

女子体育大学生の援助要請行動に関する研究： ソーシャルサポートおよび被援助志向性の観点から

A Study of Help-Seeking Behavior of Female Students in Woman's College of Physical Education: From the Viewpoint of Social Support and Help-Seeking Preferences

キーワード：援助要請、知覚されたソーシャルサポート、被援助に対する肯定的態度、
被援助に対する抵抗感

田島 真沙美

TAJIMA Masami

Abstract

This study targets female physical education college students, and conducts the questioner survey aiming to investigate the relation among help-seeking behavior, social support, and help-seeking preferences. Results shows that the relation between social support and help-seeking behavior for friend and family is found. Especially, the importance of family support is recognized. Help-seeking behavior for friend is positively related with active attitude for help. On the contrary, possibility has been suggested that low resistance against help is regarded as suppression variable about help-seeking behavior for family. While students with help-seeking for teacher feel receiving social support from teacher, students with help-seeking for counselor acknowledge receiving social support from family and teacher. Students with help-seeking for teacher have positive attitude toward help. On the other hand, it is confirmed that students with help-seeking for counselor feel resistance against help.

問題と目的

2017年度の高等学校卒業者の大学・短大への進学率は54.7%、高等教育機関全体での進学率は76.2%に達し(文部科学省, 2017)、学生の質が多様化し、対応の難しい学生が増加してきている。特に学力や意欲の低下、対人関係の未熟さ、希薄さなどといった特徴とともに、不登校やひきこもり、進路をなかなか決定できないという現象も目立っている(小貫・吉田・田畑, 2008)。槇野(2007)は、大学生の学

生相談数の増加、休学・留年件数が増加傾向にあることを示している。このような学生の不適応が増加する状況においては、より一層の学生支援の充実が求められると同時に、課題も指摘されている。

全国の大学・短大等を対象とした調査によれば、全体の85.9%の大学が、「悩みを抱えながら相談に来ない学生への対応」を学生相談における特に必要性の高い課題として回答している(独立行政法人日本学生支援機構, 2014)。自力では解決できない問題に直面した際に他者に援助を求めることは、相互独

立的で健全な人間関係を築き、ストレスを乗り越え人生の質を高めるうえで重要であるといえる(太田, 2005など)。Van Brunt (2008) は、社会的・情緒的問題をもつ学生はドロップアウト率が高いこと、カウンセリングを受けた学生はそうでない学生よりも在籍継続率が高いこと、カウンセリングは学生が自身の抱える困難に取り組むことや大学を継続するのを援助することを指摘している。

このように学生への援助や支援は効果が期待できると考えられる一方で、必要な学生に必要な援助が提供されていないという事実もある。木村(2017)は、この課題は学生相談のみの課題ではなく、大学全体の問題であり、援助を必要としながらも求めない、あるいは求めることのできない学生の心理や行動を理解し、大学全体がどのように対応・支援していくかを明らかにする必要性を述べている。

これまで、この課題に対しては援助要請の観点から研究が進められてきている(水野・石隈, 1999)。「個人が問題状況に遭遇し、自分で問題を解決できないとき、他者に援助を求めること」を援助要請行動という(DePaulo, 1983)。この援助要請行動の関連要因としては、①問題の深刻度、心理的変数などの「個人要因」、②キャンパス風土やネットワーク変数などの「コミュニティ要因」、③学生相談の利用しやすさや充実度などの「学生相談機関要因」の3つが挙げられる(木村, 2017)。

「個人が、情緒的、行動的問題およ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および友人・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」のことを被援助志向性と呼ぶが(水野・石隈, 1999)、この個人の被援助志向性と援助要請行動とは関連があることが示されている。中学校教師を対象とした田村・石隈(2001, 2006)の研究においては、被援助志向性のうち「援助への欲求と態度」が高い教師は援助要請を行う可能性も高く、それだけソーシャルサポートを得やすくなり、バーンアウトも低下するとしている。一方で、そこには男女差が存在し、ソーシャルサポートが得られない場合は、情緒的消耗感が高

くなることを示唆している。

また、雨宮・松田(2015)は、大学生を対象に援助要請行動に被援助志向性、ソーシャルサポート、その他の心理的変数が及ぼす影響を検討し、被援助志向性は友人および家族への援助要請行動に対して正の影響が認められたものの、その影響は弱いことを指摘している。一方で、友人および家族のソーシャルサポートは、いずれも援助要請行動に強い正の影響を及ぼしていることを明らかにしている。

以上のことから、個人の被援助志向性と援助要請行動との関連は認められると推測されるものの、それだけでは十分ではなく、ソーシャルサポートの影響も検討することが必要であると考えられる。

ソーシャルサポートとは、「家族や友人、隣人など、ある個人を取り巻く様々な人々からの有形・無形の援助」を指す(Caplan, 1974)。これまでにソーシャルサポートが健康状態やストレス、適応状態にどのような影響を与えるかという研究が数多くなされてきており(嶋, 1992など)、その効果はストレスの種類、サポートの種類、サポート源、被験者の特性など様々な要因によって異なると考えられる。

また、水野(2017)は、友人などインフォーマルな援助者の場合は、援助要請・被援助志向性は、ソーシャルサポートと近い概念であるとし、ソーシャルサポートの中で利用可能性を問う知覚されたサポート(福岡, 2007)は、インフォーマルなサポート資源に対する援助を前提にしている可能性を示している。片受・大貫(2014)の大学生を対象とした調査においては、ソーシャルサポートと援助要請スキルに有意な相関関係が認められている。

さらに、水野(2017)は、日本では豪州や米国と異なり、友人などインフォーマルなサポート資源に対する援助要請も検討されており、身近な人からの援助と、専門家、周囲の人に助けを求める行動の両方を検討することにより、身近な人からのサポートが専門家への援助要請につながるプロセスを把握できると述べている。

このような援助要請の研究については、大学生を対象としたものも近年多くみられるようになってきているが(木村, 2017など)、スポーツや体育を専門とす

る学生を対象とした研究はあまり見受けられない。思春期から青年期の大半を競技者として過ごす学生は、精神健康度の調査などでも、一般学生と比較して健康度が高いことが示されているが、一旦悩みを抱えると深刻なものになることが指摘されている(鈴木, 2004)。大学運動部員の男女を対象とした奥田・竹之内(2006)の研究では、友人が最も重要なソーシャルサポート源であること、学生相談室への援助不安は高いものの、悩みが深刻であれば相談室利用の意志が強まることを示唆している。

筆者は本学において学生相談を担当しており、悩みを抱え自主的に来談する学生がいる一方で、支援が必要との判断から教職員が勧めても来談に至らない学生、またその必要性を教職員が把握することが難しい学生も少なくないことを感じる。必要な学生に適切な支援を提供するためには、女子体育大学という環境で大学生活を送る学生の実態を把握することが必要不可欠であると考ええる。

そこで本研究では、女子体育大学生を対象として、質問紙調査を実施し、以下の仮説を検証しうえて、他者への援助要請行動に関連する要因および、その特徴を明らかにすることを目的とする。なお、本研究においては、前述の援助要請行動の関連要因のうち、「個人要因」の心理的変数として被援助志向性、「コミュニティ要因」のネットワーク変数としてソーシャルサポートを取り上げることとする。また、サポート源としては、大学生にとって身近な存在である友人、家族、教員を、援助要請行動の対象としては、これに加え、カウンセラーなどの専門家を取り上げることとする。

仮説①：知覚されたソーシャルサポートの高さは援助要請行動を促進する要因になる。

仮説②：被援助志向性の高さは援助要請行動を促進する要因になる。

方法

女子体育大学体育学部の3年生244名を対象とし、2017年1月に以下の尺度から構成される無記名式質

問紙調査を実施した。調査は、大学の講義終了後に同意を得られた者を対象として集団形式で行った。なお、本研究は、本学研究倫理審査委員会の審査を経ており、調査の実施にあたっては、授業等の評価に影響することはないこと、結果は統計的に処理されるため個人が特定されることはないこと、調査への回答は任意であること、研究結果を紀要等で発表すること、回答の拒否によって不利益を被ることはないこと、を文書で提示することに加え、口頭でも説明しうえて、協力を求めた。

調査内容

① ソーシャルサポート尺度

福岡(1997)の作成した、なぐさめやはげまし、愚痴を聞く、相談にのるなどのサポート行動からなる尺度で、サポートの「入手可能性」「提供可能性」および実際の「入手量」「提供量」を測定する(福岡, 1999)。本研究においては、知覚されたソーシャルサポートを測定するため、「入手可能性」についてのみ用いた。本尺度は、一定の信頼性および妥当性が確認されている。先行研究では友人のみをサポート源として調査しているが、本研究においては友人に加え、家族、教員をサポート源とし、「現在、親しい友人」(以下「友人」)「家族」「現在、身近な大学の先生」(以下「教員」と提示した。それぞれ9項目(「落ち込んでいるときに、元気づけてくれる」「困ったことがあったとき、相談にのってくれる」「気晴らしになるようなことを一緒にしてくれる」など)、計27項目、5件法(まったくあてはまらない～よくあてはまる)。順に1点から5点として得点化を行い、項目平均値を尺度得点とした。得点が高いほどソーシャルサポートの入手可能性を高く知覚していることを意味する。なお、本調査での α 係数はいずれも.90以上であった(友人： α =.919, 家族： α =.956, 教員： α =.959)。

② 被援助志向性尺度

田村・石隈(2006)が教師を対象として作成した「自分で解決するには困難な状況に直面したときの他者に援助を求める態度」を測定する「特性被援助志向性尺度」を用いた。本尺度は一定の信頼性および妥

当性が確認されている。「普段の生活の中で、自分で解決するには困難な状況において他者に援助を求める態度」を想定しているため、より安定した個人内特性の測定が可能である(雨宮・松田, 2015)。先行研究では教師を対象としているため、「学校教育サービスの3領域において、普段の指導・援助サービスの中で」と限定されているが、本研究では大学生を対象としているため削除した。また大学生を対象として本尺度の調査を実施している雨宮・松田(2015)同様、「教師としての役割を十分に果たすために」という記述は「自分の役割を十分に果たすために」と変更した。

「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」(以下「抵抗感の低さ」、7項目「援助者は自分の抱えている問題を理解してくれないだろう(逆転項目)」「他者に援助を求めると、自分が弱い人間と思われそうである(逆転項目)」など)と「被援助に対する肯定的態度」(以下「肯定的態度」、6項目「問題解決のために、他者からの適切な助言が欲しいと思う方である」「困難に直面するたびに、まわりの人に助けられながら、問題を解決していく方である」など)の計13項目、5件法(まったくあてはまらない～よくあてはまる)。順に1点から5点として得点化を行い、項目平均値を尺度得点とした。「抵抗感の低さ」は、得点が高いほど援助を求める際や被援助後の効果に対して懸念や抵抗感を示さないことを意味し、「肯定的態度」は、得点が高いほど、問題解決の際、援助を求めることに積極的であることを意味する。なお、本調査での α 係数はいずれも.80以上であった(抵抗感の低さ： $\alpha=.851$ 、肯定的態度： $\alpha=.845$)。

③ 援助要請行動尺度

與久田・太田・高木(2011)が作成した援助要請行動を測定する尺度。最近1年程度の間以下の6領域について、誰か(以下の4対象)に相談した経験があるかについて回答を求める。先行研究の「授業・学業面」(以下「学業」)「サークル・課外活動」「対人関係(恋愛関係も含む)」「(以下「対人関係」)「性格・容姿」(以下「性格」)「心身の健康」(以下「健康」)「進学・就職・将来」(以下、「進路」)の6領域のうち、

「サークル・課外活動」を体育大学という特性から「クラブ・課外活動」(以下「クラブ」)に変更した。対象はソーシャルサポート尺度に合わせ、「現在、親しい友人」(以下「友人」)「家族」「現在、身近な大学の先生」(以下「教員」)「カウンセラーなどの専門家」(以下「専門家」)の4対象とし、6領域×4対象の計24項目、5件法(まったく相談しなかった～よく相談した)。順に1点から5点として得点化を行ったうえで、各対象の6領域の合計得点を算出し、平均値を対象別の尺度得点とした。

結果と考察

基礎統計量

各尺度得点の平均値と標準偏差を算出した。結果はTable 1およびTable 2に示した通りである。なお、援助要請行動尺度については、各対象・各領域別得点の平均値・標準偏差と各対象の尺度得点の平均値・標準偏差を算出した(Table 2)。「教員」および「専門家」への援助要請行動については、回答が最小値に偏ったため、床効果が認められた。これは、教員と専門家に対して全く援助要請行動を示さなかった学生が多かったことを表している。本研究における測定方法の問題であり、今後の大きな課題といえる。そのため、「教員」と「専門家」については、援助要請行動の程度に応じて群分けし、ソーシャルサポートと被援助志向性の差を検討することとした。「教員」は、平均値から $\pm 0.5SD$ を基準とし、援助要請行動の低群($n=107$)・中群($n=70$)・高群($n=65$)に群分けした。「専門家」は、援助要請行動なし群(尺度得点1点「まったく相談しなかった」、以下「なし群」 $n=186$)と援助要請行動あり群(上記以外、以下「あり群」 $n=56$)に群分けした。

奥田・竹之内(2006)は、調査した6つの悩みの領域すべてにおいて、友人と家族への被援助志向性の方が学生相談室への被援助志向性より高いことを示唆している。大学生においては、インフォーマルな援助者である友人や家族への被援助志向性の方が、フォーマルな援助者である学生相談への被援助志向性より高いことが明らかにされており(木村・水

Table 1 ソーシャルサポート・被援助志向性の平均値・標準偏差

	ソーシャルサポート			被援助志向性	
	友人サポート	家族サポート	教員サポート	抵抗感の低さ	肯定的態度
<i>n</i>	244	244	242	228	228
平均値	4.44	3.97	2.64	3.37	3.73
標準偏差	.529	.958	1.046	.793	.761

Table 2 援助要請行動の平均値・標準偏差

	<i>n</i>	学業	クラブ	対人関係	性格	健康	進路	全援助
		友人	243	234	242	242	242	242
	平均値	4.00	4.16	4.32	3.73	3.55	4.18	3.99
	標準偏差	1.046	1.186	1.068	1.255	1.372	1.058	.829
	<i>n</i>	242	233	243	243	243	243	242
家族	平均値	3.33	3.64	3.14	3.26	3.3	4.19	3.48
	標準偏差	1.329	1.377	1.449	1.398	1.493	1.055	1.065
	<i>n</i>	242	233	241	232	242	242	242
教員	平均値	2.06	2.09	1.60	1.50	1.59	2.27	1.85
	標準偏差	1.181	1.356	1.091	.974	1.044	1.443	.940
	<i>n</i>	242	233	241	242	242	242	242
専門家	平均値	1.19	1.23	1.22	1.21	1.26	1.33	1.24
	標準偏差	.635	.764	.721	.714	.780	.877	.651

Table 3 各尺度得点間の相関係数

	ソーシャルサポート			被援助志向性		被援助行動	
	友人サポート	家族サポート	教員サポート	抵抗感の低さ	肯定的態度	友人援助要請	家族援助要請
友人サポート	-	.229**	n.s.	.275**	.252**	.369**	.136**
家族サポート		-	.277**	n.s.	.193**	.258**	.721**
教員サポート			-	n.s.	.244**	n.s.	.141**
抵抗感の低さ				-	n.s.	n.s.	n.s.
肯定的態度					-	.340**	.189**
友人援助要請						-	.444**
家族援助要請							-

* $p < .05$, ** $p < .01$ (両側)

野, 2004)、本研究の援助要請行動にもこの傾向がみられた。大学生を対象としたこれまでの研究においては、教員を援助者として取り上げたものはあまり見受けられないが(與久田ら, 2011)、教員の場合も同様の傾向を示しているといえる。加えて、本研究では実際の援助要請行動を調査したため床効果が認められる結果となった。教員および専門家への援助要請行動は少ないことを想定し、今後は測定方法を再検討することが望まれる。たとえば、「もし実際にニーズ

が発生した場合、どの程度援助要請しようと思うか」という行動意図のことを援助要請意図というが、この行動意図が実際の行動につながるとされており(永井, 2017)、これを測定することも有効であると考えられる。

ソーシャルサポートおよび被援助志向性と友人・家族への援助要請行動との関連

はじめに、各尺度得点間の単相関の分析を行った。結果はTable 3に示した通りである。

ソーシャルサポートおよび被援助志向性が「友人」と「家族」への援助要請行動に与える影響を検討するために、ソーシャルサポート尺度の下位尺度である「友人からのソーシャルサポート」(以下「友人サポート」)「家族からのソーシャルサポート」(以下「家族サポート」)「教員からのソーシャルサポート」(以下「教員サポート」)および被援助志向性の下位尺度である「抵抗感の低さ」「肯定的態度」を説明変数、対象(友人、家族)への援助要請行動をそれぞれ基準変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った。結果はTable 4に示した通りである。いずれも $VFI < 2.0$ であり、多重共線性が生じている可能性は低いと思われる。

Table 4 ソーシャルサポート・被援助志向性と援助要請行動の関連

説明変数	基準変数	
	友人 援助要請	家族 援助要請
	標準偏回帰係数(β)	
友人サポート	.293***	-
家族サポート	.189**	.755***
教員サポート	-	-
抵抗感の低さ	-	-.117**
肯定的態度	.226***	-
R^2 (調整済み R^2)	.246(236)***	.569(.565)***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$ (ステップワイズ法)

表中-は、投入されなかった説明変数を示す

友人への援助要請行動と「友人サポート」および「家族サポート」には有意な正の関連がみられ($\beta = .293, p < .001$; $\beta = .189, p < .01$)、家族への援助要請行動では「家族サポート」の β 値が有意となった($\beta = .755, p < .001$)。いずれも仮説①を支持する結果である。ただし、雨宮・松田(2015)の研究では確認されなかった友人への援助要請行動と家族からのソーシャルサポートの関連が、本研究においては認められた。これには測定方法や分析方法が異なる

ことが影響を及ぼしていると推察されるが、先行研究においても両者の単相関は有意な値を示している。

これらのことを踏まえ、発達のには青年期にあたる大学生の特徴を加味して考察する。青年期においては、家族からの心理的離乳を果たすことが心理社会的な発達課題となるため(西平, 1990)、サポート源としても友人が重要になると推測され、本研究においても友人への援助要請行動に友人からのソーシャルサポートが影響を与える結果となっている。しかし、家族からのソーシャルサポートとの関連が認められないわけではなく、土台には家族からのソーシャルサポートが得られていることが前提となっているとも考えられる。つまり、学生が青年期に至るまでの、最初に出会うサポート源は家族であるため、基本となる家族からのソーシャルサポートの上に友人からのソーシャルサポートが存在するというように重層的になっており、それが友人への援助要請行動に影響を与えている可能性も推測される。

また、女子は男子と比較し、家族サポート・友人サポートのどちらも高く知覚していることが明らかにされている(嶋, 1992など)。このことから、男女を対象とした雨宮・松田(2015)の研究では認められなかった女子の家族サポートの特徴が見出されたとも考えられる。今後、より詳しい検討を要するものの、特に女子における家族サポートの重要性が示唆されたといえよう。

友人への援助要請行動と被援助志向性の「肯定的態度」に正の関連が認められた($\beta = .226, p < .001$)。これは、被援助に対して肯定的態度を示している方が友人へ援助要請をしていることを意味し、仮説②を支持する結果となった。一方、家族への援助要請行動と被援助志向性の「抵抗感の低さ」には負の関連が確認された($\beta = -.117, p < .01$)。これは、援助への抵抗感が高い方が家族へ援助要請をしているということの意味しており、仮説②とは異なる特筆すべき結果である。

家族への援助要請行動と被援助志向性の「抵抗感の低さ」との単相関を確認すると(Table 3)、両者に有意な相関は認められない($r = -.051, n.s.$)。それにもかかわらず、 β 値が有意であり、負の関連が認めら

れることを合わせて考えるならば、「抵抗感の低さ」は抑制変数として家族への援助要請行動に影響を及ぼしていると考えるのが妥当なのではないだろうか。つまり、家族からのソーシャルサポート知覚が高い方が家族への援助要請行動につながるが、家族からのソーシャルサポート知覚が同程度であれば、被援助への抵抗感が高い方が家族へ援助要請をするということになる。前述のように、学生のサポート源の土台は家族である可能性を考慮すると、たとえ援助を受けることへの抵抗感が高いとしても、家族には援助を求めやすいのではないかと推察される。このことは、逆に被援助への抵抗感が低ければ、家族以外のサポート源にも援助を求められる可能性を示唆しているといえるのではないだろうか。

教員・専門家への援助要請行動群間差の検討

前述の通り、「教員」と「専門家」に関しては援助要請行動の高低により3群(低・中・高)および2群(なしあり)に群分けしたうえで、各群のソーシャルサポートの下位尺度である「友人サポート」「家族サポート」「教員サポート」および被援助志向性の下位尺度である「抵抗感の低さ」「肯定的態度」の平均値・標準偏差を算出した(Table 5)。さらに、上記それぞれを従属変数とし、援助要請行動の群間差を検討するた

め、1要因の分散分析(「教員」)および t 検定(「専門家」)を行った。結果はTable 5に示した通りである。なお、分散分析により有意差が認められた場合は、多重比較(TukeyのHSD法)を行った(Table 5)。

教員への援助要請行動の群間差については、「教員サポート」において、低群<中群<高群の有意差が認められた($F(2,237)=41.974, p<.001$)。また、被援助志向性の「肯定的態度」において高群が低群よりも有意に高いという結果となった($F(2,224)=5.505, p<.01$)。先述の通り、大学生を対象とした援助要請行動の研究においては援助要請の対象として教員を挙げているものはあまり見受けられない(與久田ら, 2011)。これには高校までの学校生活とは異なり、大学生活で特定の教員とかわる機会は格段に減るため、援助を要請する対象とはなりにくいことが影響していると考えられる。実際、平井(2001)の大学生の援助ニーズに関する研究では、相談相手として友人、家族、先輩が上位を占めており、教員は挙げられていない。また、與久田ら(2011)の研究においても、教員への援助要請は専門家に次いで少ないことが示されている。ただし、この研究において、授業・学業、進路・就職の領域については、他の領域に比べると教員への援助要請が認められる。本学は比較的小規模な大学であり、かつ体育大学という特色から多く

Table 5 援助要請行動群に関する分散分析・ t 検定結果

	教員への援助要請行動			分散分析 多重比較結果	専門家への援助要請行動		t 検定結果
	低群	中群	高群		なし群	あり群	
友人サポート	n	107	70	65	186	56	$t(240)=-.195$ n.s.
	平均値	4.42	4.50	4.39	4.43	4.45	
	標準偏差	.535	.542	.505	.529	.533	
家族サポート	n	107	70	65	186	56	$t(118.153)=-2.196^*$ なし群<あり群
	平均値	3.81	4.06	4.13	3.91	4.18	
	標準偏差	1.045	.951	.756	.999	.757	
教員サポート	n	105	70	65	184	56	$t(109.447)=-2.559^*$ なし群<あり群
	平均値	2.07	2.84	3.34	2.56	2.92	
	標準偏差	.942	.962	.782	1.079	.884	
抵抗感の低さ	n	102	68	57	176	51	$t(225)=2.376^*$ あり群<なし群
	平均値	3.43	3.45	3.18	3.44	3.14	
	標準偏差	.755	.734	.907	.758	.878	
肯定的態度	n	102	68	57	176	51	$t(225)=.645$ n.s.
	平均値	3.58	3.75	3.99	3.74	3.69	
	標準偏差	.808	.749	.625	.752	.806	

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

の学生がクラブなどに所属し課外活動を行っている。そのため、調査対象となった大学3年生は、全員がゼミナールに所属し担当教員が担任となっているほか、所属クラブの顧問や指導者となっている教員とも日常的なかかわりが密であることも少なくない。本研究では対象を特定の教員に限定して調査を行っていないが、今後はそのような検討も必要であろう。

これまで述べてきたように、本研究においても教員への援助要請行動自体が少なく、各群の人数にも偏りがあるため、再検討の余地はあるものの、友人や家族同様、教員へ援助要請している学生は教員からのソーシャルサポート知覚が高いことが示唆された。また、教員へ援助要請している学生は被援助に対して肯定的態度を示しているといえる。本分析においては、因果関係を明言できないが、いずれも仮説を支持する結果であるといえよう。中学生・高校生においても、教師への援助意図は友人や家族と比較低いことが報告されているものの、特に学習や進路などについては有用な援助者となり得ることが指摘されている(永井, 2012; 岡本ら, 2014)。大学生においても、援助要請の対象として選択されることは少なかったとしても、教員だからこそ提供できる援助があることを考慮すれば、学生が教員のことを、サポートしてくれる存在であると感じられるような関係性を築くことが必要だと考えられる。

専門家への援助要請行動の群間差については、「家族サポート」と「教員サポート」において、「あり群」が「なし群」よりも有意に高いという結果となった($t(118.153)=-2.196, p<.05$; $t(109.447)=-2.559, p<.05$)。また、被援助志向性の「抵抗感の低さ」において、「なし群」が「あり群」よりも高いという有意差が確認された($t(225)=2.376, p<.05$)。既述の通り、大学生の援助要請の対象としては専門家が選択されることは少なく(興久田ら, 2011)、本研究においても、専門家へ援助要請をした学生は少数となり、各群の人数に偏りが生じた。このことは今後の課題である。

専門家へ援助要請している学生は家族および教員からのソーシャルサポート知覚が高いことが示された。因果関係については述べられないものの、仮説①を支持する結果であるといえる。海外や高齢者

を対象とした研究では専門家に援助を求める人はソーシャルサポートが少ないと述べられているが(水野・石隈, 1999)、本結果から、専門家へ援助要請する学生は身近な大人である家族や教員からサポートを受けているという感覚を抱いていると推測される。また、木村・水野(2008)は、学生相談の利用について、周囲の重要な人物からの利用期待を強く感じているほど、援助要請意図が高いことを明らかにしている。家族や教員からの勧めや紹介により専門家につながるというルートも少なくないことが本結果に影響を及ぼしているのではないだろうか。

また、専門家に援助要請している学生は被援助への抵抗感が高いという仮説②とは異なる結果が得られた。大学運動部員を対象とした奥田・竹之内(2006)の研究でも、学生相談への不安が高いほど、被援助志向性が高いという同様の結果が示されている。このことから、被援助への不安が高い学生ほど、援助要請をするとは考え難く、専門家へ相談しようとすることは同時に不安を喚起することでもあり、来談と非来談との間で葛藤が生じると考える方が妥当であろう(奥田・竹之内, 2006; 弦間ら, 2008)。木村・水野(2004)は、この援助不安について、援助を求めたときに、援助者が呼応的に対応してくれないのではないかという不安に関する「呼応性の心配」と、援助を受けることで周りから汚名を着せられることへの不安に関する「汚名の心配」を見出している。これらは、実際に援助を求める状況に直面しているからこそ感じる不安であると推察される。学生が専門家へ援助要請をする際には当然不安が生じるものと捉え、援助の開始以降も不安を抱えている可能性もあることを十分考慮したうえで、学生を支援していくことが求められる。

まとめと今後の課題

本研究では、女子体育大学生を対象とし、他者への援助要請行動とソーシャルサポートおよび被援助志向性との関連を検討することを目的とし、質問紙調査を実施した。分析の結果、友人・家族への援助要請行動とソーシャルサポートの関連が認められ、

特にサポートの基礎を築くと考えられる家族サポートの重要性が示された。また、友人への援助要請行動には被援助に対する肯定的態度に正の関連がみられる一方で、家族への援助要請行動には被援助への抵抗感の低さが抑制変数となっている可能性が示唆された。このことから、家族からのソーシャルサポートが同程度である場合、被援助への抵抗感が低ければ家族以外に、被援助への抵抗感が高ければ家族に援助要請をする可能性があることが推察された。

教員へ援助要請をする学生は教員からのソーシャルサポートを知覚し、専門家に援助要請をする学生は、教員サポートと家族サポートを知覚しているという結果となった。教員へ援助要請をする学生は被援助に対して肯定的態度を示している一方で、専門家へ援助要請する学生は被援助への抵抗感を抱いていることが確認された。

水野・石隈(1999)は、被援助志向性、被援助行動の概念は多様であるとし、これを踏まえたうえで、被援助志向性および被援助行動を定義し、何を測定するかを明らかにする重要性を示している。前述の通り、本研究においては学生が実際に行った援助要請行動に関して調査を行ったが、教員と専門家への援助要請行動は少なく、顕著な偏りが生じる結果となった。このことから、既に述べた「援助要請意図」のほか、援助要請に対する全般的な態度、つまり「援助要請態度」を測定することも想定される。

さらに、援助要請に関連する要因として何を取り上げるのかについても今後の重要な課題となる。具体的には、先述の「援助不安」のほか、「悩みの深刻度」、「援助要請スキル」、「援助要請スタイル」などが考えられる。悩みの深刻さと援助要請には概ね関連があると考えられ(水野・石隈, 1999)、実際に援助要請をするためには援助要請スキルが必要となる(水野, 2017)。一方、援助要請研究の大きな課題として「援助要請を高めることで援助者に対する依存を高めてしまうことになるのではないか」というものがある。これに対して永井(2013)は、援助要請のタイプとして「援助要請自立型」「援助要請過剰型」「援助要請回避型」の3つのタイプを見出している。これらについても

今後検討していくことが望まれる。

最後に本結果を踏まえた学生への支援のあり方について述べる。大学生はフォーマルな援助者よりもインフォーマルな援助者を好む傾向がある。一方、インフォーマルな援助者から学生相談機関等を勧められることで専門家への援助要請が高まる可能性があると考えられる(木村・水野, 2008)。このことから、まずは学生がサポートの期待できる身近な他者に援助を求められるかどうかが重要であるといえよう。そして、そこから必要に応じて、より適切な支援へつないでいくためには、個々人がメンタルヘルスに関する知識や大学の学生への支援体制について把握していることが求められる。学生相談の認知度が高いほど、被援助志向性も高まることが示されており(木村・水野, 2004)、学生相談に限らず、学内の支援体制および利用方法などについての周知が必要であると考えられる。

さらに、学生相談に対する援助要請は「心理・社会面」の問題よりも「修学・進路面」の方が高いことが明らかにされており(木村・水野, 2009)、学業面や進路面の問題で、大学内のどこかに援助を求めれば、そこを足掛かりにその学生に必要な支援へつながっていくというような、円滑な連携体制を構築することも効果的な支援を行うためには有効であるといえよう。

引用文献

- 雨宮千沙都・松田英子(2015) 大学生の家族および友人への援助要請行動に被援助志向性, ソーシャルサポート, その他の心理的変数が及ぼす影響
江戸川大学紀要, 25, 159-165.
- Caplan, G. (1974) *Support systems and community mental health*. New York: Behavioral Publications.
(キャプラン, G. 近藤喬一・増子肇・宮田洋三(監訳) (1979) 地域ぐるみの精神衛生 星和書店)
- DePaulo, B. M. (1983) Perspective on help-seeking. In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), *New directions in helping. Vol. 2 Help-seeking*. Pp. 3-21. New York: Academic Press.
- 独立行政法人日本学生支援機構(2014) 大学等にお

- ける学生支援の取り組み状況に関する調査(平成25年度)集計報告(単純集計).
- 福岡欣治(1997)友人関係におけるソーシャル・サポートの入手と提供—認知レベルと実行レベルの両面からみた互恵性とその男女差について— 対人行動学研究, 15, 1-12.
- 福岡欣治(1999)友人関係におけるソーシャル・サポートの入手—提供の互恵性と感情状態—知覚されたサポートと実際のサポートの授受の観点から— 静岡県立大学短期大学部研究紀要, 13-1, 57-70.
- 福岡欣治(2007)ソーシャルサポートとは何か—理論的導入 水野治久・矢口弘一・福岡欣治・古宮昇(編) カウンセリングとソーシャルサポート—つながり支え合う心理学. Pp. 17-33. ナカニシヤ出版.
- 弦間亮・サトウタツヤ・水間昭道(2008)学生相談への来談・非来談の葛藤—KJ法による大学生の語りの検討 立命館人間科学研究, 17, 47-59.
- 平井元(2001)大学生の悩みの構造と, 相談相手, 学生相談への援助ニーズに関する研究—早稲田大学学生を対象としたニーズ調査の結果より— 早稲田大学大学院教育学研究科紀要 別冊, 9, 21-31.
- 片受靖・大貫尚子(2014)大学生用ソーシャルサポート尺度の作成と信頼性・妥当性の検討—評価的サポートを含む多因子構造の観点から— 立正大学心理学研究年報, 5, 37-46.
- 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.
- 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・友達・家族に焦点をあてて— カウンセリング研究, 37, 260-269.
- 木村真人・水野治久(2008)大学生の学生相談に対する被援助志向性の予測—周囲からの利用期待に着目して— カウンセリング研究, 37, 260-269.
- 木村真人・水野治久(2009)女子短期大学生の学生相談室に対する利用の意識と友人に利用を勧める意識の関連 CANPUS HEALTH, 46, 179-184.
- 小貫亜希子・吉田由香利・田畑光司(2008)ある大学における学生相談室の活動経過と今後の課題 埼玉学園大学紀要人間学部篇, 8, 229-235.
- 楨野葉月(2007)大学生に対するメンタルヘルス支援体制に関する研究(1)—教職員対象の調査結果から— 人文学報社会福祉学, 24, 31-52.
- 水野治久(2017)援助要請・被援助志向性の研究と実践 水野治久(監修)永井智・本田真大・飯田敏晴・木村真人(編) 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—. Pp. 2-11, 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.
- 文部科学省(2017)平成29年度学校基本調査.
- 永井智(2012)中学生における援助要請意図に関連する要因—援助要請対象, 悩み, 抑うつを中心として 健康心理学研究, 25, 83-92.
- 永井智(2017)これまでの援助要請・被援助志向性研究 水野治久(監修)永井智・本田真大・飯田敏晴・木村真人(編) 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—. Pp. 14-22, 金子書房.
- 西平直喜(1990)成人になること—生育史心理学から— 東京大学出版会.
- 岡本淳子・佐藤秀行・永井智・下山晃司(2014)高校生の援助要請における諸変数の関連に検討 立正大学臨床心理学研究, 12, 13-22.
- 奥田愛子・竹之内隆志(2006)大学運動部員の被援助志向性 総合保健体育科学, 29, 35-40.
- 太田仁(2005)たすけを求める心と行動—援助要請の心理学— 金子書房.
- 嶋信弘(1992)大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果 社会心理学研究, 7, 45-53.
- 鈴木壮(2004)負傷(ケガ)・スランプの意味、それらへのアプローチ—スポーツ選手への心理サポート事例から— 臨床心理学, 4, 313-317.
- 田村修一・石隈利紀(2001)指導・援助サービスの悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する

る研究—バーンアウトとの関連に焦点をあてて—
教育心理学研究, 49, 438-448.

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.

與久田巖・太田仁・高木修(2011) 女子大学生の援助要請行動の領域、対象、頻度と大学生活不安および社会的スキルの関連 関西大学『社会学部紀要』, 42-2, 105-116.

Van Brunt, B. (2008) Retention and college counseling centers. *Recruitment & Retention in Higher Education*, 22 (5), 1-3.