

青年のタイプA行動パターンについて

—自己意識との関連から—

梅田 千津子

タイプA行動パターン（以下タイプA）とは、冠動脈疾患患者に多く見られる行動パターンのことであり、Friedman & Rosenman (1974) によって報告されたものである。本調査では「明確には意識されていない目標を達成しようとして時間に追い立てられるように行動し、精力的に活動する行動パターン」と定義される。この行動と正反対の行動がタイプB行動パターンである。タイプAに関する様々な研究は、青年期に発現したタイプAが成人になるまで固定することや、タイプAはself-esteemと密接な関係があるということを示している。これらのことから、タイプAは青年期の課題ともいえる自己の問題と関係があると考えられよう。また、タイプAの概念はもともと医学の分野から生まれたものであり、タイプAについての研究は心理学の立場から見ると“明確な概念の欠如によって特徴づけられ、操作的な定義によって詳しくされている” (Matthews, 1982) という指摘もなされている。そのため、タイプAを研究する際には、タイプAの概念を整理することが必要であろうと考えられる。そこで、本研究では、青年期におけるタイプAの概念について自己意識の視点から整理してみたいと思う。

タイプA行動を示すもの（以下タイプA者）は優秀さの内的基準をもっておらず、その代わりとしての他者のフィードバックを必要とするといわれている (Friedman & Rosenman, 1974) ことから、タイプA者は他者から見た自分というものを重要視しやすいといえる。そのため、特性としての公的自己意識が高いほどタイプAを示しやすくなるのではないだろうか。また、他者のフィードバックを必要とするということから、他者の承認を求めために承認欲求も高くなるかもしれない。以上のような考えから、研究IではタイプAとself-esteem、承認欲求、公的自己意識との関係がどうなっているか、それらとの関係から、タイプAがどのようなものであるといえるかについて調査したいと思う。

また、青年期は理想の自分と現実の自分について考える時期である。そのような時期に発現したタイプAが成人になるまで固定するということから、タイプAには理想と現実の自己に関する問題が関係しているといえ

るだろう。

タイプA者の自己意識に関する過去の様々な研究は、タイプA者はタイプB者に比べて、自分に対していい印象を持っていないことを示唆している。そして、それがまさにタイプA症候群であるとしている研究者もいる。このことから、タイプAはこうなりたいという理想の自分の姿を追い求める行動であるといえるのではないだろうか。そして、なりたい姿というの、こうなりたい自分と、なりたくない自分の2種類あるのではないだろうか。遠藤 (1992) は、こうなりたくない自分という負の理想自己の方が、こうなりたいという正の理想自己よりも、自己評価基準として重要な意味を持つことを示唆している。そのため、理想自己と現実自己について考える際には、理想自己を正のものと負のものに分ける必要があると考えられる。そこで、本研究では、理想自己を正のものと負のものに分け、それらがタイプAとどのような関連を持っているかについて考えてみたいと思う。

II. 研究I

目的：タイプAの発現にはself-esteemが関係しており、それからも推測されるタイプAと自己の問題との関連をどう取り扱っていくかが今後の課題であると考えられる。そこで、様々な自己に関わる概念がタイプAの発現にどんな影響を与えているかについて調査する。

方法：大学生を対象（男子81，女子101，不明7）に、質問紙調査を行った。質問紙の構成は以下の通りである。

- ・自己意識特性について…公的自己意識を測定するために、Fenigsteinら (1975) を押見 (1992) が邦訳したものを使用。全部で30項目であり、5点尺度で評定された。

- ・self-esteemについて…Rosenberg (1979) を中村 (印刷中) が邦訳したものを使用。全部で10項目であり、4点尺度で評定された。

- ・承認欲求について…従来の研究では社会的望ましさの尺度が承認欲求をはかるものとして使用されているが、本研究での承認欲求は意味が違うのではないかと考え、自作の項目を加えて承認欲求尺度とした。全部で47項目であり、4点尺度で評定された。

- ・タイプAについて…タイプAを測る尺度として有名

な Jenkins Activity Survey の学生版から仕事に関する項目をのぞいたものと、Whetten & Cameron (1981) のタイプ A 尺度を合わせて実施した。全部で35項目であり、5点尺度で評定された。

結果と考察：タイプ A は「時間的切迫感」と「社会的競争心」と命名される2因子に分かれることが確認された。それぞれの因子は self-esteem, 対人不安の関係から性質がかなり違うものであった。つまり、それぞれの因子と self-esteem, 対人不安との相関の傾向が逆であることがわかったのである。このことから、タイプ A を研究する際には、もともとが複合的な概念であるだけに、下位概念を整理する必要があることが確認されたといえる。

また、自己意識特性、self-esteem, 承認欲求、社会的望ましさとタイプ A の各因子との関係がどうなっているかを詳細に見るために、分散分析を試みた。その結果から、公的自己意識はタイプ A にあまり影響を与えておらず、時間的切迫感是他者に認められるということが重要な鍵になっており、そして他者がいる場合に動揺しやすい傾向があるということがわかった。社会的競争心に関しては、自分に価値があると感じられる場合に発現し、他者がいる場面で動揺しないほどタイプ A 的であるということがわかった。

Ⅲ. 研究Ⅱ

目的：タイプ A と理想自己、現実自己の関係を調査する。タイプ A 者はタイプ B 者に比べて現実の自分を悪く評価しており、タイプ A 者の方が理想と現実がかけ離れているであろうことを確認する。

方法：大学生（男子176、女子71、不明12）を対象に質問紙調査を実施。質問紙の構成は以下の通りである。

- ・ self-esteem について…研究 I と同様の尺度を実施。
- ・ 理想自己、現実自己について…遠藤 (1992) の尺度を実施。全部で50項目からなり、5点尺度で評定された。理想自己の質問項目は同じものであり、現実自己に関しては“どれほど自分にあてはまるか”，正の理想自己に関しては、ポジティブな項目に関して“どれほどそうなりたいか”，負の理想自己に関しては“どれほどそうなりたくないか”と尋ねた。

- ・ タイプ A について…研究 I と同様の尺度を実施。

結果と考察：理想自己を“なりたい自分”であらわさ

れる正の理想自己と“なりたくない自分”であらわされる負の理想自己に分け、タイプ A 者とタイプ B 者の間に違いがあるかを t 検定を用いて分析した。その結果、社会的競争心は正、負に関わらず理想と現実の差と関係があり、時間的切迫感負の理想自己と負の現実自己の差に関係があることがわかった。すなわち、社会的競争心は、自分に対する自信を持ち、理想の自分を追い求める行動であり、時間的切迫感負の理想自己と負の現実自己の差に価値を感じることができず、なりたくない自分にならないでいようとしてとられる行動であるといえる。自分に価値を感じられないということから、時間的切迫感の方はあまり適応的なものであるといえないと考えられる。

Ⅳ. 全体的考察

以上の結果から、タイプ A は健康的な野望と、不適応を引き起こす可能性のあるものとの2つに分かれるということができよう。その二つの差は、自分に自信があるか否かによって分けられるといえる。そして、この二つに分けて考えることが今後の研究では不可欠であることが示唆された。そのことから、青年におけるタイプ A は、自己の問題と深く関連しているといえよう。また、タイプ A と理想自己、現実自己に関しては、理想自己を正のものと負のものに分けることが有効であった。今後は、どのような分野におけるなりたい自分、なりたくない自分がどのようにタイプ A に影響を与えているかなど、もっと詳しく分析することが必要であると考えられる。

今回は対象を青年においたが、その青年におけるタイプ A と、それが中年期にまで持続した場合のタイプ A とについては、質的な変化が起こっているということも考えられる。そこで、どのような年代には、どのような点からタイプ A が発生するのかというような、タイプ A の発達の質的な変化を調べることは重要であろう。それに加え、健康的な野望ではなく、問題行動とみなされるタイプ A を特定し、不適応なタイプ A を健康的なものにする方法を考えていくことも必要になるだろう。実際タイプ A 修正カウンセリングが日本においても行われている。本研究で、タイプ A と自己意識の関わりが明らかになったので、自己の内面を掘り下げていくようなカウンセリングもタイプ A にとっては有効であるかもしれない。