

援助要請行動の認知に着目した介入が ストレス反応、コーピング方略及び援助要請スタイルに及ぼす影響

別府大学大学院 文学研究科 臨床心理学専攻
修士課程 2年 川上真央

本研究では、援助要請の関連変数としてポジティブな結果予期に結び付く援助要請期待に注目し、相談場面のイメージ成功体験を目論んだシナリオロールプレイの介入効果を検討した。介入では、ストレスマネジメント技法に相談場面のシナリオを用いたロールプレイ、援助要請行動の認知を盛り込んだ4セッションの介入プログラム(①ストレス概念やストレス対処についての説明, ②シナリオを用いた被援助者・援助者の相談場面のロールプレイ, ③相談支援機関の説明とグループでストレス対処法の考案, ④過去3回のセッション振り返りと周囲にあるソーシャルサポートの認知)を実施した。研究Ⅰ(21名)と研究Ⅱ(Followup 介入群 8名, 介入のみ群 9名, 統制群 29名)で援助要請行動を高められるか, 介入効果を検証した。

研究Ⅰでは、コーピングでは介入直後に得点の上昇(即時的効果)が認められたが、介入終了一カ月後まで(継続的効果)は認められなかった。援助要請スタイルでは、介入直後(即時的効果)に介入前に過剰型, 回避型であった10人中4人, 一カ月後(継続的効果)に介入前に過剰型, 回避型であった4人中1人に自立型への移行が見られた。介入でのストレス対処法の獲得, ロールプレイによる相談を通じての成功体験が援助要請へのポジティブな結果予期を導き, 他者に相談する(自立型)への行動変容につながったことが示唆される。

研究Ⅱでは、研究Ⅰの介入プログラムを再編し(①にストレス軽減の体感を目的としたリラクゼーション技法獲得, ③に心理専門家の対応や強要への懸念など援助要請不安を低減させることを目的とした情報提供, 介入終了後に継続的効果を維持するため一ヶ月間のHW実施), 再度介入効果を検討した。結果, POMSでは、全下位尺度で得点が下降し, リラクゼーション技法の獲得がネガティブ気分の変容が認められたが, コーピングでは「逃避・抑制」のみ得点の上昇し積極的動機付けが定着していない可能性が示唆された。動機づけの介入方法の検討が求められる結果であった。援助要請態度尺度では, Followup 介入群は「汚名や偏見」「心配や羞恥」, 介入のみ群は「汚名や偏見」で得点が低下し, 及びフォローアップまで効果が維持された。スティグマ, 心理専門家に対する対応や強要への懸念など、援助要請不安を低減させる情報提供は効果的である可能性が示唆された。被援助志向性尺度では, Followup 介入群と介入のみ群ともに得点の上昇が認められた人もいれば認められなかった人もおり, 介入効果には個人差があった。島田・高木(1994)は個人がもつ特性によって状況認知の検討の仕方が異なり, 援助要請の意思決定が左右されたことを報告している。どのような個人特性が援助要請の状況認知に関わるのか, 今後更なる検討の必要性が求められる。以上より, 援助要請のポジティブな結果予期をするイメージ体験が介入

方法の一助となる可能性が示唆された。