

# 大学生における過剰適応と家族機能の関連

## —家族と自己の変容過程に注目した回想法を用いて—

星野美欧・岡本祐子

Relationships among over-adaptation and family function in the university students  
—Transformation process of the family and the self—

Mio Hoshino and Yuko Okamoto

過剰適応青年は、親や家族からの過剰な期待に応えようとするため、自分の欲求を過度に抑えた結果として、問題行動を起こすと考えられている。本研究では、過剰適応青年における、欲求が満たされていない状態と家族機能の関連について検討を行った。その結果、過剰適応と欲求が満たされていない状態は関連しており、家族機能のバランスがとれていた群では過剰適応傾向が低いことが示された。さらに過剰適応青年に問題が生じた後の過剰適応青年とその家族の変容過程について検討を行った。その結果、過剰適応と欲求が満たされていない状態は関連しており、家族機能のバランスがとれていた群では過剰適応傾向が低いことが示された。また、家族機能の群ごとに、過剰適応の青年が表した問題への対応が異なることが示され、過剰適応青年とその家族が相互に影響しあい、変容していく過程が示された。

キーワード：過剰適応、家族機能、適応、青年期、変容過程

### 問 題

#### 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。そのため、「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)、青年期危機といわれている。

適応とは、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 (坂田ら, 1965)。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、心理的適応とは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る

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ている。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言い難い人が存在すると考えられている。自分の心は十分に満たされていないにも関わらず、表面的には適応しているようにみえる人の典型として、いわゆる「過剰適応」が挙げられる。

### 過剰適応と「よい子」の概念

過剰適応 (over-adaptation) 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, 2009a), 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 (小林他, 1994; 三輪ら, 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, 2009b; 石津, 2007・2008・2009)。石津 (2006) によると「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」と定義している。過剰適応概念の経緯に関しては、宮本 (1989) によると、適応の異常として不適応と過剰適応の2種類があり、戦前から問題視されていたのは不適応であったが、戦後の日本社会の急激な高度経済成長への移行の中で、1960年代からは40代-50代の心身症が増加し、その共通要因として、必要以上に適応するという過剰適応が論じられるようになったとされている。過剰適応には、几帳面、真面目、頑張り屋というパーソナリティ特徴 (小林他, 1994; 三輪他, 2001) 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、他者の期待や願望を敏感に感じ取り、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)。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。ここで注目すべき点として、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を挙げ、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。また、自己主張することに対して、常に失敗への不安を抱き、自分に対して自身が無いと指摘されおり (鈴木, 1991)、自己主張への不安があるゆえに自分の本音や感情を抑圧していると考えられている。

ところで、過剰適応と似た概念にいわゆる「よい子」があげられる。宗像 (1990) は、「よい子」の特性を、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と捉えている。ここから、「よい子」は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し、自分らしさの喪失感を抱くため、過剰適応青年と同様に、「よい子」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。

近年の研究においては「よい子」を適応という側面から捉えた概念である過剰適応として取り扱われているため (桑山, 2003)、本研究では「よい子」と過剰適応を同義のものとして扱うこととする。

## 過剰適応青年の問題

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」だったといわれる子どもがしばしばいることが指摘されている(河合, 1996; 杉原, 2001; 山川, 2001)。近年、学校現場などで問題にされる不登校、「キレる」現象、リストカット、無気力になるなどの問題が起きる例が、数多く報告され(山川, 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のそれまでの周囲から「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きている(亀澤, 2000; 小玉, 2005)。石津(2007)の中学生の過剰適応研究においても、過剰適応と抑うつ傾向に関連があることを示している。これらの不適応の表れは、「よい子の息切れ型」として、周囲の期待に応えようとするあまり、過度に自分の欲求を抑える「よい子」を演じてきた子ども達の内面の問題が表面化したものと捉えられている(庄司・林田, 2003)。秋田県教育総合センターが行った研究(1998)では、「よい子の息切れ型」の子どもについて、周囲との期待に沿った作られた自我であり、本来の自我とは異なるために周囲からの期待やそれに沿ったイメージに応じられなくなったことによる不適応であるとしている。過剰適応の子どもは他者志向的に振る舞おうとする結果として、他者に望まれた像を自分の理想として内に取り込んだり(柏原, 2008)、本当の自己を隠して生活し、期待される自己像を維持する努力をしているとしているのである(山本, 2005)。また、佐々木(2012)も勉強やスポーツの成績が大人の期待に応えられるときはよいが、伸び悩み「よい子」が維持できないとき不安定な心の状態となって、「もう一人の自分」が長く抑圧していたものを歪んだかたちとして表現するとしている。期待される自己像に対して、桑山(2003)は「偽りの自己」(Winnicott, D.W., 1965)であるとして、それによって「本当の自己」が脅威にさらされ、実感が薄れてきたりする現象によって、内的適応の困難な状態を表すと指摘している。

以上のことから、過剰適応の青年は、期待される自己像を維持できなくなった時に、内的適応が不安定な状態になり、問題を起こすと考えられる。斎藤(2012)も、「よい子」のままでうまくやれることができる時期は、両親による承認のみで自我を支えることが可能である前思春期までであるとしており、他人から承認で心理的安定を補償し続けていくことは限界であると述べている。

しかし、過剰適応青年が期待されている自己が維持できなくなった時に不安定状態からどのような過程を通して問題行動にどのように結びつくのかは明らかにされていない。過剰適応の青年は、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態度や、他者の期待に添うように努力するため、大人にとって手のかからない存在であり、無視され、忘れられがちになるので、大人が気付いた時には対人関係上の深刻な希薄さや、無感動を抱えていると指摘されている(藤原, 1989)。また、村瀬(1984)も「青年期平穩説」の立場から、一見したところ適応的・順応的な姿を呈している青年も、多くは無意識的には危機を経験しており、表面的な適応性の背後をきめ細かく注目していく必要性の指摘は重要であるとしている。

## 過剰適応青年の欲求不満状態

過剰適応青年が問題として表れるものはいくつか上記で挙げたが、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

剩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考えられるといわれている（桑山，2003）。自己主張せずに周囲に順応する態度は対社会的には一見適応的であるが、自分らしさは失われ表層的で偽りと感じられる自己になりうることもありうる。また、Berkowitz (1962, 1989) も、「よい子」は自分の欲求を抑制しているため慢性的な欲求不満状態であり、不快感を刺激するような出来事に遭遇し対処しきれなくなった時に、怒りが激しい攻撃として「キレる」こととして表出すると述べている。ここから、過剰適応青年は、自己の欲求を常に推させているため、自己の欲求は満たされていないと考えられる。ところで、藤・湯川 (2005) は、現実の自己は自ら想定した基準やイメージの通りではないという感覚を抱く傾向を「満たされない自己」と定義した上で、満たされない自己が高い人は、自己不満を抱きやすいことや、自己存在認識の希薄さに繋がることを明らかとした。さらに、「満たされない自己」は最終的に敵意認知と結びつく可能性を示唆している。以上のことから、感情を外に向かって表現することができないことや自己抑制をすることで自分らしさが失われた過剰適応青年も、満たされない自己を抱いている可能性があると考えられる。

### 過剰適応青年の背景

「よい子」つまり過剰適応の背景として、宗像 (1997) によると「よい子」の生育史について、親から見捨てられたり、愛情を感じられなかったりするような心傷性の出来事によって、認められたい、愛されたいという慈愛願望の充足が阻害された結果として、他者に決定を委ねることを選択するという依存的な心が形成されることを示している。さらに日本の社会的背景における「できる、優ることはよいことだ」、「できないこと、優らないことダメだ」といった価値観（鈴木，1991）や、近代日本の社会状況や将来の不透明さが親たちに不安を増幅させ、親を満足させるような「よい子」つまり、過剰適応青年を作り出そうという傾向が指摘されている（池谷，2000）。

また、塩谷 (2002) によれば、過剰適応は Horney (1937) のいう「神経症的人格」と密接な関係があると示唆している。Horney (1937) の「神経症的人格」とは、狭い意味での神経症ではなく普通の人でも有する心理傾向を示す概念であり、他者に愛され好かれることを何よりも求める傾向を意味する神経症的愛情・承認欲求と、権力や支配への神経症的欲求の 2 つの種類に分けられる。Horney (1937) によると、他人の愛情・承認を求める神経症的愛情・承認欲求や、支配への神経症的欲求は、大人にも子どもにも見られるものであるが、それは特に支配欲や自尊心の強い親（権威主義的で独善的な親を含む）とその統制下にある子どもに生じるという。こうした親の統制・支配下にある子どもは、自己の人生はただ親の期待や要求に沿うことによって維持されると思い込み、親の威光をあげ、献身するようになるが、一方では親の期待に応えようとするあまり本来の自己を見失うことになるという。また、自分を統制や支配する外界や親に対して、無力感や弱小感、敵意を抱くが、その対象が親などの必要としている場合、その敵意を抑圧することが安心感を得られる近道となるため自分の敵意感情に全く気付かなくなり、その結果として抑圧された敵意はしばしば攻撃行動として外界に投影されるとしている（Horney, 1937）。

以上のことから、塩谷 (2002) は、「神経症的人格」の神経症的愛情・承認欲求や神経症的欲求が強くなることによって、期待や要求に沿うことによって自分の人生は維持されると思い込み、期待

に過剰に応じる傾向こそ過剰適応とよびうるとしている。そして抑圧された敵意の攻撃衝動が外界に投影されることは、過剰適応青年が期待に応えようとしてもできない自己への苛立ちや、表立って出すことのない敵意を抑圧していたことに息切れが生じて「よい子」を演じつつことができず、突然キレることや不登校などの問題として表れることを説明している。

さらに、小林 (2004) は、保護者の価値に合わせて頑張り続けてしまう「優等生」の不登校について述べ、「よい子」には摂食障害や自傷行為、ひきこもりなどが多く認められる (Sherman & Thompson, 1990; 岡田, 2005)。これらのことから、過剰適応青年が問題状に陥ることは少なくはないことが言え、そこには親から受ける期待が影響を及ぼしていることが大きいと考えられる。

### 家族に関する先行研究と理論

家族関係を全体的に把握する動向は、1950年代に始まり、1960年代には一層進展して、家族関係に関するさまざまな理論と実際面の活動が報告されるようになった。そして、1970年代に入ると、Bertalanffy (1974) の提唱した一般システム論を家族療法の領域に取り入れた、家族システム論が多く見られるようになってきた。家族システム論とは、家族は成員が相互作用関係にあるひとつの複合体、すなわちシステムとして捉えることである。そして、家族を一つのシステムとしてみならず考え方が広まりを見せてきた (岡堂, 1991)。家族システムにおいて、家族のうちの一人の動きは、そのシステム内の全ての人々に連鎖的影響を及ぼし、一回りして戻るという円環的因果律によって成り立っており、個人々人を部分として取り出して理解しようとしても不十分であるとされている (平木, 1998)。それは、家族システムは変化しながら平衡状態を保っているため、家族の言動はそこに呼応しており、個人々人の変化は全体の変化を、また逆に全体の変化は個人の変化をもたらすからである。主な家族システムとして、Olson (1985) の円環モデルがあげられる。

### Olson らによる円環モデル

家族機能を一方的な因果関係で理解するのではなく、二次曲線的な関係を持つ者として捉える理論として、Olson ら (1985) により開発された円環モデルがある。円環モデルでは、家族の機能度を「凝集性」「適応性」「コミュニケーション」の3つの概念で捉えるものである。

凝集性 (cohesion) は、「家族成員間の情緒的絆」と定義されている。凝集性は主に、情緒的な結びつき、家族成員間におけるお互いの関与の程度、時間、空間、意思決定、友人、趣味、余暇活動といった下位項目によって構成されている。凝集性は、低い方から「遊離 (disengaged)」－「分離 (separated)」－「結合 (connected)」－「膠着 (enmeshed)」の4段階に分けられ、中間のレベルである「分離」と「結合」では家族が最も機能的に働くが、両極のレベルの「遊離」と「膠着」では、家族機能が極端に働くため、結果として機能不全に陥り問題を呈しやすくなるとされている。

適応性 (adaptability) は、「譲許的・発達のストレスに応じて勢力構造や役割を変化させる夫婦・家族システムの能力」と定義されている。適応性は主に、リーダーシップ、規律、話し合いのスタイル、役割関係、規則といった下位項目により構成される。適応性は低い方から、「硬直 (rigid)」－「構造化 (structured)」－「柔軟 (flexible)」－「無秩序 (chaotic)」の4段階に分けられ、これも凝集性と同様中間のレベルである「構造化」と「柔軟」では家族が最も機能的に働くが、両極の「硬直」と「無秩序」では、家族機能が極端に働くため、結果として家族に問題を呈しやすくなるとさ

れている。この二次元どちらにしても、中間のレベルで働くことが最も機能的であり、高すぎても低すぎても家族は機能的でなくなるという相対的な中範囲理論仮説である。この関係を Olson は二次曲線的な関係 (curvilinear) と呼んだ。

3 つめである、「コミュニケーション (communication)」は、凝集性と適応性の二次元を促進させる働きをもつ。コミュニケーションはそれぞれポジティブなコミュニケーションとネガティブなコミュニケーションに分けられる。ポジティブなコミュニケーションは、同情的、共感的、支持的なメッセージで構成される。ポジティブなコミュニケーションは、夫婦・家族の成員が凝集性と適応性に関連する変化の要求とその選択をする家族成員間の中で共有することが可能となるため、二次元の変化を状況に応じて変化させることを促進する。ネガティブなコミュニケーションは、逆説的メッセージ、ダブルバインド、批判的な発言で構成されている。ネガティブなコミュニケーションは、夫婦・家族の成員が彼らの感情を共有する能力を最小限に抑えてしまうため、状況に応じた二次元の変化の促進を妨げてしまうのである。コミュニケーション次元は、上記にあげた二次元を力動的に促進させる「促進次元」なので、円環モデルには図示されない。

円環モデルでは、凝集性・適応性における二次元に4つのレベルを組み合わせて、家族を16のタイプに分類している。されに、これらの16タイプの家族は、二次元とも中間レベルにあるバランス群、どちらか一方の次元が中程度で他方が極端な中間群、二次元ともが極端な極端群の3群のグループに分けられる。円環モデルの重要な仮説は、バランス群に位置する家族は、最も家族が機能的に働くため問題を呈しにくく、極端群に位置する家族は機能不全に陥るため問題を呈しやすくなるという仮説である。ここでもまた、二次元とも中程度が最も機能的であるという二次曲線的な関係が主張されている。

### 過剰適応青年と家族

過剰適応は安定しない家族関係が前提にあるとされ、親との関係は非常に深く関わっていることが明らかとなっている (村久保, 2008)。また、母親の養育態度や母子関係が過剰適応と関係が強いことが示唆されている (斉藤, 2010)。大河原 (2008) は、子どもの生理現象としてのネガティブ感情の表出を、親などの重要な養育者が否定的に語り、適切な感情語彙を与えないというコミュニケーション不全の問題を孕んだ養育環境に置かれた子どもは、身体の安心感により自らのネガティブ感情を制御する力が育たず、解離することで適応をはかる「よい子」を実現する可能性が高いことを明らかとしている。また、ネガティブな感情を自己の中に統合できない姿は、感情適応的な「よい子」の自分と、ネガティブ感情抑制が困難な「悪い子」の自分との解離を特徴とする自己を構成し、問題行動やさまざまな症状を呈することになるだろうとしている (大河原, 2010)。

以上のように家族関係や母子関係が過剰適応に影響を与えていることは明らかとなっている。浅井 (2010) は過剰適応と家族構造の関連において、父子、母子の結びつきに比べ、母子の結びつきが極端に低い家族構造が子どもの過剰適応を生みやすいことを示した。しかし、家族と過剰適応が相互に影響を及ぼす家族機能を検討した研究はほとんど見当たらない。家族機能を含めた点から明らかにすることは、過剰適応青年の早期介入に繋がるのではないかと考えられる。

## 研究 1

### 目的

過剰適応青年は、期待されている自己を維持するため、自分の欲求を抑制しており、慢性的な欲求不満状態から問題を呈すと考えられる。過剰適応に影響を及ぼす要因は、親子関係 (石津, 2006) や、家族関係 (浅井, 2010) と考えられているが、過剰適応青年とその家族の相互作用における家族機能についての研究は十分でない。そこで、本研究では過剰適応青年が家族機能によって、過剰適応傾向に差が見られるかおよび、過剰適応青年がどの程度欲求が満たされていない傾向を抱いているかについて検討を行う。

### 方法

**調査協力者** 大学生 309 名 (男性 134 名, 女性 170 名, 不明 5 名, 平均年齢 20.2 歳,  $SD=1.98$ , 有効回答率 89%)。

**調査手続き** 集団法にて質問紙調査を実施。質問紙は以下の通りである。①フェイス項目 学部, 学年, 性別, 年齢。②青年期前期用過剰適応尺度 (石津, 2006) 全 33 項目, 5 件法。現在の状態と過去の状態を想起して回答を求めた。③家族機能測定尺度 (草田・岡堂, 1993) Olson (1985) の FACES III を和訳した尺度。「凝集性」「適応性」の 2 つの下位尺度から成り, 全 20 項目, 5 件法。過去の家族機能を測定するため, 過去を想起して回答を求めた。④満たされない自己尺度 (藤・湯川, 2005) 全 23 項目 5 件法。

**倫理的配慮** 調査実施にあたり, 調査は任意によるものであり拒否権があること, データは統計的に処理する, 個人が特定される形で公表しないことを口頭および目録表紙の紙面によって伝えた。なお, 広島大学院教育学研究科倫理審査委員会の承認を得ている。

### 結果と考察

**家族機能の分類** 家族機能測定尺度は, 草田・岡堂 (1993) の採点方法に基づき, 凝集性尺度の項目と適応性の尺度の項目にそれぞれ分けて合計点を算出した。そして, 草田・岡堂 (1993) の分類基準に従い「凝集性」を「遊離」「分離」「結合」「膠着」の 4 段階に分けた。「適応性」についても「硬直」「構造化」「柔軟」「無秩序」の 4 段階に分けた。各 4 段階を組み合わせ家族を 16 タイプに分類し, 両次元とも中程度のバランス群, 一方の次元が中程度で他方が極端な中間群, 両次元とも極端な極端群の 3 グループに分類した。バランス群は 115 名, 中間群は 120 名, 極端群は 74 名となった。各群における人数の内訳は, Table1-1 に示す。

極端群において最も人数の多い家族機能は「遊離-硬直」であり, 次いで, 極端群で人数の多かった家族機能は「膠着-無秩序」であった。人数の少なかった家族機能は「膠着-硬直」であった。本研究では, 極端群に含まれる「遊離-無秩序」の家族機能に該当する家族は見出されなかった。また, 本研究において極端群はバランス群, 中間群と比較し人数に差が見られたことから, 極端にある家族機能が少ないことが見受けられた。中間群で最も多かった家族機能は「分離-硬直」であり, この家族機能の特徴は凝集性 (分離) が低いレベルから中間のレベルにあり, 適応性 (硬直)

が非常に低いレベルにあるということである。一方で、人数が最も少なかった家族機能は「分離—無秩序」である、この家族機能の特徴は、凝集性（分離）が低いレベルから中間のレベルにあり、適応性（無秩序）が非常に高いレベルにあるということである。バランス群では、最も人数の多い家族機能は「分離—構造化」であり、この家族機能の特徴は凝集性（分離）も適応性（構造化）も低いレベルから中間のレベルにあるということである。次いで人数が多かった家族機能は「結合—構造化」であり、この家族機能の特徴は凝集性（結合）が中間のレベルから高いレベルにあり、適応性（構造化）が低いレベルから中間のレベルにあるということである。次いで、人数が多かった家族機能は「結合—柔軟」でありこの家族機能の特徴は凝集性（結合）も適応性（柔軟）もどちらも中間のレベルから高いレベルにあるということである。バランス群の中で一番人数が少なかった家族機能は「分離—柔軟」であり、この家族機能の特徴は凝集性（分離）が低いレベルから中間のレベルであり、適応性（柔軟）が中間のレベルから高いレベルにあるということである。

本研究においてバランス群は、中間群と比較して大きな人数の違いはなく、ある程度均等に分布していることが示唆された。極端群、中間群、バランス群それぞれの傾向として、凝集性については、「遊離」「分離」「結合」「膠着」に大きな差は無く、ある程度均等に分布していた。「適応性」については高い家族機能よりも中間のレベルから低いレベルの家族機能が多いことが見受けられた。

Table 1-1  
家族16タイプの人数構成  
←低—凝集性—高→

	遊離	分離	結合	膠着		
↑ 高   適   応 性   低 ↓	無秩序	0	3	7	18	28
	柔軟	8	18	31	22	79
	構造化	13	34	32	18	97
	硬直	46	29	20	10	105
		67	84	90	68	309
	□	□	□	□	□	□
	バランス群	中間群	極端群			

N=115    
 N=120    
 N=74

過去および現在の過剰適応との関連 過去の過剰適応 ( $M=117.64, SD=17.92$ ) および現在の過剰適応 ( $M=113.19, SD=15.77$ ) と家族機能と満たされない自己の関連を検討するために、相関分析を行った。その結果、過去の過剰適応と現在の過剰適応には有意な正の相関があり ( $r=.50, p<.01$ )、過去の過剰適応の高さは現在の過剰適応得点の高さと関連していた。また満たされない自己 ( $M=70.39, SD=8.97$ ) は過去の過剰適応と有意な正の相関があり ( $r=.34, p<.01$ )、現在の過剰適応と有意な正の相関がみられた ( $r=.20, p<.01$ )。ここから、過剰適応傾向が高いほど、欲求が妨げられていることが示唆された。つまり、過剰適応青年は、欲求が妨げられ、自己が満たされていないと感じていると考えられる。

過去と現在の過剰適応について 過去の過剰適応総得点と現在の過剰適応の総得点に差が見られるか明らかにするために、家族機能ごとに、対応のある  $t$  検定を行った。また同時に標本効果量 (Cohen's  $d$ ) の算出を行った。家族機能の極端群、中間群、バランス群それぞれの過去と現在の過剰適応の総得点の平均と標準偏差、 $t$  検定の結果を Table1-2 に示した。

Table 1-2  
各家族機能における、過去・現在の過剰得点の平均・標準偏差、及び  $t$  検定の結果

		平均値	SD	$t$ 値
極端群	過去の過剰適応得点	120.73	17.78	2.34*
	現在の過剰適応得点	115.78	16.45	
中間群	過去の過剰適応得点	119.08	18.68	2.13*
	現在の過剰適応得点	115.73	15.95	
バランス群	過去の過剰適応得点	114.17	16.75	3.62**
	現在の過剰適応得点	108.88	14.24	

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

極端群および中間群では、過去を想起して回答した過剰適応の得点が現在の過剰適応得点より 5%水準で有意に高かった (それぞれ  $t(73)=2.34, p < .05, d=0.29, t(119)=2.13, p < .05, d=.19$ )。バランス群においては、過去を想起して回答した過剰適応の得点が現在の過剰適応得点より 1%水準で有意に高かった ( $t(114)=3.62, p < .01, d=0.34$ )。

全ての家族機能の群において、過去を想起した過剰適応の得点の方が現在の過剰適応の得点よりも高い結果となった。しかし、効果量は 0.19~0.34 と小さい効果量であったため、過去と現在の過剰適応の得点の差は大きな差としてもたらされなかった。現在の過剰適応総得点よりも過去の過剰適応総得点の方が高かった理由としては、過剰適応のままうまくやれることができる時期は、両親による承認のみで自我を支えられる前思春期までであり、他人の承認で心理的安定を補償し続けていくことは限界である (斉藤, 2012) ためであると考えられる。つまり、過去に過剰適応であった青年は、何らかの過程を通して、過剰適応からの状態から変容または脱却してきた可能性が存在すると考えられる。しかし本研究は、効果量としては大きな差がみられなかった。それは、過去を想起して回答するという方法をとったため、今後、縦断的な研究を行う必要があると考えられる。

**過去・現在の過剰適応と家族機能との関連** 家族機能の極端群、中間群、バランス群それぞれにおいて、過去・現在の過剰適応の総得点に差がみられるか検討するために、家族機能測定尺度を独立変数、過去・現在の過剰適応尺度得点を従属変数としてそれぞれ一元配置の分散分析を行った。家族機能の極端群、中間群、バランス群それぞれの過去と現在の過剰適応の総得点の平均と標準偏差、分散分析の結果を Table1-3 に示した。分析の結果、過去の過剰適応得点において、家族機能の群に差が見られたため Tukey 法の多重比較を行った。また、現在の過剰得点においても家族機能の群に差が見られたため、Tukey 法の多重比較を行った。過去の過剰適応得点では、バランス群が極端群よりも有意に低かった ( $F(2,306)=3.71, p < .05$ )。現在の過剰適応総得点では、バランス群が中間群、

極端群よりも有意に低かった( $F(2,306)=7.13, p<.01$ )。過去・現在の過剰総得点において、家族機能のバランス群が他の群に比べて有意に低いことが示唆された。過去と現在のどちらにおいても、家族機能のバランス群において過剰適応総得点が低かった理由として、村久保(2008)の過剰適応は安定しない家族関係が前提にあるという先行研究と一致した結果となったと言えるだろう。

Table 1-3  
家族機能の各群における過剰適応得点の分散分析

	極端群 N=74	中間群 N=120	バランス群 N=115	F値	多重比較
過去の過剰適応	120.73 (17.78)	119.08 (18.68)	114.17 (16.75)	3.71*	極端群>バランス群
現在の過剰適応	115.78 (16.45)	115.73 (15.95)	108.88 (14.24)	7.13**	極端群=中間群>バランス群

( )内は標準偏差 \* $p<.05$ , \*\* $p<.01$

また、Olson(1985)の家族機能は、ポジティブなコミュニケーションをとることで状況に応じて家族機能を変化させる一方で、ダブルバインドや批判的なメッセージで構成されるネガティブなコミュニケーションをとることで状況に応じた家族機能の変化を妨げることを前提としている。つまり、バランス群ではポジティブなコミュニケーションが多くとられ、極端群ではネガティブなコミュニケーションが多いということである。過剰適応になる環境として、大河原(2008)よれば、子どものネガティブ感情の表出を扱わないコミュニケーション不全の問題を孕んでいるとしており、ここから極端な家族機能ほど過剰適応の傾向が高いと示唆された。

**家族機能と満たされない自己との関連** 家族機能の極端群 ( $M=71.84, SD=10.41$ ) 中間群 ( $M=69.51, SD=8.69$ ) バランス群 ( $M=70.38, SD=8.18$ ) それぞれの家族機能によって満たされない自己に差があるか検討するために、一元配置の分散分析を行った。その結果、家族機能のどの群においても差は見られなかった。( $F(2,306)=1.55, p=.24$ )。ここから、家族機能の各群において、欲求が妨げられ、自己が満たされていないと感じることに差はないことが明らかとなった。過剰適応青年の欲求が妨げられていると感じることと、家族機能は関連していないことが示唆された。

## 研究 2

### 目的

過剰適応青年が、期待に応えている状態が維持できなくなった時に、過剰適応青年と家族がどのように変容するかについて検討することを目的とする。

### 方法

**調査協力者** 研究1において過去の過剰適応の得点が平均よりも高く、期待に応えられず困った経験があると応えた21名に面接調査を依頼した。そのうち返信のあった13名の協力が得られた。録音を許可しなかった1名は筆記で記録をとり13名を分析対象とした(男子4名、女子9名、Table 2-1)。

Table 2-1  
面接協力者プロフィール

	性別	年齢	家族機能	16タイプの分類
A	女	19	極端群	遊離・無秩序
B	女	19	極端群	遊離・無秩序
C	女	19	極端群	遊離・無秩序
D	男	20	極端群	遊離・無秩序
E	女	22	極端群	膠着・硬直
F	女	20	中間群	膠着・構造化
G	男	20	中間群	膠着・柔軟
H	女	21	中間群	分離・硬直
I	女	21	中間群	膠着・構造化
J	女	20	バランス群	結合・構造化
K	男	20	バランス群	結合・構造化
L	女	21	バランス群	結合・構造化
M	女	23	バランス群	分離・柔軟

**調査手続き** 2013年8月から10月までの期間に、半構造化面接を行った。面接場所は、人の出入りがないよう、面接室や実験室で行った。面接時間は一人あたり90分から120分であった。

**倫理的配慮** 面接調査実施前に、本研究の目的と倫理的な問題の配慮について説明した。その上でICレコーダーによる録音及び筆記記録、研究結果の公表に関して承諾を得て、面接承諾書に同意の署名をしてもらった。逐語記録の作成に際しては、個人名、所属先、学校名はアルファベット表記とし、個人のプライバシーの保護に配慮した。なお、本調査を実施するにあたり、広島大学院教育学研究科倫理審査委員会の承認を得ている。

**調査内容** 分析テーマを「期待されていた経験からの変容プロセス及び家族機能との相互作用」とし、幅広いエピソードを聞き取れるよう以下の中心的な質問項目を設定した。質問項目は、過去を振り返り期待されていた経験、期待に応えられなくなった経緯、その際の家族の変化、自分の捉え方と変化、変化のきっかけなどについてであった。面接内容は、期待されていた経験について自由に回想してもらい、半構造化の質問に沿うよう適宜質問した。

**分析方法** 本研究では、木下(2003)による修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(以下、M-GTA)を分析方法として用いた。グラウンデッド・セオリー・アプローチ(以下、GTA)はStrauss&Glaser(1976)によって提唱された質的研究法である。M-GTAはGTAの特徴あるデータに密着した分析の緻密さは重視しつつ、切片化は行わず分析者の問題意識に忠実にデータのコンテキストを理解することに重きを置くという特徴を持つ(木下, 2003)。しかし、GTAは、オリジナル版、グレイザー版、ストラウス・コービン版などが国においては数種類の方法が紹介されているのが現状である。そこで本研究では、GTAの基本特性を継承しつつコーディング方法や研究者のスタンス等の点においてより明確にされている木下(2003)によって考案されたM-GTAを採用することとした。具体的な分析は、木下(2003)を参考にして以下の手順で行った。

①録音した音声及び筆記記録をもとに逐語記録を作成し、面接データとした。②面接データ中のテーマに関連した箇所に着目し、それをひとつの具体例として、かつ、他の類似具体例をも説明できると考えられる概念を生成した。③概念を作成する際に、分析ワークシートを作成し、概念名、定義、具体例、理論的メモを記入した。分析ワークシートは新たな概念が生成される度に作成した。④同時並行として他の具体例から探し、分析ワークシートの具体例の欄に追加記入していった。具体例が豊富にみられない概念は有効ではないと判断した。⑤解釈が恣意的に偏る危険を防ぐため、生成した概念の完成度は類似例の確認を行った。⑥生成した概念と概念の関係との関係の一つずつ検討し、カテゴリの生成を行った。カテゴリ相互の関係から分析結果をまとめ、その概念をストーリーラインとして簡潔に文章化し、さらに結果図を作成した。

本研究において M-GTA を採用した理由として、主に以下の 3 点があげられる。第一に、M-GTA は面接型調査を前提に考案されており、人間の現象を研究対象として捉えられる点である。本研究で対象とする期待に応えられない経験は多様で複雑な特性を備えていると考えられ、その特性を網羅的に捉えることができると考えられる。第二に、従来質的研究法は、データの扱いにおいて研究者の主観に頼る部分が多く、研究の習熟を必要とするが、その点 M-GTA は分析手順に分析ワークシートと呼ばれる書式を導入することで、分析方法が明確に体系化されていることがあげられる。分析仮定において思考の外在化を行うことで、質的データを解釈する際に懸念される先入観やバイアスを意識説明することで、思考が主観的に偏らないようにすることが可能であると考えられる。第三に、M-GTA がデータの切片化を柔軟に捉えて現象の大きな流れやデータのまとまりや統合性を重視することから、プロセス的特性を強く持つ本研究に適していると考えられ、本研究においても対象者が期待に応えられなくなるという動きを持っていることから、この分析方法を採用することは適していると考えられる。

## 結果と考察

**過剰適応青年と家族の変容プロセス** 過剰適応からの脱却過程において 21 の概念、11 のカテゴリが生成された。なお、カテゴリと概念と定義は Table2-2 に示した。具体例には、調査協力者を M-L と表記して示した。各概念及びカテゴリの説明 以下に、段階的な概念とカテゴリの生成および精緻化を示した。その際、カテゴリ名は【】、概念名は〈〉で示した。

【期待】: 過剰適応青年が期待される内容であり、周囲から望まれる将来像や、家族構成や出生などによって、期待が増大されるようなものを含むカテゴリである。このカテゴリには以下の 2 つの概念が存在する。〈1. 家族の思い〉においては、家族機能が極端群、中間群では、両親の期待が強い内容が多くみられた一方で、バランス群では過剰適応青年本人の希望するよう頑張っしてほしいという期待が多く見られた。つまりバランス群においては過剰適応青年の希望がそのまま家族の期待であったと考えられる。〈2. 家族構成からくる期待〉とは、家族構成や家族環境から期待されている状態を示し、この概念はどの家族機能の群にも見られた。

【過剰適応】: 過剰適応青年が周囲からの期待に応えている状態のカテゴリである。このカテゴリには以下の 2 つの概念が存在する。〈3. 期待をそのまま受け入れる〉では、中間群と極端群では、過

過剰適応青年自身の希望が無い場合が多く、両親や周囲の期待内容をそのまま受け入れる内容が多く見られた。これは、過剰適応青年が欲求不満場面でネガティブな感情を無視し、感情を押し込め続けた結果、自分の体験している感情・願望などの内的欲求に気づき難い(庄司・林田, 2003)ためであると考えられる。バランス群では〈1.周囲の思いによる期待〉が、過剰適応青年本人の希望するよう頑張りたいという期待であったため、周囲の期待と過剰適応青年の本人の希望が同じである内容が語られた。〈4.期待に応えるため自己抑制〉では、中間群と極端群にしか見られなかった。

【過剰適応の維持】: 過剰適応を維持するための要因や状態を示すカテゴリである。このカテゴリには以下の2つの概念が存在する。〈5.過剰適応の強化〉においては、どの家族機能の群にも見られたが、〈6.偽りの自己への充足〉では、家族機能が中間群と極端群にのみ見られた。

【成長に伴う期待の増加】: 年齢や学年が上がることによって、課題やタスクが増加することで期待に沿うことが難しくなるカテゴリである。このカテゴリには〈7.生活環境の変化〉の概念が存在し、家族機能のどの群においても見られた。

【問題を表す】: 期待に応えられなくなった際に、何らかの反応を示すカテゴリである。このカテゴリには以下の2つの概念が存在する。〈8.外罰的な反応〉および〈9.内罰的な反応〉は、家族機能のどの群においても見られた。先行研究においては、不登校、「キレル」現象、リストカット、不登校などの問題(山川, 2001)が数多くあげられているが、本研究では、健康な大学生を対象としたため、反抗する、家出するなどのみにとどまり、先行研究のような語りは得られなかった。そのため、問題の表出の仕方に関しては、今後臨床群への一般化に向けた検討が必要であると考えられる。

〈8.外罰的な反応〉と〈9.内罰的な反応〉は、過剰適応青年本人の意思と周囲の期待が異なり、他者に望まれた像を自分の理想として内に取り込み(柏原, 2008)、本当の自己を隠して、期待される自分を維持(山本, 2005)していたために起こった反応であると考えられる。しかし、反応の仕方は様々であり、家族機能の群によっても差が見られなかった。期待に応えられなくなった際に起こる反応は、家族機能の群は関係なく、その他の要因が影響していると考えられた。

【家族の戸惑い】: 過剰適応青年が期待に応えられず、起こした問題の表れに対して、期待していた家族が戸惑いを表すカテゴリである。このカテゴリには以下の2つの概念が存在する。〈10.期待の内容について話し合う〉はバランス群においてのみ見られた。その理由として、バランス群の〈1.家族の思いによる期待〉が、過剰適応青年の希望がそのまま家族の期待であったため、問題が表れた際に、期待内容について、周囲の家族が確認するという反応をしたためであると考えられる。

〈11.家族の期待をおしつける〉においては、中間群と極端群にしか見られなかった。中間群・極端群の〈1.家族の思いによる期待〉が、両親の期待が強い内容であったため、問題が表れた際に、周囲の家族が戸惑い、さらに期待をおしつける反応をしたためであると考えられる。

【期待環境の収束】: 周囲の期待が変化し、それに伴って、過剰適応青年本人が自分の決定の機会が増加することを示すカテゴリである。このカテゴリは、家族機能が中間群と極端群にのみ見られ、〈12.周囲の期待の低下〉と〈13.期待からの脱却〉の2つの概念が存在する。このカテゴリについて家族機能が中間群と極端群にしか見られなかった理由として、〈1.家族の思いによる期待〉において、極端群、中間群では、両親や周囲の期待が強い内容であったのに対して、バランス群は、過剰

適応青年の希望がそのまま家族の期待であったために、語りが得られなかったと考えられる。

【物理的な分離】: 期待されている家族から離れて一人暮らしを始めることや、期待されている環境から抜け出すことを表すカテゴリである。このカテゴリは、主に極端群にのみ見られ、中間群においては1名のみであった。このカテゴリには〈14.期待環境から離れる〉の概念が存在する。

【自分自身の捉えなおし】: 周囲からの期待に応えることに疑問を抱くことや、期待によって自分自身を保っていたことに気付くことや、過剰適応青年自身がやりたかったことを自主的に行うことを示すカテゴリである。このカテゴリには以下の3つの概念が存在する。〈15.期待に応えることへの疑問〉は、中間群と極端群にのみ見られた。中間群と極端群にしか見られなかった理由としては、〈3.期待をそのまま受け入れる〉において、中間群と極端群の過剰適応青年は自身の希望が無く、家族や周囲の期待をそのまま受け入れていた為であると考えられる。〈16.自己一致の表現〉でも、中間群と極端群にのみ見られた。バランス群に見られなかった理由として、〈1.周囲の思いによる期待〉において、過剰適応青年本人の希望するよう頑張してほしいという家族の期待であったため、周囲の影響を受けずにやりたいようにする必要性が無かったためであると考えられる。〈17.自分なりの目標設定〉は、自分自身で目標設定を行うことであり、家族機能のどの群においてもみられた。

【期待の捉えなおし】: 過剰適応青年が家族や周囲から期待されていた背景にある思いを理解し、期待に対して振り返ることで感謝の気持ちを抱くことを表すカテゴリである。このカテゴリには以下の2つの概念が存在する。〈18.期待背景への理解〉は、中間群と極端群にのみ見られた。中間群と極端群は〈1.家族の思いによる期待〉において、家族の期待が強く、過剰適応青年の期待が異なっていたにも関わらず、家族の期待に応えようと努力していたためであると考えられる。〈19.周囲への感謝〉においては、家族機能のどの群においてもみられた。

【過剰適応からの変容】: 過剰適応青年が過剰適応していた状態を乗り越え変容したことを表すカテゴリである。このカテゴリには〈20.価値観の統合〉と〈21.期待と自分の意思のバランスがとれるようになる〉の2つの概念が存在し、家族機能のどの群においても見られた。

過剰適応青年と家族の変容プロセスの作成 分析手続きで得られた概念・カテゴリ及をもとにプロセス図を作成した (Figure 2-1.)。

過剰適応青年と家族の変容 分析の結果、まず過剰適応青年は、周囲および家族との関係の中において【期待】、【過剰適応】、【過剰適応の維持】の3つカテゴリから構成される「過剰適応の悪循環」を起こしていた。過剰適応青年は〈家族の思い〉や〈家族構成からくる期待〉から成立つ【期待】に対し、〈期待をそのまま受け入れる〉ことや〈期待に応えるため自己抑制〉することで【過剰適応】の状態であった。そこに家族や周囲からの〈過剰適応の強化〉に加え、〈偽りの自己への充足〉をすることが【過剰適応の維持】要因となり、さらなる【期待】を引き起こしていた。しかし、〈生活環境の変化〉から成る【成長に伴う期待の増加】に伴い、【期待】に沿えなくなると〈外罰的な反応〉や〈内罰的な反応〉として様々な【問題を表す】反応がみられた。こういった過剰適応青年の反応に、家族や周囲は〈期待の内容について話し合う〉ことや〈家族の期待をおしつける〉ことで【家族の戸惑い】を示していた。【家族の戸惑い】や、【物理的な分離】および【期待環境の収束】などを通して、家族の期待が変容し始めると、過剰適応青年は【自分自身の捉えなおし】を行うプロセ

スへと至っていた。なお【期待環境の収束】と【自分自身の捉えなおし】は相互的に影響していた。

【自分自身の捉えなおし】が終わると、〈期待背景への理解〉する余裕が生まれ〈周囲への感謝〉の気持ちが起こるなど【期待の捉えなおし】が始まっていた。そして、期待していた〈家族の思い〉が過剰適応青年自身の価値観の土台として築かれ、〈価値観の統合〉が行われていた。過剰適応青年自身は〈期待と自分の意思のバランスがとれるようになる〉状態となっており、【過剰適応からの変容】へと至っていた。以上のストーリーラインを Figure 2-1 に示す。

**家族機能の群ごとの検討** 【家族の戸惑い】は、家族機能の各群において反応が異なった。家族機能がバランス群の家族は〈期待の内容について話し合う〉ことで【家族の戸惑い】を示し、バランス群の青年は〈自分なりの目標設定〉を行うことで【自分自身の捉えなおし】へと至っていた。

一方、家族機能が中間群と極端群の家族は〈家族の期待をおしつける〉ことで【家族の戸惑い】を示し、過剰適応青年は〈期待環境から離れる〉ことで【物理的な分離】を行うことや、〈周囲の期待の低下〉を待ち〈期待からの脱却〉を行うことで【期待環境の収束】を図っていた。そして〈期待に応えることへの疑問〉を抱き〈自己一致の表現〉を行うことや、〈自分なりの目標設定〉を行うことで【自分自身の捉えなおし】を行っていた。家族機能の群ごとにおいて、【家族の戸惑い】の反応が異なったことについては、Olson (1985) の円環モデルによるコミュニケーションの理論が示唆されたと考えられる。円環モデルにおけるコミュニケーションは、状況に応じて家族機能が促進的に変化するのは、ポジティブなコミュニケーションであり、同情的、共感的、支持的なメッセージで構成されるとある。これは【家族の戸惑い】の中で家族機能のバランス群のみに見られた〈10. 期待の内容について話し合う〉の内容と一致していると推察される。バランス群である M さんの語りからもみられるように、「やりたいって言ってたから、応援したい気持ちもあるけど、でもあんまり辛そうな姿をあんまりみるのも、嫌だって言われたかな。」のように〈1. 家族の思いによる期待〉が、過剰適応青年の希望がそのまま家族の期待であり、過剰適応青年の意見を尊重し、コミュニケーションにおいても共感的、支持的なメッセージであったと考えられる。

一方で、状況に応じて家族機能が促進的に変化するのを妨げるネガティブなコミュニケーションには、ダブルバインドや批判的な発言で構成されているとある。これは【家族の戸惑い】の中で家族機能の中間群と極端群に見られた、〈11. 家族の期待をおしつける〉と一致していると推察される。中間群である G さんの語りからも「野球自体が嫌になって、入りたくなかったんですけど、(中略) 野球はしなきゃいけないっていう感じでしたね。「やれ」みたに結構高圧的な感じでした。」のように、〈1. 家族の思いによる期待〉が、両親の期待が強い内容であったため、問題が表れた際に、さらに期待をおしつけるという、過剰適応青年の意思はあまり受け入れられず、批判的なコミュニケーションであったと推察される。また、【家族の戸惑い】の違いによって、その後【自分自身の捉えなおし】に至るまでのプロセスにも違いがみられ、中間群、極端群では、【物理的な距離】をとることや【期待環境の収束】を図るまで、なかなか【自分自身の捉えなおし】まで至らなかったのに対して、バランス群はすぐに【自分自身の捉えなおし】へ向かうことができていた。ここから、家族機能の変容が、過剰適応青年が【過剰適応からの変容】する過程に大きく関連している可能性があると考えられる。

Table 2-2  
生成された概念とカテゴリ

カテゴリ	概念	定義
【期待】	〈1. 家族の思い〉	家族から望まれている内容や将来像について。
	〈2. 家族構成からくる期待〉	兄弟の有無や出生の順番などの家族構成や環境によって、比較されたり期待される状態。
【過剰適応】	〈3. 期待をそのまま受け入れる〉	周囲からの期待に対して、自分の気持ちに関わらずそのまま抵抗なく受け入れること。
	〈4. 期待に応えるため自己抑制〉	期待に対して、不満があるが、その不満を周囲に伝えず、期待に沿おうと頑張ること。また、期待に沿い頑張ることでモチベーションが下がることや不満が募ること。
【過剰適応の維持】	〈5. 過剰適応の強化〉	周囲のサポートや誉めることを通して、より期待に応えるような行動をすること。
	〈6. 偽りの自己への充足〉	期待に応えることで自分自身を保っており、期待に応えることが自分の誇りであると感じていること。
【成長に伴う期待の増加】	〈7. 生活環境の変化〉	成長に伴い、環境環境や身辺が変化することによって、課題や期待される量が増えること。
【問題を表す】	〈8. 外罰的な反応〉	期待に応えられなかった為に、他人を非難したり、外部の物・状況に対して攻撃するなどの反応として表すこと。
	〈9. 内罰的な反応〉	期待に応えられなかった為に、嫌な気持ちが喚起されることや、落ち込むなどの情緒的な反応として表すこと。また、期待に応えられないことでどうしようもなくなり、自分を守る行動をすること。
【家族の戸惑い】	〈10. 期待の内容について話し合う〉	期待に反する表れに対して、期待する家族は戸惑いを表し、本人の意見を尊重しつつも期待を確認し話し合いをする様子。
	〈11. 家族の期待をおしつける〉	期待に反する表れに対して、期待する家族が受け入れられないことを、本人におしつける様子。
【期待環境の収束】	〈12. 周囲の期待の低下〉	期待する人の期待の仕方や程度が変化すること。
	〈13. 期待からの脱却〉	周囲の期待の低下により、本人が決める機会が増えてくること。
【物理的な分離】	〈14. 期待環境から離れる〉	期待環境から一線を引いて抜け出すこと。部活をやめる、実家を出て一人暮らしを始める、期待環境から物理的な距離を取る。また、期待されている人と距離を取る。
【自分自身の捉えなおし】	〈15. 期待に応えることへの疑問〉	期待に応えられなくなる経験を通し、期待に応えることへ疑問がうまれること。またそれによって、期待に応えられていた自己像が揺らぎ、自分自身への認識が変化すること。
	〈16. 自己一致の表現〉	周囲に影響をうけずに、自分のやりたいことを自主的に行い、自分の好きなように振る舞うこと。
	〈17. 自分なりの目標設定〉	将来にむけて、自分自身で目標設定を行い、そのことに関して頑張ること。
【期待の捉えなおし】	〈18. 期待背景への理解〉	家族や周囲の期待や思いの基となる背景要因や、成育環境を振り返ることで、期待されていたことを理解することや、納得すること。
	〈19. 周囲への感謝〉	家族や周囲の期待に対して振り返ることで、過去に期待されていたことにありがたみを感じる。
【過剰適応からの変容】	〈20. 価値観の統合〉	期待について捉えなおし、期待されていた価値観を自分の中に統合し受け入れること。
	〈21. 期待と自分の意思のバランスがとれるようになる〉	期待と自分の意思に折り合いを上手につけることができるようになること。

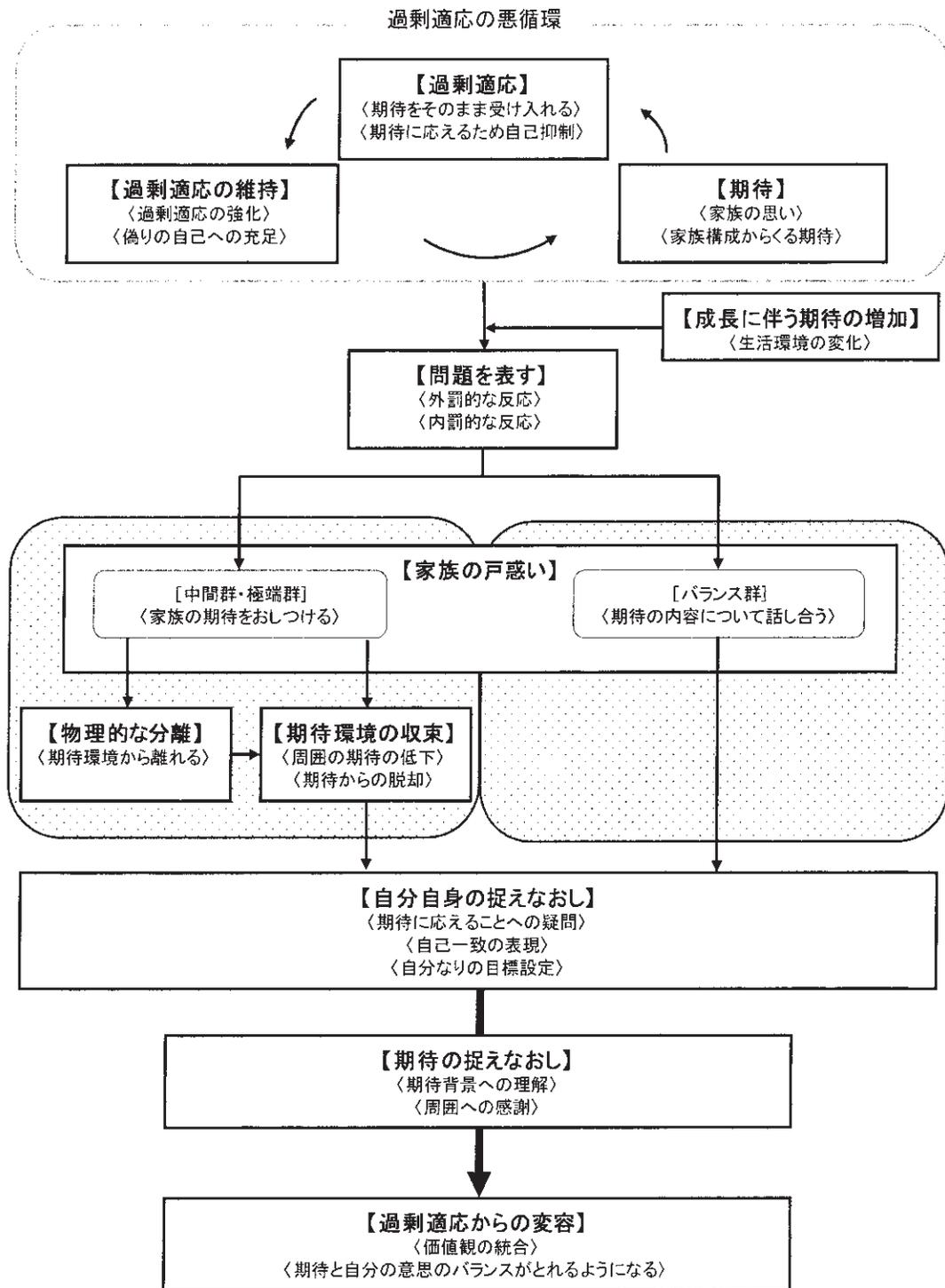


Figure 2-1. 過剰適応青年と家族の変容プロセス

## 総合考察

### 本研究の成果

本研究では、過去の家族機能が大学生に過去と現在の過剰適応傾向と関連しているか、および、過剰適応青年がどの程度欲求が満たされておらず、現実の自己は自ら想定した基準やイメージ通りではない傾向を抱いているかについて検討を行った。さらに、大学生における過剰適応青年が問題を表した後の、過剰適応青年とその家族の変容プロセスを明らかにすることを目的とした。

その結果、過剰適応傾向は過去と現在で比較したところ、現在の状態よりも過去の状態を想起した方が、過剰適応傾向が高いことが示唆された。「よい子」や過剰適応のままでもうまくやれることができる時期は、両親による承認のみで自我を支えることが可能である前思春期までである(斉藤, 2012)。本研究では、中学生のころを想起して回答を求めたが、中学は前思春期の終わり頃であると考えられるため、親や周囲の期待に応えられていた可能性があると考えられる。しかし、面接調査では、大学受験直前の高校生まで期待に応えられていたという語りも得られた。ここから、過剰適応傾向が低下することは、前思春期という時期や、時間経過によるよりも、ライフイベントの影響が大きい可能性が考えられる。

家族機能ごとに過剰適応の関連を検討した結果は、家族機能でバランスがとれていた群は過剰適応傾向が低かったことから、家族機能は過剰適応傾向に関連していることが示唆された。過去および現在のどちらにおいても、バランス群において過剰適応傾向が低かったため、長期にわたって家族機能は影響していると考えられる。面接調査でも、家族機能ごとにおいて、過剰適応青年への関わりが異なる語りも得られ、過剰適応青年と家族が相互に影響しあうことが示唆された。また、家族機能の変容が、過剰適応青年が【過剰適応からの変容】する過程に大きく関連している可能性があることが示唆された。

### 今後の課題

本研究の研究1では、過剰適応青年における、欲求が満たされていない状態と、家族機能の検討をした。そのため、過去の家族機能を過剰適応青年がどのように認知していたかを知るために家族機能についてと、欲求が満たされていない状態について、中学生ごろを想起した状態で回答を求めた。また、過剰適応傾向については、時間経過についても検討を行ったため、中学生ごろを想起した状態と、現在の状態について回答を求めた。その結果、家族機能の群において、過去の過剰適応傾向についても、現在の過剰適応についてもバランス群が低いという傾向が示された。しかし、過去を想起して回答を求めたため、時間経過については、詳細な検討は行っていない。そのため今後は、時間的な経過が過剰適応傾向に影響をおよぼしているか縦断的に検討していく必要があると考えられる。

研究2においては、過剰適応青年が問題を表した後の、過剰適応青年とその家族の変容プロセスを明らかにすることを目的とした。その結果、過剰適応青年は家族と相互的に影響を与えながら変容していく過程が示された。

しかし、過剰適応青年が過剰適応から脱却までに至っていたかについては検討できていない。それは、本研究においては、過剰適応青年にとって印象的であったエピソードに絞って回答を求めた

めであると考えられる。しかし実際には、過剰適応青年自身のライフイベントや家族にとっての危機ごとに【過剰適応からの変容】を過剰適応青年とその家族の中で繰り返している可能性も推察される。今後は、過剰適応青年のライフイベントごとや、家族の危機ごとに検討を行う必要があると考えられる。また、本研究では、過剰適応青年に面接調査を行ったため、過剰適応青年からみた家族機能や家族の対応の捉え方にとどまった。今後は、過剰適応青年の家族からみた、過剰適応からの変容についても検討することが望まれる。

最後に、本研究は健康な大学生を対象としており、臨床群への一般化については議論の余地が残る。また、過剰適応青年のみの面接調査であったため、過剰適応青年が【問題を表す】までの過程については、詳細な検討が行えなかった。そのため、過剰適応青年が問題を表すまでの過程について、家族の立場と過剰適応青年の立場のそれぞれについて、今後検討していく必要があると言える。

#### 引用文献

- Ackerman, N.W. (1958). *The psychodynamics of family*. New York : Basic Books.
- 秋田県総合教育センター (1998). タイプや状況に応じた不登校児生徒への対応 総合教育センター研究紀要第 30 集, 秋田県総合教育センター
- 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.
- 浅井継悟 (2012). 日本における過剰適応研究の研究動向 東北大学大学院教育学研究科研究年報 60 (2), 283-294.
- Berkowitz, L. (1962). *Aggression: A social psychological analysis*. New York : McGraw-Hill.
- Berkowitz, L. (1989). *The frustration-aggression hypothesis*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall.
- Bertalanffy, L.V. (1968). *General system theory: Foundations, development, applications*. New York: George Braziller.
- 藤 桂・湯川進太郎 (2005). 満たされない自己が敵意的認知と怒り感情に及ぼす影響 カウンセリング研究, 38, 22-32.
- 藤原勝紀 (1988). よい子の過剰適応 これからの学校精神衛生<特集>, 36, 377-383.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescents: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education, vol2*. New York: Appleton.
- 羽田敏一 (1992). よい子が危ない 児童心理, 46, 920-323.
- 平木典子 (1998). 家族と心理臨床 垣内出版.
- Horney, K. (1937) *The Neurotic personality of Our Time*. W.W. North & Company Inc. (ホーナイ, K. 我妻 洋(訳) (1973). 現代の神経症的人格 誠信書房).
- 池谷壽夫 (2000). 「教育」からの離脱 青木書店
- 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, 137.
- 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**, 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**,  
442-453.
- 亀澤信一 (2000). 「ふつうの子がキレる」は本当か 児童心理, **54**, 197-202.
- 柏原博子 (2008). 過剰適応の子どもにおける研究—投影法のスクリーニング可能性— 首都大学東京  
東京都立大学心理学研究, **18**, 29-35.
- 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.
- 木下康仁 (2003). グランデッド・セオリー・アプローチの実践:質的研究への誘い 弘文堂
- 木下康仁 (2007). ライブ講義 M-GTA 実践的質的研究法 修正版グラウンデッド・セオリー・アプ  
ローチの全て 弘文堂
- 北村晴信 (1965). 適応の心理 誠信書房
- 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**, 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.
- 草田寿子・岡堂哲夫 (1993). 家族関係査定法 岡堂哲雄 (編) 心理査定学 垣内出版 pp.573-581.
- 桑山久仁子 (2003). 外界への過剰適応に関する—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**, 151-160.
- 益子洋人 (2009a). 青年期における過剰適応傾向に関する研究—外的適応と自己価値の随伴性, 本来  
感の関連— 文学研究論集, **30**, 243-251.
- 益子洋人 (2009b). 高校生の過剰適応と, 抑うつ, 強迫, 対人恐怖心性, 不登校傾向との関連—高等  
学校の2校の調査から— 学校メンタルヘルス, **12**, 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 pp.22-25.
- 三池輝久 (1999). 「よい子」のストレスと疲れ 児童心理, **53**, 1622-1627.
- 宮本忠雄 (1989). 過剰適応— 青年心理, **76**, 37-40.
- 三輪雅子・上野一郎・松野俊夫・村上正人・桂 戴作・堀江考至 (2001). 心療内科受信者の過剰適  
応傾向の検討— 心身医学, **41** (supple), 574.
- 村久保雅考 (2008). 「よい子」の過剰適応に気付ける親・教師 児童心理, **62** (16), 1505-1509.
- 村瀬孝雄 (1984). 青年期危機説への反証— 精神科 MOOK6, pp.30-369. 金子書店
- 岡田和史 (2005). ひきこもりの精神病理— 村尾泰弘 (編) 現代のエスプリ別冊— ひきこもる若者  
たち 至文堂

- 岡堂哲雄 (1991). 家族心理学講義 金子書房
- 大河原美以 (2008). 子どもの心理療法に EMDR を利用することの意味—感情制御の発達不全と親子のコミュニケーション— こころのりんしょう a・la・carte, **27**, 293-298.
- 大河原美以 (2010). 教育臨床の課題と脳科学研究の接点(1): 「感情制御の発達不全」の治療援助モデルの妥当性, **61**, 121-135.
- 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.
- Olson, D.H., McCabbin, H.I. A., Muxen, M., & Wilson, M. (1985). *Family Inventories*. St. Paul, MN: Family Social Science, University of Minnesota.
- シャーマン R.T. ・ トンプソン R. A. 斉藤 学 監訳・解説; 本郷豊子 (訳) (1997). 「よい子」と過食症 : 家族と援助者のための Q&A 創元社 (Sherman, R.T. & Thompson, R.A. (1990) *Bulimia: a guide for family and friends*. Virginia: Lexington Books.)
- 斉藤 環 (2012). 「よい子」の破綻とそこからの再生 教育と医学, **60**, 18-24.
- 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
- 塩谷治彦 (2002). 少年非行—キレる非行と過剰適応の病理について— 近代文芸社 pp.36-37.
- 佐々木正美 (2012). 「よい子」の破綻とそこからの再生 教育と医学 **60**, 2-3.
- 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**, 266 - 277.
- 庄司一子・林田和恵 (2003). 「よい子」傾向を持つ子どもの self-control と対人関係 教育相談研究, **41**, 49-57.
- 鈴木乙史 (1991). 「よい子」イメージからの脱却 児童心理, **45**, 123-126.
- 丹波洋子・竹葉友美 (1996). いわゆる「よい子」の内的適応について(2) : 精神的健康(Subjective Well-being) の視点から日本教育心理学会総会発表論文集, (**38**), 523.
- ウィニコット, D.W. 牛島定信 (訳) (1977). 情緒発達の精神分析理論 現代精神分析双書第Ⅱ期 第 2 巻 岩崎学術出版社 (Winnicott, D.W. (1965). *Maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. Florida: Hogarth Press.)
- 山本 力 (1984). アイデンティティ理論との対話 —Erikson における同一性概念の展望— 鐘幹八郎・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 pp.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**, 47-55.