

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

石 津 憲一郎* 安 保 英 勇**

臨床場面では過剰適応は非適応的とされているが、実証的な過剰適応研究は数が少ない。本研究では過剰適応の概念を理論的に整理し、その構造を検討することを第1の目的とした。続いて、従来言われてきたように過剰適応が個人にとって非適応的に作用するのかを実証的に検討することを第2の目的とした。中学生を対象にした調査の結果、過剰適応は個人の性格特性からなる内的側面と、他者志向的で適応方略とみなせる外的側面から構成されることが示された。また、過剰適応と学校適応感、ストレス反応との関連を検討した結果、過剰適応の内的側面は学校適応感およびストレス反応にネガティブな影響を与えていたが、適応方略として捉えられる外的側面は学校適応感を支える一方で、ストレス反応にも正の影響を与えることが示された。本研究の結果、従来言われてきたこととは異なり、必ずしも過剰適応的であることが非適応的とはみなすことができないことが示された。しかし、他者志向的な適応方略で支えられる適応感の影にはストレスの存在が想定され、そのストレスが将来の不適応を予測する可能性について考察を行った。

キーワード：過剰適応，学校適応感，ストレス反応，中学生

問題と目的

Oleson, Poehlmann, Yost, Lynch, & Arkin (2000) は、「生来の能力に不信を抱き、同時によい業績を取るために異常なほど努力を示す者」を、テストのような客観的 (objective) な指標によって規定されないという意味を含めて “subjective overachiever” と名づけた¹。そもそもオーバーアチーバーとは知能との相対的關係において学業達成度の高い学習者 (e.g., English & English, 1958; 中村, 1968) と捉えられ、その肯定的側面が注目されてきた。例えば Agarwal (1977) は、アンダーアチーバーと比べオーバーアチーバーは、家庭や学校での適応や、健康面、社会面、情動面の適応も良いことを示している。その一方で、現在ではオーバーアチーバーの過剰な努力の側面にも焦点が当てられるようになってきている。Giacobello (2000) は、“overachieve” の over は「過剰 (too much)」, achieve は「達成する (accomplish)」や「うまくやる (perform successfully)」を意味するとし、それが過度のストレスや自殺、薬物依存といった危険性につながる可能性を示しており、

一概に全てのオーバーアチーバーが適応的とはみなせないことを示唆している。

本邦における subjective overachievement の類似概念としては過剰適応をあげることができる²。過剰適応とは、その名のとおりに「行き過ぎた適応」を示す。つまり、環境からの要求や期待に個人が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である (石津, 2006)。本邦における実証的な過剰適応研究は非常に数が少ないが、過剰適応は外的適応 (社会的適応) を促す一方で、自らの「生の感情」を抑圧する (桑山, 2003) ことが示されている。このような (subjective) overachievement や過剰適応を助長させる要因として、親からの愛情や承認を求める心性 (伊藤, 1999; Jones & Berglas, 1978; Oleson et al., 2000) や、低い自尊感情を補償しようとするための動因からくる内的プレッシャー (Giacobello, 2000) が想定されている。しかしながら、このような過剰適応が不適応につながるという示唆は、臨床場面での印象などを基にした主観的記述がなされるにとどまっており (桑山, 2003)、不適応につながる可能性を実証的に示した研究は内外においてほとんど見当たらない。

ところで、過剰適応の概念はきちんと整理されてい

* 東北大学大学院教育学研究科
kl42@mail.tains.tohoku.ac.jp

** 東北大学

¹ 直訳は“主観的オーバーアチーバー”となるだろうが、意味が明確でなく、また適切な邦訳がなされていないため本稿では原語のまま記した。

² 本邦における過剰適応は、subjective overachievement の業績のための過剰な努力という視点だけでなく、社会集団への過剰な適応努力という対人関係の視点を含むと考えられる。

ないという現状がある。過剰適応とは上述のように、「行き過ぎた適応」であることから、無理をしすぎている状態や頑張りすぎている状態というイメージが先行しがちである。そのため過剰適応を、無理をしがちであるという個人の性格特徴と捉えるのか、環境からの期待に完全に近い形で従うために行う適応方略として捉えるのか、概念が整理されないままであった。

桑山 (2003) はいわゆる「よい子」と過剰適応を同義として扱っており、エゴグラムの AC (adapted child) に見られる性格特徴を引用している。また, subjective overachiever には自己不信 (self doubt) がその構成要素の一つにあげられる (Oleson et al., 2000)。このような特徴は、いわば個人の特性的な内的側面を反映するものと捉えることができる。一方、過剰適応傾向がある者は他者志向的行動や他者の期待に沿う行動 (大嶽・五十嵐, 2005) をし、外的適応を高めるための努力を行う。このような行為は外的適応を支えるための適応方略とみなすことができ、他者志向的な外的側面を反映するものと理解できる。したがって、以上を勘案すれば、過剰適応とは個人の自己抑制的な内的側面と、他者志向的で主に行動レベルから捉えられる外的側面からなる概念と仮定できる。

そこで、本研究の1つ目の目的として、過剰適応の構造を検討する。石津 (2006) の青年期前期用の過剰適応尺度では「自己抑制」「自己不全感」「他者配慮」「期待に沿う努力」「人からよく思われたい欲求」の5つの下位尺度が設定されている。前者2つの下位尺度は個人の特性的な内的側面に、残りの下位尺度は他者志向的な外的側面に相当すると考えられ、この下位尺度を利用して作成した因子モデルの適合度を検討することで、上記の仮説の検証を行う。

一方、臨床場面における主観的記述から過剰適応は非適応的 (maladaptive) とされる³。例えば Kozłowska (2001, 2003) は、転換性障害の子どもの多くがよい子で、よく気がつき、従順で、達成度が高く、良心的であることを指摘している。また、他者の要求に応える努力が持続できなくなった状態がバーンアウト (宗像, 1993; Zapf, 2002) であるという指摘もある。このように、

³ ここでの“非適応的”は臨床症状を意味している。しかし、“適応”か“非適応”かは、階層構造をなす目標の中のどの目標に焦点を当てるかで変化しうられる (村山・及川, 2005)。すなわち、過剰適応することは、臨床症状を出さないことが目標ならば非適応的であるが、社会適応を促す (桑山, 2003) ことが目標ならば適応的と捉えることができる。本稿では、非適応的か否かに関しては以上のような視点を含め捉えることとする。

結果的に見れば過剰適応は非適応的と捉えることができるだろう。しかし、個人が他者の要求や期待に応えるべく努力し続けるのは、そのような行為が個人にとって適応的に作用する場合があるからとも考えられる。すなわち、subjective overachiever は結果として客観的な成功を高める (Chang, Arkin, Leong, Chan, & Leung, 2004) という指摘や、早くから大人の役割を身に付けた子どもたちが他者志向的な行動を通じて自己への肯定感を高める (Glover, 1994) という指摘は、自己不信を補償し個人の肯定感を高める過程として捉えられる。

本邦における過剰適応研究では、過剰適応が個人にどのような利益を提供するのかといった、適応的な側面からの研究はなされておらず、過剰適応は非適応的であることが前提であった。そこで本研究の2つ目の目的として、過剰適応が心身の適応とどのように関連するのかを上述の視点を含めて検討する。

なお、本研究では心身の適応の指標としてストレス反応と学校適応感を測定する。Phillips (1978) の「学校におけるストレスと不安パラダイム (school stress and anxiety paradigm)」によれば、ストレス反応は学校における学習や行動に影響を与えることが示されている。本邦においても学校ストレス研究が蓄積されており (e.g., 岡安・嶋田・丹羽・森・矢富, 1992; 岡安・嶋田・坂野, 1993; 嶋田・三浦・坂野・上里, 1996; 神藤, 1998), ストレス反応は適応の一つの指標となることが明らかにされている。また、もう一つの心身の適応の指標である学校適応感の測定として大久保 (2005) の尺度を採用した。この尺度では「個人が環境と適合しているときの感覚」という、より主観的な適応感を測定することができる。以上から、本研究ではストレス反応と適応感という異なる側面から適応を測定する。

方 法

調査協力者

東北地方の中学生、男子 295 名、女子 349 名、性別不明 6 名の計 650 名を分析の対象とした。平均年齢は 13.69 歳、標準偏差は .90 であった。学年別人数は 1 年生 214 名、2 年生 201 名、3 年生 235 名であった。

質問紙の構成

フェイス・シート 学年、年齢、性別を尋ねた。学校の先生が回答を見ることはないこと、成績等にも関係ないことを明記し、回答する上での不安を低減させるよう配慮した。

過剰適応 石津 (2006) による青年期前期用過剰適応尺

度を用いた。尺度の下位因子と項目を Table 1 に記す。尺度の信頼性は内的一貫性および再検査信頼性によって確認され、妥当性は公的自意識得点とエゴグラムの AC 得点との関連性から確認されている。

学校適応感 大久保 (2005) による学校への適応感尺度から「居心地の良さの感覚」因子を測定した。

ストレス反応 岡安・嶋田・坂野 (1992) を三浦・福田・坂野 (1995) が改編した質問項目、および岡田 (2002) から「身体的反応」、「悲哀」、「攻撃」を測定する項目を用いた。

Table 1 過剰適応尺度の下位尺度とその項目一覧

他者配慮
相手がどんな気持ちか考えることが多い
自分が少し困っても、相手のために何かしてあげることが多い
人がしてほしいことは何かと考える
「自分さえ我慢すればいい」と思うことが多い
人からの要求に敏感なほうである
とにかく人の役にたちたいと思う
やりたくないことでも無理をしてやることが多い
つらいことがあっても我慢する
期待に沿う努力
人から「能力が低い」と思われないようにがんばる
期待にこたえないと、しかられそうで心配になる
他者からの期待を敏感に感じている
人からほめてもらえることを考えて行動する
期待にこたえるために、成績をあげるように努力する
自分の価値がなくなってしまうのではないかと心配になりがむしやりにがんばる
期待にはこたえなくてはいけないと思う
人からよく思われたい欲求
相手にきらわれないように行動する
人から気に入られたいと思う
人から認めてもらいたいと思う
自分をよく見せたいと思う
他人の顔色や様子が気になるほうである
自己抑制
自分の気持ちをおさえてしまうほうだ
自分自身が思っていることは、外に出さない
心に思っていることを人に伝えない
考えていることをすぐには言わない
思っていることを口にさせない
相手と違う事を思っているでも、それを相手に伝えない
自分の意見を通そうとしない
自己不全感
自分のあまりよくないところばかり気になる
自分には、あまりよいところがない気がする
自分の評価はあまりよくないと思う
自分はひとりばつちと感ずることがある
自分には自信がない
自分らしさが無いと思う

手続き

調査は東北地方にある 4 校の中学校で 2005 年 11 月～12 月にかけて実施された。回答は全て無記名で行われた。4 校のうち 3 校では、クラス担任がホームルームの時間に、調査用紙を配布し、記入を求め回収した。また、残りの 1 校に関しては、一斉調査が困難であったため、クラスの担任から質問紙と回収用封筒が配布され、自宅での回答を依頼した。回答は封筒に入れ密封した状態で提出してもらい匿名性の保持に努めた。

結 果

確認的因子分析

Figure 1 に示したように、「自己抑制」と「自己不全感」という潜在因子の高次因子として内的側面を、「他者配慮」「期待に沿う努力」「人からよく思われたい欲求」という潜在因子の高次因子として外的側面を仮定した高次因子モデルを構成した。最尤法による確認的因子分析を行った結果、モデルの適合度は $GFI=.988$, $AGFI=.955$, $CFI=.984$, $RMSEA=.072$, $AIC=41.75$ であり、 $RMSEA$ がやや高めであるが許容できる適合度が示された。

なお、「人からよく思われたい欲求」はその因子名から内的側面とも捉えることができる。そこで、「人からよく思われたい欲求」を、内的側面を構成する潜在因子として仮定し上記のモデルと適合度を比較したところ、適合度が大きく低下したため、「人からよく思われたい欲求」は他者志向的な外的側面を構成する因子とするモデルを採用した⁴。

過剰適応と学校適応感、ストレス反応との関係

全ての変数とその下位尺度の記述統計量を示し、過剰適応と学校適応感、ストレス反応の下位尺度の単相関係数を算出した (Table 2)。その結果、悲哀と過剰適応の下位尺度との間に弱～中程度の正の相関 ($r=.20 \sim .45$, $p<.01$) が確認された。一方、過剰適応の下位尺度

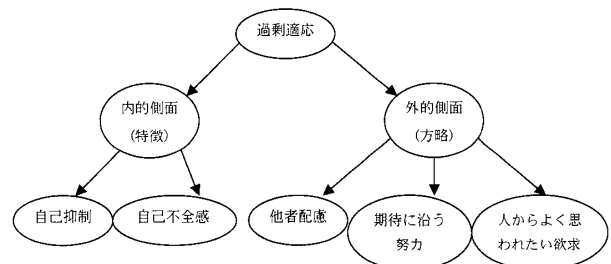


Figure 1 過剰適応の高次因子モデル

⁴ 「人からよく思われたい欲求」が内的側面を構成すると仮定した場合、モデル適合度は $GFI=.937$, $AGFI=.763$, $CFI=.893$, $AIC=125.98$ であった。

Table 2 各尺度の基礎統計量と過剰適応と学校適応感、ストレス反応との単相関係数

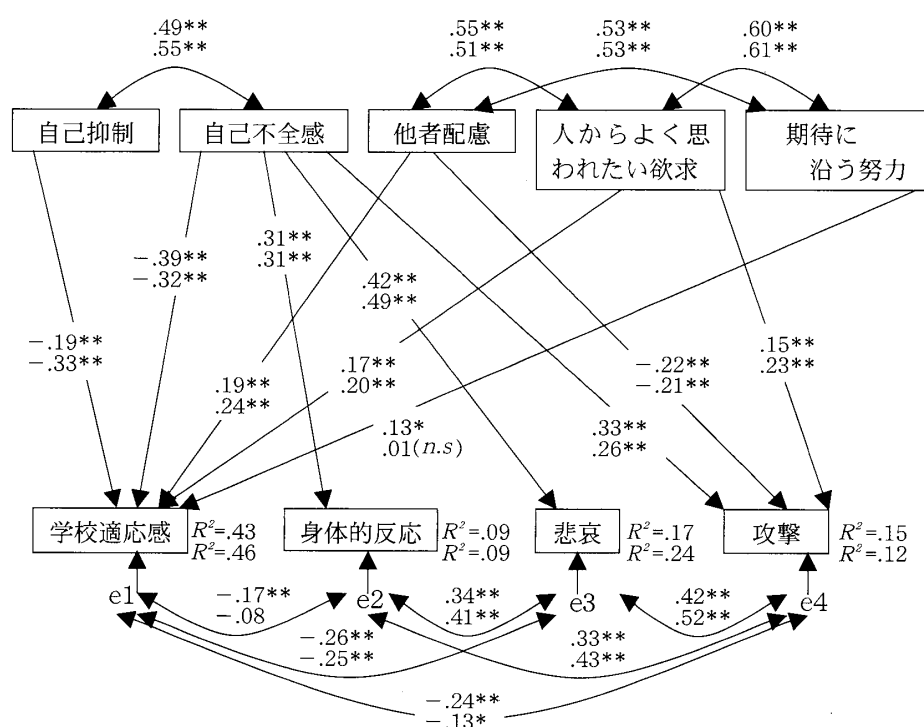
	<i>M</i>	<i>SD</i>	単相関係数			
			VI	VII	VIII	IX
I 自己抑制	20.88	5.82	-.33**	.16**	.27**	.11**
II 自己不全感	19.35	5.16	-.35**	.31**	.45**	.29**
III 他者配慮	27.18	5.75	.11**	.18**	.25**	.03
IV 期待に沿う努力	22.10	5.44	.10*	.11**	.20**	.14**
V 人からよく思われたい欲求	18.14	4.37	.12**	.11**	.23**	.20**
VI 学校適応感	39.44	9.92				
VII 身体的反応	8.90	4.05				
VIII 悲哀	5.01	2.78				
IX 攻撃	8.65	4.25				

* $p < .05$ ** $p < .01$

と学校適応感との関連では、「自己抑制」と「自己不全感」に負の相関が、(それぞれ $r = -.33, p < .01$; $r = -.35, p < .01$)、その他の下位尺度とは非常に弱い正の相関($r = .10 \sim .12, p < .01 \sim .05$)が見られた。

続いて過剰適応傾向が心身の適応に与える影響を検討するために、過剰適応の下位尺度である「自己抑制」「他者配慮」「期待に沿う努力」「自己不全感」「人から

よく思われたい欲求」の5因子を独立変数、学校適応感とストレス反応を従属変数とした多変量回帰分析を男女別に行った⁵ (Figure 2)。なお、独立変数は互いに相関関係にあることが予測されたため、過剰適応の下位尺度に関しては、上述の確認的因子分析の結果を参考に変数間に共分散を設定した。また、従属変数における学校適応感とストレス反応の間にも相関関係が想



注1) 数値は上段が男子、下段が女子を表す。

注2) ** $p < .01$, * $p < .05$

Figure 2 過剰適応が心身の適応に与える影響

⁵ 本研究においては過剰適応と心身の適応との関係の検討を目的とすること、また、過剰適応傾向に影響を与えうると考えられる要因を取り入れていないことから、モデルの適合度を示すのではなく、回帰分析の結果を示すこととした。

定されるため、それぞれ共分散を仮定してある。

まず、過剰適応の内的側面である「自己抑制」と「自己不全感」が従属変数へ与える影響を検討した。その結果、男女共に「自己抑制」と「自己不全感」は「学校適応感」に負の影響を与えていた。また、「自己不全感」は男女共に「身体的反応」「悲哀」「攻撃」に正の影響を与えることが示された。続いて、過剰適応の外的側面である「他者配慮」「期待に沿う努力」「人からよく思われたい欲求」が従属変数へ与える影響を検討した。その結果、男女共に「他者配慮」「人からよく思われたい欲求」が「学校適応感」に正の影響を及ぼしていた。男子においては「期待に沿う努力」が「学校適応感」に正の影響を与えていた。また、男女共に「他者配慮」と「人からよく思われたい欲求」は「攻撃」に対し、前者は負の影響を、後者は正の影響を示していた。

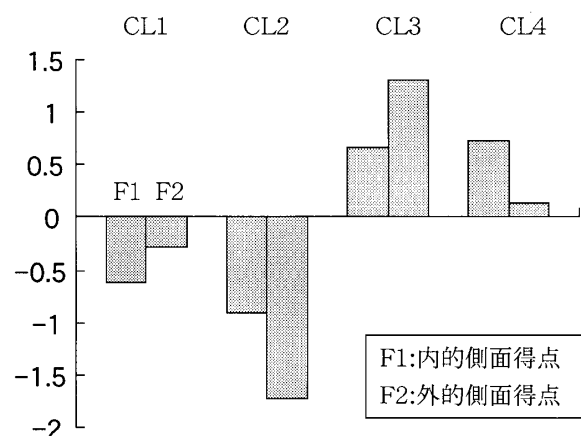
過剰適応の内的側面と外的側面の組み合わせと学校適応感、ストレス反応の関連

ここでは、個人の特徴と心身の適応との関連をより詳細に捉えるため、過剰適応の内的側面と外的側面の組み合わせパターンと学校適応感およびストレス反応との関係を検討する。

まず、内的側面得点と外的側面得点の組み合わせパターンを調べるため K-means 法によるクラスタ分析を行ったところ、4つのクラスタが解釈可能であった (Figure 3)。それら4つのクラスタの特徴は以下のとおりである。

クラスタ1は「内的側面」が低い「外的側面」は平均に近い群であった。クラスタ2はいずれの側面も低い群、クラスタ3はいずれの側面も高い群であり、クラスタ4は「内的側面」は高い「外的側面」は平均に近い群であった。

これらのクラスタ群を独立変数、学校適応感とスト



注) 数値は z 得点で示してある。

Figure 3 各クラスタの特徴

レス反応を従属変数とした一元配置分散分析を行った (Table 3)。その結果、全ての従属変数においてクラスタ群の効果が有意であったため、Tukey 法による多重比較を行った。

その結果、学校適応感においてはクラスタ1が最も得点が高かった。続いてクラスタ3の得点が高く、クラスタ2とクラスタ4は最も得点が低かった ($F(3, 639) = 24.10, p < .01$)。また、ストレス反応の「身体的反応」「悲哀」「攻撃」において、クラスタ3とクラスタ4が他のクラスタよりも得点が高く、クラスタ1とクラスタ2では差はみられなかった (それぞれ $F(3, 637) = 14.51, p < .01$; $F(3, 638) = 30.72, p < .01$; $F(3, 638) = 10.26, p < .01$)。

考 察

本研究の第1の目的は、過剰適応の構造を検討することであった。確認的因子分析の結果、内的側面は過剰適応傾向の者が示す性格特徴から構成され、外的側

Table 3 各クラスタの「心身の適応」得点と分散分析結果

	クラスタ1 (N=242)	クラスタ2 (N=81)	クラスタ3 (N=142)	クラスタ4 (N=178)	F値	多重比較(Tukey)
学校適応感	43.16 (8.76)	35.69 (11.05)	39.51 (10.32)	36.15 (8.71)	24.10**	クラスタ1>3>2,4
身体的反応	7.77 (3.38)	8.49 (3.89)	10.29 (4.61)	9.54 (4.05)	14.51**	クラスタ3,4>1,2
悲哀	4.01 (1.85)	4.32 (2.47)	6.47 (3.43)	5.52 (2.82)	30.72**	クラスタ3>4>1,2
攻撃	7.59 (3.64)	8.43 (4.28)	9.81 (4.64)	9.28 (4.40)	10.26**	クラスタ3,4>1

** $p < .01$

面は個人が外的に適応していることを示すために取る行動や、外的適応を維持もしくは上昇させるための適応方略から構成されることが明らかとなった。このことから過剰適応の概念が整理され、個人の過剰適応傾向がより包括的に理解されやすくなったといえるだろう。

本研究の第2の目的は、過剰適応傾向と心身の適応の指標として仮定した学校適応感とストレス反応との関係を検討することであった。男女別の回帰分析結果から、過剰適応の内的側面は学校適応感に負の影響を与え、ストレス反応には正の影響を与えることが示されたが、一方で外的側面はストレス反応だけでなく学校適応感にも正の影響を与えることが示された。また、男女による影響の差は全体的には小さかったが、「期待に沿う努力」に関しては、男子においては学校適応感に正の影響を与える一方で女子においては有意な影響は確認されなかった。

回帰分析によって個々の影響を検証することができたが、より個人の特徴に接近するために、過剰適応の内的側面と外的側面の組み合わせパターンを設定し、心身の適応との関連を調べたところ、「内的側面」の得点が低い2つの群ではいずれもストレス反応が低いことが、「内的側面」の得点が高い2つの群ではストレス反応が高いことがそれぞれ示された。しかし、「内的側面」が低くかつ「外的側面」も低い群はストレス反応も学校適応感も低いことが確認された。ストレス反応の得点が高かった「内的側面」の高い2つの群においては、「外的側面」得点が高い群は学校適応感が平均値程度に保たれる一方で、「外的側面」が平均程度の群は学校適応感が最も低くなった。

以上から、過剰適応の内的側面として捉えられる「自己抑制」および「自己不全感」は、心身の適応のうち特にストレス反応と関連する一方で、そうした内的側面が低い場合であっても、外的側面を構成する「他者配慮」「人からよく思われたい欲求」「期待に沿う努力」がなされる場合、学校適応感は保たれることが示された。

本邦を含めたアジアにおいては欧米に比べ、個人志向よりも集団志向が顕著 (Markus & Kitayama, 1991) であることが示されている。ゆえに、学校集団という社会の中でうまく立ち回することは個人にとって重要事項であると考えられる。つまり、内的欲求を抑圧してでも集団への適応を優先させ、適応努力することが学校適応感を保つのだと思われる。

また、本研究では学校適応感とストレス反応を「心

身の適応」の指標として設定した。学校適応感とストレス反応は互いに負の相関が想定される概念である。しかし、過剰適応の観点からこの2つの適応の指標を眺めると、学校への適応感がある程度感じつつもストレス反応が高い子どもや、学校適応感は低いがストレス反応も高くない子どもたちの存在が確認されたといえるだろう。この結果は過剰適応というものが適応的に作用する場合と非適応的に作用する場合が存在することを示唆するが、これについては以下に考察する。

伊藤 (1993) は、社会的期待や社会的規範にうまく適応していく過程を社会化とし、社会への適応を志向する傾向である社会志向性はクラス内の社会的地位のような外在的な対人場面での適応行動や、他者から認知可能な行動レベルの適応と関連が強いと述べている。本研究における過剰適応は「無理に内的欲求を抑圧する傾向」を内包するものであり、その点において社会志向性とは異なるが、社会適応を支える要因と捉える点では類似しているといえよう。一方で、社会志向性は悩みの数と負の関連を持つ (伊藤, 1993) のに対し、本研究では過剰適応はストレス反応と正の関連をもつことが示された。このことは、社会志向性と過剰適応の差異を明らかにしていると考えられる。

社会志向性は外的基準と内的基準の双方を反映した特性であると考えられる (伊藤, 1993) のに対し、過剰適応ではその定義より、外的基準に強く沿うが内的基準は抑制されている状態と想定される。すなわち過剰適応者においては、個人の価値基準は親からの愛情や承認の維持 (伊藤, 1999; Jones & Berglas, 1978; Oleson et al., 2000) を背景とした「外部からどのように思われているか」といった外的基準に大きく左右されるか、あたかも外的基準をそのまま内的基準として取り入れている状態であると推測される。本研究の結果からは、内的側面が高く自己抑制的であっても他者志向的な適応方略を多く取る個人は、学校適応感は保たれているが、その陰でストレス反応が蓄積されている可能性も示唆された。このように過剰適応には、適応性と非適応性の相反する両側面が共存していることも想定され、今後は過剰適応に関する縦断的な研究も必要になると考えられる。

本研究においては、過剰適応はある側面では個人にとって適応的に作用する可能性が示された。このことは以下の2点で意義があると思われる。1つは、従来言われてきたように過剰適応的であることが非適応的とは必ずしもみなせない可能性があるということである。つまり、過剰適応傾向の子どもであっても、個人

的な適応感を感じている可能性が実証的に示されたといえる。2つ目は、1点目に関連するが、主体性を持たない受動的な方略によって支えられている適応感の背後にはストレスが存在する可能性があることと、その適応感が他者志向的な適応方略に支えられているという可能性が見られたことである。伊藤(1993)によれば、社会化と個性化は独立した終局点というよりは、適応的な人格形成の2側面として、1つの過程を織り成すと考えられる。しかし、過剰適応では個性化の側面が欠如していることが想定され、こうして得られた適応状態は自他にそう見せるための「偽りの適応」かもしれない。そして、「よい子」的なやり方によって一生懸命適応していた子はどこかで「ツケがくる」(広岡, 1993)ことを念頭におく必要がある。過剰適応している子どもには、適応感に覆われ、周囲からは判断しにくい個人的ストレスが存在している可能性がある。適応感に覆われたストレスがどのような形で顕在化し、子どもの心身の適応が変化していくか、より一層の研究が必要である。

本研究の限界と課題としては、過剰適応に影響を与える要因として想定されうる親からの愛情や承認の観点を組み込めなかったことである。このことにより、子どもを取り巻く環境に対する介入の可能性に関しては確認ができず、過剰適応に関連すると考えられる要因を取り込んだモデルの作成および検討までには至らなかった。思春期は自己に注目が集まり、他者と自己の識別を内的にも外的にも行い始める時期である。しかし、親からの影響力も依然として多大に受ける時期でもある。今後は、子どもの過剰適応の観点に親からの養育の視点をも含め、包括的に過剰適応が研究される必要があるだろう。

引用文献

- Agarwal, S. (1977). Personality traits of under- and over-achieving boys of Class XI. *Asian Journal of Psychology and Education*, **2**, 42-44.
- Chang L., Arkin, R. M., Leong, F. T., Chan, D. K. S., & Leung, K. (2004). Subjective overachievement in American and Chinese college students. *Journal of Cross-cultural Psychology*, **35**, 152-173.
- English, H. B., & English, A. C. (1958). *A comprehensive dictionary of psychological and psycho-analytical terms*. New York : David Mackey.
- Giacobello, J. (2000). *The dangers of overachieving : A guide for relieving pressure and anxiety*. New York : The Rosen Publishing Group, Inc.
- Glover, G. J. (1994). The hero child in the alcoholic home : Recommendations for counselors. *School Counselor*, **40**, 185-190.
- 広岡知彦 (1993). [座談会] 学校ぎらいと不登校 山崎晃資(編) こころの科学 **51** (pp.25-26) 不登校 日本評論社
- 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.
- 伊藤研一 (1999). 異常心理学 コントロール不全 対 コントロール過剰 心理臨床の海図 (pp. 84-86) 八千代出版
- 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. (Ito, M. (1993). Construction of an individual and social orientedness scale and its reliability and validity. *Japanese Journal of Psychology*, **64**, 115-122.)
- Jones, E. E., & Berglas, S. (1978). Control of attributions about the self through self-handicapping strategies : The appeal of alcohol and the role of underachievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **4**, 200-206.
- Kozłowska, K. (2001). Good children presenting with conversion disorder. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, **6**, 575-591.
- Kozłowska, K. (2003). Good children with conversion disorder : Breaking the silence. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, **8**, 73-90.
- 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.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self : Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, **98**, 224-253.
- 三浦正江・福田美奈子・坂野雄二 (1995). 中学生の学校ストレスとストレス反応の継時的変化 日本教育心理学会第37回大会発表論文集, 555.
- 宗像恒次 (1993). 燃え尽きおよびその関連尺度 桃生寛和・早野順一郎・保坂 隆・木村一博(編) タイプA行動パターン (pp.218-235) 星和書店

- 村山 航・及川 恵 (2005). 回避的な自己制御方略は本当に非適応的なのか 教育心理学研究, **53**, 273-286. (Murayama, K., & Oikawa, M. (2005). Are avoidance strategies always maladaptive? *Japanese Journal of Educational Psychology*, **53**, 273-286.)
- 中村政夫 (1968). Over-Achievers の人格的特性に関する発達の研究 心理学研究, **39**, 67-76. (Nakamura, M. (1968). The developmental study of personality traits in over-achievers. *Japanese Journal of Psychology*, **39**, 67-76.)
- 岡田佳子 (2002). 中学生の心理的ストレス・プロセスに関する研究—二次的反応の生起についての研究— 教育心理学研究, **50**, 193-203. (Okada, Y. (2002). Psychological stress in junior high school students: A model for the occurrence of secondary responses. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **50**, 193-203.)
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森 俊夫・矢富直美 (1992). 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究, **63**, 310-318. (Okayasu, Y., Shimada, H., Niwa, Y., Mori, T., & Yatomi, N. (1992). The relationship between evaluation of school stressors and stress responses in junior high school students. *Japanese Journal of Psychology*, **63**, 310-318.)
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 (1992). 中学生用ストレス反応尺度の作成の試み 早稲田大学人間科学研究, **5**, 23-29. (Okayasu, T., Shimada, H., & Sakano, Y. (1992). Development of stress response scale for junior high school students. *Waseda Studies in Human Sciences*, **5**, 23-29.)
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 (1993). 中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果 教育心理学研究, **41**, 302-312. (Okayasu, T., Shimada, H., & Sakano, Y. (1993). Alleviation effects of social support on school stress in junior high school students. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **41**, 302-312.)
- 大久保智生 (2005). 青年の学校への適応感とその規定要因—青年用適応感尺度の作成と学校別の検討— 教育心理学研究, **53**, 307-319. (Okubo, T. (2005). Factors contributing to subjective adjustment to school in adolescents. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **53**, 307-319.)
- Oleson, K. C., Poehlmann, K. M., Yost, J. H., Lynch, M. E., & Arkin, R. M. (2000). Subjective overachievement: Individual differences in self-doubt and concern with performance. *Journal of Personality*, **68**, 491-524.
- 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 上越大学教育心理相談研究, **4**, 151-162. (Otake, N., & Igarasi, T. (2005). Review of over-adaptation and related factors during adolescence. *Journal of Joetsu Clinical Psychology and Counseling*, **4**, 151-162.)
- Phillips, B. N. (1978). *School stress and anxiety: Theory, research and intervention*. New York: Human Sciences Press.
- 嶋田洋徳・三浦正江・坂野雄二・上里一郎 (1996). 小学生の学校ストレスに対する認知的の評価がコーピングとストレス反応に及ぼす影響 カウンセリング研究, **29**, 89-96. (Shimada, H., Miura, M., Sakano, Y., & Agari, I. (1996). Effects of cognitive appraisal for school stressors on stress coping and stress responses in elementary school children. *Japanese Journal of Counseling Science*, **29**, 89-96.)
- 神藤貴昭 (1998). 中学生の学業ストレスと対処方略がストレス反応および自己成長感・学習意欲に与える影響 教育心理学研究, **46**, 442-451. (Shinto, T. (1998). Effects of academic stressors and coping strategies on stress responses, feeling of self-growth and motivation in junior high school students. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **46**, 442-451.)
- Zapf, D. (2002). Emotion work and psychological well-being: A review of the literature and some conceptual considerations. *Human Resource Management Review*, **12**, 237-268.

謝 辞

本研究の一部は教育心理学会第48回大会(岡山大学)において発表された。また本論文の執筆に当たりご指導くださいました名古屋経済大学短期大学部の家接哲次先生に感謝いたします。また、お忙しい中アンケートに協力してくださった先生および生徒のみなさまに心より感謝申し上げます。

(2006.11.9 受稿, '07.8.6 受理)

Tendency Toward Over-Adaptation : School Adjustment and Stress Responses

KENICHIRO ISHIZU (GRADUATE SCHOOL OF EDUCATION, TOHOKU UNIVERSITY) AND HIDEO AMBO (TOHOKU UNIVERSITY)

JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY, 2008, 56, 23—31

Over-adaptation refers to behavior that is overly adapted or over-achieved. Over-adaptation is thought to be a cause of maladaptation. But little practical research on over-adaptation has been done. The aims of the present study were (1) to organize the concept of over-adaptation theoretically and analyze its construction, and (2) to investigate how over-adaptation relates to school adjustment and stress responses among junior high school students. Junior high school students ($N=650$) completed a questionnaire. The results suggested that the tendency toward over-adaptation was composed of 2 characteristics: internal and external. The internal aspect is constructed by self-inhibitive personality traits, and the external, by other-directed behavioral tendencies. The results also showed that the internal aspect was related negatively to school adjustment but positively to stress responses, whereas the external aspect was related positively to both school adjustment and stress responses. These results suggest that there may be some stress behind school adjustment maintained by the external aspect of over-adaptation. The possibility that these stresses might predict future maladaptation was discussed.

Key Words : over-adaptation, school adjustment, stress responses, junior high school students