

---

# 大学生における適応感と内的作業モデルおよび タイプ A 行動特性の関連性

## The Effects of Internal Working Models and the Type A Behavior Patterns on Adjustment in University Students

---

森岡 茜 鹿田優美 香川 香

関西大学臨床心理専門職大学院

Akane MORIOKA, Yumi SHIKATA, Kaoru KAGAWA  
Graduate School of Professional Clinical Psychology, Kansai University

### ◆要約◆

本研究では、内的作業モデルおよびタイプ A 行動特性が大学生活への適応にどう関連するか明らかにすることを目的とし、243名の大学生を対象にして質問紙調査を実施した。その結果、他者との関係が安定している学生は大学での適応感が良く、他者への不安が強い学生や、対人関係を回避する傾向のある学生は、居心地の良さを感じにくく、劣等感を抱いていることが明らかとなった。また、タイプ A 行動特性は必ずしも適応を悪くする要因ではなく、精力的活動や行動の速さ・強さを適度に備えていることが、大学生活への適応を高めていることが示唆された。

キーワード：大学生、適応感、内的作業モデル、タイプ A 行動特性

### Abstract

This study aimed to clarify the relationships between young university students' adjustment, internal working models, and type A behavior patterns. A questionnaire survey was completed by 243 university students. The results indicated that university students with steady human relationships adjusted to the university's environment, and those who felt insecure about others or avoided human relationships were uncomfortable and had a sense of inferiority. According to previous research, type A behavior patterns consist of "aggression hostility (AH)," "hard driving-time urgency (HT)" and "speed-power (SP)." In our study, it was revealed that type A behavior patterns were not always a factor in inadaptability. Students who had moderate HT and SP adjusted to university life.

**Key words:** University students, Adjustment, Internal Working Models, Type A Behavior Patterns

## I. はじめに

昨今、大学生生活にうまく適応できず留年や休学、あるいは退学に至る大学生が散見される。「学校生活不適応」を理由として各大学等を中途退学した者は3,461人、休学者は2,011人に上っている（文部科学省 2014）。退学・休学の理由は様々であるが、年間5,000人を超える学生が不適応のために退学・休学する現状は看過できない。これまでに、大学生の不適応に関しては、過剰適応（風間 2015）や、学業との関連（半澤・坂井 2005）等が明らかにされてきた。さらに、大隅・小塩・小倉ら（2013）は大学生における仲間志向の重要性を指摘している。青年期にある大学生にとって、学業や学生生活における悩みや困りごとは、友人関係のなかで相談や助言を得ることも多く、また、サークルやクラブ活動などを通じて大学への所属感を得るなど、学生生活を円滑に進めるためには良好な人間関係は重要な要素であると思われる。また、大学では講義ごとに受講生が異なるため、友人関係を構築するためには、ある程度自ら能動的に働きかけたり、サークルやクラブ活動、ボランティア活動などに関わったりすることも必要であろう。高校までと比べて大学では、学習や活動を選択できる幅が広がるため、目的意識を持って積極的に活動したり、周囲と協調的に行動したりすることで、充実感や達成感につながり、適応感を高めるのではないだろうか。つまり、大学での適応には、対人関係パターンや行動特性も影響を及ぼしている可能性が考えられる。

対人関係パターンとしては、内的作業モデルという概念に注目した。内的作業モデルとは他者と自己との関係についての心的表象である。ボウルビイ（1991）は幼少期の母子関係から内的作業モデルが形作られ、一生を通して比較的变化することはないとしている。つまり内的作業モデルは、比較的安定した対人関係パターンであると考えられる。これまでの研究では、内

的作業モデルを安定型、回避型、アンビバレント型の3つに分類するものが提示され（戸田 1988）、安定型が最も環境に適応できるとされている（山岸 1997；金政・大坊 2003；金政 2007）。

行動特性としては、タイプA行動特性を取り扱う。タイプA行動者は、「目標達成のために時間に追われながら精力的に活動し、他者と競争的にかかわり、攻撃、敵意が高まった生き方をしている（山崎 1996, p.6）」とされ、自分ひとりで仕事や作業を抱え込み、他者と歩調を合わせられず、集団にうまく適応できない可能性がある。

本研究では、内的作業モデルとタイプA行動特性が大学生の適応にどのように関連しているのかを明らかにすることを目的とする。なお、青年期の女性は男性に比べ、人間関係における自己の存在や対人関係について関心を持ちやすい（大野・二宮 1990）との指摘があることから、内的作業モデルについては男女別の検討も加える。

## II. 方法

### 1. 調査対象者

4年制私立大学に所属する大学生243名（男性133名、女性108名、不明2名）を対象に質問紙調査を実施した。記入漏れなど回答に不備があった29名を除く214名（男性114名、女性100名）を分析対象とした。平均年齢は18.55歳（SD1.02）であった。

### 2. 調査実施手続きと倫理的配慮

本調査は2017年4月に、講義終了後、自記式の質問紙を用いて一斉に実施した。所要時間は約20分であった。なお、調査の目的、自由意思による回答、個人情報やプライバシーの保護等について、口頭および紙面にて説明を行い、これらの内容について了解を得たものを対象に無記名で回答を求めた。なお、本研究は関西大学

大学院心理学研究科心理臨床学専攻専門職学位課程心理臨床実践活動・研究倫理綱領および、関西大学大学院心理学研究科研究・教育倫理綱領に則って実施した。

### 3. 調査用紙の構成

#### フェイスシート

年齢、学年、性別の回答を求めた。

#### 青年用適応感尺度

青年の適応感を個人と環境の適合性から測定するために、大久保（2005）が開発した青年用適応感尺度を用いた。全 30 項目で、「居心地の良さの感覚」（11 項目）、「課題・目的の存在」（7 項目）、「被信頼・受容感」（6 項目）、「劣等感の無さ」（6 項目）の 4 つの下位尺度で構成されている。「今のあなたの大学での生活についてお聞きします。大学の生活では、以下の点にどの程度当てはまりますか。」と教示し、各質問項目の文頭に「大学において、」と環境を指定する文を挿入した。それぞれの項目について「1. 全く当てはまらない」「2. あまり当てはまらない」「3. やや当てはまる」「4. 非常に当てはまる」の 4 件法で回答を求めた。

#### 内的作業モデル尺度

他者と自己との関係をどのように捉えているかを評価するために戸田（1988）の内的作業モデル尺度を用いた。全 18 項目で、「安定尺度」（6 項目）、「アンビバレント尺度」（6 項目）、「回避尺度」（6 項目）の 3 つの下位尺度で構成されている。安定型は、他者と信用し合える良好な関係を築くことができるタイプで、アンビバレント型は、他者に対して信頼と不信のアンビバレントな表象を持ち、回避型は、他者を全面的に信用できず、他者から親しくされすぎること好まないタイプである。それぞれの項目について「1. 全く当てはまらない」「2. あまり当てはまらない」「3. やや当てはまる」「4. 非常に当てはまる」の 4 件法で回答を求めた。

#### KG 式日常生活質問紙

タイプ A 行動様式の測定のために、山崎

（1996）によって作成された KG 式日常生活質問紙（以下 KG 式とする）を用いた。「攻撃・敵意（aggression-hostility：以下 AH とする）」が 17 項目、「精力的活動・時間切迫（hard driving-time urgency：以下 HT とする）」が 16 項目、「行動の速さ・強さ（speed-power：以下 SP とする）」が 15 項目、無関項目 11 項目の全 55 項目（重複項目を含む）のうち、無関項目を除いた 43 項目を使用した。「あなたの日常の生活や態度についてお聞きします。項目内容によってはいくつかの答えが考えられると思いますが、おおよそ平均して、現在の自分にもっとも当てはまる番号に○をつけてください。」と教示した。それぞれの項目について「1. 全く当てはまらない」「2. あまり当てはまらない」「3. やや当てはまる」「4. 非常に当てはまる」の 4 件法で回答を求めた。

## Ⅲ. 結果

### 1. 青年用適応感尺度と内的作業モデル尺度の関連性

青年用適応感、内的作業モデルの下位尺度間の関連性を検討するために、青年用適応感尺度を目的変数に、内的作業モデル尺度を説明変数にして、強制投入法による重回帰分析を行った結果を表 1 に示す。

青年用適応感尺度のうち「居心地の良さの感覚」と内的作業モデル尺度における「安定尺度」との間に 1% 水準で有意な正の関連性を示し、「回避尺度」との間に 5% 水準で有意な負の関連性を示した。「課題・目的の存在」と「安定尺度」との間に 1% 水準で有意な正の関連性、「回避尺度」との間に負の関連傾向を示した。「被信頼・受容感」と「安定尺度」との間に 1% 水準で有意な正の関連性を示した。「劣等感の無さ」と「アンビバレント尺度」「回避尺度」との間に 1% 水準で有意な負の関連性を示した。

表1 青年用適応感尺度と内的作業モデル尺度の重回帰分析結果

説明変数	目的変数	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
	安定尺度	0.521**	0.292**	0.438**	
アンビバレント尺度					-0.523**
回避尺度	-0.125*	-0.115 <sup>+</sup>			-0.257**
R <sup>2</sup>	0.312**	0.112**	0.211**	0.326**	

<sup>+</sup>  $p < .10$ , \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

## 2. 青年用適応感尺度の高群・低群と内的作業モデル尺度の群間差

青年用適応感尺度の得点の上位25%を高群、下位25%を低群とし、内的作業モデル尺度における2群の違いを検討するために、独立したサンプルにおけるt検定を行った(表2)。また、男女それぞれにおいて上位25%、下位25%を抽出し、同様にt検定を行った(表3)。

### (1) 全体のt検定

「居心地の良さの感覚」においては、「安定尺度」で低群より高群の方が1%水準で有意に高かった。「アンビバレント尺度」では高群より低群の方が1%水準で有意に高く、「回避尺度」においても同様の傾向がみられた。「課題・目的の存在」においては、「安定尺度」で低群より高群の方が1%水準で有意に高い結果が得られた。「アンビバレント尺度」で高群より低群の方が高い傾向があった。「被信頼・受容感」においては、「安定尺度」で低群より高群の方が1%水準

で有意に高いことが示された。「劣等感の無さ」においては、「安定尺度」で低群より高群の方が5%水準で有意に高く、「アンビバレント尺度」と「回避尺度」で高群より低群の方が1%水準で有意に高いことが示された。

### (2) 男女別のt検定

男女ともに「居心地の良さの感覚」、「被信頼・受容感」と「安定尺度」の間で低群より高群の方が1%水準で有意に高く、「劣等感の無さ」と「アンビバレント尺度」で高群より低群の方が1%水準で有意に高い結果となった。男性においては、「居心地の良さの感覚」と「アンビバレント尺度」で高群より低群の方が5%水準で有意に高く、「課題・目的の存在」と「安定尺度」で低群より高群の方が高い傾向がみられた。「劣等感の無さ」と「安定尺度」で低群より高群の方が5%水準で有意に高く、「回避尺度」で高群より低群の方が5%水準で有意に高いことが示された。女性では、「居心地の良さの感覚」と「ア

表2 青年用適応感尺度の高群と低群の群間における内的作業モデルのt検定結果

	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	
	高群 (n=60)	低群 (n=55)	高群 (n=49)	低群 (n=54)	高群 (n=55)	低群 (n=41)	高群 (n=55)	低群 (n=39)
	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)
安定尺度	17.75 (2.89)	13.98 (2.77)	17.08 (2.95)	14.72 (2.95)	17.51 (2.79)	14.34 (2.58)	16.47 (2.78)	15.08 (2.83)
		-7.13**		-4.06**		-5.67**		-2.38*
アンビバレント尺度	13.40 (3.09)	15.02 (3.00)	13.80 (3.69)	14.98 (2.88)	13.47 (3.23)	14.51 (3.41)	12.56 (3.22)	16.92 (3.01)
		2.85**		1.83 <sup>+</sup>		1.52		6.64**
回避尺度	12.30 (3.24)	13.44 (2.92)	12.10 (3.65)	13.04 (2.76)	12.75 (3.40)	12.78 (3.13)	11.53 (3.45)	13.72 (3.46)
		1.97 <sup>+</sup>		1.48		0.05		3.03**

<sup>+</sup>  $p < .10$ , \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

表 3 青年用適応感尺度の高群と低群の群間における内的作業モデルの t 検定結果 (男女別)

		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		
		高群 (n=32)	低群 (n=34)	t 値	高群 (n=26)	低群 (n=30)	t 値	高群 (n=29)	低群 (n=27)	t 値	高群 (n=32)	低群 (n=21)	t 値
		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)	
男性	安定尺度	17.44 (2.47)	13.79 (2.69)	-5.71**	16.35 (2.65)	14.87 (3.15)	-1.89*	17.03 (2.44)	14.11 (2.82)	-4.16**	16.16 (2.74)	14.14 (2.56)	-2.69*
	アンビバレント尺度	13.16 (3.10)	14.79 (2.85)	2.24*	13.96 (4.04)	14.33 (2.96)	0.40	13.55 (3.10)	14.04 (3.44)	0.56	12.31 (3.19)	17.14 (3.29)	5.33**
	回避尺度	12.03 (3.50)	13.21 (2.84)	1.50	12.15 (4.03)	12.67 (2.77)	0.56	12.86 (3.79)	13.04 (3.13)	0.19	11.34 (3.58)	13.71 (3.52)	2.37*
		高群 (n=28)	低群 (n=21)	t 値	高群 (n=23)	低群 (n=24)	t 値	高群 (n=26)	低群 (n=14)	t 値	高群 (n=23)	低群 (n=18)	t 値
		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)	
女性	安定尺度	18.11 (3.31)	14.29 (2.92)	-4.20**	17.91 (3.10)	14.54 (2.73)	-3.96**	18.04 (3.10)	14.79 (2.08)	-3.51**	16.91 (2.84)	16.17 (2.81)	-0.84
	アンビバレント尺度	13.68 (3.10)	15.38 (3.28)	1.86*	13.61 (3.33)	15.79 (2.60)	2.51*	13.38 (3.42)	15.43 (3.30)	1.83*	12.91 (3.32)	16.67 (2.72)	3.88**
	回避尺度	12.61 (2.95)	13.81 (3.08)	1.39	12.04 (3.25)	13.50 (2.73)	1.66	12.62 (2.98)	12.29 (3.20)	-0.33	11.78 (3.33)	13.72 (3.48)	1.82*

\*  $p < .10$ , \*\*  $p < .05$ , \*\*\*  $p < .01$

ンビバレント尺度」で高群より低群の方が高い傾向があった。「課題・目的の存在」と「安定尺度」で低群より高群の方が1%水準で有意に高く、「アンビバレント尺度」で高群より低群の方が5%水準で有意に高い。「被信頼・受容感」と「アンビバレント尺度」、「劣等感の無さ」と「回避尺度」で高群より低群の方が高い傾向があった。

### 3. 青年用適応感尺度と KG 式の関連性

青年用適応感、KG 式の下位尺度間の関連性を検討するために、青年用適応感尺度を目的変

数に、KG 式を説明変数にして、強制投入法による重回帰分析を行った (表 4)。

「居心地の良さの感覚」と AH との間に 1%水準で有意な負の関連性、SP との間に 1%水準で有意な正の関連性を示した。「被信頼・受容感」と AH との間に 5%水準で有意な負の関連性、HT および SP との間に 1%水準で有意な正の関連性を示した。「劣等感の無さ」と AH との間に 5%水準で有意な負の関連性、HT との間に 1%水準で有意な負の関連性を示した。また、SP との間に 1%水準で有意な正の関連性を示した。

表 4 青年用適応感尺度と KG 式重回帰分析結果

説明変数	目的変数	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
攻撃・敵意 (AH)		-0.227**		-0.179*	-0.159*
精力的活動・時間切迫 (HT)				0.233**	-0.310**
行動の速さ・強さ (SP)		0.243**		0.254**	0.274**
R <sup>2</sup>		0.057**	0.010	0.110**	0.132**

\*  $p < .10$ , \*\*  $p < .05$ , \*\*\*  $p < .01$

表5 青年用適応感尺度の高群と低群の群間におけるKG式のt検定結果

	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		
	高群 (n=60)	低群 (n=55)	t 値	高群 (n=49)	低群 (n=54)	t 値	高群 (n=55)	低群 (n=41)	t 値	高群 (n=55)	低群 (n=39)	t 値
	平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)		平均値 (SD)	平均値 (SD)	
攻撃・敵意 (AH)	43.58 (6.47)	46.44 (6.13)	2.42*	45.67 (7.16)	44.43 (5.06)	-1.01	44.35 (6.59)	45.12 (6.19)	-0.59	44.22 (6.08)	46.92 (6.55)	2.06*
精力的活動・ 時間切迫 (HT)	37.27 (4.91)	36.44 (5.30)	-0.87	37.65 (6.09)	35.43 (5.26)	-1.99*	38.60 (5.17)	34.93 (6.33)	-3.13**	35.60 (5.79)	39.21 (5.03)	3.14**
行動の速さ・強さ (SP)	38.27 (4.63)	35.71 (5.68)	-2.66**	37.76 (5.47)	35.57 (5.19)	-2.08*	37.84 (4.57)	35.29 (5.96)	-2.37*	37.78 (5.64)	36.67 (5.10)	-0.98

\*  $p < .10$ , \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ 

#### 4. 青年用適応感尺度の高群・低群とKG式の群間差

青年用適応感尺度の高群と低群におけるKG式の違いを検討するために、独立したサンプルにおけるt検定を行った(表5)。

青年用適応感尺度の「居心地の良さの感覚」においては、AHで高群より低群の方が5%水準で有意に高く、SPで低群より高群の方が1%水準で有意に高い結果が得られた。「課題・目的の存在」においては、HTとSPで低群より高群の方が5%水準で有意に高いことが示された。「被信頼・受容感」においては、HTで低群より高群の方が1%水準で有意に高く、SPで低群より高群の方が5%水準で有意に高いことが示された。「劣等感の無さ」においては、AHが高群より低群の方が5%水準で有意に高く、HTで高群より低群の方が1%水準で有意に高いことが示された。

## IV. 考察

### 1. 大学生の適応と内的作業モデルとの関連

本調査結果から、安定型は大学生生活で課題や目的を持ち、周囲からの期待や居心地の良さを感じ、劣等感を持ちにくいことが示された。つまり、安定的な対人関係を築いている者は、大学生生活に適応している感覚を持ち、大学での生活を肯定的なものとして捉えることができると考えられる。安定型が最も環境に適応できていると

いうことは、複数の研究によって報告されており(山岸 1997; 金政・大坊 2003; 金政 2007)、本研究結果も、これらを支持するものであったと言える。

アンビバレント型は、大学を居心地が良いものとは感じにくく、劣等感を持ちやすいという結果であった。また、自分は期待されているとか、頼られているという感覚を持ちにくい傾向が示された。アンビバレント尺度の質問には、「人は本当はいやいやながら私と親しくしてくれているのではないかと思うことがある。」や「私はいつも人と一緒にいたがるので、ときどき人から疎まれてしまう。」のような項目が含まれている。高坂(2008)の青年期における劣等感についての研究では、大学生は対人関係に不安を抱いている場合に、自尊感情が低下し、そこから劣等感が生じてくる可能性を示しており、アンビバレント型のように他者に対する不安が強い者は、自尊感情が低く、劣等感を持ちやすいと考えられる。

また回避型は、居心地が良いと感じにくく、劣等感を抱きやすいという結果であった。大隅・小塩・小倉ら(2013)は、大学生において仲間志向が強い者ほど、全体的に大学への適応が促進されることを明らかにしている。これは翻ると、他者との関係を避ける傾向のある者は、大学生生活において適応している感覚を持ちにくいと考えられる。先述の通り、回避型は他者と親

しい関係を持つことに拒否的で、他者を信用することに懐疑的であるという特徴を持つ。ふたつの内容を加味すると、回避型の特徴を持つ者は、仲間志向の強い者と比較すると、大学に適応しにくい傾向があると考えられる。

今回は内的作業モデルを3パターンに分類した尺度を用いたが、成人の研究では、安定型、とらわれ型、恐れ・回避型、拒絶・回避型（軽視型）の4パターンに分類する考え方をとる場合がある（ロールズ・シンプソン 2008）。安定型ととらわれ型は今回採用した尺度の安定型とアンビバレント型にそれぞれ相当する。田附（2015）は、恐れ・回避型と拒絶・回避型は、どちらも自己の能力に劣等感を抱いている可能性を報告しており、回避型は劣等感をもちやすいタイプであることが推察される。

続いて性別ごとに結果を考察する。男性においては、対人関係が安定していると、劣等感をもちにくいという傾向が女性よりも顕著であった。男性の安定尺度では、劣等感の無さにおいて、高群よりも低群の得点が低かった。一方、女性の安定尺度では高群と低群の得点に差は見られない。女性において劣等感に差がみられなかったのは、対人関係のあり方以外の要因が関係している可能性が考えられる。高坂（2008）は、「学業成績の悪さ」「運動能力の低さ」「友達づくりの下手さ」「身体的魅力のなさ」において、男性より女性の方が劣等感の得点が有意に高いことを示している。また、安保・須賀・根建（2012）の研究では、女性の方が外見的魅力を重要視し、その改善および維持のために労力を使う傾向にあることを報告している。すなわち、女性は自己の身体的魅力等、他の要因も劣等感と大きく関係していることが推測される。さらに、アンビバレント型の女性は大学において目的意識を持ちにくく、劣等感を持つという結果が得られた。アンビバレント型の傾向を尋ねる項目には、「あまり自分に自信がもてない方だ。」「自分を信用できないことが良くある。」などが含まれる。アンビバレント型は自己不全感

が強く自信がないため、劣等感が強くなることに加え、自ら目標を設定したり課題を見出したりすることができにくいと考えられる。

今回得られた内的作業モデル尺度の結果を3分類ごとに合計すると、安定尺度が37%、アンビバレント尺度34%、回避尺度29%であった。「ネット社会」と言われる近年は、SNSの普及が著しく、対面で交流する機会が減少しているように思われる。都市化や核家族化が進み、祖父母、叔父、叔母等の血縁のある者同士が離れて暮らすことは珍しくなくなった。この点は1990年代から既に指摘されており（速水 1990）、1990年以降に出生した今回の調査対象者は、生まれたときからそのような社会の中で生活してきたと考えられる。近隣住民や地域社会との関係が希薄で、集団に属しているという感覚を感じにくいといった現代社会の風潮が、安定型が40%以下であるという結果に影響を及ぼしているのではないだろうか。内的作業モデルは、他者と親密な関係を持つ中で変化する可能性（ロールズ・シンプソン 2008）が指摘されており、アンビバレント型、回避型の学生に対しては、カウンセリング等の個別の支援を行うことで、安定型への変容を促し、大学生活への適応を促進することが重要となるだろう。

## 2. 大学生の適応とタイプ A 行動特性の関連

タイプ A 行動特性と適応感の関連では、攻撃や敵意が高い者は居心地の良さや、周囲に受容されているという感覚を持ちにくく、劣等感をもちやすいことが示された。佐藤（1996）は、タイプ A 行動者は自己価値や幸福を変動しやすいものとして捉え、ストレス状況によって自尊心が失われることを恐れると述べている。また、高見・東（2007）は、自尊感情の低いタイプ A 行動者は、他者に対して不寛容となり、敵意性を示しやすくなることから、ストレスを感じやすくなる可能性を指摘している。このことから、タイプ A 行動者の持つ自己価値は、他者や環境からの影響によって変動しやすい特徴を持ち、

自尊感情の低下を恐れて他者と関わることに過敏となり、攻撃や敵意が高まることが推察される。敵意が高いと抑うつ傾向が高いという先行研究（嘉瀬・大石 2015）もあり、タイプ A 行動特性における攻撃性という側面については、不適応的にはたらくと考えられる。

一方で、行動が速い者や、精力的に活動する者は、目的を持って行動し、信頼を得られていると感じていることが示された。佐藤（1996）が述べているように、タイプ A 行動者はストレスをコントロールしようと能動的に関わり、克服しようとする。てきぱきと行動したり、精力的に活動したりするタイプ A 行動者は、意欲的に課題を遂行することで、周りから信頼を獲得しやすくなると考えられる。また、行動の速さ・強さに関しては、劣等感を持ちにくいという結果となった。すなわち、行動の速さや強さ、精力的活動、時間切迫感といった行動特性は、適応感に肯定的に影響する面もあると言えよう。

タイプ A 行動をとる傾向にある者は、冠動脈性心疾患に罹患する可能性が高いとされ、また、メランコリー親和型性格や執着気質との関連も指摘されている（田川・保坂 1993）。しかし、タイプ A 行動特性の下位尺度ごとに、適応に与える影響は異なることが本研究で示された。つまり、タイプ A 行動特性として全体的に検討するのではなく、より細やかにそれぞれの行動特性を検討することの必要性が示唆されたものである。また、タイプ A 行動はその発見の経緯から、主に労働者に対して調査研究が行われている概念であるが、大学生のタイプ A 行動者の適応の傾向を把握することによって、今後社会人となつてからの適応の傾向や心疾患のリスクもある程度予想することができるかもしれない。行動特性の変容を促す取り組みによって、大学生活はもちろんのこと、卒業後の生活をよりよくできる可能性が考えられる。

### 3. まとめと本研究の課題

本研究において得られた結果を総合すると、

精神的側面においては、他者との関係が安定しているほど、大学での適応感が良いことが推察された。行動的側面においては、タイプ A 行動特性が必ずしも大学での適応を悪くする要因になるとは言えず、精力的な活動や行動の速さ・強さという側面については、適度に備えていることで、適応感を高めている可能性があると考えられる。しかし本研究では、精力的活動が高い者は劣等感を持ちやすいという結果も出ており、前述の結果との関連を検討することが難しい。タイプ A 行動については、背景にネガティブな感情が存在していることが指摘されている（Hamberger & Hastings 1986）が、その内容については未だ検討されていない。今後、タイプ A の 3 尺度と劣等感との関連については、さらなる研究が必要である。

### 謝 辞

本論文を執筆するにあたり調査にご協力いただきました学生の皆様に、この場を借りて御礼申し上げます。

### 文 献

- 安保恵理子・須賀千奈・根建金男（2012）：外見スキーマを測定する尺度の開発および外見スキーマとボディチェック認知の関連性の検討 『パーソナリティ研究』 20(3)：155-166.
- ボウルビィ、J. (1991)：『母子関係の理論 I 愛着行動』岩崎学術出版社。Bowly, J., *Attachment and Loss*. Vol. 1 Attachment. London, Tavistock Institute of Human Relations, 1969, 1982.
- Hamberger, L.K. & Hastings, J.E. (1986)：Irrational beliefs underlying Type A behavior: Evidence for a cautious approach. *Psychological Reports*, 59: 19-25.
- 半澤礼之・坂井敬子（2005）：大学生における学業と職業の接続に対する意識と大学適応：自己不一致理論の観点から 『進路指導研究』 23(2)：1-9.
- 金政祐司（2007）：青年期の愛着スタイルと友人関係における適応性との関連 『社会心理学研究』 22(3)：274-284.
- 金政祐司・大坊郁夫（2003）：青年期の愛着スタイルと社会的適応性 『心理学研究』 74(5)：466-473.
- 嘉瀬貴祥・大石和男（2015）：大学生におけるタイプ A 行動様式および首尾一貫感覚（SOC）が抑うつ傾向に与える効果の検討 『パーソナリティ研究』 24(1)：38

-48.

- 風間惇希 (2015)：大学生における過剰適応と抑うつとの関連 『青年心理学研究』 27(1)：23-38.
- 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.
- 速水敏彦 (1990)：1章 社会状況の変化と青年 久世敏雄 (編) 『変貌する社会と青年の心理』 福村出版 pp.3-26.
- 文部科学省 (2014)：学生の中途退学や休学等の状況について [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/26/10/\\_icsFiles/afieldfile/2014/10/08/1352425\\_01.pdf](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/26/10/_icsFiles/afieldfile/2014/10/08/1352425_01.pdf) (2017年12月25日)
- 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(3)：307-319.
- 大野久・二宮克美 (1990)：8章 学校生活における青年 久世敏雄 (編) 『変貌する社会と青年の心理』 福村出版 pp.157-182.
- 大隅香苗・小塩真司・小倉正義・渡邊賢二・大崎園生・平石賢二 (2013)：大学新入生の大学適応に及ぼす影響要因の検討—第1志望か否か、合格可能性、仲間志向に注目して— 『青年心理学研究』 24：125-136.
- ロールズ, W.S.・シンプソン, J.A.(2008)：『成人のアタッチメント—理論・研究・臨床—』 北大路書房
- Rholes, W.S. & Simpson, J.A., *Adult Attachment: Theory, Research, and Clinical Implications*. New York, Guilford Press, 2004.
- 佐藤豪 (1996)：タイプ A 行動パターンとストレス反応 『行動医学研究』 3(1)：8-15.
- 田川隆介・保坂隆 (1993)：日本的 A 型行動パターンと抑うつとの関連性について 『タイプ A』 4：16-20.
- 高見清美・東真美 (2007)：看護学生のタイプ A 行動傾向とストレス反応—自尊感情との関連— 『大阪教育大学紀要 第三部門』 55(2)：43-54.
- 田附紘平 (2015)：アタッチメントスタイルと自己イメージの関連—20 答法による探索的検討 『パーソナリティ研究』 23(3)：180-192.
- 戸田弘二 (1988)：青年期後期における基本的対人態度と愛着スタイル—作業仮説 (working models) からの検討— 『日本心理学会第 52 回大会発表論文集』 p.27.
- 山崎勝之 (1996)：『タイプ A 性格の形成に関する発達心理学的研究』 風間書房.
- 山岸明子 (1997)：青年後期から成人期初期の内的作業モデル：縦断的研究 『発達心理学研究』 8(3)：206-217.

