

小学生の学級内における友人関係と過剰適応の関連

学校構想サブプログラム

小泉 滯奈

【指導教員】 中井 大介 内河 美穂子

【キーワード】 過剰適応 小学生 友人 友人関係への動機づけ 学級風土

1. はじめに

小・中学校における不登校児童生徒数は11年連続で増加傾向にあり、2023年度の不登校児童生徒数は小中学校合わせて346,482人と過去最多となった(文部科学省, 2024)。また、小・中高等学校及び特別支援学校におけるいじめの認知件数、小・中・高等学校における暴力行為、自殺者数も同様に増加傾向にあり、児童・生徒に対する適切な支援が求められている。

近年、一見学校生活に適応し、親や教師からは特に目立った問題がないようであったにもかかわらず、何の前触れもなく不登校を起こすタイプの存在が指摘されている(森・國本・伊藤, 2023)。このようなタイプの不登校は「よい子息切れ型」などと呼ばれてきた。このいわゆる「よい子」というのは、親の期待にそうように、常に気がねをして、自由な感情を抑えるといった特徴をもつとされる(桑山, 2003)。このいわゆる「よい子」は、過度に自分の欲求を抑え、周囲からの期待に応えようとする中で、次第に周囲の期待に沿った自分と本来の自分との間に齟齬が生じ、やがて周囲の期待やそれに沿った自己イメージに応じられなくなった時に生じる不適応状態であるとされる(森・國本・伊藤, 2023)。2000年代以降、このような「よい子」の特徴を表す概念として、過剰適応が徐々に注目されてきた。

2. 過剰適応の概念と定義

適応には内的適応と外的適応とがあるが、前者は心理的適応ともいわれ、幸福感・満足感を経験し、心的状態が安定していることを意味する(桑山, 2003)。それに対して後者は社会的・文化的適応といわれ、個人が生きている社会的・文化的環境に対する適応を意味する(桑山, 2003)。適応におけるこの両面は協調的に行われる場合が多く、一般に適応がよいとされる場合には、外的適応も内的適応も共によいことを意味するとされる(桑山, 2003)。しかしこの外的適応と内的適応について、一方のために他方が犠牲になる場合がある。桑山(2003)は過剰適応における「適応」について、外的適応の面に相当するとし、過剰適応とは「外的適応が過剰なために内的適応は困難に陥っている状態」と定義した。

過剰適応については一律の定義がされていないことが先行研究でも指摘されているが(浅井, 2012; 益子, 2013)、前述の桑山(2003)の定義の他に、石津(2006a)による定義が最も多く用いられている。石津(2006a)による定義によると、過

剰適応とは「周囲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、個人の内的な欲求を無理に抑えてでも、外的な期待や欲求にこたえる努力を行うこと」とされている。この他にも益子(2009)による「自分の気持ちを後回しにしてでも、他者から期待された役割や行為に応えようとする傾向」や、船津(2010)による「自分の内的適応を損なっても、外的には過剰に適応的に振る舞う傾向」、荻田(2019)による「外的適応に繋がると考えられる利他主義的な思考・行動を過剰に行い、そのために内的適応状態が悪化している状態をいう。ただし、その個人が外的に適応しているか否かは問わない。」などの定義があるが、過剰適応については外的適応と内的適応の2側面から捉えることが標準的理解になってきている(益子, 2013)。

このような捉え方は主に使用されている尺度にも反映されている。桑山(2003)による過剰適応尺度は、周囲による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項目内容からなる「対他因子」と、自分に対する自信のなさや周囲からの左右されやすさなどの個人の内的適応の項目からなる「対自因子」の2側面で構成される。石津(2006a)の過剰適応尺度では、過剰適応は「心に思っていることを人には伝えない」といった「自己抑制」、「自分には、あまりよいところがない気がする」といった「自己不全感」の2因子を組み込む「内的側面」と、「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」といった「他者配慮」、「期待にこたえなくてはいけないと思う」といった「期待に沿う努力」、「自分をよく見せたいと思う」といった「人からよく思われたい欲求」の3因子から成る「外的側面」の2側面から構成されている。石津・安保(2007)は石津(2006a)の過剰適応尺度における「自己抑制」「自己不全感」の2因子について、桑山(2003)の示すところの「対自因子」に近い概念としている。

過剰適応の概念としては概ね前述した通りだが、さらに日淵(2016)は過剰適応には2つのタイプがあると述べている。1つは、内的不適応感が生じることにより、過剰な外的適応行動がなされるタイプ、もう1つは、自分らしさは実感しているものの、何らかの要因により他者に対して過剰に適応しなければならない状況が生じることにより、自分の思いが表現できないことによって内的葛藤や自己嫌悪という内的不適応が生じる場合である。過剰適応における内的適応と外的適応の関係性や構造については他に、石津

(2007)によって内的側面から外的側面に影響を及ぼす階層構造が検討されている。

3. 過剰適応が影響を及ぼす要因

過剰適応はこれまでに精神的健康、適応、個人の特性や状態、などとの関連が研究されている。精神的健康との関連では、過剰適応はネガティブな影響を与えることが示されていることが多い(浅井, 2012)。しかし必ずしも過剰適応が不適応的であるとは限らないことも示されている。

石津・安保(2006b)は中学生を対象に、過剰適応を構成する5因子と学校適応感、ストレス反応の関連を検討した。その結果、過剰適応が全般的にストレス反応を高める一方、外的側面においては学校適応を高める可能性が示唆され、過剰適応傾向が必ずしも非適応的であるとは限らない可能性を示した。その後石津・安保(2007)は中学生において過剰適応が抑うつ傾向と関連することを明らかにし、過剰適応することが個人の学校適応を支えると同時に一方では苦悩している可能性を示した。石津・安保(2008)は中学生の過剰適応が学校適応感とストレス反応に与える影響について検討し、過剰適応における内的側面が学校適応感及びストレス反応にネガティブな影響を与え、外的側面が学校適応を支える一方でストレス反応にも正の影響を与えていることを示している。

石津・安保(2009)は中学生における過剰適応の内的側面である「自己不全感」「自己抑制」が「友人適応」や「勉強適応」に負の影響を与えることを示している。しかしその一方で、「自己不全感」「自己抑制」が過剰適応の外的側面に繋がった場合においては外的側面がそれらの適応を支えるということを明らかにした。これについて石津・安保(2009)は、自分に対する自信を失っている状態や自分の考えを相手に伝えることができない状態にある場合、そのままでは学校適応の著しい低下を招くため、これを防ぐために個人は他者志向的な「他者配慮」や「期待に沿う努力」といった適応努力を行っていることが想定できるとしている。

益原・谷渕(2009)は過剰適応中型、過剰適応高型、他者志向型、非過剰適応型の4群に分け、精神的健康の検討を行った。その結果、過剰適応高型においては、抑うつ・身体的不調・孤独感が高くなることを示している。しかしその一方、過剰適応中型においては友人関係良好性が高く、精神的健康が低いことも示している。

益子(2009)は高校生の過剰適応が抑うつや対人恐怖につながりやすく、強迫観念や不登校にはあまりつながらない可能性と、過剰適応傾向の高い群が臨床群とほぼ同等の精神的健康に関する問題を抱えていることを示している。また、過剰適応傾向にある場合でも、自己不全感が低いパターンを示すものは比較的健康であることを示している。

攻撃性との関連を検討した研究もある。近藤・石本・斉藤(2010)は中学生を対象に、親、友人、親と友人の両方の3つの場面での過剰適応傾向と攻撃性との関連を検討した。その結果、親に対する過剰適応群は攻撃性を表出・主張しにく

く、親と友人の両方に対する過剰適応群は攻撃性を抑制しやすく、友人に対する過剰適応群は攻撃性の表出、抑制が高いという特徴があることが明らかになった。加えて近藤・石本・斉藤(2010)は先の3つの場面における過剰適応傾向の抑うつ傾向についても検討し、親と友人の両方、あるいは友人に対する過剰適応傾向の高い中学生の抑うつ傾向が高かったことから、中学生においては親に対する過剰適応傾向が高いことよりも、友人に対する過剰適応傾向が高く、ありのままの自分を出せないでいることが心理的適応と関連している可能性が示唆された。

風間・石村(2014)は、中学生を対象に、過剰適応傾向における、自分らしくいられる友人関係、ストレス反応、学校享受感情について検討した。これによると、過剰適応傾向にある生徒は、それなりに自分らしくいられる友人関係を築いており、学校も楽しいと感じているが、不機嫌や怒り、疲れやすさや体のだるさといった身体反応、抑うつや無力感を感じていることが明らかになっている。しかし、過剰適応傾向にある生徒においても、自分らしくいられる友人関係を築いていれば、ストレス反応である不機嫌や怒り感情を感じる程度が低くなることも明らかにしている。

怒り感情との関連について検討した研究もある。竹端・清水(2014)は大学生を対象に過剰適応における外的側面と怒り感情やそれに類する感情衝動性との関わりについて検討した。これによると過剰適応傾向にある者が過度に外的適応を行っている分、個人の怒り感情を抱えやすく、また怒りを抑制しているために、それを創り笑いによって制御しながら外的適応を保たせている可能性があることが示されている。また、竹端(2015)はさらに、キレ衝動との関連を検討し、過剰適応傾向者の怒り感情は一見して抑制されていながらも、過剰適応者の内面では他者には見せない怒りの感情をため込んでいる可能性があり、それによってキレ衝動を強めることになることを示唆した。

親密性との関係を検討したものもある。星野・岡本(2012)は大学生を対象に、過剰適応傾向の親密性への影響を検討した。これによると過剰適応における自己抑制と自己不全感が親密な対人関係を築く上での阻害要因であることが示されている。

4. 過剰適応の規定要因

過剰適応の規定要因の研究としては、個人内要因としての幼児期の気質や性格特性と、環境要因としての親の養育態度や親子関係が挙げられる。

蒲原・中原(2003)は幼稚園児とその母親を対象に、母親の養育意識とそれによって引き起こされる子どもの過剰適応との関連を検討した。その結果、母子密着傾向、母親の世間体を気にする傾向、母親の完璧主義的気質と子どもの過剰適応との間に有意な関係性があることを示している。また石津・安保(2009)は中学生とその母親を対象に幼児期の気質と養育者の養育態度の過剰適応への影響を検討した。その結果、「自己抑制」や「自己主張」といった幼少期の気質

と、「温かさ」や「過干渉」といった養育態度によって過剰適応における内的側面が影響を受け、その内的側面が外的側面に影響を与えていることを明らかにしている。

この他に、親からの期待とその受け止め方、過去の対人関係における困難の経験を規定要因とした研究もある。渡辺・福島・遠藤(2014)は大学生を対象に親の期待と過剰適応との関連を検討した。その結果、特に女性においては自分に対する自信のなさに関連して親からの期待を重荷としやすい傾向があり、過剰適応傾向にも影響を与えていることが示されている。相馬・佐野(2014)は大学生を対象に、過去の個人間の対人関係や集団内での対人関係の中で発生する困難な出来事と過剰適応の関連を検討した。これによると、依存・共依存の関係や、他者からの悪意ある攻撃行動、他者からの悪質な行為の目撃といった過去の対人関係上の困難な経験が、過剰適応における外的側面に影響を与えることが明らかになっている。

他にも、石津(2006a)における過剰適応尺度には他の尺度には認められている「評価不安」や「対人不信」の項目が不足している点から規定要因が不足している可能性が船津(2010)によって指摘されていることや、自己抑制や自己不全感を低める決定的な要因がまだ確認されていない点、内的適応を直接向上させる要因も確認されていない点が星野・岡本(2012)によって指摘されていることから、過剰適応の規定要因については今後も検討の余地があると考えられる。

5. 過剰適応における問題

過剰適応は抑うつとの関連がしばしば検討されてきた。加藤ら(2011)は過剰適応傾向の強い中学生のストレス反応における影響を検討する中で、抑うつから「内在化反応」へ、そして身体症状へと移行していくストレス・プロセスをとる可能性について示唆している。加藤ら(2011)はこの調査の中で、過剰適応傾向を示す中学生が蓄積されたストレスを自己の外部に向けて発散する反応である「外在化反応」ではなく、気力の低下や自己を取り巻く環境への嫌悪感を引き起こし自己の内側に閉じこもってしまう反応である「内在化反応」を起こしている点から、ストレスを周囲に示さずに自己の内部に蓄積させてしまう危険性について指摘している。

石津・安保(2007)は中学生とその保護者を対象に学校適応(勉強、友人)に関する自己評定と保護者評定とのズレと抑うつ傾向の関連について検討するなかで、保護者が子どもの学校適応に関する適応を子ども自身よりも高く見積もっていることを明らかにしている。このことから石津・安保(2007)は、過剰適応的で外部からは適応しているように見える子どもの苦悩が周囲には伝わりにくいという問題を指摘している。

過剰適応研究においては、中程度の過剰適応傾向が精神的健康を損なわずに良好な人間関係を支えている報告もあり、必ずしも不適応的な側面ばかりではないことが示され

ている。しかしそれと同時に抑うつをはじめとした精神的健康にネガティブな影響を与えていることを示す報告も多くみられる。よって過剰適応の問題としては、やはり外的適応と内的適応の協調が崩れることによってそもそも内的適応において困難を抱えること、人知れず怒り感情やストレスを蓄積していくことにより精神的健康を損なう可能性があることであると考えられる。

6. 本研究の目的

過剰適応研究においては個別の関係性や状況を考慮せず全般的な過剰適応傾向について研究されてきたものが多く、過剰適応が生じる文脈や人との関係性をふまえて捉える必要性が指摘されている(風間・平石, 2018; 任, 2019)。

また、過剰適応研究は中学生以上の青年期を対象にしたものが多く、小学生を対象としたものは少ない。しかし、小学校高学年の児童は児童期から青年期への過渡期にあり、青年期と同様に過剰適応及びそれに伴う精神的健康に関する問題に直面する可能性が考えられる。特に友人関係については、児童期の友人関係から思春期の友人関係への転換が男子では中学校第1学年頃、女子では小学校第6学年ごろに見られることが明らかになっている(武蔵・河村, 2021)。また西尾(2015)は、小学校5年生のみ親への愛着得点が高いこと、小学校5年生・6年生が友人関係を非常に重要視していることの2点を明らかにしたうえで、小学校5年生から6年生にかけて親から友人を中心とした他者への関係性の移行が進んでいくことを示している。

中学生を対象とした過剰適応研究において、友人に対する過剰適応傾向の高さと心理的適応の関連(近藤・石本・斉藤, 2010)、自分らしくいられる友人関係とストレス反応低減の関連(風間・石村, 2014)、が示されていることから、小学校高学年の児童においても同様の傾向があることが推察される。中心となる他者との関係性が親から友人へと移行していく時期であり、児童期から思春期の友人関係への転換が起こる時期でもある小学校高学年の児童にとって、友人関係が非常に重要なものとなっていることから、小学校高学年を対象に友人に対する過剰適応傾向について検討することは、小学生における精神的健康や学校適応、学校・学級内における適切な支援を考える上で意義があると考えられる。

よって本研究では、小学生を対象に、学級内の友人関係と過剰適応傾向の関連を明らかにすることを目的とする。そのため、以下の2つの仮説を設定した。

仮説1 過剰適応傾向は友人関係への動機づけにおける「外的」あるいは「取り入れ」と関連をもつ。

仮説2 過剰適応傾向における内的側面はあたたかな学級風土と負の関連をもつ。

7. 方法 調査協力者

A 小学校第6学年児童、30名を対象に調査を行い、男子

14 名、女子 12 名、性別未回答 1 名の計 27 名から有効回答を得た。調査には以下の尺度を使用した。

質問紙の構成

フェイス・シート 学年、年齢、性別をたずねた。学校の先生、家族、友人といった知人が回答を見ることはないこと、成績に関係ないこと、答えたくない質問には答えなくてもよいこと等を明記し、回答する上での不安を低減させるよう配慮した。

(1). 過剰適応傾向尺度 石津(2006a)によって作成された「青年期前期用過剰適応尺度」を使用した。この尺度は「他者配慮」(項目例:「自分さえがまんすればいい」と思うことが多い)、「期待に沿う努力」(項目例: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」(項目例:他人の顔色や様子が気になるほうである)の3つの外的側面、「自己抑制」(項目例:自分の気持ちをおさえてしまうほうだ)、「自己不全感」(項目例:自分には、あまりよいところがない気がする)の2つの内的側面の5つの下位尺度から成り、全33項目から構成される。「人から…」といった表現を「友だちから…」のように、友人を想定したものとなるよう項目表現を変更したうえで使用し、回答の際は学級内の友人を想定するよう教示文にて示した。「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階評定で回答を求めた。

(2). 友人関係への動機づけ尺度 岡田(2005)による「友人関係への動機づけ尺度」を使用した。この尺度は「外的」(項目例:仲良くしていないと、友だちががっかりするから)、「取り入れ」(項目例:友だちとは仲良くしておくべきだから)、「同一化」(項目例:友だちといっしょに時間を過ごすのは、重要なことだから)、「内発」(項目例:友だちといっしょにいるのは楽しいから)の4つの下位尺度から成り、各4項目、全16項目から構成される。回答の際は学級内の友人を想定するよう教示文にて示した。「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階評定で回答を求めた。

(3). 学級風土尺度 伊藤・宇佐美(2017)による「新版中学生用学級風土尺度」から、あたたかな学級風土の要素であると考えられる「生徒間の親しさ」(項目例:このクラスはみんな仲が良い)、「学級への満足感」(項目例:このクラスになって良かったと思っている)、「自然な自己開示」(項目例:自分たちの気持ちを気軽に言い合える)の3つの下位尺度を選定し、そのうち因子負荷の高い各4項目計12項目を、対象向けに一部の項目表現をひらがなに変更して使用した。「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階評定で回答を求めた。

手続き

学校長、学年主任、学級担任に承諾を得たうえで、A小学校にて12月に実施された。回答は全て無記名で行われた。学級担任が調査用紙を配布し、記入を求め回収した。

8. 結果

過剰適応傾向と友人関係への動機づけの関連

過剰適応傾向と友人関係への動機づけの各変数間の相関係数について以下に示す。

Table1 過剰適応傾向と友人関係への動機づけの各変数間の相関係数

	他者配慮	期待に沿う努力	人からよく思われたい欲求	自己抑制	自己不全感
外的	-0.001	0.134	-0.142	-0.024	0.079
取り入れ	0.361	0.290	0.349	0.161	0.192
同一化	0.309	-0.080	.536**	0.184	0.064
内発	0.185	-0.152	.577**	-0.072	-0.116

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

まず、「人からよく思われたい欲求」と「同一化」との間には、1%水準で有意な正の相関($r = .536, p < .01$)、「内発」との間には1%水準で有意な正の相関($r = .444, p < .01$)、「取り入れ」との間に有意傾向($r = .349$)が見られた。また、「他者配慮」と「取り入れ」との間に有意傾向($r = .361$)、「同一化」との間に有意傾向($r = .309$)が見られた。

過剰適応傾向と学級風土の関連

次に、過剰適応傾向と学級風土の各変数間の相関係数について以下に示す。

Table2 過剰適応傾向と学級風土の各変数間の相関係数

	他者配慮	期待に沿う努力	人からよく思われたい欲求	自己抑制	自己不全感
児童間の親しさ	0.097	-0.111	.524**	-0.165	-.388*
学級への満足感	0.245	-0.151	.444*	-0.208	-0.265
自然な自己開示	-0.002	-0.187	.567**	-0.254	-.518**

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

「人からよく思われたい欲求」と「児童間の親しさ」の間には1%水準で正の相関($r = .524, p < .01$)が、「学級への満足感」との間には5%水準で正の相関($r = .444, p < .05$)が、「自然な自己開示」との間には1%水準で正の相関($r = .567, p < .01$)が見られた。また、「自己不全感」と「生徒間の親しさ」の間には5%水準で負の相関($r = -.388, p < .05$)が、「自然な自己開示」との間には1%水準で負の相関($r = -.518, p < .01$)が見られた。

男女別の過剰適応傾向と友人関係への動機づけの関連

まず、男子における過剰適応傾向と友人関係への動機づけの各変数間の相関係数について以下に示す。

Table3 過剰適応傾向と友人関係への動機づけの各変数間の相関係数 (男子)

	他者配慮	期待に沿う努力	人からよく思われたい欲求	自己抑制	自己不全感
外的	0.139	0.475	-0.174	0.426	0.278
取り入れ	0.410	0.442	.535*	0.268	0.030
同一化	0.255	-0.209	0.393	0.163	-0.043
内発	0.106	-0.208	0.412	0.111	-0.079

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

男子においては「人からよく思われたい欲求」と「取り入れ」との間に5%水準で有意な正の相関($r = .535, p < .05$)、「同一化」との間に有意傾向($r = .393$)、「内発」との間に

有意傾向($r = .412$)が見られた。「他者配慮」と「取り入れ」との間に有意傾向($r = .410$)が見られた。「期待に沿う努力」と「外的調整」との間に有意傾向($r = .475$)、「取り入れ」との間に有意傾向($r = .442$)が見られた。「自己抑制」と「外的」の間に有意傾向($r = .426$)が見られた。

次に、女子における過剰適応傾向と友人関係への動機づけの相関係数について以下に示す。

Table4 過剰適応傾向と友人関係への動機づけの各変数間の相関係数 (女子)

	他者配慮	期待に沿う努力	人からよく思われたい欲求	自己抑制	自己不全感
外的	-0.041	-0.078	-0.174	-0.073	0.168
取り入れ	0.439	0.265	0.128	0.444	.601*
同一化	0.462	0.230	.788**	0.478	0.387
内発	0.377	-0.079	.818**	-0.018	-0.010

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

「人からよく思われたい欲求」と「同一化」との間には1%水準で有意な正の相関($r = .788$, $p < .01$)が、「内発」との間には1%水準で有意な正の相関($r = .818$, $p < .01$)が見られた。また、「自己不全感」と「取り入れ」との間に5%水準で正の相関($r = .601$, $p < .05$)、「同一化」との間に有意傾向($r = .387$)が見られた。「他者配慮」と「取り入れ」との間に有意傾向($r = .439$)「同一化」との間に有意傾向($r = .462$)、「内発」との間に有意傾向($r = .377$)が見られた。

男女別の過剰適応傾向と学級風土の関連

男子における過剰適応傾向と学級風土の各変数間の相関係数について以下に示す。

Table5 過剰適応傾向と学級風土の各変数間の相関係数 (男子)

	他者配慮	期待に沿う努力	人からよく思われたい欲求	自己抑制	自己不全感
児童間の親しさ	0.323	-0.161	.711**	-0.054	-0.496
学級への満足感	0.498	-0.092	.568*	-0.041	-0.251
自然な自己開示	0.062	-0.018	.693**	-0.101	-.685**

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

「人からよく思われたい欲求」と「児童間の親しさ」の間には1%水準で正の相関($r = .711$, $p < .01$)が、「学級への満足感」との間には5%水準で正の相関($r = .568$, $p < .05$)が、「自然な自己開示」との間には1%水準で正の相関($r = .693$, $p < .01$)が見られた。また、「自己不全感」と「自然な自己開示」との間には1%水準で負の相関($r = -.685$, $p < .01$)が見られた。

次に、女子における過剰適応傾向と学級風土の各変数間の相関係数について以下に示す。

Table6 過剰適応傾向と学級風土の各変数間の相関係数 (女子)

	他者配慮	期待に沿う努力	人からよく思われたい欲求	自己抑制	自己不全感
児童間の親しさ	-0.154	-0.086	0.060	0.231	0.072
学級への満足感	0.031	-0.418	0.160	-0.133	-0.104
自然な自己開示	0.024	-0.338	0.408	-0.196	-0.243

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

女子については過剰適応傾向と学級風土の間には有意な相関が見られなかった。

9. 考察

過剰適応傾向と友人関係

Table 1 より「人からよく思われたい欲求」と「同一化」、「内発」との間にはそれぞれ有意な正の相関関係があることが示された。また、「他者配慮」と「内発」との間に有意傾向があることも示された。これにより、過剰適応傾向が友人関係への動機づけにおける「外的」あるいは「取り入れ」と関連をもつ、という仮説1は支持されない結果となった。これにより、「人からよく思われたい欲求」に示される「友人から認められたいと思う」、「友人から気に入られたいと思う」のような考えを児童が持ちつつも、学級内の友人との付き合いにおいては過剰適応的になることなく、「友人関係は自分にとって意味がある」、「友人と一緒にいるのは楽しい」といった内発的な動機づけによって友人関係が維持されている可能性が示された。

しかし、「人からよく思われたい欲求」と「取り入れ」との間に有意傾向が、「他者配慮」と「取り入れ」、「同一化」との間に有意傾向が見られたことから、仮説1が部分的に支持された可能性もある。「人からよく思われたい欲求」における、「友人から気に入られたいと思う」、「友人から嫌われないように行動する」「友人から認めてもらいたいと思う」の項目の平均得点は4を超えていた。また、「取り入れ」の各項目においては全体的に平均得点が高くはなかったものの、「友人とは仲良くしておくべきだから」という項目のみ平均得点が3.55となっており、4及び5で半数以上を占めていた。このことから、友人とは仲良くすべきという考えから、方略として友人からよく思われようとする考えが生じている可能性が考えられる。「他者配慮」と「取り入れ」についても同様に、「友人がどんな気持ちか考えることが多い」、「友人がしてほしいことは何かと考える」といった傾向が、友人と良好な関係をもつための方略として用いられている可能性が考えられる。今回の調査協力者が全体的に「他者配慮」と「人からよく思われたい欲求」の得点が高く、「自己不全感」の得点が低い傾向にあったこともふまえると、過剰適応傾向における内的側面が低く、外的側面が中程度の高さである場合に友人関係の良好性が高くなることを示した益原・谷渕(2009)の結果を支持する結果である可能性がある。

Table2 より、過剰適応傾向の「人からよく思われたい欲求」と学級風土における3つの下位尺度「児童間の親しさ」、「学級への満足感」、「自然な自己開示」との間にそれぞれ正の相関があることが示された。これにより、児童の「人からよく思われたい欲求」があたたかな学級風土をつくることにつながっている可能性が考えられる。あるいは逆に、あたたかな学級風土によって学級内の友人に対して過剰適応的になることなく、友人からよく思われたい気持ちが自然と生み出されている可能性も考えられる。また、「自己不全

感」と「児童間の親しさ」、「自然な自己開示」との間にそれぞれ負の相関が見られた。これにより、過剰適応傾向における内的側面があたたかな学級風土と負の関連をもつという仮説2は部分的に支持されたといえる。「自分の評価はあまりよくないと思う」、「自分にはあまりよいところがない気がする」といった自己不全感を、あたたかな学級風土が低める可能性、あるいは児童の自己不全感が高まるとあたたかな学級風土に負の影響をあたえる可能性が考えられる。

適応が内的適応と外的適応に分類されることから、過剰適応についても外的側面と内的側面の2側面から捉えることが主流となっている。本調査であたたかい学級風土との正の相関が見られた「人からよく思われたい欲求」は外的側面に分類される因子であり、負の相関が見られた「自己不全感」は内的側面に分類される因子である。石津(2006b)は中学生を対象とした研究において、学校適応感が外的側面と正の相関、内的側面とは負の相関を示したことをふまえ、外的側面については学校適応感を高める可能性を示唆している。本調査の結果は学級内に限定したものにはなるが、小学生においても類似した傾向をもつ可能性を示す結果であると考えられる。

女子における友人関係と過剰適応傾向

Table4により、女子においても全体での結果と同様に、「人からよく思われたい欲求」と「同一化」、「内発」との間にそれぞれ有意な正の相関があることが示された。特異であるのは「自己不全感」と「取り入れ」との間に有意な正の相関があることが示されたことである。これにより、過剰適応傾向が友人関係への動機づけにおける「外的」あるいは「取り入れ」と関連をもつという仮説1が女子においては部分的に支持される結果となった。このことにより、女子においては取り入れ的な友人関係への動機付けが過剰適応傾向における自己不全感を高めている可能性、あるいは過剰適応傾向における自己不全感の高さが、友人関係を取り入れ的なものとしている可能性が示唆された。この結果は石津・安保(2009)が中学生を対象に、過剰適応の内的側面である「自己不全感」「自己抑制」が友人適応に負の影響を与えることを示した研究結果を支持するものであると考えられる。

Table6より、女子においては過剰適応傾向と学級風土に有意な相関が見られないことが示された。これにより、過剰適応傾向における内的側面があたたかな学級風土と負の関連を持つという仮説2は、女子においては支持されない結果となった。これも女子の特異な点である。このことから、女子においてはあたたかな学級風土とは関係なく、学級内の友人に対する過剰適応傾向が生じる可能性が示唆された。

佐藤(2007)によると、女子においては、小学校高学年の時点で友人に対し、相手の気持ちを考えてくれる「敏感さ」、悩み事や心配事をうちあけることができるといった「自己開示」の意識をより強く持っており、男子と比較して

友人に対し高い期待を抱く傾向にあることが示されている。また、武蔵・河村(2021)は、小学生から高校生までの友人関係の発達の変化を検討するなかで、小学生の友人関係の特徴として、友人との同一行動や遊びを通して関係を発展させる側面と、他者を入れない閉鎖的な関係を希求する特徴を持つことを明らかにしている。後者の特徴については、「グループの仲間同士で固まっていたい」というような「外面的な行動の類似性を確認することを求める側面」である行動面と、「秘密や悩みを友達にうちあける」といった「内面的な心理面の類似性を確認することを求める側面」である心理面の2側面に分けたくて検討されている。行動面の特徴については男女ともに小学校高学年で生じることが明らかにされている。これらに加え、特に女子については小学校6年生から心理面の特徴が加わるとされている。さらに女子に特異な点として、小学校5年生から中学校3年生頃までは「友人と話が合わない」と不安だ」というような異質性の受け入れに不安を感じる側面をもつ傾向があることも示されている。このような小学校高学年女子における友人関係の排他性と親密性の高さは三島(2004)によっても指摘されている。

これらの傾向をふまえると、小学校6年生の女子においては、心理面・行動面ともに他者を入れない排他的な関係を求める傾向と異質性の受け入れに不安を感じる傾向を友人関係の特徴として持ち、その閉鎖的な友人関係の中で、友人に対して自己開示や気遣いを期待する傾向があると考えられる。そして、友人関係を非常に重視する傾向にあることから、自分にはいいところがない、といった自己不全感を感じる女子児童については、その自信のなさから友人関係が取り入れ的なものになり、学級風土に関係なく友人に対して過剰適応的になることが考えられる。

男子における過剰適応傾向と友人関係

Table3により、過剰適応傾向の「人からよく思われたい欲求」と友人関係への動機づけにおける「取り入れ」との間に有意な正の相関があることが示された。これは男子の特異な点である。これにより、男子においては過剰適応傾向が友人関係への動機づけにおける「外的」あるいは「取り入れ」と関連をもつという仮説1を支持する結果となった。男子においては取り入れ的な友人関係が過剰適応傾向における「人から良く思われたい欲求」を高める可能性が示唆された。

Table5により、男子においても全体での結果とほぼ同様に、過剰適応傾向の「人からよく思われたい欲求」と学級風土における3つの下位尺度「児童間の親しさ」、「学級への満足感」、「自然な自己開示」との間にそれぞれ正の相関があることが示された。また、「自然な自己開示」と過剰適応傾向における「自己不全感」との間には有意な負の相関があることが示された。これにより、男子においては過剰適応傾向における内的側面と学級風土が負の関連を持つという仮説2が支持される結果となった。このことから、男子におい

でも全体での結果と同様に、あたたかな学級風土により過剰適応傾向における自己不全感が抑制される可能性が示唆された。

武蔵・河村(2021)は小学生男子の友人関係について、同一行動や遊びを通して関係を発展させる側面と、外面的な行動の類似性を確認することを求める側面が高く、心理的な類似性を求める側面が低いという特徴が明確に見られることを明らかにしている。この心理的な類似性を求める側面については、女子よりも遅れて発現することが明らかにされており、それに伴い、異質性の受け入れに不安を感じる側面についても、小学校高学年の時点では女子よりも低くなるとされている。つまり、小学校高学年男子の友人関係は、女子と同様に友人関係を重視しているものの、大人数での遊びや同一行動をする者同士のグループを中心としたものであり、友人との心理的な類似性の確認を重視する心性や異質性の受け入れに関する不安の低さから、女子よりも排他的ではない様相を示すと考えられる。このことから女子とは異なり、男子においてはあたたかな学級風土によって過剰適応傾向における自己不全感が下がる可能性を示したと考えられる。

10. まとめ

本研究では小学生における友人関係と過剰適応傾向の関連を検討した。その結果、過剰適応傾向における「人からよく思われたい欲求」と友人関係への動機づけにおける「同一化」、「内発」との間にそれぞれ正の相関があることが示された。また、学級風土との関連も合わせて検討したところ、「人からよく思われたい欲求」と「児童間の親しさ」、「学級への満足感」、「自然な自己開示」の3つ全ての下位尺度と正の相関があることが示された。また、「自己不全感」と「児童間の親しさ」、「自然な自己開示」との間には負の相関があることが示された。

一方で性差を含めて検討したところ、友人に対する過剰適応傾向と友人関係の関連については男女で異なる様相を示すことが明らかになった。女子においては、過剰適応傾向と友人関係への動機づけについては全体での結果とほとんど同様の傾向が見られたものの、「自己不全感」と「取り入れ」との間に正の相関があることが示された。また、過剰適応学級風土については相関が見られなかった。男子においては過剰適応傾向の「人からよく思われたい欲求」と「取り入れ」との間に正の相関があることが示された。過剰適応傾向と学級風土との関連については、全体での結果とほぼ同様に、「自己不全感」と「自然な自己開示」との間には負の相関があることが示された。

以上により、小学校高学年児童における友人関係と過剰適応傾向については以下の2点の知見を得ることができた。1点目は、友人に対する過剰適応傾向においても、外的側面の高さと内的側面の高さのバランスによっては友人関係への動機づけを内発的なものにする可能性が示されたことである。児童の友人から良く思われたいという気持ちや友人

へ配慮する気持ちが、友人との良好な関係を支え、またあたたかな学級風土の醸成につながっている可能性がある。あるいはあたたかな学級風土により児童の友人への過剰適応傾向における内的側面が低くなり、より内発的な友人関係への動機づけへとつながっている可能性がある。しかし、これらの因果関係については本研究では明らかになっていないため、今後さらなる検討が必要である。

2点目は、友人に対する過剰適応と友人関係に対する動機づけの関連について男女で異なる様相を示すことが明らかになったことである。男女それぞれにおける友人関係の特徴や発達差による差異により、友人に対する過剰適応傾向への学級風土による介入余地の有無についても異なる可能性が示された。特に女子については友人への過剰適応傾向とあたたかな学級風土との関連が見られなかった点を鑑みると、学級風土に表される学級全体の仲のよさや学級への満足感に関係なく、自分にとって近い友人の間での関係性を非常に重視していることが示されたといえる。小学校高学年女子児童の友人関係に見られる排他性と親密性の高さといった特徴をふまえると、教師からは一見良好に見える児童同士の友人関係も、児童の友人への過剰適応傾向における外的側面と内的側面のバランスによってはその友人関係への動機づけが取り入れ的なものとなっており、精神的な負荷を抱えながら維持しているものとなっている可能性がある。

過剰適応傾向における内的側面と外的側面のバランスの重要性が小学校高学年の学級内の友人関係においても示唆された。女子においては関連が見られなかったものの、男子においては、一部ではあるがあたたかな学級風土と過剰適応傾向における内的側面との関連が示された。このことから、児童が学級内で自分の気持ちを気軽に言い合える実感やお互い助け合うことができている実感をもつことができるような学級風土を教師が児童とともに醸成していくことが、児童が過度な精神的負荷を抱えることなく良好な友人関係を築く支援となることが期待される。

11. 今後の課題

本研究の課題としてはデータの少なさが挙げられ、今回の結果は調査の対象とした学級にみられる特異的なものである可能性が否定できない。今後より多くのデータを収集・分析するとともに、各因子間の相関だけでなく因果関係を明らかにすることを含め、より深い検討を行っていく必要がある。また、今回の調査の対象となった学級では、全体的に自身の所属する学級について好意的にとらえていた。より多様な学級風土をもつ学級を対象に含めて調査を実施し、比較検討する必要性がうかがえる。

12. 謝辞

この論文を執筆するにあたり、2年間にわたり終始あたたかく丁寧な指導をいただいた指導教員の中井大介先生に深くお礼申し上げます。

名古屋大学大学院博士後期課程の K. I. さんには、調査協力依頼にあたりご指導・ご助力いただきました。心より感謝申し上げます。

中井ゼミ生の皆様にはテーマの構想につながる議論、結果と考察の検討など、様々な場面でご協力いただきました。ありがとうございました。

最後に、私の研究のために貴重な授業時間の一部を割いて質問紙調査にご協力いただいた先生及び児童の皆様には感謝の念にたえません。本当にありがとうございました。

1 3. 参考・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.

船津愛 (2010). 青年期過剰適応に関する一考察—尺度の再検討とストレスコーピングとの関連. 日本青年心理学会大会発表論文集, 18, 30-33.

日瀝淳子 (2016). 過剰適応の要因から考える過剰適応のタイプと抑うつとの関連—風間論文へのコメント—. 青年心理学研究, 28, 43-47.

星野美玖・岡本裕子 (2012). 過剰適応傾向が心理社会的課題におよぼす影響—心理社会的課題の親密性に注目して—. 広島大学大学院心理臨床教育センター紀要, 11, 149-162.

石津憲一郎 (2006a). 過剰適応尺度作成の試み. 日本カウンセリング学会第39回大会論文集, 137.

石津憲一郎 (2006b). 中学生の過剰適応傾向と学校適応感、ストレス反応との関連について. 日本教育心理学会総会発表論文集, 48, 362.

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, 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.

伊藤亜矢子・宇佐美慧 (2017). 新版中学生用学級風土尺度 (Classroom Climate Inventory; CCI) の作成. 教育心理学研究, 65, 91-105.

蒲原齋子・中原弘之 (2003). 過剰適応字を生み出す環境要因の心理学的研究—いわゆる良い子—. 日本教育心理学会総会発表論文集, 45, 549.

風間惇希・平石賢二 (2018). 青年期前期における過剰適応の類型化に関する検討—関係特定過剰適応尺度 (OAS-RS) の開発を通して—. 青年心理学研究, 30, 1-23.

風間和・石村郁夫 (2014). 過剰適応傾向にある中学生の友人関係における自分らしさに関する研究—ストレス反応および学校享受観の観点から—. 東京成徳大学臨床心理学研究, 14, 7-14.

近藤安津美・石本雄真・齊藤誠一 (2010). 中学生の過剰適応と攻撃性との関連. 日本青年心理学会大会発表論文集, 18, 28-29.

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 (2009). 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 (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—. 明治大学大学院文学研究論集, 38, 53-72.

益原瑞隆・谷渕真也 (2009). 大学生における過剰適応傾向と友人関係良好性および身体的・精神的健康との関連. 比治山大学大学院現代文化研究科附属心理相談センター紀要, 15, 37-45.

三島浩路 (2004). 友人関係における親密性と排他性—排他性に関連する問題を中心にして—. 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要, 51, 223-231.

文部科学省 (2024). 令和5年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査.

森下文・国本理紗子・伊藤美奈子 (2023). 「不登校になれない子ども」たち—過剰適応傾向と登校動機に着目して—. 奈良女子大学心理臨床研究, 10, 61-72.

武蔵由佳・河村茂雄 (2021). 小学生、中学生、高校生における友人関係の発達の变化に関する研究. 学級経営心理学研究, 10, 43-52.

任玉洁 (2019). 過剰適応に関する文献的研究と今後の課題. 中央大学大学院研究年報, 48, 65-73.

西尾祐美子 (2015). 思春期の心性に関する研究：親から友人へと変化していく関係性に焦点を当てて. 神戸大学発達・臨床心理学研究, 14, 29-35.

荻田純久 (2019). 過剰適応の発生機序に関する基礎研究(II). 滋賀短期大学研究紀要, 44, 187-196.

岡田涼 (2005). 友人関係への動機づけ尺度の作成および妥当性・信頼性の検討—自己決定理論の枠組みから. パーソナリティ研究, 14, 101-112.

佐藤倫子 (2007). 児童期・青年期における友人関係の発達と精神的健康—児童期・青年期に関する臨床心理学的考察—. 鹿児島純心女子大学大学院人間科学研究科紀要, 2, 20-28.

相馬愛美・佐野友泰 (2014). 青年期の過剰適応傾向と過去の対人関係における困難さの経験の関連. 学校メンタルヘルス, 17, 175-181.

竹端佑介・清水雅弥 (2014). 過剰適応傾向における怒りと作り笑いとの関連. 日本心理学会大会発表論文集, 78, 893.

竹端佑介 (2015). 大学生における過剰適応と怒り感情、及びキレ衝動との関係について. 学校メンタルヘルス, 18, 123-131.

渡辺玲奈・福島裕人・遠藤歩 (2014). 親の期待と過剰適応との関連. 日本心理学会大会発表論文集, 78, 377.