



過剰適応傾向は援助要請の利益・コストの予期とその意図の関連を調整するか？

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2020-09-29 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 益子, 洋人 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.32150/00006906

過剰適応傾向は援助要請の利益・コストの予期とその意図の関連を調整するか？

益子洋人

北海道教育大学札幌校教育心理学研究室

Does Over-adaptative Tendency Mediate the Relation between Anticipated Costs and Benefits and Help-seeking Intentions?

MASHIKO Hirohito

Department of Educational Psychology, Sapporo Campus, Hokkaido University of Education

概要

本研究の目的は、援助要請における利益・コストの予期がその意図におよぼす影響を、過剰適応傾向の調整効果を確認するという観点から再検討することであった。大学生179名の回答を分析の対象として、「援助要請意図」の3因子を目的変数、援助要請における利益・コストの予期と過剰適応傾向の各因子を説明変数とする階層的重回帰分析を行った。その結果、「心理・対人関係に関する悩み」や「学業の悩み」を相談しようとする意図には「ポジティブな結果」の予期のみが有意な関連を示すことが示された。また、「健康の悩み」を相談しようとする意図には「ポジティブな結果」の予期だけではなく、「友人への他者志向性」と「友人への自己抑制」の交互作用項が有意な関連を示すことが示された。援助要請の利益・コストの予期と援助要請意図の間の関連の再現性が示され、相談相手と文脈を共有できるかどうかは明白ではない場面では、過剰適応傾向が一定の調整効果を持つ可能性が示唆された。

Key words：大学生，過剰適応傾向，援助要請における利益・コストの予期，援助要請意図，階層的重回帰分析

問題と目的

自力で解決し難い問題に遭遇したとき、人は、他者に援助を求め、その解決を試みることがある。このことを指し示す概念が、援助要請 (help-seeking) である。従来、援助要請研究では複数の定義が混在して使われてきたが、Rickwood &

Thomas (2012) は2016年06月以前に公刊された316の論文をシステマティックレビューし、この概念の包括的な定義として以下の内容を提案した。すなわち、「メンタルヘルス上の懸念に対処するために外的な支援を獲得しようとする、適応的な対処の過程」(“In the mental health context, help-seeking is an adaptive coping process that

is the attempt to obtain external assistance to deal with a mental health concern.”) という定義である。このことは、援助要請の概念が、問題の解決だけでなく、メンタルヘルスの向上にも奏功することを示唆するものだといえるだろう。

実際、援助要請できることは、適応を促進する特性であることが仮定されてきた。そして、そのことは、実証研究においても示唆されつつある。たとえば、本田・新井・石隈(2015)は、援助要請行動がソーシャルサポートを介して学校享受感を高め、ストレス反応を軽減することを示している。このように、援助要請はメンタルヘルスの向上に奏功し、その懸案を低下させる性質のあることが示されている。したがって、こうした知見を踏まえるのならば、人々が援助要請できるようになることは、望ましいことだといえる。

援助要請できるかどうかを予測する特性の1つとして、援助を要請する段階で、その結果をどのように予期するのか(結果の予期)が注目されている。永井・鈴木(2018)は、援助要請を行う際の結果の予期が援助を要請しようとする意図とどのように関連するかを、利益(たとえば、望ましい(ポジティブな)結果を得られること)とコスト(たとえば、相手に迷惑をかけること)の両側面から検討した。そして、ポジティブな結果を高く見積もるほど援助要請意図は高まる一方、相手の迷惑をどのように見積もるかは援助要請意図と関連しないことを示した。これは、永井・本田・新井(2016)などと類似した結果であり、ポジティブな結果の予期が援助要請意図を予測するという知見は、頑健といえるようである。

しかし、結果の予期のうち、「相手への迷惑」が関連しないという点には、2つの検討の余地があるように思われる。第一に、調整効果の検討の必要性である。たとえば、昨今では過剰適応的な人々の存在が注目されている。こうした人々は、自分の気持ちを後回しにしてでも他者から期待されている役割や行為に答えようとするといわれており(石津, 2006), こうした特徴は「他者志向性」と「自己抑制」の2側面で捉えられている(風間・

平石, 2016)。そして、この両方が高い過剰適応的な人は、そうでない人よりソーシャルサポートを受領しにくいと感じていることが見出されている(王, 2016)。ソーシャルサポートの受領を援助要請の文脈で考えるのならば、過剰適応的な人々は、援助を要請したい気持ちが芽生えたときでさえ、「相手の迷惑」を考慮して、それを後回しにしてしまう可能性がある。そのため、「相手への迷惑」と関連し、援助要請意図は低減するかもしれない。しかし、過剰適応の観点から援助要請を検討した研究は少なく、この点を検討することには意義がある。

第二に、援助要請意図に至る問題の性質を精査する必要がある。援助要請意図の指標として、永井・鈴木(2018)の研究では、「対人関係」や「恋愛・異性」など、大学生活における主要な6つの悩みの相談意図を合成得点化する方法が採用されている。しかし、この方法は、相談しやすい悩みと相談しにくい悩みを同じ比重のものとして扱うことになるので、悩みの性質の違いには注目できない。実際は、悩みには、それを相手とどの程度共有しやすいか、同じ立場にいるかどうかなどの観点により、援助を求めやすいものと求めにくいものがあるであろう。このように、6つの領域の悩みの相談のしやすさが同じ比重のものではないと考えるならば、その差異に注目して検討を行うことにも意義がある。

そこで、本研究では、援助要請における利益・コストの予期が援助要請意図におよぼす影響を、過剰適応傾向の調整効果を確認するという観点で再検討することを目的とする。

方法

調査協力者

国立A大学に所属する18歳から23歳の学生、191名に調査を依頼し、質問紙に完答した179名(男性69名、女性110名、平均 20.23 ± 1.18 歳)を分析の対象とした(有効回答率93.7%)。

調査時期

20XX年，秋。

調査内容

1) 援助要請における利益・コストの予期

援助行動の利益・コストの予期尺度（永井・鈴木，2018）から「ポジティブな結果」「相手への迷惑」の2因子10項目を用いた。原尺度は，被援助志向性の各下位尺度との間に妥当性が確認されている。原版と同様に教示し，5件法（1：あてはまらない～5：あてはまる）で回答を求めた。得点が高いほど，援助を要請する際に得られる利益や，相手にかかる迷惑を予期していることを表している。本研究における α 係数は，上述した順に， $\alpha = .83, .82$ であった。

2) 友人に対する過剰適応傾向

関係特定性過剰適応尺度（風間・平石，2018）から「友人に対する他者志向性」「友人に対する自己抑制」の2因子13項目を用いた。原尺度は，自己抑制型行動特性，学校適応感，ストレス反応との間に妥当性が確認されている。原版を参考に「友達に対するあなたの姿勢として，以下の質問はどのくらい当てはまりますか？」と教示し，5件法（1：あてはまらない～5：あてはまる）で回答を求めた。得点が高いほど，過剰適応的であることを表している。本研究における α 係数は，順に，上述した順に， $\alpha = .81, .66$ であった。

3) 援助要請意図

大学生用援助要請意図尺度（中岡・児玉，2009）を用いた。これは「心理・対人関係の悩み」

「学業の悩み」「健康の悩み」の3因子17項目から構成され，因子的妥当性や仮想場面における援助要請意図の程度との間に基準関連妥当性が確認されている。ただし，原版は心理カウンセラーに心理的援助を求める意図を測定することを目的としている尺度であるため，一部の教示を改編した。すなわち，「以下に，さまざまな状況が書かれています。もし，そのような状況に遭遇し，自分で問題を解決しようとしてもできないとき，あなたは友人にどの程度相談すると思いますか？」と教示し，5件法（1：相談しないと思う～5：相談すると思う）で回答を求めた。得点が高いほど，援助要請の意図があることを表している。本研究における α 係数は，上述した順に， $\alpha = .87, .71, .74$ であった。

倫理的配慮

学生からの手渡しにより協力者に配布，回収を行った。回答は無記名で行い，フェイスシートには「回答は成績に影響しないこと」，「自由に回答を中止する権利があること」，「研究発表を行う予定であり，同意できる場合にのみ，回答用紙を提出すればよいこと」を明記した。

結果

まず，各因子同士の相関係数を求めた（Table 1）。次に，「援助要請意図」の3因子を目的変数，援助要請における利益・コストの予期と過剰適応傾向の各因子を説明変数とする階層的重回帰分析

Table 1 相関分析の結果

	M	SD	結果予期		友人への過剰適応		援助要請意図		
			相手への迷惑	ポジティブな結果	友人への他者志向性	友人への自己抑制	心理・対人関係の悩み	学業の悩み	健康の悩み
結果予期									
相手への迷惑	3.237	0.889	1.000						
ポジティブな結果	3.735	0.723	.196 **	1.000					
友人への過剰適応									
友人への他者志向性	3.655	0.775	.284 **	.106	1.000				
友人への自己抑制	3.177	0.671	.312 **	.071	.832 **	1.000			
援助要請意図									
心理・対人関係の悩み	3.290	0.917	.087	.483 **	.153 *	.105	1.000		
学業の悩み	3.613	0.944	.121	.466 **	.145 +	.088	.661 **	1.000	
健康の悩み	3.045	1.226	.070	.322 **	.181 *	.131 +	.595 **	.555 **	1.000

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

を行った。分析にはHAD16（清水，2016）を使用した。

階層的重回帰分析では，Step 1で，援助要請における利益・コストの予期と過剰適応の各因子を投入した。そして，Step 2で一次の，Step 3で二次の，Step 4で三次の交互作用項を，それぞれ投

入した。なお，交互作用項の作成には各因子得点を中心化した値を用いた。説明変数同士のVIF値は，いずれも4以下であった。各階層的重回帰分析の結果をTable 2, 3, 4に示す。

「心理・対人関係の悩み」に関しては，Step 1で投入した変数のうち「ポジティブな結果」の予

Table 2 心理・対人関係の悩みを目標変数とした階層的重回帰分析の結果

	心理・対人関係の悩み											
	Step1			Step2			Step3			Step4		
	B	β	CI	B	β	CI	B	β	CI	B	β	CI
相手への迷惑	-.037	-.036	[-.175 .104]	-.034	-.033	[-.175 .109]	.060	.058	[-.123 .240]	.072	.069	[-.117 .256]
ポジティブな結果	.606 **	.478 **	[.345 .611]	.653 **	.515 **	[.375 .655]	.564 **	.445 **	[.276 .613]	.585 **	.461 **	[.281 .642]
友人への他者志向性	.171	.144	[-.091 .380]	.125	.105	[-.145 .356]	.125	.106	[-.155 .367]	.125	.106	[-.156 .367]
友人への自己抑制	-.052	-.038	[-.275 .199]	-.016	-.011	[-.271 .248]	.017	.012	[-.271 .295]	.003	.003	[-.283 .289]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果				.118	.106	[-.034 .246]	.108	.097	[-.053 .246]	.152	.137	[-.077 .351]
相手への迷惑 ×友人への他者志向性				-.254	-.223	[-.515 .069]	-.327 +	-.287 +	[-.627 .053]	-.320	-.281	[-.623 .061]
相手への迷惑 ×友人への自己抑制				.283	.225	[-.072 .522]	.337	.268	[-.100 .635]	.356	.283	[-.090 .656]
ポジティブな結果 ×友人への他者志向性				-.179	-.106	[-.350 .139]	.020	.012	[-.276 .299]	.023	.013	[-.275 .302]
ポジティブな結果 ×友人への自己抑制				-.011	-.006	[-.269 .257]	-.152	-.087	[-.366 .193]	-.132	-.075	[-.358 .208]
友人への他者志向性 ×友人への自己抑制				-.008	-.006	[-.167 .155]	-.004	-.003	[-.177 .172]	-.004	-.003	[-.178 .172]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への他者志向性							.199	.149	[-.229 .527]	.171	.128	[-.259 .515]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への自己抑制							-.045	-.031	[-.404 .341]	-.047	-.033	[-.407 .340]
相手への迷惑 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制							-.167	-.191	[-.427 .045]	-.168	-.192	[-.429 .044]
ポジティブな結果 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制							.145	.105	[-.092 .302]	.113	.082	[-.134 .298]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制										-.079	-.075	[-.360 .210]
R^2	.246 **			.275 **			.296 **			.297 **		
ΔR^2	.246 **			.029			.021			.001		

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

Table 3 学業の悩みを目標変数とした階層的重回帰分析の結果

	学業の悩み											
	Step1			Step2			Step3			Step4		
	B	β	CI	B	β	CI	B	β	CI	B	β	CI
相手への迷惑	.013	.012	[-.129 .153]	.017	.016	[-.127 .160]	.058	.055	[-.129 .239]	.029	.027	[-.162 .216]
ポジティブな結果	.591 **	.452 **	[.318 .587]	.530 **	.405 **	[.264 .547]	.476 **	.364 **	[.193 .535]	.421 **	.323 **	[.140 .505]
友人への他者志向性	.198	.162	[-.075 .400]	.265 +	.218 +	[-.035 .470]	.244	.201	[-.064 .466]	.244	.201	[-.064 .465]
友人への自己抑制	-.116	-.082	[-.322 .157]	-.225	-.160	[-.422 .102]	-.193	-.137	[-.425 .150]	-.159	-.113	[-.402 .176]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果				-.183 *	-.159 *	[-.300 .018]	-.214 *	-.187 *	[-.338 .035]	-.329 **	-.287 **	[-.504 .070]
相手への迷惑 ×友人への他者志向性				-.037	-.031	[-.326 .263]	-.088	-.075	[-.420 .271]	-.106	-.090	[-.436 .255]
相手への迷惑 ×友人への自己抑制				.046	.035	[-.264 .335]	.123	.095	[-.278 .468]	.074	.057	[-.320 .434]
ポジティブな結果 ×友人への他者志向性				-.357	-.205	[-.451 .042]	-.149	-.086	[-.377 .206]	-.156	-.089	[-.381 .202]
ポジティブな結果 ×友人への自己抑制				.319	.177	[-.089 .442]	.207	.115	[-.169 .398]	.155	.086	[-.201 .372]
友人への他者志向性 ×友人への自己抑制				.034	.027	[-.136 .189]	.026	.020	[-.157 .197]	.026	.020	[-.156 .197]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への他者志向性							.308	.224	[-.160 .607]	.380	.276	[-.115 .667]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への自己抑制							-.198	-.135	[-.513 .243]	-.190	-.130	[-.508 .247]
相手への迷惑 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制							-.078	-.087	[-.326 .153]	-.075	-.084	[-.323 .155]
ポジティブな結果 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制							.088	.062	[-.138 .262]	.170	.120	[-.099 .338]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制										.204	.187	[-.101 .475]
R^2	.228 **			.263			.275			.282		
ΔR^2	.228 **			.035			.012			.007		

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

期のみ有意な正の関連を示した。一方、Step 2以降は分散説明率の増分が有意ではなかった。

また、「学業の悩み」に関して、Step 1で「ポジティブな結果」の予期のみ有意な正の関連を示したが、Step 2以降は分散説明率の増分が有意ではなかった。

そして、「健康の悩み」に関しては、Step 1で投入した変数のうち「ポジティブな結果」の予期のみ有意な正の関連を示した。また、Step 2では分散説明率の増分は有意であり、「友人への他者

志向性」と「友人への自己抑制」の交互作用項が有意な負の標準偏回帰係数を示した。一方、Step 3以降は分散説明率の増分は有意ではなかった。

Step 2では交互作用が有意であったため、単純傾斜検定を行った (Figure 1)。その結果、「友人への自己抑制」が低い場合に「友人への他者志向性」に有意傾向の正の関連が示されたが ($B = .37, \beta = .23, p < .10$)、「友人への自己抑制」が高い場合は有意な関連が示されなかった ($B = -.05, \beta = -.03, n.s.$)。

Table 4 健康の悩みを目標変数とした階層的重回帰分析の結果

	健康の悩み											
	Step1			Step2			Step3			Step4		
	B	β	CI	B	β	CI	B	β	CI	B	β	CI
相手への迷惑	-.046	-.033	[-.183 .117]	-.042	-.031	[-.179 .118]	-.153	-.111	[-.301 .079]	-.154	-.112	[-.307 .084]
ポジティブな結果	.528 **	.311 **	[.168 .454]	.589 **	.347 **	[.201 .494]	.723 **	.426 **	[.250 .602]	.721 **	.425 **	[.236 .614]
友人への他者志向性	.295	.187	[-.066 .440]	.130	.082	[-.179 .344]	.157	.099	[-.174 .372]	.157	.099	[-.175 .373]
友人への自己抑制	-.066	-.036	[-.291 .219]	.018	.010	[-.261 .280]	.004	.002	[-.294 .298]	.005	.003	[-.297 .302]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果				.074	.050	[-.096 .195]	.069	.046	[-.110 .203]	.065	.044	[-.181 .268]
相手への迷惑 ×友人への他者志向性				-.229	-.151	[-.455 .154]	-.070	-.046	[-.402 .310]	-.071	-.047	[-.405 .311]
相手への迷惑 ×友人への自己抑制				.355	.211	[-.099 .521]	.146	.086	[-.298 .471]	.144	.086	[-.305 .476]
ポジティブな結果 ×友人への他者志向性				-.469	-.207	[-.462 .048]	-.569	-.252	[-.553 .049]	-.570	-.252	[-.554 .050]
ポジティブな結果 ×友人への自己抑制				.070	.030	[-.245 .304]	.130	.055	[-.237 .347]	.128	.055	[-.242 .351]
友人への他者志向性 ×友人への自己抑制				-.327 *	-.196 *	[-.364 -.028]	-.310 *	-.186 *	[-.368 -.003]	-.310 *	-.186 *	[-.369 -.003]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への他者志向性							-.062	-.035	[-.430 .360]	-.060	-.033	[-.438 .372]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への自己抑制							.173	.091	[-.299 .481]	.173	.091	[-.300 .482]
相手への迷惑 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制							.146	.125	[-.122 .372]	.146	.125	[-.122 .373]
ポジティブな結果 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制							-.337 +	-.183 +	[-.389 .023]	-.335	-.182	[-.408 .044]
相手への迷惑 ×ポジティブな結果 ×友人への他者志向性 ×友人への自己抑制										.007	.005	[-.293 .303]
R^2	.127 **			.212 **			.230 **			.230 **		
ΔR^2	.127 **			.085 **			.017			.000		

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

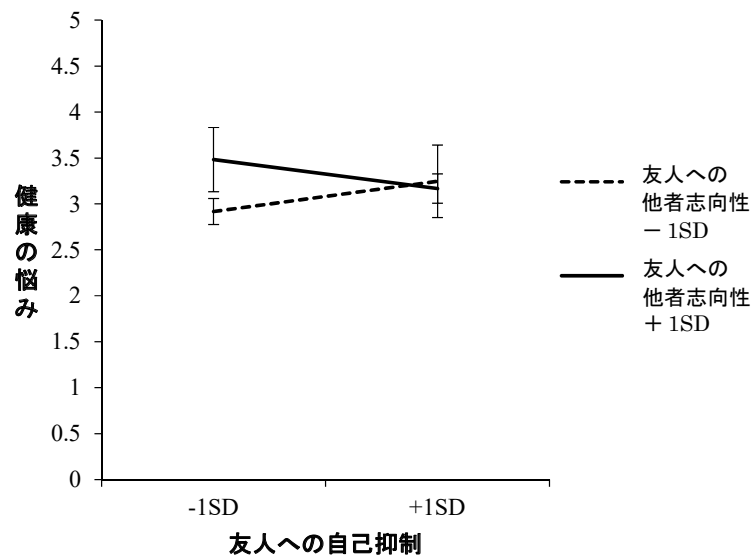


Figure 1 健康の悩みに対する他者志向性と自己抑制の交互作用の効果

考察

本研究の目的は、援助要請における利益・コストの予期がその意図におよぼす影響を、過剰適応傾向の調整効果を確認するという観点から再検討することであった。「援助要請意図」の3因子を目的変数、援助要請における利益・コストの予期と過剰適応傾向の各因子を説明変数とする階層的重回帰分析の結果、「心理・対人関係に関する悩み」や「学業の悩み」を相談しようとする意図には、「ポジティブな結果」の予期のみが有意な関連を示すことが示された。また、「健康の悩み」を相談しようとする意図には、「ポジティブな結果」の予期だけではなく、「友人への他者志向性」と「友人への自己抑制」の交互作用項が有意な関連を示すことが示された。

「ポジティブな結果」の予期が3つの援助要請意図に有意な関連を示したのは、永井ら(2016)や永井・鈴木(2018)などと類似した結果であった。このことから、この結果の頑健性が改めて示唆される。すなわち、大学生は他者に相談することによってよい結果を得られると予期すると、援助を求めるようである。

逆に、「相手への迷惑」の予期が3つの援助要請意図に有意な関連を示さないことも、永井・鈴木(2018)と類似した結果であった。このことは、前述した「ポジティブな結果」の影響と関わり、大学生に他者への援助要請を勧めるときには、相手に迷惑をかけてしまうかもしれないという認知を軽減させるより、相談することでどのようなメリットがあるのかに注目する方が有効であることを示唆するものだといえるだろう。

他方、過剰適応傾向の2因子では、3つの援助要請意図に対する直接的な影響は示されなかったが、「相手への迷惑」との間に有意な相関関係を示し、「健康の悩み」を相談しようとする程度に対して有意な交互作用を示していた。3つの援助要請意図のうち、「健康の悩み」のみでこうした傾向が見られたことから、この因子は「心理・対人関係の悩み」や「学業の悩み」とは性質の異なる

相談意図を測定している可能性がある。そこで項目内容を見てみると、「心理・対人関係の悩み」や「学業の悩み」に属する項目は「友達との付き合いで困っているとき」「大学での専攻や研究室を決めるのに迷っているとき」などとなっており、相談相手である友人が自分と類似した文脈にいるかどうかは明白に分かりやすい項目となっているように思われる。それに対して、「健康の悩み」に属する項目は「お酒をやめたい、お酒を減らす方法を知りたいとき」などとなっており、友人からの自己開示がなければ文脈を共有しにくい項目であるようにうかがわれる。このような悩みの性質の違いが、過剰適応傾向の作用の差異に現れたといえるのではないだろうか。そうだとすれば、文脈を共有できているかどうか分かりにくい場合の相談意図は、過剰適応傾向によって左右される可能性がある。この点に関しては、今後、知見の蓄積が必要であろう。

さて、「健康の悩み」に対する過剰適応傾向の具体的な交互作用の影響として、「他者志向性」は、「自己抑制」が低いときにのみ、その効果が示された。「他者志向性」は他者への接近を志向する過剰適応行動であるため、他者に援助を求めようとする援助要請意図と共通する要素があったのかもしれない。これは、過剰適応傾向のうち、「他者志向性」のみが高い人は、ソーシャルサポートの受領も多いという、王(2016)の知見と類似している。また、他の過剰適応の先行研究でも、「他者志向性」は学校適応感を高めるなど、必ずしも不適応的な傾向とはみなされていない(風間・平石, 2018など)。これらのことから、「健康の悩み」が示すような文脈を共有しにくい相談内容の援助要請意図をも高めるという目的に沿うならば、「他者志向性」を上昇させながら「自己抑制」を低減させるというアプローチを並行して行う必要があるといえるかもしれない。

前述したように、「他者志向性」は他者に接近することを志向する行動ものであるから、これを向上させるアプローチとしては、「困ったときは誰かに相談するように」勧めるアプローチが考え

られる。実際、今日では、このような取り組みは義務教育段階から行われているため、これを継続できるとよいだろう。

また、「自己抑制」を低減させうる、実証的な効果が期待できるアプローチとしては、第一に、受容的な雰囲気的生活環境を構築していくことが考えられる。益子・岸・飯田・川島・木村・近藤・富沢・山本・稲津・加藤・善福・片野・佐藤・副・竹内・高橋（2011）は、入学時オリエンテーションで受容的な雰囲気の学年集団を形成するグループワークを実施した結果、「自己抑制」が有意に低下したことを報告した。受容的な雰囲気は、援助要請をした際に受け入れてもらえるだろうという予期も高めると考えられるため、このようなアプローチが奏功する可能性がある。

第二に、統合的葛藤解決スキルの心理教育プログラムを実施することが考えられる。統合的葛藤解決スキルは、「日常的な対人葛藤において個人が用いる、葛藤当事者双方がお互いに納得・満足して葛藤を解決するためのスキル」と定義される（益子，2013）。益子（2019）は、大学生にこのスキルの心理教育プログラムを実施した結果を踏まえ、そうした介入が「長期的に見れば過剰適応傾向の「自己抑制」を低下させるかもしれない」ことを論じている。このスキルの高い人は、自分は援助を要請したいのに、他者がそれに応えてくれるかどうか分からない場面において、自己抑制的に一人で諦めず、どの程度の援助なら求めることができるのかを、対話を通して決定しようと考えられる。そのため、援助要請の意図を高めることにも奏功する可能性がある。

まとめと本研究の限界

本研究では、援助要請における利益・コストの予期がその意図におよぼす影響を、過剰適応傾向の調整効果を確認するという観点から再検討した。階層的重回帰分析の結果、「心理・対人関係に関する悩み」や「学業の悩み」を相談しようとする意図には「ポジティブな結果」の予期のみが

有意な関連を示す一方、「健康の悩み」を相談しようとする意図には「ポジティブな結果」の予期だけでなく、「友人への他者志向性」と「友人への自己抑制」の交互作用が有意な関連を示すことが示唆された。そして、「健康の悩み」でのみ、こうした傾向が見られた理由や、援助要請意図を高めるという観点から見た過剰適応傾向へのアプローチが考察された。

本研究の限界としては、第1に、調査協力者が限定的であった点が挙げられる。本研究では国立A大学の学生の回答のみを分析対象としている。そのため、本研究で得られた知見が大学生を代表するかどうかという点には、疑問の余地が残る。今後は複数の国立大学や、私立大学、専門学校に通う学生に調査を依頼し、この知見が一般化できるかどうかを検討する必要がある。

第2に、援助要請の質を考慮できていない点が挙げられる。本研究では個人が援助要請できるかどうかということが重要と考え（すなわち、援助要請された側が、その要請が過剰だと感じれば、要請側と調整することが重要と考え）、援助要請をできるかどうかという一次元で捉えた。しかし、永井（2013）が指摘している通り、援助要請を行う個人の中には、問題の自力解決に挑戦する前から援助を要請する人も存在する。このような個人にどのようなアプローチが有効なのかは、本研究の知見からは明らかにされない。今後は援助要請の質にも考慮した検討が望まれる。

第3に、援助要請を調整や交渉の観点から検討する余地があるかもしれない。日常の人間関係における、もっともよいサポートとは、援助を要請する人にとって適切な内容や量であるだけでなく、それを提供する援助者にとっても実践可能なサポートであると考えられる。このとき、何が適切で、どのようなことならば実践可能なかを明らかにするためには、相互に調整、交渉する必要がある。しかし、本研究では援助を要請された側の反応を考慮しなかったため、この部分は未検討となっている。今後は援助の要請者－援助者の相互作用の視点から、ちょうどよい援助要請とはど

のようなものなのかを検討できるとよいだろう。

以上のような限界はあるとしても、本研究では、援助要請の利益・コストの予期と援助要請意図の関連に再現性があることを示唆しただけでなく、そこに過剰適応傾向が一定の調整効果を持つことを示すことができた。本研究の意義は、この点にあるといえるだろう。

引用文献

- 本田真大・新井邦二郎・石隈利紀 (2015). 援助要請行動から適応感に至るプロセスモデルの構築—カウンセリング研究, **48**, 65-74.
- 石津憲一郎 (2006). 過剰適応尺度作成の試み——信頼性と妥当性の検討—— 日本カウンセリング学会第39回大会発表論文集, 137
- 風間惇希・平石賢二 (2018). 青年期前期における過剰適応の類型化に関する検討——関係特定性過剰適応尺度(OAS-RS)の開発を通して—— 青年心理学研究, **30**, 1-23.
- 益子洋人 (2013). 大学生における統合的葛藤解決スキルと過剰適応との関連——過剰適応を「関係維持・対立回避的行動」と「本来感」から捉えて—— 教育心理学研究, **61**, 133-145.
- 益子洋人 (2019). 大学生における統合的葛藤解決スキル・トレーニングの効果の持続性—北海道教育大学紀要(教育科学編), **70**, 91-101.
- 益子洋人・岸太一・飯田敏晴・川島義高・木村真人・近藤育代・富沢貞雄・山本茉樹・稲津教久・加藤真子・善福正夫・片野真・佐藤真由美・副久美代・竹内信・高橋有子 (2011). 看護短大新入生における入学前グループワークの効果測定の試み——学校生活への見通しと過剰適応行動に焦点をあてて—— 日本教育心理学会第53回総会発表論文集, 562.
- 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.
- 永井智・本田真大・新井邦二郎 (2016). 利益・コストおよび内的作業モデルに基づく中学生における援助要請の検討—学校心理学研究, **16**, 15-26.
- 中岡千幸・兒玉憲一 (2009). 大学生用援助要請意図尺度の作成の試み—総合保健科学：広島大学保健管理センター研究論文集, **25**, 11-17.
- 王曉 (2016). 過剰適応傾向とソーシャルサポートの関連性についての日中比較——サポート期待とサポート受領および両者のズレに焦点を当てて—— 東北大学大学院教育学研究科研究年報, **64**, 141-156.

Rickwood, D., & Thomas, T. (2012). Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. *Psychology Research and Behavior Management*, **5**, 173-183.

清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD——機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—— メディア・情報・コミュニケーション研究, **1**, 59-73.

(札幌校准教授)

付記

貴重なお時間を割いて調査に協力して下さった学生の皆さまに、厚くお礼を申し上げます。

なお、本研究は、20XX年度の心理学応用実験 I・II * Bにおいて、加藤祥生さん・藤崎稜也さん・町田有奎さん(五十音順)が収集したデータを再解析し、全文を修正したものです。