専門的心理援助要請態度に影響を及ぼす要因

○竹田葉留美¹・福澤真代² (非会員)・小口孝司³(1 千葉大学大学院融合科学研究科・^{2,3} 立教大学現代心理学部)

キーワード: 援助要請態度 カウンセリング ソーシャル・サポート

Factors that affect the professional psychological help-seeking attitude

Harumi TAKEDA¹・Mayo FUKUZAWA²・Takashi OGUCHI³(Graduate School of Advanced Integration Science, Chiba University¹・Rikkyo University^{2,3})

Key Words: help-seeking behavior, counseling, social support

目 的

現代はストレス社会であると言われており、厚生労働省(2008)によると、労働者のうち58.0%の人が仕事でのストレスを抱えているという。ストレスを抱えた人たちは、ストレス体験に応じて自己開示し、サポートを受けることによって、気分状態を改善させることができるという(福岡, 2007)。しかしながら問題の内容によっては、身近な人だからこそ相談しづらいということもある。その際の1つの選択肢として、専門的な心理カウンセリングの利用がある。ところが大学生を調査対象とした及川(2007)によると、カウンセリング(心理療法)のイメージには“抵抗感”があるという。他者からの援助が必要であるにもかかわらず、専門家へ援助を要請するという態度が消極的になってしまっている。そこで本研究では、専門的心理的援助要請態度に影響を与える要因として、共感性、自意識、ソーシャル・サポート、愛着スタイルを仮定し、それらがどのように関連しているのかを検討していく。

方 法

対象 都内の私立大学生181名(男性67名, 女性112名, 不明2名)を対象とし, 2011年11月から12月にかけて計2回, 講義時間の一部を使い質問紙調査を集団実施した。

調査票 ①フェイスシート: 所属する学部・学科, 年齢, 性別②専門的心理的援助要請態度尺度: Fischer, & Turner. (1970)が作成したATSPPH尺度を, 久田他(1986)が翻訳したものを使用。③情動的共感性尺度: 加藤・高木(1980)が作成したものを, 言い回しが分かりづらいと思われる部分を修正したうえで使用。④自意識尺度: 菅原(1984)⑤日本語版ソーシャル・サポート尺度: 岩佐他(2007)⑥内的作業モデル尺度: 戸田(1988)⑦個人属性: 一人暮らしか否かと, 出生順位を選択させた。また心理カウンセリングを“学生相談室, 心療内科, 精神科など”と定義し, 受けた経験の有無と, あるのならばその結果の満足度を選択させた。さらに周りでカウンセリングを受けた人を知っているかどうか, それが誰でも人であるのかを選択させた。

結 果

使用した尺度の因子構造

使用した尺度に関して最尤法, プロマックス回転による因子分析を行った。専門的心理的援助要請態度尺度は, 心理カウンセリングに対してポジティブな態度を示す“肯定”(α=.82), ネガティブな態度を示す“否定”(α=.76)の2因子が抽出された。情動的共感性尺度は“冷淡”(α=.76), “無影響”(α=.79), “同情”(α=.75)の3因子, 自意識尺度は“公的自意識”(α=.90), “私的自意識”(α=.89)の2因子, ソーシャル・サポート尺度は“大切な人のサポート”(α=.89), “家族のサポート”(α=.90), “友人のサポート”(α=.92)の3因子, 内的作業モデル尺度は“安定”(α=.86), “アンビバレント”(α=.79), “回避”(α=.74)の3因子が抽出された。

モデルの検討

各要因の階層関係を考慮したうえで, 援助要請態度に与えるそれぞれの影響を検討するため, 共分散構造分析によるモデルの検討を行った。適合度指数はGFI=.987, AGFI=.962, CFI=1.000, RMSEA=.000であり十分なモデル適合を示した(Figure 1.)。

考 察

本研究で明らかとなったのは, 援助要請態度は, 個人の持つ性格特性だけで説明されるのではなく, ささまざまな心理的要因や環境要因により, 心理の専門家に助けを求める積極性の程度が異なるということである。注目すべきは, もし1度でもカウンセリングを受けたことがあるのならば, その結果の満足度にかかわらず, 何か問題が起きたときに心理の専門機関へ行くことを積極的に選択しやすいということが示唆された点である。

学校領域や産業領域においても, 啓蒙活動を通して, カウンセリングの有効性を伝えているが, カウンセリングに対する“抵抗感”は根強くある。カウンセリングに対する抵抗感は軽減するために, どのような方法・手段が有効なのか, 今後詳細に検討していく必要があろう。

Figure 1. 各要因が援助要請態度に与える影響