

大学生における被援助行動を抑制する要因の検討

美 馬 玉 果

要旨

本研究は、研究1と研究2からなっている。

研究1では、被援助行動を抑制する要因の整理と、アタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連を検討することを目的として、女子大学生247名を対象に質問紙調査を実施した。

被援助行動を抑制する要因については、KJ法によってカテゴリー分類を行ったところ、「効果の懸念」「開示の懸念」「悩みの対象者への配慮や関係性」「相談相手への配慮や関係性」「汚名の懸念」「専門機関に対する抵抗感」「悩みや問題の捉え方」のカテゴリーが抽出された。「悩みの対象者への配慮や関係性」と、「専門機関に対する懸念」のサブカテゴリーである“選択肢にない”，「悩みや問題の捉え方」のサブカテゴリーである“相談困難な内容”“深刻度の低さ”は、先行研究ではあまり注目されておらず、本研究で新たに抽出された。

アタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連では、安定型ととらわれ型は拒絶型と恐れ型より、被援助に対する肯定的態度得点が高く、安定型は他の3タイプより被援助に対する汚名の懸念得点と効果の懸念得点が低く、恐れ型は他の3タイプより被援助に対する汚名の懸念得点と効果の懸念得点が高いことが明らかとなった。

研究2では、アタッチメントの特徴が正反対である安定型と恐れ型が、研究1で被援助志向性の否定的側面を正反対に捉えていたことから、研究1のKJ法で抽出された被援助行動の抑制要因の各カテゴリーにおいても違いがみられるか検討するために、安定型7名、恐れ型5名から協力を得てインタビュー調査を実施した。研究1のKJ法で抽出されたカテゴリーの「開示の懸念」「汚名の懸念」について尋ねた質問では、安定型と恐れ型との間に対照的な傾向がみられた。また、対照的な傾向はみられなかったものの、「相談相手への配慮や関係性」について尋ねた質問では遠慮の質に差異がみられ、「悩みの対象者への配慮や関係性」について尋ねた質問では不安の質に差異がみられ、安定型の自己の価値や他者への信頼感の高い特徴、恐れ型の自己の価値や他者への信頼感の低い特徴が明らかとなった。

1. <研究1>問題と目的

第1節 被援助志向性

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である（永井，2010）。悩みの相談という現象を扱った援助要請研究では、援助要請行動、援助要請意図、被援助志向性、援助要請態度、援助要請意思などの概念がある。援助要請意図と援助要請意思は、援助要請の意思決定過程に相当する。これらは、本田・新井・石隈（2011）によると、①過去に実際に相談した経験を尋ねる援助要請行動、②悩んでいると仮定した場合、あるいは将来悩んだと仮定した場合に、相談するかどうかという意思決定を尋ねる援助要請意図・援助要請意思、③援助を求めることに対する態度を尋ねる援助要請態度の3つに大別できると言われている。

被援助志向性は、「個人が、情緒的、行動的問題及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及び友人・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」（水野・石隈，1999）と定義されている。本田他（2011）は、援助要請意図や意志、態度を区別しないで捉えていると述べているため、本研究では、被援助志向性に焦点を当てることにした。それに伴い、悩みの相談という行動は、一般的には援助要請行動や相談行動と言われているが、本研究では、被援助志向性に焦点を当てるため、被援助志向性に基づく行動を被援助行動と呼ぶことにする。

被援助志向性を測定する尺度として、田村・石隈（2006）によって教師を対象に作成された特性被援助志向性尺度がある。これは「被援助に対する肯定的態度」「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」の2つの下位因子から構成されている。「被援助に対する肯定的態度」は、困難に直面

美馬 玉果

した場合、積極的に他者に援助を求めながら問題解決に努めようとする態度を示しており、「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」は、援助者に対する懸念や抵抗感、他者から援助を受けた後の援助効果に対する懸念が低いことを示している。つまり特性被援助志向性尺度は、援助を要請することへの肯定的・否定的な認知を測定している。

第2節 被援助行動を抑制する要因

特性被援助志向性尺度の否定的な認知を測定している懸念や抵抗感は、「自己の汚名」や「援助者の呼応性と援助効果の懸念」に関する内容で構成されている。しかし、懸念や抵抗感、つまり被援助を抑制する要因は他にも存在している。

例えば、先述の木村・濱野（2010）の調査では「恥ずかしい」「知られたくない」といった羞恥や開示抵抗などの要因が見出されている。また、中学生を対象にスクールカウンセラーに相談しにくい理由を調査した研究（水野、2007）では「遠慮」「相談スキル」「馴染みのなさ」が見出されていた。さらに、幼児を持つ母親を対象に身近な人と専門機関それぞれに対して、子育ての悩みについて相談しにくいところを調査した研究（本田・三鈴・八越・西澤・新井・濱口、2009）では、「自力解決志向」「相手の不在」「相手の情報不足」などといった要因が見出されていた。

以上述べてきた要因は研究対象が多様で研究法が一貫していないため、大学生を対象に被援助行動を抑制する要因を整理していくことが必要であると考えられる。

第3節 アタッチメントと被援助志向性

(1) アタッチメントについて

Bowlby（1973）によると、乳幼児は養育者との継続的な相互作用を通して、他者は自分を受け入れてくれるのか、自分の要求に応答してくれるか、といった他者に対する信念や期待をベースにして、自分は注意を

払ってもらえるだけの価値があるのか、愛されるに値するものであるのか、といった自己への信念や期待を形成させていく。この自己ならびに他者への信念や期待は、内的作業モデルと呼ばれており、内的作業モデルは、その後の人生で出会う他者に対する期待の原型になると考えられている。こうしたメカニズムを通して内的作業モデルは、対人相互作用における様々な側面に影響する。

Hazan & Shaver (1987) は、アタッチメントという概念が青年・成人期においても十分に適用可能であることを示しており、アタッチメント行動は幼児期のみではなく、その後の人生を通して全般的に機能することを示唆している。その後、Bartholomew & Horowitz (1991) によって、成人・青年期においても自己並びに他者への期待や信念という2つのモデルが存在することが示され、それらは自己モデルと他者モデルと呼ばれるようになった。Brennan, Clark & Shaver (1988) は ECR (Experiences in Close Relationships inventory) という尺度を作成しているが、これらは Anxiety (見捨てられ不安：自己の価値性) と Avoidance (親密性回避：他者の利用可能性) の2次元で構成されている。見捨てられ不安は自己モデルに対応しており、自己モデルがポジティブであるということは、アタッチメント対象から見捨てられるかもしれないという不安が低いということを示している。親密性回避は他者モデルに対応しており、他者モデルがポジティブであるということは、愛着対象との親密な関係を回避しないということを示している (中尾・加藤, 2004)。

この2次元に基づいて見捨てられ不安と親密性回避が共に低い「安定型」、見捨てられ不安が低く親密性回避が高い「拒絶型」、見捨てられ不安が高く親密性回避が低い「とらわれ型」、見捨てられ不安と親密性回避が共に高い「恐れ型」の4タイプに分類される。安定型は、他者に援助してもらっただけの価値のある存在として自己を信頼し、他者に対する信頼感も高いタイプである。拒絶型は、人と親密になることに不快感を感じ、

他者に対する信頼感が低いタイプである。とらわれ型は、他者と親密になることを好むが、他者に拒否されることへの不安が強いタイプである。恐れ型は、他者と親密さを求めているが、拒否されることが怖い。結果的に他者と親しくなることを避けるタイプである。

（2）アタッチメントと被援助志向性との関連

乳幼児の援助要請行動を、子ども本人が困ったときに母親などの特定の人物に接近する行動であるという見方をすると、それはアタッチメント行動としても理解でき（本田，2015），アタッチメントは対人相互作用の様々な側面に影響するため援助要請に対しても重要な役割を果たすと考えられている（永井，2017）ことから、アタッチメントと援助要請や被援助志向性について少しずつ関連が見出されてきている。

馬場（2015）は、アタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連を検討しており、「被援助に対する肯定的態度」得点については、安定型ととらわれ型は拒絶型と恐れ型より得点が高く、「被援助に対する懸念や抵抗感」得点については、安定型は他の3タイプより得点が低く、恐れ型はとらわれ型より得点が高かったとされている。このようなアタッチメントの4タイプと被援助志向性の肯定的・否定的側面との関連を検討している研究は、今のところ馬場（2015）しか見当たらず、他の研究ではアタッチメントの2次元から検討されていたり（藤岡・清水，2016）援助要請意図として被援助志向性の肯定的・否定的側面の概念以外で検討されていたり（永井・桑原，2017）と、アタッチメントと援助要請や被援助志向性の関連の検討のされ方は様々である。そのため、アタッチメントの4タイプと被援助志向性の肯定的・否定的側面との関連を検討する知見の蓄積が必要だろう。さらに、どのようなアタッチメントタイプだと被援助に対して懸念や抵抗感が高まるのか検討することにより、被援助行動を抑制する要因をアタッチメントからも明らかにすることが必要だろうと考えられる。

第4節 目的

第2節で述べたように、被援助行動を抑制する要因は、田村・石隈(2006)の被援助に対する懸念や抵抗感以外にも存在していると考えられ、それら抑制要因の現れ方は、研究対象がそれぞれ異なっていたり、研究法が一貫していないため、被援助行動を抑制する要因を整理していくことを本研究の目的1とする。

第3節で述べたように、被援助行動を抑制する要因をアタッチメントからも明らかにすることが必要だろうと考えたため、アタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連を検討することを本研究の目的2とする。

2. <研究1>方法

第1節 調査時期と調査協力者

調査実施期間は、2018年7月下旬から10月初旬で質問紙調査を行った。

調査協力者は都内の大学に通う女子、計300名であった。そのうち280名の回答が得られ（回収率93%）、記入漏れのある37名を除き、最終的に有効回答者は247名（平均19.8歳、標準偏差1.71）であった。

第2節 調査内容

(1) フェイスシート

調査への同意、年齢、学年、学科の回答を求めた。

(2) 対人関係に関する悩みについて

①最も相談しにくいと感じる悩みの選択

提示した対人関係の悩み（「1：友人ができない」「2：先生とうまくいかない」、「3：対人緊張が強い」「4：人間関係が希薄」「5：恋人とうまくいかない」「6：父親と仲が悪い」「7：母親の干渉がひどい」「8：その他」の中から最も相談しにくいと感じる悩みについて選択してもらった。1

美馬 玉果

～3と5～7は鈴木・佐々木・吉村（2002）を、4は高井（2008）を参考に悩みを提示した。

②身近な人への相談しにくさ

身近な人への相談しにくさを「選択した対人関係に関する悩みは、身近な人（家族、恋人、友人など）に相談しにくいですか？あてはまる数字一つに○をつけてください。」と教示し、「1：非常に相談しにくい」「2：かなり相談しにくい」「3：相談しにくい」「4：やや相談しにくい」「5：相談しやすい」の5件法で評定を行った。

③相談しにくいと感じた理由（自由記述）

②で「1：非常に相談しにくい～4：やや相談しにくい」を選択した調査協力者に「相談しにくいと感じたのはなぜですか？理由を3つまで挙げてください」と教示し、A欄B欄C欄を設け自由記述してもらった。さらに、複数回答した調査協力者には「あなたの中で重要視する理由はどれですか？あてはまるアルファベットを（）内に記してください」と教示し、調査協力者にとって重要な理由を選択してもらった。

④専門機関への相談しにくさ

専門機関への相談しにくさを「選択した対人関係に関する悩みは、専門機関（学生相談室や地域の相談室など）に相談しにくいですか？あてはまる数字一つに○をつけてください」と教示し、「1：非常に相談しにくい」「2：かなり相談しにくい」「3：相談しにくい」「4：やや相談しにくい」「5：相談しやすい」の5件法で評定を行った。

⑤相談しにくいと感じた理由（自由記述）

④で「1：非常に相談しにくい～4：やや相談しにくい」を選択した調査協力者に「相談しにくいと感じたのはなぜですか？理由を3つまで挙げてください」と教示し、A欄B欄C欄を設け自由記述してもらった。さらに、複数回答した調査協力者には「あなたの中で重要視する理由はどれですか？あてはまるアルファベットを（）内に記してください」と教示し、調査協力者にとって重要な理由を選択してもらった。

- (4) 特性被援助志向性尺度（田村・石隈，2006）
- (5) 一般他者版成人愛着スタイル尺度 ECR-GO（中尾・加藤，2004）

3. ＜研究1＞結果

第1節 アタッチメントの分類

一般他者版成人愛着スタイル尺度 ECR-GO の下位尺度である見捨てられ不安と親密性回避の下位尺度得点の各平均値（見捨てられ不安： $M=63.66, SD=18.75$ ，親密性回避： $M=45.41, SD=12.50$ ）を基準に低群・高群に分類し，それらを組み合わせてアタッチメントを4タイプに分類した。見捨てられ不安得点と親密性回避得点が共に低い群を“安定型（68名）”，見捨てられ不安得点が低く親密性回避得点が高い群を“拒絶型（55名）”，見捨てられ不安得点が低く親密性回避得点が高い群を“とらわれ型（55名）”，見捨てられ不安得点と親密性回避得点が共に高い群を“恐れ型（69名）”とした。

第2節 相談しにくい理由（自由記述）

最も相談しにくいと感じる対人関係に関する悩みの選択肢の中から選択した悩みについて，身近な人に相談しにくいと感じる理由，専門機関に相談しにくいと感じる理由を自由記述してもらった。それぞれ3つまで回答できたため，2つ以上回答があった場合，その中で調査協力者が最も重要視すると選択した回答を分析対象とした。

分析は KJ 法（川喜多，1970）を用いた。自由記述で得られた回答をカードに書き出し，類似しているもの同士をまとめてグループ化し，そのグループの内容を適当に表すと思われる見出しを作成した。ここまでの作業を筆者が行った後，臨床心理学を専攻する大学院生2名にグループ化についてまとめた資料を基に各記述を評定してもらい，話し合った後，

美馬 玉果

一部のグループ化の修正を行った。その後、筆者含めた3名それぞれで再度評定を行った。評定者間の一致率は、「対人関係に関する悩みを身近な人に相談しにくい理由」が平均89%、「対人関係に関する悩みを専門機関に相談しにくい理由」が平均82%であった。

(1) 対人関係に関する悩みを身近な人に相談しにくい理由

自由記述で得られた回答184件についてKJ法で分析した結果、対人関係の悩みを身近な人に相談しにくい理由を自由記述で得られた回答184件についてKJ法で分析した結果、6つのカテゴリーが抽出された(Table1)。

Table1 対人関係に関する悩みを身近な人に相談しにくい理由

カテゴリー	サブカテゴリー	記述例	アタッチメント別の度数
効果の懸念(42)	呼応性の不安(25)	相手が理解してくれなさそう 自分が非難されそう	
	相談相手の不在(7)	心の相談が出来る人があまりいない 人間関係が希薄なため相談する人がいない	
	期待の低さ(6)	対処法は見つからない 解決できる期待がないから	安定型(5)
	秘密漏洩(3)	他人に話が伝わるのが嫌 噂になるのが嫌	拒絶型(8) とらわれ型(11)
	否定的な経験あり(1)	否定的な事を言われたことがある	恐れ型(18)
開示の懸念(57)	恥ずかしい(31)	話すのが恥ずかしい 自分が友達がいけないということがばれて恥ずかしい	
	開示抵抗(22)	人に言いたくないから 自分をさらけ出すことや弱みを知られるのが苦手	安定型(20)
	自己評価の低下(3)	身近な人だと自分が独りと伝えることに対して悲しくなるから 自分の負の部分を確認することになるから	拒絶型(12) とらわれ型(9)
	考えたくない(1)	あまり考えたくなかったから	恐れ型(16)
	印象保護(4)	相手の印象を悪いものにしたくない 他の人に対象(母)を悪いイメージにさせたくない	安定型(3) 拒絶型(0)
悩みの対象者への配慮や関係性(6)	関係悪化の懸念(2)	相談し話を大きくすることで関係がさらに悪化することを恐れている 相談した人が対象(母)に伝わったら悲しむだろうから	とらわれ型(2) 恐れ型(1)
相談相手への配慮や関係性(32)	遠慮(26)	心配をかけたくない 相手の気持ちをブルーにしてしまう	安定型(5) 拒絶型(11)
	関係悪化の懸念(6)	相談したことで壁を作りたくない 関係がややこしくなる	とらわれ型(9) 恐れ型(7)
汚名の懸念(20)	自己への汚名(20)	親密な人間関係が壊れない人だと思われるのがつらい 友達がいらない人だと思われるのが嫌	安定型(2)拒絶型(3) とらわれ型(7)恐れ型(7)
悩みや問題の捉え方(26)	自分の問題(10)	自分自身の問題だから 自分でどうにかしたい	
	身内の問題(7)	身内のことだから 家庭内でのことだから	
	相談困難な内容(4)	あまり一般的な悩みではなさそうだから 具体的にないから	
	深刻度の低さ(3)	たいした悩みではないから 人に言うこともないと思ったから	安定型(6) 拒絶型(7)
	関係ない人たちの問題(1)	家族や友人に関係ない人たちの問題であったため	とらわれ型(5)
	ネガティブなイメージ(1)	ネガティブなイメージだから	恐れ型(9)
	その他(1)	すでに対応が第三者によってとられていた	とらわれ型(1)

カッコ内は度数

(2) 対人関係に関する悩みを専門機関に相談しにくい理由

自由記述で得られた回答 144 件について KJ 法で分析した結果、7 つのカテゴリーが抽出された (Table2)。

Table2 対人関係に関する悩みを専門機関に相談しにくい理由

カテゴリー	サブカテゴリー	記述例	アタッチメント別の度数
効果の懸念 (32)	期待の低さ (11)	役に立つと思えない 言ったところでどうにもならなさそうだから	
	呼应性の不安 (11)	ちゃんと聞いてくれなさそう そんな話どうでもいいと思われるのが怖い	
	相手の情報不足 (6)	私の人間関係を知らないから 自分のことをよく知らない人だから	安定型 (10) 拒絶型 (6)
	秘密漏洩 (4)	内容と人をばらすから 秘密性に疑問が残る	とらわれ型 (6) 恐れ型 (10)
	開示抵抗 (30)	他人に知られたくない 人に自分のことを打ち明けるのに抵抗がある	
開示の懸念 (43)	恥ずかしい (10)	知らない人に相談するのは恥ずかしい 恥ずかしいから	安定型 (10) 拒絶型 (13)
	自己評価の低下 (2)	話すことで自分が惨めに思える 悩みを抱えている自分が恥ずかしいと思うため	とらわれ型 (7) 恐れ型 (13)
	コンプレックス懸念 (1)	話すことで自分の悩みをコンプレックスにしてしまいそう	
	印象保護 (3)	家族のことはあまり話したくない悪いイメージにさせたくない 対象 (家族) のことで相談するのは対象に悪い気がする	安定型 (0) 拒絶型 (0) とらわれ型 (2) 恐れ型 (1)
	相談相手への配慮 (1)	遠慮 (1)	恐れ型 (1)
汚名の懸念 (8)	自己への汚名 (8)	専門機関にいくほど悩んでいると思われたくない 自分に友達がいらない。かわいそうだと思う	安定型 (3) 拒絶型 (0) とらわれ型 (1) 恐れ型 (4)
専門機関に対する懸念 (30)	相談室への抵抗感 (14)	相談室に行くことに抵抗がある 入り辛い	
	面倒 (9)	専門機関にコンタクトをとるのが面倒くさい そこに行ったりするのが面倒くさい	
	選択肢にない (4)	専門機関に相談しようと思ったことがまずない 外部に相談しようとは思わない	安定型 (8) 拒絶型 (11)
	応答や説明の懸念 (3)	たくさんのことを説明しないといけないから 具体的な内容を聞かれそうだから	とらわれ型 (7) 恐れ型 (4)
	悩みや問題の捉え方 (27)	深刻度の低さ (15)	
		そこまで深刻ではない 専門機関にいくほどではない	
		自分の問題 (4)	
		個人的な問題のような気がするから 頑張って自己解決する	
		身内の問題 (3)	
		家庭内のことは少し相談し辛い 自分の家族の話をべらべらするのは...	
		相談困難な内容 (3)	
		中傷されていることが特殊 本当に悪いことなのかわからないから	安定型 (6) 拒絶型 (3)
		人それぞれ (1)	
		人によって状況や関係が異なるから	とらわれ型 (8) 恐れ型 (10)
		時間の経過 (1)	
		時間の経過に伴って悩みも薄れていくだろうから	

カッコ内は度数

第3節 アタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連

アタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連を検討するため、アタッチメントの4タイプを独立変数、特性被援助志向性尺度の下位尺度得点を従属変数とした一要因の分散分析を行った（Table3）。

Table3 アタッチメントの4タイプと特性被援助志向性下位尺度得点

	1.安定型 68 <i>M(SD)</i>	2.拒絶型 55 <i>M(SD)</i>	3.とらわれ型 55 <i>M(SD)</i>	4.恐れ型 69 <i>M(SD)</i>	<i>F</i> 値	多重比較
被援助に対する肯定的態度	24.11(3.22)	20.67(4.50)	25.05(3.19)	21.85(4.24)	16.02 ***	1・3>2・4*
被援助に対する汚名の懸念	3.66(1.86)	5.65(2.16)	5.20(2.19)	6.96(1.95)	30.53 ***	1・2・3<4* 1<2・3・4*
被援助に対する効果の懸念	10.99(2.80)	13.80(3.40)	14.20(3.12)	16.45(3.92)	30.64 ***	1・2・3<4* 1<2・3・4*

* $p<.05$, *** $p<.001$

その結果、被援助に対する肯定的態度得点でアタッチメントの4タイプ間での主効果が有意であった（ $F(3, 243) = 16.01, p < .001$ ）。Tukeyの多重比較の結果、安定型ととらわれ型は拒絶型と恐れ型より有意に得点が高かった。被援助に対する汚名の懸念得点でアタッチメントの4タイプ間での主効果が有意であった（ $F(3, 243) = 30.53, p < .001$ ）。Tukeyの多重比較の結果、恐れ型は他の3タイプより有意に得点が高く、安定型は他の3タイプより有意に得点が低かった。被援助に対する効果の懸念得点でアタッチメントの4タイプ間での主効果が有意であった（ $F(3, 243) = 30.64, p < .001$ ）。Tukeyの多重比較の結果、恐れ型は他の3タイプより有意に得点が高く、安定型は他の3タイプより有意に得点が低かった。

4. <研究1>考察

第1節 相談しにくい理由

対人関係に関する悩みを身近な人に相談しにくい理由（以下“**A 領域**”と示す）、対人関係に関する悩みを専門機関に相談しにくい理由（以下“**B 領域**”）、の各領域について KJ 法で分析した。また、Table4 は、本研究から得られたサブカテゴリーと日本における先行研究の被援助志向性及び類似概念の対応を示したものである。

「効果の懸念」「開示の懸念」「相談相手への配慮や関係性」「汚名の懸念」「専門機関に対する抵抗感」「悩みや問題の捉え方」のカテゴリーは、これまでの被援助志向性や類似した概念を検討したあらゆる先行研究と対応した概念と同様と考えられるものであった。先行研究で抽出された要因は、注目される要因が一部のみであったり、研究対象が多様で一貫していなかったため、本研究では、これまで先行研究によって部分的に取り上げられてきた要因のほとんどを、大学生を対象とした調査から抽出できている。

「悩みの対象者への配慮や関係性」のカテゴリーは先行研究で注目されていることがなく、本研究において初めて1つのカテゴリーとして抽出された。このカテゴリーが示しているように、悩みの対象者に対する印象を保とうとしたり、今後の関係悪化を懸念し相談に至らない可能性は十分あるため被援助行動を抑制する要因として重要であると考えられる。

さらに、「専門機関に対する懸念」のサブカテゴリーである“選択肢がない”、「悩みや問題の捉え方」のサブカテゴリーである“相談困難な内容”“深刻度の低さ”も、先行研究で注目されていなかったが、悩みの種類に拘らず抽出されていたため、被援助行動を抑制する要因として十分に検討すべき概念であり、これらの概念も抑制要因の1つとして今後扱っていく必要があるだろう。

Table4 サブカテゴリーと先行研究の被援助志向性及び類似概念の対応

[illegible]

第2節 アタッチメントの4タイプと被援助志向性

被援助に対する肯定的態度については、安定型ととらわれ型は、拒絶型と恐れ型より有意に得点が高かった。これはアタッチメントの4タイプと被援助志向性との関連を検討した馬場（2015）と一致する結果が得られた。安定型ととらわれ型は親密性回避が低いタイプで安定型は自己を信頼しており、支援への期待が高いため、得点が高くなったと考えられる。また、とらわれ型は、過度の他者からの承認欲求があり誇張して不安を表現することによりサポートを求めようとする（丹羽, 2003）ため、得点が高くなったと考えられる。反対に、拒絶型と恐れ型は親密性回避が高いタイプであるため、馬場（2015）も言うように他者に援助を求めることに消極的であり、支援への期待も低いため被援助に対する得点が低くなったと考えられる。

被援助に対する汚名の懸念と被援助に対する効果の懸念に関しては、恐れ型は他の3タイプより有意に得点が高く、安定型は他の3タイプより有意に得点が低かった。安定型が他の3タイプより得点が低くなったことは馬場（2015）と一致する結果が得られた。安定型は、他者に援助してもらえだけの価値のある存在として自己を信頼し、他者に対する信頼感も高いため他の3タイプより得点が低くなったと考えられる。さらに、被援助に対する汚名の懸念と被援助に対する効果の懸念に関して、馬場（2015）の調査で、恐れ型の得点が有意に高くなったのは、安定型ととらわれ型との比較のみであったが、本研究では、拒絶型との比較でも恐れ型の方が有意に得点が高くなっており、これは、拒絶型と恐れ型の見捨てられ不安の高さの違いが関係していると考えられる。恐れ型は、見捨てられ不安と親密性回避が高いタイプで、相手からの応答が得られないという懸念があるうえ、応答を受けられないことでさらに自己の価値が低められることを恐れている（藤岡・清水, 2016）。それに比べ拒絶型は、見捨てられ不安が低く自己の価値を低められる恐れは感じていない。そのため、相手からの応答性と自己の価値性の両方を懸念している

恐れ型の方が拒絶型より得点が高くなったと考えられる。

被援助に対する汚名の懸念と被援助に対する効果の懸念、つまり被援助志向性の否定的側面の捉え方は、見捨てられ不安と親密性回避が共に低い安定型と、見捨てられ不安と親密性回避が共に高い恐れ型で正反対であった。恐れ型が、被援助に対する汚名の懸念と効果の懸念の得点が高かったため、“アタッチメントタイプが恐れ型である”ということが被援助行動を抑制すると言えると考えられる。

5. ＜研究2＞問題と目的

研究1より被援助志向性の否定的側面の捉え方が安定型と恐れ型で正反対の傾向を示すことを踏まえて、KJ法により抽出された被援助行動を抑制する要因においても、安定型と恐れ型で捉え方が異なるのかを検討するためにインタビュー調査を行った。アタッチメントは、全く知らない専門機関の人よりも身近な他者との間で活性化されるため、対人関係に関する悩みを身近な人に相談しにくい理由の領域に絞ることとする。

6. ＜研究2＞方法

第1節 調査時期と調査協力者

調査実施期間は、2018年11月下旬から12月上旬であった。研究1の質問紙調査に協力し、インタビュー調査に協力する意志がありメールアドレスを記入していた学生34名のうちの12名（アタッチメントスタイル：安定型が7名、恐れ型が5名）を対象とした。

第2節 調査手続き

調査は、一対一の半構造化面接によって実施した。回数は各1回、時間は20分程度であった。

第3節 インタビュー内容

質問① 「開示の懸念」

悩みを身近な人に打ち明けることについて心配な気持ちや嫌だなという気持ち、恥ずかしい気持ち、心の内を打ち明けたくない気持ちはありますか？

質問② 「効果の懸念」

悩みを相談しても解決しないだろうという思いはありますか？

質問③ 「相談相手への配慮や関係性」

悩みを相談する際に相談相手に遠慮したり、今後の相談相手との関係について不安になる点はありますか？

質問④ 「悩みの対象者への配慮や関係性」

悩みを相談する際に悩んでいる対象者に遠慮したり、今後その相手との関係について不安になる点はありますか？

質問⑤ 「汚名の懸念」

悩みを相談する際に、その相手や周りの人たちからどう思われるか気になりますか？

7. <研究2>結果と考察

質問①の応答について

この質問は、研究1のKJ法（Table1）で抽出された「開示の懸念」について聞くために用いた。この質問では、安定型の7名中5名が「悩みを打ち明けることについて抵抗や懸念がない」と応答したのに対して、

美馬 玉果

恐れ型の5名中4名が「悩みを打ち明けることについて抵抗や懸念がある」と応答しており、安定型と恐れ型との間に対照的な傾向がみられた。

安定型の者にその理由を尋ねたところ、「自分のことをこういう人間だと認識している相手だから」「相談するくらいの人って、私を見る目が変わっていると思っていないから」といった相談することに肯定的な内容の応答であり、安定型の他者への信頼感が高い特徴が示された。それに対して、恐れ型の者に理由を尋ねたところ、「こんな悩みを持っていると思われるのが嫌」「恥ずかしいし、なんだか嫌。広まるのも嫌」といった相談することに否定的な内容で、自己の価値が低められる恐れと他者への信頼感が低い特徴が示された。恐れ型の者は、他者は自分を受け入れてくれるのか、適切に応答してくれるのかといった期待が低いいため、悩みを打ち明けることに対して抵抗や懸念を感じているのだろう。

質問②の応答について

この質問は、研究1のKJ法（Table1）で抽出された「効果の懸念」について聞くために用いた。この質問では、安定型と恐れ型との間に、対照的な傾向はみられなかった。

安定型と恐れ型のほとんどの調査協力者（12名中11名）が、悩みを相談する際は、解決よりも話を聞いてもらいたいという気持ちの方が大きいということが示された。解決の期待は低いものの、相談することで気持ちが楽になったり他の意見が聞けるなどと、相談自体に意味があると感じているのである。このように恐れ型の者も相談自体を肯定的に捉えていたことは、研究1において、他のアタッチメントの3タイプより被援助に対する肯定的態度得点が低く、被援助に対する効果の懸念得点が高かったことと一致していなかった。恐れ型は、実際には相談出来なかったり、被援助に対して否定的に捉えている部分もあるが、話を聞いてほしいという思いはある。ここでも相手に頼りたい気持ちがあるが、人に頼ることは苦手（加藤，1998）という恐れ型のアンビバレントな特

徴が示されたと考えられる。

質問③の応答について

この質問は、研究1のKJ法（Table1）で抽出された「相談相手への遠慮や関係性」について聞くために用いた。この質問では、安定型と恐れ型との間に、対照的な傾向はみられなかったが、遠慮の内容を尋ねたところ、応答の差異がみられた。

「遠慮する」と応答したのは安定型で7名中5名、恐れ型で5名中4名と、共に調査協力者の多くが遠慮を感じていたものの、遠慮の質が異なっていた。安定型の者は物理的な遠慮（物理的負担をかけないようにするという遠慮）や適切な相談相手の選択（誰に対しても何でも平気で相談するわけではないという意味での遠慮）といった内容であったのに対して、恐れ型の者は相手の気持ちに対する遠慮であった。安定型の者は、相手の時間や労力といったところで遠慮しており、相手の気持ちに対する遠慮を示す応答はみられなかった。これは、安定型の特徴である自分は援助してもらえるだけの価値のある存在であるという自己の価値の高さが示されたと考えられる。また、安定型の対人関係は関係の質や満足度が高く、サポート的な関係である（金政、2003）ため、サポート源が多く、適切な相談相手を選択出来るのではないかと考えられる。反対に、恐れ型の者は、相手の気持ちに対する遠慮を感じている傾向がみられており、これは恐れ型の特徴である自分は援助してもらえるだけの価値のある存在ではないという自己の価値の低さが示されたと考えられる。

質問④の応答について

この質問は、研究1のKJ法（Table1）で抽出された「悩みの対象者への配慮や関係性」について聞くために用いた。この質問では、安定型と恐れ型との間に、対照的な傾向はみられなかったが、関係について不安になる理由を尋ねたところ、応答の差異がみられた。

関係の部分で不安になる理由の応答において、安定型の者は「誰かに相談することでその悩みの対象者をより意識してしまう」といった自ら悩みの対象者との間に距離を置いてしまうことへの不安であったのに対して、恐れ型の者は「軽蔑されたり離れられるのが嫌」「悩みの対象者に伝わりそう」といった悩みの対象者から距離をとられる不安であり、応答の差異がみられた。安定型の者も不安を感じることがあるものの、恐れ型の者のように悩みの対象者に話が伝わった後悩みの対象者が自分から離れていく、つまり相手から距離をとられる不安を示す傾向はみられなかった。恐れ型の者が示す、相手から距離をとられる不安は、見捨てられ不安の高さがあらわれたのではないかと考えられる。

質問⑤の応答について

この質問は、研究1のKJ法（Table1）で抽出された「汚名の懸念」について聞くために用いた。この質問では、安定型の7名中5名が「どう思われるか気にならない」と応答したのに対して、恐れ型の5名中4名が「どう思われるか気になる」と応答しており、安定型と恐れ型との間に対照的な傾向がみられた。

安定型の者の「どう思われるか気にならない」と応答していた理由は、「信頼しているし逆に自分が相談を受けたとしても相手を判断することが自分にはないから」「みんな同じような悩みを持っているだろうから」といった安心感や信頼感を示す内容であった。安定型の者の多くが示した「どう思われるか気にならない」という応答は、人の反応を肯定的に捉え、自分を否定しているとか蔑んでいるなどと誤解することはなく、そもそも人がどういう反応をするかという事にあまり左右されないという岡田（2016）の指摘に合致していると考えられる。

恐れ型の者の「どう思われるか気になる」と応答した理由は、「関係性が悪いと思われたくない」「そういう考えをする人だと思われるのが気になる」といった相手にネガティブな感情や発想をもたらすことを気にす

るという内容であった。これは研究1で、被援助に対する汚名の懸念得点が他のアタッチメントの3タイプより得点が高くなったことと一致していると言えるだろう。恐れ型は、見捨てられる不安や他者からの評価を気にし、親密になりたいと思いながらも距離を取ってしまう（鈴木・清水, 2017）特徴があり、悩みを相談した際、自己が脅かされる恐怖を感じているため、どう思われるかが気になってしまうと考えられる。

8. 今後の課題

被援助行動を抑制する要因を自由記述から整理したところ、「効果の懸念」「開示の懸念」「悩みの対象者への配慮や関係性」「相談相手への配慮や関係性」「汚名の懸念」「専門機関に対する抵抗感」「悩みや問題の捉え方」のカテゴリーが抽出された。中でも、「効果の懸念」「開示の懸念」「相談相手への配慮や関係性」「悩みや問題の捉え方」は、相談相手や悩みの種類に拘らず、本研究で設置した領域全てにおいて抽出されていた。田村・石隈（2006）での否定的側面の要因は「援助効果や呼応性の不安」「自己への汚名」しか含まれていなかったが、以上の要因を含んだ被援助志向性の否定的側面を測る尺度の作成が必要だと考えられる。研究1で抽出された被援助行動を抑制する要因は、Table4に示したようなこれまでの先行研究で部分的に取り上げられていた抑制要因を網羅出来ているだけでなく、これまで捉えられなかった「悩みの対象者への配慮や関係性」という要因が加わっている。今後はこれらの抽出された要因が、援助要請や被援助志向性の領域で扱われる様々な変数と関連が示されるか、大学生以外の調査対象者にも適用可能かなど、量的な研究方法を用いて実証的に検証することが望まれる。

次に、臨床場面において、研究1で抽出された7つの概念を心理臨床家が把握しておくことで、援助者として、近年増加している悩みがあっ

でも相談できない人に対して、どのような背景があるのかの理解を得やすいと考えられる。実際の生活の中では、他者に助けを求めたとしても、期待通りの援助が得られず、否定的な結果が生じる場合や、他人に頼ってしまったことへの申し訳なさから、自尊感情が傷つくといった事態も生じるだろう。本田・新井（2008）は、「援助を提供されたときやその後に行われる、提供された援助が自分自身に与えた影響に対する認知的評価」である援助評価に注目し、中学生を対象に調査を行ったところ、学校適応に影響するのは、実際に援助要請を行ったかどうかではなく、援助要請後に提供された援助への援助評価であった。つまり、援助に対するポジティブ評価が高い場合に学校適応は改善され、逆にネガティブ評価が高い場合には、学校適応が悪化していたのである。このように、援助要請が望ましい結果に繋がるためには、援助者から適切な援助が提供される必要がある（水野，2017）。抑制要因の理解があるか否かで、相談意図の低い来談者とのラポール形成やその後の二者関係は大きく異なってくると考えられるため、援助者が適切な援助を行うためにも、抑制要因について幅広く把握しておく必要があるだろう。

最後に、アタッチメントが恐れ型であると、被援助行動を抑制することが示唆された。恐れ型は他のアタッチメントの3タイプより、被援助志向性の否定的側面を高く認知し、インタビュー調査においても、相談したいと思うが相談出来ないといった、自己の価値の低さと他者への信頼感の低さから、援助を求めることにアンビバレントな感情を抱いていた。愛着障害の克服について岡田（2016）は、新たな安全基地となる第三者との関りが不可欠であることと、傷ついた体験を語りつくすということを挙げている。援助場面において、援助要請者が安心の拠り所、心の支えとなる場を援助者が提供し、語りを共感しながら受け止めることで、次第に克服へと繋がるのではないかと考えられる。上述したように援助に対するポジティブ評価を高めることで、恐れ型の被援助志向性の否定的側面を高く認知する傾向は変化するのではないかと考えられる。

文献

- 馬場康宏 (2015). 青年期の愛着スタイルと被援助志向性 東京成徳短期大学紀要, **48**, 47-54.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**, 226-244.
- Bowlby, J.(1973). *Attachment and loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Brennan,K.A.,Clark,C.L.,&Shaver,P.R.(1988). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J.A.Simpson,&W. SRholes.(Eds), *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford.pp.46-76.
- 藤岡真紀・清水寿代 (2016). 乳幼児をもつ母親の被援助志向性に影響を与える要因の検討 幼児教育研究年報, **38**, 51-58.
- Hazan, C., & Shaver, P. R.(1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 511-524.
- 本田真大 (2015). 幼児期, 児童期, 青年期の援助要請研究における発達の観点の展望と課題 北海道教育大学紀要, **65** (2), 45-54.
- 本田真大・新井耕二郎 (2008). 中学生の悩みの経験, 援助要請行動, 援助評価が学校適応に与える影響 学校心理学研究, **8**, 49-58.
- 本田真大・新井耕二郎・石隈利紀 (2011). 中学生の友人, 教師, 家族に対する被援助志向性尺度の作成 カウンセリング研究, **44**, 254-263.
- 本田真大・三鈷泰代・八越忍・西澤千枝美・新井耕二郎・濱口佳和 (2009). 幼児を持つ母親の子育ての悩みに関する被援助志向性の探索的検討—身近な他者と専門機関に相談しにくい理由の分析— つくば大学心理学研究, **38**, 89-96.
- 金政祐司 (2003). 成人愛着スタイル研究の概観と今後の展望 —現在, 成人の愛着スタイル研究が内包する問題とは— 対人社会心理学研究, **3**, 73-84.
- 加藤和生 (1998). Bartholomew らの4分類愛着スタイル尺度 (RQ) の日本語版作成 認知・体験過程研究, **7**, 41-50.
- 川喜田二郎 (1970). 続・発想法 KJ法の展開と応用 中公新書.
- 木村真人・濱野晋吾 (2010). いじめ被害における援助要請行動を抑制する要因の探索的検討 東京成徳短期大学紀要, **43**, 1-12.
- 木村真人・水野治久 (2004). 大学生の被援助志向性と心理的変数との関連について—学生相談・友人・家族に焦点をあてて— カウンセリング研究, **37**, 260-269.

美馬 玉果

- 水野治久（2007）. 中学生が援助を求める時の意識・態度に応じた援助サービスシステムの開発 平成16年度～18年度科学研究費補助金（基礎研究（c）（1））研究成果報告書 16530423.
- 水野治久（監修）（2017）. 援助要請と被援助志向性の心理学 困っていても助けを求められない人の理解と援助 金子書房.
- 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.
- 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の規定因— 教育心理学研究，**58**，46-56.
- 永井智（2017）. 援助要請スタイルと愛着及び適切な援助要請行動の関連の検討 立正大学心理学研究所紀要，**15**，25-31.
- 永井智・新井邦二郎（2010）. 相談行動の利益・コスト尺度改訂版の作成 筑波大学心理学研究，**35**，49-55.
- 永井智・桑原千明（2017）. 愛着が大学生の友人に対する援助要請意図に与える影響の検討 学校メンタルヘルス，**20**（1），58-67.
- 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.
- 中岡千幸・兄玉憲一（2011）. 大学生の心理カウンセリングに対する援助要請不安尺度と援助要請期待尺度の作成 心理臨床学研究，**29**，**4**，486-491.
- 中尾達馬・加藤和生（2004）. “一般他者”を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討 九州大学心理学研究，**5**，19-27.
- 丹羽智美（2003）. 青年期の親への愛着によるソーシャルサポート，サポート希求の差異とそのバランスの検討—父親，母親，友人に焦点をあてて— 名古屋大学紀要教育人間発達研究，**50**，279-284.
- 岡田尊司（2016）. 愛着障害 子ども時代を引きずる人々 光文社.
- 鈴木乙史・佐々木正宏・吉村順子（編著）（2002）. 女子大生がカウンセリングを求めるとき：こころのキャンパスガイド ミネルヴァ書房.
- 鈴木榛南子・清水裕（2017）. 大学生の友人への相談行動意図を規定する要因—愛着スタイルによる差異の検討— 昭和女子大学大学院紀要，**19**，45-58.
- 高井範子（2008）. 青年期における人間関係の悩みに関する検討 太成学院大学紀要，**10**，85-95.
- 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**，75-89.
- 兪善英・松井豊（2013）. 親しい他者に対するストレス開示抑制態度が精神的健康へ及ぼす影響 筑波大学心理学研究，**46**，57-67.