

## 展 望

被援助志向性、被援助行動に関する研究の動向<sup>3</sup>水 野 治 久<sup>1</sup> 石 隈 利 紀<sup>2</sup>

我が国においてカウンセリングが専門的サービスとして認められつつあるが、援助を受ける側からの被援助志向性や被援助行動に関する研究はほとんど実施されていない。一方で、米国ではこの領域に関する研究は20年ほど前から行われている。米国における被援助志向性および被援助行動の研究を分類した結果、1) デモグラフィック要因との関連、2) ネットワーク変数との関連、3) パーソナリティ変数との関連、4) 個人が抱えている問題の深刻さ、症状との関連の4領域に集約された。研究の課題として、1) 他の研究を踏まえた上での援助志向性、被援助行動の定義の必要性、2) 被援助志向性が低い人に対する介入や被援助志向性が低い人のための援助システムの構築へ結びつく研究の必要性があげられる。このような研究を通して、我が国の専門・職業的心理学の構築の必要性が示唆された。

キーワード：被援助志向性、被援助行動、カウンセリング・サービス、専門・職業心理学、学校心理学

## はじめに

我が国において、カウンセリングが社会の中で専門的サービスとして受け入れられつつある。例えば、学校においては、スクールカウンセラーが制度化され、援助方法や体制に関する実践的な議論が展開されている(例えば石隈, 1996; 伊藤・中村, 1998)。近年、カウンセリングの対象である児童や生徒、学生がカウンセリング・サービスに対してどのような意識を持ち、どのような問題をカウンセラーに相談したいのかを明らかにする調査が小学生(関根ら, 1998)、中学生・高校生(石隈・小野瀬, 1997)、大学生(金沢・山賀, 1998)、留学生(水野, 1998; 水野・石隈, 1998)を対象に展開されている。こうした議論は援助を利用するクライアント側からの視点であり、カウンセリング・サービスが我が国で専門的サービスとして確立するために必要不可欠である。

このように、個人がカウンセラーやメンタルヘルスサービスなどの職業的な援助者をどのように利用するかということは、help-seeking preference, help-seeking behavior と呼ばれ、米国を中心に1970年頃から研究成果が積み上げられてきた。

そこで、本稿では文献研究により、help-seeking

preference, help-seeking behavior の研究の動向を概観し、これらの研究の課題と今後の方向性を明らかにする。それにより、カウンセリング・サービスなどの対人援助領域の基盤となる学校心理学(石隈, 1996)、カウンセリング心理学(國分, 1998)、臨床心理学(下山, 1997)などの心理学に実証的資料を与えることを目指すものである。

## 文献検索の方法

文献検索は、American Psychological Association の Psycho-First を使用し、help-seeking をキーワードに1994年5月から1997年4月までの論文を検索した。その結果316件の研究が抽出された。その中から help-seeking preference, help-seeking behavior を中心的に扱っている論文65件を抽出した。それ以前の研究については、まず American Psychological Association 発行の雑誌から、心理学、臨床心理学、カウンセリング心理学関連の雑誌を選び、1970年代からその目次をあたった。また、Psycho-First で抽出した65論文に重ねて引用されている論文については、American Psychological Association 発行の雑誌でなくても、重要な論文と判断し、抽出した。以上のような段階を経て、help-seeking preference, help-seeking behavior を主として扱っている、1970年代、1980年代、1990年代の研究を91件抽出し、最終的に156論文を対象に文献研究を実施した。

<sup>1</sup> 一橋大学法学研究科

<sup>2</sup> 筑波大学心理学系

<sup>3</sup> 本研究は、平成10年度文部省科学研究費奨励研究(A)(研究課題番号 10710041)の助成を受けた。

## 被援助志向性、被援助行動の定義と尺度

### 1. 定義

我が国において、help-seeking という用語が最初に紹介されたのは社会心理学の分野である(相川, 1987)。help-seeking は「援助要請」と翻訳され、社会心理学の援助行動研究の一部として研究が展開されてきた(高木, 1998)。DePaulo(1983)は援助要請の典型的なケースを「(1)個人が問題の解決の必要性があり、(2)もし他者が時間、労力、ある種の資源を費やしてくれるのなら問題が解決、軽減するようなもので、(3)その必要のある個人がその他者に対して直接的に援助を要請する行動である」と説明している。

次に、教育心理学の分野では、中谷(1998)が academic help-seeking を学業的援助希求と翻訳し、「学習において、困難に直面し、自分自身で解決が難しいと感じたとき、必要な援助を他者に求める行動である」と説明している。

最後に、カウンセリング心理学や臨床心理学の立場からの定義は、Srebnik et al. (1996) が子どもの help-seeking を「メンタルヘルスか他の公的、私的サービスに対して情緒的、行動的問題の解決のために援助を求めることである」と定義している。

DePaulo (1983) および中谷(1998)と Srebnik et al. (1996) の定義を比較すると、DePaulo (1983) より中谷(1998) および Srebnik et al. (1996) の定義が、援助者とその内容をより限定的に捉えていることがわかる。カウンセリング心理学や臨床心理学の分野の help-seeking の研究をみると、1)援助者をカウンセラーやメンタルヘルスの専門家に限定し、援助内容も情緒的、行動的問題を中心に扱っている研究、2)援助者に教師を加え、学業の問題や進路の問題をその範囲に入れている研究などがある。

これに対して社会心理学の援助行動の研究では、援助者を特定せず、援助内容も拾い物から臓器提供までをその範疇に納めようとしており(松井, 1981)、カウンセリング心理学や臨床心理学の研究とは本質的な違いがある。

本研究は、米国を中心に展開されている help-seeking preference, help-seeking behavior をカウンセリング心理学および臨床心理学の分野の研究の流れと位置づけ、論じる。援助内容も情緒的、行動的問題から学校や職場など現実場面における中心的な問題(学業や進路)を含むものとする。(FIGURE 1 参照)。

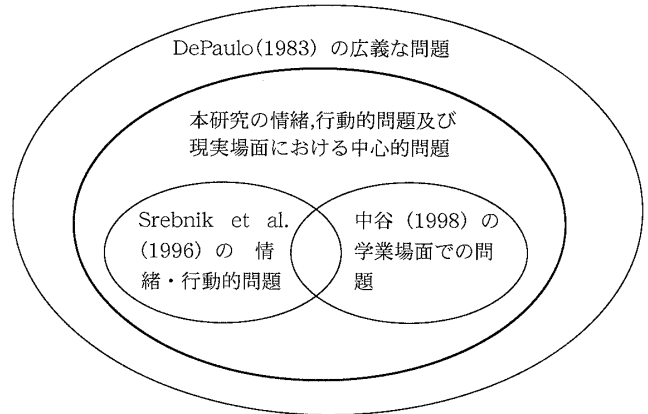


FIGURE 1 被援助志向性に関する各定義の援助領域の関連

本研究では、help-seeking preference を被援助志向性と翻訳し、その定義を「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」とする。また、個人がこのような援助者に援助を求める行動を被援助行動(help-seeking behavior)とする。このように定義したのは、本研究が、カウンセリング・サービスなどの対人援助の心理学への基礎資料を与えることを目指すからである。

なお、被援助志向性、被援助行動の上位概念として help-seeking という言葉があるが、これは従来の翻訳を踏襲し、援助要請とする。

### 2. 尺度

被援助志向性、被援助行動の研究は Phillips(1963)の研究まで遡ることができる。その後、Fischer & Turner(1970)が専門的心理的援助への態度尺度(The Attitude Toward Seeking Professional Psychological Help Scale)を発表した。これは、<専門的心理的援助の必要性の認識(8項目)>、<精神医学的援助を受けることで周囲から汚名を着せられることに対する耐性(5項目)>、<自分の問題の他者へのオープンネス(7項目)>、<メンタルヘルス専門家への信頼性(9項目)>の4因子から構成される尺度である。尺度全体の信頼性の検定として、.83の高い内的整合性、再テスト法では2週間で.89、8週間で.84の数値を報告している。また、Good et al. (1989)は男子大学生401名を対象にした調査において、この尺度のクロンバック  $\alpha$  係数を.84と報告している。

Fischer & Farina (1995)はこの尺度の短縮版を作成し、1因子構造、10項目の尺度として改訂した。クロ

ンバックの  $\alpha$  係数で.84, Fischer & Turner (1970) の尺度との相関係数として.87, 再テスト法 (1ヶ月後) で.80の信頼性を報告している。

しかし, 1970年以降の研究全てがこの尺度を使用しているわけではない。大学における勉強や対人関係などの問題領域毎に大学のカウンセリングセンターに相談するかどうかの意図を質問している研究(例えば, Gim et al., 1990 ; Kelly & Achter, 1995), 5つの情緒的問題を抱えた事例をあげ, この事例の主人公は, 医師, ソーシャルワーカー, メンタルヘルスケアのどこに相談に行くべきかを質問した調査 (Tijhuis et al., 1990) もある。また, 援助を受けた経験の期間も, 過去6ヶ月間に医師や地域のメンタルヘルスクリニックなどに援助を求めたかどうかを質問している研究 (Phillips & Murrell, 1994) もあれば, 過去1年間に教師やスクールカウンセラーなどへ援助を求めたかどうかを質問している研究 (Schonert-Reichl & Muller, 1996) もある。このように, 被援助志向性や被援助行動を測定する尺度は多様なものが使用されている。

### 被援助志向性, 被援助行動に影響を及ぼす変数

研究の動向を明らかにするために, 文献研究から得られた知見を分類した。その結果, 被援助志向性および被援助行動の研究の知見は, 1)性差(延べ31研究), 年齢(延べ20研究), 教育レベル・収入(延べ19研究)や文化背景の違い(延べ38研究)のデモグラフィック要因との関連, 2)ソーシャルサポート(延べ23研究)や事前の

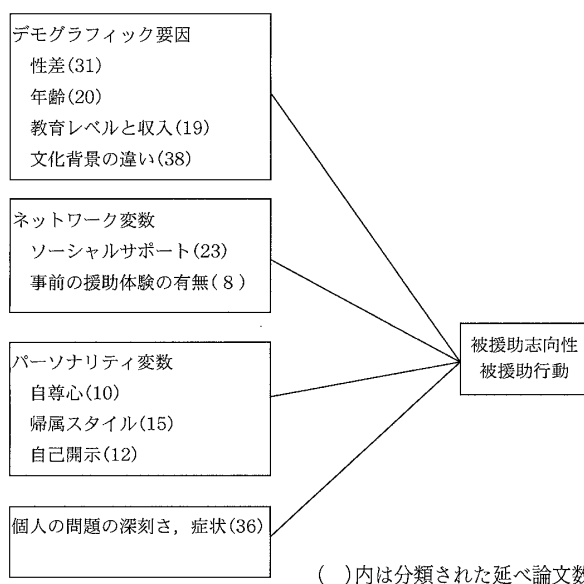


FIGURE 2 被援助志向性に影響を及ぼす変数の分類結果

援助体験(延べ8研究)などのネットワーク変数との関連, 3)自尊心(延べ10研究), 帰属スタイル(延べ15研究), 自己開示(延べ12研究)などのパーソナリティ変数との関連, 4)個人が抱えている問題の深刻さ, 症状(延べ36研究)との関連, の4領域に分類できることが明らかになった(Figure 2参照)。以下, それぞれの領域について, 個別に紹介していく。なお, 本稿において詳しく引用した比較的新しい論文については, 要点をTABLE 1にまとめた。

### 1. デモグラフィック要因

デモグラフィック要因では, 性差, 年齢, 教育, 収入や文化背景の違いと被援助志向性および被援助行動の関連について調べたものがある。

(1)性差 被援助志向性, 被援助行動と性差の関連を扱った研究では, 女性の方が心理的問題で援助を受けることに肯定的な態度を示すことが数々の研究により確かめられている (Fischer & Turner, 1970 ; Fischer & Farina, 1995 ; Garland & Zigler, 1994 ; Kessler et al., 1981)。しかし一方で, 性差による違いが認められなかったとする研究 (Christensen & Magoon, 1974 ; Parish & Kappers, 1979 ; Snyder et al., 1972) もあり, 必ずしも一貫した知見が得られているとは言い難い。

Rickwood & Braithwaite (1994) は715名の高校生を対象に調査を行い, GHQ (General Health Questionnaire) 得点が高いグループ196名だけを抽出し, 過去12週間以内にどの程度心理的な問題で援助を求めたかを重回帰分析により明らかにしている。その結果, 女性であること, メンタルヘルスの状態を開示する人がより援助を求めていた。この結果は, 症状という変数を統制しても, 女性の方が援助を求めやすいことを示している。すなわち, 女性の方が男性より症状が重いので援助を求めるのではなく, 女性であることが直接, 被援助行動に関連していると言える。

Good et al. (1989) は, 男子大学生401名を対象に調査を実施し, 他の男性に感情や情動を表わすことへの心配という伝統的な男性の役割意識が心理専門家へ援助を求めることに負の関連があったとしている。このように性にまつわる役割意識が被援助志向性および被援助行動に関連しているのであれば, 援助を受ける個人が性役割をどのように捉えているかを考慮に入れる必要がある。

(2)年齢 次に指摘されている変数は年齢である。18歳以上の4,184名を対象に調査を実施した Leaf et al. (1987) は, 若者 (18~24歳) と高齢者 (64歳以上) は, 中年と比較してメンタルヘルスサービスを受けないと指

TABLE 1 米国における被援助志向性、被援助行動に関する主な研究のまとめ

	研究名	対象者	主な独立変数	主な従属変数	主な結果
1	Rickwood & Braithwaite, 1994	高校3年生715名	GHQ, ネットワーク, 医師への信頼感, 私的 自己意識特性, 自己開示	過去12週間以内に心理的問題で援助を受けたか	被援助行動を予想する変数は, 症状の程度, 性差(女性), 親しい友人の程度, メンタルヘルスに相談した人を知っていること, メンタルヘルスの状態を開示する程度, 私的 自己意識特性の高い人であった。専門家に限定した場合は, 症状の程度, 医師への信頼感の低さであった。症状の深刻な人の被援助行動を予想する変数は, 性差(女性), メンタルヘルスの状況を開示する程度であり, 専門家に限定した場合は, 症状の程度であった。
2	Schonert-Reichl & Muller, 1996	中学2年生～高校3年生の221名	自己価値, 自己意識, Locus of Control	過去1年間の被援助行動(母親, 父親, 専門家等)	年齢が高い人, 自己価値得点や自己意識得点が低い人が専門家へ援助を求めている。
3	Leaf et al. 1987	18歳以上の4,184名	デモグラフィック変数	メンタルヘルスサービスに対する態度	若者(18歳～24歳)と高齢者(64歳以上)は中間の年齢層の人と比較して援助を受けたがらない。
4	Phillips & Murrell, 1994	55歳以上の高齢者240名	主観的幸福感, ソーシャルサポート, 健康状態	過去6カ月以内のメンタルヘルスの問題での被援助行動	主観的幸福感の低い人, 健康状態の悪い人, 望まない出来事 の程度が高い人, ソーシャルサポートが少ない人が援助を求めている。
5	Tijhuis et al., 1990	オランダの10,171名 40%が25歳～44歳	対人ネットワークの特徴, オープンネス, デモグラフィック要因	情緒的問題の事例を5つ示し, 医師, ソーシャルワーカー, メンタルヘルスサービスのどこに相談に行くべきかを質問した	メンタルヘルスの専門家への援助を求めやすい人は, 年齢が若く, 学歴と収入が高く, メンタルヘルスで働いている知り合いがあり, メンタルヘルスの事柄の開示性の高い人であった。
6	Tedeschi & Wills, 1993	114名の学部学生(アジア系66名, 白人48名)	国籍	援助者の順位付け, 好みのカウンセラーの特徴, 被援助志向性	留学生と白人学生の間で個人的な問題があった場合の相談相手の好みは差がなかったが, アジア系留学生は白人学生より, 同じ民族のカウンセラー, 年上のカウンセラーを好む。
7	Mau & Jensen, 1990	アメリカ人学生148名, 中国人学生102名	デモグラフィック要因	問題毎の理想的な援助者を友人, 指導教官, カウンセラー, 精神科医等から選択	職業・教育問題では留学生は「友人」, アメリカ人学生は「指導教官」を選択した人が多く, 精神病理では留学生は「援助者なし」をアメリカ人学生は「精神科医」選択する人が多かった。
8	Tata & Leong, 1994	219名の中国系アメリカ人の大学生	米国文化への文化変容の程度, 社会的ネットワーク, 個人主義の程度	被援助志向性	女性であること, 米国文化への文化変容の程度が被援助志向性と正の関連を示した。社会的ネットワーク及び個人主義の程度は被援助志向性と負の関連を示した。
9	Atkinson & Gim, 1989	557名のアジア系アメリカ人の大学生	米国文化への文化変容の程度	被援助志向性	文化変容得点の高い人は, 専門的心理的援助のニーズを認識する傾向にあり, 援助を受けることによる周囲からの汚名に対する耐性が高く, 自分の問題を開示する程度が高い。
10	Gim et al., 1990	816名のアジア系アメリカ人	米国文化への文化変容の程度	24の領域で問題を経験しているかどうかとその問題における被援助志向性	文化変容得点の低い人か中程度の人は, 得点の高い人と比較して, カウンセリングに行く意欲が高い。
11	Goodman et al., 1984	カウンセリングを希望した50名と統制群50名	カウンセリングの経験	ストレスフルな出来事 の程度, ソーシャルサポート	カウンセリングを受けた人は, 成績が低く, ストレスフルな出来事の否定的な影響が多く, 肯定的な出来事及びその影響, ソーシャルサポートが少なく, 家族との付き合いに乏しかった。
12	Halgin et al., 1987	大学生429名から, うつ得点で126名を抽出	被援助行動, うつ傾向	専門的心理的援助への意図	うつ得点が高い人はそうでない人と比較して専門的心理的援助を求める意図が強かった。うつ得点の高い人の中では, 援助を受けた経験のある人が, 専門的心理的援助を求める意図が強かった。
13	Robbins, 1981	大学生300名	原因帰属	精神科医・心理学者へのサービス利用	問題の原因を「本人の素質」に帰属する傾向と精神科医や心理学者の援助を利用する傾向は正の関連を示した。
14	Garland & Zigler, 1994	97名の中学生と101名の高校生	帰属スタイル, 自己効力感, うつ傾向	被援助志向性	うつ傾向, 内的(internal)で永続的(stable)で全体的(global)な帰属スタイルの傾向の強い人は援助を求めることに対して否定的な態度を持ちやすい。自己効力の高さと被援助志向性は肯定的な関連が認められた。
15	Kelly & Achter, 1995	研究1:大学生256名 研究2:自己隠蔽尺度の高得点者・低得点者83名	研究1:自己隠蔽 研究2:カウンセリングに自己開示を伴うかどうか	研究1:被援助志向性, カウンセリングへの意図 研究2:カウンセリングに対する好意度	研究1:自己隠蔽得点の高い人は被援助志向性は低いが, カウンセラーに相談する意図は高かった。 研究2:「カウンセリングに自己開示を伴う」という解説を読んだ, 自己隠蔽得点の高い人はカウンセリングに対して好意的でなかった。「自己開示について触れていない解説」を読んだ人は両変数の関連は認められなかった。

摘している。Schonert-Reichl & Muller (1996) は13歳～18歳までの221名に対して、専門家(教師, スクールカウンセラー, コーチ, 校長など)への被援助行動に関する調査を行い、年齢の高さが援助を求める人を判別する指標になったとしている。

Phillips & Murrell (1994) や Rickwood (1995) も指摘するように青年期や高齢者の研究は少なく、年齢による被援助志向性、被援助行動の違いを結論づけるには更なる調査の積み重ねが必要であるが、年齢と被援助志向性、被援助行動は関連がある可能性がある。

(3)教育レベル・収入 10,171名のオランダ人を対象に調査を行った Tjihuis et al. (1990) は、メンタルヘルスサービスへの被援助志向性に関連のあるデモグラフィック要因として、高い学歴と収入をあげている。子どもについても、両親の教育や社会経済的地位が低い場合はメンタルヘルスサービスを受ける可能性が低くなるとの調査結果もある (Saunders et al., 1994)。

子どもの情緒的、行動的問題における援助要請過程の研究をレビューした Srebnik et al. (1996) は、収入などの社会経済的地位との関連は、「曲線モデル」つまり、社会経済的地位の低い人と高い人のメンタルヘルスサービスの利用率が高く、中程度の人々のメンタルヘルスサービスの利用率は低いと指摘している。このような調査結果は、教育レベルや収入の被援助志向性、被援助行動への関連を示唆するものである。

(4)文化背景の違い 米国ではアジア系アメリカ人は心理的サービスやメンタルヘルスサービスを利用しないと指摘されてきた (Sue, 1977; Sue & Sue, 1974; Yamamoto, 1978)。また、米国におけるマイノリティは同国人からの援助者 (Tedeschi & Wills, 1993)、民族的治療 (Folk medicine) (Padilla et al., 1975) を好むとの指摘もある。

Mau & Jepsen (1990) は、大学院に在籍する中国人留学生102名とアメリカ人学生148名の理想的な援助者を比較した。対象者は、問題領域ごとに理想的な援助者を友人や指導教官、カウンセラーや精神科医などから選択するように指示された。その結果、10項目の問題領域のうち8項目では一致し、2項目つまり職業・教育的問題、精神病理で両者は異なる援助者を選択した人が多かった。具体的には、職業・教育的問題において留学生は「友人」を、アメリカ人学生は「指導教官」を、精神病理で留学生は「援助者なし」を、アメリカ人学生は「精神科医」を選択した人が多かった。この結果、2項目であったが留学生と現地学生の被援助志向性は異なり、留学生はキャリアや学業の問題ではインフォーマルな援助者を利用し、精神病理の問題

では援助を求めない傾向があると言える。

異なる文化の価値観が被援助志向性に関連があるのであれば、米国文化の価値観をより取り入れている外国人は援助を求めることに積極的である可能性がある。Tata & Leong (1994) は、219名の中国系アメリカ人の大学生を対象に調査を行い、米国文化への文化変容の程度が被援助志向性と有意な関連を示したとしている。このことは、Atkinson & Gim (1989) の調査でも確かめられているが、従来の研究成果と矛盾する結論を見出している研究 (Gim et al., 1990) もあるので関連を断定することはできない。しかしながら、文化変容によって個人の価値観のどの部分が変化するかを細かく解明し、価値観と被援助志向性の関連を明らかにする必要がある。

## 2. ネットワーク変数との関連

ここでは、対人ネットワークと被援助志向性および被援助行動の関連を扱った研究が分類された。具体的には1) ソーシャルサポート、2) 事前の被援助体験との関連である。

(1)ソーシャルサポート 調査結果をみると、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言われている。米国の大学のカウンセリングセンターでカウンセリングを希望した50名とカウンセリングを受けたことがない50名を比較した Goodman et al. (1984) は、カウンセリングを受けた人はソーシャルサポート得点が低かったことを明らかにしている。また、Phillips & Murrell (1994) は、医師、地域のメンタルヘルスセンター、牧師に過去6ヵ月間、メンタルヘルスの問題で援助を求めた高齢者120名および、統制群として援助を求めたことがない高齢者120名を縦断的に調査した。その結果、援助を求めた人とそうでない人を判別する変数の1つとしてソーシャルサポートの欠如をあげている。

(2)事前の被援助体験 メンタルヘルスサービスとの事前の接触体験も被援助志向性や被援助行動に肯定的な関連がある。Halgin et al. (1987) は、大学生429名を対象に調査を行い、BDI (Beck Depression Inventory) 得点と被援助行動の有無により126名を実際の分析の対象とした。その結果、うつ傾向の高い学生の中でも援助を受けた経験のある人は、援助を受けた経験のない人より、専門的な心理的援助を受けようとする意図が高かったとしている。事前の専門家との接触は、他の研究者も同じような結論を見出している (Surgenor, 1985; Zeldow & Greenberg, 1979)。この他にも、メンタルヘルスサービスで働いている知り合いがいることと被

援助行動は関連が認められた (Tijhuis et al., 1990)。

このような結果は、精神科医やカウンセラーとの接触場面を設定することにより被援助志向性や被援助行動を高めていける可能性を示している。

### 3. パーソナリティ変数

被援助志向性、被援助行動とパーソナリティ変数の関連を調べた論文をみると、1)自尊心、2)帰属スタイル、3)自己開示との関連が主に研究されていることがわかる。

(1)自尊心 自尊心の低さが援助を求めやすいこととも関連することは社会心理学の研究者によって指摘され (Fisher et al., 1982)、カウンセリングなどの援助場面においても同じ様な傾向が確認されている。Gross et al. (1979) は、大学生や教職員の女性6,955名に対してグループカウンセリングへの勧誘を手紙で行い、実際にグループカウンセリングに参加した23名と手紙の返信をしなかった31名に対してパーソナリティテストを実施し、グループカウンセリングに参加した人の自己受容得点が有意に低かったことを報告している。最近の研究では、Schonert-Reichl & Muller (1996) が13歳～18歳までの221名に対して、過去1年間の専門家(教師、スクールカウンセラー、コーチ、校長など)への被援助行動に関する調査を行い、自己価値および自己意識得点の低さが援助を求める人を判別する指標になったとしている。Miller (1985) も、アルコール中毒者の治療への動機づけを中心に文献レビューを行い、自尊心が低いことと援助を求めることは関連があると結論づけている。

(2)帰属スタイル 外的な帰属スタイルが被援助志向性や被援助行動に否定的な影響を及ぼすことは Fischer & Turner (1970) の調査により既にその関連が確認されている。しかしながら、最近の研究では一貫した結論は見出されていない。

大学生300名を対象に調査を実施した Robbins (1981) は、大学のカウンセリングセンターに持ち込まれた75の問題の帰属を「その人の環境」か「その人個人の素質」にあるのかを質問した。その結果、問題の原因を「個人の素質」に帰属した人は、精神科医や心理学者への援助利用の程度と正の関連があったとしている。

しかしながら、97名の中学生、101名の高校生を対象にした Garland & Zigler (1994) は、うつ的な帰属スタイルである内的 (internal) で永続的 (stable) で全体的 (global) な帰属スタイルの人は援助を求めないとし、矛盾する調査結果を報告している。

(3)自己開示 Fischer & Turner (1970) は専門的心理的援助への態度尺度の中に自己開示に関する因子を見

出している。最近では、Tijhuis et al. (1990) がメンタルヘルスの専門家への被援助志向性と関連があったとしている。

Kelly & Achter (1995) は大学生256名を対象に、秘密を多く隠蔽する自己隠蔽と被援助志向性の関連を調査し、自己隠蔽得点の高い人は被援助志向性が低いことを明らかにしている。しかし、実際にカウンセラーに相談するかどうかの意図を質問したところ、自己隠蔽得点とは肯定的な関連があり、両者は矛盾する結果であった。その後、研究2として「カウンセリングが自己開示を伴う」という解説と、「自己開示について触れていない解説」が記載された別々の調査票をランダムに大学生に配布した。分析は自己隠蔽尺度の高得点者1/4と低得点者1/4の83名に対して実施された。その結果、「カウンセリングに自己開示を伴う」という解説を読んだ、自己隠蔽得点の高い人はカウンセリングに対して好意的でなかったが、「自己開示について触れていない解説」を読んだ人については、両変数の関連は認められなかった。この研究は自己開示への恐れがカウンセリングを受けることへの意識と関連がある可能性を示している。

### 4. 個人の問題の深刻さ・症状

個人が抱える問題や症状の深刻さと被援助志向性、被援助行動は概ね関連があるとする結果が出ている。抱えている問題が大きければ援助を求める可能性が増えることは理解できる。

例えば、Phillips & Murrell (1994) は、55歳以上の高齢者の調査から望まない出来事の多さと被援助行動は関連があるとし、援助を受けた人がよりストレスフルな出来事(死別、離婚か離職、新しい病気)を経験していたと報告している。

Rickwood & Braithwaite (1994) は、715名の高校3年生に対して調査を実施し、症状は心理的問題で過去12週間に「援助を求めた経験」と「専門家(主治医、メンタルヘルスサービス、教育的サービス)に援助を求めた経験」の両方に関連があったとしている。しかし、Rickwood は後の調査 (Rickwood, 1995) で、平均年齢17.4歳の青年期の若者334名を対象に5度の縦断的調査を行い、友人、家族、専門家(主治医、メンタルヘルスサービス、教育的サービス)への被援助行動とGHQ (General Health Questionnaire) との関連を調査した。その結果、一時期を除いて有意な関連がみられず、Rickwood (1995) は両者の関連は確認できなかったと結論づけている。このように一貫した結論が出ているわけではないが、症状そのものが被援助行動と強い関連を示して

いるのであれば、今後はこの変数を統制するなど、被援助志向性、被援助行動の研究方法を工夫する必要がある。

### 研究の課題と方向性

以上、被援助志向性および被援助行動に関する研究を概観した。ここでは、研究の課題と今後の方向性を指摘したい。

既存研究の中には援助に対する意識を測定している研究や、援助を受けた経験を質問している研究がある。また、援助者もカウンセラー、メンタルヘルスサービスの医師、教師、家族と一定していない。

このように被援助志向性、被援助行動の概念は多様である。こうした多様性を踏まえた上で、研究者は各自の被援助志向性・被援助行動を定義すべきである。こうすることで、個々の研究が何を測定しているのかが明らかになり、それが結果的に尺度を検討することに繋がる。また、被援助志向性と被援助行動の関連も検討する必要がある。志向性と行動はどの程度関連があるのか、志向性をどの程度あげれば行動に結びつくのかを明らかにしなければならない。

次に、この領域の研究が実際のカウンセリング・サービスなどの対人援助実践の基盤として貢献すべき方向で研究のあり方が工夫されるべきである。具体的には、1) 被援助志向性が低い人たちに対して、志向性をあげる活動、2) 援助ニーズが高いにもかかわらず、被援助志向性が低く援助を受けない人たちを対象とした、被援助志向性が低くても利用可能な援助サービスを開発することを念頭においた研究が積み上げられる必要がある。

そのためにはまず、文献研究から示唆された介入のための変数を1つ1つ検討する必要がある。1) 被援助志向性をあげることを目指す研究としては、カウンセラーによる心理教育の講義を受けていることがカウンセラーへの被援助志向性をあげるかどうか、自尊心を脅かさずにカウンセリングを受けるためのサービス要因は何か、といった課題が考えられる。2) 被援助志向性が低く援助を受けない人たちを対象とした援助サービスの開発を目指す研究については、例えば、日本人のカウンセラーに援助を求めたがらないアジア系留学生に、同国人のピアカウンセラーを配置する試み、カウンセラーに自分の問題を開示することに恐怖感のある人に対しては、カウンセラーが自己開示を伴わない現実的な生活のサポートをすることで、本人を援助する試みなどが考えられる。

このような試みは、カウンセリング・サービスなどの対人援助領域へ実践的資料を与え、これが、学校心理学(石隈, 1996)、カウンセリング心理学(國分, 1998)、臨床心理学(下山, 1997)などを中心とした実践の科学としての心理学の発展を促すものである。

### 引用文献

- Atkinson, D.R., & Gim, R.H. 1989 Asian-American cultural identity and attitudes toward mental health services. *Journal of Counseling Psychology*, **36**, 209—212.
- 相川 充 1987 被援助者の行動と援助 中村陽吉・高木修 共編著 他者を助ける行動の心理学 光生館 Pp.136—145.
- Christensen, K.C., & Magoon, T.M. 1974 Perceived hierarchy of help-giving sources for two categories of student problems. *Journal of Counseling Psychology*, **21**, 311—314.
- DePaulo, B.M. 1983 Perspectives on help-seeking. In DePaulo, B.M., Nadler, A., & Fisher, J.D. (Eds.), *New Directions in Helping. Volume 2 Help-seeking*. New York : Academic Press. Pp.3—12.
- Fischer, E.H., & Farina, A. 1995 Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, **36**, 368—373.
- Fischer, E.H., & Turner, J.L. 1970 Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **35**, 79—90.
- Fisher, J.D., Nadler, A., & Whitcher-Alagna, S. 1982 Recipient reaction to aid. *Psychological Bulletin*, **91**, 27—54.
- Garland, A.F., & Zigler, E.F. 1994 Psychological correlates of help-seeking attitudes among children and adolescents. *American Journal of Orthopsychiatry*, **64**, 586—593.
- Gim, R.H., Atkinson, D.R., & Whiteley, S., 1990 Asian-American acculturation, severity of concerns, and willingness to see a counselor, *Journal of Counseling Psychology*, **37**, 281—285.
- Good, G.E., Dell, D.M., & Mintz, L.B. 1989 Male

- role and gender role conflict : Relations to help seeking in men. *Journal of Counseling Psychology*, **36**, 295—300.
- Goodman, S.H., Sewell, D.R., & Jampol, R.C. 1984 On going to the counselor : Contributions of life stress and social supports to the decision to seek psychological counseling. *Journal of Counseling Psychology*, **31**, 306—313.
- Gross, A.E., Fisher, J.D., Nadler, A., Stglitz, E., & Craig, C. 1979 Initiating contact with a women's counseling service : Some correlates of help-utilization. *Journal of Community Psychology*, **7**, 42—49.
- Halgin, R.P., Weaver, D.D., Edell, W.S., & Spencer, P.G. 1987 Relation of depression and help-seeking history to attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, **34**, 177—185.
- 石隈利紀 1996 学校心理学に基づく学校カウンセリングとは カウンセリング研究, **29**, 226—239.
- 石隈利紀・小野瀬雅人 1997 スクールカウンセラーに求められる役割に関する学校心理学的研究—子ども・教師・保護者を対象としたニーズ調査の結果より—平成6年度～平成8年度科学研究費補助金(基礎研究(c)(2))研究成果報告書
- 伊藤美奈子・中村 健 1998 学校現場のスクールカウンセラー導入についての意識調査—中学教師とカウンセラーを対象に— 教育心理学研究, **46**, 121—130.
- 金沢吉展・山賀邦子 1998 大学のカウンセリング・サービスに対する学生のニーズとその構造—上智大学新入生を対象としたニーズサーベイの結果から— 学生相談研究, **19**, 33—44.
- Kelly, A.E., & Achter, J.A. 1995 Self-concealment and attitudes toward counseling in university students. *Journal of Counseling Psychology*, **42**, 40—46.
- Kessler, R.C., Brown, R.L., & Broman, C.L. 1981 Sex differences in psychiatric help-seeking : Evidence from four large-scale surveys. *Journal of Health and Social Behavior*, **22**, 49—64.
- 國分康孝 1998 カウンセリング心理学入門 PHP新書
- Leaf, P.J., Bruce, M.L., Tischler, G.L., & Holzer, C. E., III 1987 The relationship between demographic factors and attitudes toward mental health services. *Journal of Community Psychology*, **15**, 275—284.
- 松井 豊 1981 援助行動の構造分析 心理学研究, **52**, 226—232.
- Mau, W.C., & Jepsen, D.A. 1990 Help-seeking perceptions and behaviors : A comparison of Chinese and American graduate students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, **18**, 94—104.
- Miller, W.R. 1985 Motivation for treatment : A review with special emphasis on alcoholism. *Psychological Bulletin*, **98**, 84—107.
- 水野治久 1998 アジア系留学生のヘルパー志向性に関する研究 一橋論叢, **119**, 34—48.
- 水野治久・石隈利紀 1998 アジア系留学生の被援助志向性と適応に関する研究 カウンセリング研究, **31**, 1—9.
- 中谷素之 1998 教室における児童の社会的責任目標と学習行動, 学業達成の関連 教育心理学研究, **46**, 291—299.
- Padilla, A.M., Ruiz, R.A., & Alvarez, R. 1975 Community mental health services for the Spanish-speaking/surnamed population. *American Psychologist*, **30**, 892—905.
- Parish, T.S., & Kappes, B.M. 1979 Affective implications of seeking psychological counseling. *Journal of Counseling Psychology*, **26**, 164—165.
- Phillips, D.L. 1963 Rejection : A possible consequence of seeking help for mental disorders. *American Sociological Review*, **28**, 963—972.
- Phillips, M.A., & Murrell, S.A. 1994 Impact of psychological and physical health, stressful events, and social support on subsequent mental health help seeking among older adults. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, **62**, 270—275.
- Rickwood, D.J. 1995 The effectiveness of seeking help for coping with personal problems in late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, **24**, 685—703.
- Rickwood, D.J., & Braithwaite, V.A. 1994 Social-psychological factors affecting help seeking for emotional problems. *Social Science & Medi-*



- cine*, **39**, 563—572.
- Robbins, J.M. 1981 Lay attribution of personal problems and psychological help-seeking. *Social Psychiatry*, **16**, 1—9.
- Saunders, S.M, Resnick, M.D, Hoberman, H.M., & Blum, R.W. 1994 Formal help-seeking behavior of adolescents identifying themselves as having mental health problems. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, **33**, 718—728.
- Schonert-Reichl, K.A., & Muller, J.R. 1996 Correlates of help-seeking in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, **25**, 705—731.
- 関根たまえ・難波博子・今田里佳・小野瀬雅人・石隈利紀・福沢周亮 1998 スクールカウンセラーの役割に関する学校心理学的研究(2) 日本教育心理学会第40回大会発表論文集, 363.
- 下山晴彦 1997 臨床心理学研究の理論と実際—スチューデント・アパシー研究を例として— 東京大学出版会
- Snyder, J.F., Hill, C.E., & Derksen, T.P. 1972 Why some students do not use university counseling facilities. *Journal of Counseling Psychology*, **19**, 263—268.
- Srebnik, D., Cauce, A.M., & Baydar, N. 1996 Help-seeking pathways for children and adolescents. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, **4**, 210—220.
- Sue, S. 1977 Community mental health services to minority groups: some optimism, some pessimism. *American Psychologist*, **32**, 616—624.
- Sue, S., & Sue, D.W. 1974 MMPI comparisons between Asian-American and non-Asian students utilizing a student health psychiatric clinic. *Journal of Counseling Psychology*, **21**, 423—427.
- Surgenor, L.J. 1985 Attitude toward seeking professional psychological help. *New Zealand Journal of Psychology*, **14**, 27—33.
- Tata, S.P., & Leong, F.T.L. 1994 Individual-collectivism, social-network orientation, and acculturation as predictor of attitudes toward seeking professional psychological help among Chinese Americans. *Journal of Counseling Psychology*, **41**, 280—287.
- Tedeschi, G.J., & Wills, F.N. 1993 Attitudes toward counseling among Asian international and native Caucasian students. *Journal of College Student Psychotherapy*, **7**, 43—54.
- Tijhuis, M.A.R, Peters, L., & Foets, M. 1990 An orientation toward help-seeking for emotional problems. *Social Science & Medicine*, **31**, 989—995.
- 高木 修 1998 人を助ける心—援助行動の社会心理学— サンエンス社
- Yamamoto, J. 1978 Research priorities in Asian-American mental health delivery. *American Journal of Psychiatry*, **135**, 457—458.
- Zeldow, P.B., & Greenberg, R.P. 1979 Attitude toward women and orientation to seeking professional psychological help. *Journal of Clinical Psychology*, **35**, 473—476.

(1998.11.21 受稿, '99.5.15 受理)

## *Help-Seeking Preferences and Help-Seeking Behaviors : An Overview of Studies*

*HARUHISA MIZUNO (HITOTSUBASHI UNIVERSITY) AND TOSHINORI ISHIKUMA (UNIVERSITY OF TSUKUBA) JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY, 1999, 47, 530—539*

Counseling services are now considered to be professional activities in Japan, yet little attention has been paid to studies of help-seeking preferences and help-seeking behaviors. Research on these topics has been conducted over the last 20 years in the United States. In the present article, studies of help-seeking preferences and help-seeking behaviors in the United States are classified into 4 categories : 1) demographic variables, 2) network variables, 3) personality variables, and 4) one's own symptoms or the seriousness of the problems. The focus of further research should be 1) on consistency in the definition of help-seeking preferences and help-seeking behaviors, and 2) on intervention methods for increasing help-seeking preferences and on helping systems for those people who prefer not to get help from counseling services. It is expected that professional psychology services will develop in Japan through such research on help-seeking preferences and help-seeking behaviors.

Key Words : help-seeking preferences, help-seeking behaviors, counseling services, professional psychology, school psychology