

## 過剰適応の日豪比較 : メルボルン大学他との研究 交流から

著者	水澤 慶緒里, 中澤 清
雑誌名	臨床教育心理学研究
号	38
ページ	11-18
発行年	2012-03-25
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10236/10972">http://hdl.handle.net/10236/10972</a>

# 過剰適応の日豪比較

——メルボルン大学他との研究交流から——

水澤慶緒里・中澤 清

抄録：over-adaptation で検索される英語圏の論文は少ない。そのため、海外に過剰適応はなく日本特有のものと考えられてきた。しかし今回オーストラリア訪問を機に、過剰適応と完全主義との相似を検討した。国により該当する用語が異なる可能性と、相互独立的自己観を持つ個人主義の文化圏では他者の視点とは無縁な完全主義に、個よりも他者の意向に沿うことが重要な相互協調的自己観を持つ集団主義の文化圏では過剰適応として表出される可能性が検討された。

キーワード：過剰適応，完全主義，個人主義，集団主義，相互独立的自己観，相互協調的自己観

## I. はじめに

子どもの過剰適応は、いわゆる「よい子」研究を起点に（桑山，2003）、「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」と定義され（石津，2006）、研究も盛んである。一方、これまで実証的研究の対象としては注目されてこなかった大人の過剰適応の、概念の明確化と尺度化を試みている。子どもの過剰適応は、外的適応を高める「他者配慮」、「期待に沿う努力」、「人からよく思われたい欲求」といった他者志向的行動と、内的適応を低める「自己抑制」とその結果生じる「自己不全感」といった、ネガティブな側面からのみ成る（石津・阿保，2008）。しかし例えば柴田（1984）が、同じ精神疾患を発症した患者であっても、過剰適応者は能力については評価されて存在感を感じ、前向きな姿勢で会社に十分適応していたと報告しているように、大人の過剰適応は「自己不全感」（石津，2006）や「偽りの自己」（桑山，2003）といったネガティブな側面のみからとらえるよりも、むしろ自分には出来るに違いないから、やってみようといったポジティブな認識があるために生じる状態と考える点が特徴的である。

他方、過剰適応は日本人社会の一特性（横井・坂野，1998）や、欧米では一般的な概念ではない（石津・安保・大野，2007）というように、日本に特徴的なものと捉えられている。確かに、日本語の過剰適応に相当する over-adaptation をキーワードに、PsycARTICLES, Psychology and Behavioral Sciences Collection, PsycINFO で検出される英語圏の研究は十件程度にとどまる。内容も、刻々と変わる美の基準に過剰に適応することで、摂食障害などに陥る変遷を詳細に記したもののから（Mazur, 1986）、不安障害に至る前の心配性や過剰適応の萌芽に

触れた程度のもので（Angst & Vollrath, 1991）混在している。しかし本当に海外には過剰適応は存在しないのであろうか。over-adaptation では検索されないものの、形を変えて類似した概念で存在する可能性はないのであろうか。あるとしたらなぜ形を変えているのであろうか。

2011年12月6日、関西学院大学大学院生およびメルボルン大学の academic visitor で神戸松蔭女子学院大学の土肥伊都子教授と共に、メルボルン大学 Psychology Clinic を訪問し、上記の疑問に関して、Dr. Carol Anne Hulbert 以下 Postgraduate Clinical Psychology Program に所属する academic staff と postgraduate Masters および Ph.D students 8 名に直接問う機会を得た。

## II. オーストラリアに過剰適応は存在しないのか

試作中の成人期の過剰適応尺度（Over-Adaptation Scale for Adults：以下 OASAS）を英語訳したものの（Table 1）や、OASAS の因子モデル（Figure 1）および下位尺度、OASAS と精神健康調査票（GHQ 30；中川・大坊，1985）の関連、性差、ジェンダー差、社会人と学生の比較などの研究を示し、意見交換を行った。その結果、以下の見解が得られた。

(i) OASAS の項目には、オーストラリア人にも該当するものがある。因子名は異なり、over-adaptation というよりも、perfectionism（完全主義）や competition（競争意識）に近い概念と思われる。設定基準が高く勤勉な Postgraduate Clinical Psychology Program に所属する学生は、多くが該当するであろう。

(ii) 性別等には関係なく、あくまで個人のパーソナリティ、ヒューマニティに起因するものと考えられる。

(iii) 国民性および文化に規定されると思われる。アジア

Table 1 成人期の過剰適応尺度試作版 OASAS (日・英)

<p><b>I 評価懸念</b>                  人からどう思われているか心配だ                  他人の目を気にして、のびのび出来ない                  自分の言動が、周囲の反対にあわないか気になる                  周りの機嫌(きげん)を損ねないように、顔色をうかがう                  仲間外れにならないように、自分を抑えている</p> <p><b>II 課題遂行に関する効力感</b>                  人より自分は、たくさん仕事ができると思う                  人に比べると、要領よく仕事ができる方だと思う                  人より良い仕事ができると思う                  自分は人よりも、きつい仕事ができると思う                  頑張れば大抵の仕事はやり終えることができる</p> <p><b>III 多大な評価希求</b>                  人より高い評価を得ないと気が済まない                  相手から褒めてもらえることをまず考えてしまう                  周りから一目置かれたい                  見下(くだ)されないように、背伸びをしている                  人に気に入られることが何よりも大事だ</p> <p><b>IV 人間関係に関する効力感</b>                  自分は、人付き合いは好きな方だと思う                  自分は、人に好かれていると思う                  自分は、人の和を大事にしている方だと思う                  自分より人付き合いが上手な人が多い (R)                  周りに比べて、人の気持ちを受け止めるのが上手だと思う</p> <p><b>V 援助要請への自重</b>                  暇そうな人がいても、遠慮して手伝って欲しいとは言えない                  相手の迷惑になりそうで、頼み事が出来ない                  他の人の仕事を増やすのは申し訳ないので、何でも自分でする                  人に何かを頼むと、自分の能力のなさがばれてしまう                  人に甘えたら、弱い人間だと思われる</p> <p><b>VI 強固な達成動機</b>                  中途半端な仕上がりに我慢出来ない                  何かを犠牲にしても仕事を優先する                  何でも自分でしないと気が済まない                  仕事をいい加減にすることがある (R)                  いくら大変でも、その日のうちに出来ることはその日のうちに済ます</p>	<p><b>I Concern about other's perception</b>                  I worry about what others think of me.                  I am too worried about what others think of me to be relaxed.                  I worry that others might disagree with what I say or do.                  I am sensitive to others to avoid hurting their feelings.                  I try to be flexible to maintain group harmony.</p> <p><b>II Self-efficacy in performing tasks</b>                  I think I can do more work than others.                  I think I work more efficiently than others.                  I think I work better than others.                  I think I can do harder work than others.                  I can finish most of the work if I try.</p> <p><b>III Need for positive feedback</b>                  I am not satisfied unless I am valued more than others.                  I place a priority on being regarded well by others.                  I want to earn the respect of the people around me.                  I bite off more than I can chew to avoid being looked down on.                  I place a priority on being liked by others.</p> <p><b>IV Perception of relationships with others</b>                  I tend to enjoy associating with others.                  I think I am generally well-liked by others.                  I think I value harmony with others.                  There are many people who are better at getting along with others than I am.                  I think I am better than others at listening and responding to people's feelings.</p> <p><b>V Hesitation in requesting assistance</b>                  I hesitate to ask for help even if the person seems to have the time.                  I do not ask for help because I am afraid of bothering others.                  I am afraid of making more work for others, so I do everything by myself.                  I feel that asking for help shows a lack of ability.                  I am afraid of being considered a weak or incapable if I depend on others for help.</p> <p><b>VI Motivation for achievement</b>                  I cannot stand halfhearted effort or results.                  I place a priority on my job even if it means sacrificing something else.                  I am not satisfied unless I do everything by myself.                  I sometimes do halfhearted work.                  I do as much as I can do each day without regard to the level of difficulty.</p>
--	--

(R) は逆転項目

ア人は仕事を優先するし、オーストラリア人は家族を優先するなど、文化で異なる。そのためマレーシアからの留学生(発言者)には当てはまるものがある一方、オーストラリア人には当てはまらないものもある。

(iv) ストレス反応として不安を伴うことが予想される。  
 (v) 産業分野、特にホワイトカラーに起こる可能性が考えられるが、一般的にも家族や孤立の問題で起こることが考えられる。

そこでここでは上記の見解をもとに、オーストラリアにおける完全主義および文化の違いについて概観する。

### III. オーストラリアにおける perfectionism について

#### 1. perfectionism とは

perfectionism とは一般的には、次のように捉えられている。例えば Webster's Ninth New Collegiate Dictionary (1988) によれば、課題を完璧にしようとして行く、極端(extreme)もしくは過度(excessive)な努力であるし、Webster's II New College Dictionary (1995) では、極端に高い水準を設定し、どんなことにも喜ばない強固な

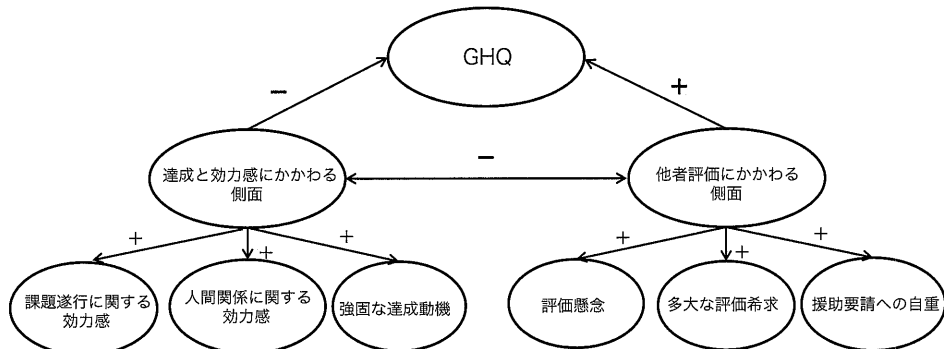


Figure 1 成人期の過剰適応尺度試作版 OASAS の因子モデル

Table 2 Frost's Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS)

1	My parents set very high standards for me.
2	Organization is very important to me.
3	As a child I was punished for doing things less than perfect.
4	If I do not set the highest standards for myself,I am likely to end up second-rate person.
5	My parents never tried to understand my mistakes.
6	It is important to me that I be thoroughly competent in everything I do.
7	I am a neat person.
8	I try to be an organized person.
9	If I fail at work / school,I am a failure as a person.
10	I should be upset If I make a mistake.
11	My parents wanted me to be the best at everything.
12	I set higher goals than most people.
13	If someone does a task better at work / school better than I,then I feel like I failed the whole task.
14	If I fail partly,it is as bad as being a complete failure.
15	Only outstanding performance is good enough in my family.
16	I am very good at focussing my efforts at attaining a goal.
17	Even when I do something very carefully,I often feel that it is not quite right.
18	I hate being less than the best at things.
19	I have extremely high goals.
20	My parents have expected excellence from me.
21	People will probably think less of me if I make a mistake.
22	I never felt like I could meet my parents' expectations.
23	If I do not do as well as people,it means I am an inferior human being.
24	Other people seem to accept lower standards from themselves that I do.
25	If I do not do well all the time,people well not respect me.
26	My parents have always had higher expectations for my future than I have.
27	I try to be a neat person.
28	I usually have doubts about the simple everyday things I do.
29	Neatness is very important to me.
30	I expect higher performance in my daily tasks than most people.
31	I am an organized person.
32	I tend to get behind my work because I repeat things over and over.
33	It takes me a long time to do something "right".
34	The fewer mistakes I make,the more people will like me.
35	I never felt like I could meet my parents' expectations.

傾向と記載されている。また Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fourth Edition (DSM-IV) (1994) では、極端な行動の基準が強調されており、強迫性人格障害の完全主義は課題遂行の妨げになると示されている。これらの過度に高い基準設定を中核概念に、完全主義に関する尺度がいくつか開発されている (Burns, 1980 他)。その中でも、オーストラリアの完全主義に関する研究 (Rosser, Issakidis & Peters, 2003; Craddock, Church & Sands, 2009; D'Souza, Egan & Rees, 2011; Haslam, 2011; Schweitzer & Hamilton, 2002; Pleva & Wade, 2007; Craddock, Church, Harrison & Sands, 2010) で最も多く使用されている、Frost, Marten, Lahart & Rosenblate (1990) による Multidimensional Perfectionism Scale (以下: FMPS) について取り上げる。

## 2. Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) について

FMPS は、もともとは北アメリカで作られたが、その後オーストラリア人のサンプルをもとに、臨床的な有用性等が吟味されてきた (Khawaja & Armstrong, 2005)。perfectionism は、必要以上に高い目標設定と過度に批判的な自己評価と定義され (Frost et al., 1990)、尺度は

(i) Concernover Mistakes (CM: ちょっとしたミスが気に掛かる) (ii) Doubts about Actions (DA: 自分の行動に自信が持てない) (iii) Personal Standards (PS: 高い目標設定) (iv) Parental Expectations (PE: 期待を掛ける両親) (v) Parental Criticism (PC: 批判的な両親) (vi) Organization (ORG: 秩序だっていることを好む) の6次元35項目から成っている (Table 2)。FMPS は短縮版も作られており、Stober (1998) の北アメリカのサンプルによる24項目4次元は、オーストラリアのサンプルでも支持される結果が得られている (Khawaja & Armstrong, 2005)。

Rosser et al. (2003) によれば、CM は完全主義構造の中核で、ミスに対してネガティブに行動する傾向、ミスを致命的な失敗と同一視する傾向、そのミスによって周囲からの尊敬を失うと信じる批判的な自己評価をする傾向である。また DA は、自分の行動の質を懸念する傾向、PC は自分の親が必要以上に批判的だと認識する傾向で、これら3つは社会不安や対人不安、神経症、抑うつと関連することが示されている。そのためこの3次元が、FMPS の不適応的な認知を構成すると考えられている。

完全主義は複合的な個人の特性であるが (Craddock et

al., 2010), FMPS の特徴は、完全主義の適応的な側面(肯定的, 健康的, 健全, 機能的な完全主義の側面)と, 不安や抑うつと関連している不適応的な側面(否定的, 不健康, 神経症, 機能不全的な完全主義の側面)の異なる2側面に着目していることである(Haslam, 2011)。また完全主義は、臨床とパーソナリティの双方から研究されてきた長い歴史があり(Khawaja & Armstrong, 2005), オーストラリアでも, 病的現象と臨床的な処置に影響を及ぼしている(Schweitzer & Hamilton, 2002)。FMPSを使用した研究には, 不安や抑うつとの関連を指摘するもの(D'Souza et al., 2011)が多く, 他にはストレスの増加を予測できるという知見(Schweitzer & Hamilton, 2002)や, 完全主義はさまざまな疾患, 強迫性障害や抑うつ, 摂食障害などの症状を悪化, 維持させるリスクファクターになる(Pleva & Wade, 2007)といった報告がなされている。同様に Schweitzer & Hamilton (2002) が, 摂食障害, 自殺, 先延ばし, 神経症との関連を, また D'Souza et al. (2011) は, 完全主義は直接, 間接に燃え尽き症候群(burnout)に関係するといった知見を述べている。また, Schweitzer & Hamilton (2002) で, 完全主義には性差, 年齢差は認められないことが示される一方で, 若い心理療法者に強い完全主義が認められることを示した研究(D'Souza et al., 2011)がある。

他方完全主義者が苦痛を感じるのは, 課題遂行に対する高い要求水準の設定と, 実際の課題遂行力の落差(discrepancy)のせいであるという理念のもと, FMPS に対して批判的な立場で, アメリカ人のサンプルから作られたのが, Slaney, Rice, Mobley, Trippi & Ashby (2001) による, Almost Perfect Scale-Revised (APS-R) である(Ta-

ble 3)。FMPS では, 完全主義のネガティブ側面とポジティブ側面の2側面を主張しながらも, 実際には CM, DA, PC の3次元がネガティブ側面として明示されているのみで, 尺度全体と関連の低かった ORG は別扱いにすると提唱したり, 不適応指標と顕著な関連が見られない PS を過小評価するなど, 6次元, 両側面の機能が必ずしも明確ではなかった。そこで APS-R では, 特に入念のためにはポジティブな側面に注目することが有益と考え, 適応的側面と名付けたポジティブな側面である Order (秩序遵守) 4項目, High Standards (高い基準設定) 7項目と, 不適応的側面と名付けられたネガティブ側面である Discrepancy (高い基準設定と実際の行動の落差) 12項目の計23項目で構成されている。また Order と Discrepancy との間, High Standards と Discrepancy との間に弱い負の相関がみられ, High Standards と, 適応の指標である自尊感情との間に正の関係, Order および High Standards は, 不安と抑うつと負の相関が見られたことから, これら2つは完全主義のポジティブ側面といえ, 自尊感情と Discrepancy には負の関係が見られたことから, Discrepancy は完全主義のネガティブ側面といえるとしている。

### 3. OASAS と FMPS, APS-R との比較

成人期の過剰適応を測る試作版 OASAS も, 過剰適応のポジティブ面とネガティブ面の2側面から成り立つ(Figure 1)。ポジティブ面である「達成と効力感にかかわる側面」は「課題遂行に関する効力感」, 「人間関係に関する効力感」, 「強固な達成動機」の3下位尺度から成る。ネガティブ面である「他者評価にかかわる側面」は, 「評価懸念」, 「多大な評価希求」, 「援助要請への自重」

Table 3 Almost Perfect Scale-Revised (APS-R)

Discrepancy	1	I often feel frustrated because I can't meet my goals.
	2	My best just never seems to be good enough for me.
	3	I rarely live up to my high standards.
	4	Doing my best never seems to be enough.
	5	I am never satisfied with my accomplishments.
	6	I often worry about not measuring up to my own expectations.
	7	My performance rarely measures up to my standards.
	8	I am not satisfied even when I know I have done my best.
	9	I am seldom able to meet my own high standards for performance.
	10	I am hardly ever satisfied with my performance.
	11	I hardly ever feel that what I've done is good enough.
	12	I often feel disappointment after completing a task because I know I could have done better.
High Standards	13	I have high standards for my performance at work or at school.
	14	If you don't expect much out of yourself you will never succeed.
	15	I have high expectations for myself.
	16	I set very high standards for myself.
	17	I expect the best from myself.
	18	I try to do my best at everything I do.
Order	19	I have a strong need to strive for excellence.
	20	I am an orderly person.
	21	Neatness is important to me.
	22	I think things should be put away in their place.
	23	I like to always be organized and disciplined.

の3下位尺度から成り、両側面の計6下位尺度で構成される。「課題遂行に関する効力感」、「人間関係に関する効力感」、「強固な達成動機」と「評価懸念」「多大な評価希求」「援助要請への自重」の間では相対する因子間相関が得られている。また OASAS の尺度全体と GHQ の全体および尺度間には正の関連が見られ、OASAS の達成と効力感にかかわる側面と GHQ とは負の関連、OASAS の他者評価にかかわる側面と GHQ とは正の関連が見られている。

このように試作版 OASAS と完全主義尺度は共に、相反する2側面から構成されている点が共通している。殊に試作版 OASAS と完全主義尺度の両者に設定されたポジティブな側面は、根底にモチベーションがあるのが類似の特徴である。Schweitzer & Hamilton (2002) によれば、完全主義的属性は人間の発達において至極当然のことで、几帳面さを失わない努力と望ましい達成意欲を伴う好ましい完全主義は多くの人に見られる個人特性である。これは病的でないだけでなく、適応的で、喜びと満足感を引き出すとしている。また完全主義者の中でも、適応的な生活を送る人々の存在も指摘されている (Hamachek, 1978)。同様に試作版 OASAS と完全主義尺度のネガティブ側面の共通点について検討すると、両者共に不適応の指標との間に関連が見られている。

では過剰適応と完全主義の両者を分ける違いは何であろうか。それぞれの項目に着目してみると、FMPS は「自分にとって秩序はとても重要なことである」や「極端に高い目標を自分に課す」、APS-R は「たとえベストを尽くしても自分は決して結果に満足できない」や「何でも全力を尽くす」といった項目で構成されている。どちらも当事者の関心が外ではなく内、すなわち自分自身に向いており、自分がどうであるのかが重要な問題となっている。つまり完全主義とは、他者の存在は必要なく、当事者1人で成立する概念であるといえよう。他方試作版 OASAS の尺度項目は、「人からどう思われているか心配だ」や「人から高い評価を得ないと気が済まない」などで、第三者の存在が必須であるのが特徴的である。すなわち過剰適応は当事者だけでは生起せず、必ず他者の存在があり、他者の目を意識する中で起こる点だが、完全主義と大きく異なると考えられる。ただし FMPS では、「親は私にとても高い目標を課す」や「両親は私に卓越さを期待している」というように、親に限られてはいるものの周囲の存在が加わっている。子どもの過剰適応尺度 (桑山, 2003) には、「親や先生の期待にはできるだけ応えるように努力する」や「親の言いつけはほとんど守っている」という質問項目が用いられており、子どもの過剰適応と比較検討する際に参考になると思われる。

#### IV. 文化差の観点から

では成人の過剰適応と、オーストラリアにおける完全主義の類似点と相違点はどこからくるのであろうか。それについては、2011年12月8日、土肥伊都子教授と共にメルボルン大学元教授で Victorian Transcultural Psychiatry Unit の元 Research and Education Consultant である Dr. Yvonne Stolk と交流する機会に恵まれた。

彼女は“Assessing Mental Health Across Cultures” (Andary, Stolk & Klimidis, 2003) の著者の一人である。内容は、世界中の心理臨床場面で DSM の分類が偏重されているが、文化差を考慮すると該当しない分類があることを多角的に提示するものとなっている。例えば仏教において悲しみ、憂いは人生の中で当たり前なため、非西欧社会では抑うつは特別な病気ではなく、忌み嫌ったり、特段治療をしつたりするネガティブな状態ではないことが示されている (p.57)。また Cheung & Lin (1997) では、中国系ベトナム人の女性につけられた診断名が、中国、ベトナム社会では神経衰弱 (neurasthenia) であるにもかかわらず、北アメリカヨーロッパの基準に沿うと慢性疲労症候群 (chronic fatigue syndrome) となる違いが明らかなにされている。以上のようなことから、1つは過剰適応と完全主義が類似の概念を持ちながらも、国や文化の違いのために異なる用語で示されている可能性が考えられる。

もう1つが、個人主義文化と集団主義文化の違いであろう。Markus & Kitayama (1991) によれば、個人主義的文化の特徴である相互独立的自己観は、主にアメリカ、ヨーロッパを代表する、自己を他者から独立してとらえることに重きを置く自己観である。Andary et al. (2003) の著書の中で“*I*”を重視する individualist cultures (p.32) と同一の概念と言える。また相互協調的自己観は、周りに傾聴して調和することに重きを置き、自己を他者と結びついた一部としてとらえる日本を含むアジアを代表する自己観で、Andary et al. (2003) の著書の、自己主張したり個人の権利を声高に言うよりも調和を大事にする collectivist cultures (p.35) と一致すると思われる。集団主義の文化では、集団内のメンバーから、日々の出来事をお互い共有することへの多大な期待があり (p.36)、関係維持のためには、個人的な関心を飲み込んで周囲に合わせて他者の要望を優先することを身に付ける (Markus & Kitayama, 1991)。また集団主義では従順、服従の文化的期待があり、能力を超えた要求に応えようとすることも指摘されている (Cheung & Lin, 1997)。そのため集団主義の文化圏で生きるのには、個よりも他者の意向に沿うことが肝要で、他者評価が大きく影響する過剰適応が生じやすい。一方集団主義の国において過剰適応の概念で表されるものが、オーストラリ

アを含む相互独立的自己観を持つ文化圏では、他者の視点とは無縁な一個人の完全主義で体現されることは十分考えられることである。

## V. まとめと展望

オーストラリアを含めた諸外国において、over-adaptation をキーワードにした研究は少ない。しかし Angoff (1988) が、違う名前の付いたテストは違う特性を測ると思い込む錯誤 (jangle fallacy) と示しているように、海外では perfectionism が過剰適応と類似した概念を表す可能性を検討した。これまで存在しないといわれてきた海外での過剰適応の実在性に迫れたのは大きな収穫であった。またオーストラリアという国自体が非常に興味深い国である。今回対応して下さった方々はほぼ全員英語を母国語とする人々であったが、例えばビクトリア州の Maribyrnong Council, Hobsons Bay Council, Wyndam Council の3自治体を合わせたエリアでは、英語を母国語とする人口は67%にとどまり、残り26% (不明7%) は非英語を母国語とする (Victorian Transcultural Psychiatry Unit, 2011)。そのため今回この機関を訪ねても、必ず非英語民を考慮した討議内容であった。その意味ではオーストラリアは1つの国の中に、個人主義と集団主義の文化が併存すると考えられる。ドイツでは、移民を対象としたドイツ語の過剰適応研究があり (Pintér, 1978)、オーストラリア国内でも過剰適応の尺度そのものが有効な集団や地域が存在する可能性も考えられる。

またオーストラリアは精神疾患の罹患率が高く、この度訪れたビクトリア州では、5人に1人が不安や抑うつなどの一般的な精神疾患である。そのうち70%が若者で、女性の24.5%、男性の15%が罹患していると報告されている (Victorian Public Health and Wellbeing Plan 2011-2015)。完全主義も抑うつや自殺との関連が指摘されており (Khawaja & Armstrong, 2005)、見過ごせない。完全主義を止めることへの教育効果 (D'Souza et al., 2011) や、カウンセリングへの影響の大きさ (Slaney et al., 2001; Pleva & Wade, 2007) も指摘されており、今後諸外国を含めた過剰適応の研究を進める上で、重要な知見を得ることが出来た。

過剰適応に隣接した概念には、他にバーンアウトも考えられる。これはいわゆる燃え尽き症候群といわれるもので、過度で持続的なストレスに対処できなくなった時に表出される心身の症状である (久保・田尾, 1991)。Maslach & Jackson (1981, p.99) によれば、「対人関係職に就く個人に度々起きる、情緒的消耗感と皮肉な態度の症候群」で、「情緒的消耗感」、「脱人格化」、「個人的達成感」(逆転項目)の3因子構造の Maslach's Burnout Inventory (以下: MBI) で主に測定されている。試作版成人期の過剰適応尺度項目における「中途半端な仕上がり

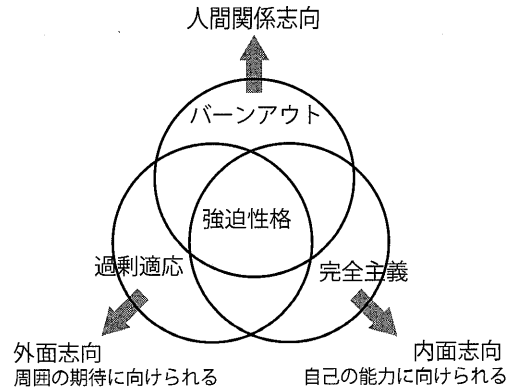


Figure 2 過剰適応、完全主義、バーンアウトの共通性格モデル

では我慢出来ない]や「何でも自分でしないと気が済まない」、FMPSの「Organization is very important to me.」、APS-Rのや「I am an orderly person.」、MBIの「I feel I'm working too hard on my job.」といった項目には強迫性格が共通すると考えられる。この強迫性格が外面志向されると過剰適応に、内面に向かうと完全主義に、人間関係に向かうとバーンアウトを呈するという関係を想定したモデル (Figure 2) の作成および尺度の精選を行っており、今後検証する。

最後に、実りある研究交流に感謝したい。

## 謝 辞

- 1) 関西学院大学大学院文学研究科組織的な大学院教育改革推進プログラム「国際化社会に貢献する心理科学実践家の養成」の一環として2011年12月2日~9日メルボルン大学他・関西学院大学研究交流に参加した。
- 2) Harvey Tuck先生, Carol Anne Hulbert先生, Walthers Rose先生, Yvonne Stolk先生および Victorian Transcultural Psychiatry Unit, University of Melbourne Psychology Clinic, Bulleen Heights Schoolでお世話になった方々, 麻衣子 O'Reillyさん, メルボルン大学の嘉志摩佳久先生, メルボルン大学 academic visitorで神戸松蔭女子学院大学の土肥伊都子先生および大江佐知子さん他研究交流参加メンバーに厚く感謝申し上げます。

## 引用文献

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)*. Washington D. C.: American Psychiatric Association. (アメリカ精神医学会 高橋三郎・大野裕・染谷俊幸 (訳) (1996). DSM-IV 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院)

- Andary, L., Stolk, Y., & Klimidis, S. (2003). *Assessing Mental Health Across Cultures*. QLD: Australian Academic Press Pty.
- Angoff, W. H. (1988). Validity: An evolving concept. In Wainer, H., & Braun, H. I. (Ed.), *Test validity*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. pp.19-32.
- Angst, J., & Vollrath, M. (1991). The natural history of anxiety disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, **84**, 446-452.
- Burns, D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, **November**, 34-52.
- Cheung, F., & Lin, K. M. (1997). Neurasthenia, depression and somatoform disorder in a Chinese-Vietnamese woman migrant. *Culture, Medicine and Psychiatry*, **21**, 247-258.
- Craddock, A. E., Church W., Harrison, F., & Sands, A. (2010). Family of origin qualities as predictors of religious dysfunctional perfectionism. *Journal of Psychology and Theology*, **38**, 205-214.
- Craddock, A. E., Church, W., & Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of perfectionism. *Australian Journal of Psychology*, **61**, 136-144.
- D'Souza, F., Egan, S. J., & Rees, C. S. (2011). The relationship between perfectionism, stress and burnout in clinical psychologists. *Behaviour Change*, **28**, 17-28.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, **14**, 449-468.
- Gould, D., Udry, E., Tuffey, S., & Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, **10**, 322-340.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *A Journal of Human Behavior*, **15**, 27-33.
- Haslam, N. (2011). The return of the anal character. *Review of General Psychology*, **15**, 351-360.
- 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 (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・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.
- Khawaja, N. G., & Armstrong, K. A. (2005). Factor structure and psychometric properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale: Developing shorter versions using an Australian sample. *Australian Journal of Psychology*, **57**, 129-138.
- 久保真人・田尾雅夫 (1991). パーンアウト-概念と症状, 因果関係について-. 心理学評論, **34**, 412-431.
- 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がかりにして-. 京都大学大学院教育学研究科紀要, **49**, 481-493.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, **98**, 224-253.
- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, **2**, 99-113.
- Mazur, A. (1986). U. S. Trends in feminine beauty and overadaptation. *The Journal of Sex Research*, **22**, 281-303.
- Mitchelson, J. K., & Burns, L. R. (1998). Career mothers and perfectionism: Stress at work and at home. *Personality and Individual Differences*, **25**, 477-485.
- 中川泰彬・大坊郁夫 (1985). 日本版 GHQ 精神健康調査票 日本文化科学社.
- Pintér, E. (1978). Immigrant status and psychic disturbances. *Schweizer Archiv für Neurologie, Neurochirurgie und Psychiatrie*, **122**, 75-82.
- Pleva, J., & Wade, T. D. (2007). Guided self-help versus pure self-help for perfectionism: A randomised controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, **45**, 849-861.
- Rosser, S., Issakidis, C., & Peters, L. (2003). Perfectionism and social phobia: Relationship between the constructs and impact on cognitive behavior therapy. *Cognitive Therapy and Research*, **27**, 143-151.
- Schweitzer, R. D., & Hamilton, T. K. (2002). Perfectionism and mental health in Australian university students: Is there a relationship?. *Journal of College Student Development*, **43**, 684-695.
- 柴田出 (1984). 未成熟が生む自己埋没 会社人間の過剰適応症候群. 科学朝日, **44**, 11-15.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, **34**, 130-145.
- Stober, J. (1998). The Frost Multidimensional Perfection-



- ism Scale revisited: More perfect with four (instead of six) dimensions. *Personality and Individual Differences*, **24**, 481–491.
- Victorian Public Health and Wellbeing Plan 2011–2015. State Government Victoria.
- Victorian Transcultural Psychiatry Unit (2011). *Cultural responsiveness in specialist mental health services: Service development as a component of a capacity building project*. Melbourne: Victorian Transcultural Psychiatry Unit.
- Webster's Ninth New Collegiate Dictionary (1988). Springfield, MA: Merriam-Webster.
- Webster's II New College Dictionary (1995). Boston, MA: Houghton Mifflin.
- 横井美環・坂野雄二 (1998). 過剰適応と不合理な信念, 対処スタイルおよび心理的ストレス反応との関連について. *ヒューマンサイエンスリサーチ*, **7**, 203–215.