

主論文の要約

論文題目：青年期における他者との関係の中で生じる過剰適応

氏 名：風間惇希

本論文は、こころの問題を呈した青年の臨床像としてしばしば報告される「過剰適応 (over-adaptation)」に関して、周囲の他者との関係性に注目しながら、その概念定義の精緻化やアセスメントツールの開発、心理社会的問題との関連の検証、生起メカニズムの解明を試みたものである。

第1章では、本論文の序章として、これまでの過剰適応に関する文献をレビューし、過剰適応概念や青年期における過剰適応に関連する要因、測定尺度等の整理を行った。続いて、先行研究の問題点を提示し、それらを踏まえた上での本論文の方向性と構成の導入を行った。過剰適応に関する先行研究のレビューを行なった研究1では、まず始めに過剰適応の構成要素についてレビューした結果、様々な捉え方が存在する一方、その中でも個人内外の適応のアンバランスさによって過剰適応を捉えた桑山 (2003) の知見、桑山 (2003) が提唱した内外の適応をより詳細に捉えた石津 (2006) の知見、そして石津 (2006) の視点を捉え直し「過剰な外的適応」によって自分らしさが低くなった状態を過剰適応とした益子 (2009b, 2010) の知見の大きく3つが、一定のコンセンサスを得た知見であることを導出した。続いて、過剰適応との関連が明らかになった要因を整理したところ、過剰適応の説明変数と過剰適応によって予測される結果変数の大きく2つに整理することができ、例えば過剰適応の背景要因には、青年個人の内的要因と家庭や学校等における外的要因の2つに大別されることが明らかとなった。

その上で、まず先行研究の問題点の1つ目として、概念定義や過剰適応の構成要素が多義的であることを指摘した。そして、桑山 (2003) や石津 (2006)、益子 (2009b, 2010) の知見を中心に、従来の過剰適応の捉え方である「内的不適応を伴った過剰適応」と、特定の要因を内的不適応の指標にすることへの疑問等に基づいた新たな過剰適応の捉え方である「(内的不適応を含めない) 過剰な外的適応行動を指標とした過剰適応」の2つの捉え方を提示した。その後、2つ目の問題点として、周囲の他者との関係性を考慮する視点が欠如していることを指摘した。それらの問題点と提案に基づき本論文では、青年期における過剰適応に関して、主に周囲の他者との関係性に注目しながらその概念定義の精緻化やアセスメントツールの開発、心理社会的問題との関連の検証、生起メカニズムの解明を目的とする。本章の結びとして、その目的達成のための本論文の構成を概観した。

第2章では、他者との関係の中で生じる過剰適応を論じることに先立ち、青年期の過剰適応が心理社会的問題の予測要因になりえることを検証するために、過剰適応と抑うつ傾向の関連の検証を行った (研究2)。また本研究では、過剰適応と抑うつ傾向の関連検証に加え、過剰適応の概念構造を再検討することを目的とした。仮説モデルでは、「自己抑制」と

「他者志向性」を過剰な外的適応行動とみなし、先行研究では過剰適応の構成要素として前述の2つの要因と同列にみなされてきた「自己不全感」を過剰適応行動の背景要因として位置付けた。大学生260名を対象とした質問紙調査の結果、過剰適応の構成要素のうち、自己抑制やその背景要因と想定した自己不全感が抑うつ傾向の高さを予測することが明らかとなった。

第3章では、新たな過剰適応の捉え方への転換点として、青年期前期における両親・友人・教師それぞれの関係の中で生じる過剰適応の様相に関して質的検討を行った(研究3)。過剰適応を「(両親・友人・教師といった)周囲の他者との関係の中で、必要以上に自己抑制的に振舞ったり、他者志向的に振舞っている状態」と定義し、両親・友人・教師との関係の中で、過剰適応という現象がどのように起こるのかに関して質的に検討することを目的とした。大学生101名を対象に、中学生の頃を回想させ、当時の過剰適応傾向及び三者に対する過剰適応経験のエピソードとその理由に関して自由記述を求めた。過剰適応傾向尺度の得点が平均値以上だった48名を過剰適応傾向の高群とみなし、関係ごとの過剰適応エピソード及びその理由に関する回答データをKJ法により分析した。その結果、「過剰適応」と概念化される現象であっても、両親や友人、教師との関係の違いによって質が異なっており、過剰適応行動と背景にある理由はその時々文脈や関係の影響を受けることが示唆された。例えば、(a)両親に対して、両親の期待や意向に沿おうとする心性が過剰適応行動を動機付けていること、(b)友人に対して、仲間集団に合わせる等の同調的内容や、ネガティブな評価への恐れや関係の維持を求める心性を反映した記述が多かったこと、(c)教師に対して、期待や要請に沿おうとしたり、内申点や成績、よく見られたい等の評価を気にしていること等が考察された。

また、過剰適応傾向の高群と低群の回答データの比較を行った結果、例えば両親に対する自己抑制・他者志向性の内容について、行動の背景にあるネガティブな結果の回避は共通していたが、過剰適応傾向の高群では「心配させる」「迷惑をかける」等の親の心理的負荷が主な回避対象だった一方、低群では「怒られる」「ケンカになる」等の親子間の葛藤が回避対象であったことが示唆された。このように、関係の違いだけでなく、過剰適応傾向の高低によっても、行動やその背景にある要因に違いがあることがうかがわれた。

第4章では、青年期前期における過剰適応に関して、両親・友人・教師それぞれの関係の中での過剰適応の程度を測定する尺度を開発し、過剰適応状態の類型化と各状態の適応水準について検討した(研究4-1)。さらに、両親・友人・教師に対する過剰適応と自律性欲求との関連についての検討も行なった(研究4-2)。

研究4-1では、過剰適応を「両親・友人・教師といった周囲の他者との関係の中で、自分の欲求や感情を抑制しながら他者志向的に振舞っている状態」と定義し、まずは青年期前期を対象とした両親・友人・教師との関係の中で生じる過剰適応を測定する関係特定性過剰適応尺度(OAS-RS)を作成した。中学生1180名を対象とした質問紙調査を実施し、両親・友人・教師に対する他者志向性及び自己抑制の計6下位尺度によって構成されるOAS-RSの

妥当性及び信頼性が確認された。また、OAS-RSの下位尺度得点をもとにクラスタ分析を行った結果、「関係全般過剰適応型」、「対両親過剰適応型」、「対友人過剰適応型」、「対友人・教師過剰適応型」といった、家庭や学校またはその両方で過剰適応状態にあると解釈された群を含む9クラスタが類型化された。群間の適応水準について比較検討した結果、「関係全般過剰適応型」、「対両親過剰適応型」及び「対友人・教師過剰適応型」は、有意なストレス反応の高さ及び学校適応感の低さを示した。

続く研究4-2では、過剰適応と自律性（他律性）との関連について論考した上で、過剰適応状態にある青年は、自らが自立的、主体的に考え・感じ・行動することのできる自律的な状態というよりも、他者に行動や判断の基準を置いている他律的な状態に近いという推測を立て、過剰適応と自律性の関連について検討を行なった。研究4-1と同様の類型化を行った結果、「関係全般過剰適応型」、「対両親過剰適応型」、「対友人過剰適応／対両親・教師自己抑制型」と命名した過剰適応状態にある群を含んだ7クラスタが類型化された。その後、「自律性への欲求充足」及び「自律性への欲求不満」得点を群間比較した結果、過剰適応状態にある3群は、自律性の欲求充足が低く、欲求不満が高い状態であることが示された。そのことから、周囲の他者との関係の中で自分を抑えて相手に合わせている過剰適応状態にある青年は、自律的であるという欲求充足の感覚の低さ、あるいは内外からの圧力によって統制されているといったような他律的な感覚の高さを抱いている可能性が示唆された。

第5章では、両親や友人、教師に対する過剰適応の促進・低減要因として、幼少期からの両親の養育態度に注目した検討(研究5-1)、友人関係及び教師-生徒関係に注目した検討(研究5-2)を行い、過剰適応に関する心理社会的メカニズムの一端の解明を試みた。

研究5-1では、中学生514名を対象にしたweb調査のデータを用いて、養育態度としての自律性支援及び達成・依存志向型心理的統制を予測変数、関係ごとの過剰適応状態か否かを結果変数、両者を媒介するパーソナリティ要因としての見捨てられ不安及び完全主義を設定した仮説モデルの検討を行った。その結果、達成・依存志向型心理的統制は両親に対する過剰適応に直接、または見捨てられ不安及び自己志向的完全主義を媒介して間接的に影響を与えること、さらに関係を越えて友人や教師に対する過剰適応に影響することが示唆された。

研究5-2では、中学生304名を対象としたweb調査を行い、友人関係に関する変数として友人関係機能及びピア・プレッシャー、教師-生徒関係に関する変数として受容・自律性支援・統制の3つの指導態度を用いて、友人及び教師に対する過剰適応とどのように関連するかについて検討した。その結果、友人への過剰適応に対しては、友人の肯定・受容やピア・プレッシャーの高さ、教師による自律性支援の高さが影響することが示唆された。一方の教師への過剰適応に対しては、教師の統制の高さや友人からのピア・プレッシャーの高さが正の関連を示し、教師による自律性支援は逆に教師への過剰適応の低減要因となることが示唆された。

第6章では、本論文で得られた知見をまとめた上で、本論文がもつ過剰適応研究にとって

の意義、そして青年期における過剰適応の支援・予防に関わる臨床実践にとっての意義について記述した。まず、過剰適応研究にとっての意義として、青年を取り巻く周囲の他者との関係の中で生じる過剰適応の様相を質的にも量的にも捉えることができた点を挙げた。さらに、他者との関係ごとの過剰適応を捉えたことによって、背景にある要因や過剰適応の結果生じる要因との関連が、それぞれの関係によって異なることを見出すことができた点も本論文の大きな意義として記述した。

続いて、過剰適応に関わる臨床実践にとっての意義の1つ目に、具体的な過剰適応の状態を把握するためのアセスメントツールとして利用できる関係特定性過剰適応尺度（OAS-RS）を開発した点を挙げた。さらに意義の2つ目として、過剰適応状態の形成・維持に関わる環境要因や環境調整を行う際の対象となりうる要因を実証的に明らかにできた点を挙げ、本論文で得られた知見をもとに3つの提言を行った。つまり、(1) 青年が認知する周囲の他者との力動関係を理解し、その青年が統制・支配されているように感じる相手がいるかどうかへの注目が過剰適応のメカニズムや支援を考えるためのポイントの一つになること、(2) 青年の側から見て自分の自律性や主体性を尊重してくれると思えるような教師の態度が、教師に対する過剰適応の低減要因となりえること、(3) 一見ポジティブな友人関係であっても友人に対する過剰適応を促進させうること、ただし、友人に対する過剰適応が青年個人にとって良くないものか、それとも意味のあるものなのかについては、その過剰適応行動の程度や目的、友人以外の他者との関係性等を含めて複合的に考える必要があること、を提言した。

今後の課題として、縦断調査や実験といった因果関係が検証可能な研究方法を用いた研究が不可欠であること、他の年代に研究対象を拡大させていくこと、他の適応指標や背景要因との関連の検討が必要であること、そして他者との関係の中で生じる過剰適応の測定方法、また過剰適応の捉え方には議論検討の余地があることの4点を提示し、それらとともに本論文を起点として展開される今後の過剰適応研究についての展望を行った。