Annual Letters of Clinical Psychology in Shinshu
2020 No.19 pp.95—106

原著

評価懸念および気遣いと親しい友人への被援助志向性との関連

長谷川彩香　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，評価懸念が強く自分の本音を我慢して相手を気遣う傾向があると，親しい友人への援助要請に消極的な態度や抵抗感が高まるかどうか検討することを目的とした。大学生183名を対象に無記名の質問紙調査を実施した。調査では「親しい友人」を一人想起させ，その友人に対する被援助志向性と気遣いを測定した。その結果，評価懸念が高く自分の気持ちを我慢してまで相手を気遣う傾向にある人は，相手が親しい友人であっても援助要請に抵抗感をもつことが明らかになった。

キーワード：被援助志向性，友人への気遣い，評価懸念

問題と目的

援助要請

自分の力では解決できないと考えられる問題について，他者に助けを求めることで解決につながることがある。このように，他者に援助を求める行動を「援助要請」といい，「個人が問題の解決の必要性があり，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，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」(DePaulo, 1983)と説明されている。援助要請研究では，援助要請行動(help-seeking behavior)，援助要請意図(help-seeking intention)，援助要請意志(willingness to seek help)，援助要請態度(attitude toward seeking help)といった関連概念がある。本田・新井・石隈(2011)によると，これらの違いは質問紙上の教示文にみられるといい，①過去に実際に相談した経験を尋ねる援助要請行動，②悩んでいると仮定した場合あるいは将来悩んだと仮定した場合に相談するかどうかという援助要請意図・援助要請意志，③援助を求めることに対する態度を測定する援助要請態度，の3つに大別できるという。

一方で「被援助志向性(help-seeking preference)」とは「個人が情緒的，行動的問題および現実世界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」(水野・石隈, 1999)と定義されており，本田他(2011)によると，被援助志向性は援助要請の意図や意志，態度を区別せずに包括的に捉えている概念であるという。本研究ではこの概念に焦点をあてる。

友人への援助要請研究

大学生を対象とした援助要請研究では，学生相談や心理専門職への援助要請を扱った研究が多く見られるが，大学生は専門職よりも身近な家族や友人を相談相手として選ぶことが報告されている(木村・水野, 2004)。しかし，友人に対しても援助要請が抑制される可能性も指摘されている。末木(2008)は，大学生を対象とした半構造化面接の結果から，今後の友人との関係に変化が生じる可能性が友人への援助要請に抑制的に働く可能性を指摘し，親しい友人に対する援助要請は必ずしも効果的とは限らないと主張している。

また，援助要請の促進及び抑制要因として「利益とコスト」という概念がある。援助要請者は援助要請行動の前に問題解決につながるというポジティブな結果などの利益を予測する一方，相談した結果，拒絶や無視を受ける恐れなどのネガティブな結果であるコストも予測する(高木，1997；永井・新井, 2007)。永井・鈴木(2018)は，大学生は親密な関係において相手を気遣うことが多くなる(木村・水野, 2004)ことから，援助要請意図に対し「相手に迷惑をかけるのではないか」というコスト要因の影響を検討した。しかし，相手への迷惑の懸念が援助要請意図に抑制的に働くという影響は見られなかった。

友人への気遣い

青年期における友人関係研究において，気遣いは友人との関係性が深まることを避ける自己防衛的な付き合い方の一側面として扱われている(岡田, 1995)。満野・今城(2013)は，この気遣いに関する概念や規定因を検討したところ，気遣いには「向社会的気遣い」と「抑制的気遣い」の2因子があり，前者を「相手および相手との関係のために行われる」行動，後者を「自己防衛および関係維持のために本心を隠す」行動と定義している。このうち抑制的気遣いは，友人関係を回避するような付き合いをしていると不適応感を高めること(満野・今城, 2013)や，友人関係における疲労感を高めていること(小谷田, 2018)が明らかになっている。しかし満野・今城(2017)は抑制的気遣いの定義において「関係維持」と「自己防衛」という2つの意味が含まれていることを指摘し，友人を尊重して良好な関係を維持しようとする「尊重気遣い」と，本音を我慢することで友人との葛藤を避けようとする「我慢気遣い」の2因子が見出された。(増渕・満野・今城, 2018)。

では援助要請の場面において，他者への気遣いはどのように作用するのだろうか。関係維持のために抑制的気遣いがされていれば，その気遣いにより心地よい関係が構築・維持され，悩みというネガティブな自己開示である援助要請も気兼ねなくできている可能性が考えられる。しかし，抑制的気遣い行動の生起にネガティブな認知的要因が絡むと，抑制的気遣いが自己防衛として機能し，援助要請に消極的になると考えられる。その認知的要因に評価懸念を挙げる。

評価懸念

評価懸念とは「他者からの否定的な評価に対する心配，及び否定的に評価されるのではないかという予測に対する不安の程度」(Watson & Friend, 1969)と定義されており，社会的評価不安の構成要因の一つである考えられている(臼倉・濱口, 2004)。

永井(2016)は，大学生の友人との付き合い方において，友人からどう見られているか気にする人や，友人から傷つけられないように気をつける人ほど，友人への援助要請に回避的で不適応感が高いことを示している。以上より，評価懸念が高いゆえに友人からどう思われるか気にする人は，自分の本音を抑えて友人を気遣う傾向がみられる一方，相談することによって自分に否定的な評価をされてしまうのではないかという懸念から，援助要請を回避する可能性が考えられる。

本研究の目的

先行研究では，気遣いや評価懸念は友人との付き合い方の一側面として扱うことが多く，気遣いや評価懸念が友人への援助要請を抑制していると考えられているものの，両者に着目して援助要請との関連性を検討したものは少ない。しかし，相手に配慮するがゆえに援助要請に消極的になる行動の背景に，相手から否定的な見方をされないか気にしてしまうという認知的要因が存在すると，たとえ身近な他者であっても援助要請できず自分一人で悩みやストレスを抱えてしまう可能性が考えられる。そこで本研究では，他者からの否定的な評価懸念が強く自分の気持ちや本音を我慢して相手を気遣う傾向があると，援助要請に消極的な態度や抵抗感が高まるという仮説について検討することを目的とする。この仮説が支持されれば，そのような人を対象に，評価懸念という認知的側面へのアプローチによって，援助要請を促進させるような介入の提案につながると考えられる。

また，友人への援助要請研究の多くは，対象を「友人」としており，その関係の親密さを問わないまま測定しているため，調査対象者が想起した「友人」との親密性や関係性が様々であると考えられる。そこで本研究では「親しい友人」に限定する。大学生が相談相手として最も選択しやすく関係性が強いと想定される「親しい友人」であっても，「評価懸念」と「我慢気遣い」が高いと援助要請が抑制されると考える。さらに，被援助志向性に関する先行研究では，援助要請する際の悩みや問題は特定されていないものが多い。本研究では，予備調査にて「親しい友人に相談できる悩み」として最も回答が多く得られたものを本調査にて使用する。

仮説　他者からの否定的な評価懸念が強く自分の気持ちや本音を我慢して相手を気遣う傾向があると，援助要請に消極的な態度や抵抗感が高まる。

方法

対象者

大学生 183 名のうち，無効な回答と判断した 21 名を除いた，162 名(男性 80 名，女性 82

名)。平均年齢 20.89 歳(SD=2.25)。

材料

親しい友人の想起　大学内で親しい友人一人のイニシャルをあげさせ，回答した友人を思い浮かべながら，次に続く質問に答えるよう教示した。

親しい友人への被援助志向性　田村・石隈(2006)による被援助志向性尺度を参考に作成された友人への被援助志向性尺度(本田他, 2011)を使用した。「被援助に対する肯定的態度」6 項目と「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」7 項目の計 13 項目 2 下位尺度より構成される尺度である。

この被援助志向性で扱われる「問題」を限定するため，大学生 32 名を対象に予備調査を行った。調査では，大学生が悩む問題として木村・水野(2004)が報告している「対人関係」「恋愛・異性」「性格・外見」「健康」「進路」「学力・能力」の 6 つについて親しい友人に相談しようと思うかどうか，5 件法で測定した。その結果，最も平均点が高かった「対人関係」に関する悩みについて調査することに決定した。

本調査では，「対人関係」に関する悩みについて，想起させた親しい友人に援助を求めようと思うか，本田他(2011)にしたがい 5 件法で回答を求めた。

親しい友人への気遣い　増渕他(2018)にならい，分析には満野・今城(2015)の友人への気遣い尺度 25 項目に 21 項目を追加した 46 項目を質問紙に含めた。このうち，満野・今城(2017)の研究で明らかになった因子構造に基づいた，向社会的気遣い 8 項目，尊重気遣い 10 項目，我慢気遣い 13 項目より構成されている 31 項目を分析に使用した。

ここでも，親しい友人に対して気遣い行動を行うか測定するため，親しい友人を想起させながら回答するように教示した。増渕他(2018)にならい 7 件法で回答を求めた。

評価懸念　短縮版 Fear of Negative Evaluation 日本語版 (FNE) を使用した。この尺度は 12 項目から構成されており，笹川他(2004)にしたがい 5 件法で回答を求めた。

手続き

大学の講義終了後に一斉に質問紙を配布した。質問紙の構成として，大学内で親しい友人 1 名のイニシャルをあげてもらい，解答した友人を思い浮かべながら，被援助志向性と気遣いを測定する質問紙に回答していくよう教示した。評価懸念については対象を特定せず回答を求めた。

分析

下位尺度ごとに尺度得点の平均点を算出した後，「評価懸念」と「我慢気遣い」の平均点の高低の特徴から被援助志向性に差がみられるかを検討するために，クラスタ分析を行った。その後，分析によって得られた各クラスタと被援助志向性得点について，一元配置分散分析を行った。

倫理的配慮

本調査は，信州大学教育学部研究委員会倫理審査部会の審査を経て，承認を得た後に実

施された(管理番号：19-22)。

結果

友人への気遣い得点と評価懸念得点による回答者の分類

「向社会的気遣い」「尊重気遣い」「我慢気遣い」「評価懸念(FNE)」の平均点を用いて，Ward 法によるクラスタ分析を行った。その結果，クラスタを 3 つに分類したときが最も解釈しやすい結果となった。クラスタ 1 には 62 名，クラスタ 2 には 74 名，クラスタ 3 には 26 名の調査対象者が含まれていた。人数の偏りを検討するために χ^2 検定を行ったところ，有意な人数比率の偏りがみられた($\chi^2 = 23.11$, $df = 2$, $p < .001$)。各クラスタの得点を標準化し比較した結果を図 1 に示す。

次に，各クラスタにおける尺度得点の平均値と標準偏差，クラスタ間の比較を検討するために分散分析を行った結果を表 1 に示す。Holm 法(5%水準)による多重比較を行ったところ，「向社会的気遣い」において，クラスタ 3 はクラスタ 1 と 2 に比べて得点が高く($p<.001$)，「尊重気遣い」ではクラスタ 2 に比べてクラスタ 1 とクラスタ 3 の得点が高いことが示された($p<.001$)。「我慢気遣い」においては，クラスタ 1 がクラスタ 2 やクラスタ 3 と比べて得点が高く($p<.001$)，「FNE」においては，クラスタ 1 がクラスタ 2 とクラスタ 3 よりも得点が高いことが示された($p<.001$)。

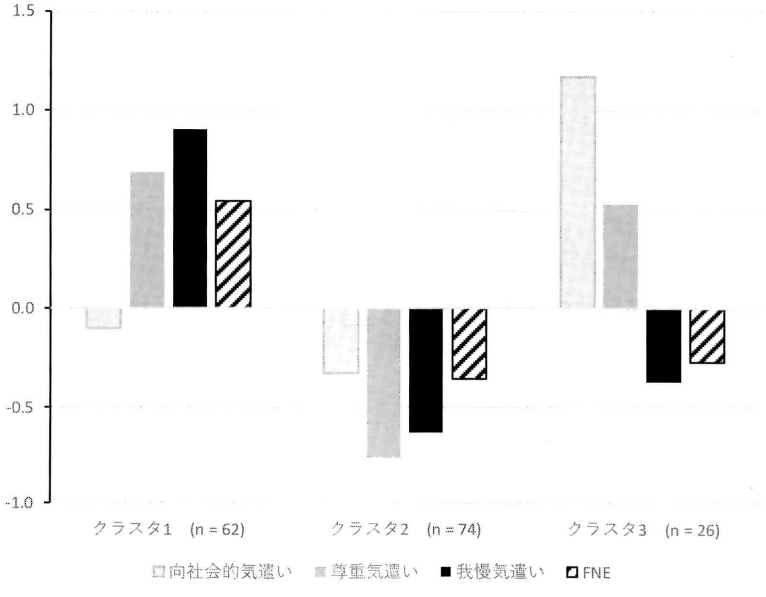

図 1 各クラスタの標準化された各下位尺度得点の比較

表1 各クラスタの平均値と差の検討

	クラスタ1 (n = 62)		クラスタ2 (n = 74)		クラスタ3 (n = 26)		F	η^2	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD			
向社会的気遣い	5.45	0.73	5.27	0.75	6.50	0.47	30.03**	.27	1 < 3, 2 < 3
尊重気遣い	5.36	0.70	3.99	0.70	5.21	0.56	78.03**	.50	2 < 1, 2 < 3
我慢気遣い	4.96	0.71	3.27	0.76	3.55	0.89	85.83**	.52	2 < 1, 3 < 1
FNE	3.82	0.60	3.08	0.75	3.15	1.00	17.91**	.18	2 < 1, 3 < 1

(注) 自由度はいずれも2,159であった。

**p <.001

各クラスタにおける被援助志向性の差の検討

3 つのクラスタにおいて被援助志向性の得点が異なるかどうかを検討するために，一元配置分散分析を行った。各クラスタの「被援助に対する肯定的態度」と「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」の尺度得点の平均値を表 2 に示す。分散分析の結果，「被援助に対する肯定的態度」におけるクラスタ間の得点差は有意であった(F(2, 159)=3.11, p = .027)。「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」においても有意であった(F(2, 159) = 3.69, p = .047)。Holm 法(5%水準)による多重比較を行ったところ，「被援助に対する肯定的態度」では，クラスタ 2 がクラスタ 3 に比べて有意に低い得点を示していた。「被援助に対する抵抗感や低さ」では，クラスタ 1 がクラスタ 3 に比べて有意に低い得点を示していた。結果を図 2 に示す。

表2　各クラスタの被援助志向性における平均値と差の検討

被援助志向性	クラスタ1 (n=62)		クラスタ2 (n= 74)		クラスタ3 (n=26)		F	η^2	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD			
被援助に対する肯定的態度	3.67	0.79	3.49	0.73	3.92	0.90	3.11*	.04	2 < 3
被援助に対する懸念や抵抗感の低さ	3.72	0.71	3.89	0.62	4.14	0.63	3.69*	.04	1 < 3

（注）自由度はいずれも 2,159 であった。

*p <.05

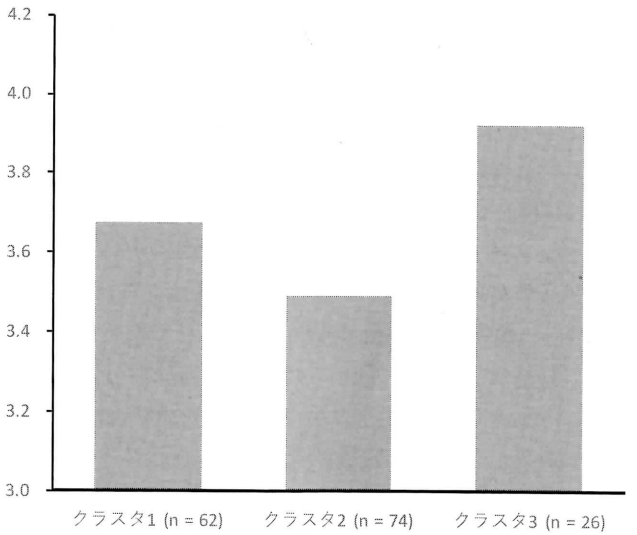

図2　各クラスタにおける
「被援助に対する肯定的態度」平均値の比較

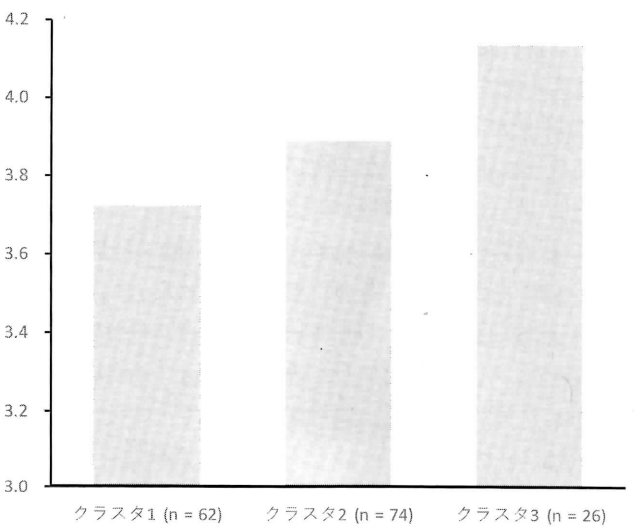

図3　各クラスタにおける
「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」平均値の比較

考察

各クラスタの解釈

クラスタ1は他のクラスタと比べ,「尊重気遣い」と「我慢気遣い」,「評価懸念」が有意に高い結果となった。「尊重気遣い」と「我慢気遣い」はいずれも抑制的気遣いの一側面であり(満野・今城,2013), この群は他の群と比べ, 関係維持のために友人の意向を尊重したり,自分の不快な感情を抑制して気遣い行動をしたりする傾向があると示唆される。また,「評価懸念」も他の群と比べて有意に高いことから, 相手から否定的に評価されたり, 嫌われることを懸念する特徴が考えられる。気遣いの規定因の一つに「自己防衛」がある(満野・今城, 2013)ことから, 否定的な評価を受けることによって自分自身が傷つかないよう自己防衛として相手を気遣うと考えられる。岡田(2007)は自分が傷つけられないように警戒し, 他者評価に敏感である青年は, 友人から評価されたい欲求が強く, このような青年は他者から肯定的な評価を受けるような友人関係を維持することで, 自尊感情の低下を防いでいると指摘している。すなわち, 評価懸念が高く我慢して相手を気遣う人は, 気遣うことで相手から肯定的な評価をもらえると, 否定的な評価ではないことに安心し, 自分自身に対しても肯定的な感覚を得られると考えるため, 不快に思いながらも嫌われたくない思いから相手を気遣っていると考えられる。

クラスタ2は他のクラスタと比べ,「向社会的気遣い」「尊重気遣い」「我慢気遣い」,「評価懸念」が低い結果となった。橋本(2000)は友人関係において, 内省傾向や気遣いが低く, 他者評価も気にしない「無関心群」を見出しており, 本研究におけるクラスタ2はこの「無関心群」に近いと考えられる。中園・野島(2003)は「無関心群」の質的な側面に着目したところ, 無関心であるのは友人関係への気遣いで疲れ果てた結果であり, 自分の安定や領域を守るための対処として「無関心」になっている可能性を示唆していることから, 意図的に過度な気遣いをしないようにし,他者からの評価も意識しないよう防衛的になることで,自己の安定を図っている可能性も考えられる。一方, 中園・野島(2003)は, 自分の思いを我慢せず本音で関わり, 相手を傷つけることに注意を払わない付き合い方をする「自己中心群」を見出し, 彼らは遠慮なしにありのままの自分の考えや思いを表出することに肯定的であることを報告している。よって, クラスタ2は自己中心的な視点に立ち「自分自身が感じること, 思うこと」に重点を置き, 過干渉になることなく親しい友人との関係を維持しているとも考えられる。

クラスタ3は他のクラスタと比べ,「向社会的気遣い」「尊重気遣い」が高く,「我慢気遣い」「評価懸念」が低いことから, 相手との関係を尊重する一方, 自分の不快な感情を抑えてまで相手を気遣うことはせず,他者評価があまり気にならないと考えられる。この群は,困っている相手を思いやり支えるため, もしくはお互いにとって心地よい関係を維持するために気遣うことから, 行動の動機が他者志向的で利他的な理由であると考えられる。これは, 相手を思いやる行動によって自他へのネガティブな影響がでるのではないかと懸念

せず，肯定的に自身の気遣い行動を評価している点が特徴的だと考えられる。

各クラスタと被援助志向性との関連

「我慢気遣い」と「評価懸念」が高いクラスタ1は，「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」において，クラスタ3よりも有意に低い結果が得られた。評価懸念が高いと相手との関係が親密であっても，悩みを開示することに抵抗感があるのは，悩みを開示した結果，相手から否定されるのではないかという対人不安があり，そのような拒否的反応を回避しようとする拒否回避欲求(小川・上里, 2003)から，被援助に対して懸念や抵抗感が高いと考えられる。原田・出雲(2008)は，親しい同性の友人であれば，相手の負担を懸念しながらも頼れる友人として援助要請は抑制的に働かないと報告しているが，本研究では同様の結果とはならなかった。親しい友人であっても，評価懸念が高く我慢して相手に配慮する人は援助要請に対して否定的な感情が強い可能性が示唆されたことから，仮説を一部支持していると言えよう。

次に，クラスタ2において，「被援助に対する肯定的態度」がクラスタ3よりも有意に低い結果が得られたことから，クラスタ2は自分が困った状況下にいるときでも親しい友人の援助を必要としないと考える群であると考えられる。また，この群は「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」において，クラスタ1ほど低い得点ではなかった。自分の悩みを解決するために親しい友人から助けが欲しいと思わないが，一方で被援助への懸念や抵抗感が低いわけでもないということから，親しい友人を「頼れない」のではなく，「頼らない」という文脈が推測される。

「向社会的気遣い」と「尊重気遣い」が高く，「我慢気遣い」「評価懸念」が低いクラスタ3は「被援助に対する肯定的態度」と「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」が他のクラスタと比較して最も高い得点であったことから，被援助志向性の高い群であることが示された。この「向社会的気遣い」には，相手に対する共感的関心が直接的に影響を与えている(満野・今城, 2013)ことが明らかにされている。このことから，この群は親しい友人との関係においても共感的に関わることが多く援助する側として相手を気遣って手助けする姿勢に肯定的であると考えられる。また, Skovholt (1974)は, 援助者が受ける利益の一つに，「他者を援助することで，両者の間でギブアンドテイクの感覚をもてること」を挙げている。つまり, 日頃から相手の気持ちを尊重し気遣ったり手助けしてあげたりしているため，自分が困った時は相手に援助要請することに懸念や抵抗感が低いのではないかと考えられる。また，このような援助や被援助による利益を認識しているため被援助に対して肯定的な態度をもつと考えられる。

本研究の結果，他者からの否定的評価に対する不安や懸念が高く，親しい友人に本音を我慢して気遣う人は，対人関係に関する悩みが生じた際，親しい友人であっても援助要請することに抵抗感が強い，という可能性が示された。従来の友人への援助要請研究では，友人への援助要請は専門機関への援助要請に比べて選択されやすいこと(木村・水野, 2004)

が報告されてきた。しかし，友人との関係が親密であっても援助要請が抑制されてしまう可能性が示されたため，親しい友人がいるからといってサポート資源が確保されているとは限らないという問題も新たに示されたといえよう。

本研究の意義と心理臨床への示唆

問題を解決したいにもかかわらず，評価懸念や気遣いのため援助要請への抵抗感が高まり，援助要請行動が抑制されるという経験が重なった結果，自分一人で悩みやストレスを抱え，メンタルヘルスに不調をきたしてしまう可能性がある。本研究はそのような傾向が高い人を対象にした介入を提案できる点において意義があると考える。その介入の方向性として，評価懸念・気遣いという認知・行動的側面へのアプローチと，第三者機関への援助要請の提案が考えられる。

まず，認知・行動的側面について，西村(2016)は，評価懸念が強いために不登校が維持されている高校生に対し，行動療法的介入の有効性を示唆している。西村(2016)が報告した事例では，困っているにもかかわらず「相手に迷惑だと思って」周囲に相談できず一人で問題を抱えてしまった結果不登校になった高校生の認知面へのアプローチとして「認知再構成法」と「行動実験」を主に用いて介入した。その結果，評価懸念による不安の軽減が可能であることが実現された。このことから，状況を客観視し自分を苦しめている考えを見つめなおし，実施したら嫌われるかもしれないと思う不安度の高い行動をあえて実施してみるといった介入を提案しサポートすることの有効性が考えられる。

さらに，大学生にとって相談相手として選ばれやすい「親しい友人」であっても援助要請が抑制される可能性が本研究にて明らかになった。相手との関係性の変化を懸念しているため親しい友人への援助要請が抑制されているのだとすれば，今後の関係性を考慮しなくてもよく，どう思われるか過度に懸念せずに済む相手として，心理専門職のような第三者機関への援助要請が提案できるだろう。確かに，専門職への援助要請には社会的スティグマのような抑制要因があり(Vogel, Wade, & Haake, 2006)，評価懸念が障壁となってしまうとも考えられる。しかし，評価懸念の高い養育者の方がそうでない養育者に比べて専門機関への援助要請に積極的であるという報告から(吉田他, 2011)，本研究で得られた対象者に向けて相談の支援者側が情報提供したり，心理教育を通して理解を広げ啓発したりすることで支援機関へのハードルを下げ，専門機関への援助要請に結びつく可能性が十分に考えられる。

今後の課題

本研究にて，相談内容を「対人関係」に定め，援助要請対象は大学内の「親しい友人」に限定して調査を実施した。しかし，身近な距離にいなくても学外に親しい友人がいる場合が考えられる。さらに，近年はSNSを通じて容易に連絡を取り合える環境が整っており，そのようなツールを使って気軽に相談することが可能になっている。悩みの内容や困りごとの状況，そして援助要請対象者や，ツールの使用の有無を変えても本研究の結果が再現

可能であるか検討していく必要がある。さらに，本研究ではクラスタ分析によって評価懸念と相手への気遣い行動を分類し分析を行ったが，評価懸念と気遣いの因果関係や，被援助志向性への影響については検討されていない。援助要請に関わる心理的要因や環境的要因をふまえて，さらに検討すべきであろう。

引用文献

DePaulo, B. M. (1983) Perspectives on help seeking. In DePaulo, B. M., Nadler, A. & Fisher, J. D. (Eds.), *New directions in helping. Vol.2: Help-seeking* (pp.3-12). New York: Academic Press.

原田 克己・出雲 麻佑 (2008). 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求が援助要請行動とその抑制要因に与える影響 金沢大学教育学部紀要, *57*, 45-56.

橋本 剛 (2000). 大学生における対人ストレスイベントと社会的スキル・対人方略の関連 教育心理学研究, *48*, 94-102.

本田 真大・新井 邦二郎・石隈 利紀 (2011). 中学生の友人，教師，家族に対する被援助志向性尺度の作成 カウンセリング研究, *44*, 254-263.

木村 真人・水野 治久 (2004). 大学生の被援助志向性と心理的変数との関連について―学生相談・友達・家族に焦点をあてて― カウンセリング研究, *37*, 260-269.

小谷田 汐里 (2018). 大学生における気遣いが友人関係疲労感及び友人関係満足度に及ぼす影響 和光大学現代人間学部紀要, *11*, 107-122.

増渕 裕子・満野 史子・今城 周造 (2018). 大学生におけるひとりで過ごすことに関する感情・評価，自我同一性と友人への気遣いとの関連 昭和女子大学生活心理研究所紀要, *20*, 1-14.

満野 史子・今城 周造 (2013). 大学生の友人に対する気遣い尺度の作成と規定因の検討 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, *22*, 31-46.

満野 史子・今城 周造 (2015). 大学生の友人関係における気遣いの研究―向社会的・抑制的気遣いの規定因と影響― 風間書房

満野 史子・今城 周造 (2017). 改訂版友人関係における気遣い尺度の作成―親友満足感，親密さを求めない友人満足感との関連― 日本パーソナリティ心理学会第 26 回大会論文集, 69.

水野 治久・石隈 利紀 (1999). 被援助志向性，被援助行動に関する研究の動向 教育心理学研究, *47*, 530-539.

永井 睦行 (2016). 大学生の友人関係における援助要請およびソーシャル・サポートと学校適応の関連 教育心理学研究, *64*,199-211.

永井 智・新井 邦二郎 (2007). 利益とコストの予期が中学生における友人への相談行動に与える影響の検討 教育心理学研究, *55*, 197-207.

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.

中園 尚武・野島 一彦 (2003). 現代大学生における友人関係への態度に関する研究：友人関係に対する「無関心」に注目して 九州大学心理学研究, *4*, 325-224.

西村 勇人 (2016). 機能分析に基づいた不登校への行動療法的介入—2 症例を通して— 行動療法研究, *42*, 257-265.

小川 恭子・上里 一郎 (2003). 対人不安に発生過程—自己呈示との関連— 広島国際大学心理臨床センター紀要, *2*, 13-18.

岡田 努 (1995). 現代大学生の友人関係と自己像・友人像に関する考察 教育心理学研究, *43*, 354-363.

岡田 努 (2007). 大学生における友人関係の類型と, 適応及び自己の諸側面の発達の関連について パーソナリティ研究, *15*, 135-148.

笹川 智子・金井 嘉宏・村中 泰子・鈴木 伸一・嶋田洋徳・坂野雄二 (2004). 他者からの否定的評価に対する社会不安測定尺度(FNE)短縮版作成の試み—項目反応理論による検討—行動療法研究, *30*, 87-97.

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.

Skovholt, T. M. (1974). The client as helper: A means to promote psychological growth. *Counseling Psychologist*, *14*, 58-64.

末木 新 (2008). 心理的サポートに関する援助要請行動の意思決定要因—身近な人に対する認識に焦点をあてて— 臨床心理学, *8*, 843-858.

高木 修 (1997). 援助行動の生起過程に関するモデルの提案 関西大学社会学部紀要, *29*, 1-21.

田村 修一・石隈 利紀 (2006). 中学校教師の被援助志向性に関する研究 教育心理学研究, *54*, 75-89.

臼倉 瞳・濱口 佳和 (2014). 評価懸念研究の動向と今後の展望：その形成プロセスに着目して 筑波大学心理学研究, *48*, 49-58.

Vogel, D. L., Wade, N. A. G., & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, *53*, 325-337.

Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *33*, 448-457.

吉田 和樹・安藤 ときわ・倉成 正宗・三宅 正悟・田村 隆宏・浜崎 隆司 (2011). 養育者の被援助志向性に関する研究 日本心理学会第 75 大会発表論文集, 229.