

過剰適応傾向が心理社会的課題におよぼす影響

—心理社会的課題の親密性に注目して—

星野美欧¹・岡本祐子¹

The influence that a tendency to over-adaptation gives to a psychosocial tasks

Mio Hoshino¹ and Yuko Okamoto¹

Some individuals are skilled at developing wholesome interpersonal relationships and they adjust well to society, whereas others display inadequate psychological adaptation that might be caused by trying too hard to develop good interpersonal relationships, which is known as over-adaptation. Over-adaptation is defined as “Obeying the demands and expectations of the environment to a degree close to perfection and working hard to meet the expectations and a demands of the situation, even to the extent of forcibly suppressing internal desires” (ishizu, 2006). The purpose of this research was to examine the influence of over-adaptation on intimacy, in order to identify its effect on establishing close relationships. Undergraduates (N = 369; 123 men and 246 woman) participated in the study. Results indicated that “Self inhibition” and “Self doubt” in over-adaptation had a negative influence on intimacy, whereas “Solicitude for others” and “Need for approval” in over-adaptation had a positive influence on intimacy.

Key words: over-adaptation , intimacy , adolescent , epigenetic schema

問題と目的

1. 青年期の発達と適応

青年期は、心身両側面で発達が加速され、自我や性の目覚めによって自己の内面への関心が増し、個人が自らを見つめ直し、社会的に自立した存在へと移行していく過程としての時期である。また「私とは何か」という問いに自分なりの答えをもつアイデンティティを確立していく時期でもある(Erikson, 1959)。さらに、青年期は「疾風怒涛」の時期と比喻され(Hall, 1905)、心理的に不安定で緊張が高まり、反抗、混乱、不適応などを呈しがちな発達上の時期となり(Ackerman, 1958; Greenacre, 1970)、青年期危機と言われている。

¹ 広島大学大学院教育学研究科(Graduates School of Education, Hiroshima University)

このような時期にある青年たちは、精神的苦痛や葛藤に伴う不快情動を多く経験することが指摘されている（生越，1976）。そして、様々な感情と主体的に取り組むことが青年期の重要な課題であると言われ（吉田，1991），通常，青年はこのような様々な情動や葛藤を受けとめ悩むことによって、成長していくと考えられている。そのため，青年期は，適応を困難にさせるような状況に遭遇することが特に多く，各人ごとに獲得され形成される適応様式は，その後生涯にわたる適応体制の基本をなす。そのため，坂田らによれば（1965）は「青年期において適応の問題が他の時期以上に強調されなければならない，そこに青年期そのもののいみがある」と述べられている。心理学において適応とは，「個体が生後の発達の中で遺伝情報と経験をもとに，物理・社会的環境との間において欲求が満足され，さまざまな心身的機能が円滑になされる関係を築いていく過程若しくはその状態」と定義されている（根々山，1991）。すなわち，人と環境との「関係」を示す概念であると言える（福島，1989；大久保，2010）。

さらに坂田ら（1965）は，適応は，心理的適応（内的適応）と社会的適応（外的適応）の2つに分類され，外的適応と内的適応の二つが満たされなければならないとしている。心理的適応とは，幸福感や満足感を体験し心的状態が安定することを意味し（北村，1965），石津・安保（2007）によれば，自分自身の心理について主に感覚レベルで判断される主観的適応であるとされている。一方，社会的適応とは個人が所属する文化や社会環境に対する適応を意味しており（北村，1965），石津・安保（2007）によれば，外部から主に行動レベルで判断ができる客観的適応であると考えられている。

ここから，外的適応と内的適応のバランスのとれた状態が良いものであると考えられる。しかし，一見良好な対人関係を築き，社会に適応しているように見える人の中には，円滑な人間関係を築こうとするあまり，心理的には適応しているとはいえない人が存在すると考えられる。このような対人関係の一つに，「よい子」が挙げられる。

2. 「よい子」と過剰適応

1) 病理的な対人関係の問題としての「よい子」

「よい子」とは，周りの人との関係で，自分の肩を持ってくれる人に気に入られようとして，自分の感情を抑えてでもその人の期待に応えようとする自己抑制型行動特性を持つ者である（宗像，1990）。これまでも「よい子」について様々な研究が行われている（菊池・岡本 2008，北山，2007，滝口，2005）。「よい子」は自身の依存欲求から，依存欲求以外の自分の感情や気持ちを抑えてでも自分にとって重要な他者の期待に添うように努力するため，不快感・不安・不満などを持ちやすいだけではなく，そのような自分自身に対し，嫌悪感や無力感，自分らしさの喪失感を抱き，ストレス状態を増強してしまう傾向にあると示唆されている。

また今日では，それまで「よい子」であるとみなされてきた子が突然キレる，不登校になる，無気力になるなどの問題が起きる例が，数多く報告され，そのような問題の発生をうけて，「よい子」が問題視されている（山川，2001）。さらに，思春期や青年期に様々な心の問題を呈する子どもたちの中には，幼い頃からいわゆる「よい子」であった子どもがしばしばみられることが指摘されている（影山，1999；河合，1996；杉原，2001）。

これらの問題は，必ずしも犯罪や非行につながるわけではないが学校現場や家庭などで，それま

で周囲から「よい子」と見られていた子どもに起こりうる現象と考えられるようになっている（亀澤，2000；小玉，2005）。

2) 過剰適応について

「よい子」を適応という側面から捉えた概念に過剰適応（over-adaptation）がある。過剰適応は、もともと心身医学の領域で使われてきた言葉であり（益子，2009），失感情言語症と並んで心身症の症状を呈する人の特徴とされている概念である（小林・古賀・早川・中島，1994；桑山，2003；三輪・上里・松野・村上・桂・堀江，2001）。欧米では業績のために自身の能力以上に努力することを志向する言葉であるが，日本においては，対人関係上の行きすぎた適応として捉えられている場合が多い（益子，2009；石津，2006・2007・2008・2009）。過剰適応には，几帳面，真面目というパーソナリティ特徴（小林他，1994；三輪他，2001；吉川・斎藤・衛藤，2002）に加えて，対人関係において「本音を出さない」，「NO と言えない」など自分の意思や感情を過度に抑制する傾向（例えば，阿子島・伊澤，1999）などが指摘されている。これらの特徴は，他者の期待や願望に敏感に感じ取り，それに従うように自分の意思や感情を抑制し，他者に合わせるという適応の状態を示すと推測されている（大獄・五十嵐，2005）。

さらに，過剰適応の傾向を持つ人に関する先行研究において，桑山(2003)は，過剰適応は社会的適応を促す一方で，自らの「生の感情」を抑圧することが示されている。さらに，過剰適応傾向が強いと，たとえ心の内に深い問題を抱えていても，そのような面を他者に見せようとしないう上に，見せることが求められる場面を避ける傾向があることも指摘されている(杉原,2001)。

また，益子(2008)は，他者から肯定的評価や社会的評価を得ようとする承認欲求が，否定的評価や社会的罰を避け過剰適応の自己抑制的な側面を高めることを明らかにしている。ここで，庄司・林田（2003）は，否定的評価や社会的罰などの欲求不満場面で誰もが感じると思われるネガティブな感情を無視し感情を押し込め続けることに注目し，これは自分の体験している意思・感情・願望などの内的欲求に気づき難くなる可能性があることを示唆している。

これらは「よい子」の特徴と類似していることから，桑山（2003）のように「よい子」の特徴イコール過剰適応の特徴と捉えることが可能であり，「よい子」と同様に，過剰適応も一見すると適応的に見えても心理的適応の面においては，問題や困難を抱えている可能性が推測される。石津ら(2007)は，過剰適応を，両親や友人，教師といった他者から期待されている役割・行為に対し，自分の気持ちは後回しにしてでもそれらに答えようとする傾向があるとしており，「よい子」は過剰適応の傾向があると思われる。

以上のことから，過剰適応的な人は，「よい子」と同様に適応的に見えても心理的適応の面においては，問題や困難を抱えている可能性があり，自分に対する虚無感を抱えていることが考えられる。しかし，先行研究における定義は研究者によって様々である。そこで本研究では，青年期前期用過剰適応尺度を作成した石津（2006）に従い，過剰適応を「環境からの要求や期待に個人が完全に近い形で従おうとすることであり，内的な欲求を無理に抑圧してでも，外的な期待や要求に応える努力を行うこと」と定義する。

3) 過剰適応者の2側面

過剰適応の研究においては、さまざまな研究が行われてきている。例えば、石津・安保(2009)は、養育者の温かな養育態度が他者配慮、期待に沿う努力、人から良く思われたい欲求などの外的適応を促進することを明らかにしている。また、山川(2001)は放任主義の親を持つ子どもは、親の愛情を獲得しようと他者志向的な「よい子」になることが示唆されている。これらの先行研究では、社会的適応にのみ重点を置いているが、心理的適応側面についての研究において、藤原(1988)や大谷・松永(2005)は、「よい子」は大人から無視されがちであり忘れられがちになるので、大人が気づいた時には対人関係上の深刻な希薄さや無気力感を抱えていると指摘している。また従来、過剰適応は精神健康度に大きく影響していることも示唆されてきた。精神医学の分野における研究では、心身症(山根ら, 1990)やバーンアウト(宗像, 1993)に関連した症例研究が蓄積されてきている。

さらに、過剰適応における過剰な外的適応行動は内的適応を損なうとされてきた。桑山(2003)によれば、過剰適応の子どもは、一般的に主張性が弱く自分の感情を外に向かって表現することが少ないとされているため、外的適応の過剰によって内的適応の困難に陥るプロセスについては、主張性の弱さが問題であるとしている。さらに、殿岡他(1994)や三輪他(2001)によれば、過剰適応の研究において、過剰な外的適応行動は内的適応を損なうことを示唆している。さらに益子(2008)は一般青年においても、過剰な外的適応行動をとりがちな人は、精神的健康を損ないやすいことが示している。このように、過剰適応の心理的側面は損なわれていることが示唆され、過剰な外的適応行動が内的適応の低下に繋がるということが前提とされてきた。

しかし近年、過剰な外的適応な行動であっても、不適応につながらない場合があることが指摘されている。益子(2008)は、過剰適応における外的適応行動をとりがちな人であっても、精神的健康が比較的保たれている一群がいることが指摘している。さらに、石津・安保(2008)も、過剰な外的適応行動には、学校満足感を促進する効果があることを明らかにしている。

以上の点から、過剰適応者は、内的適応を低めるような要因と、学校満足感などの外界との関わりから満足感などの高い精神的健康が得られる要因の2つの側面を持つと考えられる。青年期は、上記でも述べたように、自分自身について見つめはじめる時期であるとともに、他者への関心も高まる時期であるため、内的適応を低める要因と外界の関わりから精神的健康度を高める要因の2つの側面から過剰適応の特徴を探ることは臨床的意義があると考えられる。

3. 親密性について

1) 心理社会的発達段階における親密性

Erikson(1950, 1959, 1968, 1982)は、人間の心理社会的発達を8つの構成要素の漸成発達に基づくものであるという理論を定式化した。8つの構成要素は身体的、認知的、情動的、社会的発達が進んだある段階において、それぞれ固有の危機を迎えることになる。Erikson(1959)によれば、各発達段階において優勢になる構成要素は、他のすべての構成要素と体系的に関連しあっており、それらすべては各構成要素の適切な連続的発生における適切な発達に依存しているとしている。すな

わち、各構成要素は、それぞれ関連しあっており、ある段階における危機の相対的達成は、その後の危機のあり方に影響を及ぼすことになるということである（谷，2008）。

青年期の終わりから成人期にかけて、Erikson の心理社会的発達段階によれば、第 6 段階「親密性」対「孤独」に入り、親密性を獲得することが発達の主題となる（Erikson,1950,1963 仁科訳 1977）。Erikson(1959,1968a,1968b)によれば、親密性は、異性との親密性を中心としながらも、これと関連した形で他の人々との親密性を形成することが重要となるとしている。これは単に異性と結婚して自分の家庭を持つことだけでなく、親密な仲間関係を作ることも意味している。しかし、人を拒絶したり、距離を設けたりすることや、人との親密関係のため自分が巻き込まれて自我の喪失を恐れ不安感を強く感じる場合、親密性の対極にある孤独に偏ることとなる。この状態に陥ると自分の事の中に夢中になり本当の親密な関係をつくりあげられなくなる（Erikson,1959 小此木訳 1973）。

このような親密性を形成するにあたって、まず重要なのは、「相互性」(mutuality)である(Erikson, 1959,1968b)。「相互性」とは、お互いの欲求を満足させあうことができるような、自分が自分らしくあるだけ、相手もまたその人らしくなり得ることができる関係性のことをいう。また「相互性」は相手の心理社会的課題の達成のために力を注ぐことが翻って、自分の課題達成にもなることを意味する。つまり、人間関係の中で、互いの欲求を認め合い、相互に欲求を満足させられるような関係性を築けることが相互性を持った親密性であるといえる。この相互性を持った親密性が築けないと、人間関係からの孤立を招き、疎外感に悩むことになる心理社会発達段階の理論では指摘されている(Erikson, 1950,1959, 1968a, 1968b, 1982)。

また Erikson(1959,1968)は、真の親密性が可能になるのは、適切なアイデンティティの感覚が形成された後だけであるとしている。そして、他人たちと本物の「かかわりあい」を結ぶことは、確固たる自己確立の結果であると同時に自己確立の試練でもあると述べている。つまり、アイデンティティの感覚が形成されていない場合には、真の親密性を築くことができないと示唆している。さらに、Erikson（1959，1968）は、アイデンティティの感覚が得られていない状態で人とかかわりあいを結ぼうとする時に、アイデンティティの喪失を引き起こしそうな緊張を経験すると指摘している。この緊張を消しえない場合、青年は自分を内的に孤立させ、ステレオタイプ化され形式化された対人関係を持つことになる述べている(Erikson, 1968)。つまり、アイデンティティの感覚がしっかりと得られていないと、人とかかわりは、アイデンティティの喪失を引き起こすような脅威となり、対人的融合を引き起こすのではないかという「呑み込まれ不安」を感じ、親密な対人関係をもてなくなってしまうのである(大野，1995)。以上のことから、真の親密性を築くためにはアイデンティティの感覚をしっかりと得たうえで、「呑み込まれ不安」を感じることをない「相互性」を持った人間関係を築くことが重要であるといえるであろう。

2) 心理社会的発達段階における親密性と過剰適応の関連

心理社会的発達段階と過剰適応の研究において、菊池・岡本(2008)は、過剰適応傾向が高くなるほど心理社会的発達段階の 8 段階のうち、「信頼性」、「自律性」、「自主性」、「勤勉性」、「アイデンティティ」、「親密性」、「統合性」の 7 つの獲得の達成度が低いことを示している。しかし、この研究において、心理社会的発達段階の下位因子である親密性においてのみ、過剰適応傾向の一つの特徴

である「他者の意向に沿おうとする傾向」が高いほど親密性も高くなること示された。親密性を獲得する段階においては、健康な「相互性」すなわち、自分が自分らしくあるだけ、相手もまたその人らしくなり得ることができる関係が成立していることが重要であり、互いに侵しあうことなく関係を維持できるかどうかは、「個」の確立がなされているかによるとされている(山本,1984)。この親密性と「他者の意向に沿おうとする傾向」の関連は、アイデンティティの未熟さや脆弱さによる、不安や孤独から逃れようと誰かれとなく過度に親密性を求め続ける「偽りの親密性」(山本,1984)の表れであり、自律を欠いた依存的な関係性の表れはないかと考えられている。よって、過剰適応青年持つ特徴が、親密性にどのような影響を与えるかを明確にすることが、青年期の発達を考える上で有用であると考えられる。

本研究では、過剰適応青年が、心理的には適応していないにも関わらず、表面的には社会的適応しているように見えるという特徴に注目し、青年期の過剰適応者が親密性にどのような影響を与えるかを明らかにすることを目的とする。

過剰適応傾向である「過剰適応の他者の意向に沿おうとする傾向」は、親密性を高めることが明らかとされているが(菊池・岡本, 2008)、この親密性と「他者の意向に沿おうとする傾向」の関連は、アイデンティティの未熟さや脆弱さによる、不安や孤独から逃れようと誰かれとなく過度に親密性を求め続ける「偽りの親密性」(山本,1984)の表れではないかと考えられている。また、過剰適応傾向が高くなるにつれて「アイデンティティ」の達成が低くなることが明らかとされているが(菊池・岡本, 2008)、Erikson (1959,1968)によると、真の親密性が可能になるのは、適切なアイデンティティの感覚が形成された後だけであるため、過剰適応者の築く親密性は真の親密性でないと考えられる。いじょうのことから、過剰適応傾向は親密性に影響していると仮説がたてられるだろう。

過剰適応傾向が親密性に与える影響を明らかに検討することは、青年期および、青年期以降の心理社会的な発達を考える上で臨床的意義があると考えられる。

方 法

1. 調査手続きと対象者

調査対象者 質問紙への協力が得られた関東圏の私立大学に通う大学生 369 名(男性 123 名、女性 246 名)。平均年齢は、20.34 歳(SD=3.87)。有効回答率 96.60%。

調査時期 調査時期は 2011 年 9 月～10 月。

2. 質問紙の構成

1) 青年期前期用過剰適応尺度

石津(2006)の青年期前期用過剰適応尺度を使用した。この尺度は、過剰適応傾向を多面的に測定する尺度で対象年齢を青年期前期としてあるが、項目自体は一般的な質問項目で構成されていることや尺度作成の際に大学生に実施して、信頼性が確認されたことを考慮し、項目内容は改変せずそのまま使用した。石津(2006)によれば、「自己抑制」、「自己不全感」、「期待に沿う努力」、「他者配慮」、「人から良く思われたい欲求」の 5 つの下位因子から成り、全 33 項目から構成されている。「よく

当てはまる」、「やや当てはまる」、「どちらともいえない」、「あまり当てはまらない」、「ほとんど当てはまらない」の5段階評定によって回答されるものである。

2) 親密性

親密性を測定する尺度は、藤村 (2008) によって作成された、Erikson (1959) のパーソナリティ構成要素の測定尺度 (EPCS) の親密性因子を使用した。全7項目から構成され、「よく当てはまる」、「やや当てはまる」、「どちらともいえない」、「あまり当てはまらない」、「ほとんど当てはまらない」の5段階評定によって回答されるものである。

3) フェイス項目

調査対象者の学部・学年・性別・年齢について尋ねた。

4) 解析の手続き

集団による無記名時記入式質問紙調査を実施した。質問紙への協力が得られた大学生のうち、回答に欠損値があったものを除いた上で、1)過剰適応尺度について探索的因子分析・信頼性の算出によって使用尺度について検討した。2)過剰適応尺度の下位因子と親密性において全体の記述統計量を算出した。3) 構造方程式モデリングによるパス解析を用いて、過剰適応尺度の下位因子から親密性への影響を検討した。

結 果

1. 青年期前期用過剰適応尺度の因子分析と信頼性分析結果

青年期前期用過剰適応尺度について探索的因子分析を行った。因子分析の抽出には、重みのつけない最小2乗法を用いた。因子数は固有値1以上の基準を設け、さらに因子分析の解釈の可能性を考慮して5因子とし、プロマックス回転を行った。因子負荷量が.40に満たなかった7項目を削除して、再度因子分析を行い26項目を採用した。その結果と因子間相関をTable1に示した。その結果、石津ら (2006) と同様の因子構造となった。また、因子分析によって抽出された各因子について信頼性分析を行った。信頼性係数はCronbachの α 係数で求めた。

第1因子は7項目で構成され、項目内容が「心に思っていることを人には伝えない」、「考えていることをすぐには言わない」などの自分の気持ちを抑制する内容から、「自己抑制」($\alpha=.88$)とした。第2因子は6項目で構成され「自分には、あまりよいところがない気がする」、「自分らしさがないと思う」などが高い負荷を示していたので、「自己不全感」($\alpha=.84$)とした。第3因子は6項目で構成され、「自分が少し困っても、相手のために何かしてあげることが多い」、「人がしてほしいことは何かと考える」などの他人を気遣う項目内容から、「他者配慮」($\alpha=.77$)とした。第4因子は4項目から構成され、「人から気に入られたいと思う」、「相手に嫌われないように努力する」などの他人からの評価を気にする内容から「人から良く思われたい欲求」($\alpha=.81$)とした。第5因子は3項目から構成され、「期待にこたえなくてはいけないと思う」、「他者からの期待を敏感に感じている」などの項目が高い負荷を示していたので、「期待に沿う努力」($\alpha=.72$)とした。

Table1
青年期前期用過剰適応尺度因子分析結果(N=369)

質問項目	因子				
	1	2	3	4	5
第1因子 自己抑制					
6心に思っていることを人には伝えない	.82	-.08	-.01	.08	-.13
4自分自身が思っていることは、外には出さない	.82	-.14	.12	.02	-.17
12考えていることをすぐには言わない	.73	-.07	.04	.05	-.08
15自分の気持ちをおさえてしまうほうだ	.72	.05	.09	.00	-.05
1相手と違うことを思っているでも、それを相手に伝えられない	.68	.08	-.26	.01	.15
21思っていることを口に出せない	.67	.11	.01	-.11	.19
24自分の意見を通そうとしない	.51	.14	.01	-.11	.08
第2因子 自己不全感					
8自分には、あまりよいところがない気がする	-.09	.89	.03	.00	-.10
17自分に自信がない	.09	.77	-.02	.12	-.14
2自分のあまりよくないところばかり気になる。	.05	.68	-.02	.17	.02
13自分の評判はあまりよくないと思う	-.12	.65	.11	.00	-.09
26自分は一人ぼっちと感ずることがある	-.01	.56	-.02	-.05	.01
19自分らしさがないと思う	.16	.54	-.07	-.14	.14
第3因子 他者配慮					
9自分が少し困っても、相手のために何かしてあげることが多い	.00	-.10	.64	.15	-.02
22とにかく人の役に立ちたいと思う	-.15	.07	.62	.03	.17
23つらいことがあっても我慢する	.21	-.10	.58	.00	.01
27相手がどんな気持ちか考えることが多い	.08	.04	.56	-.03	-.04
20「自分さえ我慢すればいい」と思うことが多い	.19	.18	.48	-.18	.15
28人がしてほしいことは何かと考える	-.09	.08	.47	.05	-.02
第4因子 人から良く思われたい欲求					
16自分をよく見せたいと思う	.05	.01	-.01	.80	.01
14人から気に入られたいと思う	-.04	.05	.03	.77	.10
5人から認めてもらいたいと思う	-.08	-.01	.09	.68	.00
10相手に嫌われないように行動する	.25	.12	-.06	.44	.16
第5因子 期待に沿う努力					
25期待にこたえなくてはいけないと思う	-.17	.06	.09	-.01	.76
11期待にこたえるために、成績をあげるように努力する	-.02	-.13	.06	.08	.65
7他人からの期待を敏感に感じている	.08	-.20	-.03	.16	.52
因子寄与率%					
	25.53	35.87	42.50	47.30	49.65
信頼係数					
	.88	.84	.77	.82	.72
因子間相関					
	1	2	3	4	5
1					
2	.53				
3	.37	.25			
4	.18	.22	.28		
5	.39	.29	.55	.46	

因子抽出法: 重みなし最小二乗法 回転法: Kaiser の正規化を伴うプロマックス法
 削除項目 3. 18. 29. 30. 31. 32. 33

2. 親密性の信頼性分析結果

先行研究において、Erikson(1959)のパーソナリティ構成要素における親密性の因子構造は、1因子と確認されているため、本研究でも1因子構造を採用した。全7項目における信頼性分析を行った結果、Cronbachの α 係数は.81と、十分な信頼性が得られた。

3. 青年期前期用過剰適応の下位因子、親密性の平均値と標準偏差

青年期前期用過剰適応の下位因子と親密性の平均値、標準偏差を算出したものをTable2に示した。各分析対象者の尺度得点は、尺度の全項目への評定値を単純算出し、全項目数で除すことにより算出した。

Table2 青年期前期用過剰適応、見捨てられ不安、親密性の平均と標準偏差(N=369)		
	平均(M)	標準偏差(SD)
青年期前期用過剰適応尺度		
自己抑制	20.78	5.85
自己不全感	19.08	4.99
他者配慮	19.59	4.11
人から良く思われたい欲求	15.67	3.04
期待に沿う努力	9.37	2.56
親密性	24.69	5.28

4. 青年期前期用過剰適応と親密性の相関

青年期前期用過剰適応と親密性の相関を算出したものをTable3に示した。過剰適応の下位因子における相関は、「自己抑制」「自己不全感」「他者配慮」「人から良く思われたい欲求」「期待に沿う努力」すべてにおいて正の相関が見られた。

過剰適応総得点は、親密性と1%水準で負の相関が見られた。また、過剰適応尺度の下位因子と親密性の相関においては「自己抑制」と「自己不全感」のみ1%水準で負の相関が見られた。しかし、「他者配慮」、「人から良く思われたい欲求」、「期待に沿う努力」は親密性との相関が見られなかった。

Table3 各尺度間の相関係数(N=369)							
	1	2	3	4	5	6	7
1 過剰適応総得点							
2 自己抑制	.549**						
3 自己不全感	.517**	.482**					
4 他者配慮	.506**	.387**	.278**				
5 人から良く思われたい欲求	.474**	.254**	.283**	.336**			
6 期待に沿う努力	.452**	.222**	.111*	.458**	.467**		
7 親密性	-.174**	-.383**	-.402**	.050	.062	.059	

(注)2-6は、1.過剰適応の下位因子を示す

**: $p < .01$

*: $p < .05$

5. 過剰適応と親密性との関連

過剰適応傾向が、親密性に影響を与えるという仮説に基づき、青年期前期用過剰適応尺度の5つの下位因子を独立変数、親密性を従属変数として、構造方程式モデリングによるパス解析を行った。モデルの採択の指標として、 χ^2 , GFI , $AGFI$, CFI , $RMSEA$ を用いた。分析には、AMOS18を用いた。また、青年期前期用過剰適応尺度の5つの下位因子間に相関が見られたため、全ての因子間に誤差相関を仮定した。有意ではなかったパスを削除した最終的な結果を Figure1 に示した。

モデルの適合度は、 $\chi^2(1)=.049(p<.05)$, $GFI=1.0$, $AGFI=.99$, $CFI=1.0$, $RMSEA=.00$ という値を示した。この結果から χ^2 は有意であったが、 GFI , $AGFI$, CFI , $RMSEA$ は高い値であることから、このモデルを採用した。結果から、青年期前期用過剰適応尺度の下位因子5因子のうち、「期待に沿う努力」以外の4因子が親密性に影響を及ぼしていた。

青年期前期用過剰適応尺度の5つの下位因子のうち、自己抑制から親密性に対して有意な負の標準回帰係数($\beta=-.35, p<.001$)が示され、自己不全感も有意な負の影響 ($\beta=-.35, p<.001$)が示された。一方、他者配慮から親密性に対しては有意に正の影響 ($\beta=.22, p<.001$) が示され、人から良く思われたい欲求から正の影響 ($\beta=.17, p<.001$)が示された。期待に沿う努力は、親密性に対して有意な標準回帰係数は示されなかった。

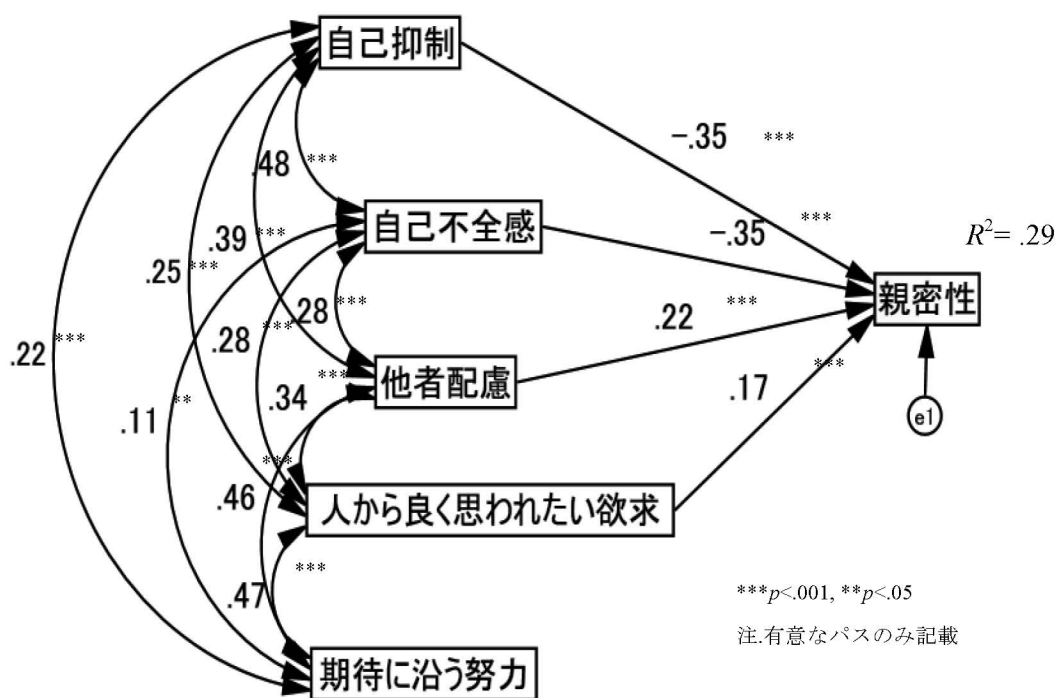


Figure 1. 過剰適応が親密性に与える影響

考 察

過剰適応と親密性の関連

本研究では、過剰適応青年が、心理的には適応していないにも関わらず、表面的には社会的適応しているように見えるという特徴に注目し、青年期の過剰適応者が親密性にどのような影響を与えるかを実証的に検討した。

パス解析の結果から、過剰適応から親密性への影響については、「自己抑制」、「自己不全感」では親密性に有意に負の標準回帰係数が示された。一方で、「他者配慮」、「人からよく思われたい欲求」では、親密性に有意に正の標準回帰係数が示された。「期待に沿う努力」は、親密性に対して有意な標準回帰係数は示されなかった。

この「自己抑制」と「自己不全感」は親密性に有意に負の関連を示していたことについて考察を行う。これは、「自己抑制」や「自己不全感」は、過剰適応者の特徴対人関係において「本音を出さない」、「NO と言えない」など自分の意思や感情を過度に抑制する（例えば、阿子島・伊澤, 1999）特徴であり、自分自身に対する自信のなさや、気持ちを抑え込むということは対人関係を築く上で、阻害要因になる可能性を示唆している。一方で、「他者配慮」、「人からよく思われたい欲求」が、有意に親密性と正の関連を示したことは、他者の欲求を優先させようとすることや、人からよく思われようと努力しようとすることは、対人関係を築く上で必要なことであることを示している。「他者配慮」と「人から良く思われたい欲求」は、益子(2008)の過剰な外的適応行動であると考えられ、過剰な外的適応な行動によって精神的健康を保ち、対人関係を築く上でも、必要なことであると示唆された。

しかし、因子間相関を見ると、「他者配慮」と「人から良く思われたい欲求」は、親密性に負の関連を示していた「自己抑制」と「自己不全感」とそれぞれ有意な正の相関が示された。過剰な外的行動と内的適応の関係について、殿岡ら(1994)や三輪ら(2001)は、過剰な外的適応行動は内的適応を損なうことを示唆している。本研究の結果も過剰な外的行動をとる人は、実際には心理的な内的適応がよくないが、過剰な外的適応行動によって社会的に適応することで、心理的に安定しようとしている可能性があると考えられる。つまり過剰適応者は一見対人関係を築くために必要な行動を行っているように見えるが、過剰な外的適応行動をすることにより、内的適応の低さを補い安定させようとしているのではないだろうか。今後は、過剰適応者における内的適応と過剰な外的適応行動の関連についての検討が必要であると考えられる。

次に、「期待に沿う努力」について、本研究においては、親密性に有意な標準回帰係数を及ぼしていなかった。この「期待に沿う努力」の項目をみると、『期待にこたえなくてはいけないと思う』や『期待に応えるために成績をあげるよう努力する』などがあげられる。因子間における相関をみると、「期待に沿う努力」と「自己抑制」、「自己不全感」にも、有意に正の相関がみられている。ここから、「期待に沿う努力」は、親密性に直接的な影響を与えてはいなかったものの、親密性に負の影響を与えていた「自己抑制」と「自己不全感」と相関が見られたため、「自己抑制」と「自己不全感」

をより高め、親密な対人関係を築くことの阻害要因になる可能性を検討する必要があると考えられる。

過剰適応傾向を示す青年は、一見、親密な対人関係を築くことができるような「他者配慮」と「人から良く思われたい欲求」を持っているが、これは内的適応の低さである「自己抑制」や「自己不全感」から行われている可能性があると考えられる。過剰適応者のもつ内的適応の向上に寄与する要因の検討が求められる。

まとめと今後の課題

本研究では、過剰適応青年特徴に注目し、青年期の過剰適応者が親密性にどのような影響を与えるかを実証的に検討した。

その結果、過剰適応傾向の下位因子である自己抑制と自己不全感は、親密な対人関係築く上での阻害要因と考えられ、他者配慮と人から良く思われたい欲求は、対人関係を築く上で必要な要因である可能性が示された。しかし、他者配慮と人から良く思われたい欲求は、因子間相関において、自己抑制と自己不全感と正の相関があるため、対人関係を築くために真に必要な要因であるとは言えない可能性が示唆された。期待に沿う努力は、親密性に影響を直接及ぼさなかったが、自己抑制と自己不全感とは正の相関がみられている。このことから、期待に沿う努力が、自己抑制と自己不全感をより高めている要因であるかを検討する必要がある。

また、自己抑制および自己不全感は、内的適応を低めると考えられているが、自己抑制や自己不全感を低める決定的な要因はまだ確認されておらず、内的適応を直接向上させる要因も確認されていない。よって今後の課題として、期待に沿う努力という要因にも着目し検討を行っていく必要があると考えられる。

引用文献

- Ackerman,N.W. (1958) . The psychodynamics of family. New York : Basic Books.
- 阿子島茂美・伊澤正雄・大河内範子 (2002). 投影法による過剰適応の測定Ⅱ 中学生用日本教育心理学会総会発表論文集, **44**, 540.
- Erikson,E.H. (1950,1963) . Child and society. New York:Norton. (エリクソン,E.H. 仁科弥生 (訳) (1977, 1980) . 幼児期と社会 1, 2 みすず書房) .
- Erikson,E.H. (1959) . Identity and the life cycle. New York: W. W. Norton & Company. (小此木啓吾 (訳) (1973) .自我同一性 誠信書房) .
- Erikson,E.H. (1968) . Identity and the life cycle: Selected papers. International University Press, Inc. (エリクソン,E.H.小此木啓吾 (訳) (1973) .自我同一性 誠信書房) .
- Erikson,E.H. (1968) . Identity: Youth and crisis. New York: W. W. Norton & Company. (岩瀬庸理 (訳) (1973) .アイデンティティ 金沢文庫) .
- Erikson,E.H. (1982) . The life cycle completed. New York: W. W. Norton &Company. (近藤邦夫・村瀬孝雄 (訳) (1989) .ライフサイクル,その完結 誠信書房) .

- 藤村和久 (2008). エリクソンのパーソナリティ構成要素の測定尺度 (EPCS) の構成：人生周期における基本的信頼感から親密性 大阪樟蔭女子大学人間科学研究紀要 **7**, 149-161.
- 藤原勝紀 (1988). よい子の過適応 これからの学校精神衛生＜特集＞, **36 (4)**, 377-383.
- 福島 章 (1989). 性格と適応 本明 寛・依田 明・福島 章・安香 宏・原野広太郎・星野 命 (編) 性格心理学講座 3：適応と不適応 金子書房 Pp.3-37.
- Greenacre, P. (1970). Youth growth and violence. *The Psychoanalytic Study of the Child*. **25**, 340-359.
- Hall, G.S. (1904). Adolescents: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education, 2vol. New York:Appleton.
- 石津憲一郎 (2006). 過剰適応尺度作成の試み 日本カウンセリング学会第 39 回大会発表論文集, p137.
- 石津憲一郎・安保英勇 (2007). 中学生の抑うつ傾向と過剰適応—学校適応に関する保護者評定と自己評価の観点を含めて— 東北大学大学院教育学研究科研究年報, **55 (2)**, 271-288.
- 石津憲一郎・安保英勇 (2008). 中学生の過剰適応傾向が学校適応感とストレス反応に与える影響 教育心理学研究, **56**, 23-31.
- 石津憲一郎・安保英勇 (2009). 中学生の過剰適応と学校適応の包括的なプロセスに関する研究：個人内要因としての気質と環境要因としての養育態度の影響の視点から, 教育心理学研究, **57 (4)**, 442-453.
- 影山任佐 (1999). 「空虚な自己」の時代 NHK ブックス.
- 河合 温 (1996). 大人により印象を与えようとする子ども 児童心理, **50**, 110-114.
- 亀澤信一 (2000). 「ふつうの子がキレル」は本当か 児童心理, **54**, 197-202.
- 菊池由莉・岡本祐子 (2008). 大学生の「よい子」傾向と心理社会的発達段階の関連 広島大学心理学研究, **8**, 99-106.
- 北村晴信 (1965). 適応の心理 誠信書房.
- 北山 修 (2007). 劇的な精神分析入門 みすず書房.
- 小林豊生・古賀恵里子・早川滋人・中嶋輝夫 (1994). 心理テストから見た心身症—パーソナリティと適応様式からみた心身症— 心身医学, **34 (2)**, 106-110.
- 小玉亮子 (2005). 「なぜ、感情をおさえられない子が増えたのか」と問う前に—予想の範疇の答えに安心してしまわないために 児童心理, **59**, 154-159.
- 桑山久仁子 (2003). 外界への過剰適応に関する一考察—欲求不満場面における感情表現の仕方を手掛かりにして— 京都大学大学院教育学研究科紀要, **49**, 491-493.
- 益子洋人 (2008). 青年期の対人関係における過剰適応傾向と、性格特性、見捨てられ不安、承認欲求との関連 カウンセリング研究, **41**, 2.
- 益子洋人 (2009). 高校生の過剰適応傾向と、抑うつ、強迫、対人恐怖心性、不登校傾向との関連：高等学校 2 校の調査から 学校メンタルヘルス **12 (1)**, 69-76.
- 宗像恒次 (1990). 新版 行動科学からみた健康と病気メディカルフレンド社 pp22-25.

- 宗像恒次 (1993). ストレス源の認知と対処行動ーイイコ行動からの自己成長ー 精神保健研究, **39**, 29-40.
- 三輪雅子・上野一郎・松野俊夫・村上正人・桂 戴作・堀江考至 (2001). 心療内科受診者の過剰適応傾向の検討 心身医学, **41** (supple), 574.
- 生越達美 (1976). 不安・断絶・自己確立ー青年期理解の視点の一視点ー 名古屋学院大学論集人文・自然科学篇, **13**, 65-88.
- 大久保智生 (2010). 青年の学校適応に関する研究ー関係論的アプローチによる検討ー ナカニシヤ出版.
- 大野 久 (1959). 青年期の自己意識と生き方 落合 良行・楠見 考 (編) 講座生涯発達心理学 4 自己への問い直し: 青年期 金子書房 pp.89-123.
- 大谷哲朗・松永昌子 (2005). 過剰適応と無気力に関する研究, 比治山大学現代文化学部紀要 **11**, 183-196.
- 大嶽典子・五十嵐透子 (2005). 思春期における過剰適応とその関連要因 上越教育心理相談研究, **4**, 151-162.
- 坂田 一・林 保・岡本夏木・今井孝太郎・一谷彊 (1965) 青年の心理と適応 福村出版.
- 庄司一子・林田和恵 (2003). 「いい子」傾向をもつ子どもの self-control と対人関係 教育相談研究 **41**, 49-57.
- 杉原保史 (2001). 過剰適応的な青年におけるアイデンティティ発達過程への理解と援助について 心理臨床学研究, **19** (3), 266-277.
- 滝口俊子 (2005). 「よい子」を求める親・「よい子」になろうとする子 児童心理, **59** (4), (820), 315-319.
- 谷 冬彦 (2008). 自我同一性的人格発達心理学 ナカニシヤ出版.
- 鑓幹八郎・山本 力・宮下一博 (共編)(1984). 自我同一性研究の展望 ナカニシヤ出版.
- 殿岡幸子・大島 茂・湯浅和男・谷口興一・内田栄一・渡辺東也・桂 戴作 (1994). 狭心症患者に対する心身医学的観察 (第1報)ー過剰適応指数の提言ー 心身医学, **34**, 557-564.
- 山本 力 (1984). アイデンティティ理論との対話ーErikson における同一性概念の展望ー 鑓幹八郎・山本 力・宮下一博 (編) アイデンティティ研究の展望 I ナカニシヤ出版, 9-38.
- 山川法子 (2001). いわゆる「よい子」の特徴および「よい子」を作り出す規定因に関する考察 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (教育研究学), **48** (1), 47-55.
- 山根英之・小林豊生・朝枝哲也・田中健一・乾 修然 (1990). 過剰適応型職場不適応を示す心身症患者の心理特性について 心身医学, **30**, 抄録号, 145.
- 吉田直樹 (1991). 感情の発達 今泉信人・南 博文 (編) 人生周期の中の青年心理学 北大路書房 pp.61-72.
- 吉川ゆき子・斉藤和恵・後衛義勝 (2002). 過剰適応尺度の作成ー尺度作成の試みと過剰適応の構造に関する一考察ー 日本心理学会第 66 回大会発表論文集, 220.