

# 青年期における過剰適応について

## 一過剰適応の類型に応じた行動様式と自己肯定感の様相一

氏名 新井 るな

(駿河台大学大学院心理学研究科臨床心理学専攻 修士課程 2年)

指導教員 中村 有 准教授

キーワード : 青年期, 過剰適応, 自己肯定感

### 問題と目的

子どもから大人への移行期である青年期には、不登校をはじめとした様々な不適応の問題が生じやすいとされる(風間・平石, 2018)。こうした青年期における不適応や精神的健康に関する要因の一つとして、周囲に適応しようとするあまり自身の欲求などを抑えてしまう過剰適応がある。

石津・安保(2008)は、過剰適応を「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」と定義しており、本研究ではこの定義を採用する。

風間・平石(2018)は、関係性別にも過剰適応状態にある群と特定の関係性においてのみ過剰適応状態である群が見出されている。ことから、過剰適応の状態は関係性によって異なる可能性が示唆されており、過剰適応の状態を把握するためには相手や周囲の状況といった環境の側面からも捉える必要があると考えられる。そこで、過剰適応経験における対象との関係性やその場の状況を探索的に検討することで過剰適応の具体的な様相を明らかにすることを本研究の第一の目的とする。

また、石津・安保(2008)では、過剰適応を類型化して学校適応感等との関連を検討し、類型によって各指標間に差があることや過剰適応の状態にあっても適応感が維持されている群が示されたことから、過剰適応には適応性と非適応性の両側面が存在することが示唆されている。ここで、平石(1990)では、自己への肯定的な意識を對自己、対他者の2側面から捉えていることから、過剰適応の適応性や非適応性について自己への肯定的な意識の側面から検討することを本研究における第二の目的とする。

### 方法

対象者: アイブリッジ株式会社Freeasyに登録している15~18歳の学生300名分。高校生以外の回答を除き、最終の有効回答者は237名(平均年齢16.62歳,  $SD=0.98$ , 男性115名, 女性122名)となった。

調査機関と手続き: 2022年12月14日から15日にネット上にてアンケートを配信し、調査を実施した。

調査内容:

#### ①フェイスシート

学生の区分・所属している学校の詳細及び登校の頻度・アルバイトの有無・同居の有無について回答を求めた。

#### ②過剰適応尺度(石津・安保, 2008)

「他者配慮」, 「期待に沿う努力」, 「人からよく思われたい欲求」, 「自己抑制」, 「自己不全感」の5因子33項目からな

る。

#### ③過剰適応についての自由記述

過剰適応を「対人関係や社会集団において、自分の思ったことや考えたことを口や表に出さずに、相手の期待に応えようと努力した経験」とし、そうした経験における頻度、対象、代表的なエピソードについて自由記述形式で回答を求めた。

#### ④自己肯定意識尺度(平石, 1990)

「自己受容」, 「自己実現的態度」, 「充実感」, 「自己閉鎖性・人間不信」, 「自己表明・対人的積極性」, 「被評価意識・対人緊張」の6因子41項目からなる。

### 結果と考察

過剰適応経験における対象や状況の記述はKJ法により分類を行った結果、それぞれ9つと8つのグループにまとめられ、状況においてはさらに4つの場面にまとめられた。回答内容にはいずれも友人に関する内容が最も多く、高校生の過剰適応は交友関係において生じる可能性が高いことが示唆された。また、部活に関する対人関係についても回答が多く得られたことから、高校生にとって部活動やそこでの関係性なども過剰適応が生じやすい可能性が示唆された。

次に、過剰適応尺度の検討や信頼性の確認を行った後、過剰適応の類型を検討するため、クラスター分析を行った。解釈可能性の観点から、CL1( $n=13$ )「非過剰適応群」、CL2( $n=60$ )「非承認希求・他者配慮群」、CL3( $n=41$ )「承認希求群」、CL4( $n=69$ )「全般的過剰適応群」、CL5( $n=54$ )「承認希求・自己不全感群」の5類型を採用した。さらに、各群と自己肯定意識について分散分析を行った結果、いずれの従属変数においてもクラスター群の効果が有意であったため多重比較を行った。その結果、「自己受容」「自己実現的態度」「充実感」「自己表明・対人的積極性」においては、「承認希求群」の得点が最も高く、「自己閉鎖性・人間不信」「被評価意識・対人緊張」においては「全般的過剰適応群」と「承認希求・自己不全感群」の得点が最も高かった。これらの結果からは、過剰適応の状態にある者は自己への肯定的な意識が低い可能性が示唆された。

### 主要引用文献

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.

風間惇希・平石賢二(2018). 青年期前期における過剰適応の類型化に関する検討—関係特定性過剰適応尺度(OAS-RS)の開発を通して—. 青年心理学研究, **30**, 1-23.