

過剰適応の規定要因とその生起過程の検討

Determinants and the psychological process of over-adaptation

霞 麻紗子

Masako Kasumi

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード : 過剰適応, 生起, 過程

Key words : over-adaptation, psychological process

1. 研究目的

I. 問題

(1) 適応

人は日常生活の中で、様々な顔や態度を使い分けて他者と接する。この使い分けのように、個体が生後の発達の中で遺伝情報と経験をもとに、物理・社会環境との間において、欲求が満足され、さまざまな心身の機能が円滑になされる関係を築いていく過程もしくはその状態を、適応という(根ヶ山, 1999)。適応は心理的適応(内的適応)と社会的適応(外的適応)の2つに分類される。心理的適応は、自分自身の心理について主に感覚レベルで判断される主観的適応であり(石津ら, 2007)、社会的適応は、外部から主に行動レベルで判断ができる客観的適応であり(石津ら, 2007)、個人が所属する文化や社会的環境に対する適応を意味している(北村, 1965)。

(2) 過剰適応

しかし、他者から見れば環境に対して適応できているように見える人々の中には、自分の意思や感情を抑制して他者に合わせたり、他者の期待に応えるために過剰な努力をしたりする人がいる。このように、「環境からの要求や期待に完全に近い形で従おうとすることであり、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」を過剰適応という(石津, 2006)。過剰適応をする人は、外的適応が過剰なために、内的適応が困難に陥っている状態(桑山, 2003)にあるとされる。一般に適応がよいといわれるときには、外的適応も内的適応も共によいことを意味する(桑山, 2003)とされる。

桑山(2003)は、過剰適応には対自的側面(対自過剰適応)と対他的側面(対他過剰適応)があ

るとしている。対自的側面は自分自身に対する自信のなさや、周囲からの左右されやすさであり、対他的側面は周囲に良い印象を与えて是認される存在になろうとする他者志向的な態度である。

さらに、いわゆる「よい子」が過剰適応と同義として、研究されている(e.g.山田, 2010; 大河原, 2012; 蒲原ら, 2003)。

(3) 親の養育態度と過剰適応の関連

過剰適応を引き起こす要因に関する先行研究では、パーソナリティ要因と環境要因に大きく分けられ、それらが過剰適応に及ぼす影響の大きさが検討されてきた。その中でも特に家族や親の養育態度に関連する研究がされている。例えば、石津・安保(2009)は、母親の温かい養育態度は、他者配慮や期待に沿う努力や人からよく思われたい欲求といった過剰適応の外的側面を強めることを示した。また、星野・岡本(2013)は、家族機能の適応性と凝集性が極端に低いあるいは高いと、過剰適応をしやすいことを明らかにしている。また、山川(2001)は、子に対する親の過剰配慮・過干渉と無関心・放任がどちらも「よい子」を作り出すとしている。

(4) 親からの期待と過剰適応の関連

過剰適応研究においては、親からの期待との関連がいくつか検討されている。親は様々な願望を、期待という形で子どもに対して抱く(春日・宇都宮・サトウ, 2013)とされ、子安・郷式(2007)は、親からの期待は教師からの期待よりも日常的に接する親子関係の中で生ずる自然な感情をベースにしており、子どもに及ぼす影響はより大きいことを示唆している。

その中でも、勝田(2009)は親の養育態度と親からの期待を過剰適応と関連させて研究した。こ

の研究では、親の養育態度と親からの対人達成期待と学業・就職期待、そして対自過剰適応と対他過剰適応との関係が明らかにされている。その結果から、拒否的自立型の養育態度を受けていた者は、親から円滑な対人関係を作れる子どもになってほしいという期待（対人達成期待）を感じていたり、よい学校や職場に就職してほしいという期待（学業・就職期待）を感じているほど、過剰適応傾向が高くなり、特に周囲に良い印象を与えて是認される存在になろうとする（対他過剰適応）傾向が高かった。また、親から円滑な対人関係を作れる子どもになってほしいという期待（対人達成期待）を感じていたほど、過剰適応傾向が高く、自分に対して自信がない（対自過剰適応）傾向が高いことを明らかにした。研究結果から勝田は、一貫しない養育態度の場合、期待が高いと過剰適応傾向が高くなると述べている。

(5) 見捨てられ不安と過剰適応の関連

過剰適応の規定要因の一つとして、見捨てられ不安が研究されている。見捨てられ不安とは、重要で身近な他者（集団）に承認される自信がなく、自身の価値観をありのままに主張すると、重要で身近な他者（集団）から嫌われるのではないかと不安から自己犠牲的な認知・行動を過剰に選択する心理傾向（斎藤・吉森・守谷・吉田・小野，2012）である。

見捨てられ不安と過剰適応との関連では、例えば、益子（2008）は過剰な外的適応行動の背景に見捨てられ不安があると示した。また、小澤・下斗米（2014）は、見捨てられ不安と自己抑制について、「相手に見捨てられたり、拒否されたりするというネガティブな結果を避けるために、今無理をしてでも自己抑制をしてしまうという不適応的な人との関わり方」が示唆されているとした。さらに長坂（1997）は、「自分が無い」と語った不登校の高校生女子には、見捨てられ不安を打ち消すために中学までは「よい子」を演じてきたという背景があった、というケースを報告している。このように見捨てられ不安を感じると、嫌われたくないという思いから自己抑制的になり、自分の欲求や意志を抑えて、親の意向に沿うような過剰適応的な行動をとることが考えられる。

(6) 境界例の病因としての見捨てられ不安

見捨てられ不安は「マラー（1975）の情緒発達理論を背景に、現代でも境界性パーソナリティ構造を理解するための重要な概念」（斎藤・吉森・

守谷・吉田・小野，2012）とされている。アメリカの精神科医マスターソン Masterson, J.F は、現代の精神分析的境界例の研究者であった。マスターソンは、マラー Mahler, M の幼児の発達様式に基づいて、境界性パーソナリティ障害（BPD）の病理理解に努めた。マスターソンによれば、BPD の基本的な障害は「見捨てられ不安」に由来する物であり、その淵源はマラーの言う分離—個体化の時期のうち、再接近期（14~24 ヶ月）にあるとされる。この再接近期において子どもが過剰に母親に固執したり、または母親が子どもの自立を妨げる行動に出た場合、子どもの心の中には見捨てるぞという母親からの脅かしから構成された愛情撤去型対象関係部分単位（WORU：withdrawing object-relation's part unit）と、逆にしがみつくとを喜ぶ母親との関係で成立してくる愛情供給（報酬）型対象関係部分単位（RORU：rewarding object-relation's part unit）とに分裂することになる。マスターソンはBPDの病因が環境要因として幼少期の親子関係の影響の大きさを挙げている（磯田，2001）。この WORU と RORU が分離—個体化期に生じたことで、成長とともに母親以外の重要な他者との間でもそのようなかわりを行うことが考えられる。

II. 目的と意義

勝田（2009）は、養育態度と親からの期待、過剰適応との間に関連があることを示したが、子どもは期待の大きさや内容をどう認知していたか、期待をどの程度重要視していたかについては明らかにされていない。これらは、過剰適応をする要因となる親からの期待の構造を理解するうえで重要となると考えられる。

そこで本研究では、親の期待をどう認知していたかを明らかにするために、子どもが親の言う通りにしないと愛情を撤去され、言うとおりにすれば供給されると認知している程度は、見捨てられ不安の程度と関連する可能性があるかと想定し、親の期待通りでないと愛情を撤去されると感じる程度を明らかにすることを主な目的とする。

また、過剰適応と関連が高い養育態度を受けた者は、どのような養育態度を受けてきたのか、親からの期待をどう感じていたかを明らかにすることを目的とする。

さらに、見捨てられ不安は過剰適応と関連があることが先行研究で示唆されているが、見捨てられ不安が過剰適応の規定要因となるのか、あるい

は影響を受ける要因となるのかは、未だ不明確である。また、過剰適応と見捨てられ不安の関連に関する研究も少ない。しかし、勝田 (2009) の拒否の自立型や受容統制型の養育態度を受けた者は、母親が愛情撤去型か愛情供給型かというほど極端ではないにしても、子どもが親の言う通りにしないと愛情を撤去され、言うとおりにすれば供給されると認知している程度は、見捨てられ不安の程度と関連するかもしれない。そのため、本研究では、見捨てられ不安と過剰適応の関連についても明らかにする。

養育態度と親からの期待の認知と態度、過剰適応との関連の量的検討を第 1 研究とし、過剰適応的に関連の高い養育態度群の詳細な質的検を第 2 研究として行う。

青年期後期にあたる大学生を対象とする主旨は、児童期には過剰な適応をして「素直なよい子」「模範生」などと言われながら一見何の問題もなく過ごしてきた子どもが、青年期に至って問題を表面化する現象がある (桑山, 2003) として、青年期における過剰適応の問題の検討についての意義が述べられているためである。

過剰適応は精神医学に端を発し、教育分野などでも注目されつつある概念である。精神医学の分野においては、心身症等の病前性格として研究がなされ (小林ら, 1994)、教育分野では不登校やよい子の息切れなどの視点から研究がなされてきた (石津, 2012)。しかし、過剰適応についての質的な研究は少なく、過剰適応に至った経緯やその背景にある感情については、具体的に明らかにされていない。そのため質的な検討を行うことで、過剰適応とそれに関連する要因について、より緻密に見識を深めることが出来ると考えられる。

III. 仮説

①養育態度が拒否の自立型であると、親からの期待 (対人達成期待, 学業・就職期待) に対する認知が高く、かつ、期待に応えられないと愛情を撤去されると感じるほど、対他過剰適応が高くなるだろう。

②養育態度が受容的過保護型であると、親からの期待 (対人達成期待, 学業・就職期待) に対する認知が高く、かつ、期待に応えられないと愛情を撤去されると感じるほど、対自過剰適応と対他過剰適応が高くなるだろう。

IV. 方法

第 1 研究

・調査対象者：

都内 O 女子大学に通う女子大学生 200~300 名

・質問紙構成：

①フェイスシート (第 1 研究の目的やデータの取り扱い方法等を記す。さらに、第 2 研究への協力の依頼文と、同意者の連絡先の記入欄を記す。)

②Parental bonding instrument 日本語版 (小川, 1991)：オーストラリアの Parker G. (1979) により開発され、小川 (1991) が日本語版に翻訳したもの。子どもからみた両親の養育態度を測る尺度である。質問項目数は 25 項目であり、「養護 (12 項目)」因子 (両親の愛情, 愛着の程度) と「過保護 (13 項目)」因子 (両親の過保護, 過干渉の程度) の 2 因子から構成される。本研究では、養育態度を分類するために「養護」因子を「養護—拒否」と、「過保護」因子を「過保護—自立」因子として、各因子の高低が示す親の態度を因子名に加える。

③過剰適応尺度 (桑山, 2003)：質問項目数は 22 項目であり、自分自身に対する自信のなさといった対自的側面をあらわす「対自過剰適応 (12 項目)」と、周囲に良い印象を与えて是認される存在になろうとする他者志向的な態度を中心とした対他的側面を表す「対他過剰適応 (10 項目)」の 2 因子から構成される。

④親からの期待に対する認知の尺度：未定。対象者が親からのどのような期待を認知していたか、期待をどのように認知していたか、そしてそれに対してどのような態度を示していたかを測定する尺度を検討中。

第 2 研究

・調査対象者：第 1 研究で過剰適応傾向が高い養育態度に該当した対象者。量的調査時に検査者がフェイスシートと口頭にて第 2 研究の依頼を行い、そのうえで連絡先を記入して研究参加への同意を示した者を対象者とする。

・調査手続き：養育態度の内容、期待の内容、見捨てられ不安の経験等について、半構造化面接で調査する。場所は都内 O 女子大学構内の面接室を予定。

2. 研究実施内容

研究に必要な過剰適応・親の養育態度・親からの期待・見捨てられ不安に関する文献を読み進め

た。9月には、第35回日本心理臨床学会秋季大会に参加し、過剰適応や親の養育態度に関する発表を聞き、さらに知見を深めた。3月には専攻内修士論文構想発表会にて、本研究の構想を発表し、専任教員から指摘を受け、さらに改善を加えた。

3. まとめと今後の課題

本研究は、青年期女子の過剰適応傾向と、親の養育態度・親からの期待の認知・見捨てられ不安との関連を明らかにし、さらに、親からの期待の認知の程度を詳細に明らかにすることを目的とする。

今後は、4月までに本研究を倫理審査委員会に提出する。6月までに親からの期待の認知を測定する尺度を選定あるいは作成し、その後、倫理審査の承認が得られ次第、第1研究の調査を始める予定である。

4. 引用・参考文献

- 真琴 (2004). 境界例治療の一技法：マスターソンと成田の治療における直面化の相違について 人間関係論集, 21,109-127
- 石津憲一郎 (2006). 過剰適応尺度作成の試み 日本カウンセリング学会第39回大会発表論文集, 137.
- 磯田雄二郎 (2001). 集団精神療法と個人精神療法との併用の実践的研究：ある境界性人格障害患者の場合 人文論集, 51(2),A33-A45.
- 桑山久仁子 (2003). 外界への過剰適応に関する一考察——欲求不満場面における感情表現の仕方を手掛かりにして—— 京都大学大学院教育学研究科紀要,49, 491-493.
- 勝田萌 (2009). 青年の認知する親の期待・養育態度と過剰適応の関連 日本教育心理学会第51回総会発表論文集, 528.
- 子安増生・郷式徹 (2007). 大学生における両親の期待度とその実現度の認知の比較 京都大学大学院教育学研究科紀要, 53,1-12.
- 益子洋人 (2008). 青年期の対人関係における過剰適応傾向と、性格特性、見捨てられ不安、承認欲求との関連 カウンセリング研究, 41,151-160.
- 根ヶ山光一 (1991). 適応 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁枅算男・立花政夫・箱田祐司 心理学事典 有斐閣.
- 斎藤富由起・吉森丹衣子・守谷賢二・吉田梨乃・小野淳(2012). 青年期における見捨てられ不安尺開発の試みその1——社会構造の変化を重視して—— 千里金蘭大学紀要, 9, 13-20.
- 山川法子 (2001). いわゆる「よい子」の特徴および「よい子」を作り出す規定因に関する考察 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 教育科学, 48(1),47-55.