

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2024 年度
氏名	杉本 紗也伽	指導教員 (主査)	高橋 稔教授

論文題目	信頼感および過剰な外的適応行動が援助要請の利益とコストを介して 援助要請方法に与える影響
------	---

本文概要

【問題と目的】他者に援助を求める行動は援助要請と呼ばれるが、必要な時に援助を求めることができない人々が存在し、援助要請に影響を及ぼす様々な要因の究明が試みられてきている。昨今では性別や被援助経験などの要因よりも、介入しやすい援助要請の利益とコストに注目が集まっている。援助要請を行うことのポジティブな結果予期や、相談しないことで問題の維持が予期される場合には相談行動が促進されることが示される反面、援助要請回避のコストである自助努力が予期されると相談行動が減少することが示されている（永井，2017）。よって、利益・コストを援助要請実行・回避の両面から総合的に捉えることが重要である（永井・新井，2007）。青年期は様々な精神疾患の好発期であり、生活環境が大きく変わる時期である。しかし、大学生の 5 人に 1 人は不安や悩みを抱えても誰にも相談しないと報告されており、相談相手として専門家よりも友人や家族を選ぶ傾向がある（一般社団法人日本私立大学連盟，2022）。非専門家への援助要請が第一選択肢となりやすいが、友人や家族などの非専門家が困っている若者を専門家につなげることがよくある（Lynch et al., 2023）。また、青年期において友人に援助を求め、悩みを開示する者はそうでない者よりも適応的であることが示されており（漆山，2003）、援助を求めやすい非専門家への援助要請を促進させることも有効であると考えられる。しかし、現代青年の友人関係は、表面的な親密さを求め、関係が深まることを恐れていると捉えられており（岡田，1995）、信頼感が低下し、不信感や過剰適応が高まっていることが、青年が援助を求められない理由の 1 つだと考えられる。ところで、SNS の利用が若者の間で広がっており、SNS での援助要請の利点として、ソーシャルスキルをあまり必要としないことや（渡部他，2014）、自身の成果を SNS で記すことで、困難の解決を促進する情動的サポートを引き出しやすく、問題解決に至りやすいことが示されている（伊藤・高橋，2019）。以上を踏まえ、本研究では、SNS での援助要請が選択されやすいのか検討しつつ、青年期後期の学生が対面および SNS での援助要請をする意図に、信頼感・不信感、過剰適応、援助要請の利益・コストが及ぼす影響について検討することを目的とした。

【方法】大学生、大学院生等の学生 318 名（男性 154 名、女性 164 名、平均年齢 20.92 歳）に対してインターネット上で無記名の質問紙調査を実施した。調査内容は、①所属、学年、②信頼感尺度（天貝，1995）、③過剰な外的適応行動尺度（益子，2009）、④利益・コスト予期尺度（永井・鈴木，2018）、⑤直接と SNS での援助要請意図：渡部・永井・桑原（2013）を参考に、大学生における悩みの 6 領域について、友達への相談方法（対面、SNS）の援助要請意図を「相談しないと思う」～「相談すると思う」の 5 件法で回答を求めた。

【結果と考察】対面と SNS の援助要請意図の差について t 検定を実施した結果、SNS よりも対面の援助要請意図の平均値が有意に高いことが示された。この結果は、SNS で自身の情報を公開することの不安と、SNS では対面よりも非言語的なコミュニケーションが少ないためだと考えられる。次に、対面および SNS での援助要請意図に、信頼感・不信感、過剰適応、援助要請の利益・コストが及ぼす影響について検討するために仮設モデルの検討を行った。その結果、①不信は援助要請のコストの予期に影響するが、過剰な外的適応行動は援助要請の利益・コスト双方に影響する。②援助要請実行の利益を予期することで援助要請意図につながる。しかし、過剰な外的適応行動においては、援助要請実行のコストを予期する場合でも SNS での援助要請意図につながる。③他者への信頼が援助要請意図に直接与える影響が、援助要請の利益・コストを介するよりも大きいことが示された。以上の結果から、援助要請意図を高めるためには、日常的に信頼感が持てる関係を築いておくことが大切であることが推察された。また、SNS の援助要請は対面での援助要請よりも選択されにくいかもしれないが、過剰な外的適応行動から援助要請実行のコストを介して SNS での援助要請意図に正の影響を与えていたことから、SNS での援助要請が求められる場合もあることも示唆された。