

カテゴリ：2

テーマ：大学生の持つ禁止令を視点とした適応行動及びストレスへの対処

研究代表者：山田浩平 愛知教育大学 養護教育講座

キーワード：禁止令、不適応行動、ストレス対処（首尾一貫感覚）、自我状態

## I 緒言

現在の未成年者の中には、不登校、無気力など不適応行動を示す者が少なくない(e. g., 三好, 2010)。文部科学省(2010)による調査では、不登校の児童・生徒・学生は12万人を超えており、教育現場においてその対応が求められている。このような不適応行動やストレスの起因の1つとして、交流分析理論の脚本分析に位置づけられている「禁止令(Injunctions)」との関わりが考えられる。禁止令とは、「成長過程において周囲(主に親)との否定的な交流によって形成された考え方や感情」と定義されており(Berne, E., 1986)、人が社会によく適応し成功した人生を送るか、適応できず心身に様々な障害を持つかの違いは、幼少期に親との間で交流した禁止令が大きく関わってくるとしている。さらに、禁止令の種類としてはGoulding (Goulding, R.L. 1989)が以下の12項目を挙げている。

- |                 |              |            |
|-----------------|--------------|------------|
| ①男・女であってはいけない   | ②楽しんではいけない   | ③成長してはいけない |
| ④重要な人物になってはいけない | ⑤成功してはいけない   | ⑥実行してはいけない |
| ⑦仲間入りをしてはいけない   | ⑧信用してはいけない   | ⑨考えてはいけない  |
| ⑩健康であってはいけない    | ⑪自然に感じてはいけない | ⑫生存してはいけない |

これまでの研究において(桂, 2004; 杉田, 2006)、禁止令を多く持つ者は非建設的な人生計画を無意識的につくり、それに服従して人生を消極的・破壊的にしてしまうといわれている。今後は、日本の未成年者がどのような禁止令を持ち、どのような不適応行動やストレス対処行動と関わっているのかについて検討する必要がある。なお、禁止令の実情は、各国の文化的背景は勿論、各地域においても違いが予測され、それぞれの事情に応じて把握し検討される必要がある。

そこで本研究では、大学生の不適応行動やストレス対処行動への対応策を検討するため

に、幼い頃の親の養育態度のうち「禁止令」に視点をあて、この禁止令が不適応行動やストレス対処（首尾一貫感覚;Sense of Coherence）、自我状態に与える影響について検討する。具体的には、①大学生の持つ禁止令の実情を把握、②禁止令と不適応行動及びストレス対処との関連を究明、③禁止令と自我状態との関連を検討の3点を目的とする。

## II 方法

### 1. 調査対象

2008～11年の10月に千葉県、東京都、北海道の大学1年生男子709人、女子435人、計1144人（08年267人、09年305人、10年223人、11年349人）を対象にアンケート調査を実施した。調査は授業の一部を利用して無記名自記式の質問紙を用いた集合調査の形式で行った。調査を行う際はプライバシーを十分に配慮するために封筒に入れて配布と回収をした。さらに、調査票にはその冒頭に本調査の趣旨を記載し、対象者本人が調査への協力に同意するか否かを答える回答欄を設け、これに回答した上で各質問に答えてもらうようにした。なお、アンケート調査協力の同意が得られなかった場合には、その場で調査を打ち切るように配慮した。調査は授業時間を利用して無記名で行い、その場で回収した。分析対象は記入もれや記入ミスがあったものを除いた1027人（有効回答率89.8%）である。

### 2. アンケート調査内容

#### 2.1. 基本属性（年齢、性別など）

#### 2.2. 禁止令

Goulding (Goulding, R. L. 1989)の報告による12項目、即ち①男・女であってはいけない、②子どものように楽しんではいけない、③成長してはいけない、④成功してはいけない、⑤実行してはいけない、⑥重要な人物になってはいけない、⑦仲間入りをしてはいけない、⑧信用してはいけない、⑨健康であってはいけない、⑩考えてはいけない、⑪自然に感じてはいけない、⑫存在してはいけないについて、「いつも」「時々」「あまりない」「ない」の4段階で回答を求めた。

#### 2.3. 不適応行動

日本学校保健会（2002）の調査を参考に12項目、即ち①自傷行為、②不登校、③無気力、④決断できない、⑤目立ちたがる、⑥落ち込みやすい、⑦友達ができにくい、⑧いじめ、⑨体調を崩しやすい、⑩すぐ腹を立てる、⑪喫煙、⑫多量の飲酒、について、「いつも」「時々」「以前あった」「ない」の4段階で回答を求めた。

#### 2.4. ストレス対処行動（首尾一貫感覚：Sense of Coherence:SOC）

日本語短縮版 SOC 尺度 13 項目〔AntonovskyA., 山崎ら訳〕の短縮版の測定尺度を用い、「1.あてはまらない」～「7.あてはまる」の 7 段階で評定した。なお、下位尺度として①把握可能感(comprehensibility)5 項目、②処理可能感(manageability)4 項目、③有意味感(meaningfulness)4 項目であり、得点が高いほどその能力が高いとされる。

#### 2.5. 自我状態（エゴグラム）チェックリスト

東京大学式エゴグラムチェックリスト（2005）50 項目（「はい」「いいえ」「どちらでもない」の 3 段階）であり、下位尺度として 5 つの自我状態（CP, NP, A, FC, AC：それぞれ 10 項目）ごとに得点を集計した。得点が高いほどその自我状態が高いとされる。

### 3. 分析方法

データの分析には、統計ソフト SPSS ver16. 0J を用いて一要因分散分析、 $\chi^2$ 検定、t 検定を行った。

## III 結果及び考察

### 1. 禁止令の実情

大学生がどのような禁止令を持っているかを把握するため、まず、本研究対象者の大学生が持っている禁止令の数を見ると、男子の平均が 4.36 個、女子が 5.39 個であり、これらの値について t 検定を行ったところ、女子の方が男子に比べて有意に多くの禁止例を持っていた。次に禁止令 12 項目について、「いつも思う」「時々思う」と答えた者の割合の上位項目を見ると、男女ともに「④成功してはいけない」が最も多く、次いで、男子は「②子どものように楽しんではならない」が 60%、「⑩自然に感じてはいけない」が 57%の順であった。一方、女子は「⑩自然に感じてはいけない」が 64%、「②子どものように楽しんではならない」が 59%の順であった。

このように男女とも順位は異なるものの、上位 3 つの禁止令は共通していた。さらに、これら 12 項目の禁止令について男女間における差を比較したところ「①男（女）であってはならない」「④成功してはいけない」「⑤実行してはいけない」の 3 項目は女子の方が有意に高かった。これらの結果は、中・高校生ではあるものの、1988 年、1989 年に千葉県内で行なわれた調査結果と（大津, 1988、斎藤, 1989）、ほぼ同様であった。女子は「①男（女）であってはならない」「④成功してはいけない」「⑤実行してはいけない」の割合が、自分の性、成功・実行することを否定する禁止令を受けていることがうかがえる。これは、い

まだに男尊女卑的思想が根強く存在している可能性が考えられる。

## 2. 不適応行動の実情

大学生がどのような不適応行動を取るのか、不適応行動 12 項目について、「いつもする」「時々することがある」と答えた者の割合を見ると、男女とも約 50%の者が「⑤自己顕示願望」「⑥落ち込みやすい」「⑩自己中心的」といった不適応行動を起こしており、中でも女子は、「⑥落ち込みやすい」が 70%近くと高率であった。

次に、これら 14 項目の不適応行動について上位の項目を調べると、男子は他人より目立ちたいという「⑤自己顕示願望」が最も多く 50%であった。次いで「⑥落ち込みやすい」が 48%、「⑩自己中心的」が 46%の順であった。一方、女子は「⑥落ち込みやすい」が最も多く 69%であった。次いで「⑩自己中心的」が 54%、「④優柔不断」「⑤自己顕示願望」が 48%の順であった。このように、不適応行動は、男女の上位 3 項目は共通していた。

さらに、これら 14 項目の不適応行動についての男女間における差を比較したところ、特に、「④優柔不断」「⑥落ち込みやすい」「⑦友達出来にくい」「⑧体の調子が悪い」の 4 項目は女子の方が有意に高かった。一方、男子の方が有意に高かったのは、「⑪喫煙」であった。

## 3. 自我状態の実情

男女別に 5 つの自我状態、即ち CP、NP、A、FC、AC ごとの平均値と標準偏差を見ると、男女とも最も得点が高かったのは NP であり、男子 12.7 点、女子 14.7 点であった。次いで高かったのは A であり、男子 10.8 点、女子 12.4 点であった。本研究対象の大学生の E 自我状態は男女ともに NP 優位型になっており、自我状態の型としては自他肯定の傾向がみられた。

## 4. 首尾一貫感覚 (SOC) の得点

SOC13 項目について男女別に合計点とその下位尺度（把握可能感、処理可能感、有意味感）の得点を見た。その結果、男子の合計点の平均は 61.7 点(±8.1)、女子は 58.9 点(±9.8)であり、男子の方が女子に比べて有意に得点が高かった。一方、下位尺度の得点は、男子では把握可能感 21.8(±3.8)、処理可能感 22.3(±4.12)、有意味感 20.4(±4.35)、女子では把握可能感 19.81(±4.8)、処理可能感 20.8(±5.34)、有意味感 17.5(±6.48)であった。これらの得点について、t 検定にて比較を行ったところ、有意味感のみが男子の方が女子に比べて有意に得点が高かった。

## 5. 禁止令と不適応行動との関連

まず、大学生が持っている禁止令の数について、平均値を基準に禁止令高保持群(IJ-H)、中間群(IJ-M)、低保持群(IJ-L)の3群に分類し、不適応行動との関わりを見た。なお、各群は群間の人数の偏りが大きくなるようにパーセンタイルによって3分割した。これらのうち、禁止令高保持群、中間群、低保持群の3群別に、不適応行動の個数の差を一元配置の分散分析にて比較をした。その結果、男女とも禁止令高保持群の方が低保持群に比べて不適応行動を有意に多くとる傾向にあった。

次に、禁止令12項目と不適応行動12項目との関りをみると、男女とも、「④成功しては行けない」は、最も多くの不適応行動と関わっていた。これらのうち、男女共通に見られたのは、「決断できない」「落ち込む」「友達ができない」「嫌なことがあると体調を崩す」であり、男子はこれらに加え「無気力で何もしない」「すぐ腹を立てる」であった。

このように、禁止令を多く持つ者は不適応行動を多く取ることが明らかとなり、不適応行動の中でも特に「決断できない」「落ち込む」「友達ができない」「嫌なことがあると体調を崩す」「無気力で何もしない」「すぐ腹を立てる」に関わりが認められた。禁止令と不適応行動との関わりについては、1988年と1989年に日本の中学、高校生を対象とした研究結果が報告されているが(大津, 1988、斎藤, 1989)、本研究結果は20年前の研究結果と同様の傾向が見られた。これらの比較は、禁止令はある特定の不適応行動と関わる可能性を示唆しており、今後も詳細に検討していく必要がある。

## 6. 禁止令と首尾一貫感覚との関連

禁止令高保持群、中間群、低保持群の3群別に、SOC得点について、1要因の分散分析を行い、それぞれの得点について比較した。その結果、男女ともSOC合計点とその下位尺度全てにおいて、禁止令高保持群は低保持群に比べて有意に得点が低かった。次に、禁止令12項目ごとにSOC合計点を見ると、「成功しては行けない」の禁止令を持つ者は最も得点が低く、次いで「成長しては行けない」、「自然に感じては行けない」の順であった。

禁止令とSOCとの関わりの結果は、禁止令と不適応行動との関わりの結果と同様の傾向が見られ、禁止令を多く持つ者はストレス対処能力が低いことが明らかとなった。特に禁止令の中でも「④成功しては行けない」は、SOCの合計得点とその下位尺度の得点が低く、今後は禁止令の中でも「④成功しては行けない」に視点をあてて、この禁止令と不適応行動やストレス対処行動との関わりを検討していく必要がある。

## 7. 禁止令と自我状態との関連

禁止令高保持群と低保持群との間で自我状態を比較すると、男女とも禁止令高保持群の方が低保持群に比べ AC の自我状態が高く、FC が低い傾向にあった。次に、禁止令 12 項目と 5 つの自我状態との関りを見ると、表 4 に示すように、男女とも「成功してはいけない」を持つ者は、特に CP、AC が高く FC は低かった。

禁止令を持っていない者の自我状態のパターンとしては、NP 優位のへの字型を示しており、このパターンは日本人が多く持っていると言われている自他肯定型である。このように禁止令を持たない者は、自分も他人も肯定する傾向があることが窺える。これに対し、禁止令を多く持つ者の自我状態のパターンは AC 優位の N 字型を示しており、このパターンは他人を肯定するものの自己を否定してしまう自己否定他者肯定のパターンである。さらに、先行研究では N 字型の自我状態のパターンを示す者は不登校や無気力に陥りやすいと報告されている。そのため、禁止令を多く持つ者に対しては自己を肯定するような教育プログラムの開発、例えば「自分の気持ちや意見を素直に表現する」といった FC を高めるような活動や、「他人の目を気にしすぎない」といった AC を下げるような教育活動を推進していくことが肝要である。

## IV 結論

本研究は大学生の不適応行動やストレス対処行動への対応策を検討するために、幼い頃の親の養育態度のうち「禁止令」に視点をあて、この禁止令が不適応行動やストレス対処（首尾一貫感覚；Sense of Coherence）、自我状態に与える影響について検討することになった。2008～11 年の 10 月に千葉県、東京都、北海道の大学 1 年生 1144 人を対象にアンケート調査〔基本属性、禁止令、不適応行動、ストレス対処行動（首尾一貫感覚：Sense of Coherence：SOC）、エゴグラムチェックリスト〕を実施した。

その結果、本研究対象の大学生は男女とも「成功してはいけない」の禁止令を最も多く持っており、この禁止令を持つ者や禁止令を多く持つ者は、不適応行動を多くとる傾向、ストレス対処能力が低い傾向にあり、エゴグラムとしては自己否定・他者肯定型をとることが明らかとなった。今後は禁止令の中でも「成功しては行けない」に注目して詳細に検討を進めていくとともに、禁止令を多く持つ者に対しては、自己を肯定するような教育プログラムの開発、例えば「自分の気持ちや意見を素直に表現する」といった FC を高めるような教育活動を推進していくことが肝要である。