4.8%)、先生が19人(18.1%)、塾講師が3人(2.9%)、先輩・恋人はどちらも0人(0%)、相談してない人が2人(1.9%)であることが分かった。

3.5 相談内容の重要度ごとの相談理由の違い

重要度の異なる相談の2場面において、その相談者に相談した理由について自由記述で回答を求めたところ、「今年度の履修についての相談」では90名、「大学進学についての相談」では95名から回答が得られた。

全ての回答をデータとし、KJ法(川喜田, 2000)を用いて分析した。現在一番相談する相手に相談する理由で分類されたカテゴリー(Table 1)をベースに、「今年度の履修についての相談」と「大学進学についての相談」それぞれの相談者に相談した理由について分類した。「大学進学についての相談」では、新たに「自分の力」というカテゴリーが加わった。主テーマを<>で示す。その結果、「今年度の履修についての相談」では、<身近>が15人(17.0%)、<受容>が10人(11.4%)、<頼り>が35人(39.8%)、<類似>が21人(23.9%)、<素の自分>が6人(6.8%)、<人間関係への配慮>が1人(1.1%)であることが分かった。「大学進学についての相談」では、<身近>が23人(24.0%)、<受容>が21人(21.9%)、<頼り>が30人(31.3%)、<類似>が2人(2.1%)、<素の自分>が1人(1.1%)、<人間関係への配慮>が18人(18.8%)、<自分の力>が1人(1.1%)であることが分かった。

3.6 援助要請尺度と信頼感・共感性の関連の検討

友人と親それぞれの援助要請尺度と、信頼感と共感性との関連について検討するため、相関分析を行った(Table 2)。その結果、他者への信頼と友人への自律的援助要請($r=.341, p<.001$)、自分への信頼と親への自律的援助要請($r=.415, p<.001$)、自分への信頼と親への依存的援助要

白井 志織

請 ($r=.255, p<.01$) との間に強い正の相関がみられ、自分への信頼と親への平気な素振りとの間に強い負の相関がみられた ($r=-.291, p<.01$)。また、他者への信頼と親への自律的援助要請 ($r=.207, p<.05$)、認知的共感性と親への自律的援助要請 ($r=.225, p<.05$) との間に中程度の正の相関がみられ、不信と親への依存的援助要請との間に中程度の負の相関が認められた ($r=-.234, p<.05$)。

Table 2 援助要請尺度と信頼感／共感性の関連

	不信	自分への 信頼	他者への 信頼	情動的 共感性	認知的 共感性
友人への自律的援助要請	.04	.162	.341**	.153	.168
友人への平気な振り	-.038	-.145	-.026	.139	.023
友人への依存的援助要請	.043	-.026	.075	.036	.043
親への自律的援助要請	-.095	.415**	.207*	.107	.225*
親への平気な振り	.084	-.291**	-.029	.127	-.068
親への依存的援助要請	-.234*	.255**	.038	-.018	.139

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

3.7 一番相談する人に相談しなかった内容の重要度

現在一番相談する相手に対し、相談したかったが実際には相談しなかった内容について、「まったく重要ではない」から「とても重要」の4件法で回答を求めた結果、「まったく重要ではない」が5件（6.1%）、「あまり重要ではない」が22件（26.8%）、「やや重要」が35件（42.7%）、「とても重要」が20件（24.4%）であることが分かった。

3.8 KJ法による相談しなかった理由の分類

現在一番相談する相手に対し、相談したかったが実際には相談しなかった理由について自由記述で回答を求めたところ、72名からの回答が得られた。全ての回答をデータとし、KJ法（川喜田，2000）を用いて分析した（Table 3）。回答の記述を同じような回答で細分化したサブカテゴ

リーのうち、共通する背景がある場合はそれを主テーマとした。主テーマを<>、サブカテゴリーを「」で示す。なお、主テーマについて、分類した発話の20%に当たる発話について、心理学を専攻した大学生について評定をしてもらった結果、一致率が100.0%であった。その結果、<重要度>（4件）、<相手への配慮>（29件）、<羞恥>（24件）、<相手への理解度>（10件）、<自分で解決>（9件）、<解決策のなさ>（6件）、<事実への直面>（2件）の7つの主テーマに分けることができた。さらに、<相手への配慮>は「心配」（8件）、「迷惑」（14件）、「個人的内容」（4件）、「関係性」（2件）、「期待」（1件）の5つに、<羞恥>は「自己開示の抵抗」（13件）、「内容」（5件）、「他者からの評価の懸念」（6件）の3つに、<相手の理解度>は「理解」（9件）、「信用」（1件）の2つに、<自分で解決>は「自分で解決」（7件）、「秘密」（2件）の2つのサブカテゴリーに分けられた。

Table 3 KJ法による相談したかったが実際には相談しなかった理由の分類

主テーマ	サブカテゴリー	記述数	記述例
重要度		4	重要度が低い、高い
相手への配慮	心配	8	心配をかけたくない
	迷惑	14	迷惑をかけたくない・愚痴になる
	個人的内容	4	個人的な内容すぎる・関係ない相手
	関係性	2	相談相手の関係性の心配
	期待	1	応援してもらったことが無駄になる
羞恥	自己開示の抵抗	13	他人が知らない自分・恥ずかしい
	内容	5	内容的に話しづらい
	他者からの評価の懸念	6	そのことで悩んでる姿を見せたくない
相手の理解度	理解	9	理解してもらえない
	信用	1	信用できない
自分で解決	自分で解決	7	自分で解決するべき・時間が解決する
	秘密	2	秘密にしたい
解決策のなさ		6	対処法がない
事実への直面		2	事実を受け入れられなかった

3.9 友人と親への援助要請尺度のクラスタ分析結果

友人と親への自律的援助要請, 依存的援助要請, 平気な振りにおける標準化得点に基づき ward 法による階層的クラスタ分析を行った。その結果, 4 クラスタに分けることができた。この4クラスタの特徴を明らかにするため, 4 クラスタを独立変数, 友人と親への自律的援助要請, 依存的援助要請, 平気な振りを従属変数とした分散分析を行った。その結果, 友人への自律的援助要請 ($F(3,98)=11.72, p<0.01$), 友人への平気な振り ($F(3,98)=76.34, p<0.01$), 友人への依存的援助要請 ($F(3,98)=31.73, p<0.01$), 親への自律的援助要請 ($F(3,98)=34.75, p<0.01$), 親への平気な振り ($F(3,98)=42.52, p<0.01$), 親への依存的援助要請 ($F(3,98)=26.41, p<0.01$) のすべての下位尺度において有意な得点差がみられた。そのため多重比較を行い, 各クラスタの特徴を検討した (Table 4)。クラスタ1は, 親への平気な振り得点は低く, 友人と比べて親の方が自律的援助要請得点と依存的援助要請得点が高いことから, 「親への援助要請優勢群」とした。クラスタ2は, 友人と親の両者に対する平気な振り得点が4つのクラスタの中で最も高いことから, 「平気な振り群」とした。クラスタ3は, 他のクラスタと比べて友人と親の両者に対する平気な振り得点が低い一方, 両者に対する自律的援助要請得点が4つのクラスタの中で最も高いことから, 「自律的援助要請群」とした。クラスタ4は, 友人への自律的援助要請得点と平気な振り得点と同程度である一方, 親への平気な振り得点が高く, 自律的援助要請得点と依存的援助要請得点が低いため, 「葛藤的援助要請群」とした。

Table 4 各クラスタにおける援助要請尺度の平均(SD)と分散分析の結果

	クラスタ1 親への援助 要請優勢群 n=29 平均(SD)	クラスタ2 平気な振り群 n=24 平均(SD)	クラスタ3 自律的援助 要請群 n=19 平均(SD)	クラスタ4 葛藤的援助 要請群 n=29 平均(SD)	F値	多重比較
友人への自律的援助要請	3.85(0.64)	3.60(0.85)	4.78(0.43)	4.00(0.69)	11.72**	3>4,1,2
友人への平気な振り	4.18(0.54)	5.33(0.49)	2.59(0.49)	3.99(0.76)	76.34**	2>1,4>3
友人への依存的援助要請	3.38(0.70)	2.08(0.60)	4.25(0.64)	3.42(0.96)	31.73**	3>4,1>2
親への自律的援助要請	5.00(0.57)	3.38(1.18)	5.07(0.86)	3.20(0.80)	34.75**	3,1>2,4
親への平気な振り	2.80(0.91)	4.90(0.84)	2.43(1.07)	4.52(0.90)	42.52**	2,4>1,3
親への依存的援助要請	4.21(0.86)	2.11(0.91)	3.97(1.34)	2.77(0.84)	26.41**	1,3>4,2

**p<.01

3.10 各クラスタと信頼感・共感性の関連の検討

各クラスタと信頼感、共感性との間に関連があるか検討するため、4クラスタを独立変数、信頼感尺度の下位尺度である不信、自分への信頼、他者への信頼と、共感性尺度の下位尺度である情緒的共感性、認知的共感性を従属変数とした分散分析を行った。その結果、自分への信頼($F(3,98)=3.14, p<0.05$)と他者への信頼($F(3,98)=3.73, p<0.05$)との間に有意な得点差が見られた(Table 5)。

Table 5 各クラスタと信頼感/共感性尺度の平均(SD)の分散分析の結果

	クラスタ1 親への援助 要請優勢群 n=29 平均(SD)	クラスタ2 平気な振り群 n=24 平均(SD)	クラスタ3 自律的援助 要請群 n=19 平均(SD)	クラスタ4 葛藤的援助 要請群 n=29 平均(SD)	F値	多重比較
不信	3.68(0.76)	3.65(1.16)	3.51(0.73)	3.67(0.54)	0.20	
自分への信頼	4.16(0.67)	3.96(1.02)	4.45(0.86)	3.78(0.57)	3.14*	3>4
他者への信頼	4.29(0.65)	4.50(0.86)	4.77(0.60)	4.10(0.72)	3.73*	3>4
情緒的共感性	3.91(0.73)	3.78(0.98)	3.52(0.85)	3.71(0.60)	0.943	
認知的共感性	4.04(0.66)	3.95(0.80)	3.85(0.69)	3.89(0.56)	0.354	

*p<.05

3.11 実際には相談しなかった内容について、援助要請者と援助者の立場が逆の場合、相談を受ける理由の分類

相談したかったが実際には相談しなかった内容において、援助要請者と援助者の立場が逆だった場合、援助者となる調査協力者は援助要請者からの相談を受けるかどうかについて回答を求めた。その結果、99名からの回答が得られ、そのうち相談を「受ける」と回答した人が94人(94.9%)、「受けない」と回答した人が5人(5.1%)であることが明らかになった。

相談を「受ける」と回答した94名の回答をデータとし、KJ法(川喜田, 2000)を用いて分析した。回答の記述を同じような回答で細分化したサブカテゴリーのうち、共通する背景がある場合はそれを主テーマとした。主テーマを<>, サブカテゴリーを「」で示す。なお、主テーマについて、分類した発話の20%に当たる発話について、心理学を専攻した大学生について評定をしてもらった結果、一致率が100.0%であった。その結果、<力になりたい>(34件)、<大切な人>(19件)、<援助要請者の問題・気持ちの整理>(14件)、<相談の重要度>(2件)、<関係性重視>(8件)、<頼られる嬉しさ>(5件)、<援助要請者の気持ちへの共感>(3件)、<援助者の負担のなさ>(6件)の8つの主テーマに分けることができた(Table 6)。さらに、<力になりたい>は「役に立ちたい」(31件)、「経験を伝える」(3件)の2つ、<援助要請者の問題・気持ちの整理>は「問題の解決」(3件)、「心のゆとり」(8件)、「援助要請者への願い」(3件)の3つに、<関係性重視>は「お互い様」(2件)、「関係性の維持」(6件)の2つに、<援助要請者の気持ちへの共感>は「援助要請者の勇気」(2件)、「相談に乗ってほしい気持ち」(1件)の2つに、<援助者の負担のなさ>は「相談に乗ることが好き」(4件)、「援助者の余裕」(2件)の2つのサブカテゴリーに分けることができた。

Table 6 KJ法による相談を受ける理由の分類

主テーマ	サブカテゴリー	記述数	記述例
力になりたい	役に立ちたい	31	困ったり悩んでいる人がいたら力になりたい。
	経験を伝える	3	自分の経験が役に立つなら相談を受ける。
大切な人		19	大切な人だから。
援助要請者の問題・気持ちの整理	問題の解決	3	解決策が見つかる。頭を整理できる。
	心のゆとり	8	話を聞くことで心にゆとりができる。
	援助要請者への願い	3	一人で抱え込んでほしくない。
相談の重要度		2	その選択で人生が決まるから。
関係性重視	お互い様	2	困ったときはお互い様。
	関係性の維持	6	いつも助けてもらってる。頼られたら断れない。
頼られる嬉しさ		5	頼られてる気がして嬉しい。心を開いてくれる。
援助要請者の気持ちへの共感	援助要請者の勇気	2	勇気を出して相談してくれた気持ちに応えたい。
	相談に乗ってほしい気持ち	1	自分は恥ずかしかったが相談に乗ってほしかった。
援助者の負担のなさ	相談に乗ることが好き	4	相談に乗ることが好き。興味がある。
	援助者の余裕	2	自分の余裕があるときに受ければいい。

4 考察

4.1 援助要請の促進要因

一番相談する人に相談する理由について分類した結果 (Table 1), <身近な存在>という主テーマの回答数が最も多く, <受容>という主テーマが2番目に多い回答であった。このことから援助要請者が援助を求めやすい援助者の特徴として, 一緒にいる機会が多く援助要請者のことをよく知る信頼できる人物であり, 自尊心を脅威に陥らせない受容的な人物であるということが明らかになった。このことは, 現在一番相談

白井 志織

する相手として母という回答が最も多く、次いで友人が多かったことからもうかがえる。

本研究では、援助要請と関連のある心理特性について検討することも目的としていた。援助要請行動の促進要因として考えられた信頼感と、友人と親それぞれの援助要請尺度との関連の検討を行った結果（Table 2）、自分への信頼の高さと親への自律的・依存的援助要請に関連があることが明らかになった。このことは、友人と親への援助要請態度における各クラスと信頼感尺度との分散分析を行った結果（Table 5）からもうかがえる。天貝（1999）は、自分への信頼と親との親密な関わり経験に正の相関があることを明らかにしており、親に対して援助要請しやすい親密な関係であることが親への援助要請を促進し、同時に親の受容的な姿勢が自分への信頼を高めていることが考えられた。

また、他者への信頼感が友人と親への自律的援助要請との間に正の相関があることが明らかになり、仮説2は支持された。本研究で使用した他者への信頼は他者全般に対する信頼感であり、他者への信頼の高さは援助者の選択肢の幅を広げ、援助要請する際に生じる心理的コストである自尊心の脅威を減らし、安心して自己開示を伴う悩みの相談が行える重要なポイントであると考えられた。山中ら（2017）は、援助を求める相手に関わらず自律的援助要請の志向性を高めることにつながる可能性があることを示唆している。

援助要請行動の抑制要因として仮説を立てていた共感性と、友人と親それぞれの援助要請尺度との関連の検討を行った結果（Table 2）、共感性と援助要請行動の抑制との関連はなく、一方で他者の立場に立ち他者の心理状態を理解する認知的共感性（田村・杉浦，2017）と親への自律的援助要請との間に、中程度の正の相関があることが明らかになった。このことから仮説3は支持されなかった。本研究では、お互いのことをよく知っており、信頼関係がある程度できていると予想された友人と親に対する援助要請態度を測定したため、他者と自分に関わる感情を肯定

的に結びつける役割を果たす信頼感(天貝, 1997)を基に、共感性が援助要請を抑制する要因になりにくい関係性であることが考えられ、そのことが先行研究(島田ら, 1994)と異なる結果の要因となっていることが考えられた。また、本研究ではいやがらせ被害にあった際の援助要請態度について回答を求めている。そのため、研究協力者は認知的共感性によって“いじめられている子を持つ親”の立場を想像することが自律的援助要請に繋がるのではないかと考えられた。

4.2 援助要請の抑制要因

相談したかったが実際には相談しなかった理由について分類した結果、<相手への配慮>が主テーマの中で最も多い回答であり、次いで<羞恥>が2番目に多い回答であった。このことから、援助要請の促進要因と考えられた一緒にいる機会が多くある程度の信頼関係ができている間柄であっても、相手に迷惑をかけてしまうことや、相手が知らない自分を知られることで仲間関係が崩壊してしまうリスクがある場合には援助要請が抑制されることが考えられた。

友人と親それぞれの援助要請尺度と信頼感の相関分析を行った結果(Table 2)、自分への信頼の低さと親への平気な振りとの間に関連があることが分かった。この結果は、自分への信頼の高さと親への自律的・依存的援助要請に関連があることを裏付ける結果となっている。このことから、親からのサポート感が低いと感じる関係性であると、自分への信頼が低くなり、同時に親への援助要請が抑制される結果になることが考えられた。また、自分と他者への信頼感の否定的側面を表す不信の高さと、親への依存的援助要請の抑制に関連があることが明らかになった。しかし不信と自律的援助要請との関連が見られなかったことから、不信が高いことが必ずしも援助要請を抑制するわけではないことが考えられた。このことから、不信の高さが親への必要以上の援助要請を抑制し、島田ら(1994)の援助要請行動の意思決定過程における2段階目「重要性・

白井 志織

緊急性・自己の能力との関連の査定」が慎重に行われていることが考えられた。

4.3 相談内容の重要度による違い

重要度の異なる相談の2場面において相談相手に違いがあるかを検討した結果、重要度が高いとされた「大学進学に関する相談」では、重要度が低いとされた「今年度の履修に関する相談」よりも家族である母親に相談する人が多い結果となった。このことから、仮説1は支持された。

相談の重要度ごとの相談理由の違いについて分類した結果、2場面のどちらも〈頼り〉が最も多い理由であった。また、重要度の高い「大学進学に関する相談」においては〈身近〉〈受容〉〈人間関係への配慮〉が多い理由であり、重要度の低い「今年度の履修に関する相談」においては〈類似〉〈素の自分〉が多い理由であることが明らかになった。

このことから、親からの心理的独立が促される中で仲間関係の重要性が増す青年期（榎本，2000）において、重要度が高くなく理解が得られやすいと考えられる援助要請においては友人に要請されやすく、関係の親密化に向けて好意獲得にもつながる機会になり得ることが考えられた。一方で、大学生は親密な仲間関係での不安や気遣いが特に高まり、相手への気遣いが多くなることから（水野，2004）、深い自己開示を伴う重要度の高い援助要請においては、重要性が増している友人関係が悪化することに対する懸念を踏まえた上で、一緒にいる機会が多く、援助要請者のことをよく知るある程度信頼関係のできている家族に援助要請することが考えられた。このことは、相談理由に〈身近〉〈受容〉が多いことから窺える。また、重要度の高い相談において〈人間関係への配慮〉という相談理由が多かったことは、その相談が援助要請者のみの問題にとどまらず、援助要請しないことが関係の悪化に繋がり、援助要請者自身のリスクが高く想定されるという背景が考えられた。

4.4 援助要請者と援助者の利益とコストの認識の違い

相談しなかったが実際には相談しなかった内容について、約67%の人がやや重要またはとても重要な問題であると回答していたことから、相談することを止めた相談内容の約7割は援助要請者にとって重要な問題であったことが明らかになった。にもかかわらず援助要請をしなかった理由として、最も多かった理由は<相手への配慮>であり、次いで<羞恥>であった。一方で、相談しなかったが実際には相談しなかった内容において、援助要請者と援助者の立場が逆だった場合、援助者となる調査協力者は援助要請者からの相談を受けるかどうかについて回答を得られた99名のうち、相談を「受ける」と回答した人が全体の約95%であることが明らかになった。その理由として最も多かった回答が<力になりたい>、次いで<大切な人>という結果となった(Table 6)。このことから、援助要請者は「相手に迷惑をかけたくない」「相手が知らない自分について知られるのが恥ずかしい」と考え、関係の悪化や他者からの評価による心理的苦痛というリスクを予測する一方、援助者側としては「困っている人を助きたい」「大切な人の力になりたい」という援助することに積極的な内容であり、援助要請者が懸念する内容と一致しないことが明らかになった。よって、相手が友人や親など一緒にいる時間が多く、ある程度の信頼関係がある関係においては、仮説4は支持された。

4.5 総合的考察

本研究は、援助要請の促進要因、抑制要因について援助者との関係性や相談の重要度から明らかにしていくことを目的とした。その結果、最も相談する相手の特徴として、一緒にいることが多く、援助要請者のことをよく知る、理解や同意を示してくれる相手であることが明らかになった。また、相談の重要度が高くなるほど身近で受容的な援助者であることが求められ、相談することによる関係の悪化や相手の知らない自分を知られる懸念や羞恥という心理的苦痛を感じにくい相手として、家族が

白井 志織

選ばれることが多いことが分かった。一方で重要度の低い相談においては自分と類似した立場であり、問題の解決に繋がる援助が求められていることが分かり、その相手として友人が選ばれやすいことが明らかになった。

また、援助要請者と援助者という立場の違いによって援助に対する重みづけが異なることが明らかになった。仲間関係がより重要になる青年期の大学生であるにもかかわらず、相手への気遣いの高まりによって関係が親密化する自己開示の機会を上手く得られていない可能性や、援助者が自身にとって重要な問題であると感じていても相談できずに問題が深刻化してから発覚するケースが生じる可能性があると考えられた。

学生相談においても、悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応は各大学の学生支援における共通の課題であると指摘されている（木村・梅垣・水野，2014；日本学生支援機構，2017）。木村ら（2014）の研究では、自身が抑うつ状態にあるとき友人や家族に援助を求めようと思うが結局は援助を求めないと回答した学生が全体の27.3%であることが明らかになっており、大学の学生相談やカウンセラーなどの専門家に援助を求める学生が全体の7.1%であったことが明らかになっている。これらのことから、身近で信頼関係のある相手であっても相談できない場合、学生が学生相談などの専門家に頼り援助要請を行えるようにすることは、少しでも安心して学生生活を送る上で重要であると考えられた。その上で、まずは援助要請者にとっての援助者の中に専門家という選択肢を設置することが重要であると考えられた。本研究の結果を踏まえ、専門家への援助要請には仲間との関係悪化や援助者のコストを懸念する必要がないことが利点であると考えられた。一方で、学生の中には「利用時の対応への不安」や「行きにくい感じ」「ハードルの高さ」を感じている人がいることも明らかになっている（木村，2017）。援助者には援助要請者にとって身近な存在であり、ある程度の信頼関係があることが求められることから、学生相談室やカウンセラーなどの専門家は学生にとっ

て身近で親しみやすい存在であることが重要であると考えられた。よって、学生相談室の情報や様子、申し込みの手順などについて学生が目にする機会が多いことが有効であると考えられた。また、悩みを抱えているながら相談に来ない学生の中には問題の深刻さを見過ごしている可能性や、楽観視している可能性が指摘されており、木村(2017)は自身のメンタルヘルスの問題や、身近な友人の問題を正しく捉えるためにも全学生を対象としたガイダンスや講義を通じた予防的な心理教育が必要であることを示唆していた。

4.6 今後の課題

本研究では女性のみを対象としているため、性差の検討が行われていない。山中ら(2017)の研究では、女子の方が平気な振り得点が有意に高いことが示されており、一方、男子は教師への自律的・依存的援助要請得点が有意に高いことが明らかになっている。また、武蔵・箭本・品田・河村(2012)の研究では大学生が抱える悩みに性差があることが確認されており、精神的訴えや抑うつ傾向、対人不安においては男子よりも女子の方が有意に高いという結果が明らかになっている。これらのことを踏まえ、今後性差が援助要請に及ぼす影響や特徴について研究することで、それぞれの特性に合った援助や生活支援が可能となると考えられた。

また、本研究ではコロナ禍での援助要請行動についての検討はしていない。ニッセイ基礎研究所(2020)によると、受験や就職への悪影響に対する懸念、友人と会えずに距離ができることへの不安、生活リズムへの不適應などを約3割の学生が抱えていることが明らかになっている。このような今まで経験のない困難が押し寄せ、気軽に他者に会うことが控えられる現在において援助要請行動にどのような影響があるのか、援助要請者が置かれておる状況や援助要請の方法、援助者の選択の変化などについて検討していく必要があると考えられた。

白井 志織

引用文献

- 天貝 由美子 (1997). 成人期から老年期に渡る信頼感の発達 教育心理学研究, *45*, 79-86.
- DePaulo, B. M., & Fisher, J. D. (1980). The costs of asking for help. *Basic and Applied Social Psychology*, *7*, 23-35.
- 独立行政法人日本学生支援機構 (2017). 平成 27 年度学生支援の取組状況に関する調査 Retrieved from https://www.jasso.go.jp/about/statistics/torikumi_chosa/_icsFiles/afieldfile/2017/02/14/h27torikumi_chosa.pdf (2020年1月10日)
- 独立行政法人日本学生支援機構 (2020). 平成 30 年度学生生活調査 Retrieved from https://www.jasso.go.jp/about/statistics/gakusei_chosa/_icsFiles/afieldfile/2020/03/16/data18_all.pdf (2021年1月9日)
- 榎本 淳子 (2000). 青年期の友人関係における欲求と感情・活動との関連 教育心理学研究, *48*, 444-453.
- 橋本 剛 (2015). 貢献感と援助要請の関連に及ぼす互恵性規範の増幅効果 社会心理学研究, *31*, 35-45.
- 一般社団法人日本私立大学連盟 (2018). 私立大学学生生活白書 2018 Retrieved from <https://www.shidaioren.or.jp/files/user/4371.pdf> (2020年1月9日)
- 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— 教育心理学研究, *56*, 186-201.
- 木村 真人・梅垣 佑介・水野 治久 (2014). 学生相談機関移管する大学生の援助要請プロセスと関連要因 教育心理学研究, *62*, 173-186.
- 小池 はるか・吉田 俊和 (2017). 共感性と対人的迷惑認知, 迷惑認知の根拠との関連—行為者との関係性による違いの検討— パーソナリティ研究, *15*, 266-275.
- 水野 将樹 (2004). 青年は信頼できる友人との関係をどのように捉えているのか 教育心理学研究, *52*, 170-185.
- 文部科学省 (2014). 学生の中途退学や休学等の状況について Retrieved from https://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/26/10/_icsFiles/afieldfile/2014/10/08/1352425_01.pdf (2020年1月9日)
- 文部科学省 (2020). 令和元年度「全国学生調査（試行実施）」の結果について Retrieved from https://www.mext.go.jp/content/20201022-mxt_koutou01-1422495-5.pdf (2020年1月9日)
- 武蔵 由佳・箭本 佳己・品田 笑子・河村 茂雄 (2012). 大学生における学校生活満足感と精神的健康との関連の検討 カウンセリング研究, *45*, 165-174.
- 永井 智・鈴木 真吾 (2018). 大学生の援助要請意図に対する利益とコストの予期の影響 教育心理学研究, *66*, 150-161.

- ニッセイ基礎研究所 (2020). コロナ禍の10代の不安 Retrieved from <https://www.nli-research.co.jp/report/detail/id=64955?pno=2&site=nli> (2021年1月10日)
- 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, 35-43.
- 高野 明・宇留田 麗 (2002). 援助要請行動から見たサービスとしての学生相談 教育心理学研究, 50, 113-125.
- 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, 72-78.
- 田村 紋女・杉浦 義典 (2017). サイコパシーが向社会的行動と身体的攻撃に与える影響—情動的・認知的共感性による媒介効果— パーソナリティ研究, 26, 38-48.
- 山中 大貴・平石 賢二 (2017). 中学生におけるいやがらせ被害時の友人と教師への援助要請方略の検討—援助要請の性質の違いに着目して— 教育心理学研究, 65, 167-182