

# 大学生の家族および友人への援助要請行動に被援助志向性、ソーシャルサポート、その他の心理的変数が及ぼす影響<sup>i</sup>

雨宮 千沙都\*・松田 英子\*\*

## 要 約

本研究の目的は、大学生の家族や友人に対する援助要請行動に、被援助志向性やソーシャルサポート、関連するその他の心理的変数への影響性を検討することであった。大学生 215 名が a) 特性被援助志向性尺度、b) ソーシャルサポート測定尺度、c) MMPI 妥当性尺度、d) 援助要請行動尺度（家族用および友人用）で構成される質問紙調査に回答した。共分散構造分析の結果、友人および家族からのソーシャルサポートとそれぞれへの援助要請行動には強い影響がみられた。一方、その他の心理的変数は、被援助志向性を媒介して、援助要請行動に弱い影響を与えていた。このことから、大学生の援助要請スキルの強化には、本人の被援助志向性やその他の心理的変数の改善よりも、私的ソーシャルサポートネットワークの形成が強い役割を果たしていることが示唆された。

キーワード：援助要請行動、被援助志向性、私的ソーシャルサポート

## 1. 問題と目的

人は日々直面する様々な問題に自分で対処する、あるいは他者に援助を求める行為を日常的に実行している。「自力だけでは解決できない問題に直面した個人が、問題を解決しようと他者に援助を求めること」を援助要請行動といい<sup>1)</sup>、すなわち援助要請行動は相互独立的な健全な人間関係を築き、ストレスを乗り越え人生の質を高めるうえで重要であり、問題解決を他者に丸投げするような回避的な行動や依存的な関係とは区別されるべき自律的な行動と指摘されている<sup>2) 3)</sup>。村山・及川<sup>4)</sup>は援助要請行動を行わない原因が、問題そのものから回避するためである場合のみ、非適応的な結果が生じることを見出した。すなわち、必要な援助を求めることに否定的にならないことが、問題の解決を遅らせず適応的な結果につながる

といえる。

援助要請が行われるにあたり、それに先行する認知的概念に被援助志向性がある。被援助志向性とは「個人が情緒的・行動的問題および現実生活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、教師等の職業的な援助者、および友人・家族等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」と定義される<sup>5)</sup>。

一般的には、被援助志向性などの心理的な変数と、援助要請対象となるソーシャルサポートネットワークの形成が援助要請行動を促進するものと考えられているが<sup>6)</sup>、これまでの研究では被援助志向性等の心理的変数とソーシャルサポートが援助要請行動に対してどの程度関連があるのかについての実証的研究はほとんど行われてこなかった<sup>5) 7)</sup>。そのため、本研究では家族と友人のそれぞれを援助要請の対象と設定し、日常生活場面における家族と友人への援助要請行動と被援助志向性や防衛性などの援助要請行動に関わる心理的変数およびソーシャルサポートとの関連性を検討す

2014年11月30日受付

\*医療法人社団覚暎会 本学卒業生 精神保健福祉学

\*\*江戸川大学 人間心理学科教授 臨床心理学

る。

以下に、本調査で取り上げた各変数を説明する。

ソーシャルサポートとは「ある個人を取り巻く様々な人々から与えられる有形・無形の支援」と定義され<sup>8)</sup>、家族や友人からのソーシャルサポートを「私的ソーシャルサポート」、上司や教師、精神医学等の専門家からのサポートを「公的ソーシャルサポート」という。嶋のソーシャルサポート測定尺度<sup>8)</sup>では、精神的・心理的な面で支援を示す「心理的サポート」、娯楽活動や趣味の共有の次元である「娯楽関連的サポート」、物的な援助である「道具的・手段的サポート」、問題解決のための情報提供という「問題解決志向的サポート」の4種類に分類される。先行研究では、専門家に援助を求める人ほどソーシャルサポートが低いとされているが、日常場面での身近な人に対する援助要請行動との関係は明らかになっていない。そのため、本研究では家族と友人のそれぞれから受けているソーシャルサポートを同じ尺度を用いて各々を測定した。

また、援助要請行動や被援助志向性に関わる心理的変数を検討した研究ではこれまで自尊心、向性、社会的承認欲求などが注目されてきたが、防衛性などの援助抵抗感や自己開示に関わる個人的な特性との相関研究は少ない。そのため、本研究では心理的問題の自認、およびその対処能力への自己評価など、防衛性の観点から、ミネソタ多面人格目録 (Minnesota Multiphasic Personality Inventory; MMPI) の妥当性尺度 (L, F, K 尺度)<sup>9)</sup> を使用して検討する。妥当性尺度は MMPI において、本来はテストの受検態度を判断し、臨床尺度得点の妥当性を測定するための尺度として利用されてきたが、援助要請や被援助抵抗感に関わる臨床情報を得るうえでも有効であると考えられている<sup>9)</sup>。

付加的には援助要請行動や被援助志向性に直接的に関連すると指摘されている性差も取り上げ検討する。心理的な問題の重さにかかわらず、男性より女性のほうが援助要請行動、被援助志向性がともに高いといわれている。しかし、性差が認められなかった研究もあり、一致した結果は得られ

ていないことも報告されている<sup>5) 7)</sup>。

また、援助要請行動および被援助志向性の対象について、学生相談室の専門家への利用を対象とした研究が多く、一方で家族や友人は学生相談室との比較対象として扱われることが多く<sup>7) 10) 11)</sup>、家族や友人を対象とした日常場面での援助要請行動を中心とした研究は少なかった。しかし、大学生における学生相談、友人、家族への被援助志向性に関する研究では、悩みの内容に関わらず専門家への相談より家族と友人といった私的ソーシャルサポート源への被援助志向性が高く、大学生にとって身近な相手のほうが援助を求めやすいことが明らかとなっている<sup>6)</sup>。また、両宮・松田<sup>12)</sup>の研究からも、援助要請対象によって生起する援助要請行動が異なることが示唆されている。そのため、本研究では日常場面で接することの多い家族と友人といった私的ソーシャルサポート源への援助要請行動を検討する。

本研究の目的は、大学生の日常的な援助要請行動において、被援助志向性や防衛性などの心理的変数とソーシャルサポートが及ぼす影響を総合的に検討する。また、両宮・松田<sup>12)</sup>から、家族と友人には要請する援助行動の質が異なることが示唆されたため、援助要請行動、被援助志向性、およびソーシャルサポートの対象を親しい家族と友人の2つに分けることとする。

## 2. 方法

### 2-1. 調査協力者および時期

関東圏の私立大学生 227 名に回答を求めた。そのうち、回答に不備がみられた 12 名を除外した。結果、有効回答者は 215 名 (男性 109 名、女性 104 名、不明 2 名、平均年齢 20.23 歳 ± 1.06 歳) であった。調査は 2010 年 10 月下旬から 2011 年 1 月下旬に実施した。

### 2-2. 手続き

質問紙配布時に、調査の目的や内容、個人情報保護の保護、回答は強制ではなく辞退しなくなった場

合はいつでも辞退できることを書面および口頭で教示した。本研究では、以下の質問紙を使用した。

### 2-2-1. 被援助志向性の測定に使用した尺度

田村・石隈の特性被援助志向性尺度<sup>13)</sup>を使用した。この尺度は教師を対象に作成されており、現在の状況ではなく“普段の生活の中で、自分で解決するには困難な状況において他者に援助を求める態度”を想定しているため、より安定した個人内特性として測定される。本研究の調査対象者は大学生であるため「教師としての役割を十分に果たす為に、必要ならば他者に援助を求めるほうである」という項目は「自分の役割を十分に果たす為に」と変更した。

援助を求める際や被援助後の効果に対して懸念や抵抗感を示す人ほど得点が低くなる「被援助に対する懸念や抵抗感の低さ」(7項目)と、問題解決の際、援助を求めることに積極的な人ほど得点が低くなる「被援助に対する肯定的態度」(6項目)の計13項目から構成されている。「全く感じない(1点)」から「非常に感じる(5点)」の5件法で回答を求めた。なお、村山・及川<sup>4)</sup>の知見から、本研究では教示文に「自力での解決が困難である場合」と明記し、他者の援助が必要である場面を想定させ、回答を求めた。

### 2-2-2. 友人に対する援助要請行動の測定に使用した尺度

野崎・石井による大学生の援助要請行動尺度<sup>14)</sup>を、本研究では親しい友人に対する援助要請行動について測定するために使用した。緊急事態時の援助要請(8項目)、日常の困窮場面における援助要請(5項目)、心理的サポートの援助要請(4項目)、貴重な資源の援助要請(6項目)、利己的な援助要請(7項目)の5つの下位因子(30項目)から構成されている。「そうは思わない(1点)」から「そう思う(5)」の5件法で回答を求めた。得点が高いほど、必要な場合にその要請行動をとることができることを表している。なお、村山・及川<sup>4)</sup>の知見から、本研究では教示文に「自力での解決が困難である場合」と明記し、他者の援助が必要である場面を想定させ、回答を求めた。

### 2-2-3. 家族に対する援助要請行動の測定に使用した尺度

兩宮・松田による、家族に対する援助要請行動を測定するための尺度で、17項目から構成されている<sup>10)</sup>。「そうは思わない(1点)」から「そう思う(5点)」の5件法で回答を求めた。得点が高いほど問題解決の際にその要請行動をとることができることを表している。なお、村山・及川<sup>4)</sup>の知見から、本研究では教示文に「自力での解決が困難である場合」と明記し、他者の援助が必要である場面を想定させ、回答を求めた。

### 2-2-4. 友人及び家族からのソーシャルサポートの測定に使用した尺度

嶋によるソーシャルサポート測定尺度<sup>8)</sup>で、心理的サポート(4項目)、娯楽関連のサポート(3項目)、道具的・手段的サポート(3項目)、問題解決志向的サポート(3項目)の4因子(12項目)から構成されている<sup>8)</sup>。質問項目のうちの1つが「心理的サポート」と「問題解決志向的サポート」の両方の因子に含まれる。「まったくあてはまらない(1点)」から「非常にあてはまる(5点)」の5件法で回答を求めた。得点が高いほどそのサポート量が多いことを表す。使用した尺度は同じものであるが、教示により親しい家族からのソーシャルサポートと友人からのソーシャルサポートを別々に測定した。

### 2-2-5. その他の心理的変数の測定に使用した尺度

MMPIの妥当性尺度<sup>9)</sup>のうち、L尺度、F尺度、K尺度を被援助志向性や援助要請行動に関連すると推測して使用した。

L(虚偽)尺度は、著しく道徳的で過度に良心的な行為で構成され、基本的な人間の弱さを否定したり、自分をよく見せようとする人ほど高い値を示す。F(頻度)尺度は、精神病的な体験や妄想的思考、慣習に合わない信念の項目で構成され、意識的に自分自身あるいは他者との対人関係を否定的に歪める傾向の強い人や問題を大げさに訴える人も高い値を示す。K(修正)尺度は、テスト

に対する防衛性と同時に、自我強度や対処能力についての臨床的情報の項目で構成される。この得点が高い人ほど情緒的問題を弱さと捉え、自己の情緒的問題を認めようとしない傾向にある。

妥当性尺度はすべて「あてはまらない (1点)」から「あてはまる (3点)」の3件法で回答を求めた。これらの尺度はすべて得点が高いほど、それぞれの特性を強く持つことを示している。

### 2.3. 分析の概略

まず、各要因の性差の検討するため、各尺度の合計得点に対して対応のないt検定を行った。次に、援助要請行動に対する各要因の影響について検討するため、相関係数の算出、共分散構造分析を行った。t検定および相関係数の算出についてはSPSS ver. 17.0を使用し、共分散構造分析についてはAmos ver. 19.0のソフトを使用した。

## 3. 結果

### 3.1. 基礎統計量

各要因の性差を検討するためt検定を行った(表1)。その結果、家族に対する援助要請行動、友人からのソーシャルサポート、家族からのソーシャルサポートにおいて女性のほうが有意に高かった。F尺度においては男性の方が高い有意傾向がみられた。

各要因間の相関係数を算出した(表2)。その結果、被援助志向性はL尺度以外のすべての尺度と正の相関がみられた。家族への援助要請行動、

友人への援助要請行動、家族ソーシャルサポート、友人ソーシャルサポートはL、F、K尺度以外のすべての要因との間で正の相関がみられ、F尺度のみ負の相関がみられた。また、L尺度はK尺度のみと正の相関がみられ、F尺度はL尺度以外のすべての要因と負の相関がみられた。K尺度は被援助志向性とL尺度において正の相関がみられ、F尺度のみ負の相関がみられた。また、性差については、男性は家族への援助要請行動と被援助志向性、被援助志向性とL尺度との間で正の相関がみられた。家族への援助要請行動とL尺度およびF尺度、友人への援助要請行動とL尺度、友人ソーシャルサポートとL尺度の間では相関がみられなかった。一方、女性は家族への援助要請行動と被援助志向性との間では相関がみられなかった。家族への援助要請行動とL尺度およびF尺度、友人への援助要請行動とL尺度、被援助志向性とL尺度、友人ソーシャルサポートとL尺度の間ではいずれも負の相関がみられた。

### 3.2. 共分散構造分析によるモデルの検討

各要因による援助要請行動へ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(図1)。性差に関する検定の結果から家族および友人ソーシャルサポートや家族への援助要請行動において有意差がみられたため、モデルの性差を検討するため多母集団同時分析を行ったところ、有意差が確認される因子がみられなかった。そのため、男女合わせての共分散構造分析を行った。

表1 基礎統計量

	全体(n=215)		男性(n=109)		女性(n=104)		t 値
	平均		平均	SD	平均	SD	
友人援助要請行動合計得点	99.90		99.15	23.31	100.50	21.56	.437
家族援助要請合同合計得点	58.79		56.83	13.93	61.03	14.07	2.18*
被援助志向性合計得点	45.44		45.22	6.93	45.70	7.01	2.21
友人ソーシャルサポート合計得点	50.29		48.71	7.89	51.79	7.54	2.91**
家族ソーシャルサポート合計得点	46.05		43.7	11.57	48.56	12.63	2.93**
L尺度合計得点	24.34		24.35	4.68	24.34	4.46	.010
F尺度合計得点	90.00		91.64	14.27	88.46	11.82	1.77†
K尺度合計得点	54.51		54.84	9.42	54.26	9.29	.45

†  $p < .10$ , \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

表 2 各要因間の相関係数

		家族への援助要請行動	友人への援助要請行動	被援助志向性	友人SS	家族SS	L尺度	F尺度	K尺度
家族への援助要請行動	全体(n=215)	-	.491***	.234***	.397***	.669***	n.s.	-.160†	n.s.
	男性(n=109)	-	.578***	.331***	.440***	.673***	n.s.	n.s.	n.s.
	女性(n=104)	-	.417***	n.s.	.335***	.646***	-.210*	-.170†	n.s.
友人への援助要請行動	全体(n=215)	-	-	.378***	.623***	.300***	n.s.	-.214**	n.s.
	男性(n=109)	-	-	.450***	.668***	.382***	n.s.	-.233*	.179†
	女性(n=104)	-	-	.316***	.589***	.245*	-.277**	-.182†	-.166†
被援助志向性	全体(n=215)	-	-	-	.420***	.226***	n.s.	-.355***	.234***
	男性(n=109)	-	-	-	.464***	.260**	.226*	-.353***	-.380***
	女性(n=104)	-	-	-	.383***	.168†	-.217*	-.363***	n.s.
友人SS	全体(n=215)	-	-	-	-	.304***	n.s.	-.292***	n.s.
	男性(n=109)	-	-	-	-	.296**	n.s.	-.246**	n.s.
	女性(n=104)	-	-	-	-	.265**	-.175†	-.304**	n.s.
家族SS	全体(n=215)	-	-	-	-	-	n.s.	-.256***	n.s.
	男性(n=109)	-	-	-	-	-	n.s.	-.225*	n.s.
	女性(n=104)	-	-	-	-	-	n.s.	-.265**	n.s.
L尺度	全体(n=215)	-	-	-	-	-	-	n.s.	.636***
	男性(n=109)	-	-	-	-	-	-	n.s.	.677***
	女性(n=104)	-	-	-	-	-	-	n.s.	.590***
F尺度	全体(n=215)	-	-	-	-	-	-	-	-.283***
	男性(n=109)	-	-	-	-	-	-	-	-.338***
	女性(n=104)	-	-	-	-	-	-	-	-.236*
K尺度	全体(n=215)	-	-	-	-	-	-	-	-
	男性(n=109)	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性(n=104)	-	-	-	-	-	-	-	-

†  $p < .10$ , \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .10$ , \*\*\*  $p < .001$

モデルでは、まず、友人ソーシャルサポートから友人援助要請行動、家族ソーシャルサポートから家族援助要請行動へ、次に心理的変数としてのL、F、K尺度から認知的側面である被援助志向性へ、最後に従属変数として友人および家族への援助要請行動の順で設定した。有意でないパスを削除しながら分析を繰り返した結果、最終的に図1のようなモデルが得られた。モデルの適合度は

$\chi^2 = 28.274$  ( $p < .05$ ),  $df = 14$ ,  $GFI = .969$ ,  $AGFI = .920$ ,  $RMSEA = .069$ であり、このモデルは適合度が高いモデルであるといえる。

まず、友人ソーシャルサポートは友人への援助要請行動に対して正の影響を示した。家族ソーシャルサポートは家族への援助要請行動に対して正の影響を示した。また、F尺度は被援助志向性に対して負の影響を示し、K尺度は被援助志向性に

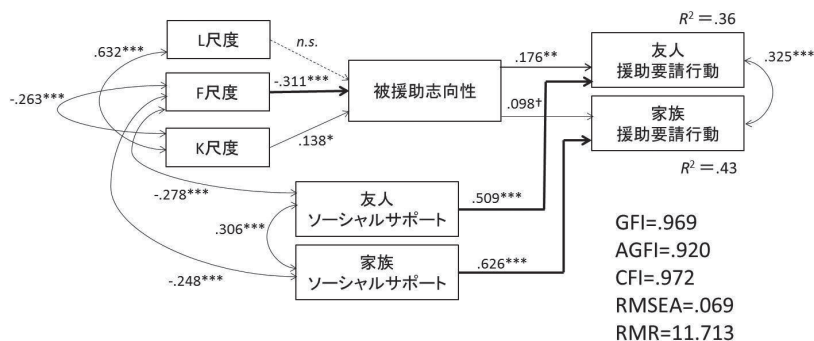


図1 心理的変数およびソーシャルサポートが援助要請行動に与える影響

対して正の影響を示した。さらに、被援助志向性は友人への援助要請行動と家族への援助要請行動の両方に対して正の影響を示した。L尺度はいずれの因子とも直接的な関連はみられなかった。

家族および友人への援助要請行動の $R^2$ の値は、それぞれ.43、.36と比較的高い数値を示していた。

## 4. 考察

### 4.1 各要因における性差の検討

家族への援助要請行動、友人からのソーシャルサポート、家族からのソーシャルサポートにおいて女性のほうが高く、先行研究の結果と一致していた<sup>5) 11) 15)</sup>。被援助志向性について、相関においては違いがみられたものの、平均点においては性差はみられなかった。一般的に、被援助志向性は女性のほうが高いとされているが、性別の影響が低かったり直接的な影響がみられない研究もあり、安定した結果を得られていないことが指摘されている<sup>16)</sup>。被援助志向性と性差の関連については今後も検討すべき課題といえよう。

### 4.2 被援助志向性等の心理的変数とソーシャルサポートが援助要請行動に与える影響の検討

共分散構造分析の結果から、被援助志向性は友人および家族への援助要請行動に対して正の影響がみられた。しかし、その影響は弱く、被援助志向性を高めることのみでは援助要請行動を促進させるために十分ではないといえる。一方で、ソーシャルサポートは家族と友人のどちらの場合も援助要請行動に対して強い正の影響がみられた。このことから、日常場面において被援助志向性は援助要請行動を高める可能性はあるものの、ソーシャルサポートのほうがより家族や友人への援助要請行動を促進させるといえる。普段からサポートを多く受けることで、身近な他者からの援助が必要な場面においてもサポートを要請しやすくなるのだろう。反対に、そもそも身近に援助を求める相手がいなければ、被援助志向性が高くても援助

要請行動を行うことが難しくなると考えられる。

F尺度は被援助志向性に対する負の影響がみられた。F尺度の得点が高い人ほど問題を誇張したり、故意に自分を悪く歪めて見せかけようとする傾向がある。その背景として「心配されたい」という思いが考えられ、問題解決にはむしろ消極的であり、そのため援助要請行動が抑制されていると推測される。実際に、依存性が高い人はソーシャルサポート量の予期にかかわらずサポートの効果が低いことが見出されている<sup>17)</sup>。本来、F尺度は精神病理を表す指標であり、実際に何らかの問題を抱えている場合も得点が高くなる傾向がある。そのような特徴を持つ場合は他者の援助が必要であるといえるが、このときに援助要請行動に抑制的な影響を与えているということは、問題を抱えていることで他者の気を引くという依存的行為による可能性が考えられる。

K尺度は被援助志向性に対する正の影響がみられた。K尺度の得点が低い場合、防衛性が低下しており、問題対処能力が低く、情緒と行動の統制が弱くなっていることを示唆している。また、自他ともに批判的であり、抑制的などの特徴を持つ傾向がある。このため、他者に援助を求めることに抵抗感や懸念を感じると考えられる。しかしながら、妥当性尺度の影響は弱く、一概に関連性を述べることはできないため、今後も検討が必要であろう。

以上により、日常場面における援助要請行動を促進するためには、普段から周囲のサポートを受けることができる関係性を築くことが重要であることが示唆された。木村・水野によると、家族や友人は大学生にとって身近なサポート供給源であり、とくに友人はピア・サポートの供給源となりうる存在である<sup>6)</sup>。これらの私的ソーシャルサポート源の開拓が援助要請行動の促進、ひいてはストレス対処行動の選択肢を増やすことにつながるといえる。

### 4.3 今後の課題

最後に本研究の課題について述べる。

援助要請行動、被援助志向性、ソーシャルサポ

ートが相互に作用している側面がある点<sup>18)</sup>、関東圏の大学生に限られる点、本研究が一時点での調査である点から、より実証的な研究が求められる。さらに、日常的に行われる私的ソーシャルサポートへの援助要請行動が学校の仲間や教師、職場の同僚や上司といった公的ソーシャルサポートへの広がりに対してどのように影響するのか、そのメカニズムの検討を行う余地がある。

#### 引用文献

- 1) 坂本真士・佐藤健二, これからの臨床社会心理学. 坂本真士・佐藤健二(編), はじめての臨床社会心理学—自己と対人関係から読み解く臨床心理学—. 有斐閣, 2004.
- 2) 太田仁, たすけを求める心と行動—援助要請の心理学—. 金子書房, 2005.
- 3) 西川隆蔵, 対人依存行動の研究—対人依存の自己制御と自己意識, ソーシャルスキル, 及び対人適応感との関係の検討—. 人間文化学部研究年報 5, 1-19, 2003.
- 4) 村山航・及川恵, 回避的な自己制御方略は本当に非適応的なのか. 教育心理学研究 53(2), 273-286, 2005.
- 5) 水野治久・石隈利紀, 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, 1999.
- 6) 木村真人・水野治久, 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, 2004.
- 7) 森岡さやか, メンタルヘルス領域における援助要請研究の動向と新たな可能性の提言. 東京大学大学院教育学研究科紀要 47, 259-267, 2008.
- 8) 嶋信宏, 大学生のソーシャルサポートネットワークの測定に関する一研究. 教育心理学研究 39, pp.440-447, 1991.
- 9) Friedman A.F., Webb J.T. and Lewak R., Psychological assessment with the MMPI., New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Inc., 1989. (MMPI 新日本版研究会(訳), MMPIによる心理査定. 三京房, 1999.)
- 10) 弦間亮・サトウタツヤ・水月昭道, 学生相談室の来談・非来談の葛藤—KJ法による大学生の語りの検討—. 立命館人間科学研究 17, 47-59, 2008.
- 11) 高野明・吉武清實・池田忠義・佐藤静香・関谷佳代, 学生相談機関への援助要請行動のプロセスに関する探索的研究. 東北大学高等教育開発推進センター紀要 2, 157-164, 2007.
- 12) 雨宮千沙都・松田英子, 学生用家族を対象とした援助要請行動尺度作成の試み. ストレス科学研究 29, 93-99, 2014.
- 13) 田村修一・石隈利紀, 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(1),

- 75-89, 2006.
- 14) 野崎秀正・石井眞治, 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 第一部 53, 49-54, 2004.
- 15) 嶋信宏, 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, 1992.
- 16) 永井智, 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, 2010.
- 17) 福岡欣治, 依存的な人にとってのソーシャル・サポートの限界—他者依存性と知覚されたサポートの効果に関する基礎的研究—. 静岡県立大学短期大学部研究紀要 pp.12-3, 1998.
- 18) 浦光博, 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, 1992.

The Influences of Help-Seeking Preferences, Social Support, and Related Psychological Variables on Help-Seeking Behavior in College Students: A focus on seeking help from family and friends

The purpose of study was to examine the influence of help-seeking preferences, social support and related psychological variables on help-seeking behavior for family and friends in Japanese university students.

In this study, two hundred and fifteen students living in Japan completed a) trait help-seeking preferences scale, b) social support matrix scale for undergraduate, c) validity scales of the MMPI, and d) help-seeking behavior Scales for family and friends. The results showed the strongest effect of positive stress-coping on friendship satisfaction by multiple regression analysis. Both self-esteem and assertion for relation formation also were significantly related with friendship satisfaction. By covariance structure analysis, private social support strongly affected on help-seeking behavior for family and friends. On the other hand, other psychological variables had a little effect on help-seeking behavior mediated by help-seeking preferences. The present study suggested that private social support network played stronger role on intensify help-seeking skills than enhancing the degree of help-seeking preferences and other psychological variables in Japanese university students.

**Keywords:** help-seeking behavior, help-seeking preferences, private social support

i 本研究の成果は、日本健康心理学会第25大会において発表したものである。