様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２８ 年　 ６ 月　 ７ 日現在

機関番号：３４４２９
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2013～2015
課題番号：２５７８０４３４

研究課題名（和文）援助ニーズを持つ大学生の学生相談機関の利用を促す介入プログラムの開発と効果測定

研究課題名（英文）Evaluating a psycho-educational intervention program for Japanese university students for promoting help-seeking from student counseling services

研究代表者
木村　真人（KIMURA, MASATO）

大阪国際大学・その他部局等・講師

研究者番号：６０３６５００４

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　1,600,000円

研究成果の概要（和文）： 本研究の目的は、大学生の学生相談機関の利用を促進・抑制する要因を援助要請行動のプロセスの観点から明らかにし，その知見に基づく学生相談機関の有効利用を促す介入法を開発することであった。開発した心理教育的介入プログラムを実施した結果、プロセスのステージによって、効果に違いが認められた。他者への援助要請を検討していない群では、プロセスのステージを促進させる効果が認められた。他者への援助要請行動を検討している群では、援助要請意図および友人に学生相談の利用を勧める意図の得点が有意に上昇した。しかしステージによっては変化が認められない、あるいはステージが後退する場合もあり、効果は限定的であった。

研究成果の概要（英文）：This study was designed to develop a psycho-educational intervention program for university students to promote help-seeking from student counseling services. Japanese university students participated in the program. Results indicated that the program promoted help-seeking stages among students that had indicated no willingness to seek help from student counseling services. Moreover, the intention to seek help from counseling services and recommending friends to use such services increased significantly as a result of the program. However, the program had no significant effect on certain students. These findings suggest the need to develop programs that are tailored for each help-seeking stage.

研究分野： 臨床心理学

キーワード： 学生相談　援助要請行動　被援助志向性　援助要請行動のプロセス　介入プログラム　大学生　学生支援　学生相談機関

１．研究開始当初の背景

近年，大学は全入時代・ユニバーサル化に直面し，入学する学生は多様化している。このような状況にあって，大学生の学力・意欲の低下，不登校や引きこもり，対人関係の希薄さ，社会的な経験の乏しさなどが指摘されている。大学においては，学生の人間的な成長を促すために，これまで以上に個々の学生のニーズに合わせた，教育の一環としての学生支援・学生相談が求められている（独立行政法人日本学生支援機構「大学における学生相談体制の充実方策について」，2007）。

大学の学生支援体制として，心理面，健康面，修学面，進路面などの問題に対応するさまざまな専門的相談・教育支援機関が設置されている。しかしながら，大学における学生相談に関する課題として，全国の大学の 90% 以上が「悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応」を必要性の高い事項として回答している（独立行政法人日本学生支援機構，2011）。大学生が悩みや問題を抱えた際に，学内の援助資源を有効に活用・利用することで，学生生活の充実や大学への適応に結びつき，さらには不登校や引きこもり，不本意な中途退学の予防にもつながると期待される。

このような悩みを抱えた際の他者に助けを求める意識や行動は援助要請行動・被援助志向性という概念で，国内外で研究が進められてきた（Nam et al., 2012；水野・石隈，1999）。申請者は，上述の問題意識から潜在的な援助ニーズを持つ学生が学内の援助資源を有効に利用するのを促すための介入プログラムを開発するために，その基盤となる実証的な研究として，悩みを抱えながらも相談しない，あるいは相談できない要因を明らかにする研究を進めてきた。

２．研究の目的

本研究では前述の研究背景に基づき，これまでの研究を発展させて，悩みを抱える学生の学生相談機関の利用を促進・抑制する要因を援助要請行動のプロセス（木村他，2014，図１）の観点から明らかにし，その知見をもとにエビデンスに基づいた，学生相談機関の有効利用を促す介入法を開発する研究を行うことを主な目的とする。

(1)大学生の学生相談機関の利用を抑制・促進する要因の抽出（研究１）

大学生が学生相談機関を利用しない・できない要因を，援助要請行動のプロセスの観点から実証的に明らかにする。

(2)学生相談機関の有効利用を促す汎用型介入プログラムの開発と評価（研究２）

(1)で得られた研究成果に基づき，学生本人を対象とした，学生相談機関の有効利用を促す心理教育的な介入プログラムとツールを開発し，評価を行う。新入生に対するガイダンスや授業時間を利用して，より多くの大学で活用できるよう汎用性のある介入プログラムを開発する。

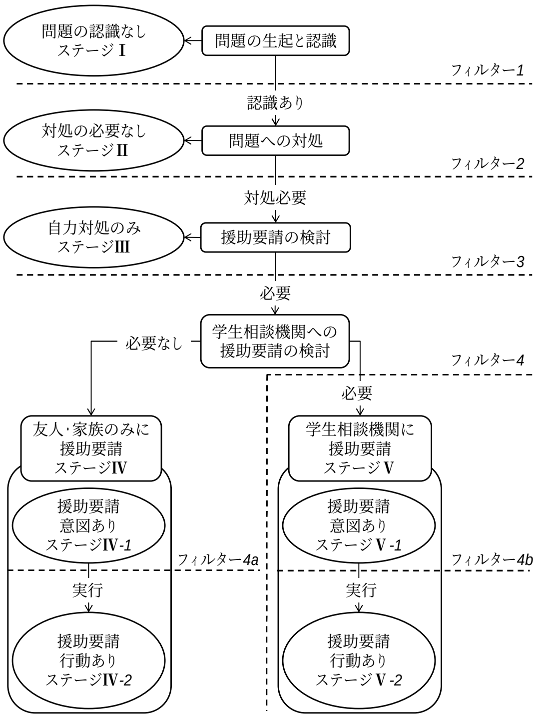

図１ 援助要請行動のプロセスとステージ（木村他，2014）

(3)「学生相談機関の有効利用を促す Web 型介入プログラムの開発と評価（研究３）

不登校や引きこもり傾向のある大学生にとっては，対面型よりもインターネットを介してアクセスできる Web 型の介入プログラムの方が心理的・物理的・時間的な制約が少なく，利用しやすいことが予想される。そこで，より多くの大学生にとって利用しやすい介入プログラムを目指して，Web 上で利用可能な介入プログラムを開発し，評価を行う。

(4)「学生相談機関の要因が大学生の学生相談機関の選好に及ぼす影響」（研究４）

研究２・３で開発された介入プログラムの評価から明らかとなった課題として，学生相談機関の要因が学生相談機関の利用に及ぼす影響を明らかにする必要性が指摘された。そこで，研究４では，介入プログラムの改良に向けて，学生相談機関利用の選好に関連する学生相談機関の要因の検討を行う。

３．研究の方法

(1)研究１

研究 1-1 では，文献研究を実施した。2006 年１月から 2012 年 12 月までの期間を指定し，文献の情報として標題・キーワードに“help-seeking”，“援助要請”，“被援助志向性”，“来談行動”，“相談行動”のいずれかを含む文献を検索した。検索の結果，167 件が抽出された。抽出された文献の中から，大学

生の学生相談領域における援助要請に関する論文 23 件を抽出した。なお総説・展望論文は除外した。さらに文献検索で抽出されなかったが，抽出された論文に引用されている文献および関連する学術雑誌に掲載されている文献から，19 件の論文を追加した。こうして最終的に 42 件の論文を抽出し，これらの論文を対象に文献研究を実施した。

研究 1-2 では，大学生 425 名を対象に質問紙調査を実施した。質問紙の構成は，抑うつおよび不登校状態（シナリオ）における援助要請行動のプロセス，シナリオの経験の有無，シナリオの問題の深刻度の評価，心理専門職への援助要請に対する態度尺度（SASPPH；大畠・久田，2010），5）ソーシャル・サポート（福岡，2000），6），K6 日本語版（古川他，2003）であった。

(2)研究２

研究協力者は研究協力の得られた関西圏の私立大学の大学生 49 名であった。そのうち全２回の質問紙調査に回答した 34 名（男性 10 名，女性 24 名）を分析の対象とした。

著者が担当する講義において 2014 年６月に介入プログラムを実施した。なお介入プログラム実施１週間前（プレ）と介入プログラム実施後（ポスト）の計２回，質問紙調査を実施した。介入プログラムに用いる A5 版 12 ページ（表紙等含む）からなる冊子を作製した。冊子のタイトルは「学生相談機関の上手な活用の仕方」で，「１．学生相談ってなに？」，「２． 悩みが生じてから相談に至るまで」，「３．あなたの大学の学生相談機関を調べよう」，「４． 充実した学生生活を送るために」の４つの項目から構成されている。協力者に冊子を配布し，冊子と同じ内容のパワーポイントを用いて，筆者が説明を行った。時間はおよそ 25 分であった。

質問紙の構成は，援助要請行動のプロセス，心理専門職への援助要請に対する態度尺度（以下 SASPPHS）（大畠・久田，2010），学生相談に対する援助要請意図（木村・水野，2004），友人に学生相談室の利用を勧める意図，冊子・プログラムの評価・感想であった。

(3)研究３

介入プログラムは冊子と動画の 2 条件が設定された。冊子条件は研究２で開発された介入プログラムに用いる冊子に改良を加えたものを研究協力者に配布し，パワーポイントを用いて筆者が説明を行った（約 25 分)。動画条件は冊子条件と同内容のパワーポイントを動画にしたものを作成し（約 8 分），研究協力者は動画を web 上で閲覧した。

介入プログラム実施１週間前（プレ）と実施後（ポスト）の計 2 回の質問紙調査を実施し，どちらも回答した大学生 30 名（男性 14 名，女性 16 名，冊子条件 20 名，動画条件 10 名）を分析対象とした。介入プログラムは，冊子条件は著者が担当する関西圏の私立大学の講義において，動画条件は web 上で実施された。

質問紙の構成は，①抑うつ状態における援助要請行動のプロセス（木村他，2014)，②心理専門職への援助要請に対する態度尺度（大畠・久田，2010)，③学生相談に対する援助要請意図（木村・水野，2004)，④友人に学生相談室の利用を勧める意図（木村・水野，2010)，であった。

(4)研究４

学生相談機関の要因が学生相談機関利用の選好に及ぼす影響を明らかにするために，質問紙調査を実施した。学生相談機関の条件として，5 つの要因（学生相談機関の立地：2 水準，申込方法：4 水準，カウンセラーの年齢：2 水準，カウンセラーの性別：2 水準，カウンセラーの氏名記載:2 水準）を設定し，直行計画に基づき８つの条件の学生相談機関を設定した。調査協力者に対して，①８つの条件の学生相談機関に対する援助要請意図，②専門的な心理的援助に対する援助要請態度：ATSPPHS-SF 日本語版（Ina & Morita，2015)，③性別・年齢をたずねた。調査協力者は大学生 400 名で，そのうち大学生 331 名（男性：157 名，女性：174 名）が分析の対象となった。

４．研究成果

(1)研究１

研究 1-1 から，抽出された文献は，１．学生相談機関の利用に関する実態調査，２．援助要請を測定する尺度の開発，３．援助要請に関連する要因の抽出，４．援助要請行動のプロセスを明らかにする研究，５．援助要請の促進を目指した介入研究，６．援助要請に着目した実践研究，の６つに分類された。

研究 1-2 では，まず不登校の問題では，①問題の経験あり・なしともに，半数以上が他者への援助要請を検討していた。②問題を深刻であると評価するほど，問題の認識，他者への援助要請の検討，学生相談機関への援助要請の検討を促進し，またソーシャル・サポートの多さが，問題への対処，他者への援助要請の検討，学生相談機関への援助要請行動を促進することが示唆された，③心理専門職への援助要請態度では，特殊な状況への抵抗感および心理的援助に対する無関心が低いほど学生相談機関への援助要請を促進することが示唆された。④性別はフィルター3 のみで関連を示し，女性の方が男性よりも他者への援助要請を検討していた。

次に抑うつの問題では，①抑うつ症状に対して何も対処しなかった学生の割合は約 15%，自力のみで対処した学生の割合は約 17%であった，②学生相談機関への援助要請行動を検討した学生のうち，約 36%の学生が実際には援助要請行動をしていなかった，③他者への援助要請を検討するかどうかでは，精神的苦

痛，ソーシャル・サポートが関連を示した，④学内の学生相談機関への援助要請行動を検討するか否かでは，問題の深刻度の評価と心理専門職に対する援助要請への無関心が関連を示した。

(2)研究２
介入プログラムの効果を検討するために，まずプレとポストにおける援助要請行動のプロセスのステージの変化を比較した結果，プロセスのステージが促進された学生は 34 名中 13 名（38.2%），変化がなかった学生は 15 名（44.1%），ステージが後退した学生は６名（17.7%）であった。プレ時にステージⅢ「自力対処のみ」の学生は，８名中４名がポスト時にステージが促進されていた。一方で，ステージⅣ-２「友人・家族のみに援助要請行動あり」では 11 名中６名に変化はなく，２名はステージが後退していた。またステージⅤ-１「学生相談機関に援助要請意図あり・行動なし」では，３名ともにステージの促進は認められなかった。

次に，プレ・ポスト時の各変数の得点について対応のある t 検定を実施した結果，「対人・社会面」「心理・健康面」における学生相談に対する援助要請意図においてプレとポストの間の平均値に有意な差が認められ，プレ時よりもポスト時の平均値の方が高かった。

援助要請の促進の観点から，プレの段階で他者への援助要請を検討しないステージに該当した群（ステージⅠ～Ⅲの 15 名：援助要請検討なし群）と学生相談への援助要請を検討していないが家族・友人のみに援助要請を検討するステージに該当した群（ステージⅣの 16 名：援助要請検討あり群）で，介入の効果に違いが認められるかどうかを検討するために，プレ・ポスト時の各変数の得点ついて対応のある t 検定を実施した。援助要請検討なし群ではすべての変数においてプレ時とポスト時の間の平均値に有意な差は認められなかった。援助要請検討あり群では，「対人・社会面」「心理・健康面」における学生相談に対する援助要請意図と友人に学生相談の利用を勧める意図においてプレ時とポスト時の間の平均値に有意な差が認められ，プレ時よりもポスト時の平均値の方が高く，効果量 d は小～中の大きさであった。援助要請態度，「修学・進路面」における学生相談に対する援助要請意図および友人に学生相談の利用を勧める意図ではプレ時とポスト時の平均値の間に有意な差は認められなかった

(3)研究３
介入プログラムの効果を検討するために，まずプレとポストにおける援助要請行動のプロセスのステージの変化を比較した。その結果，冊子条件ではプロセスのステージが促進された学生は 20 名中 3 名（15.0%），変化なしが 13 名（65.0%），後退が 4 名（20.0%），動画条件では促進が 10 名中 3 名（30.0%），変化なしが 5 名（50.0%）後退が 2 名（20.0%）であった。次に介入効果および介入条件による差を検討するために，援助要請態度・援助要請意図・学生相談利用を勧める意図について，各変数の得点を従属変数，介入条件（冊子・動画）と時期（プレ・ポスト）を独立変数とした 2 要因分散分析を実施した。その結果，すべての変数において有意な主効果・交互作用は認められなかった。冊子と動画で介入効果の違いは認められず，またどちらの提供方法においても援助要請行動プロセスのステージの変化は一部の学生のみ認められ，効果は限定的であった。したがって，どちらの提供方法についても内容の改善が必要であろう。

(4)研究４
コンジョイント分析の結果，以下のことが明らかとなった。①学生相談機関利用の選好において，『相談の申込方法』が学生相談に対する援助要請意図に影響する最大の要因（35.5%）で，次いで『カウンセラーの性別』（20.1%）の影響が大きかった。②学生相談機関の要因として，「人通りが多い立地」，「申込方法が電話」，「男性カウンセラー」は，援助要請意図を抑制し，「人通りが少ない立地」，「事前申込不要」，「女性 Co.」は，援助要請意図を促進する可能性が示唆された。実践への示唆として，以下のことが提案された。①事前申込なしでも相談できる体制の整備，そのことを積極的にアピールすること，また直接来室・電話のみでの予約受付方法は，ハードルが高いため，メールや web 上での予約受付方法などの工夫が必要，②大学生は一貫して「女性カウンセラーを好む」ことから，女性 Co.が対応していることを伝えることで，利用を促進する可能性がある。

５．主な発表論文等
（研究代表者，研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計５件）

① 木村真人（印刷中）．大学生の抑うつ症状経験時の援助要請行動のプロセスと関連要因の検討　CAMPUS HEALTH，53(2)　査読有

② 木村真人（2016）．大学生の学生相談利用を促す心理教育的プログラムの開発－援助要請行動のプロセスに焦点を当てた冊子の作成と効果検証－　国際研究論叢，29(2)，123-137．査読無

③ 木村真人（2015）．大学生の学生相談利用におけるパーソナル・サービス・ギャ

ップ―抑うつ症状の場面想定法を用いた検討　心理臨床学研究，33(3)，275-285．査読有

④ 木村真人・梅垣佑介・水野治久（2014）．学生相談機関に対する大学生の援助要請行動のプロセスとその関連要因―抑うつと自殺念慮の問題に焦点をあてて―　教育心理学研究，62(3)，173-186．査読有

⑤ 木村真人（2014）．わが国の学生相談領域における援助要請研究の動向と課題―2006 年から 2012 年を対象として―国際研究論叢，27(3)，123-142．査読無

〔学会発表〕（計 9 件）

① 木村真人（2015）．大学生の学生相談利用を促す心理教育的プログラムの開発―援助要請行動のプロセスに焦点を当てた冊子の作成と効果検証　日本心理臨床学会第 34 回秋季大会発表論文集(神戸国際会議場)，510．

② 前田由貴子・亀井歌苗・中川拓也・木村真人・青野明子（2015）．大学生の発達障害関連困り感と援助要請の関連　日本心理臨床学会第 34 回秋季大会発表論文集（神戸国際会議場），518．

③ 亀井歌苗・前田由貴子・中川拓也・木村真人・青野明子（2015）．入学時の精神的健康度および発達障害関連困り感とその後の学業遂行状況との関連　日本心理臨床学会第 34 回秋季大会発表論文集（神戸国際会議場），519．

④ 木村真人（2015）．不登校における大学生の援助要請行動プロセスとその関連要因の検討―人間関係の悩みによる不登校傾向の場面想定を用いて―　日本教育心理学会第 57 回総会発表論文集(朱鷺メッセ)，648．

⑤ 永井 智・水野治久・木村真人（2014）．我が国における心理的援助要請に関するメタ分析（3）日本心理学会第 78 回大会発表論文集（同志社大学），383.

⑥ 木村真人・永井 智・水野治久（2014）．我が国における心理的援助要請に関するメタ分析（2）日本心理学会第 78 回大会発表論文集（同志社大学），381.

⑦ 水野治久・木村真人・永井 智（2014）．我が国における心理的援助要請に関するメタ分析（1）日本心理学会第 78 回大会発表論文集（同志社大学），379.

⑧ 木村真人・前田由貴子・青野明子（2014）．キャンパス特性と支援ニーズに応じた学生支援体制の構築―同一大学の２つのキャンパスにおける学修支援室の活動の比較を通して―　日本心理臨床学会第 33 回秋季大会発表論文集(パシフィコ横浜)，445．

⑨ 前田由貴子・木村真人・青野明子（2014）．大学の学修支援室における発達障害学生支援の取り組み―発達障害学生支援の課題との比較―　日本心理臨床学会第 33 回秋季大会発表論文集(パシフィコ横浜)，446．

〔その他〕

国際研究集会（計１件）

① Haruhisa Mizuno, Masato Kimura, Masahiro Honda, Satoru Nagai, & Toshiharu Iida　Help seeking related research in Japan 2016 年 3 月 4 日, University of Canberra (Australia)

６．研究組織

(1)研究代表者

木村　真人（KIMURA, Masato）
大阪国際大学　学生総合支援部　学生相談室・講師
研究者番号：60365004