

要援助場面が繰り返される状況における適応的援助要請行動の検討

古橋 健悟

問題と目的

援助要請行動は個人の適応にとって重要である (e.g., Lee, 1999)。しかし、必ずしも一度の援助要請で問題が解決するわけではない。その状況において、同一の他者に複数回援助要請を行った場合、援助者に対する負債感 (Greenberg, 1980) や援助者との関係に関する懸念 (Taylor et al., 2004) が生じやすくなる。本研究では、その状況で、援助者を切り替えることが援助要請者のストレス低減につながると仮定する。また、援助者の切り替えの効果の生起メカニズムについて検討する (研究1・研究2)。また、制御焦点理論 (Higgins, 1997) により、適応的援助要請行動を促す介入を検討する (研究3)。

研究1 目的

本研究で用いる要援助場面が繰り返される状況として、①大きなストレスを与え、②一般的な援助要請では解決しにくい状況を用いる。研究1では、抑うつを取り上げる。抑うつは、ストレスの大きさを示す指標である社会再適応評価尺度 (SRRS) において、大きなストレスをもたらすと評価される (Homes & Rahe, 1967)。また、抑うつに関して援助を求めることにはスティグマが伴いやすい (e.g., Callear et al., 2011) ため、問題を伝えるリスクが小さい弱い紐帯に援助要請を行うことが望ましい (Wright et al., 2010)。したがって研究1では、抑うつを取り上げる。

研究1 方法

参加者 114名 (女性59名, $M_{age} = 37.99$, $SD = 10.73$) であった。

手続き まず、参加者自身の社会的ネットワークを列挙するよう求めた。次に、参加者が抑うつに陥ったというシナリオを提示し、ストレスの測定・援助者の選択・援助者の特性の測定を行った。その後、援助要請を行っても問題が解決しないというシナリオを提示し、同様の測定を行った。これらの手続きを計5回繰り返した。

研究1 結果と考察

階層線形モデリング (HLM) の結果、援助者数が多い個人は、要援助場面を繰り返すと①弱い紐帯、②情緒的サポートを与えにくい他者に援助要請を行うことが示された。ストレスへの影響は有意ではなかった。スティ

グマを伴いやすい問題では、情報の拡散を懸念し、ストレスの低減が生じにくかったと考えられる。

研究2 目的

失職はSRRSにおいて、大きなストレスをもたらすと評価される (Homes & Rahe, 1967)。また、弱い紐帯は様々な種類の情報を提供することができ (Roberts, 2010)、失職後において弱い紐帯からの援助は有用である。そのため失職は、上記の基準を満たす状況である。

また、失職場面が生じる背景には、問題に陥った個人では統制不可能であると認知され得る要因が含まれ得る。したがって、抑うつ場面とは異なり、援助要請を行うことに関するスティグマが伴いにくい状況であると考えられる。そのため研究2では、失職場面を取り上げる。

研究2 方法

参加者 115名 (女性61名, $M_{age} = 36.41$, $SD = 9.89$) であった。

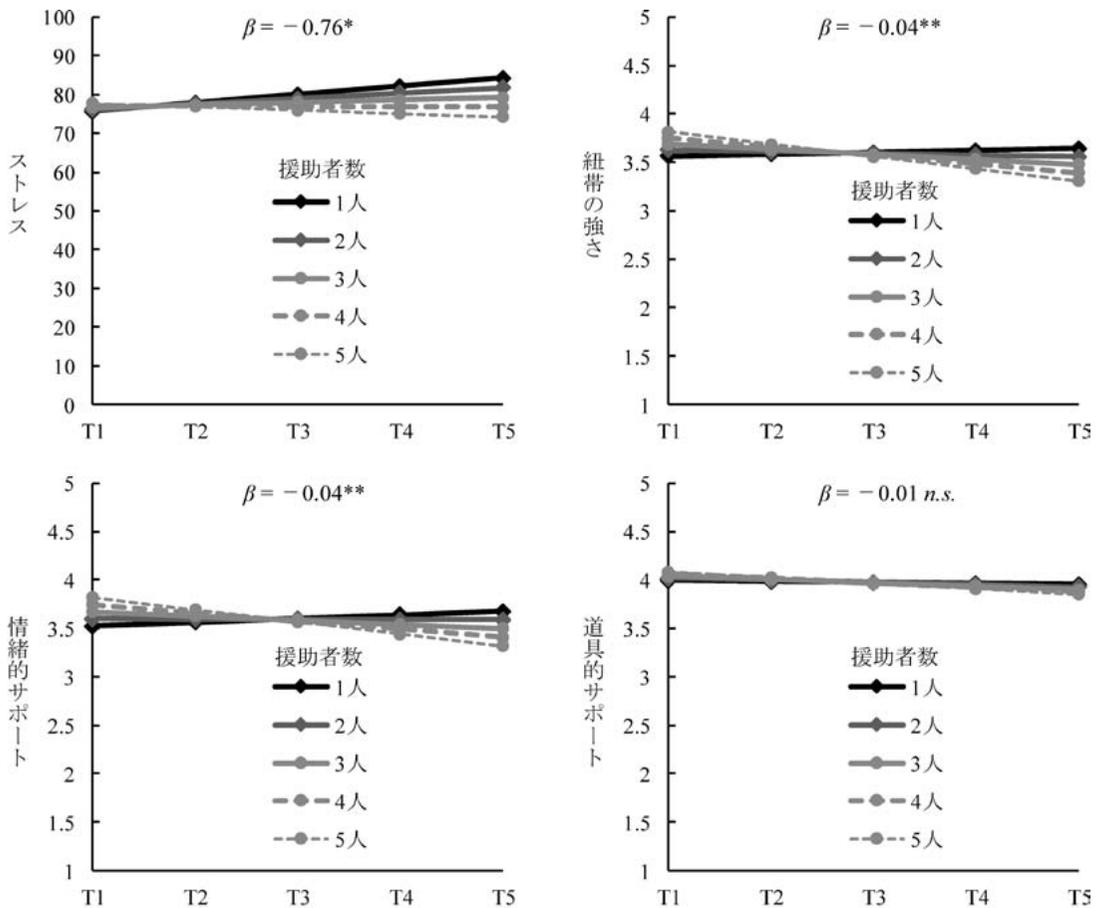
手続き 参加者が職を失うシナリオを用いた。シナリオ以外は、研究1と同様であった。

研究2 結果と考察

HLMの結果、援助者数が多い個人は、要援助場面を繰り返すと、①ストレスが高まりにくいこと、②弱い紐帯、③情緒的サポートを与えにくい他者に援助要請を行うことが示された (Figure 1)。失職場面では、援助者の切り替えがストレス抑制効果を持つと考えられる。

また、弱い紐帯に援助要請を行うこと・道具的サポートを優先的に維持することでストレスが低減されるというメカニズムも示唆される。Burke & Kraut (2013) は、Facebook上での強い紐帯とのコミュニケーションが多いほどストレスが高いことを示している。このことから、強い紐帯から弱い紐帯へと援助者を切り替えることで、恥やプレッシャーが抑制され、ストレスの緩衝につながったと考えられる。また、サポートの種類に関する検討からは、援助者を切り替えることによって、別の他者から異なる道具的サポートを受けることができると期待できるために、ストレスの高まりが抑制されたという説明ができる。

要援助場面が繰り返される状況における適応的援助要請行動の検討



注) 各図中の β の値は、傾斜に対する援助者数の効果を示す。
 * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Figure 1 各モデルにおける従属変数の変化 (研究2)

研究3 目的

研究3では、制御焦点理論を用いて要援助場面が繰り返される状況における適応的援助要請行動を促すための介入を検討する。促進焦点が優位な状況では、より良い可能性がある場合に方針を切り替えやすい (Lieberman et al., 2011)。そのため、促進焦点を喚起された個人は、より援助者数が多く、適応的援助要請行動を行いやすいと考えられる。

研究3 方法

参加者 208名 (女性154名, $M_{age} = 36.81$, $SD = 9.30$)であった。

手続き 制御焦点の操作以外は、研究2と同様であった。制御焦点の操作は、尾崎・唐沢 (2012) と同様に行った。この操作は、シナリオ提示前に行った。

研究3 結果と考察

t検定およびHLMの結果、制御焦点の操作は、援助者数・ストレス・援助者の特性に対して有意な影響を持たなかった。したがって、制御焦点の操作は、介入としての効果を持つとは言えなかった。

総合考察

本研究から、失職などでは、援助者を切り替えることがストレスの抑制につながる事が示唆される。本研究の意義として、一度限りの要援助場面に着目する先行研究に新たな視点を加え (理論的意義)、ストレスが伴いにくい適応的援助要請行動を明示したこと (実践的意義) が挙げられる。今後は、適応的援助要請を促進する介入方略を明らかにすることが求められる。