



Title	援助要請行動生起における援助要請期待尺度と心理的コスト尺度の信頼性・妥当性の検討
Author(s)	伊藤, 詩菜; 松田, 康子; 加藤, 弘通
Citation	子ども発達臨床研究, 7, 5-12
Issue Date	2015-03-25
DOI	https://doi.org/10.14943/rcccd.7.5
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/58514
Type	departmental bulletin paper
File Information	AA12203623_7_5-12.pdf



原著論文

援助要請行動生起における援助要請期待尺度と
心理的コスト尺度の信頼性・妥当性の検討伊藤 詩 菜¹⁾・松 田 康 子²⁾・加 藤 弘 通³⁾Reliability and Validity of Psychological costs and expectations
about seeking counseling of Help-Seeking Behavior scale

Shiina ITOH, Yasuko MATSUDA, Hiromichi KATOU

要 旨

本研究では、援助要請行動生起における利益とコストの関係性を検証するため、中岡・兒玉（2011）の援助要請期待尺度の信頼性・妥当性の検討を行うとともに、援助要請不安尺度を元に援助要請行動生起における心理的コスト尺度を作成し、その信頼性・妥当性の検討を行った。そのため、大学生、大学院生 208 名を対象とし、既存の援助要請期待尺度（中岡・兒玉，2011）と、本研究で作成した心理的コスト尺度を合わせた計 46 項目を「カウンセリングに対する印象」として質問紙を用いて調査した。その結果、心理的コスト尺度は「スティグマへの懸念」因子、「カウンセラーの対応への懸念」因子、「強要への懸念」因子の 3 因子となり、中岡・兒玉（2011）と同様の結果となった。一方、援助要請期待尺度については、「内面の安定への期待」因子、「カウンセラーの対応への期待」因子、「知識習得への期待」因子の 3 因子となり、中岡・兒玉（2011）と異なる結果となった。また、Cronbach の α 係数と 2 つの尺度の下位尺度との相関により、本研究で作成された心理的コスト尺度は十分な信頼性と妥当性が示された。援助要請期待尺度（中岡・兒玉，2011）についても再検討され、因子構造は中岡・兒玉（2011）とは異なる結果となったものの、より多くの項目数からなる、より信頼性・妥当性を有した尺度が作成されたと考えられる。

キーワード：援助要請行動、心理的コスト、カウンセリング

I. 問題と目的

日本の学生相談機関を対象に行った調査では、来談率の全国平均は 4.8%であり（大島，2004）、

学生がこのような援助資源を十分に活用できているとは言えない。野村・五十嵐（2004）は、メンタルヘルス・サービスを利用した方が望ましい場合でも、利用しない場合の方が圧倒的に多いと指

1) 北海道大学大学院教育学院 修士課程

2) 北海道大学大学院教育学研究院 准教授

3) 北海道大学大学院教育学研究院 准教授

摘しており、このような悩みを抱えながら専門家に相談を求めないという「service gap (Kushner & Sher, 1991)」の問題は、学生の間にも存在していると考えられる。

高野・宇留田 (2002) によれば、援助要請の実行・回避には、ポジティブな結果である利益と、ネガティブな結果であるコストが存在しており、これらの予期が援助要請行動の生起に影響する。そのため、援助を求めた方が有益であると考えられる学生の援助要請行動の促進を考える際、援助要請行動生起における利益とコストの関係性を検証することは重要である。

このような視点から、永井・新井 (2008) は、中学生を対象に相談行動の利益・コスト尺度改訂版を作成している。しかし、「接近要因と回避要因を一つの尺度で測定 (中岡・児玉, 2011)」していること、コストに関する因子を構成するには項目が少ないことから、信頼性・妥当性の再検討が必要である。また、援助要請の対象については「他の人」または「人」としており、具体的な人物を明示してはいない。しかし、援助要請の対象の違いによって相談行動の利益・コストは変化する可能性があるため、対象を明確に記載する必要があるだろう。

こうした点を踏まえ、中岡・児玉 (2011) は、学生相談におけるサービスギャップ克服のための有効なプログラムの効果評価研究として、大学生を対象にした心理カウンセリングに対する援助要請不安尺度と援助要請期待尺度を作成した。しかし、接近要因と回避要因を分けて測定しているものの、援助要請不安尺度、援助要請期待尺度のどちらも因子を構成するには項目が少なく、因子内と下位因子間の因子負荷量にばらつきがあり、これらの尺度に関しても信頼性・妥当性に懸念が残る。

そのため、援助要請の対象を明確にし、援助要請行動における接近要因と回避要因を分け、因子を構成する項目数を考慮した、より信頼性・妥当性の高い尺度を作成する必要がある。したがって、本研究では、接近要因に関する項目と回避要因に

関する項目を分け、因子を構成する項目数を調整して尺度を作成するとともに、接近要因と回避要因の関係性を考慮した分析を行なう。また、本研究では、中岡・児玉 (2011) 同様に、援助要請の対象を友人などの一般他者ではなく心理カウンセラーとし、専門家への援助要請行動を促進する要因、回避する要因を検討する。

具体的には、中岡・児玉 (2011) の援助要請期待尺度の信頼性・妥当性の検討を行うとともに、援助要請不安尺度を元に、援助要請行動生起における心理的コスト尺度を作成し、その心理的コスト尺度の信頼性・妥当性の検討を行う。

II. 方 法

1. 調査協力者

大学生、大学院生 208 名 (男性 109 名、女性 98 名、その他 1 名) を対象とした。平均年齢は 20.2 歳 ($SD=1.40$, range=18~25 歳) であった。調査協力者の選定の基準を、カウンセリングについての学問的な知識が回答に反映される可能性があるため、カウンセリングに関する専門的な知識をもたないこととした。なお、分析に際しては、記入に不備があった 8 名を除外した計 200 名を分析の対象とした。

2. 時期

2013 年 6 月～7 月

3. 質問紙の構成

既存の援助要請期待尺度 (中岡・児玉, 2011) と、本研究で作成した心理的コスト尺度を合わせた計 46 項目を「カウンセリングに対する印象」として質問した。回答に正解・不正解はないので回答者の思った通りに回答すること、無記名式で個人は特定されないこと、データは統計的に分析されること、調査用紙はデータ入力後にシュレッダーにて処分する等個人情報の保護には最大限配慮することを教示した。

Table 1 相談行動の利益・コスト尺度改訂版（永井・新井，2008）6項目の変更

変更前（原項目）	変更後（本研究で使用した項目）
相談をしても、相手に話を真剣に聞いてもらえない	カウンセラーは真剣に話を聞いてくれないだろう。
相談をしても、馬鹿にされる	カウンセラーは私を馬鹿にするだろう。
相談をしても、相手に話を簡単に流される	カウンセラーに話を簡単に流されてしまうだろう。
友達に相談しても意見が合わない	カウンセラーは私と意見が合わないだろう。
相談をしても、相手に嫌なことを言われる	カウンセラーは私に嫌なことを言うだろう。
相談したことを他の人にばらされる	カウンセラーに自分の秘密をばらされるだろう。

(1) 心理的コスト尺度

中岡・兒玉（2011）が作成した援助要請不安尺度 18 項目に、永井・新井（2008）の相談行動の利益・コスト尺度改訂版から「否定的応答」（5 項目）と「秘密漏洩」（1 項目）の 2 因子 6 項目、本研究で独自に作成した 1 項目（「カウンセラーは私の意見や考えていることを否定するだろう。」）を追加した計 25 項目を使用し、各項目について「非常にそう思う」～「全くそう思わない」までの 7 件法でたずねた。永井・新井（2008）の相談行動の利益・コスト尺度改訂版の 6 項目は、本研究の目的に合わせて表現を変更した（Table 1）。援助要請不安尺度は、「スティグマへの懸念」（10 項目）、「強要への懸念」（5 項目）、「カウンセラーの対応への懸念」（3 項目）の 3 因子 18 項目からなるが、因子を構成するには少ない項目数に思われたため、その中の「強要への懸念」に 2 項目、「カウンセラーの対応への懸念」に 5 項目の計 7 項目を追加した。

(2) 援助要請期待尺度

中岡・兒玉（2011）が作成した援助要請期待尺度 4 因子 21 項目を使用し、各項目について「非常にそう思う」～「全くそう思わない」までの 7 件法でたずねた。なお因子に関しては、「内面安定期待」（8 項目）、「専門的援助期待」（5 項目）、「依存的解決期待」（5 項目）、「知的学習期待」（3 項目）の 4 因子 21 項目である。

この他に年齢と性別をたずねた。

4. 手続き

無記名自記式質問紙と調査願いを大学の講義の時間内や個人に配布し、記入が済み次第回収した。

調査願いに調査の目的と分析に際しての個人情報の扱い、調査実施者に関する情報を記載した。調査の目的は、大学生がカウンセリングに対してどのような印象をもっているのかを調べるためとして、カウンセリングに対する知識ではなく、率直な印象を回答するよう教示した。

III. 結 果

大学生における心理的コストおよび援助要請に関する期待がどのような構造をもっているのかを検討するために、心理的コスト尺度 25 項目と援助要請期待尺度（中岡・兒玉，2011）に対して因子分析（最尤法、Promax 回転）を行った。

1. 心理的コストの構造

因子負荷量の絶対値 0.40 以上を基準に、3 因子 25 項目を採用した（Table 2）。第 1 因子は「カウンセリングを受けることで身近な人（恋人、家族、友人）からの評価が悪くなるだろう」、「私がカウンセリングを受けることを友達に知られたら異常だと思われるだろう。」などの 10 項目、第 2 因子は「カウンセラーは私の問題をわかってくれないだろう」、「カウンセラーは私と意見が合わないだろう。」などの 8 項目、第 3 因子は「私が話したくないことまで話させられるだろう。」「今の生活スタイルで私が変えたくないこと、またはすぐに変えられないことを無理に変えさせるだろう。」などの 7 項目からなっていた。

第 1 因子には「カウンセリングを受けることで身近な人（恋人、家族、友人）からの評価が悪くなるだろう。」「私がカウンセリングを受けること

Table 2 心理的コスト尺度の項目および因子分析における因子負荷量

項 目	因子 I	因子 II	因子 III
【スティグマへの懸念】 ($\alpha=0.91$)			
カウンセリングを受けることで身近な人（恋人、家族、友人）からの評価が悪くなるだろう。	0.82	0.07	-0.01
私がカウンセリングを受けることを友達に知られたら異常だと思われるだろう。	0.82	-0.14	0.17
もしも私がカウンセリングを受けていることを周りの人に話したら私のことを嫌いになったり見くだしたりする人がでてくるだろう。	0.81	0.04	-0.02
もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら友人が離れていくだろう。	0.80	0.09	-0.06
もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら身近な人（恋人、家族、友人）は後ろめたい気持ちになるだろう。	0.70	-0.07	0.02
もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら周りの人の接し方が変わるだろう。	0.67	-0.07	-0.19
もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら周りの人は私のことを自分で問題を解決できない弱い人間だと思うだろう。	0.64	0.13	-0.07
もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら精神障害者のレッテルがずっとつきまとうだろう。	0.63	0.00	0.17
もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら友人や家族はなにかにつけて私の行動をそのせいにするだろう。	0.49	-0.03	0.17
カウンセリングを受けることで身近な人（恋人、家族、友人）との関係が悪くなるだろう。	0.47	0.19	0.03
【カウンセラーの対応への懸念】 ($\alpha=0.82$)			
カウンセラーは私の問題をわかってくれないだろう。	0.01	0.93	-0.24
カウンセラーは私と意見が合わないだろう。	0.04	0.71	-0.07
カウンセラーは私の価値観を共有してくれないだろう。	-0.10	0.68	0.06
カウンセラーは私の問題を解決できるだけの力がないだろう。	0.21	0.53	-0.06
カウンセラーは真剣に話を聞いてくれないだろう。	-0.03	0.50	0.09
カウンセラーに私の悩みや考えを伝えても「気のせい」と言われてしまうだろう。	0.15	0.46	-0.06
カウンセラーに話を簡単に流されてしまうだろう。	-0.07	0.41	0.27
カウンセラーは私を馬鹿にするだろう。	0.04	0.40	0.27
【強要への懸念】 ($\alpha=0.79$)			
私が話したくないことまで話させられるだろう。	-0.03	0.09	0.67
今の生活スタイルで私を変えたくないこと、またはすぐには変えられないことを無理に変えさせられるだろう。	0.13	-0.02	0.61
今までのものの考え方や感じ方を根本的に変えさせられるだろう。	-0.06	-0.10	0.56
カウンセラーには私の知られたくないことまでを知られるだろう。	0.17	-0.18	0.56
カウンセラーは私に嫌なことを言うだろう。	-0.13	0.39	0.45
カウンセリングでは私がしたくないことを無理にさせられるだろう。	-0.02	0.38	0.45
カウンセラーに自分の秘密をばらされるだろう。	-0.04	0.13	0.44
因子間相関			
	I	II	
II	0.47		
III	0.53	0.62	

を友達に知られたら異常だと思われるだろう。」
「もしも私がカウンセリングを受けていることを周りの人に話したら私のことを嫌いになったり見くんだりする人がでてくるだろう。」といった項目に高い負荷量が示され、これは中岡・兒玉(2011)と同様であった。また、第2因子には「カウンセラーは私の問題をわかってくれないだろう。」「カウンセラーは私と意見が合わないだろう。」「カウンセラーは私の価値観を共有してくれないだろう。」といった項目に高い負荷量が示された。第3因子には「私が話したくないことまで話させられるだろう。」「今の生活スタイルで私が変えたくないこと、またはすぐには変えられないことを無理に変えさせられるだろう。」といった項目に高い負荷量が示された。これらについても中岡・兒玉(2011)、永井・新井(2008)と同様であった。そのため、その内容から中岡・兒玉(2011)の援助要請不安尺度の因子名を用いて、第1因子は「スティグマへの懸念」因子、第2因子は「カウンセラーの対応への懸念」因子、第3因子は「強要への懸念」因子とした。

因子間相関については、第2因子の「カウンセラーの対応への懸念」因子と第3因子の「強要への懸念」因子($r=0.62$)、第1因子の「スティグマへの懸念」因子と第3因子($r=0.53$)、第1因子と第2因子($r=0.47$)に正の相関が認められた。尺度の信頼性を求めたところ、Cronbachの α 係数は、第1因子が0.91、第2因子が0.82、第3因子が0.79であり、信頼性が保証された。

したがって、本研究においても中岡・兒玉(2011)と同様に、援助要請不安尺度は3因子構造であることが示された。

2. 援助要請期待の構造

援助要請期待尺度についても、因子負荷量の絶対値0.40以上を基準に、援助要請期待尺度(中岡・兒玉, 2011)は3因子17項目を採用した(Table 3)。3因子が抽出され、第1因子は「カウンセラーは、自分の考えや気持ちを整理するのを手伝ってくれる。」「カウンセラーは、問題の解決

法を考えていく手助けをしてくれる。」などの8項目、第2因子は「カウンセラーは問題を解決してくれる。」「カウンセラーは何とかしてくれる。」などの6項目、第3因子は「カウンセラーに相談すると、カウンセラーの話し方や聞き方を学べる。」「カウンセラーに相談すると、カウンセリングがどのようなものか学べる。」などの3項目からなっていた。第1因子には、「カウンセラーは、自分の考えや気持ちを整理するのを手伝ってくれる。」「カウンセラーは問題の解決方法を考えていく手助けをしてくれる。」「カウンセラーは、話を聞いて気持ちを楽にさせてくれる。」といった項目に高い負荷量が示された。第2因子には、「カウンセラーは、問題を解決してくれる。」「カウンセラーは、何とかしてくれる。」といった項目に高い負荷量が示された。第3因子には、「カウンセラーに相談すると、カウンセラーの話し方や聞き方を学べる。」「カウンセラーに相談すると、カウンセリングがどのようなものか学べる。」といった項目に高い負荷量が示された。その内容から、第1因子は「内面の安定への期待」因子、第2因子は「カウンセラーの対応への期待」因子、第3因子は「知識習得への期待」因子と命名した。したがって、本研究の結果は、中岡・兒玉(2011)が示した4因子構造とは異なる因子構造であった。

因子間相関については、第1因子の「内面の安定への期待」因子と第2因子の「カウンセラーの対応への期待」因子($r=0.58$)、第1因子と第3因子の「知識習得への期待」因子($r=0.32$)、第2因子と第3因子($r=0.30$)に正の相関が認められた。尺度の信頼性を求めたところ、Cronbachの α 係数は、第1因子が0.86、第2因子が0.79、第3因子が0.74であり、信頼性が保証された。

3. 心理的コスト尺度と援助要請期待尺度の関係

また、妥当性を検討するために、心理的コスト尺度と関連尺度である援助要請期待尺度(中岡・兒玉, 2011)との相関係数を算出した(Table 4)。

中岡・兒玉(2011)の結果に基づき、心理的コスト尺度と援助要請期待尺度の下位尺度に負の相

Table 3 援助要請 期待尺度の項目および因子分析における因子負荷量

項 目	因子 I	因子 II	因子 III
【内面の安定への期待】($\alpha=0.86$)			
カウンセラーは、自分の考えや気持ちを整理するのを手伝ってくれる。	0.75	-0.16	-0.08
カウンセラーは、問題の解決法を考えていく手助けをしてくれる。	0.72	0.00	0.04
カウンセラーは、話を聞いて気持ちを楽にさせてくれる。	0.71	0.01	-0.03
カウンセラーに相談すると、自分についての理解が深まる。	0.68	-0.03	0.00
カウンセラーに相談すると、自分の問題と向き合うきっかけができる。	0.66	-0.11	0.16
カウンセラーに相談すると、自分の状態がわかり安心する。	0.63	0.12	-0.04
カウンセラーは、悩みを吐き出させスッキリさせてくれる。	0.63	0.03	-0.02
カウンセラーは、自分の辛さをわかち合ってくれる。	0.49	0.11	0.01
【カウンセラーの対応への期待】($\alpha=0.79$)			
カウンセラーは、問題を解決してくれる。	-0.12	0.73	-0.04
カウンセラーは、何とかしてくれる。	0.04	0.69	-0.01
カウンセラーは、心の傷を癒してくれる。	0.20	0.62	-0.03
カウンセラーは、良いアドバイスをしてくれる。	0.15	0.54	0.12
カウンセラーは、自分に適した治療法をしてくれる。	0.21	0.50	-0.08
カウンセラーは、自分の代わりに周りの人に働きかけてくれる。	-0.26	0.50	0.17
【知識習得への期待】($\alpha=0.74$)			
カウンセラーに相談すると、カウンセラーの話し方や聞き方を学べる。	0.08	-0.02	0.89
カウンセラーに相談すると、カウンセリングがどのようなものか学べる。	-0.01	-0.01	0.77
カウンセラーは、カウンセリングに関する情報を教えてくれる。	-0.07	0.11	0.45
因子間相関			
	I	II	
II	0.58		
III	0.32	0.30	

Table 4 心理的コスト尺度と援助要請期待尺度との関係性

	スティグマへの懸念	カウンセラーの対応への懸念	強要への懸念
内面の安定への期待	-0.25**	-0.58**	-0.30**
カウンセラーの対応への期待	-0.06	-0.32**	0.07
知識習得への期待	-0.06	-0.07	0.02

** $p < .01$

関を想定して検討した結果、「スティグマへの懸念」と「内面の安定への期待」因子($r = -0.25$, $p < .01$)、「カウンセラーの対応への懸念」と「内面の安定への期待」因子($r = -0.58$, $p < .01$)、「強要への懸念」と「内面の安定への期待」因子($r = -0.30$, $p < .01$)、「カウンセラーの対応への懸念」と「カウンセラーの対応への期待」因子($r = -0.32$, $p < .01$)との間に有意な負の相関が

認められた。特に、「カウンセラーの対応への懸念」と「内面の安定への期待」因子については $r = -0.58$ ($p < .01$) であり、中岡・児玉 (2011) 同様に中程度の負の相関が認められたが、これは「カウンセラーの対応への懸念」因子の項目、「内面の安定への期待」因子の項目のどちらも自己の考えや問題に焦点を当てた内容が多く含まれていたからだと推測される。

一方、「内面の安定への期待」因子は援助要請不安尺度を構成する3因子すべてと有意な負相関があり、援助要請不安尺度を構成する項目が、自己の内面の安定と関連性があることが示された。また、その中の「スティグマへの懸念」と「内面の安定への期待」因子については $r = -0.25$ ($p < .01$)であり、有意な弱い負の相関が認められた。これは、「スティグマへの懸念」因子以外の下位尺度と援助要請期待尺度との負の相関を想定した中岡・兒玉 (2011) では見られなかった関連性である。

IV. 考 察

本研究では、中岡・兒玉 (2011) の援助要請不安尺度を元に心理的コスト尺度を作成し、心理的コスト尺度と援助要請期待尺度 (中岡・兒玉, 2011) の信頼性・妥当性の検討を行った。その結果、心理的コスト尺度は「スティグマへの懸念」因子、「カウンセラーの対応への懸念」因子、「強要への懸念」因子の3因子となり、中岡・兒玉 (2011) と同様の結果となった。一方、援助要請期待尺度については、中岡・兒玉 (2011) と異なる結果となった。中岡・兒玉 (2011) による援助要請期待尺度は「内面安定期待」因子、「専門的援助期待」因子、「依存的解決期待」因子、「知的学習期待」因子の4因子であったが、本研究では「内面の安定への期待」因子、「カウンセラーの対応への期待」因子、「知識習得への期待」因子の3因子となった。これは、中岡・兒玉 (2011) の「専門的援助期待」因子の項目と「依存的解決期待」因子の項目がどちらもカウンセラーによる援助行動に関する内容であるという点で共通しているために、本研究では「カウンセラーの対応への期待」因子にまとめられたと考えられる。つまり、本研究が対象とした大学生にとっては、専門的な援助には、依存的な解決が期待されていることがわかる。

また、本研究では永井・新井 (2008) による相談行動の利益・コスト尺度とは異なり、援助要請の対象を一般他者ではなく専門家である心理カウ

ンセラーとした。そのため、心理的コスト尺度と援助要請期待尺度には、「強要への懸念」因子や「知識習得への期待」因子といった、援助要請の対象を一般他者にした場合には含まれない因子が抽出された。心理的コスト尺度の「強要への懸念」因子には、「私が話したくないことまで話させられるだろう。」「今の生活スタイルで私を変えたくないこと、またはすぐには変えられないことを無理に変えさせられるだろう。」「今までのものの考え方や感じ方を根本的に変えさせられるだろう。」といった項目が含まれるが、一般他者に援助要請した場合にはこのような対応をとられる可能性は低く、カウンセラーという専門家だからこそ面接で強制的な対応を迫られるのではないかという懸念が生じると考えられる。したがって、service gapを低減させるためには、大学生の相談者には、相談することに対するこうした懸念があることを考慮に入れた対応が必要になると思われる。一方、援助要請期待尺度の「知識習得への期待」因子には、「カウンセラーに相談すると、カウンセラーの話し方や聞き方を学べる。」「カウンセラーに相談すると、カウンセリングがどのようなものか学べる。」といった項目が含まれるが、一般他者に援助要請した場合の対応からは専門的な知識は習得できないため、カウンセラーが援助要請の対象となった場合に特有の期待である。したがって、援助要請の対象の違いによって、援助要請行動における心理的コストと期待の種類は異なる。

さらに、中岡・兒玉 (2011) で示された関係性とは異なり、援助要請不安尺度の「スティグマへの懸念」因子と援助要請期待尺度の「内面の安定への期待」因子との間に有意な弱い負の相関が認められた。「スティグマへの懸念」因子には「もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら身近な人 (恋人、家族、友人) は後ろめたい気持ちになるだろう。」「もしも私がカウンセリングを受けていることを知られたら周りの人は私のことを自分で問題を解決できない弱い人間だと思ってしまうだろう。」「もしも私がカウンセリングを受けていることを周りの人に話したら私のことを嫌いに

なったり見くだしたりする人がでてくるだろう。」
 「もしも私がカウンセリングを受けていることを
 知られたら周りの人の接し方が変わるだろう。」な
 どの項目があり、「内面の安定への期待」因子とは
 異なりカウンセラーの援助によるものではない
 が、「後ろめたい気持ち」や「弱い人間」といった
 自己の内面の不安定さ、「周りの人の接し方」や「嫌
 いになったり見下したりする人がでてくる」と
 いった自分の周囲の変化に対する不安感と関連し
 ているため、「内面の安定への期待」因子との関連
 性が生じたと推測される。したがって、「内面の安
 定への期待」が低下すると「スティグマへの懸念」
 が高まり、援助要請行動を回避する可能性がある
 ため、カウンセリングを受けることで、カウンセ
 ラーからどのような援助が得られるのかをあらか
 じめ知っておくことが重要であると考えられる。
 たとえば、ピア・サポートとして実際にカウンセ
 リングを受けた経験のある人の話を聴くといった
 ことが挙げられるだろう。

最後に、Cronbach の α 係数と 2 つの尺度の下
 位尺度との相関により、本研究で作成された心理
 的コスト尺度は十分な信頼性と妥当性が示され
 た。また、援助要請期待尺度（中岡・兒玉，2011）

についても再検討され、因子構造は中岡・兒玉
 (2011)とは異なる結果となったものの、より多く
 の項目数からなる、より信頼性・妥当性を有した
 尺度が作成されたと考えられる。

文 献

- 大島啓利 (2004)．我が国における学生相談の現状と課題
 ～学生相談機関に関する全国調査から～，大学と学生 5
 月号，13-21.
- Kushner, Matt G., & Sher, Kenneth J. (1991). The rela-
 tion of treatment fearfulness and psychological ser-
 vice utilization: An overview. *Professional Psychology:
 Research and Practice*, **22**(3), 196-203.
- 高野明・宇留田麗 (2002)．援助要請行動から見たサービス
 としての学生相談，教育心理学研究，**50**，113-125.
- 永井智・新井邦二郎 (2008)．相談行動の利益・コスト尺度
 改訂版の作成，筑波大学心理学研究，**35**，49-55.
- 中岡千幸・兒玉憲一 (2011) 大学生の心理カウンセリング
 に対する援助要請不安尺度と援助要請期待尺度の作成，
 心理臨床学研究，**29**(4)，486-491.
- 野村照幸・五十嵐透子 (2004)．我が国のメンタルヘルス・
 サービス領域における援助要請行動研究の課題と方向性
 の検討，上越教育大学心理教育相談研究，**3**(1)，53-65.