集団における過剰適応の子どもへの支援の在り方とその問題点

井　口　武　俊・河　村　茂　雄

【問題と目的】

近年，青年期の学生において，表面的な友人関係しか築けないために，社会的孤立や怠学，不登校などの不適応の問題が報告されている。岡田（2002）は，現代青年の特徴として，他者とより親密な関係になることを恐れるふれあい恐怖心性を抱えながらも表面的には円滑な対人関係を希求することを明らかにしている。また，葛西・松本（2010）によると，現代の学生において「自己主張」という言葉が否定的に捉えられる傾向があり，自分の意見を抑え，円滑な友人関係を保つことに配慮するあまり，友人関係が表面的で希薄になっていることを指摘している。一方，岡田（2007）は，自己の内面をさらけ出せる，共感的な理解をもたらすような友人関係を築く青年は，病理的な自己愛や境界性人格障害傾向が低く，自尊感情が高いなど適応的であり，社会的側面においても，実際の自分とそうありたいと願う自分との間の差が少なく，自尊感情も高いことが示されている。これらのように青年期においては，表面的な友人関係しか築けないことが昨今の問題として捉えられており，親密な友人関係は適応を高めると考えられる。

坂田・林・岡本・今井・一屋（1965）は適応の基準として，心理的適応（内的適応）と社会的適応（外的適応）の２つを分類し，適応とは外的・内的適応にそれぞれ相当するような二要素が満たされなければならないと指摘している。しかし，外見的には適応的であっても，内面的な適応とは一致していない状態に過剰適応がある。過剰適応とは文字どおり適応のいきすぎた状態であり，うまく適応できない状態を表す不適応とともに，適応の異常として考えられる（宮本，1989）。また，石津・安保（2008）は過剰適応を「行き過ぎた適応」と捉え，「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」と定義した。児童期には社会化の過程（外的適応）が優先し，青年期に入ると，自己意識の高まりと共に自分自身の精神・内界を観察しはじめるため，個性化（内的適応）が重要な課題になるなど，青年期には内的適応の重要性が高まってくることを指摘している（桑山，2003）。以上のことからも，適応においては，内的，外的といった２つの側面から捉える必要がある。

近年，青年期に様々な心の問題を呈する子どもたちには，幼い頃から過剰適応傾向であるといった研究が行われている（山田，2010）。青年期に様々な問題を露呈する子どもたちの多くが，幼少期から「よい子」であり過剰適応的と考えられている（桑山，2003；高田，1999）。大人にとって手がかからない存在である「よい

子」は，大人から無視されがちであるし，忘れられがちになるので，大人が気付いた時には対人関係上の深刻な希薄さや無感動を抱えていることが明らかとなっている（藤原，1988）。石津・安保（2007）は，過剰適応を両親や友人，教師といった他者から期待されている役割・行為に対し，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があることを指摘している。しかし，児童期の過剰適応が学校不適応を予測する可能性は想定されていながらその研究は不足していることが指摘されている（石津・安保，2009）。児童期・青年期前期における過剰適応は，青年期の様々な問題を抱える要因となることが考えられる。

児童期には社会化の過程が優先され（宮川，1977），外的適応に重きが置かれるが，児童期に生活を主とする学級集団への適応が重要であると考える。黒川・古川（2000）は，児童期の学級集団の特徴の１つとして，個人が集団を離脱しにくいことを指摘している。長峯・外山（2016）は，集団にうまく適応できなかった場合であっても，集団に留まり続けなければならないという問題を指摘している。そのため，児童生徒は集団へ適応しようと感情表現を抑制することで，周囲に同調しようとしていることが明らかとなっている（井口・河村，2021）。こういった，学級集団からのプレッシャーを戸川（1956）は，適応の観点から，「ねばならぬことに従うことが適応なのである」と指摘し，集団規範への同調により集団への適応がなされるといった同調圧力への考察をしている。同調圧力とは，周囲の人々が設定する標準ないし期待に添って行動するように作用する圧力のこととされている（青木・星・佐藤，2004）。学級集団へ同調することにより，児童期の社会化が促される要因となっているが，内心の自己意見と，集団意見に同調して呈示した自己意見との間に葛藤が生じ，ストレスフルな状態を招く（坂本，1999）といったネガティブな側面もある。つまり，児童期・青年期前期特有の学級集団への過度な外的適応が求められるあまり，過剰適応を促進している可能性が考えられる。

岡田（1995）は，円滑な友人関係を維持することへの関心が高いと，友人からの評価や視線に対して敏感であることが明らかにしている。児童期の友人関係では，異質なものを排除しようとする力動が働きやすく，関係が切れたり嫌われたりすることを恐れて自分を出さず気を遣う特徴があること（鵜飼，2004）や，集団規範への同調圧力やピア・プレッシャーが仲間集団の形成・維持要因の一つであること（Brown, Clasen, & Eicher, 1986）が指摘されている。過剰適応的な青年は見捨てられ不安（益子，2008）や見捨てられ抑うつ（山田，2010）を抱えていることが示唆されており，周りを取り巻く他者との異質感，他者と親密な関係を築くことへのおそれ，そうした体験をしている自分自身への空虚感といった，対人関係での安心感がないことが明らかになっている（山田，2010）。益子（2008）は，過剰な外的適応行動をとりがちな子どもは，本当は心理的に安定していないが，社会的に適応することによって他者からの承認を獲得するか，または非承認を回避することで，心理的に安定しようとしていることを指摘している。つまり，過剰適応の子どもにとって，友人と親密な関係を築こうとするほど，外的適応行動が助長され強化されていくことが考えられる。

以上の知見から，過剰適応研究は様々な側面から実施され，児童期や青年期前期における早期支援の必要性が求められているものの，支援の難しさやその問題点について整理された論文はみられない。そこで，本研究において，先行研究を整理し学級や集団内において過剰適応の児童期・青年期前期の子どもに対する支援改善のための示唆を与えることを目的とする。

【方法】

本研究では，学術論文雑誌検索サイトJ-STAGEで「過剰適応」「発達」「課題」「支援」をキーワードとした学術論文を，1990年以降から2022年までを中心に，学会誌に収録されている論文，大学紀要等も含めて検索した。181件検索されたが，そのうち，児童期から青年期の発達段階を研究対象としている論文では，130件であった。

その中から，過剰適応の子供への支援の困難さとして「集団から求められる過度な適応行動の問題」「現代的な過剰適応の傾向と発達における移行の問題」「自尊感情の低下による自己抑制の問題」の3つのカテゴリーに分け，整理することとした。

【結果】

(1)「集団から求められる過度な適応行動の問題」

児童・生徒において学級集団が果たす役割は大きく，学級集団内での人間関係は非常に重要であることが指摘されている（狩野・田崎，1990）。特に学級集団においては，集団を統率する教師の影響が大きいことが考えられるが，風間・平石（2018）は，過剰適応の子どもは教師の評価を非常に気にして，教師が求める規範や要請に応えるよう努めるといった他者志向的な行動や，その裏で自分を抑えてしまうような行動といった，教師に対する過剰適応がみられるとしている。学級といった集団規範を遵守するような集団は，個人に一定の適応行動を求めていることが考えられる。

また，過剰適応には几帳面，真面目，頑張り屋というパーソナリティ特徴（小林・古賀・早川・中嶋，1994）に加えて，風間（2019）は，過剰適応傾向高群では時に自分が嫌なことであっても教師の価値観や期待に沿った“いい子”として振舞うという回答や背景要因として内申等の教師からの評価の懸念が理由として多く回答されたことを挙げている。過剰な外的適応行動はその個人の社会適応を支える機能をもっているものの，周囲に適応するために必要以上に自己抑制的に振舞うことで，社会適応を維持すると同時に個人の心理的適応を阻害しうるものとなる（風間，2015）。石津・安保（2008）は，過剰な外的適応行動には学校満足感を促進する効果がある一方，過剰適応している子どもは，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を示唆している。さらに過剰適応傾向が強いと，たとえ心の内に深い問題を抱えていても，そのような面を他者に見せようとしない上に，見せる事が求められる場面を避ける傾向があることも指摘されている（杉原，2001）。つまり，過剰適応な子どもは内的適応が低下しても，集団から求められる適応的な行動を実施しているため，表面的には集団に満足していると判断されてしまうことが考えられる。

藤元・吉良（2014）は，過剰な外的適応行動が，内的適応の低さを表面的に覆い隠し，内的

適応に問題がないように見せる効果を持っていることを示唆している。庄司・林田（2003）は，「よい子」傾向をもつ者のソーシャル・スキルの高さを明らかにしていることから，過剰適応者の社会的適応のよさには，彼らの持つ社会適応能力の高さが考えられる。対人関係においては，「本音を出さない」，「NO と言えない」など自分の意思や感情を過度に抑制する傾向，他者からの評価を気にして他者に過度に合わせる傾向が明らかとなっている（阿子島・伊澤・大河内，2002）。集団の中で本音が出せないといった内的適応の低さは，ソーシャル・スキルを高く発揮するような外的適応行動によって，内的適応の問題を覆い隠してしまっていることが考えられる。

以上（1）の先行研究を検討した結果から，児童期・青年期前期特有の学級といった集団においては，集団の規範に従うような外的適応が求められているが，過剰適応の子どもにおいては，過度に求められた適応行動を行う中で，適応的とみなされ必要な支援が行き届かないことが推察された。学級集団を組織する教員にとって，この過剰適応の子どもの内的適応をいかにキャッチし，支援に繋げることができるかが課題として明らかとなった。

（2）「現代的な過剰適応の傾向と発達における移行の問題」

過剰適応には，タテ関係である両親や教師に対する過剰適応と，ヨコ関係である友人に対する過剰適応とに大別できることが指摘されている（風間・平石，2018）。見田（1995）によると，1960 年代の若者は，タテ関係による制度に縛られた濃密な関係を嫌悪し，一人になれる時間や場所がないことを悩みと感じていたことを指摘している。一方，土井（2018）によれば，2000 年以降から社会の流動化が急激に進み，「無縁化」が不安の原因となっていたことを指摘している。そのため，常に誰かとつながっていなければ不安になり，それができない自分は価値のない人間だと周囲から思われないかと絶えず他者の目を気にし，ヨコ関係の意識が高まっていたことを指摘している。過剰適応を促進する同調圧力について，太田（2021）は，現代のフラットな関係性が重視される社会においては，タテの同調圧力からヨコ方向の同調圧力が増えていることを指摘し，ヨコ方向の同調圧力は，背後に心理的な「正義」を担っているといった確信を持っている者が多く，独善や行き過ぎがあるといった問題を指摘している。つまり，現代の過剰適応には，タテ関係よりもヨコ関係へのつながりを過剰に意識していることが 2000 年以降の大きな変化だと考えられる。

過剰適応には，タテ関係からヨコ関係への移行といった発達の問題についても指摘されている。児童期においては，親は子どもに対して意図や期待に基づいて行動するようにしつけ，子どもも親の価値を内面化し自らを統制するようになるという Maccoby（1984）の指摘が示唆するように，タテ関係が対人関係の主となる。風間・平石（2018）によると，児童期から青年期の移行に伴い，子どもは親や教師を中心としたタテ関係から自立して友人などのヨコ関係へと対人世界を広げていくが，青年期に至っても親が子どもを過度に支配したり，子どもが教師や大人の期待や要求に過剰に応えようとしたりするなどタテの関係に強く縛られる場合，ヨコ関係への移行がうまく達成されないなどの様々

な適応の問題が生じることがあると指摘している。池田（1997）は不登校を理解する視点として「タテ関係からヨコ関係への発達における挫折」と指摘した。青年期前期において両親や教師に対して過剰適応状態にある者は，児童期からタテ関係への過剰に適応を続けてきた者である可能性があり，青年期前期に至り適応の低さを呈すると考えられる（風間・平石，2018）。つまり，過剰適応の改善には，発達段階に即したタテ関係からヨコ関係への発達における移行が重要であると考えられる。

しかし，近年の研究から，ヨコ関係の過剰適応は児童期においてもみられることが明らかとなっている。ヨコ関係の友人関係への過剰適応について，現代のSNS等の普及による問題点が指摘され，土井（2018）は，LINEのようなアプリの浸透により，児童生徒の人間関係は常時接続した状態が維持され，つながり依存と新しいいじめのかたちが生まれつつあると警鐘を鳴らしている。つながり依存に関して高石（2006）は，メールをして返信がないとき，中学生は概ね30分から1時間で不安になるとの調査結果を踏まえ，現代の中学生にとっての友人との付き合いとは，携帯電話などを通して常に身近にいることだと指摘した。保坂（2010）によれば，現代の児童生徒は，発達加速現象によって，自我や認知能力が未成熟かつ準備不足のままに，思春期に伴う身体的・心理的諸課題に直面せねばならないため，友人関係における安心感を強く求めていることを指摘している。それゆえに相互の親密性を強調し，過度に密着した，親密な友人関係を求める行動に至りやすいという（保坂，2010）。若本（2016）は，LINEなどのSNSの登場により，文字通り“常時”友人とつながり続けることが可能になった現代の友人関係では，長時間そして即応的につながっていることが親密であることと同義になっていることを指摘している。つまり，現代のSNS等が浸透している中で，児童期・青年期前期の段階でも，常時親密な関係を続けるつながり依存的な関係や，友人との過度な密着が必要とされるヨコ関係の友人への過剰な適応に陥っていることが考えられる。

以上（2）の先行研究を検討した結果から，過剰適応の発達に即して，タテ関係からヨコ関係への移行が重要であるが，現代の過剰適応にはヨコ関係への強い意識と児童期・青年期前期といった未成熟な段階でもヨコ関係の過剰適応に直面化しているといった問題が推察された。また，タテ関係の過剰適応に比べてヨコ関係の過剰適応は，支援者である教師から見逃される可能性が高く，特に児童期においては過剰適応の問題が見過ごされたまま，青年期に問題が表面化する可能性があると考えられる。

（3）「自尊感情の低下による自己抑制の問題」

過剰適応の子どもは一般に主張性が弱く，自分の感情を外に向かって表現することが少ないといった特徴があげられる。その理由として，勝田（2009）は，円滑な対人関係をつくることができる子どもになってほしいと親から感じている子の方が過剰適応傾向は高く，特に他者に左右されやすい傾向があること，さらに，よい学校や職場に進んでほしいと親から感じている子の方が，周囲に左右されやすく，自分のなさを感じる傾向にあることを指摘している。また，大河原（2012）は，過剰に我慢して自己抑制できる子どもが「よい子」とされると述べ，

同時に，親の期待に応えることで愛されるという道を選択してきた子どもたちは，自身のネガティブ感情をどう抱えればよいのかわからない状態にあると述べている。加えて，本当の「よい子」と将来心配な「よい子」について，本当の「よい子」は学校でどんなにがんばっていたとしても，いやなことがあったときには，家で不機嫌に八つ当たりをしたり泣いたりできるのに対し，将来心配な「よい子」は，たとえ学校でいやなことがあったとしても，家ではいつもと変わらずに明るい顔をしていて，親を困らせるようなことはないという。そういった過剰適応な「よい子」が，他者の要求に応える努力が持続出来なくなった状態をバーンアウト（宗像，1993）として心理的問題を引き起こすことが指摘されている。このように，養育環境の中で，過度に期待や要求に応える形で過剰適応の自己抑制的な特徴が醸成される可能性があり，期待や要求に応えられなくなったことで心理的問題を引き起こす要因となっていると考えられる。

一方で，過剰適応の背景には，「自分に自信がない」「自分らしさがない」といった希薄な自己感覚が存在し（飯島，2002；田熊，2002），外的適応は高いものの，内的適応が低下しているとも考えられている。Deci & Ryan（1995）は，内的適応の指標として頻回に用いられる自尊感情を，他者からの承認を必要とする随伴性自尊感情（Contingent self-esteem）と本当の自尊感情（True self-esteem）に分類している。益子（2009）はDeci & Ryan（1995）に依拠し「随伴性自尊感情」と「本来感」の２つの概念を使用し，過剰な外的適応行動と随伴性自尊感情および本来感の関連を検討した。その結果，過剰な外的適応行動は他者からの承認等によって変動する随伴的自尊感情を高めるものの，自分らしい感覚である本来感は低下させることを横断調査をもとに指摘している。また，風間（2015）は，過剰適応行動によって表面的・一時的な自尊感情は高まるものの，より根源的な本来感といった自尊感情の側面は低下あるいは低い水準で維持されると考えられることを明らかにしている。さらに，個人にとってより根源的な自己評価である本来感の欠如が，過剰な外的適応行動の背景にある自己への不全感の形成・維持に寄与している可能性が考えられると述べている（風間，2015）。こういった，過剰適応の背景に他者評価を必要とする随伴性自尊感情が影響しているため，自分らしさの欠乏した過剰な外的行動を示してしまうことが考えられる。

以上（3）の先行研究を検討した結果から，養育環境の中で，過剰適応の自己抑制的な特徴が醸成されることが考えられ，そのような背景に随伴性自尊感情が影響し，自分らしさの欠乏した過剰な外的行動を示してしまうことが考えられる。過剰な外的行動の結果，期待や要求に応えられなくなり心理的問題を引き起こす要因となる問題が明らかになった。

以上，過剰適応の子供への支援の困難さの問題点をまとめ，次のような課題が明らかとなった。

（1）学級集団において，集団の規範に従うような外的適応が求められ，過剰な外的適応行動を行う中で，必要な支援が行き届かないこと

（2）現代の過剰適応の特徴として，ヨコ関係への強い意識と児童期・青年期前期といっ

た未成熟な段階でのヨコ関係の過剰適応に直面化し，発達に即した移行がなされていないこと

（3）過剰適応の自己抑制的な特徴と随伴性自尊感情から，自分らしさの欠乏した過剰な外的行動を示し続け，結果として期待や要求に応えられなくなり，多くの心理的問題を引き起こしていること

【考察】

結果から，先行研究で示された過剰適応の支援の困難さを克服するための条件を以下に考察する。なお，そのための方策として，（a）安定した集団の中で，共感性を高め他者との内面的なつながりの形成を支援すること，（b）内面を表出し受容される経験から，本来感（本当の自尊感情）を高める支援を行うことの，2つの側面を柱に考察することにする。

（a）「安定した集団の中で，共感性を高め他者との内面的なつながりの形成を支援すること」

先行研究で指摘された問題について，学級内での支援として教師は，児童生徒の内面的なつながりを促進する支援が求められているといえる。その方策として，表面的な関わりだけでなく，内面的な関係を築くことができる共感性の育成が必要であるといえる。友人との関係にはルールや規範に関わる社会的に責任ある態度が重要な意味をもち，一方，教師―児童関係の良好さには，対人的な共感性が重要な役割を持っていることが指摘されている（中谷・遠山・出口，2002）。共感性とは，「他者の経験する感情を見た側に，それと一致した，あるいはそれに対応した感情的反応が起こること」をいい（登張，2003），他人の悲しみについてのあわれみの感情に限定される「同情」とは区別される（Davis, 1994/1999）。上田・高木（2016）は，他者に共感できるか否かについては，人生において重要な役割を担うことを指摘し，発達とともに自己中心的な苦痛の共感から他者志向的な共感が起こるようになるとしている。つまり，児童期や青年期前期の問題が顕在化する前段では，関係性を深める共感性を育成することが必要であると考えられる。そのことで，過度な外的適応行動を抑制することにつながると推察される。

この外的適応行動を抑制するための共感性を高める方策としては，橋本・堀内・森下（1996）は，児童の友人関係における内面開示的な共有の経験が共感性を促進することを示している。また，倉住・村上・西村（2011）の研究においては，学級内で友人や教師から承認されることにより共感性が高まる可能性も示唆されている。そのため，河村（2000）が指摘する児童・生徒同士の親和的・協力的な関係が生まれる親和的な学級の形成が，共感性の向上や過剰な外的適応行動を抑制することに繋がると考える。さらに，親和的な学級に求められているのが，安定した関係性と，活発な相互交流が促進される学級である。河村（2022）によれば，親和的な学級には児童生徒の情緒の安定や意欲を喚起・維持する安定度と，素直で建設的な思考の交流を支える活性度の両立が求められていると指摘している。安定度と活性度が両立している親和的な学級集団には，児童一人一人の存在が尊重され，共通の目的の達成を目指し，相互に積極的にかかわり互いを認め合いながら，緩や

かに結びついている状態であることを明らかにしている。つまり，過剰適応の子どもへの支援として，安定度と活性度が両立している親和的な学級集団の中で，共感性を育む他者から承認される経験が，過剰な外的適応行動を抑制するための支援となり得るのである。

(b)「内面を表出し受容される経験から，本来感を高める支援」

先行研究で指摘された問題について，内的適応を向上させる方策として，本来感を高める支援が求められている。本来感は，伊藤・小玉（2005）によれば，「より安定的で，揺るぎない自己の感覚によりしっかりと基づいている」自尊感情である「本当の自尊感情（True Self-Esteem）」とほぼ同義と考えられている。これは，何らかの優秀さの基準に適ったり，対人的・心内的期待に応えたりすることで得られる他者の評価によって変化しない自尊感情であり，過剰適応の青年の内的適応を測定する指標として，より適切であると考えられている（益子，2013）。長谷川（2009）は，自尊感情がさまざまな適応指標に影響を与えており，自尊感情が高いほど，不安や抑うつが低く，人生における満足度が高く，積極的な他者関係を構築し，人格的な成長を示し，人生における目的意識が強く，学校満足度が高く，学校での孤立傾向が低いということを示した。つまり，過剰適応の子どもへの支援には，適応感を維持しながら学級適応などに関連のある本来感を高める支援で有効であると考える。

益子（2010）は，自分の感情に注意を向け，それを理解しようとする内省傾向が本来感に対して正の影響を持っていることを明らかにし，過剰適応の本来感を向上させるための方策として，内省傾向を高める介入の有効性について指摘している。しかし，その内省がいわゆる「ネガティブな反すう」になってしまうと，自己の否定的な側面に目を向けすぎて抑うつ的になることもありうると指摘している。それに対して，無条件の肯定的配慮は，本来感を形成させる関係性の文脈として指摘されている（Harter, 2002）。折笠・庄司（2010）は，本来感と学級適応の指標である承認感とは中程度の正の相関が示され，学級不適応の指標である侵害行為認知とは中程度の負の相関が示されたことを明らかにしている。つまり，本来感を高める支援として，自己を内省し本来の自分を意識させることと合わせ，他者から本来の自分を受け入れられる経験が本来感を高めることができると考える。

以上の研究結果から，本研究の目的である学級や集団の中においては，過剰適応の子どもに対する早期支援の難しさと問題点，その改善のための示唆を与えることとして，(a) 共感性を高め他者との内面的なつながりの形成を支援すること（b) 安定した集団の中で，内面を表出し受容される経験から，本来感を高める支援の2点が必要であることが明らかとなった。

過剰適応であった児童生徒について，任（2021）は，発達の観点からこれまでの対人関係や過剰適応的な行動や意識に関する個人の評価を検討した結果，子どもの頃にネガティブな影響を与えたが，今現在に社会人にとって役に立つものであり，個人の社会適応を支えるものとしてポジティブな側面が備わっていることを明らかにしている。つまり，ネガティブに作用

していると考えられる過剰適応だが，成人期に入ると過剰な外的適応行動などがポジティブに捉えられている面もあることが明らかとなっている。そのため，児童期青年期の段階で，内的適応を低下させない支援や，外的な適応行動を過剰にさせすぎない支援が適切に実施されれば，過剰適応の子どもの社会適応を促す要因になると考える。今後は，実際の教育現場において，本研究で明らかとなった支援について，効果検証のさらなる研究が望まれる。

引用文献

青木俊明・星光平・佐藤崇（2004）．他者情報提示型の同調圧力の作用下における利害関係者の賛否態度の形成．建設マネジメント研究論文集，*11*，27–34.

阿子島茂美・伊澤正雄・大河内範子（2002）．投影法による過剰適応の測定Ⅱ：中学生用．日本教育心理学会総会発表論文集，*44*，540.

Brown, B. B., Clasen, D. R., & Eicher, S. A. (1986). Perceptions of peer pressure, peer conformity dispositions, and self-reported behavior among adolescents. *Developmental psychology*, *22* (4), 521.

Davis, M. H. (1994). Empathy: A social psychological approach Madison. WI: Brown & Benchmark.

デイヴィス，M. H.　菊池章夫（訳）1999　共感の社会心理学　川島書店

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1995). Human autonomy. *Efficacy, agency, and self-esteem*. Springer, Boston, MA.

土井隆義（2018）．流動化する社会関係，固着化する仲間集団―若者のネット依存をめぐる虚と実―．情報教育ジャーナル，*1*, 15–22.

Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. Administrative science quarterly, *44* (2), 350–383.

Edmondson, A. C., & Lei, Z. (2014). Psychological safety: The history, renaissance, and future of an interpersonal construct. Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav., *1* (1), 23–43.

藤元慎太郎・吉良安之（2014）．青年期における過剰適応と自尊感情の研究．九州大学心理学研究，*15*，19–28.

藤原勝紀（1988）．よい子の過適応（これからの学校精神衛生〈特集〉）．教育と医学，*36* (4)，377–383.

長谷川孝治（2009）．自尊心，本来感，自己価値の随伴性が適応に及ぼす影響．日本社会心理学会，第 50 回大会・日本グループ・ダイナミックス学会第 56 回大会合同大会発表論文集，532–533.

橋本巌・堀内美佳・森下典明（1996）．児童の共感性と友人関係における共有経験との関連．愛媛大学教育学部紀要，*42* (2)，61–78.

Harter, S. (2002). Authenticity. In C. R. Snyder & L. J. Shane (Eds.), Handbook of positive psychology. London: Oxford University Press, 366–381.

保坂亨（2010）．いま，思春期を問い直す―グレーゾーンに立つこどもたち．東京出版会

井口武俊・河村茂雄（2021）．学級における同調圧力がもたらす否定的側面とその改善を検討した先行研究の展望．早稲田大学大学院教育学研究科紀要 別冊，*28*，173–181.

飯島みどり（2002）．事例研究 3 つの事例に見る適応のあり方―「偽りの自己」としての見方から．学生相談研究，*23* (1)，21–32.

池田豊應（1997）．不登校とは―その人間学的理解と治療論的方向づけ―．大日本図書

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適応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.

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* (4)，442–453.

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* (1)，74–85.

伊藤正哉・小玉正博（2006）．自分らしくある感覚（本来感）に関わる日常生活習慣・活動と対人関

係性の検討．健康心理学研究，*19*（2），36–43.
狩野素朗・田崎敏昭（1990）．学級集団理解の社会心理学．ナカニシヤ出版
葛西真記子・松本麻里（2010）．青年期の友人関係における同調行動―同調行動尺度の作成―．鳴門教育大学研究紀要，*25*，189–203.
勝田萌（2009）．PF015 青年の認知する親の期待・養育態度と過剰適応の関連．日本教育心理学会総会発表論文集，*51*，528.
河村茂雄（2000）．QU 学級生活満足度尺度による学級経営コンサルテーション・ガイド．図書文化社
河村茂雄（2022）．開かれた協働と学びが加速する教室．図書文化社
風間惇希（2015）．大学生における過剰適応と抑うつの関連―自他の認識を背景要因とした新たな過剰適応の構造を仮定して―．青年心理学研究，*27*（1），23–38．unlocked
風間惇希（2019）．「過剰適応」の視点からみる青年の姿―今野氏・石川氏のコメントに対するリプライ―．青年心理学研究，*31*（1），63–68.
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―関係特定性過剰適応尺度（OAS-RS）の開発を通して―．青年心理学研究，*30*（1），1–23.
倉住友恵・村上達也・西村多久磨（2011）．小中学生における共感的感情反応と学校生活満足度との関連．筑波大学心理学研究，*42*，59–68.
黒川光流・古川久敬（2000）．学級集団における対人葛藤に関する研究の概括と展望．九州大学心理学研究，*1*，51–66.
桑山久仁子（2003）．外界への過剰適応に関する考察―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.
小林豊生・古賀恵里子・早川滋人・中嶋照夫（1994）．心理テストからみた心身症―パーソナリティーと適応様式からみた心身症（心理テストからみた心身症）―．心身医学，*34*（2），105–110.
Maccoby, E. (1984). Middle childhood in the context of the family. In W. A. Collins (Ed.), Development during middle childhood: The years from six to twelve (pp. 184–239). Washington, DC: National Research Council.
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*，151–160.
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およぼす影響．学校メンタルヘルス，*13*（1），19–26.
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―．文学研究論集，*38*，53–72.
見田宗介（1995）．現代日本の感覚と思想．講談社
宮川知彰（1977）．青年の独立への欲求と親の役割．青年心理，*2*，29–37
宮本忠雄（1989）．過剰適応．青年心理
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
長峯聖人・外山美樹（2016）．学級集団内における好ましくない人物に対する感情の検討：黒い羊効果の観点から．筑波大学心理学研究，*52*，25–34.
中谷素之・遠山孝司・出口拓彦（2002）．社会的責任目標と理科学習への興味・関心と動機づけ，認知的共感性，および学級適応との関連―学年差に注目した検討―．名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 心理発達科学，*49*，277–287.
岡田努（1995）．現代大学生の友人関係と自己像・友人像に関する考察．教育心理学研究，*43*（4），354–363.
岡田努（2002）．現代大学生の「ふれ合い恐怖的心性」と友人関係の関連についての考察：性格心理学研究，*10*（2），69–84.
岡田努（2007）．大学生における友人関係の類型と，適応及び自己の諸側面の発達の関連について．パーソナリティ研究，*15*，135–148.
大河原美以（2012）．将来心配な「よい子」と過剰適応．教育と医学，*60*（7），568–574.
太田肇（2021）．同調圧力の正体．PHP 研究所
折笠国康・庄司一子（2010）．中学生の本来感の検討―学級風土による違いとの関連から―．共生教

育学研究，*4*，13–22.
任玉潔（2021）．大学生における過剰適応の形成要因と形成プロセスの日中比較研究―対人関係に着目して―．中央大学文学研究科博士論文　Retrieved from https://chuo-u.repo.nii.ac.jp/?action=repository_action_common_download&item_id=13555&item_no=1&attribute_id=27&file_no=1（2022 年 9 月 1 日）
坂本剛（1999）．中学生の学級集団における同調行動と適応についての一研究．名古屋大學教育學部紀要 教育心理学科，*46*，205–216.
坂田一・林保・岡本夏木・今井幸太郎・一屋彊（1965）．青年の心理と適応．福村出版
庄司一子・林田和恵（2003）．「いい子」傾向をもつ子どもの self-control と対人関係．教育相談研究，*41*，49–57.
杉原保史（2001）．過剰適応的な青年におけるアイデンティティ発達過程への理解と援助について．心理臨床学研究，*19*（3），266–277.
田熊友紀子（2002）．離人症状をもつ青年期女性の心理療法過程―夢や語りに現れる「水」イメージの変容．心理臨床学研究，*20*（4），348–359.
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）―（子どもたちの病理）．こころの科学，*87*，72–75.
高石恭子（2006）．ひきこもりと不本意就学の学生相談室利用者に占める比率の変化．甲南大学学生相談室紀要，*13*，15–27.
登張真稲（2003）．青年期の共感性の発達―多次元的視点による検討―．発達心理学研究，*14*（2），136–148.
戸川行男（1956）．適応と欲求．金子書房
上田鼓・高木秀明（2016）．青年期のアタッチメントと共感性及び自我状態との関連．教育デザイン研究，*7*，15–22.
鵜飼啓子（2004）．いま，思春期の友だち関係はどうなっているか児童心理，*58*，1461–1469.
若本純子（2016）．児童生徒の LINE コミュニケーションをめぐるトラブルの実態と関連要因．佐賀大学教育実践研究，*33*，1–16.
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*，175.