

過剰適応の特性についての研究

——葛藤場面における外言と内言、および両者のズレの検討を通して——

新井田 はつよ

過剰適応の特性についての研究

—葛藤場面における外言と内言、および両者のズレの検討を通して—

Research on the characteristic of Over Adaptation:

Analyses based on the outer speech, the inner speech and
its gap in some conflict scenes

新井田 はつよ

I. 問題

私達は普段の生活の中で「ここではこんな自分」、「あそこではこんな自分」といったふうに様々な「顔」と「役割」を持ち、それを使い分けて生活している。

この「顔」や「役割」の使い分けは、家族、学校、社会などの集団の中で適応していくために必要な能力であり、私たちの中で自覚しながら行われたり、時には無自覚に行われる。

しかし、このいくつもの「顔」や「役割」に自分を占領されてしまう人もいる。この傾向の1つに、過剰適応がある。

1. 過剰適応の定義

過剰適応 (over adaptation) とは、アルコール依存症の家族研究から出てきた概念であり (村久保, 2008)、児童期や青年期に心理的不適応に陥る要因の1つとしてあげることができる。過剰適応は「心配りが上手で、手のかからない子」と定義され、いわゆる「よい子」と関連づけられている。学校現場では不登校等の視点から研究が行われてきた。石津・安保 (2007) が抑うつ傾向の観点から中学生の過剰適応の「過剰」を操作的に定義しているが、いまだ言語的定義は統一されていない。

益子 (2010) は「対人関係や社会集団にお

いて、他者の期待に過剰に応えようとするあまりに、自分らしくある感覚を失ってしまいがちな傾向」と定義している。また、石津・安保 (2005) は「他者から期待されている役割・行為に対して、自分の気持ちは後回しにしてでも、それらに応えようとする傾向」としており、山田 (2010) は「『よい子』のように自分の感情や欲求を無理に抑圧してでも、周囲の期待や要求に応える努力を行い、表面的には社会に適応しているように見える傾向」としている。さらに桑山 (2003) は「過剰適応の過剰とは、外的適応の面に相当し、過剰適応的な状態とは外的な適応が過剰なために、内的適応が困難に陥っている状態」であるとしている。

2. 過剰適応における問題点

過剰適応の適応的側面に注目した先行研究には石津・安保 (2008) がある。彼らは中学生は、内的適応が低くても外的適応が高い場合は学校適応感が保たれるとしている。また、外的適応が高いことは他者からの要求に対し敏感に反応できることであると言い換えるだろう。尾関 (2011) は「自己の内面に問題を抱えていても、過剰適応の外的側面にみられるような行動をとることで、集団での適応が高まる」としており、過剰な外的適応行動の適応的側面について述べている。これらを

踏まえると、過剰適応であることの適応的側面を認めていく必要があるといえる。しかし個人の能力を上回ってまで果たされる表面的な適応は、外的には適応しているように見えても内的な不適応状態に陥っている可能性があり、いつか外的にも不適応になる可能性がある。これについては、自己評価と保護者の他者評価の比較から、中学生の学校適応と抑うつに関連があるとした研究からもいえる(石津・安保, 2007)。

内的な不適応状態が外的不適応におよぶ大きな要因となるのが、過剰適応者に見られる「自分らしさの欠如」と、「他者基準」、さらに「社会適応能力の高さ」にあるといえるだろう。

自分らしさの欠如の点からいえば、「対人関係において体験される自己そのものの喪失感である」と定義される見捨てられ抑うつと、過剰適応の関連を示したものとして山田(2010)の研究があり、過剰適応者は対人関係において、自分がない不安定な状態であるとされている。

自身の感情よりも他者からの期待に応えることを優先する他者基準の点について、石津・安保(2008)は過剰適応者は、「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としている。さらに従来、定義として用いられてきた「他者の期待に沿う努力をする傾向」からも、過剰適応者が他者基準となる可能性が示唆される。

社会適応能力の高さについては、山田(2010)が過剰適応者と社会適応能力の関連について言及している。

大河原(2004)はネガティブな感情が社会化されない場合、ネガティブな情動は子どもの中に身体レベルで蓄積されていくと述べており、過剰適応が心身症、またそれ以外の病前性格にもなりうるということが明らかにされてい

る(益子, 2009)。さらに山田(2010)が「他者から承認されようと努力するほど抑うつ感が高まる」と指摘していること等をふまえると、過剰適応の非適応的側面へのアプローチは重要であると考ええる。

これらの過剰適応に関する研究成果から、過剰適応であることの心理的な問題は、他者から期待された「顔」に縛られている状態にあっても、他者に内的不適応が伝わりにくいこと、そして本来の自分らしさの感覚の乏しさにあると考ええる。

3. 適応と自分らしさ

次に、適応と自分らしさについて述べていく。適応は、内的適応(個人的適応)と外的適応(社会的適応)の2つに分類される(北村, 1965)。前者は心的状態が安定していること、後者は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おり(石津・安保, 2007)、北村(1965)は適応とはこの外的適応と内的適応が統合された状態であるとしている。確かに外的適応と内的適応のバランスがとれていることは、葛藤が少ない状態であるといえ、適応的であろう。しかし、個人には様々な側面があると考え、単にバランスがとれているかどうか留まらず、自分の特性を自覚しながら、どう社会に適応していくかという点がさらに重要となろう。このことは益子(2010)が、他者によく思われようと過剰に努力したり、自分を抑えたりする行動は、本来感を大きく低減させるが、自分の感情を理解している人は、本来感を維持できていることからいえる。

以上のことを踏まえると、内的にも外的にも適応していく過程には、自分の感情や傾向に自覚的であることを含めた「自分らしさ」という感覚が欠かせない要素であるといえる。よって筆者は「適応とは、自分の社会的役割や望まれる行動を自分の意志に変換して行う力を持ち、自分の意志と判断によって行動で

きること」と定義し以下の論を進めていくこととする。

石津・安保(2008)は階層的因子分析によって、過剰適応の概念構造が「外的適応の過剰さ」と「内的適応の低さ」に相当する2つの因子に大別できることを実証的に示しており、本研究でも内的適応が低く、外的適応が高い状態を過剰適応群とした。なお、本研究では内的適応の指標として本来感尺度(伊藤・小玉, 2005)を、外的適応の指標として、外的適応行動尺度(益子, 2010)を用いることとした。

II. 目的

山田(2010)は「一見適応しているように見える過剰適応者の心理的葛藤に目を向ける必要があるが、個人の心の内面に潜む自己抑制や自己不全感は他者に伝わりにくい」と述べている。さらに過剰適応者は「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ので、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にあるとされている(石津・安保, 2008)。

様々な検査の方法において、投影法は結果が故意に歪められることが少ない検査ということができ、投影法と質問紙法を組み合わせることで、過剰適応者が葛藤場面でどのように感じ、対処するのか、その一連の行動にどの程度自覚を持っているのかということについて検討できるのではないかと。投影法を用いた数少ない先行研究の中で、桑山(2003)は高校1年生女子を対象とし、エゴグラム(AC尺度)を参考に、過剰適応的な傾向を測定する尺度を作成しており、同時に施行したPFスタディの結果を用いて、作成した尺度の妥当性を確認している。

過剰適応者には、他者へ内的不適応が伝わりにくいという傾向があることから、P-Fスタディ形式の絵を用いてある葛藤場面を想

定してもらい、その時にどのように発言し(以下、外言とする)、また心の中ではどう感じているか(以下、内言とする)を記述してもらう。さらにその時の自分の感情にどれほど自覚があるかといったことを、外言と内言の「気持ちのズレ」として測定することとする。これにより、葛藤場面での過剰適応者の在り方の理解を深めることができると考えた。

以上のことから、本研究では葛藤が生じるであろう場面(以下、設定場面とする)をPFスタディ形式で設定し、過剰適応者の葛藤場面での在り方を検討したい。

さらに桑山(2003)の結果と比べることで設定した場面の妥当性を確認し、設定場面と「気持ちのズレ」についての考察を踏まえ、どのような傾向が強いのが過剰適応傾向といえるのかを明らかにすることを目的とする。

III. 方法

1. 調査対象

N県内にある大学の学部生を対象に、以下の内容からなる質問紙を実施した。質問紙は263部を回収し、欠損値があった27名を除き、男性142名、女性94名の計236名を分析対象とした(平均年齢20.12歳、SD1.21、回収率87.5%)。

2. 手続き

2011年10月下旬から11月上旬に、授業の時間を利用し、集団形式で回答してもらった。

3. 質問紙

予備調査を10名に実施し、設定場面の決定や修正を行った。

本調査で用いた質問紙は、A4用紙の計6枚で構成されている。フェイスシートには教示を載せ、年齢と性別を記入する欄を設けた。

3-1. 本来感尺度

従来の過剰適応研究では、内的指標として自尊感情が用いられてきた。しかし近年では、自尊感情は「本当の自尊感情」と「随伴性自尊感情」の2つに分けられるとする知見がある。そして伊藤・小玉（2005）は本当の自尊感情と本来感（自分自身に感じる自分の中核的な本当らしさの感覚の程度）を同義として扱っており、益子（2010）は過剰適応研究における内的適応の指標としてこの本来感を用いることが相応しいとした。

よって本研究では本来感尺度（伊藤・小玉，2005）の7項目を用いることとした。信頼性と妥当性は確認されており、「1 あてはまらない」-「5 あてはまる」の5件法で用いた。

3-2. 外的適応行動尺度

外的適応行動尺度（益子，2010）は、石津・安保（2008）の過剰適応尺度から外的適応行動を測定すると思われる項目のみを抽出し、再構成した尺度である。全20項目からなり、「よく思われたい欲求」「自己抑制」「他者配慮」の3因子からなる。本研究では、この尺度を外的適応の指標とした。信頼性と妥当性は確認されており、回答は本来感尺度と同様に5件法で用いた。

3-3. PF スタディ形式の場面

本研究では、他者の期待に応えるために努力をしたり、他者にどう思われるかといった不安を抱えている過剰適応者の特徴が表れるだろう葛藤場面、そして被験者がよりイメージしやすいものを3場面設定した。

PF スタディは「誰の責任か」を絵で示した場面であったのに対し、場面Aでは誰の責任であるかは示さずに、被験者が「誰の」責任であると認知するのがわかるように「先方も穏便にすませてくれたから良かったが、今回のミスは誰の責任だったんだい？」と尋ねられるという場面を設定した（Figure1-

1）。

桑山（2003）は外言において、過剰適応傾向が高い人は aggression を外に向ける反応が少なく、自分に向ける、あるいはどこにも向けられない反応が多かったとしている。この結果に加え、場面Aではどのように感じているのかも踏まえて検討できるのではないかな。

場面Bは、授業の中でグループ分けを行う際に、被験者は一人だけ余っている子を見つけるが、他の子から「ねえ、こちらは3人でやろう。」と声をかけられるという場面である。明らかにグループに入れない子がいる中、声をかけられるという心理的葛藤が生じる状況で、どう対処するのかということがわかるように、場面を設定した（Figure1-2）。

場面Cは、授業ノートを貸していた友人から「君からノート提出のために借りていたノート、失くしちゃったんだ。」と打ち明けられるという、誰もが不快な気持ちになる場面で、どのように対処するのかわかるように場面を設定した（Figure1-3）。



Figure1-1. 場面A



Figure1-2. 場面B



Figure1-3. 場面C

場面ごとに①「この時、あなたなら相手に何と答えますか？」②「この時、あなたは心の中でどんなことを思っていますか？」③「あなたの実際の発言と、心の中の気持ちにどのくらいズレを感じますか？」の3問を設定し、①と②は自由記述とし、③は「1とても感じる」－「4全く感じない」の4件法で用いた。

IV. 結果

1. 本来感尺度の検討

伊藤・小玉（2005）による本来感尺度全7項目は1因子構造が確認されているため、本研究では確認的に主因子法を用いて因子分析を行った。（Table1）。

その結果、概ね先行研究と同様に1因子構造が確認された。因子負荷量が.40以下の「自分と他人を比べて落ち込むことが多い」1項目が削除された。寄与率は52.90%であった。

第1因子は先行研究にならい、「本来感」因子と命名した。Cronbachの信頼性係数は $\alpha = .821$ であり、十分な内的整合性が確認された。“1あてはまらない”を1点、“5あてはまる”を5点として項目得点を算出し、その平均得点を本来感尺度得点とした。

2. 外的適応行動尺度の検討

外的適応行動尺度全20項目は3因子構造が確認されているため、本研究では確認的に最尤法による因子分析を行った（Table2）。

因子数はスクリープロットでも確認し、先

Table1. 「本来感」因子分析（主因子法）

質問項目	I	h ²
第1因子「本来感」($\alpha = .821$)		
5 いつでも揺るがない「自分」を持っている	.737	.544
1 いつも自分らしくいられる	.705	.497
6 自分のやりたいことをやることができる	.672	.452
4 人前でもありのままの自分が出せる	.663	.440
7 「これが自分だ」と実感できるものがある	.594	.352
3 いつも自分を見失わないでいられる	.580	.336
寄与率(%)		52.900

行研究同様、3因子に決定した。さらに最尤法（プロマックス回転）を行った結果、因子負荷量が.30以上の多重負荷を持つ「期待に応えないと、叱られそうで心配になる」1項目が削除された。

最終的に本研究では3因子19項目が抽出された。累積寄与率は52.30%であった。

続いて、各因子の命名を行った。第1因子はほぼ益子（2010）の研究と一致する項目内容となった。‘人からよく思われたいと思う’等の項目から、他者からよく思われたいという自らの欲求が強調されているように思われるため、先行研究に倣い、第1因子を「よく思われたい欲求」因子とした。

第2因子は‘思っていることを口に出せない’等の項目から、自分の思いを外に出せないという共通点があるといえることと、益子（2010）の第2因子の項目と一致することから、先行研究に倣い、第2因子を「自己抑制」因子とした。

第3因子は益子（2010）とほぼ一致する項目内容であり、先行研究では「他者配慮」因子と命名されていた。しかし‘やりたくないことでも、無理をしてやることが多い’等の項目から、他者配慮に加えて、自分の思いを押し殺して行動するという共通点があるといえることから、本研究では第3因子を「自己犠牲」因子とした。

Cronbachの信頼性係数は全体で $\alpha = .850$ 、第1因子が $\alpha = .839$ 、第2因子が $\alpha = .829$ 、第3因子が $\alpha = .740$ であり、内的整合性の高いものとなった。“1あてはまらない”を1点、“5あてはまる”を5点として本尺度の

Table2. 「外的適応行動」因子分析結果（最尤法、プロマックス回転）

質問項目	I	II	III	<i>h²</i>
第1因子「よく思われたい欲求」($\alpha=.839$)				
人から気に入られたいと思う	.869	.004	-.143	.660
人から認めてもらいたいと思う	.833	-.135	.019	.680
自分をよく見せたいと思う	.750	-.054	-.051	.519
相手に嫌われないように行動する	.606	.200	.078	.519
人から「能力が低い」と思われないように頑張る	.561	-.029	-.065	.314
他人の顔色や様子が気になる方である	.463	.153	.191	.438
人からほめてもらえることを考えて行動する	.413	.016	.162	.264
第2因子「自己抑制」($\alpha=.829$)				
心に思っていることを人に伝えない	.009	.799	-.107	.585
思っていることを口に出せない	.076	.797	-.159	.580
自分自身が思っていることは、外に出さない	-.082	.698	.150	.564
自分の意見を通そうとしない	-.037	.613	-.045	.350
相手と違うことを思っているでも、それを相手に伝えない	.009	.578	-.024	.335
考えていることをすぐには言わない	-.041	.559	.135	.403
第3因子「自己犠牲」($\alpha=.740$)				
やりたくないことでも無理をしてやることが多い	-.064	-.212	.690	.415
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	-.056	.054	.646	.375
辛いことがあっても我慢する	-.048	.076	.615	.393
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、がむしゃらに頑張る	.188	-.032	.496	.380
「自分さえ我慢すればいい」と思うことが多い	-.014	.270	.426	.338
相手がどんな気持ちかを考えることが多い	.296	-.075	.401	.330
寄与率(%) 27.653 15.792 8.853				
因子間相関				
	I	II	III	
I	—	.200	.465	
II		—	.390	

項目得点を算出し、各因子の平均得点を各下位尺度得点とした。

3. 本来感、外的適応行動の3因子、気持ちのズレの記述統計量における性差の検討

本来感尺度と外的適応行動尺度の3因子、設定場面において③で回答してもらった「気持ちのズレ」の記述統計量を求め、性差を検討するために *t* 検定を行った (Table3)。その結果性差は見られなかった、(本来感尺度: $t(234) = 0.84, n.s.$, 外的適応行動尺度: $t(234) = 1.80, n.s.$, 気持ちのズレ: $t(234) = -1.90, n.s.$)。

よって、以後の検定は男女の変数を分けずに行うこととした。

4. 本来感と外的適応行動の3因子、気持ちのズレの関連についての検討

益子 (2010) によって本来感尺度と外的適

応行動尺度間の相関が認められているため、両尺度の各因子の相関を求めた (Table4)。

その結果、「本来感」と「自己抑制」で中程度の負の相関が1%水準で見られた ($r = -.50, p < .01$)。「よく思われたい欲求」と「自己犠牲」では中程度の正の相関が見られ ($r = .46, p < .01$)、「自己抑制」と「自己犠牲」では弱い正の相関が ($r = .32, p < .01$)、それぞれ1%水準で見られた。

さらに、本来感尺度と外的適応行動尺度、「気持ちのズレ」の相関を求めた (Table4)。

「気持ちのズレ」と「自己犠牲」では相関が見られなかったが ($r = -.01, n.s.$)、「気持ちのズレ」と「本来感」($r = -.26, p < .01$)では負の弱い相関が見られ、「気持ちのズレ」と「自己抑制」($r = .20, p < .01$)では正の弱い相関が、「気持ちのズレ」と「よく思われたい欲求」($r = .18, p < .01$)では非常に弱い正の相関が、それぞれ1%水準で見られた。

Table3. 全体、性別における各変数の記述統計量と t 検定

	全体(n=236)		男性(n=142)		女性(n=94)		t値
	平均	SD	平均	SD	平均	SD	
本来感	3.21	0.77	3.24	0.79	3.16	0.74	0.84 n.s.
外的適応行動	3.25	0.49	3.20	0.51	3.32	0.45	-1.80 n.s.
よく思われたい欲求	3.68	0.70	3.60	0.71	3.79	0.69	-1.98 n.s.
自己抑制	3.08	0.76	3.07	0.76	3.09	0.75	-0.25 n.s.
自己犠牲	3.46	0.64	3.40	0.63	3.55	0.65	-1.72 n.s.
気持ちのズレ	2.41	0.67	2.34	0.68	2.51	0.65	-1.90 n.s.

Table4. 各因子における相関係数

	本来感	よく思われたい欲求	自己抑制	自己犠牲	気持ちのズレ
本来感	—		-0.07	-.50 **	.06
よく思われたい欲求		—	.19 **	.46 **	.18 **
自己抑制			—	.32 **	.20 **
自己犠牲				—	-.01
気持ちのズレ					—

** $p < .01$

Table5. クラスター間の各得点の平均値 (SD) の差

	[n=236] 全体	C1[n=24] 無自覚群	C2[n=68] 適応群	C3[n=61] 過剰適応群	C4[n=83] 他者意識群	分散分析 結果	多重比較 結果
本来感	3.21 (.77)	2.70 (.44)	4.00 (.44)	2.41 (.60)	3.30 (.37)	$F(3, 232)=135.73$ ***	$C3 < C1 < C4 < C2$
よく思われたい欲求	3.68 (.70)	2.71 (.51)	3.44 (.69)	4.06 (.54)	3.87 (.52)	$F(3, 232)=38.23$ ***	$C1 < C2 < C3 < C4$
自己抑制	3.08 (.76)	3.06 (.44)	2.36 (.53)	3.85 (.56)	3.09 (.50)	$F(3, 232)=88.51$ ***	$C2 < C1 < C4 < C3$
自己犠牲	3.46 (.64)	2.94 (.62)	3.22 (.71)	3.70 (.57)	3.62 (.48)	$F(3, 232)=15.35$ ***	$C1 < C3 < C4, C2 < C3 < C4$

* $p < .05$, *** $p < .001$

5. 本来感と外的適応行動の3因子によるグループ分けの検討

本来感得点と外的適応行動尺度の各下位尺度得点を用いて、Ward法によるクラスタ分析を行った。その結果、第1クラスタには24名、第2クラスタには68名、第3クラスタには61名、第4クラスタには83名の調査対象が含まれていた（以下各クラスタをC1、C2、C3、C4とする）。次に、得られた4つのクラスタを独立変数、「本来感」得点と「よく思われたい欲求」得点、「自己抑制」得点、「自己犠牲」得点を従属変数として一元配置の分散分析を行った。

その結果、4つの尺度得点全てにおいて、有意な群間差が見られた。（「本来感」： $F(3, 232) = 135.73$ 、「よく思われたい欲求」： $F(3, 232)$

$= 38.23$ 、「自己抑制」： $F(3, 232) = 88.51$ 、「自己犠牲」： $F(3, 232) = 15.35$ 、全てにおいて $p < .001$ ）。

次にTukeyのHSD法（5%水準）による多重比較を行い（Table5）、各クラスタの特徴を図にしたものをFigure2に示した。

「本来感」については全てのクラスタ間で有意な差が見られ、低い方からC3、C1、C4、C2の順の得点であった。

「よく思われたい欲求」ではC3とC4間にもみ有意な差が見られなかったが、その他は全てのクラスタ間で有意な差が見られ、C1が最も低群、次いでC2、高群がC3とC4であった。

「自己抑制」についてはC1とC4間にもみ有意な差が見られず、その他は全てのクラスタ間で有意な差が見られた。C2が最も低群

Table6. 各クラスターと気持ちのズレの平均値 (SD) の差

	[n=236] 全体	C1[n=24] 無自覚群	C2[n=68] 適応群	C3[n=61] 過剰適応群	C4[n=83] 他者意識群	分散分析 結果	多重比較 結果
気持ちのズレ	2.41 (.67)	2.38 (.85)	2.23 (.65)	2.67 (.62)	2.38 (.62)	$F(3, 232)=5.12$ **	$C2<C3^{***}$, $C4<C3^*$

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

でC1とC4が中群、C3が高群であった。

「自己犠牲」についてはC1とC2間、C3とC4間では有意な差は見られなかったが、その他は全てのクラスター間で有意な差が見られ、C1とC2が低群、C3とC4が高群であった。

次に各クラスターの命名を行った。C1は「本来感」と「自己犠牲」が低く、「よく思われたい欲求」が最も低く、自身の特性を意識化できていない可能性があるため、「無自覚」群とした。

C2は他群と比較すると「外的適応行動」全体が低く、「本来感」は最も高いため、自分という感覚が安定しており、かつ他者からの評価を気にする他者基準で行動することが少ない傾向にあると考えられるため、「適応」群とした。

C3は「本来感」が最も低く、「自己抑制」は最も高く、「よく思われたい欲求」と「自己犠牲」についても高群であるため、自分という感覚が安定しておらず、他者基準で行動する傾向が強いと考えられるため、「過剰適応」群とした。

C4は「本来感」と「自己抑制」が中群で、「よく思われたい欲求」と「自己犠牲」が高群であるため、自分という感覚が比較的安定しており、他者への奉仕の気持ちが強い傾向にあると考えられるため、「他者意識」群とした。

6. 一元配置の分散分析による各クラスターと気持ちのズレの検討

各クラスターによって、気持ちのズレ得点が異なるかどうかを検討するために、各クラスターを独立変数、「気持ちのズレ」得点を従属変数として一元配置の分散分析を行った。そ

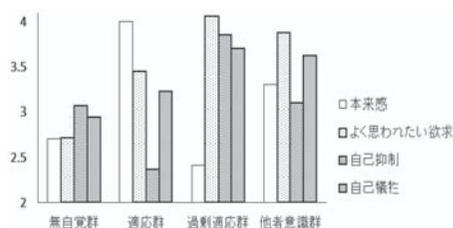


Figure2. 各クラスターの平均点

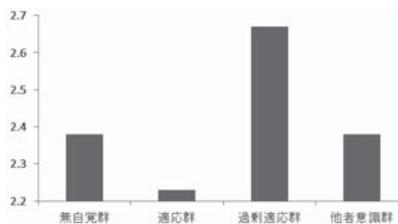


Figure3. 各クラスターの気持ちのズレの平均点

の結果、1%水準で主効果が有意であった ($F(3, 232)=5.12$, $p<.01$)。

次に Tukey の HSD 法 (5%水準) による多重比較を行った (Table6)。その結果、過剰適応群と適応群間、過剰適応群と他者意識群間にのみ有意な差が見られ、適応群と他者意識群よりも過剰適応群が有意に高いという結果が得られた。図にしたものを Figure 3に示す。

7. 各設定場面の反応カテゴリの検討

分類は同じ臨床心理学を専攻する4年生、2人に依頼し、設定場面ごとに筆者を含めた3人でカテゴリ化した (Table.7)。

なお桑山 (2003) は、マニュアルに基づいて外言と内言を分類し、それぞれを分けて分析を行っているが、本研究では両者を合わせることで個人の在り方を検討できると考えた

Table7. 各設定場面の分類結果

最終分類名(人) ＜場面A＞	下位分類名	代表例
自責(62)	自責(自責)	すみません、私のミスです(またやっちゃった、申し訳ない)
	自責(自責・相手への反発)	すみません、私です(私が悪いけどそんな言い方しなくても)
自他責(52)	自責(自他責)	私のミスです(私だけじゃないのに)
	自責(連帯責任)	私です(みんなの責任なのに)
	自責(相手への反発・連帯責任)	私のミスです(みんなの責任なのにそんな言い方しなくても)
他責(40)	他責(他責)	私じゃありません(私じゃないのに)
	無責(他責)	わかりません(○○さんだけだとわからないと言っておこう)
無責(37)	無責(無責)	誰のせいでもありません(誰のせいでもない)
	自己犠牲(無無)	私のミスです(誰のせいでもないけどここは自分とっておく)
	相手への反発(無無)	誰の責任かが今問題ではないはずでしょう(誰のせいでもないのに性格悪っ)
思い浮かばない(27)	思い浮かばない(思い浮かばない)	何も思い浮かばない
分析対象外(18)	状況把握	なぜこういう事態が起きたのか考える
	わからない 判別不可	本当にわからない・場合による 上司の責任
＜場面B＞		
他者配慮(本意)(112)	他者配慮(本意)	私はあの子とやるわー(人として2人ずつでやるべき・一人の子がかわいそう)
他者配慮(不本意)(19)	他者配慮(不本意)	私あの子とやるね(本当は仲良しの子でやりたいけど…)
	他者配慮(一人の子への不満)	あの子とやる(○○さんも自分で動こうとしろよ)
自分優先(33)	自分優先(無関心)	いいよーやろう(自分には関係ない)
	自分優先(一人の子への嫌味)	やろうやろう(○○さんドマイ・はみってやんの)
困惑(57)	自分優先(困惑)	あ、うん…(断れないけどあの子どうしよう)
	困惑(困惑)	あ…(どうしよう)
分析対象外(15)	他者配慮(自分重視)	あの子とやるから(人に優しい私すごい)
	判別不可	一人の子との仲の良さによる
＜場面C＞		
責任追及(64)	責任追及(感情表出)	ふざけるな責任とれ、お前のよこせ!(ふざけるな!消えろ!)
感情表出(88)	感情表出(感情表出)	ありえない、最悪(ほんとに最悪)
	感情表出・許容(感情表出)	ふざけるな、でもまあいいや(最悪、でもしやーないか)
	感情表出・見切り(感情表出)	ふざけるな、お前もういいわ(もういいや)
驚き表出(38)	驚き表出(感情表出)	えっ!?まじで!?・探してくれた?(最悪、どうしよう)
感情抑制(88)	感情抑制(感情表出)	全然大丈夫(最悪、どうしよう)・君のノート借りて写してもいい?(てめーのよこせよ)
	無言の怒り(感情表出)	…。(ありえない)
分析対象外(1)	判別不可	ノートをなくした人による

ため、外言と内言を分けずに、KJ法でカテゴライズした。

分類不可の回答、各カテゴリ内の被験者数が3人以下のものは、本研究では分析対象としなかった。最終的に場面Aは218名、場面Bは221名、場面Cは235名が対象となった。

場面Aは誰のミスかわからない場面で、被験者が「誰の」責任だと認知するのかということ、場面Bは明らかにグループに入れない子がいる中、声をかけられるという場面で、どのように対処するのかということ、場面Cは誰もが不快な気持ちになる場面で、どのように対処するのかをそれぞれ分類する際のポイントとした。

桑山(2003)の研究では他者の責任であると示す外言は少なく、誰の責任であるかを示さないものが多かった。これを踏まえ、場面Aは責任の所在がわからない中、誰の責任であると思いつかせるのかということを中心に重視したため、内言を優先して分類した。場面Bと場面Cは葛藤場面でのどのように対処するのか

を重視したため、外言を優先して分類を行った。

なお、Table6では混乱を避けるため、場面全てにおいて外言(内言)で示した。分類の結果、場面Aにおいては「すみません、私のミスです(またやっちゃった)」等の「自責」カテゴリと、「私のミスです(私だけじゃないのに)」等の「自他責」カテゴリ、「私じゃありません(私じゃないのに)」等の「他責」カテゴリ、「誰のせいでもありません(誰のせいでもない)」等の「無責」カテゴリ、「思い浮かばない(思い浮かばない)」等の「思い浮かばない」カテゴリの5つに分類された。

場面Bにおいては、「私はあの子とやるわ(一人の子がかわいそう)」等の「他者配慮(本意)」カテゴリ、「私あの子とやるね(本当は仲良しでやりたいけど…)」等の「他者配慮(不本意)」カテゴリ、「いいよーやろう(自分には関係ない)」等の「自分優先」カテゴリ、「あ、うん…(断れないけどあの子

Table8. クラスター別のカテゴリー分布と残差分析結果

	無自覚群	適応群	過剰適応群	他者意識群	
活動変数	n n (クラスターの%)				
<場面A>	$\chi^2=19.92, df=12, n. s.$				
自責	62	7(3.20)	16(7.30)	15(6.90)	24(11.00)
自他責	52	2(0.90)	15(6.90)	18(8.30)	17(7.80)
他責	40	1(0.50)	16(7.30)	9(4.10)	14(6.40)
無責	37	4(1.80)	10(4.60)	6(2.80)	17(7.80)
思い浮かばない	27	7(3.20)	5(2.30)	8(3.70)	7(3.20)
<場面B>	$\chi^2=25.47, df=9, p<.01$				
他者配慮(本意)	112	10(4.50)	37(16.70)	20(9.00) **	45(20.40) *
他者配慮(不本意)	19	2(0.90)	7(3.20)	5(2.30)	5(2.30)
自分優先	33	3(1.40)	16(7.20) *	7(3.20)	7(3.20)
困惑	57	7(3.20)	6(2.70) **	25(11.30) **	19(8.60)
<場面C>	$\chi^2=27.66, df=9, p<.001$				
責任追及	64	4(1.70)	21(8.90)	13(5.50)	26(11.10)
感情表出	88	12(5.10)	34(14.50) *	20(8.50)	22(9.40) **
驚き表出	38	3(1.30)	2(0.90) **	10(4.30)	23(9.80) **
感情抑制	45	5(2.10)	11(4.70)	17(7.20) *	12(5.10)

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

どうしよう)」等の「困惑」カテゴリーの4つに分類された。

場面Cにおいては、「ふざけるな、責任とれ(ふざけるな!消えろ!)」等の「責任追及」カテゴリー、「ありえない、最悪(ほんとに最悪)」等の「感情表出」カテゴリー、「えっ!?まじで!?(最悪、どうしよう)」等の「驚き表出」カテゴリー、「全然大丈夫(最悪、どうしよう)」等の「感情抑制」カテゴリーの4つに分類された。

8. χ^2 検定による各クラスタと各設定場面の検討

クラスタ分析によって分類された4群と各設定場面の反応カテゴリーを用いて χ^2 検定と残差分析を行った(Table8)。

各場面における5以下の期待度数は全体の18.8%以下で、最少期待度数は1.89以上であったため、Pearsonの χ^2 検定の適用範囲内であった。各クラスタの特徴をFigure4-1からFigure4-3に示す。

場面Aでは有意な差が見られず($\chi^2=19.92, df=12, n. s.$)、場面B($\chi^2=25.47, df=9, p<.01$)では1%水準で、場面C($\chi^2=27.66,$

$df=9, p<.001$)では0.1%水準で有意な差が見られた。

8-1. 場面Aにおける各クラスタの特徴

場面Aにおいて有意差は見られなかった。

8-2. 場面Bにおける各クラスタの特徴

場面Bにおいて、有意な差が見られたカテゴリーについて以下に述べる。

「他者配慮(本意)」は、他者意識群に最も多く($p<.05$)、過剰適応群に最も少なく出現していた($p<.01$)。

「自分優先」は、適応群に最も多く出現していた($p<.05$)。

「困惑」は、過剰適応群に最も多く($p<.01$)、適応群に最も少なく出現していた($p<.01$)。

8-3. 場面Cにおける各クラスタの特徴

場面Cにおいて、有意な差が見られたカテゴリーについて以下に述べる。

「感情表出」は、適応群に最も多く($p<.05$)、他者意識群に最も少なく出現していた($p<.01$)。

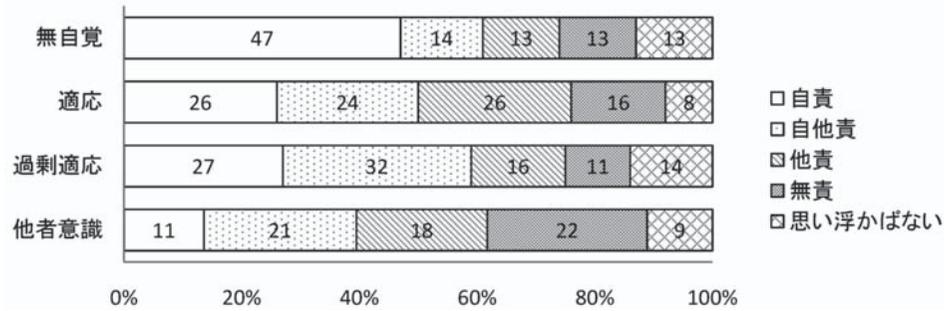


Figure4-1. 場面Aでの各クラスターの分類カテゴリ

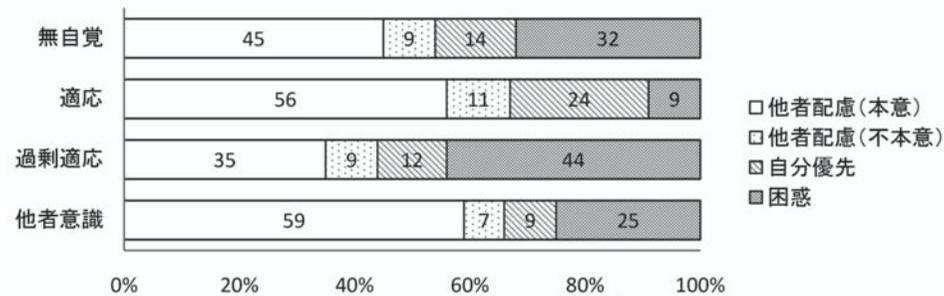


Figure4-2. 場面Bでの各クラスターの分類カテゴリ

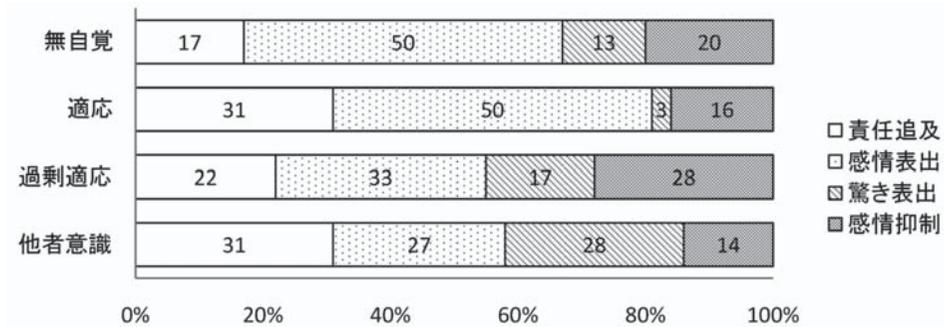


Figure4-3. 場面Cでの各クラスターの分類カテゴリ

「驚き表出」は、他者意識群に最も多く ($p < .01$)、適応群に最も少なく出現していた ($p < .01$)。

「感情抑制」は、過剰適応群に最も多く出現していた ($p < .05$)。

V. 考察

本研究の目的は、桑山 (2003) の結果と比べることで設定した場面の妥当性を確認し、

設定場面と「気持ちのズレ」についての考察を踏まえ、どのような傾向が強いのが過剰適応傾向といえるのかを明らかにすること、さらに葛藤場面での過剰適応者の在り方について検討することであった。

本研究では過剰適応傾向についての検討を目的とするため、過剰適応群とみなした群を含め、抽出された4群を4つの適応パターンとして比較することとする。

1. クラスタ分析と分散分析による各クラスターの解釈

クラスタ分析と一元配置の分散分析に基づき、4群の特徴を以下に記述する。

C3では著しい「本来感」得点の低さと、「外的適応行動」得点の高さが見られ、この群を本研究では過剰適応群とみなした。それは過剰適応者が持つとされている内的側面と外的側面の2側面性(石津・安保, 2008)を示し得る結果であると考えられるためである。さらに外的適応行動の下位尺度全てが高群であるクラスタはこのC3のみであり、「本来感」の著しい低さからも、内的適応と外的適応のバランスの崩れがみてとれる。

無自覚群でも、「本来感」は過剰適応群に次いで低いが、「よく思われたい欲求」と「自己抑制」は低いという点で異なっている。これは「口に出せないという意識がない」「よく思われたいと思っているか否かという意識がない」といえる可能性がある。

適応群では、人と関わっていくためにある程度必要と思われる「よく思われたい欲求」が中群、「自己犠牲」と「自己抑制」は低群であることから、他者に対して自分の出し引きをバランス良く行っていると考えられる。「本来感」が著しく高い群であることからいえるように、自分の中に閉じこもることなく、適度な自己主張と自己抑制ができる群であるといえるのではないかな。

他者意識群は「本来感」「外的適応行動」ともに平均値付近である。全群と比較すると、「外的適応行動」は過剰適応群に次いで高いが、「本来感」と「自己抑制」に違いが見られる。このことから他者志向的であるが、自己主張できる群であるといえ、自分らしさの感覚も維持していることから、適応できているといえるのではないかな。以上のことは過剰適応の問題は、外的適応行動の高さより本来感の低さにあるとされていることからいえる(益子, 2009)。

また、本研究で内的適応の指標として用いた本来感尺度は、外的な刺激に影響されない個人の自分らしさの程度を測るものであるため、他者意識群はいくつかの先行研究でも指摘されてきた通り、外的適応行動が高くても、内的に適応できている群であると判断し得る。

2. 各尺度間の相関と気持ちのズレの関係、各クラスタと気持ちのズレの解釈

益子(2010)では「本来感」と「よく思われたい欲求」および「自己抑制」間で負の相関が見られたが、本研究では「本来感」と「よく思われたい欲求」間に有意な相関は見られなかった。その要因として、本研究では益子(2010)の「よく思われたい欲求」因子から「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、がむしゃらに頑張る」「相手がどんな気持ちかを考えることが多い」の2項目を「自己犠牲」因子に移動したため、益子(2010)の「よく思われたい欲求」因子の性質が弱まった可能性があげられる。

「気持ちのズレ」と「本来感」では弱い負の相関が見られた。一方、「気持ちのズレ」と外的適応を示す「よく思われたい欲求」「自己抑制」では弱い正の相関が見られた。

さらに、各クラスタと「気持ちのズレ」で一元配置の分散分析を行った結果、有意な差が見られたのは過剰適応群と適応群間、過剰適応群と他者意識群間のみだった。過剰適応群以外のどの群にも「気持ちのズレ」の群間差は見られないことから、他の群よりも外言と内言にズレを感じる傾向が強いのが過剰適応群といえる。

以上のことから「気持ちのズレ」が高くなるのは「本来感」が低く、「よく思われたい欲求」「自己抑制」が高い時であると考えられると、内的適応が低く、外的適応が高い過剰適応の状態の理解に役立つと考えられた。よって、「気持ちのズレ」は過剰適応者の外的・内的適応の格差を証明する特徴の1つとして

あげられるのではないか。

また、「本来感」が高いほど「気持ちのズレ」は低く、「よく思われたい欲求」と「自己抑制が高い」ほど、「気持ちのズレ」も高かったことから、適応群のように自己抑制も低く、気持ちのズレも低い群は、ある程度自分の気持ちを表現できており、心理的葛藤を抱えにくいといえるであろう。

3. χ^2 検定による各クラスと各設定場面の解釈

有意な差が見られなかった場面Aと無自覚群について考察する。場面Aにおいては各クラスに有意な差は見られなかった。誰に責任があるかといった場面において、「誰の責任である」と思い浮かべることに群による違いは見られないのかもしれない。しかし教示の仕方や場面設定によっては各クラスに差が出る可能性があると考え。その理由として、桑山（2003）は過剰適応傾向が高い人はaggressionを外に向ける反応が少なく、自分に向ける、あるいはどこにも向けない反応が多いとしていること、場面Aの各クラスターの反応の特徴から（Figure4-1）、過剰適応群の中で最も多いカテゴリは自己責であったことをあげる。有意ではなかったものの、本研究の結果と桑山（2003）の記述には重なる部分が見られたことから、特に過剰適応群においては、その特徴を有意に示す可能性があるといえるのではないか。

また本研究では故意に場面を曖昧に設定していることについて説明を行わなかったため、分析対象外となった回答が多くなり、有意な差が見られなかった可能性も考えられた。

次に、無自覚群がどの場面でも有意な反応数が見られなかった要因として、他の群に比べて無自覚群の人数が少なかったこと、また自身の特性について無自覚であり、特性が表れにくい可能性が示唆された。

以下に有意な差が出た場面Bと場面Cにつ

いて考察していく。石津ら（2008）は、「過剰適応者においては個人の価値基準は外的基準に大きく左右されるか、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にある」と述べている。しかし、場面Bにおいて、自らの意志で他者に配慮するという「他者配慮（本意）」は、他者意識群が最も多く、最も少なかったのは過剰適応群であった。つまり、過剰適応群において、本人の意志で他者に配慮するという反応は他群よりも少なかった。そして自分の気持ちを後回しにしてでも期待に応えようとする過剰適応群は「他者配慮（不本意）」が多いかということ、そうではなく、「他者配慮（不本意）」はどの群にも有意な差は見られなかった。そして「困惑」は過剰適応群に最も多く出現していたことから、過剰適応群には自分の立場が危うくなりうる時は自分の意見を主張しにくく、他者に流され同調する傾向があるといえる。

場面Cにおいて、適応群では「感情表出」が最も多く出現しており、質問紙で得られた自己抑制の低さを支持する形となった。また強すぎる感情表現ではなく、自分の感情も表現した上での発言が可能であるということは、社会での適応を果たしていると考えられるため、適応群は社会に適応している群であるといえるだろう。

他者意識群については「感情表出」の出現数が最も少なく、「驚き表出」が最も多いという結果が得られた。このことから、他者への気配り意識が高い分、感情表現は控えめであるが、決して抑制するばかりではなく、相手への気配りを意識した上で自己主張できていると考えられた。

また、過剰適応群は「感情抑制」の出現数が最も多く、質問紙で得られた外的適応行動の高さを裏付ける形となった。

VI. 総合考察

本研究では先行研究で述べられているように内的適応が低く、外的適応が高い一群を得られた。さらに、その群の特徴として桑山(2003)の他者を責める発言は少ないということや、周囲に同調し、摩擦を回避すること、また自己抑制の傾向が高いという結果を支持するものとなった。このことから、桑山(2003)とは異なる場面を設定し用いたが、場面Bと場面Cの設定は妥当であったと考えられた。

適応群の「驚き表出」と「困惑」は、他群と比較しても著しく出現数が少なかった。そして「自分優先」は有意に出現数が多かったことから、感じたことを自然と表出できる傾向があると考えられた。また「自分優先」の出現数が多いということと、「仲が良い人なら2人ずつでやる」と回答した4名が全て適応群に集中していたことから、自分のグループの人間かそうでないかによって他者を配慮する行動に差があるのではないかと推測された。

他者意識群は「感情表出」の出現数が少なく、「驚き表出」と「他者配慮(本意)」の出現数が多かった。また、「あの子は自分には関係ない」という「自分優先」の出現数が少なかった。そのため、「自分」という存在が個人の中で確立できた上で、他者への気配りをする傾向があり、自分の気持ちは表出するが、思いのままに感情を爆発させることは少ないといえるのではないかと推測された。

適応群と他者意識群は適応しているという観点からみれば同じ分類であるが、分散分析の結果(Figure2)を見ても、異なる性質をもつことがわかる。そしてその違いは、適応群が自分のグループ内を重視する形で適応していると推測できるのに対し、他者意識群は不特定の他者を重視する形で適応していると思われる点にあると考えられた。

過剰適応群は、「当然だから」や「自分だったら嫌だから」等のカテゴリである「他者配慮(本意)」が少なく、「他者配慮(不本意)」で有意な出現数は見られなかったことから、一概に他者からの評価を得るために建前で行動する傾向があるとはいいきれない。しかし自分の立場が危うくなる時は、自分の意見を主張せず、他者に同調する可能性が示唆された。

次に「困惑」について考えていくと、過剰適応群は他群と比較しても有意にその出現数が多かった。このことから上記の可能性の補足として、他者の気持ちを察することはできても、表現する勇気を持ちにくいと考えられ、その場の雰囲気の流れを変える行動力が乏しいといえる。

さらに「他者配慮(本意)」が少なかったことや、「他者配慮(不本意)」が有意ではなかったこと、「困惑」の出現数の多さは、「状況」という要因の他に「断った時、自分を嫌いにならないでいてくれる自信がない」「仲間外れになることが怖い」「みんなに好かれない」という思いが反映しているのではないかと推測された。これは過剰適応者は対人関係における安心感のなさを感じており、社会に適應しているという自信を持っていないことや(山田, 2010)、益子(2008)が過剰適応者は「見捨てられ不安を感じており、過剰な外的適応行動をとって他者から承認されることで、本当は低い自尊感情に直面することを防衛している」としていることからいえるのではないかと推測された。

益子(2009, 2010)は、過剰適応者は他者から承認を得ることで心理的適應感を補償している可能性があることから、過剰適応者が他者との関係を必要としていることを踏まえ、外的適応行動をとりながらも本来感が維持される要因を探ることが必要であるとしている。そして近年、自身の特性についての自覚を持つことが過剰適応者の内的適應を高めうるの

ではないかとされており、益子（2010）もネガティブな反芻にならないような内省は、本来感を維持することに繋がるとしている。

しかし、過剰適応者は本当に自身の特性に無自覚であるといえるのだろうか。本研究の結果から、過剰適応者は気持ちのズレを“感じて”おり、自分の感じていることを抑制してしまい、“表現できない”傾向があるといえるため、過剰適応者は自身の特性についてある程度自覚している可能性があると考えられた。自分でわかっているけれど、止まれない状態が過剰適応であるといえるのではないか。

以上のことから、過剰適応の特性を低めるというよりは、自身の特性を認めた上で、一緒に付き合っていくための援助の在り方を検討していく必要があるといえる。

益子（2009）が述べるように、自分自身を過剰な外的適応行動によって維持してきたのであるから、その外的適応行動を突然変化させることは、過剰適応者の守ってきた外的適応すら危うくさせようと考えられる。ここで過剰適応群と他者意識群を比較すると、両群の違いは、行動する源となる気持ちにあると考えられた。どちらも他者を重視した行動をとるといえるが、過剰適応者は他者から見捨てられる不安を感じているとされていることからいえるように（山田，2010）、過剰適応群では「嫌われないため」という気持ちが先行していると推測された。

このような過剰適応者の特性を踏まえつつ、外的適応行動は高くても本来感を維持できるようにするために、過剰適応者がもつとされる「高い社会的スキル」を活用できないだろうか。この特性が自分の感情を表現しつつ、他者への配慮を行う手助けとなるのではないか。

Ⅶ. 今後の課題

今後の課題として大きく分けて3つあげることができる。

1つ目は設定場面の教示方法が不適切であったと思われる点である。本研究では設定場面についての説明を行わなかったため、分析対象外となる回答が増えたのではないかと考えられた。そのため、故意に曖昧な場面設定をしていること、思い浮かんだことを回答してもらいたいということについて教示を加える必要がある。

2つ目は、過剰適応の概念はどこからが過剰であるといえるのかということが非常に曖昧である点である。つまり、現在の過剰適応研究では主により子と関連づけられているが、何をもちて過剰適応であるとするかは様々に考え得る。

本研究では無自覚群のように自身の特性を意識化できていない可能性がある群も確認されている。そのため、よい子に限らない新たな過剰適応のタイプにも視野を広げていく必要があるといえるのではないか。

最後に、桑山（2003）も述べるように、過剰適応者は自分の気持ちを言葉にして表現することが不得手であるため、本研究のPFスタディ形式の調査でも記述形式で回答を求めている以上、必ずしも歪められることなく表現されているとは限らない。しかし「気持ちのズレ」という項目の追加により、どの程度の自覚があるのかということについて解釈の可能性を見出すものであったといえるのではないか。

付記

本論文は2011年度天理大学人間学部人間関係学科において、卒業論文として提出したものに加筆・修正したものである。

謝辞

本論文の作成にあたり、北星学園大学大学院・牧田浩一先生、天理大学・高嶋雄介先生には、多岐に亘るご指導と貴重な助言を賜り、深く御礼申し上げます。

また、お忙しい中、調査に協力して頂いた学生の皆様に感謝申し上げます。

参考文献

- 堀恵子 (2006) : 過剰適応の背景にある対象関係. 精神分析研究, 50 (2), 135-142.
- 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定の観点を含めて - 東北大学大学院教育学研究科研究年報55 (2), 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達成感とストレス反応に与える影響. 教育心理学研究56 (1), 23-31.
- 伊藤正哉・小玉正博 (2005) : 自分らしくある感覚 (本来感) と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討教育心理学研究53, 74-85.
- 伊藤正哉・小玉正博 (2006) : 大学生の主體的な自己形成を支える自己感情の検討 - 本来感, 自尊感情ならびにその随伴性に注目して -. 教育心理学, 54, 222-232.
- 蒲原斉子, 中原弘之 (2003) : 過剰適応児を生み出す環境要因の心理学的研究. 日本教育心理学会総会発表論文集 (45), 549.
- 北村晴朗 (1965) : 適応の心理. 誠信書房.
- 久保木富房 (2005) : 子どもの不安症 - 小児の不安障害と心身症の医学 - 日本評論社.
- 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, 481-493.
- 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, 23-31.
- 益子洋人 (2009) : 高校生の過剰適応と, 抑うつ, 強迫, 対人恐怖心性, 不登校との関連 - 高等学校2校の調査から. 学校メンタルヘルス12 (1), 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 (2010) : 大学生の過剰な外的適応行動と内省傾向が本来感に及ぼす影響. 学校メンタルヘルス13 (1), 19-26.
- 村久保雅孝 (2008) : 「よい子」の過剰適応に気づける親・教師 (特集「よい子」が問題). 児童心理62 (16), 1505-1509.
- 村瀬聡美・杉山登志郎・石井卓・若子理恵 (1994) : 児童期におけるヒステリーの臨床的特徴とその意義について. 児童青年精神医学とその近接領域, 35, 1-11.
- 大河原美以 (2004) : 怒りをコントロールできない子の理解と援助 - 教師と親とのかかわり金子書房.
- 尾関美喜 (2011) : 過剰適応と集団アイデンティティとの関連. 対人社会心理学研究, 11, 65-71.
- 斉藤歩美 (2009) : 理想自己と現実自己の差異への反応様式の検討. 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集 (18), 202-203.
- 田畑洋子 (1985) : “おまえは誰だ!” の答を求めて - ある登校拒否女子高生の自我体験 -. 心理臨床学研究, 2 (2), 6-17.
- 氏原寛・亀口憲治・成田善弘・東山紘久・山中康裕編 (2005) : 心理臨床大事典. 培風館.
- Winnicott, D. W (1965) : *The maturational processes and the facilitating environment* : The hogarth press Ltd. London. 牛島定信訳 (1977) : 情緒発達の精神分析理論. 岩崎学術出版.
- Winnicott, D. W & Christopher, Bolland (1988) : *Human nature* : Free association books. New York. 牛島定信監訳・館直彦訳 (2009) : 人間の本性 - ウィニコットの講義録 -. 誠信書房.
- Winnicott, D. W., F. R. Rodman (1987) : *The spontaneous gesture* : Karnac books. 北山修・妙木浩之監訳 (2002) : ウィニコット著作集別巻1 ウィニコット書簡集. 岩崎学術出版.
- 山登敬之 (2010) : 良い子のところが壊れるとき 講談社.
- 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.