

## 論文の内容の要旨

### 論文題目

How to support mental health of adolescents who do not say “help me”:

Approaches from two dimensions that promoting or compensating help-seeking

(「助けて」を言わない若者の心をどう支援できるか：援助要請の促進および補填の

二側面からのアプローチ)

氏名 天井響子

本文（日本語 4000 字以内）

本研究は、問題状況下で他者に支援を求めない思春期前期の子ども（以下、非援助要請者とする）の心理的健康の保持に貢献しうる、教師はじめ身近な大人からの予防的支援方法の提案を目指すものである。非援助要請者に対して現在提供されている支援の理解（研究 1・2）、他者に助けを求める行動の結果に影響を与える個人内要因の解明（研究 3・4）、および、非援助要請者の心理的健康に保護的にはたらく個人内要因の特定（研究 5-7）の三側面を統合し、支援の可能性を検討した。

第 1 章では思春期の心理的健康と、本研究が基盤とする援助要請およびストレスコーピング領域の先行研究を概観した。思春期は身体的、心理的、社会的な変化が大きく、精神疾患の好発期であることが知られている（Kessler et al., 2005）。中高生の心理的健康の保持を目指して様々な政策や介入プログラムが行われてきたが（Aguirre Velasco et al., 2020）、それらの努力に反して思春期の精神疾患や不登校の件数は未だに増加傾向にある（文部科学省, 2019; Roche, 2017）。その要因のひとつは、本人が自発的に相談したり助けを求めたりすること（以下、援助要請とする）に依存した現在の支援と非援助要請者の間のサービスギャップにあると考えられる。スクールカウンセラーの配置等の相談環境の整備や（文部科学省, 2016）援助要請行動の促進を目的とした介入プログラム（e.g., Honda et al., 2020; Wasserman et al., 2015）に代表される現在の支援は、社会的資源がないために行動を起こせない非援助要請者にとっては有効な可能性がある。しかし、非援助要請者の中には問題を自覚していない者や社会的資源があっても意識的に援助要請しないことを選択している者も存在していることを踏まえると（Cauce et al., 1992; Rickwood &

Thomas, 2012), 現行の社会的支援では一部の非援助要請者に適切にリーチできないことが想定される。これらの背景を受け、援助要請行動の促進を目的とした現在の支援方法とは異なる側面から非援助要請者の心理的健康の保持に寄与する方法を探る、という本研究独自の着想に至った。

これまで、援助要請行動を促進するという視点から離れて非援助要請者への支援が検討されたり、現在行われている日常的な支援が研究の俎上に上げられたりすることはなかった。そのため第2章では非援助要請者に対する支援の現状把握を目的とし、教師と非援助要請者の両側面から2つの研究を実施した。研究1では、中学校勤務経験のある現役または退役教員15名(男性8名, 女性7名)に半構造化インタビューを行い、非援助要請者に対する支援の必要性の判断、支援開始から終了までの相互作用のプロセス、支援終了時の生徒の状態に関する教員視点の語りを収集した。分析に使用した26事例(男子11名, 女子15名)の問題領域の内訳は、家庭問題9例, 不登校7例, 発達障害5例, 学校内の人間関係5例であった。これら問題領域別に、テーマ分析(Boyatzis, 1998)と複線経路・等至性モデル(サトウ他, 2009)を参考に、支援の開始から終了までのプロセス図を作成し、教員からの支援のパターンと支援終了時の生徒の状態の関連を検討した。研究2では、他者に悩みを話さなかった経験のある中学生12名(男性4名, 女性8名), 中学時代に他者に悩みを話さなかった経験のある30代前半までの成人10名(男性4名, 女性6名)の計22名を対象とした半構造化インタビューを行い、テーマ分析(Boyatzis, 1998)により、彼らが他者の言動をどのように知覚し評価していたかを検討した。これらの研究の結果、問題領域にかかわらず、環境調整等の間接的支援、並びに、日常会話を通じたケアの表現と見守り等の情緒的支援を同時且つ継続的に行うことが非援助要請者に対する支援方法のひとつとして機能している可能性が示された。また、家庭問題や発達障害など根本的解決が困難な問題を抱える生徒に対しては、卒業後の未来展望の構築が学校へのエンゲージメントを高めている可能性が示唆された。

第3章では、効果的な援助要請の促進を目指したアプローチとして、援助要請者が援助者に対してもつ期待(以下、情緒的援助期待)のバリエーションと、個人がもつ期待の違いが援助要請行動の結果に与える影響を検討した。これまで先行研究に基づいて援助要請の阻害要因を取り除く努力がなされてきたが、阻害要因を取り除いても利益予期が低い場合は援助要請行動が促されないことがわかっている(永井・新井, 2007)。援助要請は直感的な重要性とは裏腹に適応感との関連が不明瞭であるため(Compas et al., 2017; Heerde & Hemphill, 2018), 援助要請が適応にポジティブにはたらく条件が明らかにされれば援助要請の利益予期が高まり、効果的な援助要請行動の促進に貢献すると考えた。研究3では、5因子(受容期待, 再解釈期待, 正当化期待, 楽観視期待, 気晴らし期待)からなる情緒的援助期待尺度を開発した。研究4では、中学生1,007名(男子501名, 女子503名, 不明3名)を対象とした横断調査を実施し、情緒的援助要請行動, 情緒的援助期待, 援助評価の関連を検討した。その結果、援助要請時の個人内の期待の違いが行動の結果として得られた評価と関連することが明らかになった。具体的には、援助要請の頻度を統制したとき、正当化期待が高い生徒は受けた援助を否定的に、再解釈期待が高い生徒は受けた援助を肯定的に評価する傾向があった。

第4章では、援助要請行動の少なさを補填するアプローチとして、援助要請をしなくても適応を保てる個人が有する内的保護要因の特定を試みた。研究5と6では援助要請の低さを補うコーピング方略, 研究7では先行研究と第2章の研究結果から想定された幾つかの内的要因(例, 他者信頼, 未来展望, 前向き

さ)と適応との関連を検討した。研究5は中学生695名(男子359名,女子330名,不明6名)を対象とした学期ごと年3回の縦断調査であった。直近一ヶ月の悩みとそれに対するコーピング行動(援助要請,積極的コーピング,回避),並びに,適応指標として学校適応と情動バランスを測定し,潜在推移分析によりコーピング方略の組み合わせによるコーピングプロファイルを特定した。研究6では思春期のコーピングプロファイルの変移と現在への影響を検討するため,回顧的調査を実施した。20代中盤の1,317名(男性528名,女性789名)を対象に,中学,高校,大学,現在の悩みとその対処法,および現在のウェルビーイングを測定して研究5と同様の分析手続きをとった。その結果,どちらも7クラスが最もモデル適合がよく,悩みなし群,低援助要請回避群,低援助要請積極群,中援助要請回避群,中援助要請積極群,高援助要請回避群,高援助要請積極群の7つのコーピングプロファイルが特定された。最も適応的だったのは援助要請と積極的コーピングの両方を頻繁に使用した高援助要請積極群,次に適応的であったのは中援助要請積極群であった。中学生では低援助要請積極群が低援助要請回避群より一部の時点でネガティブ情動が少なかったものの,成人では適応指標への有意差は見られなかった。このことから,ストレス下では積極的コーピングと援助要請の両方を使用できる者の適応が高く,援助要請をしない者が積極的コーピング方略をとったとしても援助要請の低さを補填するほどの効果は見られないことがわかった。研究7は,中学生を対象とした2つの横断調査を含む。過去一ヶ月の悩みに対する援助要請行動が平均未満だった者(調査1と2それぞれ288名,男子146名,女子142名;228名,男子104名,女子124名)を非援助要請者サンプルとして抽出し,高適応群と低適応群で内的変数の有意差を検討した。調査1ではアタッチメントを構成する二軸のうち親密性回避が低適応群で有意に高かった。調査2では,積極的コーピング方略の使用は問題が軽微な場合にのみ適応と関連していた一方,対人信頼,未来展望,前向きさ,および周囲からのサポートの知覚は非援助要請者の問題の深刻さにかかわらず高適応群で有意に高かった。

第5章では,一連の研究結果を要約した上で,援助要請の促進以外の視点からの新たな支援方法が提案された。研究1と2からは,主に間接的支援と情緒的支援の有効性が示唆された。具体的には,生徒の悩みの領域にかかわらず,日常会話を通して生徒にケアや承認を伝えながら教室の環境調整や周囲からの情報収集を含む間接的支援を行うことが,悩みを隠そうとしている非援助要請者の意図を損なわない支援として機能している可能性が示された。研究3と4は,情緒的援助要請時に意識的または無意識的にもつ援助者への期待が行動の結果に影響を与えることを明らかにした。このことから,援助要請時のメタ認知の促しが勧められた。研究5から7では,積極的コーピング方略の限定的効果,並びに未来展望等の内的要因が援助要請の低さを補填し適応を保つ可能性が明らかにされ,これらの内的変数に対する介入の必要性が指摘された。これらの結果をもとに,非援助要請者のタイプ別の介入方法,並びに,タイポロジーに依拠しない全人的アプローチとして,身近な大人による継続的な情緒的支援の提供と間接的支援の併用が提案された。学校ベースの介入としては,ケースメソッド法を用いたストレスコーピングへの介入,および,モデリングを活用した未来展望や前向きさへの介入が提案された。

本研究は非援助要請者の心理に初めて光を当てたものであり,援助要請を促す以外の支援方法を検討するための基礎的な知見を提供した点で価値がある。しかし,非援助要請者を対象とした研究はまだ黎明期にあるため,未だ明らかにされていない課題も多い。非援助要請者の心理や行動に絡む多様な要因の広く深い理解と,研究知見の社会還元を目指すため,今後はより文化的または発達的に多様なサン

ルを対象とした研究や、非援助要請者のタイプや特徴による介入効果の違いを検討する研究が求められるであろう。