国際研究論叢　31（2）：7～19, 2017

過剰適応と性格特性が抑うつに与える影響について
―大学生を対象にして―

竹　端　佑　介[*1]　　後　和　美　朝[*2]

Relation of Over-adaptation to a Personality and Mental Health in University Students

Yusuke Takehata[*1]　　Yoshiaki Gowa[*2]

Abstract

<Objectives> Recently, some university students have notably been faced with mental maladjustment; for example, difficulty in adaptation to academic achievement, problem of future path, and depression. These have been reported to cause serious school refusal, withdrawal, and so on. This study tested the hypothesis that university students' vulnerability to mental maladjustment is related to the Behavioural Inhibition System（BIS）and Behavioural Activation System（BAS）, for which over-adaptation and depression are a type of stress response respectively.

<Methods> Participants were 324 university students（170 male and 154 female; mean age = 19.6 ± 2 years）who responded to our questionnaire. Three questionnaires were used: the BIS/BAS scales, over-adaptation scale, and Self-rating Depression Scale（SDS）.

<Results> First, factor analysis revealed that over-adaptation consisted of two factors: 'Self-inhibition' and 'Consciousness of others' evaluation'. In particular, 'Consciousness of others' evaluation' score in over-adaptation scales in female students was higher than in male students（$t = 2.53$, $p < 0.01$）. Furthermore, it supported the hypothesis that 'Self-inhibition' or 'Consciousness of others' evaluation' in over-adaptation scales mediated BIS/BAS-affected depression. Path analysis was conducted with the data from each questionnaire. The structural model had good fit: GFI = 0.905, AGFI = 0.716, RMSEA = 0.23, AIC = 110.584.

<Conclusion> It was speculated that individuals are strongly anxious of characteristics（BIS）that restrain their feeling or make them conscious of others' evaluations. Moreover, it was suggested that especially those university students who excessively restrain feelings experience depression.

＊　たけはた　ゆうすけ：大阪国際大学人間科学部講師〈2017. 9. 18 受理〉
＊　ごわ　よしあき：大阪国際大学人間科学部教授

キーワード
BIS/BAS，over-adaptation，depression，university students

Ⅰ．緒 言

近年，大学生の中には学力面での適応困難さ[1)]，進路よる問題[2)]，抑うつ[3)]などの精神的不適応の問題が顕在化するだけでなく，これらが起因となり不登校やひきこもりなどの深刻化するケースも報告されている[4)]．大学生にみられるこのような精神的不適応の問題が起こる背景には過剰適応（Over-adaption）との関わりが指摘されている[5)]．過剰適応とは，内面では個人の感情を抑えながら，周りに合わせる状態[6-10)]としての「行き過ぎた適応」[6)]であり，心身症との関連についても報告されている[11-13)]．また，心身症などの実際の不適応が生じる場合には「性格心身症」[14)]との関連性も指摘されているが，過剰適応においても性格が大きく関わっているのではないかと考えられる．しかし，高校生や大学生[8,9)]などを対象にした性格および過剰適応との関連性を検討した研究では，「性格記述語の因子分析的研究」[15)]によるところが大きい．性格特性についての因子分析以外での手法としては，「生物学的パーソナリティ理論」[15)]の観点から検討されることもできるが[16,17)]，性格および過剰適応との関連性については十分な検討がなされていない．

ところで，人間は外見上同じ行動にみえても自身の中では積極的な行動であったり，消極的，あるいは抑制された行動，さらには衝動的な行動といったようなパーソナリティ特性がある．Gray[16,17)]はこのような人間の行動を気質レベルで考え，Behavioral Inhibition System（以下，BIS とする）および Behavioral Activation System（以下，BAS とする）の２つの神経システムモデルを提唱している．BIS は罰や報酬不在の信号であり，さらに新奇な信号の刺激により活性化されることで自分の行動を抑制させる行動抑制系神経システムである．これに対して，BAS は報酬や罰不在を受けて活性化されることで行動が開始され，目標に接近し，ポジティブな感情が喚起される[15)]行動賦活系神経システムである．そのため，BIS は個人の特性的な不安，BAS は衝動性と関連すると考えられている[18)]．なお，BIS および BAS の尺度化を Carver&White[19)]が BIS/BAS Scales として，また本邦では高橋ら[15)]が BIS/BAS 尺度日本語版を作成している．

このような BIS/BAS と過剰適応について，大学生および大学院生を対象にした小橋・井田[20)]の研究では，過剰適応の下位因子と BIS および BAS との間で正の相関がみられ，過剰適応が生物学的な性格特性と関連する可能性があることを示している．また，双生児法を用いた山形ら[21)]の研究では BIS は抑うつや不安との関連性についても示唆されている．これらに加えて，升味ら[22)]では過剰適応がストレス反応を引き起こすと指摘していることから考えると，抑うつなどのストレス反応については神経生物学的に捉えた BIS/BAS による個人の性格特性だけでなく，その影響を受けた過剰適応についても関連することが予想される．そこで，本研究では大学生の，特に精神的不適応に対する予防的アプローチを検討するために，神経生物学的に捉えた性格特性としての BIS，BAS および過剰適応とストレス反応としての抑うつとの関連性について検討した．

Ⅱ．方 法

1．調査対象者

調査対象者は近畿圏下で調査協力が得られた大学の 1 回生から 4 回生，計 333 名（男子大学生 170 名，女子大学生 163 名）で，そのうちデータに欠損値が生じた者を除いた計 324 名（男子大学生 170 名，女子大学 154 名）を対象とした．平均年齢は 19.6 ± 1.2 歳であった．

2．調査時期

調査期間は 2015 年 1 月～ 2016 年 10 月であった．

3．調査手続き

調査は授業時間の一部を利用して，調査協力依頼を求め，同意が得られた者のみに無記名式の質問紙による調査を実施した．

4．調査内容

1）BIS/BAS 尺度

高橋ら[15]による BIS/BAS 尺度日本語版 20 項目を用いた．この尺度は，「罰の回避傾向を示す」BIS の 7 項目と，「報酬への接近傾向を示す」BAS の 13 項目からなる．さらに，BAS は「望まれる目標への持続的な追究に関連する」とされる“駆動（Drive；以下，DR とする）”の 4 項目と，「報酬の存在や予期に対するポジティブな反応に焦点を当てる」とされる“報酬反応性（Reward Responsiveness；以下，RR とする）”の 5 項目，さらに「新奇な刺激や報酬刺激に対して思い付き接近しやすい傾向を反映する」とされる“刺激探究（Fun Seeking；以下，FS とする）”の 4 項目から構成される．

回答は高橋ら[15]にならい，“あてはまらない”（1 点）から“あてはまる”（4 点）までの 4 件法で求めた．なお，高橋ら[15]は BIS/BAS 尺度得点のそれぞれで合計を算出していることから本研究もそれにならう．

2）過剰適応尺度

本研究では，王・山本[23]の過剰適応尺度を使用した．王・山本[23]はこれまでの過剰適応尺度では冗長的な面があったため，新たな過剰適応尺度を作成している．但し，王・山本[23]の尺度は中学生用であるため，本研究では大学生用に表現等を多少変更した 14 項目を用いた．回答は“まったくあてはまらない”（1 点）から“とてもあてはまる”（5 点）までの 5 件法で求めた．

3）抑うつ尺度

抑うつ尺度は，Zung[24]より考案され，福田・小林[25]によって翻訳された日本語版自己評価式抑うつ性尺度（Self-rating DepressionScale：以下，SDS とする）を用いた．この尺度は全 20 項目の質問から構成されるが，本研究では希死念慮に関する質問項目は除外し，19 項目の質問を行った．

回答にあたっては，“ないか，たまに”（1 点）～“いつも”（4 点）の 4 件法で自己評価を行い，すべての項目を加算して得点化した．なお，この尺度は得点が高いほど抑うつ傾向が高いことを意味する．

5. 倫理的配慮

倫理的な配慮として，「回答に対しては強制でなく，調査の協力は任意のものであること」,「無理な回答はしなくて良いこと」,「回答への協力は成績評価には無関係であること」,「調査用紙は研究終了後に直ちにシュレッダーにかけ破棄すること」といった内容をフェイスシートに記載するとともに，調査実施前に調査協力者に口頭で十分な説明を行った.

また，本研究の公表にあたっては大阪国際大学倫理委員会の審査および承認を得た（承認番号 16-19 号）.

6. 分析方法

王・山本[22]の過剰適応尺度は中学生を対象としており，本研究の対象年齢とは異なるため，改めて過剰適応尺度（14 項目）に対して主因子法・Promax 回転による因子分析を行い，下位因子を抽出した．さらに，下位因子の内的整合性を検討するために，Cronbach の α係数を算出するとともに，各因子の基本統計量および各因子間の Pearson の積率相関係数を求めた.

次に，過剰適応尺度から抽出された因子と BIS/BAS および抑うつの各尺度得点との関連性を検討するために，抽出された因子の平均値を算出するとともに，その平均値をもとに各因子の強さの程度別で BIS/BAS および抑うつの各尺度得点の比較を行った．なお, 性差も含めて検討するために，男子大学生および女子大学生それぞれで検討した.

最後に，中学生を対象にした石津・安保による研究[6]では，過剰適応とストレス反応との関連性において，過剰適応からストレス反応へのパスが構成されている．本研究では石津・安保[6]を参考にして，BIS，BAS および過剰適応と抑うつとの関連性を検証するために，因果モデルの想定し分析を行った.

Ⅲ．結 果

1. 過剰適応の下位因子について

はじめに過剰適応尺度について，王・山本[23]の研究を踏まえ，因子数を 2 に固定し，主因子法・Promax 回転による因子分析を行った．表 1 には過剰適応の因子分析結果を示した．いずれの因子に因子負荷量 0.40 以上であった項目およびいずれの因子にも負荷量 0.40 未満であった項目を削除し，最終的に 2 因子 12 項目が抽出された.

第 1 因子は,「自分の意見を言うことが少ない」などの項目からなり，“自己抑制”と名付けた．第 2 因子は,「自分に対する周囲の評価が気になる」などの項目からなり，“他者評価意識”と名付けた．なお，Cronbach のα係数は，第 1 因子，第 2 因子ともには 0.84 であった.

表１　過剰適応の因子分析

	F1	*F2*
***F1*:自己抑制**（α＝0.84）		
9.自分の意見を言うことが少ない	0.80	-0.14
14.相手と違うことを思ってもそれを言えない	0.70	0.03
5.いろいろ考えすぎて意見が言えなくなる	0.68	0.17
1.考えていることをすぐに言わない	0.64	-0.19
12.周りの人に反対されると自分の意見を変えてしまう	0.64	0.05
11.人前でありのままの自分が出せない	0.57	0.10
3.自分の言ったことに自信がない	0.48	0.23
***F2*:他者評価意識**（α＝0.84）		
8.自分に対する周囲の評価が気になる	-0.16	0.96
4.他の人が私をどう思っているか気になる	-0.06	0.92
2.周囲の顔色や様子が気になる	0.12	0.59
13.人から認めてもらいたいと思う	-0.03	0.54
10.まわりの人にきらわれないように行動する	0.31	0.45
因子間相関		
F1	―	0.56
F2		―
除外項目		
6.やりたくないことでも無理をしてやることが多い		
7.自分にはよいところがない気がする		

王・山本[22]の過剰適応尺度を大学生用に表現を一部変更

2. BIS/BAS，過剰適応および抑うつの各尺度得点について

BIS/BAS，過剰適応および抑うつの各尺度得点の基本統計量を算出し，その結果を表２に示した．なお，BIS については下位因子の DR，RR および FS の得点も示し，過剰適応については下位因子の“自己抑制”および“他者評価意識”の得点を示した．

各尺度得点の性差をみると，BIS/BAS では BIS は女子大学生の尺度得点が男子大学生より有意に高くなった（$t = 4.29, p < 0.01$）．また, BAS でも女子大学生の尺度得点が男子大学生よりも有意に高くなった（$t = 3.50$, $p < 0.01$）．なお，BAS の下位因子得点においても女子大学生が男子大学生よりも有意に高くなった（RR；$t = 5.08, p < 0.01$，FS；$t = 2.25, p < 0.05$）．

さらに，過剰適応の下位因子得点では，“他者評価意識”で女子大学生が男子大学生より

も有意に高くなった（t = 2.53, p < 0.01）.

表２　BIS/BAS，過剰適応および抑うつの各尺度得点の基本統計量

		全体 (n=324)	男性 (n=170)	女性 (n=170)	t 値
BIS/BAS	BIS	19.12 (3.66)	18.31 (3.49)	20.01 (3.64)	4.29**
	BAS	38.54 (6.77)	37.32 (7.33)	39.89 (5.83)	3.50**
	DR	11.50 (2.54)	11.29 (2.71)	11.74 (2.33)	1.60
	RR	15.56 (2.84)	14.84 (3.02)	16.36 (2.39)	5.08**
	FS	11.48 (2.38)	11.20 (2.56)	11.79 (2.13)	2.25*
過剰適応	自己抑制	20.21 (5.66)	19.96 (5.73)	20.49 (5.59)	0.84
	他者評価意識	16.86 (4.46)	16.27 (4.82)	17.51 (3.95)	2.53**
	抑うつ	42.46 (7.13)	41.88 (7.07)	43.10 (7.17)	1.54

（　）内はSD　　*p < 0.05　**p < 0.01

3. BIS/BAS，過剰適応および抑うつの各尺度間の相関関係について

表３には BIS/BAS, 過剰適応および抑うつの各尺度間の Pearson の積率相関係数を示した．なお，上段が男子大学生，下段が女子大学生を示している．

過剰適応の“自己抑制”では男女とも BIS（r = 0.50, p < 0.01）および“抑うつ”（r = 0.33 ～ 0.38, p<0.01）との間に有意な正の相関関係がみられた．また，“他者評価意識”については，男子大学生は BIS（r = 0.59, p < 0.01），BAS（r = 0.32, p < 0.01）さらに BAS の下位因子である DR”（r = 0.19, p < 0.05），“RR”（r = 0.36, p < 0.01）“FS”（r = 0.29, p < 0.01）との間に有意な正の相関関係がみられた．一方，女子大学生では BIS（r = 0.60, p < 0.01），BAS（r = 0.18, p < 0.05），BAS の下位因子である“RR”（r = 0.19, p < 0.05）“FS”（r = 0.16, p < 0.05）との間に有意な正の相関関係がみられた．

表３　BIS/BAS，過剰適応および抑うつの各尺度間の相関関係

Pearsonの積率相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. BIS	―	0.24 **	0.07	0.35 **	0.20 **	0.50 **	0.59 **	0.29 **
2. BAS	0.21 **	―	0.89 **	0.91 **	0.86 **	0.10	0.32 **	-0.24 **
3. DR	0.15	0.83 **	―	0.72 **	0.64 **	-0.01	0.19 *	-0.28 **
4. RR	0.24 **	0.89 **	0.60 **	―	0.66 **	0.18 *	0.36 **	-0.26 **
5. FS	0.14	0.83 **	0.49 **	0.66 **	―	0.10	0.29 **	-0.10
6. 自己抑制	0.50 **	0.17 *	-0.20 *	-0.13	-0.09	―	0.59 **	0.38 **
7. 他者評価意識	0.60 **	0.18 *	0.10	0.19 *	0.16 *	0.46 **	―	0.13
8. 抑うつ	0.27 **	-0.15	-0.13	-0.12	-0.14	0.33 **	0.13	―

上段：男子大学生　下段：女子大学生　　$*p<0.05$　$**p<0.01$

4. 過剰適応の下位因子の強さの程度と BIS/BAS および抑うつとの関連性

因子分析により過剰適応では“自己抑制”および“他者評価意識”の２つの下位因子が得られたことから，これら２つの因子の強さの程度を合わせて検討した．すなわち，過剰適応の２つの下位因子得点のそれぞれの平均値をもとに対象者を４群に分類し，性差と組み合わせた二要因分散分析を行った．なお，４群はそれぞれ，下位因子得点が“自己抑制”および“他者評価意識”の平均値よりともに高い群（以下，高･高群とする），“自己抑制”の平均値より高く，“他者評価意識”の平均値より低い群（以下，高･低群とする），“自己抑制”の平均値より低く，“他者評価意識”の平均値より高い群（以下，低･高群とする），並びに“自己抑制”および“他者評価意識”の平均値よりともに低い群（以下，低・低群とする）とした．

表４には過剰適応の下位因子の強さの程度別にみた BIS/BAS 尺度，BAS の下位因子および抑うつ尺度の各得点による二要因分散分析結果を示した．性差をみると，BIS（$F(1,316) = 12.24, p < 0.01$）と BAS（$F$（1,316）$= 8.60, p < 0.01$），および BAS の下位因子である RR（$F$（1,316）$= 19.34, p < 0.01$）において有意な性差の主効果がみられた．

また，群比較では BIS（F（3,316）$= 38.76, p < 0.01$）および BAS（F（3,316）$= 5.79, p < 0.01$），BAS の３つの下位因子である DR（F（3,316）$= 2.86, p < 0.05$），RR（F（3,316）$= 7.62, p < 0.01$），FS（F（3,316）$= 4.40, p < 0.01$）），さらに抑うつ（F（3,316）$= 10.70, p < 0.01$）についても群の主効果がそれぞれみられた．

一方，性差では BIS（F（1,316）$= 12.24, p < 0.01$），BAS（F（1,316）$= 8.60, p < 0.01$）および BAS の下位因子の RR（F（1,316）$= 19.34, p < 0.01$）で主効果がみられたが，いずれの尺度および BAS の下位因子においても群と性差における有意な交互作用はみられなかった．

表４　過剰適応の下位因子の強さの程度と BIS/BAS および抑うつとの関連性

		過剰適応の下位因子の大きさの程度						
		高・高群	高・低群	低・高群	低・低群	性差	群比較	交互作用
	男性	n=60	n=24	n=25	n=61			
	女性	n=62	n=20	n=31	n=41			
BIS	男性	20.45 (3.31)	18.21 (2.80)	18.96 (2.49)	15.98 (2.80)	12.24**	38.76**	0.03
	女性	21.82 (3.01)	19.30 (3.10)	20.32 (3.06)	17.39 (3.60)			
BAS	男性	38.80 (6.93)	35.25 (6.24)	38.68 (4.76)	36.13 (8.61)	8.60**	5.79**	0.74
	女性	40.16 (5.47)	36.25 (5.35)	42.45 (5.05)	39.32 (6.30)			
DR	男性	11.45 (2.68)	10.88 (2.11)	11.72 (2.03)	11.11 (3.16)	1.99	2.86*	0.70
	女性	11.53 (2.04)	10.85 (2.11)	12.87 (2.49)	11.63 (2.51)			
RR	男性	15.82 (2.69)	13.88 (2.68)	15.24 (2.22)	14.08 (3.44)	19.34**	7.62**	1.40
	女性	16.61 (2.32)	14.75 (2.24)	17.16 (2.02)	16.17 (2.51)			
FS	男性	11.53 (2.46)	10.50 (2.65)	11.72 (2.01)	10.93 (2.77)	2.81	4.40**	0.13
	女性	12.02 (2.12)	10.65 (1.87)	12.42 (2.03)	11.51 (2.15)			
抑うつ	男性	44.38 (6.77)	43.96 (7.10)	39.20 (5.34)	39.70 (7.02)	3.30	10.70**	0.69
	女性	44.21 (6.10)	46.85 (7.07)	41.13 (7.46)	41.10 (7.64)			

（ ）内はSD　　*$p < 0.05$　**$p < 0.01$

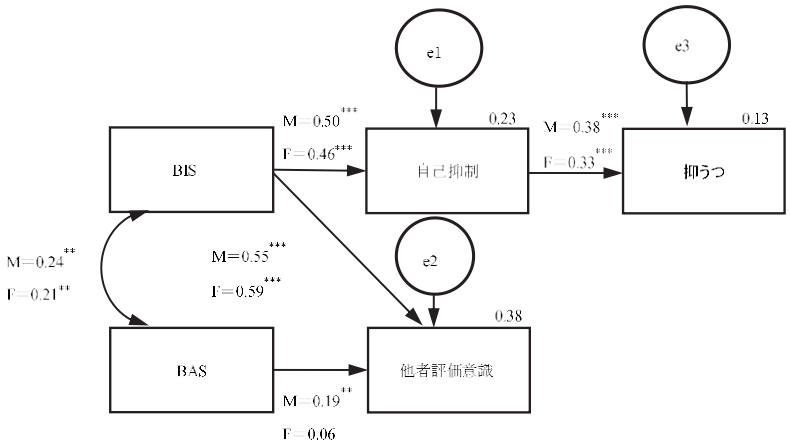
高・高群：下位尺度得点が“自己抑制”および“他者評価意識”の平均値よりともに高い群
高・低群：下位尺度得点が“自己抑制”の平均値より高く，“他者評価意識”の平均値より低い群
低・高群：下位尺度得点が“自己抑制”の平均値より低く，“他者評価意識”の平均値より高い群
低・低群：下位尺度得点が“自己抑制”および“他者評価意識”の平均値よりともに低い群

5. BIS/BAS，過剰適応および抑うつとの関連性

BIS/BAS が過剰適応の“自己抑制”および“他者評価意識”を媒介して，抑うつに与える影響を検討するため，まず BIS/BAS から“自己抑制”，“他者評価意識”を媒介にして“抑うつ”への関係性を想定してパス解析を行った（GFI = 0.905, AGFI = 0.716, RMSEA

= 0.23, AIC = 110.584）．BIS および BAS との間において共分散は有意な正の値を示していた．また，BIS から“自己抑制”へのパス（$\beta = 0.48, p < 0.001$）および“自己抑制”から“抑うつ”へのパス（$\beta = 0.36, p < 0.001$）がそれぞれ有意な正の値を示した．さらに，BIS および BAS から“他者評価意識”へのパスが有意な正の値となった（それぞれ，$\beta = 0.57, p < 0.001$；$\beta = 0.14, p < 0.01$）．

次に，男女差による影響を検討するために，男女の違いによる多母集団同時分析を行った．その結果，男女ともに BIS から“自己抑制”および“他者評価意識”へのパスが有意な正の値であり（それぞれ男性$\beta = 0.50, p < 0.001$，女性$\beta = 0.46, p < 0.001$；男性$\beta = 0.55, p < 0.001$，女性$\beta = 0.59, p < 0.01$），さらに“自己抑制”から“抑うつ”へのパスが有意な正の値であった（男性$\beta = 0.38, p < 0.001$，女性$\beta = 0.33, p < 0.001$）．その一方で，“BAS”から“他者評価意識”へのパスにおいて男性では有意な正のパスがみられたが（$\beta = 0.19, p < 0.001$），女性では有意なパスはみられなかった．



$^{*}p < 0.05$　$^{**}p < 0.01$　$^{***}p < 0.001$

Mは男性　Fは女性

数値は標準化推定値

図１　BIS，BAS，過剰適応および抑うつにおける関連性

Ⅳ．考 察

1．大学生の過剰適応の下位因子について

近年，大学生の中にも種々の精神的不適応の問題が顕在化するようになり，これらが起因となって不登校やひきこもりなどの深刻化するケースが報告されている[4)]．精神的不適応の問題についてはストレスへの対処に関わる要因として，個人の性格特性だけでなく過剰適応との関連性も予想される．そこで，本研究では大学生の精神的不適応に対する予防

的アプローチを検討するために，神経生物学的に捉えた性格特性としてのBIS，BASおよび過剰適応とストレス反応としての抑うつとの関連性について検討した．

本研究で使用した過剰適応尺度は中学生に用いた場合[22]と同様に2つの下位因子が抽出され，それぞれ“自己抑制”および“他者評価意識”と名付けた．これら2つの下位因子得点について検討したところ，“自己抑制”については有意差な性差はみられなかったが，“他者評価意識”については女子大学生の得点が男子大学生に比べて有意に高くなっていた．

石津・安保[6]によれば，過剰適応の下位因子は「自己抑制的な内的側面」と「他者志向的な外的側面」からなることを示唆しており，今回抽出された“自己抑制”と“他者評価意識”の下位因子は，それぞれ内的側面としての“自己抑制”と外的側面としての“他者評価意識”として捉えることができる．したがって，大学生の過剰適応については内的側面としての“自己抑制”では男女とも同程度であったが，外的側面としての“他者評価意識”では特に女子大学生に強くみられることが考えられる．

2. 大学生におけるBIS/BAS，過剰適応および抑うつとの関連性

大学生のBIS/BAS，過剰適応および抑うつとの関連性について検討したところ，男女ともBIS/BASは抽出された過剰適応の“自己抑制”および“他者評価意識”の下位因子と有意な相関を示した．また，それらの下位因子について，その強さの程度の組み合わせによる4群を比較したところ，両下位因子の得点がともに高・高群ではBISとBASの得点が有意に高く，さらに抑うつ得点も他の群に比べて有意に高かった．このことから，BISおよびBASの強さが過剰適応に影響しているのではないかと考えられる．

性格特性と過剰適応との関連性については，例えば益子[8]では「5大因子モデル」[26]における外向性や神経症傾向の性格が過剰適応の内的側面に影響し，誠実性は外的側面と関連していることを示唆している．そこで，BISとBASからの影響を受けた過剰適応がストレス反応のとしての抑うつとも関連することを想定したパス解析による検証を行った．その結果，男女とも，特にBISは過剰適応の2つの下位因子に強く関連すると考えられた．つまり，男女問わずBIS得点が高い，すなわち素因としての強い不安を感じてしまう傾向にある者は，自分の気持ちを抑えてしまう，あるいは他者からの評価に対する意識が強くなる可能性が推察される．

ところで，過度に自分の気持ちを抑えるような状態はストレス反応を高める[6]ため，過剰適応の“自己抑制”が抑うつを引き起こす可能性は十分にあると考えられる．しかし，パス図（図1）からも分かるようにBISから過剰適応の自己抑制を介して抑うつへの影響性は低くかった．さらに，他者からの評価に対して敏感である者は精神的健康を損なわせることが示唆されている[8]ものの，本結果ではBISの影響を受けた過剰適応の“他者評価意識”が抑うつへのパスは構成されなかった．つまり，BISと過剰適応の2つの下位因子との関連性から，それらが抑うつを引き起こす要因になるとは考えにくい．但し，エゴグラムによるAdapted Child（AC）優位型が過剰適応と関連するばかりか，AC優位型は心身症になりやすいこと[13]，加えて過剰適応は冠動脈疾患の危険因子を予測する[27]という指摘もあることから，過剰適応状態は何かしらの心身への影響性を与える可能性はあると思

われる．

次に，BAS と過剰適応下位因子の“他者評価意識”との関連性はみられ，特に男子大学生においてそれら 2 つの関連性がみられた．BAS は「報酬への接近感受性」[15]とされていることから，その強さにより，他者からの評価に対する意識へと繋がると考えられる．その点で，男子大学生では BAS の尺度得点が高い者ほど“他者評価意識”も強くなり，それぞれが有意にパスを構成したのかもしれない．それに対して，女子大学生では BAS から“他者評価意識”へ有意なパスは構成されなかった．女子大学生は男子大学生に比べて BAS や“他者評価意識”の得点が有意に高いことを考え併せると，女子大学生では生得的な「報酬への接近感受性」[15]や他者への評価意識が元々男子大学生よりも強く，それぞれが単独で過剰適応へと作用しているのかもしれない．

3. 大学生の精神的不適応に対する予防的アプローチについて

本研究では神経生物学的に捉えた性格特性としての BIS/BAS, 過剰適応および抑うつとの関連性について検討した．その結果，男女問わず，素因としての不安特性（BIS）の高い者は，自分の気持ちを抑えたり，他者からの評価を気にしてしまうことに加えて，特に自分の気持ちを過度に抑えてしまっている者は抑うつを呈する可能性が示唆された. また，水澤 [28]による社会人と大学生の過剰適応を構成する因子を比較した研究では，特に過剰適応を構成する「他者評価にかかわる側面」は社会人に比べて大学生の方が強く作用することを示唆している．この点で本研究での過剰適応の“他者評価意識”は BIS による不安特性のみならず，BAS からの影響も受け，特に男子大学生の場合において，BAS の高い者ほど他者からの評価に対する意識が強くなっていることが示唆された．

以上のことから，大学生においては過度に自分の気持ちを抑えることや，他者からの評価を気にすることを低減させるためには，自分の中に生じているであろう本当の気持ちに気づき，それらの気持ちを適度に主張できるような予防的アプローチを行うことが必要であると思われる．例えば，益子 [10]は特に他者への意識の強い過剰な外的適応行動を低減する方法としてフォーカシングのような自分自身の内面の感情に目を向けるような心理学の知見を学校教育に応用していくことで，過剰な外的適応行動により低下している自尊感情を高めていけるとしている．そのような自分自身の感情に目を向けていくために適度な距離で見つめていけるようなマインドフルネスな体験も必要かもしれない．実際，大学生の抑うつ傾向に対してマインドフルネスを体験させるトレーニングの有効性も指摘されている [29]．その点で素因的に不安の高さだけでなく，過度の「報酬への接近感受性」[15]により過剰適応とならないための自己内省の具体的な方法を考えいくことが重要であると考えられる．

最後に，本研究では BIS/BAS が過剰適応に影響を及ぼし，ストレス反応のとしての抑うつを引き起こすことを仮定したところ，BIS から過剰適応の 2 つの下位因子である“自己抑制”および“他者評価意識”に影響していたものの，抑うつへの影響性は低かった．その点で，今後，BIS/BAS，過剰適応と抑うつとの関連性について更なるモデル検討を行い，それらの因果性を検討していくことも必要かもしれない．

付記

本研究は，平成 28 年度大阪国際大学特別研究費（研究助成 No.7）の助成を受けたものである．また，本研究の一部は日本学校保健学会第 63 回学術大会にて発表を行った．

本研究論文作成にあたって多大なるご協力頂きました駒澤大学コミュニティ・ケアセンターの神谷英剛先生に心より感謝申し上げます．

引用文献

1）谷島弘仁：大学生における大学への適応に関する検討．人間科学研究　27：19-27，2005

2）和田愛祐美，松尾直博：大学不適応感と進路成熟度の関連．東京学芸大学紀要　総合教育科学系 I　63：221-227，2012

3）及川　恵，坂本真士：大学生の精神的不適応に対する予防的アプローチ―授業の場を活用した抑うつの一次予防プログラムの改訂と効果の検討―．京都大学高等学校教育　14：145-156，2008

4）水田一郎，石谷真一，安住伸子：大学生における不登校・ひきこもりに対する支援の実態と今後の課題―学生相談機関対象の実態調査から―．学生相談研究　32：2-35，2011

5）益子洋人：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　38：53-72，2013

6）石津憲一郎，安保英勇：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について．教育心理学研究　56：23-31，2008

7）石津憲一郎，安保英勇：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研究科年報　55：271-288，2007

8）益子洋人：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　41：151-160，2008

9）益子洋人：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　12：69-76，2009

10）益子洋人：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　13：1926，2010

11）小林豊生，古賀恵里子，早川滋人ほか：心理テストからみた心身症　心理テストからみた心身症―パーソナリティと適応様式からみた心身症―．心身医学　34：105-110，1993

12）佐藤　豪，杉山善朗，奥瀬　哲ほか：心身症患者における心理・行動特徴と中枢性ドーパミン作動系機能との関連―MMPI，エゴグラムおよび新たに構成した質問項目リストによる検討．心身医学　36：411-424，1996

13）中尾睦宏：特集「産業保険の現場で役立つ心身医学」 第 1 回：心身医学とは？―基礎知識の整理―．産業衛生学雑誌　52：45-50，2010

14）日本心身医学会教育研修委員会：心身医学の新しい診療指針　Ⅳ．心身症について．心身医学　31：540-542，1991

15）高橋雄介，山形伸二，木島信彦ほか：Gray の気質モデル―BIS/BAS 尺度日本語版の作成と双生児法による行動遺伝学的検討．パーソナリティ研究　15：276-289，2007

16）グレイ J.A：ストレスと脳（八木欽治訳）．朝倉書店，東京，1991（Gray,J.A.：The psychology of fear and stress（2nd ed）„ Cambridge University Press，1987）

17）Gray,J.A.：Perspectives on anxiety and impulsivity：A commentary. Journal of Research in Personality　21：493-509，1987

18）高橋雄介，繁松算男：罰の回避と報酬への接近の感受性を測定する 3 尺度の比較．パーソナリティ研究　17：72-81，2008

19）Carver, C. S. & White, T. L.：Behavioral inhibition,behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. Journal of Personality and Social Psychology　67：319-333，1994
20）小橋眞理子，井田政則：衝動性と過剰適応との関連の検討．日本心理学会第 78 回大会発表論文集 45：2014
21）山形伸二，高橋雄介，木島信彦：Gray の行動抑制系と不安・抑うつ―双生児法による 4 つの因果モデルの検討．パーソナリティ研究　20：110-117，2011
22）升味正光，白川勝己，岡田尚子ほか：青壮年期男性におけるストレスと日常生活習慣について．日本人間ドック学会誌　14：19-23，1999
23）王　暁，山本　奨：日中両国中学生用過剰適応尺度の作成の試み．日本心理学会第 78 回大会発表論文集：391，2014
24）Zung, W. W. K.：A self-rating depression scale.Archives of General Psychiatry．12：63-70，1965
25）福田一彦，小林重雄：自己評価式抑うつ性尺度の研究．精神神経学雑誌　75：673-679，1973
26）McCrae, R. R., & Costa. P. T. Jr.：Personality in adulthood：A five-factor theory perspective. 2nd ed．New York, Guilford Press，1987
27）殿岡幸子，大島　茂，湯浅和男ほか：狭心症患者に対する心身医学的観察（第 1 報）―過剰適応指数の提言．心身医学　34：557-564，1994
28）水澤慶緒里：成人用過剰適応尺度（OATSAS）と児童・生徒用の過剰適応尺度との比較検討および OATSAS を用いた社会人と大学生の過剰適応傾向の比較．関西学院大学心理科学研究　40：25-30，2014
29）勝倉りえこ，伊藤義徳，根建金男ほか：マインドフルネストレーニングが大学生の抑うつ傾向に及ぼす効果―メタ認知的気づ きによる媒介効果の検討―．行動療法研究　35：41-52，2009