

## 大学運動部員の被援助志向性

Help-Seeking Preferences of University Athletes

奥 田 愛 子\* 竹之内 隆 志\*\*

Aiko OKUDA \* Takashi TAKENOUCHI \*\*

The purpose of this study was to describe help-seeking preferences to university counseling center, friends and their family in university athletes. One hundred and thirty-five university athletes were requested to complete a questionnaire. The results revealed the following: 1) help-seeking preference to friends and families was higher than that to university counseling center, 2) the degree of seriousness of sufferings positively related to help-seeking preference toward the university counseling center, and 3) the degree of information that athletes have on university counseling centers positively related to help-seeking preference toward the counseling center. The results were discussed in regards to ways in which a university counseling center can offer university athletes services to help them effectively.

### 1. はじめに

いわゆる『こころの時代』を反映してか、近年、大学教育における学生の相談機関の充実が指摘されている。「カウンセリングルーム」、「学生相談室」、「保健管理センター」など、名称は様々であるが、大学内においてこのような専門的な相談機関が相次いで開設されていることの背景には、学生の多様化あるいは複雑化した心理的問題に対して、より効果的に対応しようとする大学側の意向が感じられる。

体育・スポーツの領域においても、競技場面における心理面での強化を目指したメンタルトレーニングとともに、成績不振や怪我による現場復帰への不安、あるいはクラブ内での人間関係の悩み等の相談を扱うスポーツカウンセリング機関が体育系大学を中心に設置されてきている。

このように、さまざまな学生に対応すべく42%の大学に相談機関が設置されているにもかかわらず、年間の学生来談率は学生全体の3.6%程度（日本学生相談学会特別委員会, 1998）であるという。つまり、ほぼ半数の大学に学生相談室が設置されているが、その利

用率は極めて低く、大多数の学生が相談室を利用していないことになる。こうした来談率の低さは、いわゆる「来談への抵抗」が従来その理由として挙げられてきたが、宮崎・益田・松原（2004）の学生相談室来室の規定要因に関する研究では、大学の規模や特性にかかわらず、相談室への来室には、「来談への抵抗」ではなく、「悩み」があるかどうかという実質的な問題が影響しているということが示唆された。その他の理由として、福原（1986）は、来談行動の規定因の調査研究の中で、学生がカウンセラーに相談しない理由に、“自分の問題を他人に話しても仕方がない”、“専門家に話しても、自分の問題解決にならない”といった「カウンセラーおよびカウンセリングに対するネガティブな認知」が30.5%と高いことを挙げている。また、木村（2005）は学生相談機関の名称と被援助志向性について調査を行い、学生は学業や進路等の教育面に関する問題は『学生相談室』を利用することが適切であると認識し、対人関係や自分の性格等といった内面的な問題については『カウンセリング・ルーム』に相談するのが適切であると認識しているという。そして『保健管理センター』については、小・中・高の保健室のイメ

\* びわこ成蹊スポーツ大学

\*\* 名古屋大学総合保健体育科学センター

\* Biwako Seikei Sport College

\*\* Research Center of Health, Physical Fitness and Sports, Nagoya University

ジが影響して健康面での相談に対応する機関であると捉えており、総合的な判断としては『カウンセリング・ルーム』の名称が有効であると報告している。

このような結果から、学生の低い来談率は、彼らの相談へのニーズに相談機関側が適切に対応しきれていないことが原因と考えられる。そこで、効果的な援助サービスを提供するためには、彼らのニーズを把握する必要がある。

これに応えるものとして、木村・水野（2004）の研究が挙げられる。彼らは、大学生が自分で解決できない悩みを抱えたときに誰に援助を求めるか、という「被援助志向性」の概念を取り上げ、学生相談室、友だち、家族の3つのサポート源との関連を調査した。ここでの被援助志向性とは、「個人が、情緒的、行動的问题および現実生活における中心的な問題で、カウンセリングやメンタルヘルスサービスの専門家、教師等の職業的な援助者、および友人・家族などのインフォーマルな援助者に援助を求めるかどうかについての認知的枠組み」（水野・石隈、1999）と定義されている。木村・水野（2004）では、対人・社会面、心理・健康面、修学・進路面のすべての問題領域において、大学生は友だちや家族といったインフォーマルな援助者の方が、フォーマルな援助者である学生相談室よりも援助を求めやすいこと、また、対人・社会面では家族よりも友だちに援助を求めやすいことが明らかにされた。そして、学生相談室への被援助志向性については、心理・健康面の問題における悩みが深刻なほど援助を求めやすい一方で、カウンセラーが自分の問題を理解してくれるのか、あるいは相談したことが解決するのかといった呼応性の心配が被援助志向性に抑制的に働いていることを示した。さらにこの結果を踏まえて、学生相談室への被援助志向性を高めるためには、学生相談室の知名度を高めること、電子メール等による援助方法の可能性の検討や、各々の学生の被援助志向性に応じたサポートネットワーク構築を示唆している。

ところで、一般的に「明るい」、「悩みがない」といったイメージを持たれやすい大学運動部の学生の被援助行動についてはあまり検討されていない。思春期から青年期の大半を競技者として過ごす彼らは、精神健康度の調査等でも一般学生と比較して高い精神健康度を示すが、全人格を賭けてスポーツに取り組む彼らが一旦悩みを抱えると、それは深刻なものとなる（鈴木、2004）。ここでの問題が発端となり、競技生活に変調を来している多くの競技選手の事例報告からは、彼らの問題の深刻さが指摘されている（中込、2004）。そこで一般の学生と同様に、彼らに対する援助活動も必要であるが、有効な援助活動を模索していくには、まず、

彼らが個人で解決できない悩みを抱えたとき、それをどのように解決しようとするのか、といった実態を把握しておくことが必要になる。

これらのことから、本研究では、大学運動部の学生の被援助志向性の特徴を明らかにし、被援助志向性に関連する変数の検討を目的とする。

## 2. 方法

### 1) 調査対象と手続き

平成17年度後期にA体育系大学で開講された一般教養科の受講生135人を調査対象とした。対象者は全員が運動部に所属している。調査にあたっては、主旨を説明し同意を得た上で実施された。調査時期は2005年11月であり、調査は講義の時間を利用して行われた。調査対象者の内訳は表1の通りである。

### 2) 質問紙

大学生の被援助志向性を検討した木村・水野（2004）の質問紙を参考にして以下の内容の質問紙を作成した。

#### ① 基本的属性

氏名、性別、学年、年齢を尋ねた。

#### ② 被援助志向性

大学運動部員が自分で解決できない悩みを抱えたとき、誰に援助サポートを求めるか、という被援助志向性を調査するため、「対人関係」「性格・外見」「進路や将来」「恋愛・異性」「健康」「競技・クラブ」という6つの領域の悩みを設定した。これらは体育系大学の学生相談室やスポーツカウンセリングルームへの来談者の主訴として挙げられている領域である（土屋・山本・廣瀬・高橋・樋口、2004）。援助サポートを求める対象には「学生相談室」「友だち」「家族」を取り上げ、それぞれへの援助サポートを求める程度について「1：まったく求めない～5：強く求める」の5件法で回答を求め、被援助志向性得点とした。

#### ③ 悩みの深刻度

現在抱えている悩みの深刻度を調査するために②で取り上げた6つの領域について「1：まったく悩んでいない～5：非常に悩んでいる」の5件法で回答を求めた。

表1 調査対象者の内訳

	男	女	計
1年	41	39	80
2年	22	14	36
3年	11	8	19
計	74	61	135

#### ④援助不安

学生相談室に援助を求めるときに生じる不安を調査するため、木村・水野（2004）で作成された援助不安尺度を用いた。この尺度は相談室に援助を求めたときの援助者の対応への不安を表す“呼応性の心配”に関する項目と、援助を受けることで周囲からマイナスの評価を受けることへの不安を表す“汚名の心配”に関する項目の8項目で構成されている。対象者には「1：まったくあてはまらない～5：非常によくあてはまる」の5件法で回答を求めた。この尺度での得点の高さは、学生相談室に援助を求めることがへの不安の高さを示す。

#### ⑤学生相談室の認知度

学生相談室に対する認知度を調査するため、学生相談室の場所を知っているかどうかを尋ねた。

### 3. 結果

#### 1) 各援助者への被援助志向性の比較

学生相談室、友だち、家族それぞれの援助者に対する学生の被援助志向性を比較するため、6つの悩みの領域ごとに援助者を要因、被援助志向性得点を従属変数とした被験者内の一要因分散分析を行った（表2参照）。

①対人関係に関する悩みの領域では、援助者の効果が有意であった ( $F(2,268) = 228.75, p < .01$ )。多重比較 (LSD法) の結果、被援助志向性得点は、友だち、家族、学生相談室の順で高かった。

②性格・外見に関する悩みの領域では、援助者の効果が有意であった ( $F(2,268) = 128.59, p < .01$ )。多重比較 (LSD法) の結果、被援助志向性得点は、友だち、家族、学生相談室の順で高かった。

③進路や将来に関する悩みの領域では、援助者の効果が有意であった ( $F(2,268) = 70.66, p < .01$ )。多重比較 (LSD法) の結果、被援助志向性得点は、家族お

よび友だちの方が学生相談室の被援助志向性得点より高かった。

④恋愛・異性に関する悩みの領域では、援助者の効果が有意であった ( $F(2,268) = 333.74, p < .01$ )。多重比較 (LSD法) の結果、被援助志向性得点は、友だち、家族、学生相談室の順で高かった。

⑤健康に関する悩みの領域では、援助者の効果が有意であった ( $F(2,268) = 128.59, p < .01$ )。多重比較 (LSD法) の結果、被援助志向性得点は、家族、友だち、学生相談室の順で高かった。

⑥競技・クラブに関する悩みの領域では、援助者の効果が有意であった ( $F(2,268) = 197.51, p < .01$ )。多重比較 (LSD法) の結果、被援助志向性得点は、友だち、家族、学生相談室の順で高かった。

#### 2) 被援助志向性に関連する変数の検討

##### ①援助不安尺度の検討

援助不安尺度の因子構造を確認するため、因子分析を行った（主因子法、バリマックス回転、表3参照）。固有値1以上の2因子が抽出され、第1因子には“相談したら学生としての在籍や成績に悪い影響が出るだろう”、“相談したら能力の低い学生と思われるだろう”など、援助を受けることで、周囲から汚名を着せられることへの不安の項目が高い負荷量を示し、「汚名の心配」と命名した。第2因子には“学生の問題を理解してくれないだろう”、“私が相談したことを解決できないだろう”など、援助を始めたときの援助者の対応への不安の項目が高い負荷量を示し、「呼応性の心配」と命名した。木村・水野（2004）では、項目6 “私の問題は同じ年代の人しか理解できないので、年上の学生相談室のカウンセラーには私の問題を理解できないだろう”は「呼応性の心配」項目であったが、本調査では「汚名の心配」項目に分類された。これについては、項目の内容から年長者であるカウンセラーに相談内容

表2 各援助者への被援助志向性得点の平均値と標準偏差および分散分析結果

悩み	援助者			分散分析結果	
	a. 学生相談室	b. 友だち	c. 家族	F値	多重比較
					M (SD)
対人関係	1.51 (0.86)	3.91 (1.12)	2.64 (1.25)	228.75 **	b > c > a
性格・外見	1.46 (0.83)	3.34 (1.29)	2.59 (1.27)	128.59 **	b > c > a
進路や将来	2.50 (1.38)	3.60 (0.94)	3.82 (1.12)	70.66 **	b ≈ c > a
恋愛・異性	1.27 (0.69)	4.09 (1.13)	2.11 (1.20)	333.74 **	b > c > a
健康	1.80 (1.16)	3.13 (1.16)	3.59 (1.26)	128.59 **	c > b > a
競技・クラブ	1.70 (1.08)	4.06 (1.08)	2.95 (1.32)	197.51 **	b > c > a

\*\*p < .01.

表3 援助不安尺度の因子分析表

援助不安尺度	I	II	共通性
<b>“汚名の心配”</b>			
5) 相談したら学生としての在籍や成績に悪い影響が出るだろう	.846		.754
4) 相談したら能力の低い学生と思われるだろう	.710		.569
6) 私の問題は同じ年代の人しか理解できないので、年上の学生相談室のカウンセラーには私の問題を理解できないだろう	.607		.404
7) 相談していることを私の友人が知ったら私のことを弱い人間だと思うだろう	.584		.344
8) 相談したいことについて秘密が守られるかどうか心配だ	.473		.350
<b>“呼応性の心配”</b>			
1) 学生の問題を理解してくれないだろう		.756	.605
3) 私が相談したことを解決できないだろう		.743	.564
2) 相談した問題を真剣に扱ってくれないだろう		.683	.536
因子負荷量の2乗和	2.266	1.857	
累積寄与率 (%)	28.3	51.5	

が理解されなければ、自分がカウンセラーに悪いイメージを持たれてしまうのではないか、といった解釈がなされたことが推察される。以下では、「汚名の心配」5項目の合計点を汚名の心配得点、「呼応性の心配」3項目の合計点を呼応性の心配得点とし、得点が高いほど援助不安が高いことを示すものとした。

#### ②学生相談室への被援助志向性得点と関連する変数の検討

学生相談室への被援助志向性に関連する変数を抽出するため、ステップワイズ法を用いた重回帰分析を行った。学生相談室への被援助志向性得点を従属変数とし、性別、年齢、悩みの深刻度、援助不安（呼応性の心配）、援助不安（汚名の心配）、学生相談室の認知度を独立変数とした。性別と相談室の認知度は質的変数であるためダミー変数を投入した。性別は男を1、女を2、相談室の認知度は“はい”を1、“いいえ”を2とした。なお、性別の内訳は男74名、女61名、相談室の認知度の内訳は、“はい”34名、“いいえ”101名であった。その他の従属変数の平均値と標準偏差は表4の通りである。

悩みの領域ごとに重回帰分析を行ったところ、表5のような結果が得られた。なお、“健康”的領域の分析に関しては、悩みの深刻度についての欠損値を含む回答があり、該当する男1名は分析の対象から外して134名で分析した。重回帰分析の説明率( $R^2$ )は“対人関係”的領域で $R^2=.159$ ,  $F(2,132)=12.487$ ( $p < .01$ )、“性格・外見”的領域で $R^2=.238$ ,  $F(4,130)=10.166$  ( $p < .01$ )、“進路や将来”的領域で $R^2=.050$ ,  $F(1,133)=7.025$  ( $p < .01$ )、“恋愛・異性”的領域で $R^2=.157$ ,  $F(3,131)=9.304$  ( $p < .01$ )、“健康”的領域で $R^2=.074$ ,  $F(1,132)=$

表4 各変数の平均値と標準偏差

変数	M	SD
年齢	19.28	1.05
悩みの深刻度		
対人関係	2.37	1.16
性格・外見	2.56	1.16
進路や将来	3.85	1.01
恋愛・異性	3.01	1.28
健康	2.68	1.15
競技・クラブ	3.20	1.33
援助不安		
呼応性の心配	7.97	2.49
汚名の心配	9.85	3.80

=11.701 ( $p < .01$ )、“競技・クラブ”的領域で $R^2=.127$ ,  $F(2,132)=9.597$  ( $p < .01$ )、であった。

さらに、独立変数の標準偏回帰係数をみていくと、悩みの深刻度の標準偏回帰係数は“対人関係”的領域で $\beta=.232$  ( $p < .05$ )、“性格・外見”的領域で $\beta=.260$  ( $p < .05$ )、“進路や将来”的領域で $\beta=.224$  ( $p < .05$ )、“恋愛・異性”的領域で $\beta=.238$  ( $p < .05$ )、“健康”的領域で $\beta=.284$  ( $p < .01$ )、“競技・クラブ”的領域で $\beta=.277$  ( $p < .01$ ) であり、すべての領域で有意な正の値を示していた。このことから、悩みが深刻なほど被援助志向性が高いといえる。次に、援助不安の汚名の心配では、“性格・外見”的領域で $\beta=.170$  ( $p < .05$ )、“恋愛・異性”的領域で $\beta=.191$  ( $p < .05$ ) と有意な正の値を示した。つまり、“性格・外見”と“恋愛・異性”的2つの領域については、学生相談室に対

表5 学生相談室への被援助志向性を従属変数とした重回帰分析の結果

独立変数	対人関係	性格・外見	進路や将来	恋愛・異性	健康	競技・クラブ
性別	—	—	—	—	—	—
年齢	—	.180 *	—	—	—	—
悩みの深刻度	.232 *	.260 *	.224 *	.238 *	.284 **	.277 **
援助不安（呼応性）	—	—	—	—	—	—
援助不安（汚名）	—	.170 *	—	.191 *	—	—
相談室の認知度	-.298 **	-.295 **	—	-.243 *	—	-.193 *
説明率（R <sup>2</sup> ）	.159 **	.238 **	.050 **	.157 **	.074 **	.127 **

\*\*p < .01. \*p < .05.

する不安が高いほど、被援助志向性が高いといえる。そして、相談室の認知度では“対人関係”的領域で $\beta = -.298$ ( $p < .01$ )、“性格・外見”的領域で $\beta = -.295$ ( $p < .01$ )、“恋愛・異性”的領域で $\beta = -.243$ ( $p < .05$ )、“競技・クラブ”的領域で $\beta = -.193$ ( $p < .05$ )と負の値を示していた。これは、“対人関係”、“性格・外見”、“恋愛・異性”および“競技・クラブ”的4つの領域では相談室の認知度が高いほど被援助志向性が高いといえる。

#### 4. 考察

##### 1) 各援助者への被援助志向性の比較について

学生相談室、友だち、家族の3つの援助者に対する大学運動部員の被援助志向性を比較した結果、すべての問題領域において、友だちと家族への被援助志向性の方が、学生相談室への被援助志向性より高いことが示され、木村・水野(2004)の結果を支持するものであった。つまり、本研究で取り上げた悩みの領域においても、学生は友だちや家族といった援助者の方が、学生相談室よりも、より援助を求めやすい対象であると認知していることを示すものであった。

また、“対人関係”、“性格・外見”、“恋愛・異性”、“競技・クラブ”的4つの領域においては、友だちへの被援助志向性が家族へのそれよりも高かった。これは、運動部の学生にとって、友だちが最も重要なソーシャルサポート源であることを示している。青年期においては、両親をはじめとした家族からの心理的離乳を果たすことが心理社会的な発達課題となるため(西平, 1990)、家族への被援助志向性が低くなり、かわって友だちへの被援助志向性が高くなるものと考えられる。

##### 2) 学生相談室への被援助志向性に関連する変数について

学生相談室への被援助志向性に関連する変数を抽出

するために重回帰分析を行った結果、すべての領域において、悩みの深刻度が高いほど学生相談室への被援助志向性が高いことが示された。このことは、「悩みがあるかどうか」という実質的な問題が、学生の来談行動を促す(宮崎・益田・松原, 2004)といった先行研究の結果を支持するものであった。

また、援助不安の汚名の心配については、“性格・外見”と“恋愛・異性”的2つの領域で、学生相談室への不安が高いほど、被援助志向性が高いことが示された。従来の研究では、援助不安と被援助志向性の関連については負の関連を認める研究が多く(木村・水野, 2004)、相談室への不安が高いと相談室の利用が控えられるといわれている。しかし、本研究の結果はこれらとは異なり、相談室への不安が高くても、相談室を利用したいと考えている学生の存在を窺わせるものであった。このような相談室への態度には、悩みの深刻度が影響しているようである。“性格・外見”的悩みの深刻度が平均値よりも高い者の群と低い者の群とに分けて、群ごとに汚名の不安と被援助志向性の相関を算出したところ、悩みの深刻度が平均値よりも高い者の群においてのみ、援助不安と被援助志向性の相関が有意であった( $r = .26$ ,  $p < .05$ )。同様に“恋愛・異性”についても悩みの深刻度が平均値よりも高い者の群においてのみ、援助不安と被援助志向性の相関が有意であった( $r = .30$ ,  $p < .05$ )。すなわち、相談室への不安が高くても相談室を利用したいと考えるのは、悩みが深刻な場合であるといえる。悩みが深刻なときには、相談室への不安があっても問題解決への意志の方が強く働き、相談室を利用しようと考えるものと思われる。なお、援助不安と被援助志向性の正の関連は学生相談室への不安が高いほど、被援助志向性が高いことを示している。本研究の結果は相関関係であり、因果関係については明らかではないが、学生相談室への不安が高くなることが原因で学生相談室の利用が促進されるとは考えにくい。よって、学生相談室を利用しようと

考えることが、同時に学生相談室への不安を持つといったアンビバレン特な感情を喚起するものであると推測される。このようなアンビバレン特な感情を持っていても、悩みが深刻な場合には学生相談室への来談が期待されるが、来談率をより高めるには、やはり学生相談室への不安を取り除くことが必要である。

さらに、相談室の認知度については“対人関係”、“性格・外見”、“恋愛・異性”および競技・クラブ”の4つの領域において、相談室の認知度が高いほど、被援助志向性が高いことが示された。これは、学生が自分で解決できない悩みを抱えたときに、援助を求める対象についての認知の程度が被援助志向性に影響することを示すものであり、相談室の広報活動が有効であることを支持するものであった。

### 3) 学生相談室への来談促進についての示唆

本研究では学生相談室、友だち、家族の3つの援助者についての大学運動部員の被援助志向性について検討した。その結果、両親や家族からの心理的離乳を発達課題とする学生にとって、自分で解決できない悩みを抱えたときには、友だちが援助を求める重要な対象であることが示された。このことからは、学生が自分で解決できない悩みを抱えたときには、友だちが最初の援助者となる。ただし、友だちへの相談をきっかけに学生相談室を知ることも考えられる。すなわち、重要なソーシャルサポート源である友だちとの関わりが、相談室への段階的な窓口となって来談率の増加につながることも考えられる。また、相談室への来談に不安を持ちながらも来談意志を持つ学生がいることからは、守秘義務や自尊感情への配慮等といった相談機関としての基本姿勢が今後の広報活動によって彼らに認知されることで、援助不安における汚名の心配が取り除かれ、来談率が上がるものと思われる。加えて、本研究では援助不安における呼応性の問題は被援助志向性と

関連しなかったが、従来の研究（福原、1986；木村・水野、2004）では呼応性の問題の重要性が示唆されている。従って、学生相談室の中に、競技の問題に精通したカウンセラーを配置し、運動部員に固有な悩みにも対応できるよう相談機関側の体制づくりを行うことが、今後の来談行動の促進につながるものと考えられる。そして、学生相談室の認知度が高いほど相談室への被援助志向性が高いことから、広報活動を積極的に行い知名度を高めることができが来談行動の促進、ひいては学生が援助を求める対象を広げることにつながるものと思われる。

### 文献

- 福原真知子 1986 来談行動の規定因 —カウンセリング心理学的研究— 風間書房.
- 木村真人 2005 学生相談機関の名称と被援助志向性との関連について 東京成徳大学研究紀要, 12, 11-17.
- 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.
- 宮崎圭子・益田良子・松原達哉 2004 学生相談室来室の規定要因に関する研究 学生相談研究, 24, 259-268.
- 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.
- 中込四郎 2004 アスリートの心理臨床 ~スポーツカウンセリング~ 同和書院.
- 日本学生相談学会特別委員会 1998 1997年度学生相談機関に関する調査報告 学生相談研究, 19, 81-112.
- 西平直喜 1990 成人になること 一生育史心理学から 東京大学出版会.
- 鈴木 壮 2004 負傷(ケガ)・スランプの意味、それらへのアプローチ ～スポーツ選手への心理サポート事例から～ 臨床心理学, 第4巻3号, 313-317.
- 土屋裕睦・山本昌輝・廣瀬幸市・高橋幸治・樋口幸代 2004 2002年度／大阪体育大学学生相談室・スポーツカウンセリングルーム活動報告 大阪体育大学紀要, 35, 157-171.

(2005年12月27日受付)