

養育者の期待が青年の自己志向的完全主義に 及ぼす影響について

氏名 石川 大輔

(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 近藤 育代 准教授

キーワード：自己志向的完全主義, 親から感じる期待, 心理的ストレス反応

問題と目的

高い目標を定め、努力することは、自身を成長させる上で重要なこととなる。しかし、高すぎる目標を定め、それが達成されなかったとき、自信を失うことにもなりかねない。このように「過度に完全性を求めることを完全主義といい、完全主義のなかでも自己に完全性を求める傾向を自己志向的完全主義」という(Hewitt & Flett, 1990)。

自己志向的完全主義は「完全欲求」、「高目標設置」、「失敗過敏」、「行動疑念」から構成されており、「高目標設置」は抑うつや絶望感と負の相関があり、「失敗過敏」と「行動疑念」は抑うつと正の相関がある(桜井・大谷, 1997)。このように、自己志向的完全主義には適応的な側面と不適応的な側面が見られることが明らかになっている。

次に、親の期待は、子どもの自己肯定感を育て、子どもの支えにもなる一方で、子どもにとってプレッシャーとなり、負担感が増す要因ともなり得る。河村(2003)は、青年が認知する親からの期待と青年の完全主義傾向がどのようにして関連するかについて検討した結果、「親からの期待を高く感じた青年は、完全主義傾向も高くなっている」ことを明らかにした。これにより、「親の持つ“理想の子ども象”を敏感に感じ取る子どもは、その理想を追求しようとして完全主義的になる」可能性が示唆された(河村, 2003)。

以上より、本研究では、親から感じる期待が自己志向的完全主義に与える影響、自己志向的完全主義が心理的ストレス反応に与える影響、親から感じる期待が自己志向的完全主義を介して心理的ストレス反応に与える影響を検討する。

方法

大学生に対し以下の質問項目に対して回答を求めた。

- ①自己志向的完全主義尺度(桜井・大谷, 1997)
- ②親から感じる期待尺度(河村, 2003)
- ③心理的ストレス反応尺度(松浦・勝岡・脇, 2012)

分析方法：重回帰分析及びパス解析を用いて、親の期待が自己志向的完全主義に与える影響を検討し、また自己志向的完全主義を媒介した心理的ストレス反応への影響を検討する。

結果と考察

本研究の目的は、親から感じる期待が自己志向的完全主義に与える影響、自己志向的完全主義が心理的ストレス反応に与える影響、親から感じる期待が自己志向的完全主義を介し

て心理的ストレス反応に与える影響を検討することであった。

はじめに、親から感じる期待が自己志向的完全主義に与える影響について検討した結果、完全欲求や高目標設置は、社会への適応を親が期待していると認知しているほど、高いことが明らかになった。また、失敗過敏は、子どもが従順であってほしい、他と比べて優れていてほしいという親の期待を認知しているほど高いことが示された。幼少期から社会で受け入れられるような期待を受けた子どもは、高い目標に向かって取り組むことが当然となり、その目標に向かい、意欲を持って努力できる可能性が考えられる。一方で、親の願いを強いるような期待は、子どもが成功を強要されるように感じ取り、失敗を過度に恐れるようになる可能性が考えられる。

続いて、自己志向的完全主義の適応・不適応的側面が心理的ストレス反応に及ぼす影響について検討した結果、高目標設置が抑うつ感や易怒感、疲労感を減じ、失敗過敏が抑うつ感や易怒感、身体不調感、疲労感を高めていることが分かった。高い目標を定め、意欲的に活動に取り組むことで、目標に意識が向き、ストレスを認識しづらくなるのかもしれない。一方、失敗を過度に恐れ、人前で失敗することを想像して憂鬱な気分になることや、緊張により心身に不調をもたらし、ミスをした際にはイライラするといった可能性が考えられる。

次に、親から感じる期待が自己志向的完全主義を介して、心理的ストレス反応に与える影響を検討した。その結果、親から感じる期待は自己志向的完全主義を介し、心理的ストレス反応に影響を与えていることが分かった。特に、親から感じる期待が高目標設置を介して心理的ストレス反応を減じ、親から感じる期待が失敗過敏を介して心理的ストレス反応を高めるという結果が得られた。親からの期待を感じた際に、高い目標を定め意欲を持って活動することは、親の期待をバネにして課題に対して前向きに取り組むこととなり、結果として心理的ストレス反応を減じたのではないかと考えられる。一方、親の期待をプレッシャーに感じ、課題に対する失敗に目が向くと、不安が増して心理的ストレス反応を高めたのではないかと考えられた。

主な参考・引用文献

桜井茂男・大谷佳子 (1997). “自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係. 心理学研究, 68, 179-186.