

# 博士論文

相談行動の抑制因に関する心理学的研究  
—援助要請者が予測する援助者のコストに着目して—

竹ヶ原 靖子





# 目次

はじめに .....	i
<b>第 I 部 本論の目的 .....</b>	<b>1</b>
<b>第 1 章 援助要請を抑制する要因の検討 .....</b>	<b>2</b>
1 節 援助要請行動と援助要請モデル .....	2
2 節 援助要請者の要因と援助要請行動 .....	5
3 節 援助要請者と援助者の個人間要因 .....	9
4 節 先行研究における課題 .....	15
<b>第 2 章 友人への援助要請において生じる葛藤 .....</b>	<b>18</b>
1 節 援助資源の種類によって生じる差 .....	18
2 節 友人への援助要請において援助要請者に生じる葛藤 .....	22
3 節 先行研究の課題 .....	26
<b>第 3 章 本論の目的 .....</b>	<b>32</b>
1 節 先行研究の課題 .....	32
2 節 本論で着目する概念と枠組み .....	32
3 節 目的 1: 援助要請者の援助者コスト知覚と相談行動の関連 ..	38
4 節 目的 2: 援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性 .....	40
5 節 本論の意義 .....	41
<b>第 II 部 実証研究 .....</b>	<b>51</b>
<b>第 4 章 援助要請者と援助者のコスト知覚の不正確さ .....</b>	<b>52</b>
1 節 問題と目的 .....	52
2 節 方法 .....	57
3 節 結果 .....	62
4 節 考察 .....	69
<b>第 5 章 援助要請者における援助者コストの知覚と援助要請行動との関</b>	
<b>連 .....</b>	<b>76</b>
1 節 問題と目的 .....	76
2 節 方法 .....	81
3 節 結果 .....	85

4 節 考察 .....	96
<b>第 6 章 コミュニケーション・パターンと援助要請者の援助者コスト知覚との 関連 .....</b>	<b>102</b>
1 節 問題と目的 .....	102
2 節 方法 .....	109
3 節 結果 .....	112
4 節 考察 .....	119
<b>第 7 章 援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性 .....</b>	<b>124</b>
<b>—コストの実験的操作による効果の検証— .....</b>	<b>124</b>
1 節 問題と目的 .....	124
2 節 方法 .....	128
3 節 結果 .....	132
4 節 考察 .....	139
<b>第 8 章 援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性 .....</b>	<b>144</b>
<b>—会話による効果の検証— .....</b>	<b>144</b>
1 節 問題と目的 .....	144
2 節 方法 .....	147
3 節 結果 .....	153
4 節 考察 .....	161
<b>第 III 部 総合考察 .....</b>	<b>167</b>
<b>第 9 章 実証研究の総合考察 .....</b>	<b>168</b>
1 節 実証研究の概要 .....	168
2 節 援助者に関わる要因と相談行動の関連 .....	172
3 節 援助要請者における援助者コスト知覚の変容可能性 .....	182
<b>第 10 章 結論 .....</b>	<b>188</b>
1 節 本論に残された課題と今後の方向性 .....	188
2 節 本論の意義 .....	196
3 節 臨床心理学的示唆 .....	198
4 節 結語 .....	200
<b>引用文献 .....</b>	<b>202</b>

要旨 .....	222
付記 .....	225
謝辞 .....	226
資料 .....	231

## はじめに

我々人間は、他者や社会との関わりの中で生きている。生きていく上で、誰とも関わらずに生きていくことは難しく、他者と支え合いながら日々を過ごしている。

社会生活を営む中で、問題解決のために他者の力を借りることや他者に頼ることは必然だろう。問題が解決されないことでストレスが増大することやメンタルヘルスが悪化することなど、新たな問題が生じる危険性も考えられる。自力での問題解決が困難なときに他者に援助を求めることは、より容易に問題を解決するための手段であり、問題解決に伴うストレスを低減させる方法であるといえるだろう。このように、他者に援助を求めることは、問題悪化や更なる問題の発生を防ぐ1つの対処である。

コミュニティ心理学においては、Caplan (1964) が提唱したように、予防が重要な概念とされている。予防には、問題の発生そのものを食いとめる第一次予防 (primary prevention)、問題が起きたら早く援助に結び付け対処する第二次予防 (secondary prevention)、問題による二次的、三次的なネガティブな影響を受けないようにする第三次予防 (tertiary prevention) がある (山本, 1986)。このような、各レベルの予防において、社会的環境要因や社会的及びコミュニティ的介入は重要な意味を持つだろう。例えば、問題の発生を防ぐには、その個人の社会的物理的環境を整えることが必要になる。また、第二次予防においては、円滑に援助を提供できる資源につなげることが重要であり、その際に、周囲の人間の協力が不可欠になるだろう。第三次予防については、その個人がさらにネガティブな影響を受けることなく社会生活を送れるように、周囲の理解が必要になる。社会的及びコミュニティ的介入としての臨床心理学的アプローチには、ターゲットとなる個人だけでなく、その個人を取り巻く周囲の人間関

係などの社会的環境に着目する必要がある。

問題を抱える個人とその周囲を結びつけることは重要であるとともに困難もある。例えば、自殺念慮や抑うつ症状を抱えても一切の援助を求めようとしない人もいる (Wilson, Deane, Marshall, & Dalley, 2010)。さらに、心理的な不適応を呈する子どもの 60~80%は専門的治療を受けなかったことも示されている (Gould, Velting, Kleinman, Lucas, Thomas, & Chung, 2004)。このような現状において、問題を抱える個人とその周囲の人間関係に焦点を当て、個人とその周囲の人間を結ぶために適切なアプローチが求められるだろう。本論では、問題を抱える個人が周囲に援助を求める際の困難に着目し、援助を求める援助要請者と援助要請に応じる援助者の相互作用的關係から援助要請行動を捉えていくこととする。

これまでの援助要請行動に関する研究は、援助要請者自身の要因 (e.g., 自尊心) で完結しており、潜在的援助者<sup>1</sup>に関わる要因 (e.g., 援助者にとってのコスト) が援助要請に与える影響についてはあまり検討されてこなかった。潜在的援助者の要因や援助要請者と援助者の相互作用的要因が援助要請に与える影響を明らかにすることで、援助要請者自身ではなく、周囲の環境に働きかけるといふ異なる側面からのアプローチも可能となるだろう。

本論の大きな目的は次の 2 点である。1 点めは、援助要請者が予測する援助者のコストが援助要請行動に与える影響を検討することである。2 点めは、援助要請者における援助者のコスト知覚の変容可能性を探ることである。援助要請行動としては、友人への悩みの相談を取りあげることとする。友人への相談行動を扱う理由は次の通りである。友人は援助を求める相手として最も選択されやすく (Boldero & Fallon, 1995)、問題を抱えた個人と最もつながりやすい資源である。

---

<sup>1</sup> 潜在的援助者 (potential helper; potential help-giver) とは、まだ援助を提供していない段階の「援助者となりうる人」を指す。

このことから、ストレスを引き起こし、メンタルヘルスを悪化させうる問題への対処行動のひとつとして、身近な友人への相談行動が想定される。問題を抱えたときに、真っ先に専門家を訪れる人は少なく（木村・水野, 2004）、友人をはじめ周囲の人が危機を察知して、専門家への受診を勧める事態も考えられる。このように、友人は、援助が必要な個人を直接的に支援するだけでなく、専門機関に個人をつなげるという間接的支援を可能にするという点で、非常に重要な存在である。したがって、予防的視点から援助要請行動を問題対処行動として捉えたとき、友人に問題を相談し、道具的・情緒的援助を受け取ることは第二次予防に相当し、友人に着目して検討を行うことは、意義深いと考えられる。

第 I 部では、援助要請行動に関する文献検討を行い、本論の目的を示す。第 1 章では、援助要請行動の生起モデルを提示し、モデル中の援助要請意思決定段階に特に着目し、援助要請の意思決定を抑制させうる要因について述べる。第 2 章では、援助を要請する相手が友人である場合の援助要請行動について、そのメリットとデメリットを概観するとともに友人への援助要請行動の難しさについて示す。第 3 章では、援助要請者が予測する援助者のコストについて検討する必要性、友人への援助要請、特に悩みの相談に焦点をあてる必要性を示す。

第 II 部では、第 I 部で示した問題を実証的に検証する。第 4 章では、援助者の非援助コストに関する、援助要請者の過小評価バイアス（Flynn & Lake, 2008）、援助要請者の援助要請コストに関する、援助者の過小評価バイアス（Bohns & Flynn, 2010）が、友人への悩みの相談においても見られるかどうかを確認する。第 5 章では、援助要請に影響を与える援助者の要因として、これまでのコストの認知的側面に加えて、援助者のコストの情動的側面である援助者のネガティブ感情

を取りあげる。そして、援助要請者における援助者のコストの予測が、援助要請意図に与える影響を検討する。第 6 章では、援助要請者が援助者のコストを予測する手がかりとしてコミュニケーション・パターンを取りあげ、日常的なやり取りと援助者コストの予測との関連を検討する。第 7 章では、援助者の特定のコストを増大させる実験操作により、当該コストに関しての援助要請者・援助者の知覚が変容するかどうかを検討する。第 8 章では、援助要請者と援助者の二者間の会話が援助要請者のコスト知覚に与える影響を検討する。

第 III 部では、第 II 部で示した知見を総括し考察を行う。第 9 章では、援助要請者における援助者のコストの予測が援助要請に与える影響について考察する。さらに、援助要請者が予測する援助者コストの変容可能性について考察する。第 10 章では、残された課題と今後の方向性を示すとともに、本論の意義、臨床心理学的示唆について述べる。本論の構成を Figure 1 に示す。

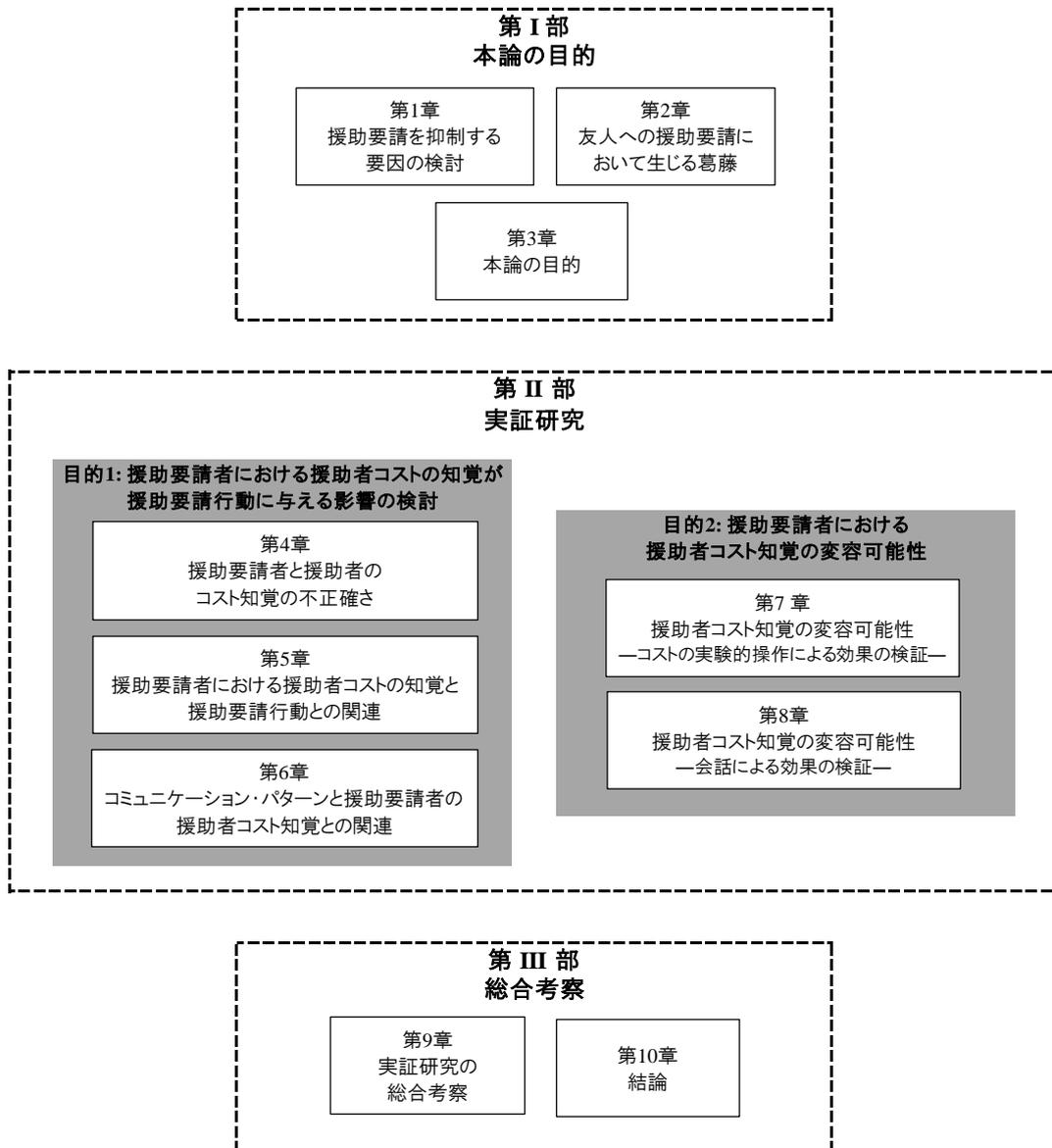


Figure 1. 博士論文の構成







## 第 I 部 本論の目的

# 第1章 援助要請を抑制する要因の検討

## 要約

本章では，援助要請の意思決定段階に影響を与える抑制因に関する先行研究を，援助要請者の個人内要因と，援助要請者と援助者の個人間要因に分類し，概観した。先行研究の課題として，援助要請者と援助者の個人間要因に着目した研究の蓄積が不十分であること，援助資源の種類によって影響が異なる要因について十分な検討がなされていないことを示した。

## 1 節 援助要請行動と援助要請モデル

### 1 項 援助要請行動とは

道に迷ったら周囲の人に目的地までの行き方を尋ねる，問題が難しいときに教師に尋ねる，悩んでいるときに友人に相談をする，というように，我々は困ったときに他者の力を借りるということを日常的に行っている。このように，困ったときに他者の力を借りることを援助要請行動 (help-seeking behavior) という。

援助要請行動に関する研究は，援助行動 (helping behavior) に端を発する。社会心理学者は“なぜ助けるのか”という問いに対する答えを求め，援助行動に関する検討を盛んに行ってきた。しかし，1980年代頃から，“なぜ，困っているのに援助を求めないのか”というような，助けを求める側への関心が高まり，援助要請行動に関する研究が増加し始めた。DePaulo (1983) は，援助要請行動を「個人が問題の解決の必要があり，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」と説明した。DePaulo (1983) は，この説明のような行動を，援助要請

の典型的な例として示しており，この例に合致しなければ援助要請ではないということではない（橋本，2012）。

また，臨床心理学領域では，援助要請行動は，Srebnik, Cauce, & Baydar (1996) によって「情動的または行動的問題を解決する目的でメンタルヘルスサービスや他のフォーマルまたはインフォーマルなサポート資源に援助を求めること」と定義されている。

援助要請行動に関する研究の問題点として，いくつかのモデルは示されているが，それらを包括する理論が存在しないこと，援助要請の測定の仕方が多様であるために知見が一貫しないこと，確たる定義が存在しないことなどが残されている（Rickwood, Deane, Wilson, & Ciarrochi, 2005）。Komiyama, Good, & Sherrod (2000) は，スティグマや援助要請時の不安感情，心理的な悩みによって援助を要請しようという意図が25%程度説明されることを示した。さらに，自殺企図，援助要請に対する態度，心理的苦痛，治療恐怖，性別，以前の援助要請経験が援助要請意図の約23%程度を説明したとするCarlton & Deane (2000) の知見もある。このように，援助要請行動に関連する主な要因と援助要請との関連は決して高いとは言えない。援助要請意図や援助要請行動に影響を与える要因について多くの検討がなされているにも関わらず，“どうすれば援助要請行動を促進することができるのか”についてはまだ手探りの段階である。

## 2項 援助要請行動生起モデル

個人が悩みを抱え，他者に援助を求めるまでの過程について，我が国でもいくつかのモデルが提案されている。代表的なモデルとして，自己の問題への気づきから援助要請が受諾されるまでの過程を7つの段階に分けた高木（1997）のモデルがある（Figure 1-1）。このモデルでは，援助要請者は，①問題への気づき，②問題の重大性の判断，③自己の問題解決

能力の判断, ④ 援助要請の意思決定, ⑤ 潜在的援助者の探索, ⑥ 援助要請方略の検討, ⑦ 援助要請の評価という各段階を経ると想定されている。

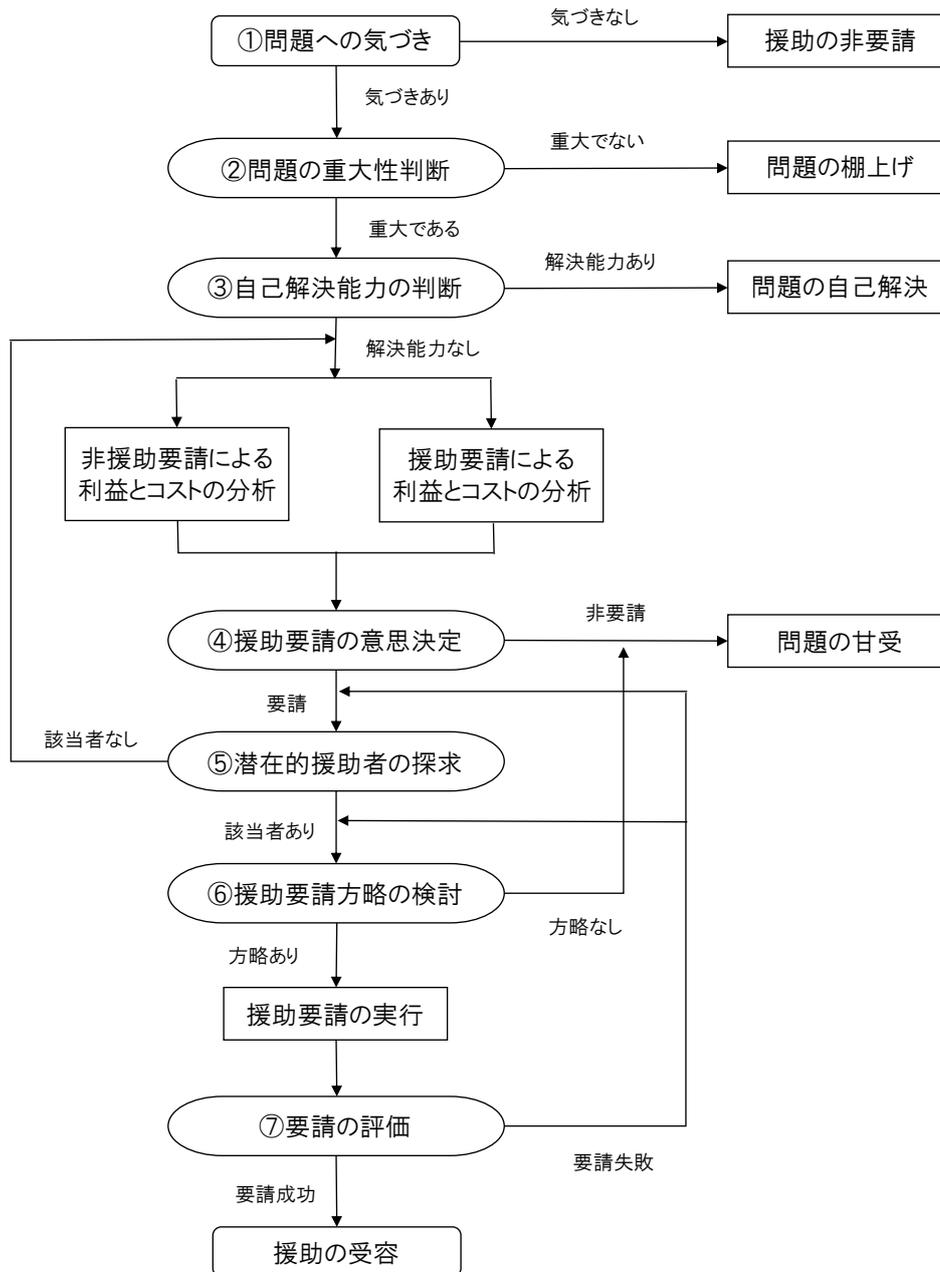


Figure 1-1. 援助要請行動生起モデル (橋本, 2012 より抜粋)

他に，久田（2000）は学生相談への援助要請の過程をモデル化した。久田（2000）は，高木（1997）のモデルと同様に，自己の問題への気づきから援助を受ける段階までを示した。久田（2000）のモデルは，潜在的援助者を，非専門家と臨床心理学の専門家とで区別して段階を設定した点，その専門家についての情報を持っているかを確認する段階がある点で高木（1997）のモデルと異なっている。また，久田（2000）のモデルを修正し，各段階における学生相談の具体的サービスによる働きかけを提案している高野・宇留田（2002）の研究もある。近年では，学生相談に対する大学生の援助要請行動のプロセスの特徴について実証的に検討した木村・梅垣・水野（2014）がある。これらの援助要請生起過程モデルの中で，特に重要とされている段階が援助要請の意思決定段階である。

## 2 節 援助要請者の要因と援助要請行動

援助要請の意思決定に影響を与える要因として，これまで，援助要請者（help-seeker）の持つ特性（e.g., 自尊心の高さ，自己開示への抵抗感）をはじめとする援助要請者に関わる要因について多くの検討がなされてきた。本節では，援助要請行動研究の中で検討されてきた主な要因について述べていく。

### 1 項 性別

援助要請者の性別については，いくつかの知見が蓄積されている。多くの先行研究により，女性は男性よりも，援助要請に肯定的で（e.g., Leong & Zachar, 1999），援助要請行動を取りやすいことがほぼ一貫して示されている（e.g., 山口・西川, 1991）。男性が援助要請を取りにくいのは，感情表出や，弱みの露呈，他者への依存を良しとしない伝統的性役割規範が，感情や自分の弱さを開示して他者に頼ることを意味する援助要請の内容と矛盾するためだと考えられている（Sears, Graham, & Campbell, 2009）。このことと一致して，佐藤

(2008) は、男性は情報を利用して自力での問題解決を行う傾向があることを示し、男性にとって、人的援助資源だけでなく、マスメディアなどの情動的援助資源は重要であることを明らかにした。

男性の伝統的な性役割と援助要請の関連について検討した Berger, Levant, McMillan, Kelleher, & Sellers (2005) の研究では、性役割に対する葛藤が高く、男らしさに対する観念を強く持つ男性ほど、援助要請にネガティブな態度を持つことが示された。特に、感情表出への懸念が援助要請とネガティブに関連し (Good, Dell, & Mintz, 1989) , 悩みを話す際に、自身のネガティブな感情を吐露することへの不安や抵抗が強い男性ほど、援助要請を行なおうとしなかった。Wisch, Mahalik, Hayes, & Nutt (1995) が行った、クライアントの感情に焦点を当てたカウンセリングビデオを見せるという情動焦点型の介入は、クライアントの思考に焦点を当てた認知焦点型の介入よりも、性役割葛藤が高い男性ではその介入の効果が見られなかった。一方で、Good & Wood (1995) は、そのような男性の性役割葛藤を、感情表出を抑制し、親しい同性の友人を作らない制限型 (restriction-related) と、成功することを目標とする達成型 (achievement-related) の 2 種類に分類した。そして、制限型の男性は援助要請にポジティブな態度を持っていること、達成型の男性は抑うつになりやすいことが示された。

学生相談機関への援助要請における性差に着目した木村・水野 (2012) では、問題が多くの人に共通するものであると捉える男性ほど援助要請をしようと考えたことから、他者より劣っていないか懸念し、自身が他者より弱いと認知することで男性は援助要請を抑制することが推測される。

伝統的性役割規範や社会的性役割規範がもたらす男性の援助要請への抵抗感について、“みんなが悩むことであるため他者に助けを求めるのは当然である” という問題の一般化を行

うアプローチや，むやみに援助を要請させようとせずに本人の解決スキルを向上させるアプローチも考えられる。このように，性役割規範といった援助要請行動を規定する要因について，それぞれが異なる特徴を有している場合，特徴をふまえたアプローチが必要となるだろう。

## 2項 スティグマ

援助要請に関するスティグマとは，個人が心理的な治療を求めることは望ましくなく，そのような個人は社会的に受け入れられないという認識のことをいう (Vogel, Wade, & Haake, 2006)。Komiyama et al. (2000) は，スティグマが援助要請を抑制しうる要因のひとつであることを示した。さらに，精神疾患についての肯定的な意見は，援助要請に対する肯定的な態度を性別よりも有意に説明したことを示す研究もあり

(Leong & Zachar, 1999)，精神疾患についての肯定的・否定的な態度や考えが援助要請に影響を及ぼすことが示唆されている。このようなスティグマは，メンタルヘルスサービスや関連する専門機関が，他の資源を利用してはなお問題が解決できないときに用いる最後の手段であるという位置づけに起因している (Vogel, Wade, & Hackler, 2007)。

スティグマは，援助や治療を求めることを他者や社会がネガティブに見なす公的スティグマ (public stigma) と，自身が治療を受けることで，自身を他者より劣っている，無能であると見なす自己スティグマ (self-stigma) の2種類に大別される (Vogel et al., 2006)。宮仕 (2010) は，心理的問題や対人関係に関する悩みが深刻であるほど，自己スティグマが強まり，援助要請が抑制される可能性を示唆した。また，Vogel et al. (2007) は，自己スティグマが公的スティグマとカウンセリングに対する援助要請との間を媒介すること，公的スティグマの認知は自己スティグマを感じた経験に起因することを示し，自己スティグマと公的スティグマは相互に関連する

ものであることを主張した。しかし、笠原（2002）は、スティグマは悩みの程度と関連するのみで、援助要請とは直接的な関連はないことを示している。加えて、Golberstein, Eisenberg, & Gollust (2009) は、大学生を対象にオンライン調査を行い、ベースライン期の公的スティグマと、その後2年間のメンタルヘルスサービスの利用との間に関連が見られなかったことから、スティグマは援助要請の本質的な抑制因ではない可能性を論じた。Golberstein et al. (2009) の知見から、長期的影響を踏まえた縦断的な視点も重要であることがいえる。

### 3項 予期される利益とコスト

援助要請行動の際に、援助要請者は援助を要請することで得られる利益や被るコスト、あるいは援助を回避することで得られる利益や被るコストを予測している（永井・新井, 2007）。利益とコストとは、援助要請の実行あるいは回避によって生じるポジティブ・ネガティブな結果を指す。このことを予期される利益とコスト（Anticipated Benefits and Costs (Risks)）といい、近年、この概念に着目して援助要請との関連が検討されている。

要請の利益や回避のコストは援助要請の促進因、要請のコストや回避の利益は援助要請の抑制因となりうることが推測され、永井・新井（2007）の中学生を対象とした研究では、援助要請を行なうことのコストが高いために援助要請が抑制されるというよりも、むしろ相談を行うことの利益が低いために援助を要請しようとしなかったことが示唆された。新見・近藤・前田（2009）は、悩みを経験して相談した群と、悩みがあったが相談しなかった群、悩み経験のない群の3群に中学生を分類して調査を行い、悩みがあっても相談しなかった群は他の2群よりも、相談によって得られる利益を低く、相談に伴うコストを高く評価していたことを明らかにした。利益

とコストの予期，愛着と援助要請との関連を検討した研究 (Shaffer, Vogel, & Wei, 2006) では，愛着が回避型の人には援助要請によって得られる利益を低く，被るコストを高く予測し，その結果，援助要請に対する肯定的な態度が低下し，最終的に援助を要請しようとしないうこと，愛着不安が強い人は，得られる利益を高く，被るコストを低く予測した結果として援助要請に肯定的になり，援助を要請しようとすることも示されている。

### 3 節 援助要請者と援助者の個人間要因

近年，援助を提供する援助者 (helper, help-giver) がいて援助要請行動が成立することから，援助要請行動研究において，援助者にも目が向けられてきている。潜在的援助者が援助要請者に影響を与えること，援助要請者と援助者に関する各々の要因が相互に影響することも考えられ，援助要請行動は，援助要請者と援助者の相互作用行動であると捉えられる。そこで，本節では，援助要請行動における，援助要請者と援助者との関係による個人間要因についての先行研究を概観することとする。

#### 1項 援助要請者と援助者の性別

援助要請者本人が男性か女性かだけでなく，援助者が男性か女性かということも援助要請行動に影響を与える。特に，異性への援助要請行動は，相手の異性の身体的魅力と関連付けて検討されてきた。Nadler, Shapira, & Ben-Itzhak (1982) では，男性は，弱さや能力の無さを露呈することへの恐れから，魅力的な女性には，魅力的でない女性よりも援助を要請しにくいこと，一方で，女性が他者に頼ることは性役割規範に適っていることもあり，女性は魅力的でない男性よりも魅力的な男性に援助を要請する傾向があった。この知見と一致して，女性は援助を要請しやすいこと，男性は援助を要請されやす

いことが示されている（山口・西川，1991）。

また，男性から男性への援助要請も，自分が相手の男性や周囲の男性よりも劣っていることを認めることに通じるため，行われにくい。Sears et al. (2009) では，思春期の男子は，同性よりも異性の友人に援助を要請しやすいことを示し，男子が抱く同性への援助要請の抵抗感について主張した。

## 2項 援助資源

援助要請行動研究では，援助資源選択の研究が多く行なわれている。友人や家族などのインフォーマルな資源が援助資源として選択されやすいこと，専門家にはそれほど援助が求められないことが一貫して示されてきた（e.g., Boldero & Fallon, 1995; 木村・水野，2004）。

友人・家族といったインフォーマルな資源に対する援助要請は，自尊感情と正の関連がある（木村・水野，2004）。さらに，対人・社会に関する問題では，友人に援助を求める傾向が高いことから（佐藤，2008），インフォーマルな資源への援助要請は肯定的に捉えられることが多い。そのようなインフォーマルな資源において，援助要請者がそれぞれに求める援助は異なる。福岡・橋本（1997）は，家族には用事の手助けや看病などの手段的サポートを多く求める一方で，友人にはなぐさめやアドバイスなどの情緒的サポートを多く求めることから，家族関係と友人関係では，基本的なサポート機能に違いがあることを示した。このことから，各資源を一括して扱うのではなく，各援助資源の特徴とそれぞれの資源に援助要請者が望むものを見ていく必要があるだろう。

友人や家族などのインフォーマルな援助資源と，学生相談などのフォーマルな資源との違いを調査した研究もいくつか見受けられる。Brown (1978) は，専門機関のみ接触する人や，援助要請を躊躇し援助を求めない人は危機に陥りやすいこと，援助を要請せずに自力で解決する人やインフォーマルな資源

を利用する人は問題に上手く対処する傾向があることを明らかにした。また、笠原（2003）は、自己の情報を隠したがるという自己隠蔽（self-concealment）と、カウンセリングに対する恐怖感、悩みの苦痛の程度などの要因と専門家・非専門家への援助要請との関連を検討したが、専門家への援助要請のみでは説明力のあるモデルを作ることはできず、非専門家への援助要請を同時に目的変数として投入してモデルを作成した。このことは、フォーマルな援助資源である専門家への援助要請か、あるいはインフォーマルな援助資源である非専門家への援助要請かという二者択一ではなく、双方への援助要請を視野に入れて、援助要請の促進を捉える必要性を示唆している。

問題を抱えた個人を専門的援助資源につなげるという点で、友人や家族といったインフォーマルな援助資源は重要な役割を果たす。自殺念慮や自殺企図が高まると、援助を要請しなくなったり、差し出された援助を拒否したりすることから（Deane, Wilson, & Ciarrochi, 2001）、深刻な状態に陥った場合に、本人が自発的に専門機関に接触することはそれほど多くないだろう。小倉・今城（2011）でも、“うつ状態になった時には行動を起こせない”という自由記述が見られたことから、健康な状態では援助要請の重要性を認識していたとしても、実際に深刻な状態になったときに自力で援助を要請できるとは限らないのである。そのときに、周囲にあるインフォーマルな資源（i.e., 家族、友人）が必要となる。専門家への援助要請意図には、友人からのサポートも予測変数となることから（永井, 2010）、インフォーマルな援助資源への援助要請行動も重要であると考えられる。

### 3項 援助要請者から援助者へ、援助者から援助要請者への評価

相互作用的コミュニケーションにおいて、相手への印象や評価あるいは相手からの印象や評価は、非常に重要なもので

ある。援助要請においても，援助要請者から援助者へ，援助者から援助要請者へ抱く印象や評価と援助要請との関連を検討した先行研究が多く存在する。

援助を要請する人は，援助者への遠慮あるいは援助者に対するためらいを感じ，その上で援助を要請するかどうかを決定している（島田・高木，1994）。DePaulo & Fisher (1980) の実験では，援助要請をより多く行った実験参加者は，援助者に無能だと思われていると思い，援助を要請する際に居心地の悪さを感じていた。木村・水野（2012）では，女性は，援助者との関係性や援助者の呼応的な反応を重視しており，相手が自分の悩みに応じてくれるかどうかといった呼応性の心配が高いほど，援助要請を行おうとしないことが示されている。

援助を要請するかどうかを決定する際に，援助要請者は自分自身の利益やコストだけでなく，援助者の利益とコストをも考慮していることから（DePaulo & Fisher, 1980），援助者の反応や援助者自身が援助要請に応じる，あるいは拒否する利益とコストが，援助要請者自身の利益とコストに大きく関連することが考えられる。

相川（1984）によって，援助を受けた被援助者に返報の機会が与えられない場合は，返報の機会が与えられた場合と比較して，援助者の印象や魅力について，やや援助者を否定的に評価することが示されている。この結果について，相川（1984）は，自分自身と相手の利益やコストを同程度にしようと動機づけられる衡平理論に基づいて次のように説明している。被援助者は，助けられたことで相手よりも利益が多い過剰報酬の状態になり，さらに相手に利益を与える返報の機会を逸することにより，その過剰報酬の状態が維持される。その状態が維持されることの不快感により，被援助者は援助者や援助そのものの価値を否定的に評価するというのである。

このような衡平理論に関連し、援助要請者が援助者に対して抱く感情として、心理的負債 (indebtedness) という概念がある。心理的負債とは、「好意を与えてくれた他者にお返しをしなければならないという義務感」(Greenberg, 1980) と定義され、他者への返報行動は、この心理的負債が中核的役割を果たしていると考えられている (相川・吉森, 1995)。

悩みを抱える個人や援助要請者に対して潜在的援助者が抱くイメージは、悩みに対するイメージと、援助要請に対して援助者自身がどのように対応するか、そして援助者の対応に対する援助要請者の反応によって影響を受ける。例えば、木村 (2009) は、進路に関する問題を抱えているよりも、心理的問題を抱えているほうがネガティブな印象で評定されることを示し、親しい他者か専門機関かというような援助要請先よりも、抱える問題の種類が対人印象に影響を与えている可能性を主張した。さらに、Sibicky & Dovidio (1986) が行った2人で会話をするという実験では、心理的問題を抱えてカウンセリングセンターに通っていると設定された参加者は、単に大学生とのみ教示された参加者よりも、会話の実験前にもう一方の相手から好ましくなく評定され、そしてそのことが実験中の二人の会話にもネガティブな影響をもたらした。

また、援助を提供しようとする援助者側は、提供した援助を受け入れてもらえるという期待を抱いている。もし、その援助を拒絶された場合、それは援助者にとっては期待から外れる行為になるため、相手に対してネガティブな印象を抱くことになる。Rosen, Mickler, & Collins II (1987) では、差し出した援助を拒否された援助者は、その拒否に対して、相手にネガティブな感情を抱いたり、相手の魅力を低く評価したりすることで対応した。

援助者は援助を求められると、援助要請者の困難状況を心配したり、哀れみを感じたりすると同時に、援助要請者を軽

蔑したり嫌気を差すといったネガティブな感情も抱くことが示されている（西川・高木, 1989）。日本人は他者の感情を読み取ることを重視し, 他者の感情に着目するため（内田・北山, 2001）, 援助者が援助要請者に抱くこのような不快感情を, 援助要請時に察知している可能性がある。その際に経験した援助要請者の不快感が, その後の援助要請行動を抑制することも考えられるだろう。

#### 4項 周囲の他者と個人の関係から見る援助要請行動

問題を抱える個人の周囲にいる人々が, 専門家に対する援助要請をどのように捉えるかが専門家に対する援助要請に影響を与えているという研究もある。例えば, 石川・橋本（2011）は, 友人が持つスクールカウンセラーへの援助要請態度が, 本人のスクールカウンセラーへの態度やスクールカウンセラーを肯定的に捉えるかどうか大きく影響することを示した。同様に, 木村・水野（2008）も, 学生相談利用を周囲が本人に期待するほど, 本人の学生相談への援助要請が高まることを明らかにしている。他にも, 専門的援助要請を行なった人を身近に知っていることが専門家に対する援助要請の予測変数になること（Rickwood & Braithwaite, 1994）, 援助要請を自分に勧める人の存在や, 援助要請経験のある人との関係があることがメンタルヘルスサービスに対するポジティブな期待や援助要請に対するポジティブな態度と関連があること（Vogel, Wade, Wester, Larson, & Hackler, 2007）が示されている。しかし, 梅垣・木村（2012）は, 自分と友人を比較すると, 友人の抑うつ的な状態をより深刻に捉え, 自分よりも友人に援助要請が必要であると評定するという楽観的認知バイアスの存在を提唱した。さらに, 専門家への援助要請については抑うつ症状が重症であるほど, この楽観的認知バイアスは強まることを示した。

つまり, 個人の援助要請に対する態度や行動は, 周囲の人

間の援助要請に対する態度や行動から影響を受けるが、その影響は援助要請を促進させる方向に働くとは限らない。自分自身と周囲とを比較し、自分は大丈夫であると自分自身を過信することが援助要請に抑制的に働く危険性も示唆されている。

ソーシャル・サポートにおける文化差の観点から研究を行った Taylor, Sherman, Kim, Jarcho, Takagi, & Dunagan (2004) は、ストレス対処の際に、アジア人はヨーロッパ系アメリカ人よりも、ソーシャル・サポートを利用しないことを明らかにした。その理由として、個人の利益よりも集団の和を重視するアジア圏では、集団における目標達成が最も優先されるため、個人の悩みを解決するために、その集団や集団成員に負担をかけてまで援助を要請しようとはしないためであると説明している。Kim, Sherman, Ko, & Taylor (2006) においても、集団主義文化のアジア系アメリカ人は、より親しい他者に援助要請をしないこと、個人主義文化のヨーロッパ系アメリカ人はそのような二者関係に援助要請が影響されないことを示した。相互依存の文化傾向では、集団での調和が重んじられることから、個人は他者への注意に焦点を当てやすくなり、その結果として、中国人はアメリカ人よりも正確に他者の視点を取得していたことが示されている (Wu & Keysar, 2007)。これらのことから、周囲との関係は、援助要請の促進において、ポジティブにもネガティブにも作用しうることと、一定の影響力を持つ可能性が考えられる。

#### 4 節 先行研究における課題

本章では、援助要請の意志決定に関する要因について、援助要請者の個人内要因、援助要請者と援助者の個人間要因という観点から概観した。これまでの先行研究の課題として次の2点を挙げる。

1点めは、援助要請者と援助者の個人間要因に関する検討が不十分な点である。援助要請者の特性や援助要請に対する態度など、援助要請者の個人内要因については、これまで多くの検討がなされてきた。特に、近年の我が国の研究では、永井・新井（2007, 2008）で提唱されている援助要請行動における利益とコストの概念が注目されている。しかし、援助要請者に必要な援助の獲得には、援助要請者が必要とする援助を提供する援助者の存在が必要不可欠である。援助を提供する側の援助者においても、援助を提供する利益とコスト、援助を拒否する利益とコストが、援助要請者と同様に存在する。

援助者の利益とコストについて、高木（1982）は援助行動の観点から援助者の行動特性を実証的に検証し、いくつかの特性を明らかにした。援助者の利益とコストに対する援助要請者の認知は、援助要請生起において重要な要因である（相川, 1987）。しかし、援助要請者から見た援助者の利益とコストに着目した研究は少ない。インフォーマルな資源の場合、親しいから援助者のコストを気にせず援助を求められるとする場合（e.g., Shapiro, 1980）と、親しいからこそ援助者に負担をかけることで二者関係にネガティブな影響を与えることを懸念して援助要請を抑制してしまう場合（e.g., Kim et al., 2006）の2通りが想定され、援助要請者が親しい他者に援助を求める際に、援助者のコストを予測することは援助要請を促進する可能性と抑制する可能性の両方が示唆される。このように、援助要請者から見た援助者の利益とコストが援助要請行動に与える影響についてはポジティブなものやネガティブなものがあることが考えられるが、知見が一貫していなかったり、コストの定義が曖昧であったりと不十分な点も多く、更なる検討が必要である。

2点めは、援助資源について多くの研究知見が蓄積されているが、それらの援助資源の独自性にはあまり言及されてい

ない点である。例えば，専門機関には特有の障壁が存在する。西山・谷口・樂木・津川・小西（2005）は，学生相談の存在は多くの学生に知られていたが，どのように利用すればいいのかについてはあまり知られていないことを明らかにした。さらに，収入の多さと専門家への援助要請には正の関連が示されており（Tijhuis, Peters, & Foets, 1990），専門機関への援助要請においては金銭的成本も影響する。

専門機関のようなフォーマルな資源と，友人や家族などのインフォーマルな資源との最も重要な違いは，専門家と援助要請者は初回ではほとんど初対面であることである。カウンセラーが登場するビデオを見た学生のほうが，ビデオを見ていない学生よりも，援助要請意識が高まったとする知見もあるように（中岡・兒玉・栗田，2012），援助要請者自身が援助を求める相手について情報が不十分であることは援助要請の際に不安を喚起あるいは増大させ，援助要請を抑制しうると考えられる。このように，専門機関特有の抑制因が存在するにも関わらず，先行研究では，異なる種類の援助資源を一律に扱っており，友人や家族，専門家それぞれに対する援助要請意図を比較して検討されている。それぞれの援助資源の位置づけや機能についての議論が我が国では不十分となっているため，それぞれの資源の持つ特有の障壁や困難に着目する必要があるだろう。

## 第2章 友人への援助要請において生じる葛藤

### 要約

本章では、これまで援助資源として一律に扱われてきた友人と専門家について、関係の枠組みの視点から差異を述べた。さらに、多くの先行研究で示されてきた友人への援助要請の相対的な容易さについて、メリットと同時に親しいからこそ生じる困難さがあることを示した。最後に、友人への援助要請における困難についての検討が不十分であることとその検討の必要性について述べた。

### 1 節 援助資源の種類によって生じる差

#### 1 項 様々な援助資源

我々が困ったときに援助を求める相手として、いくつかの資源が想定される。例えば、身近な友人や家族、専門機関などが挙げられる。専門機関については、心身の不調であれば医療機関、学習に関わる問題であれば学校の教員など、選択肢としての援助資源は多岐に渡る。我々は自分の問題を受容し、解決能力を備えている相手に援助を求めようとする (Takegahara & Ohbuchi, 2011)。

援助を要請する相手として、友人が選択されやすいこと、専門家には援助を求めにくいことが一貫して示されてきた (Boldero & Fallon, 1995; 木村・水野, 2004)。このように、援助を求める相手をインフォーマルな資源とフォーマルな資源、非専門家と専門家のように区別して検討されることがしばしばある (e.g., Cauce, Felner, & Primavera, 1982)。しかし、その多くは専門的な知識の有無、親密さなどのアクセシビリティの側面から区別されているのみで、その違いが援助を要請しようという意図や援助要請行動にどのような影響を与えているのかについて詳細に検討されてはいない。

Wills (1983) は、援助要請者の抱える主観的苦痛によって援助資源の選択が異なると主張した。援助要請者の抱える主観的苦痛が小さい場合、援助者は問題解決に便利な人であれば十分である。援助要請者の主観的苦痛が中程度の強さの場合には、援助者の選択は、問題についてよく知っている人や同じような問題を抱えている人、援助要請者を受容してくれる人、というようにいくつかの制約が生じる。問題が深刻で持続的なものであり、それによって生じる主観的苦痛が大きい場合には、問題についての専門性をもとに援助者を選択するだろうとしている。

この Wills (1983) の主張に当てはめると、問題によって生じる心理的ストレスが小さい場合には援助要請に応じる可能性が高い人を選び、心理的ストレスが中程度の場合には友人や家族、心理的ストレスが大きい場合には専門機関が選ばれるだろう。このことと関連して、専門機関の利用率の低さについて多くの研究で問題視されているが (e.g., Vogel et al., 2007), 専門機関へ持ち込まれる問題は、友人や家族へ援助要請をする問題よりも深刻で、慢性的な性質を備えていること (Wills, 1983) にもよると考えられる。Vogel et al. (2007) が指摘するように、専門機関は、友人、家族など身近な他者に援助を求めて思うように効果が得られない場合の最終手段として見なされる。また、専門機関についても、精神科医ではなく、内科医に援助を求める人もおり (Madianos, Madianou, & Stefants, 1993), 専門的治療が必要だと認識しても、専門的・心理的援助要請を取らない場合もある。

社会心理学領域では、援助を要請する相手として見知らぬ人を取り上げて、援助要請の関連要因について検討がされてきた (e.g., Nadler et al., 1982)。主に、作業課題を与え、それについて援助を求めるかどうかという実験課題であるが (e.g., Shapiro, 1978, 1980), 実験室環境で行われた特殊な課

題についての援助要請行動であるため生態学的妥当性に疑問が残る。

このように，援助要請者が援助者に求めるものは問題の種類や深刻度によって異なり，援助者にどのような対応を求めるのかによっても援助者選択は左右される。しかし，これまでの研究では，それぞれの援助資源の違いにそれほど注意を払われないままに援助要請意図との関連について検討がなされてきた。次項では，交換関係と共同関係という二者関係から援助資源の種類の違いについて述べる。

## 2項 交換関係と共同関係

Clark & Mills (1979) は，社会心理学で扱われる二者関係の種類として，交換関係 (exchange relationships) と共同関係 (communal relationships) を取りあげた。北村・大坪 (2012) は，この2種類の関係について次のように説明している。交換関係とは，相手からの報酬を得ることを目的として資源を提供することを前提としている。そのため，交換関係における援助要請行動では，援助要請者は援助者に対して事前あるいは事後に何らかの資源を提供する義務が生じるとされる。

共同関係では，交換関係のような返報義務は生じない。一方が援助の必要な事態に陥った場合，もう一方は相手をより良い状況にするために援助を行う。共同関係における援助授与は，援助要請者の福利を目的としているため，援助者は援助要請者に見返りを求めることはしない。このように，親しい二者関係では，それぞれが，多少の負担が自分にかかったとしても，相手が困っているのであれば相手に援助を提供するという共同規範 (communal norm) に従って行動している。そして，双方が共同規範に従っている状態が，その二者関係にとって最も良い状態であるとされている (Clark & Grote, 1998)。

援助要請行動における交換関係には，病院を始めとする専

門機関への受診が該当するだろう。例えば，精神科への受診という援助要請行動では，受診のために援助者である病院側に金銭を支払う。その対価として，精神科医は診察を行うということになる。つまり，交換関係では相手に支払う対価と受け取る資源は同等になるように設定されている。共同関係において行われる援助要請行動は，友人に対する悩みの相談などが挙げられる。その際には金銭など報酬のやり取りは発生せずに援助要請への対応は終了するだろう。

### 3項 関係の種類による関係維持における困難の違い

交換関係と共同関係において，援助要請や援助提供による報酬の有無は大きな関心事となっている。

交換関係では，援助要請者は援助者から援助を獲得した後，なるべく早く返報をしなければならない。交換関係においての援助はお互いの資源の交換を意味するため，与えられた援助と等価のものを即時に援助者に与える必要がある。一方で，共同関係では，相手が困ったときは助けることが規範であり，即時的な返報は求められない。Clark & Mills (1979) が行った実験では，交換関係条件あるいは共同関係条件の他者に参加者が援助を与えた後に，返報としての援助がその他者からあるかどうかで，その他者の魅力評定に正反対の結果が示された。つまり，交換関係条件の他者では，返報がある場合のほうがない場合よりも，参加者はその他者を魅力的だと評定した。対照的に，共同関係条件では，参加者は，返報がある場合よりも，返報がない場合のほうが他者の魅力を高く知覚した。

Clark (1983) は，交換関係にある他者から返報がない場合，その他者に対する魅力の知覚は低下するが，共同関係にある他者の場合には，返報がなくとも，相手の魅力の知覚は交換関係のように低減しないことを示している。一方で，共同関係においては，相互の福利のためにそれぞれが相手のニーズ

を満たすように働きかける必要がある。このような共同規範のために、共同関係にある他者には、援助提供の期待が高まり、必要とする援助がない場合の憤りやニーズを満たさない援助の場合の傷つきが交換関係よりも大きくなる (Clark & Waddell, 1985)。つまり、相手の福利に資する行動を十分に果たせなかった場合には相手は不快感情を経験し、二者は関係の危機にさらされることになる。

これらのことをまとめると、交換関係における困難は、即時的な報酬が求められることであり、共同関係における困難は、相手のニーズを満たす援助を与えなければならないことだといえるだろう。援助要請行動においては、専門機関への即時的な報酬は受診料の支払いであるが、受診の効果や対応する専門家の印象がそれに見合わないと援助要請者が判断した場合には、その関係は途切れ、援助要請は継続しないだろう。そもそも、求められる報酬を提供できない場合には援助を求めることもできなくなる。

一方、共同関係、つまり友人への援助要請の文脈に当てはめれば、援助を求めることは、援助者である友人に自分の望む援助を期待することになり、それが満たされない場合には不快感情を経験する可能性も伴う。また、今後、その相手に何か困ったことがあった場合には、自分が相手のニーズを満たすような援助を提供しなければならないという規範があるため、その際にも困難を感じるだろう。このように、二者関係の質の違いから見た場合、それぞれの関係で生じうる困難は異なるため、各援助資源の特徴を考慮して援助要請への影響を検討する必要があるといえる。

## 2 節 友人への援助要請において援助要請者に生じる葛藤

前節では、交換関係であるか共同関係であるかにより、二者関係に生じる関係維持の困難は異なることを示し、それぞ

れの特徴を捉える必要性があることを論じた。そこで、本論では、共同関係に着目して援助要請への影響を検討したい。なぜなら、親しい二者間で構築される共同関係において求められる資源は、物質的・情動的資源だけでなく、心理的安寧や共感のような情緒的資源も含まれるためである。共同関係にある相手のニーズを満たすような情緒的資源を与えることは、相手が必要とする言葉かけや態度を相手の様子から探らなければならないという点で、物質的・情動的資源を与えることと比較して難しく、かつそのことは今後の二者関係に重大な影響を与えるだろう。交換関係における二者のやり取りは一回ごとに終了するために迅速な返報が必要となるが、共同関係は一般的に長期に渡って持続するため、今後の二者関係に与える影響に注意を払う必要がある。したがって、各回のやり取りだけでなく、そのやり取りが今後の二者関係に与える影響についても考慮して振舞う必要がある。

本論では、長期的な関係維持が期待される共同関係における上記の困難に焦点をあて、共同関係の典型例である友人への援助要請について検討する。その理由として、次の2点がある。

まず、友人への援助要請は、他の援助資源と比較して、行われやすいことが示されている (Boldero & Fallon, 1995)。しかし、友人への援助要請は決して容易ではなく、自己イメージの喪失 (末木, 2008)、自尊心の低下 (Nadler & Fisher, 1974) というように、援助要請者自身にネガティブな影響を与える。

援助要請者自身へのネガティブな影響だけでなく、過度な援助要請や、その反対の援助要請の回避は友人関係にもリスクとなりうる。共同関係のように、長期的な関係が持続する場合には、互惠性規範 (reciprocity norm) が作用する。“お互い様”の概念である。そのため、二者関係においてどちらか

が一方的にもう一方に頼る関係は、心理的負債や罪悪感を生じさせ、関係を崩壊させてしまうリスクがある。さらに、共同関係では、交換関係と比較すると枠組みが明確ではなく、相手の福利を押し量って行動することが各自に求められる (Clark & Waddell, 1985)。

そして、援助を求める機会が多いということは、それだけこれらの困難に直面する機会も多いということでもある。これらのことから、友人への援助要請は、援助要請者自身に与えるネガティブな影響と、その後も良好な関係を維持しなければならないという関係懸念によって重大な困難を抱えている。しかし、このような葛藤の大きい事態について言及された研究は多くなく、実証的な研究が必要である。

第二の理由として、友人は、個人が専門機関につながる社会的資源として重要な位置を占めている。自身が問題を抱えたときに、その問題の深刻性を正確に把握できる人は多くなく、自分自身ですぐに必要な対応ができるとは限らない。そのような人は専門的対応が必要な場合であっても、専門機関にスムーズにつながることは考えにくい。しかし、友人へ問題を開示することはあるかもしれない。このように、友人は孤立する危険性のある個人と専門機関とをつなぐ存在となりうることを期待できる。そのために、友人への援助要請について、メリットだけでなく、デメリットとそれらによって生じる葛藤を明らかにすることは意義のあることだろう。

援助要請者のインフォーマルな資源に注目すれば、友人と同様に家族も共同関係を結んでいるだろう。しかし、ソーシャル・サポート研究では、家族からの手段的サポートに対し、友人からは情緒的サポートをより多く獲得できること (福岡・橋本, 1997)、身近な他者へ援助を求める時に、家族や他の身内よりも、友人に対して最も援助を求めやすいこと (e.g., Deane et al., 2001; Offer, Howard, Schonert, & Ostrov, 1991) か

ら、本論では、友人に着目することとした。

本節では、友人への援助要請におけるメリットとデメリットについて、援助要請行動研究とソーシャル・サポート研究の知見から見ていく。

### 1項 友人への援助要請のメリット

友人への援助要請のメリットとして、親しさ、物理的距離の近さ、金銭がかからないこと、互惠的交換が可能であることが挙げられ、これらのメリットが、お返しをしなければならぬという心理的負債感 (indebtedness) や相手に負担をかけることへの懸念を最小化すると想定されている (Wills, 1983)。

多くの人が友人に援助を求める。その理由について、DePaulo (1982) は、同年代の同性で、相互に好ましさを感じている相手が、援助を要請する相手として最も好まれることを明らかにし、自己と他者の類似性が援助要請を容易にさせる可能性を示唆した。このように、類似性が高い相手に援助を求めることで、自分自身のことを受容してくれるだろうという援助者に対する期待が高まるのかもしれない。このことと一致して、Raviv, Sills, Raviv, & Wilansky (2000) の調査においても、友人への援助要請については、社会的受容のために自我脅威をそれほど感じないことが示唆された。

そして、Clark (1983) が主張するように、援助を与えることによる援助要請者のポジティブな変化が援助者にもポジティブな影響を与えるのであれば、親しい他者への援助要請行動は、二者関係を維持させることにも寄与すると考えられる。

### 2項 友人への援助要請のデメリット

友人への援助要請について、メリットだけでなく、親しい関係だからこそ生じるデメリットもある。友人に援助を求めることで、自尊心や自己信頼感の低下 (Fisher & Nadler, 1974)、自己イメージの喪失や、役割イメージの喪失による

関係変化への懸念（末木，2008）が生じるとされる。

Kim et al. (2006) では，集団主義文化圏の人々は，準拠集団との関係懸念の点から，ストレス対処の際に周囲の人に頼らない傾向にあることが明らかにされた。さらに，川西 (2008) は，ネガティブな内容を他者に話すときには，話し手は聞き手の拒絶的反応に敏感に反応することを示唆した。このことから，友人への援助要請行動は，メリットだけでなく，援助要請者自身に与えるデメリットがある。さらに，援助要請者は援助者である友人との関係にネガティブな影響を与えることを懸念している。

青年にとっての友人は情緒的な拠り所として重要な位置を占め（柴橋，2004），良好な関係を維持するために，援助要請者は自分自身のことだけでなく，援助者に対して配慮をしていることが推測される。Uchida, Kitayama, Mesquita, Reyes, & Morling (2008) は，アジア人の心理的健康には，親しい他者からの情緒的サポートが直接的な関連を持つことを示している，また，自分のことを気にかけてくれる存在の知覚が悩んでいるときに励ましになることから（Taylor et al., 2004），身近な存在である友人が心理的支柱となる場合もあるだろう。このことから，我々日本人にとって身近な他者との関係は特に重要であるといえるだろう。

つまり，友人への援助要請には，親しい関係だからこそ必要とする援助を求めやすい反面，その親しい関係を壊してしまうことへの危惧から援助を求めにくいという難しさがある。

### 3 節 先行研究の課題

#### 1 項 友人への援助要請における困難

これまで，誰に援助を求めるかという援助資源についての研究が多く行われてきたが，それぞれの援助資源特有の困難に着目した研究はそれほど多くはなかった。また，援助要請

行動研究の方向性の一つとして“人はなぜ援助を求めないのか”という問題意識がある（本田，2015）。この問題意識のために，精神科や学生相談などの専門機関への援助要請行動に注目が集まっている（e.g., Leong, Kim, & Gupta, 2011）。また，精神疾患や希死念慮，うつという深刻な問題を抱える人々を対象とした研究も多い（e.g., 梅垣・木村，2012; Wilson et al., 2010）。他の援助資源よりも相対的に援助要請がなされやすい友人や，問題の深刻度が希死念慮などと比較して相対的に高くない場合の援助要請については詳細な検討が進められてこなかった。

身近な友人は，援助要請時以外にも日常的な交流があることが一般的である。そのため，日常的な交流が援助要請に影響を与えることや，その反対に援助要請がその後の関係に影響を及ぼす可能性も十分にある。また，共同関係における共同規範は，相手の福利に資するものであるが，援助者側からすれば援助要請に応じることが共同規範に従った結果の行動である一方で，援助要請者側からすれば，相手に負担をかけないために援助を要請しないことが共同規範に従う行動ともいえるだろう。

友人への援助要請は，長期的に関係が持続するため，あるいは関係を持続させるために，バランスを取る必要がある。友人に援助を求めてばかりでは，援助要請者の心理的負債も蓄積され，援助者側も一方的に搾取されていると感じるかもしれない。どちらかが過剰に相手に頼って利益を受け取る関係は苦痛を与えるとされ，バランスの取れている関係が安定して持続するとされている（Hatfield & Sprecher, 1983）。これらのことから，“援助を要請したいができない”というアンビヴァレントな葛藤を抱くこともあるのではないだろうか。

特に，我が国のように相互協調的・集団主義的文化の国では，個人的な問題で集団の注目を集めることには人々は慎重

な姿勢を示す (Kim, Sherman, & Taylor, 2008)。それは、集団の目標を達成することが個人の目標を達成することよりも優先されるためである (Kim & Markus, 1999; Taylor et al., 2004)。しかし、日本での援助要請に関する研究では、援助要請者と援助者の相互作用的な関係やメカニズムについてはほとんど検討されていないのが現状である。親密な関係ゆえに生じる難しさに加え、文化的規範の影響から、我が国における友人への援助要請は決して容易なものではないだろう。そのため、友人への援助要請について詳細に検討する必要があるといえる。

## 2項 相談行動

本論では、友人への援助要請行動として、悩みを相談するという相談行動を取りあげることとした。臨床心理学や教育心理学分野では、国内外問わず、特別な記載がない限り援助要請行動は心理的援助要請を指すことが多い。特に身近な他者への心理的援助要請を取り上げた場合、他者への悩みの相談はその典型だと考えられる。永井・新井 (2007) は、DePaulo (1983) の説明を引用し、相談行動は援助要請行動の一形態とみなすことが可能であるとした。

永井・新井 (2005) の相談行動尺度を皮切りに、我が国では、援助要請行動としての相談行動に関する研究が増加しつつある。両親への相談行動について利益とコストの予期の観点から検討した武田・石田 (2014) や、ネットいじめの被害者の相談行動について調査を行った藤・吉田 (2014) など、援助要請者や援助者の対象が拡大され現在も多角的に検討がなされている。また、表題には掲げられなくとも、文中に“相談”<sup>2</sup>という単語が用いられていることも多く (e.g., 梅垣・木

---

<sup>2</sup> 海外の研究でも、相談するという意味を持つ“consult”の表記が用いられることがある (e.g., Raviv et al., 2000; Rickwood et al., 2005)。このことから、海外での心理的援助要請においても、相談行動の意味

村, 2012) , 近年では, 援助要請行動の中でも相談行動への関心が高まっているといえるだろう。

しかし, その一方で, 相談行動についての定義は明確になされておらず, 参加者の相談への認知やイメージに委ねることになってしまうという懸念がある。森田 (2003) が大学生を対象に相談することに対するイメージを調査したところ, <信頼・期待>, <躊躇・抵抗>, <肯定的関心>と3因子構造を示した。この結果から, 相談行動に対するイメージは, 個々によって大きく変化するものではないようだが, 援助者に何を求めて相談するのかなど相談行動の目的についてはばらつきが生じるかもしれない。その点を考慮した上で検討を進める必要があるだろう。そこで, 本論では, 「共感や受容などの情緒的援助, アドバイスや意見などの情動的援助の獲得のために, 自分の悩みを他者に打ち明けること」と相談行動<sup>3</sup>を定義し, 検討を進めることとする。

社会心理学分野で検討されてきた援助要請は, 課題達成のために他者に手伝いを求めるというものが多く (e.g., 西川・高木, 1989; Stokes & Bickman, 1974) , 心理的援助要請とは援助の内容が異なる。この場合, 課題を自力で解決できるか否

---

合いが含まれているとすることは妥当であるといえる。

<sup>3</sup> 相談行動との類似概念に自己開示 (self-disclosure) がある。自己開示は, 「自分自身をあらわにする行為であり, 他者が知覚しうるように自身を示す行為」と定義されており (Jourard, 1958) , 個人的な情報を他者に開示する行為とみなすことができる。相談行動では, 個人的な自身の困りごとを他者に伝えるため, 相談行動を自己開示行動と捉えることも可能だろう。しかし, 援助要請行動は, 自己の開示が目的ではなく, 自己の開示によって他者から援助を獲得することが目的である。そのため, 悩みの開示は援助要請行動の観点から見ると, 援助を獲得するまでに生じるプロセスの中の一時点であるといえる。

かが個人の能力と直接的に関連するため、援助要請者の自我脅威は強まると推測される。一方、心理的援助要請では、問題によっては即時に解決できるわけではないものや、そもそも何をもって解決とするのかが明確ではないもの、援助要請者の努力のみでは問題を解決することが難しい場合も多くある。そのため、社会心理学分野で検討されてきたような抑制因として、自分が無能であるという感覚はそれほど強くない可能性も考えられる。しかし、悩みの相談は自分が抱えている問題やそれに関する自分の感情の開示が伴うため、社会心理学領域の検討とは異なる側面において、自我脅威が強まることも考えられる。特に、情緒表現を抑制するべきであるという男らしさ規範が心理的援助要請や相談行動を困難にさせている可能性も示唆されており (Möller-Leimkühler, 2002)、感情をあらわにすること、そのような自分を他者に見せることへの抵抗も抑制因のひとつと考えられている。

本論で相談行動に着目する理由として次の2点がある。1点めの理由は、悩みの相談は一般的には信頼している親しい他者に対して行うものであり、援助者の代理が利かない点である。課題の手伝いや物の貸し借りについて援助を求める場合は、労力を割いて手伝ってくれる他者ならその関係性にはあまり注意を払わないが、自分の悩みを相談するという行為には、自分の悩みに真剣に向き合ってくれる人物や共感してくれる人物を特に求めるだろう (Wills, 1983)。悩みを相談するには、一般的に特定の人物あるいは少数の人物しか援助者の選択肢がないため、援助要請時には、援助者の心情や状況を考慮して、相談にのってもらえるかどうかを予測して援助を求める必要が生じる。

さらに、他者が援助要請に応じることが困難である状況に対して、援助を求めることは、共同規範が作用する親しい友人間においては、他者の福利を損ねる行為になるため、規範

の逸脱になり，共同関係にネガティブな影響を与える可能性があるだろう。自身に必要な援助を獲得したいという自己志向的な側面と，良好な関係を維持するために他者の状況に配慮しなければならないという関係志向的な側面との葛藤が友人への相談行動には生じる場合があり，援助要請者は困難を抱えるかもしれない。

2点めの理由は，そのような親しい他者とは，物理的距離・心理的距離が近いため，相談行動に限らず，日常的な交流も多いと推測される。親しく，日常的に交流があることから困ったときに援助を求めやすい反面，場の雰囲気壊さないように，あるいは自分に注目を集めることへの申し訳なさから援助を求めにくいこともあるかもしれない (Kim et al., 2008)。つまり，交流が多いからこそ援助を求めやすい一方で，援助を求めることが日常的交流に何らかの影響を与えてしまう危険性を懸念するということである。反対に，それまでの日常的な交流が援助要請行動を難しくさせる可能性も考えられ，援助要請場面という限定された場面と，普段の日常的な交流場面とが相互に影響を与え合うことで，援助要請者と援助者の二者関係が悪化するリスクを懸念することもあるだろう。

つまり，援助を求める相手に替えが利きにくく，他者の心情や状況に注意を払わなければならない程度が高いという点，援助要請場面に限定されずに，要請以前や要請以降にも交流が生じる長期的関係であるという点から，友人への相談行動には拘束が生じる。この拘束によって援助要請者には葛藤が生じるために，本論では友人への相談行動に着目して，援助要請行動を検討することとした。

## 第3章 本論の目的

### 要約

本章では、本論の目的を2点述べた。1点めの目的は、援助要請行動の抑制因として、援助要請者と援助者の相互に関わる要因に着目して検討することである。援助要請者と援助者の相互に関わる要因として、援助要請者が知覚する援助者のコストに着目することとした。2点めの目的は、援助要請者における援助者コスト知覚の変容可能性、つまり、援助要請者が知覚する援助者のコストは、変容するものかどうかを探ることである。本論では、友人に対する悩みの相談という文脈の中で、この2点について検討することとする。本章の最後では、本論の研究的意義、方法論的意義、臨床心理学的意義をまとめた。

### 1 節 先行研究の課題

第1章と第2章で挙げた先行研究の問題点は次の2点である。1点めは、援助要請行動の抑制因が援助要請者の個人に関わる要因に閉じており、援助要請者と援助者の個人間要因についての検討が不十分である点である。2点めは、援助資源に関する研究知見は蓄積されているものの、友人への援助要請における困難に着目した研究が少ない点である。本論では、友人への相談行動の文脈の中で、援助要請者と援助者の個人間要因について検討することとする。

### 2 節 本論で着目する概念と枠組み

本論では、援助要請者が予測する援助者のコストという概念、また友人への援助要請行動という枠組みにそれぞれ着目することとした。本節では、それぞれの概念と枠組みについて述べる。

## 1 項 援助要請者が知覚する援助者のコスト

本論では、先行研究の課題として挙げた、援助要請者と援助者の相互に関わる要因に着目し、援助要請者が予測する援助者のコストについて検討することとした。援助要請者が援助を要請するときの利益とコストについては、永井・新井(2007, 2008)が相談行動の利益とコスト尺度を開発し、永井・新井(2007, 2008)の尺度をもとに、他の研究者によって、回答者の属性や援助要請の相手を修正した新たな尺度が作成されるなど、広く検討がなされている(e.g., 加茂田・秋光, 2012; 齊藤・永井, 2015)。永井・新井(2007)は、援助要請における利益とコストについて、援助要請行動の実行と回避により生じるポジティブあるいはネガティブな結果と説明している。永井・新井(2008)による相談行動の利益とコスト尺度改訂版を概観すると、援助要請実行の利益として「相談すると、悩みが解決する」、「相談すると、気持ちがスッキリする」、援助要請実行のコストとして「相談をしても、相手に嫌なことを言われる」、「相談したことを他の人にばらされる」などがある。また、援助要請回避の利益として「人に相談するよりも、自分で何とかすることで、成長できる」、援助要請回避のコストとして「一人で悩んでいても、いつまでも悩みをひきずることになる」という項目が含まれている。

しかし、援助要請者が利益とコストを知覚するように、援助要請に応じる援助者側にも利益とコストがあるだろう。高木(1998)は、援助要請に対応する援助者側の援助授与生起過程を示し、援助を提供するかどうかの決定に、利益とコストが関係するとしている。援助者が援助を提供する援助授与の利益として、援助要請者からの感謝の気持ち、良い行いによる自尊心の高揚などがある。援助授与のコストとして、その援助授与により犠牲になる時間や物資が挙げられる。一方で、非援助による利益とは、非援助で可能となった行動によ

り生じるポジティブな結果であり，非援助のコストとは，援助要請者からの不満，周囲の人からの非難や評価低下，自尊心の低下などがある。援助要請者と援助者の両者の立場における利益とコストについて，永井・新井（2008）の尺度項目や高木（1998）を参考に Table 3-1 に示した。

Table 3-1. 援助要請者と援助者の利益とコスト

	実行		回避	
	利益	コスト	利益	コスト
援助要請者	問題の解決 すっきりする	他者に暴露される 嫌なことを言われる	自力で問題を解決できる	問題の維持
援助者	援助要請者からの感謝 自尊心の高揚	時間を取られる	非援助の結果可能と なった行動の良い影響	援助要請者の不平 周囲からの非難

このように，援助要請行動において，援助要請者と援助者は双方に利益とコストを抱えている。相川（1987）は援助者選定に影響を与える要因として，援助要請者から見た潜在的援助者の利益とコストは重要であるとしている。DePaulo & Fisher（1980）や Shapiro（1980）では，援助者が忙しい場合や，援助者に高い負荷をかける援助であった場合に，援助要請者は援助を要請しようとしなかったことが明らかにされている。このことから，援助要請者の利益とコストだけでなく，援助者の利益やコストも，援助要請行動に影響を与えている可能性が示唆される。

援助要請者が知覚する援助者のコストは，厳密に言えば，援助要請者と援助者の個人間要因とは言えないだろう。しかし，援助要請者と援助者の相互作用を扱うにあたり，まず，個々の立場から他者の情報をどのように知覚しているのかを知る必要がある。

社会心理学におけるシンボリック相互作用論では、人間は、他者の身振りや言語を通じて、他者の見地を取得できるとされる（船津，1976；Lindesmith, Strauss, Denzin, 1978, 船津訳，1981）。つまり、他者との相互作用により、他者から何らかの情報を得て、自己の内部に取り入れているということである。そして我々は、自己の内部に取り入れた他者の情報に従って、他者に対する行動を決定する。このことから、個人の内部にある他者の情報、つまり、個人が他者をどのように捉えているかということも、二者間の相互作用においては重要であろう。

しかし、援助要請行動に関するこれまでの研究では、援助要請者の視点から援助者の要因を捉えたものは少ない。そこで、本論では、援助要請者と援助者の個人間要因を扱う前段階として、援助要請者と援助者の二者に影響を与えうる要因に着目し、援助要請者から見た援助者のコストについて扱う。そして、援助要請者と援助者の二者間における相互作用に関しての今後の研究に資する知見を提供することとする。

## 2 項 友人への相談時に援助要請者が知覚する援助者のコスト

相川（1987）は、援助要請者が援助者の利益やコストを予測することは、援助者を選択する上で重要な要因であるとした。しかし、友人に対する悩みの相談では、援助を求める相手の候補はそれほど多くないだろう。小口（1990）では、悩みを打ち明けるときに、聞き手の聞き上手さや口の堅さが、聞き手に対する好ましさやその後の相談行動の予測に影響していることが示された。このことから、援助要請者は、悩みを打ち明けるときに、相手に熱心な傾聴の態度や秘密の保持を期待することが予測される。また、自力での解決が困難なほどの悩みを相談する相手には、一定以上の親しい友人が選ばれやすいだろう。その結果、これらの条件を満たす友人は限定されることになる。

そのような条件によって援助者となりうる友人は限定されるため、個人が悩みを抱えたときに相談したいと思える友人はそれほど多くないだろう。そして、悩みの相談は1回きりとは限らず、同じ友人に対して同一の内容の相談を繰り返すこともある。そのため、悩みの相談も含めた日常的コミュニケーションにおいて、長期的な関係が期待される友人とは、お互いにとって心地よい関係を築くことが必要である。したがって、友人に援助を求めるときに潜在的援助者である友人のコストを予測することは、援助要請行動達成のためと、友人との関係維持のために必要だと考えられる。

友人関係は、一般的には長期的に維持される相互依存的・相互協力的な関係である。そして、そこには“持ちつ持たれつ”という互惠性規範が存在する。相手のためなら多少の犠牲を厭わないという共同規範も存在するが、どちらかが一方的に依存する二者関係は資源を搾取する側と搾取される側という構造になり、共同関係は崩壊する。援助された分を返報するという互惠性規範があるからこそ、自分を犠牲にして相手のためになる行動を取るといふ共同規範が成立するといえるだろう。そのため、友人関係を悪化させずに維持させるには、相手が応えられないほどの要求や自分が後で返報できないほどのものを求めないことなど、自分と相手のバランスを推し量ることが重要である。

したがって、友人への悩みの相談において、潜在的援助者である友人のコストを予測する理由には、自分が必要とする援助を獲得するためと、友人との二者関係を悪化させないための2つがあることが想定される。欧米での先行研究は、文化的影響もあり、自尊心の低下 (e.g., Tessler & Schwartz, 1972) や能力のなさを露呈することへの懸念 (e.g., Berger et al., 2005) など、自分自身に対するネガティブな影響が援助要請を抑制するとして検討されてきた。しかし、社会的なつな

がりや社会的規範を重視する日本を含むアジア圏では (Taylor, Welch, Kim, & Sherman, 2007) , 自分自身だけではなく、他者にネガティブな影響を与えることへの懸念から援助要請を抑制する可能性は十分に考えられる。

これまで、友人への援助要請は、最も多く行われるとされてきたが (Deane et al., 2001) , 必要な援助を獲得するためという援助要請行動本来の目的だけでなく、友人との二者関係を良好に維持するためという関係志向的目的から、援助要請者は援助者のコストを予測する必要がある。これらのことから、本論では、友人への相談行動という文脈において援助要請者が援助者のコストを予測することに焦点を当てることとした。

以上より、本論の大きな目的は次の2点である。1点めは、友人への悩みの相談において、援助要請者が援助者のコストを予測することが、相談行動に与える影響を検討することである。2点めは、援助要請者における援助者コスト知覚の変容可能性を探ることである。

なお、援助要請者から見た援助者の利益については、次の点から本論では直接的には扱わないこととした。まず、援助を求めることは他者にいくらかの負担を強いることになるため、援助要請者の立場から援助者の利益について予想しにくいだらうと推測したことが研究手続き上における理由である。さらに、援助要請行動を促進するという大きな目的に依拠すると、援助者にとっての利益を高めること、そしてその利益を援助要請者が予測して援助要請をするかどうかを決定するということは、援助者のために援助を求めるという事態を招きかねない。そのような事態は、必要とする援助を求めるという援助要請行動研究との趣旨が異なるため、本論では、援助者のコストのみに焦点を当てることとした。

### 3 節 目的 1: 援助要請者の援助者コスト知覚と相談行動の関連

第 1 章 4 節で述べたように、援助要請行動の抑制因に関する研究は、援助要請者の個人内要因に閉じており、援助要請者と援助者の相互に影響を与える要因の影響についてはほとんど検討されていない。また、援助要請者が捉える援助者、援助者が捉える援助要請者についての検討もそれほど多くないといえる。そこで、本論では、援助を求める援助要請者が援助者をどのように捉え、そのことが援助要請に与える影響を検討する。援助要請者が捉える援助者の要因として、援助者のコストという概念を取りあげ、援助者のコストに対する援助要請者と援助者の知覚について検討することとする。

#### 1 項 援助要請者が捉える援助者のコスト

第 4 章では、援助要請者の視点から見る援助者のコストが、実際に援助者が知覚するコストと差があるかどうかを検証する。Flynn & Lake (2008) は、見知らぬ人に対して道案内を求めることを援助要請の内容として扱い、援助要請者は援助者の非援助コストを実際に援助者が感じるよりも低く見積もり、その結果として援助要請が抑制されている可能性を示唆した。また、援助要請に応じる援助者側も、援助要請者の不安や気まずさを、援助要請者が実際に感じているよりも低く見積もっていることも示されている (Bohns & Flynn, 2010)。第 4 章では、これらの現象が、親しい友人間で行われる相談行動においても確認されるかどうかを検証する。

#### 2 項 援助要請者が予測する援助者コストが援助要請行動に与える影響

第 5 章では、援助要請者が援助者側の要因について予測することが援助要請の意思決定にどのような影響を与えるのかを検討する。援助行動を規定する要因として、利益とコストの判断を含む認知的要因と、援助提供時の援助者の感情を意味する情動的要因とがある (相川, 1987)。援助要請者が捉え

る援助者のコストについての研究は、援助者の認知的要因に着目したものが多。第5章では、Piliavin, Dovidio, Gaertner, & Clark (1982)をはじめとする援助行動モデルに着想を得て、これまで検討されてきたコストの認知的側面 (e.g., 援助をしないと周囲から非難される) に加え、情動的側面として援助者のネガティブな感情が援助要請へ与える影響を検討することとした。同時に、援助者側の視点における、援助を求められた際の情動的要因と援助要請に関する認知的要因が援助授与にどのような影響を及ぼすのかを検討し、援助要請者と援助者のそれぞれの視点による心理的メカニズムを比較することとする。

### 3 項 コミュニケーション・パターンと援助要請者が予測する援助者コストとの関連

第6章では、援助要請者が援助者のコストを予測する際の手がかりに着目する。援助者が友人である場合、日常的なやり取りがあることが多いことから、第6章では日常的なやり取りの指標としてコミュニケーション・パターンを取りあげる。

コミュニケーション・パターンとは、二者間以上の相互交渉において行なわれる交流のパターン傾向を示すものであり、いくつかのコーディング・システム (e.g., Sluzki & Beavin, 1978; Soskin & John, 1963) によって定量的な測定が可能である。本研究では、カウンセリング場面や実証研究で広く用いられ、ある程度の妥当性も確認されている、Rogers & Farace (1975) のコーディング・システム (relational communication coding system) を用いる。

コミュニケーション・パターンという指標を用いることで、二者関係における交流を定量的に規定することが可能となる。また、関係満足感というような個人がその関係に抱く包括的な印象ではなく、二者のメッセージの交換という客観的に観

察可能な行動に着目することで，第三者の視点から，援助要請者と援助者の二者関係と援助要請行動との関連を検討することができる。

第6章では，友人間で行われる日常的会話におけるコミュニケーション・パターンと友人に相談する際に予測する援助者のコストとの関連を検討することとした。この検討により，どのようなコミュニケーションが，援助要請者が予測する援助者のコストを低減させ，円滑な援助要請を促進するのかを探ることができるだろう。

#### 4節 目的2:援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性

第4章から第6章までは，援助要請者が援助者のコストを予測することについて，援助者の実際のコスト知覚との比較，援助者コストを予測する手がかり，援助要請行動に与える影響を検討し，援助要請行動における援助者コストの予測に関する基礎的な知見を収集する。本節では，第二の目的である，援助要請者における援助者コスト知覚の変容可能性を探ることについて述べる。

第7章では，実験的に援助者コストを高める操作をし，援助要請者が知覚する援助者コストが変容するかどうかを検討した。Shapiro (1980) や Greenberg, Block, & Silverman (1971) をはじめ，これまでの援助者コストを操作した実験では，援助を提供することにより生じる援助コストにのみ焦点が当てられてきた。本研究では，援助を提供することで生じる援助コストだけでなく，援助を提供しないことで生じる非援助コストを高める実験的操作が，援助要請者のコスト知覚，援助要請意図に与える影響を検討することとした。

第8章では，援助要請者と援助者の二者間において，援助者の視点から，相談行動について会話をし，その操作が援助者コストの知覚と援助要請意図，実際の援助要請行動経験に

及ぼす影響を検討する。

第7章と第8章では、援助要請行動促進のためのアプローチに資する知見を得ることを目的とする。第4章から第6章までの援助要請者と援助者のそれぞれの立場から捉える援助者コストについての基礎的知見をもとに、援助要請者の立場から知覚する援助者コストの変容可能性に焦点を当てる。

## 5 節 本論の意義

本節では、本論の研究的意義、方法論的意義、そして臨床心理学的意義について述べる。

### 1 項 研究的意義

#### (1) 援助要請行動研究への貢献

第1章4節で言及したように、これまで援助要請行動研究の文脈では、援助を要請することで援助者に負担をかけるというような援助者のコストについては、十分に検討されてこなかった。そこで、本論では、援助者のコストについて、援助要請者と援助者の二者関係の枠組みから扱うこととする。

まず、援助要請者と援助者の二者関係を扱う意義について述べる。これまで、援助要請行動研究では、援助要請者の個人内要因に着目されて多くの検討がされてきた。しかし、援助要請行動には、援助要請者自身にもたらされるネガティブな影響（e.g., メンタルヘルスの悪化）だけでなく、援助要請者と援助者の二者関係にもたらされるネガティブな影響（e.g., 二者関係の悪化）もある。弱い部分を見せることによって二者の心理的な立ち位置に差が生まれることや、それまでの自分と異なる自分をさらすことのように、二者関係にいくらかの変化をもたらすかもしれない。そして、ネガティブな影響を受けた二者関係により個人がさらにネガティブな影響を受けるという悪循環を形成するリスクもあるだろう。

自己開示の適切さと聞き手の反応について検討した森脇・

坂本・丹野（2002）は，聞き手への配慮が欠けているなどの不適切な自己開示の場合，聞き手から非受容的な応答を受け，その結果開示者の抑うつが高まることを明らかにしている。このように，二者間の相互作用によりもたらされる個人や二者関係へのネガティブな影響を検討する際には，片方の立場だけではなく，両者の立場や二者間におけるダイナミクスについて考慮する必要があるだろう。

親しい二者間では，援助要請行動とは無関係の文脈でも，互恵的な関係を築いていることが想定されるため，その関係を崩壊させないように努力するだろう。したがって，援助要請者は，自身の援助要請が二者関係に与える影響を考慮した上で，援助要請を行うかどうかを決定している可能性は高いといえる。本論では，援助要請者と援助者の二者関係が長期的に持続する関係であるという視点を踏まえて，援助要請者と援助者の相互作用的メカニズムを捉えていくこととする。この視点は，単に援助を要請すればいいということではなく，適切な援助要請行動を望ましいとする，援助要請行動の質に関する研究（e.g., 永井, 2013）において重要であると考えられる。なぜなら，援助要請行動が適切であるかどうかは，援助要請者本人ではなく，その援助要請に応える援助者の評価によっても影響されるからである。どちらも些細なことで頻繁に援助を求め合う関係であれば，互恵的な関係は維持されるだろう。しかし，片方はあまり援助を求めないのに対し，一方が高頻度で援助を求めるのであれば，共同規範や互恵規範は成立しないため，関係の密度が薄れていく可能性は高いだろう。このように，二者関係による調整効果の影響も考えられるため，援助要請者と援助者の両者の視点を入れて包括的に検討することに意義があるといえる。

次に，援助要請者の視点から捉える援助者のコストを取り扱う意義について述べる。援助要請者が援助者に援助を求め

ることは、援助者に少なくともいくらかの負担をかけてしまうことを意味する。しかし、援助要請を行うことは、援助者に負担をかけるといったネガティブな影響だけではなく、援助者にポジティブな効果をもたらすことも示唆されている(妹尾・高木, 2003)。アルコール依存症など共通の問題を抱える人同士の、相互援助を目的とした自助グループの主機能である、ヘルパー・セラピー原則 (Riessman, 1990) のように、援助要請行動は、援助要請者と援助者の双方にとってポジティブな効果をもたらさう。

しかし、援助者に負担をかけることを申し訳なく思う援助要請者が、援助要請によって援助者にもたらされるポジティブな影響に目を向けることは難しい。また、援助者においても、援助授与によるポジティブな影響は援助の動機にはなりにくいと言われている(高木, 1983)。本論では、援助要請者と援助者の二者間の会話において、援助要請に応じる援助コストは援助要請者が思うほどには、援助者にとって大きくないことを取りあげる。その会話によって、援助要請者の過度な懸念を低減させることが援助要請行動の促進に与える影響を検討する。

このことは、援助要請者自身の個人内の抑制因を低減させるアプローチだけでなく、援助者という外的要因による働きかけが援助要請行動の促進に寄与する可能性を提示するという点で、意義を持つといえる。

## (2) ソーシャル・サポート研究への貢献

他者に援助を求める援助要請行動、他者を助ける援助行動は、援助要請者と援助者の二者で捉えるとき、正反対の方向を持つものである。しかし、その方向を規定しない、援助のやり取りを行う人間関係という枠組みから見ると、ソーシャル・サポート研究と共通する点がある。

ソーシャル・サポートの研究には、いくつかの方向性がある

る。まずは、サポート資源のサイズである社会的ネットワークからソーシャル・サポートを研究する方向性、次に、実行されたサポートに焦点を当てる方向性、そしてストレスへの対処行動として検討する方向性などが挙げられる（浦，1992）。ソーシャル・サポートの過程は、個人内ではストレス低減過程であると同時に、対人間ではサポート源との相互作用の場ともなりうる（中村・浦，2000）。ソーシャル・サポートのひとつである情緒的サポートでは、「悩みについて話す」という内容の項目が含まれていることも多く（e.g., 嶋，1992），このように、問題への対処行動である点、またサポートの送り手と受け手がいるため相互作用であるという点から、ソーシャル・サポートと援助要請行動との関連は深いといえるだろう。

ソーシャル・サポート研究の関心事のひとつに、知覚されたサポートと実行されたサポートという概念がある。中村・浦（1999）は、知覚されたサポートは、サポートの利用可能性を、実行されたサポートとは実際に提供されたサポートを意味するものと説明し、それぞれ独立した概念であるとしている。この概念について、サポートの利用可能性である知覚されたサポートとは、サポートの受け手の利用期待ともみなすことができる。

中村・浦（1999, 2000）は、サポートの利用期待と実際に受け取ったサポートにずれがあることを指摘しているが、そのずれがなぜ生じるのかについてはほとんど検討されていない。本論では、友人への相談行動の文脈において、援助要請者が援助者のコストをどのように捉えるのかを検討する。特に、第4章では、援助要請者が知覚する援助者のコストと援助者が実際に感じるコストのずれを扱う。知覚されたサポートがサポートの利用期待であるとすれば、その利用期待の判断には、援助者に関するコストも組み込まれていることが推測さ

れる。しかし、知覚されたサポートがどのようなプロセスを辿って算定されているのかは不明である。したがって、援助者の要因に対する援助要請者と援助者の二者間のずれを扱う本論は、知覚されたサポートと実行されたサポートのずれのメカニズム解明の一助となるだろう。

さらに、援助要請者が援助者のコストをどのように知覚するかということとは、援助者がその後援助を提供できるかの可能性の予測、援助を求めようと思うかという援助要請意図に影響すると推測される。このことは、ストレス低減過程において、サポート源である友人がどのような役割を果たすかという相互作用的な視点を提供するものであり、ソーシャル・サポート研究領域の拡張につながることで予測される。

## 2項 方法論的意義

本論の方法論的意義は、シナリオによる質問紙調査と同性の友人ペアによる実験室実験を行う点にある。本論の第4章、第6章では対人関係に関する悩みについてのシナリオを提示し、第5章と第7章、そして第8章では、実験室に同性友人のペアを集め、実験を行う。

木村・水野（2004）は、「対人関係」、「恋愛・異性」、「性格外見」、「健康」、「卒業後の進路や将来のこと」、「学力・能力」の6つの悩みを提示し、家族、友人、専門家にどれくらい援助・サポートを求めるかを尋ねた。このように、多くの研究では、問題の種類を限定するのみで、具体的な教示はなされず、回答者の経験やイメージに委ねる形を取っている。上述した6種類の悩みについても、各人が思い浮かべる悩みはそれぞれであり、そのことによって測度の評定が左右される可能性は十分に考えられるだろう。

そこで、本論では、対人関係の悩みに関するシナリオを用いて、回答者がイメージする場面を統制することとした。対人関係の悩みを扱った理由としては、本論の対象者である大

学生の落ち込んだ出来事として、最も多く挙げられるものであったためである（小川，2011）。シナリオを用いることによるデメリットももちろんあるが，問題の種類を統制し，具体的な内容については回答者に委ねる質問紙法による知見と一致する結果が得られるかどうかもまた，今後の援助要請行動研究における方法論的アプローチを考える一助となるだろう。

また，国内外を問わず，援助要請行動研究では質問紙法を用いた調査が主であり，実験的検討を試みた研究は少ない。しかし，質問紙法のみによる調査では，回答時の対象者の態度が反映される可能性が高く，実際の場面に直面したときに同様の行動を取るかどうかはわからない。さらに，基礎的知見の蓄積という点から見ても，得られる結果の再現性は重要である。これまでの先行研究において示されてきた知見が実験的検討においても再現可能であるかどうかを検討することは，基礎的知見を現実場面に応用する上で重要であるといえるだろう。

援助要請者と援助者の相互作用的メカニズムを扱う上でも実験的検討は必要不可欠である。過去の援助要請経験が援助要請行動の予測変数となることからわかるように（e.g., 高木・妹尾，2006），二者間の実際のやり取りは，当事者にとって様々な情報を得られるため，より現実場面に即したアプローチの考案に寄与すると考えられる。

本論は，シナリオによる質問紙調査と，実験室実験での調査を用いて，援助要請者と援助者の相互作用的メカニズムを検討することにより，援助要請行動研究における方法論の拡張を図ることができる。さらに，援助要請態度や援助要請意図に影響する要因だけでなく，援助要請行動に影響を与える要因など，より多層的な知見を蓄積できると考えられる。

### 3項 臨床心理学的意義

援助要請行動の抑制は，メンタルヘルスを悪化させる可能

性がある。Wilson, Deane, & Ciarrochi (2005) は、深刻なメンタルヘルスの問題として、希死念慮を取り上げ、援助要請を有意に低下させる予測変数であることを示した。同様に、希死念慮や心的苦痛の増悪が援助回避につながること (Wilson et al., 2010)、希死念慮を抱く人は援助要請態度がネガティブで、援助要請意図も低いこと (Calear, Batterham, & Christensen, 2014; Carlton & Deane, 2000) が明らかにされている。さらに、希死念慮の水準が臨床水準まで行かなくとも、援助要請が抑制されるという同様の傾向が見られることから (Wilson & Deane, 2010)、希死念慮と援助要請行動との負の関連が一貫して示唆されている。

本論の射程である、友人への援助要請行動について、問題を悪化させる前に友人に援助を求められるようにすることは、Caplan (1964) が提唱する第二次予防の、問題の早期解決にあたるだろう。さらに、友人へ援助を要請することで、上述した希死念慮のようなより深刻な問題につながるリスクを低減させられる可能性も含んでいることから、友人への援助要請行動の促進は、第一次予防の側面も備えている。

中学生を対象に行なった研究 (Sheffield, Fiorenza, & Sofronoff, 2004) では、適応的な状態にある人は、援助要請行動に対する障壁を知覚しにくく、援助を要請できることが示されている。このように、適応している状態であれば必要な援助を適切に求められること、そして援助を求めることで問題の早期解決が可能となり、問題の悪化や新たな問題の発生を予防できる可能性がある。したがって、希死念慮のような深刻な事態だけではなく、日常的な悩みを抱える個人に焦点を当てて援助要請行動を研究することにも、臨床心理学的に意義があるといえる。

次に、臨床心理学的アプローチの可能性について述べる。問題の早期発見と早期解決という第二次予防の観点から友人

間の援助要請行動を捉えるとき，二者間のやり取りに注目することは重要である。なぜなら，たとえ専門機関につながったとしても，その時点で完結するものではなく，その個人はその後社会復帰をし，他者と交流して生活をしていくからである。そのため，友人をはじめとするインフォーマルな資源との関係や，その関係で生じる相互作用について検討することは，問題を抱えた個人に対する周囲の働きかけという環境調整の点で，支援に寄与できるだろう。

援助要請者が援助者選択をする際あるいは援助を求めるタイミングを判断する際にも，日常的なやり取りは重要な情報となりうる。さらに，普段交わされるメッセージが直接的に援助要請者にポジティブな影響を与える可能性も考えられる。

第8章では，友人同士で援助者のコストの過大評価バイアスについて話し合いをすることで，援助要請者が予測する援助者コストが低減するかどうか，そしてその後の援助要請行動が促進されるかどうかを検討する。このことは，身近な友人との会話によって，援助要請者における援助者コスト知覚を低減させたり，その後の援助要請行動を促進させたりする可能性を示すことを可能にするという点で，援助要請者に直接的に働きかけるアプローチの考案につながるだろう。

友人同士の日常的なコミュニケーションを利用して，間接的に援助要請行動を促進させることも臨床心理学的アプローチの一つとして考えられる。数量化して測定可能な日常的やり取りとして，本論の第7章ではコミュニケーション・パターンを取り上げる。

いくつかの実証研究から，コミュニケーション・パターンは，対人満足感と関連があることが示されている (e.g., Courtright, Millar, & Rogers-Millar, 1979)。また，家族の問題を抱える夫婦と問題がない夫婦では，メッセージのやり取りに差があることも明らかにされている (Escudero, Rogers, &

Gutierrez, 1997) 。このことから，コミュニケーション・パターンを変化させることで，二者関係を変化させ，その結果として援助要請行動を促進させることが可能となるかもしれない。援助要請者における援助者コストの知覚とコミュニケーション・パターンとの関連を見出すことで，コミュニケーション・パターンの変容が，援助要請者の援助者コスト知覚を低減させ，結果的に援助要請行動を促進させられる可能性を示唆するだろう。このことは，援助要請者の心理的抵抗感を軽減させようと直接的に働きかけるよりも，客観的に観察可能で比較的容易な介入であるといえるだろう。

このように，援助要請者と援助者の相互作用を取りあげて検討することは，2つの方向性の臨床心理学的アプローチに資するものである。1つめは，抑制因である援助者のコストを直接的に低減するアプローチである。そして，2つめは，二者間の相互作用のパターンを変化させ，そのパターンの変化が援助者コストや援助要請行動の変容をもたらすという間接的なアプローチである。これらの点から，本研究には臨床心理学的意義が存在するといえる。



## 第 II 部 実証研究

## 第 4 章 援助要請者と援助者のコスト知覚の不正確さ

### 要約

問題と目的：友人間の相談行動の文脈において，援助要請者と援助者の二者間における相互のコスト知覚のずれを検討した。

方法：大学生・大学院生 131 名を対象にシナリオを用いた質問紙調査を行った。

結果：援助要請者のコストと援助者のコストの双方において，立場によるコスト知覚の差が見られた。援助要請意図と援助授与意図についても，同様に立場による差が有意であった。

考察：Flynn & Lake (2008) や Bohns & Flynn (2010) の知見との同異について述べ，共同関係における共同規範の観点から考察を行った。

### 1 節 問題と目的

#### 1 項 研究の背景

多くの援助要請者は，誰かに援助を求めようとするとき，援助要請に応じてもらえるかどうかを懸念する (Flynn & Lake, 2008)。援助要請者は，援助を求めることに對し気まずさや恥ずかしさ，居心地の悪さを感じるだろう。

Flynn & Lake (2008) は，援助要請に応じる援助者側にも，援助提供を回避することで生じるコストがあるとした。困っている援助要請者に援助を提供しないことは，“困っている人は助けるべきである”という社会的規範の逸脱であり，援助者にとって体裁が悪いことである。しかし，援助要請者は，援助に応じることで生じる援助コストに着目しやすく (Greenberg, 1980; Thibaut & Kelly, 1959)，このような援助回避のコストを正確に認識できていない。Flynn & Lake (2008, Study 6) では，見知らぬ人へのアンケート記入の依頼を援助要請の内容として取りあげ，援助者側の援助コストとしてア

アンケートのページ数（1 ページ vs. 10 ページ）と、非援助コストとして要請の直接性<sup>4</sup>（直接頼む vs. 頼む内容を記載したちらしを配布する）を操作した。援助要請者には課題達成までに声をかけなければならない人数を予測するよう教示し、援助要請者の予測した人数と実際に声をかけた人数とを比較した。その結果、援助要請者が予測した人数については、援助コストであるアンケートのページ数の効果が示された。一方、実際に彼らの援助要請に応じた援助者の人数を見ると、非援助コストである要請の直接性の効果が見られた。このように、援助要請に関する潜在的援助者のコスト知覚には、援助要請者と援助者でずれがあることが明らかにされている。

我が国においても援助要請者と援助者の二者間のずれに着目した研究がある。加茂田・秋光（2012）は、中学生による教師への相談行動を対象に検討を行い、生徒は教師が予測するほど相談することで生徒自身に生じるコストを懸念していないことを示した。このことは、援助要請者側から捉える援助者のコストだけでなく、援助者側から捉える援助要請者のコストにもずれがあることを示している。

## 2 項 二者間の認知のずれ

Flynn & Lake (2008) では、他者の思考や行動について判断するとき、自身の視点から集めた情報を乱用しがちであるとする自己中心性 (egocentrism) の概念を用いて、援助要請者と援助者の二者間における認知のずれを説明した。このように、二者間における相互作用において、一方が感じることをもう一方が推測するとき、ずれが生じることがある。例えば、Kruger, Epley, Parker, & Ng (2005) は、音声を用いての情報提供と、Eメールによる情報提供で、受け手の認知の正確

---

<sup>4</sup> Flynn & Lake (2008)では、目の前にいる援助要請者の援助要請を直接断ることは“困っている人を助けるべきである”という規範の逸脱をより強く感じるため、要請の直接性によって非援助コストを操作している。

さに差があるかどうかを検討した。すると、実際の受け手の正確さについては、音声と E メールでの条件による差は見られなかったのに対し、送り手が予測した受け手の正確さは、音声条件のほうが E メール条件よりも有意に高かった。Gino & Flynn (2011) では、二者間でのプレゼント交換を対象に研究を行い、プレゼントの受け手はリクエストをしたほうがより感謝を感じるのに対し、プレゼントの贈り手は、リクエストに応じて贈るものとリクエストを聞かずに選択したものとで受け手の喜びに差はないと感じていた。以上のように、様々な場面で二者間の認知のずれは生じており、普遍的な現象であるといえるだろう。

### 3 項 先行研究の課題

援助要請に関する援助要請者と援助者の認知のずれに関する先行研究の課題は 3 点挙げられる。1 点めの課題は、援助要請の内容である。Flynn & Lake (2008) の用いた援助要請の内容はアンケート記入や、わかりにくい場所にあるスポーツジムに連れていくよう頼むというものであった。参加者にとって、アンケート記入やわかりにくい場所への案内で援助を求める場面はそれほど頻繁に遭遇するものではないだろう。やや非日常的な場面で、課題を達成することができるかどうかという不安が、参加者が声をかけなければならない人数の予測に影響を与えた可能性が考えられる。

つまり、要請内容のなじみのなさや非日常性によって、援助要請者の予測が歪められた可能性が考えられる。そのため、日常的な援助要請行動においても、同様の結果が得られるかどうかを確認する必要があるだろう。

2 点めの課題は、援助要請者と援助者の関係性である。二者間の認知のずれを扱った研究 (e.g., Kruger et al., 2005) は、多くが見知らぬ人とのコミュニケーションを扱っている。しかし、二者間の相互作用において、その二者がどのような関

係にあるかはコミュニケーションに重大な影響を与えるだろう。武田・沼崎（2007）は，二者間の認知のずれについて透明性の錯覚<sup>5</sup>という概念を用いて，見知らぬ人同士と友人同士の交流との差を検討し，見知らぬ人よりも友人とのメッセージのやり取りにおいて，二者の認知のずれが大きいことを明らかにした。工藤（2007）は，友人間における透明性の錯覚は，正確さを熟慮しても低減できないバイアスであることを示した。

このことから，二者間の認知のずれは見知らぬ二者同士においてだけでなく，友人間でも生じることが推測される。Flynn & Lake (2008) では見知らぬ人への援助要請を対象としていたが，友人を対象とした援助要請行動 (i.e., 相談行動) において同一の結果が確認されるかどうかを検討する必要がある。

最後に，文化的影響についてである。相手の視点に立って物事を判断することについて，Wu & Keysar (2007) は，相互依存的価値観の中国人は，個人主義的価値観のアメリカ人よりも，他者の視点を正確に取得できていることを示した。このことは，相互依存的な文化的価値観が他者への注意を引き起こしやすいためだと考察された。また，一言・新谷・松見 (2008) は，心理的負債感の日米比較を行い，アメリカ人大学生は受け取った利益に心理的負債を感じるのに対し，日本人大学生は負わせたコストに心理的負債感を抱くことを示した。このことから，文化的影響を考慮する視点も必要であろう。

---

<sup>5</sup> 透明性の錯覚とは，感情や思考など外から見ただけではわからないはずの内的経験が他者にあらわになっていると過大に推測する，すなわち自分の内面を覆う表面的な外見や行動が“透明”であり，内的経験が見透かされていると過度に思う傾向のことである (Gilovich, Savitsky, & Medvec, 1998)。

### 3 項 本研究の目的

これらの先行研究の課題のうち、本研究では、援助要請行動の内容が参加者にとってあまりなじみがないものであった点、見知らぬ人への援助要請行動が対象とされて検討されてきた点を取り上げる。具体的には、Flynn & Lake (2008) で明らかにされた援助要請者と援助者のずれが、友人間で日常的に行われる援助要請行動においても生じているかどうかを検討することとする。

友人への援助要請行動には、友人間で日常的に行われるものとして悩みの相談を取りあげることとした。その理由として、援助コストと非援助コストの両方がある程度生じること、物の貸し借りとは異なり、援助要請者のストレスの軽減やメンタルヘルスの改善など、援助者の対応によって援助要請者自身がポジティブ・ネガティブな両面の影響を多大に受けると推測されるからである。

Flynn & Lake (2008) では、援助要請を拒否することで生じる非援助コストに焦点を当てたが、Greenberg (1980) や Flynn & Lake (2008, Study 6) の知見から、援助要請に応じることで生じる援助コストにおいても、援助要請者と援助者の二者間にずれがある可能性が考えられる。したがって、本研究では、援助者のコストとして、援助要請に応じることで生じるコスト（援助コスト）と援助要請に応じないことで生じるコスト（非援助コスト）を用いて検討を行うこととした。

本研究の目的は、友人への相談行動において、援助要請者が予測する援助者のコストが正確かどうかを、実際に援助者の立場で知覚するコストとの比較によって検討することである。親しい友人間でも、認知のずれが生じることから（武田・沼崎, 2007）、本研究においても、Flynn & Lake (2008) の結果をもとに、次の2つの仮説を設定した。

**仮説 1**：援助要請者は、援助者よりも非援助コストを低く予測する

**仮説 2**：援助要請者は、援助者よりも援助要請に応じるコストを高く予測する

さらに、援助者が予測する援助要請者のコスト（e.g., 援助を要請する際の気まずさ）についても援助要請者と援助者の二者間の認知にずれがあることが示されている（Bohns & Flynn, 2010）。そして、このような相互のコスト知覚の差が、援助要請意図や援助授与意図の知覚にも影響しているとされる（Bohns & Flynn, 2010; Flynn & Lake, 2008）。本研究では、援助要請者が予測する援助者のコストに加え、援助要請者が予測する援助授与意図、そして援助者が予測する援助要請者のコストと援助要請意図についてもあわせて検討することとした。

## 2 節 方法

### 1 項 回答者

東北地方にある A 大学、B 大学の大学生・大学院生 131 名が質問紙に回答した。講義開始前あるいは終了後に、協力の同意が得られた回答者にのみ調査を実施した。質問紙の配布時に、個人の情報は特定されないこと、協力は任意であり、回答しないことによる不利益を被ることはないことを口頭および文書で説明した。

### 2 項 質問紙の構成

まず、参加者に日常的に接する人物の中で最も親しい人物を思い浮かべるように求めた。そして、そのイメージをより確かなものとするために、その人物のイニシャル、あるいはその人物との関係（e.g., 友人）を記入するよう求めた。

次に、2つのシナリオを提示した。第一のシナリオは、回答者が援助要請者の立場となって、その親しい人物（以下 A）に相談をしようかどうか迷っている場面を示していた。シナリオを読んだ後、回答者は、(1) A に相談をしようと思うか、(2) 相談をすることについてのコスト、(3) A は相談にのってくれると思うか、(4) 相談にのることや断ることのコストについて A はどう考えているか、について回答を求めた。第二のシナリオは、A が援助要請者となって、援助者である回答者に相談をしようかどうか迷っている場面を提示した。シナリオを読んだ後、回答者は(1) A は自分に相談をしようとするかどうか、(2) A は相談をすることについてコストをどの程度感じると思うか、(3) A の相談にのろうと思うか、(4) A の相談にのることや断ることのコストについて 1 つめのシナリオと同様に回答した。

シナリオの内容は、大学生が最も落ち込む出来事（小川，2011）である対人関係の悩みを扱った。シナリオはインターネットの投稿掲示板の内容を参考にして作成した。シナリオの文章は、以下の通りである。

### 1 つめのシナリオ（回答者が援助要請者）

あなたには、すべてのことにおいてウマが合わない友人がいます。あなたとその友人は、性格や趣味もまったく異なり、あなたはたまにその友人が何を話しているのかわからなくなってしまうこともあります。知り合ったばかりの頃は、お互いの興味のあることや学校のことなど、話題も多かったのですが、最近はその友人と話せば話すほど、分かり合えないと思ってしまい、話すだけでイライラしてしまうようになりました。適度に距離を置いて付き合おうにも、授業やサークルなどで顔を合わせる機会も、一緒にいる時間も長くストレスがたまっています。卒業までその友人

とは関係が続くので、何とか仲良くやっていかなければなりません。そこで、あなたはこのことについて、A (1 ページで思い浮かべた方) に相談しようかどうか迷っています。

## 2 つめのシナリオ (回答者が援助者)

A (1 ページで思い浮かべた方) には、すべてのことにおいてウマが合わない友人がいます。A とその友人は、性格や趣味もまったく異なり、A はたまにその友人が何を話しているのかわからなくなってしまうこともあるようです。知り合ったばかりの頃は、お互いの興味のあることや学校のことなど、話題も多かったようですが、A は最近、その友人と話せば話すほど、分かり合えないと思ってしまい、話すだけでイライラしてしまうようです。適度に距離を置いて付き合おうにも、授業やサークルなどで顔を合わせる機会も多く、一緒にいる時間も長くストレスがたまっているようです。卒業まで A とその友人との関係は続くので、何とか仲良くやっていかなければならないと A は言っています。A はこのことについて、あなたに相談しようかどうか迷っているようです。

## 3 項 測度

### (1) フェイスシート

年齢と性別を尋ね、次に、日常的に接している最も親しい人物のイニシャルあるいは関係 (e.g., 友人) の記入を求めた。

### (2) 援助要請意図

回答者が援助要請者の立場の 1 つめのシナリオを読んだ後に、回答者は「あなたは、どれだけこの悩みを A に相談しようと思いますか」という問いに対して、「1: 全く相談しようと思わない」から「4: 強く相談しようと思う」の 4 件法で回答した。また、回答者が援助者の立場である 2 つめのシナリ

オを読んだ後には，回答者は「この悩みについてどれだけ A はあなたに相談しようと思うと思いますか」という問いに対して，同様に 4 件法で回答した。

### (3) 援助授与意図

回答者が援助要請者の立場である 1 つめのシナリオを読んだ後に，回答者は「この悩みを A に相談することについて，A は相談にのってくれるとどれだけ思いますか」という問いに対し，「1：全く相談にのってくれると思わない」から「4：強く相談にのってくれると思う」の 4 件法で回答した。

また，回答者が援助者の立場である 2 つめのシナリオでは，回答者は「この悩みについて，A があなたに相談してきたら，あなたは A の相談にのろうとどれだけ思いますか」という問いに対して同様に 4 件法で回答した。

### (4) 援助要請者のコスト

友人に相談をする際の援助要請者のコストについての統合的な尺度がないため，既存の尺度の項目を組み合わせることとした。永井・新井（2008）の相談行動尺度改訂版から「否定的応答」，「自己評価の低下」，大畠・久田（2009）の援助要請態度尺度から「心理的援助に対する汚名や偏見」，「援助に対する心配や羞恥」，田村・石隈（2006）の特性被援助志向性尺度から「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」を用い，尺度開発の際の因子負荷量の高い 2 項目をそれぞれ選出し，合計 10 項目を用いた。

回答者は，自身が援助要請者の視点に立つ 1 つめのシナリオを読んだ後に，「この悩みを A に相談することについて，あなたは以下のことをどれだけ考えますか」という問いに対して，「1：全くそう思わない」から「5：そう思う」の 5 件法でそれぞれの項目に回答した。

また，回答者は，自身が援助者の立場に立つ 2 つめのシナリオを読んだ後には，「A があなたにこの悩みを相談すること

について、A はどれくらい以下のことを考えていると思いますか」という問いに対して、同様に 5 件法で回答した。

#### (5) 潜在的援助者のコスト

高木 (1982) の援助行動における行動特性の項目を参考に作成した。高木 (1982) では、援助コスト<sup>6</sup>として「努力」、「危険」、「金銭」、「時間」、非援助コストとして「社会的非難」、「自尊心の低下」、「いやな気分」、「恥」、「不満足」が挙げられていた。これらの中から、友人間の悩みの相談の文脈で生じうるコストとして適切であると思われるものを選出した。援助コストとして「努力」、「危険」、「時間」、非援助コストとして「社会的非難」、「自尊心の低下」、「いやな気分」、「恥」を取りあげた。さらに、親しい二者間における相談行動であることから、「援助要請者からの不満」、「援助要請者からの非難」を付加し、それぞれの特性ごとに 2 つずつ項目を作成し、合計 18 項目を潜在的援助者のコストの測度として用いた。

回答者は、1 つめのシナリオを読んだ後に、「この悩みを A に相談することについて、あなたは、A はどれくらい以下のことを考えていると思いますか」という問いに対して「1: 全くそう思わない」から「5: そう思う」の 5 件法でそれぞれの項目に回答した。

自身が援助者の立場である 2 つめのシナリオを読んだ後には、「あなたがこの A の対人関係の悩みの相談にのることについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか」という問いに対して、同様に 5 件法で回答した。

#### (6) 操作チェック

質問紙の最終ページに、シナリオの現実的妥当性を測定する項目を設定した。項目は、「このような悩みを抱えたら、実際に A に相談する」、「A が実際にこのような悩みを抱えたら、あなたに相談してくるだろう」、「これらの状況をリアルにイ

---

<sup>6</sup> 高木 (1982) では、“出費”と表現されているが、同一の意味であるため、本論では他の表記と統一して“コスト”と表記した。

イメージできた」を含む 5 項目である。「このアンケートを記入するにあたって、あなたは以下のことをどれだけ思いましたか」という問いに対して、回答者は、「1：全くそう思わなかった」から「5：そう思った」の 5 件法で回答した。

### 3 節 結果

#### 1 項 分析対象者

回収した質問紙について、項目の 1 割以上に未記入が見られたものを分析対象から除外した。さらに、操作チェック項目の「このような悩みを抱えたら、実際に A に相談する」、「A が実際にこのような悩みを抱えたら、あなたに相談してくるだろう」、「これらの状況をリアルにイメージできた」のいずれかに「1：全くそう思わなかった」と回答した者を分析対象者から除外することとし、最終的な分析有効者数は  $N = 109$  となった。欠損値には系列平均値を代入して分析を行った。

#### 2 項 因子分析

まず、援助要請者の抱えるコストについて、1 つ目のシナリオに対する援助要請者のコストの評定値を用いて探索的因子分析（主因子法・プロマックス回転）を行った。因子負荷量が .35 未満の項目や、複数の因子に渡って .35 以上の因子負荷量を示した項目を削除し、固有値の減少傾向と因子の解釈可能性から最終的に 2 因子を採用した。第 1 因子は、「自分が弱い人間だと認めることになる」など、悩みを相談することで援助要請者が自身の弱い面を見せることへの抵抗を表わす項目が多く含まれていたため、「弱さ表出の懸念」因子と命名した。第 2 因子は、「この悩みを相談しても、嫌なことを言われる」など、潜在的援助者からの否定的な反応を懸念する項目で構成されていたため、「否定的反応の懸念」因子と命名した。

次に、潜在的援助者の抱えるコストについて、2 つめのシ

ナリオに対する潜在的援助者のコストの評定値を用いて同様に因子分析を行った結果、4因子が得られた。第1因子は、「相談にのると自分の時間を取られる」など援助要請者の相談にのることで時間や労力を割くことに関する項目や「Aの相談にのるとAの問題に巻き込まれる」という影響を受けることについての項目で構成されていたため、「労力と被影響」因子と命名した。第2因子は、「相談を断ると、周囲からの評価が低下する」というような、相談にのらないことで生じる周囲からの評価や自己評価の低下懸念に関する項目で構成されていたため、「評価懸念」因子と命名した。また、第3因子は、「Aの相談を断ると、Aに対して申し訳なく感じる」というように相談にのらないことで生じるAへの罪悪感に関する項目で構成されていたため、「罪悪感」因子と命名した。最後に、第4因子は、「Aからの相談を断るとAは不満をこぼす」というように相談にのらないことでAが不満を抱くことへの懸念に関する項目で構成されていたため、「相手からの不満」因子と命名した。援助要請者のコスト、援助者のコストのそれぞれの因子分析の結果をTable 4-1とTable 4-2に示す。

Table 4-1. 援助要請者コストの因子分析結果

	I	II
<b>I : 弱さ表出の懸念 (<math>\alpha = .87</math>)</b>		
Aにこの悩みを相談したら、自分が弱い人間だと認めることになる	.92	-.13
Aにこの悩みを相談すると、自分の弱い面を知られてしまう	.78	-.06
Aにこの悩みを相談することは、自分の弱さを認めることになる	.77	-.13
Aにこの悩みを話すのは恥ずかしい	.70	.14
Aにこの悩みを相談すると私が辛くなる	.60	.16
Aに相談したら、周囲の人は私に精神的な問題があると思うだろう	.49	.19
<b>II : 否定的反応の懸念 (<math>\alpha = .73</math>)</b>		
Aにこの悩みを相談しても、嫌なことを言われる	.04	.91
Aにこの悩みを相談しても、馬鹿にされる	-.16	.70
Aは私の抱えているこの悩みを真剣に考えてはくれないだろう	.24	.43
右上: 因子間相関	I	.47
左下: 得点間相関	II	.40

Table 4-2. 援助者コストの因子分析結果

	I	II	III	IV
<b>I : 労力と被影響 (<math>\alpha = .84</math>)</b>				
Aの相談にのると自分の時間を取られる	.84	-.06	-.07	.10
Aの相談にのると疲れてしまいそうだ	.81	-.31	.17	.11
Aの相談にのることにはリスクが伴う	.68	.28	-.19	-.11
Aの相談にのる暇がない	.67	.08	-.12	.08
Aの相談にのるとAの問題に巻き込まれる	.59	.04	.11	-.12
<b>II : 評価懸念 (<math>\alpha = .83</math>)</b>				
相談を断ると、周囲からの評価が低下する	-.10	.81	-.06	.11
Aからの相談を断ると自分の価値が下がる	.04	.70	.15	.00
Aの相談を断ると、周囲から非難される	-.09	.70	-.03	.21
Aからの相談を断ることは恥ずかしい	.08	.68	.05	-.08
<b>III : 罪悪感 (<math>\alpha = .82</math>)</b>				
Aの相談を断ると、Aに対して申し訳なく感じる	-.12	-.15	.90	.15
Aからの相談を断ると罪悪感が生じる	-.03	.16	.75	-.05
Aからの相談を断ることは気まずい	.23	.24	.57	-.18
<b>IV : 相手からの不満 (<math>\alpha = .80</math>)</b>				
Aからの相談を断るとAは不満をこぼす	-.01	.08	.01	.81
Aからの相談を断ると、Aに非難される	.20	.20	.08	.61
右上: 因子間相関	I	.58	.47	.39
左下: 得点間相関	II	.50	.50	.39
	III	.65	.46	.14
	IV	.46	.45	.55

各変数の記述統計量と相関分析の結果を次に示す (Table 4-3, Table 4-4)。

Table 4-3. 各変数の記述統計量

	Mean	SD	min	MAX
援助要請者視点				
援助要請者のコスト				
弱さ表出の懸念	2.16	.93	1.00	5.00
否定的反応の懸念	1.70	.71	1.00	4.33
援助者のコスト				
労力と被影響	2.33	.80	1.00	5.00
評価懸念	1.84	.82	1.00	5.00
罪悪感	2.83	.91	1.00	5.00
相手からの不満	2.33	1.10	1.00	5.00
援助要請意図	3.02	.79	1.00	4.00
援助授与意図	3.31	.56	1.00	4.00
援助者視点				
援助要請者のコスト				
弱さ表出の懸念	2.23	.84	1.00	5.00
否定的反応の懸念	1.93	.78	1.00	5.00
援助者のコスト				
労力と被影響	1.96	.84	1.00	4.00
評価懸念	1.87	.83	1.00	4.00
罪悪感	3.08	1.16	1.00	5.00
相手からの不満	2.03	1.02	1.00	5.00
援助要請意図	2.75	.67	1.00	4.00
援助授与意図	3.56	.49	2.00	4.00

N = 109

Table 4-4. 各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.弱さ表出懸念	1.00	.42**	.58**	.51**	.34**	.27**	.55**	.37**	.28**	.44**	.21*	.20*
2.否定的反応懸念		1.00	.34**	.35**	.11	.29**	.23*	.39**	.25**	.27**	.09	.34**
3.労力と被影響			1.00	.57**	.52**	.44**	.62**	.52**	.45**	.47**	.21*	.19*
4.評価懸念				1.00	.53**	.48**	.53**	.60**	.36**	.51**	.13	.29**
5.罪悪感					1.00	.38**	.46**	.26**	.24*	.53**	.46**	.10
6.相手不満						1.00	.44**	.39**	.29**	.32**	.12	.39**
7.弱さ表出懸念							1.00	.54**	.31**	.42**	.22*	.18
8.否定的反応懸念								1.00	.35**	.29**	.08	.43**
9.労力と被影響									1.00	.45**	.43**	.47**
10.評価懸念										1.00	.52**	.48**
11.罪悪感											1.00	.28**
12.相手不満												1.00

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

### 3 項 援助要請者と援助者のコスト知覚の差の検討

援助要請者と援助者の間に生じる双方のコスト知覚の差が、友人への悩みの相談行動においても見られるかどうかを検討するために、対応のある  $t$  検定を行った。

その結果、援助要請者のコスト知覚については、「否定的反応の懸念」において、援助要請者と援助者の立場による有意な差が見られた ( $t(108) = -2.83, p < .01$ )。援助要請者の立場 ( $M = 1.70, SD = .71$ ) では、援助者の立場 ( $M = 1.93, SD = .78$ ) よりも、相談する際の援助者の否定的反応に関する懸念の知覚は低かった。自分の弱い部分を他者に見せることの懸念を意味する「弱さ表出の懸念」では、援助要請者の立場 ( $M = 2.16, SD = .93$ ) と援助者の立場 ( $M = 2.23, SD = .84$ ) の間に有意な差は示されなかった ( $t(108) = -1.45, n.s.$ )。

援助者のコスト知覚については、「労力と被影響」、「罪悪感」、「相手からの不満」において、援助要請者と援助者の立場による有意な差が見られた。まず、「労力と被影響」については、援助者の立場 ( $M = 1.96, SD = .84$ ) では、援助要請者の立場 ( $M = 2.33, SD = .80$ ) よりも、援助要請に応じることで時間や労力を割くことを低く知覚していた ( $t(108) = 4.54, p < .001$ )。「罪悪感」については、援助者の立場 ( $M = 3.08, SD = 1.16$ ) は援助要請者の立場 ( $M = 2.83, SD = .91$ ) よりも相談にのらない申し訳なさを高く感じていた ( $t(108) = -2.38, p < .05$ )。相談にのらないことで援助要請者が援助者に対して不満を表出することを意味する「相手からの不満」においては、援助者の立場 ( $M = 2.03, SD = 1.02$ ) で援助要請者の立場 ( $M = 2.33, SD = 1.10$ ) より低く感じていた ( $t(108) = 2.60, p < .05$ )。相談にのらないことで周囲や自身の評価が低下することの懸念である「評価懸念」については、援助者 ( $M = 1.87, SD = .83$ ) と援助要請者 ( $M = 1.84, SD = .82$ ) の立場間に有意な差はなかった ( $t(108) = -.41, n.s.$ )。分析の結果を Figure

4-1, Figure 4-2 に示す。なお, Figure 中に示す, HS とは援助要請者 (help-seeker) を, HG とは援助者 (help-giver) を指す。

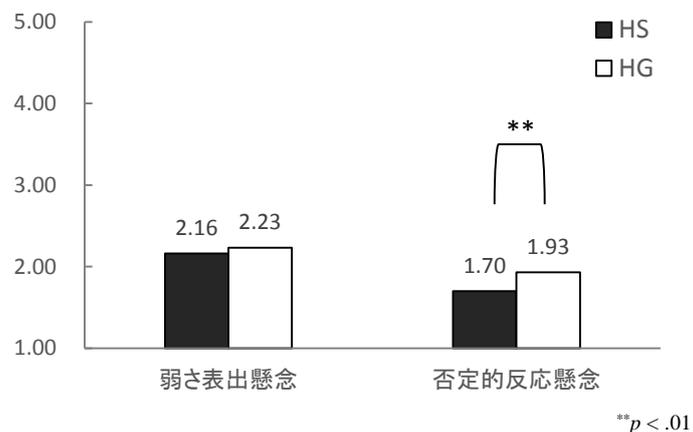


Figure 4-1. 立場による援助要請者コスト知覚の差

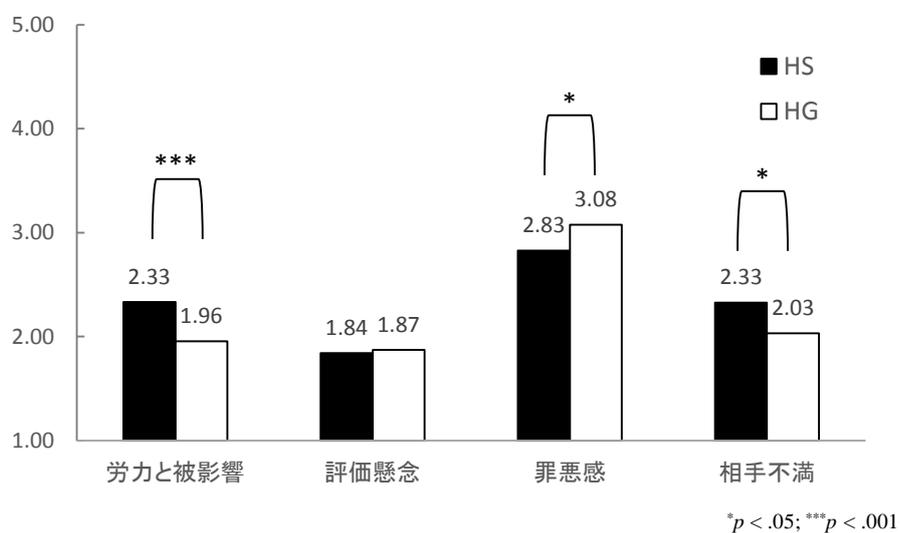


Figure 4-2. 立場による援助者コスト知覚の差

#### 4 項 援助要請意図と援助授与意図の立場による差の検討

相談しようという援助要請意図，相談にのろうという援助授与意図について，援助要請者と援助者の立場による差があるかどうかを検討するために，対応のある  $t$  検定を行った。その結果，援助要請意図については，援助要請者 ( $M = 3.02$ ,  $SD = .79$ ) は，援助者 ( $M = 2.75$ ,  $SD = .67$ ) が知覚するよりも，援助を要請しようとして有意に高く感じていた ( $t(1,108) = 3.26$ ,  $p < .01$ )。援助授与意図では，援助者 ( $M = 3.56$ ,  $SD = .49$ ) は援助要請者 ( $M = 3.31$ ,  $SD = .56$ ) が知覚するよりも，有意に高く相談にのろうと感じていた ( $t(1,108) = -4.14$ ,  $p < .001$ )。これらの結果について，Figure 4-3 に示す。

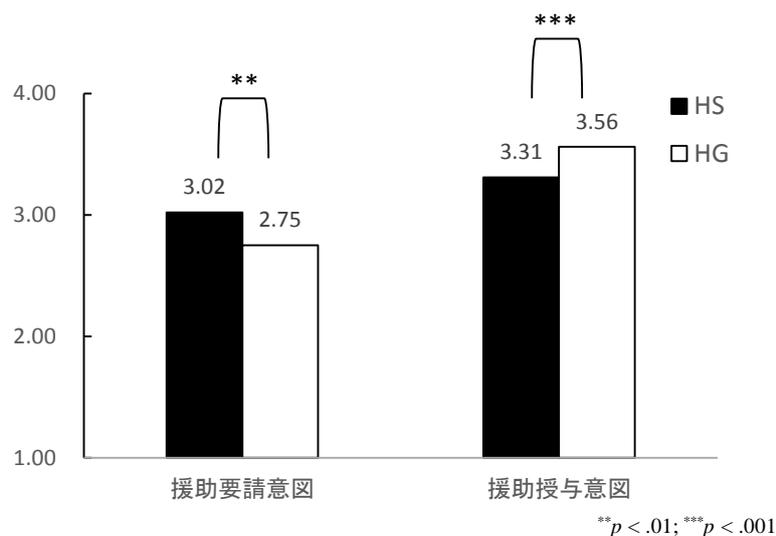


Figure 4-3. 立場による援助要請意図・援助授与意図知覚の差

## 4 節 考察

### 1 項 立場による援助要請者のコスト・援助者のコスト知覚の差

本研究の目的は、友人への相談行動において、援助要請者と援助者のコストについて相互の知覚に差があるかどうかを検討することであった。そこで、Flynn & Lake (2008) の知見をもとに、援助要請者は援助者の抱える非援助コストを、実際に援助者が知覚するよりも低く予測すると仮説を立てた。また、援助要請者の立場では、非援助コストよりも、援助コストを重視することから (Flynn & Lake, 2008)、援助要請者は援助者よりも援助要請に応じるコストを高く予測するという仮説を設定した。援助要請者のコスト、援助要請意図、援助授与意図についても立場による差が生じるかどうかをあわせて検討した。シナリオを用いた質問紙調査の結果、次のような結果が得られた。

まず、援助者のコスト知覚について述べる。相談にのらないことで生じる「罪悪感」について援助要請者は、援助者よりも、相談にのらないことの申し訳なさを低く知覚した。相談にのることで労力を割く「労力と被影響」については、援助要請者は、援助者が実際に感じるよりも、高く予測していた。このことは、Flynn & Lake (2008) の知見と一致し、仮説を支持する結果となった。

「罪悪感」について、相手の福利に資するように行動するという共同規範の点から考察する。援助要請者の視点では、相談にのらないという選択を援助者がしたことによって、自分が相手にかかる負担がなくなったことになる。そのため、援助要請者は、相談にのらないことで援助者が抱える罪悪感にはそれほど着目しない。しかし、援助者の視点では、困っている援助要請者を助けなかったという共同規範の逸脱になる。そのため、援助者は相応の罪悪感を抱えることになるだろう。これらのことから、援助要請者の罪悪感についてのコストの

知覚は、援助者のものよりも低くなったのだろう。

さらに、相談にのらないことで援助要請者が不満をこぼす「相手からの不満」では、援助要請者は、援助者よりもそれらのコストを高く予測していた。このことは、本研究における仮説を支持しなかった。この結果は、友人である援助者への期待が生じていると考えられる。つまり、相談にのらないと援助要請者が不満をこぼすという、援助者が抱えるコストについて、援助者は親しい友人である援助要請者があからさまに不快な反応を示すことはないだろうと推測したため、援助要請者の予測よりも低くなったと考えられる。

相談にのらないことで周囲から非難されるという「評価懸念」については、立場による差は見られなかった。これは、第三者や援助者自身の評価低下の懸念を表す因子であり、このコストについては援助要請者と援助者の二者関係において大きな影響を及ぼすものではなかった。そのため、お互いへの気遣いや配慮などがコスト知覚に影響せずに、二者の間に差が生じなかったのだろう。

「労力と被影響」については、援助要請者の視点では、自分が援助を求めることによって友人に負担をかけていることになる。このことは、「罪悪感」と同様に、二者関係における共同規範の影響があるといえ、友人へ負担をかけることが共同規範の逸脱を意味し、そのために援助要請者は援助者の「労力と被影響」のコストを高く予測したのだろう。一方で、援助者の視点では、困っている友人を助けることは、共同規範に適っており、多少の負担は厭わないことになる。このように、両者が共同規範に従って相手への気遣いを示した結果、二者の立場による差が生じたと考えられる。

次に、援助要請者のコストについて述べる。援助要請者の相談に対して、援助者が馬鹿にする、真剣に考えないのではないかという「否定的反応の懸念」については、援助要請者

自身が感じるよりも、援助者のほうが高く予測していた。「否定的反応の懸念」とは、援助者である友人が、相談にのる際に援助要請者を不快にさせる反応をする項目で構成されている。親しい友人であれば、自分が不快になる反応をあからさまに示すことはないと考えたために、援助要請者の知覚するコストは、援助者の予測と比較して低くなったのだろう。

「弱さ表出の懸念」については援助要請者か援助者かという立場による差は見られなかった。悩みを相談することで自分の弱い部分を友人にさらすことへの不安については、援助要請者と援助者の視点に差はなかった。援助要請者が弱い部分を見せることへの不安は、それ自体は、援助要請者と援助者の関係を悪化させてしまうネガティブな影響を与えるものではないため、立場による差が生じなかったと考えられる。

Bohns & Flynn (2010) の研究では、援助者は援助を要請することの不安を過小評価していることを示しており、本研究の結果は Bohns & Flynn (2010) と一致しなかった。Bohns & Flynn (2010) では、見知らぬ人に、電話の借用のような小さな頼み事をするということが援助要請の内容であった。本研究では、友人への悩みの相談を援助要請の内容として扱った。援助要請者と潜在的援助者の関係の違い、そして援助要請の内容の違いが、結果の不一致に影響していると考えられる。つまり、見知らぬ人は友人に比べて、心理的距離が遠く共感しにくいいため (登張, 2005)、見知らぬ人からの援助要請には他人事と考えるのだろう。その結果、Bohns & Flynn (2010) では、援助者は援助要請者の不安を過小評価したと考えられる。一方、友人は心理的距離が近いいため、悩んでいる友人を心配することで Bohns & Flynn (2010) と異なり、本研究では、援助要請者と援助者の間にずれが見られなかったり、コスト知覚が援助者において有意に高くなったりしたのだろう。

さらに、Bohns & Flynn (2010) で取りあげたような小さな

頼み事は、援助の与え手がその人でなければならぬ必要性が低く、もし援助を求められた人物が援助要請を断ったとしても、援助要請者は他の誰かに再度援助を求めることが可能である。そのため、潜在的援助者は援助要請者の不安を軽視した可能性が考えられる。しかし、本研究で取りあげた悩みの相談は、第2章3節で詳述したように、援助者が誰でも良いというわけではない。つまり、潜在的援助者が援助要請に応じなかった場合、援助要請者は悩みをそのまま抱えこんでしまう場合も十分に想定される。そのことで、友人との関係に軋轢が生じる危険性もある。このような、援助要請の内容の違いも、結果の不一致に影響しているだろう。

以上のことから、援助要請者と援助者のコストを相互に予測するとき、その内容が友人関係における相手への配慮や期待に関連するものである場合には、援助要請者と援助者という立場による差が生じることが示唆された。一方、コストが、二者関係に深刻な影響を与えない場合には、正確に相手のコストを予測できるようである。これは、親しい友人への相談行動においては、相手のためになる行動を取ろうとする共同関係における共同規範の影響により、相互のコスト知覚にずれが生じている可能性を示唆している。

## 2 項 立場による援助要請意図と援助授与意図の差

援助要請意図、援助授与意図について、援助要請者と援助者の立場による差が生じるかどうかを検討したところ、援助要請意図、援助授与意図どちらでも立場による有意な差が示された。悩みを相談しようとする援助要請意図については、援助要請者は、相談しようという意図を援助者が予測するよりも高く感じていた。一方、相談にのろうという援助授与意図については、援助要請者が予測するよりも、援助者は相談にのろうと感じていることが明らかになった。

援助要請意図については Bohns & Flynn (2010) と反対の結

果が得られたが、援助授与意図については Flynn & Lake (2008) と一致した結果が得られた。援助要請意図について、本研究の結果と Bohns & Flynn (2010) と反対の結果が得られたことは、本節に先述したように、援助要請者のコスト知覚においても本研究と Bohns & Flynn (2010) とで反対の結果が得られたことと関連する。

Bohns & Flynn (2010) では、援助要請者の不安な気持ちを援助者が過小評価することで、援助者は援助要請意図を過大に予測していた。援助者は、援助要請者が援助を求めるときにそれほど不安を感じないために援助を要請しようとするだろうと予測していたのである。一方、本研究では、援助者は援助要請者のコストを援助要請者と同程度あるいは援助要請者よりも高く予測していた。そのため、援助要請者が援助要請時にコストをある程度抱えるため、援助を要請しようとしないうだろうと本研究の援助者は考えたのだろう。

援助者のコストについては、Flynn & Bohns (2008) で取り扱われたものと共通する内容のコストについては同じ結果を示したため、援助授与意図についても Flynn & Bohns (2008) を支持する結果が得られたのだろう。

以上より、援助要請者は援助者の援助授与意図を、援助者は援助要請者の援助要請意図をそれぞれ過小評価していることが示された。このことは、援助要請者は援助へのニーズを持っていても、援助要請に応じてくれないだろうというジレンマを抱え、援助者側は援助要請に応じる気持ちはあるものの、援助要請者が援助を必要とする程度を正確に予測できないという事態に陥ることを示唆している。そして、最も重要な点は、それぞれのジレンマや楽観さは実際の相手の知覚とは離れており、主観的な思い込みによるということである。

### 3 項 本研究の課題と今後の方向性

本研究の結果から、友人への相談行動における他者のコス

ト知覚において、Flynn & Lake (2008) と Bohns & Flynn (2010) と同様に、援助要請者と援助者の相互にずれが生じている可能性が示唆された。しかし、それぞれの抱えるコストの測度、援助要請の内容が異なるために、先行研究と必ずしも一致した結果は得られなかった。

最後に、本研究の課題と今後の方向性について述べていく。第一に、知見の頑健性である。援助要請者と援助者の双方のコスト知覚におけるずれが相談行動においても起こりうることを示したが、知見の蓄積が不十分であり、検討を重ね、この現象の信頼性を確認することが必要だろう。

第二に、本研究では、大学生が抱えることの多い悩みとして対人関係の悩みを取りあげたが、問題の種類によらず、相談行動全般において、援助要請者と援助者の二者間におけるコスト知覚のずれが生じうるのかを検討する必要があるだろう。

本研究の結果は、援助要請者の歪んだ援助者コスト知覚が援助要請行動を抑制しうる方向に作用することが示唆された。今後の方向性として、このようなコスト知覚のずれがなぜ生じるのかを検討する必要があるだろう。つまり、援助要請者は何を手がかりとしてコストを予測し、それがどのように援助要請意図の低減につながるのかを検討していくことが望まれる。







## 第 5 章 援助要請者における援助者コストの知覚と援助要請行動との関連

### 要約

問題と目的：援助要請者が援助者のコストを予測することが、相手は援助要請に応じるだろうという援助授与意図の予測や援助を要請しようという援助要請意図にどのような影響を与えるのかを検討した。

方法：大学生・大学院生 267 名を対象にシナリオを用いた質問紙調査を行った。

結果：共分散構造分析の結果、援助要請者は、援助者のコストの予測によって援助者の援助授与意図を予測し、そのことが援助要請意図に影響を与えることが示された。

考察：援助要請者が援助者のコストを予測することで援助要請行動に負の影響を与えることが部分的に示された。本研究においても、援助要請者と援助者のコスト知覚のずれが示され、援助要請者の援助者に対する過度な懸念が援助要請を抑制しうる可能性を示唆した。

### 1 節 問題と目的

#### 1 項 研究の背景

第 4 章において、援助要請者が知覚する援助者のコストは、実際に援助者が知覚するコストと隔たりがあることが一部で示された。Flynn & Lake (2008) は、援助要請者が援助者の非援助コストを、援助者が実際に知覚するよりも過小評価していることを示し、そのことが援助要請を抑制している可能性について論じた。つまり、援助要請者は、援助者が実際には断りにくい状況に置かれていることを正しく理解することができないために、援助要請をしようとしないと主張した。しかし、Flynn & Lake (2008) の主張は理論的示唆に留まってお

り、援助要請者における援助者コストの知覚が援助要請行動にどのような影響を与えているのかについて実証的な検討はなされていない。援助要請者の援助者コストの予測が、単に援助要請者と援助者でずれが生じるというだけでなく、援助要請を阻害しうる要因であるとすれば、さらなる検討が必要となるだろう。

第1章で述べたように、援助要請者が援助要請意思決定、その後の援助要請行動実行に至るまでのプロセスをモデル化したものがいくつか提示されている (e.g., 高木, 1997)。一方で、これらのモデルについては実証的検討がなされておらず、モデルとしての妥当性に疑問が残り (Rosen, 1983)、未だ統合的な理論は示されていない (Rickwood et al., 2005)。また、援助者のコストの予測について、重要であるとされてはいるものの (相川, 1987)、実際に援助要請に与える影響や他の変数との関連については日本ではほとんど検討が進んでいないのが現状である。このことから、援助者のコストをはじめとする援助者に関わる要因が、援助要請に与える影響について、既存のモデルの枠組みにとらわれずに実証的に検討を重ねていくことが必要だろう。

## 2 項 援助行動に関する認知的要因と情動的要因

援助要請行動は、援助を求める援助要請者 (help-seeker) と援助を提供する援助者 (helper, help-giver) の両者がいて成立するものである。そのため、援助要請行動を実行するか否かに影響を与える要因には、援助要請者に関わる要因 (e.g., 援助要請者の自尊心; Tessler & Schwartz, 1972; 脇本, 2008) だけでなく、援助者に関わる要因も挙げられる。例えば、援助者の性別 (Nadler, Shapira, & Ben-Itzhak, 1982; Sears, Graham, & Campbell, 2009) や援助者が費やす労力 (DePulo & Fisher, 1980) などである。

援助要請に応じ、援助を提供する援助者に着目すれば、援

助行動の規定因には、認知的要因と情動的要因があり（相川，1987），それぞれの要因は援助行動との関連があることが明らかにされている。認知的要因とは、援助の提供や回避による利益やコストの判断，援助に至る事態の原因帰属などを指し，第4章で取りあげたコストの概念はこれに該当する。もう一方の情動的要因とは援助提供時に援助者に生じる感情を意味する（相川，1987）。

援助提供の際に生起する感情には、共感的情動や同情のような援助行動にポジティブに作用しうるもの（Coke, Batson, & McDavis, 1978），怒りなどの否定的感情のようにネガティブに作用するものが挙げられている（小嶋，1983）。西川・高木（1989）は，援助時に抱く拒絶的感情（e.g., 嫌気がさす）が援助を提供する可能性と負の関連があることを示した。さらに，助ける相手の好き嫌いが援助・非援助に影響を与え，その原因帰属により，好ましい相手には援助行動を取り続け，そうではない相手には非援助行動を取り続けることも明らかにされている（竹村・高木，1990）。

上述のように，援助者の感情が援助行動と関連がある一方で，援助要請者が援助者の感情をどのように捉え，援助要請にどのような影響を与えるのかについてはほとんど検討されていない。しかし，我々は，他者の感情を自己の内部にシミュレートし，その感情に自身が移入することで行動を予測していることから（谷田・山岸，2004），援助者が援助要請に応じるかどうかを予測する場合にも，援助要請者は援助者の感情を予測していると考えられる。

### 3 項 援助要請者から見た援助者の感情

援助を提供する際に，援助者は認知的要因と情動的要因の2つの側面から援助を提供するかどうかを決定していることを前項で述べた。認知的要因の中には，第4章で扱ったコストも含まれている。

社会心理学において，“コスト”や“支出・出費”という言葉はなじみ深いものであるが，明確な定義はなされておらず，その概念は曖昧である。社会心理学では，課題の困難さ (Greenberg et al., 1971) や援助者の忙しさ (Shapiro, 1980) によって援助者の援助提供時のコストを操作してきた。このように，研究によってコストとして測定されるものは統一されておらず，概念定義もされていない。日本では，高木 (1998) が，援助行動や援助要請行動を取ったことで生じるネガティブな結果をコストとしており，単に何かのために犠牲を払うことだけでなく，相手からの非難のように，心理的苦痛を受けることもコストに含んでいる。

援助要請者の視点から見ると，自身の援助要請により援助者に労力や負担をかけることと同様に，援助者を不快にさせることもコストとして捉えられるだろう。なぜなら，援助要請によって潜在的援助者がネガティブな感情を抱いた場合，援助が提供されなかったり，援助要請者と援助者が既知の関係であれば，二者関係が悪化するといった危険性があるからである。特に，日本人は他者の感情を読み取ることを重視し，他者の感情に着目するため (内田・北山, 2001)，援助要請者が援助を要請する際に，援助者の感情に着目している可能性は高いと考えられる。そのため，援助要請を達成させるという点，二者関係を良好に維持するという点の両方において，援助要請者は，援助者に負担をかけ，ネガティブな感情を持たせることをなるべく回避するだろう。したがって，本論では，コストの認知的側面に加え，情動的要因であるネガティブ感情を，援助要請者が予測する援助者のコストの情動的側面として見なし，コストのそれぞれの側面についての援助要請者の予測と援助要請行動との関連を検討することとする。

#### 4 項 先行研究の課題と本研究の目的

援助要請行動に関する研究では，これまで援助者コストの

認知的側面について多くはないながら検討されてきたが (e.g., DePaulo & Fisher, 1980; Shapiro, 1980) , 情動的側面についてはほとんど検討されてこなかった。したがって本研究では, 援助者のコストについて, これまで検討されてきた認知的側面に加え, 情動的側面として, 相談されたときの援助者のネガティブ感情を扱うこととした。そして, 援助要請者が予測する援助者のネガティブ感情が援助要請に与える影響を検討することとする。

なお, 援助要請の内容や援助者が誰であるかで援助要請行動が影響を受けることが指摘されているが (木村・水野, 2004) , 本研究では, 援助要請の内容として友人への悩みの相談を取りあげる。友人への相談を取りあげた理由には, 援助要請者と援助者の二者関係に長期的関係が想定され, 相手に過度の負担を課すことや不快な気分させることを回避するだろうと考えたためである。また, ネガティブな内容の自己開示の際に, 話し手は聞き手の拒絶的反応に敏感に反応すること (川西, 2008) からも, 援助要請者は援助者のネガティブな感情に着目している可能性が考えられる。援助要請者は, 自身に必要な援助を獲得すると同時に, 長期的に良好な関係を維持するために, 友人である援助者にネガティブな影響を与えることをなるべく回避するだろう。

本研究では, 援助者のコストの認知的側面について, Flynn & Lake (2008) や竹ヶ原・安保 (2013) の知見から, 次の2つの仮説を立てた。援助者の情動的要因に対する援助要請者の予測が援助要請に与える影響に関しては先行研究の蓄積が不十分であるため, 仮説は設定せずに探索的に検討することとした。

**仮説 1:** 援助要請者による非援助コストの予測は援助要請意図に正の影響を与える

**仮説 2：** 援助要請者による援助コストの予測は援助要請意図に負の影響を与える

## 2 節 方法

### 1 項 回答者

東北地方にある A 大学の大学生・大学院生 267 名が質問紙に回答した。講義開始前あるいは終了後に、協力の同意が得られた回答者にのみ調査を実施した。質問紙の配布時に、個人の情報が特定されることはないこと、協力は任意であり、回答しないことによる不利益を被ることはないことを口頭および文書で説明した。なお、本研究の実施にあたって、東北大学大学院教育学研究科研究倫理委員会の承認を受けた（承認 ID: 13-1-006）。

### 2 項 質問紙の構成

まず、参加者に日常的に接する人物の中で最も親しい人物を思い浮かべるように求めた。そして、そのイメージをより確かなものとするために、その人物のイニシャル、あるいはその人物との関係（e.g., 友人、恋人）、さらにその人物の性別を記入するよう求めた。

次に、2 種類のシナリオを提示した。1 つめのシナリオは、回答者が援助要請者となって、その親しい人物（以下 A）に相談をしようかどうか迷っている場面を示していた。シナリオを読んだ後、回答者は、(1) A に相談をしようと思うか、(2) A は相談にのってくれると思うか、(3) 相談にのることや断ることのコストについて A はどう考えているか、(4) A は相談されたらネガティブな感情をどの程度感じると思うか、について回答を求めた。

2 つめのシナリオは、A が援助要請者となって回答者に相談をしようかどうか迷っている場面を提示した。シナリオを読んだ後、回答者は(1) A は自分に相談をしようとするかどうか、

(2) A の相談にのろうと思うか、(3) A の相談にのることや断ることのコスト、(4) A に相談されたら、ネガティブな感情をどの程度感じるか、について先のシナリオと同様に回答した。

シナリオの内容は、インターネットの投稿掲示板の内容を参考にし、大学生における対人関係の悩みを扱った。シナリオの文章は、次の通りである。

### 1 つめのシナリオ (回答者が援助要請者)

あなたはここ最近、授業のレポートやアルバイトに追われて、毎日をととても忙しく過ごしています。あなたの疲労はピークに達し、イライラすることも増えています。そんなとき、友人のふとした発言にカチンと来てしまい、激しい口論になってしまいました。

その後、あなたはその友人と疎遠になってしまい、他の友人とも少し距離ができてしまいました。その後、あなたは何もかもが上手くいかないような気がして気分が落ち込み、眠れない日が続いています。

あなたはこのことについて、A に相談しようかどうか迷っています。

### 2 つめのシナリオ (回答者が援助者)

A はここ最近、授業のレポートやアルバイトに追われて、毎日をととても忙しく過ごしています。A の疲労はピークに達し、イライラすることも増えているようです。そんなとき、友人のふとした発言にカチンと来てしまい、A とその友人は激しい口論になってしまいました。

その後、A とその友人は疎遠になってしまい、他の友人とも少し距離ができてしまいました。その後、A は何もかもが上手くいかないような気がして気分が落ち込み、眠れない日が続いているようです。

### 3 項 測 度

#### (1)フェイスシート

回答者の年齢と性別を尋ね、次に、日常的に接している最も親しい人物のイニシャルあるいは関係と、その人物の性別の記入を求めた。

#### (2)援助要請意図

援助要請意図の測度として、笠原（2003）で使用されていた項目を修正し、3項目（「相談したい」、「話を聴いてほしい」、「意見や考えを聞きたい」）を用いた。回答者が援助要請者の立場である1つめのシナリオを読んだ際には、回答者は「あなたは、この悩みをAに相談することについて、以下のことをどれだけ考えますか」という問いに対し、「1：全く思わない」から「5：とても思う」の5件法で評定を行った。

そして、回答者が援助者の立場である2つめのシナリオでは、「あなたにこの悩みを相談することについて、Aは以下のことをどれだけ考えますか」という問いに対し、同様に5件法で回答した。

#### (3)援助授与意図

1つめの、回答者が援助要請者の立場であるシナリオを読んだ後に、回答者は「この悩みをAに相談することについて、Aは相談にのってくれるとどれだけ思えますか」という問いに対し、「1：全く相談にのってくれると思わない」から「4：強く相談にのってくれると思う」の4件法で回答した。また、回答者が援助者の立場である2つめのシナリオでは、回答者は「この悩みについて、Aがあなたに相談してきたら、あなたはAの相談にのろうとどれだけ思えますか」という問いに対して同様に4件法で回答した。

#### (4)潜在的援助者のコスト

潜在的援助者のコストについては、援助要請に応じる・拒否する結果生じるネガティブな結果を示す認知的側面と、援

助要請に応じた結果生じるネガティブな感情を示す情動的側面の2つの側面から測定する。

*認知的側面* 相談にのるかどうかを考える際、援助コストと非援助コストをどの程度予測するかを測定するために、竹ヶ原・安保（2013）の援助者のコストに関する項目を用いた。これは、高木（1982）の援助行動における行動特性の項目から、援助コストと非援助コストに該当する特性を選出し、作成されたものである。この項目は、「評価懸念」（項目例：相談にのらないと自己評価が下がる）、「援助コスト」（項目例：相談にのると自分の時間を取られる）、「相手からの不満」（項目例：相談にのらないと A は不満をこぼす）、「罪悪感」（項目例：相談にのらないと罪悪感が生じる）の4因子合計15項目で構成されている。

1つめのシナリオの後に、「この悩みを A に相談することについて、A は以下のことをどれだけ考えていると思いますか」という問いに対して、「1：全く思わない」から「7：とても思う」の7件法で回答した。2つめのシナリオの後には、「あなたが A のこの悩みの相談にのることについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか」という問いに対して、1つめのシナリオと同様に7件法で回答した。

*情動的側面* 悩みを相談された際に援助者に生じるネガティブ感情の測度として、寺崎・岸本・古賀（1992）の多面的感情状態尺度の「抑鬱・不安」（10項目）、「敵意」（10項目）、「倦怠」（9項目）<sup>7</sup>を用いた。

1つめのシナリオの後に、「あなたがこの悩みを A に相談したら、A は以下の気持ちをどれだけ感じると思いますか」と

---

<sup>7</sup> 寺崎他（1992）の「倦怠」因子の「疲れた」という項目と竹ヶ原・安保（2013）の「援助コスト」の「相談にのると疲れてしまいそうだ」に重複が見られた。「疲れる」は、援助場面に遭遇した際に喚起されるネガティブ感情というよりも、相談にのることで労力を消耗する状態であると考え、本研究では、コストの認知的側面の項目として採用し、感情としては用いなかった。

いう問いに対して、「1：全く感じない」から「4：はっきり感じる」の4件法で回答した。2つめのシナリオの後には、「あなたがこの悩みをAに相談されたら、あなたは以下の気持ちをどれだけ感じますか」という問いに対して、1つめのシナリオと同様に4件法で回答した。

また、全般的な感情の変化傾向を測定するため、Face-Scaleを参考にした。1つめのシナリオの後には、「あなたがこの悩みをAに相談したら、Aの気持ちはどのように変化すると思いますか」と教示文を設定し、「1：とても不快」から「7：とても快」の7件法で回答を求めた。2つめのシナリオでは、「あなたがこの悩みをAに相談されたら、あなたの気持ちはどのように変化すると思いますか」と示し、同様に7件法で回答を求めた。

#### (5)操作チェック

質問紙の最終ページに、「このアンケートを記入するにあたって、あなたは以下のことをどれだけ思いましたか」という問いを設け、シナリオの現実的妥当性を測定した。項目は、「このような悩みを抱えたら、実際にAに相談する」、「Aが実際にこのような悩みを抱えたら、あなたに相談してくるだろう」、「この状況をリアルにイメージできた」を含む5項目である。回答者は、「1：全くそう思わなかった」から「5：そう思った」の5件法で回答した。

### 3 節 結果

#### 1 項 分析対象者

回収した質問紙について、全項目の1割以上に未記入が見られたものを分析対象から除外した。さらに、操作チェック項目の「このような悩みを抱えたら、実際にAに相談する」、「Aが実際にこのような悩みを抱えたら、あなたに相談してくるだろう」、「この状況をリアルにイメージできた」のいずれ

れかに「1: 全くそう思わなかった」と回答した者を分析対象者から除外することとし、最終的な分析有効者数は  $N = 189$  となった。欠損値には系列平均値を代入して分析を行った。

## 2 項 因子分析

潜在的援助者の抱えるコストの認知的側面について、2 つめのシナリオに対する潜在的援助者のコストの評定値を用いて因子分析（プロマックス回転・最尤法）を行った。因子負荷量が .35 未満の項目や、複数の因子に渡って .35 以上の因子負荷量を示した項目を削除し、固有値の減衰状況と因子の解釈可能性から、4 因子を採用した。

第 1 因子は、「相談を断ると罪悪感が生じる」や「相談を断ると A の自分に対する評価は低下する」というように、相談を断ることで援助者に生じる不安や申し訳なさを表す項目で構成されていたため、「対応懸念」因子と命名した。第 2 因子は、「相談にのると時間を取られる」というような、相談にのることで時間やエネルギーを割く項目で構成されていたため、「労力」因子と命名した。また、第 3 因子は、「相談を断ると、周囲からの評価が低下する」というように相談にのらないことで周囲の目が気になることを示したため、「評価懸念」因子と命名した。最後に、第 4 因子は、「相談にのることで自身が何らかの影響を受けることを表しており「被影響」因子と命名した。それぞれ、クロンバックの  $\alpha$  係数を算出したところ、.82～.88 を示し、十分な内的整合性を有していると判断した。「相手への対応懸念」因子、「評価懸念」因子は非援助コスト、「労力」因子と「被影響」因子は援助コストにそれぞれ分類される。

コストの情動的側面であるネガティブ感情について、同様に因子分析を行ったところ、4 因子が得られた。寺崎他（1992）の各因子の項目内容を参考に、第 1 因子から順に、「敵意」因子、「倦怠」因子、「憂うつ」因子と命名した。第 4 因子につ

いては、「ぼんやりした」、「無気力な」の2項目のみで構成されており、「無気力」因子とした。それぞれ、クロンバックの $\alpha$ 係数を算出したところ、.86～.95を示し、十分な内的整合性を有していると判断した。

潜在的援助者の抱えるコストの認知的側面・情動的側面の因子分析結果を次に示す (Table 5-1, Table 5-2)。

Table 5-1. 援助者コスト（認知的側面）の因子分析結果

	I	II	III	IV
I: 対応懸念 ( $\alpha = .88$ )				
相談を断ると罪悪感が生じる	.87	.05	-.06	-.14
相談を断ることを申し訳なく感じる	.86	-.07	-.10	-.04
相談を断ると、Aは裏切られたように感じる	.75	.04	-.07	.01
相談を断ると、Aの自分に対する評価は低下する	.74	.01	.02	.05
相談を断るのは気まずい	.63	.00	.17	.05
相談を断ると自分の価値が下がる	.59	.01	.31	-.07
相談を断ると、Aはどうすればよいかわからなくなる	.48	-.08	-.13	.27
II: 労力 ( $\alpha = .88$ )				
相談にのると時間を取られる	-.04	1.05	.03	-.09
相談にのる暇がない	-.03	.79	.01	.02
相談にのると疲れてしまいそうだ	.11	.59	-.10	.25
III: 評価懸念 ( $\alpha = .83$ )				
相談を断ると周囲からの評価が低下する	-.02	.00	.97	-.06
相談を断ると周囲から非難される	-.10	-.03	.80	.14
相談を断ることは恥ずかしい	.33	.04	.37	.11
IV: 被影響 ( $\alpha = .82$ )				
相談にのることで問題に巻き込まれる	.00	.07	.03	.78
相談にのることにはリスクが伴う	-.04	.03	.13	.75
右上: 因子間相関	I	.48	.60	.43
左下: 得点間相関	II	.47	.42	.60
	III	.61	.38	.62
	IV	.49	.64	.49

Table 5-2. 援助者のコスト（情動的側面）の因子分析結果

	I	II	III	IV
I: 敵意 ( $\alpha = .95$ )				
攻撃的な	1.05	-.15	-.01	-.07
かつとした	.93	.01	-.01	-.05
敵意のある	.92	-.02	-.03	-.02
おこった	.86	.03	-.05	.00
憎らしい	.81	.12	-.05	.00
挑戦的な	.80	-.15	-.09	.11
むっとした	.79	.17	.02	-.16
うらんだ	.68	.13	.03	-.02
むしゃくしゃした	.58	.24	.05	.05
II: 倦怠 ( $\alpha = .90$ )				
だるい	-.04	.91	.11	-.08
退屈な	-.10	.86	.03	.02
つまらない	.08	.76	-.10	.03
無関心な	.13	.65	-.06	.06
ばからしい	.31	.51	-.04	.02
III: 憂うつ ( $\alpha = .86$ )				
不安な	-.22	-.01	.77	.01
悩んでいる	-.04	.10	.76	-.16
気がかりな	-.19	-.01	.76	-.15
悲観した	.22	-.04	.72	-.02
物悲しい	.29	-.17	.60	.07
沈んだ	.05	.11	.56	.13
自信がない	-.06	-.01	.41	.28
ぼやぼやした	.29	.00	.40	.27
IV: 無気力 ( $\alpha = .86$ )				
ぼんやりした	-.12	.00	-.06	1.09
無気力な	.15	.19	-.02	.59
右上: 因子間相関	I	.68	.43	.57
左下: 得点間相関	II	.45	.31	.59
	III	.51	.43	.49
	IV	.46	.58	.54

各変数の記述統計量と相関分析の結果を次に示す(Table 5-3, Table 5-4)。

Table 5-3. 各変数の記述統計量

		<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>MAX</i>
援助要請者視点					
情動的側面	敵意	1.61	.54	1.00	3.67
	倦怠	1.94	.60	1.00	3.60
	憂うつ	2.09	.55	1.00	3.88
	無気力	1.79	.66	1.00	4.00
認知的側面	対応懸念	4.05	1.13	1.00	6.71
	労力	3.44	1.31	1.00	6.33
	評価懸念	2.54	1.27	1.00	6.67
	被影響	2.99	1.38	1.00	7.00
	援助要請意図	3.82	.97	1.00	5.00
	援助授与意図	3.43	.65	1.00	4.00
援助者視点					
情動的側面	敵意	1.50	.55	1.00	3.44
	倦怠	1.63	.60	1.00	3.40
	憂うつ	2.06	.62	1.00	3.88
	無気力	1.74	.72	1.00	3.50
認知的側面	対応懸念	4.25	1.32	1.00	7.00
	労力	3.24	1.49	1.00	7.00
	評価懸念	2.86	1.42	1.00	7.00
	被影響	2.79	1.46	1.00	6.50
	援助要請意図	3.43	.96	1.00	5.00
	援助授与意図	3.60	.53	2.00	5.00

*N* = 189

Table 5-4. 各変数の相関

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
援助要請者 視点	1. 敵意	1.00	.47**	.61**	.49**	.24**	.34**	.37**	.45**	.70**	.51**	.42**	.41**	.21**	.36**	.39**	.45**
	2. 倦怠		1.00	.38**	.64**	.06	.50**	.29**	.37**	.46**	.68**	.31**	.51**	.23**	.41**	.41**	.39**
	3. 憂うつ			1.00	.49**	.43**	.37**	.38**	.37**	.40**	.39**	.69**	.48**	.44**	.32**	.42**	.39**
	4. 無気力				1.00	.08	.27**	.36**	.28**	.40**	.51**	.36**	.54**	.15*	.21**	.39**	.30**
	5. 対応懸念					1.00	.45**	.51**	.46**	.12	.05	.30**	.19*	.55**	.26**	.34**	.29**
	6. 労力						1.00	.43**	.58**	.26**	.38**	.30**	.27**	.47**	.59**	.39**	.43**
	7. 評価懸念							1.00	.54**	.29**	.31**	.20**	.32**	.34**	.27**	.62**	.52**
	8. 被影響								1.00	.42**	.35**	.27**	.27**	.35**	.44**	.51**	.67**
援助者視点	9. 敵意								1.00	.66**	.39**	.56**	.10	.29**	.36**	.45**	
	10. 倦怠									1.00	.32**	.60**	.19**	.46**	.40**	.49**	
	11. 憂うつ										1.00	.46**	.40**	.26**	.31**	.27**	
	12. 無気力											1.00	.24**	.23**	.41**	.41**	
	13. 対応懸念												1.00	.44**	.61**	.40**	
	14. 労力													1.00	.42**	.57**	
	15. 評価懸念														1.00	.61**	
	16. 被影響															1.00	

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

### 3 項 援助要請者と援助者のコスト知覚の差の検討

第4章で示された，援助要請者と援助者のコスト知覚の差について再度確認するため，対応のある t 検定を行った。その結果，コストの情動的側面である「憂うつ」と「無気力」を除くすべての因子について有意な差が見られた。結果の一覧を，Table 5-5 に示す。

Table 5-5. 立場によるコスト知覚の差

	情動的側面				認知的側面				
	敵意	倦怠	憂うつ	無気力	感情変化	対応懸念	労力	評価懸念	被影響
援助要請者	1.61	1.94	2.09	1.79	3.99	4.05	3.44	2.54	2.99
援助者	1.50	1.63	2.06	1.74	4.30	4.25	3.24	2.86	2.79
<i>t</i> (188)	3.67***	8.93***	1.01	1.05	-4.83***	-2.35*	2.21*	-3.79***	2.32*

\* $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$

まず，援助者のコストにおける認知的側面について述べる。「対応懸念」については，援助者の立場 ( $M = 4.25, SD = 1.32$ ) では，援助要請者の立場 ( $M = 4.05, SD = 1.13$ ) よりも，相談を断ることによる援助要請者の反応や相談を断ることに対する自身の気まずさを高く知覚していた ( $t(188) = -2.35, p < .05$ )。「労力」については，援助者 ( $M = 3.24, SD = 1.50$ ) は援助要請者 ( $M = 3.44, SD = 1.31$ ) よりも，相談にのることに割く労力を低く感じていた ( $t(188) = 2.21, p < .05$ )。相談にのらないことで周囲からの評価が低下することを懸念する「周囲からの評価懸念」においては，援助者 ( $M = 2.86, SD = 1.42$ ) は援助要請者 ( $M = 2.54, SD = 1.27$ ) よりも高く感じていた ( $t(188) = -3.79, p < .001$ )。相談にのることで問題に巻き込まれる「被影響」については，援助者 ( $M = 2.79, SD = 1.46$ ) は援助要請者 ( $M = 2.99, SD = 1.38$ ) よりも問題に巻き込まれることへの懸念を低く感じていた ( $t(188) = 2.32,$

$p < .05$ )。

コストの情動的側面についての結果は次の通りである。相談されたときの「敵意」の反応について、援助者 ( $M = 1.50$ ,  $SD = .55$ ) は、援助要請者 ( $M = 1.61$ ,  $SD = .54$ ) よりも低く感じることがわかった ( $t(188) = 3.67$ ,  $p < .001$ )。また、相談されたときの「無関心」な反応については、援助者 ( $M = 1.63$ ,  $SD = .60$ ) は、援助要請者 ( $M = 1.94$ ,  $SD = .60$ ) よりも低く感じていた ( $t(188) = 8.93$ ,  $p < .001$ )。「憂うつ」因子、「無気力」因子については、援助要請者と援助者の立場による有意な差は見られなかった ( $t(188) = 1.01$ ,  $n.s.$ ;  $t(188) = 1.05$ ,  $n.s.$ )。

全体的な感情変化の予測についても同様に対応のある  $t$  検定を行い、立場による差が見られるかどうかを検討した。すると、援助者 ( $M = 4.30$ ,  $SD = .86$ ) は、援助要請者 ( $M = 3.99$ ,  $SD = .71$ ) の予測よりも、良い方向に感情が変化することが示された ( $t(188) = -4.83$ ,  $p < .001$ )。

#### 4 項 援助要請者における援助者コストの予測と援助要請意図との関連

援助要請者が予測する援助者のコストを予測することが、援助要請意図にどのように影響するのかを検討するため、共分散構造分析を行った。

まず、Piliavin et al. (1982) のモデルや Meyer & Mulherin (1980) の知見をもとに、コストの認知的側面と情動的側面に順序を設定し、それから援助授与意図の予測へパスを設けた。そして、援助授与意図から援助要請意図へパスを設けた。これらの仮説モデルを想定したところ、いずれの仮説モデルにおいても適合度が著しく低くなった。有意な関連を示さなかったパスを削除しても十分な適合度は得られず、悩みの相談において、援助者のコストの情動的側面と認知的側面に順列を想定するモデルは妥当ではないことが示された。

そこで、コストの情動的・認知的側面を並列に並べ、援助授与意図にそれぞれから直線のパスを設け、援助要請意図に至るモデルの検証を行ったところ、十分な適合度を持ったモデルが示された (GFI= .993, AGFI = .964, AIC= 94.91, RMSEA= .000)。モデルを Figure 5-1 に示す。なお、Figure 5-1 には有意なパスのみを示し、援助者コスト因子間の共分散については、Table 5-4 と重複するため省略した。

まず、相談された時の憂うつな気分や、相談にのらないことによる申し訳なさを予測することは相談にのってくれるという相談授与意図に正の影響を与えていた。また、相談されることで生じる倦怠感や相談にのることで割くエネルギー、相談にのらないことで生じる周囲からの評価懸念は、相談授与の予測に負の影響を与えていた。相談にのらないことによる周囲からの評価懸念は援助要請意図に直接的に負の影響を与えていた。一方で、相談にのらないことの申し訳なさについては、援助要請意図へ直接的な正の影響が示された。相談にのってもらえるだろうという援助授与意図が、援助を要請しようという援助要請意図に正の影響を与えていることがわかった。また、援助者が相談されたときの攻撃的・無気力な気分や、相談にのることで援助要請者の問題に巻き込まれることによる不安などについては、相談授与の意図や援助要請意図のいずれにも影響を示さなかった。

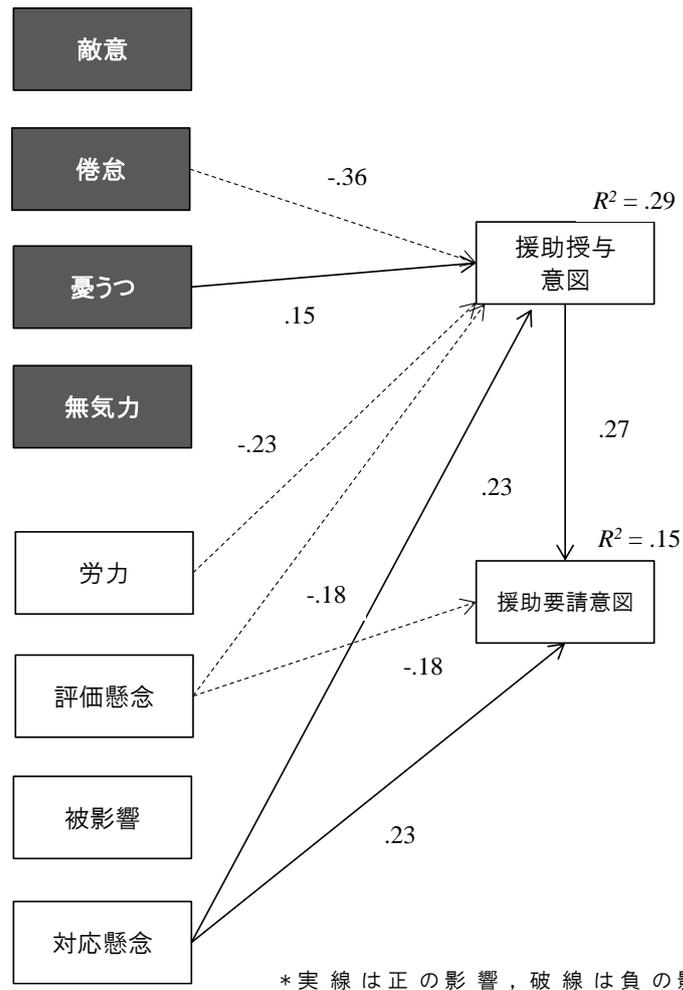


Figure 5-1. 援助要請者における援助者コスト予測と援助要請意図の関連

### 5 項 援助者のコスト知覚と援助授与行動との関連

援助者においては、援助要請に応じるかどうかというコストの認知的側面と、援助要請に応じる結果ネガティブな感情を抱くというコストの情動的側面が、その後の援助授与意図にどのように影響するのかを検討するために、共分散構造分析を行った。

援助要請者の援助者のコスト予測から援助要請意図に至るプロセスを参考にし、コストの情動的側面と認知的側面を並列に並べ、各因子から援助要請者が援助を要請するかどうか

の予測にパスを設けた。また，援助要請をするかどうかの予測から，援助を提供しようという意図にパスを設け，モデルの検証を行ったところ，十分な適合度が示された（GFI=.987, AGFI=.940, AIC=98.90, RMSEA=.020）。モデルを Figure 5-2 に示す。なお，Figure 5-2 には有意なパスのみを示した。援助者コスト因子間の共分散については，Table 5-4 と重複するため省略した。

まず，援助者が相談にのらないことで周囲に非難されるなどの周囲からの評価懸念が援助要請意図の予測に負の影響を与えていた。また，相談にのらないことで生じる対応懸念については，援助要請意図の予測に正の影響を与えていた。援助要請意図の予測は相談にのろうという授与意図に正の影響を与えていることが示された。また，相談されたときの倦怠感，相談にのることで割く労力は相談にのろうという授与意図に直接的に負の影響を与えていた。さらに，相談されたときの憂うつな気分は，相談授与意図に正の影響を与えた。相談されたときの敵意や無気力な気分，相談にのったときに問題に巻き込まれることへの懸念については，援助要請意図の予測や相談への授与意図のいずれにも影響を与えなかった。

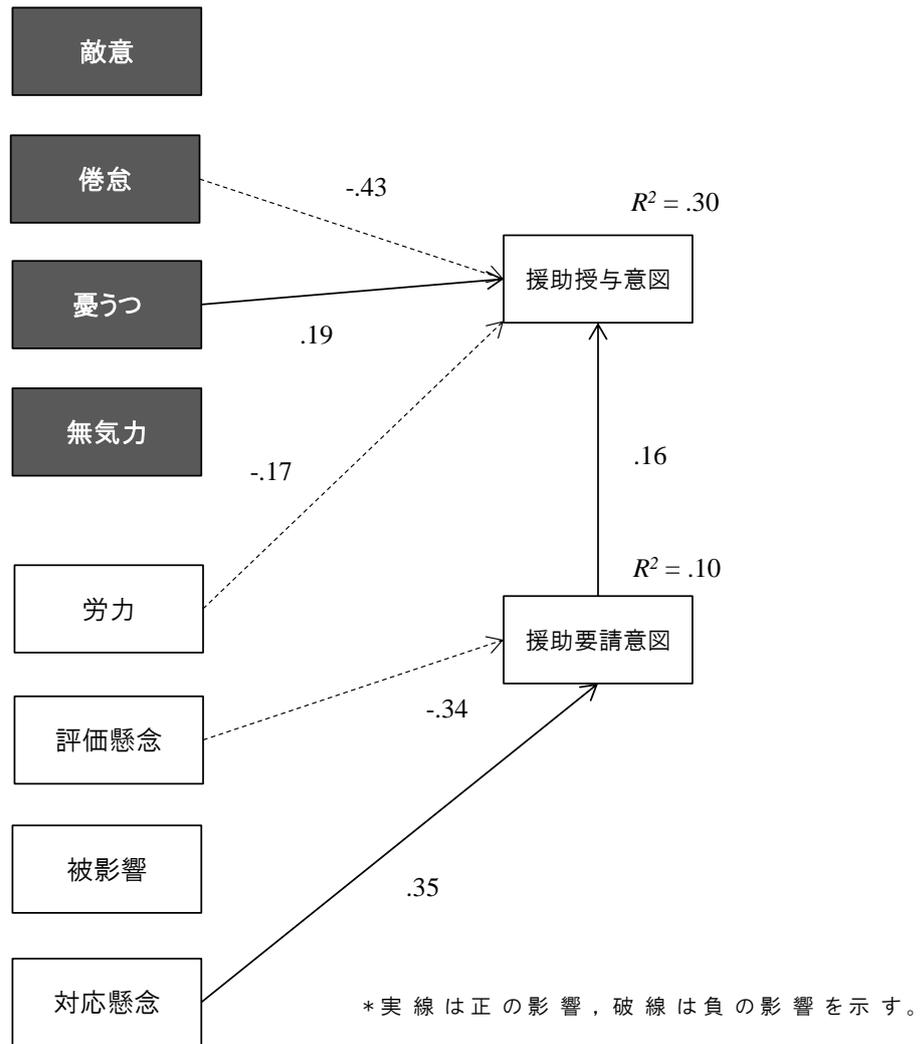


Figure 5-2. 援助者におけるコスト知覚と援助授与行動との関連

#### 4 節 考察

##### 1 項 援助者コスト知覚が援助要請に与える影響

本研究の目的は，援助者のコストに情動的側面を新たに加え，援助者のコストについての援助要請者の知覚が，援助要請に与える影響を実証的に検討することであった。この目的のために，援助者のコストについて，次の2つの仮説を設定した。1つめの仮説は，援助要請者による非援助コストの予測は援助要請意図に正の影響を与えるというものであった。2

つめの仮説は、援助要請者による援助コストの予測は援助要請意図に負の影響を与えるというものであった。

シナリオを用いた質問紙調査を行い、共分散構造分析により、援助要請者が予測するそれぞれの援助者コストが援助要請に与える影響のモデルを作成したところ、十分な適合度を持ったモデルが示された。

援助要請者における援助者コスト知覚で、援助授与意図の予測や援助要請意図に影響を与えているものがいくつか見られた。また、援助要請者と援助者のコスト知覚の差について、いくつかの因子について立場による差が有意であり、その点をふまえて考察を行う。相談にのることで生じるエネルギーや労力については、援助要請者は援助者よりもコストを高く予測しており、その予測によって相談授与意図の予測が低下することが示唆された。相談授与意図の予測と援助要請意図の間には正の関連があり、間接的にはあるものの、相談にのることで労力やエネルギーを割く援助コストの予測が援助要請意図を抑制しうるということが示された。

労力やエネルギーを割く援助コストと同様の傾向が、相談されたときに援助者が感じる面倒な気持ちについても見られた。援助要請者が援助者よりも過大にコストを予測することが援助要請行動を予測しうる一部ではあるが示されたといえるだろう。これらのことから、仮説の2つめは一部支持されたといえる。

一方で、援助要請者において、過小に予測された援助者のコストが援助要請に影響している可能性も示唆された。相談にのらないことで周囲からの評価低下が生じることや、援助者が抱える罪悪感について、援助要請者は援助者の実際の知覚よりも、低く予測していた。そしてこれらのコストが、相談授与意図の予測や援助要請意図に直接的に影響を与えていることが見いだされた。つまり、周囲からの評価懸念につい

ては、援助要請者の予測が過小であるが、援助要請意図や相談授与意図の予測に負の影響を与えていることが明らかにされた。

また、相談にのらないことで生じる評価懸念を高く予測するほど、相談授与意図の予測や援助要請意図は低くなることが示された。周囲からの評価懸念を高く予測することで、援助を快諾するというよりも、仕方なく応じているという印象を持つために、相談授与意図の予測が低下したのだと思われる。また、援助要請意図への直接的な負の影響について、周囲からの評価懸念は、援助要請への動機づけが、援助要請者のためではなく、援助者自身が悪い評価を周囲に抱かれないためであると帰属し、援助要請者は援助要請をしようとは思わないのかもしれない。なお、このことは、Flynn & Lake (2008) が論じていた、援助者の非援助コスト (i.e., 面子の喪失) を過小評価することが援助要請を抑制するという見解を支持しないものであった。つまり、1 つめの仮説は支持されなかった。

また、相談にのらないことの罪悪感など、相談にのらないことで、その後どのように援助要請者に対応すればいいのかという不安については、援助者は、援助要請者が予測するよりも高いコストを抱えることが明らかになった。それにも関わらず、援助要請者における援助者のコスト予測によって、援助要請意図や相談授与意図の予測が高くなることが示唆されている。このことは、援助要請者にとっては援助者コストの予測が援助要請にポジティブに働くが、援助者にとってはネガティブに作用するリスクを示唆している。

コスト知覚が相談授与意図や援助要請意図に与える影響について、援助要請者と援助者の双方の視点からそれぞれモデルを作成した。すると、直接的影響や間接的影響のパスに多少の変化はあるものの、関連する変数や与える影響力の程度

については大きな差は見られなかった。このことは、コスト知覚から援助要請・相談授与意図までの経路の違い、あるいは変数の関連の違いによって、二者間のコスト知覚のずれが生じているわけではないことを示唆している。

## 2 項 援助者のネガティブ感情の予測が援助要請に及ぼす効果

本研究では、従来検討されてきたコストの認知的側面に加え、援助者のネガティブ感情というコストの情動的側面を取りあげ、援助要請行動への影響があるかどうかを検討した。その結果、相談されたことに対する面倒くささを示す「倦怠」、相談されて悲観的になる「憂うつ」が、援助授与意図を媒介して援助要請意図に影響を与えていた。怒り感情を示す「敵意」とやる気のなさを意味する「無気力」では有意な関連は示されなかった。

だるさやつまらないという項目が含まれる「倦怠」は、援助者の悩みを軽視する態度であり、相談しても十分に話を聞いてくれたり、有用な解決方法を一緒に考えてくれたりするような相談授与に結びつかないとされ、「倦怠」と援助授与の意図の予測に負の関連が示されたのだろう。

一方、悩んだり気がかりを示す項目が含まれている「憂うつ」は援助授与意図に正の影響を与えていた。悩んでいる援助要請者のことを気に向け、共感し、援助者も自分のことのように悩んだり考えたりするという態度を取り、その結果相談にのってくれるだろうと援助要請者が予測したということである。憂うつな感情を親しい他者に抱かせることは、今後の二者関係を脅かすものとして見なすことも可能だが、本研究の結果からは、憂うつな感情を抱くことは援助要請者にとっては自分のために一生懸命になってくれる援助者の姿勢を反映している可能性を示唆する。

「敵意」については、親しい関係であればそもそも生じにくい感情であるために、関連が見られなかったのだろう。「無

気力」は、「ぼんやりした」、「無気力な」の2項目で構成されているが、相談を持ち掛けたときの援助者の反応としてはやや不自然であることが影響していたのかもしれない。

これらのことから、援助要請者が予測するのは、援助者のコストにおける認知的側面だけではなく、情動的側面も含まれることが明らかになった。

### 3 項 本研究の課題と今後の方向性

いくつかのコスト因子については、援助要請者と援助者間にずれはあるものの、援助要請意図や相談授与意図の予測との関連を持たないことが示された。このように、援助要請者と援助者の二者間におけるコスト知覚にずれがあることそのものが問題なのではなく、そのことによって援助要請にネガティブな影響を与えてしまうことが問題となるため、要因の鑑別という点で本研究の意義があったといえるだろう。

一方で、モデルには、援助要請者が知覚する援助者コストのみが変数として投入されており、厳密には、非援助コストの過小評価・援助コストの過大評価が援助要請を抑制すると結論付けることはできない。分析手法も含め、援助要請者と援助者のコスト知覚のずれが援助要請に与える影響について、さらなる知見の蓄積が求められるだろう。

本研究では、新たに、相談されたときの援助者のネガティブな感情を加えた。その結果、ネガティブ感情のいくつかにおいても援助要請者と援助者の知覚のずれが示され、また、援助授与意図や援助要請意図に影響を与えていることがわかった。このことは、これまでの援助要請におけるコストの概念を拡張させることにつながるだろう。しかし、本研究では、友人関係における相談行動を対象とし、悩みの種類も対人関係の悩みと限定して調査を行っている。そのため、他の援助要請行動や他の悩みの種類にも適用可能かどうかについて議論する必要があるだろう。



## 第 6 章 コミュニケーション・パターンと援助要請者の援助者コスト知覚との関連

### 要約

問題と目的：援助要請者が援助者のコストを予測する際の手がかりとして、コミュニケーション・パターンを取りあげ、援助者コスト予測との関連を検討した。

方法：大学生・大学院生の同性ペア 15 組を対象に実験室実験を行った。参加者は、10 分間の日常的な会話を行い、ペアの相手を援助者とした場合のコストを予測した。

結果：親しい二者間における援助要請において生じる援助者のコストの予測と、コミュニケーション・パターンにはいくつかの有意な関連が示された。

考察：コミュニケーション・パターンと援助要請者の援助者コスト予測との間に、因果関係を規定することはできないという限界がある一方で、コミュニケーション・パターンを変化させることで援助者のコストについての援助要請者の知覚を変容させられる可能性が示唆された。

### 1 節 問題と目的

#### 1 項 研究の背景

我々が問題を抱えたとき、自力での解決が難しければ他者に援助を求めるだろう。他者に助けを求めるとき、個人は、自分自身のコスト (e.g., 恥) だけでなく、助ける側の援助者のコストも考慮している (DePaulo & Fisher, 1980)。本論の第 5 章では、援助要請者が援助者のコストを予測することで、援助要請行動が抑制される可能性が示唆された。このように、援助者のコストを考慮することは、援助要請者が援助を要請するかどうかの意思決定に影響を与えているといえる。

援助を求める相手としては、友人が最も選ばれやすいとさ

れている (Boldero & Fallon, 1995)。友人への援助要請は身近であるがゆえになされやすい一方で，その援助要請によって親しい二者関係を悪化させてしまわないように注意が必要である。援助要請行動以外でも，友人同士では日常的な交流が存在し，相互依存的な関係が築かれていることが一般的だろう。そのため，友人関係を良好に維持させるためには，自分が求める援助が，友人である援助者にとって過度な負担とならないか，友人の現在の状況などを推し量りながら探る必要がある。この点から，友人への援助要請行動においては，自身が必要とする援助を獲得するためだけではなく，援助者との今後の関係にネガティブな影響を及ぼさないために，援助者のコストを予測する必要がある。

援助者のコストが援助要請者の援助要請意思決定に影響を与えることはいくつかの先行研究で示されてきたが (e.g., Shapiro, 1980)，援助者の忙しさを増大させる (DePaulo & Fisher, 1980; Shapiro, 1980) というように，実験によって援助者のコストを操作することで検討されてきた。しかし，想定されるすべてのコストを実験や調査を用いて検討することは非常に困難である。

日常生活の場面を振り返ると，我々は，際立った特徴のない場面で頼み事をするときでも，ある程度は他者の状況や心情を推測している。したがって，援助要請者は，援助者である他者とのやり取りから情報を得て，援助者のコストを予測していると考えられる。しかし，援助要請者が何を手がかりとして援助者のコストを予測するかについて，実験的操作を用いない日常場面に着目した検討はこれまでほとんどされていない。

本研究では，実験者側で意図的に操作を加えない会話場面における，援助要請者と援助者の二者間の交流に焦点を当てる。音声から身体的特徴やパーソナリティ特性を推測可能で

ある (Allport & Cantril, 1934; Kramer, 1963) ように，我々はコミュニケーションから多くの情報を得ることができる。さらに，そのやり取りから，直接的には表出されないメタ・メッセージを受け取ることもある。“任意のメッセージはそれを受け取る者の反応を一義的には決定しないが，その選択幅を制限する”とされ (長谷川, 1993) ，送り手のメッセージによって受け手に拘束が生じる。長谷川 (1993) の主張に基づくと，援助要請者は，他者から受け取るメッセージによる拘束を受け，他者からのメッセージの内容とメタ・メッセージから他者の情報を推測する。そして，他者の情報の推測は，援助要請者自身のその後の反応に影響を与えるだろう。このことから，本研究では，援助要請者と援助者間のコミュニケーションが，援助要請者における援助者コストの知覚や，援助要請意図に与える影響について検討する。

## 2 項 コミュニケーション・パターン

本研究では，コミュニケーションの測定指標として，コミュニケーション・パターンを取り上げ，Rogers & Farace (1975) のコミュニケーション・コーディング・システム (relational communication coding system) を用いる。Rogers & Farace (1975) のシステムは，定量的測定が可能であり，カウンセリング場面や実証研究で用いられており，コミュニケーションを測定するシステムとして最も知られている (Erchul, Sheridan, Ryan, Grissom, Killough, & Mettler, 1999) 。このシステムは，3種類のメッセージ・コードで構成される。1つめはメッセージの送り手，2つめはメッセージの文法 (e.g., 質問か主張か) ，3つめはメッセージのメタ・コミュニケーション的側面である (e.g., 同意か命令か) 。3種類のメッセージ・コードの下位カテゴリーについては，Table 6-1 に示した。これらのコードに従って各メッセージを分類すると，最終的には，統制の特徴を示す，one-up (↑) ， one-down (↓) ，

one-across (→) のいずれかに、それぞれのメッセージがコーディングされる (Table 6-2)。

Table 6-1. メッセージ・コードの下位カテゴリー  
(Rogers & Farace (1975) をもとに著者が作成)

1	2	分類基準	3	分類基準
1. 話者A	1. 主張	説明的あるいは命令的な意見の表明。	1. 支持	同意, 援助, 受容, 承認を与えたり求めたりする。
2. 話者B	2. 質問	質問形式のあらゆるメッセージ。	2. 不支持	意見の相違, 拒否, 要求。
	3. 割り込み	もう一方の話者の発言を遮ること。	3. 拡張	先行メッセージの流れやテーマを続けるメッセージ。
	4. 未完了	話し始めたが完全な形で表現されていない発言。	4. 解答	質問に対する反応。
	5. その他	いずれのカテゴリーにも分類できないもの。	5. 指示	制限を伴う, 評価的な主張。
			6. 命令	説明なしに命令すること。
			7. 否定	一方の要求を無視して別の話をする事。
			8. 話題の転換	先行メッセージと一致しない反応をすること。
			9. 開始と終了	相互作用の始めや終りに関するメッセージを表明すること。
			10. その他	いずれにも分類しがたいもの。

Table 6-2. メッセージのコーディング

	1.支持	2.不支持	3.拡大	4.回答	5.指示	6.命令	7.否定	8.話題の転換	9.開始と終了	10.その他
1.主張	↓	↑	→	↑	↑	↑	↑	↑	↑	→
2.質問	↓	↑	↓	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↓
3.割り込み	↓	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↓
4.未完了	↓	↑	→	↑	↑	↑	↑	↑	→	→
5.その他	↓	↑	→	↑	↑	↑	↑	↑	↑	→

↑: one-up, ↓: one-down, →: one-across

統制の特徴とは、統制を与えるか、それに従うかを意味し、統制しようとする one-up (↑)、相手を受容し、相手に譲る one-down (↓) に加え、one-across (→) の3種類が用いられる。one-across (→) とは、one-up (↑) と one-down (↓) のどちらでもないニュートラルなもので、例えば、A の発言に沿って B が話を広げたり、感嘆したりすることが挙げられる。

Rogers & Farace (1975) のコーディング・システムでは、一方のメッセージに対する反応として、もう一方がメッセージを伝えるという一対の交流を、9種類のパターンに分類でき

る。交流の組合せは，二者が同一の方向に反応する相称的パターンが 3 種類 ( $\uparrow\uparrow$ ,  $\downarrow\downarrow$ ,  $\rightarrow\rightarrow$ )，二者が異なる方向に反応する相補的パターンが 2 種類 ( $\uparrow\downarrow$ ,  $\downarrow\uparrow$ )，いずれにも属さないパターンの 4 種類 ( $\uparrow\rightarrow$ ,  $\downarrow\rightarrow$ ,  $\rightarrow\uparrow$ ,  $\rightarrow\downarrow$ ) の合計 9 種類が生じうる (Table 6-3)。

Table 6-3. パターンのコーディング

		受け手の発言の種類		
		one-up ( $\uparrow$ )	one-down ( $\downarrow$ )	one-across ( $\rightarrow$ )
話し手の発言 種類	one-up ( $\uparrow$ )	$\uparrow\uparrow$	$\uparrow\downarrow$	$\uparrow\rightarrow$
	one-down ( $\downarrow$ )	$\downarrow\uparrow$	$\downarrow\downarrow$	$\downarrow\rightarrow$
	one-across ( $\rightarrow$ )	$\rightarrow\uparrow$	$\rightarrow\downarrow$	$\rightarrow\rightarrow$

Rogers & Farace (1975) のシステムでは，コミュニケーションにおける相補性 (Complementarity) と相称性 (Symmetry) の概念が中核をなしている。この概念は，Haley (1963) や Sluzki & Beavin (1978) により提唱され，二者のうち一方がもう一方をコントロールしようとする視点に焦点化している。相補性とは，一方の行動と他方の行動が補い合いながら，互いに異なった行動の型を形成することである (Watzlawick, Baveras, & Jackson, 1967 山本・尾川訳 1998)。例えば，A が自分の意見や考えを主張し，一方で受け手の B が A に従うように反応すると，その反応によって A はさらに主張する。そして，その主張に B はさらに従う。すると，A はますます主張的になり，一方で B はますます従属的になる (Sluzki & Beavin, 1978)。相称性とは，二者が同等の状態にあることで，A の自慢に対して B も同様に自慢するように，一方と同じことをもう一方が行ない，それを受けてまた一方が同じことを

する，というパターンである (Sluzki & Beavin, 1978)。

コミュニケーション・パターンは，主に，夫婦関係やクライアントセラピストの関係の枠組みで検討がされてきた (e.g., Heatherington & Friedlander, 1990)。夫の one-up (↑) のメッセージと夫婦両者の関係満足感の間には負の関連があることが示され (Courtright et al., 1979)，夫が相手をコントロールしようとするメッセージが多いほど，その夫婦の満足感は低くなる。また，家族の問題を抱える夫婦は，問題のない夫婦よりも one-up (↑) メッセージが多く，one-across (→) メッセージが少ない (Escudero et al., 1997)。二者の交流のパターンについては，one-up と one-down のパターン (↑↓または↓↑) が多いほど夫婦満足感が高く，競争的かつ相称的なコミュニケーション (↑↑) が多いと夫婦満足感を低めるとされている (Escudero et al., 1997)。このように，いくつかのコミュニケーション・パターンは，二者間の関係性と有意な関連を持つことが明らかにされている。

### 3 項 先行研究の課題と本研究の目的

援助要請者が予測する援助者のコストについて，先行研究では実験的検討が多く (e.g., DePaulo & Fisher, 1980; Shapiro, 1980)，日常場面において援助要請者が何を手がかりとして援助者のコストを予測しているのかについてはほとんど検討がなされてこなかった。本研究では，援助要請者が援助者のコストを予測する手がかりとして，援助要請者と援助者のコミュニケーションに着目することとする。そして，援助要請者と援助者の二者間のコミュニケーション・パターンと，援助要請者が予測する援助者コスト・援助要請意図との関連について基礎的知見を得ることを目的とする。具体的には，援助要請者が援助者から受け取るメッセージの種類と，援助要請者が予測する援助者のコストとの関連について検討する。その際特に，友人への援助要請行動として日常的に行

われるものとして、悩みの相談を取りあげる。

コミュニケーション・パターンは、統制の特徴を示す one-up (↑) , one-down (↓) , one-across (→) を用いるため、立場の優位性を見ることも可能である。したがって、コミュニケーションが対等であるのか、一方が優位な立場にあるのかという立場の差から二者関係を規定することが可能である。これまで、二者関係を捉える方法として、個人がその関係をどのように捉えるかという視点から関係満足感が指標とされてきた (e.g., 加藤, 2001)。しかし、関係満足感は個人の主観による部分が大きく、介入的アプローチの点からは働きかけが難しい。そこで、関係満足感と上述したような関連が示されているコミュニケーション・パターンを扱うことで、第三者から観察可能な形式で、二者関係を量的に測定することが可能となる。このことから、介入的アプローチとして、特定の種類のコミュニケーション・パターンの増減というような、より具体的な働きかけの方略を考えることができるだろう。

本研究では、先行研究の知見から、次の仮説を設定した。

**仮説** : one-up / one-up (↑↑) メッセージの比率と援助要請意図との間には負の相関がある

これは、関係満足感を低める競争的なコミュニケーション (↑↑) (Escudero et al., 1997) では、競争的な関係にある他者に対して、自身の弱みとなる悩みの相談をしようとは思わないだろうと推測したためである。

その他のパターンとコストとの関連については、親しいからコストをそれほど感じない可能性だけでなく、親しいからこそ相手に負担をかけることを懸念し (Kim, Sherman, Ko, & Taylor, 2006) , コストを高く予測する可能性も考えられたため、探索的に検討する。

## 2 節 方法

### 1 項 参加者

大学生・大学院生の同性の友人ペア 15 組（男性ペア 4 組・女性ペア 11 組）が実験に参加した。コミュニケーションに関する実験として募集を行い，応募者が同性の友人を連れてくるという形式を取った。参加者の平均年齢は 21.5 歳 ( $SD = 1.7$ ) であった。

ペアを同性に限定した理由として，性別の組み合わせも援助要請に影響するためである（山口・西川，1991）。実験参加への謝礼として，実験終了後に図書カードを渡した。

#### 倫理的配慮

参加者募集時と実験開始時に，実験参加は任意であること，協力しないことによる不利益は一切ないこと，得られたデータは統計的に処理され，個人が特定されることはないこと，また途中で実験を中止することも可能であることを書面と口頭で伝えた。本実験は，東北大学大学院教育学研究科研究倫理委員会の承認を得て実施された（承認 ID: 14-2-001）。

### 2 項 手続き

まず，参加者の実験での課題は 2 人で 10 分間の会話をする事，その後質問紙に回答することであると説明された。会話には，花田（2010）の話題リストを使用した。この話題リストには，食べ物，趣味，現在熱中していることなど，普段の日常会話での話題が提示されている。参加者は，リストから話題を 1 つ選択し，普段通りに自由に会話すること，大きく話題から逸れないようにすること，ICレコーダーで会話を録音することを伝えられた。実験者が退室してから再度入室してくるまでの 10 分間，参加者は 2 人で会話を行った。

会話終了後，参加者は，10 分間の会話をふまえて質問紙に回答するよう求められた。質問紙は，(1) 一緒に参加した友人に対する援助要請意図を測定する項目，(2) 相談する際に，

一緒に参加した友人が感じるコストを予測する項目，(3) 操作チェックで構成されていた。

### 3 項 質問紙の構成

#### (1) 援助要請意図

援助要請意図の測度として，笠原（2003）で使用されていた項目を修正し，4項目（「悩みを聴いてほしい」，「違った見方や考え方、意見を聞かせてほしい」，「悩みに関してどうしたらいいか教えてほしい」，「相談意欲がある」）を用いた。参加者は「1：全く思わない」から「5：とても思う」の5件法で評定を行った。

#### (2) 潜在的援助者のコスト

潜在的援助者のコストについては，援助要請に応じる・拒否する結果生じるネガティブな結果を示す認知的側面と，援助要請に応じた結果生じるネガティブな感情を示す情動的側面の2つの側面から測定する。参加者は「悩みを相手に相談することについて，あなたは，相手は以下のことをどれだけ考えていると思いますか」という問いに対し，下記の各項目について「1：全く思わない」から「7：とても思う」の7件法で評定を行った。

*認知的側面* 相談にのるかどうかを考える際，援助コストと非援助コストをどの程度予測するかを測定するために，竹ヶ原・安保（2013）の援助者のコストに関する項目を用いた。これは，高木（1982）の援助行動における行動特性の項目から，援助コストと非援助コストに該当する特性を選出し，作成されたものである。この項目は，「評価懸念」（項目例：相談にのらないと自己評価が下がる），「援助コスト」（項目例：相談にのると自分の時間を取られる），「相手からの不満」（項目例：相談にのらないとAは不満をこぼす），「罪悪感」（項目例：相談にのらないと罪悪感が生じる）の4因子合計15項目で構成されている。なお，竹ヶ原・安保（2013）では，シ

ナリオを用いて潜在的援助者となる人物を思い浮かべる形式を取っていたが、本研究では、友人ペアが参加していることから、実験状況に沿って項目に多少の修正を加えた。

*情動的側面* 悩みを相談された際に生じるネガティブ感情の測度として、寺崎他（1992）の多面的感情状態尺度の「抑鬱・不安」（10項目）、「敵意」（10項目）、「倦怠」（9項目）を用いた。

怒り感情については、悩みを抱える友人に相談される場面で生じうるものとして適切なものを用いるため、2つの尺度から項目を選出した。寺崎他（1992）の多面的感情状態尺度の「敵意」因子の下位項目「むしゃくしゃする」、「むっとする」、「気分を害する」の3項目と、Spielberger（1988）の開発した State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) の邦訳版（鈴木・春木，1994）の中で、状態怒り尺度の「いらいらする」を使用することとし、計4項目を用いることとした。項目の選出については、臨床心理学を専門とする教員との話し合いによって決定した。最終的に、援助者のネガティブ感情については、「抑鬱・不安」（10項目）、「倦怠」（9項目）、怒りを示す4項目からなる合計23項目を用いて測定された。なお、寺崎他（1992）の尺度項目は形容詞のみの表記であったため、本研究では「相談されたら・・・気分になる」という表記に修正して用いた<sup>8</sup>。

### (3)操作チェック

実験への動機付けの高さを測定するため、「指示された内容を本心から相手に伝えられた」、「相手の言っていることが本心からだと思えた」、「実験に真剣に取り組んだ」の項目を設け、「1：全く思わなかった」から「5：とても思った」の5件法で参加者に回答を求めた。

---

<sup>8</sup> 尺度項目を修正して用いることについては、尺度開発者の許可を得ている。

### 3 節 結果

#### 1 項 分析対象者

操作チェック項目の中央値はすべて 4.50 以上と理論的中央値を大きく上回ったことから、いい加減な態度で実験に臨んだ者や、相談しないほど親しくない友人ペアはいなかったと判断し、全参加者のデータを使用した。欠損値は、その系列平均値を代入して処理した。

#### 2 項 因子分析

援助者のコストに関する項目のそれぞれに対して因子分析(プロマックス回転・主因子法)<sup>9</sup>を行った。いずれの分析においても、負荷量が.35を下回った項目、複数の因子に渡って.35以上の負荷量を示した項目は削除し、固有値の減衰状況と因子の解釈可能性から、因子数を決定した。

相談された際のコストの情動的側面については、3因子を採用した。それぞれ、「憂うつ」( $\alpha = .85$ )、「ばからしさ」( $\alpha = .85$ )、「煩わしさ」( $\alpha = .87$ )であった。

相談にのるかどうかを判断するコストの認知的側面として、相談をしてきた援助要請者や周囲からの反応を懸念する「反応・評価懸念」( $\alpha = .87$ )、相談にのることで労力を割いたり何らかの影響を受けたりすることを意味する「労力と被影響」( $\alpha = .80$ )、相談にのらないことで生じる申し訳なさを表す「罪悪感」( $\alpha = .81$ )の合計3因子が抽出された。「労力・被影響」因子は援助コスト、「反応・評価懸念」因子と「罪悪感」因子は非援助コストにそれぞれ分類される。各因子の評定値の合計を項目数で除した値を後続の分析に用いた。

援助者のコストの情動的側面に関する項目の因子分析結果を Table 6-4 に、認知的側面に関する項目の因子分析結果を Table 6-5 に示す。また、各尺度の記述統計と相関係数につい

---

<sup>9</sup> 8章の参加者とのデータを統合し、会話前の60名分のデータを用いて因子分析を行った。クロンバックの $\alpha$ 係数の算出には、本論の30名分のデータを用いた。

て， Table 6-6， Table 6-7 に示す。

Table 6-4. 援助者のコスト（情動的側面）の因子分析結果

	I	II	III
<b>I : 憂うつ (<math>\alpha = .85</math>)</b>			
相談されたら，悲観した気分になる	.74	-.14	.11
相談されたら，悩んだ気分になる	.73	.24	-.21
相談されたら，物悲しい気分になる	.71	-.22	.06
相談されたら，自信がないと感じる	.71	.04	-.06
相談されたら，沈んだ気分になる	.67	-.03	.17
相談されたら，不安を感じる	.63	.28	-.07
相談されたら，ふさぎこんだ気分になる	.56	.06	.33
相談されたら，気がかりになる	.49	-.05	-.19
<b>II : ばからしさ (<math>\alpha = .85</math>)</b>			
相談されたら，気分を害する	.11	.87	-.08
相談されたら，ばからしいと感じる	-.11	.76	.02
相談されたら，つまらないと感じる	-.10	.75	.10
相談されたら，不機嫌になる	.09	.46	.26
相談されたら，引け目を感じる	.14	.43	.19
<b>III : 煩わしさ (<math>\alpha = .87</math>)</b>			
相談されたら，むしゃくしゃした気分になる	.17	-.27	.86
相談されたら，だるいと感じる	-.31	.19	.68
相談されたら，いらいらする	-.13	.30	.64
相談されたら，無気力になる	.05	.20	.64
相談されたら，退屈な気分になる	-.06	.20	.55
相談されたら，むっとした気分になる	.09	.19	.55
右上：因子間相関	I	.25	.52
左下：得点間相関	II	.30	.59
	III	.43	.67

Table 6-5. 援助者のコスト（認知的側面）の因子分析結果

	I	II	III
<b>I : 反応・評価懸念 (<math>\alpha = .87</math>)</b>			
相談にのらないと、「あなた」からの評価が下がる	.86	-.22	.04
相談にのらないと、「あなた」は不愉快になる	.81	.02	.10
相談にのらないと、「あなた」は不満をこぼす	.80	-.03	-.07
相談にのらないと、「あなた」に非難される	.70	.19	-.14
相談にのらないと、周囲からの評価が低下する	.58	.20	.01
<b>II : 労力と被影響 (<math>\alpha = .80</math>)</b>			
相談にのると、「あなた」の問題に巻き込まれる	-.14	.81	-.02
相談にのることにリスクが伴う	-.02	.71	-.03
相談にのると自分の時間を取られる	.07	.62	-.10
相談にのると疲れてしまいそうだ	-.06	.59	.13
相談にのらないと自分の価値が下がる	.17	.59	.08
<b>III : 罪悪感 (<math>\alpha = .81</math>)</b>			
相談にのらないのは申し訳ないと感じる	-.25	-.02	.89
相談にのらないのと罪悪感が生じる	.15	-.04	.72
相談にのらないのは気まずい	.20	.11	.67
右上: 因子間相関 I		.63	.37
左下: 得点間相関 II	.54		.39
III	.36	.37	

Table 6-6. 各変数の記述統計量

	Mean	SD	min	MAX
憂うつ	2.99	.95	1.00	4.63
情動的側面 ばからしさ	1.95	.65	1.00	3.60
煩わしさ	1.94	.74	1.00	4.17
反応・評価懸念	3.15	1.27	1.00	5.20
認知的側面 労力と被影響	2.99	.90	1.40	4.80
罪悪感	4.30	1.33	1.33	6.00
援助要請意図	3.75	.83	1.75	5.00

N = 30

Table 6-7. 各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6
1. 憂うつ	1.00	.41*	.57**	.07	.36	.36
2. ばからしさ		1.00	.90**	.33	.57**	.41*
3. 煩わしさ			1.00	.29	.55**	.44*
4. 反応・評価懸念				1.00	.47**	.61**
5. 労力・被影響					1.00	.68**
6. 罪悪感						1.00

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

### 3 項 コミュニケーション・パターン分析

ICレコーダーで録音した各ペアの10分間の会話について、トランスクリプトを作成した。「ああ」や「うん、うん」といった頷きや相槌は、話し手の発言が継続している場合にはカウントせず、話し手の発言が終了している場合には、単体の発言として扱った。花田(2010)の話題リストをもとに参加者ペアがテーマを決定し、そのテーマについて会話を開始してから10分間の発言を分析対象とした。メッセージの分析単位の総数は、 $n = 2325$ であった。

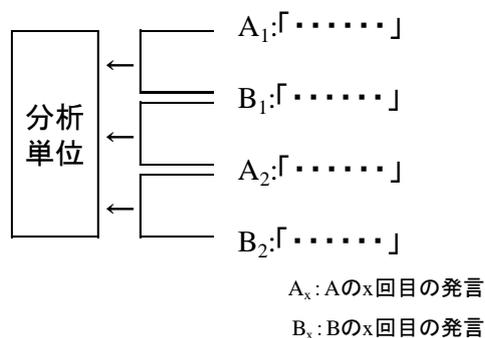


Figure 6-1. 分析単位

Figure 6-1 に示すように、前後の二者の発言を 1 つの分析単位として扱い、直前の話し手の発言に対する反応を、Table 6-2 に基づいて、one-up (↑)、one-down (↓)、one-across (→) のいずれかに分類した。実験者と心理学を専攻する大学院生 1 名がそれぞれで分類をし、不一致が見られた発言に関しては話し合いをして分類するカテゴリーを決定した。さらに、Table 6-3 をもとに前後の発言の組み合わせを 9 種類のいずれかに分類した。話し手のメッセージと二者のメッセージ・パターンの各種類の比率を Table 6-8 に示す。なお、夫婦におけるコミュニケーション・パターンを扱った Rogers-Millar & Millar III (1979) では、one-up (↑) が 24%、one-down (↓) が 27%、one-across (→) は 49% という結果であり、本研究の結果は極端に異なる数値ではなかったといえる。

Table 6-8. 各分類におけるメッセージの比率

	<i>M</i> (%)		<i>M</i> (%)
one-up (↑)	20.82	↑↑	3.89
		↓↑	11.14
		→↑	4.95
one-down (↓)	38.09	↑↓	9.20
		↓↓	12.12
		→↓	16.61
one-across (→)	41.85	↑→	7.61
		↓→	14.26
		→→	20.21

#### 4 項 コミュニケーション・パターンと援助者のコストとの関連

コミュニケーション・パターンについては、話し手のメッセージは 3 種類、二者のメッセージ・パターンは 9 種類のいずれかにそれぞれ分類され、ターン数に対する比率として算出されている。合計が 100% になることから、各分類は相互に

影響を与え合うことになる。そのため、話し手のメッセージに対する受け手の反応、二者のメッセージ・パターンの分類ごとに、援助者のコストとの関連を検討することとした。

また、援助者のコストについても、Table 6-7 からわかるようにそれぞれ中程度の相関が見られ、あるメッセージ分類やパターンと援助者のコストとの関連を見るために、当該の援助者のコストと有意な関連を持つ他の変数を制御変数として偏相関分析を行った。

#### 相手から受けた発言の種類との関連

ペアの相手から受けたメッセージの種類と援助者コストとの関連については、相手からの one-down (↓) のメッセージと、援助者のネガティブ感情である「憂うつ」との関連が有意傾向であった ( $r = -.32, p < .10$ )。これは、話し手が支持的なメッセージを送るほど、受け手は、援助者の落ち込む感情を低く予測する傾向があることを意味する。また one-up (↑) と one-across (→) については、援助者コストとの間に有意な関連は見られなかった。

#### 二者のパターンの種類との関連

二者のコミュニケーション・パターンと援助者のコストとの関連について有意な関連を示したものについて Table 6-9 に記載する。

まず、自身のメッセージに対して相手が one-up (↑) の反応である場合については、援助者のコストとの間にはいずれも有意な関連は示されなかった。

次に、自身のメッセージについて相手が one-down (↓) の反応をした場合については、one-up / one-down パターン (↑↓) と、相談された場合の援助者の落ち込みに対する予測との間の関連が有意であった ( $r = -.38, p < .05$ )。すなわち、自身が主導し、それに相手が追従する相補的模式が多いほど、自身が相談した場合の相手の落ち込みを低く予測することが示さ

れた。他のパターン ( $\downarrow\downarrow$ ,  $\rightarrow\downarrow$ ) と援助者コストの予測との関連は有意ではなかった。

最後に、自身のメッセージについて、相手が one-across ( $\rightarrow$ ) の反応をした場合について述べる。自身が場をコントロールしようとし、相手はそれに対し相称的・相補的いずれにも分類されない反応をする、one-up / one-across パターン ( $\uparrow\rightarrow$ ) については、「ばからしさ」 ( $r = .43, p < .05$ ) , 「煩わしさ」 ( $r = -.46, p < .05$ ) との間にそれぞれ有意な相関が見られた。つまり、自身の one-up ( $\uparrow$ ) のメッセージに対し、相手から one-across ( $\rightarrow$ ) のメッセージを受け取ると、相談された場合に抱く相手の煩わしいという感情を低く予測する一方で、相談に対する興味のなさを高く予測することが明らかになった。次に、自身が相手に合わせ、相手は相称的でも相補的でもない反応をするという one-down / one-across パターン ( $\downarrow\rightarrow$ ) について、相手は相談された場合に感じる憂うつを高く予測する傾向にあった ( $r = .32, p < .10$ ) 。相称的模式である one-across / one-across パターン ( $\rightarrow\rightarrow$ ) と援助者コストとの間にはいずれも有意な関連は示されなかった。

#### 5 項 コミュニケーション・パターンと援助要請意図の関連

コミュニケーション・パターンと援助要請意図との関連を探索的に検討するため、相関分析を行った。援助要請意図の測定項目については主成分分析を行ったところ、1つの成分のみが抽出され、内的整合性も高かったため ( $\alpha = .79$ ) , 4項目の平均得点を分析に用いた。その結果、one-up / one-up パターン ( $\uparrow\uparrow$ ) と援助要請意図との間に有意な負の相関が示された ( $r = -.37, p < .05$ ) 。相称的かつ競争的模式が多いほど、相談しようという意図が低くなった。さらに、one-across / one-across パターン ( $\rightarrow\rightarrow$ ) と援助要請意図との間に、正の相関が示されたが、有意傾向に留まった ( $r = .31, p < .10$ ) 。その他のコミュニケーション・パターンには有意な関連は見

られなかった。

Table 6-9. 偏相関分析による結果

コミュニケーション・パターン	有意な関連を示した変数	<i>r</i>	制御変数
one-up / one-up (↑↑)	援助要請意図	-.37*	なし
one-up / one-down (↑↓)	憂うつ	-.38*	ばからしさ, 煩わしさ
one-up / one-across (↑→)	ばからしさ	.43*	憂うつ, 煩わしさ, 労力と被影響, 罪悪感
	煩わしさ	-.46*	憂うつ, ばからしさ, 労力と被影響, 罪悪感
one-down / one-across (↓→)	憂うつ	.32†	ばからしさ, 煩わしさ
one-across / one-across (→→)	援助要請意図	.31†	なし

†*p* < .10, \**p* < .05

## 4 節 考察

### 1 項 本研究の目的

本研究の目的は、話し手が送るメッセージとそれに対する受け手の反応で構成されるコミュニケーション・パターンが、援助要請時に予測する援助者のコストと関連があるのかどうかを検討することであった。この目的のために、大学生の友人ペアを対象に実験を行い、10分間の日常的会話を行わせた。one-up / one-up (↑↑) メッセージの比率と、援助要請意図との間に負の相関があると仮説を立てた。

### 2 項 援助者のコスト・援助要請意図とコミュニケーション・パターンの関連

得られたデータについて、話し手に対する受け手のメッセージの種類、二者間のコミュニケーション・パターンの種類と予測した援助者のコストの各変数に対して偏相関分析を行った。その結果、いくつかのコミュニケーション・パターンと予測した援助者のコストとの間に有意な関連が示された。

まず、仮説について検討する。援助要請意図では、競争的かつ相称的なパターン (↑↑) と負の相関が有意であり、仮説

を支持する結果が得られた。お互いが張り合うパターン (↑↑) が多いと、双方が他者よりも優位な立場にあらうとするため、弱い面を開示する相談をしようとは思わないのだろう。一方、対等かつ相称的パターン (→→) が有意傾向ではあるが正の関連を示した。one-across / one-across パターン (→→) では、どちらも相手を統制しようとしなないことから、弱みを見せることで立場の有意性が発しにくいと考えられ、援助要請意図と正の関連を持つのだと推測される。

次に、コミュニケーション・パターンと援助要請者が予測する援助者のコストとの関連について述べる。話し手のコントロールに対し、受け手が支持する one-up / one-down パターン (↑↓) と、援助者の憂うつ感情の予測との間には負の関連が示された。これは受け手が話し手に合わせようとする反応が多いほど、話し手は受け手の憂うつな気分を低く予測することを意味する。両者の差異を明確にする相補的パターンが多いと、他者への共感が低まるとされ (Parks, 1977)、相手を統制しようとするパターンを取る場合、相手の立場に立って心情を推測しにくくなる。そのため、自身が one-up (↑) の相補的パターンを取る援助要請者は、他者が抱く相談にのることの憂うつな感情を低く予測するのだろう。このことは、自身のメッセージによらず、相手の one-down (↓) メッセージと「憂うつ」の予測との間に有意傾向の負の相関を示したことと一致する。

また、話し手の one-up (↑) に対し、受け手が競争的に張り合ったり、従属したりしないパターン (↑→) が多いと、相談されたときのばからしいという受け手の反応を話し手は高く予測した。一方で、one-up / one-across パターン (↑→) と相談時の受け手の煩わしさとの間には負の相関が示された。統制しようとする優位な視点からのメッセージを、受け手が意に介さずに意見を表明することは、話し手からは、自身のメッ

セージに影響を受けない人物であると捉えられるかもしれない。そのことによって、相談にのることについてばかりしいという感情を高く予測することが考えられる。一方、話し手のメッセージに影響を受けないとすれば、苛立ちや倦怠感を抱くほどに相談に取り合わないと考え、それらの感情を低く予測するのかもしれない。

**one-down / one-across (↓→)** では、有意傾向ではあるものの、憂うつとの間に正の相関が示された。受容や支持の後に他者が意見を表明するというこのパターンでは、話し手の受け手を受け入れるメッセージにより、受け手は悩ましさや不安の感情を率直に表現するとして、話し手は受け手の憂うつ感情を高く予測したのだろう。

また、コミュニケーション・パターンとコストの予測に関連が見られなかったものもあった。その理由として、メッセージの内容を問題にしないという **Rogers & Farace (1975)** のコーディング・システムの特徴が挙げられる。例えば、他者を認めない「否定」と、相手の質問に答える「回答」はどちらも **one-up (↑)** に分類される。つまり、相手を否定するネガティブなものや相手からの質問というある種の要求に応えるという異なる内容を持つものが同一の分類として扱われている。このように、メッセージ内容が混在していたために、コミュニケーション・パターンとコストの予測とに関連が見られなかったと考えられる。

### 3 項 限界点と今後の展望

最後に、本研究の限界点と今後の展望について述べる。第一の限界点として、参加者ペアの性別の偏りである。コミュニケーション・パターンにおける男女差についての知見は一貫していないが (**Fisher, 1983; Heatherington & Allen, 1984**)、援助要請については、女性のほうが肯定的な態度を持つことが一貫して示されている (**e.g., Rickwood & Braithwaite,**

1994)。本実験に参加したのは女性ペアがほとんどであり、そのことも本研究の結果に影響を与えていることは十分に考えられ、今後は性別の偏りがない状態における本研究の結果の信頼性を確認する必要がある。

第二に、日常的なコミュニケーション・パターンと援助要請時のコミュニケーション・パターンが同一とは限らない点が挙げられる。普段は、**one-up** (↑) のメッセージを送る者でも、援助要請者が困っているときや悩みを聴いてもらいたいときには、援助要請者を支持し、援助要請者に合わせる **one-down** (↓) のメッセージを多く送るかもしれない。お互いに悩みを相談した経験がある場合には、援助要請者側も、日常会話と悩みの相談時の会話は異なることを正しく認識できている可能性も高いだろう。しかし、友人に相談をする場合、本題の相談が導入される前は、日常的会話をしており、日常的会話から援助者のコストを予測するという本研究の結果には一定の意義があると考えられる。

今後の展望として、コミュニケーション・パターンの変化が、援助者のコストの予測に与える影響を検討し、介入のアプローチにつなげていくことが考えられる。







## 第 7 章 援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性 —コストの実験的操作による効果の検証—

### 要約

問題と目的：援助要請者が知覚する援助者のコストが変容可能かどうかを，実験室実験によって検証した。

方法：大学生・大学院生の同性ペア 69 組を対象に実験室実験を行った。統制条件の他に，特定のコスト知覚が高くなるよう設定した 3 つの実験条件（i.e.，労力高条件，評価懸念高条件，罪悪感高条件）の合計 4 条件を用いた。

結果：相談にのらないことで生じる申し訳なさである「罪悪感」因子について，統制条件と罪悪感高条件を比較した。その結果，有意な交互作用が示されたが，仮説を十分に支持する結果は得られなかった。他の実験条件についても，仮説を支持しない結果となった。

考察：仮説を支持する結果は得られず，援助者のコストの概念の精緻化，援助要請行動との関連について今後検討する必要性を示した。

### 1 節 問題と目的

#### 1 項 研究の背景

潜在的援助者のコストを援助要請者が知覚することは，援助要請意思決定過程において，重要な要因であるとされている（相川，1987）。援助要請者の視点から援助者のコストに着目した DePaulo & Fisher (1980) の実験では、参加者は、予定があつて忙しい潜在的援助者よりもそうではない潜在的援助者に対して、より援助を要請しようとした。また、援助に応じることで潜在的援助者が賞金を獲得する機会を逃すことを援助コストとした Shapiro (1980) の実験でも、援助コストが低い条件において援助を要請する人数が多かった。このこと

は、援助要請者が援助を要請するかどうかを決定する際に、自身のコストだけでなく、援助者のコストをも考慮している可能性を意味している。

しかし、果たして援助要請者は、援助者が抱えるコストを正確に予測できているのだろうか。Flynn & Lake (2008) は、見知らぬ人に対する様々な種類の要請 (e.g., アンケートへの記入, 電話の借用) を用いて、援助要請者が知覚する潜在的援助者の非援助コストは、潜在的援助者が実際に感じるコストとずれがあることを示した。つまり、援助要請者は、潜在的援助者が感じる非援助コストを過小評価していた。Flynn & Lake (2008) は、このようなずれがあることで援助要請行動が抑制される可能性について論じた。

潜在的援助者を親しい友人、援助要請の内容を悩みの相談に置き換えて、援助要請者と潜在的援助者の二者間における援助者コストの差を検討した本論の第 4 章においても、援助要請者は援助要請の際に援助者のコストを予測するが不正確であることが示された。第 5 章では、援助者の実際のコスト知覚とは異なるにも関わらず、援助要請者における援助者コストの予測が援助要請を抑制する可能性を実証的に示した。

## 2 項 先行研究の課題

援助要請者が潜在的援助者のコストを考慮している一方で、そのコストの予測が不正確であり、援助要請を抑制しうることが示唆されている。しかし、これらの先行研究の知見は、実際に援助を要請する時点で援助要請者が予測したコストを取り扱っていないという点で疑問の余地がある。

Flynn & Lake (2008) では、課題を始める前に、参加者が課題を完了させるまでに声をかけなければならない人数を予測させていた。彼らが扱った援助要請の内容は、見知らぬ人に声をかけてアンケートの記入を要請するという内容であるため、どのような人に声をかけることになるのか、そしてその

人は自身の援助要請に対してどのような反応を返すのかなど不安に感じる要素が多いといえる。そのため、援助要請者が声をかけなければならない人数の予測に不安感情や課題への抵抗感などが影響した可能性が考えられる。

また、竹ヶ原・安保（2013）では、質問紙を用いて、親しい友人である潜在的援助者への相談について、どのように捉えるのかを尋ねることで潜在的援助者のコストの予測を扱っていた。潜在的援助者を想定して質問紙に回答するという手続きであったため、潜在的援助者に相談する実際場面との乖離があることは十分にありうるだろう。したがって、本研究では、Flynn & Lake（2008）や竹ヶ原・安保（2013）の知見について、実際の援助要請時に援助要請者が援助者のコストを正確に予測することが可能かどうかを検討する。

もし、援助要請者が正確に援助者のコストを知覚できているとすれば、実験的に援助者のコストを操作したとき、援助要請者が知覚する援助者のコストは変化するだろう。例えば、潜在的援助者が忙しくしている様子を目にした援助要請者は、潜在的援助者の相談にのるコストを、他の援助要請者よりも高く予測するだろう。このように、コストの操作を加えたときに、操作をしていない統制条件の援助要請者と、コストの操作を加えた実験条件の援助要請者とではコストの予測に差が生じる可能性が推測される。

### 3 項 本研究の目的

本研究では、実験室での実験を用いて、援助を要請する時点でのコストの知覚を取扱い、援助要請者のコスト知覚の正確さを確認することとした。具体的には、単に相談をする統制条件と、特定のコストが高まっていることを明確にした実験的操作を加えた実験条件で、援助要請者の当該のコスト知覚に差があるかどうかを検討する。

また、第6章1節1項で言及したように、想定されるすべ

てのコストについて、実験的操作を加えることは非常に困難である。したがって、本研究では、第4章の潜在的援助者のコストの因子構造に沿って操作を行うコストを決定した。なお、本研究で用いるコストの実験的操作とは、相談にのることによって生じる援助コストを高める操作と、相談を断ることによって生じる非援助コストを高める操作の2種類の操作を指す。

コストを高める操作を用いた理由として、次の2つがある。援助要請者と援助者のコスト知覚に差が生じる原因として、援助要請者は、援助者の、“困っている人は助けなければならない”という規範を逸脱することへの抵抗感を認識できていないことや、非援助コストに注意が向きにくいこと (Flynn & Lake, 2008) から、援助要請者の視点から援助者の様子を察することが通常の援助要請場面においては困難であることが推測された。したがって、援助要請者が援助者のコストをより知覚しやすい状態であれば、援助要請者は援助者のコストを正しく認識できる可能性もあるのではないかと考えた。つまり、コストの存在がより顕著であれば、援助要請者が、援助者のコストを正しく予測できるのかを検証するために、コストを高める操作を用いることとしたのが第一の理由である。

第二に、援助者のコストを実験的に操作した先行研究 (e.g., DePaulo & Fisher, 1980; Shapiro, 1980) においても、援助コストを高める操作を用いたことから、本研究もそれに倣った。先行研究の知見をもとに、次の2つの仮説を立てた。

**仮説 1**：援助コストを高める実験操作により、実験条件の援助要請者は統制条件の者よりも、援助コストを高く予測する

**仮説 2**：非援助コストを高める実験的操作により、実験条件の援助要請者は統制条件の援助要請者よりも、非援助コストを高く評価する

仮説 1 について，援助要請者は，援助者が実際に評価するよりも，援助コストを過大に予測する（竹ヶ原・安保，2013）ため，援助コストを高める実験操作により，実験条件の援助要請者は統制条件の者よりも，援助コストを高く予測するとした。さらに，仮説 2 について，援助要請者は，援助者が感じるよりも非援助コストを低く知覚する（Flynn & Lake, 2008; 竹ヶ原・安保，2013）ことから，非援助コストを高める実験的操作により，実験条件の援助要請者は統制条件の援助要請者よりも，非援助コストを高く評価するとした。

## 2 節 方法

### 1 項 参加者

東北地方にある A 大学の大学生・大学院生の同性ペア 69 組が実験に参加した。募集の際に，相談行動に関する実験であることを伝え，2 人 1 組で参加すること，ペアは同性であることを条件として参加者を募集した。ペアを同性に限定した理由として，性別の組み合わせも援助要請に影響するためである（山口・西川，1991）。実験参加への謝礼として，実験終了後に図書カードを渡した。

#### 倫理的配慮

参加者募集時と実験開始時に，実験参加は任意であること，協力しないことによる不利益は一切ないこと，得られたデータは統計的に処理され，個人が特定されることはないこと，途中での実験中止も可能であることを書面と口頭で伝えた。

### 2 項 手続き

まず，参加者は援助要請者あるいは援助者のいずれかの立場に割り当てられ，それぞれの立場に立って，4 項の測度の(1)から(5)の項目に回答した。さらに，援助要請者の参加者には現在抱えている悩みを記入するよう求めた。

その後，実験者と援助要請者役の参加者は，一度実験室を

退室した。その際に、実験者から援助要請者の参加者に、記述した悩みをこの後の会話の中で実際に相談するように教示した。実際の相談場面では、援助要請者が相談をしようと思っていることを援助者は知らないことが一般的だと考えられたため、援助者には、普段通りに自由に会話をするよう伝える旨をあわせて援助要請者の参加者に伝えた。

その後、実験者と援助要請者役の参加者は実験室に戻り、実験者は、これから2人で15分間自由に会話をするよう伝えた。会話中は、実験者は実験室を退室していた。

15分の会話後、援助者に割り当てられた参加者に対し、先ほどの会話の中で相談をするようもう一方の参加者に教示していたことを伝え、もう一方の参加者の相談内容が何であると思うかを質問紙に記入するよう求めた。

その後、参加者ペアは、4項の測度の(1)から(5)の項目に回答した。この項目は、順序を変更しているが、会話前に回答したものと内容は同一である。なお、回答するときは、15分間の会話をしている間に感じた気持ちを回答するよう教示した。回答を終えた参加者は、デブリーフィングを受け実験室を退室した。

### 3 項 援助者コストの実験的操作

本研究では、第4章の援助者コストの因子分析の結果をもとに、次の4つの条件を設定した。それは、統制条件、労力高条件、評価懸念高条件、罪悪感高条件である。これらの条件は、援助者が援助要請に応じる、あるいは援助要請を拒絶することに関するコストに基づいている。それぞれの実験条件は、統制条件と比較して、ある特定のコストを増大させるようになっている。

#### (1) 労力高条件

この条件は、相談にのることで生じる労力を増大させるよう設定された。コスト操作として、援助者に割り当てられた

参加者に、15分間の会話の間、2人が話した内容をできるだけ詳細にメモしてもらうよう教示した。

### (2) 評価懸念高条件

この条件は、援助要請を拒絶するコストを増大させるよう作られた。参加者に会話をしてもらう前に、心理学を専攻する大学院生が参加者の会話の様子を、隣の部屋から one-way ミラーを通して観察すると伝えた。その際、参加者と異なる性別の大学院生2人が実験室に入室した。観察する目的として、表情や身振りなどを見るためだと教示した。実験終了後、この操作はディセプションであることを参加者に説明した。

### (3) 罪悪感高条件

この条件は、援助要請を拒絶するコストを増大させる操作であった。罪悪感高群では、援助要請者に割り当てられた参加者が自身の抱える悩みを記入している間に、援助者に割り当てられたもう一方の参加者に対して、これまでの2人の付き合いの中で、援助要請者の参加者に助けてもらった経験を記入するよう教示した。どんな些細なことでも構わないので、できるだけ多く挙げるように求めた。その後、15分間の会話の前に、援助者の参加者は、記入した出来事の中で最も印象に残った出来事を口頭で説明した。

## 4 項 測度

### (1) フェイスシート

参加者の年齢と性別を尋ねた。参加したそれぞれのペアの親しさを測定するため、質問紙の冒頭に質問項目を設定した。その項目は、榎本（1999）で用いられていた友人に対する感情としての「信頼・安定」（項目例：相手を信頼している）であった。

### (2) 援助要請意図

援助要請意図の測度として、笠原（2003）で使用されていた項目を修正し、3項目（「あなたは悩みを抱えたとき、どれ

だけ相手に相談意欲がありますか」,「あなたは悩みを抱えたとき,どれだけ悩みを相手に聞いてほしいと思いますか」,「あなたは悩みを抱えたとき,その悩みに関してどれだけ相手の意見や考えを聞きたいと思いますか」)を用いた。援助要請者に割り当てられた参加者は,援助者の参加者にどれだけ相談しようと思うかを評定した。援助者に割り当てられた参加者は,同じ項目に対して,援助要請者がそのことについてどのように考えるのかを予測して評定した。「1:全く思わない」から「5:とても思う」の5件法で評定を行った。

### (3)援助授与意図

援助要請に応じる意図を測定するために,援助者の参加者は,どれだけ援助要請に応じようと思うかを「1:相談にのろうと思わない」から「4:相談にのろうと思う」の4件法で評定するよう求めた。援助要請者に割り当てられた参加者は,援助者がどれだけ相談に応じてくれるかを予測して,同様に4件法で回答した。

### (4)潜在的援助者のコスト

第4章(研究1)と同様の項目を用いた。第4章で用いた項目は,高木(1982)の援助行動における行動特性の項目を参考に作成した18項目である。第4章では,シナリオを用いて,親しい友人を思い浮かべる形式を採用したが,本研究では,友人ペアが参加していることから,実験状況に沿って項目に多少の修正を加えた。用いた項目は,「労力と被影響」(項目例:相談にのると自分の時間を取られる),「評価懸念」(項目例:相談にのらないと,周囲からの評価が低下する),「罪悪感」(項目例:相談にのらないと,相手に対して申し訳なく感じる),「相手からの不満」(項目例:相談に乗らないと,相手は不満をこぼす)の4因子で構成されていた。

援助要請者に割り当てられた参加者は,「悩みを相手に相談することについて,あなたは,相手はどれくらい以下のこと

を考えていると思いますか」という問いに対し、各項目について評定した。また、援助者に割り当てられた参加者は、「相手の相談にのることについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか」という問いに対し、評定した。いずれも、「1：思わない」から「7：とても思う」の7件法で回答した。

#### (5) 操作チェック

悩みの相談という実験状況の現実的妥当性を検討するために、援助要請者と援助者のそれぞれの参加者に、いくつかの質問項目を設定した。援助要請者の参加者は、「現実の相談場面に近かった」、「真剣に相談した」、「相談した悩みは深刻だった」を含む項目に、「1：全くそう思わなかった」から「5：そう思った」の5件法で回答をした。援助者の参加者は、「現実の相談場面に近かった」、「親身になって相談にのった」を含む項目に、同様に5件法で回答した。

その他、各条件で行った手続きに対する感想などについて尋ねる項目（e.g., 相手の話を聴きながらメモを取る作業は難しかった）を設けた。

### 3 節 結果

#### 1 項 分析対象者

実験状況の現実的妥当性、援助要請者の相談の真剣さ、それに対する援助者の態度などについて操作チェック項目の値を確認したところ、 $M = 3.50$ を上回り、中央値も4.0であり、明らかにいい加減な態度で実験に臨んだ参加者はいないと判断し、すべての参加者のデータを分析に用いた。欠損値には系列平均値を代入して分析を行った。

各条件のペアは、統制条件が20組、労力高条件が15組、評価懸念高条件が14組、罪悪感高条件が14組であった。

#### 2 項 コストの実験的操作の妥当性

各実験条件に施した操作の妥当性を検討するため、操作チ

チェック項目に用いた，各実験条件の参加者に尋ねた実験操作に関する項目の平均値・中央値を確認した。労力高条件では，援助要請者は「メモを取っている相手に遠慮した」を含む 2 項目で中央値が 4.0 であった。労力高条件の援助者は，「相手の話を聴きながらメモを取る作業は難しかった」等の 2 項目について，4.0 以上の中央値を示したため，労力高条件において，エネルギーを費やすことを増大させる実験的操作は妥当性を有していたと考えた。

評価懸念高条件の操作については，「相手は実験者に見られていることにプレッシャーを感じていただろう」という援助要請者側の項目の中央値が 3.0 であり，「相談にのっているときに評価されていると感じた」という援助者側の項目の中央値は 2.0 であり，参加者は操作の影響をあまり受けていないようであった。

罪悪感高条件については，援助要請者の，「相手はあなたの相談を断りにくかったらろう」の項目の中央値が 2.0 である一方，「相手はあなたの相談にのらなければならないと感じたらろう」の項目の中央値は 4.0 とやや開きが見られた。援助者の「相手にしてもらった分のお返しをしなければならないと感じた」を含む 2 項目で 3.0 以上を示した。罪悪感高条件についても，操作の妥当性は低まっていると考えられる。

特定のコストを際立たせるという実験的操作は，参加者は強く意識されなかった条件もあるようである。ただし，相談行動の文脈における現実的妥当性や，非援助コストに注意が向きにくい個人の傾向 (Flynn & Lake, 2008) もあることから，後続の分析結果をふまえて改めて考察で触れることとする。

### 3 項 援助者コストの記述統計

潜在的援助者の抱えるコストについて，第 4 章で得られた因子をもとに 3 つの実験条件を設定したため，第 4 章と同様の因子構造が得られるかどうかを確認した。援助者に割り当て

られた参加者の評定値を用いて，クロンバックの  $\alpha$  係数を算出した。その結果，「労力と被影響」の 5 項目では， $\alpha = .82$ ，「評価懸念」の 4 項目では  $\alpha = .85$ ，「罪悪感」の 3 因子では  $\alpha = .77$ ，「相手からの不満」の 2 項目では  $\alpha = .51$  であった。「相手からの不満」において  $\alpha$  係数が低い値を示したが，実験操作を設定する際に参考にした他の 3 因子の  $\alpha$  係数が十分な値であったこと，「相手からの不満」因子の項目数が 2 項目と少なかったことから，そのまま用いることとした。各変数の記述統計量と相関分析の結果を次に示す (Table 7-1, Table 7-2)。

Table 7-1. 各変数の記述統計量

	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>MAX</i>
援助要請者視点 ( <i>n</i> = 63)				
労力と被影響	3.17	1.11	1.00	6.20
評価懸念	2.68	1.10	1.00	5.25
罪悪感	4.11	1.19	1.00	6.00
相手からの不満	2.94	1.27	1.00	5.50
援助要請意図	4.01	.63	2.00	5.00
援助授与意図	3.63	.52	2.00	4.00
援助者視点 ( <i>n</i> = 63)				
労力と被影響	2.69	1.01	1.00	5.00
評価懸念	2.84	1.15	1.00	5.25
罪悪感	3.60	1.21	1.00	5.67
相手からの不満	2.54	1.01	1.00	5.00
援助要請意図	3.72	.83	1.00	5.00
援助授与意図	3.92	.27	3.00	4.00

Table 7-2. 各変数の相関

	1	2	3	4	5	6	7	8	
援助要請者 視点	1. 労力と被影響	1.00	.62**	.54**	.55**	.08	-.16	-.03	-.06
	2. 評価懸念		1.00	.63**	.60**	-.05	-.22	-.09	-.10
	3. 罪悪感			1.00	.54**	-.05	-.11	-.02	-.06
	4. 相手からの不満				1.00	.18	-.10	.08	.17
援助者視点	5. 労力と被影響				1.00	.42**	.44**	.54**	
	6. 評価懸念					1.00	.65**	.59**	
	7. 罪悪感						1.00	.53**	
	8. 相手からの不満							1.00	

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

#### 4 項 コストの実験的操作がコスト知覚に与える影響

各コストの実験操作が援助要請者と援助者のコスト評定に与える影響を検討するため、立場（援助要請者 vs. 援助者）、条件（統制 vs. 労力；統制 vs. 評価懸念；統制 vs. 罪悪感）を被験者間要因とし、相談直後の援助者コスト評定平均値を従属変数<sup>10</sup>、相談前の援助者コスト評定平均値を共変量とした共分散分析を行った。

その結果、「労力と被影響」因子では、立場の有意な主効果が見られ ( $F(1, 63) = 7.33, p < .01$ )、援助要請者 ( $M = 2.56, SD = 1.17$ ) のほうが、援助者 ( $M = 1.89, SD = .88$ ) よりも、相談にのることで時間や労力を割くことを高く評価していた (Table 7-3)。条件の主効果、交互作用は有意ではなかった。

Table 7-3. 条件と立場による「労力と被影響」の分散分析結果

立場	統制条件 (n =20)		労力高条件 (n =14)	
	M	SD	M	SD
援助要請者	2.44	.97	2.80	1.45
援助者	1.84	.93	2.04	.91
主効果(条件)	n.s.			
主効果(段階)	$F(1, 63) = 7.33^{**}$			
交互作用(条件*段階)	n.s.			

\*\* $p < .01$

「罪悪感」因子においては、立場と条件の交互作用が有意であった ( $F(1, 63) = 5.33, p < .05$ ; Figure 7-1)。それぞれの主効果は有意ではなかった。単純主効果の検定の結果、援助要請者の立場において、統制条件 ( $M = 2.98, SD = 1.38$ ) と実験条件 ( $M = 4.21, SD = 1.09$ ) の間に有意傾向が示された。実

<sup>10</sup> 本分析によって従属変数としたのは、各実験条件の操作によって増大することが予測されたコストのみである。例えば、統制条件と労力高コスト条件の比較であれば、「労力と被影響」のみを分析した。

験条件の援助要請者は、統制条件の援助要請者よりも、相談にのらないことで生じる申し訳なさを高く評価していた。また、統制条件において、援助要請者 ( $M = 2.98, SD = 1.38$ ) と援助者 ( $M = 3.83, SD = 1.54$ ) の評価の差が有意であった。統制条件において、援助要請者は、相談にのらないことの罪悪感を援助者よりも低く予測していた (Table 7-4)。

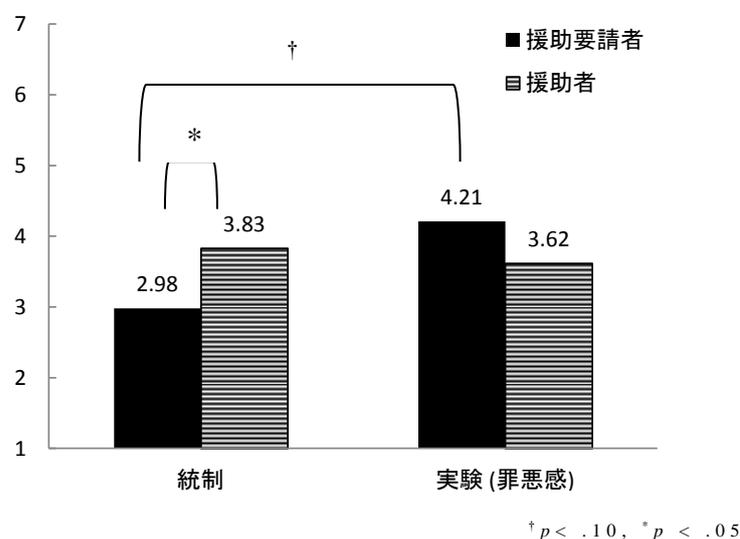


Figure 7-1. 条件と立場による「罪悪感」の分散分析結果

Table 7-4. 条件と立場による「罪悪感」の分散分析結果

立場	統制条件 ( $n = 20$ )		罪悪感高条件 ( $n = 14$ )	
	$M$	$SD$	$M$	$SD$
援助要請者	2.98	1.37	4.21	1.09
援助者	3.83	1.54	3.62	1.39
主効果(条件)	$n.s.$			
主効果(立場)	$n.s.$			
交互作用(条件*立場)	$F(1, 63) = 5.33^*$			

\* $p < .05$

また、「評価懸念」因子、「相手からの不満」因子では、立場、条件ともに有意な主効果は見られず、交互作用も有意ではなかった (Table 7-5, Table 7-6)。

Table 7-5. 条件と立場による「評価懸念」の分散分析結果

立場	統制条件 ( $n = 20$ )		評価懸念高条件 ( $n = 15$ )	
	$M$	$SD$	$M$	$SD$
援助要請者	1.99	.78	2.38	1.06
援助者	2.74	1.38	2.28	1.04
主効果(条件)	<i>n.s.</i>			
主効果(立場)	<i>n.s.</i>			
交互作用(条件*立場)	<i>n.s.</i>			

Table 7-6. 条件と立場による「相手からの不満」の分散分析結果

立場	統制条件 ( $n = 20$ )		評価懸念高条件 ( $n = 15$ )	
	$M$	$SD$	$M$	$SD$
援助要請者	2.08	1.23	2.80	1.35
援助者	2.15	1.14	2.07	1.00
主効果(条件)	<i>n.s.</i>			
主効果(立場)	<i>n.s.</i>			
交互作用(条件*立場)	<i>n.s.</i>			

## 5 項 コストの実験的操作が援助要請意図と援助授与意図に与える影響

援助者のコストにおける実験的操作が援助要請意図、援助授与意図に与える影響をそれぞれ検討した。仮説から、援助コストを高める実験的操作 (i.e., 労力高条件) では、相談にのる労力を高めることから、援助要請者の援助要請意図は低下すると推測される。このため、統制条件と労力高条件の

援助要請者について，相談直後の援助要請者の援助要請意図を従属変数とする t 検定<sup>11</sup>を行った。その結果，条件間に有意な差は見られなかった (Table 7-7)。

非援助コストを高める実験的操作 (i.e., 評価懸念高条件，罪悪感高条件) では，相談にのらないことで他者からの非難や援助者の申し訳なさを高めることから，援助者の援助授与意図は増大すると推測される。このため，条件 (統制 vs. 評価懸念 vs. 罪悪感) を独立変数，援助者の相談後の援助授与意図を従属変数とする一元配置の分散分析を行った。その結果，条件による差は有意ではなかった (Table 7-8)。

Table 7-7. 条件による援助要請意図の平均値

統制条件 (n = 20)		労力高コスト条件 (n = 14)	
<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
4.18	.65	4.02	.95

Table 7-7. 条件による援助授与意図の平均値

統制条件 (n = 20)		評価懸念高条件 (n = 15)		罪悪感高条件 (n = 14)	
<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
3.63	.48	3.67	.49	3.71	.47

<sup>11</sup> これまでの分析と異なり，共分散分析を用いなかったのは，共変量とする相談前の援助要請意図について，共分散分析の前提条件である回帰の有意性を満たさなかったためである。なお，後続の援助授与意図についても，同様の理由から共分散分析を用いなかった。

## 4 節 考察

### 1 項 援助者コストの実験的操作がコスト知覚に与える影響

本研究の目的は、援助者コスト知覚を高める操作が、援助要請者と援助者双方の援助者コスト評定に与える影響を検討することであった。その目的のために、次の2つの仮説を立てた。1つめの仮説は、援助コストを高める実験操作により、実験条件（i.e., 労力高条件）の援助要請者は、統制条件よりも、援助コストを高く予測するというものである。2つめの仮説は、非援助コストを高める実験操作により、実験条件（i.e., 評価懸念高条件、罪悪感高条件）の援助要請者は、統制条件よりも、非援助コストを高く予測するというものであった。これらの仮説を検証するために、実験室実験を行った。

その結果、統制条件と援助コストを高める操作を行った実験条件（i.e., 労力高条件）では、相談にのることで生じる時間や労力に関する「労力と被影響」因子の評定において、条件間の有意な差は示されず、1つめの仮説は支持されなかった。

また、相談にのらないことで生じる周囲からの評価懸念を高める実験操作を用いた実験条件（i.e., 評価懸念条件）では、相談にのらないことで生じる周囲からの評価低下を意味する「評価懸念」因子、援助要請者から援助者への不満を意味する「相手からの不満」因子のそれぞれの評定において条件間の有意な差は示されなかった。相談にのらないことで生じる申し訳なさを操作した実験条件（i.e., 罪悪感条件）において、実験条件の援助要請者は、統制条件の援助要請者よりも、相談にのらないことの申し訳なさを高く予測したが、有意傾向にとどまった。しかし、統制条件における援助要請者と援助者の「罪悪感」因子の評定に有意差が示されたが、罪悪感条件においては援助要請者と援助者の二者間の評定の差は有意ではなかった。このことから、2つめの仮説を支持する結果

は得られなかった。

「労力と被影響」因子の評定においては，立場の有意な主効果が示された。援助要請者は，援助者が実際に感じるよりも，相談にのることによって時間や労力を割くコスト，相談にのらないことで援助要請者が援助者に不満を表出するコストを高く予測していた。「労力と被影響」因子においては，援助者が話の内容を書き留めるという実験操作は，援助者の作業速度に合わせて援助要請者が話す速度を調整するなどの工夫が可能であった。このような援助要請者の工夫によって，援助者に課されるコストが軽減されたことは十分に考えられるだろう。

「評価懸念」因子と「相手からの不満」因子においては，統制条件と実験条件，援助要請者と援助者のいずれにおいても，有意な差が示されなかった。本研究では援助要請の内容として相談行動を取り上げたが，悩みの相談というものは本来，少数の人数で，第三者がいないところで行われることが多いだろう。本研究でも，実験操作として観察者としての実験者や実験協力者の存在があったが，援助要請者と援助者が会話をしている部屋には本人たちしかおらず，また，one-wayミラーのため，実験者や実験協力者の姿を参加者が確認することはできなかった。したがって，援助要請者と援助者の二者間の詳細なやりとりを把握されているという圧力を感じにくかった可能性が考えられる。また，悩みの相談というプライベートな内容について，第三者が知る機会は通常あまりないと推測される。もしあるとすれば，相談にのってもらえなかった援助要請者がそのことを第三者に話すという場合であろう。今回の実験操作では，実験協力者と参加者は顔見知りではなかったため，第三者への相談内容の暴露が生じる危険性は考えにくかったことも影響しているかもしれない。このことは，評価懸念高条件の操作が参加者にあまり強く認識さ

れなかったという操作チェックの効果の低さとも一致する。

「相手からの不満」因子においては，評価懸念を高める実験操作を用いたが，実験者と実験協力者2名が会話の様子を観察するという操作は，第三者からの評価を懸念することにはつながるが，援助要請者からの不満を懸念することとは一致しないために，実験操作の影響を受けなかったのだろうと考えられる。

「罪悪感」因子については，条件と立場による交互作用が示され，下位検定の結果，統制条件における援助要請者と援助者の評定に有意な差が見られた。統制条件の援助要請者と，罪悪感高条件の援助要請者のコスト知覚の差は有意傾向であり，仮説を支持する結果は得られなかった。罪悪感の操作に関する操作チェック項目の平均値・中央値からも，参加者は実験操作による影響を主観的にあまり感じられていない部分もあったようである。援助要請者の参加者から見て，よりわかりやすいように，援助者の罪悪感と結びつくような手続きを考案する必要があるだろう。

## 2 項 援助者コストの実験的操作が援助要請意図・援助授与意図に与える影響

コスト知覚を高める実験的操作がそれぞれの立場から知覚する援助要請意図，援助授与意図に与える影響について検討した。その結果，援助要請意図，援助授与意図のどちらにおいても，統制条件と実験条件との間に有意な差は見られなかった。実験的操作は，参加者の援助要請意図・援助授与意図知覚に直接的影響を与えないことが見いだされた。また，「罪悪感」のコスト知覚については，援助要請者では統制条件と実験条件で有意差が示され，実験的操作の効果が示されたが，援助要請意図については差が見られなかった。このことは，コストを高める実験的操作によってコスト知覚に変化が生じたとしても，直接的に援助要請意図に影響を及ぼすとは限ら

ないことを示唆している。今回の実験では、援助者のコストにのみ焦点を当てていたが、実験条件における操作で、援助要請者が抱えるコストに影響を及ぼした可能性も十分に考えられる。さらに、本研究で扱ったのはあくまで実験場面であり、実際に抱えている悩みを相談したとしても、切迫している状況ではないため、援助要請者や援助者のコスト知覚が実験的操作に影響されなかった可能性もあるだろう。

### 3 項 本研究の課題と今後の方向性

最後に、本研究の限界点と今後の展望について述べる。まず、それぞれのコストを単独で取り扱ったという点である。本研究では、それぞれのコストに対する援助要請者と援助者の評定を検討するために、単一のコストを操作したが、日常場面でコストが1つしか働いていない状況は考えにくいだろう。個人が意識するコストの強さに程度があるとしても、場面や援助者によって複数のコストが意識されているはずである。しかし、実験場面でそのすべてを検討することには限界があると言える。

第二に、援助者コストの操作が十分に機能しなかった可能性がある。参加者には、それぞれ実験操作についての操作チェックを行い、条件によるばらつきは見られたものの、参加者に一定の影響を与えていたといえる。しかし、本研究で設定した実験操作と、参加者が評定した援助者のコストに関する項目が十分に対応していなかった場合、実験操作の影響を受けたとしても、コスト評定に影響しないだろう。そのため、今後は、各コストの構成概念とともに、項目の内容にも留意した操作を設定する必要がある。

本研究では、想定した結果を得ることができなかった。今後の展望として、前述した限界点と併せて、操作の精緻化により、コストを援助要請者に顕在化させることで援助要請者の知覚を変化させることが可能となれば、援助要請行動促進

のアプローチを考える際の一助となるだろう。一方で、実際に援助を要請する時点においても、援助要請者と援助者の二者間のコスト評定に差があることが一部の結果からではあるが、示唆された。この点については、援助要請者と援助者のコスト知覚にずれがあることそのものが問題ではなく、ずれがあることで援助要請行動が抑制されてしまうことが問題であるため、援助要請意図や援助要請行動との関連について、今後詳細に検討していくことが望まれる。

## 第 8 章 援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性 — 会話による効果の検証 —

### 要約

問題と目的：援助要請者が知覚する援助者のコストが変容可能かどうか，友人同士の二者間で会話をするものの効果を検証した。

方法：大学生・大学院生の同性ペア 30 組を対象に実験室実験を行った。日常的な会話をする統制条件のほかに，援助コストの過大評価バイアス（竹ヶ原・安保，2013）について話し合う実験条件を設けた。

結果：援助要請者のコストでは，潜在的援助者への遠慮を表わす「相手への遠慮」で会話の効果が持続して見られた。潜在的援助者が相談された際のネガティブ感情では「憂うつ」，援助者のコストでは，相談を断るときの申し訳なさを表わす「罪悪感」で，条件間に有意な差があり，その差は 1 ヶ月後まで維持されていた。

考察：実験条件において，相談されることは嬉しいという，相談にのることのポジティブな側面への言及がコスト知覚の変容に影響している可能性が示唆された。

### 1 節 問題と目的

#### 1 項 研究の背景

第 4 章では，援助要請者は援助要請の際に援助者のコストを予測するが不正確であることを示した。第 5 章では，援助を要請されたときの援助者のネガティブ感情をコストの情動的側面として着目し，コストの認知的側面と情動的側面の両方において援助要請者と援助者にずれがあることを確認した。さらに，その結果として，援助要請者は援助要請行動を抑制しうる可能性があることを示した。そして第 6 章では，援助

者のコストを予測する手がかりのひとつとして、日常的コミュニケーションが挙げられることを示した。第4章から第6章を通して、いくつかの先行研究 (DePaulo & Fisher, 1980; Shapiro, 1980) に沿った結果が得られた。このことから、援助要請者は日常的コミュニケーションから、援助者のコストを予測し、援助要請行動を行うかどうかを決定しているといえるだろう。

第4章と第5章の結果からわかるように、援助要請者は援助要請の際に援助者のコストを予測するが、不正確である。つまり、援助要請者は援助者の非援助コストを実際に援助者が感じるよりも過小に予測している (Flynn & Lake, 2008)。その一方で、援助コストについては、援助要請者は、実際に援助者が感じるよりも高く予測している (竹ヶ原・安保, 2013)。我々は援助要請者と援助者の双方の立場を日常的に経験しているにも関わらず、援助者のコストについて、援助要請者は正しく知覚することができない。さらに、その歪んだ知覚が援助要請行動を抑制することが示唆されている (Flynn & Lake, 2008)。同様の傾向が、日常的に交流のある友人への援助要請行動においても確認されている (竹ヶ原・安保, 2013)。

## 2 項 先行研究の課題と本研究の目的

第4章から第6章では、援助要請者が予測する援助者のコストは不正確であり、そのことが援助要請を抑制しうること、そしてそれは日常的に交流のある友人に対しても見られることを示してきた。このことはつまり、援助要請者は友人のような親しい他者が援助者だとしても、援助者のコストを正確に予測することができず、いわば援助要請者自身の思い込みによって援助要請が抑制される危険性を示唆している。本研究では、援助要請行動促進のために、援助要請者が予測する援助者のコストが低減可能かどうかを検討することとした。

援助要請に関連する要因の変容可能性について検討したものは、精神疾患に関するスティグマを低減させるプログラム (e.g., Conner, McKinnon, Ward, Reynolds III, & Brown, 2015) や自殺予防プログラム (e.g., Pearce, Rickwood, & Beaton, 2003) による介入がある。我が国では、ピア・サポートトレーニングが援助要請者の利益・コストの認知や援助要請に与える影響について検討されている (永井・新井, 2013)。このように、援助要請者の要因についてはいくつかの研究で実証的に検討されている。しかし、援助要請者が予測する援助者コストの変容可能性についてはあまり検討されていない。

第7章では、特定のコストを高める操作を用いた実験場面を設定し、援助要請者が知覚する援助者のコストが高まるかどうかを検討した。しかし、仮説を十分に支持する結果を得ることはできなかった。その理由として、悩みを相談する場面では、物理的な環境を操作したとしても、援助要請者と援助者の二者間で、操作された環境に対する調整が可能であることが考えられた。つまり、相談行動においては、物の貸し借りや課題の達成のような社会心理学領域で検討されてきた援助要請 (Flynn & Lake, 2008; Shapiro, 1978) とは異なり、援助要請者と援助者における交流が特に重要と推測される。

以上のことから、本研究では、先行研究の知見や第7章の限界点をふまえ、援助要請者の予測する援助者のコストが低減可能かどうかを検討するために、大学生・大学院生の友人ペアに対して実験を行う。日常的な雑談をする統制条件と、援助コストの過大評価傾向 (竹ヶ原・安保, 2013) に関する知見を、実験条件の参加者ペアに教示し、そのことについて話し合う実験条件を設定する。実験条件では、援助要請に応じるコストについて、援助要請者が予測するほどには援助者はコストを感じていないということについて参加者ペアで話し合うことによって、その後の援助コストの予測は低くなるこ

とが予測される。さらに，過大評価傾向に関する話し合いにより，援助要請者が予測する援助コストが低減した場合，その持続性を確認する必要があるため，実験日と，実験日から1ヵ月後の2時点でのデータを収集することとした。

以上より，本研究では，援助要請者の予測する援助コストを低減させることを目的とする実験操作を行い，援助コストに対する援助要請者の予測が低減するかどうか，その後の援助要請意図や援助要請行動が増大するかどうかを検討する。そこで，次のような仮説を設定した。

**仮説**：実験条件の参加者は，統制条件の参加者よりも，会話後の援助コストの予測が低くなる

なお，援助コストを低減させる実験操作が，援助者の非援助コスト，援助要請者自身のコストに与える影響についてもあわせて確認する。

## 2 節 方法

### 1 項 参加者

東北地方にある A 大学の大学生・大学院生の同性ペア 30 組が実験に参加した。2 人 1 組で参加すること，ペアは同性であることを条件として，参加者を募集した。ペアを同性に限定した理由として，性別の組み合わせも援助要請に影響するためである（山口・西川，1991）。実験参加への謝礼として，実験終了後に図書カードを渡した。

#### 倫理的配慮

参加者募集時と実験開始時に，実験参加は任意であること，協力しないことによる不利益は一切ないこと，得られたデータは統計的に処理され，個人が特定されることはないこと，また途中で実験を中止することも可能であることを書面と口

頭で伝えた。本実験は、東北大学大学院教育学研究科倫理委員会の承認を得て実施された（承認 ID: 14-2-001）。

## 2 項 手続き

### *Time 1*

まず初めに、参加者は、実験者から実験の概要を説明され、実験同意書を記入した。次に、質問紙に回答した。質問紙は、(1) フェイスシート、(2) 一緒に参加した友人に対する過去 4 週間の援助要請経験を測定する項目、(3) 一緒に参加した友人に対する援助要請意図を測定する項目、(4) 相談する際に自身が感じるコストを測定する項目、(5) 相談する際に、他者である友人が感じたり考えたりするだろうコストを測定する項目で構成されていた。

続いて、2人で10分の会話をするよう教示された。会話の内容は、次段落で述べるような教示をした。会話の最中は、実験者は実験室を退室していた。会話の内容を確認するため、参加者の了承を取り IC レコーダーで会話を録音した。

*会話の内容の操作* 統制条件では、花田 (2010) で用いられた話題リストを用いて、普段通りに会話をするように伝えた。この話題リストには、「食べ物のこと」、「現在熱中していること」、「趣味のこと」というような日常生活の会話でしばしば話題になることが記載されている。参加者には、このリストの中から話題を1つ選び、普段と同じように10分間会話をすることを伝えた。

実験条件では、竹ヶ原・安保 (2013) の、潜在的援助者の援助コストにおける援助要請者の過大評価傾向について説明し、そのことについて話し合うように伝えた。援助要請者における援助者の援助コストの過大評価の知見を実験操作として用いた理由は、まず、援助要請者の立場では援助コストに注意が向きやすいことから (Greenberg, 1980; Thibaut & Kelly, 1959)、援助者の援助コストを高く見積もることや、援助者

に負担をかけることを懸念した経験が多少なりとも個々にあると推測されたためである。なお、二者間での自由な話し合いの形式を取ったのは、第 6 章で、援助者となる友人からのメッセージと援助要請者が予測する援助者コストやネガティブ感情との間に関連があることが明らかにされたからである。第 6 章では、定量的に測定可能なコミュニケーション・パターンを取りあげたが、メッセージの内容も同様に重要な影響を与えるだろう。そこで、二者間で自由に意見を言い合い、相手のメッセージを参加者が受け取ることが、予測される援助コストの低減に有用であるとし、友人同士で話し合う形式を取ることにした。

具体的な教示を、以下に示す。さらに、会話中に参加者が教示した話題から他の話題に大きくそれてしまうことのないように、「相談にのることはそれほど大変ではないと感ずることについて会話してください」という文章が印刷された用紙を参加者に見えるように机の上に置いた。

「友人など親しい人に悩みを相談する際に、その相手に時間を割いてもらうことなど、相談相手の負担を懸念して相談をためらう人もいます。例えば、相談しようかどうか迷ったときに、相手は今相談されたら迷惑ではないだろうかと考えるというようなことです。

これは、親しいからこそ相手に負担をかけたくないという配慮からくるものです。しかし、これまでの研究によって、相談される側は相談されることを相談する側が心配するほど負担に感じていないことがわかっています。そこで、これからお二人には、相談される側が相談にのることについてそれほど負担を感じていないことに関して話し合ってください。これまでのお二人の経験などを交えて話して頂いて結構ですが、他の話にそれないようにしてお話ください。」

## *Time 2*

10 分間の会話後，参加者は再び質問紙に回答した。質問紙の構成は，質問紙の構成は，Time 1 で回答した (3) から (5) と同一である。

回答後，後日調査 (Time 3) についての説明を行い，後日調査用のアンケート用紙と返送用封筒を参加者に配布した。その際に，後日調査への協力は任意であることを伝えた。最後に，参加者は謝品を受け取り，実験室を退室した。

## *Time 3*

実験日から約 1 ヶ月後，実験時に渡した後日調査アンケートの回答について各参加者にメールをした<sup>12</sup>。メールを受け取った参加者は，手元にある質問紙，あるいはメールに添付された質問紙と同一内容のデータファイルを用いて回答し，実験者に返送・返信した。質問紙は，(1) 1 ヶ月の間の生活変化があったかどうか，(2) 実験に参加した友人との関係に変化があったかどうか，の 2 項目を追加し，Time 1 の(2)から(5)の項目と同一の項目で構成された。

## 4 項 測度

### (1) フェイスシート

後日調査において参加者を一致させるため，各参加者に ID を設定した。学籍番号の下 2 桁と携帯電話番号の下 4 桁を並べた 6 桁が各参加者の ID となった。その他に，性別，年齢を尋ねた。参加したそれぞれのペアの親しさを測定するため，質問紙の冒頭に質問項目を設定した。その項目は，榎本 (1999) の友人に対する感情としての「信頼・安定」の 6 項目を用い，「1：全く思わない」から「7：とても思う」の 7 件法で参加者に回答を求めた。

### (2) 援助要請経験

ペアで参加しているもう一方に対して，過去 4 週間にどの

---

<sup>12</sup>実験者からのメールによる連絡を含む後日調査の手続きについては，実験時に伝えており，参加者から同意を得た。

程度援助を要請したかを尋ねた。援助要請経験は、相談経験を尋ねる 1 項目と、野崎・石井 (2004) の日常的援助要請経験 (項目例：筆記用具を貸してくれるよう頼む) を尋ねる 5 項目の合計 6 項目を用いた。両端を「全く頼まなかった」と「たくさん頼んだ」とし、5 件法で回答を求めた。

### (3) 援助要請意図

援助要請意図の測度として、笠原 (2003) で使用されていた項目を修正し、4 項目(「悩みを聴いてほしい」、「違った見方や考え方、意見を聞かせてほしい」、「悩みに関してどうしたらいいか教えてほしい」、「相談意欲がある」)を用いた。参加者は「1：全く思わない」から「5：とても思う」の 5 件法で評定を行った。

### (4) 援助要請者のコスト

友人に相談をする際の援助要請者のコストについての統合的な尺度がないため、既存の尺度の項目を組み合わせることとした。永井・新井 (2008) の相談行動尺度改訂版から「否定的応答」、「自己評価の低下」、大畠・久田 (2009) の援助要請態度尺度から「心理的援助に対する汚名や偏見」、「援助に対する心配や羞恥」、田村・石隈 (2006) の特性被援助志向性尺度から「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」を用い、尺度開発の際の因子負荷量の高い 2 項目をそれぞれ選出した。また、援助者への遠慮を表わした 2 項目を追加し、合計 12 項目を用いた。参加者は、「あなたが相手に悩みを相談するとき、以下のことをどれだけ考えますか。」という問いに対して、「1：全く思わない」から「7：とても思う」の 7 件法でそれぞれの項目に回答した。

### (5) 潜在的援助者のコスト

潜在的援助者のコストについては、援助要請に応じる・拒否する結果生じるネガティブな結果を示す認知的側面と、援助要請に応じた結果生じるネガティブな感情を示す情動的側

面の 2 つの側面から測定する。参加者は「悩みを相手に相談することについて、あなたは、相手は以下のことをどれだけ考えていると思いますか」という問いに対し、下記の各項目について「1: 全く思わない」から「7: とても思う」の 7 件法で評定を行った。

*認知的側面* 相談にのるかどうかを考える際、援助コストと非援助コストをどの程度予測するかを測定するために、竹ヶ原・安保 (2013) の援助者のコストに関する項目を用いた。これは、高木 (1982) の援助行動における行動特性の項目から、援助コストと非援助コストに該当する特性を選出し、作成されたものである。この項目は、「評価懸念」(項目例: 相談にのらないと自己評価が下がる)、「援助コスト」(項目例: 相談にのると自分の時間を取られる)、「相手からの不満」(項目例: 相談にのらないと A は不満をこぼす)、「罪悪感」(項目例: 相談にのらないと罪悪感が生じる) の 4 因子合計 15 項目で構成されている。なお、竹ヶ原・安保 (2013) では、シナリオを用いて潜在的援助者となる人物を思い浮かべる形式を取っていたが、本研究では、友人ペアが参加していることから、実験状況に沿って項目に多少の修正を加えた。

*情動的側面* 悩みを相談された際のネガティブ感情の測度に、寺崎他 (1992) の多面的感情状態尺度の「抑鬱・不安」(10 項目)、「敵意」(10 項目)、「倦怠」(9 項目)を用いた。

怒り感情については、悩みを抱える友人に相談される場面で生じうるものとして適切なものを用いるため、2 つの尺度から項目を選出した。寺崎他 (1992) の多面的感情状態尺度の「敵意」因子の下位項目「むしゃくしゃする」、「むっとする」、「気分を害する」の 3 項目と、Spielberger (1988) の開発した State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) の邦訳版 (鈴木・春木, 1994) の中で、状態怒り尺度の「いらいらする」を使用することとし、計 4 項目を用いることとした。項目の

選出については、臨床心理学を専門とする教員との話し合いによって決定した。最終的に、援助者のネガティブ感情については、「抑鬱・不安」(10項目)、「倦怠」(9項目)、怒りを示す4項目からなる合計23項目を用いて測定された。なお、寺崎他(1992)の尺度項目は形容詞のみの表記であったため、本研究では「相談されたら・・・気分になる」という表記に修正して用いた。

#### (6) 操作チェック

実験への動機付けの高さを測定するため、Time 2の最後に、「指示された内容を本心から相手に伝えられた」、「相手の言っていることが本心からだと思えた」、「実験に真剣に取り組んだ」の項目を設け、「1:全く思わなかった」から「5:とても思った」の5件法で参加者に回答を求めた。

### 3 節 結果

#### 1 項 分析対象者

参加者の親しさの測度である、「信頼・安定」の中央値が  $M = 5.16$  ( $SD = .78$ ) と理論的中央値を大きく上回ったため、親しい友人同士で参加したと判断した。また、実験への動機付けについては操作チェックのすべての項目で  $M = 4.0$  を上回ったため、明らかにいい加減な態度で本実験に臨んだ参加者はいないと判断した。欠損値については系列平均値を代入した。Time 3での有効回答数は  $n = 37$  (統制条件 = 20, 実験条件 = 17) で、返送率は Time 1の参加者数に対し 61.7%であった。

#### 2 項 因子分析

まず、Time 1で測定された援助要請者のコスト、援助者のコストについて因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。因子負荷量が.35を下回った項目、複数の因子に渡って.35以上の負荷量を示した項目を削除し、固有値の減衰状況と因子の解釈可能性から、それぞれの因子構造を決定した、

援助要請者のコストについては、いずれの因子に対しても因子負荷量の低かった1項目を削除し、11項目による3因子が抽出された (Table 8-1)。第1因子は自分の弱さを表出することへの抵抗や表出することで生じるネガティブな感情を示していたため、「弱さ表出の懸念」と命名した。第2因子は、相談すると他者から馬鹿にされるなどの否定的な反応への懸念を示した項目で構成されていたため、「否定的反応の懸念」と命名した。第3因子は、相談することの申し訳ない気持ちを示したため、「相手への遠慮」とした。

援助要請における援助者のコストについて同様に因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。コストの情動的側面については、それぞれの項目内容から鑑みて、第1因子から順に、「憂うつ」、「ばからしさ」、「煩わしさ」と命名した。コストの認知的側面については、竹ヶ原・安保(2013)の因子名と項目内容を参考に、第1因子には「反応・評価懸念」、第2因子には「労力と被影響」、第3因子には「罪悪感」とそれぞれ命名した。因子分析の結果と項目内容について、Table 8-2, Table 8-3に示した。援助要請者のコスト、援助者のコストともに、各因子の平均得点を算出して後続の分析に用いた。

Table 8-1. 援助要請者のコスト因子分析結果

	I	II	III
<b>I : 弱さ表出の懸念 (<math>\alpha = .85</math>)</b>			
相手に悩みを相談すると、自分の弱い面を知られてしまう	1.03	.04	-.27
相手に悩みを相談することは、自分の弱さを認めることになる	.75	-.12	.20
相手に悩みを相談したら、自分が弱い人間だと認めることになる	.71	.01	.19
相手に悩みを話すのは恥ずかしい	.51	.02	.14
相手に悩みを話す時、自分が辛くなる	.39	.28	.15
<b>II : 否定的反応の懸念 (<math>\alpha = .71</math>)</b>			
相手に悩みを相談しても嫌なことを言われる	-.14	1.00	.15
相手は、私の抱えている悩みを真剣に考えてはくれないだろう	.04	.66	-.05
相手に悩みを相談しても、馬鹿にされる	.03	.57	-.24
相手に相談したら、周囲の人は自分に精神的な問題があると思うだろう	.26	.42	-.02
<b>III : 相手への遠慮 (<math>\alpha = .85</math>)</b>			
相手に悩みを聞いてもらうのは申し訳ない	.11	-.01	.90
悩みを相談することで相手を困らせるのは気が引ける	-.02	-.07	.86
右上: 因子間相関	I	.15	.52
左下: 得点間相関	II	.21	.03
	III	.56	-.01

Table 8-2. 援助者のコスト（情動的側面）因子分析結果

	I	II	III
<b>I : 憂うつ (<math>\alpha = .85</math>)</b>			
相談されたら、悲観した気分になる	.74	-.14	.11
相談されたら、悩んだ気分になる	.73	.24	-.21
相談されたら、物悲しい気分になる	.71	-.22	.06
相談されたら、自信がないと感じる	.71	.04	-.06
相談されたら、沈んだ気分になる	.67	-.03	.17
相談されたら、不安を感じる	.63	.28	-.07
相談されたら、ふさぎこんだ気分になる	.56	.06	.33
相談されたら、気がかりになる	.49	-.05	-.19
<b>II : ばからしさ (<math>\alpha = .85</math>)</b>			
相談されたら、気分を害する	.11	.87	-.08
相談されたら、ばからしいと感じる	-.11	.76	.02
相談されたら、つまらないと感じる	-.10	.75	.10
相談されたら、不機嫌になる	.09	.46	.26
相談されたら、引け目を感じる	.14	.43	.19
<b>III : 煩わしさ (<math>\alpha = .87</math>)</b>			
相談されたら、むしゃくしゃした気分になる	.17	-.27	.86
相談されたら、だるいと感じる	-.31	.19	.68
相談されたら、いらいらする	-.13	.30	.64
相談されたら、無気力になる	.05	.20	.64
相談されたら、退屈な気分になる	-.06	.20	.55
相談されたら、むっとした気分になる	.09	.19	.55
右上: 因子間相関	I	.25	.52
左下: 得点間相関	II	.30	.59
	III	.43	.67

Table 8-3. 援助者コスト（認知的側面）の因子分析結果

	I	II	III
<b>I : 反応・評価懸念 (<math>\alpha = .87</math>)</b>			
相談にのらないと、「あなた」からの評価が下がる	.86	-.22	.04
相談にのらないと、「あなた」は不愉快になる	.81	.02	.10
相談にのらないと、「あなた」は不満をこぼす	.80	-.03	-.07
相談にのらないと、「あなた」に非難される	.70	.19	-.14
相談にのらないと、周囲からの評価が低下する	.58	.20	.01
<b>II : 労力と被影響 (<math>\alpha = .80</math>)</b>			
相談にのると、「あなた」の問題に巻き込まれる	-.14	.81	-.02
相談にのることにリスクが伴う	-.02	.71	-.03
相談にのると自分の時間を取られる	.07	.62	-.10
相談にのると疲れてしまいそうだ	-.06	.59	.13
相談にのらないと自分の価値が下がる	.17	.59	.08
<b>III : 罪悪感 (<math>\alpha = .81</math>)</b>			
相談にのらないのは申し訳ないと感じる	-.25	-.02	.89
相談にのらないのと罪悪感が生じる	.15	-.04	.72
相談にのらないのは気まずい	.20	.11	.67
右上: 因子間相関	I	.63	.37
左下: 得点間相関	II	.54	.39
	III	.36	.37

援助要請経験，援助要請意図については主成分分析を行い， $\alpha$  係数を確認した。その結果，援助要請意図の「違った見方や考え方，意見を聞かせてほしい」1項目のみが第1成分に低い負荷を示したことから，当該項目が  $\alpha$  係数を大きく低めていることから，この項目を削除し，残りの3項目の平均得点を援助要請意図の得点とした。各尺度の記述統計と相関係数について，Table 8-4，Table 8-5 に示す。

Table 8-4. 各変数の記述統計量

	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>MAX</i>
<b>援助要請者のコスト</b>				
弱さ表出の懸念	3.12	1.17	1.20	5.80
否定的反応の懸念	1.83	.75	1.00	3.75
相手への遠慮	4.58	1.35	1.50	7.00
<b>援助者のコスト: 情動的側面</b>				
憂うつ	2.93	.96	1.13	4.88
ばからしさ	2.56	.84	1.00	4.60
煩わしさ	2.23	.87	1.00	4.83
<b>援助者のコスト: 認知的側面</b>				
反応・評価懸念	2.90	1.14	1.00	5.60
労力と被影響	3.12	1.02	1.00	5.60
罪悪感	4.08	1.37	1.67	6.67
援助要請経験 ( $\alpha = .82$ )	2.36	.95	1.00	4.67
援助要請意図 ( $\alpha = .70$ )	3.66	.82	1.67	5.00
友人への信頼 ( $\alpha = .85$ )	5.11	.78	2.67	7.00

$N = 60$

Table 8-5. 各変数の相関

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
援助要請者の コスト	1. 弱さ表出の懸念	1.00	.21	.56**	.38**	.39**	.22 <sup>†</sup>	.21	.29*	.22 <sup>†</sup>	.05	-.01	.07
	2. 否定的反応の懸念		1.00	-.01	.16	.58**	.49**	.47**	.48**	.17	.04	.00	-.32*
	3. 相手への遠慮			1.00	.44**	.21	.04	.03	.29*	.37*	-.01	-.16	-.02
援助者の コスト (情動的側面)	4. 憂うつ				1.00	.30*	.43**	.19	.40**	.49**	-.04	.11	.01
	5. ばからしさ					1.00	.67**	.57**	.55**	.27*	-.26*	.34	-.28*
	6. 煩わしさ						1.00	.38**	.59**	.16	-.10	.05	-.31*
援助者の コスト (認知的側面)	7. 反応・評価懸念							1.00	.54**	.36**	-.29*	-.19	-.20
	8. 労力と被影響								1.00	.37**	-.18	-.21	-.35*
	9. 罪悪感									1.00	-.15	-.08	-.10
	10. 援助要請意図										1.00	.21	.23
	11. 援助要請経験											1.00	.14
	12. 信頼感												1.00

<sup>†</sup>  $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

### 3 項 コスト知覚の変化

コストの知覚に対する実験操作の効果を検討するため、次の分析を行った。まず、Time 1 が Time 2 や Time 3 に与える影響を統制するため、さらに Time 1 における条件間の差を統制するために、Time 1 の得点を共変量とし、条件 (2: 統制 vs. 実験) と段階 (2: Time 2 vs. Time 3) を独立変数、援助要請者のコスト、援助者のコストの平均得点を従属変数として、それぞれ共分散分析を行った。援助要請者のコストのひとつである「否定的反応の懸念」、援助者のコストの情動的側面である「煩わしさ」については、共分散分析の前提条件である回帰の平行性の条件を満たさなかったため、本分析からは除外した。

共分散分析の結果、援助要請者のコストの「相手への遠慮」で条件の主効果が有意であった ( $F(1, 34) = 10.15, p < .01$ )。援助要請者が潜在的援助者のコストを過大に予測していることについて会話をした実験条件では、日常的な会話をした統制条件よりも、段階によらず、相談することで相手に負担を課すことを懸念する援助要請者のコストを低く予測した。「弱さ表出の懸念」では条件、段階の主効果と交互作用いずれも有意ではなかった。

援助者のコストの情動的側面については、「憂うつ」において条件の主効果が有意であった ( $F(1, 34) = 7.62, p < .01$ )。実験条件の参加者は、統制条件の参加者よりも、相談されることで潜在的援助者が抱く抑うつ的な情動を有意に低く予測した。「ばからしさ」ではそれぞれの主効果、交互作用ともに有意な結果は示されなかった。

援助者のコストの認知的側面では、「罪悪感」について、条件の主効果が見られた ( $F(1, 34) = 10.57, p < .01$ )。実験条件の参加者は、統制条件の参加者よりも、相談を断ることで生じる申し訳なさを低く予測した。「反応・評価懸念」、「労力と

被影響」では条件，段階の主効果と交互作用のいずれも有意ではなかった。

共分散分析における回帰の平行性の前提条件を満たさなかった援助要請者のコストの「否定的反応の懸念」と，援助者のコストの情動的側面である「煩わしさ」については，条件（2：統制 vs. 実験）と段階（3：Time 1 vs. Time 2 vs. Time 3）の2要因分散分析を行った。「煩わしさ」において，段階の主効果が有意であった（ $F(2, 70) = 4.24, p < .05$ ）。下位検定の結果，Time 2での煩わしさの予測は，Time 1での予測よりも有意に低下していた。援助要請者のコスト，援助者のコストそれぞれの条件と段階による平均得点をTable 8-6からTable 8-8に示す。

Table 8-6. 援助要請者のコストにおける共分散分析結果

		弱さ表出の懸念		相手への遠慮	
		統制	実験	統制	実験
Time 2	<i>M</i>	3.00	2.48	4.98	3.26
	( <i>SD</i> )	(1.32)	(1.34)	(1.32)	(1.40)
Time 3	<i>M</i>	3.61	2.72	5.16	3.71
	( <i>SD</i> )	(1.36)	(1.35)	(1.01)	(1.58)
主効果(条件)		<i>n.s.</i>		$F(1, 34) = 10.15^{**}$	
主効果(段階)		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>	
交互作用(条件*段階)		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>	

\*\*  $p < .01$

Table 8-7. 援助者のコストにおける共分散分析結果

		憂うつ		ばからしさ		反応・評価懸念		労力と被影響		罪悪感	
		統制	実験	統制	実験	統制	実験	統制	実験	統制	実験
Time 2	<i>M</i>	3.18	2.48	2.08	1.84	3.26	2.05	3.24	2.52	4.68	3.27
	( <i>SD</i> )	(.86)	(.96)	(.58)	(.78)	(1.23)	(.87)	(.81)	(.95)	(1.06)	(1.66)
Time 3	<i>M</i>	3.43	2.64	2.15	1.81	3.34	2.33	3.45	2.46	5.11	3.65
	( <i>SD</i> )	(1.07)	(1.11)	(.68)	(.75)	(1.14)	(1.15)	(1.06)	(1.12)	(.94)	(1.61)
主効果(条件)		$F(1, 34) = 7.62^{**}$		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		$F(1, 34) = 10.57^{**}$	
主効果(段階)		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>	
交互作用(条件*段階)		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>	

\*\*  $p < .01$ 

Table 8-8. 条件と段階による2要因分散分析結果

		否定的反応の懸念		煩わしさ	
		統制	実験	統制	実験
Time 1	<i>M</i>	1.71	1.84	2.34	2.11
	( <i>SD</i> )	(.61)	(.87)	(.84)	(1.03)
Time 2	<i>M</i>	1.64	1.72	2.10	1.84
	( <i>SD</i> )	(.56)	(.79)	(.75)	(.73)
Time 3	<i>M</i>	1.83	1.74	2.25	1.68
	( <i>SD</i> )	(.86)	(.74)	(.95)	(.61)
主効果(条件)		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>	
主効果(段階)		<i>n.s.</i>		$F(2, 70) = 4.24^*$	
交互作用(条件*段階)		<i>n.s.</i>		<i>n.s.</i>	

\*  $p < .05$ 

#### 4 項 援助要請意図と援助要請経験における操作の効果

実験操作が援助要請意図と実験後の援助要請経験に与える影響を検討した。援助要請意図については、Time 1 の得点を共変量とし、条件 (2: 統制 vs. 実験) と段階 (2: Time 2 vs. Time 3) を独立変数、援助要請意図を従属変数として共分散分析を行った。その結果、条件と段階のそれぞれの主効果、条件と段階の交互作用のいずれも有意ではなかった。

援助要請経験について，条件（2：統制 vs. 実験）を独立変数，実験日から Time 3 までの約 4 週間の期間の援助要請経験を従属変数，実験日以前の過去 4 週間の援助要請経験を共変量とする共分散分析を行ったが，有意差は見られなかった。

援助要請意図と援助要請経験についてのこれらの結果について，Table 8-9 と Table 8-10 に示す。

Table 8-9. 援助要請意図における共分散分析結果

援助要請意図	Time 2	Time 3	主効果 (条件)	主効果 (段階)	交互作用 (条件*段階)
	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	<i>M</i> ( <i>SD</i> )			
統制	3.85 (.11)	3.68 (.14)	<i>n.s.</i>	<i>n.s.</i>	<i>n.s.</i>
実験	3.95 (.13)	3.73 (.15)			

Table 8-10. 援助要請経験における各条件の平均値

援助要請経験	<i>M</i> ( <i>SD</i> )
統制	2.18 (.20)
実験	1.75 (.22)

## 4 節 考察

### 1 項 本研究の目的

本研究の目的は，友人への悩みの相談に関する援助要請者のコストと援助者のコストの知覚が変容するかどうかを，援助要請者と援助者の二者間の会話の操作を用いて明らかにすることであった。仮説は，実験条件の参加者は，統制条件の参加者よりも，会話後のコストの知覚が低くなることであった。実験操作として，援助コストの過大評価バイアスの知見を提示し，そのことについて参加者ペアで 10 分間話し合うことを設定した。食べ物や趣味などの日常会話をする統制条件

と、援助コストのバイアスについて話し合う実験条件とで、会話後と、実験から1ヵ月後の時点でのコストの知覚に差があるかどうかを検討した。

## 2 項 コスト知覚の変容

援助要請者のコストでは「相手への遠慮」、援助者のコストの情動的側面では「憂うつ」、さらに、援助者のコストの認知的側面では「罪悪感」で、条件間に有意な差があり、その差は1ヵ月後まで維持されていた。このことから、援助要請者と援助者のコストの一部において、仮説を支持する結果が得られた。実験操作によって参加者のコストの知覚が低下し、1ヵ月後まで維持された変数は、援助要請者と潜在的援助者がお互いに感じる申し訳なさ、援助要請者が予測する、相談されたときの潜在的援助者の憂うつさであった。

実験条件の会話の内容を確認したところ、提示した内容と関連して、“相談されることは嬉しい”という発言が、Time 3の質問紙に回答した参加者が含まれるペア11組中7組に見られた。この発言の文脈として、相談にのることは援助要請者が思うよりも大変ではない、ということの説明のために、相談されることで援助者である他者に生じるポジティブな感情に言及していた。このような、援助要請された際に感じる他者のポジティブな感情を伝えられることで、援助要請者の援助者に対する遠慮や、援助者のネガティブな感情に対する援助要請者の予測が低下したのだと考えられる。

コストの情動的側面である「ばからしさ」、「煩わしさ」については有意な変化は見られなかった。仲の良い友人に対して生じる、相談したい気持ちと相手との関係懸念との葛藤から考えると、援助要請者が相談する際に懸念する援助者の反応は、援助者が自分に向けて苛立ったり、関心を示さないことよりもむしろ、他者が相談されたことについて過度に気にしたり、悩んだりすることなのかもしれない。また、実験条

件のペアの会話の中には，“他人事だから大変ではない”，“最後は相手の問題だから大変ではない”というような発言も見られ，それらの発言の影響によって低下しなかった可能性も考えられる。

コストについては，「罪悪感」において統制条件と実験条件の間に有意な差が見られた。“相談にのることは援助要請者が思うよりも大変ではない” ことについて話し合うことで，相談にのることにそれほど労力をかけないことが，問題や援助要請者とある程度の距離を置くことを連想させ，相談にのらないことの罪悪感を低く予測させたのかもしれない。また，Takegahara & Ambo (2015) では，援助者が援助要請者に助けられた経験について口頭で語るよう教示した実験条件では，援助要請者が予測する援助者の罪悪感が有意に上昇した。本研究の結果と照らし合わせると，援助者からの直接的な声かけが，援助者に対する申し訳なさや不快感情の変容に有効に作用した可能性が示唆される。

一方，相談にのることで時間を取られたり，他者の問題に巻き込まれたりすることや，相談にのらないことで援助要請者が不満をこぼすことは，ある程度事実であり，相談内容や悩みの深刻さによる部分も大きいため，今回の実験操作では「反応・評価懸念」や「労力と被影響」は影響を受けなかったのかもしれない。特に，話し合いのテーマと関連の深い「労力と被影響」では，参加者は心理的負担に着目していたことが考えられ，そのために，実験条件の参加者はネガティブな情動を低く予測する変化が示された可能性があげられる。心理的負担に着目したことで，物理的負担を意味する「労力と被影響」には統計的に有意な変化は見られなかったのだろう。

### 3 項 援助要請意図・援助要請経験への影響

実験操作が援助要請意図と援助要請経験に与える影響を検討したところ，どちらも統制条件と実験条件による有意な差

は見られなかった。援助要請意図では、条件や段階による主効果も示されず、本研究においては有意な変化は見られなかった。Pearce et al. (2003) や Rickwood, Cavanagh, Curtis, & Sakrouge (2004) においても、介入や操作の効果が示されたにも関わらず、援助要請にはそれほど影響が見られなかったことが示され、本研究の結果もこれらに一致するものとなった。援助要請に影響を与えるとされる要因の変化が援助要請に影響を与えないということは、取りあげる要因と援助要請が直線的な関係にあるわけではない可能性を示唆する。

例えば、援助者のコストをあまり高く予測しない場合と、中程度や非常に高く予測する場合とで、援助者のコスト知覚の変化が援助要請に与える影響の大きさは異なってくるだろう。援助要請者が予測するコストが非常に低い場合は、他の関連要因が援助要請の決定に及ぼす影響が大きくなるだろう。一方で、援助者のコストを非常に高く予測する場合には、コストを低めるというアプローチによって援助要請が促進される可能性が考えられる。このように、援助要請者が予測するコストが援助要請に与える影響がどんなときも一定であるとは限らないことが推測される。

そのため、他の要因の存在も含めてより包括的な視点で援助要請の促進を捉え、援助要請者が予測する援助者のコストが援助要請に与える影響について検討していく必要がある。また、本研究で扱ったような友人同士の援助要請の場合、実験開始時点での援助要請意図が高かったことも、統計的な有意差が生じなかった理由のひとつかもしれない。

援助要請経験においても操作の効果は見られなかった。また、本研究では援助要請をしたかどうかの経験のみを尋ねており、援助を要請する出来事や機会があったかについては尋ねていない。そのため、単に援助を要請する機会や必要性がなかった可能性も考えられるだろう。

#### 4 項 本研究の課題と今後の方向性

限界点として、第一に、本研究で行った実験操作は、援助要請者と援助者のコストの一部の知覚に効果をもたらしたが、援助要請意図や援助要請経験には変化が見られなかった。このことから、本研究で用いた実験操作は、一部の変数の知覚には影響を与えたものの、援助要請意図や援助要請経験に直接的な効果はもたらさなかったといえる。第7章でも、コスト知覚の変化は一部で示されたものの、援助要請意図には有意な変化は示されなかった。第5章では、援助要請者が予測する援助者のコストは援助要請行動を抑制するという結果を示しており、実験を用いた第7章と第8章では第5章と一致する結果を示すことができなかった。このことは、シナリオや想定したときの援助要請の意思決定と、実際の援助要請場面や援助者との対面場面での意思決定の心理状態が異なる可能性を示唆するものである。本研究で扱った、援助要請者が予測する援助者のコストが援助要請に与える影響について、調査方法や手続きの違いも含めて検討していく必要があるだろう。

第二の限界点は、実験条件の会話の教示が煩雑であったことである。参加者自身の言葉で語られることの効果も期待したために、本研究では、テーマに沿って自発的に参加者に語らせる形式を取った。しかし、援助者コストのバイアスの知見が初見では複雑であったこと、会話の際に、“相談にのることはそれほど大変ではないと感じることについて会話してください”のみ記載された用紙を参加者に提示したことなどから、参加者の中には、援助要請者と潜在的援助者のギャップではなく、単に“相談にのることは大変ではない”ことについて会話している者も数名見られた。今後は、今回得られた質的データを参考に、各ペアの話す内容に大きなばらつきが見られないよう具体的な教示を設定した上で、実験操作の純

粹な影響を確認する必要があるだろう。

最後に、本研究は、援助要請における介入に関して実証的な知見を示したという点、援助要請者が知覚する援助要請者・援助者のコストの一部が、二者間の10分間の会話で変容し、その後まで維持されたという点で一定の意義があるといえるだろう。

## 第 III 部 総合考察

## 第 9 章 実証研究の総合考察

### 要約

本章では、第 II 部の研究結果をそれぞれまとめるとともに、総合的な考察を行う。特に、本論の目的である、援助要請者が予測する援助者コストと相談行動の関連、そして援助要請者が予測する援助者コストの変容可能性について論じる。

### 1 節 実証研究の概要

援助要請行動の抑制要因について、援助要請者の自尊心 (Tessler & Schwartz, 1972; 脇本, 2008) のように、援助要請者の個人内で完結する要因についての検討が多くなされてきた。そこで、本論では、援助要請行動は、援助要請者と援助者の相互作用であるという視点に立ち、援助者の要因を取り入れて検討を進めた。

友人への援助要請行動における、必要な援助の獲得と友人との関係維持という葛藤に着目し、援助要請者が予測する援助者のコストについて検討を進めた。以下に示す 2 つの目的のために、5 つの実証研究を行った。

#### 1 項 目的 1: 援助要請者の援助者コスト予測と相談行動の関連

##### (1) 援助要請者が捉える援助者のコスト

第 4 章では、援助者の非援助コストに対する援助要請者と援助者の知覚にずれがあるという現象 (Flynn & Lake, 2008) が、友人間の相談行動においても確認されるかどうかを検討した。

大学生を対象に、援助要請者視点と援助者視点の 2 種類のシナリオを用いた質問紙調査を行った。対人関係の悩みを抱えているという援助要請者視点のシナリオを読んだ後、回答者は (1) 友人に相談しようと思うか、(2) 友人に相談する際に回答者自身が感じるコスト、(3) 友人が相談にのってくれる

と思うか、(4) 友人に相談する際に、友人が感じるコストについて、援助要請者の視点からそれぞれ評定した。対人関係の悩みを抱える友人から相談をされるという援助者視点のシナリオを読んだ後、回答者は、(1) 友人は相談しようと思うか、(2) 友人が相談する際に感じるコスト、(3) 回答者は友人の相談にのろうと思うか、(4) 友人の相談について、回答者自身が感じるコストについて、援助者の視点からそれぞれ評定をした。

質問紙調査の結果、周囲からの非難を懸念する「評価懸念」を除いて、援助者のコスト知覚について、援助要請者と援助者の視点による差が有意であった。つまり、友人間の相談行動の文脈でも、援助者のコスト知覚について、援助要請者と援助者にずれがあることが確認された。

## *(2) 援助要請者が予測する援助者コストが援助要請行動に与える影響*

第5章では、援助要請者が援助者のコストを予測することが、相談をしようという援助要請意図に与える影響を検討した。また、援助者のコストとして、これまで着目されてきた認知的側面 (e.g., 労力がかかる) だけでなく、援助者のネガティブ感情である情動的側面にも焦点をあてて検討することとした。

第4章と同様に、大学生を対象にしたシナリオを用いた質問紙調査を行った。共分散構造分析を用いて、援助者のコストの認知的側面・情動的側面が、援助を提供してくれるだろうという援助授与意図の予測、援助を要請しようという援助要請意図にどのような影響を与えるのかを検討した。

共分散構造分析の結果、援助要請者が予測するコストのいくつかが援助要請意図を間接的あるいは直接的に低めることが示された。一方で、援助者のコスト知覚について援助要請者と援助者の視点によるずれが生じていたとしても、援助要

請意図には影響を及ぼさないコストがあることも明らかになった。また、コストの情動的側面も、援助要請意図に影響を与えていることが示され、援助者の情動的側面を援助要請者が予測することにも焦点を当てる必要性を示した。

### (3) コミュニケーション・パターンと援助要請者が予測する援助者コストとの関連

第6章では、援助要請者が何を手がかりとして援助者のコストを予測しているのかを検討するために、大学生を対象とした実験室実験を用いた。そして、援助者のコストを予測する手がかりの指標として、援助要請者と援助者の二者間におけるコミュニケーション・パターン (Rogers & Farace, 1975) を取りあげた。そして、援助要請者の視点から予測する援助者のコストと、二者間のコミュニケーション・パターンの関連を検討した。

偏相関分析の結果、コミュニケーション・パターンのいくつかの種類と、援助要請者が予測する援助者のコスト、相談しようという援助要請意図との間に有意な関連があることが示された。このことから、援助要請者が援助者のコストを予測する手がかりのひとつとして、二者間のコミュニケーション・パターンが挙げられること、コミュニケーション・パターンを変容させることが、援助要請者の予測する援助者コストの変容につながる可能性が示唆された。

## 2 項 目的 2: 援助要請者の援助者コスト知覚の変容可能性

### (1) コストを高める実験的操作が援助者コスト知覚に与える影響

第7章では、援助要請者が援助者のコストを正確に予測することが難しいのかどうかを検証するために、大学生を対象に実験室実験を行った。実験室で相談をする統制条件と、特定のコストを顕在化させる実験条件を設け、参加者ペアを援助要請者と援助者に割り振った。統制条件と実験条件を比較

し、当該コストの知覚に差があるのかどうかを検討した。

その結果、罪悪感高条件では、統制条件において援助要請者と援助者の立場による差が有意であったが、その他に有意な差が示されず、第7章では、仮説を十分に支持する結果を得ることはできなかった。コスト知覚が実験状況によって変容する可能性は部分的に示唆されたものの、第7章の結果だけでは不十分であり、手続きの精緻化が不可欠である。

## (2) 援助要請者と援助者間の会話がコスト知覚にもたらす効果

第8章では、援助要請者が予測する援助者コストを低減させられるかどうか、そして援助者コスト予測の低減によって援助要請意図や援助要請行動は増大するのかどうかを検討した。大学生の友人ペアを対象に、実験室実験を行った。大学生ペアに対し、日常的な雑談をする統制条件と、援助コストを低減させることを目的とした操作を行った実験条件を設定した。実験条件の参加者ペアは、援助要請者が予測するほどには援助者は援助要請に応じるコストを厭わないという援助コストの過大評価バイアス（竹ヶ原・安保, 2013）に基づいて、これまでの経験や各自の意見などを話し合うよう教示された。また、実験から約1ヵ月後に、実験時に回答したものと同様の項目で構成された質問紙に回答した。

一緒に実験に参加した相手を援助者として参加者が予測したコストが、実験から1ヵ月後に変化したかどうかを検討した。その結果、相談されたときに援助者が抱く憂うつな感情や、相談にのらないときに生じる申し訳なさについて、援助要請者の知覚は統制条件の援助要請者よりも有意に低くなった。一方で、援助要請意図や援助要請行動については有意な変化は見られなかった。つまり、援助要請者の予測する援助者コストは一部変容するが、援助要請意図や援助要請行動には影響しないことが第8章の結果からいえる。

## 2 節 援助者に関わる要因と相談行動の関連

本節では、まず、援助要請に影響を与える援助者の要因として、援助者のコストについて述べる。援助者の抱えるコストの内容、そしてそれらを援助要請者・援助者が知覚することに関する基礎的知見について考察する。

### 1 項 援助要請に関わる援助者の要因

#### (1) コストにおける認知的側面

第4章で、相談行動における援助者のコストに関する項目を作成したところ、次の4つの因子が抽出された。相談にのることで時間や労力を割いたり、相手の問題に巻き込まれることへの懸念を表す「労力と被影響」、相談を断ることで周囲からの評価が低下したり自分の価値が低下したりすることを恐れる「評価懸念」、相談を断ることで申し訳なく感じる「罪悪感」、そして相談を断ることで援助要請者が不満を表出することへの懸念である「相手からの不満」である。第4章から第8章を通して、各章によって下位項目や因子構造は多少異なる場合があるものの、概ね上記の4つにまとまることが示された。

#### (2) コストにおける情動的側面

援助要請行動研究におけるコストは、状況の悪化のように援助要請の結果として生じる状況の変化を示すものが多かった(e.g., 永井・新井, 2008)。援助者の感情がその後の認知的判断や援助行動の意思決定に影響を与えるとするモデル(Piliavin et al., 1982)や直接的に援助行動に影響するという知見(e.g., 竹村・高木, 1990)に着想を得て、不快感情を抱くことも援助要請者が予測する援助者のコストとして捉え、コストの情動的側面に関する項目を第5章、第6章、第8章で設定することとした。寺崎他(1992)の多面的感情状態尺度のネガティブ感情に分類されるものを用いて検討を行ったところ、寺崎他(1992)と同様の下位項目で構成される因子

(i.e., 不安, 憂うつ) と, 異なる項目で構成される因子 (i.e., 倦怠) に分かれた。多面的感情状態尺度の項目には, 援助を要請されたときに生じる感情として適当とはいえない項目 (e.g., 「うらんだ」) が含まれていることもあり, まとまりが悪くなったことも考えられるだろう。潜在的援助者が, 援助を求められた際に置かれる感情状態として適切な項目を, 予備調査で選抜するなど項目の精緻化が今後必要となるだろう。

## 2 項 援助要請者における援助者コスト知覚のずれ

本項では, 援助者コストにおける援助要請者と援助者の知覚のずれについて, 自分の視点からの情報に基づいて他者の情報を推測する自己中心性や透明性の錯覚, そして親しい関係では他者の目標達成のために行動するという共同規範の点から考察を行った。

### (1) 援助コスト知覚のずれ

第4章では, 援助者が相談にのることで割くエネルギーや時間を, 援助要請者が過大に予測していることが示された。また, 第6章でも同様に, 援助要請者は援助者の労力を実際よりも高く予測していた。

コストの情動的側面<sup>13</sup>については, 援助要請者か援助者かという立場による差が見られたもの (i.e., 敵意, 倦怠) と, 差がなかったもの (i.e., 憂うつ, 無気力) があつた。認知的側面の労力, 情動的側面としての敵意や倦怠において, 援助要請者が援助者よりもコストを高く予測したことについて考察する。

まず, 援助要請者は, 自分の抱えている悩みについて経緯などの詳細を知っているが, 援助者はそれほど知らない。詳細を知っている援助要請者は, その内容を打ちあけられたときの心情を予測するだろう。しかし, 援助者は, 援助要請者ほど悩みの詳細を知らないため, 相談されたときに敵意や気

---

<sup>13</sup> コストの情動的側面は, 相談されたときの援助者の反応を測定していることから援助コストに含めて述べる。

怠さのような不快感情をそれほど感じないと考えるのかもしれない。そのような情報量の違いが、援助要請者と援助者のコスト知覚の差を生じさせていると考えられる。

また、敵意や倦怠のような感情は、有意な差が見られなかった憂うつなどと比較して、不快感の程度が強いものであると推察され、もし、援助者が攻撃的な感情や煩わしい気持ちを抱いた場合、それは援助要請者と援助者の二者関係にネガティブな影響を与えうるだろう。川西（2008）の考察にあるように、不快感の程度が強い感情の項目について、援助要請者が過敏に反応した結果として、援助要請者は援助者が実際に知覚するよりも高く不快感情を抱く可能性を予測したのかもしれない。

憂うつや無気力などの感情状態については、援助要請者と援助者において有意差は見られなかった。相談されたときの憂うつな感情は、相談されたことに対する不快感情を表すだけではない。例えば、悩んでいる援助要請者に共感し、寄り添おうとするために、援助要請者と同じように落ち込んだ気持ちを感じることもある。特に、親しい友人から相談された場合には、多くの人が共感の姿勢を示したり、自分が役立てることはないだろうかと考えたりするだろう。そのため、援助者は、相談にのろうと考えたときの自身の感情状態もふまえて評定したために有意差が見られなかった可能性もある。

一方で、援助要請者は、先述したような自身の悩みの情報をもとに援助者の感情状態を推測していることも考えられる。つまり、憂うつな感情状態の知覚に関して、援助要請者と援助者に有意な差は見られなかったが、各々が捉えた憂うつな感情は、悩みの深刻さによって生じるものであったり、援助要請者の悩みに共感することで生じるものであったりと、必ずしも等質ではない可能性がある。「無気力」因子は、敵意的感情や倦怠感のような、援助要請者に対して明らかに不快感

情を示す感情状態とは異なり，興味の高さや無関心を意味する項目で構成されている。そのため，援助要請者や援助要請者の悩みに対する興味関心については，これまでの二者関係におけるやり取りの経験から，多少は相手の興味関心を予測できるように援助要請者と援助者による差が見られなかったのだろう。

なお，「無気力」因子については，2項目と少ない項目数で構成されていたこともあって統計的に差が出なかったことも考えられ，因子構造についての精査も今後求められる。

援助要請に応じることで生じる援助コストに，援助要請者は注意を向けやすいことが明らかにされている (Flynn & Lake, 2008)。また，一言他 (2008) では，日本人は，援助者に負わせたコストについて申し訳なさを感じるとされる。本論で得られた援助要請者による援助コストの過大なコスト知覚は，先行研究と一致する結果であった。このことは，自身が抱える悩みについての情報が，援助者が知りうる情報よりも多いことや，親しい関係の相手に過度な負担をかけないように配慮するという共同規範が影響したために，援助者自身の知覚を上回ったと考えられる。ただし，すべての援助コストにおいて援助要請者の過大な予測が生じるわけではない。そのため，過大な予測が生じるものと生じないものについて今後も詳細に検討していく必要があるだろう。

## (2) 非援助コスト知覚のずれ

第4章と第6章で，相談にのらないことで生じる非援助コストについて，援助要請者と援助者のコスト知覚に差があることが示された。しかし，第4章と第6章では一貫した結果が得られなかった。

第4章では，相談にのらないことで生じる申し訳なさについて，Flynn & Lake (2008) の知見と同様に，援助要請者が予測するコストは援助者が実際に感じるものよりも低かった。

しかし、相談にのらないことで援助要請者が不満を表出することについては、援助要請者は援助者よりもコストを高く知覚しており、Flynn & Lake (2008) と反対の結果が示された。

第 6 章では、因子分析の結果、「罪悪感」、「相手からの不満」という第 4 章では独立した因子であったものが、「対応懸念」因子の 1 つにまとまった。相談にのらないことで生じる申し訳なさや援助要請者の反応への懸念について、第 6 章では、援助要請者は援助者よりも、低く知覚していた。このことは、因子構造や含まれる項目に多少の違いが見られたことも影響しているだろう。また、「対応懸念」とは、相談にのらない場合に生じる罪悪感をはじめとする、援助要請に応じないことで生じうる全般的な不安を指す。内容は、援助要請者からの反応に関する項目よりも、援助者自身の懸念に関する項目が多くなっており、援助要請者が予測するときにも援助要請者自身の情報の影響などがそれほど作用しなかったのだろう。

つまり、第 4 章における援助要請者に焦点化された項目で構成されていた「相手からの不満」については、援助要請者が不満感情を抱くのか、そして表出するのかということについて、援助要請者の視点からの思考が影響した結果、援助要請者のコスト予測のほうが援助者自身のコスト知覚よりも高くなった。しかし、第 6 章の「対応懸念」では、援助要請者に関する項目も含まれていたが、その他の援助者自身の罪悪感や不安に関する項目が多く、そちらのほうに着目されたために、第 4 章とは異なる結果が得られたのではないだろうか。

相談にのらないことで周囲からの評価が低下することや周囲から非難されることへの懸念についても、第 4 章と第 6 章で異なる結果が示された。第 4 章では、このような評価懸念については援助要請者と援助者の間に統計的有意差は示されなかったのに対し、第 6 章では、援助要請者と援助者のコスト知覚に差が見られた。つまり、援助要請者は、相談にのら

ないことで生じる評価低下への懸念を、援助者よりも低く予測していた。

この結果の違いについては、シナリオの内容が影響していると考えられる。第4章、第6章ともに、対人関係の悩みについての相談行動のシナリオを提示した。しかし、第4章で用いたシナリオには、「あなた」(あるいはA)とある友人しか登場しないが、6章のシナリオには、友人とのトラブルの後に「他の友人とも距離ができてしまいました」(第6章2節)と言及されている。他の友人の存在が暗に示されたことにより、援助者として回答する際に第三者の存在にやや注意が向き、援助要請者のコスト知覚と差が見られたのかもしれない。

Flynn & Lake (2008) では道案内やアンケート記入をするよう頼むという援助要請を取りあげたため、見知らぬ人に対して断ることのコストに面子の喪失が関わっているとされていた。しかし、本論では、親しい友人間での相談行動に焦点化しており、相談にのらないことで生じるコストは、課題達成のための援助の拒絶で生じるコストとは異なる側面もあったと考えられる。

### 3 項 援助要請者における援助者コスト予測の手がかり

友人への援助要請行動において、カウンセラーなどの専門機関に援助を求める専門的援助要請行動や、見知らぬ人に援助を求める援助要請行動と異なる点は、日常的な交流がある点である。第2章で詳述したように、援助要請者は、必要な援助が獲得できるかどうか、そして自身の援助要請が今後の友人との関係にネガティブな影響を与えないかどうかを考慮するために、援助要請時に他者の情報を推測していると考えられる。このとき、援助要請者は何かしらの手がかりをもとに、他者の現在の状況や心情を判断するだろう。

しかし、これまでの研究では、援助要請者自身や援助者のコストを測定する際に、手がかりに着目した検討はほとんど

されてこなかった。そこで本論では、援助要請者がどのような情報を手がかりとして、援助者のコストを予測しているのかどうかについて日常的場面（第5章）と実験的場面（第7章）においてそれぞれ検討した。

#### (1) 日常的場面における援助者コスト予測の手がかり

第5章では、援助要請者と援助者における日常的交流の測定指標として、コミュニケーション・パターンに着目した。自分の発したメッセージに対する相手の反応という1つのパターンと、援助者である相手のコストを援助要請者である自分が予測することに関連があるのかどうかを検討した。その結果、コミュニケーション・パターンと有意な関連が示されたコストは、いずれもコストの情動的側面であった。有意な関連が示されたコミュニケーション・パターンは、援助要請者が one-up (↑) のメッセージを送ったものに限られた。

one-up (↑) のメッセージでは、相手が one-down (↓) を返すほど、自身が相談するときの相手の憂うつな気持ちを低く予測していた。また、自身の one-up (↑) に対し相手が one-across (→) の反応を返す頻度が多ければ、自身が相談するときの相手のばかりしいと感じる気持ちを高く、煩わしいと思う気持ちを低く予測していることが示された。このことは、援助要請者は、日常的コミュニケーションを手がかりとして援助者のコストを予測しうることを示唆した。

コストの認知的側面は、コミュニケーション・パターンと有意な関連を示さなかった。「相談にのると自分の時間を取られる」や「相談を断ると申し訳なく感じる」というように、コストの認知的側面の程度は、悩みの内容や深刻さの程度に大きく依存する。そのため、援助要請の内容を具体的に取りあげなかった第6章の実験では、コストの認知的側面とコミュニケーション・パターンとの関連は有意ではなかったのだろう。一方で、相談したときの援助者の反応は、悩みの内容

よりも、相談行動自体に対して示されるものであることから、コミュニケーション・パターンとの間に関連が見られたと考えられる。

日常的コミュニケーションと援助要請者が予測する援助者コストとの間に関連が見られたことは、援助要請者の不正確な援助者コストの認知に直接的に働きかけずに、日々のコミュニケーションの修正が、援助要請者の援助者コスト認知を変容させるかもしれないという点で、臨床心理学的に意義のあることだろう。しかし、場をコントロールする性質を備えた one-up (↑) は、分類される反応を具体的にしてみると、会話を始めたり、話題を転換させたりというような、会話をコントロールする性質のものだけでなく、相手の意見を否定する、相手の話を遮って自分の話をするというような自分本位な反応も含まれており、後者の反応は、受け手に不快な印象を抱かせる可能性がある。このように、one-up (↑) メッセージは、いくつかのコストの情動的側面と負の相関を示したが、その中には二者関係にネガティブな影響を及ぼすコミュニケーションが含まれている可能性もある。

また、第5章では援助要請者の援助者コストの予測と、コミュニケーション・パターンの関連のみを検討しており、援助者側の視点が欠如している。そのため、援助者がどのようなコミュニケーション・パターンが多いと実際にコストを高く感じやすいのか、ということについては検討されていない。

加えて、分析上の限界点として、第5章では相関分析で検討を行っているため因果関係を規定できない。したがって、自身の行動に関する他者のコストを低く予測する人だから、自分が上位に立とうとするコミュニケーションを取る傾向がある、という解釈も可能である。これらのことから、援助要請者と援助者の視点を設けて、それぞれの視点から知覚する援助者のコスト、二者間で行われるコミュニケーション・パ

ターンを取り扱って精査していく必要がある。

## (2) 実験的場面における援助者コスト予測の手がかり

第7章では、第4章の援助者コストの因子構造を参考に、特定のコストを増大させる実験条件を3つ設定し、統制条件と実験条件で援助要請者のコスト知覚に差があるかどうかを検討した。統制条件と各実験条件を比較した結果、罪悪感高条件についていくらかの示唆を得ることができた。統制条件では、援助要請者と援助者の罪悪感の評定には有意差が見られたのに対し、援助者が抱く罪悪感を高める操作を行った罪悪感高条件では、援助要請者と援助者の罪悪感評定に差は見られなかった。そして、統制条件の援助要請者と罪悪感高条件の援助要請者の罪悪感予測には有意傾向であるものの差があった。このことは、援助要請者における援助者の罪悪感予測が、実験操作の結果、援助者が実際に知覚するコストの程度に達する可能性があることを示唆している。

これまでは、援助要請に応じることで援助者が被るコストに焦点化された実験研究が多かった (e.g., Shapiro, 1980)。しかし、第7章の知見から、援助要請者は援助に応じるコストだけでなく、援助要請に応じないことにより生じる援助者のコストについても、場面の状況から予測することが可能であることが示唆された。ただし、罪悪感の喚起には、他者の視点に立つことや共感的関心が必要であり (有光, 2006)、罪悪感の知覚について実験操作の効果が見られたことは、親しい友人間での相談行動であったことが大きく影響しているだろう。なぜなら、人間は自分と類似した他者に対して共感が生じやすく (Houston, 1990)、心理的距離が近いほど共感しやすいからである (登張, 2005)。したがって、身近な他者への援助要請行動については適用可能であることが考えられ、身近な他者の枠組みの中でどこまで適用可能であるかさらなる検討が必要だろう。

第5章と第7章の知見から、援助要請者は潜在的援助者との交流や、置かれた場面から援助者のコストを一部予測していることが示唆された。これらのことは、援助要請者のコスト知覚に直接的に働きかけるのではなく、状況や二者のやり取りを工夫することで、援助要請者のコスト知覚を間接的に変容させられることを示唆している。

#### 4 項 援助要請者における援助者コスト予測と相談行動との関連

第4章では、援助要請者と援助者のそれぞれのコスト知覚にずれがあることについて示し、第5章では援助要請者は援助者とのコミュニケーションを手がかりとして援助者の情動的側面のコストを予測している可能性を示した。これらのことを受け、第6章では、援助要請者における援助者コストの予測は、援助要請行動にどのような影響を与えるのかを検討した。相談にのらないことで生じる非援助コスト（e.g., 相談にのらないと罪悪感が生じる）は援助要請に正の影響を、相談にのることで生じる援助コスト（e.g., 時間がかかる）は援助要請に負の影響を与えるという仮説を設定して、検討を行った。

その結果、どちらの仮説も部分的に支持された。このことは、援助者が援助要請に応じないことで生じる非援助コストを、援助要請者が過小評価することで、結果的に援助要請行動が抑制されうるという推定を、部分的にはあるものの、実証的に明らかにしたという点で意義があるといえるだろう。

しかし、援助要請者と援助者のコスト知覚のずれと援助要請意図との関連を直接的に検討していないという点で、本研究の知見の妥当性はやや不十分である。例えば、援助要請者と援助者の双方の援助者コスト知覚を測定し、二者のずれが大きい条件とずれがない、あるいは小さい条件とに分類する。そして、2つの条件間で援助要請行動の頻度に差があるかどうかを検討するなどして、援助者コスト知覚の立場による差

が援助要請行動に与える影響をより直接的に検討する必要があるだろう。

本研究の結果から，援助要請意図や援助授与意図と関連を示されない援助者コストもいくつか見られ，すべての援助者におけるコストが援助要請意図や，援助者の援助授与意図に関連するわけではないことが明らかになった。このことから，援助者コストに対する援助要請者と援助者の双方の知覚にずれがあること自体が問題というよりは，その援助要請者の思い込みによって援助要請行動が抑制される可能性があることが深刻であると強調していく必要があるだろう。

### 3 節 援助要請者における援助者コスト知覚の変容可能性

#### 1 項 援助者コストの実験的操作によるコスト知覚の変容可能性

第7章では，援助者に関するコストの実験的操作が，援助要請者と援助者のコスト知覚に与える影響を検討した。援助要請者に割り当てられた参加者には，援助者であるもう一人の参加者に対して実際に悩みを相談するよう教示した。統制条件と，援助者のコストをそれぞれ操作した3つの実験条件を設定し，当該のコスト知覚について条件（統制条件 vs. 実験条件）と立場（援助要請者 vs. 援助者）による差が見られるかどうかを検討した。

その結果，仮説を十分に支持する結果を得ることはできなかったが，罪悪感高条件についてはいくらかの示唆を得られた。罪悪感について操作した罪悪感高条件では，援助者の参加者が，援助要請者の参加者に助けてもらった経験を記入し，一番印象的な出来事について口頭で述べるという操作がなされた。援助者が会話の内容を書き取る労力高条件，第三者の存在を知らせる評価懸念高条件は実験状況の操作であったのに対し，罪悪感高条件は，援助者が援助要請者に対して，援助者自身の経験や心情を伝えるというものであった。援助者

が援助要請者に助けられた印象的な経験を伝えることで、援助要請者に援助者の情報が伝わり、援助者が負うコストに関する知覚が変化したと考えられる。

## 2 項 二者間の会話内容による援助者コスト知覚の変容可能性

第 8 章では、友人ペアに 10 分間の会話をするよう教示し、その会話の前後、そして実験から約 1 カ月後で、援助要請者自身が感じる相談する際のコストと、援助要請者の立場から予測する援助者のコストが変容するかどうかを検討した。また、統制条件と実験条件を設定し、条件間のコスト知覚を比較した。統制条件では、参加者は趣味のことや食べ物のことというような日常的な雑談をした。一方で、実験条件の参加者は、援助要請に応じることで生じる援助コストを援助要請者は過大評価する傾向にあるという竹ヶ原・安保（2013）の知見をもとに相談にのることはそれほど大変ではないということについて、自身の経験などを述べながら話し合うよう教示した。

その結果、実験条件の参加者において、統制条件の参加者と比較して援助者コスト知覚の差が示され、なおかつ実験の 1 カ月後まで維持されていたものは、援助要請者自身のコストである「相手への遠慮」、援助者のコストである「罪悪感」、「憂うつ」であった。統制条件の参加者よりも実験条件の参加者は、いずれのコストについて有意に低く予測した。

このことは、相談にのることは大変ではないということに関する相手の考えを聞くことの影響によるものだと推測される。つまり、相談にのることはそれほど大変ではないということを手から伝えられることで、相手に相談することを想定した場合、過度に憂うつになることはないと予測したのだろう。

「罪悪感」については、やや複雑な心理的プロセスが想定される。相談にのることで生じる援助コストと、相談にのら

ないことで生じる罪悪感との間には正の相関があることが示されている (Table 8-5)。相談にのることで生じるコストが高いと予測するという事は、それだけ援助要請者自身も困っており、援助が必要な状態であるといえる。しかし、困窮している友人の援助要請に応じないことは、相手の福利に資する行動をするという共同規範を逸脱することになる。これらのことから、援助コストと「罪悪感」には正の関連があると考えられる。

援助コストが高いと予測するほど「罪悪感」も高く予測するという相関分析の結果から、第8章の実験教示は、直接的には援助コストを低減させるものであったが、間接的に非援助コストを低減させるように働いた可能性も考えられる。つまり、援助コストを低減させるようなメッセージを送ることで、相談にのらないことを過度に気に病むことはないだろうと思われ、援助要請者における「罪悪感」に関するコスト知覚が低減したのだろう。ただし、第8章の結果からは、コスト知覚が有意に低下した変数は一部であり、このプロセスは推測の域を出ない。

同時に、それほど大変ではないという援助者のメッセージに伴い、援助要請者が相談するときを感じる援助者への申し訳なさも低下したのだと考えられる。

援助要請者と援助者のコストについていくつかの変化が見られたが、1ヵ月後のフォローアップ調査においては、相談行動を含む日常的な援助要請行動に有意な変化は見られなかった。本研究のように、個人の態度や認知における介入や操作の効果が示されても、援助要請行動にはそれほど影響が見られなかったとする研究はいくつか存在する (e.g., Pearce et al., 2003; Rickwood et al., 2004)。このことから、行動はそれほど容易に変容するものではないことがわかり (Rickwood et al., 2004)、今後も検討を重ね、援助要請行動を促進する

ための有効な方法について検討していく余地がある。

### 3 項 コスト知覚の変容可能性

第 7 章と第 8 章では，実験室実験を用いて，援助者に関するコスト知覚は変容可能であるかどうかを検討した。その結果，一部の援助者コストについては，変容する可能性が示唆された。

援助者のコストの認知的側面についての知覚は，状況や場面，そして抱える悩みに依存するため，状況の操作，援助要請者と援助者の交流による影響は受けにくいことが示された。一方で，援助者のコストの情動的側面に対する知覚については，援助者からの情緒的働きかけによって変容しやすいことが示唆された。第 7 章では，援助者の視点から助けてもらって感謝している経験を伝えるという操作を行い，第 8 章では，援助者の視点で援助要請に応じることについて二者間の話し合いを行った。これらの操作によって，援助要請者の視点からでは焦点を当てることが困難であった援助者視点の情報に目を向けやすくなったため，コスト知覚の変容が生じたと考えられる。このことは，援助要請者と援助者のコスト知覚の差は，それぞれの視点からの情報をもとにコストを測定しているという自己中心性が影響している可能性を示唆する。

限界点として，まず，第 7 章と第 8 章の実験室実験において，実験者効果が働いた可能性が考えられる。第 7 章では特定のコストを高めるように場面を操作することでコスト知覚が変容するかどうかについて検討を行った。第 8 章では，友人ペアで，“相談にのることは相談する側が思うほどには大変ではない”ことについての会話が，援助要請者自身のコストと援助者について予測するコストに影響するかどうかを検討した。コストを操作することでコスト知覚が増減するだろうという第 7 章と第 8 章における仮説と実験手続きが直線的に結びついていたことから，参加者が実験の目的を推測し，そ

の期待に応えるように実験に取り組んだ可能性が考えられる。そのため、例えば第 8 章については、普段から相手に対して相談にのることは大変ではないことを伝えているペアとそうではないペアでコスト知覚の得点を比較するなど、実験者効果を最小限にした上で、実験操作の効果を確認する必要があるだろう。

第二の限界点は、第 8 章ではコスト評定に援助者視点を設定しなかったため、コスト知覚の変容により、援助要請者と援助者のコスト知覚のずれがなくなったのかどうかは不明であるという点である。第 7 章で行ったように、援助要請者と援助者のそれぞれの立場を設定して、援助要請者と援助者のそれぞれのコスト知覚についてベースラインを設定し、話し合うことによってそれぞれのコストがベースラインからどのように変容するのかを検討することで、第 8 章の知見の頑健性や影響の及ぶ範囲を確認することができるだろう。

さらに、話し合った内容についての質的分析を行うなどして、どのような要素がコスト知覚に影響を与えたのかなど検討することも必要だろう。



## 第 10 章 結論

### 要約

本章では、本論に残された課題と今後の方向性、臨床心理学への示唆、本論の意義について述べる。

### 1 節 本論に残された課題と今後の方向性

#### 1 項 本論の課題

##### (1) 援助要請者と援助者の相互作用

本論では、これまで援助要請者の視点に立って検討がされてきた援助要請行動について、援助者に関わる要因を組み込み、援助要請者と援助者の相互作用という視点を取り入れて検討を進めた。第 3 章で言及したように、本論では、援助要請者と援助者の相互作用を直接的に扱うことはせず、その相互作用に多大な影響を与えることから、援助要請者が援助者をどのように捉えているのかに関して基礎的な研究を行った。そのため、援助要請者の視点に偏っていることが第一の限界である。

援助要請者と援助者の相互作用メカニズムをより正確に解明するためには、援助要請者と援助者のペアデータを用いる必要があるだろう。援助要請時の援助要請者の反応に対して、一方の援助者はどのように対応し、その援助者の反応に対して援助要請者はどのように感じるのか、など二者間の相互作用コミュニケーションにより焦点化して検討していくことが考えられる。二者間の相互作用をより詳細に検討することで、実際の援助要請場面に近い状態での二者のメカニズムを調査していくことができるかもしれない。

##### (2) 相談行動の捉え方

本論では、援助要請行動の内容として悩みの相談を取り扱った。他者に相談をするということは誰しもが経験すること

だと考えられるが，相談行動の持つ意味や相談によって得られるものへの期待は個人によって異なる可能性がある。

悩みを相談することで自身の感情を吐露することを重視する人もいれば，問題解決に資する手段やアドバイスを期待する人もいるだろう。相談行動やそれによって得られるものへの期待によって，援助要請者の立場で感じる援助要請者自身のコストや，予測する援助者のコストには違いが見られるかもしれない。

例えば，単に自分の話をひたすらに聴いてほしい人であれば，相談することで援助者に時間を取らせてしまうことが特に気になるだろう。一方で，話を聴いてほしいというよりは，問題解決やアドバイスが欲しいと考える人は，援助者に時間を取らせてしまうことについてはそれほど気にしないかもしれない。このように，相談行動をどのように捉えるか，相談によってどのような援助を得たいか，援助者にどのような反応を期待するかによって，援助要請者が予測するコストは異なる可能性があるだろう。

したがって，援助要請者が期待する援助者や相談行動によるニーズにも着目していく必要がある。ニーズについては，援助要請を実行することによる利益（永井・新井，2007）とも関連がある。援助要請者のニーズとコストとの関連について着目していく必要があるだろう。

### (3)他の要因との関連の不十分さ

サンプルサイズの少なさもあり，本論では，他の要因を入れずに，援助者のコストという点に絞って検討を進めた。そのため，これまで援助要請行動に関する先行研究で検討されてきた他の要因と，援助要請者が予測する援助者のコストとの関連が不明確であり，これまでの先行研究の中で本論の知見の位置づけが不明瞭である。そのため，今後は他の関連要因や，援助要請行動プロセス・モデルとの照合などを検討し

ながら，他の要因を考慮した上での相対的な影響力などを調査していく必要があるだろう。

援助要請者が援助者のコストの予測の際に関連する要因として，援助者の状況や心情について推測するスキルや思考特性がある。援助要請者が他者の状況や心情に過敏であるか鈍感であるかということは，援助者のコストを予測することに多大な影響を及ぼすだろう。

例えば，畑野（2010）は，コミュニケーションに対する自信尺度を作成した。この尺度は，相手に自身の意見や考えを伝えられるという「意図伝達」，状況や場面，相手の状態に合わせた態度や感情の表出ができるという「意図抑制」，相手の気持ちや思考を敏感に感じられるという「意図理解」の3因子で構成されている。また，金子（2000）の自己関係づけ尺度や藤井（2001）の友人関係における心理的対処の方法は，他者の反応の過敏性や他者との関係に対する思考特性について測定している。このように，他者とのコミュニケーションや人間関係に対する思考特性との関連を検討することで，援助者のコストに敏感であるがゆえに援助要請を躊躇する人に焦点を当てることができるだろう。

#### (4) サンプルサイズの小ささ

本研究では第7章と第8章で実験室実験を行った。しかし，第7章では4つの条件が設定されたこと，第8章では，実験から1ヵ月後のフォローアップを含めた分析を行ったことから，サンプルサイズがやや不足した中での検討となった。そのため，本論で得られた知見の信頼性に疑問が残る。より多くのサンプルを収集することで，援助要請者と援助者の二者間におけるずれを測定し，ずれの程度によって援助要請意図や援助要請行動に違いがあるのかどうかなど，詳細な検討が可能となるだろう。

また，援助要請者と援助者の性別の組み合わせによっても，

援助者コストの予測には差が生じることが示されている（竹ヶ原・安保, 2014）。しかし，本研究では，性差に焦点を当てなかったこと，性差を検討するに十分なサンプルを収集できなかったことから，この点については触れられていない。したがって，今後は，大規模データを用いて，援助者のコストという概念の精緻化，性別を含む他の要因との関連を明らかにし，基礎的な知見を蓄積していくことが望まれる。

#### (5) コストに対する研究的示唆

本論では，援助要請行動を抑制する要因として，援助要請者が予測する援助者のコストに焦点を当てた。第4章から第8章までの実証研究の結果，Flynn & Lake (2008) や Bohns & Flynn (2010) が明らかにしたように，援助要請者と援助者はお互いのことを正確に知覚できないことが示された。つまり，我々は日常的に援助要請者と援助者の立場を経験しているにも関わらず，援助要請者の立場のときは援助者のことを，援助者の立場のときは援助要請者のことを正しく認識できていない (Flynn & Lake, 2008)。このような援助要請者と援助者のずれによって生じる援助要請行動の抑制について，本論では問題提起をし，第II部に示したような実証的検討を重ねてきた。

一方で，相手のコストを正しく認知できるようになることや，援助要請者が予測する援助者のコストが本論の目的に沿って低減することができた場合に，新たな問題が浮上する可能性がある。

もしも，援助要請者が援助者のコストを援助者と同じように知覚できるようになったとしたら，些細なことでも援助を求めようとするようになるかもしれない。その場合，援助者の不快感情が高まり，援助要請者と援助者の二者関係が危機にさらされる可能性が生じてくる。むしろ，援助要請者が，援助者のコストを援助者が実際に感じているよりも高く予測

することで、援助要請者は援助要請の決定に慎重になるのかもしれない。さらに、援助要請者が援助者に負担をかけることを実際よりも高く予測し、申し訳ないと感じるからこそ、援助者はそれほど大変ではないと快く援助要請に応じることが出来る可能性もある。単に援助要請者と援助者の間に認知のずれがあることを問題とするのではなく、それによって生じる問題と一方で享受する利益に着目しながら、包括的な視点で検討を進めることが重要だろう。

援助要請行動の大きな目的として、援助要請行動を促進することが挙げられるが、近年では、“援助を要請できればいいのか”という疑問も唱えられ、援助要請の質に着目する視点も登場している (e.g., 永井・新井, 2013)。そもそも、援助要請行動は、一人では問題が解決できない場合を取る、問題解決行動の一つである。そのため、最終的な目標は、単に援助を求めるのではなく、必要な援助を獲得することによって問題を解決することである。この最終的な目標に対して、援助要請者が援助者のコストを予測することの意味や機能について理論的検討を重ね、実証的に示していくことが求められる。

なお、心理臨床の場面においても、同様のことが適用できるだろう。つまり、クライアントはカウンセラーや専門家に悩みを相談し、抱える問題を解決するように動く。専門家が、クライアントの持ちうる援助資源を、問題解決やストレス低減のために利用促進させることも多いだろう。このときに、クライアントが周囲に迷惑をかけることを懸念し、上手に援助資源を活用できないということはしばしばあることだと推測される。

そのときに、援助を求める側は他者のコストを正確に予測できないこと、そのことで問題解決に歯止めがかかっていることをカウンセラー側が説明することで、クライアントに気

付きをもたらすことができるかもしれない。実際に問題に向き合い、対処するのはクライアント自身であり（竹ヶ原・安保, 2012），その際に他者の力を借りることは、一方的に他者に頼るような依存的な行動ではなく，問題解決のために必要な手段を取るという主体的な行動である（竹ヶ原, 2014）。このように，心理臨床場面で生じる，他者に援助を求めることについての他者配慮や過度な抵抗についても検討し，基礎的知見の視点と応用実践の視点の両方から，問題解決行動のひとつとしての援助要請行動について包括的に捉えていく必要があるだろう。

## 2 項 今後の方向性

今後の方向性として，次の2点が考えられる。1点めは，利益とコストのバランスを組み込んで検討すること，2点めは，共同関係と交換関係という視点から，援助者コストの捉え方の差を見ていくことである。

### (1) 利益とコストのバランス

援助行動，援助要請行動のどちらにも，その行動を実行あるいは回避することの利益とコストが存在する（高木, 1998）。援助要請行動を促進するアプローチとして高野・宇留田（2002）は，次の4種類があるとした。それは，①援助要請コストを下げる，②要請利益を上げる，③非要請コストを上げる，④非要請利益を下げる，である。高野・宇留田（2002）は，この4種類について学生サービスがどのように応用できるかを考察している。

しかし，援助要請行動や援助行動において生じる利益やコストはそれぞれ独立しているわけではなく，相互に関連しあっていると考えられる。本論の実証研究においても，援助要請のコスト，援助者に生じる援助コストと非援助コストはそれぞれ有意な関連があることが示された（Table 4-4, Table 5-4, Table 6-7）。そのため，それぞれの利益とコストを包括

的に捉える視点が必要である。

利益とコストのバランスについては、衡平理論 (Adams, 1965) を参照したい。衡平理論とは、親密な関係における社会的交換を理論化したものの一つであり、関係から得ているアウトカムと関係に投入しているインプットの比率が、他者のそれと等しいと認知されたときに衡平が経験されるとしている (諸井, 1996)。もし、二者におけるこれらの比率が異なると認知されたときには不衡平が経験される。不衡平状態は緊張を生じさせ、その緊張によって個人は不衡平を低減させようとする。援助要請行動によって、資源が交換され、それぞれのインプットとアウトカムの比率が変化するため、二者関係をよりダイナミックに捉えることが可能となる。

一方で、援助要請者と援助者という視点に加え、それぞれに生じる利益とコストを取り入れることは、研究を非常に複雑にさせてしまう。そのため、取り入れる要因 (e.g., 援助要請者か援助者か、共同関係か交換関係か) が援助要請に及ぼす影響についての知見を整理し、その上で、利益やコストのバランスが援助要請者と援助者の二者関係でどのように変化し、均衡していくのかを検討することで、それぞれの要因がもたらす影響や、各要因の組み合わせによって生じる複合的な影響について明らかにすることができるだろう。

## (2) 関係の種類の違いが援助者コスト知覚に与える影響

第2章1節3項では、交換関係と共同関係の概念について言及し、それぞれの援助資源として交換関係では専門機関、共同関係では親しい友人を例示した。交換関係・共同関係という枠組みの導入は、援助要請に与える影響について、友人であることや専門家であることという援助資源の違いに帰結せず、援助要請者と援助者の二者関係という枠組みで捉えることを可能にしたという点で有意義であったといえる。

本論では、共同関係にある他者の典型的な例として友人を

取りあげ、相談行動を扱った。その理由は、相談行動が親しい他者に対して行われる行動であるため、親しい関係にあるからこそ相談を行いにくいという葛藤に着目するためという2点であった。

しかし、すべての友人に相談するわけではないように、すべての友人と共同関係にあるとは限らない。また、共同関係も等質なものではなく、親密さによって結びつきの強さが異なるとされている (Clark, 1983)。さらに、小口 (1990) のように、好ましい相手に対して開示をしたいとすれば、援助を要請しようと思える友人は限られるだろう。このように、同じ友人という立場でありながら、援助を要請しようと思える友人とそうではない友人の違いについて、本論では言及しなかった。共同関係と交換関係という関係の違いに着目し、それぞれの関係における友人に対して予測する援助者のコストを探ることが今後に向けての2つめの方向性である。

例えば、交換関係にある友人では、相手に負わせた分をなるべく迅速に返報しなければならないため、時間やエネルギーを援助者に割かせてしまうことを援助要請者は懸念する。しかし、共同関係にある友人の場合、親しい関係だからこそ、労力やエネルギーを割かせてしまうことだけでなく、援助要請に応じられない場合のコストについて交換関係の友人の場合よりも、高く予測するかもしれない。共同関係にある友人であれば、どのような種類のコストであれ、相手に負担をかけてしまうことを懸念する可能性があるからである。このように、友人同士という同じ関係であっても、共同関係であるか交換関係であるかによって、援助要請者が懸念するコストの種類は異なるかもしれない。

本論では、援助要請の内容を悩みの相談に限定したために、交換関係で相談行動が行われる可能性が低いことから、共同関係における友人に焦点を当てた検討に留まった。今後は、

共同関係にある友人に対する援助者コストの予測と、交換関係の友人に対するそれとを比較し、各関係において重要な、あるいは特異なコストを鑑別していく必要があるだろう。

## 2 節 本論の意義

### (1) 援助要請行動研究への貢献

援助要請行動に影響を与える要因の検討について、これまでの先行研究では、性別などのデモグラフィック要因 (e.g., Schonert-Reichl & Muller, 1996), ネットワーク変数 (e.g., 木村・水野, 2004), パーソナリティ変数 (e.g., Schomerus, Appel, Meffert, Luppá, Anderson, Grabe, & Baumeister, 2013), 個人の問題の深刻さ (e.g., 笠原, 2002) のような個人内の要因が主であった (水野・石隈, 1999)。これまで援助要請者と援助者の個人間要因に着目した研究はそれほど多くなかったため、本論は援助者のコストという概念について援助要請者と援助者の相互の視点を考慮して検討を行った。

本論では、DePaulo & Fisher (1980) や Shapiro (1980) のような作業課題に関する援助要請に限らず、友人への相談行動においても、援助要請者の立場から援助者のコストを予測することで援助要請行動を抑制する可能性があることを実証的に明らかにした。心理的援助要請行動において、援助者のコストに着目した研究はほとんどなく、援助者のコストに関しては社会心理学領域で主に検討されてきた。したがって、援助者のコストという概念が、教育心理学や臨床心理学領域で検討される心理的援助要請についても影響を与えることを明らかにしたことは、概念の適用範囲の拡張という点で意義のあることだといえる。

### (2) ソーシャル・サポート研究への貢献

第4章では、援助要請者と援助者のコスト知覚のずれに着目した。援助を求める側と援助を与える側の視点によって捉

え方が異なることについて、ソーシャル・サポート研究においても、類似する概念がある。

ソーシャル・サポート研究において、知覚されたサポートと実行されたサポートにずれがあることが言われている（中村・浦, 2000）。知覚されたサポートとは、これだけサポートを受けられるだろうというサポートの利用期待であり、実行されたサポートとは、実際に援助者から受け取ったサポートを意味する。知覚されたサポートと実行されたサポートは時点の違いや行為者の違いがあること、両者の相関も低いことから独立した概念として扱われてきた（中村・浦, 1999）。そして、それぞれ個別のものとして検討が進められ、両者の関連について検討した研究はほとんどない。

福岡（2008）は、自己開示を通して友人からサポートを得ることで、ストレス体験後の気分状態の改善や心理的適応が促進されることを実証的に示した。この福岡（2008）の研究では、多くの自己開示を行うほど、聞き手が話を聞いてくれるほど、そして実際に励ましやアドバイスなどのサポートを受けられるほど気分状態が改善されていた。また、福岡（2007）では、話し手の自己開示量に応じたサポートを受け取ることが気分状態を改善することが示されている。このことは、“これだけ話を聞いてサポートをしてもらいたい”という話し手から聞き手へのサポート期待と、実際のサポートが一致した結果が、気分を改善させたと考えられる。

つまり、ソーシャル・サポート研究における知覚されたサポートという概念でも、サポートを受け取る側が援助者の様々な情報をもとに、どれだけ援助者からサポートを受け取ることができるかを予測している。本論で、援助要請者の視点から援助者のコストを測定したように、援助要請者が援助者に期待するサポートについて、援助者の要因を考慮して検討することで、より多層的にこれらのサポート概念を理解す

ることができるだろう。知覚されたサポートと実行されたサポートは、どちらもサポートの受け手の主観的判断に依存するが、そのことを受け手が判断する際には、サポートの与え手である援助者の情報も考慮されている。しかし、知覚されたサポートや実行されたサポートに影響を与える要因については検討が不十分な点が多く、その点にいくらかの示唆を与えたということから、本論は、ソーシャル・サポート研究の領域に貢献するといえるだろう。

### 3 節 臨床心理学的示唆

本節では、援助要請者における援助者コスト知覚の変容可能性における臨床心理学的示唆について述べる。

本論では、友人に対する相談行動について、援助者である友人が抱えるコストについて援助要請者がどのように捉えるのかを検討した。その結果、援助要請者が予測する援助者のコストは、実際の援助者の知覚とずれがあること（第4章）、援助要請者における援助者コストの知覚は変容可能であること（第7章・第8章）が示唆された。

#### 1 項 コミュニケーション・パターンという視点からのアプローチ

第5章では、友人とのやり取りの測度としてコミュニケーション・パターンを用いて、援助要請者における援助者コスト知覚との関連を検討した。いくつかのコミュニケーション・パターンが援助者コスト知覚との関連が見られたことから、援助コスト知覚を変容させる方法として、二者間のコミュニケーション・パターンを変化させることが挙げられる。

二者間のコミュニケーションは、二者がその関係を維持させるための行動パターンであり（横谷・長谷川, 2011）、コミュニケーションを変化させることは二者関係に変化をもたらす。そして、その二者関係の変化は、各個人を変化させるだろう。したがって、援助要請者と援助者の二者間のコミュニ

ケーション・パターンを変化させることで、援助要請者における援助者コスト知覚の低減や援助要請意図の増大をもたらすことができるかもしれない。

また、Weakland (1979) は、コミュニケーション・パターンによるメッセージの交換を通して、「関係」が形成されるとしている。このことから、援助要請意図を高めたり、援助要請行動を抑制させたりするコミュニケーション・パターンをより詳細に検討することで、友人間での円滑な援助要請行動促進のためのアプローチをしていくことが可能となるだろう。

## 2 項 援助要請者以外の視点を取り入れるアプローチ

第 7 章と第 8 章では、援助要請者を、援助者の状況や心情に着目させるために、特定の援助者コストを高める操作 (e.g., 会話の内容をメモする) や相談にのることについての援助者との話し合いを用いた。その結果、援助者の心情や意見を知ることによって、援助要請者の援助者コスト知覚が変容する可能性が示唆された。

第 7 章の罪悪感高条件では、援助者が、援助要請者に助けられた経験について、援助要請者に開示した。第 8 章では、自身の援助経験を振り返ることや潜在的援助者となる友人から、相談にのることについての意見を聞くことなどを通して、援助要請に応じることの負担がそれほど大きくないこと、むしろポジティブな影響もあることなどを友人ペアで共有した。このような援助要請者と潜在的援助者の二者間におけるやり取りにより、援助要請におけるコスト知覚が低減したと考えられる。

二者間の同一の対象への認知のずれについて、自己中心性や透明性の概念を取りあげて、第 4 章 1 節で説明した。これらの概念は、自分の視点からの情報をむやみに用いて判断することで、相互作用にずれをもたらしているとされる。そのため、第 8 章で導入した操作のように、以前の自身の援助経

験や、友人の援助経験についての話し合いをすることが、援助者コスト知覚の変容に有用であると考えられる。友人同士での話し合いの結果、援助者のコストを予測する際に、援助要請者自身の思考だけではなく、援助者や他者の視点を取り入れて判断することができるようになったと推測される。

妹尾・高木（2011）では、援助の結果をポジティブに受け止める傾向のある人は援助要請への動機づけも高かった。つまり、援助者としてのポジティブな経験が援助要請を促進する可能性が示唆されている。このことと第7章・第8章の知見とをあわせて考えると、援助を要請しようとするとき、自分自身の視点だけではなく、自身が援助要請に応じる援助者側であるとした場合を判断材料として取り込むことが、予測する援助者のコストを低下させることに有用であり、間接的に援助要請を促進することが期待できる。本論の結果からは、援助要請行動には変化は見られなかったため、援助要請行動を促進するまでのプロセスを詳細に検討していく必要があるだろう。

以上のことから、援助要請者だけではなく、援助者や他者の視点を取り入れていくことで、援助要請行動の抑制因の影響を緩和できる可能性を示唆した。このことは、会話行動としてのコミュニケーション・パターンを変えるという本節1項の行動療法的介入に対し、二者間の交流を通して援助要請者の認知に働きかけるという点で、認知行動療法的アプローチに類するといえるだろう。

#### 4 節 結語

本論は、援助要請行動に影響を与える要因として、援助要請者が知覚する援助者のコストに焦点を当てた。援助要請者が知覚する援助者コストは、実際に援助者が知覚するものとずれがあること、援助要請者は援助者のコストを予測した結

果，援助要請行動を抑制しうることを示した。援助者コストに関して援助要請者と援助者の間に乖離が生じている可能性が考えられるが，二者間でのコミュニケーションによって是正される可能性を示した。限界点として援助要請者の視点からの検討に偏っており，援助要請者と援助者の相互作用を十分に捉えきれていないことやサンプルサイズの不十分さがある。また，援助要請行動研究においてこれまで検討されてきた他の要因との関連などを検討していき，本論で扱った援助者のコストという概念の明確な位置づけをしていくことが課題として挙げられる。

## 引用文献

- Adams, J. S. (1965). Inequity in social exchange. *Advances in Experimental Social Psychology*, **2**, 267-299.
- 相川 充 (1984). 援助者に対する被援助者の評価に及ぼす返報の効果 心理学研究, **55**, 8-14.
- 相川 充 (1987). 援助行動の規定因 中村陽吉・高木修(編), 「他者を助ける行動」の心理学 (pp.84-145) 光生館
- 相川 充・吉森 護 (1995). 心理的負債感尺度の作成の試み 社会心理学研究, **11**, 63-72.
- Allport, G. W., & Cantril, H. (1934). Judging personality from voice. *The Journal of Social Psychology*, **5**, 37-55.
- 有光興記 (2006). 罪悪感, 羞恥心と共感性の関係 心理学研究, **77**, 97-104.
- Berger, J. M., Levant, R., McMillan, K. K., Kelleher, W., & Sellers, A. (2005). Impact of gender role conflict, traditional masculinity ideology, alexithymia, and age on men's attitudes toward psychological help seeking. *Psychology of Men and Masculinity*, **6**, 73-78.
- Bohns, V. K., & Flynn, F. J. (2010). "Why didn't you just ask?" Underestimating the discomfort of help-seeking. *Journal of Experimental Social Psychology*, **46**, 402-409.
- Boldero, J., & Fallon, B. (1995). Adolescent help-seeking: What do they get help for and from whom? *Journal of Adolescence*, **18**, 193-209.
- Brown, B. B. (1978). Social and psychological correlates of help-seeking behavior among urban adults. *American Journal of Community Psychology*, **6**, 425-439.
- Callear, A. L., Batterham, P. J., & Christensen, H. (2014). Predictors of help-seeking for suicidal ideation in the community: Risks and opportunities for public suicide

- prevention campaigns. *Psychiatry Research*, **219**, 525-530.
- Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychology*. New York: Basic Books. (新福尚武 (訳) (1970) 予防精神医学, 朝倉書店)
- Carlton, P. A., & Deane, F. P. (2000). Impact of attitudes and suicidal ideation on adolescents' intentions to seek professional psychological help. *Journal of Adolescence*, **23**, 35-45.
- Cauce, A. M., Felner, R. D., & Primavera, J. (1982). Social support in high-risk adolescents: Structural components and adaptive impact. *American Journal of Community Psychology*, **10**, 417-428.
- Clark, M. S. (1983). Reactions to aid in communal and exchange relationships. In J. D. Fisher, A. Nadler, & B. M. DePaulo (Eds.), *New directions in helping: Vol.1. Recipient reactions to aid* (pp.281-304), New York: Academic Press.
- Clark, M. S., & Grote, N. K. (1998). Why aren't indices of relationship costs always negatively related to indices of relationship quality? *Personality and Social Psychological Review*, **2**, 2-17.
- Clark, M. S., & Mills, J. (1979). Interpersonal attraction in exchange and communal relationships, *Journal of Personality and Social Psychology*, **37**, 12-24.
- Clark, M. S., & Waddell, B. (1985). Perception of exploitation in communal and exchange relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, **2**, 403-418.
- Coke, J. S., Batson, C. D., & McDavis, K. (1978). Empathic Mediation of Helping: A Two-Stage Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, **36**, 752-766.
- Conner, K. O., McKinnon, S. A., Ward, C. J., Reynolds III, C. F.,

- & Brown, C. (2015). Peer education as a strategy for reducing internalized stigma among depressed older adults. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, **38**, 186-193.
- Courtright, J. A., Millar, F. E., & Rogers-Millar, L. E. (1979). Domineeringness and dominance: Replication and expansion. *Communication Monographs*, **46**, 179-192.
- Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2001). Suicidal ideation and help-negation: Not just hopelessness or prior help. *Journal of Clinical Psychology*, **57**, 901-914.
- DePaulo, B. M. (1982). Social-psychological processes in informal help-seeking. In T. A. Wills (Ed.), *Basic processes in helping relationships* (pp. 255-279). New York: Academic Press.
- DePaulo, B. M. (1983). Perspective on help seeking. In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), *New directions in helping: Vol.2. Help-seeking* (pp.3-12), New York: Academic Press.
- DePaulo, B. M., & Fisher, J. D. (1980). The costs of asking for help. *Basic and Applied Social Psychology*, **7**, 23-35.
- 榎本 淳子 (1999). 青年期における友人との活動と友人に対する感情の発達的变化 教育心理学研究, **47**, 180-190.
- Erchul, W. P., Sheridan, S. M., Ryan, D. A., Grissom, P. F., Killough, C. E., & Mettler, D. W. (1999). Patterns of relational communication in conjoint behavioral consultation. *School Psychology Quarterly*, **14**, 121-147.
- Escudero, V., Rogers, L. E., & Gutierrez, E. (1997). Patterns of relational control and nonverbal affect in clinic and nonclinic couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, **14**, 5-29.
- Fisher, B. A. (1983). Differential effects of sexual composition

- and interactional context on interaction patterns in dyads. *Human Communication Research*, **9**, 225-238.
- Fisher, J. D., & Nadler, A. (1974). The effect of similarity between donor and recipient on recipient's reactions to aid. *Journal of Applied Social Psychology*, **4**, 230-243.
- Fisher, J. D., Nadler, A., & Witcher-Alagna, S. (1982). Recipient reactions to aid. *Psychological Bulletin*, **91**, 27-54.
- Flynn, F. J., & Lake, V. K. B. (2008). If you need help, just ask: Underestimating compliance with direct requests for help. *Journal of Personality and Social Psychology*, **95**, 128-143.
- 藤井 恭子 (2001). 青年期の友人関係における山アラシ・ジレンマの分析 教育心理学研究, **49**, 146-155.
- 藤 桂・吉田富二雄 (2014). ネットいじめ被害者における相談行動の抑制：一脅威認知の観点から一 教育心理学研究, **62**, 50-63.
- 福岡 欣治 (2007). 日常ストレス状況での友人への自己開示とソーシャル・サポート (3)一開示に対する友人からのサポートと気分状態の改善一 静岡文化芸術大学研究紀要, **8**, 25-30.
- 福岡 欣治 (2008). 日常ストレス状況での友人への自己開示とソーシャル・サポート (4)一開示に対する友人の受容的反応とサポートが気分状態に及ぼす効果一 静岡文化芸術大学研究紀要, **9**, 15-23.
- 福岡 欣治・橋本 幸 (1997). 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, **68**, 403-409.
- 船津 衛 (1976). シンボリック相互作用論 恒星社厚生閣
- Gilovich, T., Savitsky, K., Medvec, V. H. (1998). The illusion of transparency: Biased assessments of others' ability to read

- one's emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, **75**, 332-346.
- Gino, F., & Flynn, F. J. (2011). Give them what they want: The benefits of explicitness in gift exchange. *Journal of Experimental Social Psychology*, **47**, 915-922.
- Golberstein, E., Eisenberg, D., Gollust, S. E. (2009). Perceived stigma and help-seeking behavior: Longitudinal evidence from the healthy minds study. *Psychiatric Services*, **60**, 1254-1256.
- 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.
- Good, G. E., & Wood, P. K. (1995). Male gender role conflict, depression, and help seeking: Do college men face double jeopardy? *Journal of Counseling and Development*, **74**, 70-75.
- Gould, M.S., Velting, D., Kleinman, M., Lucas, C., Thomas, J. G., & Chung, M. (2004). Teenagers' attitudes about coping strategies and help-seeking behavior for suicidality. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, **43**, 1124-1133.
- Greenberg, M. S. (1980). A theory of indebtedness. In K. Gergen, M. Greenberg, & R. Wills (Eds.), *Social exchange: Advances in theory and research* (pp. 3-26). New York: Plenum.
- Greenberg, M. S., Block, M. W., & Silverman, M. A. (1971). Determinants of helping behavior: Person's rewards versus other's costs. *Journal of Personality*, **39**, 79-93.
- Haley, J. (1963). Marriage therapy. *Archives of General Psychiatry*, **8**, 213-224.
- 花田里欧子 (2010). パターンの臨床心理学—G.ベイトソンに

- よるコミュニケーション理論の実証的研究—(pp.67-88)  
風間書房
- 長谷川啓三 (1993). 治療言語の視点から 家族心理学年報, **11**, 78-89.
- 橋本 剛 (2012). なぜ「助けて」と言えないのか? 援助要請の社会心理学 吉田俊和・橋本剛・小川一美(編), 対人関係の社会心理学 (pp.145-166), ナカニシヤ出版
- 畑野 快 (2010). 青年期後期におけるコミュニケーションに対する自信とアイデンティティとの関連性. 教育心理学研究 **58**, 404-413.
- Hatfield, E., & Sprecher, S. (1983) Equity theory and recipient reactions to aid. In J. D. Fisher, A. Nadler, & B. M. DePaulo (Eds.), *New directions in helping: Vol.1. Recipient reactions to aid* (pp.113-141), New York: Academic Press.
- Heatherington, L., & Allen, G, J. (1984). Sex and relational communication patterns in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, **31**, 287-294.
- Heatherington, L., & Friedlander, M. L. (1990). Complementarity and symmetry in family therapy communication. *Journal of Counseling Psychology*, **37**, 261-268.
- 久田 満 (2000). 社会行動研究 2—援助要請行動の研究 下山晴彦(編), 臨床心理学の技法 シリーズ・心理学の技法 (pp. 164-170), 福村出版.
- 一言英文・新谷 優・松見淳子 (2008). 自己の利益と他者のコスト—心理的負債の日米間比較研究— 感情心理学研究, **16**, 3-24.
- 本田真大 (2015). 幼児期, 児童期, 青年期の援助要請研究における発達の観点の展望と課題 北海道教育大学紀要教育科学編, **65**, 45-54.

- Houston, D. A. (1990). Empathy and self: Cognitive and emotional influences on the evaluation of negative affect in others. *Journal of Personality and Social Psychology*, **59**, 859-868.
- 石川裕希・橋本 剛 (2011). 中高生のスクールカウンセラーへの援助要請態度に及ぼす友人の影響 東海心理学研究, **5**, 15-25.
- Jourard, S. M. (1958). A study of self-disclosure. *Scientific American*, **198**, 77-82.
- 加茂田智子・秋光恵子 (2012). 中学生の教師に対する相談行動における利益とコスト—生徒の期待と教師の予測との比較— 学校教育学研究, **24**, 23-30.
- 金子一史 (2000). 青年期心性としての自己関係づけ 教育心理学研究, **48**, 473-480.
- 笠原正洋 (2002). 自己隠蔽, カウンセリング恐怖, 問題の認知と援助要請意図との関連 中村学園研究紀要, **34**, 17-24.
- 笠原正洋 (2003). 相談専門家と非専門家への援助要請意図と心理的変数との関連 中村学園研究紀要, **35**, 15-21.
- 加藤 司 (2001). 対人ストレス過程の検証 教育心理学研究, **49**, 295-304.
- 川西千弘 (2008). 被開示者の受容・拒絶が開示者に与える心理的影響: 開示者・被開示者の親密性と開示者の自尊心を踏まえて 社会心理学研究, **23**, 221-232.
- Kim, H., & Markus, H. R. (1999). Deviance or uniqueness, harmony or conformity? A cultural analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **77**, 785-800.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., Ko, D., & Taylor, S. E. (2006). Pursuit of comfort and pursuit of harmony: Culture, relationships, and social support seeking. *Personality and*

- Social Psychology Bulletin*, **32**, 1595-1607.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, **63**, 518-526.
- 木村真人 (2009). 学生相談に対する援助要請行動および心理的問題が対人印象に及ぼす影響—援助者の違いおよび進路面の問題との比較— 東京成徳短期大学紀要, **42**, 1-6.
- 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.
- 木村真人・水野治久 (2008). 大学生の学生相談に対する被援助志向性の予測—周囲からの利用期待に着目して— カウンセリング研究, **41**, 235-244.
- 木村真人・水野治久 (2012). 学生相談に対する被援助志向性と援助不安の関連—性差に着目した検討— 臨床心理学, **12**, 80-85.
- 木村真人・梅垣佑介・水野治久 (2014). 学生相談機関に対する大学生の援助要請行動のプロセスとその関連要因—抑うつと自殺念慮の問題に焦点をあてて— 教育心理学研究, **62**, 173-186.
- 北村英哉・大坪庸介 (2012). 第5章 協力的な人間関係 進化と感情から解き明かす社会心理学 (pp.139-172), 有斐閣アルマ
- 小嶋正敏 (1983). 援助行動の生起機制に関する帰属理論的分析;原因帰属,感情,親交度の効果 早稲田大学心理学年報第十五巻別冊, 31-42.
- Komiya, N., Good, G. E., & Sherrod, N. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, **47**, 138-143.
- Kramer, E. (1963). Judgment of personal characteristics and

- emotions from nonverbal properties of speech. *Psychological Bulletin*, **60**, 408-420.
- Kruger, J., Epley, N., Parker, J., & Ng, Z. (2005). Egocentrism over E-mail: Can we communicate as well as we think? *Journal of Personality and Social Psychology*, **89**, 925-936.
- 工藤恵理子 (2007). 親密な関係におけるメタ認知バイアス—友人間の透明性の錯覚における社会的規範仮説の検討—実験社会心理学研究, **46**, 63-77.
- Leong, F. T. L., Kim, H. H. W., & Gupta, A. (2011). Attitudes toward professional counseling among Asian-American college students: Acculturation, conceptions of mental illness, and loss of face. *Asian American Journal of Psychology*, **2**, 140-153.
- Leong, F. T. L., & Zachar, P. (1999). Gender and opinions about mental illness as predictors of attitudes toward seeking professional psychological help. *British Journal of Guidance and Counselling*, **27**, 123-132.
- Lindesmith, A. R., Strauss, A. L., Denzin, N. K. (1978). *Social Psychology*. New York: Holt, Rinehart, and Winston. (船津守(訳) (1981). 社会心理学—シンボリック相互作用論の展開— 恒星社厚生閣)
- Madianos, M. G., Madianou, D., & Stefants, C. N. (1993). Help-seeking behaviour for psychiatric disorder from physicians or psychiatrists in Greece. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, **28**, 285-291.
- Meyer, J. R., & Mulherin, A. (1980). From attribution on to helping: Analysis of the mediating effects of affects and expectancy. *Journal of Personality and Social Psychology*, **39**, 201-210.
- 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

- 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.
- 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.
- Möller-Leimkühler, A. M. (2002). Barriers to help-seeking by men: A review of sociocultural and clinical literature with particular reference to depression. *Journal of Affective Disorders*, **71**, 1-9.
- 森田美弥子 (2003). 青年期における「相談する」行動の意味—大学生を対象として— 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要，心理発達科学，**50**，133-140.
- 森脇愛子・坂本真士・丹野義彦 (2002). 大学生における自己開示の適切性，聞き手の反応の受容性が開示者の抑うつ反応に及ぼす影響—モデルの縦断的検討— カウンセリング研究，**35**，229-236.
- 諸井克英 (1996). 親密な関係における衡平性 大坊郁夫・奥田秀宇(編)，対人行動学研究シリーズ3 親密な対人関係の科学 (pp.59-85)，誠信書房
- Nadler, A., Shapira, R., & Ben-Itzhak, S. (1982). Good looks may help: Effects of helper's physical attractiveness and sex of helper on males' and females' help-seeking behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, **42**, 90-99.
- 永井 智 (2010). 大学生における援助要請意図—主要な要因間の関連から見た援助要請意図の規定因— 教育心理学研究，**58**，46-56.
- 永井 智 (2013). 援助要請スタイル尺度の作成—縦断調査による実際の援助要請行動との関連から— 教育心理学研究，**61**，44-55.
- 永井 智・新井邦二郎 (2005). 中学生用友人に対する相談行

- 動尺度の作成 筑波大学心理学研究, **30**, 73-80.
- 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・新井邦二郎 (2008). 相談行動の利益・コスト尺度改訂版の作成 筑波大学心理学研究, **35**, 49-55.
- 永井 智・新井邦二郎 (2013). ピア・サポートトレーニングが中学生における友人への援助要請に与える影響の検討 学校心理学研究, **13**, 65-76.
- 中村佳子・浦 光博 (1999). 適応および自尊心に及ぼすサポートの期待と受容の交互作用効果 実験社会心理学研究, **39**, 121-134.
- 中村佳子・浦 光博 (2000). ソーシャル・サポートと信頼との相互関連について—対人関係の継続性の視点から— 社会心理学研究, **15**, 151-163.
- 中岡千幸・兒玉憲一・栗田智未 (2012). カウンセラーのビデオ映像が学生の援助要請意識に及ぼす影響の実験的検討 学生相談研究, **32**, 219-230.
- 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.
- 西川正之・高木 修 (1989). 援助要請の原因帰属と親密性が援助行動に及ぼす効果 実験社会心理学研究, **28**, 105-113.
- 西山修・谷口敏代・樂木章子・津川美智子・小西寛子 (2005). 学生相談室の利用促進に向けた取り組みとその効果の検討—学生のニーズと認知度を中心に— 岡山県立大学短期大学部研究紀要, **12**, 87-96.
- 野崎秀正・石井眞治 (2004). 抑制要因に基づく大学生の援助要請行動の分類 広島大学大学院教育学研究科紀要, **53**, 49-54.

- Offer, D., Howard, K. I., Schonert, K. A., & Ostrov, E. (1991). To whom do adolescents turn for help? Differences between disturbed and nondisturbed adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, **30**, 623-630.
- 小川翔大 (2011). 他者からの同情によって生じる感情—出来事の原因帰属と相手との親密さによる感情の違い— 教育心理学研究, **59**, 267-277.
- 小口孝司 (1990). 聞き手の“聞き上手さ”・“口の軽さ”が開示者の好意・開示に及ぼす効果 心理学研究, **61**, 147-154.
- 小倉千尋・今城周造 (2011). 中年期女性における「心理専門家への援助要請」を規定する要因についての検討—計画的行動理論の観点から— 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, **13**, 33-42.
- 大畠みどり・久田 満 (2009). 看護師における心理専門職への援助要請態度に対する態度—態度尺度の作成と関連要因の検討— 上智大学心理学年報, **33**, 79-87.
- Parks, M. R. (1977). Relational communication: Theory and research. *Human Communication Research*, **3**, 372-381.
- Pearce, K., Rickwood, D., & Beaton, S. (2003). Preliminary evaluation of a university-based suicide intervention project: Impact on participants. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, **2(1)**, 25-35.
- Piliavin, J.A., Dovidio, J. F., Gaertner, S. L., & Clark, R. D. (1982). Responsive bystanders: The process of intervention. In V. J. Derlega, & T. Grzelak (Eds.), *Cooperation and helping behavior: Theory and research* (pp. 279-304). New York: Academic Press.
- Raviv, A., Sills, R., Raviv, A., & Wilansky, P. (2000) Adolescents' help-seeking behaviour: The difference

- between self- and other-referral. *Journal of Adolescence*, **23**, 721-740.
- Rickwood, D. J., & Braithwaite, V. A. (1994). Social-psychological factors affecting help-seeking for emotional problems. *Social Science and Medicine*, **39**, 563-572.
- Rickwood, D., Cavanagh, S., Curtis, L., & Sakrouge, R. (2004). Educating young people about mental health and mental illness: Evaluating a school-based programme. *International Journal of Mental Health Promotion*, **6**, 23-32.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, **4**, 47-80.
- Riessman, F. (1990). Restructuring help: A human services paradigm for the 1990s. *American Journal of Community Psychology*, **18**, 221-230.
- Rogers, L. E., & Farace, R. V. (1975). Analysis of relational communication in dyads: New measurement procedures. *Human Communication Research*, **1**, 222-239.
- Rogers-Millar, L. E., & Millar III, F. E. (1979). Domineeringness and dominance: A transactional view. *Human Communication Research*, **5**, 238-246.
- Rosen, S. (1983). Perceived inadequacy and help-seeking. In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), *New directions in helping: Vol.2. Help-seeking* (pp.73-107), New York: Academic Press.
- Rosen, S., Mickler, S. E., & Collins II, J. M. (1987). Reactions of would-be helpers whose offer of help is spurned. *Journal of Personality and Social Psychology*, **53**, 288-297.

- 齊藤翔悟・永井 智 (2015). 援助要請における援助者の応答が援助評価と援助要請意図に与える影響 立正大学心理学研究年報, **6**, 67-73.
- 佐藤 純 (2008). 大学生の援助資源の利用について—学生相談におけるセルフヘルプブック利用という視点から—筑波大学発達臨床心理学研究, **19**, 35-43.
- Schomerus, G., Appel, K., Meffert, P. J., Lupp, M., Anderson, R. M., Grabe, H. J., & Baumeister, S. E. (2013). Personality-related factors as predictors of help-seeking for depression: A population-based study applying the behavioral model of health services use. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, **48**, 1809-1817.
- Schonert-Reichl, K. A., & Muller, J. R. (1996). Correlates of help-seeking in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, **25**, 705-731.
- Sears, H. A., Graham, J., & Campbell, A. (2009). Adolescent boys' intentions of seeking help from male friends and female friends. *Journal of Applied Developmental Psychology*, **30**, 738-748.
- 妹尾香織・高木 修 (2003). 援助行動経験が援助者自身に与える効果：地域で活動するボランティアに見られる援助成果 社会心理学研究, **18**, 106-118.
- 妹尾香織・高木 修 (2011). 援助・被援助行動の好循環を規定する要因—援助成果志向性が果たす機能の検討— 関西大学社会学部紀要, **42**, 117-130.
- Shaffer, P. A., Vogel, D. L., & Wei, M. (2006). The mediating roles of anticipated risks, anticipated benefits, and attitudes on the decision to seek professional help: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology*, **53**, 442-452.

- Shapiro, E. G. (1978). Help seeking: Effects of visibility of task performance and seeking help. *Journal Applied Social Psychology*, **8**, 163-173.
- Shapiro, E. G. (1980). Is seeking help from a friend like seeking help from a stranger? *Social Psychology Quarterly*, **43**, 259-263.
- Sheffield, J. K., Fiorenza, E., & Sofronoff, K. (2004). Adolescents' willingness to seek psychological help: Promoting and preventing factors. *Journal of Youth and Adolescence*, **33**, 495-507.
- 柴橋 祐子 (2004). 青年期の友人関係における「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の心理的要因 教育心理学研究, **52**, 12-23.
- 嶋 信宏 (1992). 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果 社会心理学研究, **7**, 45-53.
- 島田 泉・高木 修 (1994). 援助要請を抑制する要因の研究 I — 状況認知要因と個人特性の効果について — 社会心理学研究, **10**, 35-43.
- Sibicky, M., & Dovidio, J. F. (1986). Stigma of psychological therapy: Stereotypes, interpersonal reactions, and the self-fulfilling prophecy. *Journal of Counseling Psychology*, **33**, 148-154.
- Sluzki, C. E., & Beavin, J. (1978). Symmetry and complementarity: An operational definition and typology of dyads, In P. Watzlawick & J. H. Weakland (Eds.), *The interactional view: Studies at the mental research institute, Palo Alto, 1965-1974* (pp. 71-67), New York: W.W. Norton & Company.
- Soskin, W. F., & John, U. P. (1963). The study of spontaneous talk. In R. G. Barker (Ed.) *The stream of behavior* (pp.

- 228-281), New York: Appleton-Century-Crofts.
- Spielberger, C. D. (1988). *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI)*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Srebnik, D., Cauce, A. M., & Baydar, N. (1996). Help-seeking pathways for children and adolescents. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, **4**, 210-220.
- Stokes, S. J., & Bickman, L. (1974). The effect of the physical attractiveness and role of the helper on help seeking. *Journal of Applied Social Psychology*, **4**, 286-294.
- 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.
- 鈴木 平・春木 豊 (1994). 怒りと循環器系疾患の関連性の検討 *健康心理学研究*, **7**, 1-13.
- 高木 修 (1982). 順社会的行動のクラスターと行動特性 *年報社会心理学*, **23**, 135-156.
- 高木 修 (1983). 順社会的行動の動機の構造 *年報社会心理学*, **24**, 187-207.
- 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.
- 高木 修 (1998). 人を助ける心—援助行動の社会心理学 *サイエンス社*
- 高木 修・妹尾香織 (2006). 援助授与行動と援助要請・受容行動の間の関連性—行動経験が援助者および被援助者に及ぼす内的・心理的影響の研究— *関西大学社会学部紀要*, **38**, 25-38.
- 高野 明・宇留田麗 (2002). 援助要請行動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.
- 武田美亜・沼崎 誠 (2007). 相手との親密さが内的経験の積

- 極的伝達場面における 2 種類の透明性の錯覚に及ぼす効果 社会心理学研究, **23**, 57-70.
- 武田裕子・石田 弓 (2014). 青年期における両親への相談行動について：利益とコストの予期，親子関係に焦点を当てて 広島大学心理学研究, **13**, 191-209.
- 竹ヶ原靖子 (2014). 援助要請行動の研究動向と今後の展望—援助要請者と援助者の相互作用の観点から— 東北大学大学院教育学研究科研究年報, **62** (2), 167-184.
- 竹ヶ原靖子・安保英勇 (2012). 援助要請行動の促進に向けて—抑制因の検討から— 東北大学大学院教育学研究科臨床心理相談室紀要, **10**, 86-97.
- 竹ヶ原靖子・安保英勇 (2013). 親しい仲にもエラーは生じるか：相談行動における視点取得 東北大学大学院教育学研究科臨床心理相談室紀要, **11**, 40-51.
- 竹ヶ原靖子・安保英勇 (2014). 援助要請者が予測する援助者のコスト 性差に着目した検討 日本心理学会第 78 回大会発表論文集, 130.
- Takegahara, Y., & Ambo, H. (2015). The influence of the costs associated with help-seeking on the perceptions of help-seekers and help-givers. *Annual Bulletin, Graduate School of Education, Tohoku University*, **1**, 27-39.
- Takegahara, Y., & Ohbuchi, K. (2011). A study of preventing factors on consulting behavior: Effects of interpersonal relationships. *Tohoku Psychologica Folia*, **70**, 1-9.
- 竹村和久・高木 修 (1987). 向社会的行動の動機と内的・外的統制志向性 教育心理学研究, **35**, 26-32.
- 竹村和久・高木 修 (1990). 対人感情が援助行動ならびに非援助行動の原因帰属に及ぼす影響 実験社会心理学研究, **30**, 133-146.
- 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—状態・特性被援助志向性尺度の作成および信頼性と妥当性の検討— 教育心理学研究, **54**, 75-89.
- 谷田林士・山岸俊男 (2004). 共感が社会的交換場面における行動予測の正確さに及ぼす効果 心理学研究, **74**, 512-520.
- Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why? *Journal of Personality and Social Psychology*, **87**, 354-362.
- Taylor, S. E., Welch, W. T., Kim, H. S., & Sherman, D. K. (2007). Cultural differences in the impact of social support on psychological and biological stress responses. *Psychological Science*, **18**, 831-837.
- 寺崎正治・岸本陽一・古賀愛人 (1992). 多面的感情状態尺度の作成 心理学研究, **62**, 350-356.
- Tessler, R. C., & Schwartz, S. H. (1972). Help seeking, self-esteem, and achievement motivation: An attributional analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **21**, 318-326.
- Thibaut, J., & Kelly, H. (1959). *The social psychology of groups*. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.
- Tijhuis, M. A. R., Peters, L., & Foets, M. (1990). An orientation toward help-seeking for emotional problems. *Social Science & Medicine*, **31**, 989-995.
- 登張真稲 (2005). 共感喚起過程と感情的結果, 特性共感の関係—性の類似度, 心理的重なりの効果 パーソナリティ研究, **13**, 143-155.
- 内田由紀子・北山 忍 (2001). 思いやり尺度の作成と妥当性の検討 心理学研究, **72**, 275-282.
- Uchida, Y., Kitayama, S., Mesquita, B., Reyes, J. A. S., &

- Morling, B. (2008). Is perceived emotional support beneficial? Well-being and health in independent and interdependent cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **34**, 741-754.
- 梅垣 佑介・木村 真人 (2012). 抑うつ症状に関する援助希求行動における楽観的認知バイアスとその関連要因 心理学研究, **83**, 430-439.
- 浦 光博 (1992). 支えあう人と人 ソーシャル・サポートの社会心理学 サイエンス社.
- 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 role of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, **54**, 40-50.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., Wester, S. R., Larson, L. & Hackler, A. H. (2007). Seeking help from a mental health professional: The influences of one's social network, *Journal of Counseling Psychology*, **63**, 233-245.
- 脇本 竜太郎 (2008). 自尊心の高低と不安定性が被援助志向性・援助要請に及ぼす影響 実験社会心理学研究, **47**, 160-168.
- Watzlawick, P., Baveras, J. B., & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, Pathologies, and paradoxes*. New York: W. W. Norton & Company. (山本和郎・尾川丈一 (訳) (1998). 人間コミュニケーションの語用論 相互作用パターン, 病理とパラドックスの研究 二瓶社)
- Weakland, J. (1979). The double-bind theory: Some current

- implications for child psychiatry. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, **18**, 54-66.
- Wills, T. A. (1983). Social comparison in coping and help-seeking. In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), *New directions in helping: Vol.2. Help-seeking* (pp.109-141), New York: Academic Press.
- Wilson, C. J., & Deane, F. P. (2010). Help-negation and suicidal ideation: The roles of depression, anxiety and hopelessness. *Journal of Youth and Adolescence*, **39**, 291-305.
- Wilson, C. J., Deane, F. P., & Ciarrochi, J. (2005). Can hopelessness and adolescents' beliefs and attitudes about seeking help account for help negation? *Journal of Clinical Psychology*, **61**, 1525-1539.
- Wilson, C. J., Deane, F. P., Marshall, K. L., & Dalley, A. (2010). Adolescents' suicidal thinking and reluctance to consult general medical practitioners. *Journal of Youth and Adolescence*, **39**, 343-356.
- Wisch, A. F., Mahalik, J. R., Hayes, J. A., & Nutt, E. A. (1995). The impact of gender role conflict and counseling technique on psychological help seeking in men. *Sex Roles*, **33**, 77-89.
- Wu, S., & Keysar, B. (2007). The effects of culture on perspective taking. *Psychological Science*, **18**, 600-606.
- 山口智子・西川正之 (1991). 援助要請行動に及ぼす援助者の性, 要請者の性, 対人魅力, および自尊心の影響について 大阪教育大学紀要第IV部門, **40**, 21-28.
- 山本和郎 (1986). コミュニティ心理学—地域臨床の理論と実際—(pp.28-40) 東京大学出版会
- 横谷謙次・長谷川啓三 (2011). Communication Patterns Questionnaire (CPQ)日本語版の検討—尺度の信頼性と妥当性— カウンセリング研究, **44**, 244-253.

## 要旨

本論は、援助要請行動について、援助を求める援助要請者と援助要請に応じる援助者との間に、援助要請に関わるコスト知覚のずれがあること、援助要請者におけるコストの予測によって援助要請行動が抑制されることを明らかにした。さらに、援助者のコストに対する援助要請者の予測は、援助者のコストを顕在化させることや、知覚のずれがあることについての会話によって変容することを示唆したものである。

第 I 部では、まず、援助要請を抑制する要因について、援助要請者の個人内要因と、援助要請者と援助者の個人間要因の点から先行研究を整理し概観した（第 1 章）。次に援助者が誰であるかという違いによって生じる困難が異なることに着目し、交換関係と共同関係という枠組みを用いて、フォーマルな援助資源とインフォーマルな援助資源の違いについて述べた（第 2 章）。第 3 章では、援助要請者の自尊心のような個人内要因に焦点をあてた研究と比較して、援助者の要因を取り入れた個人間要因に着目した研究が少ないことを先行研究の課題とした。この点をふまえ、援助要請者の視点における援助者のコストの予測に着目することとした。援助者として、援助を最も求めやすく、かつ長期的な二者関係が維持されることから、親しいからこそその困難が生じることを示し、友人を選択した。最後に、本論の目的を示し、研究、方法論、臨床心理学的視点から本論の意義について述べた。

第 II 部では、援助要請者が予測する援助者のコストが援助要請行動に与える影響を検討すること（目的 1）、援助要請者が予測する援助者コストの変容可能性を検討すること（目的 2）という 2 つの目的に沿った 5 つの実証研究を行った。目的 1 のために、研究 1（第 4 章）から研究 3（第 6 章）を実施した。まず、援助要請者は、援助者よりも援助提供によるコストを高く、援助回避によるコストを低く予測していた。一方で、

援助者は、援助要請者の要請時のコストについて援助要請者よりも高く予測していた。つまり、援助要請者と援助者は、相手のコストについて正しく予測ができないことを明らかにした（第4章）。次に、これまで援助者のコストとして主に検討されてきた認知的要因に加え、情動的要因を取りあげ、援助要請者における援助者のコストの予測によって援助要請行動が抑制されうることを示した（第5章）。また、第6章では援助要請者が援助者のコストを予測する際の手がかりとして、援助要請者と援助者の会話のやり取りに着目し、二者の会話におけるパターンと援助要請者が予測する援助者のコストとの関連を検討した。目的2は研究4（第7章）と研究5（第8章）に対応している。第7章では、援助者のコストを高める操作を用いて、特定のコストを高めた実験条件の援助要請者のコスト知覚が、統制条件と比較して高くなるかどうかを検討した。第8章では、第4章で明らかにされた、援助者のコストを援助要請者が過大に予測していることについて、援助要請者と援助者の二者間で会話をするのが、援助者のコスト知覚に与える影響を検討した。その結果、日常的な会話をした統制条件の援助要請者よりも、援助要請者の過大なコスト予測について会話をした実験条件の参加者は援助者の不快感情や援助回避のコストについて、低く予測した。さらに、その影響は実験の1ヵ月後まで維持された。

第III部では、第II部の総括と考察を行った。①援助要請者は援助者のコストを正しく予測できず、援助者の実際のコスト知覚と比較して援助要請に応じるコストを高く、援助要請に応じないコストを低く予測していること、そして、②援助要請者の援助者コスト知覚が援助要請を抑制しうることを明らかにし、③援助要請者における援助者コスト知覚は変容可能であることを示した（第9章）。最後に、本論において残された課題と今後の方向性、臨床心理学的示唆について述

べるとともに，援助者の視点を援助要請者に取り入れることで，援助要請者の援助者コスト予測を低下させ，ひいては援助要請行動を促進することができるという可能性について論じた（第 10 章）。

## 付記

### 博士論文と公表された論文の対応

第1章	竹ヶ原靖子 (2014). 援助要請行動研究の動向と今後の展望—援助要請者と援助者の相互作用の観点から— 東北大学大学院教育学研究科研究年報, <b>62</b> (2), 167-184. 竹ヶ原靖子・安保英勇 (2012). 援助要請行動の促進に向けて—抑制因の検討から— 東北大学大学院教育学研究科臨床心理相談室紀要, <b>10</b> , 86-97.
第2章	該当なし
第3章	該当なし
第4章	竹ヶ原靖子・安保英勇 (2013). 親しい仲にもエラーは生じるか：相談行動における視点取得 東北大学大学院教育学研究科臨床心理相談室紀要, <b>11</b> , 40-51.
第5章	該当なし
第6章	該当なし
第7章	Takegahara, Y., & Ambo, H. (2015). The influence of the costs associated with help-seeking on the perceptions of help-seekers and help-givers. <i>Annual Bulletin, Graduate School of Education, Tohoku University</i> , <b>1</b> , 27-39.
第8章	該当なし
第9章	該当なし
第10章	該当なし

## 謝辞

博士論文の完成に至るまでに、多くの方々にお世話になりました。ここで、感謝の意を述べさせていただきます。

指導教員である安保英勇先生には、博士前期課程から5年に渡り、指導をしていただきました。臨床心理研究コースの中ではあまり多くない、社会心理学領域に近い研究であったものの、私がやりたいことを尊重して指導してくださり、ありがとうございました。この内容で博士論文を書きあげられたのは、安保先生の下だったからだと思います。落ち込んでいるときも、ぐるぐる考えごとをしているときも、先生のさりげない一言で、肩の力を抜いたり、思考の切り替えができて、研究以外の面でも、とてもサポートしていただきました。感謝しても感謝しきれません。

副指導教員である加藤道代先生には、博士論文を1つのストーリーとしてまとめること、そのストーリーのために必要な要素についてたくさんのご指摘をいただきました。また、博士課程前期のケース、そして病院のケースについてスーパーヴァイズをしていただきました。さらに、昨年度の3月の進路相談は、私の中でとても大きな契機になりました。また、たくさんお話させてください。

若島孔文先生には、審査員としてだけでなく、担当ケースのスーパーヴァイザーとして貴重なご意見をいただきました。心理臨床家として依拠する理論や学派の違いは、クライアントへのアプローチの違いであり、クライアントの見立てや面接の目標はほとんど共通するものであることを若島先生に教えていただきました。

そして、私が最初に心理学に触れた場所であり、研究者としての私の原点ともいえる、東北大学文学部心理学研究室の先生方にも感謝いたします。振り返ってみると、卒業論文の

テーマは“なぜ、友人には相談するのに、専門家には相談しないんだろう？”という素朴な疑問から生まれたものでした。そして、当時の指導教員であった大淵憲一先生に、Flynn & Lake (2008) と Bohns & Flynn (2010) の論文をいただいたことが博士課程の研究の出発点でした。卒業論文では扱いきれなかった“なぜ相手が違うと相談しなくなるのか？”について、そして、卒業論文では手が回らなかった Flynn & Lake (2008) や Bohns & Flynn (2010) の知見について、博士論文として形にすることができました。文学部心理学研究室で過ごした3年間は、今振り返ると、私の中のとても貴重な一部になっています。卒業してからも温かく声をかけ、迎え入れてくれる心理学研究室の先生方、先輩方、同期、後輩の皆さまに感謝申し上げます。

国立病院機構仙台医療センター精神科の先生方、看護師の皆さま、スタッフの皆さまには、週2回の非常勤職であるにも関わらず、外来や病棟の一員として接していただきました。多くの困難事例に触れたこと、その中で心理職として自分が何をできるのか、多職種連携の中で自分に求められているものは何なのかを肌で感じることができました。そして、大学以外に自分の居場所を持てたことは、私を心理的に安定させてくれました。

大学院での生活の中で、たくさんの先輩や同期、後輩の皆さまに支えられてきました。

黒澤泰さんには、博士論文の第I部の草稿、要旨を見ていただき、自分の主張を明確に読み手に伝えることや、抽象的表現に逃げずに、具体的な表現で説明することについて懇切丁寧にご指導いただきました。所属研究室が異なるにも関わらず、折に触れて心配してくださり、叱咤激励をしてくださったおかげで、なんとかここまで来ることができました。

浅井継悟さんには、人間発達臨床科学講座の事務補佐のと

きに前任者として多くのことを教えていただきました。その他、何かわからないことがあるときもいつも笑顔で応じてくださり、本当にありがとうございました。疲れたときや愚痴りたいときも、浅井さんが励ましてくれたおかげで、気持ちを切り替えて頑張ることができました。

博士課程後期の同期の一條玲香さん、張新荷さん、ユキヨンランさん、みんなが同期だったおかげで、苦しいだけのドクター生活にならなくて済みました。一條さん、時間を縫って論文のチェックをしてくれてありがとうございます。用語の統一や言葉から想起されるニュアンスの微妙なずれについての指摘のおかげで、言葉の意味や使い方への意識が高まりました。お昼ごはんを食べながら、それぞれの仕事のことや研究のことについて話しているのはとても楽しい時間でした。張さんのポジティブな言葉や笑顔に、いつも元気をもらっていました。ユさんは、いつもいろんなタスクを抱えながら一生懸命取り組んでいて、負けずに頑張ろうと思えました。院生室では、たまにうるさい！って怒ったりもしたけど（笑）、仲良く過ごしてくれてありがとうございます。

後輩のみなさんの発表をゼミで聞くことで、自分の研究の進め方や論文の書き方に還元させることができました。千葉柊作くんには、引用文献の照会という非常に煩雑な作業を期日までにきっちりと仕上げてください、本当に感謝しています。コースの垣根を越えて、飲みと一緒にいってくれたり、おしゃべりに付き合ってくれたり、みんな、楽しい時間をありがとうございます。

援助要請研究会の皆さまには、学会や研究会でとてもお世話になりました。特に、博士後期課程1年のときに、自主シンポジウムのシンポジストとして発表させていただいたことは、私の中で貴重な経験になりました。自分の専門テーマで自主的な研究会があることは珍しく、その点で非常に幸運だ

ったと思います。今後も、援助要請研究に貢献していけるように精進して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

最後に、家族へ。高校進学するときから、わがままを言っただけの私の進路を、一度も反対せずに見守っていてくれて本当にありがとうございます。長い長い学生生活の中、たくさん心配と迷惑をかけたけれど、私のことを信頼してくれて、ありがとう。まだまだ目が離せず危なっかしい娘ではありますが、これから少しずつ、恩返ししていきたいと思えます。

私にとって、博士論文の執筆は、これまで自分がやってきたことを振り返りながら、ピースを拾い集める作業でした。前に進んで、たまに振り返って、また落ちていたピースに気づいて拾う、そんなことが何度もありました。その過程を経て、なんとか納得のいくものを仕上げられたのは、ここに名前を挙げきれなかった方々も含めて、多くの方に支えられてきたからだと思えます。私は本当に幸せ者だと思えます。これからは、少しでもいただいたものを返していけるように、邁進していきます。

平成 27 年 12 月 17 日



## 資料

- ・ 資料 I：質問紙（第 4 章）
- ・ 資料 II：実験参加の同意書・質問紙（第 7 章・第 8 章 Time1）



## 相談行動に関するシナリオ調査

---

私たちは、日常生活の中で悩みや問題を抱えたときに友人など身近な人に相談をすることがよくあります。

このアンケートでは、「あなた」、あなたと親しい人物が悩みに直面した場面が描かれています。そのような状況で、あなた自身が相談を行うことや相談にのること、相談相手についてどのようなことを考えるのかをおたずねします。

なお、このアンケートへの回答は無記名です。本研究で得られたデータは統計的に処理され、個人が特定されるようなことはありません。

ご協力よろしくお願いします。

---

東北大学教育学研究科

調査者：竹ヶ原靖子(博士前期課程)

調査責任者：安保英勇(教育学研究科准教授)

連絡先：y.takegahara@gmail.com (竹ヶ原)



.....  
まず、あなた自身についてお尋ねします。差支えない範囲で構いませんので以下の質問にお答えください。  
.....

- ・年齢を教えてください。 \_\_\_\_\_ 歳
- ・性別を教えてください。 男性／女性

.....  
あなたが、日常的に接している人の中で、最も親しい人物(恋人、親友など)を思い浮かべてください。その人物とあなたとの関係(恋人、友人など)、あるいはその人物のイニシャルを以下に記入してください。  
.....

\_\_\_\_\_

今、思い浮かべていただいた方を A とします。

これから文中に A と出てきたら、今思い浮かべていただいた方を想像してください。

また、質問には、あなた自身がどう思うかについてたずねている場合と、A がどう思っていると思うかについてたずねている場合がありますのでご注意ください。

次のページから、質問が始まりますのでよろしくお願いいたします。

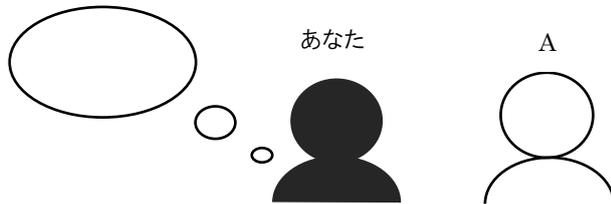
<場面 1 >

あなたには、すべてのことにおいてウマが合わない友人がいます。あなたとその友人は、性格や趣味もまったく異なり、あなたはたまにその友人が何を話しているのかわからなくなってしまうこともあります。知り合ったばかりの頃は、お互いの興味のあることや学校のことなど、話題も多かったのですが、最近はその友人と話せば話すほど、分かり合えないと思ってしまい、話すだけでイライラしてしまうようになりました。適度に距離を置いて付き合いおうにも、授業やサークルなどで顔を合わせる機会も、一緒にいる時間も長くストレスがたまっています。卒業までその友人とは関係が続くので、何とか仲良くやっていかなければなりません。そこで、あなたはこのことについて、A(1 ページで思い浮かべた方)に相談しようかどうか迷っています。

問 1 あなたは、どれだけこの悩みを A に相談しようと思いますか。「1=全く相談しようと思わない」、「4=強く相談しようと思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く相談しよう 思わない	あまり相談しよう 思わない	やや相談しよう 思う	強く相談しよう 思う
1-----2-----3-----4			

問 2 この悩みを A に相談することについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか。「あなた」の吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全く思わない」、「5=そう思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



	全くそう 思わない	あまり そう思わない	どちらでも ない	ややそう思う	そう思う
1. AIに相談したら、周囲の人は私に精神的な問題があると思うだろう	1-----2-----3-----4-----5				
2. AIにこの悩みを相談することは、自分の弱さを認めることになる	1-----2-----3-----4-----5				
3. AIにこの悩みを相談しても、AIは、この悩みを解決できないだろう	1-----2-----3-----4-----5				
4. AIにこの悩みを相談しても、馬鹿にされる	1-----2-----3-----4-----5				
5. AIにこの悩みを相談すると、私が辛くなる	1-----2-----3-----4-----5				
6. AIは、私の抱えているこの悩みを真剣に考えてはくれないだろう	1-----2-----3-----4-----5				
7. AIにこの悩みを相談すると、自分の弱い面を知られてしまう	1-----2-----3-----4-----5				
8. AIにこの悩みを話すのは恥ずかしい	1-----2-----3-----4-----5				
9. AIにこの悩みを相談しても、嫌なことを言われる	1-----2-----3-----4-----5				
10. AIにこの悩みを相談したら、自分が弱い人間だと認めることになる	1-----2-----3-----4-----5				

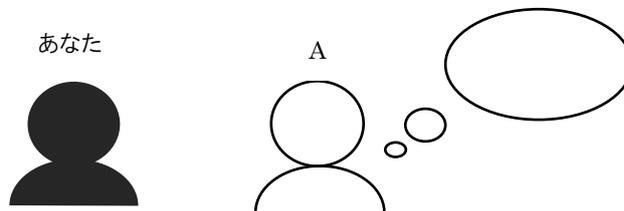
問3 この悩みをAに相談することについて、Aは相談にのってくれるとどれだけ思いますか。

「1=全く相談にのってくれると思わない」、「4=強く相談にのってくれると思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く相談にのってくれると思わない    あまり相談にのってくれると思わない    やや相談にのってくれると思う    強く相談にのってくれると思う

1-----2-----3-----4

問4 この悩みをAに相談することについて、あなたは、Aはどれくらい以下のことを考えていると思いますか。Aの吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全くそう思わない」、「5=そう思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



全くそう思わない    あまりそう思わない    どちらでもない    ややそう思う    そう思う

- |                            |                           |
|----------------------------|---------------------------|
| 1. 相談にのると時間を取られる           | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 2. 相談にのことにリスクが伴う           | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 3. 相談を断るのは気まずい             | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 4. 相談を断ると周囲から非難される         | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 5. 相談を断ると、「あなた」は不愉快になる     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 6. 相談を断ると、「あなた」に非難される      | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 7. 相談を断ると、「あなた」は不満をこぼす     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 8. 相談を断ると、自己評価が下がる         | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 9. 相談を断ると、周囲からの評価が低下する     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 10. 相談にのると疲れてしまいそうだ        | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 11. 相談にのると、「あなた」の問題に巻き込まれる | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 12. 「あなた」の悩みのために多大な努力が必要だ  | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 13. 「あなた」の相談を断ることは恥ずかしい    | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 14. 相談を断るのは申し訳ないと感じる       | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 15. 相談を断ると罪悪感が生じる          | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 16. 相談にの暇がない               | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 17. 「あなた」の相談を断ると自分の価値が下がる  | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 18. 相談を断ると、「あなた」からの評価が下がる  | 1-----2-----3-----4-----5 |

<場面 2>

A(1 ページで思い浮かべた方)には、すべてのことにおいてウマが合わない友人がいます。A とその友人は、性格や趣味もまったく異なり、A はたまにその友人が何を話しているのかわからなくなってしまうこともあるようです。知り合ったばかりの頃は、お互いの興味のあることや学校のことなど、話題も多かったようですが、A は最近、その友人と話せば話すほど、分かり合えないと思ってしまい、話すだけでイライラしてしまうようです。適度に距離を置いて付き合おうにも、授業やサークルなどで顔を合わせる機会も多く、一緒にいる時間も長くストレスがたまっているようです。卒業まで A とその友人との関係は続くので、何とか仲良くやっていかなければならないと A は言っています。A はこのことについて、あなたに相談しようかどうか迷っているようです。

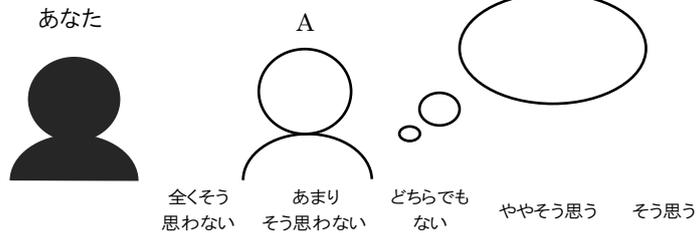
問 1 この悩みについてどれだけ A はあなたに相談しようと思うと思いますか。

「1=全く相談しようと思わない」、「4=強く相談しようと思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く相談しようと思わない      あまり相談しようと思わない      やや相談しようと思う      強く相談しようと思う

1-----2-----3-----4

問 2 A があなたにこの悩みを相談することについて、A はどれくらい以下のことを考えていると思いますか。A の吹き出しの中にそれぞれ項目を入れながら考え、「1=全くそう思わない」、「5=そう思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



- 1. 「あなた」に悩みを相談することは、自分の弱さを認めることになる      1-----2-----3-----4-----5
- 2. 「あなた」に相談しても、「あなた」に嫌なことを言われる      1-----2-----3-----4-----5
- 3. 「あなた」にこの悩みを話すと、自分が辛くなる      1-----2-----3-----4-----5
- 4. 「あなた」にこの悩みを相談したら、周囲の人は自分に精神的な問題があると思うだろう      1-----2-----3-----4-----5
- 5. 「あなた」にこの悩みを相談しても、「あなた」に馬鹿にされる      1-----2-----3-----4-----5
- 6. 「あなた」にこの悩みを話すのは恥ずかしい      1-----2-----3-----4-----5
- 7. 「あなた」は、自分の抱えている悩みを解決できないだろう      1-----2-----3-----4-----5
- 8. 「あなた」にこの悩みを相談すると、自分の弱い面を「あなた」に知られてしまう      1-----2-----3-----4-----5
- 9. 「あなた」にこの悩みを相談したら、自分が弱い人間だと認めることになる      1-----2-----3-----4-----5
- 10. 「あなた」は、自分の抱えているこの悩みを真剣に考えてはくれないだろう      1-----2-----3-----4-----5

問3 この悩みについて、Aがあなたに相談してきたら、あなたはAの相談にのろうとどれだけ思いますか。「1=全く相談にのろうと思わない」、「4=強く相談にのろうと思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く相談にのろうと思わない      あまり相談にのろうと思わない      やや相談にのろうと思う      強く相談にのろうと思う

1-----2-----3-----4

問4 あなたがこのAの対人関係の悩みの相談にのることについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか。「1=全くそう思わない」、「5=そう思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



全くそう思わない      あまりそう思わない      どちらでもない      ややそう思う      そう思う

- |                            |                           |
|----------------------------|---------------------------|
| 1. Aの相談にのると自分の時間を取られる      | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 2. Aの相談にのると疲れてしまいそう        | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 3. Aからの相談を断ると罪悪感が生じる       | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 4. 相談を断ると、周囲からの評価が低下する     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 5. Aの相談にのる暇がない             | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 6. Aの相談にのることにはリスクが伴う       | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 7. Aからの相談を断ると、Aに非難される      | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 8. Aからの相談を断ると自分の価値が下がる     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 9. Aからの相談を断ることは気まずい        | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 10. Aからの相談を断ることは恥ずかしい      | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 11. Aの相談を断ると、あなたの自己評価は下がる  | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 12. あなたがAの相談を断ると、Aは不愉快になる  | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 13. Aの相談を断ると、周囲から非難される     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 14. Aの相談にのるとAの問題に巻き込まれる    | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 15. Aの悩みのために多大な努力が必要だ      | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 16. Aからの相談を断るとAは不満をこぼす     | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 17. Aの相談を断ると、Aに対して申し訳なく感じる | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 18. 相談を断ると、Aの自分への評価は低下する   | 1-----2-----3-----4-----5 |

最後に、このアンケートを記入するにあたって、あなたは以下のことをどれだけ思いましたか。

「1=全くそう思わなかった」、「5=そう思った」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

	全くそう 思わなかった	あまりそう 思わなかった	どちらでも なかった	ややそう 思った	そう思った
この悩みをAIに相談することは適当である	1-----	2-----	3-----	4-----	5
このような悩みを抱えたら、実際にAIに相談する	1-----	2-----	3-----	4-----	5
Aがこの悩みをあなたに相談することは適当である	1-----	2-----	3-----	4-----	5
Aが実際にこのような悩みを抱えたら、あなたに相談してくるだろう	1-----	2-----	3-----	4-----	5
このような悩みを持つ人は実際多いと思う	1-----	2-----	3-----	4-----	5
これらの状況をリアルにイメージできた	1-----	2-----	3-----	4-----	5

その他、このアンケートに関して気づいたことなどありましたら、ご自由にお書きください。

特になかった場合は空欄のままで結構です。

以上でアンケートは終了です。

ご協力ありがとうございました。

## 友人間のコミュニケーションに関する実験ご協力をお願い

本日はお忙しい中、実験にご参加くださりありがとうございます。本研究は、大学生のコミュニケーションについての調査です。

この実験では、最初にアンケートに答えていただきます。その後 10 分間、指定されたテーマについて意見交換をしていただき再度、アンケートに答えていただいて実験終了となります。実験にかかる時間は最初と最後の説明の時間を含めて 30 分ほどとなります。さらに、後日、簡単なアンケートへの記入をしていただきます。なお、分析に音声データを使用するため、IC レコーダーによる録音をさせていただきます。

本研究で得られたデータは、博士論文・学会発表などの学術目的で使用されます。すべて厳重に管理し統計的に処理されますので、個人が特定されることはありません。得られた個人情報を実験後、安全な方法で破棄いたします。

実験の最中に具合が悪くなるなどした場合、いつでも実験を中止することが可能です。

以上の内容に同意し、実験に参加していただける場合は、下記同意書に署名をお願いいたします。

教育学研究科 臨床心理研究コース

調査者：竹ヶ原靖子(博士後期課程)

調査責任者：安保英勇(教育学研究科准教授)

連絡先：wiaw929@yahoo.co.jp (竹ヶ原)

-----切り取り-----

## 同意書

上記の説明に同意し、実験調査に協力します。

2014 年 月 日

学籍番号 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_



.....  
データを匿名化して保存するため、IDを設定します。  
学籍番号の下2桁+携帯電話番号の下4桁を記入してください。なお、このIDは後日のアンケート記入の際にも必要になります。  
.....

学籍番号下2桁	+	携帯電話番号下4桁
---------	---	-----------

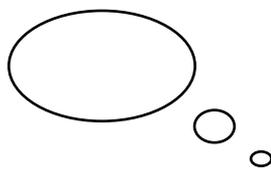
あなたのID: \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_

まず、あなた自身についてお尋ねします。差支えない範囲で構いませんので以下の質問にお答えください。

- ・年齢を教えてください。 \_\_\_\_\_ 歳
- ・性別を教えてください。 男性／女性

あなたと、あなたと一緒に実験に参加している方(以下、相手)についてお尋ねします。

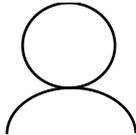
問 1 相手との関係について、あなたは以下のことをどれだけ考えますか。「1=全く思わない」、「7=とても思う」として、自分の考えに最もよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



あなた



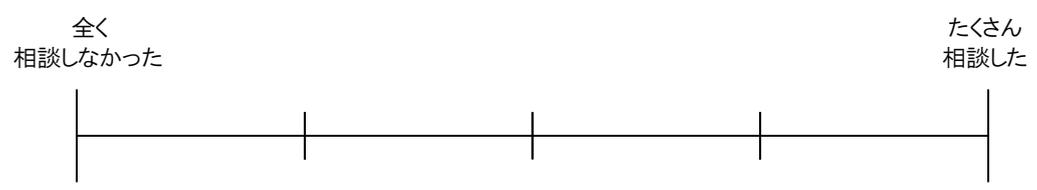
相手



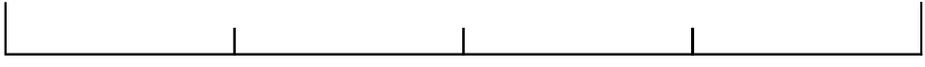
	全く 思わない	思わない	あまり 思わない	どちらでも ない	やや思う	思う	とても 思う
1. 相手の考えていることはだいたいわかる	1	2	3	4	5	6	7
2. 相手とはだいたい意見が合う	1	2	3	4	5	6	7
3. 相手は私のことならだいたい知っている	1	2	3	4	5	6	7
4. 相手とは気持ちが通い合っている	1	2	3	4	5	6	7
5. 自分は相手に十分受け入れられていると思う	1	2	3	4	5	6	7
6. 相手を信頼している	1	2	3	4	5	6	7

過去 4 週間の間に、どのくらい相手に相談しましたか。自分の考えにもっともあてはまる場所に○をしてください。



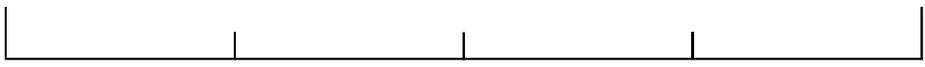
過去4週間の間に、筆記用具など忘れたとき、どのくらい相手に貸してくれるように頼みましたか。自分の考えにあてはまるところに○をしてください。

全く頼まなかった たくさん頼んだ



過去4週間の間に、道がわからなくなったとき、どのくらい相手に教えてくれるように頼みましたか。自分の考えにあてはまるところに○をしてください。

全く頼まなかった たくさん頼んだ



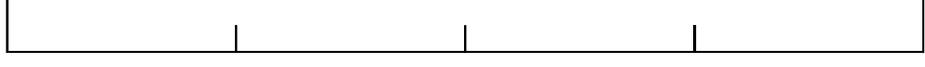
過去4週間の間に、機械の操作法など、わからない技術や技能を、どのくらい相手に教えてくれるように頼みましたか。自分の考えにあてはまるところに○をしてください。

全く頼まなかった たくさん頼んだ



過去4週間の間に、勉強でわからないところを、どのくらい相手に教えてくれるように頼みましたか。自分の考えにあてはまるところに○をしてください。

全く頼まなかった たくさん頼んだ



過去4週間の間に、自分では持てない荷物を、どのくらい持ってくれるように頼みましたか。自分の考えにあてはまるところに○をしてください。

全く頼まなかった たくさん頼んだ



次に、あなたが悩みを抱えたときに相手に対してどのように感じるかをお尋ねします。

問2 あなたは悩みを抱えたとき、どれだけ相談意欲がありますか。

「1=全くない」、「5=とてもある」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全くない                      あまりない                      どちらでもない                      ややある                      とてもある  
1-----2-----3-----4-----5

問3 あなたは悩みを抱えたとき、どれだけ悩みを聴いてほしいと思いますか。

「1=全く思わない」、「5=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く思わない                      あまり思わない                      どちらでもない                      やや思う                      とても思う  
1-----2-----3-----4-----5

問4 あなたは悩みを抱えたとき、その悩みに関して違った見方や考え方、意見を聞かせてほしいとどれだけ思いますか。

「1=全く思わない」、「5=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く思わない                      あまり思わない                      どちらでもない                      やや思う                      とても思う  
1-----2-----3-----4-----5

問5 あなたは悩みを抱えたとき、その悩みに関してどうしたらいいか教えてほしいと思いますか。

「1=全く思わない」、「5=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く思わない                      あまり思わない                      どちらでもない                      やや思う                      とても思う  
1-----2-----3-----4-----5

問6 悩みを相手に相談することについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか。

「あなた」の吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全く思わない」、「7=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



全く  
思わない

あまり  
思わない

どちらでも  
ない

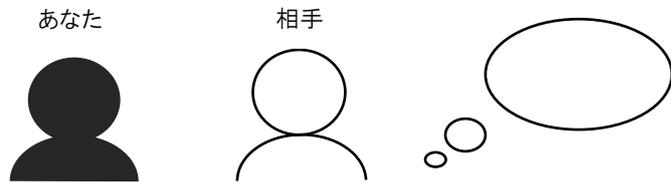
やや思う

思う

とても  
思う

- |                                      |                                       |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| 1. 相手に悩みを相談すると、自分が辛くなる               | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 2. 相手に悩みを相談したら、自分が弱い人間だと認めることになる     | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 3. 相手に悩みを相談しても、相手は悩みを解決できないだろう       | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 4. 相手に悩みを相談することは、自分の弱さを認めることになる      | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 5. 悩みを相談することで相手を困らせるのは気が引ける          | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 6. 相手に悩みを聞いてもらうのは申し訳ない               | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 7. 相手に悩みを話すのは恥ずかしい                   | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 8. 相手は、私の抱えている悩みを真剣に考えてはくれないだろう      | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 9. 相手に悩みを相談しても嫌なことを言われる              | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 10. 相手に相談したら、周囲の人は自分に精神的な問題があると思うだろう | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 11. 相手に悩みを相談しても、馬鹿にされる               | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 12. 相手に悩みを相談すると、自分の弱い面を知られてしまう       | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |

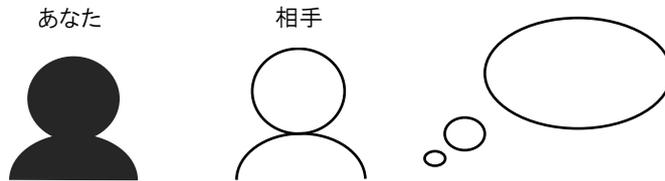
問7 悩みを相手に相談することについて、あなたは、相手はどれくらい以下のことを考えていると思いますか。相手の吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全く思わない」、「7=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



	あなた	相手
		全く 思わない あまり 思わない どちらでも ない やや思う 思う とても 思う
1. 相談されたら、つまらないと感じる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
2. 相談されたら、気分を害する	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
3. 相談されたら、ばからしいと感じる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
4. 相談されたら、不機嫌になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
5. 相談されたら、引け目を感じる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
6. 相談にのらないと、自己評価が下がる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
7. 相談されたら、無関心になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
8. 相談にのると自分の時間を取られる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
9. 相談されたら、ぼんやりした気分になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
10. 相談にのらないのは気まずい	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
11. 相談されたら、くよくよした気分になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
12. 相談されたら、むしゃくしゃした気分になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
13. 相談にのらないのは申し訳ないと感じる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
14. 相談されたら、沈んだ気分になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
15. 相談にのる暇がない	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
16. 相談にのらないと自分の価値が下がる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
17. 相談にのらないと、「あなた」は不満をこぼす	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
18. 相談されたら、自信がないと感じる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
19. 相談にのらないと、「あなた」に非難される	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
20. 相談されたら、不安を感じる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
21. 相談されたら、悩んだ気分になる	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
22. 相談にのらないと、周囲からの評価が低下する	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
23. 相談されたら、いらいらする	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	
24. 相談にのると疲れてしまいそうだ	1-----2-----3-----4-----5-----6-----7	

.....

(問 7 続き) あなたは、相手はどれくらい以下のことを考えていると思いますか。相手の吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全く思わない」、「7=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



	全く 思わない	思わない	あまり 思わない	どちらでも ない	やや思う	思う	とても 思う
25. 相談されたら、無気力になる	1	2	3	4	5	6	7
26. 相談にのることによりリスクが伴う	1	2	3	4	5	6	7
27. 相談されたら、ふさぎこんだ気分になる	1	2	3	4	5	6	7
28. 相談されたら、気がかりになる	1	2	3	4	5	6	7
29. 相談されたら、ぼやぼやした気分になる	1	2	3	4	5	6	7
30. 相談されたら、悲観した気分になる	1	2	3	4	5	6	7
31. 相談にのらないと、「あなた」は不愉快になる	1	2	3	4	5	6	7
32. 相談にのると、「あなた」の問題に巻き込まれる	1	2	3	4	5	6	7
33. 相談されたら、むっとした気分になる	1	2	3	4	5	6	7
34. 相談されたら、退屈な気分になる	1	2	3	4	5	6	7
35. 相談されたら、物悲しい気分になる	1	2	3	4	5	6	7
36. 相談にのらないと罪悪感が生じる	1	2	3	4	5	6	7
37. 相談されたら、だるいと感じる	1	2	3	4	5	6	7
38. 相談にのらないと、「あなた」からの評価が下がる	1	2	3	4	5	6	7

先ほどの会話を踏まえて、あなたが相手に対して現在どのように感じるかをお尋ねします。

問1 あなたは悩みを抱えたとき、どれだけ相談意欲がありますか。

「1=全くない」、「5=とてもある」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全くない                      あまりない                      どちらでもない                      ややある                      とてもある

1-----2-----3-----4-----5

問2 あなたは悩みを抱えたとき、どれだけ悩みを聴いてほしいと思いますか。

「1=全く思わない」、「5=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く思わない                      あまり思わない                      どちらでもない                      やや思う                      とても思う

1-----2-----3-----4-----5

問3 あなたは悩みを抱えたとき、その悩みに関して違った見方や考え方、意見を聞かせてほしいとどれだけ思いますか。

「1=全く思わない」、「5=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く思わない                      あまり思わない                      どちらでもない                      やや思う                      とても思う

1-----2-----3-----4-----5

問4 あなたは悩みを抱えたとき、その悩みに関してどうしたらいいか教えてほしいと思いますか。

「1=全く思わない」、「5=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。

全く思わない                      あまり思わない                      どちらでもない                      やや思う                      とても思う

1-----2-----3-----4-----5

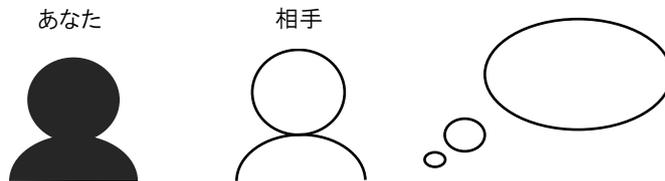
問5 悩みを相手に相談することについて、あなたは以下のことをどれだけ考えますか。

「あなた」の吹き出しの中に入れてながら考え、「1=全く思わない」、「7=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



	全く 思わない	思わない	あまり 思わない	どちらでも ない	やや思う	思う	とても 思う
1. 相手に悩みを話すのは恥ずかしい	1	2	3	4	5	6	7
2. 悩みを相談することで相手を困らせるのは気が引ける	1	2	3	4	5	6	7
3. 相手は、私の抱えている悩みを真剣に考えてはくれないだろう	1	2	3	4	5	6	7
4. 相手に悩みを相談すると、自分が辛くなる	1	2	3	4	5	6	7
5. 相手に悩みを相談することは、自分の弱さを認めることになる	1	2	3	4	5	6	7
6. 相手に悩みを相談しても、馬鹿にされる	1	2	3	4	5	6	7
7. 相手に悩みを聞いてもらうのは申し訳ない	1	2	3	4	5	6	7
8. 相手に相談したら、周囲の人は自分に精神的な問題があると思うだろう	1	2	3	4	5	6	7
9. 相手に悩みを相談したら、自分が弱い人間だと認めることになる	1	2	3	4	5	6	7
10. 相手に悩みを相談しても、相手は悩みを解決できないだろう	1	2	3	4	5	6	7
11. 相手に悩みを相談しても嫌なことを言われる	1	2	3	4	5	6	7
12. 相手に悩みを相談すると、自分の弱い面を知られてしまう	1	2	3	4	5	6	7

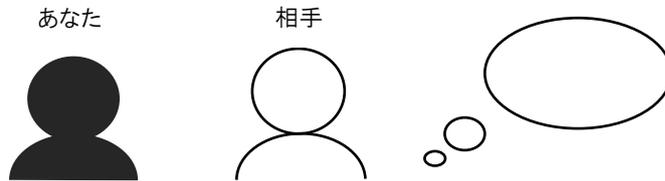
問 6 悩みを相手に相談することについて、あなたは、相手はどれくらい以下のことを考えていると思いますか。相手の吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全く思わない」、「7=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



	全く 思わない	思わない	あまり 思わない	どちらでも ない	やや思う	思う	とても 思う
1. 相談にのると自分の時間を取られる	1	2	3	4	5	6	7
2. 相談にのると、「あなた」の問題に巻き込まれる	1	2	3	4	5	6	7
3. 相談にのらないと、「あなた」は不愉快になる	1	2	3	4	5	6	7
4. 相談されたら、不安に感じる	1	2	3	4	5	6	7
5. 相談にのらないと、自己評価が下がる	1	2	3	4	5	6	7
6. 相談されたら、ふさぎこんだ気分になる	1	2	3	4	5	6	7
7. 相談にのらないと罪悪感が生じる	1	2	3	4	5	6	7
8. 相談されたら、物悲しい気分になる	1	2	3	4	5	6	7
9. 相談にのらないのは気まずい	1	2	3	4	5	6	7
10. 相談されたら、自信がないと感じる	1	2	3	4	5	6	7
11. 相談にのらないのは申し訳ないと感じる	1	2	3	4	5	6	7
12. 相談されたら、だるいと感じる	1	2	3	4	5	6	7
13. 相談にのらないと、「あなた」は不満をこぼす	1	2	3	4	5	6	7
14. 相談されたら、無気力になる	1	2	3	4	5	6	7
15. 相談されたら、くよくよした気分になる	1	2	3	4	5	6	7
16. 相談されたら、無関心になる	1	2	3	4	5	6	7
17. 相談にのることにはリスクが伴う	1	2	3	4	5	6	7
18. 相談されたら、沈んだ気分になる	1	2	3	4	5	6	7
19. 相談されたら、ばからしいと感じる	1	2	3	4	5	6	7
20. 相談にのらないと、自分の価値が下がる	1	2	3	4	5	6	7
21. 相談にのらないと、「あなた」に非難される	1	2	3	4	5	6	7
22. 相談されたら、悲観した気分になる	1	2	3	4	5	6	7
23. 相談されたら、不機嫌になる	1	2	3	4	5	6	7
24. 相談されたら、むしゃくしゃした気分になる	1	2	3	4	5	6	7

.....

(問 6 続き) あなたは、相手はどれくらい以下のことを考えていると思いますか。相手の吹き出しの中にそれぞれの項目を入れながら考え、「1=全く思わない」、「7=とても思う」として自分の考えにもっともよく当てはまると思う数字に○をつけてください。



全く  
思わない

1

2

3

4

5

6

7

あまり  
思わない

どちらでも  
ない

やや思う

思う

とても  
思う

- |                             |                                       |
|-----------------------------|---------------------------------------|
| 25. 相談にのらないと、周囲からの評価が低下する   | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 26. 相談されたら、悩んだ気分になる         | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 27. 相談されたら、引け目を感じる          | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 28. 相談されたら、退屈な気分になる         | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 29. 相談されたら、ぼんやりした気分になる      | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 30. 相談されたら、気分を害する           | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 31. 相談にのると疲れてしまいそうだ         | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 32. 相談されたら、気がかりになる          | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 33. 相談されたら、つまらないと感じる        | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 34. 相談にのらないと、「あなた」からの評価が下がる | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 35. 相談されたら、ぼやぼやした気分になる      | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 36. 相談されたら、いらいらする           | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 37. 相談にのる暇がない               | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |
| 38. 相談されたら、むっとした気分になる       | 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 |

最後に、実験を受けて、あなたは以下のことをどれだけ思いましたか。

「1=全く思わなかった」、「5=とても思った」として自分の考えにもっとも当てはまる数字に○をつけてください。

	全く 思わなかった	あまり 思わなかった	どちらでも なかった	やや思った	とても思った
1. 指示された内容を本心から相手に伝えられた	1-----	2-----	3-----	4-----	5
2. 相手の言っていることが本心からだと思えた	1-----	2-----	3-----	4-----	5
3. 実験に真剣に取り組んだ	1-----	2-----	3-----	4-----	5
4. 指示された内容を、普段も相手に伝えている	1-----	2-----	3-----	4-----	5
5. 指示された内容を、普段も相手から伝えられている	1-----	2-----	3-----	4-----	5

その他、実験に関して気づいたこと、感想などありましたら、ご自由にお書きください。  
特にない場合は空欄のままで結構です。

これで本日の実験はすべて終了になります。ご協力いただき、ありがとうございました。  
また、後日、簡単なアンケートに2度回答していただきたいと思います。