中学生の過剰適応とストレスモデル諸要因の関係に関する日中比較研究

王　　暁*

本研究では，日中両国の中学生の過剰適応とストレスモデル諸要因との関連について検討した。328名の日本人中学生と306名の中国人中学生を対象に，過剰適応，ストレッサーイベント，認知的評価，ストレス対処行動，およびストレス反応を測定した。その結果，日中の過剰適応群は適応群より学校生活のいろいろな場面のストレッサーイベント，影響性及びストレス反応が高く，コントロール可能性と問題解決対処が低い傾向であることが示された。相違点については，日本の過剰適応群が中国より勉強によるストレッサー，積極的情緒的対処が高いことが示された。また，中国の過剰適応群の方が日本より周りの人たちからのストレッサーイベント，情緒面のストレス反応が高いが，コントロール可能性と問題解決能力も高い傾向が示唆された。

キーワード：過剰適応，中学生，ストレスモデル，日中比較

Ⅰ　問題と目的

適応には，主体としての個人が，欲求を満足させながら環境の諸条件に対して調和的関係をもてるよう，多少なりとも自分を変容させる過程であり，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内的適応と，社会的・文化的環境に適応することを意味する外的適応がある（北村，1965）。一般に適応がよいと言われるときは内的適応も外的適応も共によいことを意味するが，過剰適応は，外的適応が過剰なために内的適応が困難に陥っている状態ということができる（桑山，2003）。

石津・安保（2008）によると，臨床場面における主観的記述から，過剰適応は非適応的であるとされている。例えば，Kozlowska（2001，2003）は，転換性障害の子どもの多くがよい子で，よく気が付き，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結果がバーンアウト（宗像，1993；Zapf，2002）という指摘もある。それゆえ，過剰適応者は心理的側面における様々な不適応を導く可能性が考えられる。

過剰適応の子どもには，保たれる学校適応感の陰にストレスの存在が想定されること（石津・安保，2008）や，子どもが過剰適応的に振舞うことによって，客観的（社会的）適応と個人の苦悩とが乖

*教育学研究科　博士課程後期

離していく可能性（石津・安保, 2007）が示されてきた。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（石津ら, 2008）。

石津・安保（2008）の研究では, 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ことによって, 過剰適応とストレス反応との関連性を検討した。しかし, ストレス状況下において個人がどのようなストレス反応をどの程度表出するのかについては, 個人がその刺激をどのように受け止めるかという認知的評価の影響があると考えられている（Lazarus & Folkman, 1984）。同時に, 実際の場面で個人が採用する対処の方略もストレス反応の程度について検討する際には欠かせない概念である（Lazarus & Folkman, 1984）。また, そうした特定の状況で観察される個人の認知・行動的状態には, 個人内である程度一貫した反応スタイルとして考えられているものの影響を受け, さらに価値観や信念といった認知スタイルや頻繁に採用される対処スタイルはストレス反応に影響すると考えられている（坂野, 1995）。また, 学校ストレスにもたらす不適応を防ぐために, ストレッサーを検討する必要があるだろう。

以上のことから, 過剰適応者のストレス発症のメカニズムを明らかにするためには, Lazarus & Folkman（1984）が提出したストレス過程を詳細に検討する必要があると考えられる。

過剰適応は社会的に適応しようするあまり自身の内的適応を損なってる傾向があるが, 外見的には不適応とみなされにくいため, 親, 教師および周りの人々は過剰適応という問題を意識してない可能性が高いと考えられている。また, 中国では過剰適応に関する研究もほとんど行われていない状態である。そして, 中国の学校適応に関する研究資料と筆者が帰国する時にインタビューした教師たちからは, 過剰適応傾向がある子どもが少なくないという現状が分かってきた。

本研究では, 過剰適応と心理的ストレスモデルの各要因（ストレッサー, 認知的評価, ストレス反応およびストレス対処行動）との関連性について検討する。また, 日中の中学生の過剰適応の現状と特徴を比較し, 両国の過剰適応者のストレス過程の異同を見出すことを目的とする。

Ⅱ　方　法

調査協力者

中国 A 市の公立中学校一校と日本 B 市の公立中学校3校の生徒に質問紙調査を実施した。回答に不備のあった者を除外した中国側の調査協力者は男子175名, 女子131名, 合計306名, 日本側の調査協力者は男子168名, 女子159名, 性別不明1名, 合計328名を分析の対象とした。また, 中国側の学年別人数は1年生129名, 2年生81名, 3年生96名であった。日本側の学年別人数は1年生130名, 2年生125人, 3年生73名であった。

調査時期

中国での調査は2014年10月に行った。日本での調査は2014年12月に行った。

調査の手続き

調査はすべて無記名で行われた。クラス担任に実施・回収を依頼した。回答は回答者である生徒自身によって，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。

質問紙の構成

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

2）過剰適応尺度　石津（2006）が作成した過剰適応尺度を用いた。心理的な適応感に関する「自己不全感」6項目，「自己抑制」7項目と，行動的な特徴に関する「他者配慮」8項目，「期待に沿う努力」7項目，「人からよく思われたい欲求」5項目の，5因子計33項目からなる。原版に準拠し，「以下の質問に対して，自分にもっともあてはまると思う番号に○をつけてください」と教示し，5件法で回答を求めた。

3）ストレッサーイベント尺度　服部・島田（2003）が作成したストレッサー尺度（13項目）を使用した。この尺度は「友だちストレッサー」，「親子関係ストレッサー」，「自己ストレッサー」及び「勉強ストレッサー」という4因子からなっている。また，中国の子どもは日本と比べると，友人との関係への適応よりも，教師との関係への適応がストレッサーにより強い影響を与えていることが見出されているため（翟，2008），「先生ストレッサー」という項目を加えた。服部ら（2003）が作成した「ストレッサー尺度」は子どものストレッサー評価の測定を目的とし，経験頻度と嫌悪性（一次的評価）をかけ合わせる方法を採用しているが，本研究では，嫌悪性については下記の認知的評価尺度で尋ねる「影響性」と重複する部分があるため，経験頻度だけを尋ねた。各項目について，（全くなかった =0 ～よくあった =3）の4件法で回答を求めた。

4）認知的評価尺度　ストレッサーへの認知的側面を測定するため，三浦（2002）が作成した認知的評価尺度の下位尺度である「影響性」と「コントロール可能性」から14項目を用いた。回答方法は，「学業」及び「友人との関係」など様々な場面ごとに，「このような嫌なできごとに対して，あなたはどのように感じたり，考えたりしましたか。当てはまるところに一つだけ○をつけて下さい。」という教示を行い，各項目に対して4件法（全然そう思わない＝1 ～とても沿う思う＝4）で評定を求めた。

5）ストレス対処行動尺度　ストレス対処行動尺度は，馬岡・甘利・中山（2000）が作成した尺度を用いた。本尺度では中学生が学校生活の中で日常的に利用しているストレス対処行動を尺度項目として取り上げた。「友だちと笑ったり，騒いだりする」などの「積極的情動的対処」に関する7項目，「自分ができること，やるべきことを考える」などの「問題解決対処」に関する6項目，「仲間（親しい友人）に話しを聞いてもらう」などの「仲間関係によるカタルシス」に関する3項目の3つの下位尺度，計16項目で構成されている。各項目に対して4件法（ほとんどしなかった＝1 ～とてもよくした＝4）で評定を求めた。

6）ストレス反応尺度　ストレス反応については，岡安・高山（1999）の中学生用メンタルヘルス・チェックリストの一部としてのストレス症状尺度16項目を用いた。「身体的症状」，「抑うつ・不安」，

「不機嫌・怒り」,「無力感」という4種類のストレス症状を測定する。各項目に対して4件法(全くあてはまらない＝1～非常にあてはまる＝4)で評定を求めた。

尺度の翻訳　以上の尺度の中国語版を作成するために，筆者が中国語に訳し，それを筆者と滞日歴の長い中国人研究者がチェックし，表現の修正を行った。次に，この修正された尺度を滞日歴の長い別の中国人留学生が日本語に翻訳した。この翻訳された日本語と原著者の表現を筆者と日本人大学教員が比較し，等価性を確認した。

倫理的配慮　調査の趣旨を記した依頼書を中学校校長宛に送付し，協力の同意を得た。調査票には学校の先生が回答を見ることはないこと，成績等にも関係のないことを明記し，回答する上での不安を低減させるよう配慮した。本研究の実施に当たっては，東北大学大学院教育学研究科研究倫理審査委員会からの承認を得た上で実施した（承認 ID: 14-1-016)。

Ⅲ　結　果

過剰適応のパターンとストレスモデル諸要因の関連

まず，石津(2008)を参考に，過剰適応の「自己抑制」,「自己不全感」から構成される内的側面と,「期待に沿う努力」,「他者配慮」,「人からよく思われたい欲求」から構成される外的側面に分け，それらからどのようなパターンが見られるのかを確認するために Ward 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（Figure1)。各クラスタの特徴を明らかにするために，クラスタごとに内的側面と外的側面の平均値をそれぞれ算出した（Figure2)。それらの4つのクラスタの特徴は以下のとおりである。

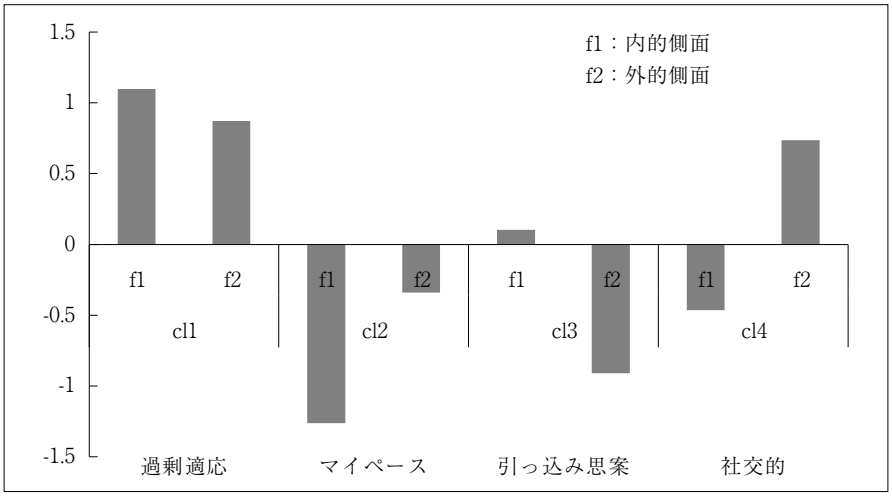


Figure1　過剰適応得点による各クラスタの特徴

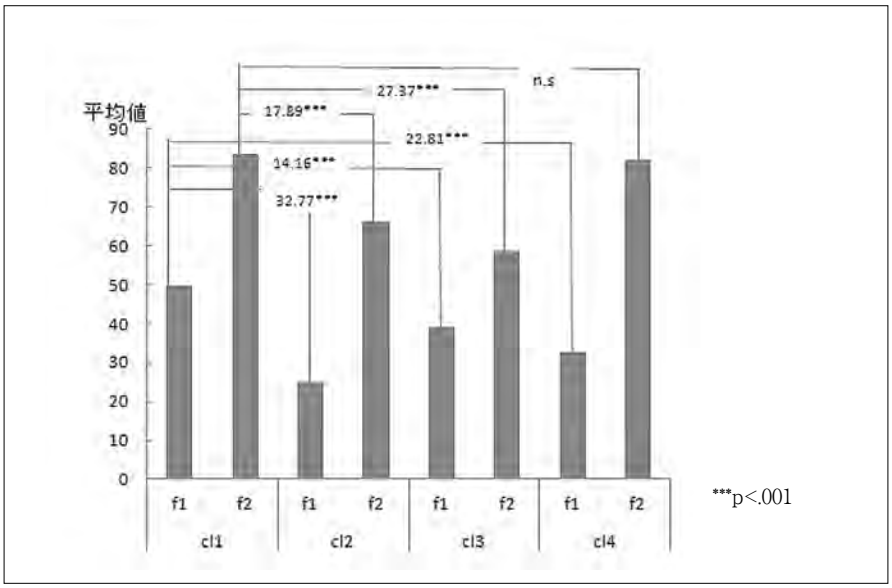


Figure2　クラスタ1と他のクラスタ群の内的側面と外的側面の平均値の比較

クラスタ1は「内的側面」も「外的側面」も高い群であった。 本研究では，石津・安保（2008；2009），石津・斉藤（2011）と浅井（2011）を踏まえ，クラスタ1を「過剰適応」群とする。

クラスタ2は「内的側面」も「外的側面」も低い群であった。この群は「口に出せないという意識がない」,「他者を気にせずわがままで生きている」といえる可能性があるため，本研究では，浅井（2011）を踏まえ，クラスタ2を「マイペース」群とする。

クラスタ3は「内的側面」は平均に近いが，「外的側面」は低い群であった。つまり，自分の中で閉じこもりやすく，周囲の関係にもうまく適応できない特徴があるため，本研究では，浅井（2011）を踏まえ，クラスタ3を「引っ込み思案」群とする。

クラスタ4は「内的側面」はやや低いが，「外的側面」は高い群であった。それは，自己主張ができると外の環境にもよく適応群であるといえるため，浅井（2011）を踏まえ，本研究では，クラスタ4を「社交的」群とする。

これらクラスタにより類型化された過剰適応パターンによって，ストレスモデルの各要因の得点が異なるかどうかを検討するために，ストレスモデルの各要因を従属変数とし，国・クラスタ群を独立変数の二元配置分散分析を行った（Table1 ～ Table4）。

⑴　過剰適応とストレッサーイベントとの関連

過剰適応とストレッサーイベントとの関連を検討するために，ストレッサーイベントの5因子「先生」（α=.81），「友だち」（α=.69），「親」（α=.71），「勉強」（α=.56），「自分」（α=.65）の日中両国の各クラスタ群の平均値と標準偏差をそれぞれ算出し，2要因分散分析を行った（Table1）。その結果，国・クラスタ群の交互作用については，「ストレッサーイベント（勉強）」（f(3,626)=5.60，p<.01）のみみ

られた。単純主効果の検定を行った結果，すべてのクラスタ群において，日本が中国より有意に得点が高く，中国ではクラスタ1とクラスタ3がクラスタ2とクラスタ4より有意に得点が高いことが示された。

国の主効果については，「ストレッサーイベント（自分）」以外，いずれの因子において国の主効果が見られた。「ストレッサーイベント（先生）」（f(1,626)=6.59，p<.05），「ストレッサーイベント（親）」（f(1,626)=47.71，p<.001），「ストレッサーイベント（友だち）」（f(1,626)=8.30，p<.01）において，中国のサンプルは高い値を示した。

クラスタ群の主効果については，「ストレッサーイベント（勉強）」以外，いずれの因子において有意差がみられた。「ストレッサーイベント（先生）」（f(3,626)=3.60，p<.05）において，クラスタ1の得点がほかの群よりも有意に高かった。「ストレッサーイベント（親）」（f(3,626)=9.75，p<.001）において，クラスタ2がほかの群よりも有意に得点低かった。「ストレッサーイベント（友だち）」（f(3,626)=10.10，p<.001）において，クラスタ1がクラスタ2とクラスタ4より有意に得点が高く，クラスタ3がクラスタ2より有意に得点が高いことが示された。クラスタ2とクラスタ4，クラスタ1とクラスタ3では有意な差を認められなかった。「ストレッサーイベント（自分）」（f(3,626)=20.98，p<.001）において，クラスタ1がクラスタ2より有意に得点が高く，クラスタ4がクラスタ3より有意に得点が高く，クラスタ1とクラスタ4，クラスタ2とクラスタ3では有意でなかった。

⑵ 過剰適応と認知的評価との関連

過剰適応と認知的評価との関連を検討するために，認知的評価の2因子「影響性」（α=.76）と「コントロール可能性」（α=.81）の日中両国の各クラスタ群の平均値と標準偏差をそれぞれ算出し，2要因分散分析を行った（Table2）。その結果，国・クラスタ群の交互作用については，「影響性」（f(3,626)=5.11，p<.01）のみみられた。単純主効果の検定を行った結果，クラスタ2において，日本のほうが中国より有意に得点が高いことが示された。「コントロール可能性」において，国とクラスタ群の主効果がみられた。中国が日本より有意に得点が高く（f(1,626)=37.91，p<.001），クラスタ2とクラスタ4がクラスタ1とクラスタ3より有意に得点が高かった（f(3,626)=15.15，p<.001）。

Table1　各クラスタの「ストレッサーイベント」得点と分散分析の結果

	クラスタ1		クラスタ2		クラスタ3		クラスタ4		主効果		交互作用
	日本 76	中国 79	日本 42	中国 60	日本 167	中国 66	日本 43	中国 101	国 F 値	クラスタ F 値	F 値
ストレッサーイベント 先生	3.24 4.04	4.18 3.13	2.50 3.52	2.32 2.45	2.64 3.04	3.56 2.76	2.37 2.98	3.51 3.11	6.59* 中>日	3.60** 1>2, 3, 4	n.s.
ストレッサーイベント 親	3.20 2.74	4.98 2.40	2.05 2.23	2.97 2.00	2.86 2.42	4.53 2.04	2.77 2.40	3.99 2.16	47.71*** 中>日	9.75*** 1, 3, 4>2	n.s.
ストレッサーイベント 友だち	2.91 2.93	4.15 2.83	1.69 2.52	2.03 1.78	2.66 2.67	3.29 2.07	2.33 2.96	2.60 1.86	8.30** 中>日	10.10*** 1>2, 4; 3>2	n.s.
ストレッサーイベント 勉強	6.51 2.16	5.04 2.26	6.60 1.95	3.70 1.99	5.86 2.28	4.79 2.26	6.77 2.06	4.16 2.05	114.70*** 日>中	n.s.	5.60** 日1, 2, 3, 4>中 1, 2, 3, 4 中1, 3>2, 4
ストレッサーイベント 自分	5.96 2.33	6.22 2.18	5.14 2.56	4.85 2.02	4.10 2.43	4.38 1.94	5.58 2.21	5.55 2.10	n.s.	20.98*** 1>2, 4>3	n.s.

*p<.05.　**p<.01.　***p<.001
上は平均値，下は標準偏差

Table2　各クラスタの「認知的評価」得点と分散分析の結果

	クラスタ1		クラスタ2		クラスタ3		クラスタ4		主効果		交互作用
	日本 76	中国 79	日本 42	中国 60	日本 167	中国 66	日本 43	中国 101	国 F 値	クラスタ F 値	F 値
影響性	19.50 4.06	19.23 4.28	18.41 5.84	14.98 3.94	16.35 4.72	17.15 3.29	17.58 5.75	16.70 3.62	6.13* 日 > 中	12.49*** 1>2, 3, 4	5.11** 日2> 中2
コントロール可能性	17.93 4.13	20.35 3.84	19.43 5.01	21.98 3.29	17.12 4.94	19.23 2.95	20.14 5.34	22.13 3.70	37.91*** 中 > 日	15.15*** 2, 4>1, 3	n.s.

*p<.05.　**p<.01.　***p<.001
上は平均値，下は標準偏差

(3)　過剰適応とストレス対処行動との関連

過剰適応とストレス対処行動との関連を検討するために，ストレス反応の3因子「問題解決対処」(α=.78)，「積極的情動的対処」(α=.71)，「仲間によるカタルシス」(α=.67) の日中両国の各クラスタ群の平均値と標準偏差をそれぞれ算出し，2要因分散分析を行った (Table3)。その結果，国・クラスタ群の交互作用について，「積極的情動的対処」(f(3,626)=5.10，p<.01) のみみられた。単純主効果の検定を行った結果，日本において，クラスタ2とクラスタ4がクラスタ1とクラスタ3より有意に得点が高かった。クラスタ1，2，4において，日本が中国より有意に得点が高いことが示された。また，「問題解決対処」と「仲間によるカタルシス」において，国とクラスタ群の主効果がみられた。「問題解決対処」において，中国が日本より有意に得点が高く (f(1,626)=8.89，p<.01)，クラスタ2とクラスタ4がクラスタ1とクラスタ3より有意に得点が高いことが示された (f(3,626)=29.00，p<.001)。「仲間によるカタルシス」において，日本が中国より高い値であり (f(1,626)=6.89，

p<.01)，クラスタ3の得点が最も低く，クラスタ1，クラスタ2とクラスタ3では有意差がみられなかった（f(3,626)=12.31，p<.001)。

(4) 過剰適応とストレス反応との関連

過剰適応とストレス反応との関連を検討するために，ストレス反応の4因子「不機嫌・怒り」(α=.90)，「抑うつ・不安」(α=.87)，「無力感」(α=.77)，「身体症状」(α=.75) の日中両国の各クラスタ群の平均値と標準偏差をそれぞれ算出し，2要因分散分析を行った（Table4)。その結果，国・クラスタ群の交互作用については，「不機嫌・怒り」(f(3,626)=3.42，p<.05) のみみられた。単純主効果の検定を行った結果，クラスタ3において，中国のほうが日本より有意に得点が高く，中国において，クラスタ1とクラスタ3がクラスタ2とクラスタ4より有意に得点が高いことが示された。国の主効果について，「身体症状」以外，いずれの因子では中国の得点が日本よりも有意に高いことが示された。

すべての因子においてクラスタ群の主効果がみられた。「無力感」(f(3,626)=17.93，p<.001) において，クラスタ2とクラスタ4に比べ，クラスタ1とクラスタ3の得点が有意に高かった。「抑うつ・不安」(f(3,626)=32.55，p<.001) において，クラスタ1が最も得点が高く，クラスタ2とクラスタ4が最も得点が低かった。「身体症状」(f(3,626)=14.32，p<.001) において，クラスタ1がクラスタ2とクラスタ4より有意に得点が高く，クラスタ3がクラスタ2より有意に得点が高いことが示された。

Table3　各クラスタの「ストレス対処行動」得点と分散分析の結果

	クラスタ1		クラスタ2		クラスタ3		クラスタ4		主効果		交互作用
	日本 76	中国 79	日本 42	中国 60	日本 167	中国 66	日本 43	中国 101	国 F値	クラスタ F値	F 値
問題解決対処	15.22 3.89	16.19 3.24	16.98 4.35	17.20 3.31	12.91 4.25	14.88 2.94	17.14 3.41	17.80 3.32	8.89** 中>日	29.00*** 2, 4>1, 3	n.s.
積極的情動的対処	18.36 4.76	15.76 3.65	20.50 4.06	16.32 3.37	17.14 5.13	16.64 3.74	20.19 3.72	16.93 3.42	51.86*** 日>中	5.94** 2, 4>3; 4>1	5.10** 日2, 4>日1, 3; 日1, 2, 4>中1, 2, 4
仲間関係によるカタルシス	7.58 2.76	6.67 2.14	7.95 2.46	7.57 2.29	6.37 2.65	6.27 2.14	8.19 2.23	7.38 2.20	6.89** 日>中	12.31*** 1, 2, 4>3	n.s.

*p<.05.　**p<.01.　***p<.001
上は平均値，下は標準偏差

Table4　各クラスタの「ストレス反応」得点と分散分析の結果

	クラスタ1		クラスタ2		クラスタ3		クラスタ4		主効果		交互作用
	日本 76	中国 79	日本 42	中国 60	日本 167	中国 66	日本 43	中国 101	国 F値	クラスタ F値	F 値
不機嫌・怒り	8.90 4.32	10.03 3.27	7.02 4.26	6.90 2.95	7.70 4.04	10.29 3.53	7.40 3.87	8.00 3.40	10.41** 中>日	11.88*** 1, 3>2, 4	3.42* 中3> 日3; 中1, 3> 中2, 4
抑うつ・不安	8.90 4.10	10.66 3.47	5.60 2.65	6.27 2.35	6.59 3.33	9.38 3.34	5.79 2.51	7.97 3.35	42.10*** 中>日	32.55*** 1>3>2, 4	n.s.
無力感	9.16 3.30	9.84 2.84	6.79 2.89	6.75 2.92	8.29 3.45	9.33 3.01	7.58 3.10	8.05 2.87	3.97* 中>日	17.93** 1, 3>2, 4	n.s.
身体症状	9.20 3.53	9.33 3.22	7.24 3.33	6.25 2.18	8.35 3.39	8.71 2.99	7.61 2.88	7.98 2.93	n.s.	14.32*** 1>2, 4;3>2	n.s.

*p<.05.　**p<.01.　***p<.001
上は平均値，下は標準偏差

Ⅳ　考　察

本研究の目的は，中学生における過剰適応と心理的ストレスモデルの各要因（ストレッサー，認知的評価，ストレス対処行動およびストレス反応）との関連性を明らかにすることと，日中両国の中学生における過剰適応者のストレス過程に異同を明らかにすることであった。

前者に関して，過剰適応の内的側面が高い群は，内的側面が低い群よりもストレッサーイベント，影響性及びストレス反応が高く，コントロール可能性と問題解決対処行動が低いことが示された。

後者に対して，まず，日中両国を通じての傾向としては，過剰適応傾向がある者が学校生活のいろいろな場面のストレッサーイベントに対して敏感で，物事の影響性を過大に判断し，ストレス反応が出やすく，問題を解決する自信と対処能力が弱い傾向があることが明らかとなった

次に，日本と中国の間の相違点については，両国を比較した結果，日本の中学生のほうが中国の中学生より，「ストレッサーイベント勉強」（Figure6），「仲間によるカタルシス」（Figure16）の得点が高く，クラスタ2において，「影響性」（Figure8）の得点が日本のほうが高く，クラスタ1，2，4において，「積極的情動的対処」（Figure15）の得点が日本のほうが高いことが示された。つまり，日本の中学生が中国の中学生より，全般的に勉強によりストレッサーを感じる傾向がつよく，そして，問題があった時，親友に悩みの話しを聞くことや助言を求めることを対処行動として行う傾向があることが示された。また，日本の過剰適応群が中国の過剰適応群より，積極的に気分転換することができる傾向がみられた。

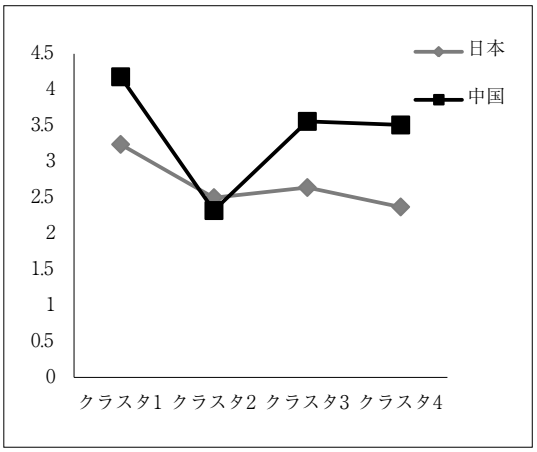


Figure3 「ストレッサーイベント先生」の日中比較

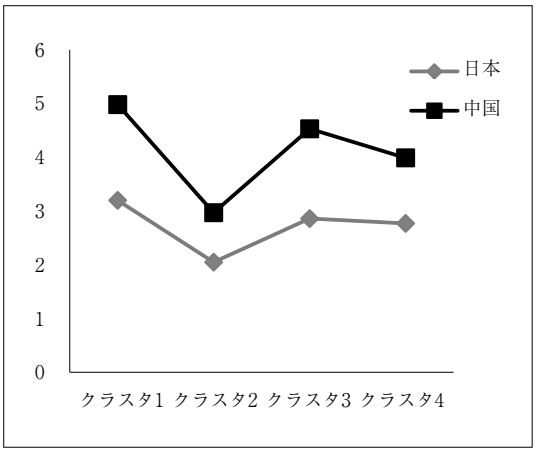


Figure4 「ストレッサーイベント親」の日中比較

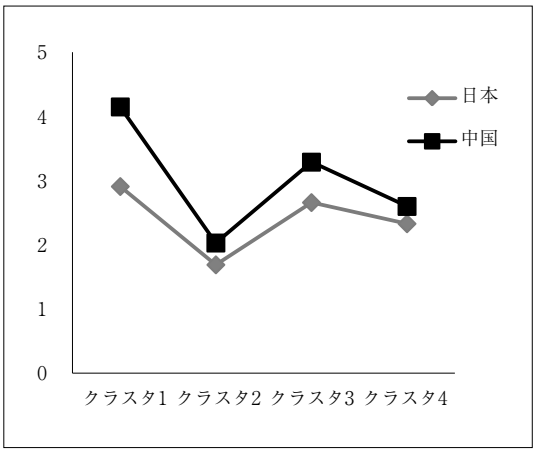


Figure5 「ストレッサーイベント友だち」の日中比較

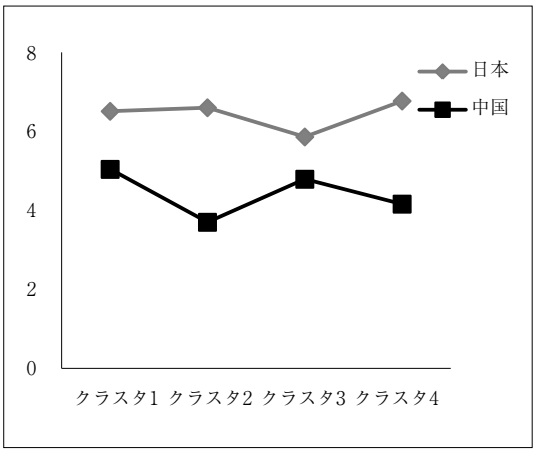


Figure6 「ストレッサーイベント勉強」の日中比較

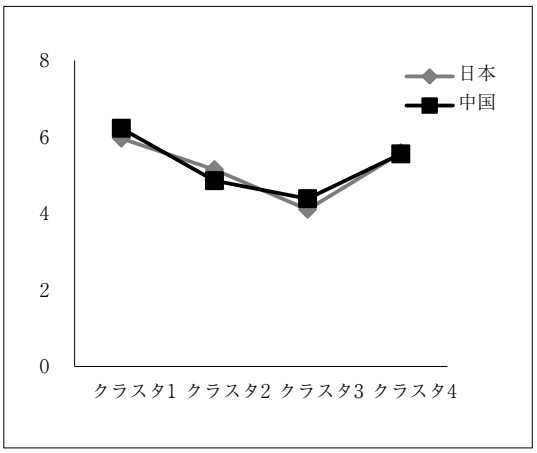


Figure7 「ストレッサーイベント自分」の日中比較

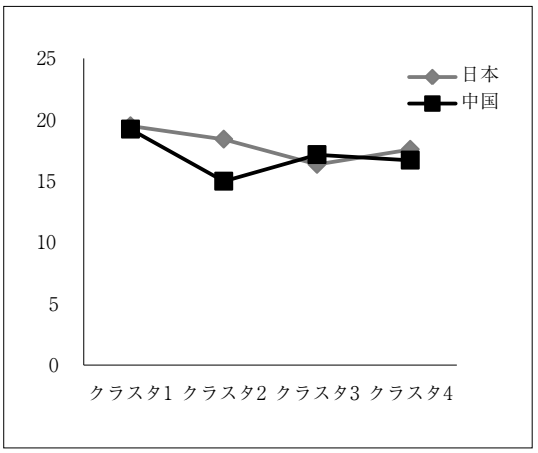


Figure8 「影響性」の日中比較

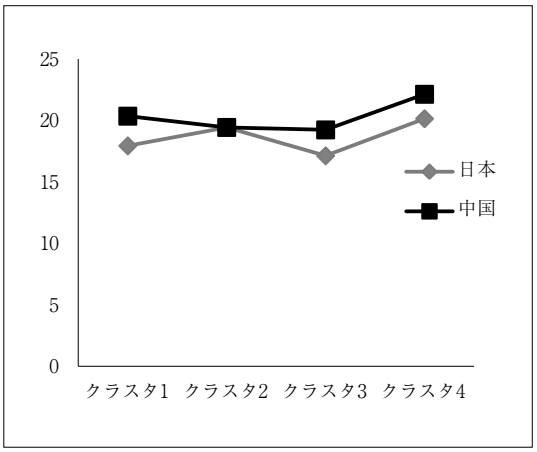


Figure9 「コントロール可能性」の日中比較

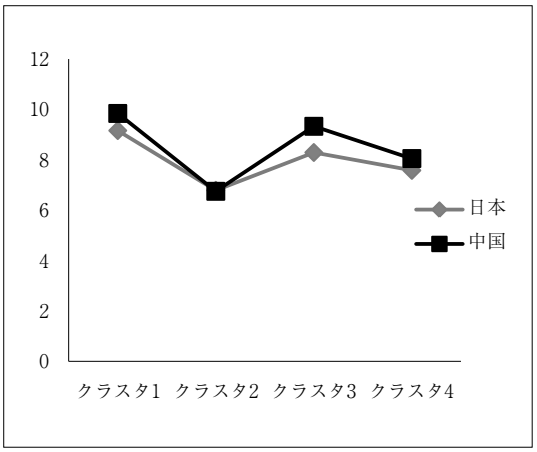


Figure10 「不機嫌・怒り」の日中比較

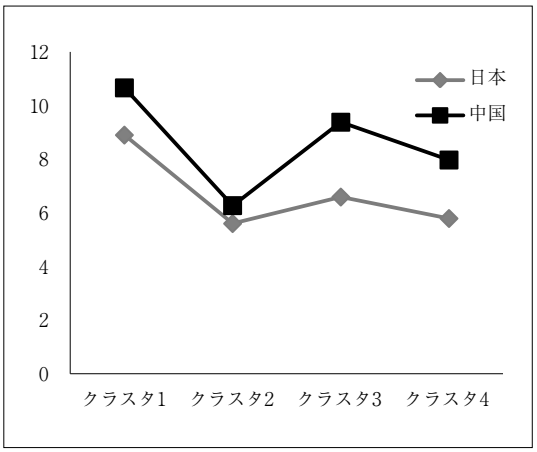


Figure11 「抑うつ・不安」の日中比較

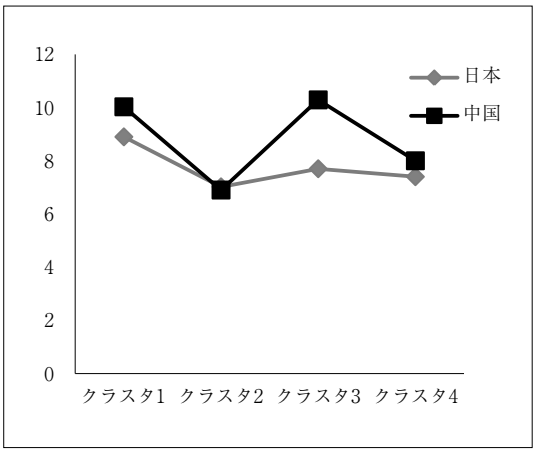


Figure12 「無力感」の日中比較

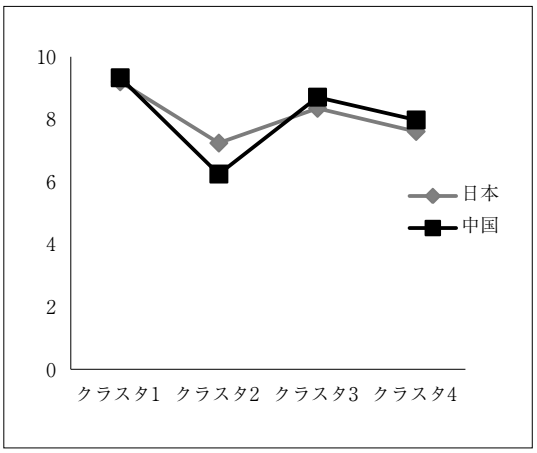


Figure13 「身体症状」の日中比較

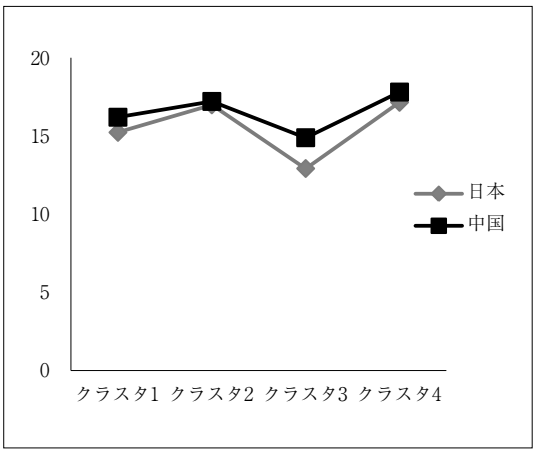


Figure14 「問題解決対処」の日中比較

一方，中国の過剰適応傾向がある中学生が日本の中学生より，「ストレッサーイベント先生」(Figure3)，「ストレッサーイベント親」(Figure4)，「ストレッサーイベント友だち」(Figure5)，「コントロール可能性」(Figure9)，「不機嫌・怒り」(Figure10)，「抑うつ・不安」(Figure11)，「無力感」(Figure12)，「問題解決能力」(Figure14)の得点が高いことが示された。つまり，中国の中学生が学校生活で，先生，親，友だちからのストレッサーを感じやすく，ストレス反応が出やすい傾向があることがわかった。また，日本の中学生に比べ，中国の中学生が問題に対して，コントロールできる自信を持ち，解決行動を行う傾向があることがわかった。

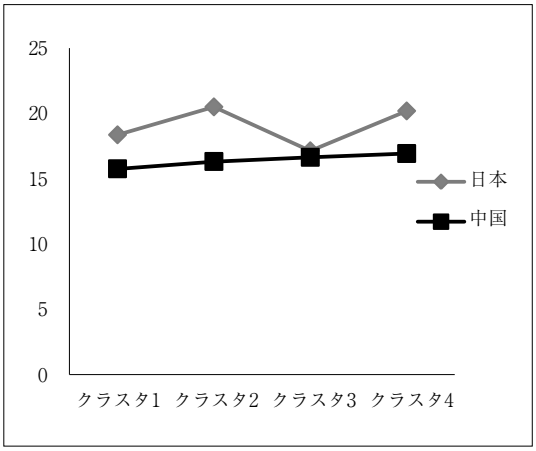


Figure15 「積極的情動的対処」の日中比較

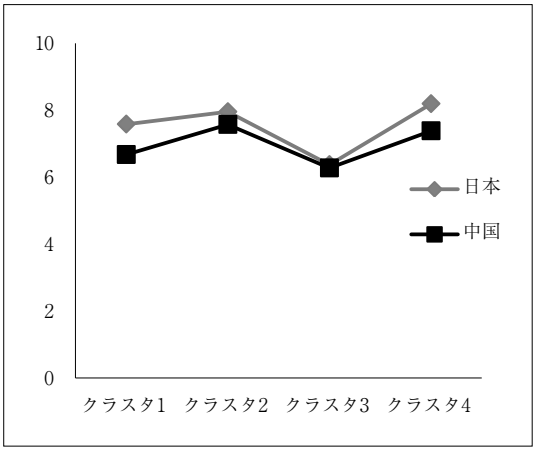


Figure16 「仲間によるカタルシス」の日中比較

古くから教師は尊敬されるべき，礼儀的に接する存在であるという認識は中国の文化の一部として広く受け容れられているため，教師に叱られたり，消極的に評価されたりする経験は，子どもの不安を増強させると考えられる（翟, 2006）。そして，1980年代から正式に実行され始めた「一人っ子」政策などの社会環境から，親の期待も大きく，家庭での過保護，それとともに学業に対する厳しさが子どもに対して大きなプレッシャーであるといえるだろう。また，中国の学校の新学期が9月に始まるという時間的な要素を考慮すると，9月に新入生が入学したばかりで，学級の友人に認められているという感覚はまだもっていないため，友人関係からのストレッサーを受けやすいと考えられる。

ストレス反応に関しては，鉄拳（2013）は中国の中学生のストレス反応について検討しているが，長い間中国国内では子どもの心理状態といった側面に保護者や養育者の意識も乏しく，目を向けてこなかったという現状があり，また，子どもたち自身も心理状態やストレスなどの自身のことについて意識が少ない環境におかれていることを指摘している。したがって，その背景の中で，心に抱えるストレスを蓄積し，情緒面や身体面からストレス反応が出る可能性が高いと考えられる。

また，対処行動について，先行研究では，中国では努力という主体的ストレス軽減行動をとろうとするのに対し，日本は他者の援助を求めるような傾向があると指摘している（金子ら, 2001）。こ

の傾向は本研究と一致していた。しかし，中国では気分転換という積極的情動的なストレス軽減行動をとろうとする傾向があると指摘されてきたが（金子ら，2001；王，2014），本研究では日本のほうが中国より積極的情動的対処を行う傾向があることが示された。このことに関しては，今後より慎重に検討する必要があると考えられる。

過剰適応の特徴について，中国の過剰適応群がほかの群より勉強からのストレッサーを感じやすい傾向があると示された。しかし，日本では有意差が見られず，全般に勉強によるストレスを感じるという特徴が明らかになった。日本の過剰適応群が「内的側面」が低い群より情動的にストレス軽減対処行動を行う傾向が弱いことが示されたが，中国では有意差がみられず，全般に気分転換することが不得意であることが示唆された。

Ⅴ　まとめと今後の課題

本研究では，日本と中国の過剰適応者が学校生活において感じやすいストレスや考え方，物事への対処の仕方などを明らかにするために，過剰適応とストレスモデルの諸要因との関連性を検討し，両国の過剰適応者のストレス過程に異同を指摘した。全体として，過剰適応者が学校生活の様々な場面のストレッサーイベントに対して敏感で，物事の影響性を過大に判断し，ストレス反応が出やすく，問題を解決する自信と対処能力が弱い傾向があることが明らかになった。また，両国の相違点については，日本の過剰適応群が中国の過剰適応群より，勉強によるストレッサーを感じやすく，問題に対して積極的気分転換したり，親友に相談したりすることを行う傾向が強いことが明らかになった。一方，中国の過剰適応群が日本よりも周りの人からのストレッサーを感じやすく，情緒面からストレス反応を出やすい傾向があるが，問題をコントロールできる自信や解決に向けての対処行動を行う傾向が強いことが示唆された。

本研究の課題として，まず，今回の中国での調査対象は一校だけである。現在，広大な中国において経済が不均衡に発展し，東部と西部，農村部と都市部の間に大きい格差が出ている。それに伴って各地の教育にも格差が生まれた。これから，異なる地域の学校で調査を行う必要があると考えられる。

また，本研究では，過剰適応者が常に強いストレッサーを感じ，問題から出てきた刺激を受けやすく対応能力が弱いため，ストレス反応が出やすいことが明らかになった。したがって，周囲の環境に合わせながら本来の自己を適切に主張し，ストレス発散する方法を指導することも不適応行動を防ぐことにつながると考えられる。今後，日中両国の過剰適応傾向の特徴によって，過剰適応への介入に関して検討する必要があるだろう。

【引用文献】

浅井継悟　2011　青年期の過剰適応に関する臨床心理学的研究―研究動向および，家族構造，主観的幸福感との関連について―　東北大学教育学研究科　特定研究論文Ⅰ

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　不登校　日本評論社　25-26.

服部隆志･島田修　2003　中学生における両親サポートとストレッサーに関する研究(Ⅰ)―親サポート尺度･ストレッサー尺度の作成―　川崎医療福祉学会誌　12, 1, 68-76.

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　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.

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.

石津憲一郎･斎藤英俊　2011　大学生版過剰適応尺度作成の試み―自己の諸側面の関連を含めて―　日本カウンセリング学会第44回発表論文集

Kozlowska 2001 Good children presenting with conversion disorder. *Clinical Child Psychology and Psychiatry,* 6, 575-591.

Kozlowska 2003 Good children with conversion disorder: Breaking the silence. *Clinical Child Psychology and Psychiatry,* 8, 73-90.

北村晴朗　1965　適応の心理　誠信書房

金子劭榮･胡　勇　2001　中学生のストレス状況に関する中･日比較　金沢大学教育学部紀要(教育科学編)50, 159-174.

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.

Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984 Stress, appraisal, and coping. NewYork: Springer.

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　星和書店　218-235.

三浦正江　2002　中学生の日常生活における心理的ストレスに関する研究　風間書房

岡安孝弘･高山巌　1999　中学生用メンタルヘルス･チェックリスト(簡易版)の作成　宮崎大学教育学部教育実践研究指導センター研究紀要　6, 73-84.

坂野雄二　1995　認知行動療法　日本評論社

鉄　拳　2013　中国と日本の中学生におけるストレッサーおよびストレス反応に関する比較検討　心理臨床学研究　31(2), 211-222.

馬岡清人･甘利知子･中山恭司　2000　中学生のストレス過程の分析　日本女子大学大学院紀要　6, 85-96.

王　暁　2014　中学生の過剰適応に関する日中比較―ストレスモデルによる検討―　岩手大学教育学研究科　修士論文

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.

翟宇華　2006　中国都市部中学生の学校忌避感を抑制する要因に関する研究　教育心理学研究　54, 233-242.

翟宇華　2008　中学生の学校忌避感および対人関係に関する日中比較研究　教育心理学年報　47, 221.

Relation between Over-adaptation and Stress Model Factors in Junior High School Students:

Japan and China Cross-national Study

Xiao WANG
（Graduate student, Graduate School of Education, Tohoku University）

This study was designed to investigate the relationship between over-adaptation and stress model factors in Japanese and Chinese junior high school students. 328 Japanese junior high school students and 306 Chinese junior high school students completed measures of over-adaptation, stressor events, cognitive appraisals, stress coping and stress responses. As a result, over-adaptive people in Japan and China scored higher on school stressors, the influence of stressors and stress responses, and lower on problem-focused coping than adaptive people. The results also showed that over-adaptive students in Japanese junior high school had high scores on the study stressors, emotion-focused coping and catharsis-focused coping. On the other hand, the results suggest that over-adaptive students in Chinese junior high school had high scores on the interpersonal stressors, stress responses on feelings and problem-focused coping.

Key words：over-adaptation, junior high school students, stress model, comparison of Japan and China