

カウンセリングに対する抵抗感を規定する要因の検討

谷口弘一 (長崎大学教育学部)

キーワード: 援助要請, 感情経験, スティグマ, 心理的・身体的苦悩, 日本人大学生

目的

情緒的・行動的問題を解決するために、メンタルヘルス・サービスやその他の公的サービス、あるいは、インフォーマルなサポート資源から援助を求めることを援助要請 (help-seeking) という (Srebnik et al., 1996)。Komiya et al. (2000) は、アメリカの大学生男女を対象にして、専門的心理援助要請態度の規定要因として、性別、スティグマ、感情経験に対する無条件の受容的態度、心理的・身体的苦悩を取り上げ、各要因の独自効果について検討を行った。分析の結果、いずれの変数も援助要請態度に対して有意な独自効果を示した。同様の結果は、アメリカの大学に通う留学生を対象にした研究 (Komiya & Eells, 2001) においても確認されている。日本を含むアジアの文化的価値観では、感情を適切にコントロールすることや曖昧で間接的なコミュニケーションを行うことが重視されている (Kim, 1995; Kim et al., 1999; Kim & Omizo, 2003; Narikiyo & Kameoka, 1992; Sue, 1994)。そうした文化的価値観は、アジア文化圏出身のアメリカ人がメンタルヘルス・サービスを使用することが少ない理由の一つであると考えられている (Leong, 1986; Loo et al., 1989)。Komiya et al. (2000) や Komiya & Eells (2001) では、感情経験に対する無条件の受容的態度が援助要請態度の規定要因であることが示されたが、そうした結果は、調査対象者がアメリカの大学生や留学生であったことが影響しているかもしれない。結果の一般化可能性を検討するためには、アジアの文化的価値観をもつ日本の大学生を対象にした研究が必要不可欠である。そこで、本研究では、Komiya et al. (2000) と同様に、援助要請態度の規定要因として、4つの変数 (性別、スティグマ、感情経験に対する無条件の受容的態度、心理的・身体的苦悩) を取り上げ、日本においても、各要因が独自効果をもつかどうかについて検討を行った。

方法

調査対象者と手続き 大学生 158 名が調査に参加した。分析には、欠損値がない 149 名 (男性 42 名、女性 107 名) のデータを用いた。平均年齢は 20.45 歳 ($SD = 1.42$) であった。調査は、携帯端末や PC を利用して、ウェブ上で実施された。実施に先立ち、参加は任意であり、いつでも中断可能であること、結果は集団で集計されるため、回答内容や個人情報特定されることはないことが口頭で説明された。

調査内容 調査には、年齢、性別など人口統計学的変数を質問する項目に加えて、以下の尺度が含まれていた。(1) 感情に対する無条件の受容的態度: 4つの感情 (怒り、恐れ、喜び、悲しみ) の経験や表出に対する態度を測定する尺度 (Allen & Haccoun, 1976) を日本語に翻訳して用いた。回答は 7 件法であり、分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、感情の経験に対して好意的態度をもつことを示す。(2) スティグ

マ: Self-Stigma of Seeking Help Scale (Vogel et al., 2006) の日本語版 (宮仕, 2010) を用いた。回答は 5 件法であり、分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、自己スティグマの程度が高いことを示す。(3) 心理的・身体的苦悩: Hopkins Symptom Checklist (HSCL: Derogatis et al., 1974) の日本語版 54 項目 (中野, 2016; Nakano & Kitamura, 2001) から、HSCL 短縮版 (21-item version of the HSCL: Green et al., 1988) に含まれる 21 項目を選択して用いた。回答は 4 件法であり、分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、心理的・身体的苦悩の程度が高いことを示す。(4) 援助要請態度: Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form (ATSPPH-SF: Fischer & Farina, 1995) の日本語版 (宮仕, 2010) を用いた。回答は 4 件法であり、分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、カウンセリングを受けることに対して肯定的態度をもつことを示す。

結果

測定変数間の関連 援助要請態度は、感情受容、スティグマとそれぞれ有意な負の相関があった ($r = -.162, p < .05$; $r = -.296, p < .01$)。また、スティグマは、心理的・身体的苦悩、性別とそれぞれ有意な正の相関があった ($r = .363, p < .01$; $r = .196, p < .05$)。

援助要請態度に対する各規定要因の独自効果 援助要請態度に対する性別、スティグマ、感情受容、心理的・身体的苦悩の独自効果を検討するために、重回帰分析を行った (Table 1)。相関の結果と同様に、感情受容ならびにスティグマがそれぞれ援助要請態度に対して独自の寄与を示した ($\beta = -.167, p < .05$; $\beta = -.310, p < .01$)。

Table 1 重回帰分析の結果

| | B | SE | β | t | 95%CI |
|-----------|--------|------|---------|----------|----------------|
| 感情受容 | -.139 | .065 | -.167 | -2.124* | [-.268, -.010] |
| スティグマ | -.196 | .054 | -.310 | -3.642** | [-.302, -.090] |
| 心理的・身体的苦悩 | -.014 | .030 | -.037 | -.447 | [-.074, .046] |
| 性別 | .846 | .704 | .096 | 1.202 | [-.545, 2.236] |
| R^2 | .129** | | | | |

注) $N = 149$. * $p < .05$, ** $p < .01$

考察

日本の大学生においても、感情経験に対する無条件の受容的態度が援助要請態度の重要な規定要因の一つとなっていることが確認された。カウンセリングに対する抵抗感を取り除くためには、感情をありのままに受け入れ経験することに対する恐れをなくす必要があるといえる。スティグマに関しても、援助要請態度を阻害する要因であることが示された。カウンセリングを受けることによって自分を否定的に見たり、劣等感を感じたりすることがないように、メンタルヘルス教育を充実させ、心理的問題に対する理解を高めることが望まれる。利益相反開示; 発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。 (TANIGUCHI Hirokazu)