View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk
brought to you by CORE
provided by Hiroshima University Institutional Repository

広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要　第 15 巻　2016

中学生の援助要請行動と相談抑制に関する研究

―文献レヴューを通して―

増田成美[1]・吉岡久美子[2]・石田　弓[1]

Research on help-seeking behavior and inhibiting to consult with others of the junior high school students

―A literature review―

Narumi Masuda・Kumiko Yoshioka・Yumi Ishida

In this study, a literature research related to junior high school students' help-seeking behavior and consulting behavior was conducted to clarify the factors inhibiting their consulting behaviors. The junior high school student's troubles or consultations and the factors of inhibiting consulting behavior indicated in past research were classified into three categories: 1) junior high school student's troubles; 2) junior high school students' consultations; and 3) something to inhibit consulting behavior. After examining something to inhibit consulting behavior, the troubles or consultations that inhibit consulting behavior and the factors and reasons that influence it were compiled. Results revealed that junior high school students inhibit consulting behavior depending on the level of their troubles or consultations and that consulting behavior can differ according to gender. In addition, the findings indicated that for something to inhibit consulting behavior, multiple factors of inhibiting consulting behavior exist, including the formation of friendly relationships and parent–child relationships, both of which are influenced by other inhibitory factors such as the sense of self-affirmation and self-esteem.

Key words:　Junior high school students, troubles, help-seeking behavior, consulting behavior

問題と目的

中学生は思春期を迎え，多くの悩みを抱えやすい時期にある。また，いじめの認知件数や不登校の件数が最も多い時期でもあり，非行が多発する年齢とも重なっている（文部科学省，2015：警察庁，2015）。こうしたことから，中学生が抱える悩みや問題について検討し，その対処について検討することには意義があると考えられる。悩みを解決する手段として援助要請行動や相談行動があり，

[1] 広島大学大学院教育学研究科
[2] 福岡大学人文学部

中学生の悩みの内容，相談相手，性差などの視点から多くの研究がなされている。石隈・小野瀬（1997）は，中学生のスクールカウンセラー（以下，SC と記述する）の役割に対する要望，悩みや相談相手についての大規模な実態調査を行った。その結果，38%という比較的多くの生徒が悩みを「誰にも相談しない」ことが示された。

また，近年 SC の導入校が増加する中，SC に相談しない理由に「相談してもどうにもならないと思う」（以下，どうにもならない）が挙げられている（吉岡，2006）。この「どうにもならない」には，相談しても解決しないという思い等の様々な要因があることが考えられる。実際の相談相手は SC に限らず，SC 以外の対象であっても相談しない理由があると予想されるため，SC 以外の対象に対しても相談行動を抑制することが考えられる。後藤・廣岡（2005）は中学生の相談することに対する抵抗感について調査したところ，相談相手によって相談の抵抗に差があることや自己肯定感の低い人や他者不信感の高い人ほど，相談するときに持つ，話しても仕方ないという気持ち（無効性）が高く，どの相手に対しても相談してもどうにもならないという気持ちを持ちやすいことを示した。これらの研究は，中学生の相談行動の調査によって，「どうにもならない」を示している。したがって，相談行動に焦点を当てることで中学生の「どうにもならない」に至る要因を検討できると考えられる。また，「どうにもならない」は相談行動を抑制していることが考えられる。相談行動が抑制されることにはどのような要因があるのか検討することは，中学生を支援することの一助になると考えられる。そこで，本研究では中学生の相談行動に焦点を当て，文献レヴューにより，相談しても「どうにもならない」のような相談を抑制する要因について検討することを目的とする。

方法

本研究では，日本の中学生の相談を抑制する要因を検討するため，「中学生」，「悩み」，「援助要請」，「相談行動」のキーワードを 2000 年から 2015 年の 16 年分に絞り，『CiNii Articles―日本の論文をさがす―国立情報学研究所』を用いて論文の検索を行い、該当する 63 件の文献を抽出した。高木（1997）が提唱し，新見ら（2009）が一部修正した「問題への気づき」，「問題の重大性評価」，「問題解決能力の査定」，「意思決定過程（要請・回避の利益・コスト評価）」，「援助者の探求」，「要請方略の検討」，「援助要請の実行」という援助要請の意思決定から援助要請行動の実行までの 7 段階の援助要請行動の生起過程モデルを参考に，中学生の抱える「悩み」，中学生の援助者となる「相談相手」，援助要請の回避や方略の検討に関わる「相談を抑制するもの」に分類し，内容を検討した。

結果

中学生の悩み

中学生の悩みの内容　中学生の悩みは質問紙によって調査されていた。先行研究で使用された質問項目を Table.1 に示した。質問項目を用いた先行研究の多くから，中学生は勉強・進路の学習面の悩みの経験が多いという結果が明らかにされた。勉強・進路の悩みに続いて，自身の性格や健康

Table. 1
先行研究で用いられた悩みの領域･項目

No.	研究者	悩みの領域･項目
1	伊藤（1993）	「勉強，進路，学校生活，友人関係，体，家庭生活，生活習慣，性格，相談」の9領域
2	石隈・小野瀬（1997）	「学習，社会，進路，健康，心理」の5つの側面
3	小堀（2003）	中学生が日常的に経験する他者から何らかの援助を受けたいと思う悩み事が「学業に関する悩み，将来に関する悩み，友人との関係に関する悩み，教員との関係に関する悩み，家族との関係に関する悩み，自己に関する悩み」の6つの領域から構成された。
4	永井・新井（2005a）	心理・社会的問題の相談行動，学習・進路的問題の相談行動の相談行動尺度
5	川島他（2008）	「勉強・成績のこと，将来の進路のこと，部活・サークルのこと，自分自身の性格のこと，心の状態のこと，身体の調子のこと，祖父母のこと，きょうだいのこと，先生のこと，父親のこと，母親とのこと，同性の友だちのこと，異性の友だちのこと」という項目が用いられた。
6	小針（2008）	「将来の進路，現在の学校での成績，友達との関係，先生との関係，親子関係」の5つの項目を用いて中学生の悩みの有無に関して調査された。
7	下開（2008）	「友だちのこと，べんきょうのこと，将来や進路のこと，いじめのこと，クラブ活動のこと，恋愛・好きな人のこと，かおやからだのこと，自分の性格やクセのこと，病気や健康のこと，家族のこと」の10の項目から小学生4～6年生と中学生の悩みが調査された。
8	尾藤（2009）	「勉強，成績，性格，進路，友人，容姿，先生，クラス，部活動，学校生活，家庭生活，身体・性，健康・体力」という教研式生徒指導検査PUPIL（真仁田・堀内・児玉，2005）による悩みに関する13項目のデータを用いて中学生の悩みが調査された。

のような自分自身のことに関しての悩みや同性の友人との関係のような友人関係の悩みが多いという結果も見られた（尾藤，2009；平石他，2006；岩瀧，2008；小針，2008）。斉藤ら（2010）とベネッセ教育研究所（2002）では，勉強・進路の悩みが大きな位置を占め，友人や性格に関する悩みは低いということが示されていた。しかし，本田（2013）では，「人間関係など」，「勉強や成績など」の順に悩みの経験している人数が多いことが示された。また，鈴木（2015）は，社会的コンピテンスが低く対人関係上で問題を持ちやすい生徒は,悩み事を抱えているとしても相談する人がおらず,精神･身体症状を主訴とした不登校傾向がみられる可能性が示唆された。ベネッセ教育研究所（2002）の調査では，悩みによるストレスが体調不良を生み，体の不調がさらに悩みを増幅させていることが示唆された。このようなことから，体調不良のような悩みや症状の訴えには，ストレスや対人関係の問題のような別の問題が背景にある可能性が考えられる。

これらの悩みの項目から中学生の悩みをまとめると，勉強・成績，将来・進路，心理（気分・不安・性格），人間関係（同性の友人・異性の友人・母親・父親・きょうだい・祖父母・先生・先輩・後輩・好きな人のこと），身体・健康，環境（学校生活・家庭生活・いじめ）に分類することができる。選択されることが少ない項目もあるものの，どの項目も悩んだことのある生徒が全くいないという結果は見られなかった。

悩みの性差　性差については，まず，男子より女子の方が悩みの経験が多いことがあげられている（永井・新井，2005b；永井・新井，2008；尾藤，2009）。このことについて尾藤（2009）は，女子の精神的成長が早いことと関連していることを示唆した。また，岩瀧（2008）は，性差が確認される要因のひとつとして，楽観性の影響を指摘した。性差と援助要請について大畠・久田（2006）は，女性では，弱くて依存的であるという女性の性役割規範が，他者からの援助を受け入れることと一致し，援助要請が生起しやすい。一方男性は，困難な事態の解決は他者に依存せず自力で果た

すべきであるという性役割規範が，他者に頼るということと一致せず，そのために自分の失敗や無力さを脅威に感じる程度が女性に比べて大きくなり，援助要請行動が生起しにくいと述べている。

具体的に性差が見られた悩みについて，斉藤ら（2008）は，学校生活において「校則が厳しいと思う」は女子が男子より多く経験し，家庭生活における「兄弟姉妹とうまくいかない」，「親が厳しい」においては，男子が女子より多く経験していることを示した。また同研究では，勉強の悩みの性差は見られなかったが，永井・新井（2009）は，心理・社会的悩みと学習・進路的悩みの経験が，どちらも女子が男子より多いことを示した。これについて，一般的に思春期以降，女子では男子に比べて高い抑うつや低い自尊感情が示されており，そうした知見と整合するものであると述べている。岩瀧（2008）では，男子は，心理領域の悩みで，部活動での技術向上に関わる悩み，友だちとの関係での悩みが最も高く，自分自身の生き方や性格の悩み全くは見られなかった。また，健康領域では，体力がないことや体調が悪いなどの身体的なものであった。一方，女子は，心理領域では，他者との関係の悩みが最も高く，自分自身の生き方や性格の悩みも見られた。また健康領域では，偏食になるなどの身体的な悩みに加え，イライラするなどの心の健康の悩みがあげられていた。

相談する悩み・相談しない悩み　小針（2008）は，Table.1 の No.5 に示した 5 つの悩みの項目に対して，「悩みあり」と回答した者に，さらに「誰にも相談しない」，「親」，「きょうだい」，「先生」，「友だち」，「カウンセラー」，「その他」から相談先を回答させたところ，「親子関係」の悩みに対して「誰にも相談せず」を選択した者が他の相談先の中で最も多かったことを示した。このことから，「親子関係」の悩みは相談しないことが多いことが明らかにされた。

また，心理・社会領域の悩みは相談が抑制されることが多く，岩瀧（2008）によると，「学習」，「心理」，「健康」，「社会」，「進路」の悩みに関して，相談することに抑制の多くかかる悩みは「心理」，「健康」であり，「社会」は男子が女子より高かった。一方，「学習」の悩みは約 6 割の生徒が相談し，「進路」も約 7 割が相談していた。また，小堀（2003）によると，学業の悩みでは「相談相手なし」という選択をする者が最も少なく，友人・教員・家族との関係など「対人関係の悩み」に関しては「相談相手なし」が多かった。新見ら（2009）では，女子は男子より，学校における対人関係に関する悩みを最も相談しにくい悩みとして選択する傾向にあり，男子は女子より，異性や教員との関係に関する悩みを最も相談しにくい悩みとして選択したことが示された。太田（2010）によれば，「身体」，「家族」といった自己に深く関与する問題では，相談しない生徒が多かった。

以上から，相談しないという選択が相談行動において上位にあり，「親子関係」は相談が抑制されやすいことが明らかになった。「学習」に関する悩みは相談する者が多く，学習や進路に関しては相談することに抵抗がないことが窺えた。進路に関しては心理や健康の問題よりも相談することに対して抵抗がないことが考えられる。また，「学習」や「進路」の悩みの経験は女子が男子よりも多いものの，男子の悩みの経験で最も上位にあがる悩みも「学習」，「進路」であった。「心理」，「健康」，「身体」，「人間関係」特に家族関係の悩みは相談しづらい者が多いことが示されている。

悩みの相談相手

中学生の相談相手　中学生の相談対象は様々であり，永井・新井（2006），藤田（2008），岩瀧（2008），下開（2008），太田（2010），本田（2013）を参考に中学生の相談相手を尋ねる項目をまとめると，

友人（学級・クラブのように細分化したものあり），親（父・母），きょうだい，祖父母，先輩，後輩，恋人，教師（担任・クラブ活動の顧問・各教科），養護教諭，SC，校内相談員，塾講師，メル友，ネットサイトであった。また，相談相手を尋ねる際に，自分で解決する・相談しないとう項目も含めた調査も見られた（小堀，2003；小針，2008；斉藤ら，2010）。相談されないという対象はなく，相談する相手は人それぞれであり，悩みによって相談する相手が異なっていることが考えられる。中学生の悩みの相談相手として最も多く選ばれていたのは友人であり，続いて，親であった（平石ら，2005；永井・新井，2005；藤田，2008；下開，2008）。また，「相談しない」という項目を含めた研究では，悩みの種類にかかわらず，「相談せず」または「相談相手なし」が上位にあり，比較的に相談しない者が数多く存在することが示されている（小堀，2003；小針，2008）。斉藤ら（2010）の自分の悩みを誰に相談したいかの質問項目でも，友達，両親，自分で解決する順に多いことが示されている。このことから，相談しない者が比較的に多いことが明らかとなった。

この相談しない者に関して，「自分で解決する」あるいは「相談しない」という選択をする者は，自分で解決できる事柄であれば問題なく，むしろ自分で解決できることは，自助努力における充実感が高い（永井・新井，2007a）ことや援助を要請しない者の方が要請する者より学校適応感が高いことが示されている（五十嵐・大野・小澤，2013）。しかしながら，岩瀧（2008）は，「自分で解決しなければ」という意識が強く，周囲に援助を求めたり，相談したりすることを抑制してしまうとかえって成長を阻害してしまうおそれもあることを指摘している。そのため，永井・新井（2005b）が示唆したように，相談しない者の中に「そもそも相談の意図のない者」，「相談したくてもしない者」の 2 群が混在しており，自分で解決できそうな場合，援助要請行動がなされず「そもそも相談の意図がないという者」と「相談したくてもしない者」のような相談を抑制している者を分ける必要がある。小倉ら（2005）の校内相談室に対する調査では，「相談室に行きたいけど，行かない者」という相談したいが相談できずにいる生徒は，相談する者やそもそも相談の意図のない者より悩み

Table. 2
先行研究で示された相談対象に対する予期・イメージ

相談対象	研究者	相談対象に対する予期
友人	永井・新井（2007a）	① 考え方や意見が合い，自分のことも理解してくれているので「同輩としての理解のしやすさ」が得られるということが予期される。 ② 相談した内容を秘密にしてもらえず，他者に告げられてしまうような「秘密の漏洩」の恐れが存在する。
教師	阿部ら（2006）	教師への相談に援助不安である「呼応性の心配」，「汚名への心配」がある。
	永井・新井（2007a）	中学生は教師や親など大人に対する相談では「大人ゆえの能力」を期待する一方で，他の教師や親にその話を伝えるという「大事になる可能性」や一方的に話をされてしまう「上の立場からの発言や助言」を予期する。
	加茂田・秋光（2012）	① 生徒は，教師に対して「教師からの評価懸念」，「相談における負担の大きさ」がある。 ② 先生に話すと親に心配をかけるという思いがある。 ③ 生徒は教師に対して解決そのものより，じっくり話に耳を傾けてくれることを期待している。
	山中・平石（2013）	「教師が話を聞いてくれる」など，教師との関係を生徒が肯定的に捉えているほど，教師への援助要請が高まる。
養護教諭	五十嵐ら（2013）	① 担任に比べ，相談することで「ネガティブな結果」が予期されることが有意に低かった。 ② 養護教諭の特性として，成績や評価に関係がなく，いつでも対応してくれ，「自分の味方」であるという気持ちを持ちやすく安心感があるため相談しやすい。
校内相談員	谷中ら（2009）	① 相談室に専門的サポートイメージを持つ生徒やネガティブな居場所のイメージを持つ生徒は，相談室に来ない割合が高く，相談室にポジティブなイメージをもつ生徒や遊びのイメージを持つ生徒は来室する割合が高かった。 ② どういうところか分からないことがネガティブな居場所イメージに繋がっており，専門的なイメージより，遊びのような相談以外でも来室できるイメージを持ってもらうことが意味を持つことを示唆した。

の程度が高いことが明らかになっている。

また，相談相手が誰であるかを尋ねる研究と異なり，相談相手を絞り，その相手に対して中学生がどのようなイメージを抱いているかの研究もなされていた。相談対象に対する予期・イメージに関する先行研究について Table.2 に示した。Table.2 に示したように，友人，教師，養護教諭，校内相談員に対して生徒が抱くイメージや予期されることが異なることが示された。

悩みと相談相手との関連　悩みの内容によって相談相手が異なることが示されている。太田（2010）は，援助要請者の特徴として，勉強や成績などの悩みは，親（保護者）・きょうだい・家族へ，自分の性格などの悩みは学校の先生へ，人間関係などの悩みは親しい友だち・先輩後輩へ，進路などはスクールカウンセラー・相談員へ，身体や健康などはその他の人への援助要請が多いという結果が示されており，悩みの内容によって援助要請の相手が異なることを明らかにした。

友人への悩みの相談に関して，永井・新井（2007b）では，学習・進路問題では相談することの「ポジティブな効果」が相談行動と関連していた。一方，心理・社会的問題では，相談実行の結果「ポジティブな効果」が予期された場合や相談実行を回避することでの「問題の維持」が予期された場合に，相談行動が促進されることが示された。阿部ら（2006）は，進路領域は自分の能力や自尊心との関連が深く，友人に援助を求めることは，援助に対する不安が関連している可能性があることを示唆した。また，永井・新井（2008）は，女子のみ対人関係や学業に関して友人に相談することが多い一方，性格の悩みに関する相談は友人に相談する程度が低いことを示した。このことに関して同研究は，学業や対人関係についての悩みが外的な状況に影響されやすい悩みであるのに対し，性格の悩みは自分の内面に直接関係する内容であり，アドバイスがもらいにくく，自身の弱さを露呈するような結果につながりやすいため，相談行動がためらわれるのではないかと述べている。以上から，友人への相談は学習・進路及び心理・社会に関する悩みでも，「ポジティブな効果」を予期することが援助要請を促進するが，進路・性格の悩みに共通して，自尊心が傷つくような悩みや自分の弱さが露呈されるような悩みは友人に対して相談しづらいことが示された。また，山口ら（2004）では，ボランティア的ヘルパー（友だち，先輩・後輩）では，心理・社会・学習・進路・身体・健康領域で，悩みの深刻度高群の生徒の被援助志向性得点が低群より高いことから，悩みの深刻度が高いほど，ボランティア的ヘルパーに対する被援助志向性が高くなり，友だちや先輩・後輩に援助を求めていることが示唆された。このことから，全般的に悩みの深刻度が高いほど友人に相談することも示された。

教師と悩みの関連について，後藤・廣岡（2005）は，人間関係などの深刻な悩みは教師への相談抵抗が高いと述べている。また，学習・進路面においては友人，親が主な相談相手であったが，岩瀧（2008）は，学年が上がるにつれて学習・進路面での教師への相談が多くなっていることを示した。さらに，いじめられた者の相談相手として最も選ばれるのは担任であり（内閣府，2014），山中・平石（2013）は，学校で孤立している生徒にとって，いじめを受けた時に相談できる友人は少ないと思われるため，そのような生徒にとって相談できる教師がいることは，いじめを受けた時，その影響を軽減し，解決する上で特に重要になると考えられると述べている。つまり，教師はいじめに関する悩みにおいて重要な役割を担っていると言える。

次に SC に関して，平石ら（2004）は，相談室の利用者と非利用者の悩みの程度を調査したところ，「自分の性格」，「同性・異性の友だち」，「母親」，「先生」の悩みにおいて，非利用者より利用者の悩みの程度が有意に大きいことを示した。このことから，相談室を利用する者は自分の性格や心のあり方といった対自的側面と対人面全般の対他的側面の双方において，より多くの悩みを抱え，相談室に援助を求めてきていると述べている。また，小堀（2003）は，現実では，友人・教員・家族との関係など対人関係の悩みに関しては「相談なし」が多いものの，理想では対人関係の悩みの相談相手としての SC への期待が高いと述べている。

他にも，誰にも相談しない生徒の悩みに関して，藤田（2008）は，悩みを抱えているにもかかわらず，誰にも相談しない生徒の抱える悩みは，周りの生徒があまり抱えていないような，自分でもうまく表現できない漠然とした悩みであることを示した。また，後藤・廣岡（2005）の悩みの深刻度と相談相手を示した研究では，「自由時間が少ない」「小遣いが少ない」という軽い悩みは友人や親への相談抵抗が低く，進路の悩みを話す際は友人と先生への相談の抵抗が親や SC より低いこと，「知人から嫌われている」，「クラスの人間関係がうまくいかない」という人間関係に関わるような深刻な悩みは友人や相談員への抵抗が低く，親，教師への抵抗が高いことを示した。一方，山口ら（2004）は，心理・社会領域においてのみ，悩みの深刻度が高い生徒が役割的ヘルパー（親，兄弟）に対する被援助志向性が高いことを示した。また，対人関係や自分の性格などの内面的な悩みは家に持ち帰って相談するものである可能性を示唆しており，対人関係や自身の性格の悩みにおいて深刻な悩みは親や兄弟に相談する傾向も見られた。

永井（2012）の援助要請意図の調査では，学習・進路面的問題で最も多かったのは親への援助要請意図で，心理・社会的問題は友人への援助要請意図が最も高かった。これは小針（2008）においても同様の傾向が見られた。加えて，岩瀧（2008）は，学習・心理・社会領域では友人を相談相手としており，友人が最大のサポート源であることを示した。また，健康・進路領域では半数以上が友人に相談するものの，最大のサポート源は保護者であることが示され，中学生は身体や進路に関する悩みを抱えた場合は，保護者のサポートを必要とし，学習や自分自身，他者との関係で悩みを抱えた場合は友人へ相談し，自立を試みようとしていると述べられている。

相談相手と性差　相談行動にも性差があり，女子が男子より相談・援助要請をすることが示されていた（永井・新井，2005b；永井・新井，2007c）。特に永井・新井（2005b）は，女子が男子より悩みの経験が多く，さらに経験した者の多くが相談するのに比べて，男子は悩みの経験が少なく，悩みを抱えてもあまり相談しないことを示した。同研究は，男子は誰にも相談しない割合が多く，一度悩みを抱えた場合，援助を求めることが少ないことから，男子が女子に比べ援助を受けづらい状況にあることも述べている。しかしながら，藤田（2008）によれば，男子より女子が相談するということは，親・友人への相談においてのみ支持されたという。永井（2012）も，援助要請意図に関する結果で，女子が高い援助要請意図を示すのは友人や親のようなインフォーマルな対象への援助要請意図に限られる可能性があることを述べている。

友人への相談に関して，永井・新井（2009）は，女子は悩みの経験が多く，相談実行の利益を高く評価し，相談回避のコストを高く評価したことから，援助要請を促進することを示し，その一方

で，男子は相談実行のコストと回避の利益で高く評価し，援助要請を抑制することを示した。また，女子の方が男子より相談することに対してポジティブな結果を予期していることや男子は相談することに対し，秘密漏洩・自己評価の低下・自助力による充実感を意識することを示した。

教師への相談に関して，岩瀧（2007）は，教師への援助要請スキルに関する研究から，男子は教師との関係と情緒的表現性援助要請スキルとの関係が有意であり，親密な関係にある教師に対し，落ち込んだ際には表情や態度などで援助を要請していることがうかがえたと述べている。岩瀧・山崎（2008）は，教師への援助要請スキルとパーソナリティの関連の研究から，「話好きである」「無口でない」などの外向性の傾向が強い女子は「表情やしぐさでわかってほしい」という援助要請を行うことがあることを推察し，教師は外向的なパーソナリティの女子の表情やしぐさの変化を留意して受け止める必要があることを述べている。

SC への相談に関して，小倉ら（2007）は，女子の方が男子より相談室に行く理由に，無理をしない本当の自分でいられる状態の「被受容感」を求めていることを示した。また，野村ら（2008）では，男女とも来室意欲をもつ生徒は適応が低く，女子では母親や友達に全く相談しない生徒の方が，相談する生徒よりも適応が低いことが示された。加えて，学習・進路的問題で，SC への援助要請意図の得点が男子の方が女子より高いことが示されている（永井，2012）。つまり，女子は SC に被受容感を求め，男子は学習・進路面のような専門的サポートを必要とすることに対して援助要請の意図があることが示された。

相談を抑制するもの

悩みの内容と相談相手による抑制　「中学生の悩み」，「悩みの相談相手」から，悩み・相談相手が抑制に関わるものをまとめると，悩みの種類では「心理」，「健康」という自身の性格・身体の悩みや「社会」という人間関係，特に親子・家族関係の悩みに対して相談の抑制がかかりやすいことが示されている。また，悩みは種類によってだけではなく，深刻度によっても相談する・しないに違いが及ぶことも示されていた。相談相手に関しての研究によると，親，友人が相談相手としてよく選択されるが，その親，友人に対しても，悩みの深刻度や秘密の漏洩などが関わり，相談に抵抗があることや教師に対して評価懸念や援助不安などが関わり，相談しづらいことが示されている。

また，悩みと相談相手の関連から，阿部ら（2006）は，進路領域で自分の能力や自尊心と関連が深く，進路領域の悩みに対して友人に援助を求めることは，援助に対する不安が関連している可能性あること，永井・新井（2008）は，女子は，性格の悩みについて友人に相談するものが少ないこと，後藤・廣岡（2005）は，人間関係などの深刻な悩みは，親・教師への相談抵抗が高いことを示した。岩瀧（2008）では，心理・健康領域での悩みは相談が抑制されるものであり，学習領域の相談が抑制される理由の多くは，「相談内容の伝え方が分からない（相談スキルの欠如）」，「相談しても解決できない（呼応性への心配）」であることが示された。また，心理領域の相談が抑制される理由は，「相談スキルの欠如」，「自己開示への恐れ」，「守秘への心配」，「呼応性の心配」があることを示した。健康領域では，女子の 4 割が「自己開示への恐れ」であったこと，社会領域では，1 年生が「呼応性への心配」，3 年生は「自分で解決すべき」という理由が最大の理由であったが，全体的には「相談スキルの欠如」であり，進路領域は，抑制の割合が最も低く，「自己開示の恐れ」がある

ことを示した。他にも，新見ら（2009）は，対人関係の悩みを経験し，相談しなかった者は，相談することの利益を低く評価し，コストを高く評価することが見られ，相談スキルの欠如には有意差が見られなかったことを示した。

以上から，相談をしないことの理由に，援助不安・相談することでのコスト・相談スキルの欠如が見られた。また，そうした「相談しても解決できない」「相談を秘密にしてもらえないかもしれない」という理由の項目とは別に，性的役割規範や自尊心が関連したり，自分の弱見を握られたくないというような自信の無さがあったりと，相談を抑制する要因となるものも見受けられた。

相談を抑制する要因　文献蒐集を行い分類した結果，相談を抑制すると示唆されている，あるいは示されているものとして，①悩みを相談できる友人関係が構築されていないこと（以下，友人関係と記述する），②悩みを相談できる親子関係が構築されていないこと（以下，親子関係と記述する），③悩みと相談相手に対する相談抵抗，④自己肯定感の低い状態，⑤他者不信感があること，⑥自尊感情の高低，⑦抑うつの状態，⑧社会的コンピテンスの不足，⑨性差の 9 つが抽出された。以下，それぞれの内容について説明する。

まず①友人関係と②親子関係は関連しており，小針（2008）は，悩みの相談先は諸属性よりも悩みを相談する友人の数や親子関係の会話の時間など，周りの人間関係の在り方に規定されると述べている。また，悩みを相談する友人が少なければ，それだけ友人に相談する確率が少なくなると述べている。そして，親との会話が長い者，おしゃべりしたり悩みを相談する友人の数が多い者ほど，親や友人を相談先として選んでいる傾向があり，逆に，そのような人間関係が構築されていない者にとっては「相談先がない」ことを意味すると述べていた。太田（2010）によれば，親のサポートと家族スキル（家庭での家族の相互作用）関連性から，思春期において家族内での相互作用が子どもの援助要請意向に寄与することが明らかとなり，親のサポートに対する認知が，友人からのサポートの認知に影響する過程が示唆された。

次に，③悩みと相談相手に対する相談抵抗である。後藤・廣岡（2005）は悩みと相談相手に対する相談抵抗との関係を示した。これは，悩みの種類によって相談相手に対する相談抵抗の大きさに違いがあることを示した。軽い悩みを話すときは，教師への相談抵抗が最も高いこと，深刻な悩みを話すときは，親への相談抵抗が最も高いこと，進路の悩みを話すとき，相談員にたいする相談抵抗が最も高いことが示されている。また，相談抵抗の高い者ほど，親に対して，話すことで傷つくことを恐れたり，話しても仕方ないと感じていると述べている。

④自己肯定感の低い状態について，後藤・廣岡（2005）は自己肯定感の低い人は，相談することで自分が惨めになるという気持ちが強く，相手に悪いイメージで見られるという気持ちが強いことを示した。また，自分に自信のある人は相談しても自分の評価が下がらないと思えて話せるが，自分に自信のない人は悩みを話したことで自分の評価をさらに下げるような気になり，自己開示できないという可能性を示唆した。そして，「自己肯定感が低い人ほど相談してもどうにもならないという気持ちを持ちやすい」と述べている（後藤・廣岡，2005）。

⑤他者不信感があることに関して，後藤・廣岡（2005）は，「他者不信の強い人ほど相談するときに，相手から悪いイメージで見られそうだという気持ちが強い」ことや「他者不信の強い人ほど相

談するときに相手に対して相談をしてもどうにもならないという気持ちを持ちやすい」ことを示した。同研究は，他者不信感が，相談するときの自分が傷つくかもしれないと思う気持ちに大きく関わり，他人が信じられないと感じる者は，一番身近で幼少期から接している親に対してでさえも，悩みを話すと傷つくと感じていることを示唆した。

⑥自尊感情の高低に関して，大畠・久田（2006）は，SC に対する援助要請意欲の研究から，自尊感情は高い状態にあると，援助を要請することで自身の認知とは否定的な情報を得る可能性があるため，援助要請に消極的であると述べている。一方，本田・新井・石隈（2009）は，自尊感情が低いほど被援助志向性が低い，すなわち，傷つきやすさから援助を求めないことを示唆した。このことから，自尊感情は高いことも，低いことも，相談を抑制する要因となることが考えられる。

⑦抑うつの状態について，永井（2012）は，悩みは援助要請を促進するが，抑うつ，特に抑うつにおける無気力や活動性の低下の側面が，援助要請を抑制することを示唆した。

次に，⑧社会的コンピテンスの不足である。まず，社会的コンピテンスとは対人関係能力・集団や社会への自律的適応能力のことを言う。鈴木（2015）は，この不足によりクラスメートの冷遇に繋がり，抑うつなどの内在化問題へと発展し，社会的コンピテンスが低く対人関係上で問題を持ちやすい生徒においては，悩み事を抱えているとしても相談する人がおらず，精神・身体症状を主訴とした不登校傾向がみられると述べている。

最後に，⑨性差である。これまでも述べたように，男子は相談をしない傾向にある。それは，相談実行に対してコストを高く評価することや援助不安の呼応性の心配により相談しない傾向にあるからである。また，男子については，性役割規範によって相談が抑制されることも述べられていた。

相談を抑制する理由　相談を抑制する理由は，自身が相談しないことを言語的に説明可能なもので，相談を抑制する理由の質問項目として用いられていることから，相談を抑制する要因とは分けてまとめた。中学生が相談を抑制する理由として質問紙に設けられる項目は①援助不安，②援助要請における相談の利益とコストの評価，③相談スキルの欠如があげられる。

まず，①援助不安である。援助不安は，援助を求めるときの不安で，相手が相談に呼応的に反応してくれるかの「呼応性の心配」，相談することで周囲の低い評価を懸念する「汚名の心配」，相手に援助を求めることを遠慮する「遠慮」の 3 因子が抽出されている（水野，2004）。岩瀧（2008）と後藤・平石（2013）が用いた相談の抑制理由の尺度には，援助不安が見受けられた。

次に，②援助要請における利益・コストについて，新見ら（2009）によれば，悩みがあっても相談しない者は相談実行の利益を低く評価しコストを高く評価していることが明らかになった。また，利益・コストに関しては相談対象別に研究がなされていることがよく見受けられた。永井（2008）の友人に対する相談行動の予期される利益・コストとの関連についての研究，加茂田・秋光（2012）の教師に対する相談行動の利益・コスト，五十嵐ら（2013）の担任と養護教諭に対する相談行動の利益・コストの研究から，相談することによる「ポジティブな結果」，「ネガティブな結果」，「否定的応答」，「無効性」，「秘密漏洩」，「自己評価の低下」，「自助努力による充実感」，「問題の維持」，「友人からの評価懸念」，「教師からの評価懸念」，「相談における負担の大きさ」という利益・コストを予期するという抑制理由が見受けられた。

最後に③相談スキルの欠如がある。岩瀧（2008）の相談抑制理由についての研究に用いた相談抑制理由の尺度に「相談内容の伝え方が分からない」という相談スキルの欠如がある。

考察

中学生の悩みについてまとめた結果，中学生の多くが経験している悩みは勉強・進路の学習面の悩みであった。続いて，自身の性格や健康のような自分自身のことに関する悩み，友人との関係のような人間関係の悩みが多かった。こうした悩みの中で,「学習」,「進路」は相談する者が多く,「心理」,「健康」,「身体」,「人間関係」特に家族関係の悩みは相談しづらいことが示された。このことから,「学習」は誰もが経験する悩みであるからこそ，相談することに対しての抵抗が低いと考えられる。一方,「親子関係」,「心理」,「健康」,「身体」,「人間関係」，特に家族関係の悩みに抑制がかかるということは個々で悩みの内容に差が大きく, 相手に知られることの抵抗が高いと考えられる。性差については, 女子は, 男子より悩みの経験が多く精神的成長が早いことから多くの悩みを抱え，抑うつや自尊感情が低くなることにつながることが考えられる。男子は，楽観性が高いことや困難な事態の解決は他者に依存せず自力で果たすべきという性役割規範によって，悩みの経験が女子より少なく，悩みを抱えたとしても相談しづらいことが考えられる。以上から，悩みの内容によって相談のしづらさがあり，その悩みが周囲も経験している悩みなのか，個人的な悩みなのかということが，相談行動に影響していることが考えられる。また，性差から男子が女子に比べて相談しづらいことが考えられる。

中学生の悩みの相談相手として選ばれるのは多い順に，友人，親であった。また，相談しない者が比較的に多いことが明らかとなった。相談しない者には,「そもそも相談の意図のない者」と「相談したくてもしない者」が混在する（永井・新井，2005b)。「相談したくてもしない者」は相談することを抑制していることが考えられる。また，相談しないことには,「自分で解決する」という意欲的な面もある。しかし,「自分で解決する」ことは,「自分で解決しなければ」という意識が強く，周囲に援助を求めたり, 相談したりすることを抑制し, 成長を阻害するおそれがある (岩瀧, 2008)。そのため，生徒が適切な援助要請スキルを身に着けられるような教育，支援が必要であると考えられる。また，友人への相談について,「同輩としての理解のしやすさ」を予期する一方,「秘密の漏洩」の恐れも抱いていること，教師への相談について,「大事になる可能性」や一方的に話されてしまうことを予期していたことから，どのような相談相手に対しても不安はあることが考えられる。

悩みの内容と相談相手との関連から，友人に対して，進路，性格の悩みを相談しづらいことに自尊心との関連が示されたことから, 自尊心に関わることは相談しづらいことが示されている。大畠・久田（2006）は，SC は中学生と関わる際は自尊心を傷つけないような環境作りが重要であると述べていることから，　中学生に対して自尊心を傷つけない対応をすることが求められると考えられる。また, 教師に対して, 問題の解決そのものより, じっくり話を聞いてくれることを期待していたり，養護教諭に対して，いつでも対応してくれ,「自分の味方」であるという気持ちを抱きやすく安心感があることで，相談しやすかったり，SC に対して女子は,「被受容感」を求めていることが述べら

れていたことから，生徒は相談相手に対して，どのような話でも聞いてくれるような安心感を求めていることが考えられる。これに加えて，性格の悩みのような自分の内面に直接関わり，アドバイスをもらいにくく，自分の弱さを露呈するようなことが予期される悩みや誰にも相談しない生徒の抱える，周りの生徒があまり抱えていないような自分でもうまく表現できない漠然とした悩みを抱える生徒に対しては，どのような悩みであっても受け入れてもらえるという安心感を持ってもらうことが重要だと考えられる。このことから，中学生は，周囲が経験していないと予期する悩みや誰も分かってもらえないのではないかという不安を抱くことで相談を抑制することが考えられる。相談を受けた者は，その問題を解決しようとするより話を聴くということに徹し，安心して話せるような態度で，どのような話であっても共感的に聴くことが重要であると考えられる。

「相談を抑制するもの」の結果から，悩みの内容や相談相手によって相談が抑制されることや，相談が抑制される要因・理由により，相談が抑制されることで，「どうにもならない」という思いが生じていると考えられる。後藤・廣岡（2005）は，自己肯定感が低い人や他者不信が強い人は，相談してもどうにもならないという気持ちを持ちやすいことを示した。特に，小針（2008）が，相談できるような友人・親子関係が構築されていなければ，相談先がないことにもつながることが示唆したことから，相談できるような友人・親子関係が重要であると考えられる。なぜなら，親から心理的に自立しようとする中学生にとって，友人関係は親子関係を離れて，自分を確立するための大事な存在である。しかしながら，そのような時期に友人関係がうまく構築できなかったり，学校等でうまくいかなかったりした際の安全地帯となるような親子関係が構築されていなければ，相談は抑制されることが考えられる。また，中学生の相談相手として最も選ばれるのは友人，親であることからも友人関係・親子関係は共に重要であると考えられる。

太田（2005）は，「家族みんなが思ったことを話し合い」家族のだれかが「元気のない家族をそっと励ます」などの行動が日常でよく見受けられる家庭では，中学生という自立の過度期に立たされる子どもが専門的援助に肯定的で適切な援助要請態度を有すること，親の自尊感情と親の認知するソーシャルサポートや家族マネージメントスキルが子どもの家庭内での向社会性を育む要因として重要な役割をしていることが示唆されたと述べている。これに加え，太田（2010）では，家族における家族スキルの実行と程度とソーシャルサポートの認知は，それぞれ学校生活の諸側面に影響していることが示唆した。また，後藤・平石（2013）によると，学級の援助要請規範が個人に影響を及ぼすということが示されている。これらのことから，家庭と学級との両方の援助要請態度・規範が個人に影響を及ぼしていることが考えられる。つまり，援助要請に関しては，家庭環境・学校環境の相互作用があると考えられ，親子関係・友人関係が構築されていないことは，援助要請に大きな影響があると考えられる。

さらに，相談できるような人間関係が構築されていないことは，幼少期の親子関係において良好な関係が築かれておらず，他者との関係の構築に困難を来していることにつながると考えられる。そして，それは他者不信，自身の自己肯定感の低い状態，自尊感情などの他の要因へも関与していると考えられる。自己肯定感の低い状態は，親子関係から基本的信頼感がうまく育っておらず，自尊感情が低くなったり，他者を信頼する事ができなかったりということに繋がることが考えられる。

また，援助不安，相談行動の利益・コストを予期する際も，相談を抑制することは相談対象に抱く不安に繋がっていると考えられ，人間関係が重要であること考えられる。後藤・平石（2013）は，女子の友人関係においては，互いに自己開示をし，親密性を確認することを通して，積極的に理解し合おうとすることが特徴づけられているということ述べている。このことから，友人関係を築く際は，適度な自己開示も重要であることが考えられ，それができない状況は友人関係を築く際に不利になる可能性が考えられる。また，人間関係が構築されていないということは社会的コンピテンスの不足とも結びつくと考えられる。対人関係を築くことができないということで，相談できるような友人関係が構築できず孤立し，抑うつ状態を促すと考えられる。また，社会的コンピテンスの不足は，相談内容の伝え方が分からないという相談スキルの欠如とも関連していると考えられる。

こうしたことから，筆者はあらためて人間関係の重要性を指摘したい。中学生という悩みがつきもので精神的に不安定なりやすい時期，他者の目を気にして自分の思うように動くことができない時期に人間関係が構築されていなければ，以上に記したようなことから相談が抑制されると考えられる。したがって,「どうにもならない」に陥る要因を相談行動の抑制という観点から検討した結果，相談できる人間関係が構築されていないことが大きな要因となることが考えられる。

最後に今後の課題について指摘する。中学生の悩みに関する研究は学習，心理のような領域ごとに分けた尺度や項目を用いた調査が行われていたが，近年の中学生の悩みは以前とは変化している可能性が考えられる。そのため，近年の中学生がどのような悩みを抱えているか調査する必要があり，悩みを領域ごとではなく自由記述により幅広く捉える必要がある。また本研究は，文献レヴューによって先行研究の多くが「相談をしない」に至る要因を検討していたことを示した。しかし，相談しないということは相談を抑制しているとは限らない。相談しない者には，自分で解決できそうという理由で相談しないという相談の意図のない者が含まれている可能性がある。この点について永井・新井（2005b）は，悩みを相談しない者の中に「そもそも相談の意図のない者」と「相談したくてもしない者」の 2 者が混在しており，それまでの研究において 2 者が区別されることがほとんどなかったと述べている。本研究においても 2 者を区別して調査している研究はほとんど見られなかった。こうしたことから，相談行動の抑制要因については十分な研究がなされていないことが考えられる。本研究では特に相談できる人間関係が構築されていないことが抑制につながることを示唆したが，これを明らかにするためには 2 者を区別し，抑制群を明らかした上で調査研究を行う必要があると考えられる。

引用文献

阿部聡美・水野治久・石隈利紀（2006）．中学生の言語的援助要請スキルと援助不安，被援助志向性の関連大阪教育大学紀要 第Ⅳ部門，54（2），141-150.

ベネッセ教育研究所(2002).調査 自分を好きになれない中学生―精神的な不安が体調にも影響　ベネッセ教育研究所の悩み調査　時事通信社（編）内外教育　5268 号　時事通信社出版，8-9.

尾藤ヨシ子（2009）．中学生の悩みの特徴と悩むことの意義　日本教育心理学会総会発表論文集，51

号，626.
藤田友梨子（2008）．中学生の援助要請行動とその背景―スクールカウンセラー・教師・親・友人に焦点をあてて―　聖心女子大学大学院論集，30（1），158-142.
後藤綾文・平石賢二（2013）．中学生における同じ学級の友人への被援助志向性―学級の援助要請規範と個人の援助要請態度，援助不安との関連―　学校心理学研究，13，（1），53-64.
後藤安代・廣岡秀一（2005）．中学生が抱く「相談することに対する抵抗感」についての実態調査的研究三重大学教育実践総合センター紀要，25 号，77-84.
平石賢二・川島一晃・鈴木あゆ美・高村洋子・堀田愛・小倉正義（2006）．中学生・高校生における悩みの内容の個人内変化　日本教育心理学会総会発表論文集，48 号，658.
平石賢二・小倉正義・安藤有美（2005）．中学生・高校生における悩みの相談対象と心理的適応　日本教育心理学会総会発表論文集，47 号，636.
平石賢二・小倉正義・浜本真規子・雑賀美希子（2004）．中学生・高校生の悩みと相談に対するニーズ（1）―校内相談室の利用者と非利用者の比較―　日本教育心理学会総会発表論文集，46 号，571.
本田真大（2013）．中学生の援助要請者と非援助要請者の学校適応の比較―援助評価の類型に基づいた検討―　北海道教育大学紀要（教育科学編），64（1），89-95.
本田真大・新井邦二郎・石隈利紀（2009）．中学生の被援助志向性と自尊感情，学校生活享受感，援助要請スキルの関連の検討　日本教育心理学会総会発表論文集，51 号，89.
本田真大・石隈利紀・新井邦二郎（2009）．中学生の悩みの経験と援助要請行動が対人関係適応感に与える影響　カウンセリング研究，42（2），176-184.
本田優子・久野由賀・猪俣　瞳（2009）．性被害の実態と中学生の性に関する悩みや不安　熊本大学教育学部紀要 自然科学，58 号，55-61.
五十嵐哲也・大野恵利香・小澤夏美（2013）．中学生の担任と養護教諭に対する相談行動における利益・コスト　愛知教育大学教育臨床総合センター紀要，4，9-16.
石隈利紀（1999）．学校心理学．　誠信書房
石隈利紀・小野瀬雅人（1997）．スク―ルカウンセラーに求められる役割に関する学校心理学的研究：子ども・教師・保護者を対象としたニーズ調査の結果より　平成 6 年度～平成 8 年度科学研究費補助金（基盤研究（C）（2））研究成果報告書（課題番号 06610095）
伊藤武樹（1993）．悩みとその対処行動が中学生の健康レベルに及ぼす影響　学校保健研究 ，35（8），413-423.
岩瀧大樹（2007）．中学生の教師への援助要請スキルに関する調査研究―学校生活適応との関連に注目して―　昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要，16（2），85-98.
岩瀧大樹（2008）．中学生が抱える悩みおよび悩みに対する相談相手・相談抑制理由に関する研究―1．昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要，17，53-68.
岩瀧大樹・山崎洋史（2008）．中学生への教育相談的援助サービスに関する研究―教師への援助要請スキルとパーソナリティとの関連―　東京海洋大学研究報告，4 号，　27-35.

加茂田智子・秋光恵子（2012）．中学生の教師に対する相談行動における利益とコスト―生徒の期待と教師の予測との比較―　学校教育学研究，24，23-30.

川島一晃・小倉正義・平石賢二・江口佳織・野村祥恵・下村しおり（2008）中学生・高校生の悩みに関する縦断調査　日本教育心理学会総会発表論文集，50 号，325.

警察庁生活安全局少年課（2015）．平成 26 年中における補導及び保護の概況 p.12　警察庁　Retrieved from https://www.npa.go.jp/safetylife/syonen/hodouhogo_gaikyou/H26.pdf#search='%E5%B0%B1%E5%AD%A6%E5%88%A5+%E5%B0%91%E5%B9%B4%E7%8A%AF%E7%BD%AA+%E5%8A%A0%E5%AE%B3%E8%80%85%E4%BB%B6%E6%95%B0'（2015 年 12 月 10 日）

小針　誠（2008）．中学生はスクールカウンセリングを利用しているのか？―心理主義化する現代日本社会における中学生の悩みとその相談先―　同志社女子大学 総合文化研究所紀要，25，26-40.

小堀彩子（2003）．中学生の悩みと相談相手　静岡大学心理臨床研究，2，13-21.

水野治久（2004）．教師に対する援助不安の研究　水野治久・谷口弘一・福岡欣治・古宮昇（編）．カウンセリング ソーシャルサポート つながり支えあう心理学　ナカニシヤ出版　pp.152-155.

文部科学省（2015）．平成 26 年度 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査 1.いじめ　文部科学省　Retrieved from http://www.estat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001063817&cycode=0（2015 年 12 月 10 日）

文部科学省（2015）．平成 26 年度 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査 3.小中学校の不登校　文部科学省　Retrieved from http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001062614&cycode=0（2015 年 12 月 10 日）

永井　智（2012）．中学生における援助要請意図に関連する要因―援助要請対象，悩み，抑うつを中心として―　健康心理学研究，25（1），83-92.

永井　智・新井邦二郎（2005a）．中学生用友人に対する相談行動尺度の作成　筑波大学心理学研究，（30），73-80.

永井　智・新井邦二郎（2005b）．中学生における悩みの相談に関する調査　筑波大学発達臨床心理学研究，17，29-37.

永井　智・新井邦二郎（2006）．中学生の相談行動と性別・学年・相談相手との関連の検討　日本教育心理学会総会発表論文集，48 号，723.

永井　智・新井邦二郎（2007a）．中学生における相談行動の規定因―修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチによる検討―　学校心理学研究，7（1），35-45.

永井　智・新井邦二郎（2007b）．利益とコストの予期が中学生における友人への相談行動に与える影響の検討　教育心理学研究，55（2），197-207.

永井　智・新井邦二郎（2007c）．他者の規範が中学生における相談行動に与える影響　日本教育心理学会総会発表論文集，49 号，400.

永井　智・新井邦二郎（2008）．悩みの種類から見た中学生における友人に対する相談行動―予期される利益・コスト―　学校心理学研究，8（1），41-48.

永井　智・新井邦二郎（2009）．中学生における友人に対する援助要請の統計的特徴―相談行動，悩みの経験，利益・コストにおける基礎的データの検討―　筑波大学発達臨床心理学研究，20，11-20.

内閣府（2014）．平成 26 年版 子ども若者白書（全体版）第 3 章 第 1 節　内閣府　Retrieved from http.//www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h26honpen/b1_03_01.html（2015 年 12 月 10 日）

新見直子・近藤菜津子・前田健一（2009）．中学生の相談行動を抑制する要因の検討　広島大学心理学研究，9，171-180.

野村祥恵・下村しおり・小倉正義・川島一晃・平石賢二（2008）．中学生・高校生の悩みと相談に対するニーズ（6）―悩みの相談対象と適応からみる相談室の役割―　日本教育心理学会総会発表論文集，50 号，326.

小倉正義・平石賢二・安藤有美（2005）．中学生・高校生の悩みと相談に対するニーズ（3）―相談ニーズの在り方に注目して―　日本青年心理学会大会発表論文集，13 号，62-63.

小倉正義・堀田　愛・平石賢二（2007）．中学生・高校生の悩みと相談に対するニーズ（5）―校内相談室の居場所としての機能に注目して―　日本教育心理学会総会発表論文集，49 号，609.

大畠みどり・久田　満（2006）．中学生におけるカウンセラーへの援助要請意欲と自尊感情　上智大学心理学年報，30，137-144.

太田　仁（2005）．援助要請態度の研究 7 ―中学生の「相談」に対する援助要請態度と親の家庭内行動との関連性―　日本教育心理学会総会発表論文集，47 号，303.

太田　仁（2010）．中学生の援助要請態度による学校生活満足度への影響過程　梅花女子大学現代人間学部紀要，6，39-56.

斉藤ふくみ・木下正江・金田（松永）　恵・森　よし江（2010）．中学生の悩みとその対処行動および学習との関連について　茨城大学教育学部紀要（教育科学），59 号，193-203.

斉藤富由起・小野　淳・社浦竜太・守谷賢二（2008）．高校生における居場所感と自己肯定感および無効化環境体験との関連性　千里金蘭大学紀要　生活科学部・人間社会学部，5，69-81.

下開千春（2008）．子どもの悩みや不満と相談相手―小学 4 年生～6 年生と中学生を対象に―　ライフデザインレポート，186 号，　24-31.

鈴木美樹恵（2015）．中学生の不登校傾向と社会的コンピテンスとの関連―悩み状況と相談者の有無の視点も踏まえて―　小児保健研究，74（2），　267-272.

谷中佑香・江口佳織・川島一晃・平石賢二・小倉正義・野田有美（2009）．中学生・高校生の悩みと相談に対するニーズ　日本教育心理学会総会発表論文集，51，396.

山口豊一・水野治久・石隈利紀（2004）．中学生の悩みの経験・深刻度と被援助志向性の関連―学校心理学の視点を生かした実践のために―　カウンセリング研究，37（3），　241-249.

山中大貴・平石賢二（2013）．中学生におけるいじめ被害時の教師への援助要請　日本教育心理学会総会発表論文集，55 号，　253.

吉岡久美子（2006）．学校支援活動におけるメンタルヘルスの現状と課題―調査研究委託事業を通して―長崎国際大学論叢，6，161-168.