

「高校生を取り巻く同調圧力を減らすには」

鹿本高校2年

1. 要旨 abstract

高校生を取り巻く同調圧力を減らすためにはどのようなことが効果的かを調査するため、文献調査、アンケート調査を行った結果、生徒は、学校で、特に授業中に周囲から同調圧力を感じていたことが判明し、同調のしやすさには性差があり、特に女子は周囲に同調しやすい傾向にあることが明らかになり、多くの生徒が、自分の意見を明確に持つことが、同調圧力に対抗するためにより効果的であると考えているということも明らかになったため、今後は実際にその方法を試す実験を行ってみたい。

2. 研究背景/目的・意義

私は学校など、日常で同調圧力を感じる事が多くある。同調圧力があると、いじめなどに繋がってしまう可能性もある。このことから、私は同調圧力を減らしていくべきであると考えている。さらに、日常を取り巻く同調圧力を減らすことができないか考えたのが、研究の動機である。また、現時点で、いくつか対処方法は見られるが、改めて、多数の人に最も効果的な方法は何か、自ら研究をしたいと考えた。

3. 研究方法

(1) 文献調査

(2) アンケート調査

- アンケートについて

実施日：令和4年7月20日

対象：2年生普通科の生徒98人(男子46人 女子52人)

(3) アンケートの結果を踏まえ、どのような方法が一番効果的であるのかを調査する。

4. 結果・考察

(1) 文献調査

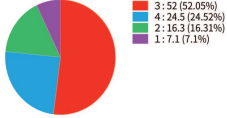
これまでに判明している対処法

- “理解者を見つける”
- ・集団から距離を置く
- ・「自分の意見」をしっかり作っておく
- ・自分も相手も大切にすること
- ・根拠を探して納得する”

(権沢紫苑(2020)精神科医が教える、同調圧力に負けない「たった1つの方法」)

(2) アンケート結果 ↓ 4ともある, 3, 2, 1 全くない

質問1 同調圧力を感じたことがありますか。



質問4 質問で「3, 2, 1」のどちらかに答えた人のみ聞きます。どこで、どんな時、どんな場面で、誰（個人名は挙げる必要はありません）に対して対抗できなかったのか教えてください。（一部抜粋）

男子・クラス（教室）ですべきことを決める時（学級討論等）何か物事を決める時

- ・大人数で話し合っていて、意見が割れたりした時自分以外が多数派だった時、比較的多い方に手を挙げていた
- ・多数決で物事を決める時

女子・みんなで1つのことを決める時

- ・学校で何かをクラス全体で決める時
- ・大人数の班での話し合い、大人数いる場所

質問6 アンケートに答えてくださった全ての人に聞きます。どうしたら同調圧力を少しでも減らすことができるとおもいますか。

ア 自分の意見を明確に持つこと
イ きちんと話し合ったり、自分の気持ちを話せる場を設ける
ウ 大人数ではなく少人数で話し合ったり、自分と同じ意見を持つ人を見つける

エ 相手の気持ちになって行動する

オ その他 (2つまで選択可)

ア 58人 イ 44人 ウ 33人 エ 19人 オ 4人

オ その他 の意見

男子 みんなで話し合うと気が弱い人は考えを変えてしまう可能性があるため一人一人に誰にも聞こえない場所で話し合う

女子 相手の意見より良いところを見つけておく

○友達、家族など自分がよく知る人が周囲にいる場合や、周囲に居る人数が少人数の場合は、同調圧力を感じても対抗できる人が多くみられた

考察（結果を受けて、効果的であると考えられる対策）

・特に多数決での話し合いの際は、大人数や挙手制は避け、匿名性を用いることが効果的であると考えられる

・自分の意見を明確に持つことが大事であると考えている生徒が多くみられたことから、(1)の中で生徒にとって最も効果的であるものは、「自分の意見」をしっかり作っておくこと”であると考えられる。

・周囲の目が気にならない状態、他人からは自分の思いや意見が聞こえない状態をつくる

5. 結論・今後の展望

生徒は学校で頻繁に同調圧力を感じていたこと、同調圧力を感じる場合の多くが、男女同様に、クラスで特に多数決を用いて何らかの決め事や話し合いをしている時である傾向が高かったことが明らかになった。また、自分の意見を明確に持つことや、十分に話し合い、自分の気持ちを話すことが可能である場を設けることが効果的であると回答した人が多数見られた。先行研究によると、「特に女子は家庭適応が高く、将来も家庭を大切にしたい」と考える傾向が強かった。しかし一方では他者の目を気にし、他者との調和も大切にしており、行動上では優等生的である。すなわち表面群は、同調行動をとってはいるが、集団中心の生き方を望んでいるのでも、協同的であるのでもなく、心理的には友人たちと離れていて、ただ集団から外れまいと群れ集まっているだけであると推察され、「群れ志向」と呼称すべき傾向をもっていると考えられる。](上野・上瀬・松井・福富・1994)とあり、同調のしやすさには性差が見られ、女子は男子に比べ、同調しやすいということが明らかになっている。今回試みたアンケート内でも、全体的にはあまり大きな違いや差は見られなかったが、同調圧力に対抗できると回答した人数は、男子より女子のほうが少なく、「女子生徒は同調しやすい」ということと同様の結果になっていた。このことから、やはり女子は同調圧力に負けやすいということがわかった。女子の同調のしやすさについて、さらに詳しく知るため、調査を試みたいと感じた。また、今回のアンケートは、2年生普通科の生徒に対してのみ行ったため、更に多くの生徒を対象にした再度アンケートを行った場合には、結果が変わってくる所があるのではないかと考えた。よって、全校生徒を対象としたアンケートも行い、より多くの生徒が同調圧力を感じにくい対策を広めていきたい。

6. 引用文献・参考文献

- ・松山洋(2020)アージュの同調圧力実験とは | EARTHSHIPCONSULTING <https://www.earthship-c.com/liberal-arts/asch-conformity-experiments/>2022年7月
- ・はなお なぜ海外を経験した日本人は、日本より海外が良いと言いたがるのか <https://giuioi.com/goabroad/>2022年8月
- ・黒川ヤスヒト(2021)同調圧力とは？日本人が群れたがる理由と同調圧力に負けない方法を解説！ https://www.rakuten-card.co.jp/minna-money/feature/article_2109_00004/2022年8月
- ・大塚統子(2021)同調圧力とは。意味と事例&回避する方法を解説 <https://woman.mynavi.jp/article/210629-23/>2022年8月
- ・権沢紫苑(2020)精神科医が教える、同調圧力に負けない「たった1つの方法」 <https://diamond.jp/articles/-/248130?page=2>2022年8月
- ・鈴木 ふみのり(2022)日本人が同調圧力をかける心理って？空気を壊さずに屈しない解決策 <https://cocology.jp/peer-pressure/>2023年1月3日
- ・出典(株)朝日新聞出版発行「知恵蔵」知恵蔵について(2008)KYとは-コトバンク <https://kotobank.jp/word/KY-183275>2022年8月
- ・荒川 和久(2021)日本人は「みんなと一緒が好き」という大誤解 | ソロモンの時代 <https://toyokeizai.net/articles/-/422892>2022年8月
- ・(2022)「同調圧力」は、脳内の電気の話？ 情緒不安定なとき、「電気」を発すると...誰にも嫌われずに同調圧力をサラリとかわす方法 <https://ddnavi.com/serial/992500/a/> 2022年12月22日
- ・(2022) 見える景色も別世界！「同調圧力」を感じない人の世界観とは——？誰にも嫌われずに同調圧力をサラリとかわす方法 <https://ddnavi.com/serial/992511/a/>2022年12月22日
- ・(2022) ストレスホルモンを知って体調をコントロールしよう ホーム 健康お役立ち記事 <https://www.mcsq.co.jp/kentatsu/health-care/20775/>2022年12月22日
- ・(2022) 実は、反抗期が大切！同調圧力に関する2つの特徴「オキシトシン」/誰にも嫌われずに同調圧力をサラリとかわす方法 <https://ddnavi.com/serial/992489/a/>2022年12月21日
- ・片村優美(2022)オキシトシン・セロトニンの分泌を増やす。食で幸せになる方法とは <https://www.kanro.co.jp/sweeten/detail/id=2643#:~:text=%E3%82%AA%E3%82%AD%E3%82%B7%E3%83%88%E3%82%B7%E3%83%B3%E3%81%AF%E3%82%B9%E3%82%AD%E3%83%B3%E3%82%B7%E3%83%83%E3%83%97%E3%82%84%E5%88%86%E6%B3%8C%E3%82%92%E4%BF%83%E9%80%B2%E3%81%95%E3%81%9B%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82>2022年12月22日
- ・医療法人 福寿会 梅田診療所(2019)オキシトシン https://www.fukujukaigr.or.jp/wp-content/uploads/2019/02/umeshin_H30_hormo_ne02.pdf2022年12月21日
- ・西村敏 同調圧力をかける人の特徴8つとイライラを減らす3つの方法 <https://rise.zero.com/peer-pressure-person.htm>2023年1月8日
- ・今村友信(2022)〈心理学〉よく聞く「同調圧力」とは？心理作用を使って自分たちの意見に誘導すること https://tokusengai.com/_ct/175328832023年1月4日
- ・朴賢晶(2010)「仲間集団への同調」による問題行動と規範意識が学校ストレスに及ぼす影響—仲間集団との関係と性差を中心に <https://www.ai-bunkyo.ac.jp/wp-mgm/wp-content/themes/ai-bunkyo/assets/images/pdf/kiyo-31.pdf#page=49>2023年1月4日
- ・上野・上瀬・松井・福富(1994)「青年期の交友関係における同調と心理的距離」 https://www.istage.ist.go.jp/article/ijep1953/42/1/42_211_article-char/ia/2023年1月4日