

# 友人に対する援助要請の 促進要因に関する研究の動向と課題

後藤 綾文\*・松浦 均\*\*

A review of studies on determinants of help-seeking for friends

Ayafumi GOTO and Hitoshi MATSUURA

## 要 旨

本研究の目的は、児童期から青年期にあたる小学生から大学生までの子どもを対象とした援助要請研究について、友人に対する援助要請を促進する要因という観点から整理することである。先行研究で扱われている援助要請に関わる概念を、操作的に援助要請意図、援助要請態度、援助要請行動の3つの概念に分類し、小学校、中学校、高等学校、大学という各学校段階ごとに概説した。その結果、どの学校段階にあっても、子どもを取り巻く周囲との関係性や周囲の価値観、子どもが所属する集団や組織、環境に関わる要因が、子どもの援助要請に関わっていることが示唆された。子どもの援助要請を促進する支援や実践を考えるうえで、今後は環境要因に注目し、援助要請者と援助者との相互の影響を明らかにする必要性を指摘した。

## 1. 援助要請とは

学校心理学の領域において、問題や悩みを抱え個人では解決できない場合に、他者に相談することは、援助要請 (help-seeking) という視点から研究が進められている。これまでに、悩んだ際に相談すると思う程度から測定される援助要請意図 (help-seeking intention)、相談することに対して肯定的・否定的に捉えている程度から測定される援助要請態度 (attitude toward seeking help)、実際に援助要請をした経験の有無や量により測定される援助要請行動 (help-seeking behavior) などのさまざまな概念から捉えられてきている (本田・新井・石隈, 2011)。

児童期から青年期において、様々な援助者がいる中でも友人に対する援助要請行動は子どもの適応感に大いに関わってくるだろう。児童期から青年期にわたって友人に対する援助要請意図は高いこと (石隈・小野瀬, 1997; 水野・石隈, 1999; 木村・水野, 2004; 與久田・太田・高木, 2011)、他者への援助要請行動によりストレスが低減される効果が指摘されていること (三浦, 2002) から、身近な友人に対する援助要請は、悩みを対処する方法として有効だと考えられる。

そこで、本研究では、児童期から青年期にあたる小学生から大学生までの子どもを対象とした援助要請研究について、友人に対する援助要請を促進する要因という観点から整理し、友人に対する援助要請研究の動向と展望を明らかにする。

なお、本研究では、先行研究で扱われている用語を尺度内容などから判断し、操作的に援助要請意図、援助要請態度、援助要請行動の3つの概念に分類する。さらに、援助要請態度は、本田ら (2011) や水野 (2007) をもとに、援助要請に対する「肯定的態度 (『気持ちを理解してくれそうだ』など) と懸念・抵抗感 (『秘密が守られるか心配だ』など)」という側面に大きく分けて捉えていく。

## 2. 各学校段階での援助要請

### (1) 小学生段階での援助要請

まず、悩みや問題を抱えた小学生はどれくらい存在し、どのように対処しているのだろうか。平成 21 年度全国家庭児童調査 (厚生労働省, 2009) では、小学 5・6 年生で、不安や悩みがあると回答した割合が 71.6% にのぼるという報告がある。9 歳から 14 歳を対象とした、平

\* 三重大大学学生総合支援センター

\*\* 三重大大学教育学部

成 25 年度小学生・中学生の意識に関する調査では、「悩みや心配なことはない」と回答した小学生は 50.3% となっており、およそ半数程度の小中学生は悩みや心配なことを抱えながら学校生活を過ごしていることがうかがわれる（内閣府，2014）。

悩みや心配なことがある際に、相談相手として最も選ばれるのは、保護者（母親）のようである（学研教育総合研究所，2013；佐藤・渡邊，2013）。しかし、小学 4～6 年生に行った調査では、援助要請意図がありながらも援助要請行動を行わなかった相手としても、保護者を選択した子どもの割合が高く（16.7%）、次いで友達（15.2%）、担任（13.3%）が挙げられている（佐藤・渡邊，2013）。ソーシャルサポート研究においても、サポートを受ける相手として、保護者を選択するよりも親しい友人を選択することが中学入学以降に増えることが示されている（尾見，1999）。小学生では、悩みを抱えた際に、友人に対する援助要請は第一選択ではないことがうかがわれる。

中学生以上を対象にした研究のような質問紙調査を行うには限界が多いことから、小学生を対象にした援助要請研究は数少ないが、学校生活に対する満足感やソーシャルサポートなどと、援助要請意図との関連が指摘されている。永井（2009）は、援助要請意図の促進・抑制要因として、学校生活満足度（河村・田上，1997）や悩みの経験を取り上げている。学校・学級において、不適応感やいじめ・ひやかしなどの被害を受けていると感じている場合には、友人に対する援助要請意図が低いことが示されている。一方、自分の存在や行動が認められていると感じている場合には、友人に対する援助要請意図が高いことが明らかになっている。悩みの経験が多いと、友人に対する援助要請意図が高まることも示されている。また、友人からのソーシャルサポートは、友人に対する援助要請意図を高めることも示されている（永井・松田，2014）。学校の環境として、周囲からサポートが得られる、周囲に自分が受け入れられているかという点が重要と考えられる。

性差については、女子の方が男子よりも友人に対する援助要請意図が高い（佐藤・渡邊，2013；永井，2009）ことが示されている。ソーシャルサポートを受ける相手として友人を選択するのは女子が多く（尾見，1999）、性別と友人に対する援助要請意図との関連も見出されている（永井・松田，2014；永井，2009）。

援助要請態度の肯定的態度と懸念・抵抗感という 2 側面は、小学生では未分化であることが指摘されている（西谷・桜井，2006）。援助要請後に他者からどのような反応が返ってくるか、援助要請する自分自身をどう思うかなどを客観的に捉えるには、認知的な発達

が関わってくるため、小学生では分化していないのかもしれない。ただし、自分と他者とを比較する社会的比較が可能になる時期は小学 4 年生あたりであり（外山，1999）この時期には、援助を受けることへのコストという意識も芽生えることを示す研究もある。大島（2016）は、小学 2 年生と 4 年生を対象に、忘れ物を届けてもらうという具体的な援助を受ける仮想場面における、返報できない際の不快感情に着目している。4 年生では返報が重要である、返報が可能であると考えることが返報できない際の不快感情を強めるという、2 年生では見られなかった影響が示されている。4 年生の時期に、他者から援助を受けることへのコストを感じ始めるからこそ、返報できない際に不快感情が生まれる可能性が指摘されている。

小学生を対象とした研究は、中学生以上を対象にした研究と同様の質問紙調査などを行うには方法論的な限界が多く、まだ数が少ない。今後、発達の特徴をふまえた方法論による研究を進めていくことで、それぞれの発達に合わせた、子どもの援助要請を促進するためのアプローチを考えることができるであろう。

## （2）中学校段階での援助要請

平成 21 年度全国家庭児童調査（厚生労働省，2009）では、不安や悩みがあると回答した中学生の割合が 81.2% であるという調査結果が示されている。大学生に行った調査でも、回答者の約 72% が、中学生の時期に悩みを抱えたと答えている（岩瀧，2009）。9 歳から 14 歳を対象とした、平成 25 年度小学生・中学生の意識に関する調査では、「悩みや心配なことはない」と回答した中学生は 27.2% であることから、7 割を超す中学生は悩みや問題を抱えているということになる（内閣府，2014）。

悩みや問題を抱える中学生が多いことが推測される中、中学生・高校生を対象にした全国的な調査（石隈・小野瀬，1997）において、悩みを抱えながら誰にも相談しない者が 38% 存在したことが報告されている。中学生段階では、教師やスクールカウンセラーと比べて、友人や保護者を援助要請する相手として選択しやすいこと（永井，2012；石隈・小野瀬，1997）がいくつかの研究で示されているが、友人に援助要請をすることには懸念・抵抗感が最も生まれやすい（水野・石隈・田村，2006；永井・新井，2005）ことも指摘されている。思春期にあたり悩みを抱えつつも、周囲からの評価に敏感であるため（上野・上瀬・松井・福富，1994）、援助要請をしにくい現状がうかがわれる。

永井（2012）は中学生 1～3 年生を対象にし、心理・社会的な悩み、学習・進路的悩みともに、性別に関わらず、友人、保護者、教師という順序で、援助要請意図が低くなっていることを指摘している。悩みの内容

によらず、男子より女子の方が友人に対する援助要請意図が高いことも明らかにされている（永井，2012）。女子の方が悩む経験も多く（永井・新井，2009；2005）、それゆえ友人に対する援助要請意図が高いことは多くの研究で認められている（本田ら，2011；永井・新井，2009；Rickwood, Deane, Wilson & Ciaarochi, 2005；山口ら，2004）。

中学生の援助要請意図を促進する要因として取り上げられることが多いのは、援助要請態度である。援助要請態度の中でも、肯定的態度による影響は多くの研究（e.g., 後藤・平石，2013；Shaffer, Vogel & Wei, 2006; Vogel, Wade & Haake, 2006）で一貫して認められている要因である。女子の援助要請意図が高い結果が示されているのは、女子は男子よりも友人や保護者への援助要請態度が肯定的である（本田ら，2011）からともいえる。

永井・新井（2007）は、利益とコストという視点から新たな尺度を開発している。この尺度では援助要請態度を肯定的か否定的かという一軸で見るのではなく、利益とコストという視点から、援助要請をすることによる肯定的・否定的な結果の予期、援助要請をしないことによる肯定的・否定的な結果の予期という4種類の結果の予期が想定されている。友人に対する援助要請意図と援助要請態度（肯定的・否定的な結果の予期）、学校生活満足度（河村，1999）との関連を検討した結果、肯定的な結果の予期が援助要請意図を高めることが見出されている。学校や学級で不適応感やいじめ・ひやかしの被害を受けていると感じている場合には、否定的な結果の予期を高めること、一方で、自分の存在や行動が認められていると感じている場合には、肯定的な結果の予期を高めることが示されている。そして、肯定的な結果の予期は友人に対する援助要請意図を高めることも明らかになっている。

さらに、後藤・平石（2013）は同じ学級に所属する他生徒たちが援助要請に対する肯定的態度を持っていると感じている生徒ほど、生徒個人の肯定的態度が高いことを明らかにしている。いじめ被害についても、生徒や教師がいじめに対して許容的であると感じている生徒ほど、援助要請行動を控えることが示されている（Williams & Cornell, 2006）。深刻な悩み（自殺念慮）を持つ生徒であっても、多様なソーシャルサポートがあるならば援助要請意図が高いことが指摘されている（Pisani, Schmeelk-Cone, Gunzler, Petrova, Goldston, Tu & Wyman, 2012）。

これらの研究からは、普段の生活の中で、周囲からサポートが得られる環境や、他者に援助要請を受け入れられる雰囲気や関係性を築いておくことが、中学生の援助要請態度や援助要請意図を高め、援助要請をす

るに至る重要な要因の一つであると考えられる。

最後に、中学生段階の援助要請を検討するにあたっては、悩みの内容を見ていく必要がある。中学生の経験しやすい悩みとしては、2つ（学習・進路的悩み、心理・社会的悩み）に大別する研究から4または5つ（学習、進路、心理、対人、健康など）に細かく分ける研究が多い。中学校の学習は小学校よりも科目が増え、学習内容も難しくなるため、心理・社会的悩みよりも学習・進路的悩みの方が経験しやすいようである（永井・新井，2008）。学年が上がるにつれて、学習・進路的悩みについて、友人に対する援助要請意図や教師への援助要請意図が高くなっていく（永井，2012；永井・新井，2009）ことは、一般的に、中学3年生において高校受験に向けて学習・進路的悩みが深まるためだと推測される。調査対象となる中学生の学年や性別により、援助要請に関わる要因間の関連も異なることを想定して、研究を進める必要があるだろう。

### （3）高校生段階での援助要請

石隈・小野瀬（1997）の調査によると、中学生と同様に、悩みを抱えながらも誰にも相談しないと回答した高校生は38%存在する結果が示されている（石隈・小野瀬，1997）。不安や悩みがあると回答した、高校生にあたる15～18歳未満の子どもたちは84.9%であったという調査報告もある（厚生労働省，2009）。

高校生が悩んだ際に援助要請をする相手は、小中学生、大学生と同様に（永井，2010；2009；永井・新井，2005）友人のようである。岡本・佐藤・永井・下山（2014）は、高校1年～3年生の全ての学年で、友人に対する援助要請意図が教師への援助要請意図よりも高いことを明らかにしている。友人からのソーシャルサポートがあること、悩みの経験が多いこと、学校への適応感が高いことは、それぞれ友人に対する援助要請意図を高めることも示されている。性差については、女子の方が男子よりも友人に対する援助要請意図が高く、小中学生と同様の結果が得られている。

ソーシャルサポート研究（谷口・田中，2008；谷口・浦，2003）では、友人へのサポートを受けた量と提供した程度の差が極端に少ないまたは多い場合に、高校生では無気力やストレス反応が高いことが指摘されている。この関連は小学生や中学生では見られない。児童期、青年期の友人関係の発達では、チャム・グループを形成する中学生段階を経て、高校生段階ではピア・グループを形成すると言われている（保坂，1998）。お互いを認め合えるような友人関係を築きたい高校生だからこそ、サポート授受の互恵性に意識が向くと考えられる。互恵性に意識が向くために、援助要請に対する懸念・抵抗感が高いことが推測される。



さらに、高校生への調査では、卒業生の大学進学率に基づき「進学校」「進路多様校」「非進学校」という学校種を分けた分析が行われていることから、それぞれの高校で援助要請に関して様々な傾向があると思われる。小、中学生で援助要請意図と関連があった学校生活満足度（河村，1999；河村・田上，1997）についても、学校種による傾向が見出されている（河村・藤原，2010）。学校や学級で不適応感やいじめ・ひやかしの被害を受けていると感じている割合は「非進学校」「進学校」「進路多様校」の順で高く、一方で自分の存在や行動が認められていると感じている割合は「進学校」「進路多様校」「非進学校」の順で高いことが示されている。

以上から、小中学生や大学生という発達段階とは異なる高校生段階の援助要請に、共通してあるいは独自に関わる要因について今後明らかにしていく研究が求められる。

#### （4）大学生段階での援助要請

大学等における学生支援の取り組み状況に関する調査（平成25年度）集計報告（日本学生支援機構，2014）では、学生相談に関する今後の課題として特に必要性が高いと思われる事項として、85.9%大学等が「悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応」を挙げている。次に、70.5%の大学等が「精神的危機の状況にある学生への対応」と回答している。相談につながらない学生への支援が求められている。

大学等には専門的な相談機関として学生相談室があり、大学生を対象にした援助要請研究では、学生相談室のカウンセラーに対する援助要請を扱った研究が多い。ただし現実的には、大学生は学生相談室のカウンセラーよりも、友人や家族を相談相手として選択することが報告されている（木村・水野，2004；奥久田・太田・高木，2011）。

木村・水野（2004）の調査では、対人・社会的悩みと心理・健康的悩み、修学・進路的悩みについて、悩みの深刻度の高さが、友人に対する援助要請意図を高めることが示されている。性差については、女子の方が男子よりも対人・社会的悩みにおける友人に対する援助要請意図が高いという結果がある（木村・水野，2004）。一方で、友人に対する援助要請意図の高さを男女で比較すると女子が高いことが示されたものの、性別と友人に対する援助要請意図と直接的な関連は見られなかった研究もある（永井，2010）。永井（2010）は、わが国の大学生の場合、援助要請に影響する各要因の性差が、援助要請意図における性差を生じさせている可能性を指摘している。

また、大学生は小中学校と異なり所属する学級がな

く、大学入学後に新たな友人関係を自分で築いていかなくてはならない。だからこそ、友人関係の持ち方がどのようなものであるかによって、援助要請態度や行動なども異なるようである。同性の友人関係において、良好な関係を形成・維持するために必要な行動を自分と相手が協力して実行できるだろうとお互いに予期できることが、援助要請に対する懸念・抵抗感を低めることが明らかにされている（Goto, 2016；後藤，2015）。友人関係に対して踏み込むことはしないが友人からの評価を気にするという関係の持ち方の学生は、援助要請行動を避ける傾向から不適応感が高くなることが示されている（永井，2016）。このような浅い友人関係を望み、浅い友人関係を持つ学生は、友人からのソーシャルサポートはなかなか得られにくいだろうことが推測される。そして、友人からのソーシャルサポートの少ない学生は、援助要請の必要性を感じたとしても、ソーシャルサポートの多い学生と比べて援助要請行動を起こさないことが指摘されている（Nagai, 2015）。

大学生を対象にした援助要請研究は、学生相談室のカウンセラーへの援助要請研究が多いものの、友人に対する援助要請行動を経て学生相談室への来談に至る可能性がある。学生相談室への援助要請意図が友人からの勧めにより高められること（木村・水野，2009）、問題や悩みを抱えたときに学生相談室を利用すべきだという考えを周囲の他者がもっていると感じている学生ほど、学生相談室への援助要請意図が高いことがこれまでも指摘されている（木村・水野，2008）。今後、大学生の友人に対する援助要請研究を進めていく意義があると考えられる。

### 3. 友人に対する援助要請の促進要因としての環境要因

各学校段階において、友人に対する援助要請を促進する要因にはさまざまなものがあるが、ここでは子どもを取り巻く環境要因（Rickwood, Deane & Wilson, 2007; Cohen, 2004）についてとりあげる。

同性の二者関係において、良好な関係の形成・維持のためにお互いに協力していけるだろうと、二者間で共有できているほど、援助要請に対する懸念・抵抗感が低下することが指摘されている（後藤，2016；2015）。

学級の中では、女子は他者に認められていると感じているほど、援助要請をする際に他者から否定的をされたり、秘密を漏洩されたりすることを感じにくいことが指摘されている（永井，2007）。学校の生徒や教師が、いじめに対して許容的な態度を持っていると推測する生徒ほど、援助要請行動を控えることも示されている（Williams & Cornell, 2006）。

さらに、集団のメンバーがお互いに協力し問題を解決できるという、メンバーに共有された効力期待である集団効力感（Bandura, 1997）の高い学級では、友人関係における地位や、学習面などの能力やスキルが低い児童であっても、友人に自分の意見や考えを伝える、話し合うなどの依頼、説得、提案をすることができることも指摘されている（鎌田・淵上, 2010）。集団効力感の高い学級では、懸念・抵抗感の強い子どもであっても援助要請行動を行いやすいことが推測される。

これらから、子どもを取り巻く周囲との関係性や周囲の価値観、子どもが所属する集団や組織、環境に関わる要因が、子どもの援助要請に関わっていることが示唆される。環境要因に着目し、援助要請者と援助者との相互の影響を明らかにすることは、子どもの援助要請を促進する支援や実践を考えるうえで非常に有用であると考えられる。

#### 4. 本研究のまとめと今後の課題

本研究では、小学生段階、中学生段階、高校生段階、大学生段階の子どもの援助要請について概説してきた。各段階での友人に対する援助要請についての全体的な傾向は少しずつ明らかにされてきており、研究知見をもとにした実践研究も進んできている。これまでの研究から、ソーシャルサポートや学校生活満足度、学校への適応感などは、子どもの援助要請意図や態度に一定の影響があるようである。そして、これらの影響因の背景には、援助要請が受け入れられる雰囲気や周囲との関係性が重要であると考えられた。

次に、先行研究を概観した結果挙げられる課題は以下のものである。

第一に、各学校段階の友人に対する援助要請を比較する研究が必要である。それぞれの研究で援助要請について測定する指標が異なっている。研究知見を比較するために、年齢差等を配慮しながら、全学校段階でできるだけ共通の測定尺度を用い、友人に対する援助要請に関わる要因間の関連を見ていくことが必要であろう。

第二に、友人とどの程度の関係性であるのかを明確にすべきである。自己開示研究では、相手との関係性が親密になるにつれて、表層的な自己開示から、深層的な自己開示になっていくことが示唆されている（榎本, 1997；丹羽・丸野, 2010）。援助要請の場合には、援助要請を行う相手として親密な友人を想定しているかもしれないが、その友人が同じ学校に存在しているのか、同じ学級に存在しているのか等も含めて、回答者がさまざまな友人を想定している可能性がある。

第三に、援助要請を行ったこと自体の、後に続く援助要請への影響がどうかを検討することである。援助要請を行った者と援助を行った者の関係は、援助要請の如何によって変化しうるのであろうか。齊藤・永井（2015）は、援助要請を行った際に受けた相手からの肯定的な応答や、それに対する肯定的な評価が、その後の援助要請意図が高まることを見出している。援助要請が対人的相互作用であることをふまえ、子ども自身の援助要請と他者からの援助、子どもの援助と他者からの援助要請という循環的な関係を捉えていくことも必要だろう。

#### 引用文献

- Bandura, A. (2001). *Self-efficacy: The exercise of control*. NY: Freeman.
- 榎本博明 (1997). 自己開示の心理学研究 北大路書房
- Cohen, S. (2004). Social Relationships and Health *American Psychologist*, 59, 676-684.
- 学研教育総合研究所 (2013). 「小学生の日常生活に関する調査」 <<http://www.gakken.co.jp/kyouikusuken/whitepaper/201303/index.html>> (2015年11月2日)
- 後藤綾文 (2015). 友人関係における関係効力性が援助不安に及ぼす影響 東海心理学会第64回大会プログラム・発表論文集, 19.
- Goto A. (2016). Effect of relational efficacy on help-seeking in same-sex friendships *International Journal of Psychology*, Volume 51, p. 493, <<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ijop.12313/epdf>>
- 後藤綾文・平石賢二 (2013). 中学生における同じ学級の友人への被援助志向性 — 学級の援助要請規範と個人の援助要請態度, 援助不安との関連 — 学校心理学研究, 13, 53-64.
- 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, 254-263.
- 保坂 亨 (1998). 第4章 児童期・思春期の発達 下山晴彦編 教育心理学Ⅱ 発達と臨床援助の心理学 東京大学出版会
- 石隈利紀・小野瀬雅人 (1997). スクールカウンセラーの求められる役割に関する学校心理学的研究 — 子ども・教師・保護者を対象としたニーズ調査より — 文部省科学研究費補助金・研究成果報告書
- 岩瀧大樹 (2009). 中学校3年間の悩みおよび教師への援助要請経験に関する研究: 大学生を対象とした回想法による検討 學苑, 823, 74-87.
- 鎌田雅史・淵上克義 (2010). 児童の社会的勢力認知と影響戦術使用の循環的関連に関する研究 心理学研究, 81, 240-246.
- 河村茂雄 (1999). 生徒の援助ニーズを把握するための尺度の開発 (1) 学校生活満足度尺度 (中学生用) の作成 カウンセリング研究, 32, 274-282.

- 河村茂雄・田上不二夫 (1997). いじめ被害・学級不適応児童発見尺度の作成 カウンセリング研究, 30, 112-120.
- 河村茂雄・藤原和政 (2010). 高校生の学校適応を促進するための援助に関する研究 — 学校タイプ, 学校生活満足度の視点から — 学校心理学研究, 10, 53-62.
- 木村真人・水野治久 (2004). 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.
- 木村真人・水野治久 (2008). 大学生の学生相談に対する被援助志向性の予測 — 周囲からの利用期待に着目して — カウンセリング研究, 41, 235-244.
- 木村真人・水野治久 (2009). 女子短期大学生の学生相談室に対する利用の意識と友人に利用を勧める意識の関連 CAMPUS HEALTH, 46, 179-184.
- 厚生労働省 (2009). 平成 21 年度全国家庭児童調査の概要. <<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001yivt-att/2r9852000001yjcp.pdf>> (2015 年 5 月 29 日)
- 三浦正江 (2002). 中学生の学校生活における心理学的ストレスに関する研究 風間書房
- 水野治久 (2007). 中学生が援助を求める時の意識・態度に応じた援助サービスシステムの開発 文部科学省科学研究費補助金・研究成果報告書.
- 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, 530-539.
- 水野治久・石隈利紀・田村修一 (2006). 中学生を取り巻くヘルパーに対する被援助志向性に関する研究 — 学校心理学に関する視点から — カウンセリング研究, 39, 17-27.
- 永井暁行 (2016). 大学生の友人関係における援助要請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, 197-207.
- 永井 智 (2009). 小学生における援助要請意図 — 学校生活満足度, 悩みの経験, 抑うつとの関連 — 学校心理学研究, 9, 17-24.
- 永井 智 (2010). 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.
- 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, 83-92.
- Nagai, S. (2015). Predictors of help-seeking behavior: Distinction between help-seeking intentions and help-seeking behavior *Japanese Psychological Research*, 57, 313-322.
- 永井 智・新井邦二郎 (2005). 中学生における悩みの相談に関する調査 筑波大学発達臨床心理学研究, 17, 29-37.
- 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, 197-207.
- 永井 智・新井邦二郎 (2008). 悩みの種類から見た中学生における友人に対する相談行動 — 予期される利益・コストとの関連 — 学校心理学研究, 8, 41-48.
- 永井 智・新井邦二郎 (2009). 中学生における友人に対する援助要請の統計的特徴 — 相談行動, 悩みの経験, 利益・コストにおける基礎的データの検討 — 筑波大学発達臨床心理学研究, 20, 11-20.
- 永井 智・松田侑子 (2014). ソーシャルスキルおよび対人的自己効力感が小学生における援助要請に与える影響の検討. カウンセリング研究, 47, 147-158.
- 内閣府 (2014). 平成 25 年度 小学生・中学生の意識に関する調査 <[http://www.8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/junior/pdf\\_index.html](http://www.8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/junior/pdf_index.html)> (2015 年 5 月 29 日)
- Nelson-Le Gall, S. (1985). Help-seeking behavior in learning. *Review of Research in Education*, 12, 55-90.
- 日本学生支援機構 (2014). 大学等における学生支援の取組状況に関する調査 (平成 25 年度) 集計報告 <[http://www.jasso.go.jp/about/statistics/torikumi\\_chosa/2013.html](http://www.jasso.go.jp/about/statistics/torikumi_chosa/2013.html)> (平成 28 年度 10 月 27 日)
- 西谷美紀・桜井茂男 (2006). 児童の援助要請行動尺度作成の試み 日本学校心理学会 第 8 回大会発表抄録集, 22.
- 丹羽 空・丸野俊一 (2010). 自己開示の深さを測定する尺度の開発 パーソナリティ研究, 18, 196-209.
- 岡本淳子・佐藤秀行・永井 智・下山晃司 (2014). 高校生の援助要請における諸変数の関連の検討 立正大学臨床心理学研究, 12, 13-22.
- 尾見康博 (1999). 子どもたちのソーシャル・サポート・ネットワークに関する横断的研究 教育心理学研究, 47, 40-48.
- 大島みずき (2016). 児童期における未返報時の不快感情の発達の变化 感情心理学研究, 23, 87-94.
- Pisani, A. R., Schmeelk-Cone, K., Gunzler, D., Petrova, M., Goldston, D. B., Tu, X., & Wyman, P. A. (2012). Associations between suicidal high school students' help-seeking and their attitudes and perceptions of social environment. *Journal of Youth Adolescence*, 41, 1312-1324.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J. & Ciaarochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4, <<http://works.bepress.com/cgi/viewcontent.cgi?article=1040&context=cwilson>> (May, 29, 2015)
- Rickwood, D., Deane, F. P. & Wilson, C. J. (2007). When and how do young people seek professional help for mental health problems? *The Medical Journal of Australia*, 187, 35-39.
- 齊藤翔悟・永井 智 (2015). 援助要請における援助者の応答が援助評価と援助要請意図に与える影響 立正大学心理学研究年報, 6, 67-73.
- 佐藤美和・渡邊正樹 (2013). 小学生の悩みとそれに対する援助要請行動の実態 東京学芸大学紀要 芸術・スポーツ科学系, 65, 181-190.
- Shaffer, P. A., Vogel, D.L., & Wei, M. (2006). The mediating roles of anticipated risks, anticipated benefits, and attitudes on the decision to seek professional help: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 442-452.
- 谷口弘一・田中宏二 (2008). 児童・生徒のサポートの互恵性と精神的健康 — 交換志向性の調整効果 — 心理学研究, 79, 53-59.
- 谷口弘一・浦 光博 (2003). 児童・生徒のサポートの互恵性と精神的健康との関連に関する縦断的研究 心理学研究, 74, 51-56.

- 外山美樹 (1999). 児童における社会的比較の様態 筑波大学発達臨床心理学研究, 11, 69-75.
- 與久田 巖・太田 仁・高木 修 (2011). 女子大学生の援助要請行動の領域, 対象, 頻度と大学生活不安および社会的スキルとの関連 関西大学社会学部紀要, 42, 105-116.
- 上野行良・上瀬由美子・松井 豊・福富 護 (1994). 青年期の交友関係における同調と心理的距離 教育心理学研究, 42, 21-28.
- Vogel, D. L., Wade, N. G. & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 325-337.
- Williams, F., & Cornell, D. (2006). Student willingness to seek help for threats of violence in middle school. *Journal of School Violence*, 5, 35-49.
- 山口豊一・水野治久・石隈利紀 (2004). 中学生の悩みの経験・深刻度と被援助志向性の関連 ― 学校心理学の視点を生かした実践のために ― カウンセリング研究, 37, 241-249.