様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成　23 年　5 月　1 日現在

機関番号：13201
研究種目：若手研究（Ｂ）
研究期間：2009　～　2010
課題番号：21730513
研究課題名（和文）　中学生の過剰適応傾向における非適応性のプロセスに関する実証研究

研究課題名（英文）　Researches on the process of maladaptation of over-adaptation among Junior high school students.

研究代表者
石津憲一郎（ISHIZU KENICHIRO）
富山大学・人間発達科学部・講師
研究者番号：40530142

研究成果の概要（和文）：
本研究では，中学生の過剰適応傾向における非適応性について，self-discrepancy 理論と素因ストレス理論の 2 つの観点から検討した。理想自己と現実自己の乖離（discrepancy）は，ある種の認知的不協和を個人に生起させる。この認知的不協和が生じた際，過剰適応傾向の高い者ほど，ストレス反応や学校ぎらい感情が高まることが示された。また，過剰適応傾向は，ストレッサーが低い時にはストレス反応に影響しないが，ストレッサーの頻度が増えたとき，ストレス反応を増強させる作用が男子においてみられた。

研究成果の概要（英文）：
In this study, I examined the mal-adaptability in the tendency to over-adaptation among the junior high students from the viewpoint of self-discrepancy theory and diathesis stress theory. The discrepancy between ideal self and the reality self lets an individual invoke certain cognitive dissonance. When this cognitive dissonance occurred, stress reaction and school phobia feelings were higher in those who have high tendency to over-adaptation. In addition, when a stressor was low, the tendency to over-adaptation did not influence a stress reaction, but when high, tendency to over-adaptation developed stress reaction in boys but not in girls.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2009 年度	600,000	180,000	780,000
2010 年度	100,000	30,000	130,000
年度			
年度			
年度			
総　計	700,000	210,000	910,000

研究分野：教育心理学，学校心理学，臨床心理学
科研費の分科・細目：教育心理学・パーソナリティ
キーワード：過剰適応，学校適応，ストレス，中学生

１．研究開始当初の背景

学校基本調査速報（文部科学省,2010）によると，平成 21 年度間の「不登校」を理由とする児童生徒数は，小学校約 2 万 2 千人，中学校で約 10 万人であった。小学校および中学校に在籍する児童生徒数は減少の一途をたどりいずれも過去最低の在籍者数となっているが，不登校生徒の割合はほぼ横ばいである。こうした現状

に対し，本邦においては 90 年代を中心に学校ストレス研究をはじめとする多くの研究が教育学や心理学の分野で行われてきており，ストレスマネジメントや SSE（Social Skill Education）といった，集団単位で実施可能な心理教育的アプローチの実践研究や効果研究も盛んに行われてきた。そしてその効果には一定の評価がなされているが，不登校の増加傾向に対する決定的な歯止めには至っていない現状がある。そこで，中学生の学校適応は新たな側面からの研究が急務と判断できる。

秋田県教育総合センター（1998）によれば，不登校のタイプは「分離不安型」「よい子の息切れ型」「甘え依存型」といった類型に分類することができる。また，小学生に多い「分離不安型」の不登校は，中学生や高校生では著しく減少し「よい子の息切れ型」が最も多くなることが確認されている（秋田県教育総合センター，1998）。これまで「よい子（いい子）」に関する実証研究として，「いい子」傾向の中学生の self-control と対人関係満足度の関連を調べたものに庄司・林田（2003）があげられる。庄司・林田（2003）は「いい子」傾向を「主張抑制」と「他者迎合」の２因子に分類し，self-control，社会的スキル，ソーシャルサポート，対人関係満足度との関連をそれぞれ検討した。その結果，「いい子」傾向の「他者迎合」が強いほど，促進的な self-control を行い，他者と関わるときに共感・同調し，否定的行動をとらず，したくないことをする傾向が高くなった。社会的スキルと「主張抑制」と「他者迎合」のそれぞれの相関は，「主張抑制」が負の相関を持つのに対し，「他者迎合」は正の相関を持つことが明らかにされている。さらにソーシャルサポートとの関連性では，「他者迎合」とソーシャルサポートが正の相関を示したのに対し，「主張抑制」は負の相関を示した。このように，学校内に存在している「よい子」の社会的スキルや他者に対する共感性は低いとは限らず，学校内で不適応を起こしていると，そもそも認知されない可能性が考えられる。

石津（2006）は「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応えようとする傾向」を過剰適応傾向と定義し，上述のよい子傾向を含む過剰適応尺度を構成した。この尺度は，「自己抑制」「自己不全感」「他者配慮」「期待に沿う努力」「人からよく思われたい欲求」の５因子から構成され，これまで心身の健康との関連が検討されている。これまでの研究の一部から以下の結果が示されている。

①過剰適応傾向の高い中学生は学校適応感が平均値程度に保たれる一方で，高いストレス反応を示すこと（石津・安保，2008）。

②子どもが過剰適応的にふるまうことによって，客観的（社会的）適応と個人の苦悩とが乖離していくこと（石津・安保，2007）。

③また，過剰適応傾向の高い中学生はソーシャルサポートが平均値よりも高いが，サポートの持つ効果を十分に活用できない可能性があること（石津，2008）。

以上の結果を踏まえた場合，やはり「よい子」や過剰適応の子どもは周囲から，不適応を起こしているとは捉えられにくく，突然「息切れ」を起こすと判断されることが想定される。先ほどの「よい子の息切れ型」不登校にみられる苦悩としては，周囲の期待に沿ったつくられた自我であり，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自己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される（秋田県教育総合センター，1998）。

過剰適応の非適応性に関しては，本申請者による研究結果に示されているとおりであるが，どのようなプロセスによって過剰適応の子どもが個人的な苦悩を感じたり，不適応に陥るのかに関する研究はこれまで十分に検討されていない。現在の中学生における過剰適応のプロセスを検討し，包括的な支援体制の構築のありかたに提言できるような研究を本申請者は目指している。

２．研究の目的

本研究は過剰適応傾向の高い中学生における不適応の特徴に関する研究を行い，今後の支援や介入のありかたに対し提言を行うことを目的とする。具体的には以下２点を研究課題とした。

１．「理想自己」と現実自己との乖離と過剰適応との関連

Higgins（1987）は，理想自己と現実自己の不一致は抑うつを，当為自己と現実自己の不一致は不安を喚起させることを示した。Higgins（1987）や Moretti & Higgins(1990)の研究以降，この種の不一致は自己受容の低下や自尊感情を脅かす要因として本邦においても多くの研

究が行われてきている。近年では，理想自己を正の理想自己と負の理想自己に分類し,「こうありたくない」という負の理想自己と現実自己のズレが自尊感情をより説明することや，自分にとっての重要な側面における「不一致」は自尊感情を低下させるが，自分にとって重要でない側面における「不一致」は自尊感情との関連が弱いことが示されている（遠藤，1992)。また，公的自意識の高さは「不一致」の影響を強めることも指摘されてきた（伊藤，1992)。

ところで Higgins(1987)は，「理想自己」「現実自己」「当為自己」の 3 種類の自己概念に対し，「自己観点」と「重要な他者観点」の 2 つの視点を設けている。例えば他者視点の「理想自己」とは“こうなってほしいと願う他者像”（Higgins,1987）であるため，実質的には「ある他者から期待されている（と感じる）自己像」ということになるが，中学生を対象とした「重要な他者視点」を取り込んだ研究は見られない。本申請者は，過剰適応に見られる他者からの期待や要求への敏感さを，自己概念の観点から検討する。

２．中学生の学校適応に関する素因ストレスモデルの検討

Brayant(1994）は，ストレッサーを処理しうる個人差という視点を考慮し，実証研究に取り入れていく必要性をあげている。つまり，全体を質的に分類したうえで，それぞれのストレッサーの処理を検討することで，個人に合わせた効果的な支援につながる。Lazarus & Folkman（1991)はストレスフルなある種の状況に反応する個人のレディネスを「心理的傷つきやすさ（vulnerability)」と呼んでいる。この心理的傷つきやすさの対極概念にはレジリエンスやハーディネスが考えられるが，ハーディネスが低い者は知覚されたソーシャルサポートが健康に対してネガティブな影響を示すという指摘がある（Kobasa & Puccetti,1983)。傷つきやすい人はそうでない人と比べ，両者が同様にネガティブライフイベントを経験した際には抑うつが生じることが多いとされる（内藤ら,1999)。このように，一定の素因（脆弱性:vulnerability）を持つ人がストレッサーのようなネガティブな刺激に遭遇した場合抑うつ反応を示しやすいという考えは素因ストレスモデルという（Davison & Neale,1994; Metalsky et al.,1982)。また，Zubin and Spring (1977)はストレスを扱う際に，個人に特有な生物的，心理社会的な強さや脆弱性を仮定した。本邦においては，たとえば公的自意識の高さとライフイベントの相互作用は対人不安を発生させうること（伊藤・丹野,2003）が示されてきた。過剰適応は公的自意識と相関関係にあること（石津,2006）を踏まえた場合，過剰適応の高さはストレッサーを扱う際の脆弱性となる可能性が考えられる。また，思春期の研究は多くないが，Lewinson et al.(2001)は抑うつスキーマとストレッサーの抑うつ得点に対する交互作用を支持しており，思春期の学校適応における素因ストレスモデルを検討することにも意義があると考えられる。ここでは，ストレスフルな状況に対するレディネスの個人差を，過剰適応の観点から検討する。すなわち，過剰適応傾向がストレッサーに対する脆弱性の要因として作用するかを検討する。

３．研究の方法

研究１　過剰適応と self-discrepancy

調査協力者：北陸地方の中学生 310 名を分析の対象とした。

測度：①自己概念：大学生 100 名に中学生のころを回想してもらいながら，その時の理想自己と重要な他者から求められていた自己像を自由記述で回想してもらった。以上をＫＪ法で分類し，「成績」「運動」「社会性」「暖かさ」「容姿」「勤勉」「従順さ」について，それぞれ 3 項目ずつ作成した。回答は自己視点と他者視点について，それぞれ現実と理想について尋ねた。自己視点の現実は『今の自分が各項目にどの程度当てはまるか』であり，他者視点の理想は『重要な他者はあなたにどのようになってほしいと思っているか』であり，実質的には期待される自己像ということになる。

②過剰適応：石津（2006）によって作成された青年期前期用の過剰適応尺度 33 項目を用いた。

③学校不適応傾向:ストレス反応尺度（三浦ら，1995；岡田，2000）と学校ぎらい感情尺度（古市，1991）をそれぞれ測定した。

研究２　過剰適応と素因ストレスモデル

調査協力者：北陸地方の中学生 720 名を分析の対象とした。調査は 14 日の期間をあけ，調査協力者には２回の回答を求めた。

測度：①中学生用過剰適応尺度：石津（2006）によって作成された尺度 33 項目を用いた。本

研究では尺度の合計得点を使用した。
②中学生用学校ストレッサー尺度：岡安ら（1992）によって作成された尺度から学業と友人に関すストレッサー20 項目を尋ね，ストレッサー得点とした。
③中学生用ストレス反応尺度：三浦ら（1995）および岡田（2002）から 14 項目を尋ねた。
④感情についての評価（メタ感情）：樫村（2010）から「不安」と「怒り」をどのように捉えているか(ex,こわい，いやだ，感じてはいけない等)をそれぞれの感情につき 9 項目ずつ尋ねた。第 1 回目の調査では年齢や性別のほかに上記の①と③と④を回答してもらった。2 回目の調査では②と③に回答してもらった。したがって①と④が素因，第 1 回調査での③は共変量である。

４．研究成果

<u>研究１</u>

まず，今回作成した自己概念について因子分析（主因子法，バリマックス回転）を行ったところ因子負荷量および共通性の観点から「従順」に関する項目が除かれ，残った 6 因子を用いることとした。各因子のα係数は.750~ .896 であった。累積寄与率は6因子で64.742%であった。過剰適応尺度もほぼ先行研究と同一の因子がみられ，石津・安保（2008）同様にクラスタ分析から 4 つのクラスタを抽出した。クラスタの特徴から CL2 が「過剰適応傾向群」であり，CL1,CL3,CL4 はそれぞれ「過剰適応低群」「適応群」「適応あきらめ群」とした。また，遠藤（1992）に基づき，重みづけをした理想自己と現実自己および，重みづけをした期待されると思う自己（重要な他者視点の理想自己）と現実自己の差異得点を算出した。続いて，重みづけのない同様の差異を算出した。重みづけのある理想と現実の差異は，この個人が非常に重要視する領域における得点の差異となる。

1. クラスタの特徴と重要視する領域の数

自己視点の理想自己と，他者視点の理想自己において「とてもそうなりたい＝５」と回答した“項目の多さ”を従属変数，４つのクラスタを独立変数とした一元配置分散分析を行った。その結果，自己視点と他者視点どちらの視点においても，重要視する項目の多さに対するクラスタの主効果が有意だった（$F(3,304)=12.93$, $p<.001$; $F(3,304)=3.95$, $p<.01$）。Bonferroni 法によるによる多重比較の結果，自己視点の理想自己においては「適応群」「過剰適応群」が他の 2 群よりも重要視する項目数が多岐に渡ることが示された。他者視点の理想自己では，「適応群」が「あきらめ群」よりも重要視する領域数が多かった。

２．現実と理想の差異と学校不適応傾向

重みづけあり，重みづけなしそれぞれの差異と学校不適応傾向との相関係数を算出した。その結果，重みづけありの差異がより学校不適応と関連することが示された。

Table　差異と不適応の相関

	身体的反応	怒り	不安	悲哀
重みあり(理想-現実)	.181	.196	.211	.323
重みあり(期待-現実)	.199	.170	.164	.342
重みなし(理想-現実)	ns	ns	ns	ns
重みなし(期待-現実)	ns	ns	.129	ns

３．現実と理想の差異が学校適応に与える影響

ここでは，差異得点が，どのように過剰適応傾向および学校不適応に影響するか，重要視する項目数が共に多いものの，差異得点の特徴に違いがみられた「適応群」と「過剰適応群」を比較しつつ検討した。伊藤（1992）の示唆を受けると，差異のより大きい「過剰適応群」の方が差異の影響力をより受けると考えられるが，差異の影響を受けるプロセスはどう異なるのかを検討した。

４．重みづけあり（理想と現実）の差異

過剰適応群はこの差異そのものが弱くストレス反応に影響するのに対し，適応群では影響力が見られない。また過剰適応群では差異が内的側面や外的側面につながることで，ストレス反応や不登校傾向が増大するが，適応群では差異は内的側面を高めるものの，それはストレス反応や不登校傾向にはつながらなかった。

５．重みづけあり（期待―現実）の差異

適応群も過剰適応群も差異が内的側面を高めることが示されたが，それがストレス反応や不登校傾向につながったのは過剰適応群だけだった。また過剰適応群は外的側面によってもストレス反応や不登校傾向が高まることが示され，他者志向的な適応方略が個人の適応を悪化させる可能性が示された。

研究２

まず，すべての変数間の相関を算出した。その結果，過剰適応とメタ怒り（r=.37,p<.01），過剰適応とメタ不安（r=.39,p<.01），メタ怒りとメタ不安（r=.66,p<.01）に関連がみられた。また，過剰適応と 1 回目のストレス反応（r=.32,p<.01）および 2 回目のストレス反応に（r=.24,p<.01），メタ不安と 1 回目のストレス反応（r=.23,p<.01）に弱い関連がみられた。1 回目のストレス反応と 2 回目のストレス反応には r=.68（p<.01）とやや強い関連が示された。

素因ストレスモデルの先行研究では男女差が示されるものが散見されることから，以下の分析は男女別に行った。まず，過剰適応に素因としての可能性があるかを調べるため，2 回目のストレス反応得点を基準変数とした階層的重回帰分析を行った。分析は 1 回目のストレス反応（共変量），ストレッサーの頻度，過剰適応，ストレッサーと過剰適応の交互作用項を階層に分類したうえで回帰方程式に投入した。その際，変数はすべて中心化した。その結果，男子においてストレッサーの主効果およびストレッサーと過剰適応の有意な交互作用効果が示された（交互作用項の β=.08, p<.05, Figure1）。一方，女子においてはストレッサーの主効果がみられたが，交互作用項の効果は見られなかった。

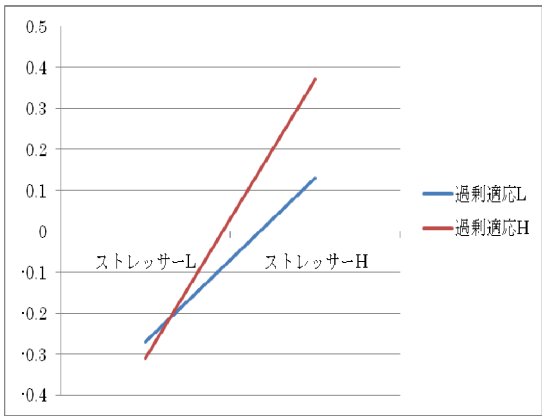

Figure1 過剰適応とストレッサーの交互作用

同様に，不安と怒りそれぞれのメタ感情を素因と想定した分析を男女別に行った。まず怒りに関するメタ感情の作用について，上記と同様の流れの分析を行った。その結果，男子においてはメタ怒りとストレッサーの主効果に加え，有意傾向の交互作用の効果（交互作用項の β=.07, p<.10, Figure2）がみられたが，女子においてはストレッサーの主効果のみ示された。メタ不安についてもほぼ同様の結果であり，男子においてはストレッサーの主効果と交互作用（交互作用項の β=.08, p<.05, Figure3）が，女子においてはストレッサーの主効果のみ有意であった。

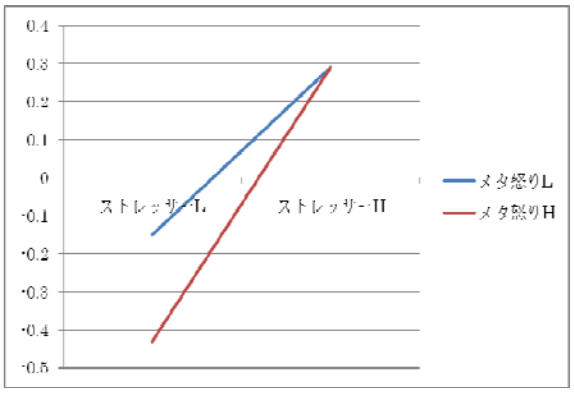

Figure2　メタ怒りとストレッサーの交互作用

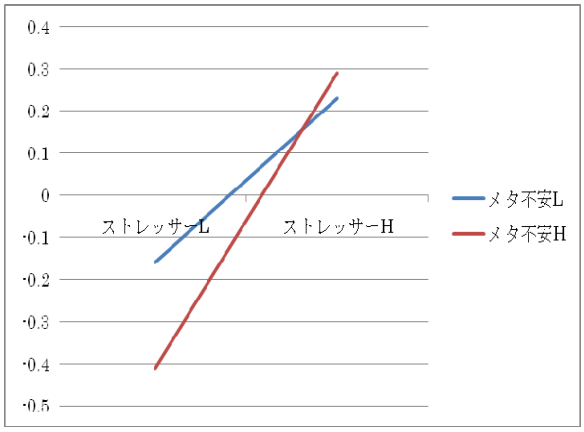

Figure3　メタ不安とストレッサーの交互作用

以上の図に記したように，男子における 3 つの交互作用についてそのパターンを分析したところ，まず過剰適応傾向の高い者はストレッサーの頻度が多くなるにつれてストレス反応得点が増大する傾向がみられた。一方，メタ感情の高さは，ストレッサー頻度が低い時にはストレス反応をより低めることに寄与するが，ストレッサー頻度が高くなるとその効果が見られなくなった。つまり，過剰適応はストレッサー頻度が高い時に，メタ感情はストレッサー頻度が低い場合にそれぞれ機能していた。過剰適応は社会場面での適応方略としての側面を持ち，メタ感情もストレッサー頻度が低い場合にはストレス反応を下げるなど，それぞれメリットが想定される。しかし，それらの方略は，ストレッサーが多い時には逆に学校適応を下げる可能性が考えられる。

結果のまとめと簡潔な考察

本研究では，中学生の学校適応に影響すると考えられる過剰適応の非適応性を検討することであった。研究１にて，過剰適応傾向が高い子どもは，理想自己や期待される自己を高く設定することで，現実の自分との乖離が大きくなる傾向が示された。またその乖離が高い者ほど過剰適応することで学校場面に適応しようとするものの，思惑とは逆にストレス反応が高まってしまうことが示された。

一方，過剰適応傾向が高い者ほどストレッサーの影響を受けやすいことを実証しようとしたのが研究２であった。ストレッサーの影響は，またネガティブな感情をどのように捉えているかというメタ感情にも影響されていた。これら傾向は男子のみで見られ，女子では検証されなかった

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計７件）

1. 安保英勇・石津憲一郎・菊池武剋・千葉政典・猪股歳之 2009 東北大学における学部学生のキャリア意識（３）－スキルの自己評価とキャリアレディネス－ 東北大学大学院教育学研究科研究第 57 巻，151-164 頁
2. 小川亮・下田芳幸・石津憲一郎 2010 カウンセリング指導員養成研修プログラムの開発(1) 教育実践研究,第４巻, 25-30 頁
3. 柞野卓司・石津憲一郎・下田芳幸 2011 中学生における認知行動療法を生かした心理教育的な授業の効果―抑うつスキーマおよび自動思考に与える影響について― 教育実践研究，第５巻，69-83 頁
4. 松下良策・石津憲一郎・下田芳幸 2011 学級適応感を支える要因の検討 ―自尊感情，非排他性，肯定的フィードバックの観点から― 教育実践研究，第５巻，61-68 頁
5. 奥澤雅恵・下田芳幸・石津憲一郎 2011 高等学校におけるストレスマネジメント教育の試み ―「論理療法」を取り入れた健康教育と「保健体育科」の授業実践より― 教育実践研究，第５巻，91-103 頁
6. 藤岡智江・下田芳幸・石津憲一郎 2011 ストレスマネジメント教育を生かした健康教育に関する研究 ―小学校高学年での実践を通して― 教育実践研究，第５巻，1-13 頁
7. 石津憲一郎・安保英勇 2010 知覚されたソーシャルサポートと学校ぎらい感情は常に関連するか,学校心理学研究，10，73-82.

〔学会発表〕（計４件）

1.石津憲一郎 思春期における現実自己と理想自己（１） －過剰適応の視点から見たその差異の特徴について－ 日本心理臨床学会 29 回大会発表，大会発表論文集 39 頁，東北大学，2010 年
2.池田忠義（指定討論者）・松川春樹（企画）・小林啓子（企画）・石津憲一郎（司会）・千葉佳子（司会）・荒谷美子（話題提供者）・遠藤歩（話題提供者）・・大島進吾（話題提供者）・ 「初心者のつまずきについて考える３」 日本心理臨床学会 29 回大会自主シンポジウム，東北大学，2010 年
3. 石津憲一郎 中学生の過剰適応と「自己解決」信念 日本学校心理学会第 12 回大会発表，大会プログラム・発表抄録集 34 頁，水戸市民会館，2010 年
4.岩田昇（企画者・話題提供者）・命婦恭子（司会者・話題提供者）・工藤晋平（話題提供者）・石津憲一郎（指定討論者）・田中芳幸（指定討論者）「中学生の学校適応を考える（２） ―2 年間にわたる縦断的 10 波ストレス調査から―」日本心理学会第 74 回大会ワークショップ，大阪大学，2010 年

６．研究組織

(1)研究代表者

石津憲一郎（ISHIZU KENICHIRO）
富山大学人間発達科学部・講師
研究者番号：40530142