

子どもにおける完全主義と抑うつ傾向との関連

筑波大学心理学系 桜井 茂男

The relationship between perfectionism and depression in children

Shigeo Sakurai (*Institute of Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study is to construct a new multidimensional self-oriented perfectionism scale for children (MSPSC) and to examine the relationship of self-oriented perfectionism to depression in fourth- to sixth-grade children. In Study 1, 39 original items of the new MSPSC were administered to 534 children and factor analysis revealed three factors: desire for perfectionism (DP), concern over results (CR), and excessively high standards (HS). Twenty-four items in the final MSPSC had high reliability and validity. In Study 2, the same children from Study 1 completed a questionnaire consisting of the MSPSC, a stressor scale, and a depression scale. DP was found to be negatively related to depression, while CR was positively related to depression. Children with high scores for both HS and academic stressors had higher depression tendencies than children with low HS scores and high academic stressor scores.

Key words: perfectionism, depression, stressors, elementary school children.

問題と目的

「やるべきことは完璧にやろう」という気持ちで物事に取り組むことは、自らを向上させる上で重要なことである。しかし、高すぎるような目標を自分に課し、その達成に向けて努力するが、完全に達成できなければ失敗であると思うような人は無気力になりやすいのではないだろうか。とくに失敗経験(ストレッサー)が多い場合には、その傾向は一層強まるものと思われる。

本研究のおもな目的は、このような予測を小学校高学年生を対象に検討することである。なお、ここでいう無気力とは軽い抑うつのことであり、本稿では以後“抑うつ傾向”と呼ぶことにする。

心理学では、過度に完全性を求めることを「完全主義(perfectionism)」というが、完全主義には抑うつ傾向とネガティブな関係をもつ側面とポジティブな関係をもつ側面のあることが指摘されている(Frost, Marten, Lahart, & Losenblate, 1990)。ただし、実証的な研究(Burns, 1980, Hewitt & Flett, 1991a・b, レビューとして Flett & Hewitt, 2002)

においては、ポジティブな関係すなわち完全主義が強いほど抑うつ傾向も強いという関係が多く報告されている。

たとえば、Hewitt and Flett (1990, 1991a) は、完全主義を3つの次元から捉える尺度を開発し、完全主義と抑うつ傾向との関係を調べた。完全主義の3つの次元とは、完全性を自分に求める「自己志向的完全主義」、完全性を他者に求める「他者志向的完全主義」、完全性を他者から求められていると感じる「社会規定的完全主義」である。分析の結果、自己志向的完全主義と社会規定的完全主義は抑うつ傾向とポジティブな関係が見いだされた。抑うつ傾向の発生や維持に影響すると予想されるストレッサーを交えて同様の研究を行った大谷・桜井(1995)は、ストレッサーの高低に関わりなく、社会規定的完全主義の強い大学生はそうでない大学生よりも抑うつ傾向が強いことを確認した。

また、抑うつ傾向とのネガティブな関係を報告した研究としては桜井・大谷(1997)があげられる。この研究では、Frost et al. (1990) が作成した自己志向的完全主義を複数の次元で捉える尺度を参考

に、4つの下位尺度からなる「多次元自己志向的完全主義尺度」を作成し、抑うつ傾向との関係をストレスサーを交えて検討した。その結果、Frost et al. (1990)でも精神的健康とポジティブな関係が指摘された「自分に高い目標を課す傾向」において、ストレスサーの高低に関わりなく抑うつ傾向とネガティブな関係が認められた。ただ、その他の2つの下位尺度（「失敗を過度に気にする傾向」と「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向」）には、抑うつ傾向とのポジティブな関係が認められ、しかも前者の下位尺度の場合にはストレスサーと交互作用して抑うつ傾向を予測することも示された。また、「完全でありたいという欲求」を測定する下位尺度は抑うつ傾向と相関が認められなかった。

さて、これまでの研究はいずれも大学生が対象であるが、本研究は小学校高学年生を対象としたい。その理由は、この時期の子どもに抑うつ傾向の高まりが認められ（黒田・桜井, 2001a）、その原因のひとつとして完全主義が疑われるからである。さらに村田（1993）によれば、中学生になると抑うつ傾向が急に高まることも報告されている。本研究は、中学生における抑うつ傾向の急な高まりを抑える方策を検討するという点で意義があると思われる。

最後に本研究の目的をまとめると、小学校高学年生を対象に自己志向的完全主義を多次元的に測定できる尺度を作成し、それを用いて抑うつ傾向との関係をストレスサーを交えて検討することである。後者の目的をより具体的に言えば、作成された完全主義尺度の各次元によって抑うつ傾向との関係はどうか、またその関係にストレスサーはどのような役割を演じているのか、といったことを中心に検討するのである。

研究1：子ども用多次元自己志向的完全主義尺度の作成

【目的】

子ども用の多次元自己志向的完全主義尺度を作成し、その信頼性と妥当性を検討する。

【方法】

被調査者 茨城県下の公立小学校の4年生157名（男子81名、女子76名）、5年生191名（男子105名、女子86名）、6年生186名（男子99名、女子87名）の合計534名（男子285名、女子249名）である。教師評定は担任教師16名に依頼した。

質問紙 質問紙は子ども用と教師用が用意された。子ども用には共通に実施される完全主義尺度のほかに、小学4年生用のものと小学5、6年生用の

ものが用意された。両者の違いは完全主義尺度の妥当性を検討するための質問紙が異なることである。なお、以下に説明する尺度のうち、(1)～(4)は子ども用、(5)は教師用である。また(2)～(5)は妥当性を検討するための質問紙である。妥当性についての予測は「結果と考察」の部分で述べることにする。

(1) 子ども用多次元自己志向的完全主義尺度 (Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale for Children: MSPSC)：39項目からなる原案を作成した。39項目の内訳は桜井・大谷（1997）に従うと“完全でありたいという欲求”が10項目、“失敗を過度に気にする傾向”が10項目、“自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向”が9項目、“自分に高い目標を課す傾向”が10項目である。ただ“自分に高い目標を課す傾向”を測定する項目は「高すぎる」目標を課すという内容に改められた。高い目標をもつことは達成動機の高いことと同義であり、これは完全主義の構成要素からはやや外れるものと考えられる。むしろ、完全主義が高じてくると自然に「高すぎる」目標を設定するようになるという (Flett & Hewitt, 2002; Frost et al., 1990)。

項目原案の作成には、小学校教師2名からのアドバイスを参考にした。とくに小学校高学年生に分かりやすい表現であるか、“失敗を過度に気にする傾向”と“自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向”という2つの観点の違いが分かるか、という点についてコメントをもらった。後者については違いが分かりにくいというコメントをもらったため、妥当性の検討では4次元の尺度になっても3次元の尺度になってもよいように準備をした。

項目への回答は「はい」「どちらかといえばはい」「どちらかといえはいえ」「いいえ」の4段階（1～4点）評定である。完全主義が高いほど高得点になる。

(2) 失敗不安尺度：不安傾向診断検査（田中教育研究所, 1959）の「学習不安」項目の中から4項目を修正して用いた。それらは「先生に何かしつもんをされてうまく答えられないと、いつまでも気になる」「テストで悪い点をとると、長いあいだ気になる」「みんなの前で本を読みまちがえると、いつまでも気になる」「学校のせいせきが悪いと長いあいだ気になる」であった。

回答は「はい」「どちらかといえばはい」「どちらかといえはいえ」「いいえ」の4段階（1～4点）評定であった。失敗不安が高いほど高得点になる。

(3) 確認行動尺度：5項目からなる。Sher, Frost, and Otto (1983)に基づいて作成した。實際

の項目は「学校へ行く前に、忘れ物がないかどうか、カバンの中の物を何回くらい確かめますか」「宿題がきちんとできているかどうか、何回くらい確かめますか」「遠足や見学に行くときに、持ち物を何回くらい確かめますか」「テストのとき、答案を出す前に何回くらい見直しますか」「出かけるとき、自分のかっこうを何回くらい鏡で見て確かめますか」であった。

回答は「0回」「1回」「2回」「3回」「4回以上」の5つの選択肢の中から1つ選ぶ形式であった。得点は上記の順に0～4点が与えられた。確認行動が多いほど高得点となる。

(4) 要求水準尺度：3項目からなる。学習動機診断検査(藤原・下山, 1969)の検査V「要求水準—仮想場面」から3問を修正して用いた。具体的には「テストの前に60点くらいとりたと思ってしたら、テストの成績は60点でした。このつぎにとりたい点数は」「テストの前に60点くらいとりたと思ってしたら、テストの成績は40点でした。このつぎにとりたい点数は」「テストの前に40点くらいとりたと思ってしたら、テストの成績は60点でした。このつぎにとりたい点数は」とたずねた。回答の選択肢は上記の質問の順に、「40点, 50点, 60点, 70点, 80点」「20点, 30点, 40点, 50点, 60点」「40点, 50点, 60点, 70点, 80点」であった。得点は選んだ点数の低いものから1, 2, 3, 4, 5点とした。要求水準が高いほど高得点になる。

(5) 教師評定：担任教師に完全主義の強い子どもについての説明プリントを配布し、それを参考にクラスの中で完全主義傾向の強い子どもを男女3名ずつ選んでもらった。説明プリントの完全主義の記述は以下の通りで、自己志向的完全主義の従来の4つの観点はすべて含まれていた。

「完全主義とは『過度に完全性を求める傾向』のことです。完全主義の強い人達は自らの力では達成できそうにない高い目標を掲げて、その達成に向けて一生懸命努力します。しかし、もともと高すぎる目標であるため、その達成はかなり困難です。さらに、彼らは少しの達成不足でも失敗とみなすため、失敗を多く経験することになります。また、彼らは自分がしたことが完全であるかどうか、いつも気にしています。」

手続き 子どもへの調査は担任教師が行った。小学4年生には質問紙の(1)→(2)の順で回答をしてもらった。所要時間は30分程度であった。一方、小学5, 6年生には(1)→(4)の順で回答をしてもらった。所要時間は45分程度であった。さらに、もっとも年齢の低い小学4年生には信頼性の

下限を検討するために、最初の調査からおよそ1か月後に(1)の完全主義尺度が再実施された。(5)の教師評定は担任教師に依頼し、子どもの調査用紙と同時に回収した。

【結果と考察】

(1) 子ども用多次元自己志向的完全主義尺度の作成

原案39項目を因子分析にかけた。主因子法により3因子を抽出し、これまでの研究と同様に、単純構造を見いだすためにバリマックス回転を施した。なお、このときの固有値の変化は4.74, 3.49, 2.40, 1.93, 1.49で、因子の解釈のしやすさの面とともに3因子が妥当であると判断した。各因子に高い因子負荷量を示す項目を8項目ずつ選び、最終尺度の候補とした。再度同様の因子分析を行った結果がTable 1に示されている。

因子負荷量を見ると、項目10(高すぎる目標尺度の候補項目)を除き当該因子に最も大きな負荷量を示しているため、この23項目を最終項目とした。また、項目10については、原案では高すぎる目標を測定する項目に含まれていたこと、後に収集した中学生のデータでは原案通りであったことなどから、この項目も最終項目として残すことにした。

第1因子に高い負荷量を示した項目は、「すべきことを、とちゅうであきらめてしまうことが多い(逆転項目)」「いったん決めたことは、最後までやりとげないと気がすまない」などであり、その内容から『完全への願望』因子と命名した。原案との対応で見ると、“完全でありたいという欲求”の項目と“自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向”の項目(no.20, 24, 12)が強く関連している。

第2因子に高い因子負荷量を示した項目は「失敗をするとそれが気になってしかたがない」「自分のしたことがきちんとできているか、いつも心配だ」などであり、その内容から『結果へのこだわり』因子と命名した。原案との対応で見ると、“失敗を過度に気にする傾向”の項目(no. 23, 31, 27, 15)と“自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向”が強く関連している。子どもにはこの2つの傾向の判別はむずかしいものと言える。

第3因子に高い因子負荷量を示した項目は、「他の人にはできないような目標を立てることが多い」「自分の力でできること以上の目標を立ててしまう」などであり、それらの内容から『高すぎる目標』因子と命名した。原案との対応で見ると、“自分に高すぎる目標を課す傾向”の項目のみが強く関連している。

3因子による累積寄与率は28.9%であり、子ども

を対象にしているとは言え低い。大学生を対象にした Frost et al. (1990) の尺度では65%, 桜井・大谷 (1997) の尺度でも47%の累積寄与率が報告されているため, 今後さらなる検討が必要である。

なお, 作成された完全主義尺度 (MSPSC) の下位尺度 (Table 1 に従って作成) の平均と標準偏差ならびに下位尺度間の相関係数が Table 2 に示されている。下位尺度得点のまんなかは20点であり, 結果へのこだわり尺度はまんなか近くに平均が位置している (歪度-.03; 尖度-.43)。完全への願望尺度の平均はやや高め (歪度-.37; 尖度-.10), 高すぎる目標尺度の平均はやや低め (歪度.44; 尖度.19) である。下位尺度間の相関は.11, .13, .18であり, かなり低い。

(2) 信頼性の検討

MSPSC の信頼性はクロンバックの α 係数と1か月後の再テスト得点との相関係数 (再テスト信頼性係数) で検討された。結果は Table 2 に示されている。 α 係数は.75, .74, .64であり, 高すぎる目標尺度がやや低い。再テスト信頼性係数は.69, .68, .61であり, 安定性が認められた。以上の結果より, MSPSC の信頼性はほぼ確認されたと言える。

(3) 妥当性の検討

MSPSC の下位尺度の妥当性を検討するために用いた尺度との関係 (予測) を述べる。まず, 完全への願望尺度は完全主義の一般的な特性を測定する尺度であるため, 妥当性を検討するために用いたいこれらの尺度とも正の相関が予想される。結果へのこだわり尺度は, 結果が完全であるかどうかを不安に

Table 1 子ども用多次元自己志向的完全主義尺度 (MSPSC) の下位尺度と因子分析の結果

下位尺度／項目	因 子			h^2
	1	2	3	
◆完全への願望尺度				
1. すべきことを, とちゅうであきらめてしまうことが多い. (r)	.54	-.25	.03	.35
25. いったん決めたことは, 最後までやりとげないと気がすまない.	.54	.01	.18	.32
20. テストのときは何回も見直しをする.	.53	.04	-.05	.29
24. 自分がしたことに, まちがいがないか, 何度も確かめる.	.52	.21	.09	.32
33. することは全部かたづけてしまわないと安心できない.	.51	.11	.07	.28
13. どんなことでも, ちゅうとはんばはいけない.	.50	-.00	-.05	.25
12. 忘れものがないか何度も確かめる.	.48	.15	-.09	.26
5. やることはすべて, かんべきにしたい.	.43	.12	.12	.21
◆結果へのこだわり尺度				
23. 失敗をするとそれが気になってしかたがない.	.16	.60	.12	.39
36. 自分のしたことがきちんとできているか, いつも心配だ.	.21	.58	-.01	.38
31. 失敗をクヨクヨなやむほうだ.	.02	.56	.12	.33
27. ちょっとした失敗でも, その日一日暗い気持ちになる.	.09	.55	.11	.33
28. どんなに確かめても, まちがいがあのような気がする.	.04	.51	.02	.26
8. 自分のしたことに自信がもてない.	-.31	.50	-.06	.35
4. きちんとやったことでも, まちがいがあのではないかと, 心配になる.	.19	.45	.09	.25
15. いったん失敗してしまうと, あとから何をしても取り返しがつかない.	-.13	.39	.06	.17
◆高すぎる目標尺度				
30. 他の人にはできないような目標を立てることが多い.	.07	.09	.65	.43
26. 自分の力でできること以上の目標を立ててしまう.	-.02	.20	.60	.40
22. 自分にはできないような目標を立てることが多い.	-.19	.23	.56	.40
6. けっして実行できないような計画を立てることが多い.	-.32	.18	.40	.29
10. いつも一番をめざさなければダメだ.	.38	-.03	.37	.29
2. まわりの人と同じことをやっていては, 満足できない.	.04	.07	.32	.11
38. 絶対にできないような高い目標は立てないほうがいい. (r)	.18	-.10	.31	.14
14. まわりの人と同じくらいにできればよい. (r)	.22	-.12	.29	.15
寄与率 (%)	12.7	10.1	6.1	(28.9)

注) $n=534$. (r) は逆転項目であることを示す。

思ったり、失敗を恐れるたりする気持ちを含むことから、おもに失敗不安尺度と正の相関が予想される。高すぎる目標尺度はまさに高すぎる目標を設定してしまう行動傾向を含むことから、要求水準尺度と正の相関が予想される。さらに児童の完全主義についての教師評定値を用いて高群と低群を設定した場合には、児童が評定した完全主義のいずれの下位尺度においても、高群のほうが低群よりも高いという有意な差が予想される。

分析の結果は Table 3 の通りである。完全への願望尺度はいずれの尺度とも有意な正の相関が認められた。とくにこの尺度には何回も確認して物事を完全にやろうとする傾向が含まれていることから確認行動との相関 (.46) が高かった。つぎに、結果へのこだわり尺度は失敗不安尺度と高い正の相関 (.49) が得られた。高すぎる目標尺度は要求水準尺度と正の相関を予想したが、実際には .05 と有意にならなかった。要求水準尺度の平均をみると、満点が15点であるにもかかわらず14.32であり、天井効果が認められた。さらに予測は、高すぎる目標尺度の高得点を示す児童は“高すぎる”要求水準をもつこと、でもあったため、つぎのような分析を試みた。高すぎる目標尺度得点で2群（普通 [16～19点, 159名], 高い [20点以上, 125名]）、要求水準で2群（15点満点 [169名], 14点以下 [115名]）を設定し、2（高すぎる目標得点が普通, 高い）×2（要求水準得点が15点, 14点以下）の χ^2 検定を行った。その結果は1%水準で有意となった（ $\chi^2(1) = 6.68, p < .01$ ）。すなわち、高すぎる目標得点が高い児童は、要求水準得点が満点の15点である割合

が有意に高かったのである。

つぎに教師により完全主義が強いと評定された児童（90名）とそうでない児童（444名）の MSPSC の下位尺度得点を比べたところ、完全への願望尺度と高すぎる目標尺度に有意な差が認められた（順に、 $t(532) = 5.04, p < .01$; $t(532) = 2.04, p < .05$ ）。したがって、この2尺度では併存的妥当性あるいは基準関連妥当性が高いと言える。結果へのこだわり尺度では差がみられなかった。教師に提供された説明文にはこの観点も含まれているため、差がみられなかった原因は判然としない。ただ、先の二つの尺度に比べるとネガティブな内容で、しかも説明の後半にあるため、子どもをノミネートする際に軽視されたのではないかと考えられる。今後のさらなる検討が必要である。

以上の結果より、MSPSC の妥当性はかなり高いものと推定される。

研究2：完全主義とストレスと抑うつ傾向の関係

〔目的〕

研究1で作成された MSPSC を用いて、子どもの完全主義と抑うつ傾向との関係を、ストレスを交えて検討する。

〔方法〕

被調査児 研究1と同じ。

質問紙 (1) MSPSC

(2) 学校ストレス尺度：嶋田・岡安・坂野(1992) および嶋田(1993) による児童における心

Table 2 MSPSC 下位尺度の平均 (M)、標準偏差 (SD)、 α 係数、再テスト信頼性係数 (r) および尺度間の相関係数

	M	SD	α	r	②	③
①完全への願望	22.45	4.28	.74	.69	.11	.13
②結果へのこだわり	20.38	4.74	.75	.68	—	.18
③高すぎる目標	17.83	4.14	.64	.61		—

注) $n = 534$ 。ただし、再テスト信頼性係数 (r) は4年生のみの156名を対象とした。

Table 3 MSPSC の妥当性の検討のために用いた尺度の平均 (M)、標準偏差 (SD)、 α 係数および MSPSC 下位尺度との相関係数

	M	SD	α	①完全	②結果	③目標
失敗不安 ($n = 534$)	8.95	3.26	.76	.23**	.49**	.24**
確認行動 ($n = 377$)	7.81	3.17	.67	.46**	.11*	.05
要求水準 ($n = 377$)	14.32	1.13	.74	.13*	.03	.05

注) * $p < .05$, ** $p < .01$ 。

理的学校ストレッサー尺度を修正して用いた。18項目（修正されたのはこのうち3項目）で構成された。これは学校ストレッサーを学業（5項目：例、テストの点が悪かった）、先生との関係（4項目：例、先生が、わけをきかずに起こった）、友達との関係（5項目：例、友だちに、むしされた）、叱責（4項目：例、先生に、しかられた）という4つの下位尺度で測定する。ストレッサーの経験の頻度とその嫌悪度をそれぞれ4段階（経験頻度では「よくあった」「ときどきあった」「あまりなかった」「ぜんぜんなかった」；嫌悪度では「ものすごくいやだった」「すこしいやだった」「あまりいやでなかった」「ぜんぜんいやでなかった」）で評定させる。各項目の得点は、頻度の多いほうから3, 2, 1, 0点、嫌悪度の高いほうから3, 2, 1, 0点とし、分析には両者を乗じた値を用いる。

（3）抑うつ傾向尺度：Kovacs（1983）が開発した子ども用抑うつ傾向測定尺度（Children's Depression Inventory: CDI）の日本語版（桜井, 1995）から、黒田・桜井（2001b, 2003）に従い13項目を用いた。

手続き 上記の尺度を担当教師の指示のもとにクラス単位で実施した。実施時期は研究1とほぼ同じ時期であった。質問紙は（1）→（2）→（3）の順序で実施された。所要時間は（1）は15分程度、（2）と（3）は併せて30分程度であった。

〔結果と考察〕

学校ストレッサー尺度と抑うつ傾向尺度の平均、標準偏差、 α 係数、MSPSCの下位尺度との相関係数がTable 4に示されている。学校ストレッサー尺度ならびに抑うつ傾向尺度とMSPSCの下位尺度との相関係数を見ると、完全への願望尺度は友達との関係についてのストレッサーを除き、負の方向の相関である。すなわち、全体的には完全への願望が強い児童は学校でのストレッサーも弱く、抑うつ傾向も低いことを示している。結果へのこだわり尺度との相関は、すべて有意な正の相関であり、結果へのこだわりの強い児童は学校でのストレッサーも強く、抑うつ傾向も高いことを示している。高すぎる目標尺度との相関も、ほぼ正の相関であり、結果へのこだわり尺度と同様のことが伺える。なお、以上のどの相関係数も、.30を越えるものではなく、その関係は相対的に弱いと言える。

完全主義、学校ストレッサー、抑うつ傾向の関係をみるために、抑うつ傾向を従属変数にして、2（完全主義の下位尺度得点で高群、低群）×3（学校ストレッサーの下位尺度得点並びに全体得点で高群、中群、低群）の分散分析を行った。いずれの群の設定も、高群は高いほうから33%程度、低群は低いほうから33%程度、そして残りを中群（33%程度）とした。Table 5にその結果がまとめられている。○は直接効果を示す。直接効果というのは分散

Table 4 学校ストレッサーならびに抑うつ傾向の平均 (M)、標準偏差 (SD)、 α 係数とMSPSC下位尺度との相関係数

	M	SD	α	①完全	②結果	③目標
学校ストレッサー						
学業	13.61	3.26	.74	-.14**	.29**	-.01
先生	8.31	6.99	.59	-.07	.09*	.21**
友達	14.38	11.19	.80	.09*	.23**	.08*
叱責	7.56	5.99	.60	-.22**	.17**	.09*
全体	43.85	23.33	.82	-.09*	.29**	.12**
抑うつ傾向	4.60	3.50	.78	-.21**	.28**	.11*

注) $n=534$. * $p<.10$, ** $p<.05$, *** $p<.01$.

Table 5 抑うつ傾向を従属変数としたときの完全主義（高・低）×ストレッサー（高・中・低）の分散分析結果

	学 業	先 生	友 達	叱 責	ストレッサー全体
完全への願望	○	○	○	○	○
結果へのこだわり	○	○	○	○	○
高すぎる目標	◎	×	×	×	◎

注) ○は直接効果, ◎は増大効果, ×はいずれの効果でもないことを示す。

分析において完全主義とストレスの主効果が認められ、交互作用が認められないものである。◎は増大効果（いわゆる緩衝効果の反対の効果）を示す。この場合の増大効果とは分散分析においてストレスの主効果が認められ、さらに完全主義とストレスの交互作用が認められるものである。×はいずれの効果もないものである。

代表的な結果であるストレス尺度全体と完全主義の下位尺度との分析結果をみると、完全への願望尺度と結果へのこだわり尺度については直接効果、高すぎる目標尺度については増大効果が認められる。この点について少し詳しい分析結果を示しておく。

完全への願望ではその主効果 ($F(1, 300) = 9.96, p < .01$) とストレスの主効果 ($F(2, 300) = 26.83, p < .01$) がともに有意であった。Fig. 1 にその様子が示されている。ストレスが高くて低くても、完全への願望が高い児童は低い児童よりも抑うつ傾向が低いのである。完全への願望には抑うつ傾向を押さえる効果のあることが示唆された。これは自己志向的完全主義のポジティブな面を示していると言える。

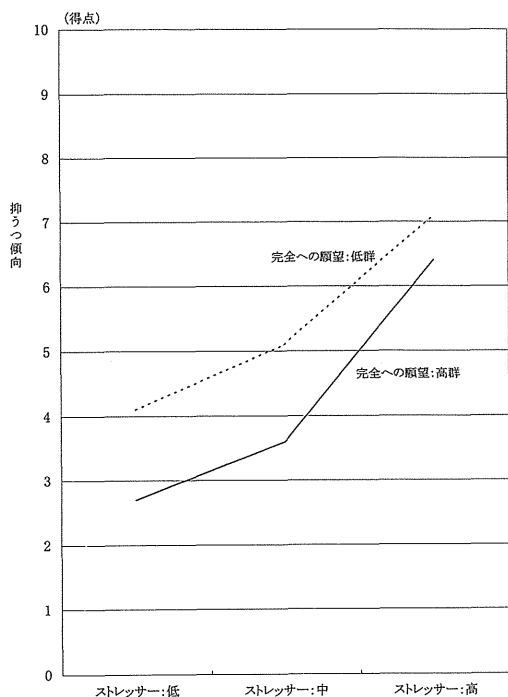


Fig. 1 完全への願望、抑うつ傾向、ストレスの関係

結果へのこだわりでもその主効果 ($F(1, 363) = 10.43, p < .01$) とストレスの主効果 ($F(2, 363) = 34.10, p < .01$) が有意であった。完全への願望とは反対に、結果へのこだわりが高いと抑うつ傾向も高いのである。結果へのこだわりは抑うつ傾向を助長する役割をもっていることが示唆された。これは自己志向的完全主義のネガティブな面を示していると言える。

高すぎる目標ではその主効果は認められなかったが、ストレスの主効果 ($F(2, 316) = 35.21, p < .01$) は有意であった。また、両者の交互作用が有意傾向 ($F(2, 316) = 2.43, p < .10$) を示した。Fig. 2 にその変化が示されている。修正 LSD 法を用いて交互作用の下位検定を行ったところ、増大効果が認められた。すなわち、ストレスが低い条件では高すぎる目標の高群と低群の間に有意な差は認められなかったが、ストレスが高い条件では両群の間に有意差が認められたのである ($p < .05$)。このことは、高すぎる目標をもつ児童はそうでない児童に比べて、ストレスが高い状況になると抑うつ傾向を呈しやすくなることを示唆している。すなわち、高すぎる目標をもつ児童はストレス

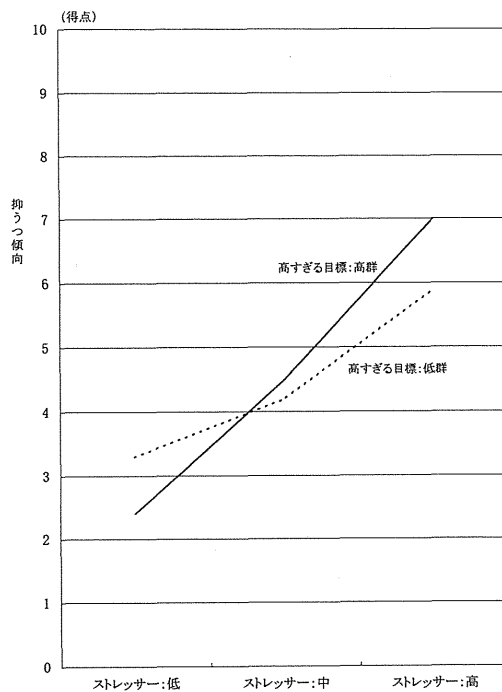


Fig. 2 高すぎる目標、抑うつ傾向、ストレスの関係

サー（ストレス）に弱い児童ということができないのではないだろうか。また、この結果は完全主義（高すぎる目標を課する傾向）を素因とする「素因ストレスモデル」、簡単に言えば一定の素因を強くもつ人が、強いストレスを受けるときに精神病理（とくに抑うつ）を発症するというモデルに適合する結果であると言えよう。ただ、Table 5をよく見ると、このモデルに適合するのはストレスが学業の場合と全体の場合である。完全への願望ならびに結果へのこだわり尺度がすべてのストレスにおいて直接効果を示しているのとは対照的な結果である。ストレス別に見ると、学業に関するストレスとのみ成り立つという点で、領域一致仮説（同じ領域での素因ストレスモデルが成り立つという仮説：Metalsky, Halberstadt, & Abramson, 1987；高比良, 2000）と軌を一にしているように思われる。

最後に、典型的な完全主義児童を抽出して彼らのストレスに対する反応も検討してみた。MSPSCの3つの下位尺度でいずれも上位33%に入る児童といずれも下位33%に入る児童を選び出した。そして、いままでの分析と同様に2（完全主義の高群（31名）、低群（25名））×3（ストレスの高群（20名）、中群（19名）、低群（17名））の分散分析を試みた。完全主義が高くストレスが低い群の人数が3名であったため暫定的な分析となった（ただ、完全主義の高い児童はストレスも高いと感じるのが当然であり、この群の人数が極端に少ないことは理論通りであるとも言える）。結果は、完全主義の主効果は有意にならなかったが、ストレスの主効果（ $F(2, 50) = 6.71, p < .01$ ）は有意となった。また、両者の交互作用も有意傾向（ $F(2, 50) = 2.69, p < .10$ ）を示した。修正LSD法を用いて交互作用の下位検定を行ったところ、高すぎる目標下位尺度と同じ増大効果が認められた。このことから、典型的な完全主義児童はストレスに弱いということができるといえる。

まとめと今後の課題

本研究では、子ども用多次元自己志向の完全主義尺度（MSPSC）を作成し、信頼性と妥当性を検討した後、それを用いて学校ストレス、抑うつ傾向との関係を検討した。その結果、MSPSCの完全への願望得点が高い児童はストレスの強さに関わりなく抑うつ傾向が低く、結果へのこだわり得点の高い児童はストレスの強さに関わりなく抑うつ傾向が高かった。高すぎる目標得点の高い児童は

おもに学業のストレスが高くなるにつれ抑うつ傾向が増大する傾向が示された。そして、いずれの下位尺度でも完全主義が高い児童（典型的な完全主義児童）は高すぎる目標得点の高い児童と同じ結果が得られた。したがって、自己に対する完全主義を多面的に捉えた場合、抑うつ傾向との関係は各側面によって異なることが示されたと言える。また高すぎる目標得点の高い児童や典型的な完全主義の児童を対象とした分析から、結果が「素因ストレスモデル」に適合する可能性が示された。

今後の課題としては、MSPSCのさらなる改善があげられる。研究1で示されたように、この尺度の信頼性と妥当性はかなり高いが、因子分析では累積寄与率が30%以下となった。この点を改善する努力が必要であろう。

また研究2ではMSPSCの下位尺度と抑うつ傾向との間には異なる結果が示されたが、明確な結論を引き出すには被調査児数が十分とはいえない。被調査児を増やすとともに、年齢範囲も広げ、結果の再現性を検討する必要がある。さらに完全主義と抑うつ傾向の因果関係や領域一致仮説についても詳しく検討していきたい。

【付記】本研究は、平成7～8年度の科学研究費補助金（基盤研究(C)(2)）（課題番号 07610126）による研究の一部である。研究に協力していただいた筑波大学の学生の皆さんならびに大学院の研究生の方々、調査の実施に協力していただいた土浦市の小学校の先生方ならびに児童の皆さんに心から感謝する。

引用文献

- Burns, D.D. 1980 The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, November, 34-52.
- Flett, G.L., & Hewitt, P.L. 2002 *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Frost, R.O., Marten, P.A., Lahart, C., & Rosenblate, R. 1990 The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- 藤原喜悦・下山 剛 1969 学習動機診断検査〔MAAT〕解説 金子書房
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. 1990 Dimensions of perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 423-438.
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. 1991a Perfectionism in

- the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, **60**, 456-470.
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. 1991b Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, **100**, 98-101.
- Kovacs, M. 1983 *The children's depression inventory: A self-rated depression scale for school-aged youngsters*. Unpublished manuscript, University of Pittsburgh.
- 黒田祐二・桜井茂男 2001a 子どもの抑うつ研究の概観 筑波大学心理学研究, **23**, 129-138.
- 黒田祐二・桜井茂男 2001b 中学生の友人関係場面における目標志向性と抑うつとの関係 教育心理学研究, **49**, 129-136.
- 黒田祐二・桜井茂男 2003 中学生の友人関係場面における目標志向性と抑うつとの関係に介在するメカニズム—ディストレス／ユーストレス生成モデルの検討— 教育心理学研究, **51**, 86-95.
- Metalsky, G.I., Halberstadt, L.J., & Abramson, L.Y. 1987 Vulnerability to depressive mood reactions: Toward a more powerful test of the diathesis-stress and causal mediation components of the reformulated theory of depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 386-393.
- 村田 豊 1993 小児期のうつ病 臨床精神医学, **22**, 557-563.
- 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.
- 桜井茂男 1995 「無気力」の教育社会心理学—無気力が発生するメカニズムを探る— 風間書房
- 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.
- Sher, K.L., Frost, R.O., & Otto, R. 1983 Cognitive deficits in compulsive checkers: An exploratory study. *Behavior Research and Therapy*, **21**, 357-363.
- 嶋田洋徳 1993 児童の心理的ストレスとそのコーピング過程 早稲田大学大学院人間科学研究科平成4年度修士論文
- 嶋田洋徳・岡安孝弘・坂野雄二 1992 児童における心理的学校ストレス尺度の開発 日本行動療学会第18回発表論文集, 28-29.
- 高比良美詠子 2000 抑うつのホープレスネス理論における領域一致仮説の検討 心理学研究, **71**, 197-204.
- 田中教育研究所(編) 1959 田研式不安傾向診断検査〔GAI〕手引き 日本文化科学社
- (受稿3月18日: 受理5月31日)