

## 学生相談機関への援助要請に必要とされる情報

西くるみ 信州大学大学院教育学研究科  
高橋知音 信州大学学術研究院教育学系

### 概要

本研究では、援助要請先の対象を大学の学生相談室と想定し、援助要請をしやすいする際に必要とされる情報は何かを分類すること、相談室へ援助要請するために必要とされる情報は人によって異なるかどうか検討することを目的に研究を進めた。必要な情報は「相談室の実績」「相談相手」「相談室のシステム」に分類できることが示された。実際の介入には不気味イメージを払拭できるような情報提供が効果的であること示唆された。スティグマについてはこちらから介入できる効果的な情報は得られなかった。また、「情報があれば行く」という状態になるためには、少なくとも不利益イメージが低くなることが必要であるということが示された。

**キーワード：**援助要請，学生相談，情報，相談室イメージ，スティグマ

### 問題と目的

援助行動とは、「解決が不可能、または困難な問題に直面している他者やほかの集団に、問題解決のための利益を与えようとする意図のもとに遂行される行動」である（相川，1989）。高野・宇留田（2002）は、援助行動を要請する意思決定は、援助要請に関わる利益とコストの査定に基づいて行われると考えられており、精神的な苦痛を感じている人が心理的な専門家に相談をしやすいするためには、援助要請をする際のコストを下げる必要がある。新見・近藤・前田（2009）の中学生を対象にした調査では、悩みがあるが相談をしない群は、相談をする群と悩みがない群よりも相談コストを高く、利益を低く見積もることがわかっており、援助要請をしやすいするための環境づくりにとっては、心理的コストや抑制要因と考えられるものを低下させる事が必須となるという事が考えられる。

スティグマは「汚名・屈辱」「烙印」「偏見」などと訳されており（榊原・松田，2003），精神疾患を持つ人を支えていく中でもスティグマは大きな阻害要因の一つである事が分かっている（Corrigan，2004）。Corrigan はスティグマとして社会スティグマと自己スティグマの二つを想定している。社会スティグマとは「心理的な治療を求める人は望ましくない、あるいは社会的に受け入れられないという認知」である。自己スティグマとは、「自己を

社会的に受け入れられないとラベルづけすることによって生じる、自尊心や自己価値の低下」であり(宮仕, 2010; Vogel, Wade, & Haake, 2006), Vogel et al. (2007) の調査によると, 社会的スティグマが自己スティグマを促進し, さらに自己スティグマがグループカウンセリングへの参加意欲を低下させていることがわかっている。

援助要請理論においては援助要請態度や意図が行動を予測することがモデル化されており, 援助要請行動を検討する際には, 援助を求めることについてどう思うかという援助要請に対する態度や, 困った時に援助を求めようと思うかの意図を検討することも必要である (Andersen, 1995; Andersen & Newman, 1973; Rosenstock, 1966; 梅垣, 2017)。宮仕(2010)の研究においても, 専門的心理的援助要請態度について悩みの深刻度は無相関であるが, 自己スティグマは抑制的に働くことが示唆されている。心理的コストの中にもスティグマは挙げられており, 自己スティグマや社会的スティグマは援助要請に大きな影響を与えていることが予測される。

スティグマなどの問題が解決しても, その援助要請先についても利用する側にとっては大きな検討要因となる。学校などの機関においては相談室が専門的な援助要請先にあたり, 何らかの悩みを抱えた学生が訪れることが想定されている。しかし, 学生相談への誤った認識や, 予備知識の少なさが来談意思の低下を招くことが示されている (伊藤, 2006)。伊藤(2006)の研究によると, 相談室に対する「有益」や「危機支援」のイメージが来談意思に正の影響を与えていることが示されている。反対に「不気味」や「不利益」と言ったイメージは来談意思を低下させることがわかっている。このことから相談室への援助要請には相談室に抱いているイメージが大きく影響していることがわかる。

援助要請への介入については, 先行研究でもさまざまなアプローチがなされている。佐々木・水野・永井 (2017) による, 大学生を対象とした実際の介入プログラムの実施においては, 専門的心理的要請態度が変化することが示されている。自己スティグマの軽減と専門的心理的援助要請態度の改善を目的とした介入プログラムは, 結果として自己スティグマに影響はないが専門的心理的援助要請態度を改善することができることが示された。このことから, 自己スティグマという相談者本人の考えを, 限られた時間と回数の中で変えることは難しいことだが, 援助要請態度に影響する可能性があることが示されている。

木村 (2016) では, シナリオ想定によって大学生の研究協力者を「問題の認識なし」から「友人家族への援助要請」, 「専門機関への援助要請」に至るまで各ステージわけをした。木村は学生相談機関の活用の仕方と題材とした介入プログラムを実施し, その後のステージ進退を検証したが, 一部の学生のみに進捗が見られるという結果であった。また, 小池・伊藤(2012)は大学生を対象に精神科受診意図を高める方法として情報提供の検討を行った。情報提供前後で精神科受診意図を測定した結果, 統制群と有意な差があったのは援助資源に関する情報を与えた群のみであった。このことから, 援助要請を受ける側が想定し, 計画した介入プログラムや情報は必ずしも全員に効果があると言い切ることができ

なかった。

多くの先行研究は、全員に同じプログラムを実施し、援助要請態度が変化するかどうかを検証している。しかし、相談をしないという人の中にも木村(2016)が示したように援助要請意欲はあるが自分自身の力で対処できるという人もいることが予想される。そういった人と、自己スティグマなどの要因によって援助要請を行わない選択をする人に同等の介入が必要であるかどうかを検証する必要があるのではないかと考える。しかし、実際にどんな情報が必要とされているのかという点について研究しているものは見られない。相談室や援助要請先の基本的な情報を伝えることはもちろんだが、それと同時に必要とされる情報を示すような介入ができれば、援助要請態度は肯定的に変化するのではないかと考えることができる。また、実際に援助要請を行う立場の人が開示している情報と、援助要請をする立場の人にとって必要とする情報には相違がある可能性がある。

本研究では、まず専門的心理的援助要請先の対象を相談室と想定し、悩み事があるときに相談室に行かないと選択する人が、援助要請をしやすくする際に必要とされる情報は何かを分類することを目的とする。

そして、援助要請の阻害要因と考えられる各々が持っているイメージとスティグマによって必要とされる情報は異なるということを明らかにすることを目的とする。

## 方法

### 参加者

大学生 1～4 年生 674 名（1 年生 529 名, 2 年生 115 名, 3 年生 15 名, 4 年生 9 名, 無記入 6 名: 男性 461 名, 女性 207 名, 無記入 6 名）が調査に参加した。平均年齢は 18.9 歳 ( $SD=1.04$ ) であった。

### シナリオの提示

悩みを抱えている際に相談機関に援助要請をするかどうかの選択をしてもらうため、“大学生の A さんには悩み事があり、学校にある相談室に行こうかどうか悩んでいる”というシナリオを提示した。シナリオを読んで、参加者が A さんの立場であれば相談に行くか否かを求めた。

### 必要とされる情報

シナリオにおいて“行かない”と回答した人に、どのような情報があれば相談室に行こうと思うか、自由記述で回答を求めた。

### 参加者の特性に関する指標

**相談室イメージ** 伊藤 (2006) の学生相談機関イメージ尺度を使用した。この尺度は相談機関に対するイメージとして、“有益イメージ”, “危機支援イメージ”, “不利益イメージ”, “不気味イメージ” の 4 因子構造であり, 36 項目で構成されている。“当ては

まらない”から“当てはまる”の5件法で評価を求めた。

**専門的心理的援助要請態度** Fisher, & Farina (1995) の“心理的問題について専門的援助を求める態度尺度(ATSPPH-S; Attitudes toward seeking professional help for psychological problems)”を翻訳した日本語版 ATSPPH-S (植松・橋本・橋本・小室, 2012) を使用した。6項目で構成されており, 先行研究と同様に“当てはまらない”から“当てはまる”の4件法で回答を求めた。

**自己スティグマ** Vogel et al. (2006) の Self-Stigma of Seeking Help Scale (SSOSH) を翻訳した自己スティグマ尺度 (宮仕, 2010) を使用した。“感情面で問題を抱えている人は1人でそれを解決しようとせず, もし私がカウンセラーと話したら, 私の自尊心は高まるだろう”という項目については質問の意図が分かりづらいこと, また宮仕の研究でも削除されていることから, 本研究においても9項目を使用した。先行研究と同様に“当てはまらない”から“当てはまる”の4件法で回答を求めた。

**社会スティグマ** Komiya, Good, & Sherrod (2000) によって作成された Stigma Scale for Receiving Psychological Help (SSRPH) を翻訳した SSRPH (植松他, 2012) を使用した。5項目で構成されており, 先行研究と同様に“当てはまらない”から“当てはまる”の4件法で回答を求めた。

### 操作チェック

参加者が悩みを具体的に考えて回答したか, またシナリオにある程度参加者を投影されていたかを確認するため, 質問紙の最後に参加者が想像した悩みを自由記述してもらった。前述の想像した悩みを実際に自分が抱えているかどうかを, 「抱えている」から「抱えていない」までの5件法で回答を求めた。

### 調査手続き

2019年4月, 10月に大学の講義終了後の時間を利用して質問紙を配布した。研究の概要, 研究参加に関わる権利事項, および個人情報の保護などについて説明した後, 同意する場合にのみ調査用紙に回答するよう求めた。説明の内容は以下の通りである。調査用紙への回答をもって, 研究参加に同意したものと判断し, 調査用紙を配布・回収した。所要時間は20分程度であった。

### 倫理的配慮

直接回答者に相談すべきことの有無を問うわけではないが, 相談室に来談する質問をする中で, 相談希望が生じる可能性が考えられる。そこで研究責任者の名前と連絡先を記載し, 相談を希望する場合には, 研究責任者に直接連絡をとれること, および研究責任者が責任をもって対応することを, 研究協力の同意を得る前に説明した。希望があれば学生相談が受けられるよう, 健康安全センター, 学生相談センター, 保健室の連絡先と場所, 情報を明記し, 調査用紙から切り取り可能な状態にして調査を実施した。また, 実施に際して信州大学教育学部研究委員会倫理審査部会の承認を得た (管理番号: H30-39)。

## 分析方法

分析には SPSS25 を使用し、有益イメージ、危機支援イメージ、不利益イメージ、不気味イメージの各平均得点と社会スティグマ、自己スティグマ、援助要請態度の各平均得点を説明変数、各情報を目的変数として、多項ロジスティック回帰分析を行なった。各項目、尺度に対する記述統計量の算出をし、自由記述されたものについては心理学を専攻している学生 4 名で KJ 法を行い、分類を行なった。

## 結果

### 相談室に行くか否か

調査対象者 674 名のうち、シナリオを読んで相談室に行くかどうかの選択で「行く」と選択した人が 379 名、「行かない」と選択した人が 258 名、無記入が 37 名であった。

### 操作チェック

シナリオについてどの程度自己一致があったか、また具体的に悩みを想像できていたかの操作チェックとして自己一致度の平均値を算出した。平均値は 2.35(SD=1.39)であった。自由記述された悩みについて、杉岡他 (2019) による調査報告の増加している相談内容を参考に複数回答を含めて分類した。無記入は 226 名であった。各尺度の記述統計を表 1 に示す。

表 1 各尺度の記述統計

	相談室イメージ				SSRPH	SSOSH	ATSPH-H
	有益	危機支援	不利益	不気味			
平均	3.54	3.18	2.13	3.13	2.37	2.65	2.39
SD	0.73	0.65	0.86	0.84	0.90	0.65	0.49

## 必要とされる情報

「行かない」と選択した人が求める情報について自由記述されたものを、第 1 著者を含めた心理学を専攻している学生 4 名で KJ 法による分類を行なった。結果、「相談室の実績」「相談室について、システム」「相談相手の情報」「相談内容による」「援助資源が他にある」「何があっても行かない」というカテゴリーが得られた。詳細な結果を以下の表 2 に示す。

### 各情報を目的変数とした多項ロジスティック回帰分析

相談室に対して抱いているイメージ、スティグマや援助要請態度によって「行かない」と選択する人が求める情報が異なることを示すため有益イメージ、危機支援イメージ、不利益イメージ、不気味イメージの各平均得点と社会スティグマ、自己スティグマ、援助要請態度の各平均得点を説明変数、各情報を目的変数として多項ロジスティック回帰分析を

表2 求める情報

情報	n	主な内容
相談室の実績	31	以前に相談しに行って悩みが解決したという情報/今までの人数とか/相談しに行った場合どのような対応をしてくれるのかという情報など
情報 相談室について、システム	40	匿名でいける、あまり人目につかない場所/相談室の場所、どんなことをするのか/守秘義務や大学生活への影響がないなど/相談室がどのような場所か/親身になって相談に乗ってくれる など
相談相手の情報	23	相談相手の人格、経歴/自身の問題に関することに詳しい人がいること/相談相手の情報が詳しくわかれば/素性の知らない人を頼りたくはない など
相談内容による	20	相談する内容による/悩み事の種類による/悩み事の内容による、重要な事だったら行く など
援助資源が他にある	45	友人や家族の方が気軽/友達に相談してから考える/親しい人から話していきたいから/どのような情報があっても友達などに相談するなど
何があっても行かない	53	めんどくさい/なんとなく/何があっても行かないかも/どのような情報があっても行かない/だいたい自己解決できる/相談して解決出来とは思えない など
その他・無記入	46	もうけ話/食べ物/スーパーな人がいれば

注：回答は原文のまま

行なった。分析結果を以下の表3,4に示す。実績に対しては不気味イメージのオッズ比が有意であった(3.01:1.68-5.41)。相談室のシステムに関しては不利益イメージ(0.43:0.25-0.72)、不気味イメージ(2.37:1.45-3.87)のオッズ比が有意であった。相談相手に関しては不気味イメージのオッズ比が有意であった(2.03:1.10-3.77)。また専門的心理的援助要請態度のオッズ比が有意傾向という結果であった(0.37:0.13-1.04)。

#### 援助要請を検討する際の行動を目的変数とした多項ロジスティック回帰分析

「援助要請をするために必要な情報」を回答した212名中118名は「友達に相談する」や「内容による」、「なにがあっても行かない」など、情報があるかどうかで援助要請行動が変化するとは言えなかった。これらは質問紙の指示文の意図を汲み取れなかったことや、そもそも情報を求める意思がなかったことが考えられる。そこで、「必要な情報」の問いに対して「相談室の実績」「相談室について、システム」「相談相手の情報」と分類される回答をした人を、情報があれば援助要請をすると考えられる「情報」群、「相談内容による」など自身の抱えている問題の内容によって相談するかどうかを検討すると回答した人を「相談内容」群、友達や家族など他への援助要請を想定して「援助資源が他

表3 各情報を目的変数、イメージを説明変数とした多項ロジスティック回帰分析

				95%信頼区間		
		B	Wald	オッズ比	下限	上限
実績	切片	-4.01	6.58			
	有益	-0.44	1.99	0.64	0.35	1.19
	危機支援	0.03	0.01	1.03	0.49	2.17
	不利益	-0.43	2.65	0.65	0.39	1.09
	不気味	1.10	13.63	3.01 **	1.68	5.41
システム	切片	-2.54	3.02			
	有益	-0.44	2.17	0.65	0.36	1.16
	危機支援	0.18	0.28	1.19	0.62	2.30
	不利益	-0.85	10.07	0.43 **	0.25	0.72
	不気味	0.86	11.79	2.37 **	1.45	3.87
相談相手	切片	-1.36	0.61			
	有益	-0.44	1.32	0.64	0.30	1.36
	危機支援	-0.46	1.11	0.63	0.27	1.49
	不利益	-0.44	1.87	0.64	0.34	1.21
	不気味	0.71	5.07	2.03 *	1.10	3.77

参照カテゴリ：行く  
的中率は83.3%

<sup>+</sup>*p* < .10      \**p* < .05      \*\**p* < .01

表4 各情報を目的変数、SSRPH, SSOSH, ATSPH-H を説明変数とした多項ロジスティック回帰分析

				95%信頼区間		
		B	Wald	オッズ比	下限	上限
実績	切片	-2.73	3.55			
	SSRPH	-0.07	0.09	0.93	0.59	1.48
	SSOSH	0.26	0.58	1.30	0.67	2.52
	ATSPH-H	-0.21	0.23	0.81	0.35	1.88
システム	切片	-2.33	3.89			
	SSRPH	0.21	1.01	1.23	0.82	1.83
	SSOSH	-0.32	1.17	0.73	0.41	1.30
	ATSPH-H	0.10	0.08	1.10	0.57	2.12
相談相手	切片	-0.04	0.00			
	SSRPH	0.13	0.23	1.14	0.68	1.90
	SSOSH	-0.37	1.00	0.69	0.33	1.43
	ATSPH-H	-0.98	3.52	0.37 *	0.13	1.04

にある」と回答した人を「他援助」群、「何があっても行かない」など相談室への援助要請を拒否する回答をした人を「行かない」群として、援助要請を検討する際に取ると考えられる行動によって分類した。

各相談室イメージ、スティグマや援助要請態度によって相談室に援助要請行動を検討す

る際にとると考えられる行動に差異があるか明らかにするために、有益イメージ、危機支援イメージ、不利益イメージ、不気味イメージの各平均得点と社会スティグマ、自己スティグマ、援助要請態度の各平均得点を説明変数、各行動を目的変数として多項ロジスティック回帰分析を行なった。分析結果を以下の表 5, 6 に示す。

「情報」に関しては有益イメージ(0.63: 0.43-0.93)、不利益イメージ(0.56: 0.40-0.79)、不気味イメージ(2.47: 1.75-3.47)のオッズ比が有意であった。「内容」においては専門的心理的援助要請態度のオッズ比が有意であった(0.23: 0.07-0.73)。「他援助」に関しては不利益イメージ(0.45: 0.27-0.74)、不気味イメージ(2.25: 1.45-3.51)のオッズ比が有意であった。また、自己スティグマのオッズ比が有意傾向であった(0.64: 0.38-1.08)。「行かない」においては有益イメージ(0.38: 0.24-0.62)、社会スティグマ(0.68: 0.48-0.97)、自己スティグマ(1.76: 1.09-2.86)、専門的心理的援助要請態度(0.29: 0.13-0.61)のオッズ比が有意であり、不気味イメージのオッズ比が有意傾向であった(1.48: 0.95-2.28)。

## 考察

### 情報の分類

求められる情報についての自由記述は 6 つに分類された。そのなかでも、「相談室の実績」、「相談室について、システム」「相談相手の情報」という情報によって相談室が援助要請先となりうる人、「相談内容による」という自身の要因によって行かない選択肢を取っていると考えられる人、「他に援助先がある」という人、「何があっても行かない」という援助要請先として相談室を除外している人が存在しているということが考えられる。

### 援助要請に必要とされる情報に与えるイメージとスティグマ、援助要請態度の影響

援助要請をする際に必要とされる情報に与えるイメージ、スティグマと援助要請態度の影響を明らかにするため、多項ロジスティック回帰分析を行った。「行く」と回答した人と比較した結果、相談室に対する不気味イメージが高くなると、「相談室の実績」の情報を求め、不気味イメージが高く不利益イメージを低く抱いていると「相談室について、システム」についての情報を求め、不気味イメージが高いと「相談相手について」の情報を求めることがわかった。

質問項目内容から、不気味イメージが高い人は相談室についての情報をほとんど持っていないということが考えられる。不気味イメージの高さは今回得られた 3 つの情報全てに影響しており、不気味だと感じている人にとっては基本的な情報を網羅して与えることが有効であるということが言える。

不利益イメージは、相談室に行くことで生じる結果を不利益だと考えている項目である。



表5 各行動を目的変数, イメージを説明変数とした多項ロジスティック回帰分析

		B	Wald	オッズ比	95%信頼区間	
					下限	上限
情報	切片	-1.61	2.86			
	有益	-0.46	5.27	0.63 *	0.43	0.93
	危機支援	-0.03	0.01	0.97	0.61	1.54
	不利益	-0.58	11.30	0.56 **	0.40	0.79
	不気味	0.90	26.74	2.47 **	1.75	3.47
内容	切片	-3.38	3.28			
	有益	0.13	0.10	1.14	0.52	2.50
	危機支援	-0.12	0.08	0.89	0.38	2.09
	不利益	-0.49	1.91	0.61	0.31	1.23
	不気味	0.37	1.33	1.45	0.77	2.74
他援助	切片	-1.88	1.97			
	有益	-0.27	0.92	0.77	0.45	1.32
	危機支援	-0.15	0.24	0.86	0.47	1.58
	不利益	-0.80	9.71	0.45 **	0.27	0.74
	不気味	0.81	12.86	2.25 **	1.45	3.51
行かない	切片	-0.27	0.06			
	有益	-0.96	15.76	0.38 **	0.24	0.62
	危機支援	0.20	0.45	1.22	0.68	2.17
	不利益	-0.23	1.37	0.80	0.54	1.17
	不気味	0.39	3.06	1.48 *	0.95	2.28

参照カテゴリ：行く  
的中率は68.0%

\* $p < .10$     \* $p < .05$     \*\* $p < .01$

表6 各行動を目的変数, SSRPH, SSOSH, ATSPP-H を説明変数とした多項ロジスティック回帰分析

		B	Wald	オッズ比	95%信頼区間	
					下限	上限
情報	切片	-0.89	1.11			
	SSRPH	0.10	0.54	1.11	0.84	1.45
	SSOSH	-0.15	0.53	0.86	0.58	1.28
	ATSPP-H	-0.23	0.87	0.79	0.49	1.29
内容	切片	-0.48	0.07			
	SSRPH	0.01	0.00	1.01	0.60	1.72
	SSOSH	0.24	0.41	1.27	0.60	2.68
	ATSPP-H	-1.47	6.22	0.23 *	0.07	0.73
他援助	切片	0.25	0.05			
	SSRPH	0.05	0.08	1.06	0.73	1.53
	SSOSH	-0.45	2.85	0.64 *	0.38	1.08
	ATSPP-H	-0.65	3.22	0.52	0.26	1.06
行かない	切片	0.04	0.00			
	SSRPH	-0.39	4.49	0.68 *	0.48	0.97
	SSOSH	0.57	5.27	1.76 *	1.09	2.86
	ATSPP-H	-1.25	10.50	0.29 **	0.13	0.61

参照カテゴリ：行く  
的中率は68.5%

\* $p < .10$     \* $p < .05$     \*\* $p < .01$

相談室のシステムについての情報を求める人は、そういった自身に生じる不利益な結果を想定しないが、相談室に対する得体の知れなさを抱いている分、どうやって相談するかや、どこにあるのかなど、より具体的な情報を求める傾向にあったのではないかと考えられる。

援助要請態度に関しては、専門的心理的援助要請態度が低いほど、相談相手の情報を求める傾向にあることが示された。専門的心理的援助要請態度はカウンセリング意欲を促進するため (Lannin et al., 2016), 先行研究の結果と同様だということができる。既に援助要請態度が高いことから、それなりに相談室に行くことへの効果を想定していることが考えられ、必要とされる情報との関係が弱かったことが考えられる。

### 援助要請を検討する際に取ると考えられる行動に与えるイメージとスティグマ、援助要請態度の影響

参加者への質問文は「どのような情報があれば相談室に行こうと思いますか？」であるが、「相談内容による」「援助資源が他にある」「何があっても行かない」と答えた人たちはそもそも援助要請をする際に情報に注目していない。そこで「情報」「相談内容」「他援助」「行かない」という4つを、援助要請を検討する際に取ると考えられる行動と捉え、それらにイメージ、スティグマと援助要請態度が与える影響を明らかにするため多項ロジスティック回帰分析を行なった。その結果、「行く」と回答した人と比較した結果、有益イメージと不利益イメージが低く、不気味イメージが高い人ほど情報を求めるということがわかった。不利益イメージが低く、不気味イメージが高い人ほど他への援助要請をするということが言える。また、有益イメージが低く、不気味イメージが高い人ほど「行かない」という選択肢をとるとということがわかった。

伊藤 (2006) の研究においても、有益イメージは学生相談機関への来談意思を促進しており、「何があっても行かない」という選択肢をとる可能性が少なくなることが本研究でも示唆された。また、有益イメージの中には相談室に来談することによって得られるメリットについての項目が含まれている。このことから、有益だというイメージが低いほど、その有益さを判断するために相談室の情報を求めようとした可能性が考えられる。

また不利益イメージの低さと不気味イメージの高さから、相談室について少なくとも不利益だとは思っておらず、相談室についての情報を持っていないという人が相談室の情報を求めるということが言える。同様に不利益のイメージは低いが相談室を不気味だと考えている人は他への援助要請をするということがわかった。伊藤 (2006) において、不気味イメージは相談機関への来談意思を抑制しており、本研究においても相談室へ行くという選択肢をとらず、相談室以外の援助を選択したことが考えられる。「何をしているかわからない」など、相談室は不気味だという認識がある人は相談室の情報を求めるか、他へ援助要請をするという選択肢を取っている可能性が示された。情報を求める群は有益だというイメージが低かったが、他への援助要請には有益イメージは関係していない。損はないという印象ではあるが、特にポジティブな印象を相談室に抱いてはいないため、不気味だと

という印象が強くあることから他への援助要請という行動を選択したという可能性がある。

援助要請態度が低い人ほど相談室を利用するかは相談内容によると考え、社会スティグマが低い人ほど相談室以外への援助要請をする傾向にあるということが考えられる。また、社会スティグマと援助要請態度が低く、自己スティグマが高い人ほど相談室には行かないと答えるということがわかった。Vogel et al. (2007) の研究においても社会スティグマは自己スティグマを媒介変数として援助要請態度を抑制しており、社会スティグマの高さと援助要請行動は直接的な関係だと言えない。また社会スティグマは、周囲の目を気にする項目が中心であり、「行かない」という選択にそういった不利益のイメージの関連は見られておらず、相談室から外部へ情報が漏れることはないと認識している可能性がある。社会的に不利益があると感じているスティグマが高くて、実際に相談室へ行っているという事実が周囲にはわからないことを想定していれば、今回の相談室への援助要請をしないという考えが抑えられるのではないかと考えられる。

自己スティグマは援助要請態度を抑制することが示されており (Vogel et al., 2007. 佐々木他, 2017), 本研究でも同様の結果となったと言える。また自己スティグマが高いとカウンセリングの情報を集めようとしないということがわかっており (Lannin et al., 2016), 情報に対して影響がなかったことも説明することができる。また、自己スティグマの項目には相談機関へ行くことでの不利益を想定しているものが含まれている。相談イメージと同様、そういったネガティブなイメージはないが特に専門的心理的援助要請態度も高くないため、他への援助要請を選択した可能性が考えられる。

専門的心理的援助要請態度はカウンセリング意欲を促進するため (Lannin et al., 2016), 援助要請態度が低い人ほど行かないという選択肢を取ることは先行研究の結果と同様だと言える。内容の検討を選択する人は専門機関への援助要請態度は低いスティグマが関係していないことから、相談機関への援助要請についての抵抗はないが、特にその態度が高くないため、内容による検討をしたということが考えられる。

### 本研究のまとめと臨床的意義

本研究では、援助要請する大学生が必要とする情報に着目し、学生が持つ相談室のイメージによって求める情報に違いがあることを示すことができた。精神科受診意図を高めるためには基本的な情報だけでなく情報探索行動を助ける内容も含むことが必要だと考えられており、適切な精神科受診のためには、個人が求めるときに欲しい情報が得られる方法も教えることが重要である (小池・伊藤, 2012)。相談室を不気味と感じている人は相談室に行かないと選択しやすい反面、実績やシステム、相談相手の情報などあれば相談室を利用する可能性があることがわかった。不気味イメージは知識不足の面で援助要請を抑制しており、それは相談室側の工夫によって解決できる可能性があることが示された。

一方、スティグマについてはこちらから介入できる効果的な情報は得られなかった。Link, Yang et al.(2004)はスティグマを「人々が精神疾患などに対してもつ、否定的なステ

レオタイプや偏見, その結果生じる差別的や不公正な行動」と定義している。佐々木他(2017)の介入においても, 社会スティグマと自己スティグマについては有意な効果が得られていなかった。このことから, 観念的なものであるスティグマについては情報という介入のみでは変化させることが難しいということが考えられるため, 更なる研究が必要である。

援助要請の阻害要因を調査したり, 実際の介入プログラムを用いての変化を検討したりすることは多くの研究でなされてきている。しかし, 援助要請する側にとってのニーズという観点で調査をし, 援助要請をする人が抱くイメージによって必要とされる情報が異なることを検証できたことは本研究の意義と言える。また今回得られた必要とされる情報はリーフレットやウェブなどに掲載可能であり, 4月など入学直後に行われるオリエンテーションでも紹介することができる。漠然と相談室を促すのではなく, 他の人がどんな相談をしているのかや相談室の実績という部分を具体的に明記した方が効果的だと考えられる。杉原・高石は, 学生相談の仕事をしている中でよく質問されるのは「どんな学生が来ますか」と「どれくらい来ますか」だと述べている(小林・高石・杉原, 2000)。前例や実績, 相談相手などの情報は来談者にとって安心できるポイントであり, 強調することで利用促進につながるという可能性を示唆することができた。

また本研究ではそれぞれのイメージ, スティグマによって必要とされる情報が異なるということを示すことができたことにも意義がある。介入プログラムなどは実際に大学に来ている学生にしか活用できないが, 実際に援助が必要となる学生はまず学校に来ていないこともある。そういった学生にプログラムの実施は困難であるが, インターネットを通しての介入は可能である。相談室イメージやスティグマと直接的に介入ができない不登校, 引きこもりなどの状況との関連を通して, その人の特性に当てはまる, より有効な情報をより強調して伝えることができる可能性がある。

### 本研究の限界

本研究においては, 相談室への援助要請の阻害要因として, 相談室イメージとスティグマという観点で研究を行った。しかし, 阻害要因は多岐におよぶため, 様々な要因で検討する必要がある。学生相談機関が行っている活動については, 各々の機関によって大きく異なっていることが考えられる。本研究の結果はあくまで大学の学生相談機関という限定されたものであることは考慮しなければならない。

また本研究においては, あくまでそれぞれの情報と関連がある可能性を示すことができたにとどまっている。実際にそれぞれのニーズに合わせてこれらの情報を用いた場合に, どれほどの効果があるのかまでは実証できていない。今後の介入研究において検討していくべき課題であると考えられる。

今回は学生相談機関という限定された援助要請先を想定しているが, 実際には学生相談機関のみではなく病院やクリニック, 市町村が運営する相談場所など援助要請先は様々で

あり、その援助要請先によって必要とされる情報は異なることが予測される。その機関ごと、もしくは包括的に検討することによって新たな知見が得ることができると考えられる。

### 引用文献

- 相川充 (1989). 援助行動 大坊郁夫・安藤清志・池田謙一 (編) 個人から他者へ 社会心理学パースペクティブ 1 誠信書房 291-311.
- Andersen, R. M. (1995). Revisiting the behavioral model and access to medical care: Does it matter? *Journal of Health and Social Behavior*, 36, 1-10.
- Andersen, R., & Newman, J. F. (1973). Societal and individual determinants of medical care utilization in the United States. *Milbank Memorial Fund Quarterly*, 51, 95-124.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59, 614-625.
- Lannin, D. G., Vogel, D. L., Brenner, R. E., Abraham, W. T., & Heath, P. J. (2016). Does self-stigma reduce the probability of seeking mental health information? *Journal of Counseling Psychology*, 63, 351-358.
- Fischer, E. H., & Farina, A. (1995). Attitude toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, 36, 368-373.
- 池田ゆめみ・宮崎圭子 (2011). メールカウンセリングにおける女子学生の抵抗感の検討—来談相談と比較して— 跡部学園女子大学文学部紀要, 46, 127-138.
- 伊藤直樹 (2006). 学生相談機関のイメージ及び周知度と来談意思の関係 心理学研究, 76, 540-546.
- 伊藤詩菜・松田康子・加藤弘通 (2015). 援助要請行動生起における援助要請期待尺度と心理的コスト尺度の信頼性・妥当性の検討 子ども発達臨床研究, 7, 5-12.
- 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, 123-137.
- 小林哲郎・高石恭子・杉原保史 (2000). 大学生がカウンセリングを求めるとき—心のキャンパスガイド— ミネルヴァ書房
- 小池春妙・伊藤義美 (2012). メンタルヘルス・リテラシーに関する情報提供が精神科受診意図に与える影響 カウンセリング研究, 45, 1-10.
- Komiya, N., Good, G. E., & Sherrod, N. B. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 138-143.
- Link, B. G., Yang, L. H., Phelan, J. C., & Collins, P. Y. (2004). Measuring mental illness

- stigma. *Schizophrenia Bulletin*, 30, 511-541.
- 新見直子・近藤菜津子・前田健一 (2009). 中学生の相談行動を抑制する要因の検討 広島大学心理学研究, 9, 171-180.
- 宮仕聖子 (2010). 心理的援助要請態度を抑制する要因についての検討 ―悩みの深刻度, 自己スティグマとの関連から― 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, 16, 153-172.
- 宮仕聖子 (2011). 専門的心理的援助要請を抑制および促進する要因についての検討: 産業メンタルヘルスの視点から 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, 17, 73-93.
- Rosenstock, I. M. (1966). Why people use health services. *Milbank Memorial Fund Quarterly*, 44, 94-127.
- 榊原文・松田宣子 (2003). 精神障害者への偏見・差別及び啓発活動に関する先行研究からの考察 神戸大学医学部保健学科紀要, 19, 59-73.
- 佐々木悠人・水野治久・永井智 (2017). 大学生の援助要請を阻害する要因の検討―スティグマが援助要請態度に与える影響の検討― 大阪教育大学紀要 第 IV 部門, 65, 259-270.
- 杉岡正典・堀田亮・織田万美子・山内星子・鈴木健一 (2019). 2018 年度学生相談機関に関する調査報告, 学生相談研究, 39, 215-258.
- 高野明・宇留田麗 (2002). 援助要請から見たサービスとしての学生相談 教育心理学研究, 50, 113-125.
- 鳥海不二夫・折田明子・田代光輝 (2018). 長野県における LINE を利用した子どものいじめ・自殺対策『ひとりで悩まないで@長野』分析報告書, 長野県公式ホームページ Retrieved from <https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/kyoiku/shido/sodan/line.html> (January 6, 2020)
- 植松晃子・橋本和幸・橋本麻耶・小室安宏 (2012). 大学生を対象としたメンタルヘルス調査報告: 学生相談室活動の展開を探る 了徳寺大学研究紀要, 7, 71-81.
- 植松晃子・橋本和幸・小室安宏 (2013). 日本語版「専門家による心理的援助を求める態度尺度 (ATSPPH-S)」の信頼性・妥当性の検討 ルーテル学院研究紀要, 47, 1-11.
- 梅垣佑介 (2017). 心理的問題に関する援助要請行動と援助要請態度・糸の関連, 心理学研究, 88, 191-196.
- Vogel, D. L., Wade, N. G. & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 325-337.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54, 40-50