

# 児童の過剰適応と学校生活についての研究 － 過剰適応に関する尺度の小学生版作成の試み－

## A Study on Children's Subjective Overachievement and School-Life : Development of an Elementary School Student Form

鈴木 和実  
跡見学園女子大学  
人文科学研究科  
Kazumi SUZUKI

山口 豊一  
跡見学園女子大学  
Toyokazu YAMAGUCHI  
Atomi University

Atomi University Graduate School of Humanites

### 要 約

本研究では、過剰適応尺度の小学生版の作成を試みた。予備調査(研究1)では質問項目の収集を行った。質問項目は石津(2006)と桑山(2003)の青年期用尺度を参考にして選定し、小学生版であることを考慮し質問項目の内容を易しくするなどの修正を加えた。全40項目を用い質問紙調査を行った結果、有効回答は児童122名と教師10名であり、天井効果・フロア効果や、教師の回答を基に30項目を収集・選定した。本調査(研究2)では予備調査にて作成した質問紙を用い、質問紙調査を行った。有効回答は5, 6年生児童677名であり、因子分析の結果、「自信・意思表示のなさ」、「周りへの気づかい」、「承認されたい気持ち」の3因子が抽出され、全29項目となった。Cronbachの $\alpha$ 係数を算出した結果、第I因子は $\alpha=.867$ 、第II因子は $\alpha=.852$ 、第III因子は $\alpha=.873$ 、尺度全体では $\alpha=.907$ であった。妥当性の検討のために、小学生版QOL尺度の下位尺度との相関係数を算出した結果、仮説通り「自信と意思表示のなさ」とは負の相関を、「周りへの気づかい」および「承認されたい気持ち」とは正の相関を示し、一定の妥当性が示された。

【Key Word】過剰適応, 学校生活, 尺度作成, 小学生, 調査

### 【問題・目的】

学校生活において子どもの中にはじめ、不登校、摂食障害などの問題を抱えるものが多くいるが、過剰適応による心身の疲弊が背景の一つとして考えられる(阿小島・伊澤, 2004)。過剰適応を説明するに当たり、桑山(2003)は、適応を内的適応と外的適応に分け以下のように説明している。内的適応とは、心理的適応とも言わ

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。それに対し外的適応とは、社会的文化的適応と言われ、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。他方、過剰適応は内的適応よりも外的適応を高めようとする傾向があるとして、石津(2006)は、過剰適応を「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こたえる努力を行うこと」と定義している。このような過剰適応の子どもたちは、自己を抑制して、いわゆる「良い子」であろうとするため見つけにくい傾向があると考えられる。しかしながら見つかからないままに不適応状態を慢性化させている子どもがいれば、それに伴う不安や緊張が解消されず、心身症、神経症、不登校等の原因になる可能性がある(石津・安保・大野, 2007)。さらに、いわゆる「良い子」と称される子どもが犯罪を起こすような事例の増加傾向が顕著になっているという報告もある(須永, 2008)。以上から過剰適応に関する研究の蓄積をもとに対応を考えることは意義深いことであると考ええる。

過剰適応に関する研究は中学生を対象にしたものが複数見られるが、小学生を対象にした研究はほとんどない。中でも小学生の高学年の児童は発達的に見て中学生へ、また児童期から青年期への過渡期でもある。中釜(2008)は、現在の子どもの発達の加速現象が身長体重のような量的側面、及び性的成熟のような質的側面に認められており、身体的成熟と同時に心理的にも影響を受けることから児童期の終わりが早まるとしている。そのため小学5, 6年生の学級では思春期的様相を呈することを指摘している。このように小学校高学年児童にも青年期が直面する発達課題に関係する問題を呈する可能性があり、当該年代を対象とした過剰適応の研究は意義あるものであると考える。

本研究では予備調査(研究1)にて、学校生活における過剰適応に関する質問紙(小学生版)の質問項目の収集・選定を試み

る。そして、予備調査(研究1)において作成した質問紙を使用し、過剰適応尺度(小学生版)の作成を試みる。

## 1) 予備調査(研究1)

### 【目的】

学校生活における過剰適応に関する質問紙(小学生版)の質問項目の収集・選定を試みる。

### 【方法】

#### 調査協力者

A県内の公立小学校の児童と教師。5年生児童66名、6年生児童56名の合計122名、および教師10名。

#### 質問項目

##### フェイスシート

性別、学年を尋ねた。

##### 学校過剰適応に関する児童用質問紙

青年期前期用過剰適応尺度(石津, 2006)の33項目に加え、過剰適応に関する尺度として必要だと思われる項目について検討し、過剰適応尺度(桑山, 2003)の中から7項目を加えた40項目を用いて質問紙を作成した。作成の際に小学生版ということを考慮し、難しい単語を優しくする、漢字に振り仮名をふる等の配慮をした。回答しやすさという面を考慮し、全ての質問項目の冒頭に「わたしは」と主語の表記を付け加えた。また、過剰さが測定されにくいと思われる27項目(例:「わたしは、先生や友だちからみとめられたいと思う」)に「いつも」という言葉を付け加え、「わたしはいつも」という主語にした。本研究では学校場面での過剰適応についての調査を目的としていることから、「他人」、「人」という一般的

な表現を、学校場面を想定して「先生」や「友だち」に置き換えた。教示には「学校でのあなたについてお聞きします」と明記し、「とてもあてはまる」～「全くあてはまらない」の5件法で回答を求めた。

なお、教師を対象に児童用の質問紙と同じものを配付して、「5・6年生の児童に回答してもらうに当たり、質問の意味が分かりにくいものには「意味が分かりにくい」のところをチェックをしてください」という教示のもと回答を求めた。

#### 調査時期

2013年6月に質問紙を配布・回収した。

#### 【結果と考察】

有効回答数はフェイスシートに不備のあるものを除いた121名(99.2%)で、性別の内訳は男子59名、女子62名であった。

天井効果・フロア効果を算出した。その結果、天井効果はみられなかったが、フロア効果が1項目みられた(該当項目:わたしは、自分はひとりぼっちだと思う)。また、教師からの回答にて「意味が分かりにくい」項目へ2人以上からのチェックがなされたものが9項目あった(項目の例:「わたしは、考えていることをすぐには言いたくないと思う」)。フロア効果の見られた1項目および、「意味が分かりにくい」9項目を削除し、30項目を学校過剰に関する質問紙(小学生版)とした。

本調査(研究2)にて、この学校過剰適応に関する質問紙を用いて調査を行い、その信頼性と妥当性の検討を行う。

## 2) 本調査(研究2)

### 【目的】

小学校での過剰適応に関する質問紙を使用し、過剰適応尺度(小学生版)の作成を試みる。また、尺度の信頼性・妥当性を検討する。

### 【方法】

#### 調査協力者

関東圏内の公立小学校の5・6年生児童715名。

#### 質問項目

##### (1)フェイスシート

性別、学年、年齢を尋ねた。

##### (2)過剰適応に関する質問紙(小学生版)

予備調査(研究1)にて項目を収集・選定した、全30項目。

予備調査(研究1)の協力者の教師からの指摘により、項目をより分かりやすくするため、全項目の主語を、過剰さを表す「わたしはいつも」に統一した。

##### (4)小学生版QOL尺度(柴田ら, 2003)

全24項目。子どもの全体的な健康度や適応度を包括的に測定する尺度であり、子どもの精神的健康度や家庭や学校の満足度、活力度を測定する。各項目については「この1週間の自分の状態にあてはまるかどうか」に4件法(「ぜんぜんなかった」、「たまにあった」、「ときどきあった」、「よくあった」)で回答を求めた。

#### 調査時期

2013年7月～11月上旬に質問紙を配付・回収した。

#### 倫理的配慮

質問紙は無記名での記入とし、結果を論文や学会等に報告する際には、集団としてデータを公表すること、質問紙の回答は外部に漏れないこと、成績等に一切関係がな

いことをフェイスシートに明記しており、協力者の不利益は生じないことが説明されている。また回答者の自由意思により調査に協力しなくても良いこと、回答を途中でやめても良いことをフェイスシートに明記することにより心理的ストレスを回避できると考える。本研究は本学臨床心理学科倫理審査委員会によって承認を得られた(受付番号：13013)。

### 【結果】

有効回答数は空欄があるなどの不備のあるものを除いた677名(94.7%)であった。

属性別の内訳は、年齢は10歳が194名、11歳が332名、12歳が151名であった。学年の内訳は5年生346名、6年生331名であった。性別の内訳は男子333名、女子343名、未記入1名であった。

まず、天井効果・フロア効果を算出したところ、いずれの項目にも天井効果・フロア効果は認められなかった。そのため、30項目すべてを因子分析の対象とした。

次に主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った(表1)。スクリープロットによる固有値の落差と因子解釈可能性を考慮し、3因子が最も妥当な因子数と判断した。さらに、因子負荷量がどの因子にも.35に満たなかった項目(21「わたしはいつも、どんなケンカや争いもさけるように気をつけていると思う。」)を除外し、再度因子分析を行った結果、最終的に29項目となった。これらにより、3因子29項目を最適解とした。この3因子による回転前の累積寄与率は48.51%であった

第I因子は、「わたしはいつも、自分にはじしんがないと思う」、「わたしはいつ

も、自分にはあまりいいところがない気がする」「わたしはいつも、じぶんががまんすればいいと思う」など、常に自分への自信のなさや、意思の表明ができない実感があるということに関する13項目で構成された。そこで、第I因子を「自信・意思表明のなさ」と命名した。

第II因子は、「わたしはいつも、先生や友だちがどんな気もちか考える」、「わたしはいつも、周りの先生や友だちにめいわくをかけないように気にしていると思う」など、常に周囲の人物の気持ちを慮り行動する、という気づかいに関する7項目で構成された。そこで、第II因子を「周りへの気づかい」と命名した。

第III因子は、「わたしはいつも、先生や友だちから気に入られたいと思う」、「わたしはいつも、先生や友だちからみとめられたいと思う」など、常に周囲の人物から認められたい、評価されたい、という気持ちに関する9項目で構成された。そこで、第III因子を「承認されたい気持ち」と命名した。

以上より、この29項目を似て「過剰適応尺度(小学生版)」とする。

各因子間の相関は、「自信・意思表明のなさ」と「周りへの気づかい」において $r = .290$ 、「自信・意思表明のなさ」と「承認されたい気持ち」では $r = .352$ と弱い正の相関が見られた。また、「周りへの気づかい」と「承認されたい気持ち」においては $r = .614$ と比較的強い正の相関が認められた。

各因子について信頼性を検討するため、Cronbachの $\alpha$ 係数を算出した。その結果、第I因子は $\alpha = .867$ 、第II因子は $\alpha = .852$ 、

表1 過剰適応尺度(小学生版)

N = 677

	因子Ⅰ	因子Ⅱ	因子Ⅲ	共通性
<b>Ⅰ 自信・意思表示のなさ <math>\alpha=.867</math></b>				
8 わたしはいつも、自分にはじしんがないと思う	.736	-.091	-.163	.471
13 わたしはいつも、自分にはあまりいいところがない気がする	.696	-.152	-.119	.424
6 わたしはいつも、自分のあまり良くないところばかり気になる	.691	-.017	-.009	.467
7 わたしはいつも、「自分ががまんすればいい」と思う	.668	.159	-.071	.491
11 わたしはいつも、自分らしさがないと思う	.665	-.050	-.068	.403
23 わたしはいつも、つらいことがあってもがまんしようと思う	.555	.099	-.013	.343
5 わたしはいつも、自分の気もちをおさえてしまうと思う	.547	.220	-.075	.375
27 わたしはいつも、いやなおねがいをさしても「いやす」とことわれないと思う	.534	-.143	.192	.337
18 わたしはいつも、自分が悪かったのかもしれないと思う	.532	.201	-.090	.338
22 わたしはいつも、先生や友だちとちがうことを思っているでもそれを先生や友だちに伝えないとと思う	.526	-.115	.167	.321
26 わたしはいつも、期待にこたえないとしかられそうで心配になる	.487	-.168	.401	.433
10 わたしはいつも、思っていることを口に出さないとと思う	.403	.151	.036	.239
24 わたしはいつも、先生や友だちの顔色や様子が気になる	.354	.033	.272	.286
<b>Ⅱ 周りへの気づかい <math>\alpha=.852</math></b>				
4 わたしはいつも、先生や友だちがどんな気もちか考える	-.025	.824	-.109	.571
3 わたしはいつも、周りの先生や友だちにめいわくをかけないように気にしていると思う	-.051	.774	-.069	.520
1 わたしはいつも、友だちや先生に言われたことを守っていると思う	-.116	.694	.012	.458
2 わたしはいつも、先生や友だちがしてほしいことは何か考える	.016	.694	-.004	.485
9 わたしはいつも、自分が少しこまっても先生や友だちのために何かしてあげた	.156	.592	-.026	.408
30 わたしはいつも、自分がどうしたいかよりもどうすべきか考えると思う	.037	.529	.067	.342
12 わたしはいつも、とにかく先生や友だちの役にたちたいと思う	.043	.518	.247	.508
<b>Ⅲ 承認されたい気持ち <math>\alpha=.907</math></b>				
25 わたしはいつも、先生や友だちから気に入られたいと思う	-.050	-.166	.906	.639
28 わたしはいつも、先生や友だちからみとめられたいと思う	-.054	.017	.804	.635
17 わたしはいつも、先生や友だちからほめてもらえるよう行動したいと思う	-.090	.220	.678	.644
14 わたしはいつも、自分を良く見せたいと思う	-.056	-.122	.606	.275
20 わたしはいつも、先生や友だちにきらわれないように行動したいと思う	.140	.060	.589	.476
19 わたしはいつも、先生や友だちの期待にはこたえなくてはいけないと思う	.085	.228	.456	.433
16 わたしはいつも、よく先生や友だちからの期待を感じる	-.164	.290	.431	.373
29 わたしはいつも、期待にこたえるために成績をあげるように努力したいと思う	.055	.241	.428	.395
15 わたしはいつも、何かするときに先生や友だちから“できない”と思われたいやうにがんばろうと思う	.073	.268	.364	.359
全体 $\alpha=.907$	因子寄与率			42.93%
	因子間相関			
	I	II	III	
	-	.290	.352	
		-	.614	
			-	

因子抽出法：主因子法 回転法：プロマックス回転

第Ⅲ因子は $\alpha = .873$ , 尺度全体では $\alpha = .907$ と、いずれも十分な内的一貫性が示された。

次に基準関連妥当性検討のために、小学生版QOL尺度の下位尺度との相関係数を算出した(表2)。先行研究では、学校適応感と過剰適応の内的側面との間には負の相関を、また外的側面との間には正の相関をもつと示されている(石津・安保, 2008)。そこで児童の全般的健康度に関する小学生版QOL尺度は、「自信と意思表示のなさ」とは負の相関を、「周りへの気づかい」および「承認されたい気持ち」とは正の相関を示すことを予測して分析を行った。結果、「自信と意思表示のなさ」と小学生版QOL尺度の各下位尺度との間には全て負の相関を示し、「周りへの気づかい」および「承認されたい気持ち」との間には全て

正の相関を示した。値の正負は仮説通りであり、一定の基準関連妥当性があることが示された。

各下位尺度の平均値, 標準偏差(SD), 相関係数は表のとおりである(表3)。

**【考察】**

本研究では、学校生活における小学校高学年児童の過剰適応に関する尺度作成を目指し、検討した。その結果、過剰適応尺度(小学生版)は「自信・意思表示のなさ」, 「周りへの気づかい」, 「承認されたい気持ち」の3因子が抽出された。「自信・意思表示のなさ」は、過剰適応の児童は自信のなさを感じていること、また自分の意思や気持ちを表明せずにいるという性質を表すと考えられる。「周りへの気づかい」は、周囲の人物の気持ちに配慮して行動する様

表2 過剰適応尺度(小学生版)と小学生版QOL尺度の因子間の相関

	「自信と意思表示のなさ」因子	「周りへの気づかい」因子	「承認されたい気持ち」因子	過剰適応尺度(小学生用)全体
「身体的健康」因子	-0.222***	0.125**	0.072	-0.061
「情動的Well-Being」因子	-0.310***	0.157***	0.108**	-0.087*
「自尊感情」因子	-0.197***	0.315***	0.321***	0.111
「家族」因子	-0.149***	0.136***	0.132**	0.009**
「友達」因子	-0.267***	0.164***	0.164***	-0.038
「学校生活」因子	-0.201***	0.319***	0.237***	0.076*
小学生版QOL尺度全体	-0.357***	0.325	0.279	0.008

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

表3 各下位尺度の平均・SDおよび相関係数

	平均	SD	1	2	3	4
1. 「自信と意思表示のなさ」因子	3.108	0.764	-	0.298***	0.363***	0.807***
2. 「周りへの気づかい」因子	3.486	0.727		-	0.63***	0.721***
3. 「承認されたい気持ち」因子	3.214	0.794			-	0.801***
4. 過剰適応尺度(小学生用)全体	3.232	0.600				-

\*\*\* $p < .001$

子を表していると考えられる。「承認されたい気持ち」は、過剰適応の児童が抱く、周囲の人物に認められたい、褒められたいという気持ちを表していると考えられる。

石津(2006)は過剰適応を「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こたえる努力を行うこと」と定義している。先行研究の定義に照らし合わせると、「自信・意思表示のなさ」が内的な欲求を抑制しているという特徴を、「周りへの気づかい」および「承認されたい気持ち」が外的な欲求に応えようとする特徴を示していると考えられ、本尺度が過剰適応の特徴を捉えていることが示された。石津・安保(2008)は過剰適応の内的側面が学校適応感に負の影響を与えることを示しており、「自信・意思表示のなさ」が不適応につながることを推測される。しかし、高田(1999)は過剰適応的「よい子」の特徴をある部分普通の発達であり、足りなければ困ってしまうが、過剰なときに問題が起きるとしている。よって「周りへの気づかい」および「承認されたい気持ち」は適度であれば適応のための要素であるが、その過剰さが問題であると考えられる。また、過剰さだけでなく、性格的な要因もあると考えられ、何が問題であるために不適応につながる特徴であるのかは今後も検討の上で研究がなされることが望まれる。

#### 【引用文献】

- 阿小島茂美・伊澤正雄(2004). 過剰適応の測定に関する研究一. 要求受容と身体不調との関係一. 日本教育心理学会総会発表論文集, 46, 541.
- 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.
- 石津憲一郎・安保英勇・大野陽子(2007). 日本における過剰適応研究の動向と課題－学校場面における子どもの過剰適応－. 学校心理学研究, 7, 47-54.
- 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.
- 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.
- 中釜洋子(2008). 小学校の子どもとその家族 子育て期のエアポケット. 中釜洋子・野末武義・布柴靖枝・無藤清子(著). 家族心理学 家族システムの発達と臨床的援助. 有斐閣 pp.97-110.
- 須永和弘(2008). 「よい子」が走る非行・犯罪－なぜ、あの子が！－. 児童心理, 62, 1481-1485.
- 柴田玲子・根本芳子・松寄くみ子・田中大介・川口毅・神田晃・古荘純一・奥山真紀子・飯倉洋治(2003). 日本におけるKid-KINDL<sup>R</sup> Questionnaire (小学生版QOL尺度)の検討. 日本小児科学会雑誌 107, (11), 1514-1520.
- 高田夏子(1999). いい子の悩み－過剰適応について(特別企画学校不適応とひきこもり)－. こころの科学, (87), 72-75.