

## 青年期の過剰適応と大学適応感の関連

岩崎 眞和・五十嵐透子

### 要 約

本研究では青年期の過剰適応状態への臨床心理学的援助とその予防に向けた知見を得るため、環境や周囲への過剰な適応行動傾向と内面的な適応状態の両側面を考慮した“過剰適応”と“大学適応感”の関連を検証した。質問紙調査によって得られた大学生350名（男性146名、女性204名）の分析結果から、過剰適応行動傾向を表す2因子（“考えや意見表出の抑制”“ポジティブ感情の表出抑制”）と大学適応感の各下位因子との間に有意な弱い負の関連がみられた。さらに過剰適応行動傾向と内的不満感の高低の組み合わせによる分散分析では、大学適応感の全4因子で“過剰適応群”が“マイペース群”よりも有意に低い傾向が示された。今後の過剰適応研究において、質問紙法における“社会的望ましさ”の被影響性の検証と、過剰適応への臨床心理学的援助につながる要因の解明に向けた更なる研究の必要性を論じた。

キーワード：過剰適応，大学適応感，青年期

### 1. 問題

思春期や青年期になって精神的な不調を抱え、不適応状態に陥る人たちのなかには、しばしば幼少期より他者からの評価が高い“いい子”や“よい子”である人が少なくないことが指摘されている（桑山，2003；山川，2001）。こうした子どもたちが思春期以降に精神的健康を損ねる背景について、河合（1996）は“よい子”が他者からの外的評価と、本人の内的体験や自己評価の著しい解離のなかで、“親や教師などの大人にとって都合のよい子”の状態にあることを指摘した。日本の精神医学や心理学，教育学などの領域ではこのような過度の適応状態を“過剰適応（over-adaptation）”ととらえ、1970年代から現在に至るまでに児童期から成人期のさまざまな発達段階を対象とした研究が蓄積されてきた（浅井，2012，2014；風間，2017；益子，2013）。なかでも成人期以降の適応状態や精神的健康に影響を与え、また精神疾患の好発期でもある“青年期”を対象とした過剰適応研究の臨床的意義は大きく、2000年代半ば以降から思春期や青年期の過剰適応に焦点化した量的研究が増加傾向にある（益子，2013）。なお、海外の心理学的研究においては“過剰適応”に該当する概念自体が一般的ではなく、日本人特有の研究領域であるとされ、益子はその理由として自己の欲求や願望を抑制する傾向自体が適応的とみなされないためではないかと指摘している。

これまで過剰適応は心身症の発症要因の1つと位置づけられ（小林・古賀・早川・中嶋，

1994)、当初は石津・安保(2007, 2008, 2009)のように中学生を対象とした研究が多く、その後は高校生や大学生を対象に研究が蓄積されてきた。益子(2008)は高校生を対象に過剰適応と抑うつ状態、強迫傾向、対人恐怖傾向、不登校傾向の4つの精神的な不調に関する指標との関連を検討し、過剰適応の各下位因子がこれら全指標と弱から中程度の有意な正の関連にあることを報告した。また山田(2010)は大学生を対象に、過剰適応と見捨てられ不安に伴う抑うつ傾向の関連を検討し、過剰適応傾向の高い人は抑うつ傾向が強いことを報告している。一方で、過剰適応傾向が高くても自尊感情が保たれている人々がいること(益子, 2008, 2009)や、過剰適応に伴う外的評価が学校適応感と弱い正の関連にあること(石津・安保, 2008)なども報告されている。このように過剰適応と精神的健康の関連が必ずしも一方向的ではない理由として、過剰適応に伴う外的適応と内的適応を一次元的に捉えているという概念的、測定的課題(益子, 2013; 大嶽, 2006)が影響していると考えられ、現在も過剰適応の概念的検討は続いている(風間, 2017)。たとえば、周囲から見ると“過度に”周囲に合わせたり、環境適応しているように振る舞っていても、本人がその状態に対して満足していたり、環境適応によって得られる周囲からの承認や、ポジティブなフィードバックに支えられているような場合には、そうした行動傾向が精神的健康を損ねることにはならないと考えられる。

これまでに論じられてきた“過剰適応”あるいは“過剰適応傾向”の操作的定義を整理した浅井(2012)は、それらの定義の内容に微妙な違いはあるものの、桑山(2003)や大嶽(2006)、風間(2017)などが論じているように“外的適応やそれに伴う周囲からの評価は高いが、内的適応が損なわれた状態”という点では概ね共通することを明らかにしている。こうした過剰適応の中核的概念に即して、大嶽は青年期の過剰適応を外的適応状態やそれに伴う外的評価と内的適応を把握可能な尺度を作成し、孤独感や自己分化度との関連を検討した。その結果、外的適応と内的適応の組み合わせから抽出した過剰適応の4類型(適応群、過剰適応群、マイペース群、不適応群)に関する分析では、“過剰適応群”は“マイペース群”に比べて孤独感を抱きやすく、また自己分化も未熟な状態にあることが示された。過剰適応について内的適応も含めた大嶽の検討により過剰適応が精神的健康や自己の発達におよぼす影響のより詳細な理解が進展する可能性が示唆されたが、個人内の外的適応と内的適応のバランスを考慮し、両指標を組み合わせた過剰適応研究の蓄積は十分とはいえない。したがって、大嶽にならい過剰適応行動傾向と内的満足感の両側面の組み合わせから対象を類型化し、過剰適応行動傾向が高く内的満足感が低い“過剰適応群”が他の群に比べて大学生生活全般での適応感が低いのか、またどの群の適応感が低くないのかに関する検証が必要と思われる。

なお、大学生活への“適応感”に関し、大久保(2010)は多様化する大学生の主観的な意味づけを考慮した上で捉える必要性を指摘している。大久保・青柳(2003)は“適応”が個人と環境の適合の良さやマッチングに基づくことから、適応感を“個人が環境と適合(フィット)していると意識すること”(p. 38)と操作的に定義し、大学生の大学環境における適合状態を多角的に把握可能な尺度を作成している。したがって、本研究では過剰適応と大久保・青柳の指摘に基づく“大学適応感”の関連を検証することとした。

## 2. 目的と仮説

本研究では、過剰適応を“外的適応”（過剰適応行動）とその行動に対する“内的適応”（内的満足感）の両側面から把握可能な大嶽（2006）の尺度を用いて大学生の過剰適応を測定し、大学生生活全般への主観的な適応感（大久保・青柳，2003）との関連を検証する。過剰適応研究のレビュー（浅井，2012；風間，2017；益子，2013；大嶽・五十嵐，2005）と大嶽（2006）の報告に基づけば、過剰適応行動傾向と大学適応感との間には負の関連が推測される（仮説1）。また、大嶽は過剰適応行動傾向とそのような自身の行動傾向に対する内的不満足感が共に高い“過剰適応群”に比べて過剰適応行動傾向が低く内的満足感が高い“マイペース群”の孤独感が低いことを報告していることから、“過剰適応群”が他の群、とりわけ“マイペース群”に比べて大学適応感が低いと推測される（仮説2）。

## 3. 方法

### (1) 調査手続きと分析対象

甲信越地方の国立大学法人1校で講義終了後の集合調査形式による質問紙調査を実施し、学部1－3年生405名から回答を得た。調査協力者に対しては、本研究の目的や収集したデータが統計的に処理されるため個人情報保護されること、調査協力は自由意思でありいつでも回答を中断できることを書面と口頭により説明し、その説明の後、退室や調査協力への辞退の申し出がなかった対象に無記名式で調査を実施した。そのうち回答に不備のみられた55名（13.6%）を除く350名（有効回答率86.4%：男性146名，女性204名）を分析対象とした。

### (2) 調査材料

質問紙は、回答者の基本的属性（性別，年齢）を問う項目を記載したフェイスシートと、以下の2尺度を用いた。

1) 過剰適応尺度（大嶽，2006）：本尺度は、既存の過剰適応尺度（桑山，2003）や過剰適応の類似概念と考えられる個人志向性・社会志向性尺度（伊藤，1993），見せかけの自己行動尺度（堀田・無藤，2001），“いい子”傾向尺度（庄司・林田，2003）などの尺度に加え、過剰適応や“いい子”“よい子”に関する研究や文献を参考に作成されている。本尺度の特徴は，“外的評価（または外的適応）は高いが、内的満足感（または内的適応）は低い状態”（大嶽，2006，p.12）と操作的に定義した過剰適応を詳細に把握するために、過剰適応行動だけでなくその行動に対する自己評価（内的満足感）と行動の結果が対人関係におよぼす影響への評価（対人関係での評価）の3側面から捉えている点である。大嶽により本尺度の一定の信頼性と妥当性が得られているが、3側面で捉える尺度のため調査協力者への負担が大きい点に課題が残された。したがって本研究では、過剰適応に関する類型化に不可欠な過剰適応行動傾向（外的適応）と、自身の行動に対する満足感（内的満足感）の2つを測定するとともに、大嶽が作成した全24項目について再検討し、大学生がより回答しやすく彼らの過剰適応行動の測定に適した項目表現へと改変した。以下の①→②の順にそれぞれ回答を求めた。

- ①：各項目について、「1：しない」から「5：いつもする」の5件法で訊ねた。高得点であるほど過剰適応行動傾向が高いことを意味しており、以後この質問紙で測定した変数を“過剰適応行動傾向”と表記する。
- ②：①で回答した自身の行動について、「1：変えたくない（内的満足感が高い状態）」から「5：非常に変えたい（内的満足感が低い状態）」の5件法で訊ねた。高得点であるほど現在の自身の行動を変えたい思いが強く内的満足感が低いことを意味しており、以後この質問紙で測定した変数を“内的不満足感”と表記する。

2) 大学適応感尺度 (大久保・青柳, 2003) : 大学生活への主観的な適応感の把握を目的に, “居心地の良さの感覚” “被信頼感・受容感” “課題・目的の存在” “拒絶感のなさ” の4因子 (計29項目, 5件法) から構成された尺度である。高い信頼性 ( $\alpha = .76-.90$ ) と妥当性を有しており, 本尺度を用いた多くの研究が報告されている。

### (3) 分析ソフト

本研究の分析には, 統計処理ソフト「IBM SPSS Statistics 24 for Windows」を用いた。

## 4. 結果

### (1) 過剰適応尺度 (過剰適応行動傾向) の因子構造と各因子の性差

過剰適応尺度を用いて測定した“過剰適応行動傾向”について探索的因子分析 (主因子法・Promax回転) を行ったところ, 固有値の減衰状況と解釈可能性から4因子解を妥当と判断した。多重負荷や因子負荷量が.35以下であった5項目 (除外項目例: 「9. 周りの意見をきかず, 自分の考えに従って行動する (逆転項目)」 「13. 人に指図されて何かをする時でも, 反発を感じない」など) を除外して再度因子分析を行い, 最終的にTable 1に示した4因子構造 (計19項目; 累積寄与率は40.05%) を得た。各因子の命名は大嶽 (2006) を参考とし, Welchの *t* 検定では大嶽の報告と同様に“ポジティブ感情の表出抑制”でのみ男性の方が女性より有意に高かった (Table 2)。

### (2) 過剰適応行動傾向と大学適応感の関連

過剰適応行動傾向と大学適応感の関連を検証するため各因子間のPearsonの積率相関係数値を算出したところ, “考えや意見表出の抑制”と“居心地の良さの感覚” “被信頼・受容感” “課題・目的の存在”との間に, また“ポジティブ感情の表出抑制”と大学適応感の全4因子との間にそれぞれ有意な弱い負の関連がみられた (Table 3)。

### (3) 過剰適応の類型化と各類型の大学適応感の特徴

先述した過剰適応概念の定義に基づき, 過剰適応行動傾向を表す4因子の合計尺度得点と, 各因子に対応した内的不満足感の合計尺度得点の2指標を用いて対象を類型化した。類型化に際しては, 両指標がMean+.25SD以上の対象を“過剰適応行動傾向H群” “内的不満足感H群”, Mean-.25SD以下の対象を“過剰適応行動傾向L群” “内的不満足感L群”とし, その高低の組み合わせから5グループに分類した (Table 4)。各群の命名については大嶽 (2006) を参考とし, HH群が大嶽の操作的定義に即した“過剰適応群”, LL群がそ

れとは対照的に周囲への過剰適応行動傾向が低く、その状態への満足感も高い相互独立的な“マイペース群”である。その他、適応行動傾向の過剰さはあるが協調的な自己への不満感は低い“適応群”（HL群）と、その状態とは反対に協調的な行動傾向が低く自己への不満感が高い“不適応群”（LH群）、以上の4群に分類できない“中間群”を設定した。

以上の手続きにより得られた過剰適応類型を独立変数（5水準）、大学適応感を従属変数（4因子）とする分散分析を行ったところ、全因子で要因の主効果が有意あるいは有意傾向であった（Table 5）。多重比較（Tukey法）の結果、大学適応感の全因子で“過剰適応群”が“マイペース群”よりも有意に低い傾向がみられた。

Table 1 過剰適応尺度（過剰適応行動傾向：大嶽，2006）の探索的因子分析結果（主因子法，Promax回転）

項目	因子負荷量				記述統計量	
	F1	F2	F3	F4	M	SD
<b>F1：考えや意見表出の抑制（<math>\alpha=.80</math>）</b>						
○ 17 自分の意見を言うことが少ない	<b>.95</b>	.04	-.19	-.06	2.81	1.11
○ 14 自分の意見を主張しない	<b>.72</b>	-.09	.16	.03	2.81	1.04
○ 19 思っていることを口に出さない	<b>.55</b>	-.26	.01	.09	2.96	1.07
○ 4 周りの意見と反対でも、自分が正しいと思うことは主張する <sup>R</sup>	<b>.53</b>	-.13	.08	-.05	2.56	.97
○ 11 グループの中で、自分だけ意見が違うときは言わない	<b>.36</b>	-.04	.20	.08	3.20	1.08
○ 7 周りと考えが合わないときは、何も言わずに黙っている	<b>.35</b>	.00	.14	.09	3.22	1.00
<b>F2：ネガティブ感情の表出抑制（<math>\alpha=.72</math>）</b>						
○ 12 頭にくることがあっても、周りにその様子を見せない	.07	<b>.63</b>	-.02	.03	3.29	1.10
○ 18 悲しいことがあって辛いときは、周りにそれを隠す	.00	<b>.62</b>	.04	.08	3.13	1.16
○ 5 嫌なことがあってイライラしているとき、周りにその気持ちを表す <sup>R</sup>	.08	<b>.58</b>	-.18	-.13	2.85	1.09
○ 24 辛いことがあっても、がまんする	-.11	<b>.52</b>	.14	.01	3.62	.94
○ 8 嫌なことを言われて腹が立ったとき、自分の気持ちを抑える	.00	<b>.50</b>	.26	-.07	3.65	.97
○ 20 気になることを言われて傷ついたとき、周りにその感情を表す <sup>R</sup>	-.13	<b>.47</b>	-.15	.00	3.15	1.04
<b>F3：願望表出の抑制（<math>\alpha=.67</math>）</b>						
23 したくない気持ちがあっても、親の言うことに合わせる	.03	-.05	<b>.58</b>	-.02	2.61	1.03
○ 6 自分のやりたいことがあっても、周りの意見に合わせる	.01	.04	<b>.58</b>	-.05	3.51	.82
○ 15 自分がどうしたいかよりも、どうすべきかを考えて行動する	-.10	.13	<b>.52</b>	.08	3.45	1.01
22 自分の考えに関係なく、大人の言うことは聞く	.15	-.11	<b>.49</b>	-.12	2.85	1.02
○ 1 自分の意見を持っていても、周りの反対にあうと意見を変える	.04	-.08	<b>.47</b>	.04	3.41	.91
<b>F4：ポジティブ感情の表出抑制（<math>\alpha=.77</math>）</b>						
○ 10 ほめられてうれしいときでも、その感情は表さない	-.01	-.05	-.08	<b>.98</b>	2.14	1.04
○ 16 周りからの言葉がうれしくても、その気持ちを隠す	.04	.01	.05	<b>.65</b>	2.26	1.09
因子間相関						
	F1	—	.34	.55	.39	
	F2		—	.32	.30	
	F3			—	.27	
	F4				—	

注) 因子負荷量.35以上をbold体で示した。なお、○は大嶽（2006）で得られた因子構造に含まれている項目を、Rは逆転項目をそれぞれ表している。

Table 2 性別ごとの過剰適応行動傾向の平均値と標準偏差

	全体 n=350		男性 n=146		女性 n=204		df	t	d		
	Min	Max	M	SD	M	SD					
考えや意見表出の抑制	1.00	5.00	2.93	.74	2.92	.71	2.93	.76	324.33	.19	.02
ネガティブ感情の表出抑制	1.33	5.00	3.28	.68	3.36	.61	3.30	.65	323.14	.99	.11
願望表出の抑制	1.00	4.60	3.17	.63	3.23	.58	3.12	.65	330.75	1.64	.17
ポジティブ感情の表出抑制	1.00	5.00	2.20	.96	2.43	.97	> 2.03	.92	304.09	3.89***	.42

\*\*\* p < .001

Table 3 過剰適応行動傾向と大学適応感の相関係数

	大学適応感			
	居心地の良さの感覚	被信頼感・受容感	課題・目的の存在	拒絶感のなさ
過剰適応行動傾向				
考えや意見表出の抑制	-.21***	-.21***	-.22***	-.15**
ネガティブ感情の表出抑制	-.08	.07	-.01	-.01
願望表出の抑制	-.06	.02	-.09	-.14**
ポジティブ感情の表出抑制	-.29***	-.20***	-.28***	-.25***

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ 

Table 4 過剰適応状態の類型化と各類型の特徴

得点区分と類型		類型	各類型の名称	n	%	特徴
過剰適応行動傾向	内的不満足感					
higher than mean +.25SD	higher than mean +.25SD	→ HH群	過剰適応群	53	15.1	過剰適応行動傾向が高く、そうした自分への不満足感も高い
higher than mean +.25SD	lower than mean -.25SD	→ HL群	適応群	67	19.1	過剰適応行動傾向が高いが、そうした自分への不満足感は低い
lower than mean -.25SD	higher than mean +.25SD	→ LH群	不適応群	58	16.6	過剰適応行動傾向が低く、そうした自分への不満足感が高い
lower than mean -.25SD	lower than mean -.25SD	→ LL群	マイペース群	78	22.3	過剰適応行動傾向が低く、そうした自分への不満足感も低い
両指標がmean±.25SD%の範疇		→ MM群	中間群	94	26.9	過剰適応行動傾向・内的不満足感ともに中庸である

Table 5 過剰適応に関する各類型の大学適応感の特徴

過剰適応類型	過剰適応群 n=53		適応群 n=67		不適応群 n=58		マイペース群 n=78		中間群 n=94		F(4, 345)	$\eta^2$	多重比較 (Tukey法)
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			
居心地の良さの感覚	3.38	.68	3.61	.75	3.66	.69	3.89	.71	3.63	.69	4.29**	.05	過剰適応群 < マイペース群
被信頼感・受容感	3.06	.74	3.19	.67	3.18	.62	3.39	.82	3.21	.64	1.99†	.02	過剰適応群 < マイペース群
課題・目的の存在	3.45	.65	3.64	.87	3.74	.73	3.93	.82	3.73	.78	3.25*	.04	過剰適応群 < マイペース群
拒絶感のなさ	3.34	.74	3.80	.68	3.62	.80	4.02	.73	3.65	.77	7.05***	.08	{ 過剰適応群 < 適応群・マイペース群 過剰適応群・不適応群・中間群 < マイペース群

† $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ 

## 5. 考察

本研究では、青年期の過剰適応を“環境や周囲への適応”（過剰適応行動傾向）と“内部的で主観的な適応”（内的不満足感）の両側面から測定し、大学適応感との関連を検証した。その結果、過剰適応行動傾向のなかでも“考えや意見表出の抑制”と“ポジティブ感情の表出抑制”の2因子は大学適応感と弱い負の関連が示され、仮説1は部分的に支持された。本結果から自分が思っていることや意見を伝えなかったり、他者との関係のなかで喜びや嬉しさ、楽しさといったポジティブな感情表出を抑制する傾向は、大学生活を送る上での満足感の低さにつながりやすいことが示唆され、臨床場面においてこうした傾向への自己理解を促す支援の有効性が示されたと考えられる。

また過剰適応の類型化に基づく分散分析では、大学適応感の全下位因子で過剰適応行動傾向と内的不満感が共に高い“過剰適応群”が“マイペース群”に比べて有意に得点が低い結果が得られ、大嶽（2006）の報告や仮説2も支持された。本研究では過剰適応行動に加え、そうした行動をとる自身の不満感を同時測定し、これら両側面を考慮して“過剰適応群”を抽出した。その結果、全体の15.1%が“過剰適応群”と、大嶽の30.2%に比べ低い割合であった。この背景には、項目表現を一部修正したことや、群分けの分割点を $Mean \pm 2.5SD$ とし“中間群”を設定したことの影響が考えられる。過剰適応研究では過剰適応と精神的健康や適応状態とは概ね負の関連にあることが報告されながら、必ずしも一方的ではないことを先述したが、本結果からその要因の一つとして従来の測定では過剰適応に伴う行動傾向が高い“過剰適応群”とそうした行動傾向が低い“マイペース群”の他にもいくつかのサブタイプがあり、これらの対象を十分に識別できていなかった可能性が考えられる。相互独立的で、そうした自己への満足度も高い“マイペース群”が“過剰適応群”に比べて大学生活での適応感も高く、自己の分化度もより成熟している（大嶽，2006）のは妥当な結果と思われる。

さらに、大学生活での“拒絶感のなさ”については、“過剰適応群”は“マイペース群”だけでなく過剰適応行動傾向が高いが不満感も低い“適応群”よりも有意に低い結果が示された。これは“適応群”が周囲に合わせたり、同調することによって“マイペース群”ほどには大学適応感が高くないものの、それぞれの内的状態に即した対人様式で一定の適応状態や心理的安定を得ている可能性を示唆する結果と考えられる。多くの研究が示唆するように“過剰適応”は精神的健康にネガティブな影響を与える側面が強いかもしれないが、周囲に合わせたり、同調するためのソーシャル・スキルは青年期以降の環境適応において有益に作用する面もあると考えられるため、今後更に過剰適応のサブタイプに関する研究の蓄積が必要であろう。

本研究や今後の過剰適応研究の課題として、過剰適応の測定における“社会的望ましさ”の影響の考慮と、過剰適応への臨床心理学的援助につながる要因の解明の必要性が挙げられる。浅井（2012）は過剰適応傾向が高い場合、他者からの評価に敏感で社会的望ましさの影響を受けやすい可能性を指摘しており、今後は自己記入式の質問紙調査だけでなく社会的望ましさの影響を受けにくい行動指標を分析に用いたり、実験的手法を用いた研究も有益であろう。また、大嶽・五十嵐（2005）や風間（2017）による青年期の過剰適応の概念図が示すように、過剰適応傾向は過去の親の養育態度や本人のパーソナリティなどさまざまな心理社会的要因が影響しながら、成長のなかで形成されたものと考えられる。本研究では過剰適応が大学生活への適応状態とネガティブに関連するという先行研究と類似の結果を得たが、今後はこれらの基礎的知見を踏まえ、現時点において支援可能な要因の解明や児童期、青年期、成人期など各発達段階に応じた適切な援助に向けた試みが必要と考える。過剰適応研究は2000年以降急速な増加傾向にあるものの未だ十分な蓄積がなされているとはいえず（浅井，2012），“過剰適応”の概念的曖昧さとその明確化に向けた検討も継続して行われている（風間，2017；益子，2013）。したがって、今後も上記の課題を踏まえつつ、さまざまな角度から過剰適応の理解に向けた研究の蓄積が期待される。

## 付記

本研究は、2018年夏季に日本心理臨床学会第37回大会（開催校：大阪大学）でポスター発表した内容を加筆・修正したものです。調査の実施にあたり、快く御協力いただきました先生方や学生の皆様、そして大会発表時に本研究への貴重な御意見を賜りました学会員の皆様に深く御礼申し上げます。

### 引用文献

- 浅井継悟 (2012). 日本における過剰適応研究の研究動向 東北大学大学院教育学研究科研究年報, 60, 283-294.
- 浅井継悟 (2014). 青年期の過剰適応が主観的幸福感に及ぼす影響 心理学研究, 85, 196-202.
- 堀田仁美・無藤 隆 (2001). 青年期における見せかけの自己行動と友人関係の適応感、および精神的健康との関連 お茶の水女子大学発達臨床心理学紀要, 3, 79-91.
- 石津憲一郎・安保英勇 (2007). 中学生の抑うつ傾向と過剰適応—学校適応に関する保護者評定と自己評価の観点を含めて— 東北大学大学院教育学研究年報, 55, 271-288.
- 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.
- 石津憲一郎・安保英勇 (2009). 中学生の過剰適応と学校適応の包括的なプロセスに関する研究—個人内要因としての気質と環境要因としての養育態度の影響の観点から— 教育心理学研究, 57, 442-453.
- 伊藤美奈子 (1993). 個人志向性・社会志向性尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 64, 115-122.
- 河合 温 (1996). 大人によい印象を与えようとする子ども 児童心理, 50, 110-114.
- 風間惇希 (2017). 青年期における過剰適応研究の動向と今後の課題 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科学), 64, 127-140.
- 小林豊生・古賀恵理子・早川滋人・中嶋照夫 (1994). 心理テストから見た心身症—パーソナリティと適応様式からみた心身症— 心身医学, 34, 105-110.
- 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がかりにして— 京都大学大学院教育学研究科紀要, 49, 491-493.
- 益子洋人 (2008). 高校生の過剰適応傾向と、抑うつ、強迫、対人恐怖心性、不登校傾向との関連—高等学校2校の調査から— 学校メンタルヘルス, 12, 69-76.
- 益子洋人 (2009). 青年期における過剰適応傾向に関する研究—外的適応行動と自己価値の随伴性、本来感との関連— 文学研究論集, 30, 243-251.
- 益子洋人 (2013). 過剰適応研究の動向と今後の課題—概念的検討の必要性— 文学研究論集, 38, 53-72.
- 大久保智生 (2010). 青年の学校適応に関する研究—関係論的アプローチによる検討— ナカニシヤ出版.
- 大久保智生・青柳 肇 (2003). 大学生用適応感尺度の作成の試み—個人—環境の適合性の視点から— パーソナリティ研究, 12, 38-39.
- 大嶽典子 (2006). 過剰適応における内的満足感と外的評価および関連要因の検討 上越教育大学大学院学校教育専攻臨床心理学コース修士論文 (未公開).
- 大嶽典子・五十嵐透子 (2005). 思春期における過剰適応とその関連要因 上越教育大学心理教育相談研究, 4, 151-161.
- 庄司一子・林田和恵 (2003). 「いい子」傾向をもつ子どものself-controlと対人関係 教育相談研究, 41, 49-57.
- 山田有希子 (2010). 青年期における過剰適応と見捨てられ抑うつとの関連 九州大学心理学研究, 11, 165-175.
- 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研究科紀要 (教育科学), 48, 47-54.

## Relationship between over-adaptation and sense of adjustment for university

Masakazu Iwasaki, Toko Igarashi

This study examined the relationship between over-adaptation and sense of adjustment for university. The participants of 350 undergraduate students (146 males, 204 females) responded to the two questionnaires (Otake, 2006; Okubo & Aoyagi, 2003). The results indicated that “suppressing one’s opinions and emotion” and “suppressing the expression of positive emotion” were negatively correlated to sense of adjustment. Additionally, analysis of variance showed that “over-adaptation group” significantly tend to exhibit a lower sense of adjustment than “independent group”. Suggestions for the future study were necessity to examine the influence of social desirability bias to over-adaptation scale and to research to clarify factors leading to clinical psychological support for over-adaptation.

Key Words : over-adaptation, sense of adjustment for university, adolescence