

## 看護大学生の援助要請の実態とその関連要因

# The Actual Situation of Nursing College Students' Help-seeking and Related Factors

石田 直江・高橋 方子・冨樫 千秋

Naoe ISHIDA, Masako TAKAHASHI and Chiaki TOGASHI-ARAKAWA

【目的】看護大学生の援助要請の実態とその関連要因を明らかにする。

【方法】A県にあるB大学看護学部1～4年生296名を対象とし、無記名自記式質問紙法による調査研究を行った。調査内容は、自己の援助要請スタイルを主観で選択し、援助要請に関連する要因として、「援助要請相手」「情報検索の有無」「援助要請をする問題の認知」「抑うつ症状」「援助要請に対する抵抗感の低さ」「自尊心の脅威」「援助要請不安」について尋ねた。

【結果】213名の看護大学生より回答を得た(回収率72.0%)。有効回答189件を分析の対象とした。援助要請自律型165名(87.3%)、援助要請過剰型19名(10.1%)、援助要請回避型5名(2.6%)であった。度数の少ない援助要請回避型を除外し、援助要請自律型を自律群(n=165)、援助要請過剰型を過剰群(n=19)として、2群間で比較した。統計学的有意差が認められた要因は「情報検索の有無」であった。情報検索の有無では、自律群の方が過剰群に比べ「自分で情報を探す」割合が有意に高く(p=0.008)、「情報を活用しない」割合が有意に低かった(p=0.014)。

### I. はじめに

個人が問題を抱え、それを自身の力では解決できない場合に、必要に応じて他者に援助を求めることは重要な対処法略の1つである<sup>1)</sup>。DePaulo<sup>2)</sup>はこうした現象を援助要請と定義し、その典型例を示している。それによると(1)個人が問題やニーズを抱えていて、(2)もし他者が時間や労力、資源を費やしてくれるなら、問題が軽減したり解決したりするもので、(3)ニーズを抱える個人は他者に直接的に援助を求めるものと説明している。問題を抱えてから他者に援助を求めるまでには、問題状況を認識し、自己解決の可能性を判断し、相談の必要性

を検討してから他者に援助を求めるというプロセスがある。援助要請は個人が問題を解決する可能性を高めるために有益である<sup>3)</sup>とされている。

大学生の援助要請に焦点をあててみると、2021年に行われた「大学等における学生支援の取組状況に関する調査」<sup>4)</sup>では、悩みがあっても相談に来ない学生への対応について、学生相談に関する取り組みの必要性の高い課題と報告されている。

大学生の援助要請が課題とされている現状があることから、看護系の大学生にも同様の課題があるのではないかと考え、援助要請について看護系の学生を含む大学生の先行文献を俯瞰した。援助要請行動に関する研究は10年前に比べて増えてきているという水野<sup>5)</sup>の指摘があり、看護系の大学生を含む大学生を対象とした研究は一定数存在した。しかし、看護系の大学生を対象とした研究を区別してみると、大学生を対象とした研究が8割以上を占めているのに対し、看護系の大学生を対象とし

連絡先: 石田 直江 [naishida@cis.ac.jp](mailto:naishida@cis.ac.jp)

千葉科学大学看護学部看護学科

Department of Nursing, Faculty of Nursing, Chiba Institute of Science

(2023年10月2日受付, 2024年1月31日受理)

たものは2割弱と少なかった。また、大学生を対象とした研究は心理学系や社会学系の研究で論文として発表されたものが多く、援助要請について多角的に幅広く研究されている<sup>1,6,7,8)</sup>のに対し、看護系の大学生を対象とした研究は会議録等で発表されたものが多かった<sup>9,10,11,12,13)</sup>。また、援助要請についての内容を見ると実習や演習に関する研究が多い<sup>14,15,16,17)</sup>という特徴があった。援助要請行動についての関心が高まり研究も充実してきている一方で、看護系の大学生に関する研究はまだまだ少ない現状が伺える。

看護系の大学生は、実習や演習科目が多いことを踏まえると、看護学実習や演習において様々な困難感や葛藤を抱えるであろうことが予測される。しかし、看護系の大学生も一般の大学生と同年代であるため、実習や演習の場面だけでなく様々な場面で援助を必要としていることが推察できる。看護系の大学生の援助要請の実態とその関連要因が明らかになれば、看護系の大学生が自分ひとりでは解決できそうにないと判断した問題に対し、学生自身が他者に援助要請を行うことに活かせるのではないかと考えた。

そこで本研究では、看護系の大学生の援助要請の実態とその関連要因を明らかにしていきたい。

## II. 研究の目的

本研究では、看護系の大学生の援助要請の実態とその関連要因を明らかにすることを目的とする。

## III. 用語の定義

援助要請について、毛利<sup>18)</sup>は本田<sup>3)</sup>の解釈をもとに「援助要請(help-seeking)とは、自分ひとりでは解決できそうにないと判断し、他者に助けを求めること」と定義している。本研究においても、この定義を用いることとする。

また、援助要請は基本的に個人の適応にとっては望ましいものであるが、依存性や他者に何度も承認や安心を求める再確認傾向など、他者に指示やサポートを求める傾向が否定的な意味合いで捉えられることも多い<sup>1)</sup>という側面もあることから、永井<sup>1)</sup>は、援助要請を測定する際に、単純な援助要請の量だけでなく、その行動の質も考慮する必要があるとし、困難を抱えても自身での問題解決を試み、どうしても解決が困難な場合に援助要請を行うという「援助要請自律型」、困難を抱えた際に十分な自助努力を行わずに安易に援助要請を行う「援助要請過剰型」、困難な問題を抱えても、一貫して援助要請を回避する「援助要請回避型」という3つの援助要請スタイルがあることを提唱している。本研究では、援助要請について、援助要請スタイルの3つの型の定義を用いて表現することとする。

## IV. 研究方法

### 1. 研究対象

A県B大学看護学部1年生～4年生の学生で研究参加の同意が得られた者とした。

### 2. データ収集・分析方法

#### (1) データ収集

下記の項目に沿って、質問紙を作成した。

##### ①対象者の背景

年齢、性別、学年

##### ②援助要請

永井<sup>1)</sup>が提唱している「援助要請自律型」、「援助要請過剰型」、「援助要請回避型」という3つの援助要請スタイルの定義を用いた。「困難を抱えても自身での問題解決を試み、どうしても解決が困難な場合に援助要請を行う」、「困難を抱えた際に十分な自助努力を行わずに安易に援助要請を行う」、「困難な問題を抱えても、一貫して援助要請を回避する」というそれぞれの定義を選択項目とし、学生の主観により自分に一番近い援助要請スタイルを回答してもらった。

##### ③援助要請に関連する要因

毛利<sup>18)</sup>は、大学生の援助要請に関連する要因8項目について述べている。この、大学生の援助要請に関連する要因とされる「性差」「援助要請相手」「情報」「問題の認知」「症状との関連」「援助に対する抵抗感の低さ」「自尊心への脅威」「援助要請不安」の8項目を基に質問紙を作成した。毛利<sup>18)</sup>は、大学生になると、援助要請を行った後の援助要請相手との関係の変化について意識するようになることが特徴であると説明しているため、「援助要請相手」の内容に相談者との関係の変化も含めた。

各要因の質問項目は、それらの項目に分類するに至った関連文献の内容を参考にしながら検討した。

①～③は、無記名自記式質問紙として、研究の趣旨を理解し、研究に同意した者のみが回収箱に投函することとした。

具体的には、看護大学生に対し、講義等の終了時に調査協力依頼書を用いて研究について説明し、調査用紙を配布した。調査用紙回収ボックスは、配布後にその場で記入を行った学生の調査用紙を回収するために講義室内に設置した。また、後日でも回収できるように学内に回収箱を設置した。

無記名自記式質問紙法のため、調査用紙の提出をもって調査に同意が得られたこととした。

#### (2) 分析方法

質問項目に沿って記述統計を行った。看護系の大学生の援助要請スタイルと援助要請に関連する要因について、カテゴリカル変数の比較は $\chi^2$ 検定、連続変数の平均値の差はt検定を用いて行った。p値が0.05未満を統計的有

意差とみなした。検定はすべて両側検定とした。全ての統計処理は IBM SPSS Statistics ver.24 を用いて行った。

### (3) 倫理的配慮

倫理的配慮として、以下のことを行った。

- ①千葉科学大学における人を対象とする研究倫理審査委員会の承認を受けてから本研究を実施した。(No. R04-12)
- ②研究の目的・方法・倫理的配慮について、単位認定に関わらない者が紙面に記したものを配布し、口頭でも説明した。
- ③質問紙は無記名とし、個人が特定できないように配慮した。
- ④研究結果を学内 FD 研修会、もしくは看護実践連携研究会発表会にて発表することを紙面に明記し口頭でも予め説明した。

## V. 結果

B 大学看護学部 1~4 年生 296 名を対象とし、2022 年 9 月 16 日から 10 月 3 日まで、無記名自記式質問紙法による調査研究を行った。213 名の看護大学生より回答を得て(回収率 72.0%)、有効回答 189 件を分析の対象とした。

### 1. 対象の属性

看護大学生自身が認識している自己の援助要請のスタイルについて、援助要請自律型 165 名 (87.3%)、援助要請過剰型 19 名 (10.1%)、援助要請回避型 5 名 (2.6%) であった。度数の少ない援助要請回避型を除外し、援助要請自律型を自律群 (n=165)、援助要請過剰型を過剰群 (n=19) として、2 群間で比較した。

対象の特性として、年齢・学年・性別にて自律群と過

剰群の 2 群間で比較を行った。両群に統計的に有意差は認められなかった。(表 1)

## 2. 援助要請に影響する要因

### (1) 援助要請相手

援助要請相手としての相談者は、両群ともインフォーマルな援助者である家族や友人に相談する割合が 7~9 割と高く、統計的な有意差は認められなかった。また、フォーマルな援助者である教員や心理系専門職には、「あまり相談しない/相談しない」と回答した者の割合が教員で 7 割前後から 8 割、心理系専門職では 9 割と、両群ともあまり相談しない傾向にあり、統計的な有意差は認められなかった。(表 2-1)

援助要請相手との関係の変化では、インフォーマルな援助者である友人との関係の変化について、自律群は過剰群より「気にする/少し気にする」傾向にあったが統計的な有意差はなく、その他の援助者においては、いずれも両群とも気にしない傾向にあり、統計的な有意差は認められなかった。(表 2-2)

### (2) 情報検索の有無

情報検索の有無では、自律群の方が過剰群に比べ「自分で情報を探す」割合が 9 割以上と有意に高く (p=0.008)、「情報を活用しない」割合が有意に低かった (p=0.014)。(表 3)

### (3) 援助要請をする問題の認知

援助要請をする問題の認知では、心理の悩みについて、自律群は援助要請を「いつもする・時々する」と回答している人の割合が高く、過剰群は援助要請を「あまりしない・しない」と回答している人の割合が高い傾向にあったが、統計学的有意差は認められなかった。また、学業に関する悩みについて、自律群の方が援助要請

表 1. 対象の特性

質問項目	自律群 (n=165)		過剰群 (n=19)		p value
	n	Mean or % (SD)	n	Mean or % (SD)	
1. 年齢	165	20.07 (1.438)	19	19.58 (1.07)	0.149
2. 学年	1年生	40 24.2%	7	36.8%	0.219
	2年生	41 24.8%	7	36.8%	
	3年生	54 32.7%	4	21.1%	
	4年生	30 18.2%	1	5.3%	
3. 性別	男子学生	34 20.6%	6	31.6%	0.272
	女子学生	131 79.4%	13	68.4%	

1. t-検定/2,3.  $\chi^2$  検定

を「いつもする・時々する」と回答している人の割合が高かったが、統計学的有意差は認められなかった。

(表4)

#### (4) 抑うつ症状

援助要請を要する問題が生じた時の抑うつ症状の出現では、両群とも約半数の人が抑うつ症状ありと回答しており、統計学的有意差は認められなかった。(表5)

#### (5) 援助に対する抵抗感の低さ

援助要請に対する抵抗感の低さでは、両群とも援助要請時に感じる抵抗感に対して「あまりない/全くない」と回答している割合の方が高く、統計学的有意差は認められなかった。また、他者からの援助が欲しいと感じるこ

とについて、両群とも「よくある/時々ある」と回答している割合が高く、統計学的有意差は認められなかった。

(表6)

#### (6) 自尊心の脅威

自尊心の脅威では、両群とも援助要請時の自尊心の脅威に対して「脅かされない」と回答している割合の方が高く、統計学的有意差は認められなかった。(表7)

#### (7) 援助要請不安

援助要請不安では、両群とも約3割の人が援助要請時に不安を感じていたが、統計学的有意差は認められなかった。(表8)

表2-1. 援助要請に影響する要因【相談者】

質問項目	自傷群 (n=165)		過剰群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
家族	よく相談する/たまに相談する	144	87.3%	16	84.2%	0.464
	あまり相談しない/相談しない	21	12.7%	3	15.8%	
友人	よく相談する/たまに相談する	151	91.5%	16	84.2%	0.249
	あまり相談しない/相談しない	14	8.5%	3	15.8%	
先輩	よく相談する/たまに相談する	34	20.6%	3	15.8%	0.443
	あまり相談しない/相談しない	131	79.4%	16	84.2%	
教員	よく相談する/たまに相談する	55	33.3%	4	21.1%	0.207
	あまり相談しない/相談しない	110	66.7%	15	78.9%	
心理系専門職	よく相談する/たまに相談する	10	6.1%	1	5.3%	0.683
	あまり相談しない/相談しない	155	93.9%	18	94.7%	

$\chi^2$ 検定/度数5未満はFisher検定

表2-2. 援助要請に影響する要因【相談者との関係の変化】

質問項目	自傷群 (n=165)		過剰群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
家族	気にする/少し気にする	44	26.7%	4	21.1%	0.785
	あまり気にしない/気にしない	121	73.3%	15	78.9%	
友人	気にする/少し気にする	94	57.0%	6	31.6%	0.050
	あまり気にしない/気にしない	71	43.0%	13	68.4%	
先輩	気にする/少し気にする	77	46.7%	6	31.6%	0.234
	あまり気にしない/気にしない	88	53.3%	13	68.4%	
教員	気にする/少し気にする	62	37.6%	5	26.3%	0.334
	あまり気にしない/気にしない	103	62.4%	14	73.7%	
心理系専門職	気にする/少し気にする	21	12.7%	4	21.1%	0.284
	あまり気にしない/気にしない	144	87.3%	15	78.9%	

$\chi^2$ 検定/度数5未満はFisher検定

注：対象項目において、欠損値がある場合は合計数のnと一致しない。

表3. 援助要請に影響する要因【情報検索の有無】

質問項目	自律群 (n=165)		逸脱群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
自分で情報を探す	いつもする/時々する	163	98.8%	16	84.2%	<b>0.008</b>
	あまりしない/しない	2	1.2%	3	15.8%	
誰かに聞く	いつもする/時々する	157	95.2%	18	94.7%	1.000
	あまりしない/しない	8	4.8%	1	5.3%	
誰かが教えてくれるのを待つ	いつもする/時々する	39	23.6%	7	36.8%	0.208
	あまりしない/しない	126	76.4%	12	63.2%	
情報は活用しない	いつもする/時々する	24	14.5%	7	36.8%	<b>0.014</b>
	あまりしない/しない	141	85.5%	12	63.2%	

 $\chi^2$ 検定/度数5未満はFisher検定

表4. 援助要請に影響する要因【援助要請をする問題の認知】

質問項目	自律群 (n=165)		逸脱群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
対人関係の悩み	いつもする/時々する	124	75.2%	11	57.9%	0.107
	あまりしない/しない	41	24.8%	8	42.1%	
学業に関する悩み	いつもする/時々する	116	70.3%	10	52.6%	0.116
	あまりしない/しない	49	29.7%	9	47.4%	
心理の悩み	いつもする/時々する	108	65.5%	9	47.4%	0.121
	あまりしない/しない	57	34.5%	10	52.6%	
健康に関する悩み	いつもする/時々する	82	49.7%	8	42.1%	0.531
	あまりしない/しない	83	50.3%	11	57.9%	

 $\chi^2$ 検定

表5. 援助要請に影響する要因【抑うつ症状】

質問項目	自律群 (n=165)		逸脱群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
抑うつ症状	よくある/時々ある	84	50.9%	8	42.1%	0.467
	あまりない/全くない	81	49.1%	11	57.9%	

 $\chi^2$ 検定

表6. 援助要請に影響する要因【援助要請に対する抵抗感の低さ】

質問項目	自律群 (n=165)		逸脱群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
人は誰でも相談や援助を求められたら、わずらわしく感じると思う。	あまりない/全くない	138	83.6%	16	84.2%	1.000
	よくある/時々ある	27	16.4%	3	15.8%	
他人からの助言や援助を受けることに、抵抗がある。	あまりない/全くない	126	76.4%	17	89.5%	0.253
	よくある/時々ある	39	23.6%	2	10.5%	
自分が困っているとき、周りの人にはそっとしておいて欲しい。	あまりない/全くない	120	72.7%	14	73.7%	0.929
	よくある/時々ある	45	27.3%	5	26.3%	
自分は、人に相談したり援助を求めるとき心苦しさを感ずる。	あまりない/全くない	83	50.3%	14	73.7%	0.053
	よくある/時々ある	82	49.7%	5	26.3%	
困っていることを解決するために他者からの助言や援助が欲しい。	あまりない/全くない	31	18.8%	5	26.3%	0.433
	よくある/時々ある	134	81.2%	14	73.7%	

 $\chi^2$ 検定/度数5未満はFisher検定

表7. 援助要請に影響する要因【自尊心の脅威】

質問項目	自律群 (n=165)		過剰群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
インフォーマルな援助者	自尊心が脅かされる	42	25.5%	4	21.1%	0.786
	自尊心が脅かされない	123	74.5%	15	78.9%	
フォーマルな援助者	自尊心が脅かされる	40	24.2%	8	42.1%	0.093
	自尊心が脅かされない	125	75.8%	11	57.9%	

*χ<sup>2</sup>検定*

表8. 援助要請に影響する要因【援助要請不安】

質問項目	自律群 (n=165)		過剰群 (n=19)		p value	
	n	%	n	%		
偏見や差別への不安	感じる	59	35.8%	8	42.1%	0.586
	感じない	106	64.2%	11	57.9%	
相談相手の対応の不安	感じる	83	50.3%	8	42.1%	0.499
	感じない	82	49.7%	11	57.9%	
強要への不安	感じる	53	32.1%	7	36.8%	0.678
	感じない	112	67.9%	12	63.2%	

*χ<sup>2</sup>検定*

## VI. 考察

### 1. 看護大学生の援助要請の実態

看護大学生の援助要請の実態について、自分ひとりで解決が困難な出来事が生じた時取る行動として、7～8割の学生が困難を抱えても自身での問題解決を試み、どうしても解決が困難な場合に援助要請を行う、つまり「援助要請自立型」と認識していた。困難を抱えた際に十分な自助努力を行わずに安易に援助要請を行うと認識していた学生、つまり「援助要請過剰型」は1割程度、困難な問題を抱えても、一貫して援助要請を回避すると認識している学生、つまり「援助要請回避型」はほとんどいなかった。大学生の援助要請スタイルでは、援助要請自律型が約半数、援助要請過剰型と回避型が2～3割でほぼ同じ割合であり、援助要請自律型が他の二つよりも多いという傾向があった<sup>19)</sup>。看護大学生は自己の援助要請のスタイルと援助要請自律型であると認識している割合が最も高く、大学生の傾向と類似していた。援助要請回避型と認識している看護大学生はほとんどいないというところは大学生の傾向と異なっていた。五十嵐<sup>14)</sup>は、「看護学実習において、学生は解決困難な問題に直面すると、教員や臨地実習指導者などに援助や助言を求めることがある。」と看護大学生の看護学実習における援助要請について述べているように、看護大学生は臨地実習等で援助要請を回避することにより他者に影響

を及ぼす問題に直面することも多く、援助要請を行う必要性を感じやすいという特徴があるのではないかと考える。

### 2. 看護大学生の援助要請に関連する要因

#### (1) 性差

援助要請者に関わる要因が援助要請に与える影響の中で、性差について竹ヶ原<sup>20)</sup>は、女性は男性よりも援助要請に肯定的で援助要請行動を取りやすいこと、男性は感情を表出することや、弱みを他者にさらすこと、他者に依存することを良しとしない伝統的性別役割や規範が、援助要請の内容と矛盾するため援助要請を取りにくいことを先行研究より導き出している。一般大学生も同様の傾向を示しており、男子学生よりも女子学生の方が家族に援助要請行動を取っており、ソーシャルサポートを受けているという結果であった<sup>18)</sup>。

看護大学生の性差による援助要請の違いを見ると、自律群の学生と学生と過剰群の学生との間に大きな差は認められなかった。竹ヶ原<sup>20)</sup>は、男性の性別役割葛藤に感情を抑制し、親しい同性の友人を作らない制限型の男性は援助要請にポジティブな態度を持っていること、問題が多くの人に共通するものであるととらえる男性ほど援助要請をしようと考えていたことなど、援助要請に対する男性の傾向を先行研究より導き出している。看護大学生は、女子学生の方が男子学生よりも割合が高い傾向に



あり、その傾向は看護職となってからも続く。男子学生にとって、看護の現場は、性差にとらわれず信頼関係を築きながら看護を行い、看護を学ぶ上で生じる問題もまた性差にとらわれず多くの看護大学生に共通するものである。援助要請に影響する要因として性差による違いが認められなかった背景にはこのような看護を学ぶ大学生の特徴が関係しているのではないかと考える。

## (2) 援助要請相手

看護大学生の援助要請を行う相手は、自律群、過剰群とも家族や友人といった身近な存在であった。また、援助要請を行う相手との関係の変化について、自律群の方が友人との関係の変化を気にしている傾向はあるものの、援助要請を行った後の関係の変化について意識しているとはいききれない結果であった。

大学生の援助要請相手の特徴は、自分で解決できない悩みや問題を抱えた場合に、友人・家族と言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よりも大学生にとって援助を求める際の対象と捉えており、援助を求めやすい<sup>6)</sup>とされている。看護大学生が、専門家よりも、家族や友人といった身近な存在に援助要請を行っていることは一般の大学生と同様の傾向を示しており、看護大学生もまたインフォーマルな相談者に援助を求めやすいという実態があった。

また、大学生になると、援助要請を行った後の援助要請相手との関係の変化について意識するようになることが特徴であり<sup>19)</sup>、親しい他者への援助要請は、それまで築いてきた関係や今後の関係に影響を与える可能性があるため、専門家への援助要請とは異なる点で困難を感じる<sup>20)</sup>とされている。看護大学生は、援助要請を行った後の関係の変化について意識しているとはいききれない結果であり、一般の大学生の傾向と異なっていた。今回、援助要請回避型の看護大学生の傾向は結果に反映されていないため、一般の大学生と異なる傾向を示したことに影響している可能性があると考えられる。

## (3) 情報検索の有無

情報が援助要請に与える影響について大学生を対象に調査した研究<sup>21, 22)</sup>で、自分ひとりでは解決できそうにない出来事が生じた時に情報を提供することは援助要請行動に繋がり、情報の提供と能動的な情報収集の補助は援助要請の促進に効果があるとされている。

看護大学生は、自分ひとりでは解決できそうにない出来事が生じた時、解決するために情報をどのように活用するかについて、自律群の学生の方が自分で情報を探していた。他者から情報を得る行動は両群とも行っており、誰かに教えてもらうまで待つ受動的な姿勢ではなく、能動的に情報収集を行っていた。一般大学生を対象とした調査では、情報を与えることで援助要請行動に繋がることが示されていたが、看護大学生は、情報を与え

られるかどうかに関わらず、自律的に情報を得る行動をしているという特徴があった。

## (4) 援助要請をする問題の認知

援助要請をする問題の認知では、大学生の悩みの存在が援助要請意図に影響を及ぼす<sup>23)</sup>ことは示されており、学生相談室で最も相談できる問題は学業・進路の問題であると認知されていた。逆に日常生活の問題は最も相談できる内容とは認知されていなかった<sup>18, 24)</sup>。看護大学生は、学業の悩みは援助要請を行い、健康の悩みは援助要請を行わないとしているところは一般の大学生と類似した傾向を示していたが、対人関係の悩みや、気分が落ち込んでいる、他者に劣等感を感じる等の心理の悩みも援助要請を必要とする悩みとしている者の方が多かった。看護大学生は、実習や演習科目が多いことを踏まえると、様々な困難感や葛藤を抱えていることが推測できるが、そのため学業の悩みだけでなく心理の悩みも大きく、他者の援助を必要とすることが考えられる。

## (5) 抑うつ症状

抑うつ症状との関連では、看護大学生は、抑うつ症状の出現は援助要請と関係するとは言えなかった。一般大学生では症状にある波が援助要請や予後に関する認識を妨害する可能性が示唆されていた<sup>22)</sup>。援助要請は、問題状況を認識したり、自己解決できるかの判断を行った後、相談の必要性や相談者の選定、実際に相談する等、様々なことを決定して行われる。看護大学生でも、抑うつ状態にある時、援助要請に消極的になる可能性は容易に想像できると考える。

## (6) 援助に対する抵抗感の低さ

大学生の援助要請に対する態度は、援助に対する抵抗感の低さと近い関係にあり<sup>18)</sup>、抵抗感の低さは援助要請に対する態度、内面安定感期待および専門的援助期待と正の相関、援助要請不安と負の相関があることが報告されている<sup>24)</sup>。看護大学生は、自律群・過剰群とも、援助要請を行うことに対し抵抗感が低かった。その理由として、看護大学生は、自分で解決できない悩みや問題を抱えた場合に、友人・家族と言ったインフォーマルな援助者に援助要請を行っているという現状があることが考えられる。援助に対する抵抗感の低さは、内面安定感期待と、専門的援助期待と正の相関があり<sup>25)</sup>、援助に対する抵抗感が低いほど内面安定感期待と専門的援助期待が高まるという関係にある。看護大学生は援助に対する抵抗感が低いと、内面安定感期待と専門的援助期待、つまり援助要請することにより問題の解決法を考えていく手助けをしてくれたり自分の辛さを分かち合ってくれる等の期待や、問題を解決してくれる、心の傷を癒してくれる等の期待が高い可能性があり、援助要請することに躊躇することが少ないことが考えられる。看護大学生の援助要請相談者は、看護学を学ぶ者として同じ経験を有

する友人や、家族が多いため、援助要請に対する期待が高く抵抗感が低いことに繋がったと推察される。

### (7) 自尊心の脅威

自尊心の脅威について、大学生は援助要請を勧める行動自体が自尊心への脅威を孕む可能性が考えられ<sup>19)</sup>、援助要請の楽観的認知バイアスにおいて、自分条件の重要性や行動よりも、友人条件の重要性や行動の方が自尊心の脅威により楽観的バイアスが大きいという報告があった<sup>20)</sup>。

看護大学生は、援助要請を行う時に自尊心の脅威を感じるとは言えないという結果であり、家族に援助要請を行う時に自尊心の脅威を感じにくい点では大学生と一致していた。加えて、教員や心理系専門家などのフォーマルな援助者にも、自尊心の脅威を感じるとは言えないという結果だった。10代の若者は、心理士やスクールカウンセラーなど専門家への援助要請を考えた際に楽観的認知バイアスが強められる傾向にある<sup>21)</sup>と報告されているように、専門家への援助要請を考えた際に楽観的に認知しやすい。しかし、看護大学生は、援助要請を必要とする問題は、特に臨地実習に関することが多く<sup>20)</sup>、看護学実習において、学生は解決困難な問題に直面すると、教員や臨地実習指導者などに援助や助言を求めることがある<sup>14)</sup>。看護大学生は、援助を必要とする問題に対し、インフォーマルな相談者だけでなく、フォーマルな相談者に援助要請を行っている場面も学習上存在する。看護大学生は、フォーマルな援助者に対しても問題を楽観的に認知することなく援助要請を行うことができるため、自尊心の脅威を感じにくいことが推察される。

### (8) 援助要請不安

看護大学生は、援助要請に対する抵抗感・援助要請不安ともに低く、自分ひとりでは解決が困難な出来事が生じた時、援助要請を行うことができ、偏見や差別、相談相手の対応、強要されることの懸念などの不安が援助要請を阻害する要因にはなりにくい傾向にあることが示唆された。看護大学生が抱える問題は、看護学実習に関する問題の割合が高く、援助要請相手は家族や友人等インフォーマルな援助者が多く、援助要請をしやすい現状がある。また、看護大学生にとってフォーマルな援助者は、看護教員や臨床指導者といった看護資格を有する専門家が担うことが多く、看護大学生が問題と感じる事象に対し理解が深いことが考えられる。そのため、看護大学生の援助要請不安は低いという結果につながったのではないかと考える。

### 3. 看護大学生の援助要請の実態と影響要因の関連

看護大学生は、自分の援助要請について、困難を抱えても自身での問題解決を試み、どうしても解決が困難な場合に援助要請を行うと自分のことを認識している人が多かった。そして、大学生の援助要請に関連する要因と

される8項目について、特に看護で特徴的であった項目は、「情報検索の有無」であった。

看護学は臨地実習や学内の演習で問題解決型思考を用いて学習する機会が多い。自身に何らかの問題が生じた時、自律して対処方法を考えることが少しずつ身に着いてきているため、問題解決を意識して情報を得たり、援助を要請したりすることができる可能性がある。看護において、援助要請を必要とする問題は、特に臨地実習に関することが多く<sup>20)</sup>、学生が個人で解決することが難しい問題に直面する場面が多々あることは容易に想像することができる。援助要請を行う際の相談者は一般大学生と変わらずインフォーマルな相手が多いが、看護大学生が抱える問題は、実習や演習に関するものも多く、共通の問題を抱える友人が相談相手に選ばれる理由は理解できる。さらに、臨地実習で患者に看護ケアを行ったり、看護職者と関わったりする機会も多く、対人関係や心理的な悩みを抱えることも多い。看護大学生は、個人で解決の難しい問題として認知されているものは実習や演習に関係するもので、援助要請相手は友人となっている現状が想像できる。一般大学生では、悩みを抱えていてもなかなか学生相談室に相談に来ないことが課題とされているが、看護大学生も専門家である臨床看護師や有資格者である教員等フォーマルな相談者よりもインフォーマルな相談者を選択しており、大学生と類似した課題があるのではないかと推察する。

今回得られた研究結果から、援助要請回避型の学生を除いた、援助要請自律型及び過剰型の傾向が明らかになった。援助要請の測定方法を変えることにより、援助要請回避型に属する学生の傾向が得られる可能性があり、今後明らかにしていく必要がある。

## Ⅶ. 結論

看護大学生の援助要請は援助要請自律型が多く、援助要請自律型と援助要請回避型を比較したときに統計学的有意差があったものは、「情報検索の有無」であった。

1. 看護大学生の援助要請は援助要請自律型と認識している学生が多かった。
2. 援助要請自律型（自律群）と援助要請過剰型（過剰群）を比較したときに統計学的有意差があったものは、「情報検索の有無」であった。

本研究は2022年度千葉科学大学看護学部学部内科研究費の助成を受けた研究である。論文発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業・組織および団体等はない。



## 引用文献

- 1) 永井智：援助要請スタイル尺度の作成—縦断調査による実際の援助要請行動との関連から—。教育心理学研究, 61(1), 44-55, 2013.
- 2) DePaulo, B. M. : Perspectives on help-seeking, In DePaulo, B. M. Nadler, A. & Fisher, J. D. (Eds), New Directions in Helping, Volume 2, Help-seeking, 3-12, New York : Academic Press, 1983.
- 3) 本田真大：援助要請のカウンセリング「助けて」と言えない子どもと親への援助。金子書房, 東京, 2015.
- 4) 独立行政法人日本学生支援機構: 大学等における学生支援の取組状況に関する調査 (令和3年度[2021年度])  
[https://www.jasso.go.jp/statistics/gakusei\\_torikumi/2021.html](https://www.jasso.go.jp/statistics/gakusei_torikumi/2021.html)  
(2023年9月28日確認).
- 5) 水野治久, 他：援助要請と被援助志向性の心理学—困っていても助けを求められない人の理解と援助。金子書房, 東京, 2018.
- 6) 木村真人：第13章 援助要請研究の学生相談実践への貢献：大学生の学生相談に対する援助要請行動—援助要請研究から学生相談実践へ—。風間書房, 東京, 2018.
- 7) 奥久田巖, 太田仁, 高木修：女子大学生の援助要請行動の領域, 対象, 頻度と大学生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(2), 105-116, 2011.
- 8) 中岡千幸, 兒玉憲一, 高田純, 黄正国：大学生の心理カウンセラーへの援助要請意図モデルの検討—援助要請不安, 援助要請期待及び援助要請意図の関連—。広島大学心理学研究, 11, 215-224, 2011.
- 9) 近藤浩子, 島田早季子, 中村美香, 近藤由香：臨地実習における看護学生の援助要請行動に関する研究(その1) 援助要請行動の学年別比較。日本看護研究学会雑誌, 42(3), 543, 2019.
- 10) 島田早季子, 近藤浩子, 中村美香, 近藤由香：臨地実習における看護学生の援助要請行動に関する研究(その2) 援助要請行動に関連する要因。日本看護研究学会雑誌, 42(3), 544, 2019.
- 11) 川村真紀子, 三吉友美子, 水野暢子, 皆川教子：看護専門学校生が語った臨地実習における学業的援助要請。日本看護学教育学会誌 学術集会講演集, 28, 185, 2018.
- 12) 寺岡三左子, 村中陽子, 熊谷たまき, 三宮有里, 齋藤雪絵：看護系大学生の自己調整学習方略と援助要請行動・教師の支援行動との関連。日本看護学教育学会誌 学術集会講演集, 24, 228, 2014.
- 13) 熊谷たまき, 村中陽子, 寺岡三左子, 鈴木小百合, 三宮有里：大学入学年次における学習活動の傾向—自己調節学習方略, 学習上の自律的援助要請, 学習パターンから—。日本看護学教育学会誌 学術集会講演集, 23, 187, 2013.
- 14) 五十嵐貴大, 荒木田美香子, 佐藤みつ子：看護大学生の臨地実習指導者に対する援助要請の意思決定尺度の開発。日本看護学会誌, 41, 344-353, 2021.
- 15) 後藤華奈子, 山下久美子, 吉田美栄：看護大学生の援助要請スキルとソーシャルサポート, 精神的健康の関連。中国四国地区国立病院付属看護学校紀要, 16, 16-28, 2021.
- 16) 五十嵐貴大, 佐藤みつ子：看護大学生の実習指導者に対する援助要請の促進要因。看護教育研究学会誌, 11(2), 15-24, 2019.
- 17) 片山忍, 小澤三枝子：看護学実習における相談行動や就職直後の自己効力感に関連する因子の検討。国立看護大学校研究紀要, 17(1), 19-28, 2018.
- 18) 毛利智果：援助要請に関連する要因についての文献レビュー。常葉大学健康科学部研究報告集, 4(1), 73-83, 2017.
- 19) 永井智：援助要請スタイル間の差異に関する探索的検討—援助要請過剰型・回避型の特徴。教育心理学研究, 67, 278-288, 2019.
- 20) 竹ヶ原靖子：援助要請行動の研究動向と今後の展望—援助要請者と援助者の相互作用の観点から—。東北大学大学院教育学研究科研究年報, 62(2), 167-184, 2014.
- 21) 小池春妙, 伊藤義美：メンタルヘルス・リテラシーに関する情報提供が精神科受診糸に与える影響。カウンセリング研究, 45(3), 155-164, 2012.
- 22) 梅垣佑介, 木村真人：大学生の抑うつ症状の援助要請における楽観的認知バイアス。心理学研究, 83(5), 430-439, 2012.
- 23) 中岡千幸, 兒玉憲一：大学生用援助要請意図尺度の作成の試み。総合保健科学 広島大学保健管理センター研究論文集, 25, 11-17, 2009.
- 24) 奥久田巖：女子短大生における援助要請と大学生生活不安との関連。大阪夕陽丘学園短期大学 紀要, 55, 11-17, 2012.
- 25) 永井智, 小池春妙：心理的援助の専門家への援助要請における諸変数間に関連の検討。立正大学心理学研究年報, 4, 45-52, 2013.
- 26) 石田直江, 高橋方子, 富樫千秋：我が国の看護大学生の援助要請の研究の動向。千葉科学大学紀要, 16, 156-166, 2023.