

青年の恋愛関係と自己概念及び精神的健康の関連

神菌 紀幸*・黒川 正流**・坂田 桐子**

*広島大学生物圏科学研究科

**広島大学総合科学部

The Impact of Falling in Love: psychological adjustment and self-concept change

Yoshiyuki KAMIZONO*, Masaru KUROKAWA**, and Kiriko SAKATA**

**Graduate School of Biosphere Sciences, Hiroshima University,
Higashi-Hiroshima 739, Japan*

***Faculty of Integrated Arts and Sciences, Hiroshima University,
Higashi-Hiroshima 739, Japan*

Abstract : Through this research, we studied how love affairs affect the self identity and mental health of young people.

We classified 109 male and 193 female undergraduate students into people in love and people not in love based on questionnaires completed by the students.

As a results of comparing both groups, those who were in love reported high self-esteem, fullness scores and low depression scores in comparison with those who not in love. Those who were in love continuously tended to mark high brightness, friendliness, honesty, sensitivity, and the opposite sex role scores in comparison with those who were not in love.

We discussed about the characteristics of young people in progress of personal relationships.

Key words : romantic relationship, self-concept, mental health.

問 題

いわゆるソーシャル・サポート研究における知見からも推察されるように、周囲の人々との間の良好な人間関係は、個々人の幸福や安寧に大きな意味を持つ(福岡・橋本, 1995)。青年期においては、他の時期にくらべて恋愛関係の相対的価値が上昇するであろう。恋愛は青年にとって一般的現象であり、重大な危機状態ともなり得る対人関係である。しかしながら青年期の対人関係と心理的変数(例えば、孤独感、アパシー傾向、自我同一性、自己概念等)との関連を扱った研究を通覧すると、友人関係や家族関係のみを取り上げたものが大半であり、必ずしもこの「親密な異性関係」という変数との関連の吟味は十分に行われてきていない。つまり恋愛関係を構築することで青年は

どのような影響を受けるのか、いいかえるなら恋愛関係が青年の心理的変数に対して持つ機能についての検討はなされてきていない。

一方、これまでの恋愛研究は、松井(1990)の恋愛研究の分類^{*1)}からも分かる通り、どちらかといえば「恋愛」そのものに着目したものが大多数であった。恋愛研究が対人魅力領域から派生した経緯故か、これまでの恋愛研究は恋愛感情や恋愛行動に焦点を当てた研究が主流であった(潮村・佐藤, 1994)。要するに、これまでの恋愛研究は目的変数を恋愛関係内にのみ求めるという意味で閉塞的であり、恋愛関係外との直接比較可能な変数を吟味して、その機能及びその本質に言及しようというアプローチは少ない(わずかに、Hendrick & Hendrick (1988)、Aron, Paris, & Aron (1995)、堀毛(1994))。恋愛関係の関係性の特徴を記述するなら、排他性と任意性を挙げることができる。恋愛関係はその高度に発達した排他性規範故(増田, 1994)か、基本的には1対1の男女間に生起し、個々の任意意志上にある対人関係である。それ故友人関係等と比較した場合、関係の有無は相対的に明確なものとなろう。そのような関係性の特徴故、上述のような恋愛関係にある者とない者とを比較し、その違いを同定することで、その機能に言及しようとするアプローチが有効となってくるであろう。

そこで本研究では、特に青年の社会的適応と自己概念の差異という視点から、恋愛が人をどう変えるのか、恋愛関係は青年の生活にどのように関わるのか、という問題に焦点を当てる。Aronら(1995)は、恋愛関係を持つことで拡大する方向での「自己」の内容の変化、つまり自己概念の多様性の増加を見だし、さらに自己効力感や自尊心の増加を報告している。加藤(1989)は大学生を対象に縦断的調査を行い、男女共に異性との価値の相違が同一性の混乱と有意に関連していることを見だしている。また高田(1993)は青年期における自己概念の成立機制として社会的比較を重要視し、文化的要因との関連の中で検討している。その結果、西洋文化圏との対置で相互依存的自己理解を優勢とする者が多いとされるわが国においては、社会的比較を通じて自己を定位しようとする傾向の強いことを確認している。これらの知見から、相対的に「重要な他者」との関係過程としての恋愛関係が、当該両者間に生起する正負両側面の多様な相互作用を経て、例えば自己概念の形成、保持に大きく影響してくることが推定される。また恋愛はいわゆる「若者文化」の文脈からみてポジティブな経験であろうし、少なくとも他者が「自己」を好むことを知ることは、自分自身の価値に対するポジティブなフィードバックとなるであろう。つまり恋愛関係において他者が「排他」的に自己を選択したという事実は、個々にとって強力な報酬価値を持つであろう。従って本研究では、恋愛関係の有無という簡明な変数にむしろ積極的な意味あいを持たせ、仮説として、恋愛関係にあることは個々の社会的適応、特に精神的な健康を促進、強化するであろう、と考える。

また性差は恋愛関係を分析するための重要な側面の1つである。恋愛は男女間の社会的行動であり、性別によって恋愛行動の様相が影響を受ける(土肥, 1995)からである。また自己概念の様相についても性差が見いだされている(山本・松井・山成, 1982)。従って恋愛関係の有無と自己概念についての検討には、性別を独立した要因として配置する。

本研究の目的

本研究の目的は、社会的適応と自己概念に及ぼす恋愛の影響性について検討することにある。すなわち恋愛が青年に対して持つ機能の一端を明らかにしようとするものである。

具体的手続きとして、2つの検討を行う。まず分析1では恋愛関係の有無及び性別と社会的適応、特に精神的健康との関連を吟味する。次に青年の自己概念の構成内容を同定し、恋愛関係の有無に

よる個々人の自己概念の差異について検討する。現在、恋愛中であるか否かによって自己概念の構成が異なるとすれば、恋愛が青年の精神的健康と適応に対して持つ短期的効果と考えることが出来る。

分析2では分析対象を現在恋愛関係にある者に限り、では恋愛行動のいずれの要素が精神的健康につながるのかを検討する。このことを特に典型的恋愛感情と恋愛行動との関連という文脈で吟味する。

方 法

調査対象及び手続き：大学生(302名, 男:109 女:193)を対象に質問紙調査を無記名で集合一斉法により行った。その際、調査資料は研究目的以外では決して使用されないことを繰り返し強調した。また各尺度項目が同一質問紙上に共在することで被験者の評定にバイアスがかかるのを予防するため、2つの質問紙を用意し、干渉の可能性のある項目はそれぞれに振り分けた。従って調査は約4～7日の間隔をおいて2回実施した。データのマッチングには被験者に各自に個人コードを作成させて利用した。また調査対象に関しては、学部の3年生を中心に資料を収集した。それは大学入学後2年が経過し、社会生活上は個々人それぞれ一定のレベルで適応し、友人関係等もある程度安定化の方向で動き、そのため友人関係や学生生活のサイクルが個人に与えるインパクトは他学年に比して小さいであろうと推察されたからである。また就職活動等の社会的要因の影響性も相対的に少ないであろうと推察された。調査実施時期は1996年5月で、調査所用時間は10～20分程度であった。

質問紙構成：1. **恋愛関係の有無及び恋愛経験の有無：**まず「家族以外で最も親しい異性」を1人想起してもらい、その人物に対するラベリング(1:恋人, 2:ボーイフレンド/ガールフレンド, 3:既婚者・婚約者, 4:片思い, 5:親友, 6:友達, 7:その他, 8:当てはまる人はいない)を行ってもらった。このラベリングを恋愛関係の有無の判断に適用した。

2. **社会的適応測定項目：**青年の学生生活への適応の指標として精神的健康を取り上げた。すなわち和田(1995)の議論に従い、精神的健康の正負両側面を含む方向で、自尊心、充実感、抑鬱の3つについて各尺度得点をその測度とした。(1)自尊心尺度:山本ら(1982)を参考に自尊心尺度10項目を採択。(2)充実感尺度:大野(1984)より10項目を選択。(3)抑鬱尺度:鈴木ら(1989)より10項目を選択。いずれも5段階評定。

3. **自己概念尺度：**個々人の自己概念を客観的に捉えようとする試みの中で、質問紙形式で自己概念を測定する尺度がいくつか開発されている。いわゆる「性格」的側面に焦点を当てた「自己概念測定尺度」(加藤・高木, 1980)や性格以外の側面について取り上げた「自己認知の諸側面測定尺度」(山本・松井・山成, 1982)、性別に関するもの(e.g., Bem, 1974; 土肥, 1988)等がそれである。その中でも対人的な相互作用過程の影響性を反映でき、かつ適応や精神的健康と関連の強いのは性格的側面についての自己概念であると考え、加藤・高木(1980)の尺度を採用した。この尺度全60項目(6側面各10項目:1)反社会性, 2)意欲性・活動性, 3)几帳面さ・清潔さ, 4)明朗性・友好性, 5)情緒性, 6)誠実さ)について「今の自分にどのくらいあてはまるか」を5段階で評定させた。またジェンダーの自己概念について吟味するためにBSRI(Bem Sex Role Inventory)についても5段階で評定させた。

4. 恋愛関係の様相について：恋愛関係の如何なる要素が精神的健康に影響するのかの同定は、対人関係の特質を客観的に把握する方法論が開発されていないため(浦, 1990)、多少困難な仕事である。しかしながら多くの恋愛研究において蓄積された知見からいくつかの試案的アプローチは実施可能である。ここでは次の3つの側面から分類を試みる。

(1)恋愛関係の総体的評価による分類：予備調査の結果及び先行研究を参考に恋愛関係を特徴づける性質、典型的恋愛感情及び恋愛行動として、共感性、受容性、情緒的支援、道具的支援、一体感、相手の美化・理想化の6側面を取り上げた。各側面について2項目ずつ計12項目を独自に作成し、5段階で評定させた。前者4つは相手から「してもらおう」という受動的認識、後者2つは回答者の能動的感覚として記述した。これらの側面をいかに知覚しているかで当該関係の質について評価する。

(2)愛情表出行動による分類：先述の通り、恋愛関係にあることには相手からの好意やポジティブな評価が顕在的あるいは潜在的に含まれるであろう。この相手からの好意をどのような方法で受け取るかによって、またその絶対量によって精神的健康が影響されると仮定した。そこで個人がパートナーに対して持っている愛情や好意をどのような形で表現しているかを評価しようとするSFBL(Scale of Feelings and Behaviors of Love: Coleman & Ganong, 1985)を参考に、12項目(この尺度は6下位側面(1.愛情の言語的表出, 2.個人的事実についての自己開示, 3.相手への寛容さ, 4.愛情の非物質的表出, 5.愛情の物質的証拠, 6.愛情の非表出)からなり、各側面2項目)を選択した。さらに愛情表出の相互規定性についても考慮し、自分自身が行う量ないし程度、相手から受け取る量ないし程度の2通りを各項目について5段階で評定させた。

(3)関係性へのコミットメントによる分類：恋愛関係へののめり込みの程度及び相手のコミットメントの程度予測により精神的健康は影響されると仮定した。そこで交際継続意図、交際継続予想、交際を大切に思っている程度(Rusbult, 1980; 1983; 神菌・黒川, 1995)を5段階で評定させた。さらにこれらの項目についてのパートナーの行う程度を同様に5段階で推定させた。

結 果

被験者の交際の様態：詳細な分析を行う前に今回のサンプルの属性及び交際の様態についてまとめる。「最も親密な異性」に恋人を挙げた男性は42名(38.5%)、ガールフレンド7名(6.4%)、婚約者・既婚者2名(1.8%)、片思い12名(11.0%)、親友・友人41名(37.6%)であった。同様に女性は恋人を挙げた者は88名(45.6%)、ボーイフレンド15名(7.8%)、婚約者・既婚者1名(0.5%)、片思い19名(9.8%)、親友・友人53名(27.5%)であった。

またこのラベリングを恋人、ボーイフレンド・ガールフレンド(以下BF/GFと略記)、既婚者・婚約者とした者の平均交際期間は、男性24.4カ月(SD=47.03)、女性16.7カ月(SD=12.29)であった。交際相手との年齢差については、年上と交際している男性5名(9.8%)、同級29名(56.9%)、年下17名(33.3%)であり、女性では年上47名(45.2%)、同級50名(48.1%)、年下7名(6.7%)であった。

被験者の分類：2回の質問紙調査共に回答し、マッチング可能であった者を分析対象とした。「最も親しい異性」に対するラベリングを「恋人」、「BF/GF」もしくは「既婚者・婚約者」とした者(N=155; 男性51名 女性104名)を現在恋愛関係にある者、また「親友」、「友達」、「当てはまる人はいない」とした者(N=147; 男性58名 女性89名)を恋愛関係にない者として分類した。

尺度の吟味：まず自尊心、充実感、抑鬱尺度それぞれについて因子分析(主因子法, varimax 回転)

を行ったところ1因子構造が示され、また α 係数を算出し尺度の内的一貫性を確認した(それぞれ $\alpha = .87, .90, .91$)。そこで各尺度毎に項目を単純加算して各尺度値とし、これを標準化し、分析に使用した。

自己概念尺度についても同様に因子分析を行った。現在の恋人の有無別、男女別それぞれの条件ごとに因子分析を行った結果、因子の抽出順序は各回異なるものの各因子に付加する項目の内容はほぼ一致していた。このことよりほぼ同一の因子構造をなすことが示され、因子的な妥当性が確認された。従ってそれらをまとめた全体での因子分析を行った。固有値の減衰状況から6因子構造と判断し、各因子に負荷する項目を吟味したところほぼ全面的に加藤・高木(1980)の結果と一致した。従って各側面ごとに算出された因子得点を各被験者の当該自己概念の測度とした。

BSRIについては、男性性及び女性性項目の内的一貫性を確認し(それぞれ $\alpha = .902, .869$)、各項目合計を算出し、これを標準化して分析に用いた。

関係の質についての項目は、現在恋愛関係にあると分類された者だけを対象に因子分析を行った結果、4因子が抽出された。第1因子は「落ち込んだり、嫌なことがあったときに助けてくれる」、「本当の気持ちを理解してくれる」、「一緒にいると心がやすまる」、「ありのままの自分を受け入れてくれる」といった項目が寄与し、情緒的支援因子とした。第2因子は「意見や価値観が一致することが多い」、「一体感を感じる」といった一体感項目が寄与した。第3因子は「相手以外の異性はみえない」、「最高の異性だと感じる」といった相手の美化・理想化項目が寄与し、理想化因子とした。第4因子には「金銭的に援助してくれる」、「日々の雑用を手伝ってくれる」といった道具的支援項目が寄与していた。各因子での内的一貫性も確認できたので各因子の項目平均を算出し、その測度とした。

分析 1

恋愛関係の有無による精神的健康及び自己概念の比較

1. 恋愛関係が精神的健康に及ぼす影響

自尊心、充実感、抑鬱尺度得点それぞれについて恋愛関係の有無(2)×性別(2)の分散分析を行った。その結果、全ての尺度得点において恋愛関係の有無の主効果が有意であった(それぞれ $F(1,290) = 6.355, p < .02; F(1,298) = 15.487, p < .001; F(1,298) = 10.881, p < .002$)。Fig.1から分かるように、男女共に現在恋愛関係にあることは精神的健康にポジティブに影響していた。つまり今恋人がいる者はいない者よりも自尊心と充実感が高く、抑鬱の程度が低かった。

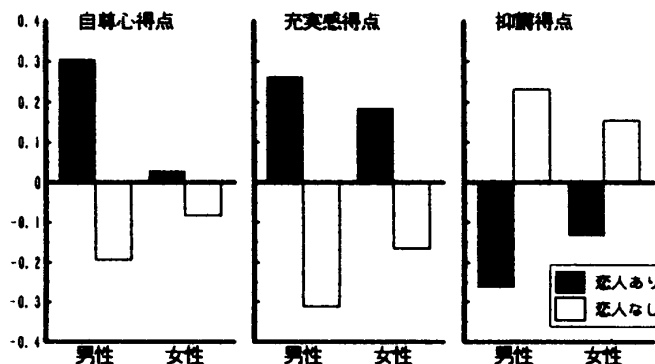


Fig. 1 精神的健康に及ぼす恋愛関係の有無の効果

2. 恋愛関係と自己概念との関連

(1) 恋愛関係の有無と性格的側面についての自己概念の関連

各概念領域についての標準因子得点それぞれに対して、同様に関係の有無(2)×性別(2)の2要因分散分析を行った(Fig.2)。結果を順に見ていくと、几帳面さ・清潔さ領域では有意な性別の主効果($F(1,297)=5.000, p<.05$)、交互作用に傾向差($F(1,297)=3.203, p=.075$)が得られた。男性よりも女性の方が几帳面・清潔さ得点は高かった。明朗性・友好性領域では恋愛関係の有無の主効果のみが有意であった($F(1,297)=7.818, p<.01$)。恋人のいる者の明朗性や友好性の自己概念得点は恋人なし群よりも高かった。誠実さ得点は交互作用のみが有意であった($F(1,297)=4.49, p<.05$)。意欲性・活動性及び反社会性得点では、性別の主効果のみが有意であった(それぞれ $F(1,297)=4.57, p<.05$; $F(1,297)=8.171, p<.01$)。いずれも男性の方が得点は高かった。最後に情緒性得点については、性別の有意な主効果($F(1,297)=12.743, p<.001$)と関係の有無に傾向差($F(1,297)=3.381, p=.067$)が見られた。情緒性は女性の方が高く、また恋愛関係にあれば得点は高い傾向にあった。

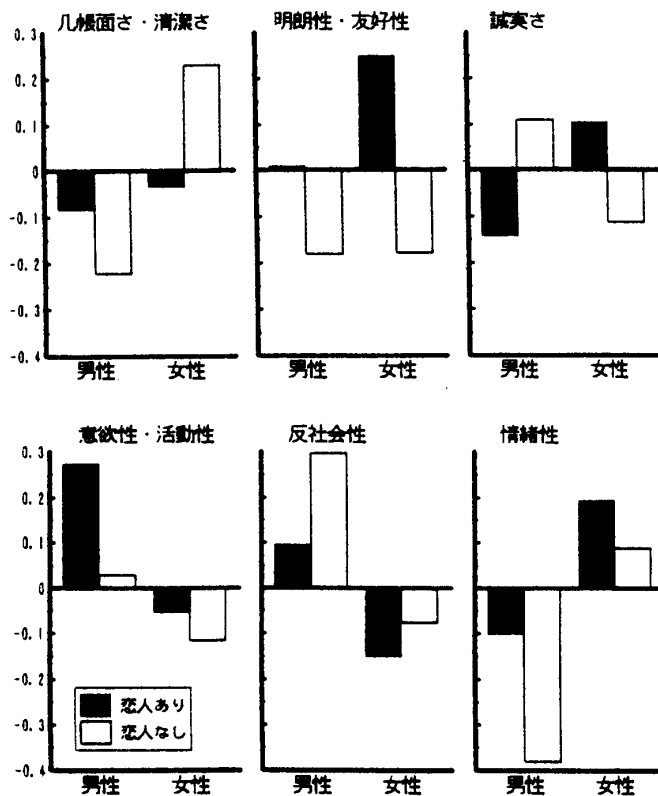


Fig. 2 自己概念に及ぼす恋愛関係の有無の効果

(2) 恋愛関係の有無とジェンダーの自己概念

現在の恋愛関係の有無によるジェンダーの自己概念の差異について検討するために、標準化した男性性得点及び女性性得点それぞれについて性別(2)×恋愛関係の有無(2)の分散分析を行った。結果をFig.3に示す。まず男性性得点についてみると、性別の主効果($F(1,298)=11.68, p<.01$)、関係の有無で傾向差($F=3.572$)が得られた。女性性得点についてみると、性別と関係の有無の主効果が共に有意であった(それぞれ $F(1,298)=7.55, p<.01$; $F=4.42, p<.05$)。男性性得点は男性の方が、女性性得点は女性の方がそれぞれ高く、また男女共に恋愛関係にある方が異性性得点が高い傾向にあった。

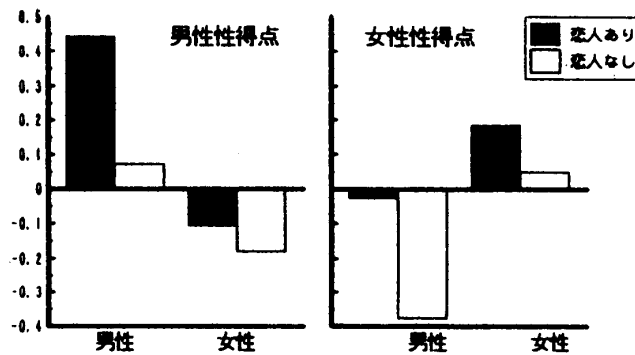


Fig. 3 ジェンダーの自己概念に及ぼす恋愛関係の有無の効果

分析 2

精神的健康を規定する恋愛関係の側面

(1)恋愛関係の質との関連：精神的健康に影響する関係の質を吟味するために、自尊心、充実感、抑鬱得点それぞれを目的変数に、関係の質各因子(情緒的支援, 一体感, 理想化, 道具的支援)の項目平均値を説明変数にした重回帰分析をSTEPWISE法により行った。その結果、Table. 1に示すとおり、自尊心得点には情緒的支援、理想化因子が有意に寄与していた。充実感と抑鬱得点には一体感を除く全てが有意に寄与していた。ここでは特に相手からの情緒的支援が精神的健康にポジティブに寄与しているのに対して、相手からの道具的支援は充実感と抑鬱得点にネガティブ方向に寄与することが明らかになった。

Table. 1 精神的健康に及ぼす恋愛関係の各側面の影響

[β係数]	情緒的支援	一体感	理想化	道具的支援	R ²
自尊心	.189**		.612***		.400***
充実感	.336***		.175*	-.174*	.373***
抑鬱	-.317***		-.377***	.172*	.225***

*** p<.001 ** p<.01 * p<.05

(2)典型的愛情表出行動との関連：自らの愛情表出行動と相手からの愛情表出行動が精神的健康に及ぼす影響について検討する。まず6つの愛情表出行動の各側面に沿うように選択した2項目の平均値をそれぞれ算出し、それを各側面の測度とした。自尊心、充実感、抑鬱得点を目的変数とし各得点を説明変数にした重回帰分析(STEPWISE法)を行った(Table. 2)。個々人の自尊心は自分が相手に対して寛大なほど(LB3)、また相手が言葉に出して愛情を伝えてくれるほど(PLB1)、物質的でない愛情表現(PLB4：「落ち込んでいるときに励ましてくれる」、「勇気づけてくれる」)を受けていないほど高くなっていた。

充実感については自分が愛情を表出しないこと(LB6)とネガティブに関連し、相手の自分に対する寛容さ(PLB3)とポジティブに関連していた。

抑鬱は自分自身が相手に言葉で愛情表現(LB1)をすれば低くなり、愛情や好意をうまく伝えられない(LB6)ときに高くなることが示された。また抑鬱は相手の言動には影響されず、専ら自らの行動のみに影響されていることが示された。

Table. 2 精神的健康を規定する愛情表出行動のやりとり

[β係数]	LB1	LB2	LB3	LB4	LB5	LB6	PLB1	PLB2	PLB3	PLB4	PLB5	PLB6	R ²	F
自尊心			.161*				.282***			-.264**			.091	6.13***
充実感						-.242**			.243**				.105	10.03***
抑鬱	-.176*					.179*							.067	6.57**

N=155 *** p<.001 ** p<.01 * p<.05

LB1:愛情の言語的表出 LB2:個人的秘密の自己開示 LB3:寛大さ
 LB4:愛情の非物質的表出 LB5:愛情の物質的証拠 LB6:愛情の非表出
 PLB1~PLB6はそれぞれを相手が行う程度

(3)関係のコミットメントとの関連：3項目で測定される関係性へのコミットメント、相手のコミットメントの程度予測の平均値をそれぞれ算出した。自分、相手共に分布が高コミットの方へ偏っていたため、標準化得点を算出し、各高低の2×2の4群を設定した。各群における精神的健康の指標の平均値を Table. 3 に示す。自分のコミットメント高・相手高のときに個々人の充実感や抑鬱は概ね良く、自分の関与は高いのに相手の関与は低いと知覚している場合に精神的健康は悪化していた。また自尊心については自分はそれほどコミットしていないが、相手は高コミットだと知覚している場合に高くなっていた。より詳細に各群での精神的健康得点の差異を検討するために、自分のコミットメント高低(2)×相手のコミットメント(2)の分散分析を行った。その結果、充実感においてのみ交互作用が有意であった(F(1,151)=4.50, p<.04)。

Table. 3 関係へのコミットメントと精神的健康の関連

		相手のコミットメントの程度予測	
		高	低
自分のコミットメント	高	N=62	N=31
	自尊心	33.1(6.5)	31.9(7.9)
	充実感	36.5(7.8) ^a	32.1(6.3) ^b
	抑鬱	23.2(8.8)	24.6(7.9)
	低	N=22	N=40
	自尊心	34.4(6.4)	32.2(5.8)
充実感	34.4(7.4)	35.5(8.3)	
抑鬱	24.4(7.5)	25.9(9.0)	

平均値(SD) 添字a, b間に有意な差

考 察

本研究の第1の目的は、自己概念及び社会的適応、特に精神的健康に及ぼす恋愛の影響性という観点からみた、恋愛が青年に対して持つ機能を検討することであった。結果は、恋愛関係にあることの青年の精神的健康に対するポジティブな効果が確認された。現在恋愛関係にある者はない者よりも自尊心が高く、充実感が高く、抑鬱が低かった。これは Hendrick & Hendrick(1988)とも一貫する。Hendrick & Hendrick(1988)は、現在恋愛関係にある者はない者よりも sensation seeking 得点と self-monitoring 得点が低く、自尊心得点が高いことを見いだしている。今回の検討では、恋愛関係にあることで自尊心と日々の充実感が高く、抑鬱が低いことが示された。つまり充実感と抑鬱という精神的健康の正負両側面に対して恋愛関係の関与が大きかった。またそして少なくとも自

自尊心の高揚については文化的普遍性が推定された。これは次の意味で興味深い結果である。従来比較文化的研究において、日本人には自己高揚傾向は見られず、他者高揚や自己卑下傾向が数多く報告されてきている(例えば高田, 1987; Markus & Kitayama, 1991; 磯崎・高橋, 1988)。自尊心を個人内特性としてではなく、状況変動的な自己評価と捉えると、自己を卑下する傾向があっても、恋愛関係にあれば、そうでない場合よりも自分自身をポジティブに評価する傾向が生じるようである。

また恋愛関係の有無が個々人の自己概念に差異を生じさせることが見いだされた。恋愛関係の有無と関連があったのは、明朗性・友好性領域及び情緒性領域の自己概念であり、恋愛関係にある者はこれらの自己概念を強く認識していた。つまり恋愛関係を構築することで自らの明朗性・友好性と情緒性の自己概念が変化する、もしくはそのような自己概念が恋愛関係中は顕在化することが示唆された。

また誠実さの自己概念で、関係の有無と性別の交互作用が見られた点については、つぎのように解釈できる。誠実さ領域の自己概念には「温和」、「良心的」、「誠実」などの項目が高く負荷していたが、恋愛中はそれらについての自己評価基準が厳しくなるのではないかと。つまり恋愛中に求められる男性の「誠実さ」は恋愛関係にないときのそれとは質的に異なるか、もしくはより高い水準のものを自己に課すのかもしれない。さらに別の解釈としては、神薊・黒川(1995)の知見を援用して考えることが出来る。そこでは代替関係の存在の有無により関係へのコミットメントを上下させる男性の姿が示唆された。つまり男子大学生のいわゆるカジュアルな関係性故、男性は自らの「誠実さ」を低く見積るのかもしれない。

次にジェンダーの自己概念と恋愛関係の有無についてであるが、男性性及び女性性の自己概念のいずれも性別と関係の有無の主効果が有意であった。この点により、男女共に自らの性に沿った形で社会化されていること、さらに恋愛関係の構築により異性を自己の中に取り入れていることが示唆される。つまり恋愛関係は異性性学習の場として機能していると考えられる。

さて今回の調査は、横断的手法に依っており、恋愛関係の有無と精神的健康、自己概念を並列的に捉えた検討しか行っていない。従って因果の方向性については明確な判断は下せない。今後継続的に時系列的なデータを得ることで、これら変数間のメカニズムについてより一層明確な理解を得ることが出来るであろう。その際、恋愛関係を持つことで個人内で本質的に変化する部分と一時的な変化とを区分して考え、それぞれが精神的健康に及ぼす効果を相互複合的に吟味していく必要がある。つまりそれぞれの効果について他を統制して扱うことは困難であろうが、各変数間の関連とその因果の方向性については長期的追跡調査を行うことでより詳細に検討可能であろう。また調査対象の偏重による結果の一般性と再現性の問題も併せて検討していく必要がある。

本研究の第2の目的は、恋愛関係のどのような要素が精神的健康と関連するかを明らかにすることであった。まず恋愛関係の質との関連を検討したところ、Table 1に見られるように相手からの道具的支援は充実感と抑鬱にネガティブに寄与していた。相手の愛情や好意の表出の一端と捉え得る道具的な支援は個々の精神的健康に必ずしもポジティブには影響しないことが示された。一方、相手からの情緒的支援や相手の理想化は一貫してポジティブに寄与していた。しかしながらTable 3に示されるように、関係へのコミットメントが不均衡で、自分の関与のみが高いときには精神的健康がネガティブ方向に傾斜していた。これは奥田(1994)の指摘する恋愛関係における互恵性に関連する知見であろう。相手と一緒にいることによる安心感や情緒的依存、相手の美化や理想化といった恋愛中の典型的な心情は、精神的健康にポジティブに寄与する。しかしながらそのような

心情が双方向的であると知覚していなければ、やはりマイナスに作用するのであろう。

またカップル内でやり取りされる愛情表出行動と精神的健康の関係は、Table. 2に見られるように各指標間で寄与する愛情表出行動が一貫していない。自尊心得点に関しては寛大さ(LB3)、相手からの言葉での愛情表出(PLB1)、相手の非物質的愛情表出(PLB4)が有意に寄与していた。相手から愛情を言葉で受けることはポジティブに影響するのだが、それが自らの劣位を示す形で行われた場合は逆に自尊心は低下していた。自分が相手から愛されるに足る人物であると知覚できるような愛情表出を受け、それを裏付ける行動(寛大さ)を自分が持っていれば自尊心は高くなる、と解釈できる。充実感得点に関しては、相手が寛大でなかったり(PLB3)、自分が愛情表出していない(LB6)ときに高くなっていた。愛情の非表出(LB6)は抑鬱得点にも有意に寄与していたため、恋愛相手を標的としたときの社会的スキル得点との関連を相関をみたところ、有意な負の相関($r = -.142, p < .05$)が得られた。つまり相手に対する愛情をうまく相手に伝えることが出来ないときに充実感は低下し、抑鬱傾向は高くなると考えることが出来る。また抑鬱得点にはLB6の他にLB1も有意に寄与していたが、相手から受け取る愛情表出には全く影響されていなかった。個々が行う愛情表出行動は相対的に各人が統制可能な部分であり、得られた知見を実生活上に比較的容易にフィードバックすることができよう。この意味で精神的健康促進・保持のための方略を先の社会的スキルとの関連の中で検討できる可能性が示唆された。

本研究の分析1は、恋愛により変化した自己概念と精神的健康との関連の検討であり、いわば個人内過程に関わる分析である。分析2は恋愛関係内に生起する様々な感情や行動と精神的健康の関連性を扱ったものであり、いわば対人過程に関わる分析である。しかしながら個人内過程と対人過程の関連の検討には今回の調査資料だけでは不十分である。またそこには社会文化的要因(Dion & Dion, 1996)や個々人のもつ恋愛に対する態度(和田, 1994)等の潜在変数の影響もあるであろう。これらを考慮に入れて、恋愛の「機能」の慎重な検討が必要であろう。

対人関係の希薄化が指摘される昨今、友人関係においてはその質よりも友人の数や交友関係の広さが一種のステータスとなり、表面的で距離をおいた交友に留まる傾向(松井, 1996)が認められている。このような青年の精神的健康の保持は恋愛関係に頼らざるを得ず、心のよりどころや規範的影響力は単なる友人関係から恋愛関係に移行している、移行せざるを得ない現状があることが予想される。また先述の通り恋愛関係は、例えば友人関係とは排他性の次元で、親子関係とは任意性の次元で関係性の特質に差異があると考え得る。このような関係性の特質を踏まえた検討が今後必要であろう。

要 約

本研究では、恋愛関係の有無が青年の自己概念及び精神的健康に及ぼす効果を検討し、恋愛の持つ機能や影響性について検討することを目的とした。大学生を対象に質問紙調査を行い、以下の点を明らかにした。現在恋愛関係にある者はない者よりも自尊心得点、充実感得点が高く、抑鬱得点が低く、精神的に健康であることが確認された。また恋愛関係にあることは明朗性・友好性、誠実さ、情緒性といった自己概念を高め、さらにジェンダーの自己概念に関しては、異性性得点を高める傾向にあった。次に分析対象を現在恋愛関係にある者に限り、どのような要素が精神的健康を促進、保持するのかを検討した。その結果、特に典型的愛情行動が必ずしも個々人の精神的健康にポジティブに寄与しないこと、カップル双方の関係へのコミットメント評価により精神的健康に差異が生ま

れることが示唆された。これらの知見を日本人の自己定位傾向及び青年の対人関係の様相といった観点から考察し、今後の恋愛研究に必要と思われる視点を指摘した。

注1) 松井(1990)は従来の恋愛研究を、恋愛に対する態度や認知、異性選択と社会的交換、恋愛感情と行動、恋愛の進展と崩壊の4つに分類・整理している。

引用文献

- Aron, A., Aron, E. N., Tudor, M., & Nelson, G. 1991 Close relationships as including other in the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 241-253.
- Aron, A., Paris, M., & Aron, E. N. 1995 Falling in Love: Prospective Studies of Self-Concept Change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1102-1112.
- Bem, S. L. 1974 The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 155-162.
- Coleman, M., & Ganong, L. H. 1985 Love and sex role stereotypes: Do macho men and feminine women make better lovers? *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 170-176.
- Dion, K. K. & Dion, K.L. 1996 Cultural perspectives on romantic love. *Personal Relationships*, 3, 5-17.
- 福岡欣治・橋本 幸 1995 大学生における家族及び友人についての知覚されたサポートと精神的健康の関連 教育心理学研究, 43, 185-193.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. 1988 Lover wear rose colored glasses. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 161-183.
- 堀毛一也 1994 恋愛関係の発展・崩壊と社会的スキル 実験社会心理学研究, 34, 116-128.
- 磯崎三喜年・高橋 超 1988 友人選択と学業成績における自己評価維持機制 心理学研究, 59, 113-119.
- 神薊紀幸・黒川正流 1995 親密な異性関係へのコミットメント規定因の研究 広島大学総合科学部紀要IV理系編, 21, 83-195.
- 加藤 厚 1989 大学生における同一性次元の発達に関する縦断的研究 心理学研究, 60, 184-187.
- 加藤隆勝・高木秀明 1980 青年期における自己概念の特質と発達傾向 心理学研究, 51, 279-282.
- Markus, H. & Kitayama, S. 1991 Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- 増田匡裕 1994 恋愛関係における排他性の研究 実験社会心理学研究, 34, 164-182.
- 松井 豊 1990 青年の恋愛行動の構造 心理学評論, 33, 355-370.
- 松井 豊 1996 親離れから異性との親密な関係の成立まで 齊藤誠一(編) 青年期の人間関係 人間関係の発達心理学4 培風館 Pp. 19-54.
- 奥田秀宇 1994 恋愛関係における社会的交換過程—公平, 投資, および互惠モデルの検討— 実験社会心理学研究, 34, 82-91.
- 大野 久 1984 現代青年の充実感に関する一研究—現代青年の心情モデルについての検討— 教育心理学研究, 32, 100-109.

- Rusbult, C. E. 1980 Commitment and satisfaction in romantic association: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E. 1983 Commitment in heterosexual investments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 101-117.
- 潮村公弘・佐藤 誠 1994 恋愛状況下におけるパーソナリティー認知—相互的な認知の成立機制をめぐって— 実験社会心理学研究, 34, 141-152.
- 鈴木庄亮・青木繁伸・柳井晴夫 1989 THIハンドブック—東大式自記健康調査の進め方 篠原出版
- 高田利武 1987 社会的比較による自己評価における自己卑下の傾向 実験社会心理学研究, 27, 27-36.
- 高田利武 1993 青年の自己概念形成と社会的比較—日本人大学生にみられる特徴— 教育心理学研究, 41, 339-348.
- 土肥伊都子 1988 男女両性具有性に関する研究—アンドロジニー・スケールと性別化得点— 関西学院大学社会学部紀要, 57, 89-97.
- 土肥伊都子 1995 性役割分担志向性・実行度および愛情・好意度に及ぼす性別とジェンダー・アイデンティティーの影響 関西学院大学社会学部紀要, 73, 97-107.
- 浦 光博 1990 対人関係の変化過程の検討 社会心理学研究, 5, 110-121.
- 和田 実 1994 恋愛に対する態度尺度の作成 実験社会心理学研究, 34, 153-163.
- 和田 実 1995 青年の自己開示と心理的幸福感の関係 社会心理学研究, 11, 11-17.
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.