

# 高校生の学校生活におけるこだわりが 学校への適応感に及ぼす影響

廣崎 陽\*・瀬戸美奈子\*\*

The influence of adherence of high school students on school adjustment

Akira HIROZAKI and Minako SETO

## 要 旨

本研究は、高校生がもつ「こだわり」を学校心理学における心理教育的援助サービスの焦点である「学習面」「心理・社会面」「進路面」「健康面」の4つの領域で測定するための尺度を作成し、学校への適応感との関連と影響を明らかにするものである。研究Ⅰでは、私立高校2年生1クラス33名に対し、こだわっていることを自由記述で質問紙への回答を求め、KJ法により分析を行った。結果をもとに「高校生の学校生活におけるこだわり尺度」を構成し、国公立大学生300名に対し回想法にて質問紙調査への回答を求めた。因子分析の結果「全般的なこだわり」では「学習」「成績・結果」「趣味」「課外活動」「生活リズム」「容姿」、「対人関係へのこだわり」では「友人関係」「恋愛関係」「自力解決」の計9つの下位尺度が特定され、それぞれ十分な信頼性を示した。研究Ⅱでは作成した尺度を用い学校への適応感との相関分析、重回帰分析を行った。結果、学校への適応感に対し、「学習」「趣味」「課外活動」「生活リズム」が有意に正の影響を及ぼし、「対人関係へのこだわり」全般と「成績・結果」が有意に負の影響を及ぼすことが認められた。

キーワード：こだわり、学校心理学、学校への適応感

## I. 問題と目的

現在、全国高等学校不登校者数は平成16年の67,500人をピークに少し減少したものの、55,000人辺りで増減を繰り返している(文部科学省、2013)。登校渋りや別室登校を含めると、何らかの不応に陥っている生徒数はその数倍に上ると考えられる。不登校の原因として文部科学省(2013)は、上位5つに無気力、不安など情緒的混乱、あそび・非行、いじめを除く友人関係をめぐる問題、学業の不振を挙げている。前者3つは、渡辺(2011)が不登校を神経症型、分離不安型、無気力・未熟型、怠学・非行型、二次障害型の5つに分類しているように、不登校のタイプであり、後者2つは不登校のきっかけであると考えられる。しかし、生徒の中には学業不振や友人関係の問題を抱えていても不応に陥らず元気に登校している者も少な

からずいるのである。また一方で客観的には適応的に見えるが、心理的不応に陥っていることが懸念されるいわゆる「よい子」の存在は、丹波・竹葉(1996)が教師は仲間への適応とはほとんど無関係に勉強のできる子どもを学校適応が良いと認知していると述べているように、見た目が適応的であるがゆえ内在する問題を見逃されがちであり軽視できない。それらをいかに早期発見、援助をすることができるかが不応に陥らせないことにつながると考えられる。

同じきっかけをもちながらも適応、不応を左右する要因として、生徒各々が大事にしている信念が考えられる。学業が大事だと考える生徒もいれば、対人関係を大事にしている生徒もいる。校則は必ず守らなければならないと思っている生徒もいれば、趣味を第一に考える生徒もいる。これらはそれぞれの生き方を支えている信念であり、「こだわり」と呼べる。それぞ

\* 三重大学大学院教育学研究科

\*\* 三重大学教育学部

れが「こだわり」をもって行動し、それを貫くことで満足感を得たり自己効力感を保っている反面、「こだわり」をもつがゆえそれが遂行されないとき自尊心がもてなくなり不適応に陥ってしまうことすらあり得る。生徒のやる気を引き出し、保持していくため、生徒が何に「こだわり」を持って生活しているかを理解することは教師が生活指導を行う上での一助となるだろう。本研究では「こだわり」を 荒井 (2002) と宮野 (2010) を参考に「①それぞれが意識・無意識問わず重要だと思い価値を置いている、②自己効力感に影響を与える特定の行為を支えている、③正しいと思ひ込み、なかなか払拭できない信念」と定義し、生徒が抱いている学業や対人関係、趣味など学校生活における「こだわり」を包括的に捉えた「高校生の学校生活におけるこだわり尺度」を作成し、適応への影響を明らかにすることを目的とする。

「こだわり」を扱った先行研究に関しては、近い概念として不合理な信念や過剰適応、完全主義の観点からこれまで研究されてきた。

「不合理な信念」の研究においては、佐藤 (2005) が不合理な信念を「さまざまな出来事を“絶対に～でなければならない”、“～であるのが当然だ”といった教条主義的・絶対論的に捉えてしまう非論理的な認知スタイル」と定義し、「自己効力感、不合理な信念→大学生活不安 (技能不安、批判不安)」の因果モデルを検討した結果、「自己効力感」と「不合理な信念」は負の相関があり、不合理な信念が強い者は、大学生活における批判にまつわる不安が高いということを明らかにしている。また、森田 (2007) は、イラショナル・ビリーフを『「ねばならない」、「べきである」という must、should、ought で代表される要求・命令・絶対的な考え方』と定義し、教師のイラショナル・ビリーフとバーンアウトの関連を調べた。結果、ビリーフの中でも教師の責任や役割意識に起因する「教師信念」の不合理性が高いと、バーンアウトの中心的症状である「情緒的消耗感」や「脱人格化」を引き起こすことを明らかにした。

「過剰適応」の研究においては、益子 (2009) は、過剰適応を「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」と定義し、高校生の過剰適応行動と、抑うつ、強迫、対人恐怖心性、不登校傾向との関連を検討した結果、過剰適応傾向の高い者は精神的健康において問題を抱えている可能性があり、抑うつと対人恐怖につながりやすいことを明らかにした。一方で、過剰適応的な行動をとっていても、「自己不全感」が高くなければ比較的健康に過ごせる可能性も示唆している。また、石津・安保 (2008) 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応える努力を行うこと」と定義し、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を検討した結果、過剰適応の性格特徴から構成される「内的側面」は学校適応感を下げ一方でストレス反応を低減させ、適応方略から構成される「外的側面」は学校適応感を支える一方で、ストレス反応を増加させることを明らかにした。

完全主義の研究では、大谷・桜井 (1995) が、「過度に完全性を求めること」と定義し、大学生を対象に完全主義・ストレッサー・抑うつ傾向および絶望感との関係を調査した。結果、他者から完全性を求められる「社会規定的完全主義」は抑うつと関連することを見出したが、自己に完全性を求める「自己志向的完全主義」は、その傾向が強いほど絶望感を低減させることを明らかにした。桜井・大谷 (1997) は、自己志向的完全主義には、心身の不健康さと関連する側面とそうでない側面が存在すると考え、新完全主義尺度 (MSPS) を作成し、大学生を対象に自己に求める完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係を調査したところ、「失敗を過度に気にする傾向」や「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向」が高いほど抑うつや絶望感に陥りやすいことと、「自分に高い目標を課する傾向」が高いほど抑うつや絶望感に陥りにくいという健康的側面を見出した。

以上先行研究を概観すると、「こだわり」にはプラスの側面とマイナスの側面の両面が存在していると推察される。しかし、これらの研究は「こだわり」の一部を扱ったに過ぎず、管見によると「こだわり」について包括的に扱った研究は見られない。また、高校生を対象とした研究が少なく、病理との関連を扱ったものが多い。よって本研究では、筆者がこれまで主に関わってきた高校生を対象に、学校生活におけるこだわりを包括的に捉えた尺度を作成し、学校適応感への影響を検討することを目的とする。また石隈 (1999) が「指導サービスや援助サービスは、学習面、心理・社会面、進路面、および健康面からとらえることができる。」それらは「成長しつつある子どもが援助を必要とする「面」であり」、「一つの面での援助が、他の面へも影響する。」と述べているように、学校での支援はこれら4領域において複数にまたがり行われる必要がある。よって、「学習面」「心理・社会面」「進路面」「健康面」をこだわりの4つの枠組みとして捉え、こだわり尺度を構成する。

## II. 研究 I 高校生の学校生活におけるこだわり尺度作成

### 1. 予備調査

#### 1.1 目的

高校生用こだわり尺度を作成するにあたって、高校生が何になぜこだわっているかを調査する。

#### 1.2 方法

高校生のこだわりを幅広く捉えるため、自由記述式質問紙調査を行った。その際、学校心理学における枠組みである「学習面」「心理・社会面」「進路」「健康」(石隈, 1999) を元に、高校生が回答しやすいように、①勉強面、②対人関係、③進路・趣味、④健康・容姿の4領域に名称を変え、⑤その他を加えそれぞれの領域において、こだわっていること、大事にしていること、自分が決めているルールとその理由について回答を求め、KJ法を用いて分析を行った。

#### 1.3 対象

A 県私立 B 高等学校 2 年 1 クラス 33 名 (男子 16 名、女子 17 名)

#### 1.4 調査時期

2013 年 2 月 27 日 6 限目 LHR の時間内の 10 分間で担任教諭の指導の下実施した。

#### 1.5 倫理的配慮

調査の目的、個人情報の守秘の誓約、調査は無記名で実施し回答は任意であること、得られたデータは研究以外の目的で使用しないことを質問紙の表紙に記載した。さらに、質問紙の配布時には、口頭においても同様の説明を行った。以上の点で合意が得られ、協力が可能な者のみから回答を得た。

#### 1.6 結果と考察

質問紙調査によって得た高校生の学校生活におけるこだわりのデータを分析した結果を以下に示す。(Table 1)

Table 1 高校生のこだわり自由記述例

	対 象	記 述 例
学 習	方法	日本史の授業では板書や先生の言ったことを絵にしている 英語の紙辞書を活用し、調べた語にはマーカーで印をつけ付箋を貼るようにしている
	環境	学校で勉強するようにしている テスト 1 週間前になると携帯、iPod をさわらない
	手順	テスト前は苦手教科から取り組み始める 計画を立てて実行するようにする
	量	平日 2 時間、休日 3 時間勉強する 毎日勉強する
対 人 関 係	予防	波風を立てないように気をつけている 友達が傷つくようなことは言わないようにしている
	円滑コミュニケーション	人の話を聴くように意識する 話すときは笑う
	交友範囲	広く浅く時には狭く深く 基本一人でいることが多く、交友とかはあまりない
	マナー	きちんとあいさつ、「ありがとう」を言う 年上の人には敬語を使うようにしている
進 路 ・ 趣 味	特定の趣味	楽器は毎日手にしている 韓国のことを調べる
	憩い	アニメを観る 音楽を聴くこと
	職業	イラストを描くこと 将来は教師
	自立	なるべく考えるようにしている 自分のやりたいことをする
健 康 ・ 容 姿	食事種類	和食を好む 野菜中心の生活。毎日体重を測る
	食事量	食事はたくさん食べる 毎日 3 食食べる
	髪型	髪型も少し気にかけている 週に数回アイロンあてる
	ファッション	派手すぎずダサすぎないように 自分の個性が出る服装をする

「勉強面」におけるこだわりの対象に関しては、「方法」「環境」「手順」「量」に関する記述が得られた。「方法」においては、「日本史の授業では板書や先生の言ったことを絵にしている」等、具体的な勉強方法について、「環境」においては「学校で勉強するようにしている」等、勉強を行う場所について、「手順」においては「テスト前は苦手教科から取り組み始める」といった勉強を行う上での進め方、「量」においては「平日2時間、休日3時間勉強する」といった勉強時間や日数についての記述が見られた。記述内容から、高校生は入試だけでなく将来就く職業についても考える時期であり、勉強に対する義務感をもって、それぞれが勉強方法や勉強場所、時間帯などにこだわりをもって学習していることが窺える。またこだわっている理由から、「いい点数、成績を採りたい」や「入試に必要」など、こだわる対象は違えど、「知識能力の習得」とは異なる「結果」へのこだわりが多いことが推察される。

「対人関係」におけるこだわりの対象に関しては、「予防」「円滑コミュニケーション」「交友範囲」「マナー」に関する記述が得られた。「予防」においては「自分がされて嫌なことや、友人が嫌がることはできるだけしないようにしている。」等、関係が悪くならないようにするため気をつけていること、「円滑コミュニケーション」においては「同じ話（言葉）を絶対にしない」等、コミュニケーションを円滑に進めるための技能、「交友範囲」においては、「できるだけ大人数のグループを作ってしゃべる」等、関わるグループの規模や親密度、「マナー」においては「先生に会えばできるだけあいさつする」等、人と関わる上で気をつけているマナーに関する記述が見られた。記述内容から、友人と関わる際、お互い大変気を遣い合っていることが推測される。高校生において友人関係は学校生活を円滑に送る上で極めて重要であることが示唆された。

「進路・趣味」におけるこだわりの対象に関しては、「特定の趣味」「憩い」「職業」「自立」に関する記述が得られた。「特定の趣味」においては「楽器は毎日手にしている」等、わざわざ時間をつくって能動的に取り組む趣味、「憩い」においては「アニメを観る」等、余暇や息抜き目的に行うこと、「職業」においては「教師」といった職種、「自立」に関しては「自分のやりたいことをする」等、社会的束縛からの解放を意味する記述が見られた。記述内容からは、趣味に関する具体的内容が多かったが、こだわっている理由は憩いであったり娯楽であったりと、高校生も学校生活を営む上で何らかのストレスを抱え、その対処法として趣味を活用していることが窺える。

「健康・容姿」におけるこだわりの対象に関しては、

主に「食事種類」「食分量」「髪型」「ファッション」に関する記述が得られた。「食事種類」においては、「食事は野菜中心、食べ過ぎない」といった料理の種類・系統、「食分量」においては「毎日3食食べる」等、食事の回数や量、「髪型」においては、「髪を毎朝直してくる」等髪型に関すること、「ファッション」においては「自分の個性が出る服装をする」といった服装に関する記述が見られた。記述内容から、男女ともファッションや髪形、食事のことに内容が見て取れるが、その理由から男子はファッションを楽しみとして、また食事を何らかの目的として考えていて、女子は自分の容姿へのコンプレックスとして考えていることが窺える。

回答の結果⑤その他に関しては記述が見られなかった。

## 2. 高校生の学校生活におけるこだわり尺度の作成

### 2.1 目的

高校生を対象に、学校心理学の観点から高校生の学校生活におけるこだわり尺度を作成し、その妥当性、信頼性を検討することを目的とする。

### 2.2 方法

#### 2.2.1 調査対象者

調査は、三重大学に在籍する大学生を対象に実施した。回収したデータから回答不備を除いた300名（男性146名、女性153名、1年生230名、2年生51名、3年生11名、4年生8名）を分析対象とした。

#### 2.2.2 調査期間

調査期間は、2013年7月10日～2013年8月10日に実施した。

#### 2.2.3 調査内容

##### 1) フェイスシート

学年、所属学部、性別、年齢について回答を求めた。

##### 2) 高校生の学校生活におけるこだわり尺度

高校生の学校生活におけるこだわり尺度の原案は予備調査から得たデータと廣崎・瀬戸（2012）の高校生用完全主義尺度を元に作成した。「こだわり」の要素として「自分の気持ちを後回しにして環境からの要求や期待に完全に近い形で従おうとする（内的欲求を無理に抑圧しようとする）」過剰適応、「must, should, ought で表される要求・命令・絶対的な考え

方（非論理的な認知スタイル）」である不合理な信念に加え、それらの中に暗に含まれている「無意味・非合理、根拠なく支配的で持続的な意識内容を追い払うことができないでいる」強迫の3つの観点を考慮し、学校心理学の枠組みである学習面、心理・社会面、進路面、健康面に当てはめ、それぞれの領域に対し18項目ずつ計72項目を設定し尺度を構成した。その際、予備調査同様、包括的な高校生の学校生活におけるこだわりを訊けるよう、学習、対人関係、進路・趣味、健康・容姿における領域を想定し、枠組みを広げた。質問項目は第一筆者と第二筆者を除いて教育心理を専攻する大学院生1名と大学生8名で内容を検討し、高校生の学校生活におけるこだわりに則すよう必要な修正を行った。各項目への評定は、「全くあてはまらない(1)」—「大変よくあてはまる(5)」の5件法で、高校生時代のことについて回想法で回答を求め、得点が高いほど「こだわり」が強いことを示している。

### 2.3 倫理的配慮

調査の目的、個人情報への守秘の誓約、調査は無記名で実施し回答は任意であること、得られたデータは研究以外の目的で使用しないことを質問紙の表紙に記載した。さらに、質問紙の配布時には、口頭においても同様の説明を行った。以上の点で合意が得られ、協力が可能な者のみから回答を得た。

### 2.4 結果

#### 因子分析及び信頼性分析

高校生の学校生活におけるこだわり尺度の因子構造を明らかにするために、因子分析（主因子法・プロマックス回転）を実施した。その際、完全主義の研究で「自己志向的完全主義」の側面と、「社会規定的完全主義」の側面とは別の次元であると示されていることから（Hewitt & Flett, 1991）、自己志向的完全主義に当たる学習、進路・趣味、健康・容姿を「高校生の学校生活における全般的なこだわり」（以下「全般的なこだわり」とする）とし、社会規定的完全主義に当たる対人関係を「高校生の学校生活における対人関係へのこだわり」（以下「対人関係へのこだわり」とする）とし、分けて因子分析を行った。いずれの因子に対しても負荷量が0.39未満である項目及び、複数の因子に重複して0.39以上の負荷量を示した項目、またどの因子にも属さない項目を除外し、項目選定を行った。その結果、固有値1.0以上を示す解釈可能な因子が「全般的なこだわり」尺度で6因子、「対人関係へのこだわり」尺度で3因子抽出された。それぞれの因子に対する負荷量は0.39以上であり、それぞれ「全般的

なこだわり」尺度で6因子32項目（Table 2）、「対人関係へのこだわり」尺度は3因子12項目（Table 3）で構成された。

「全般的なこだわり」尺度に関して、第1因子は、「テストでいい点数をとらないと周りの人からの評価が下がると思う」などの7項目から構成され、テストや成績の結果に執着しているといった内容であるため、「成績・結果（学業）」と命名した（ $\alpha = .79$ ）。第2因子は、「髪型や服装が思い通りいかないと気がすまない」などの5項目から構成され、自分の見た目に対する信念を問う内容であるため、「容姿（健康・容姿）」と命名した（ $\alpha = .81$ ）。第3因子は、「休日だからといってだらだら過ごしてはいけない」などの5項目から構成され、毎日の生活習慣をオン・オフ問わず崩してはいけないといった内容であるため、「生活リズム（健康・容姿）」と命名した（ $\alpha = .75$ ）。第4因子は、「趣味にしていることは極めなければ気がすまない」などの6項目から構成され、趣味や嗜好に対し執着があるといった内容であるため、「趣味（進路・趣味）」と命名した（ $\alpha = .74$ ）。第5因子は、「部活動や習い事をするなら厳しい練習にも耐えなければ意味がない」などの5項目から構成され、部活動、習い事、行事に対する信念を問う内容であるため、「課外活動（健康・容姿）」と命名した（ $\alpha = .75$ ）。第6因子は、「学業に対して妥協してはいけない」などの4項目から構成され、成績など結果ではなく学習そのものへの信念を問う内容であるため、「学習（学業）」と命名した（ $\alpha = .71$ ）。「対人関係へのこだわり」尺度に関して、第1因子は、「友人関係がうまくいかないと自分はダメな人間であると思う」などの7項目から構成され、友人関係に対する信念を問う内容であるため、「友人関係」と命名した（ $\alpha = .84$ ）。第2因子は、「付き合っているならお互い知らないことがあってはダメだ」などの3項目から構成され、恋愛関係に対する信念を問う内容であるため、「恋愛関係」と命名した（ $\alpha = .76$ ）。第3因子は、「困ったことがあっても自分で解決すべきだ」などの3項目から構成され、相手側の受容を求めず、自分で問題を抱え込むといった内容であるため、「自力解決」と命名した（ $\alpha = .60$ ）。

以上の結果より、本研究で作成された高校生の学校生活におけるこだわり尺度は十分な信頼性を備えた有用な尺度であると考えられる。

### 2.5 考察

研究Iの目的は、高校生の学校生活におけるこだわり尺度を作成し、その妥当性、信頼性を検討することであった。尺度の作成では、こだわり尺度の因子構造が明らかになり、「全般的なこだわり」では、「成績・

Table 2 学校生活における全般的なこだわりの因子分析

項 目	因 子						共通性
	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F 6	
第1因子 成績・結果 ( $\alpha = .79$ )							
テストでいい点数を取らないと周りの人からの評価が下がると思う	.71	-.01	-.02	.23	.00	-.03	.48
テストで失敗するなんてあってはならないことだ	.68	.03	-.06	.06	-.05	.14	.54
テストで失敗すると自分はダメな人間であると思う	.64	.02	.05	-.07	.02	-.01	.45
授業中教師に質問されたり、発言を求められたら、正しい答えを言わなければならない	.52	.04	-.03	.02	.14	-.04	.32
有名な大学や企業に入らなければ周りの人からの評価が下がると思う	.50	.14	-.09	.13	.09	-.16	.29
遊んでいるときでも勉強や宿題のことが気になってしかたがない	.45	-.14	.15	.07	-.20	.26	.38
学業において常に周りの人より高い成果を求める	.41	.02	-.19	-.06	.17	.39	.44
第2因子 容姿 ( $\alpha = .81$ )							
髪型や服装が思い通りにいかないのがすまない	.01	.82	-.13	-.13	.11	.05	.66
流行りの服装をしないと周りの人からの評価が下がると思う	.06	.71	-.08	.05	-.04	-.08	.47
周りに(カッコよく、かわいくなど)よく見られるためには妥協したくない	.06	.68	-.01	.04	.05	.63	.56
理想の体型になるにはどんなことでも我慢するべきだ	-.05	.55	.27	.15	-.11	-.01	.48
鏡やガラスなど姿が映るものがあると必ず姿をチェックしてしまう	.08	.48	.05	-.09	-.03	.17	.32
毎日お肌のお手入れは欠かしてはいけない	-.10	.41	.22	.04	-.04	.19	.34
第3因子 生活リズム ( $\alpha = .75$ )							
休日だからといってだらだら過ごしてはいけない	.03	-.14	.84	.01	.04	-.12	.60
休みであっても計画を立てそれにそって行動するべきだ	-.13	.12	.60	-.08	.00	.11	.44
毎日たとえ少しの時間でも体を動かさないと不安になる	-.07	.01	.54	.01	.14	.07	.38
理想の体型になるためには毎日運動(トレーニング、エクササイズなど)しなければならない	-.05	.14	.47	.09	.10	-.01	.35
少しでも生活リズムが狂うと不安になる	.16	-.02	.45	-.02	.05	.01	.30
第4因子 趣味 ( $\alpha = .74$ )							
趣味にしていることは極めなければ気がすまない	.14	.01	.00	.69	.00	-.03	.51
周りに反対されても自分の趣味をやめる気はない	-.12	-.07	-.23	.65	.01	.16	.48
自分の趣味に関して新しい情報が入っていないか気になってしかたがない	.19	.09	.06	.62	-.09	-.23	.40
好きなことをするためには、どんなことでも我慢できる	-.04	-.07	.01	.52	.14	.21	.44
趣味のためにはどれだけお金を使ってもかまわない	-.06	.12	.10	.51	-.14	-.01	.25
自分のやりたいことは何があっても妥協するべきではない	-.07	-.17	.07	.48	.16	.20	.40
第5因子 課外活動 ( $\alpha = .75$ )							
部活動や習い事をするなら厳しい練習に耐えなければ意味がない	-.13	-.03	.09	-.07	.81	.07	.65
部活動や習い事をするなら上達しなければ意味がない	.16	-.07	.05	-.05	.64	-.15	.40
行事(体育祭、文化祭等)や部活などの勝負事において妥協するべきではない	-.05	.12	-.09	.03	.57	.15	.42
部活動や習い事をするならさぼるなんてあってはならないことだ	.05	.04	.13	.11	.49	-.10	.36
部活動に参加しないならその代わりに勉強や他の活動で成果を出さなければならない	.28	.01	.18	-.05	.45	-.07	.41
第6因子 学習 ( $\alpha = .71$ )							
学業に対して妥協してはいけない	.00	-.01	.05	.04	.05	.78	.69
勉強していてわからないことがあればすぐに聞いたり調べたりしないと気がすまない	-.03	.11	-.05	.02	-.07	.62	.36
勉強や宿題をするとき、納得できるまでしようとして人一倍時間がかかる	-.01	.05	.01	-.02	.04	.51	.28
毎日勉強しないと不安になる	.31	-.02	.19	-.02	-.21	.44	.48
固有値	7.26	2.87	2.32	1.90	1.71	1.51	
寄与率	20.34	7.01	5.46	4.08	3.50	2.96	
累積寄与率		27.35	32.81	36.89	40.39	43.35	

因子抽出法：主因子法

回転法：Kaiserの正規化を伴うプロマックス法

結果、「容姿」、「生活リズム」、「趣味」、「課外活動」、「学習」の6因子が特定された。「対人関係へのこだわり」では、「友人関係」、「恋愛関係」、「自力解決」の3因子が特定された。それぞれ各因子の $\alpha$ 係数は十分な値を示し、全ての因子における内的整合性が確認され、尺度の信頼性が示唆された。また、「全般的なこだわり」の「成績・結果」、「学習」、「容姿」、「生活リズム」、

「課外活動」因子に関しては、高坂(2008)が述べている青年期における重要領域、「知的能力」、「対人魅力」、「人間的成熟」、「身体能力」とほぼ一致する結果となった。「趣味」に関しては、西川・渋谷(2010)が「好きなもの」「こだわり」のある度合いを測るEnthusiasm尺度を作成し、自分のために時間を使うことの重要性を述べている見解に一致している。「全

Table 3 対人関係へのこだわりの因子分析

項 目	因 子			共通性
	F 1	F 2	F 3	
第1因子 友人関係 ( $\alpha = .84$ )				
友人関係がうまくいかない自分はダメな人間であると思う	.85	-.09	-.07	.61
友人関係が少しくらいかかるとそれが気になってしかたがない (周りの人の) 期待に応えられなければ周りの人からの評価が下がると思う	.79	.04	-.15	.56
周りの人に嫌われるなんてあってはならないことだ	.66	.03	.02	.46
友人を傷つけていないかよく不安になる	.61	.16	-.02	.47
周りの人との関係を良好に保つためには自分を犠牲にしなければならない	.59	-.13	.05	.32
周りの人の期待にはすべて応えなければならない	.52	-.04	.24	.42
周りの人の期待にはすべて応えなければならない	.39	.18	.18	.35
第2因子 恋愛関係 ( $\alpha = .76$ )				
付き合っているならお互い知らないことがあってはダメだ	-.11	.86	.03	.67
付き合っているなら他の異性と楽しそうにするべきではない	.04	.72	-.05	.52
付き合っているなら毎日連絡を取り合うのは当然だ	.03	.62	-.00	.41
第3因子 自力解決 ( $\alpha = .60$ )				
自分の気持ちや思っていることは表に出すべきではない	-.01	.03	.68	.47
困ったことがあっても自分で解決するべきだ	-.04	-.09	.61	.34
他人に頼っているのはダメな人間になる	.05	.07	.41	.22
固有値	4.34	1.68	1.40	
寄与率	29.35	9.22	6.25	
累積寄与率		38.57	44.82	

因子抽出法：主因子法

回転法：Kaiser の正規化を伴うプロマックス法

一般的なこだわり」として、学校心理学の4つの枠組みを用いたが、そのひとつ学業面が「成績・結果」と「学習」の2因子構造であることがわかった。これは正答さえ良ければ良いといった「結果主義」と結果が得られるまでの過程が重要であるという「思考過程の重視」を学習者をもつ学習観として挙げている堀野・市川・奈須（1990）の見解と一致している。「対人関係へのこだわり」の3因子「友人関係」「恋愛関係」「自力解決」に関しては、高坂（2008）が述べている青年期における重要領域、「人づきあい」と「自己承認」とほぼ一致する結果となった。尺度は全体として、石隈（1999）における学校心理学の援助サービスの焦点となる学習面、心理・社会面・進路面・健康面の4領域で構成された。以上のことから、高校生の学校生活におけるこだわり尺度は妥当性が十分であるといえよう。

### III. 研究 II 高校生の学校生活におけるこだわりが学校への適応感に与える影響

#### 1. 目的

高校生の学校生活におけるこだわりと学校への適応感がどのように関係しているか、そして高校生の学校生活におけるこだわりが学校への適応感にどのように影響しているかを検討する。

#### 2. 調査対象者

調査は、三重大学に在籍する大学生を対象に実施した。回収したデータから回答不備を除いた、300名（男性146名、女性153名、1年生230名、2年生51名、3年生11名、4年生8名）を分析対象とした。

#### 3. 調査期間

調査期間は、2013年7月10日～2013年8月10日に実施した。

#### 4. 調査内容

##### 4.1 フェイスシート

学年、所属学部、性別、年齢について回答を求めた。

##### 4.2 高校生の学校生活におけるこだわり尺度

研究Iで作成した高校生の学校生活におけるこだわり尺度を使用した。

##### 4.3 学校への適応感尺度

大久保（2005）の学校への適応感尺度を使用した。本尺度は、「居心地の良さの感覚」「課題・目的の存在」「被信頼・受容感」「劣等感の無さ」の4因子30項目から構成されている尺度である。各項目に対して、「全くあてはまらない(1)」～「大変よくあてはまる(5)」の5件法で、高校生時代のことを回想法で回答を求めた。

Table 4 学校生活における全般的なこだわり、対人関係へのこだわりと学校への適応感の相関

	成績・結果	容姿	生活リズム	趣味	課外活動	学習	友人関係	恋愛関係	自力解決	居心地の良さ	課題目的	被信頼受容感	劣等感の無さ
成績・結果	1												
容姿	.36**	1											
生活リズム	.34**	.44**	1										
趣味	.14*	.13*	.20**	1									
課外活動	.33**	.33**	.40**	.33**	1								
学習	.50**	.32**	.40**	.18**	.29**	1							
友人関係	.44**	.31*	.26**	.21**	.35**	.19**	1						
恋愛関係	.35**	.41**	.29**	.19**	.32**	.26**	.36**	1					
自力解決	.31**	.17**	.20**	.17**	.25**	.07	.34**	.17**	1				
居心地の良さ	-.14*	.03	.03	.08	.20**	.11	-.06	-.07	-.22**	1			
課題目的	-.06	.03	.03	.16*	.25**	.21**	.09	-.08	-.12*	.56**	1		
被信頼受容感	-.00	.14**	.14**	.12*	.25**	.16**	-.03	.01	-.14*	.70**	.56**	1	
劣等感の無さ	-.35**	-.07	-.07	-.09	-.05	-.10	-.36**	-.16**	-.28**	.37**	.19**	.28**	1

\*\* 相関係数は 1% 水準で有意

\* 相関係数は 5% 水準で有意

## 5. 倫理的配慮

調査の目的、個人情報の守秘の誓約、調査は無記名で実施し回答は任意であること、得られたデータは研究以外の目的で使用しないことを質問紙の表紙に記載した。さらに、質問紙の配布時には、口頭においても同様の説明を行った。以上の点で合意が得られ、協力が可能な者のみから回答を得た。

## 6. 結果

### 6.1 相関分析

因子分析によって選定されたこだわり 9 因子と学校への適応感の 4 つの因子との間の編相関係数を算出した (Table 4)。全体では、「居心地の良さ」は「成績・結果」( $r = -.14, p < .05$ )、「課外活動」( $r = .20, p < .01$ )、「自力解決」( $r = -.22, p < .01$ )との間に弱い相関がみられた。「課題・目的の存在」は「趣味」( $r = .16, p < .05$ )、「課外活動」( $r = .25, p < .01$ )、「学習」( $r = .21, p < .01$ )、「自力解決」( $r = -.12, p < .05$ )との間に弱い相関がみられた。「被信頼受容感」

は「容姿」( $r = .14, p < .01$ )、「生活リズム」( $r = .14, p < .01$ )、「趣味」( $r = .12, p < .05$ )、「課外活動」( $r = .25, p < .01$ )、「学習」( $r = .16, p < .01$ )、「自力解決」( $r = -.14, p < .05$ )との間に弱い相関がみられた。「劣等感の無さ」は「成績・結果」( $r = -.35, p < .01$ )、「友人関係」( $r = -.36, p < .01$ )、「恋愛関係」( $r = -.16, p < .01$ )、「自力解決」( $r = -.28, p < .01$ )との間に弱い相関がみられた。

「全般的なこだわり」と「対人関係へのこだわり」また、下位尺度間の相関を見た場合、「学習」と「自力解決」の間の相関は有意でなく、「成績・結果」と「学習」および「友人関係」、「容姿」と「生活リズム」との間に中程度の相関がみられ (順に  $r = .50, p < .01, r = .44, p < .01, r = .44, p < .01$ )、その他すべての因子で弱い相関が見られた。

### 6.2 重回帰分析

9 つのこだわりのうちの因子が、4 つの学校への適応感のどの因子に特に影響を与えているかを詳細に検討するため、「全般的なこだわり」の 6 つの下位尺度、「対人関係へのこだわり」の 3 つの下位尺度をそ

Table 5 学校生活における全般的なこだわりと学校への適応感重回帰分析

	居心地の良さ	課題目的の存在	被信頼受容感	劣等感の無さ
成績・結果	-.29***	-.28***	-.08	-.35***
容 姿	-.01	-.06	.08	.02
生活リズム	.00	-.10	.07	.00
趣 味	.02	.07	.04	-.02
課 外 活 動	.24***	.29***	.25***	.06
学 習	.21**	.30***	.12	.11
<b>R<sup>2</sup></b>	<b>.111</b>	<b>.163</b>	<b>.061</b>	<b>.125</b>

\*\*p<.01 \*\*\*p<.001

Table 6 学校生活における対人関係へのこだわりと学校への適応感重回帰分析

	居心地の良さ	課題目的の存在	被信頼受容感	劣等感の無さ
友人関係	.02	-.12	.01	-.30***
恋愛関係	-.02	-.17**	.04	-.02
自力解決	-.23***	.14*	-.14***	-.16**
<b>R<sup>2</sup></b>	<b>.051</b>	<b>.033</b>	<b>.020</b>	<b>.154</b>

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

それぞれ独立変数、学校適応感の4つの下位尺度を従属変数としてそれぞれ重回帰分析(ステップワイズ法)を行った(Table 5, Table 6)。

「全般的なこだわり」において、「居心地の良さ」に対して、「成績・結果」( $\beta = -.29, p < .001$ )と「課外活動」( $\beta = .24, p < .001$ )、「学習」( $\beta = .21, p < .01$ )が影響し、「課題・目的の存在」に対しては、「成績・結果」( $\beta = -.28, p < .001$ )と「課外活動」( $\beta = .29, p < .001$ )、「学習」( $\beta = .30, p < .001$ )、そして「被信頼受容感」に対しては、「課外活動」( $\beta = .25, p < .001$ )、また、「劣等感の無さ」に対しては、「成績・結果」( $\beta = -.35, p < .001$ )が有意に影響していることが分かった。

一方、「対人関係へのこだわり」においては、「居心地の良さ」に対して、「自力解決」( $\beta = -.23, p < .001$ )、「課題目的の存在」に対しては、「恋愛関係」( $\beta = -.17, p < .01$ )と「自力解決」( $\beta = .14, p < .05$ )、「被信頼受容感」に対しては、「自力解決」( $\beta = -.14, p < .001$ )、「劣等感の無さ」に対しては、「友人関係」( $\beta = -.30, p < .001$ )と「自力解決」( $\beta = -.16, p < .01$ )が有意に影響を及ぼしていることが分かった。

以上のことから、「全般的なこだわり」に関しては、同じ勉強面におけるこだわりでも、成績やテストの結果へのこだわりは学校適応感に負の影響を及ぼし、一方で勉強の本来の目的である能力をつける意味での学習にこだわりをもつ場合には正の影響を及ぼすことがわかった。また勉強外の活動に対してこだわりをもつことは学校での居心地や目標をもつこと、周りから受け入れられていると感じることに正の影響を与えることがわかった。

また「対人関係へのこだわり」においては、友人関

係を気にしすぎると劣等感を感じるようになり、恋愛に対するこだわりは目標をもてなくさせることがわかった。さらに、他人に頼ろうとせず、自分で解決しようとするこだわりが、目標をもたせる一方で、学校での居心地を悪くさせたり、周りから受け入れられていないと感じたり、また劣等感を感じさせることがわかった。

### 6.3 t検定および男女別重回帰分析

9つのこだわりについて男女差を調べるためt検定を実施した(Table 7)。結果、「生活リズム」「趣味」「恋愛関係」において有意差が見られた(順に $t = 2.00, p < .05, t = 2.37, p < .05, t = 3.02, p < .01$ )。次にt検定で有意差が見られた3つのこだわりが学校への適応感の与える影響を男女別に調べた(Table 8)。男子に関して「生活リズム」が「被信頼受容感」に、「趣味」が「課題目的の存在」に正の影響を及ぼすことがわかった(順に $\beta = .30, p < .001, \beta = .17, p < .05$ )。女子に

Table 7 男女別の平均値とSDおよびt検定結果

	女性		男性		t 値
	M	SD	M	SD	
成績・結果	2.91	0.82	2.88	0.76	-.35
容 姿	2.54	0.79	2.37	0.80	-1.92
生活リズム	2.30	0.84	2.49	0.82	2.00*
趣 味	3.00	0.73	3.21	0.72	2.37*
課 外 活 動	3.20	0.83	3.09	0.87	-1.10
学 習	3.04	0.81	2.86	0.90	-1.81
友人関係	3.24	0.77	3.17	0.79	-.85
恋愛関係	1.91	0.80	2.21	0.88	3.02**
自力解決	2.85	0.84	2.89	0.73	.46

\*p<.05 \*\*p<.01

関しては、「趣味」が「課題目的の存在」に正の影響を与え ( $\beta = .24, p < .01$ )、「恋愛関係」が「課題目的の存在」と「劣等感の無さ」に負の影響を及ぼしていることがわかった (順に  $\beta = -.21, p < .05$ 、 $\beta = -.19, p < .05$ )。

以上のことから、男子は生活リズムを整えなければならないというこだわりをもつことで周りからの信頼や受容感を感じる一方で、女子は恋愛に対してこだわりをもっていると目標をもてなかったり、劣等感を感じるということがわかった。また、男女とも趣味にこだわりをもつことで目標をもつことができるということがわかった。

#### 6. 4 学校への適応感得点群別重回帰分析

最後に9つのこだわりが学校への適応感に与える影

響を、学校への適応感の得点の平均3.00までを低群、3.97からを高群とし分けて調査した (Table 9, Table 10)。

低群について、「全般的なこだわり」では、「居心地の良さ」に対して、「課外活動」( $\beta = .27, p < .05$ )と「学習」( $\beta = -.37, p < .01$ )、「課題目的の存在」に対して、「課外活動」( $\beta = .42, p < .01$ )と「学習」( $\beta = .28, p < .05$ )、「被信頼受容感」に対して、「容姿」( $\beta = .35, p < .01$ )、「劣等感の無さ」に対して、「課外活動」( $\beta = .32, p < .01$ )「学習」( $\beta = -.38, p < .001$ )が有意に影響を及ぼしていることが分かった。「対人関係へのこだわり」では、「課題目的の存在」に対して「恋愛関係」( $\beta = -.40, p < .01$ )、「劣等感の無さ」に対して「友人関係」( $\beta = -.63, p < .001$ )が有意に影響を及ぼしていることが分かった。

Table 8 男女別学校生活におけるこだわりと学校への適応感重回帰分析

男 性	居心地の良さ	課題目的の存在	被信頼受容感	劣等感の無さ
生活リズム		.09	.30***	
趣 味		.17*	.02	
恋 愛 関 係		.04	-.15	
<b>R<sup>2</sup></b>		.028	.088	
女 性	居心地の良さ	課題目的の存在	被信頼受容感	劣等感の無さ
生活リズム		.02		-.01
趣 味		.24**		.05
恋 愛 関 係		-.21*		-.19*
<b>R<sup>2</sup></b>		.073		.036

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

Table 9 群別重回帰分析低群 (~3.00)

	居心地の良さ	課題目的の存在	被信頼受容感	劣等感の無さ
成績・結果	-.06	-.26	-.13	-.20
容 姿	-.15	-.25	.35**	.16
生活習慣・リズム	-.07	-.24	-.15	.10
趣 味	-.12	.13	.05	-.02
課 外 活 動	.27*	.42**	.11	.32**
学 習	-.37**	.28*	-.20	-.38***
友 人 関 係	.05	.00	-.09	-.63***
恋 愛 関 係	-.13	-.40**	-.04	.07
自 力	-.11	-.02	.07	-.13

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

Table 10 群別重回帰分析高群 (3.97~)

	居心地の良さ	課題目的の存在	被信頼受容感	劣等感の無さ
成績・結果				-.31*
容 姿				.01
生活習慣・リズム				-.17
趣 味				.40
課 外 活 動				.78
学 習				.10
友 人 関 係				.30
恋 愛 関 係				-.05
自 力				-.06

\* $p < .05$

高群について、「全般的なこだわり」において、「劣等感の無さ」に対して、「成績・結果」( $\beta = -.31$ ,  $p < .05$ )が有意に影響を及ぼしていることが分かった。

以上のことから、もともと学校適応感の高い生徒に関しては、学業の結果にこだわりがあることが劣等感に影響を与えている一方で、学校適応感の低い生徒は部活動や習い事等、課外活動を大事にしていることで適応感を保ち、学習に対するこだわりをもつことは目的意識は高まるが、学校での居心地は良く感じておらず、劣等感すら感じていることが示唆された。

## 7. 考察

### 7.1 全般的なこだわりが学校への適応感に与える影響

研究Ⅱの目的は、研究Ⅰで作成した「高校生の学校生活におけるこだわり尺度」を用い、学校生活において高校生がもつこだわりが学校への適応感に与える影響を検討することであった。

重回帰分析の結果では、学校生活における全般的なこだわりにおいて、学習面で「成績・結果」が学校への適応感にマイナスの影響を与え、「学習」はプラスの影響を与えることが見いだされた。大学への進学を考えている高校生にとって、学業は高校生活において大きな比重を占める領域であり、実際に勉強するかどうかは別として、少なからず「勉強をしなければならない」という思いはもっていると考えられる。しかし、その勉強をしなければならない目的として「テストで点数をとる」あるいは「よい成績をとる」など結果に重きを置くか、「知りたい(知識を身につけたい)」「納得するまですべきだ」といった学習あるいは学習という行為そのものに重きを置くかで学校での適応感が変わると考えられる。結果を重視する場合、結果は上限があったり、相対的な評価も入ってくるがゆえ常に思い通りの結果が得られるとは考えにくい。「結果主義」は「正答さえ得られれば良い」、「失敗は良くないことである」という考え方であり(堀野他、1990)、思い通りの結果が得られないとき、それは失敗である。さらに、プロセスを軽視することから能力に原因帰属をしがちであり、それによって動機づけを低めることになり、目標が持てなくなったり、達成感や幸福感を感じにくいと考えられる。一方、学習そのものにこだわりがある場合には、結果重視とは異なり、たとえ結果が悪くても学習過程を重視するので、努力に原因帰属をすると考えられ、さらなる目標ができ充実感が得られやすく、また学習への姿勢から教師の評価も良く学校での居心地も良いと考えられる。

健康の領域では、「課外活動」が学校への適応感の下位尺度「居心地の良さ」「課題目的の存在」「被信頼

受容感」に対して有意に正の影響を及ぼしていることがわかった。特にルールや社会性を重視する部活動や学校外での習い事のような活動を大事に考えている高校生にとっては、学校で求められる規範も大事にすると考えられ、やりがいや学校での居心地の良さを感じたり周りからの信頼も得られやすいと考えられる。これは、部活動参加者は不参加者よりもスクール・モラルが高く(藤原・河村、2010)、運動部への参加が学業の目標志向性や適応にポジティブな影響を与え(竹村・前原・小林、2007)、クラスの生徒とも良好な関係を築きやすい(岡田、2009)、さらに教師とのコミュニケーション頻度が多く心理的距離が近づきやすい(山口・岡本・中山、2004)という見解と一致する。

### 7.2 対人関係へのこだわりが学校への適応感に与える影響

重回帰分析の結果では、対人関係へのこだわりにおいて、「友人関係」が「劣等感の無さ」に、「恋愛関係」が「課題目的の存在」に負の影響を及ぼしていることがわかった。ここで、「友人関係」は人との関わりを大事に考えることで友人関係、あるいは周りの人との関係における些細なほころびでもあまりに気にしすぎるといった項目である。現在の高等学校の現状を見ると、高校生にとって、友人関係は大事なものであるけれども、以前のような親密な関係がよくみられるとは言い難い。あまりにべったりな関係も面倒くさいが、離れるのは嫌でうまく距離をとって付き合っているように見える。そのような関係の中、相手を傷つけないよう、あるいは自分が傷つかないよう、また自分の評価を下げないように努力をしているが、うまくいくことばかりではあり得ず、少しでもうまくいかないことを自分のせいにしてしまうことで劣等感を下げることにつながると推測される。これは、友人・異性との関係において、近づく場合に多くの青年が山アラシ・ジレンマを生じており、非常に気遣いをし、下手すれば関係が壊れてしまうという不安を抱いていて(藤井、2004)、青年期において必要とされる「仲間集団」である友人関係に対する不安が自尊心を下げる(調・高橋、2002)という見解にほぼ一致している。また「恋愛関係」に関しては、学校で求められる各々の課題や目的をもてなくさせるという結果であったが、近からず遠からずの友人関係に比べ、特定の相手に限定をするという親密さや、近年のSNSの普及によるいつでも即座に連絡が取れる環境にあることから恋愛に没頭してしまったり、相手のことばかりが気になったりと学校の求める目的は二の次になってしまうと考えられる。これは、伊福・徳田(2006)において、恋愛依存傾向尺度の因子として「彼(彼女)のことばか

り考えて、他の事が手につかなくなる」などの「パートナー中心的態度」を取り上げていることと一致する。

### 7.3 男女別にみる高校生の学校生活におけるこだわりが学校適応感に与える影響

「全般的なこだわり」に関して、男女別に重回帰分析を行った結果から、健康の領域において男子が生活リズムを重要と考える場合、周りから信頼や受容をされていると感じることがわかった。これは、きちんとした生活を送っていることで親や教師からの信頼だけでなく、周りの生徒から頼られたりする機会が多くなるからであると考えられる。

進路・趣味の領域では、男女ともに、趣味に対して強いこだわりがあることが、学校生活における課題や目的をもたせることがわかった。つまり、趣味に対して向上心をもって追求することが、学校生活においてもポジティブに作用する可能性が示唆された。これは西川・渋谷（2010）における、自分のために時間を使える、あるいは使おうとすることといった自分の時間に対する肯定的な態度が、特に心理的 well-being に影響を与えているという考察から、好きなことに没頭することで、ストレス緩和、エネルギー補充が行われ、学校での積極性や意欲につながっていると推察できる。

「対人へのこだわり」に関しては、男女別に重回帰分析をした結果、「恋愛関係」に対して男子は学校適応感に対する影響は見られなかったが、女子において負の影響を与えるという結果であった。高坂（2009）は、恋愛関係が大学生に及ぼす影響について、女性は男性より恋愛の重要性が強く、男性の生活に合わせる傾向があるため、「生活習慣の乱れ」を強く感じており、恋愛関係に満足できていないことは日常生活においても悪影響を及ぼすことを示唆している。恋愛にこだわりがある女子は、日常生活の大半を占める学校生活における課題や目的を遂行する時間を男性に合わせることで充実させることが難しくなることが考えられる。

### 7.4 群別にみる高校生の学校生活におけるこだわりが学校適応感に与える影響

学校への適応感の得点上位、下位それぞれ20%を高群、低群とし、それぞれ重回帰分析を行った結果では、まず、学業において結果にこだわりがある場合、高群において劣等感を感じやすいことがわかった。もともと学校への適応感が高い生徒に関して、こだわりはさほど影響しないが、高校生の本業ともいえる学業においては、特にテスト問題の内容や他の生徒の努力などに左右される成績や結果にこだわると、常に思い通りになるということはありません劣等感を感じやすい

と推測される。同じ学業に対するこだわりでも、学習そのものへのこだわりに関しては、低群において目標をもたせる反面、居心地の良さを低め、劣等感さえ感じさせてしまうことが示唆された。もともと学校への適応感が低く、学習にこだわりがある生徒は勉強することが大事であると思って努力している、あるいは努力しようと思っているが、周りからの評価が得られなかったり、評価は得られているが何らかの理由で勉強することに疲れているといったことが推察される。丹羽・竹葉（1996）が、「よい子」は教師からの評価や成績もよいにもかかわらず、これらを「うれしい」「楽しい」とは受けとめておらず、日々学校において多くの不快な気分を経験していると述べているように、この群の中にいわゆる「よい子」が含まれると考えられ、特に配慮する必要があると考えられる。

心理・社会面では、友人関係においてこだわりをもっていると、低群において劣等感を強く感じるということがわかった。友人関係に対してこだわりがあり適応感が低いということは、友人関係がうまくいっていないと推察され、これは自分が大事にしている領域における失敗であり、友人関係の重要性が高まる青年期においては特に劣等感を高めることは容易に推測される。

進路・趣味の領域では、低群において部活動や習い事にこだわりをもつことで目標をもつことができ、学校での居心地もよく、劣等感も感じにくいという結果であった。学校では学業優先であることや、問題行動を起こさないことが評価につながる傾向があり、学校適応感の低い生徒は、そのような学校が重要視する領域において良い評価をされておらず、周りと比較し劣等感を感じているとも推測できる。ゆえに、社会性が関与する部活動や課題活動にこだわりをもつことは良い評価を得るきっかけとなり、もともともっている劣等感を低めると推察できる。これは、岡田（2009）における、部活動に積極的に参加している生徒は学校生活のさまざまな領域で良好な状態にあるだけでなく、心理的適応も高いといえ、彼らにとっては部活動が学校生活の重要な支えとして機能しているという見解と一致するものである。

健康・容姿の領域では、低群において、容姿にこだわりがあると受容感が高まることがわかった。「容姿」の下位項目は他人からよく見られるよう、また他人によく見せたいがため、服装や髪型、体型を理想通りにしなければ気がすまないといった項目である。青年期、特に高校生の時期は他者に対する身体的・外見的魅力を重要視しており（高坂、2008）、青年期の劣等感に関して、容姿や容貌はかなり重要な要因として作用している（返田、1986）。また、容姿へのこだわりをもつ人は、人から誉められたい欲求をもち合わせている

ことがわかっている（大村・沢宮・奥野・小島、2009）。よって、容姿にこだわりのある人は、受容されることに価値を置いていることが推察され、周りからの承認を受けようとして服装や髪型による自己提示を行い、それによって受容されていると感じやすいと言えよう。

#### IV. 総合考察

本研究の目的は、高校生の学校生活におけるこだわり尺度を作成し、「こだわり」が学校適応感に与える影響を検討することであった。「こだわり」は人それぞれが大事にしている領域で「完璧でなければならない」、「失敗するとダメだと思う」といった、ある種強迫的で、ある種不合理なものであり、自分の力ではなかなか払拭できない信念であると言える。ゆえに、うまくいっているときは自尊感情も安定し、むしろ向上心も高まるが、一度失敗すると自分をダメな人間だと思ってしまう自尊感情は揺れ動き、劣等感さえ感じると推察される。また各々のこだわりの下努力しているが、周りに認められない場合にどれだけ頑張っても不十分だという不全感に陥ったり、努力することに疲れてしまうとも考えられる。教員は生徒が何にこだわっているのか、つまり生徒の大事にしている考え方を把握することで、不適応の予防や不適応の回復の手立てをもつことができると考えられる。高校生がもつこだわりは「高校生の学校生活におけるこだわり尺度」の作成において、「全般的なこだわり」として「学業」「趣味」「課外活動」「生活リズム」「容姿」の5つ、「対人関係へのこだわり」として「友人関係」、「恋愛関係」、「自力解決」の3つで構成されていることがわかった。これまで述べてきたように、高校生が大事にしている、あるいは大事にしなければと考えている領域として大きくは「学業」と「対人関係」の2つが挙げられ、それに準じて、学校で生徒が求められるものとして部活動などの「課外活動」や「生活リズム」、また青年期、特に高校生の話題の中心となる「趣味」や「容姿」がこだわりの領域であることが確認された。

これらの「こだわり」と「学校への適応感」の相関分析の結果、成績や結果にこだわったり、自分一人でもしなければならぬといったこだわりと学校適応との間に負の関連が見られた。学習、趣味、生活リズム、課外活動、容姿にこだわりを持っていることが信頼や受容と関連があり、対人関係へのこだわりは劣等感と関連があるということが示唆された。重回帰分析の結果から、やはり学業における結果や対人関係全般へのこだわりが適応感を下げ、課外活動や容姿、生活リズム、趣味へのこだわりは適応感を上げることがわかった。適応感を下げる「成績・結果」や「対人

関係へのこだわり」に関しては学校での人物評価の際に用いられる項目であり、比較したり接する相手がいって成り立つものであり、常に思い通りになるということはある得ない。また、テストや成績などは何度も機会があるわけではなく、適応感の回復に時間がかかると考えられる。ゆえに、成績や対人関係において強いこだわりをもっている生徒に関して、認知の偏り、いわゆる準拠棒を広げていくよう促していく必要がある。

一方適応感を上げる生活リズムや課外活動、趣味、容姿（低群のみ）へのこだわりは自身の努力次第でコントロールしやすく、また学校での評価と関連が薄いと考えられる。ゆえに失敗は自身の基準次第であることや、回復の機会も多く、適応的にはたつきやすいと推察される。

適応感を上げるこだわりは上記以外に、学業における過程を重視した「学習」が適応感を上げるこだわりとして挙げられる。しかし、学校への適応感の群別にみた低群に関しては、「学習」へのこだわりが適応感を下げるという結果となった。適応感にマイナスにはたらく「こだわり」として主に、成績・結果へのこだわりと「対人関係へのこだわり」全般が示唆されたが、これらに関しては一貫して適応感に負の影響を与えることから、何にこだわっているかが分かれば、教員側も対処しやすいと考えられる。しかし、学習そのものにこだわりがある生徒はその学習に対する姿勢から教員は「よい生徒」と判断しがちであり、また本質的に適応感を上げるがもともと適応感の低い生徒に関してはさらに適応感を下げってしまうということから、目に見えるくらいの不適応に陥るまで気づかれない可能性がある。これらの結果は普段見逃されがちな「真面目」で「おとなしい」生徒に教育的配慮をする必要があるということを示すものである。

高校生の学校生活におけるこだわりは適応的にも不適応的にもはたつき、また同じ対象へのこだわりであっても生徒によっては適応的であったり不適応的であったりと両方の側面を有することが明らかとなり、先行研究の内容を裏付ける結果となった。近年、学校での教員の仕事は増え続ける一方で多忙極まる中、生徒一人一人と関わる時間が非常に少なくなっているのが現状である。その中で顕在化し、大きくなっている問題に右往左往し、これから大きくなろうとしているが潜在している問題はどうしても後回しになりがちである。やはり生徒が大事にしているものを把握し、教員もそれを大事にすることで教員の負担も減り、生徒一人一人が充実した学校生活を送ることができるのではないかと考える。

## V. 今後の課題

今回作成した高校生の学校生活におけるこだわり尺度は、三重大学生を対象に回想法による調査を行ったものである。今後さらに項目の検討を行い高校生に対して適用できるかについて検討していく必要がある。また、見た目が適応的であるがゆえ内在する問題が見逃されがちである生徒のこだわりに関しては今回の調査からは明らかにされていない。よって今後の課題として検討したい。

## 引用文献

- 荒井真太郎 (2002). 青年期から成人期にかけての執着的態度と退却的態度の関係について 関西国際大学研究紀要, 3, 69-80.
- 藤井恭子 (2004). 青年期の対人関係による山アラシ・ジレンマの比較 日本教育心理学会総会発表論文集, 46, 385.
- 藤原和政・河村茂雄 (2010). 高校生における部活動への参加の有無とスクール・モラルとの関連 日本教育心理学会総会発表論文集, 52, 443.
- 廣崎陽・瀬戸美奈子 (2012). 青年期における完全主義が学校への適応感に及ぼす影響 三重大学教育学部研究紀要, 64, 239-246.
- 堀野緑・市川伸一・奈須正裕 (1990). 基本的学習観の測定の試み—失敗に対する柔軟的態度と思考過程の重視— 日本教育情報学会学会誌, 6 (2), 3-7.
- 伊福麻希・徳田智代 (2006). 恋愛依存傾向尺度作成の試み—男女間における恋愛依存傾向の比較— 久留米大学心理学研究, 5, 157-162.
- 石隈利紀 (1999). 学校心理—教師・スクールカウンセラー・保護者のチームによる心理教育的援助サービス— 株式会社誠信書房.
- 高坂康雅 (2008). 自己の重要領域からみた青年期における劣等感の発達の変化 教育心理学研究, 56, 218-229.
- 高坂康雅 (2009). 恋愛関係が大学生に及ぼす影響と、交際期間、関係認知との関連 パーソナリティ研究, 17, 144-156.
- 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, (1), 69-76.
- 宮野祥雄 (2010). 青年期におけるとらわれの内包と外延について—女子青年の場合— 日本教育心理学会総会発表論文集, 52, 465.
- 文部科学省 (2013). 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査 (2013年3月13日公表)  
<http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001047161&cyclo=0> (2013年10月31日現在)
- 森田慎一 (2008). 教師のイラショナル・ビリーフとバーンアウトに関する研究, 北星学園大学大学院社会福祉学研究科北星学園大学大学院論集 11, 93-105.
- 西川千登世・渋谷昌三 (2009). Enthusiasm 尺度作成の試み

- 目白大学心理学研究, 5, 83-92.
- 西川千登世・渋谷昌三 (2010). 自分の時間に対する態度と心理的 Well-being の関連—共分散構造分析による検討— 目白大学心理学研究, 6, 33-42.
- 岡田有司 (2009). 部活動への参加が中学生の学校への心理社会的適応に与える影響—部活動のタイプ・積極性に注目して— 教育心理学研究, 57, 419-431.
- 大久保智生 (2005). 青年の学校への適応感とその規定要因—青年用適応感尺度の作成と学校別の検討— 教育心理学研究, 53, 307-319.
- 大村美菜子・沢宮容子・奥野誠一・小島弥生 (2009). 容姿へのこだわりと称賛獲得欲求・拒否回避欲求との関連 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 18, 198-199.
- 大谷佳子・桜井茂男 (1995). 大学生における完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係 心理学研究, 66, 41-47.
- Paul L. Hewitt & Gordon L. Flett (1991). Perfectionism in the Self and Social contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- 桜井茂男・大谷佳子 (1997). “自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係 心理学研究, 68, 179-186.
- 佐藤祐基 (2005). 自己効力感、不合理な信念、大学生活不安に関する因果モデルの検証, 北方圏生活福祉研究所年報, 11, 53-60.
- 返田健 (1986). 青年期の心理 教育出版.
- 調優子・高橋靖恵 (2002). 青年期における対人不安意識に関する研究—自尊心、他者評価に対する反応との関連から— 九州大学心理学研究 3, 229-236.
- 竹葉友美・丹波洋子 (1996). いわゆる「よい子」の内的適応について (1)—自己意識との関連から— 日本教育心理学会総会発表論文集, 38, 522.
- 竹村明子・前原武子・小林稔 (2007). 高校生におけるスポーツ系部活動参加の有無と学業の達成目標および適応との関連 教育心理学研究, 55, 1-10.
- 丹波洋子・竹葉友美 (1996). いわゆる「よい子」の内的適応について (2)—精神的健康 (Subjective Well-being) の視点から— 日本教育心理学会総会発表論文集, 38, 523.
- 渡辺亘 (2011). 不登校 竹内珠美、渡辺亘、佐藤晋治、溝口剛 (編) 教育臨床の実際 学校で行う心と発達へのトータルサポート (pp.125-136) ナカニシヤ出版.
- 山口正二・岡本貴行・中山洋 (2004). 高等学校における部活動への参加と学校適応度との関連性に関する研究—学校類型の視点より— カウンセリング研究, 37 (3), 232-240.

## 謝辞

調査にご協力いただきました学生の皆様に、心よりお礼申し上げます。