

中学生の情動知覚とストレス反応，援助要請の捉え方の関連性

—援助要請の受け取り方に関する自由記述の視点から—

柄澤真麻¹ 石津憲一郎²

Relationship between Emotional Awareness, Stress Response, and Perception of Help-Seeking Behavior in Junior High School Students

—From free descriptive answer perspective on ways to interpret help-seeking—

Maasa KARASAWA, Kenichiro ISHIZU

概要

本研究の目的は，友人の援助要請の捉え方に対して探索的に検討するため，文章完成法を用いて自身と他者の援助要請の捉え方を調査した。また，情動知覚の個人差，そして個人の調査時の状況をストレス反応として測定し，援助要請の捉え方との関連性を検討した。中学1～3年生の生徒267名を調査協力者に質問紙調査を行い，文章完成法にて得られた回答を分類したのち，分散分析を行った。その結果，援助要請に否定的な捉え方の生徒は肯定的な捉え方の生徒よりもストレス反応が高く，自らの感情に気付きにくい傾向があることが明らかとなった。また，援助資源の中でも特に大人への相談に抵抗感のある生徒にも同様の傾向があり，支援者が子どもたちの気持ちを丁寧に捉え，感情の存在を否定せずに受けとめることが，子ども達同士の援助要請関係を支えることに繋がる可能性が示唆された。

キーワード：援助要請，情動知覚，ストレス反応，中学生

Keywords：help-seeking, emotion awareness, stress reaction, junior high school students

I 問題と目的

令和二年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査によると，小中高等学校における自殺者数は過去もっとも多い415名となっており，そのうち半数以上の218名が普段の生活と様子が変わらず，特に悩みを抱えている様子にも見えなかったという（文部科学省，2021）。本当は悩み苦しんでいても周囲に助けを求めない，相談することへ抵抗感を覚える児童生徒が一定数おり，そのような児童生徒への対応を整備することが喫緊の課題であると言える。

他者に相談することを社会心理学の用語で援助要請行動と呼ぶ。援助要請行動とは，「気分がひどく落ち込んだり強い不安に苛まれたりした時に，カウンセラーや他者に相談したり病院を受診したりする行動（梅垣，2017）」と定義されている。援助要請行動は今まで，援助要請意図（困ったときに援助を求めようと思うか）や，援助要請態度（自分が援助を求めることについてどう思うか）といった観点から測定されており，その妥当性が示されている（梅垣，2017，p.191）。また，援助要請意図と援助要請態度を包括する概念として被援助志向性があり，個人が情緒的、行動的問題および現実世界における中心的な問題で，カウンセリングやメンタルヘルス

サービスの専門家，教師などの職業的な援助者および友人・家族などのインフォーマルな援助者に援助を求めるかどうかについての認知的枠組み（水野・石隈，1999）として定義されている。先行研究では援助要請意図および態度を被援助志向性としてまとめて測定することが多く，被援助志向性の低い中学生は，高い生徒よりも，学校適応感が低く（本田，2019），ストレス反応が高い（本田・新井・石隈，2011）ことなどが明らかとなっている。これらの研究結果から，援助要請行動は中学生の精神的な健康を支える重要な概念であると言える。一方で，先行研究では援助要請行動を抑制する要因が数多く報告されており，例えば，抑うつ傾向による無気力（永井，2012），自尊心の低下（Nadler, Fisher & Whitcher-Alagna, 1982; 脇本，2008）といったメンタルヘルスの問題や，秘密漏洩，援助資源からの否定的な応答（永井・新井，2007）などといったネガティブな結果の予期が援助要請行動を低下させることが明らかとなっている。

援助要請行動の抑制を左右する要因の1つに情動コンピテンスがある。情動コンピテンスとは，「感情を識別して説明する能力」「感情を理解する能力」および「効果的かつ非防御的な方法で感情を管理する能力」と定義されており（Ciarrochi, Chan, Caputi, & Roberts, 2001; Mayer, Caruso, & Salovey, 1999），情動の認識か

¹ 長野県厚生農業協同組合連合会佐久総合病院 ² 富山大学大学院教職実践開発研究科

らその利用までを幅広く捉えるために情動知能として測定されることもある(水野・山口, 2009)。情動知能とは、Salovey & Mayer (1990) によって、自分の情動を知り衝動の自制ができる能力、自分の気持ちを自覚・尊重して納得のいく決断ができる能力、挫折したときでも絶望せずやる気を起こさせる能力、他者に共感を覚える能力、集団の中で調和を保ち協力しあえる対人関係能力などから構成され、心の知能指数とも呼ばれている(皆川・片瀬・大竹・島井, 2010)。中学生を対象とした、水野・山口(2009)、そして中高生を対象とした江口・小倉・野田・谷中・平石・川島(2009)によると、情動コンピテンスが低い生徒ほど、援助要請を否定的に捉える傾向があり、中学生は問題に直面した際、「しんどい感じがするけど何がしんどいかわからない、どうして良いかわからない」と具体的に自分の感情を捉えられないことが援助要請行動を抑制する要因として働いている可能性がある。自身の感情の気づきは、情動の認識から利用までを包括する情動知能および情動コンピテンスの土台に位置する能力であり、情動知覚として取り上げられてきた。

また、情動コンピテンスは悩みの認知だけではなく、援助要請に関わる利益とコストの予期、さらには周囲の援助資源の捉え方にも影響する可能性がある。Ciarrochi, Deane, Wilson, & Rickwood, (2002) は、16歳から18歳の高校生を対象とした研究で、情動コンピテンスの低さは専門的な援助資源(メンタルヘルスの専門家、電話相談、医師、一般医、家庭医)に対する援助要請には影響しないが、非専門的な援助資源(両親、友人、教師、牧師)に対する援助要請には負の影響を与えることを明らかにしている。中学生では友人が援助資源として好まれる傾向がある(学研総合研究所, 2020)ことに加え、親の影響から分離し心理的に独立する第二の個体化過程(Blos, 1962)において、援助資源としての友人は重要であると言える。中学生の友人関係は、チャム・グループと呼ばれ、この関係では、同性かつ共通の興味・関心を持つなど類似性のある同士という安心感が集団の基盤で、異質性を集団から排除することにより、集団が維持される(一前, 2011)。一方で、類似性を求めるあまり、同化の圧力が働き、いじめや非行などの反社会的な行動につながったり(一前, 2011)、自分の本音を出して仲間外れになることを恐れ、本音を言うことを回避したりする(落合・佐藤, 1996)といった実態も含んでいることから、自分にとって重要で深刻な悩みは相談しにくい、という側面もあることが予想される。しかしながら、中学生では友人が援助資源として頻りに選択されるだけでなく、子どもたちの異変は、大人が気づくよりも先に子どもたち同士が感じとっている場合も多い(嶋根, 2019)、友人同士で相談しあえる関係を日ごろから構築することの効果は大きいと考えられる(永井・新井, 2007)。スクールカウンセリング等の心理臨床の活動においては、その人がいかなるネットワーク

の中で生活しているかを見立て、援助に際してはネットワークを活用し、場を支えること(田嶋, 1995)の重要性が指摘されている。このことから、中学生の生徒1人1人を環境の構成員、そして重要な援助資源としても捉え、援助要請を自身のものだけに限らず、より包括的に検討を行うことが重要であるといえる。

援助要請研究においては、自らが援助要請者である場合の相手、つまり援助者の心理の予測という観点から検討が行われており、援助要請に対する学級規範をより肯定的に認知している中学生ほど、呼应性の心配は低いことが明らかとなっている(後藤・平石, 2011)。一方で、自身が援助者である場合だけではなく、他者が援助要請を行っている場面をどのように捉えているのかは明らかにされていない。本研究では、自らが援助要請をする立場だけではなく、他者が誰かに援助要請を行っている場面を含めて援助要請態度を検討することで援助要請態度をより包括的にとらえようとするものである。例えば、自身が援助要請をすることには否定的である場合、他者が援助要請を行うことにも否定的であるのだろうか。もしそうであれば、困った他者から相談を受ける際には、より拒否的に対応してしまう可能性があり、サポートにかかわるネットワークをうまく構築しながら活用することに困難が生じてしまう可能性がある。そこで、本研究では上述したようにメンタルヘルスの問題としてストレス反応を、情動コンピテンスの一つとして情動知覚を取り上げ、援助要請態度との関連性を検討することで、子ども達同士の援助要請関係を支える支援の方法を探ることを目的とする。

本研究では援助要請の捉え方を検討するために、文章完成法を用いることとした。文章完成法とは、調査協力者に未完の書き出しに続く文章を完成させてもらい、記述された内容を分析するもの(堀毛, 2015)である。この方法は臨床場面の心理査定としての使用がもととなっている。質問の意図と無関係な記述も現れやすい(藤川・前迫・水上, 2016)といった短所もあるため、質問項目で用いる語彙には注意が必要であるものの、調査研究においても使用され、例えば、藤川・前迫・水上(2016)の中学生の失敗への価値観を検討したものや、量的な尺度と組み合わせ、両親との関係について調査した遠山(1999)などがある。文章完成法(SCT)が含まれる投影法は、本人が意識していない潜在的な特徴を捉えることができる(赤川, 2016)。

II 方法

1) 調査協力者

北陸地方の公立中学校1校の協力を得て、在籍する1～3年生267名(男子137名:女子120名:性別について未回答10名)を対象に、調査を行った。内訳は1年生83名(無回答1名:男子43名:女子39名)、2年生93名(無回答5名:男子52名:女子36名)、3年生91名(無回答4名:男子42名:女子45名)であった。平均年齢

は13.52歳、標準偏差は0.92であった。

2) 手続き

本研究は2021年9月に行った。調査協力を得られた学校に質問紙を持参し、各協力校の担任教諭へのお願いと実施方法の文書を配布して、学級ごとに調査を実施してもらった。数日後に再度訪問し、調査用紙を回収した。

3) 倫理的配慮

調査の実施に当たっては、各学校の学校長に研究趣旨を説明し、理解の下で協力の同意を得た。フェイスシートには、調査は成績に一切関係しないこと、無記名で行われるため個人が特定されることはないこと、他人には知られないこと、回答は強制ではないことを、中学生が理解できる言葉で記述した。また、担任教諭にも、調査の実施にあたって同様の内容を口頭で説明してもらうことを依頼した。また、調査用紙の最後に最近うれしかったことを尋ね、デブリーフィングとした。

4) 質問紙の構成

本調査の質問紙は、フェイスシート、中学生用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）、中学生用情動知覚尺度（EAQ）日本語版、自身と他者の援助要請態度に関する文章完成法の項目各2項目計4項目から構成された。

フェイスシート フェイスシートでは、学年、性別、年齢を尋ねた。

中学生用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）

調査協力者の調査時における悩みの状態をストレス反応として測定するために、岡安・高山（1999）が作成した中学生用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）のストレス症状尺度を用いた。この尺度は、「よく眠れない」などの項目からなる“身体的反応”4項目、「さみしい気持ちだ」などからなる“抑うつ・不安”4項目、「いかりを感じる」などからなる“不機嫌・怒り”4項目、「ひとつのことに集中することができない」などからなる“無力感”4項目、計16項目から構成されるものであり、「0:まったくちがう」～「3:そのとおりだ」の4件法で回答を求めた。

中学生用情動知覚尺度（EAQ）日本語版 調査協力者の感情への気づきやすさを測定するために石津・下田（2013）が作成した中学生用情動知覚尺度（EAQ）日本語版のうち、「自分がどんな感情を感じているのか、私が正確に知ることはありません。」などからなる“情動の識別（DE）”6項目、「私がどんな気持ちでいるかを、他の人が知る必要はありません。」などからなる“情動の注目と分かち合い（AMUE）”5項目、「何かに動揺（どうよう）したとき、私はそれを自分の胸の中にしまうことにしています。」などの“非隠ぺい性（NHE）”3項目、「私には、自分が感じている気持ちを、友達に説明することは難しいです。」などからなる“情動の言語的伝達（VSE）”3項目の計4因子17項目に対して、回答を求めた。回答は「1:そんなことはない」～「3:いつもそうだ」の3件法で尋ねることとした。

自身と他者の援助要請に関する文章完成法 未完成の

文の続きに自分の考えや態度の記入を求める文章完成法を用い、自身の援助要請に対する態度について2項目、他者の援助要請に対する態度2項目、計4項目を独自に作成した。自身の援助要請態度に関する項目は、「人に、自分が困っていることを伝えたり、助けを求めたりすることについて、私は_____。」「もし誰かに自分の悩みを打ち明けたら、私は_____。」とした。他者の援助要請態度については「困ったときに、大人に相談している友だちを見ると、私は_____。」「友だちが、悩みを私に打ち明けてきたら、私は_____。」とした。

質問項目は、協力者が援助要請に対する自らの考えを自由に回答することができるように、想定する場面や文章の型をできるだけ絞らないようにすること、また援助要請を推奨するような記述が無いようにすることに留意し、作成した。論文著者が複数、提案した項目の中から、心理学を専門とする大学教員と相談し協力者の調査による負担も考慮した上で計4項目を選択した。最終確認として、実際に中学校に勤務する教員1名に、中学生が読んで分かりにくい可能性のある箇所を指摘してもらった後、適宜修正した。

調査用紙では「これから、みなさんが「困っていることや苦しいことを人に伝えること」について、どう考えているのかお聞きします。下には、未完成の文が4つあります。正解はないので、例のように、線の部分に自分のありのままの考えを自由にお書きください。」と教示し、回答例として、日常の心理的な問題場面に対する質問とそれに対する回答例を示した。その後、上記の援助要請に関する文章完成法の項目に回答を求めた。

Ⅲ 結果

以下の分析には、統計ソフトHAD（清水，2016）を使用した。

1) ストレス反応と情動知覚尺度の記述統計量

中学生用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）、中学生用情動知覚尺度（EAQ）日本語版の得点について、逆転項目は処理を行った後、平均値と標準偏差をそれぞれ算出した（Table 1）。

Table 1 ストレス反応尺度と情動知覚尺度の記述統計量

変数名	平均値	標準偏差	α 係数
不機嫌・怒り	1.76	2.64	0.87
抑うつ・不安	1.35	2.35	0.87
無気力	2.99	2.69	0.74
身体的反応	2.77	2.64	0.74
情動の識別 (DE)	15.58	2.61	0.80
情動の注目と分かち合い (AMUE)	12.63	1.96	0.55
非隠ぺい性 (NHE)	6.14	1.71	0.73
情動の言語的伝達 (VSE)	6.39	1.68	0.69

2) ストレス反応と情動知覚尺度の相関分析

中学生用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）、中学生用情動知覚尺度（EAQ）日本語版の得点について、相関係数を算出した（Table 2）。その結果、EAQ「情動の識別」とストレス反応の各因子間、「情動の言語的伝達」と「抑うつ・不安」「身体的反応」との間である程度の負の相関が示された。また、「情動の注目と分かち合い」「非隠ぺい性」とストレス反応の各因子間、「情動の言語的伝達」とストレス反応の「不機嫌・怒り」「無気力」の間で弱い相関が示された。

3) 文章完成法にて測定した援助要請の捉え方のカテゴリの検討

本研究では、回答をまず問ごとに小分類カテゴリに分類し、その後、自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の捉え方の組み合わせによって最終カテゴリに分類する、という2段階で分類を行った。

最初に、文章完成法で回答を求めた4問について、問ごとに類似する回答同士で小カテゴリを作成した。カテゴリの構成者が1名以下のもの、回答が明らかに問の文脈に合っていないものは分析から除外することとした。小分類カテゴリとその定義、所属するカテゴリの内訳をTable 3に示した。

問1の「人に、自分が困っていることを伝えたり、助けを求めたりすることについて、私は_____。」で始まる問については「ポジティブな援助要請態度」「ポジティブな援助要請意図」「ネガティブな援助要請意図」「自助努力」の4つのカテゴリを作成した。

問2の「もし誰かに自分の悩みを打ち明けたら、私は_____。」で始まる問については「ポジティブな援助要請意図」「ポジティブな結果の予期」「ネガティブな結果の予期」「ネガティブな援助要請意図」の4つのカテゴリを作成した。

問3の困ったときに、大人に相談している友だちを見ると、私は_____。」で始まる問については、「寄り添い・心配」「ポジティブな態度」「援助要請意図の向上」「大人への相談に抵抗感」「干渉の回避」「何も思わない」「マイナス感情」の7カテゴリを作成した。

問4の「友だちが、悩みを私に打ち明けてきたら、私は_____。」では、「友人の援助要請に寛容的」「対応に不安」「関係の深化の回避」「返報性」の4カテゴリを作成した。

最後に、自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の

捉え方の組み合わせから、最終カテゴリに分類を行った。本研究の主要な目的は、自身の援助要請に関する捉え方と他者の援助要請の捉え方のギャップについて検討することであったため、最終カテゴリの構成では、回答に自身の援助要請の捉え方を尋ねた文章完成法の1問目、2問目、そして、他者の援助要請の捉え方が色濃く出た4問目を分析に用いた。なお、計4問のうち2問以上に空欄がある回答、カテゴリの構成者が1人のカテゴリは分類から除外するものとした。

分類の結果、最終カテゴリは、「自身の援助要請に肯定的－他者の援助要請に寛容的」「自身の援助要請にアンビバレント－他者の援助要請に寛容的」「自身の援助要請に否定的－他者の援助要請に寛容的」の3つを設定した。「自身の援助要請に肯定的－他者の援助要請に寛容的」群（以下、肯定－寛容群）は自身の援助要請に関する文章完成法2問、いずれにおいても援助要請にポジティブな回答が見られ、4問目において他者の援助要請に寛容的な姿勢を示すものとした。続いて、「自身の援助要請にアンビバレント－他者の援助要請に寛容的」群（以下、アンビバレント－寛容群）は自身の援助要請に関する文章完成法2問で、一方の回答は援助要請にポジティブながらも、もう一方では援助要請に対してネガティブな回答が見られ、4問目において他者の援助要請に寛容的な姿勢を示すものとした。最後に、「自身の援助要請に否定的－他者の援助要請に寛容的」群（以下、否定－寛容群）は自身の援助要請について尋ねる2問のいずれにおいてもネガティブな回答が見られ、4問目において他者の援助要請に寛容的な姿勢を示すものとした。最終カテゴリの回答の例と所属するカテゴリの内訳をTable 4に示した。なお、分類の客観性の保証のため、カテゴリの分類については、調査者と心理学を専門とする大学教員とで検討を行った。

4) ストレス反応得点・情動知覚得点による援助要請の捉え方の違い

ストレス反応得点、情動知覚尺度（EAQ）得点と小カテゴリの関連 援助要請の捉え方によってストレス反応、情動知覚に違いがあるかどうか検討するために文章完成法の問ごとに、小カテゴリを独立変数、ストレス反応得点と情動知覚得点を従属変数として、1要因参加者間計画の分散分析を行った。以下、1～3問までの結果を問ごとにまとめていく。なお、問4については、回答者の93%が「友人の援助に寛容的群」に当てはまり、水準ご

Table 2 ストレス反応尺度と情動知覚尺度の相関分析

	情動の識別	情動の注目と分かち合い	非隠ぺい性	情動の言語的伝達
不機嫌・怒り	-.49 ***	-.24 ***	-.22 ***	-.32 ***
抑うつ・不安	-.55 ***	-.25 ***	-.32 ***	-.43 ***
無気力	-.53 ***	-.30 ***	-.23 ***	-.36 ***
身体的反応	-.46 ***	-.33 ***	-.34 ***	-.44 ***

*** $p < .001$

Table 3 文章完成法にて測定した援助要請のとらえ方のカテゴリ

質問項目	有効回答数	内訳	カテゴリ	定義	回答の例
問1 「人に、自分が困っていることを伝えたり、助けを求めたりすることについて、私は_____。」	197名	27%	①ポジティブな援助要請態度	援助要請に対する肯定的な回答	「良いことだと思う」「悪いことではない」
		45%	②ポジティブな援助要請意図	援助要請意図を示したり、援助資源を述べたりしている回答	「先生や母に相談する」「家族に話せないけど、信頼できる友達だけに話す」
		23%	③ネガティブな援助要請意図	援助要請に対する否定的な回答	「したほうがいいと思うが、なかなかできない」「困っても人に言わない」
		5%	④自助努力	援助要請はせず、自分で解決する意思を示す回答	「自分で解決すればいいと思う」「友達をまきこむかもしれないから困っている事や助けを求めず、自分で解決している」
問2 「もし誰かに自分の悩みを打ち明けたら、私は_____。」	170名	19%	①ポジティブな援助要請意図	援助要請意図を示したり、援助資源を述べたりしている回答	「正直に言って一緒に考えてもらう」「親や友達にたよる」
		58%	②ポジティブな結果の予期	援助を要請した後の利益について述べる回答	「スッキリする」「楽になる」
		16%	③ネガティブな結果の予期	援助要請後のコストについて述べる回答	「否定されそうで少しこわい」「悩みがなくなるとは思わない」
		7%	④ネガティブな援助要請意図	援助要請に対する否定的な回答	「しない」「打ち明けない」
問3 「困ったときに、大人に相談している友だちを見ると、私は_____。」	197名	29%	①寄り添い・心配	相手の状況に思いを寄せる回答	「心配になる」「助けてあげたい」
		10%	②ポジティブな態度	援助要請に対する肯定的な回答	「良いことだと思う」「安心する」
		23%	④大人への相談に抵抗感	大人に頼ることに抵抗感が示されている回答	「すごい」「うらやましい」「自分にはできない」
		10%	⑤干渉の回避	むやみに干渉しない意図が述べられている回答	「見ていないふりをする」「そっとしておく」
		19%	⑥何も思わない	中立的な回答	「何も思わない」「悩んでいるんだな」
		3%	⑦マイナス感情	マイナスな感情の回答	「悲しい」「不安」
問4 「友だちが、悩みを私に打ち明けてきたら、私は_____。」	221名	93%	①友人の援助要請に寛容的	友人からの援助要請に寛容的な回答	「相談にのる」「話を聞く」
		5%	②対応に不安	友人からの相談に対応する自信がないという回答	「きんちょうして上手に答えられないかもしれません」「困る」
		1%	③関係の深化の回避	被援助者との接触を避けようとする回答	「できるだけ、その友だちとは関わらない」「心配するが、その人にとって自分が他の人より親しい人になりたいとは思わない」
		1%	④返報性	自らの悩みも開示するという回答	「自分の悩みを打ち明ける」「自分もその友達に悩みを打ち明ける」

Table 4 最終カテゴリの解答例とその内訳

最終カテゴリ (有効回答 179名)	内訳	ID	回答の例		
			1 問目	2 問目	4 問目
① 肯定—寛容群	63%	5	大事なことだと思います。	心がスッキリします	自分の考えやアドバイスを言ってあげたいです
		211	友達に助けを求めると思う	その人と仲良くなる	相談に乗ってあげる
② アンビバレント—寛容群	15%	39	別に助けを求めたりするのはいいけど、私は助けを求めない。求められない	きっとらくになる	ちゃんと聞いてあげる。しっかり聞いてあげる
		192	楽になる	とても楽になる。しかし、そのことを誰かに言われないか心配	ゆっくりと聞き出し、一緒に解決策を出す
③ 否定—寛容群	17%	151	あまり助けを求めない	気持ちが少し軽くなることはない	その友達に少しでも協力したい
		248	だれにも言わない	ダメになってしまう	心によゆうがあれば聞いてあげる

との人数に偏りがあったため、分散分析は行わなかった。

問1について 「人に、自分が困っていることを伝えたり、助けを求めたりすることについて、私は_____。」に続く回答を分類したカテゴリ（4水準）を独立変数、ストレス反応得点と情動知覚得点を従属変数として、1要因参加者間計画の分散分析を行った（Table5）。その結果、ストレス反応の“身体的反応”，情動知覚尺度（EAQ）のすべての下位尺度においてカテゴリ要因の主効果が有意であった（“身体的反応” $F(3,191) = 6.21, p < .01, \eta^2 = 0.09$ ；“情動の識別” $F(3,189) = 2.70, p < .05, \eta^2 = 0.04$ ；“情動の注目と分かち合い” $F(3,191) = 6.32, p < .01, \eta^2 = 0.09$ ；“非隠ぺい性” $F(3,190) = 3.85, p < .05, \eta^2 = 0.06$ ；“情動の言語的伝達” $F(3,193) = 5.09, p < .01, \eta^2 = 0.07$ ）。下位尺度ごとに多重比較を行ったところ、ストレス反応では「ネガティブな援助要請意図群」が、その他の3群よりも“身体的反応”が高かった（ $p < .05$ ）。また、情動知覚尺度（EAQ）では、「ネガティブな援助要請意図群」が、「ポジティブな援助要請態度群」、「ポジティブな援助要請意図群」よりも“情動の識別”“情動の注目と分かち合い”“非隠ぺい性”“情動の言語的伝達”が低いことが示された（“情動の識別” $p < .05$ ；“情動の注目と分かち合い” $p < .01$ ；“非隠ぺい性” $p < .01$ ；“情動の言語的伝達” $p < .01$ ）。加えて、「自助努力群」が、「ポジティブな援助要請態度群」よりも“情動の注目と分かち合い”が低いことが示された（ $p < .01$ ）。

問2について 「もし誰かに自分の悩みを打ち明けた

ら、私は_____。」に続く回答を分類した、小カテゴリ（4水準）を独立変数、ストレス反応得点と情動知覚得点を従属変数として、1要因参加者間計画の分散分析を行った（Table6）。その結果、ストレス反応のすべての下位尺度、情動知覚尺度（EAQ）の“情動の識別”“非隠ぺい性”“情動の言語的伝達”において、要因の主効果が有意であった（“不機嫌・怒り” $F(3,164) = 9.00, p < .001, \eta^2 = 0.14$ ；“抑うつ・不安” $F(3,164) = 4.96, p < .01, \eta^2 = 0.08$ ；“無気力” $F(3,164) = 7.19, p < .001, \eta^2 = 0.12$ ；“身体的反応” $F(3,166) = 8.85, p < .001, \eta^2 = 0.14$ ；“情動の識別” $F(3,162) = 5.03, p < .01, \eta^2 = 0.09$ ；“非隠ぺい性” $F(3,161) = 5.39, p < .01, \eta^2 = 0.09$ ；“情動の言語的伝達” $F(3,165) = 9.91, p < .001, \eta^2 = 0.15$ ）。下位尺度ごとに多重比較を行ったところ、「ネガティブな結果の予期群」および「ネガティブな援助要請意図群」は、「ポジティブな援助要請意図群」「ポジティブな結果の予期群」よりもストレス反応の“不機嫌・怒り”“抑うつ・不安”“身体的反応”が高く、情動知覚尺度（EAQ）の“情動の言語的伝達”が低いことが示された（“不機嫌・怒り” $p < .01$ ；“抑うつ・不安” $p < .05$ ；“身体的反応” $p < .05$ ；“情動の言語的伝達” $p < .01$ ）。また、「ネガティブな援助要請意図群」は「ネガティブな結果の予期群」よりも、“不機嫌・怒り”得点が高く（ $p < .05$ ）、反対に“無気力”は低かった（ $p < .01$ ）。加えて、ストレス反応“無気力”では「ポジティブな援助要請意図群」および「ポジティブな結果の予期群」と「ネガティブな援助要請意

Table 5 問1の回答に対する分散分析結果

	① (N=53)	② (N=89)	③ (N=46)	④ (N=9)	F 値	多重比較
ストレス反応						
不機嫌・怒り	1.55 (2.46)	1.48 (2.62)	2.60 (3.02)	1.78 (2.11)	1.95	
抑うつ・不安	1.27 (2.23)	1.17 (2.49)	2.16 (2.68)	1.33 (1.94)	1.72	
無気力	2.58 (2.48)	2.69 (2.48)	3.70 (3.08)	3.11 (2.03)	1.88	
身体的反応	2.08 (2.02)	2.52 (2.71)	4.15 (2.91)	2.22 (1.64)	6.21 **	①, ②, ④ < ③
EAQ						
情動の識別 (DE)	16.10 (2.83)	15.75 (2.51)	14.67 (2.53)	15.78 (1.99)	2.70 *	①, ② > ③
情動の注目と分かち合い (AMUE)	13.21 (1.61)	12.75 (1.97)	11.61 (2.11)	11.88 (2.42)	6.32 **	① > ③, ④ ② > ③
非隠ぺい性 (NHE)	6.52 (1.69)	6.23 (1.70)	5.41 (1.68)	5.89 (1.54)	3.85 *	①, ② > ③
情動の言語的伝達 (VSE)	6.79 (1.63)	6.56 (1.73)	5.54 (1.72)	6.44 (1.74)	5.09 **	①, ② > ③

注1) 上段は平均値 M, 下段 () 内は標準偏差 SD, ***: $p < .001$, **: $p < .01$, *: $p < .05$

注2) 多重比較の表示では、カンマで区切られている群間には差がなかったことを示している。

カテゴリ (①) ポジティブな援助要請態度, (②) ポジティブな援助要請意図, (③) ネガティブな援助要請意図, (④) 自助努力

Table 6 問2の回答に対する分散分析結果

	① (N=32)	② (N=99)	③ (N=28)	④ (N=11)	F 値	多重比較
ストレス反応						
不機嫌・怒り	1.13 (1.77)	1.31 (2.35)	3.04 (3.45)	4.91 (4.35)	9.00 ***	①, ② < ③ < ④
抑うつ・不安	0.72 (1.46)	0.97 (1.98)	2.54 (3.49)	2.45 (2.84)	4.96 **	①, ② < ③, ④
無気力	2.47 (2.27)	2.35 (2.40)	4.74 (2.52)	3.20 (2.78)	7.19 ***	①, ②, ④ < ③
身体的反応	2.75 (3.07)	1.96 (2.03)	4.29 (2.98)	4.55 (2.73)	8.85 ***	①, ② < ③, ④
EAQ						
情動の識別 (DE)	16.03 (1.94)	16.09 (2.44)	14.04 (2.99)	15.18 (2.44)	5.03 **	①, ② > ③
情動の注目と分かち合い (AMUE)	13.16 (2.00)	12.82 (1.60)	12.33 (1.88)	12.27 (2.57)	1.33 n.s.	
非隠ぺい性 (NHE)	6.06 (1.67)	6.31 (1.60)	5.38 (2.04)	4.45 (1.44)	5.39 **	① > ④ ② > ③, ④
情動の言語的伝達 (VSE)	6.72 (1.57)	6.82 (1.61)	5.48 (1.55)	4.64 (1.86)	9.91 ***	

注1) 上段は平均値 M, 下段 ()内は標準偏差 SD, ***: $p < .001$, **: $p < .01$ *: $p < .05$

注2) 多重比較の表示では、カンマで区切られている群間には差がなかったことを示している。

カテゴリ ① ポジティブな援助要請意図 ② ポジティブな結果の予期 ③ ネガティブな結果の予期 ④ ネガティブな援助要請意図

図群」の間では有意な差は認められなかったものの、「ネガティブな結果の予期群」では、「ポジティブな援助要請意図群」「ポジティブな結果の予期群」よりも「無気力」得点は高い ($p < .001$) ことが示された。同様に、「情動の識別」においても「ネガティブな結果の予期群」のみで、「ポジティブな援助要請意図群」および「ポジティブな結果の予期群」よりも「情動の識別」得点が低い ($p < .01$) ことが示された。また、「非隠ぺい性」については、「ポジティブな援助要請意図群」「ポジティブな結果の予期群」は「ネガティブな援助要請意図群」よりも「非隠ぺい性」得点は高く ($p < .01$)、加えて、「ポジティブな結果の予期群」は「ネガティブな結果の予期群」よりも「非隠ぺい性」得点は高い ($p < .05$) ことが示された。

問3について「困ったときに、大人に相談している友だちを見ると、私は_____。」に続く回答を分類した、小カテゴリ (7水準) を独立変数、ストレス反応得点と情動知覚得点を従属変数として、1要因参加者間計画の分散分析を行った (Table7)。その結果、ストレス反応の一部の下位尺度と、情動知覚尺度 (EAQ) のすべての下位尺度において、要因の主効果がおおむね有意であった (“抑うつ・不安” $F(6,191) = 3.64, p < .01, \eta^2 = 0.10$; “無気力” $F(6,191) = 2.45, p < .05, \eta^2 = 0.07$; “情動の識別” $F(6,189) = 4.09, p < .01, \eta^2 = 0.12$; “情動の注目と分かち合い” $F(6,190) = 3.15, p < .01, \eta^2 = 0.09$; “非隠ぺい性” $F(6,189) = 2.43, p < .05, \eta^2 = 0.07$; “情動の言語的伝達” $F(6,193) = 3.34, p < .01, \eta^2 = 0.09$)。そのため、下位尺

度ごとに多重比較を行った。

ストレス反応では、“抑うつ・不安”においては、「大人への相談に抵抗感群」が他のいずれの群よりも得点が高かった ($p < .01$) ことに加え、「何も思わない群」は「寄り添い・心配群」「ポジティブな態度群」よりも得点が高いことが示された ($p < .10$)。“無気力”では、「マイナス感情群」が「寄り添い・心配群」「ポジティブな態度群」「援助要請意図の向上群」「干渉の回避群」よりも得点が高いことが認められた ($p < .10$)。加えて、「何も思わない群」は、「寄り添い・心配群」「ポジティブな態度群」「干渉の回避群」よりも「無気力」得点が高かった ($p < .10$)。

また、情動知覚尺度 (EAQ) では、“情動の識別”では「大人への相談に抵抗感群」および「マイナス感情群」が「寄り添い・心配群」「ポジティブな態度群」「干渉の回避群」よりも得点が低かった ($p < .05$)。また、「ポジティブな態度群」は「寄り添い・心配群」「援助要請意図の向上群」「何も思わない群」の3群と比べ、“情動の識別”得点が高いことが示された ($p < .05$)。加えて、“情動の識別”では「干渉の回避群」と「何も思わない群」にも差が見られ、「干渉の回避群」の方が、得点が高いことが認められた ($p < .05$)。続いて“情動の注目と分かち合い”においては、「何も思わない群」「大人への相談に抵抗感群」が「ポジティブな態度群」「干渉の回避群」よりも得点が低かったことに加え、「何も思わない群」は「寄り添い・心配群」との比較でも得点が低

Table 7 問3の回答に対する分散分析結果

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	F 値	多重比較
	(N=58)	(N=21)	(N=13)	(N=45)	(N=20)	(N=37)	(N=6)		
ストレス反応									
不機嫌・怒り	1.42 (2.58)	1.57 (2.75)	0.62 (1.19)	2.07 (2.96)	1.21 (2.02)	2.05 (2.78)	4.67 (2.94)	2.12	①, ②, ③, ④, ⑤, ⑥ < ⑦ ③ < ④, ⑥
抑うつ・不安	0.82 (1.53)	0.62 (1.63)	0.54 (0.88)	2.58 (3.49)	0.79 (1.81)	1.70 (2.47)	0.83 (0.75)	3.64 **	①, ②, ③, ⑤, ⑥, ⑦ < ④ ①, ② < ⑥
無気力	2.40 (2.26)	1.81 (2.23)	2.54 (2.11)	3.07 (2.39)	2.50 (3.00)	3.76 (2.89)	4.67 (2.34)	2.45 *	①, ②, ③, ⑤ < ⑦ ①, ②, ⑤ < ⑥
身体的反応	2.03 (2.13)	2.14 (2.65)	2.23 (1.92)	3.47 (3.04)	2.40 (2.21)	3.38 (3.35)	3.00 (2.28)	1.89	①, ② < ④, ⑥
EAQ									
情動の識別 (DE)	16.11 (2.04)	17.35 (1.09)	15.62 (2.63)	15.00 (2.68)	16.74 (1.69)	15.36 (2.72)	13.83 (2.48)	4.09 **	①, ②, ⑤ > ④, ⑦ ② > ①, ③, ⑥; ⑤ > ⑥
情動の注目と分かち合い (AMUE)	12.88 (1.55)	13.62 (1.24)	12.77 (1.79)	12.39 (1.66)	13.75 (1.65)	12.03 (2.63)	12.50 (1.05)	3.15 **	①, ②, ⑤ > ⑥ ②, ⑤ > ④; ① < ⑤
非隠ぺい性 (NHE)	5.95 (1.57)	7.00 (1.45)	6.67 (1.56)	5.73 (1.98)	6.37 (1.64)	5.70 (1.82)	7.17 (0.98)	2.43 *	②, ③, ⑦ > ④, ⑥ ②, ⑦ > ①
情動の言語的伝達 (VSE)	6.88 (1.58)	7.33 (1.43)	6.69 (1.18)	5.96 (1.71)	6.55 (1.57)	5.81 (1.91)	6.83 (2.14)	3.34 **	①, ② > ④, ⑥

注1) 上段は平均値 M, 下段 () 内は標準偏差 SD, ***: $p < .001$, **: $p < .01$ *: $p < .05$

注2) 多重比較の表示では, カンマで区切られている群間には差がなかったことを示している。

カテゴリ (①寄り添い・心配 ②ポジティブな態度 ③援助要請意図の向上 ④大人への相談に抵抗感 ⑤干渉の回避 ⑥何も思わない ⑦マイナス感情)

かった ($p < .05$)。また、「干渉の回避群」は「寄り添い・心配群」よりも「情動の注目と分かち合い」得点が高いことが認められた ($p < .10$)。「非隠ぺい性」においては、「大人への相談に抵抗感群」が「ポジティブな態度群」, 「援助要請意図の向上群」および「マイナス感情群」よりも得点が低かった ($p < .10$)。また、「何も思わない群」も同様に、「ポジティブな態度群」, 「援助要請意図の向上群」および「マイナス感情群」よりも得点が低かった ($p < .10$)。加えて、「寄り添い・心配群」は「ポジティブな態度群」および「マイナス感情群」よりも得点が低いことが示された ($p < .10$)。

“情動の言語的伝達”においては、「大人への相談に抵抗感群」および「何も思わない群」が「寄り添い・心配群」, 「肯定的な態度群」よりも得点が低かった ($p < .01$)。

ストレス反応得点, 情動知覚尺度 (EAQ) 得点と最終カテゴリの関連 自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の捉え方の組み合わせによって, ストレス反応, 情動知覚に違いがあるかどうか検討するために, 最終カテゴリ (3水準) を独立変数, ストレス反応得点と情動知覚得点を従属変数として, 1要因参加者間計画の分散分析を行った (Table8)。

その結果, ストレス反応と情動知覚尺度 (EAQ) のすべての下位尺度で, カテゴリの主効果が有意であった (“不機嫌・怒り” $F(2,174) = 8.47, p < .001, \eta^2 = 0.09$; “抑うつ・不安” $F(2,174) = 6.67, p < .01, \eta^2 = 0.07$; “無気力” $F(2,174) = 8.36, p < .001, \eta^2 = 0.09$; “身体的反応”

$F(2,176) = 13.58, p < .001, \eta^2 = 0.13$; “情動の識別” $F(2,173) = 9.59, p < .001, \eta^2 = 0.10$; “情動の注目と分かち合い” $F(2,174) = 9.25, p < .001, \eta^2 = 0.10$; “非隠ぺい性” $F(2,172) = 9.91, p < .001, \eta^2 = 0.10$; “情動の言語的伝達” $F(2,176) = 13.79, p < .001, \eta^2 = 0.14$)。下位尺度ごとに多重比較を行ったところ, 肯定-寛容群が, アンビバレント-寛容群ならびに否定-寛容群よりもストレス反応の“抑うつ不安”, “無気力” “身体的反応”が低く (“抑うつ・不安” $p < .01$; “無気力” $p < .05$; “身体的反応” $p < .001$), 情動知覚 (EAQ) のすべての下位尺度において得点が高いことが示された (“情動の識別” $p < .05$; “情動の注目と分かち合い” $p < .10$; “非隠ぺい性” $p < .05$; “情動の言語的伝達” $p < .10$)。加えて, “情動の注目と分かち合い”と“情動の言語的伝達”では, アンビバレント-寛容群と否定-寛容群の間にも差が見られ, 肯定-寛容群, アンビバレント-寛容群, 否定-寛容群の順に得点は高くなっていることが示された (“情動の注目と分かち合い” $p < .10$; “情動の言語的伝達” $p < .10$)。また, ストレス反応の“不機嫌・怒り”では, 肯定-寛容群, アンビバレント-寛容群の間に有意差は認められなかったものの, アンビバレント-寛容群, 否定-寛容群の間, そして肯定-寛容群, 否定-寛容群の間で否定-寛容群の“不機嫌・怒り”得点が高くなっていることが示された ($p < .10$)。

Table 8 最終カテゴリに対する分散分析結果

	① (N=122)	② (N=27)	③ (N=30)	F 値	多重比較
ストレス反応					
不機嫌・怒り	1.28 (2.28)	2.11 (3.14)	3.52 (3.56)	8.47 ***	①, ② < ③
抑うつ・不安	0.81 (1.81)	2.22 (3.15)	2.03 (2.78)	6.67 **	① < ②, ③
無気力	2.33 (2.36)	3.52 (2.68)	4.30 (3.02)	8.36 ***	① < ②, ③
身体的反応	2.00 (2.25)	4.00 (3.50)	4.27 (2.83)	13.58 ***	① < ②, ③
EAQ					
情動の識別 (DE)	16.31 (2.23)	15.04 (2.77)	14.34 (2.55)	9.59 ***	① > ②, ③
情動の注目と分かち合い (AMUE)	13.08 (1.59)	12.42 (1.72)	11.60 (2.25)	9.25 ***	① > ② > ③
非隠ぺい性 (NHE)	6.34 (1.60)	5.52 (1.87)	4.93 (1.64)	9.91 ***	① > ②, ③
情動の言語的伝達 (VSE)	6.83 (1.59)	6.19 (1.82)	5.10 (1.65)	13.79 ***	① > ② > ③

注1) 上段は平均値 M, 下段 () 内は標準偏差 SD, ***: $p < .001$, **: $p < .01$, *: $p < .05$
 注2) 多重比較の表示では, カンマで区切られている群間には差がなかったことを示している。
 カテゴリ (①肯定-寛容, ②アンビバレント-寛容, ③否定-寛容)

IV 考察

本研究の目的は、ストレス反応・ならびに情動知覚と、自身と他者の援助要請の捉え方の関連を検討することであった。自身と他者の援助要請の捉え方については、文章完成法にて回答を求め、得られたデータを類似したものと士でまとめ、問ごとにグループを作成した。また、自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の捉え方の組み合わせから最終グループを作成し、ストレス反応・情動知覚との関連について分析を行った。以下、分析ごとに考察を行う。

1) 相関分析について

ストレス反応と情動知覚の関連を検討するため、相関分析を行った。その結果、すべての因子の組み合わせで、一部、弱い箇所も見受けられるものの、おおむね有意な負の関連があることが認められた。つまり、情動知覚の得点が低いほどストレス反応は高く、反対に情動知覚得点が高いとストレス反応は低い傾向があることが示された。この結果は、石津・下田 (2013) の結果とおおむね一致する結果であった。

2) 援助要請の捉え方のカテゴリとストレス反応・情動知覚について

自身と他者の援助要請の捉え方について検討するため、文章完成法にて得られた回答を、まず問ごとに小分類カテゴリに分類し、その後で、自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の捉え方の組み合わせによって最終カテゴリに分類した。加えて、援助要請の捉え方によ

てストレス反応、情動知覚に違いがあるかどうか検討するために文章完成法の問ごとに、小カテゴリを独立変数、ストレス反応得点と情動知覚得点を従属変数として1要因参加者間計画の分散分析を行った。

自身の援助要請 1は、「人に、自分が困っていることを伝えたり、助けを求めたりすることについて、私は_____。」に続く回答を求めるもので、自身の援助要請に対する捉え方を尋ねる問であった。この問によって得られた回答は「ポジティブな援助要請態度」「ポジティブな援助要請意図」「ネガティブな援助要請意図」「自助努力」の4つに分類することができた。「ポジティブな援助要請態度」「ポジティブな援助要請意図」の違いについて、「ポジティブな援助要請態度」は「良いことだと思う」「悪いことではない」など援助要請に対する肯定的な回答とした一方、「ポジティブな援助要請意図」は「先生や母に相談する」「家族に話せないけど、信頼できる友達だけに話す」など援助要請意図を示したり、援助資源について言及したりしている回答とした。また、「ネガティブな援助要請意図」は、援助要請に対する否定的な回答とし、「自助努力」は、援助要請はせずに自分で解決する意思を示す回答とした。

内訳については、「ポジティブな援助要請態度」「ポジティブな援助要請意図」が全体の約7割を占め、「ネガティブな援助要請意図」が23%、「自助努力」は5%と援助要請を一貫してしないと考えられる生徒は、3割弱であることが分かった。学研総合研究所(2020)では、「誰にも相談しない」生徒は、全体の10.8%であり、その結

果と比較すると調査方法は異なるものの、協力校における援助要請をしない生徒の割合は若干、高い傾向がある可能性が示された。

問1の分散分析の結果、ストレス反応では「身体的反応」についてのみ、ネガティブな援助要請意図群がポジティブな態度群、ポジティブな援助要請意図群、自助努力群よりも高いことが示された。また、情動知覚については、ネガティブな援助要請意図群はポジティブな態度群、ポジティブな援助要請意図群よりも「情動の識別」「非隠ぺい性」「情動の言語的伝達」得点が低いという結果が得られた。

続いて、問2は「もし誰かに自分の悩みを打ち明けたら、私は_____。」に続く回答を求めるもので、問1と同様に自身の援助要請に対する捉え方を尋ねる問であった。この問で得られた回答は、「ポジティブな援助要請意図」「ポジティブな結果の予期」「ネガティブな結果の予期」「ネガティブな援助要請意図」の4つに分類することができた。「ポジティブな援助要請意図」は、援助要請意図を示したり、援助資源について言及したりしている回答とした。また、「ポジティブな結果の予期」は、「スッキリする」「楽になる」など援助を要請したあとの利益について述べる回答、「ネガティブな結果の予期」は反対に、「否定されそうで少し怖い」「悩みがなくなるとは思わない」など援助要請後のコストについて述べる回答とした。

また、内訳については割合の大きい順に、「ポジティブな結果の予期」群(58%)、「ポジティブな援助要請意図」群(19%)、「ポジティブな結果の予期」群(58%)、「ネガティブな結果の予期」(16%)、「ネガティブな援助要請意図」(7%)という結果であり、援助要請に対してポジティブな捉え方をした群が全体の77%を占めた。問1と比較して、「ポジティブな結果の予期」、「ネガティブな結果の予期」という援助要請行動後の結果の予期という新たなカテゴリが生成された。これらの回答は内訳でも多くの割合を占めるものだったことから、問2は問1より実際の場面を思い浮かべやすい問だったと考えられる。

問2の分散分析の結果からは、援助要請の実行に際してネガティブな結果を予期する群・ネガティブな援助要請意図群は、援助要請に対するポジティブな行動意図群・ポジティブな結果の予期群よりもストレス反応が全般的に高い傾向があり、情動知覚「情動の言語的伝達」得点が低いことが示された。

問1、問2を総括すると、自身の援助要請の捉え方がポジティブである者は、ストレス反応が低く、自身・他者の感情に気づきやすい傾向があると言える。この結果は、中学生を対象とした水野・山口(2009)、そして中高生を対象とした江口他(2009)の結果とも一致しており、援助要請を促進するために感情へのアプローチが重要である可能性が改めて示唆された。

他者の援助要請 3は、「困ったときに、大人に相談

している友達を見ると_____。」に続く回答を求めるもので、他者の援助要請について尋ねる問であった。この問で得られた回答は、「寄り添い・心配」「ポジティブな態度」「援助要請意図の向上」「大人への相談に抵抗感」「干渉の回避」「何も思わない」「マイナス感情」の7つに分類することができた。「寄り添い・心配」は、「心配になる」「助けてあげたい」など相手の状況に思いを寄せる回答、「ポジティブな態度」は「よいことだと思う」「安心する」などの肯定的な回答、「援助要請意図の向上」は「自分も相談しようと思う」「自分も同じことをしたくなる」など、友人の行動を自分もまねしよう、参考にしようとする回答とした。また、「大人への相談に抵抗感」は、「すごい」「うらやましい」「自分にはできない」など大人への相談に対する抵抗感が現れているもの、「干渉の回避」は「見ていないふりをする」「そっとしておく」などむやみに干渉しない意図が述べられている回答、「何も思わない」群は、「何も思わない」「悩んでいるんだな」などの中立的な回答、そして「マイナス感情」は、「悲しい」や、「不安」などマイナスな感情が述べられているものとした。

内訳については割合の大きい順に、「寄り添い・心配」群(29%)、「大人への相談に抵抗感」群(23%)、「何も思わない」群(19%)、「ポジティブな態度(10%)」群、「干渉の回避(10%)」群、「援助要請意図の向上(6%)」群、「マイナス感情(3%)」群となった。

青年期は、親から独立し、自己の形成や自律性を確立する時期である(榎本, 1999)ことから、「大人への相談に抵抗感」群の回答には青年期特有の感情が反映されたと考えられる。また、「援助要請意図の向上」群については、友人の大人への援助要請行動が見本となり、ソーシャルスキルトレーニング的な役割を担った可能性が考えられる。

問3の分散分析の結果、「大人への相談に抵抗感」群は、ストレス反応の「抑うつ・不安」については他の群より高い値であった。その他の下位尺度では部分的にストレス反応が高く、情動知覚が全般的に低かった。親に代わる依存愛情欲求・同一化の相手として同性の友人と相互依存の関係を形成できるか否かが青年の問題と関連する(皆川, 1980)ことから、徐々に親ではなく友人に頼れるようになっていくことが青年期のメンタルヘルスにとって重要であると考えられる。一方で、一前(2011)は、子どもが家庭に対して、傷ついたときの避難場所、望めば温かく受け入れてもらえる居場所という認識を持っていなければ、自信を持って友達関係に立ち向かうことはできないと指摘しており、友人との信頼関係を構築するためには、親や教師などの大人との愛着関係の基盤が重要であると言える。本研究の、友人が大人に相談している場面の想起で抵抗感を持った生徒の中には、問題が生じたときに友人に援助要請を行う生徒と、誰に対しても援助要請を行わない生徒が含まれていることが想

定される。そのため、ストレス反応が高くなった背景には、誰に対しても全般的に援助要請に消極的である生徒の影響を受けた可能性も考えられる。しかしながら、大人に頼ることに強い抵抗感のある生徒は、大人以外の対人関係つまり、友人を援助資源と捉えていても、その対人関係で困難さを感じており、ストレス反応が高くなっている可能性も否定できない。大人との信頼関係の構築は、感情への気づきにとっても重要な意味を持つ。村久保(2018)は、自分の気持ちを表現できるようになるには、じっくり話を聞いてくれる大人の存在が重要であると述べている。しかしながら、子ども達の周囲を取り巻く親や教師をはじめとする支援者は、問題の解決だけに視野が向き、無意識のうちに子どもの気持ちを否定したり、なかったことにしようとしてしまったりすることもある。例えば、教室内で暴力を振るってしまった児童や生徒に対して、「そんなことをしたらダメだ!」と行動の背景にある感情に目を向けずに「正しいこと」を主張してしまえば、その子は委縮し、その子自身も自分の感情に目を向けることをためらうようになってしまう(古宮, 2009)。人の心の中には様々な気持ちがあり、中には社会的に望ましいもそうでないものもある。しかしながら、子どもが本音を表現した際には、「正しい・正しくない」の物差しは横に置き、ネガティブな感情をその子の身になって理解しようとする(古宮, 2009)姿勢が求められていると言える。

また、「何も思わない」群はストレス反応「抑うつ・不安」「無気力」について、「寄り添い・心配」、「ポジティブな態度」両群よりも得点が高かった。また、「無気力」に関しては「干渉の回避」よりも得点が高いことが示された。また、情動知覚では、すべての項目において、「ポジティブな態度」群よりも得点が低く、「情動の識別」「情動の注目と分かち合い」において、「干渉の回避」群よりも低いことが示された。このことから「何も思わない」群は、本当は何らかのストレスにつながるネガティブな感情が芽生えているものの、自分の言葉で表せないことに困難を抱えており、ストレス反応が高くなっている可能性が考えられる。Sifneos(1973)は、感情の識別や表現の困難さの特徴を持つ心身症患者に頻繁に見られる特徴をアレキシサイミア傾向としている。アレキシサイミア傾向の特徴は大きく、「感情を識別することの困難さ」「感情を他者に語ることの困難さ」「外面性志向の思考」の3つからなる。この傾向は、精神的な不健康と関連があることが明らかになっており(陶山・石崎, 2021)。「何も思わない」群はアレキシサイミアと関連するために、ストレス反応が高くなっている可能性が考えられる。

「干渉の回避」群は、全般的にストレス反応は低く、情動知覚では、「情動の識別」「情動の注目と分かち合い」で、「大人への相談に抵抗」群ならびに「何も思わない」群よりも得点が高いことが示された。また、「情動の識別」で

は「マイナス感情」群よりも、「情動の注目と分かち合い」では「寄り添い・心配」群よりもストレス反応が高かった。情動知覚「情動の識別」は自身の情動への気づきに対する項目からなる因子であり、「情動の注目と分かち合い」は、他者の感情への認知に関する項目からなる。「干渉の回避」群は、自身と他者の感情に敏感であるために、他者の相談場面においても、相手の気持ちを推測して思いやり、干渉を避けていることが考えられる。

問4は、「友だちが、悩みを私に打ち明けてきたら、私は_____。」に続く回答を求めるもので問3と同様、他者の援助要請について尋ねる問であった。この問で得られた回答は、「友人の援助要請に寛容的」群、「対応に不安」群、「関係の深化の回避」群、「返報性」群の4つに分類することができた。「友人の援助要請に寛容的」群は、「相談にのる」「話を聞く」などの友人からの援助要請寛容的な回答、「対応に不安」群は「困る」「きんちょうして上手に答えられないかもしれません」など、友人からの相談に対応する自信がないという回答とした。また、「関係の深化の回避」群は、「できるだけ、その友だちとは関わらない」など、被援助者との接触を避けようとする回答、「返報性」群は、「自分もその友達に悩みを打ち明ける」など、自らの悩みも開示するという回答とした。

内訳については、割合の大きい方から、「友人の援助要請に寛容的」群(93%)、「対応に不安」群(5%)、「関係の深化の回避」群(1%)、「返報性」群(1%)群であった。結果として、困っている友人に対し、援助の手を差し伸べる生徒は多いことが明らかとなった。

Sullivan(1953)は、思春期の子どもは、友だちとのやりとりを重ねる中で相手に共感し相手を理解しようとする態度が自分1人のものではないことに気づく、と述べている。中学生の友人関係は異質性を集団から排除することで集団を守ろうとする側面がある一方、この過程を通して、異質な他者も受け入れ尊重しようとするピア・グループへ発展していく(一前, 2011)。

このように、援助資源としての友人の存在に気付くこと、そしてそのような場を設けることが中学生の対人関係の発達や、メンタルヘルスにとって重要かつ効果的である可能性が示唆された。

最終カテゴリについて 個人内の自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の捉え方について、検討するために、問1, 2, 4で作成したカテゴリをもとに最終カテゴリを分類した。その結果、最終カテゴリは「肯定-寛容」「アンビバレント-寛容」「否定-寛容」の3つに分類することができた。

「肯定-寛容」群は、自身の援助要請に関する文章完成法2問、いずれにおいても「友達に助けを求めると思う」「(自分の悩みを打ち明けたら,) その人と仲良くなると思う」など、援助要請にポジティブな回答が見られ、4問目において他者の援助要請に対し「相談に乗っ

てあげる」など寛容的な姿勢を示すものとした。続いて、「アンビバレント－寛容群」は自身の援助要請に関する文章完成法2問で、一方の回答は「(困っていることを伝えたり、助けを求めたりすることについて、) 楽になる」など、援助要請にポジティブながらも、もう一方では「とても楽になるが、そのことを誰かに言われな心配」など、援助要請に対してネガティブな回答が見られ、4問目において他者の援助要請に寛容的な姿勢を示すものとした。最後に、「否定－寛容群」は自身の援助要請について尋ねる2問のいずれにおいても「あまり助けを求めない」「気持ちが少し軽くなることはない」など、ネガティブな回答が見られ、4問目において他者の援助要請に寛容的な姿勢を示すものとした。内訳については、割合が大きい方から「肯定－寛容」群(68%)、「アンビバレント－寛容」(15%)、「否定－寛容」(17%)であった。

自身の援助要請の捉え方と他者の援助要請の捉え方の組み合わせとストレス反応、情動知覚の関連性を検討するために分散分析を行った。その結果、ストレス反応については、「アンビバレント－寛容」群、「否定－寛容」群は「肯定－寛容」群よりも、“抑うつ・不安”“無気力”“身体的反応”が高いことが示された。また、情動知覚についても、“情動の識別”“非隠ぺい性”で、ストレス反応と同様の傾向が示された。情動知覚“情動の注目と分かち合い”“情動の言語的伝達では「肯定－寛容」群、「アンビバレント－寛容」群、「否定－寛容」群の順で得点は高くなっていた。

「アンビバレント－寛容」群は、部分的ではあるものの援助要請に対して肯定的な捉え方もしていることから他者との感情の共有に関わる項目で、「否定－寛容」群と差が生じた可能性がある。

IV 総合考察

本研究では、子供の援助要請態度を自由記述の視点から質的に分類し、ストレス反応と情動知覚との関連性を検討した。自身の援助要請態度については先行研究と同様に、ポジティブな援助要請意図やネガティブな援助要請意図、ネガティブな結果の予期といった分類がなされていることが示され、ネガティブな結果の予期やネガティブな援助要請意図は全体の20%程度であることが示された。例えば、ネガティブの結果の予期には、「悩みがなくなるとは思わない」といったあきらめに近い記述や、「否定されそう」といった不安に関する記述がみられ、援助要請ができない中学生は、こうした苦しさを抱えている可能性が考えられる。さらに、自らの援助要請態度は否定的であり、かつ他者のそうした態度には肯定的である一部の中学生ほど、特に情動知覚に困難を抱えていることが示された。こうした結果は、おおむね先行研究に沿う分類であったが、そうした分類の質的な基準となる記述を示せたことは意義があると思われる。ま

た、本研究では、援助要請や、子供たち同士のサポートネットワークの促進にとっての感情への気づきを再確認する結果が示唆された。これは、児童・生徒のメンタルヘルスにとって感情へのアプローチが重要であり(石津・安保, 2013; 渡辺・小林, 2013)、先行研究によって示された、情動コンピテンスが低い生徒ほど、自己の援助要請を否定的に捉える傾向(江口他, 2009; 水野・山口, 2009)とも一致する結果であると言える。子供たちの情動コンピテンスや情動知覚の高まりを支援していくことが、援助要請を行い、また他者からの援助をよりポジティブに受け止める関係性の向上に重要だと考えられる。

V 今後の課題

本研究では、自身と他者の援助要請の捉え方について、文章完成法にて質的に検討し、中学生の生の言葉でデータを収集できたことに意義があったと言える。特に、ごくわずかではあるが友人からの援助要請に対して「そうした人とかかわりたくない」のような反応も見られた。こうした少数の子供に対しては統計的な分析は行うことはできなかったが、援助を受け取る場面を回避するような心理も今後は検討に必要があるだろう。

一方で、本研究には検討がさらなる必要な箇所や限界がある。第1に、当初の想定通りではあったが、文章完成法の自由度がかなり高くなってしまった点である。特に問3の「困ったときに、大人に相談している友達を見ると_____。」では、大人への相談行動を自分のことに置き換えて「自分にはできない」「自分も同じことをしたくなる」など答えている回答と、他者のこととして「助けてあげたい」「見ていないふりをする」など回答しているもの両方が見られた。他者の援助要請の捉え方について尋ねることを目的とした質問ではあったが、自身の援助要請についても十分に解答が成立する質問となってしまう。また、問4「友だちが、悩みを私に打ち明けてきたら、私は_____。」では、同様の内容を述べる回答が目立ち、分散分析を行うに至らなかった。この項目は、友人の援助場面、つまり向社会的行動の場面に関するものである。そのために、社会的望ましさが働いた可能性が考えられる。問を構想する際には、大学生数名と中学校の現職の先生に回答をお願いし、テストを実施したが、より広く回答の可能性を考え、回答の幅がある程度は統制できるようにさらなる工夫が必要であった。

第2に、本研究では因果関係が明らかになっていない点である。本研究では、質問紙調査にて、ストレス反応、情動知覚、援助要請の捉え方を測定した。しかしながら、その因果関係は明らかになっておらず、援助要請に対するネガティブな見方がストレス反応を高めるのか、それともストレス反応が高くなり心に余裕がなくなるために、援助要請という手段の利用に及ばないのか、など介

入に関わる順序性は必ずしも明確ではない。

今後は, このような点も視野に入れ, 検討を行っていくことが生徒の福祉・心身の健康につながる援助要請の支援につながると考えられる。

VI 引用文献

赤川 力 (2016). 中学生における思春期危機について: 一般中学生と不登校中学生に投影法を用いて行われた調査の文献研究から 大阪大学教育学年報, 21, 13 - 27.

Blos, P. (1962). *On adolescence: A psychoanalytic interpretation*. Free Press.

Ciarrochi, J., Chan, A. Y., Caputi, P. & Roberts, R. (2001) Measuring emotional intelligence (EI). In J. Ciarrochi, J. Forgas & J. Mayer (Eds), *Emotional Intelligence in Everyday Life: a Scientific Inquiry*. New York: Psychology Press.

Ciarrochi, J., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Rickwood, D. (2002). Adolescents who need help the most are the least likely to seek it: The relationship between low emotional competence and low intention to seek help. *British Journal of Guidance and Counselling*, 30(2), 173 - 188.

江口佳織・小倉正義・野田有美・谷中祐香・平石賢二・川島一晃 (2009). 中学生・高校生の情緒的コンピテンスと被援助志向性との関連 日本教育心理学会第51回総会発表論文集, 294.

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(2), 180 - 190.

Fisher, J. D., Nadler, A., & Witcher-Alagna, S. (1982). Recipient reactions to aid. *Psychological Bulletin*, 91(1), 27 - 54.

藤川 聡・前迫孝憲・水上丈実 (2016). 中学生における失敗に対する価値観についての検討 北海道教育大学紀要. 人文科学・社会科学編, 67(1), 175 - 180

学研総合研究所 (2020). 中学生白書 Web版 <https://www.gakken.co.jp/kyouikusouken/whitepaper/j202008/chapter10/01.html>

後藤綾文・平石賢二 (2011). 中学生の学級における被援助志向性の規定要因: 援助要請に対する学級規範・生徒個人の援助不安に着目して 日本教育心理学会53回総会発表論文集, 472.

堀毛一也 (2015). パーソナリティの測定 日本心理学諸学会連合 心理学検定局 (編) 心理学検定 基本キーワード 改訂版

本田真大 (2019). 援助要請の認知行動的特徴, 自尊感情と精神的健康の関連援助要請 学校臨床心理学研究: 北海道教育大学大学院教育学研究科学校臨床心理学専

攻研究紀要, 16, 3 - 10.

本田真大・新井邦二郎・石隈利紀 (2011). 中学生の友人, 教師, 家族に対する被援助志向性尺度の作成 カウンセリング研究, 44(3), 254 - 263.

石津憲一郎・安保英勇 (2013). 中学生の学校ストレスへの脆弱性—過剰適応と感情への評価の視点から— 心理学研究, 84(2), 130 - 137.

石津憲一郎・下田芳幸 (2013). 中学生用情動知覚尺度 (EAQ) 日本語版の作成 心理学研究, 84(3), 229 - 237.

一前春子 (2011). 第VI章 4. 友だち関係の発達: キャング・チャム・ピア 5. ピアプレッシャー 伊藤亜矢子 (編著) エピソードでつかむ児童心理学 ミネルヴァ書房

古宮 昇 (2009). 感情表現を促す話の聴き方 児童心理, 63(7) 55 - 59.

Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267 - 298.

皆川邦直 (1980). 青春期・青年期の精神分析的発達論—ピーターブロスの研究をめぐって—小此木啓吾 (編) 青年の精神病理 2 弘文堂 43 - 166.

皆川直凡 (2011). 学生の情動知能尺度に影響を及ぼす諸要因の検討 日本パーソナリティ心理学会発表論文集, 119.

皆川直凡・片瀬力丸・大竹恵子・島井哲志 (2010). 児童用情動知能尺度の開発とその信頼性・妥当性の検討 児童用情動知能尺度の開発とその信頼性・妥当性の検討 鳴門教育大学研究紀要, 25, 31 - 37.

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(4), 530 - 539.

水野治久・山口豊一 (2009). 中学生の情動コンピテンスとスクールカウンセラーに対する被援助志向性の関連 日本教育心理学会第51回総会発表論文集, 707.

文部科学省 (2021). 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査 令和2年度 7. 自殺 (学校から報告のあったもの)

https://www.mext.go.jp/content/20211007-mxt_jidou01-100002753_1.pdf

村久保雅孝 (2018). 気持ちを言葉にできない子ども 丁寧に話を聞いてくれる人がいなかった子 児童心理, 72(11), 42 - 47.

永井 智 (2012). 中学生における援助要請意図に関連する要因—援助要請対象, 悩み, 抑うつを中心として— 健康心理学研究, 25(1), 83 - 92.

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(2), 197 - 207.

永井 智・本田真大・新井邦二郎 (2016). 利益・コストおよび内的作業モデルに基づく中学生における援助要請の検討—援助要請の生起と援助要請後の課程に注目

してー 学校心理学研究, 16(1), 15 - 26.

岡安孝弘・高山 巖 (1999). 中学生用メンタルヘルス・チェックリスト (簡易版) の作成 宮崎大学教育学部教育実践研究指導センター研究紀要, 6, 73 - 84.

落合良行・佐藤有耕 (1996). 青年期における友達とのつきあい方の発達的变化 教育心理学研究, 44(1), 55 - 65.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 8, 185 - 211.

嶋根卓也 (2019). 「NO」と言えない子どもたちー酒・タバコ・クスリと援助希求 松本俊彦 (編) 「助けて」が言えないー SOS を出さない人に支援者は何ができるかー 日本評論社

Sifneos, P. E. (1973). The Prevalence of 'Alexithymic' Characteristics in Psychosomatic Patients *Psychother. Psychosom.* 22, 255 - 262.

園田雅代 (2018). 人とのかかわりの中で育つ「言葉の力」ーうまく話せない子の問題をめぐって 児童心理, 72(11), 1 - 10.

Sullivan, H. S. (1953). The interpersonal theory of psychiatry. Norton

陶山和美・石崎淳一 (2021). 大学生のアレキシサイミア傾向と認知的感情制御方略, 精神的健康の関連 心身医学, 61(3), 266 - 274.

田嶋誠一 (1995). 密室カウンセリングよどこへゆくー学校心理臨床とカウンセリングー 教育と医学, 43(5), 408 - 415.

遠山孝司 (1999). 親子関係がよいと小・中学生は親の期待にこたえようと思うのか? 名古屋大学教育学部紀要教育心理学科, 46, 227 - 234.

梅垣佑介 (2017). 心理的問題に関する援助要請行動と援助要請態度・意図の関連 心理学研究, 88(2), 191 - 196.

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(2), 160 - 168.

渡辺弥生・小林朋子 (編) (2013). 改訂版 10代を育てるソーシャルスキル教育ー感情の理解やコントロールに焦点を当ててー 北樹出版

謝 辞

本論文の作成にあたり、データ収集にご協力いただいた生徒のみなさま、先生方に厚く御礼申し上げます。また、論文を執筆するにあたり、温かい励ましやご助言を通して多くの方に支えていただきました。ご協力いただいたすべての方々に心より感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。