

令和 6 年 6 月 19 日現在

機関番号：32687

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2017～2023

課題番号：17K04467

研究課題名（和文）援助要請の質に注目した適応的な援助要請のあり方の検討

研究課題名（英文）Study of adaptive help-seeking focusing on help-seeking styles

研究代表者

永井 智（Nagai, Satoru）

立正大学・心理学部・教授

研究者番号：20513170

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の主要な目的は、援助要請スタイルの背景の違いを明らかにすることおよび、援助要請の際の振る舞いと援助要請による成果を明らかにすることであった。研究1-3において、援助要請研究における基本的な変数に加え、悩みの体験、親和動機、自律性、対人関係目標、男性役割葛藤と、援助要請スタイルとの関連を明らかにした。また、研究4において援助要請を行う際の実際の振る舞いを測定する尺度を作成し、信頼性・妥当性を検討した。それに基づき、研究5において、援助要請を行う際の実際の振る舞いが、援助要請の肯定的な成果をもたらしやすいことを明らかにした。

研究成果の学術的意義や社会的意義

近年我が国において援助要請の重要性が注目されている。しかしながら、援助要請は必ずしも多ければよい訳ではない。そこで近年、援助要請の質に着目することの重要性が指摘されている。本研究では5つの研究を通して、援助要請スタイルの違いがどのような背景から生じるのか、どのような行動が適応的な援助要請となり得るのかについて明らかにした。このことは単純に援助要請の量の増加を奨励する近年の傾向に対し、援助要請の質にも注目することの重要性を示唆するものであり、より適応的な援助要請の在り方を検討する上で重要な知見をもたらすものであると考えられる。

研究成果の概要（英文）：The main purpose of this study was to elucidate differences in background factors influencing styles of seeking assistance, and to clarify behaviors during help-seeking and their outcomes. Studies 1-3 revealed relationships between basic variables in help-seeking research and variables such as experiences of distress, affiliation motives, autonomy, interpersonal relationship goals, and male gender role conflict. Additionally, Study 4 developed a scale to measure actual behaviors during help-seeking, examining its reliability and validity. Based on this, Study 5 demonstrated that actual behaviors during help-seeking are more likely to lead to positive outcomes of help-seeking.

研究分野：臨床心理学

キーワード：援助要請

様式 C - 19、F - 19 - 1 (共通)

1. 研究開始当初の背景

本研究課題の目的は、援助要請をスタイルの視点から検討し、適切な援助要請を促進するための支援方法を検討することであった。従来の援助要請を扱った研究では、援助要請の量だけに注目することが多く、援助要請が多い方が望ましいという前提があった。しかしながら近年では、援助要請は必ずしも多ければよい訳ではない可能性が指摘されている。具体的には、援助要請の量ではなく援助要請の質に注目した検討の必要性が指摘されている。当該領域ではこれまで、「援助要請スタイル」という視点が提案され、信頼性・妥当性を有する尺度が報告されているが、しかしながら、援助要請の質に注目し、そのメカニズムや援助要請の成果などに焦点を当てた研究はほとんど存在しない。

以上から、援助要請スタイルの違いをもたらす要因や、援助要請の質による適応への差の検討を明らかにする必要があると考えられる。

2. 研究の目的

本研究の目的は2つである。第1は、援助要請スタイルの背景の違いを明らかにすることで。具体的には、援助要請スタイルの概念的特徴に基づいた変数との関連(研究1)、関連領域である学業的援助要請において扱われる変数との関連(研究2)、従来の援助要請研究で重視されている男性役割葛藤との関連(研究3)を検討する。

第2は、援助要請の質として、援助要請の際の振る舞いに注目し、援助要請の際の振る舞いと援助要請による成果を明らかにすることである。援助要請スタイルは、基本的に悩みを抱えてから援助要請を行うまでのプロセスに基づく分類を行うものである。一方、実際に相手から援助を受けるためには、援助要請を行った後の、実際の相談場面における振る舞いも重要になると考えられる。例えば、相談相手に対する負担の配慮や、感謝を示すことなどが、効果的な援助を得る上で重要であると考えられる。ただし、これまで援助要請の際の振る舞いを捉える尺度は作成されていない。そこで、援助要請の際の振る舞いを捉える尺度を作成し(研究4)、援助要請の際の振る舞いと援助要請による成果を明らかにする(研究5)。

3. 研究の方法

研究1: 援助要請スタイル間の差異の検討 大学生を対象に、2度の質問紙調査を行い、1回目の調査では、援助要請スタイルと利益・コストの予期、ソーシャルサポート、悩み、抑うつとの関連を、2回目の調査では援助要請スタイルと、悩みの体験、自律性、親和動機について尋ねた。

研究2: 援助要請スタイルと対人関係目標の関連の検討 大学生を対象に質問紙調査を行い、援助要請スタイル、対人関係目標、利益・コストの予期について尋ねた。

研究3: 援助要請スタイルと男性役割の関連の検討 大学生を対象に調査を行い、援助要請スタイル、悩みの経験、男性役割葛藤について尋ねた。また、男性役割葛藤においては特に感情抑制が援助要請を抑制すると考えられているが、男性役割に由来する感情抑制が援助要請を抑制するのか、感情抑制全般が援助要請を抑制するのかについては検討の余地があった。そのため、調査においては、男性役割葛藤尺度を用いて、男性役割に由来する感情抑制を尋ねる群と、男性役割葛藤尺度を改編し、全般的な感情抑制を尋ねる群とを設けた。

研究4: 援助要請の際の振る舞いを尋ねる尺度作成 自由記述調査に基づき、援助要請の際の振る舞いを尋ねるための項目群を作成した上で、大学生を対象に調査を実施した。調査では、援助要請の際の振る舞いの尺度に加え、妥当性を検討するため援助要請スキル、自己主張の際の他者配慮、適切な自己開示、不適切な自己開示、抑制的他者配慮について尋ねた。

研究5: 援助要請の行い方と援助要請結果の関連検討 過去3か月以内に身近な他者に相談した経験の有る者を対象とし、研究4で作成した援助要請の際の振る舞いを尋ねる尺度、援助要請スキル尺度、援助要請スタイル尺度、援助評価尺度について尋ねた。

4. 研究成果

研究1 援助要請スタイルを独立変数とし、各変数を従属変数とした分散分析の結果(Table1) 悩み、ソーシャルサポート、利益・コストの予期などの各変数は、概ね先行研究で明らかにされてきたような援助要請の量との関連と整合する結果が示された。しかし、悩み体験や親和動機、自律性を含めて考慮すると、援助要請過剰型は、サポート資源は多いが抑うつや拒否不安なども高く、一方で独立性が低いこと、援助要請回避型は独立性は高いものの、ソーシャルサポートや自己決定性が低く、抑うつが高いことが明らかになった。そのため、過剰型と回避型は、自立型に比べ何らかの支援ニーズを有している可能性が考えられる。

研究2 共分散構造分析を用い、各変数間の関連を検討した所、親密性の回避はいずれの社会的達成目標に対しても負の関連を示し、見捨てられ不安は熟達接近以外の目標に対して正の関連を示した。また、熟達接近は援助要請実行の利益の予期などを媒介して援助要請自立型に対して正の関連を示したのに対し、遂行接近は、援助要請実行のコストや援助要請過剰型に対して正の関連を示した。こうした結果は、学業的援助要請における研究の結果とも整合するも

のであり、本研究の結果は学業的援助要請のスタイルと、臨床領域における援助要請スタイルそれぞれの共通性を示すものであると考えられる。

研究3 多母集団同時分析による共分散構造分析の結果、男性役割に由来する感情抑制を尋ねる群と、全般的な感情抑制を尋ねる群とでは、変数間の関連が異なることを想定した方が適合度は良好であることが示された。そこで、それぞれにおける結果を比較した所、援助要請自立型に対しては、男性役割に由来する感情抑制は関連しないものの、全般的な感情抑制負の関連を示した。以上から、従来海外の研究において指摘されてきた男性役割葛藤における感情抑制と援助要請との関連は、男性役割ではなく感情抑制自体の効果によるものである可能性が示唆された。

研究4 因子分析の結果、援助要請の際の振る舞いは3因子からなることが示された。また、各変数との関連を検討した結果、援助要請スキル、適切な自己開示や他者配慮、抑制的気遣いと正の、不適切な自己開示との間に負の関連を示した。援助要請スキルも適切な自己開示や他者配慮、抑制的気遣いと正の、不適切な自己開示との間に概ね同様の関連を示したが、一部の関連は有意ではない上に、各変数との関連の強さは、援助要請の際の振る舞いと各変数との関連よりも有意に弱くなっていた。また、各下位尺度の ω 係数はいずれも.80を上回っており、4週間の間隔において再調査を行った再検査信頼性も、.80-.86と高い値が示された。以上から、本尺度は一定の信頼性・妥当性を有することが確認された。

研究5 共分散構造分析を用いた分析の結果、援助要請スキルがポジティブ評価とネガティブ評価の両方に正の関連を示したのに対し、援助要請の際の振る舞いの下位尺度は、ポジティブ評価には正の、ネガティブ評価には負の関連を示した。また、援助要請自立型は各振舞いの使用と正の関連を示したのに対し、回避型は負の関連を示した。以上から、援助要請スキルに対して、援助要請の際の振る舞いは援助評価に対して独自の肯定的な効果を有する可能性が示された。このことから、援助要請を行う際に適切に相手に配慮して振舞うことが、効果的な援助を引き出すうえで重要であると考えられた。

まとめ 本研究の主要な目的は、援助要請スタイルの背景の違いを明らかにすることおよび、援助要請の際の振る舞いと援助要請による成果を明らかにすることであった。援助要請の質に着目した研究は、まだわが国でも例が少なく、本研究は援助要請と適応との関連を明らかにする上で重要な知見をもたらすものであると考えられる。

Table1 援助要請スタイル間の差

	自立型		過剰型		回避型		得点 範囲	F値	分散分析結果 ²	多重比較
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD				
悩み	3.79	(0.79)	4.07	(0.72)	3.83	(0.85)	1-5	8.48***	.03	過剰>自立・回避
ソーシャルサポート	3.85	(0.63)	4.12	(0.62)	3.40	(0.75)	1-5	45.82***	.13	過剰>自立>回避
抑うつ	0.84	(0.52)	1.02	(0.52)	1.14	(0.60)	0-3	15.42***	.05	過剰・回避>自立
利益・コストの予期										
ポジティブな結果	3.72	(0.71)	4.07	(0.68)	3.01	(0.92)	1-5	75.19***	.19	過剰>自立>回避
関係の深化	3.83	(0.87)	4.04	(0.88)	3.10	(1.09)	1-5	41.28***	.12	過剰>自立>回避
否定的応答	2.11	(0.75)	2.11	(0.75)	2.60	(0.97)	1-5	18.82***	.06	回避>自立・過剰
秘密漏洩	2.06	(1.00)	2.14	(0.98)	2.70	(1.29)	1-5	16.72***	.05	回避>自立・過剰
相手への迷惑	3.02	(1.00)	3.07	(1.00)	3.22	(1.05)	1-5	1.83	.01	
自助努力による充実感	3.47	(0.83)	3.17	(0.90)	3.61	(0.98)	1-5	10.96***	.03	自立・回避>過剰
問題の維持	3.37	(0.89)	3.84	(0.86)	2.96	(0.99)	1-5	37.15***	.11	過剰>自立>回避
悩みの体験										
距離・保持	3.54	(0.82)	3.33	(0.85)	3.21	(0.90)	1-6	12.38***	.03	自立>過剰・回避
肯定的態度・積極的関わり	4.45	(0.70)	4.52	(0.75)	3.91	(0.81)	1-6	53.90***	.11	自立・過剰>回避
親和動機										
拒否不安	3.37	(0.81)	3.60	(0.84)	3.33	(0.95)	1-5	6.04**	.01	過剰>自立・回避
親和傾向	3.66	(0.71)	3.82	(0.78)	3.15	(0.89)	1-5	49.99***	.10	自立・過剰>回避
自律性に関する変数										
独立	3.27	(0.63)	3.06	(0.66)	3.23	(0.73)	1-6	6.64**	.02	自立・回避>過剰
自己決定	2.76	(0.54)	2.67	(0.56)	2.44	(0.57)	1-4	28.36***	.06	自立・過剰>回避
自己成長	4.78	(0.75)	4.61	(0.84)	4.18	(0.97)	1-6	40.48***	.09	自立・過剰>回避

Table2 援助要請の際の振る舞いの下位尺度と各変数間の関連

援助要請 スキル	適切な自己開示			不適切な自己開示			他者配慮	抑制的 気遣い	
	文脈等配慮	聞き手選択	時間場所 選択	聞き手等 無選択	無配慮	ネガティブ ティ			しつこさ
援助要請スキル	.349***	.312***	.287***	-.014	-.058	-.243***	-.111*	.220***	.096
振舞い\FAC1	.436***	.533***	.636***	.466***	-.277***	-.370***	-.148***	-.158***	.380***
振舞い\FAC2	.489***	.426***	.480***	.368***	-.194***	-.252***	-.110*	-.127**	.185***
振舞い\FAC3	.326***	.414***	.438***	.472***	-.203***	-.312***	-.287***	-.262***	.270***

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 Nagai Satoru	4. 巻 -
2. 論文標題 Does Male Gender Role Conflict Inhibit Help-Seeking?	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 Japanese Psychological Research	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/jpr.12413	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 永井智	4. 巻 63
2. 論文標題 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	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 心理学評論	6. 最初と最後の頁 477-496
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 永井智	4. 巻 67
2. 論文標題 援助要請スタイル間の差異に関する探索的検討	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 教育心理学研究	6. 最初と最後の頁 278-288
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.5926/jjep.67.278	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計16件（うち招待講演 4件/うち国際学会 4件）

1. 発表者名 本田真大・中村菜々子・永井智・木村真人・飯田敏晴・水野治久
2. 発表標題 援助要請研究に基づくコミュニティ・アプローチの可能性 メンタルヘルスリテラシー，スティグマ，オンラインと援助要請
3. 学会等名 日本心理学会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 橋本剛・永井智・岡田涼・中谷素之・水野治久
2. 発表標題 援助要請研究のこれまでとこれから 学業的援助要請と心理的援助要請のクロスオーバー
3. 学会等名 日本心理学会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 本真大・水野治久・飯田敏晴・木村真人・An Tingting・伊藤次郎・永井智・安田節之
2. 発表標題 実社会における援助要請研究を活かした支援システム
3. 学会等名 日本心理学会（招待講演）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 愛着と援助要請スタイルの関連における社会的達成目標の媒介効果
3. 学会等名 日本心理学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 援助要請における3つのスタイルの基本的特徴
3. 学会等名 日本教育心理学会第61回総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 援助要請スタイル間の質的差異に関する検討
3. 学会等名 日本パーソナリティ心理学会第28回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 チーム学校の現実的課題に向き合う学校心理学
3. 学会等名 日本学校心理学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 援助要請の過剰性の特徴
3. 学会等名 日本心理学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 思春期・青年期における援助要請行動 困っても援助を求められない人の理解と支援
3. 学会等名 日本カウンセリング学会（招待講演）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 Meta-analysis of help-seeking across Japanese studies (1): An association with self-esteem
3. 学会等名 International School Psychology Association (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 Meta-analysis of help-seeking across Japanese studies (2): An association with social support
3. 学会等名 International School Psychology Association (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 Meta-analysis of help-seeking across Japanese studies (3): An association with gender differences
3. 学会等名 International School Psychology Association (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 Meta-analysis of help-seeking across Japanese studies (4): An association with subjective distress
3. 学会等名 International School Psychology Association (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 援助要請研究とコミュニティ心理学：援助要請を考慮した援助を考える
3. 学会等名 日本コミュニティ心理学会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 非行少年の社会復帰について
3. 学会等名 日本非行福祉学会（招待講演）
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 永井智
2. 発表標題 援助要請研究と動機づけ研究のインターフェイス
3. 学会等名 発達心理学会（招待講演）
4. 発表年 2018年

〔図書〕 計1件

1. 著者名 水野治久・木村真人・飯田敏晴・永井智・本田真大	4. 発行年 2019年
2. 出版社 金子書房	5. 総ページ数 176
3. 書名 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	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------