



Title	援助要請における援助者コスト予測の変容可能性 : 大学生における友人への相談行動に焦点をあてて
Author(s)	竹ヶ原, 靖子; 安保, 英勇
Citation	対人社会心理学研究. 2017, 17, p. 25-33
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/67192
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

援助要請における援助者コスト予測の変容可能性

—大学生における友人への相談行動に焦点をあてて—

竹ヶ原 靖子(東北大学大学院教育学研究科)

安保 英勇(東北大学大学院教育学研究科)

本研究では、大学生の友人ペアを対象に実験を行い、友人である援助者のコストについての援助要請者の予測が変容するかどうかを検討した。統制条件と実験条件で異なる 10 分間の会話をさせる操作をした。統制条件の参加者は日常的会話を行い、実験条件の参加者は、援助コストの過大評価傾向について話し合った。その結果、実験条件の参加者は相談されたときの援助者の憂うつな感情を、統制条件の参加者よりも有意に低く予測し、その傾向は 1 ヶ月後まで維持されていた。また、実験条件の参加者は、相談にのらないことで生じる罪悪感を、統制条件の参加者よりも有意に低く予測し、1 ヶ月後もその傾向は維持されていた。しかし、援助要請意図や援助要請行動経験には、条件による有意な差は示されなかった。これらの結果について、親しい他者との関係懸念の点から考察を行った。

キーワード: 援助要請行動、相談行動、援助者のコスト、友人

問題

道に迷ったときに近くの人に目的地を尋ねたり、落ち込んだ時に友人に話を聴いてもらったりするなど、我々は他者に援助を求めながら日常を過ごしている。このように、援助を他者に求める行動は、援助要請行動(help-seeking behavior)といわれ、「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」と説明されている(DePaulo, 1983)。これまで、援助を要請するかどうかという援助要請の意思決定に影響を与える要因について、性別や社会的地位などのデモグラフィック要因(e.g., Nadler, Shapira, & Ben-Ithak, 1982)、自己隠蔽(self-concealment)などのパーソナリティ要因(e.g., 河野, 2000)、他者の存在などの環境要因(e.g., Shapiro, 1978)というように、様々な観点から検討がなされてきた。

援助要請者が予測する援助者のコスト

援助要請行動研究においては、援助要請意思決定に関わる、援助要請者の個人内要因(e.g., 自尊心低下の懸念; Tessler & Schwartz, 1972)に着目しているものが多く、その中でも、近年、利益とコスト(anticipated benefits and risks(costs))の概念が注目されている。援助要請行動が生起するまでのプロセスモデル(高木, 1998)では、援助要請を実行あるいは回避することで生じる利益とコストの分析を経て、援助要請をするかどうかの意思決定に至るとされている。また、実証研究によっても、利益とコストの予期が援助要請に影響を与えていることが示されている(永井・新井, 2007; 新見・近藤・前田, 2009; Shaffer, Vogel, & Wei, 2006)。

一方で、援助要請行動は、援助要請者と援助者の二者がいて成立する行為であるため、援助者の存在にも目を向ける必要がある。援助を求める際に、援助要請者自身の利益とコストを考慮するように、援助者にも同様に利益とコストが存在する。援助者のコストには、援助要請に応じ、援助を提供することによって生じる援助コストと、援助を提供しないことで生じる非援助コストの 2 種類がある(高木, 1998)。援助コストとは、援助を提供するために犠牲にした時間や金銭などである。非援助コストには援助要請者からの不平、周囲からの非難や評価低下、潜在的援助者の自尊心の低下などが含まれる(高木, 1998)。

援助要請者はこれらの援助者のコストを予測し、援助を要請するかどうかを決定しており(DePaulo & Fisher, 1980; Shapiro, 1980)、援助要請行動の生起において援助者の援助コストを予測することは重要である(相川, 1987)。我々日本人にとって、援助要請によって自身に生じる利益と援助者に負わせるコストとは関連するものであり(一言・新谷・松見, 2008)、自身の利益追求のために援助者にコストを負わせるという認識から(橋本, 2012)、援助者への遠慮や援助要請の躊躇が生じる(島田・高木, 1994)。したがって、援助要請者が享受する利益だけでなく、援助要請により援助者に生じるコストからも援助要請を捉える必要があるだろう。そこで、本研究では援助者のコスト、特に、援助要請により援助者に労力やリスクを課す援助コストに着目する。

しかし、援助要請者が予測する援助者のコストは不正確であることも示唆されている。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)。一方で、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)。このように、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かかわらず、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)。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。そこで本研究では、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には、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において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のコストが変容するかどうかは検討されていない。

本研究の目的

本研究では、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。実験条件の会話の内容として、援助要請者における援助コストの過大評価傾向を採用した理由は次の通りである。第一に、援助要請者の援助者に対するバイアスは、自身の視点から集められた情報を、他者の思考の推測に乱用する傾向を意味する自己中心性によるものと考えられている(Flynn & Lake, 2008)。他者の心理的視点を採用する視点取得と対人認知の正確さに正の関連があることから(登張, 2000)、援助者の視点について参加者が話し合うことで、自己中心性によるバイアスの影響を低減し、援助要請者が予測する援助者のコストを低下させられるのではないかと推測した。第二に、援助要請者の立場では援助コストに注意が向きやすく(Greenberg, 1980; Thibaut & Kelly, 1959)、援助者の援助コストを懸念した経験や、そのときの心理状態を想像しやすいと推測したためである。

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、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ことを仮説として設定した。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の予測に与える影響についてもあわせて確認する。

方法

参加者

大学生・大学院生 60 名(男性ペア 10 組・女性ペア 20 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参加者を募集し、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)。

援助要請の内容

近年の国内外における援助要請行動研究では、悩みを抱えたときに心理的援助を求める心理的援助要請に着目した研究が盛んである(e.g., Vogel, Wade, Wester, Larson, & Hackler, 2007)。心理的援助要請における問題とは、自殺念慮から(e.g., Deane, Wilson, & Ciarrochi, 2001)個人的な問題の相談など(e.g., 永井・新井, 2007)、多岐に渡る。このような心理的援助要請について、我が国では特に相談行動というキーワードで検討が進められている(e.g., 藤・吉田, 2014)。また、友人への援助要請は最も行われやすいという指摘(Boldero & Fallon, 1995; 木村・水野, 2004)から、本研究で用いる援助要請は、友人への悩みの相談とした。

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)相談行動を含

む日常的な援助要請経験を尋ねる項目、(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)一緒に参加した友人に相談する際に自身が感じる不安や抵抗感を測定する項目、(5)相談について友人が感じたり考えたりするコストを、援助要請者が予測する項目で構成されていた。

続いて、参加者ペアの2人で10分の会話をするように教示した。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。会話の最中は、実験者は実験室を退室していた。

会話の内容の操作 統制条件では、花田(2010)の話題リストを提示し、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」という日常生活の会話の話題が記載されている。参加者には、リストの中から話題を1つ選び、他の話題に逸れないように10分間会話をすることを伝えた。

実験条件では、竹々原・安保(2013)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、10分間の話し合うように伝えた。具体的な教示は次の通りである。

「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。(中略)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を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ください。」

援助要請者における援助コストの過大評価傾向については、一度耳にただけではわかりにくいこと、話が他の内容に大きく逸れることを防ぐことから、「相談される側が、「相談にのことはそれほど大変ではない」と感じることにについて会話してください。」と書かれたA4版の用紙を、会話中の参加者に見える位置に提示した。

Time 2 10分間の会話の後、参加者は再び質問紙に回答した。質問紙の構成は、Time 1で回答した(3)から(5)と同一である。回答終了後、後日調査(Time 3)についての説明を行った。後日調査用のアンケート用紙と返送用封筒を合わせて参加者に配布した。

Time 3 実験日から1ヵ月が経過する時期に、実験時に渡した後日調査用のアンケートに回答するよう各参加者にメールをした¹⁾。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ヵ月の間の生活変化があった

かどうか、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で回答した(2)から(5)の項目と同一の項目で構成された。

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。

2. **援助要請経験** 一緒に参加している友人に対して、過去4週間にどの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(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。相談行動だけでなく、日常的援助要請経験の項目も用いた理由として、4週間という期間で友人に相談行動が行われる機会が少ない可能性が考えられたこと、相談行動以外の援助要請行動が促進される可能性についても探索的検討を試みたことが挙げられる。両端を「全く頼まなかった」と「たくさん頼んだ」とし、5件法で回答した。

3. **援助要請意図** ペアで参加しているもう一方に対する参加者の援助要請意図を測定するために、笠原(2003)の援助要請意図を測定する項目を文脈に沿って修正した3項目(「悩みを聴いてほしい」、「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」、「悩みに関してどうしたらいいか教えてほしい」と「相談意欲がある」)の合計4項目を用いた。参加者は、「1: 全く思わない」から「5: とても思う」の5件法で回答した。

4. **援助要請者が予測する援助者のコスト** Piliavin, Dovidio, Gaertner, & Clark(1982)のモデルでは、援助を必要とする緊急事態に直面した際に、まずネガティブ感情の覚醒が生じ、その後に認知的判断が下されるとされる。本研究では、Piliavin et al.(1982)のモデルに着想を得て、相談されたときに援助者に生じる情動的反応としてのネガティブ感情、相談にのるかどうかを考える認知的判断の2つの側面から援助者のコストを測定した。

4-1. **情動的反応** 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・岸本・古賀(1992)の多面的感情状態尺度の「抑鬱・不安」(10項目)、「倦怠」(9項目)²⁾を「相談されたら・・・になる」と修正して用いた³⁾。友人に相談される場面で生じる怒り感情として、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)によるState・Trait Anger Expression Inventory(STAXI)の邦訳版(鈴木・春木, 1994)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。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、「1: 全く思わない」から「7: とても思う」の 7 件法で回答した。

4-2. 認知的判断 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非援助コストを援助要請者がどの程度予測するかを測定するために、竹ヶ原・安保(2013)の援助者のコストの項目を用いた。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。「評価懸念」(例: 相談にのらないと自己評価が下がる)、「援助コスト」(例: 相談にのると自分の時間を取られる)、「相手からの不満」(例: 相談にのらないと「あなた」は不満をこぼす)、「罪悪感」(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。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、「1: 全く思わない」から「7: とても思う」の 7 件法で回答した。

5. 操作チェック 参加したペアの親しさを測定するため、榎本(1999)の友人に対する感情としての「信頼・安定」(例: 友人を信頼している)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。また、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。

結果

分析対象者

ペアの相手との親しさの測度である「信頼・安定」のすべての項目の評定を確認し、その中の 1 項目に「1: 全く思わない」と回答した 1 名を分析から除外した。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「1: 全く思わない」と回答した者はいなかったため、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。欠損値には系列平均値を代入した。Time 3 での有効回答数は $n = 36$ (男性 8 名; 統制条件 = 19、実験条件 = 17)で、Time 1 に対して 60.0%であった。Time 3 の回答者の中に、生活や、実験に参加した友人との関係が大きく悪化したものはいなかった。

因子分析

まず、Time 1 で測定された援助者の情動的反応、認知的判断の測度それぞれに同様に因子分析(プロマックス回転・主因子法)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因子構造を決定した。情動的反応では第 1 因子から順に、「煩わしさ」、「憂うつ」、「無関心」と命名した。認知的判断については、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。それぞれの因子分析の結果と項目内容について、Table 1、Table 2 に示した。各因子の平均得点を算出して後続の分析に用いた。それぞれの因子分析の結果と項目内容について、Table 1、Table 2 に示した。援助要請経験、援助要請意図についてはそれぞれ 1 つの変数としてまとめられるかどうかを確認するために主成分分析を行い、 α 係数を確認した。

Table 1 情動的反応の因子分析結果

	I	II	III
I: 煩わしさ ($\alpha = .89$)			
相談されたら、だるいと感じる	.85	-.06	-.24
相談されたら、つまらないと感じる	.80	-.11	-.03
相談されたら、いらいらする	.73	.06	.09
相談されたら、退屈な気分になる	.68	.05	-.04
相談されたら、ばからしいと感じる	.67	-.24	.10
相談されたら、気分を害する	.67	-.03	.14
相談されたら、むっとした気分になる	.55	.26	.02
相談されたら、無気力になる	.53	.17	.22
II: 憂うつ ($\alpha = .81$)			
相談されたら、悲観した気分になる	-.14	.81	.11
相談されたら、物悲しい気分になる	-.04	.78	-.18
相談されたら、沈んだ気分になる	.06	.78	.00
相談されたら、くよくよした気分になる	.10	.75	.03
相談されたら、不安を感じる	.17	.49	.11
相談されたら、気がかりになる	-.17	.40	-.02
III: 無関心 ($\alpha = .78$)			
相談されたら、無関心になる	.10	-.24	.81
相談されたら、引け目を感じる	-.01	.05	.79
相談されたら、ぼんやりした気分になる	-.11	.17	.65
因子間相関			
	I	.34	.71
	II		.33

Table 2 認知的判断の因子分析結果

	I	II	III
I: 反応・評価懸念 ($\alpha = .88$)			
相談にのらないと、「あなた」は不愉快になる	.90	-.04	.07
相談にのらないと、「あなた」からの評価が下がる	.82	-.18	.05
相談にのらないと、「あなた」は不満をこぼす	.80	.00	-.08
相談にのらないと、「あなた」に非難される	.70	.20	-.11
相談にのらないと、周囲からの評価が低下する	.60	.13	.04
II: 労力と被影響 ($\alpha = .75$)			
相談にのると、「あなた」の問題に巻き込まれる	-.07	.80	-.01
相談にのることにリスクが伴う	-.04	.78	.02
相談にのると疲れてしまいそうだ	.01	.55	.15
相談にのると自分の時間を取られる	.28	.42	-.11
III: 罪悪感 ($\alpha = .81$)			
相談にのらないのは申し訳ないと感じる	-.24	.00	.88
相談にのらないのと罪悪感が生じる	.11	.04	.73
相談にのらないのは気まずい	.29	.02	.66
因子間相関			
	I	.58	.36
	II		.30

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、当該項目が α 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。各尺度の記述統計をTable 3に示す。

Table 3 各尺度の記述統計

	Mean	SD	min	MAX
援助者のコスト：情動的反応				
煩わしさ	2.44	0.85	1.00	4.50
憂うつ	2.90	0.96	1.17	5.17
無関心	2.28	0.92	1.00	5.33
援助者のコスト：認知的判断				
反応・評価懸念	2.91	1.14	1.00	5.60
労力と被影響	3.17	1.02	1.00	5.50
罪悪感	4.06	1.37	1.67	6.67
援助要請経験 ($\alpha = .82$)	2.38	0.95	1.00	4.67
援助要請意図 ($\alpha = .70$)	3.66	0.83	1.67	5.00

援助要請者が予測する援助者のコストの変容

援助要請者が予測する援助者のコストの時点による変化を検討した。まず、Time 1 が Time 2 や Time 3 に与える影響と、Time 1 での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)と時点(2: Time 2 vs. Time 3)を独立変数、援助者のコストの平均得点を従属変数として共分散分析を行った。

共分散分析の結果、援助者の情動的反応については、「煩わしさ」で、条件と時点の交互作用が有意であり($F(1, 33) = 5.00, p < .05$)、単純主効果の検定を行ったところ、統制条件の参加者はTime 2 よりもTime 3 のほうが援助者の相談にのる煩わしさを高く予測していた($F(1, 33) = 4.20, p < .05$)。なお、「憂うつ」において条件の主効果が有意であった($F(1, 33) = 6.83, p < .05$)。実験条件の参加者は、統制条件の参加者よりも、相談されることで援助者が抱く憂うつな感情を有意に低く予測した。「無関心」では条件と時点の主効果、交互作用ともに有意な結果は示されなかった。認知的判断では、「罪悪感」について、

条件の主効果がみられた($F(1, 33) = 9.96, p < .01$)。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、時点の主効果と交互作用のいずれも有意ではなかった。これらの結果をTable 4に示す。

援助要請意図と援助要請経験の変化

援助コストを低減させる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。援助要請意図について、Time 1 の得点を共変量とし、条件(2: 統制 vs. 実験)と時点(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、条件と時点のそれぞれの主効果、条件と時点の交互作用のいずれも有意ではなかった($F(1, 33) = 0.19, ns$; $F(1, 33) = 0.00, ns$, $F(1, 33) = 0.04, ns$)。

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、有意差はみられなかった($F(1, 33) = 1.82, ns$)。相談行動、相談行動を除く日常的援助要請経験に区別して同様の分析を試みたが、条件間に有意な差はみられなかった($F(1, 33) = 1.71, ns$; $F(1, 33) = 1.07, ns$)。

考察

本研究の目的は、援助要請者が予測する援助者のコストは低減可能かどうか、そしてコストの低減によって援助要請意図や援助要請行が変化するかどうかを検討することであった。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ことを仮説として設定した。実験条件に対して、特に援助コスト低減に有効と思われる、援助要請者における援助コストの過大評価傾向の知見(竹ヶ原・安保, 2013)を用い、参加者ペアで話し合いをするように教示した。

Table 4 援助者コストの共分散分析結果

		煩わしさ		憂うつ		無関心		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	統制	実験
Time 2	M	1.99	1.87	3.14	2.37	2.17	1.92	3.32	2.05	3.21	2.60	4.67	3.27
	(SD)	(0.75)	(0.82)	(0.84)	(0.96)	(0.50)	(0.94)	(1.22)	(0.87)	(0.88)	(0.98)	(1.08)	(1.66)
Time 3	M	2.20	1.75	3.41	2.58	2.23	1.82	3.34	2.36	3.34	2.56	5.07	3.65
	(SD)	(0.86)	(0.65)	(1.04)	(1.05)	(0.88)	(0.62)	(1.17)	(1.16)	(1.10)	(1.20)	(0.94)	(1.61)
条件の主効果	$F(1, 33)$	0.56		6.83*		0.67		0.15		0.12		9.96**	
時点の主効果	$F(1, 33)$	3.86		1.43		0.61		0.40		0.78		0.53	
交互作用	$F(1, 33)$	5.00*		0.15		0.68		0.69		0.07		0.01	

* $p < .05$; ** $p < .01$

その結果、日常的会話を行った統制条件の参加者と比較して、実験条件の参加者は、援助者の憂うつな感情、相談にのらないことで生じる罪悪感を低く予測した。

援助者のコスト予測の変容

援助者のコストについて、援助者が相談された際の情動的反応である「憂うつ」、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、1 ヶ月後まで維持されていた。このことから、援助要請者が予測する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。

相談された際に援助者に生じる憂うつな感情について、本研究では当初不快感情として取り扱ったが、項目内容を鑑みると、「相談されたら悲観した気分になる」、「相談されたら、自信がないと感じる」というように、悩みの相談に真摯に対応しようとするために生じる反応とみられることもできる。そのため、相談にのることはそれほど大変ではないという話し合いによって、援助要請に対する応答の難しさに悩むという感情の予測が低下したのかもしれない。

また、実験条件の会話によって、援助者視点の情報が取り入れられたことが、援助要請者自身の感情の投影の影響を低減させた可能性が考えられる。自身の視点からの情報を他者の思考の推測に利用する自己中心性は、援助要請者と援助者のコスト知覚のずれを生じさせる要因と考えられており(Flynn & Lake, 2008)、その性質から自身の感情や思考を他者に投影させるように作用する可能性もあるだろう。そのため、悩みを抱えたときの援助要請者自身の辛さや苦しさといったネガティブな感情が投影されて、援助者の憂うつ感情の評定に影響を与えていたが、他者視点(援助者)の情報を取り入れたことで、その影響が低減されたことも考えられる。

情動的反応の「煩わしさ」については、時点と条件の交互作用が見られ、統制条件において会話直後である Time 2 よりも実験から1 ヶ月が経過した Time 3 で有意に参加者の予測が高くなった一方で、実験条件の参加者は Time 2 と Time 3 に有意差はみられなかった。ネガティブな内容の自己開示では、開示者は、聞き手の拒絶的反応に敏感である(川西, 2008)。本研究の参加者も該当する現代青年の友人関係の特徴として、互いを傷つけないように気を遣いながら関わることが挙げられ(岡田, 2002)、このことも拒絶的反応への過敏さにつながると考えられる。「煩わしさ」の項目内容は明らかに拒絶的反応であるが、実験条件で、相談にのることはそれほど大変ではないという援助者の受容的な反応に関する話をしたことで、統制条件の参加者の評定の変化とは異なり、実験条件の参加者は Time 3 まで会話の効果を持続できた可能性が考えられる。

情動的反応の「無関心」については有意な変化はみら

れなかった。丸川・今川(2001)では、悩みの自己開示そのものが聞き手の無関心な反応を低減させることが示されており、当該コストについての援助要請者の予測は会話の操作の影響を受けなかったのだろう。

認知的判断については、「罪悪感」において統制条件と実験条件の間に有意な差がみられた。相談にのらないことの申し訳なさを援助者が強く感じるということは、同時に、援助要請者が問題解決に大きな困難を抱えていることを意味する。そのため、「憂うつ」感情と同様に、「罪悪感」においても、援助要請者自身の懸念の投影、そして友人が助けてくれるだろうという援助要請者の期待が影響していた可能性が考えられる。Takegahara & Ambo(2015)で、援助者が援助要請者に助けられた経験について語った実験条件では、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、自分と異なる立場の他者の視点を取り入れることで、相談にのらないことの申し訳なさは変動しやすいことが示唆される。

一方、「反応・評価懸念」や「労力と被影響」では予測した結果は得られなかった。「反応・評価懸念」は援助要請者の反応に対する援助者の懸念を表すものである。援助要請者が当該のコストを予測する際、援助者だけでなく援助要請者自身についても思考する必要が生じ、自己中心性の影響を十分に排除することができなかったため、援助者からの視点の情報の影響がみられなかったのだろう。「労力と被影響」では、時間や労力がかかるという物理的負担が含まれており、個人が抱える問題や置かれた状況に大きく依存することから、本研究の教示では有意な変化がみられなかったのだろう。さらに、援助要請者は、これらの援助コストに注意が向きやすい(Thibaut & Kelly, 1959)が、注意が向きやすいということは、援助要請者にとってそれだけ重大であるということでもあり、必ずしも変容しやすいということの意味するわけではないだろう。また、相談にのることはそれほど大変ではないという本研究の教示から、参加者が物理的負担よりも心理的負担に着目して話し合いを行った可能性も考えられる。

援助要請意図・援助要請経験への影響

援助要請者の援助コスト予測を低減させる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、どちらも統制群と実験群による有意な差はみられなかった。このことから援助コストの予測に関する操作は、援助要請意図や援助要請行動の増大にそれほど影響を及ぼさないことが示された。

援助要請意図が有意に変化しなかった理由として、援助要請者のコスト予測と援助要請意図に直接的な関連はみられず、コスト予測の低下は援助要請意図を直接的に

促進するものではなかった可能性がある。竹ヶ原・安保(印刷中)では、援助者のコスト予測と援助要請意図を、援助者が相談にのってくれるだろうという援助授与意図の予測が媒介することが明らかにされており、援助授与意図の予測が援助要請意図の増大において重要な役割を果たすことが示唆される。本研究では、援助授与意図の予測を測定しなかったため、コスト予測の低下が援助授与意図の予測に影響を与えたのかどうか、あるいは援助授与意図の予測に影響を与えたが援助要請意図には影響しなかったのか、どちらであるかを判別することは困難である。したがって、今後は援助要請者が予測する援助者のコストと、援助要請意図や援助要請行動との関連について、媒介変数の可能性にも着目しながら実証的検討を重ねる必要があるだろう。

援助要請経験についても有意な変化はみられなかった。援助要請意図が援助要請行動を予測することから(Nagai, 2015)、本研究では操作の効果が援助要請意図に影響をもたらさなかったために、援助要請経験にも変化が見られなかったと考えられる。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は尋ねていない。過去4週間のうちで同一の相手に援助を求める機会はそれほど多くないことから、実験の前後で有意な差がみられなかった可能性もあるだろう。

限界点と今後の展望

第一に、実験条件の課題は、相談にのことはそれほど大変ではないという話し合いをすることであり、本研究では、それらの話し合いが、援助要請者が予測する援助者のコストに与える影響を検討するものであった。そのため、手続きと質問紙の回答が連動しやすく、参加者にも実験の意図が伝わっていた可能性が考えられ、実験者効果が生じたことも考えられる。途中でダミーの課題や質問紙を挟むなど、実験者効果に配慮したより精緻な手続きが今後必要であるだろう。

さらに、本研究では取り扱わなかった援助要請者の個人内要因も、援助者のコストの予測や援助要請行動に影響を与えることが十分に考えられる。これらの要因の関連を検討し、援助要請者の個人内要因の影響を統制した上で、改めて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詳細に検討する必要がある。

最後に、分析上の限界点について述べる。サンプルサイズの少なさから、本研究では、ペアの回答を独立のサンプルとして扱ったが、このことによって、第一種の誤りを犯しやすくなるため、サンプルサイズを増やした上で、本研究で得られた結果が再度確認されるかどうかを検討する必要があるだろう。

引用文献

- 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 光生館
- Boldero, J., & Fallon, B. (1995). Adolescent help-seeking: What do they get help for and from whom? *Journal of Adolescence*, 18, 193-209.
- 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.
- 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. (1983). Perspective on help seeking. In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), *New directions in helping: Help-seeking* (Vol.2., 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.
- 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 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—脅威認知の観点から— 教育心理学研究, 62, 50-63.
- Greenberg, M. S. (1980). A theory of indebtedness. In K. Gergen, M. Greenberg, & R. Wills (Eds.) *Social exchange: Advances in theory and research*. New York: Plenum.
- 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— 風間書房
- 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 ナカニシヤ出版
- 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— 感情心理学研究, 16, 3-24.
- 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.
- 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.
- 河野 和明 (2000). 自己隠蔽尺度(Self-Concealment Scale)・刺激希求尺度・自覚的身体症状の関係 実験社会心理学研究, 40, 115-121.
- 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.
- 丸川 利弥・今川 民雄 (2001). 対人関係の悩みについての自己開示がストレス低減に及ぼす影響 対人社会心理学研究, 1, 107-118.
- 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.
- Nagai, S. (2015). Predictors of help-seeking behavior: Distinction between help-seeking intentions and help-seeking behavior. *Japanese Psychological Research*, 57, 313-322.
- 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 (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.
- 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.
- 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.
- 岡田 努 (2002). 現代大学生の「ふれ合い恐ろしい心性」と友人関係の関連についての考察 性格心理学研究, 10, 69-84.
- 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, 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*. New York: Academic Press.
- 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 of 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.
- 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.
- Spielberger, C. D. (1988). *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI)*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- 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 (1998). 人を助ける心—援助行動の社会心理学サイエンス社
- 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.
- 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.
- 竹ヶ原 靖子・安保 英勇 (印刷中). 援助要請者が予測する援助者の情動とコストが援助要請意図に与える影響 心理学研究
- 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.
- 登張 真稲 (2000). 多元的視点に基づく共感性研究の展望 性格心理学研究, 9, 36-51.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., Wester, S. R., Larson, L., & Hackler, A. H. (2007). Seeking help from a mental health professional: The influence of one's social network. *Journal of Clinical Psychology*, 63, 233-245.
- 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 IV 部門, 40, 21-28.

註

- 1) 実験者からのメールでの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。
- 2) 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、認知的判断の項目として採用し情動的反応としては用いなかった。
- 3) 尺度項目の修正については、開発者に承諾を得ている。

**A study of decreasing the perception of help-seekers
about help-givers' costs:
Focus on consulting behavior with close friends among college students**

Yasuko TAKEGAHARA (*Graduate School of Education, Tohoku University*)

Hideo AMBO (*Graduate School of Education, Tohoku University*)

A help-seeker considers a help-giver's costs on seeking help (DePaulo & Fisher, 1980). The help-seeker would misjudge the help-giver's costs. Consequently, it would inhibit the help-seeker from seeking help. The purpose of the present study was to examine whether the perception of help-seekers about the costs attributed to potential help-givers would decrease or not. We conducted an experiment, setting the control and experimental conditions. The participants in the control condition had a chat as usual. They in the experimental condition discussed that a help-seeker would tend to overestimate the help-giver's costs. As a result, participants in the experimental condition have predicted the anxieties of being asked for help lower than those of the control condition for a month. The participants in the experimental condition also have perceived the guilt of rejecting help-seeking lower than help-seekers in the control condition for a month. However, there were no differences in the intention to seek help and the experience of help-seeking between the control condition and the experimental condition.

Keywords: help-seeking behavior, consulting behavior, help-giver's costs, friend.