

愛着型の相違が青年の失恋経験における意味づけに及ぼす影響

上野山 莉加¹・岡本祐子¹

Effect of attachment styles on meaning making in adolescent's broken-heart experiences

Rika Uenoyama and Yuko Okamoto

Among their various experiences of loss, a broken heart is thought to be familiar to young people and relatively easy to experience. This experience greatly influences adolescents' values and their life. In this study, we aimed to examine the effect of differences in attachment style on meaning making in adolescents' broken-heart experiences. Questionnaires were distributed to 354 university students. In total, 312 people were analyzed after excluding incomplete responses. The results show no significant difference in meaning making or feelings of self-growth in the group with broken-heart experience. The subjects of this study were relatively healthy adolescents; therefore, their attachment styles were conceivably concentrated on the average value. The group with broken-heart experience was compared with the group without broken-heart experience and a significant difference was observed in "focus on positive aspects." The score of the group with broken-heart experience was significantly higher than the score of the group without broken-heart experience. It is suggested that adolescents should overcome the stressful experience of a broken heart during their interpersonal relationships by positive meaning making, regardless of the attachment style.

Key words: attachment style, meaning making, adolescent, broken-heart experience

問題

対象喪失

我々は、誰しも人生のあらゆる局面で、愛する者との別れがあり、これは避けることのできない経験である。この深い悲しみを味わう喪失経験を“対象喪失 (object loss)”と呼び、精神分析学では“愛情や依存の対象を、その死によって、あるいは生き別れによって失う経験”と定義されている (小此

¹ 広島大学大学院教育学研究科

木, 1979)。

小此木 (1979) は、対象喪失について、失う対象を以下の3種類に分類して説明している。1点目は、近親者の死や失恋をはじめとする、愛情・依存の対象の死や別離である。2点目は、住みなれた環境や地位、役割、故郷などからの別れである。例えば、引越し、転勤、海外移住、進学、転校などが含まれる。3点目は、自分の誇りや理想、所有物の意味を持つような対象の喪失である。具体的には、アイデンティティや自分の能力、病気や事故による身体の一部の喪失が含まれる。このように、我々が喪失する対象は、人物だけに限らず、環境や自己イメージなど抽象的なものも含まれており、非常に多岐にわたっている。

喪失経験による心理的反応

Freud,S.は、喪失によって引き起こされる一連の心理的反応を「モーニングワーク (mourning work)」、すなわち「悲哀の仕事」と呼んだ(小此木, 1979)。そして、この悲哀の心理的反応は、Bowlby (1961) や Harvey (1995) によって類型化が行われた。Bowlby (1961) は、母親から離された乳幼児の心理的反応として、抗議 (protest)、絶望 (despair)、離脱 (detachment) の3段階を見出した。さらに、Bowlby (1980) は後に、近親者を失った成人の心理的反応として、無感覚、失った人物に対する思慕と探求、混乱と絶望、再建といった4段階モデルを提唱した。また、Harvey (2002) は、親密な関係が解消された時に生じる心理的反応として、ショック・驚愕、現実の否認、新しい関係の探求、ゆるやかな回復の4段階を提唱した。しかし、このような悲哀の心理過程には、喪失対象や喪失状況によって個人差がある。小此木 (1979) は、回復過程の各段階が相互に重なり合ったり、消失したり、逆戻りしたりする可能性があるとして主張している。

様々な対象喪失の中でも、青年にとって、失恋は身近に感じられ比較的経験しやすく、また青年の価値観や人生に大きく影響する喪失経験であると考えられる。そこで、本研究では、小此木 (1979) による喪失対象の3分類の中で、近親者の死や失恋をはじめとする、愛情・依存の対象の死や別離を取り上げて、行う。具体的には、青年の失恋経験に焦点を当てる。なお、本研究における失恋経験は、飛田 (1992) の定義より、“一定の期間継続した親密な関係が崩壊・解消した出来事”とする。

喪失経験の意味づけ

上述した喪失経験のような、ストレスフルな経験を乗り越える対処法の一つとして“意味づけ (meaning making)”が注目されている。Park (2010) は、意味づけを、ストレスフルまたはトラウマティックな出来事に遭遇したとき、その出来事が起きた意味を探求・理解し、その出来事がもたらす恩恵を発見する認知的コーピング及びその過程であると定義している。

意味づけに関する有力なモデルの一つとして、“意味づけモデル”(meaning-making model: Park, 2010; Park & Folkman, 1997) がある。意味づけモデルは、人がストレスフルな出来事に遭遇してから、その出来事に適応していくまでの過程を示したものである。特に、人がもともと持つ信念や常識、価値観を含む世界的意味 (global meaning) と、出来事に対する評価を指す状況的意味 (situational meaning) の矛盾に焦点を置いている。この矛盾をもたらす出来事によってストレスが生じ、ストレ

スを軽減しようと意味の探求が動機づけられる。そして意味づけにより矛盾が軽減すれば、人はその出来事に適応するとされている。

成人の愛着理論

青年期は心身の発達に伴って恋愛や性への関心が高まり、親密な関係の対象が親から友人、恋人へと移行していく時期である。Bowlby (1961) は、精神分析や比較行動科学を統合して、愛着は“ある特定の人と他の特定の人の中に形成される愛情の絆”であると述べている。また、内的作業モデルを提唱し、幼少期に養育者と築いた表象が、後の愛着形成に影響すると述べている。Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall (1978) は、幼児に母親及び見知らぬ人との分離と再会を経験させるストレンジ・シチュエーション法を用いて、幼児の反応パターンから 3 つの愛着型、つまり「安定型 (Secure)」、 「アンビバレント型 (Anxious/ambivalent)」、 「回避型 (Avoidant)」に分類した。このような幼児と養育者の関係においてみられる愛着型は、幼児期だけでなくその後続く青年期や成人期での対人関係に影響を与えると考えられている。後に、Hazan & Shaver (1987) は、愛着理論を青年・成人の恋愛へと適用し、Ainsworth et al. (1978) の愛着分類が、青年・成人の愛着分類においても当てはまると仮定した。また、Bartholomew & Holowitz (1991) は、成人の愛着型には、自己観と他者観という 2 つの軸があり、それぞれのモデルがポジティブかネガティブか、それらの組み合わせによって愛着型を分類する 2 次元・4 分類モデルを提唱した。つまり、愛着型を「安定型」、「拒絶型」、「とらわれ型」、「恐れ型」に分類した。加藤 (1998) は、4 つの愛着型の特徴を述べている。(Table 1)。Brennan, Clark, & Shaver (1998) は、成人愛着スタイル尺度 (Experiences in Close Relationships inventory, 以下 ECR と略す) 作成にあたり、自己観と他者観について、“自己観がポジティブである”とは、“愛着対象から見捨てられるかもしれないという不安が低い”ということであり、“他者観がポジティブである”とは、“愛着対象との親密な関係を回避しない”ということであると考えた (中尾・加藤, 2004)。ゆえに、自己観は「見捨てられ不安」と、他者観は「親密性の回避」と対応している。「見捨てられ不安」は、過度の親密さへの希求、相手から見捨てられることへの不安や焦燥感などといった特徴を持つと考えられている。一方で、「親密性の回避」は、親密さへの嫌悪や他者への依存することへの忌避といった特徴を持つと考えられている (金政, 2009)。

愛着型と意味づけとの関連

愛着型によってストレスのコーピング・ストラテジーが異なること (金政・大坊, 2003) や、愛着型によって環境移行期における適応過程が異なること (丹羽, 2005) から、愛着型によって意味づけ過程が異なると考えられる。また、このような愛着型の違いが出来事の中で経験する感情や、その後の行動に反映すること (戸田, 1991) や、また愛着型によって成長契機感情や成長過程行動の違いが見られること (山影, 2010) から愛着型によって、失恋に対する意味の付与や自己成長感に影響を及ぼすと考えられる。

Table 1
4つの愛着型の特徴 (加藤, 1998)

		自己観	
		ポジティブ	ネガティブ
他者観	ポジティブ	安定型 ・ 親密な友人関係を大切に ・ 個人的な自律性を失うことなく親しい関係を維持する能力がある ・ 対人関係やそれに関わる問題を議論するとき一貫性があり思慮深い	とらわれ型 ・ 親密な関係に過剰にのめり込む ・ 自分の幸福感を持つ上で他の人の受容に依存している ・ 対人関係について議論するとき一貫性がなく情動を大げさに表出する
	ネガティブ	拒絶型 ・ 親密な関係の重要性を過小評価する ・ 情動性が制限されている ・ 独立性と自律性を重視する ・ 対人関係について議論するとき一貫性がなく明瞭さや信頼性に欠ける	恐れ型 ・ 拒絶されることへの恐怖、自分への安全感、他者への不信感から親しい関係を回避する

目的と仮説

近年、意味づけ研究は盛んに行われているが、ネガティブな経験 (松下, 2005, 2008) やストレスフルな経験 (上條・湯川, 2014, 2016) など意味づけを行う対象となる出来事の幅が広く、ある特定の出来事に焦点を当てたものは少ない。ゆえに、意味づけの対象となる出来事を限定することによって、その出来事に特化したより精緻な知見を提供することができると考えられる。

また、愛着型研究において、愛着型を安定型、アンビバレント型、回避型の3分類モデルを使用しているものが多く、安定型、拒絶型、とらわれ型、恐れ型の4分類モデルを使用しているものは少ない。3分類のモデルの回避型には、4分類モデルの拒絶型と恐れ型の両方が含まれているため、愛着型の違いをより精緻に捉えるためには4分類モデルを使用する必要があると考えられる。また、愛着型の4分類モデルと意味づけの関連を検討した研究は見受けられない。

以上のことから、本研究では、ストレスフルな経験を失恋経験に限定し、愛着型の違いが失恋経験に対する意味づけに及ぼす影響を量的に検討することを目的とする。具体的には、愛着型の違いが、青年の失恋経験に対する意味の付与や自己成長感に及ぼす影響を検討する。

本研究の仮説は、以下のとおりである。

1. 愛着型の相違によって失恋経験に対する意味の付与や自己成長感が異なり、安定型は失恋経験に対して肯定的な意味を付与し、最も自己成長感を感じるであろう。逆に、恐れ型は失恋経験に対して否定的な意味を付与し、あまり自己成長感を感じないであろう。
2. 【親密性の回避】、【見捨てられ不安】の高低から、拒絶型は失恋経験に対して否定的な意味を

付与し、あまり自己成長感を感じないが、とらわれ型は安定型ほどではないが、肯定的な意味を付与し、自己成長感を感じるであろう。

方法

調査対象者 大学生を対象に 354 部質問紙を配布、回収した。欠損値のあるデータを除外し、最終的な分析対象者は 312 名であり (男性 158 名, 女性 153 名, 不明 1 名), 有効回答率は 88.1%であった。平均年齢は 20.2 歳, $SD=1.4$ であった。

手続き 個別自記入形式の質問紙調査であり, 授業後に筆者によって集合調査形式で実施された。回答依頼時に, 調査への参加は自由であること, 途中で中断することも可能であること, データは統計的に処理され個人が特定されることはないことを, 文書と口頭での説明合意を得た。なお, 謝礼は提示していない。回答はいずれも無記名で行われた。実施時間は約 5 分であった。

質問紙の構成 ①愛着型 中尾・加藤 (2004) による日本語版 ECR を使用した。【親密性の回避】因子 18 項目と【見捨てられ不安】因子 18 項目の, 全 2 因子 36 項目を 7 件法で測定した。②失恋に関する項目 過去 3 年以内での失恋経験の有無, 交際期間, 別れタイプを尋ねた。別れタイプでは, 自分から別れを告げたか, あるいは相手から別れを告げられたかを尋ねた。③経験に対する意味の付与 宅 (2005) によるストレス体験に対する意味の付与尺度を使用した。【ポジティブな側面への焦点付け】因子 5 項目, 【出来事を経験した自己に対する評価】因子 4 項目, 【出来事のメッセージ性のキャッチ】因子 4 項目の, 全 3 因子 13 項目を 4 件法で測定した。④経験に対する自己成長感 宅 (2005) によるストレスに起因する自己成長感尺度を使用した。1 因子全 30 項目を 4 件法で測定した。ストレス体験をきっかけとした自己成長感とは, 「ストレスフルな体験の前後で, 青年自らが心理的に成長したと感じる主観的成長感」と定義されている (宅, 2005)。⑤フェイスシート 所属, 学年, 年齢, 性別を尋ねた。

結果

結果の処理 失恋に関する基本的な項目について, 過去 3 年以内に失恋経験があった対象者は 153 名 (男性 79 名, 女性 74 名), 失恋経験がない対象者は 159 名 (男性 79 名, 女性 79 名, 不明 1 名) であった。以下, 失恋経験がある対象者を失恋経験有群, 失恋経験がない対象者を失恋経験無群とした。

失恋経験有群において, 交際期間の平均は 15.4 ヶ月であった。そこで, 15.4 ヶ月未満を交際期間短期間群, 15.4 ヶ月以上を交際期間長期間群とした。交際期間短期間群は 97 名, 交際期間長期間群は 53 名, 未記入は 3 名であった。また, 別れタイプにおいて, 自分から別れを告げた対象者は 75 名, 相手から別れを告げられた対象者は 72 名, その他は 6 名であった。

ECR の因子構造の検討 まず, ECR について, 先行研究と同様に, 2 因子構造となることを確かめるため, 確認的因子分析を行った。その結果, $CFI=.60$, $RMSEA=.11$ となり, 適合度は不十分で

あった。ゆえに、因子構造の検討のため、最尤法及びプロマックス回転による探索的因子分析を行った。固有値が第1因子から順に7.79, 7.07, 2.64, 1.66と推移していたため、2因子解が妥当であると判断した。そこで、因子数を2に固定し、再度因子分析を行った。因子負荷量が.35以下となった項目(22.「私は、(恋人に)見捨てられるのではないかと心配になることはほとんどない」、35.「私は恋人になぐさめや元気づけたりすることをふくめ、いろいろなことで助けを求める」)を除外し、再度因子分析を行った。回転後の因子パターンと因子間相関をTable 2に示した。先行研究で得られた結果と同様の因子のまとまりが見られたため、第1因子を【見捨てられ不安】因子、第2因子を【親密性の回避】因子とした。クロンバックの α 係数は、共に.90であり、十分な内的整合性が得られた。

愛着型の分類 本研究における調査対象者の愛着型を分類するため、【見捨てられ不安】因子、【親密性の回避】因子それぞれの下位尺度の平均値を算出した。その結果、それぞれの平均値は3.6, 3.5となった。以上から、【見捨てられ不安】因子について、3.6以上を見捨てられ不安高群、3.6未満を低群、【親密性の回避】因子について、3.5以上を親密性の回避高群、3.5未満を低群とし、その両因子の高低から、本研究の調査対象者を4つの愛着型に分類した。つまり、【見捨てられ不安】、【親密性の回避】が共に低い群を「安定型」、【見捨てられ不安】が低く、【親密性の回避】が高い群を「拒絶型」、【見捨てられ不安】が高く、【親密性の回避】が低い群を「とらわれ型」、【見捨てられ不安】、【親密性の回避】が共に高い群を「恐れ型」とした。安定型41名、拒絶型31名、とらわれ型42名、恐れ型39名であった。調査対象者の愛着型散布図をFigure 1に示した。

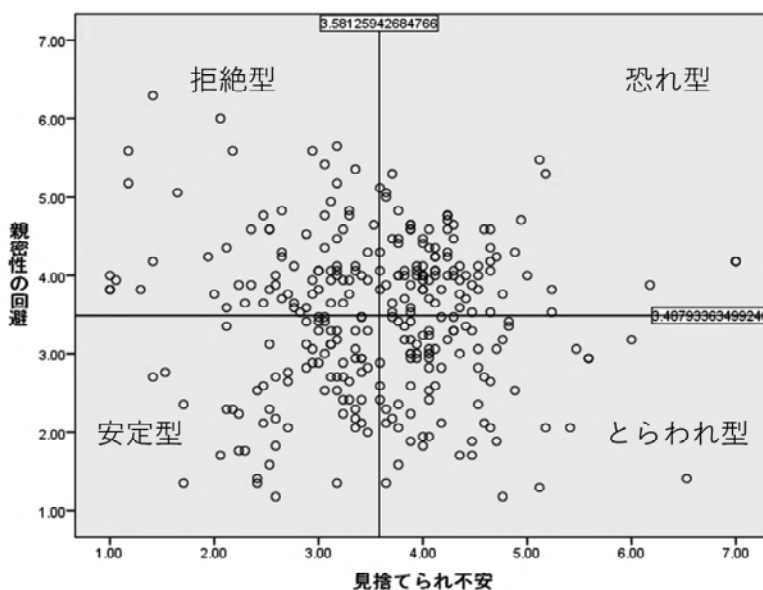


Figure 1. 調査対象者の愛着型散布図

Table 2
成人愛着スタイル尺度 (ECR) の因子分析結果 (プロマックス回転, 最尤法)

	1	2
1: [見捨てられ不安] (17項目), $\alpha = .90$		
14. 私はひとりぼっちになってしまうのではないかと心配する	.673	.179
08. 私は、恋人を失うのではないかとけっこう心配している	.642	.070
30. 私は、私がいてほしいと望むほどに恋人がそばにいてくれないと、イライラしてしまう	.642	-.014
02. 私は見捨てられるのではないかと心配だ	.642	.013
32. 私は、必要なきにいつでも恋人が私のためにいてくれないとイライラする	.640	.013
06. 私が恋人のことを大切に思うほどには、恋人が私のことを大切に思っていないのではないかと心配する	.638	.142
12. 私があまりにも気持ちの上で完全に一つになることを求めるために、ときどき恋人はうんざりして私から離れていってしまう	.621	.072
36. 私は、恋人が私のことをほっといて一人で何かをすることが重なるにつれて腹が立ってきてしまう	.618	-.107
24. 私は恋人に自分のことを好きになってもらうことができなかつたら、私はきっと期が動転して、悲しくなったり腹が立ったりする	.582	-.102
16. 私が恋人と親密になりたいと強く望むがために、ときどき恋人はうんざりして私から離れていってしまう	.579	.103
18. 私には、恋人が愛してくれているということを何度も何度も言う必要がある	.562	-.147
34. 恋人にダメだなあと言われると、自分は本当にダメだなあと感じる	.528	-.156
26. 私は、私が親密になりたいと望むほどには恋人は私と親密になりたいと思っていないと思う	.520	.128
10. 私はいつも、恋人が私に対していてくれる気持ちが、私が恋人にいてくれる気持ちと同じくらい強ければいいのになあと思う	.515	-.211
04. 私は色々な人との関係について、非常に心配している	.495	.137
20. 私は、恋人にもっと自分の感情や自分たちの関係に真剣であることを示させようとしているのを感じる 때가ときどきある	.485	-.073
28. 私は誰かとつき合っていないと、何となく不安で不安定な気持ちになる	.437	-.114
2: [親密性の回避] (17項目), $\alpha = .90$		
23. 私は恋人とあまり親密になることがどちらかというと好きではない	.093	.790
07. 私は、恋人が非常に親密になりたがってくると、いごち悪く感じる	.152	.756
17. 私は恋人とあまり親密にならないようにしている	.218	.754
09. 私は恋人に心を開くのに抵抗を感じる	.236	.722
13. 私は恋人があまりに自分と親密になってくると、とてもイライラしてしまう	.215	.672
25. 私は恋人に何でも話す (R)	-.310	.644
05. 恋人が私と親密になろうとするやいなや、私は自分から距離を取ろうとしている自分に気付く	.223	.638
01. 心の奥底で何を感じているかを恋人に見せるのはどちらかというと好きではない	.097	.627
29. 私は恋人に頼ることに抵抗がない (R)	-.254	.588
15. 私は、あまり人に話さないような自分の考えや気持ちを恋人に話すことに抵抗がない (R)	-.258	.568
31. 私は、恋人になぐさめやアドバイス、助けを求めることに抵抗がない (R)	-.282	.524
27. 私はたいい、自分の問題や心配事を恋人と話し合う (R)	-.342	.507
03. 私は恋人と親密になることがとても快い (R)	-.238	.488
21. 私は自分が恋人に依存することをゆるすことがなかなかできないと思う	.059	.485
19. 私は比較的容易に恋人と親密になれると思う (R)	-.129	.462
33. 困ったときに恋人に助けを求めると、何かちょっとは (状況が) よくなる (R)	-.274	.448
11. 私は恋人と親密になりたいのだが、いつの間にかいつい後ずさりしていることが多い	.261	.426
	因子間相関	1 2
		2 - .005

Rは反転項目

意味の付与尺度の因子構造の検討 次に、ストレス体験に対する意味の付与尺度について、先行研究と同様に、3因子構造となることを確かめるため、確認的因子分析を行った。その結果、CFI=.91, RMSEA=.11 となり、適合度は不十分であった。そこで、因子構造の検討のため、最尤法及びプロマ

ックス回転による探索的因子分析を行った。固有値が第1因子から順に 6.18, 1.73, 1.37, .627, .538 と推移していたため、3因子解が適当であると判断した。そこで、因子数を3に固定し、再度因子分析を行った。回転後の因子パターンと因子間相関を Table 3 に示した。先行研究で得られた結果と同様の因子のまとまりが見られたため、第1因子を【ポジティブな側面への焦点づけ】因子、第2因子を【出来事のもつメッセージ性のキャッチ】因子、第3因子を【出来事を経験した自己に対する評価】因子とした。クロンバックの α 係数は、順に .89, .87, .85 であり、十分な内的整合性が得られた。

自己成長感尺度の因子構造の検討 次に、ストレスに起因する自己成長感尺度について、単因子構造と多因子構造の両方の知見が提示されており、未だ確定されていないため、最尤法及びプロマックス回転による探索的因子分析を行った。固有値が第1因子から順に 12.12, 1.85, 1.66, 1.16, 1.04 と推移していたため、3因子解が適当であると判断した。そこで、因子数を3に固定し、再度因子分析を行った。因子負荷量が .35 以下となった項目 (4.「心配してくれる人がいることを実感した」、21.「人の心の意味が分かるようになった」、27.「少し大人に近づいたと実感した」) を除外し、再度因子分析を行った。回転後の因子パターンと因子間相関を Table 4 に示した。第1因子は、「自分に自信がついた」、「成長しているという手応えを感じた」など自分に対して評価をする内容の項目が多くみられたため、【自己に対する評価】因子と命名した。第2因子は、「他人の失敗を許せるようになった」、「心が広がった」など物事に対する客観的・寛容的評価をする内容の項目が多くみられたため、【物事に対する寛容的受けとめ】因子と命名した。第3因子は、「人間を超えた力のようなものがあると思うようになった」、「自分も、この世の一員だと実感した」など物事を広く捉える内容の項目が特徴的にみられたため、【世界的評価】因子と命名した。クロンバックの α 係数は、順に .91, .90, .77 であり、十分な内的整合性が得られた。

Table 3
ストレス体験に対する意味の付与尺度の因子分析結果 (プロマックス回転, 最尤法)

	1	2	3	
1: 【ポジティブな側面への焦点づけ】 (5項目), $\alpha = .89$				
02. このことに、何か良い面もあったかもしれないと思った	.900	-.098	-.016	
01. このことは、それもそれでいい機会だったなと考えた	.852	-.134	.040	
04. これは、自分にとって、大切な経験になった	.846	.112	-.079	
03. この経験から、何か得るものがあった	.688	.125	-.051	
05. この経験のおかげと思うようなことがあった	.627	-.005	.142	
2: 【出来事のもつメッセージ性のキャッチ】 (4項目), $\alpha = .87$				
11. このことは、何か自分へのメッセージがあった	-.037	.956	-.101	
10. このことは、人生や生き方について考えてみなさいというメッセージだと思った	-.107	.830	.042	
12. このことは、自分らしさについて考えてみなさいというメッセージだと思った	.000	.683	.138	
13. このことには、何か意味があったのではないかと思った	.250	.599	.038	
3: 【出来事を経験した自己に対する評価】 (4項目), $\alpha = .85$				
07. こういう経験をした自分のことを、自分でもすごいと思っている	-.091	-.046	.995	
06. こういう経験をした自分のことを、自分でもすごいと思っている	.079	.000	.698	
08. この時のことは、自分の中でも、よく頑張った方だと思う	-.047	.078	.685	
09. この経験が、自信になっていると思う	.208	.050	.589	
	因子間相関	1	2	3
	2	.505	—	—
	3	.560	.535	—

Table 4
 ストレスに起因する自己成長感尺度の因子分析結果 (プロマックス回転, 最尤法)

	1	2	3
1: 【自己に対する評価】 (11項目), $\alpha = .91$			
22. 精神的に強くなった	.768	.193	-.270
13. 根性がついた	.763	-.085	.051
08. 成長しているという手応えを感じた	.734	-.094	.100
18. 自分がいい方向に変わったと感じた	.700	.028	.075
07. 前向きに, 物事を見るようになった	.644	.000	.177
05. がまん強くなった	.640	.149	-.131
19. 自分のことを自分で解決する力がアップした	.611	.187	-.032
30. 一山, 乗り越えたと思った	.607	.138	-.135
03. 自分に自信がついた	.597	-.272	.345
17. この先, どんなことがあってもやっつけていけそうと感じた	.530	-.030	.235
06. 他人がどう思うかではなく, 自分は自分なのだと思った	.401	.092	.107
2: 【物事に対する寛容的受けとめ】 (11項目), $\alpha = .90$			
25. 自分がどういう人間なのかを考えるようになった	-.156	.719	.074
28. いろいろなものの見方をするようになった	.152	.703	-.046
09. いろいろなことを考えるようになった	.078	.697	-.209
23. 友達を大切にしようと思った	.026	.662	.000
29. 相手の気持ちや立場を考えながら自分の意見を述べるようになった	.106	.638	.119
16. 自分は, 完璧な人間ではないと思った	-.057	.578	.054
01. 他人の気持ちを大切にするようになった	-.079	.565	.193
10. 他人の失敗を許せるようになった	-.007	.557	.237
24. 心が広がった	.241	.496	.029
20. 世の中には, 思い通りにいかないこともあると思うようになった	.130	.482	-.167
26. 出来事のいい面にも目を向けるようになった	.182	.445	.263
3: 【世界的評価】 (5項目), $\alpha = .77$			
02. 人間を超えた力のようなものがあると思うようになった	.040	-.200	.706
12. 命の大切さを実感した	-.123	.155	.601
15. キレなくなった	-.027	.125	.568
14. 自分も, この世の一員だと実感した	.142	.049	.553
11. 他人が困っていたら, 自分から手助けするようになった	.000	.340	.388
因子間相関	1	2	3
	2	—	—
	3	.617	—

各尺度における下位因子の相関分析 まず, 失恋経験有群における, 成人愛着スタイル尺度, ストレス体験に対する意味の付与尺度, ストレスに起因する自己成長感尺度の下位因子ごとの相関係数を算出した (Table 5)。Table 5 より, 成人愛着スタイル尺度の下位因子間に有意な相関はみられなかった。しかし, ストレス体験に対する意味の付与尺度, ストレスに起因する自己成長感尺度の下位因子間に有意な正の相関がみられた ($p < .01$)。

4つの愛着型と意味の付与尺度との関連 まず, 4つの愛着型によって, ストレス体験に対する意味の付与尺度の得点が異なるかどうかを検討するため, 失恋経験有群の愛着型を独立変数, 意味の付与尺度の下位尺度得点を従属変数とし, 1要因の分散分析を行った (Table 6)。その結果, いずれの下位尺度得点にも有意な群間差はみられなかった。

4つの愛着型と自己成長感尺度との関連 まず, 4つの愛着型によって, ストレスに起因する自己成長感尺度の得点が異なるかどうかを検討するため, 失恋経験有群の愛着型を独立変数, 自己成長感尺度の下位尺度得点を従属変数とし, 1要因の分散分析を行った (Table 7)。その結果, いずれの下位尺度得点にも有意な群間差はみられなかった。

Table 5

失恋経験有群の成人愛着スタイル尺度、ストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の下位因子における相関

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 失恋有群の見捨てられ不安	—							
2. 失恋有群の親密性の回避	-0.1	—						
3. 失恋有群のポジティブな側面への焦点づけ	0.0	-0.1	—					
4. 失恋有群の出来事のもつメッセージ性のキャッチ	0.1	0.0	.31**	—				
5. 失恋有群の出来事を経験した自己に対する評価	0.1	-0.1	.47**	.45**	—			
6. 失恋有群の自己に対する評価	0.0	-0.2	.58**	.48**	.60**	—		
7. 失恋有群の物事に対する寛容的受けとめ	0.0	-0.1	.47**	.48**	.38**	.67**	—	
8. 失恋有群の世界的評価	-0.1	0.0	.32**	.36**	.44**	.58**	.62**	—

** $p < .01$

Table 6

失恋有群におけるストレス体験に対する意味の付与尺度の平均値及び分散分析の結果

	安定型		拒絶型		とらわれ型		恐れ型		F値
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
ポジティブな側面への焦点づけ	3.27	.69	3.05	.86	3.19	.73	3.14	.71	.56
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	2.55	1.00	2.48	.92	2.74	.81	2.85	.81	1.34
出来事を経験した自己に対する評価	2.27	.95	2.06	.79	2.35	.78	2.29	.80	.76

Table 7

失恋有群におけるストレスに起因する自己成長感尺度の平均値及び分散分析の結果

	安定型		拒絶型		とらわれ型		恐れ型		F値
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
自己に対する評価	2.56	.74	2.41	.77	2.65	.57	2.45	.76	.91
物事に対する寛容的受けとめ	2.91	.76	2.81	.76	3.09	.52	2.90	.58	1.17
世界的評価	2.12	.80	1.97	.69	1.99	.59	1.98	.72	.91

4つの愛着型、交際期間と意味の付与尺度、自己成長感尺度との関連 4つの愛着型と交際期間によって、ストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の得点が異なるかを検討するために、4つの愛着型と交際期間を独立変数、意味の付与尺度、自己成長感尺度の下位尺度得点を従属変数とし、2要因の分散分析を行った (Table 8)。その結果、いずれの下位尺度得点にも有意な差はみられなかった。

4つの愛着型、別れタイプと意味の付与尺度、自己成長感尺度との関連 4つの愛着型と別れタイプによって、ストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の得点が異なるかを検討するために、4つの愛着型と別れタイプを独立変数、意味の付与尺度、自己成長感尺度の下位尺度得点を従属変数とし、2要因の分散分析を行った (Table 9)。その結果、【物事に対する寛容的受けとめ】と【世界的評価】において、交互作用が有意であったため、($F(3,139)=3.36, p < .05$;

$F(3,139)=3.71, p<.05$)。単純主効果の検定を行った。その結果、【物事に対する寛容的受けとめ】については、相手群における愛着型の単純主効果が有意であり ($F(3,139)=4.87, p<.01$)、安定型が拒絶型より、またとらわれ型が拒絶型よりも有意に得点が高かった。つまり、別れタイプが相手から別れを告げられた群において、安定型が拒絶型より、またとらわれ型が拒絶型より、【物事に対する寛容的受けとめ】の得点が有意に高かった。また、愛着型における別れタイプの単純主効果が有意であり ($F(1,139)=5.58, p<.05$)、拒絶型において、相手から別れを告げられるより自分から別れを告げる方が、【物事に対する寛容的受けとめ】の得点が有意に高かった。

また、【世界的評価】については、相手群における愛着型の単純主効果が有意であり ($F(3,139)=3.25, p<.05$)、安定型が拒絶型よりも有意に得点が高かった。つまり、別れタイプが相手から別れを告げられた群において、安定型が拒絶型より、【世界的評価】の得点が有意に高かった。また、愛着型における別れタイプの単純主効果が有意であり ($F(1,139)=8.95, p<.01$)、拒絶型において、相手から別れを告げられるより自分から別れを告げる方が、【世界的評価】の得点が有意に高かった。

失恋経験有群と失恋経験無群の比較 失恋経験有群と失恋経験無群において、ストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の得点に差があるかを検討するために、失恋経験の有無を独立変数、意味の付与尺度、自己成長感尺度の下位尺度得点を従属変数とし、 t 検定を行った (Table 10)。【ポジティブな側面への焦点づけ】において有意差がみられ、失恋経験無群より失恋経験有群の方が、得点が有意に高かった ($t=3.66, df=310, p<.01$)。

Table 8

愛着型と交際期間による平均値と分散分析の結果

愛着型 交際期間	安定型		拒絶型		とらわれ型		恐れ型		主効果		交互作用
	短期間	長期間	短期間	長期間	短期間	長期間	短期間	長期間	愛着型	交際期間	
ポジティブな側面への焦点づけ	3.28	3.25	2.95	3.13	3.11	3.40	3.06	3.35	.57	1.94	.40
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	2.84	2.13	2.59	2.40	2.69	2.85	2.90	2.81	1.61	1.89	1.66
出来事を経験した自己に対する評価	2.34	2.16	2.00	2.02	2.34	2.38	2.25	2.40	1.02	.00	.24
自己に対する評価	2.66	2.43	2.37	2.33	2.70	2.55	2.56	2.24	1.00	2.20	.21
物事に対する寛容的受けとめ	3.00	2.79	2.64	2.88	3.07	3.14	3.03	2.65	1.65	.38	1.45
世界的評価	2.27	1.91	1.86	2.15	2.06	1.82	2.06	1.82	.37	1.30	1.30

Table 9

愛着型と別れタイプによる平均値と分散分析の結果

愛着型 別れタイプ	安定型		拒絶型		とらわれ型		恐れ型		主効果		交互作用
	自分	相手	自分	相手	自分	相手	自分	相手	愛着型	別れタイプ	
	ポジティブな側面への焦点づけ	3.11	3.47	3.07	2.95	3.13	3.27	3.27	3.04	.77	
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	2.69	2.48	2.55	2.50	2.80	2.69	2.84	2.85	.94	.40	.11
出来事を経験した自己に対する評価	2.29	2.40	2.14	1.89	2.54	2.17	2.40	2.90	1.11	1.71	.58
自己に対する評価	2.39	2.77	2.50	2.16	2.65	2.68	2.45	2.40	1.60	.00	1.42
物事に対する寛容的受けとめ	2.81	3.06	2.97	2.42	2.95	3.29	2.80	2.99	2.71	.30	3.36*
世界的評価	2.09	2.27	2.26	1.49	1.90	2.12	1.90	2.04	1.17	.25	3.71*

* $p < .05$

Table 10

失恋経験の有無別の平均値とSD得点及びt検定の結果

	失恋経験有群		失恋経験無群		t 値
	M	SD	M	SD	
	ポジティブな側面への焦点づけ	3.17	.74	2.84	
出来事を経験した自己に対する評価	2.67	.89	2.55	.90	1.16
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	2.26	.83	2.35	.95	-.95
自己に対する評価	2.53	.71	2.60	.74	-.93
物事に対する寛容的受けとめ	2.94	.66	2.84	.68	1.24
世界的評価	2.02	.70	2.14	.69	-1.49

** $p < .01$

考察

本研究の目的は、ストレスフルな経験を失恋経験に限定し、愛着型の違いが失恋経験に対する意味づけに及ぼす影響を量的に検討することであった。具体的には、愛着型の違いが、青年の失恋経験に対する意味の付与や自己成長感に及ぼす影響を検討することを目的とした。

各尺度における下位因子の相関分析 ストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の下位因子間に有意な正の相関がみられたことから、経験に対して肯定的な意味を付与すること、自己成長感を感じることは関連があることが示唆された。

4つの愛着型と意味の付与、自己成長感との関連 4つの愛着型のストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の下位尺度得点を比較したところ、いずれの得点にも有意な差はみられなかった。そこで、【見捨てられ不安】、【親密性の回避】ともに平均値±1SD以

上の値をもつ対象者を抽出して再度分析を行った。しかし、いずれの得点にも有意な差はみられなかった。以上の理由としては、先行研究と同様に、【見捨てられ不安】と【親密性の回避】のそれぞれの平均値を基準として愛着型を分類したが、調査対象者は比較的健康な青年であったため、対象者の多くが平均値に集中していたことがあげられる。このことから、形式上愛着型を4つに分類したが、本研究の調査対象者の愛着型の特徴は類似した傾向があり、同質である可能性が考えられる (Figure 1)。

4つの愛着型、交際期間と意味の付与、自己成長感との関連 4つの愛着型と交際期間における、ストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の下位尺度得点を比較したところ、いずれの得点にも有意な差はみられなかった。これは、4つの愛着型をさらに交際期間によって2つに群分けしたため、サンプル数の少なさが理由としてあげられる。また、本研究ではサンプル数の少なさから、交際期間を長期間群と短期群の2群のみに分類して分析を行った。しかし、本研究の調査対象者の交際期間は、長いもので数年間、短いもので1か月に満たないものも含まれており、範囲が広い。【出来事のもつメッセージ性のキャッチ】の交互作用の有意確率が $p=0.18$ であったことから、今後サンプル数を増やし、交際期間をより詳細に分類し分析を行うことによって、有意差がみられる可能性がある。

4つの愛着型、別れタイプと意味の付与、自己成長感との関連 4つの愛着型と別れタイプにおけるストレス体験に対する意味の付与尺度、ストレスに起因する自己成長感尺度の下位尺度得点を比較したところ、【物事に対する寛容的受けとめ】と【世界的評価】に交互作用がみられた。

まず、【物事に対する寛容的受けとめ】において、相手から別れを告げられた場合、拒絶型より、安定型ととらわれ型の方が有意に得点が高かった。これは、安定型やとらわれ型は【親密性の回避】が低く、他人と親しくなることに困難感を抱かないため、過去の恋愛は思い出として保存し、次のステップに移行することが比較的容易なためであると考えられる。安定型については、【見捨てられ不安】が低いことから、恋愛関係が崩壊した際に、相手との分離を容易に受け入れることができることが関係していると考えられる。また、とらわれ型については、【見捨てられ不安】が高いことから、恋愛関係が崩壊した際に、失恋相手に執着する (田沢, 2017) が、新たな親密になれる相手を見つけることによって、失恋相手との分離を受け入れていると考えられる。また、【物事に対する寛容的受けとめ】は、「出来事のいい面にも目を向けるようになった」、「いろいろなものの見方をするようになった」など出来事に対する寛容的視点に関する項目と、「他人の気持ちを大切にすようになった」、「友達を大切にしようと思った」など対人関係に関する項目も含まれている。よって、安定型やとらわれ型は、恋愛関係崩壊後の相手との分離を容易に受け入れることができるかどうかについては異なるが、出来事に対して広い視野を持つと同時に、対人関係を肯定的に評価することによって、自己成長感を感じる事が示唆された。

また、拒絶型において、相手から別れを告げられるより、自分から別れを告げる方が【物事に対する寛容的受けとめ】の得点が有意に高かった。これは、拒絶型は【親密性の回避】が高く、親密な関係を絶つことに不安がなく、そのような関係の重要性について過小評価しているためであると考えられる。なお、拒絶型において比較を行うと、自分から別れを告げる方が【物事に対する寛容

的受けとめ】の得点が有意に高いという結果になったが、平均値は相手群が 2.42、自分群が 2.97 であり、拒絶型が【物事に対する寛容的受けとめ】をすることによって自己成長感を感じているとは一概には言えない。上述したように【物事に対する寛容的受けとめ】の項目内容には対人関係に関する項目が含まれており、また、拒絶型が他の愛着型に比べ、ストレス状況下で他者と深く関わりたいという欲求が低いことを明らかにした知見 (Hart, Shaver, & Goldenberg, 2005) を考慮すると、【親密性の回避】が高い拒絶型がそのような方法で自己成長感を感じているとは考えにくい。よって、今後の課題として、拒絶型がどのような過程を経て自己成長感を感じるに至ったかを検討する必要がある。

次に、【世界的評価】において、拒絶型より安定型の方が有意に得点が高かった。これは、概ね仮説を支持しているといえる。また、拒絶型において、相手から別れを告げられるより、自分から別れを告げる方が【世界的評価】の得点が有意に高かった。これは、上述したように、拒絶型が親密な関係の重要性を過小評価するという特徴を持っているためであると考えられる。

失恋経験有群と失恋経験無群の比較 失恋経験有群と失恋経験無群における意味の付与尺度、自己成長感尺度の下位尺度得点に差があるかを検討したところ、【ポジティブな側面への焦点づけ】において、失恋経験無群より失恋経験有群の方が、得点が有意に高かった。このことから、失恋という対人関係上のストレスフルな出来事を乗り越えることによって、愛着型に関わらず、出来事と向き合うことで、出来事の良い面に着目し、肯定的な意味の付与をする傾向があることが示唆された。

本研究の限界と今後の展望 本研究の限界としては、まず、調査対象者が比較的健康な青年に偏っていたことがあげられる。ゆえに、今後の研究では、臨床群を含む幅広いサンプルを集め、愛着型の質が同質にならないよう配慮して検討する必要があるといえる。

また、本研究で用いた質問紙では、現在の恋人の有無を尋ねていない。安定型やとらわれ型は、【親密性の回避】が低いため、過去の恋愛にとらわれず、現在も親密な関係を新たに築いている可能性が高い。特にとらわれ型においては、ECRに「私は誰かとつき合っていないと、何となく不安で不安的な気持ちになる」という【見捨てられ不安】因子の項目が含まれていることを考慮すると、現在つき合っている人がいれば、意味の付与や自己成長感が高くなる可能性が考えられる。本研究では、とらわれ型の意味の付与尺度や自己成長感尺度の得点が、とらわれ型の意味づけの特徴なのか、現在新たな親密な関係があるためであるのかは判断できない。そのため、今後の研究では、より精緻な質問紙を作成することが求められる。

また、本研究は質問紙調査を用いた量的研究であるため、有意差がみられなかった愛着型における、ストレスフルな出来事に対する意味の付与や自己成長感の質的な違いが検討できていない状態である。よって、愛着型の違いによって、ストレスフルな出来事に対してどのような意味の付与をし、どのようにして自己成長感を感じるに至るのか、また否定的な意味の付与をする過程や自己成長感を感じない場合の特徴的な考え方、認知の偏り等、面接調査を行って詳細に検討する必要がある。

引用文献

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of strange situation*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young people: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**, 226-244.
- Bowlby, J. (1961). Processes of mourning. *International Journal of Psycho-analysis*, **42**, 317-340.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*. Vol.3. *Loss: Sadness and depression*. London: the Hogarth Press. (黒田実郎・吉田恒子・横浜恵三子 (訳) (1981). 母子関係の理論Ⅲ: 対象喪失 岩崎学術出版社)
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Hart, J., Shaver, P.R., & Goldenberg, J.L. (2005). Attachment and terror management: Evidence for a tripartite security system. *Journal of Personality and Social Psychology*, **88**, 999-1013.
- Harvey, J.H. (2002). *Perspectives on loss and trauma: Assaults on the self*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications. (和田 実・増田匡裕 (偏訳) (2003). 喪失体験とトラウマ: 喪失心理学入門 北大路書房)
- Hazan, C., & Shaver, E (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52** (3), 511-524.
- 飛田 操 (1992). 親密な関係の発展・崩壊の行動特徴について 日本心理学会第 56 回大会発表論文集, 231.
- 上條菜美子・湯川進太郎 (2014). ストレスフルな経験の反すうと意味づけ—主観的評価と個人特性の影響— 筑波大学心理学研究, **85** (5), 445-454.
- 上條菜美子・湯川進太郎 (2016). ストレスフルな経験の意味づけに関する質的検討 筑波大学心理学研究, 51, 35-46.
- 金政祐司・大坊郁夫 (2003). 青年期の愛着スタイルが親密な異性関係に及ぼす影響 社会心理学研究, **19** (1), 59-76.
- 金政祐司 (2009). 青年期の母—子ども関係と恋愛関係の共通性の検討: 青年期の二つの愛着関係における悲しき予言の自己成就 社会心理学研究, **25** (1), 11-20.
- 加藤和生 (1998). Bartholomew らの 4 分類愛着スタイル尺度 (RQ) の日本語版の作成 認知・体験過程研究, **7**, 41-50.
- 松下智子 (2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 九州大学心理学研究, **76** (5), 480-485.
- 松下智子 (2008). ネガティブな経験の意味づけ方の変化過程—肯定的な意味づけに注目して—九州大学心理学研究, **9**, 101-110.
- 中尾達馬・加藤和生 (2004). 成人愛着スタイル尺度 (ECR) の日本語版作成の試み 心理学研究,

75 (2), 154-159.

丹羽智美 (2005). 青年期における親への愛着と環境移行期における適応過程 パーソナリティ研究, **13** (2), 156-169.

小此木啓吾 (1979). 対象喪失—悲しむということ— 中公新書

Park, C. L., & Folkman, S. (1997). The role of meaning in the context of stress and coping. *General Review of Psychology*, **1** (2), 115-144.

Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, **136**, 257-301.

宅香菜子 (2005). ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討—ストレスに対する意味の付与に着目して— 心理臨床学研究, **23** (2), 161-172.

田沢晶子 (2017). 青年期の愛着スタイルに関する予備的研究: 失恋経験に注目して 大阪大谷大学紀要, **51**, 67-76.

戸田弘二 (1991). Internal Working Models 研究の展望 北海道大学教育学部紀要, **55**, 133-143.

山影有利佐 (2010). 青年期の成長契機場面と感情, 成長過程行動に関する検討: 愛着スタイルに着目して 青年心理学研究, **22**, 17-32.