早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書（Web 公開用）

申請者（ふりがな）	竹田 好香　　（ たけだ このか ）
所属・資格（※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載）	修士課程 1 年
発表年月 または事業開催年月	2023 年　10 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	日本・認知行動療法学会第 49 回大会
発表者（※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること）	竹田 好香・佐々木 三紗・桂川 泰典
発表題目（※学会発表の場合のみ記載）	大学生における過剰適応，価値の明確化およびコミットメントと抑うつの関係

発表の概要と成果（抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。）

過剰適応的とは「外的適応が過剰なために内的適応が困難に陥っている状態」（桑山，2003）とされる。過剰適応には、適応的な側面がある一方で、抑うつとの関連も示されている（石津・安保，2009; 風間，2015）。

過剰適応の先行研究では、青年期前期用過剰適応尺度（石津，2006）の「自己抑制」因子が、「内的側面」と「外的側面」のどちらに含まれるのか統一されていない。また、「外的側面」によって低下する「内的側面」の指標として、「本来感」という別の変数を用いている研究もある。さらに、縦断研究がなされていないために、過剰適応プロセスとして「外的側面」と「内的側面」の順序が整理されていない点、援助方法の検討が不十分である点に、研究の余地がある。

また、近年、アクセプタンス&コミットメント・セラピー（以下、ACT）が注目されている。ACT の目的は、クライエントが価値に沿った行動をより選択できるようになることである(武藤，2011)。価値の明確化の不足した状態は、外的適応行動が過剰で、内的適応が低下している状態と類似しており、過剰適応と価値のプロセスの関連が想定される。

以上より、本研究では、縦断データを用いて、過剰適応プロセスの順序を明らかにすること、また、過剰適応、価値の明確化およびコミットメントと抑うつの関係を明らかにすることを目的とし，研究を行った。

学会では本研究の成果について報告し，今後の研究の改善点などについて他の参加者とディスカッションを行い，今後の研究活動における参考となった。

※無断転載禁止