

カウンセリングに対する抵抗感を規定する要因の検討 (2)

— 感情受容度尺度を用いて —

谷 口 弘 一*

Predictors of Attitudes Toward Seeking Counseling Among Japanese College Students(2): Using the Emotional Openness Scale to Measure One's Unconditional Acceptance of Experiencing Various Emotions Within Themselves

Hirokazu TANIGUCHI

Abstract

This study examined predictors of Japanese college students' attitudes toward seeking counseling. Participants were 198 undergraduate and graduate students (72 males and 126 females) with a mean age of 21.2 years. They completed four measures assessing openness toward emotional experiences, perception of stigma associated with seeking counseling, distress, and attitudes toward seeking counseling. Simultaneous multiple regression analyses showed that higher perception of stigma, lower emotional openness, and gender (male) were significant predictors of being more reluctant to seek counseling.

Key Words: help-seeking, emotional openness, stigma, distress, Japanese college students

問題と目的

心理的問題に対して、カウンセラーなど専門家の援助を求めることに関する肯定的・否定的態度のことを専門的心理援助要請態度という (Fischer & Farina, 1995; Fischer & Turner, 1970)。Komiya, Good, & Sherrod (2000) は、アメリカの大学生を対象にして、感情経験の無条件受容、スティグマ、心理的・身体的苦悩、性別の4つの要因を取り上げ、専門的心理援助要請態度に対する各要因の影響力について検討を行った。分析の結果、以下のことが明らかになった。(1) 自分の感情を無条件に受容できない人ほど、カウンセリングを受けることに対して否定的態度を持つ、(2) カウンセリングを受けると周囲の人から悪く思われるのではないかと感じているほど、カウンセリングを受けることに対して否定的である、(3) 心理的・身体的苦痛が少ない人ほど、カウンセリングを受けることに

* 長崎大学教育学部

して否定的態度を持つ、(4) 女性よりも男性の方がカウンセリングを受けることに対して否定的である。同様の結果は、アメリカの大学に通う留学生を対象にした研究 (Komiya & Eells, 2001) においても確認されている。

谷口 (2018) は、Komiya et al.(2000) や Komiya & Eells (2001) による研究結果の一般化可能性を検討するために、日本人大学生を対象にして、Komiya et al.(2000) と同様に4つの変数 (感情経験の無条件受容、スティグマ、心理的・身体的苦悩、性別) を取り上げ、専門的心理援助要請態度に対する各要因の独自効果について検討を行った。結果は以下のことを示していた。自分の感情を無条件に受容できない人ほど、また、カウンセリングを受けると自尊心や自己価値が下がるのではないかと感じている人ほど、カウンセリングを受けることに対して否定的態度を持っていた。

谷口 (2018) では、感情経験の無条件受容を測定する尺度として、4つの感情経験 (怒り、恐れ、喜び、悲しみ) に対する態度を測定する尺度 (Allen & Haccoun, 1976) が使用されていた。しかし、この尺度は、必ずしも高い信頼性を示していなかった ($\alpha = .66$)。そこで、本研究では、それとは別の尺度である感情受容度尺度 (Emotional Openness Scale; 古宮, 2000) を用いて、あらためて、感情経験の無条件受容、スティグマ、心理的・身体的苦悩、性別の4変数と専門的心理援助要請態度との関連を検討した。

方 法

調査対象者と手続き

大学生ならびに大学院生210名が調査に参加した。分析には、欠損値がない198名 (男性72名、女性126名) のデータを用いた。平均年齢は21.2歳 ($SD = 1.01$) であった。調査は、スマートフォンやPCを利用して、ウェブ上で実施された。

調査内容

調査には、年齢、性別など人口統計学的変数を質問する項目に加えて、下記の尺度が含まれていた。

感情経験の無条件受容 古宮 (2000) が作成した感情受容度尺度 (Emotional Openness Scale) を日本語に翻訳して用いた。調査参加者は、各項目に示された気持ち・感情の捉え方に関してどのように思うかについて、当てはまらない (1) ~当てはまる (4) の4件法で回答した。因子構造を確認するために、全13項目に対して、最尤法による因子分析を行った。固有値の減衰率ならびに因子の解釈可能性から、原版と同様の1因子構造が妥当であると判断し、因子数を1に固定して、再度、因子分析を行った。その結果、因子負荷量が.40以下となった4項目 (いずれも逆転項目) を削除し、残り9項目に対して、あらためて因子分析を行った。結果をTable 1に示す。因子寄与率は38.29%、 α 係数は.80であった。分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、自分自身の感情経験について無条件に受容的であることを示す。より具体的には、高得点者ほど、感情を経験することに対して、恐れや不安が少なく、好意的であり、感情を重要なものであると見なす傾向がある。

スティグマ 自己スティグマ (自分自身のことを社会から受け入れられない人間と見な

Table 1 感情受容度尺度の因子分析結果

項目内容	因子負荷量	共通性
10. 私は、どんな気持ちや感情であっても、それらを十分に味わいたい。	.63	.40
7. 気持ちや感情は、私に人生の方向性を示してくれる。	.62	.38
6. 私にとって、気持ちや感情は、心を開き、受け入れることを意味する。	.59	.34
3. いろいろな気持ちや感情を抱くことは、楽しい。	.56	.32
1. 私は、自分自身の気持ちや感情が好きである。	.55	.30
12. 誰かと一緒にいるときに泣くことは、素晴らしいことだと思う。	.54	.29
11. 私は、あらゆる気持ちや感情に対して心を開いていると思う。	.53	.28
13. 私は、自分のどんな気持ちや感情でも、それらを理解してくれる人と一緒にいることを心地よく感じる。	.51	.26
5. 私は、自分の気持ちや感情に共感してくれる人が好きである。	.43	.19

すことで自尊心や自己価値が低下すること)を測定するために、Self-Stigma of Seeking Help Scale (Vogel, Wade, & Haake, 2006) の日本語版9項目(宮仕, 2010)を用いた。本研究では、1項目のみ若干ワーディングを変更して使用した。調査参加者は、専門的心理援助を求めたいと思うような悩みや問題に直面したとき、各項目で示された内容に関してどのように思うかについて、当てはまらない(1)～当てはまる(5)の5件法で回答した。分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、自己スティグマの程度が高いことを示す。本尺度の α 係数は.70であった。

心理的・身体的苦悩 Hopkins Symptom Checklist (HSCL; Derogatis, Lipman, Rickels, Uhlenhuth, & Covi, 1974) の日本語版54項目(中野, 2016; Nakano & Kitamura, 2001)のうち、HSCL 短縮版(21-item version of the HSCL; Green, Walkey, McCormick, & Taylor, 1988)に含まれる21項目を用いた。調査参加者は、最近1週間で、各項目に示された精神的・身体的状態をどの程度感じるがあったかについて、全くない(1)～よくある(4)の4件法で回答した。各項目の合計点を算出し、それを心理的・身体的苦悩得点とした。得点が高いほど、心理的・身体的苦悩の程度が高いことを示す。本尺度の α 係数は.92であった。

専門的心理援助要請態度 Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help: A Shortened Form (ATSPPH-SF; Fischer & Farina, 1995) の日本語版8項目(宮仕, 2010)を用いた。調査参加者は、心理的問題に対処するために、カウンセラーなど専門家から援助を求めることに関してどのように思うかについて、当てはまらない(1)～当てはまる(4)の4件法で回答した。分析には各項目の合計点を用いた。得点が高いほど、カウンセリングを受けることに対して肯定的態度を持つことを示す。本尺度の α 係数は.62であった。

結 果

測定変数間の関連

測定変数の基本統計量と測定変数間の相関を Table 2 に示す。専門的心理援助要請態度は、感情経験の無条件受容、スティグマ、性別とそれぞれ有意な相関があった($r=.21$, $p<.01$; $r=-.25$, $p<.01$; $r=.22$, $p<.01$)。また、感情経験の無条件受容は、スティグマと有

Table 2 測定変数の基本統計量と測定変数間の相関

	相関					
	<i>M</i>	(<i>SD</i>)	1	2	3	4
1. 専門的心理援助要請態度	20.13	(3.27)	—			
2. 感情経験の無条件受容	38.08	(5.34)	.21**	—		
3. スティグマ	26.31	(4.20)	-.25**	-.25**	—	
4. 心理的・身体的苦悩	38.85	(11.07)	-.12	-.13	.33**	—
5. 性別	—	—	.22**	.04	.08	-.06

注) $N = 198$, ** $p < .01$

意な負の相関があり ($r = -.25$, $p < .01$), スティグマは, 心理的・身体的苦悩と有意な正の相関があった ($r = .33$, $p < .01$)。自分自身の感情経験を無条件に受容できる人ほど, そして, 男性よりも女性の方が, カウンセリングを受けることに対して肯定的であった。一方, カウンセリングを受けると自尊心や自己価値が下がるのではないかと感じている人ほど, カウンセリングを受けることに対して否定的であった。さらには, 自分自身の感情経験を無条件に受容できる人ほど, カウンセリングを受けると自尊心や自己価値が下がるのではないかと感じる人が少なく, 反対に, 心理的・身体的苦悩が高い人ほど, カウンセリングを受けると自尊心や自己価値が下がるのではないかと感じていた。

専門的心理援助要請態度に対する各規定要因の独自効果

専門的心理援助要請態度に対する感情経験の無条件受容, スティグマ, 心理的・身体的苦悩, 性別の独自効果を検討するために, 重回帰分析を行った (Table 3)。相関の結果と同様に, 感情経験の無条件受容, スティグマ, 性別がそれぞれ専門的心理援助要請態度に対して独自の寄与を示した ($\beta = .14$, $p < .05$; $\beta = -.23$, $p < .01$; $\beta = .23$, $p < .01$)。自分自身の感情経験を無条件に受容できる人ほど, また, カウンセリングを受けると自尊心や自己価値が下がるのではないかと感じていない人ほど, そして, 男性よりも女性の方が, カウンセリングを受けることに対して肯定的態度を持っていた。

Table 3 専門的心理援助要請態度を従属変数とした重回帰分析の結果

	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	95%CI
感情経験の無条件受容	.11	.05	.14	2.07*	[.01, .22]
スティグマ	-.14	.05	-.23	-3.17**	[-.23, -.05]
心理的・身体的苦悩	-.00	.02	-.02	-.21	[-.05, .04]
性別	1.57	.46	.23	3.44**	[.67, 2.47]
R^2	.14**				

注) $N = 198$, * $p < .05$, ** $p < .01$

考 察

本研究では、感情経験の無条件受容を測定する尺度として、感情受容度尺度(Emotional Openness Scale; 古宮, 2000)を用いて、感情経験の無条件受容、スティグマ、心理的・身体的苦悩、性別の4変数と専門的心理援助要請態度との関連について再検討を行った。その結果、谷口(2018)、Komiy et al.(2000)、Komiy & Eells(2001)と同様に、感情経験の無条件受容が専門的心理援助要請態度の重要な規定要因であることが、あらためて確認された。日本を含むアジアの文化的価値観では、一般に、感情を適切にコントロールすることや曖昧で間接的なコミュニケーションを行うことが重視される(Kim, 1995; Kim, Atkinson, & Yang, 1999; Kim & Omizo, 2003; Narikiyo & Kameoka, 1992; Sue, 1994)。そうした文化的価値観を持つ社会であっても、自分自身が経験する様々な感情を抑圧することなく、すべてをありのままに受け入れ、さらには、そうした感情を適切な形で相手に伝えることができる人ほど、カウンセリングに対する抵抗感が少ないことが、再度、示された。

スティグマに関しても、谷口(2018)、Komiy et al.(2000)、宮仕(2010)、Vogel, Wade, & Hackler(2007)と一致して、専門的心理援助要請態度を阻害する要因であることが再確認された。自己スティグマ、ひいては社会的スティグマ(Corrigan, 2004)を低減するためには、Vogel et al.(2007)も指摘しているとおり、カウンセラーなどの心理専門家が、心理的問題は自分自身の弱さや欠点ではなく、適切な治療によって改善し、元の状態に戻るということを個人や社会全体に広く伝えていく必要がある。

心理的・身体的苦悩については、谷口(2018)、Komiy & Eells(2001)、前川・金井(2015)、宮仕(2010)と同様に、専門的心理援助要請態度との間に有意な関連が見られなかった。谷口(2018)が示唆しているとおり、アジア文化圏の人は、身体的・心理的苦悩に対処する際、心理専門職(カウンセラー)ではなく医療専門職(医師)に相談する傾向が高い可能性が考えられる。

本研究では、Komiy et al.(2000)、Komiy & Eells(2001)と一致して、性別が専門的心理援助要請態度に対して有意な独自寄与を示した。具体的には、男性よりも女性の方が、カウンセリングを受けることに対して肯定的態度を持っていた。こうした性差は、男性に対して期待される性役割の特徴(非感情的、理論的、独立的)が援助要請行動を抑制するように機能すること(Komiy et al., 2000)、西洋に限らず東洋の文化圏においても同様の性役割期待が存在すること(Komiy & Eells, 2001)が一因であると考えられる。その一方で、日本人を対象にした多くの研究(木村・水野, 2004; 宮仕, 2010; 永井, 2010; 谷口, 2018)では、専門的心理援助要請態度において有意な性差は認められていない。日本では、大学生における専門的心理援助要請態度について検討した研究が決して多いとはいえないため(永井, 2010)、今後、さらに詳細な検討を行う必要がある。

最後に、本研究の限界と今後の課題について述べる。本研究では、専門的心理援助要請態度を測定する尺度として、ATSPPH-SF(Fischer & Farina, 1995)の日本語版8項目(宮仕, 2010)を用いた。本尺度は、先行研究(宮仕, 2010; 谷口, 2018)では十分な信頼性を示していたが($\alpha = .73-.78$)、本研究では必ずしも高い信頼性が得られなかった($\alpha = .62$)。今後の研究では、たとえば、被援助志向性尺度(木村・水野, 2004)のような日本

で開発された尺度を用いて専門的心理援助要請態度を測定し、その規定要因について、再度、詳細に検討することが望まれる。

引用文献

- Allen, J. G., & Haccoun, D. M.(1976). Sex differences in emotionality: A multidimensional approach. *Human Relations*, 29, 711-722.
- Corrigan, P.(2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59, 614-625.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., Rickels, K., Uhlenhuth, E. H., & Covi, L.(1974). The Hopkins Symptom Checklist (HSCL) : A self-report symptom inventory. *Behavioral Science*, 19, 1-15.
- Fischer, E. H., & Farina, A.(1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, 36, 368-373.
- Fischer, E. H., & Turner, J. L.(1970). Orientations to seeking professional help. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35, 79-90.
- Green, D. E., Walkey, F. H., McCormick, I. A., & Taylor, A. J. W.(1988). Development and evaluation of a 21-item version of the Hopkins Symptom Checklist with New Zealand and United States respondents. *Australian Journal of Psychology*, 40, 61-70.
- Kim, Y.(1995). Cultural pluralism and Asian-Americans: Culturally sensitive social work practice. *International Social Work*, 38, 69-78.
- Kim, B. S. K., Atkinson, D. R., & Yang, P. H.(1999). The Asian values scale: Development, factor analysis, validation, and reliability. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 342-352.
- Kim, B. S. K., & Omizo, M. M.(2003). Asian cultural values, attitudes toward seeking professional psychological help, and willingness to see a counselor. *Counseling Psychologist*, 31, 343-361.
- 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.
- 古宮 昇 (2000). 日本語版感情受容度尺度作成の可能性 大阪経大論集, 51, 173-183.
- Komiya, N., & Eells, G. T.(2001). Emotional openness as a predictor of attitudes toward seeking counseling among international students. *Journal of College Counseling*, 4, 153-160.
- Komiya, N., Good, E. G., & Sherrod, N.(2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 138-143.
- 前川由未子・金井篤子 (2015). 職場におけるメンタルヘルス風土と労働者の援助要請およびメンタルヘルスの実態 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科

- 学), 62, 27-37.
- 宮仕聖子 (2010). 心理的援助要請態度を抑制する要因についての検討 — 悩みの深刻度, 自己スティグマとの関連から — 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, 16, 153-172.
- 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.
- 中野敬子 (2016). ストレス・マネジメント入門 — 自己診断と対処法を学ぶ — 第2版 金剛出版
- Nakano, K., & Kitamura, T. (2001). The relation of the anger subcomponent of Type A behavior to psychological symptoms in Japanese and foreign students. *Japanese Psychological Research*, 43, 50-54.
- Narikiyo, T. A., & Kameoka, V. A. (1992). Attributions of mental illness and judgments about help seeking among Japanese-American students. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 363-369.
- Sue, D. W. (1994). Asian-American mental health and help-seeking behavior: Comment on Solberg et al. (1994), Tata and Leong (1994), and Lin (1994). *Journal of Counseling Psychology*, 41, 292-295.
- 谷口 弘一 (2018). カウンセリングに対する抵抗感を規定する要因の検討 長崎大学教育学部紀要, 4, 103-111.
- 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.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54, 40-50.

