

# 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——

田 沢 晶 子

## 問題・目的

成人のアタッチメント理論では、幼少期の養育者との愛着関係をもとに思春期ごろまでに形成された作業モデルが個人に内在化される。この内的作業モデルは、個人の基本的価値観やパーソナリティの中に統合され、以後親密な関係において機能する。そして、親友や恋人といった親密な他者との関係において内的作業モデルが機能することが多くの実証的研究より確認されている (Hazan & Shaver, 1987; 金政・大坊, 2003; 片岡・園田, 2008; 尾形・舟橋, 2016)。Bart-holomew & Horowitz (1991) は、幼少期の養育者との愛着関係の違いにより、個人の持つ愛着スタイルに差異があり、その自己観がポジティブかネガティブか（自分は他者から愛情や注意を受けるに値する／値しない）、他者観がポジティブかネガティブか（他者は助けてくれるし関心を持ってくれる／他者は信頼できないか、拒否的である）の組み合わせから4つの愛着スタイル、とらわれ型、恐れ型、拒絶型、安定型を見いだしている。

この理論より、青年期の恋愛を愛着対象との関係性だと捉えることができる。そして、青年、成人期の恋愛対象との関係性の個人差、その関係が失われた時の反応や対処の個人差が想定される。片岡・園田 (2008) は、恋愛依存尺度を開発し、愛着スタイルとの関連を調査した。その結果、とらわれ型が恋人にもっとも依存しやすく、拒絶型はほとんど依存しないとしている。また、青年期の失恋というネガティブな出来事から受けるショックや心理的反応、立ち直り過程に関しては、失恋ストレスコーピングが精神的健康に影響を与える (加藤, 2005) など各側面から研究が行われている。大学生を対象とした田沢 (2011) の調査では、恋愛依存傾向が高いほど、失恋相手への関与度が強く受けるショックが大きいこと、相手との強い一体感を求めており、失恋後も相手と連絡を取ろうとするなど失恋コーピングの「未練」因子との関連が認められた。これより、恋愛関係崩壊後には安全基地を失ったような大きな喪失感を感じるのではないかと推測される。

Bowlby (1973/2000) は、養育者と分離（対象喪失）した幼児が、情緒的危機、抗議－保持、断念－絶望、離脱－再建の過程を経験するとしている。山下・坂田 (2008) は、これと同様の過程が青年期の失恋後に生じると捉え、失恋経験とその後の立ち直り過程を研究し、ソーシャルサポートの得やすさが立ち直り過程を促すと報告している。

上述の成人アタッチメント理論、Bowlby の愛着対象の喪失後の抗議－保持、断念－絶望、離脱－再建の3つのプロセス、これをもとにした各研究報告より、恋愛関係の崩壊（以後、関係崩壊）は愛着対象を失う事象と考えられる。そして、関係崩壊から受けるショックや心理的反応、コーピング、回復過程には、個人が持つ内的作業モデルが影響すると仮定できる。以上より本調査では、愛着スタイルと失恋コーピング、愛着スタイルと関係崩壊後の心理的反応の関連を明らかにすることを目的に予備的調査を行う。

## 方 法

愛着スタイルと失恋コーピング、関係崩壊後の心理的反応の関連を調査するために以下の尺度を用いた。

### 調査票

#### ①愛着スタイルの測定

成人、青年期の愛着スタイルを見捨てられ不安、親密性の回避の2次元より測定し4分類する ECR の一般他者版、ECR-GO (the Experiences in Close Relationships inventory-the-generalized-other-version; 2004, 中尾・加藤)。30 項目。7 件法。

#### ②関係崩壊後の心理的反応、失恋コーピングの測定

失恋経験の有無を調べるために、山下・坂田（2008）による恋愛、失恋の定義を用いた。「恋愛とは、お互いに同意のうえで、特定の相手と交際した経験とする。片思いとは、特定の相手に思いを寄せた経験とする」「失恋とは、恋に破れること」とし、「自分から別れを切り出した場合、相手から別れを切り出された場合、どちらからともなく別れることになった場合のいずれの経験も失恋に含む」「片思いで自分からあきらめた場合や告白して断わられた場合も失恋に含む」とした。そして「中学生以降の失恋の中で最もつらかった経験」について次の質問への回答を求めた（加藤（2005）、山下・坂田（2008）では、回答者にとって非常にネガティブな経験と評価される関係崩壊を扱う必要があるため、「最もつらい失恋」を想起させており、青年期の始まりである中学生以降の恋愛に限定している。本研究でも同様に扱った）。

想起した失恋相手を「A さん」とした。

③失恋からの経過期間について（ ）年（ ）ヶ月の空欄に数字を記入するよう求めた。

④失恋するまでの交際期間、片思いの期間について「A さんとの恋愛期間はどのくらいでしたか」と尋ね、「1. 1 カ月以内」、「2. 1 カ月～3 カ月未満」、「3. 3 カ月～6 カ月未満」「4. 6 カ月～1 年未満」「5. 1 年～2 年未満」「6. 2 年以上」の6つの選択肢の中から選択するよう求めた。

#### ⑤関係崩壊後の心理的反応を測定する尺度

失恋した相手との関係 片思い・恋愛関係の2件法

山下・坂田（2008）による失恋時のショック度。4 項目。5 件法。失恋関係の重要性。5 件法。

失恋相手との一体感（2つの円環の重なりが大きいほど心理的に近いことを示す **Inclusion of Other in Self Scale**, Aron, Aron, & Smollan, 1992 の尺度の邦訳）。7 件法。失恋相手への関与度（コミットメント）（**Investment Model Scale** ; Rusbult, Martz, & Agnew, 1998 の邦訳）3 項目。5 件法。

#### ⑥失恋コーピングの測定

加藤（2005）の失恋コーピング尺度をもとに、山下・坂田（2008）が作成した尺度を用いた。29 項目。5 件法。

手続き：2016 年 8 月～10 月にわたり、4 年生及び 6 年生大学の講義時間に質問紙を配布し、「大学生の恋愛観に関する調査」として参加を依頼した。質問紙は持ち帰り自宅にて回答し、次週の授業時間に提出を求めた。依頼の際、過去の失恋経験を想起するため回答者の心理的負担に配慮して思い出すと不快な思いをする場合、その質問には回答する必要がないこと、授業評価とは無関係であり、匿名であることを教示した（フィエスシートにも明記）。参加の有無にかかわらず、次週授業時に先行研究より大学生の恋愛観に関する結果の一部をフードバックした。

## 結 果

本調査の有効回答数は 116 名であった。さらに、調査票の失恋経験を問う質問に「有」と回答した 82 名（男性 25 名、女性 57 名、平均年齢 19.43 歳、SD=1.414、レンジ 18 歳～26 歳）を分析の対象とした。失恋した相手との関係は、片思いが崩壊した者が 24 人（男性 9 名、女性 15 名）、恋愛関係が崩壊した者が 57 人（男性 15 名、女性 42 名）無回答 1 名であった。山下・坂田（2008）と同様に、本研究では最も辛い出来事としての失恋経験を尋ねているため、回答者自身にネガティブな経験ととらえられているので、失恋後経験から受けるショック、コーピング、立ち直り過程は同等であると判断し、両者のデータを使用した（回答者の心理的負担に配慮し、各尺度、質問項目に対する回答は任意としたため分析により対象人数は異なる）。

本研究のデータの特徴として、失恋からの経過期間は平均 27.67 カ月（SD=23.515、レンジ 1 か月～96 ヶ月）であり、おおむね 2 年が経過した失恋が想起されていた。失恋相手との交際期間は 1 か月以内 8 名（10.1%）、1～3 カ月未満 12 名（15.2%）、3 カ月～6 カ月未満 12 名（15.2%）、6 カ月～1 年未満 13 名（16.5%）、1 年～2 年未満 19 名（24.1%）、2 年以上 15 名（19.0%）であり、1～2 年未満がやや多く 2 年以上と合わせると全体の 4 割程度であった。

関係崩壊時後の心理的反応を測定する各尺度では、失恋相手との一体感は中程度と評価されていたが、重要性、コミットメント、ショック度の中央値は高く、失恋相手との関係が重要であり、関係崩壊時に強いショックを受けたと考えられた。重要度においてのみ性差が認められ、男性のほうが女性よりも有意に得点が高かった（男 3.727 女 3.151  $t(73)=2.162$ ,  $p<.05$ ）。他の尺度に性差は認められなかった。

## 分析 1. 失恋コーピング尺度の因子分析

失恋コーピング尺度 21 項目について主因子法、プロマックス回転による因子分析を行った。共通性、因子負荷量の低かった「6. 忘れてしまおうと思った」項目を抜いた 20 項目を分析の対象とし、固有値の変化と因子の解釈のしやすさから 3 因子が適当であると判断した。累積寄与率は 54.01% であった (表 1)。

第 1 因子は「失恋後相手の人を愛した」、「連絡を取ろうとした」、「関係が戻らと思った」、などの項目に負荷量が高く、関係崩壊後も失恋した対象への思いを持ち続け関わろうと対処しているため「未練」因子とした。第 2 因子は「何かを学んだと思えるようになった」、「成長の役に立つと思えるようになった」、「失恋のよい面を見つけられる」などの項目に負荷量が高く、失恋経験を自己の成長に役立つものとして肯定的に捉えようとして対処しているため「肯定的解釈」因子とした。第 3 因子は「悪口を言った」、「愚痴を言った」、「幻滅した」などの項目に負荷量が高く、失恋した相手や失恋経験を否定する対処をしているため「否定的解釈」因子とした。失恋コーピング尺度 3 因子に性差は認められなかった。

表 1 失恋コーピング尺度の因子分析

(n=81) 項目番号は山下・坂田 (2008) に同じ

| 項目   | 未練    | 肯定的解釈 | 否定的解釈 |
|--|-------|-------|-------|
| <b>F 1 ‘未練’, <math>\alpha = .875</math></b>  |       |       |       |
| 19 失恋後相手の人を愛した                               | .825  | -.091 | -.037 |
| 10 連絡を取ろうとした                                 | .807  | -.177 | .118  |
| 20 関係が戻らと思った                                 | .759  | -.101 | -.077 |
| 2 相手の人と会おうとした                                | .730  | .106  | .090  |
| 21 思い出の品を眺めた                                 | .676  | .140  | .054  |
| 27 悔やんだ                                      | .608  | .137  | -.159 |
| 13 相手の人を思い出した                                | .602  | .018  | -.113 |
| 23 思い出の場所へ出かけた                               | .520  | -.004 | .089  |
| <b>F 2 肯定的解釈, <math>\alpha = .839</math></b> |       |       |       |
| 1 何かを学んだと思えるようになった                           | -.026 | .923  | -.059 |
| 29 成長の役に立つと思えるようになった                         | .054  | .836  | .032  |
| 22 失恋のよい面を見つけられる                             | .040  | .821  | .060  |
| 5 肯定的に捉えられるようになった                            | -.096 | .804  | .003  |
| 18 自分を磨く努力ができるようになった                         | .018  | .586  | .046  |
| 11 ほかの異性を好きになった                              | -.052 | .368  | .061  |
| 15 楽しい出来事を思い出した                              | .279  | .334  | -.068 |
| <b>F 2 否定的解釈, <math>\alpha = .857</math></b> |       |       |       |
| 24 悪口を言った                                    | -.012 | -.045 | .963  |
| 9 愚痴を言った                                     | -.090 | .052  | .865  |
| 14 幻滅した                                      | .044  | -.029 | .858  |
| 3 相手の人を恨んだ                                   | .124  | .077  | .715  |
| 17 相手のことを考えると嫌だった                            | -.104 | .077  | .339  |
| 因子間相関  |       |       |       |
|  | 未練    | .236  | -.026 |
|  | 肯定的解釈 |       | .251  |

## 分析 2. 愛着の 2 次元と関係崩壊後の心理的反応、失恋コーピング尺度

関係崩壊後の心理的反応、失恋コーピング尺度と愛着スタイルとの関連を検討する。ECR-GO における愛着の 2 次元は、「見捨てられ不安 Anxiety」と「親密性の回避 Avoidance」より構成される（中尾, 2004）。「見捨てられ不安」は、自分は他者から愛情や注意を受けるに値する／値しない、という自己観が **positive**、**negative** に 2 分割される。「親密性の回避」は、他者は助けてくれるし関心を持ってくれる／他者は信頼できないか拒否的である、という他者観が **positive**、**negative** に 2 分割される。ECR-GO は、多くの先行研究より信頼性、妥当性が認められている。本研究においても因子分析（主因子法、プロマックス回転）の結果、第 1 因子では「14. 私は一人ぼっちになってしまうのではないかと心配する」、「2. 私は見捨てられるのではないかと心配だ」、「8. 私は知り合いを失うのではないかとけっこう心配している」などの負荷が高く「見捨てられ不安」であった。第 2 因子では「9. 私は人に心を開くのに抵抗を感じる（逆転項目）」、「15. 私は、心の奥底にある考えや気持ちを人に話すことに抵抗がない」、「23. 私は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（逆転項目）」などの項目に負荷が高く「親密性」であった。ECR-GO の 2 因子に性差は認められなかった。

失恋コーピング尺度の 3 因子「未練」「肯定的解釈」「否定的解釈」と ECR-GO の 2 因子「見捨てられ不安」「親密性」との相関係数を算出した（表 2）。

結果、ECR-GO の「見捨てられ不安」と、失恋コーピング「未練」「肯定的解釈」との間に正の相関が認められた。また ECR-GO の「親密性」と失恋コーピング「肯定的解釈」との間に正の相関が認められた。

ECR-GO と心理的反応を測る各尺度、重要性、一体感、ショック度、コミットメントの得点との相関係数を算出した（表 3）。

ECR-GO の「見捨てられ不安」と心理的反応を測る各尺度に正の相関が認められた。ECR-GO の「親密性」ではこれらの尺度に相関は認められなかった。

次に、ECR-GO の 2 因子「見捨てられ不安」「親密性」の得点を、上位 25%、下位 25% で Hi/Lo 群に分け、失恋コーピング尺度の得点、関係崩壊後の心理的反応を測る尺度の得点を比較した（表 4-1、4-2、表 5-1、5-2）。

表 2 ECR-GO と失恋コーピング尺度の相関

|       | 見捨てられ不安 | 親密性   |
|-------|---------|-------|
| 未練    | .264*   | .107  |
| 肯定的解釈 | .368**  | .251* |
| 否定的解釈 | .179    | .017  |

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  を示す (n = 74)

表 3 ECR-GO と心理的反応各尺度の相関

|         | 見捨てられ不安 | 親密性  |
|---------|---------|------|
| 重要度     | .240*   | .025 |
| 一体感     | .231*   | .151 |
| ショック度   | .467**  | .136 |
| コミットメント | .368**  | .198 |

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  を示す (n = 74)

**表 4-1** 見捨てられ不安 Hi/Lo 群の失恋コーピング得点平均値、SD、t 検定の結果

| 見捨てられ不安 |         |       |         |       |                    |
|---------|---------|-------|---------|-------|--------------------|
|         | Hi (24) |       | Lo (16) |       | t 値                |
|         | M       | SD    | M       | SD    |                    |
| 未練      | 20.917  | 8.812 | 15.375  | 8.098 | 2.011 <sup>+</sup> |
| 肯定的解釈   | 25.417  | 4.898 | 19.625  | 8.277 | 2.520*             |
| 否定的解釈   | 11.292  | 5.238 | 9.625   | 6.500 | 0.895              |

<sup>+</sup>p<.10   \*p<.05   \*\*p<.01 を示す

**表 4-2** 親密性 Hi/Lo の失恋コーピング得点平均値、SD、t 検定の結果

| 親密性   |         |       |         |        |        |
|-------|---------|-------|---------|--------|--------|
|       | Hi (22) |       | Lo (16) |        | t 値    |
|       | M       | SD    | M       | SD     |        |
| 未練    | 19.409  | 8.835 | 16.812  | 10.021 | 0.845  |
| 肯定的解釈 | 25.000  | 6.000 | 20.062  | 7.540  | 2.248* |
| 否定的解釈 | 10.636  | 5.516 | 10.312  | 5.793  | 0.175  |

\*p<.05   \*\*p<.01 を示す

**表 5-1** 見捨てられ不安 Hi/Lo 群の心理的反応得点平均値、SD、t 検定の結果

| 見捨てられ不安 |         |       |         |       |         |
|---------|---------|-------|---------|-------|---------|
|         | Hi (24) |       | Lo (16) |       | t 値     |
|         | M       | SD    | M       | SD    |         |
| 重要度     | 3.563   | 1.076 | 2.813   | 1.108 | 2.133*  |
| 一体感     | 3.540   | 1.888 | 3.563   | 1.076 | 2.430*  |
| ショック度   | 15.458  | 4.452 | 9.937   | 4.905 | 3.689** |
| コミットメント | 12.208  | 3.006 | 8.625   | 4.064 | 3.206** |

\*p<.05   \*\*p<.01 を示す

**表 5-2** 親密性 Hi/Lo 群の心理的反応得点平均値、SD、t 検定の結果

| 親密性     |         |       |         |       |                    |
|---------|---------|-------|---------|-------|--------------------|
|         | Hi (22) |       | Lo (16) |       | t 値                |
|         | M       | SD    | M       | SD    |                    |
| 重要度     | 3.205   | 1.161 | 2.938   | 0.928 | 0.787              |
| 一体感     | 3.270   | 1.579 | 2.060   | 0.998 | 2.888**            |
| ショック度   | 13.954  | 5.331 | 12.50   | 5.808 | 0.800              |
| コミットメント | 11.590  | 3.216 | 9.250   | 4.041 | 1.988 <sup>+</sup> |

<sup>+</sup>p<.10   \*p<.05   \*\*p<.01 を示す

その結果、「見捨てられ不安」Hi 群は Lo 群よりも失恋コーピング「肯定的解釈」の得点が高かった ( $t(38)=2.520$ ,  $p<.05$ )。また、見捨てられ不安 Hi 群は Lo 群よりも失恋コーピング「未練」の得点が高い傾向が見られた ( $t(38)=2.011$ ,  $p<.10$ )。親密性 Hi 群は Lo 群よりも失恋コーピング「肯定的解釈」の得点が高かった ( $t(38)=2.248$ ,  $p<.05$ )。

関係崩壊後の心理的反応では、「見捨てられ不安」Hi 群は Lo 群よりも重要度 ( $t(38) = 2.133, p < .05$ )、一体感 ( $t(38) = 2.430, p < .05$ )、ショック度 ( $t(38) = 3.689, p < .01$ )、コミットメント ( $t(38) = 3.206, p < .01$ ) のすべての尺度において得点が高かった。「親密性」Hi 群は Lo 群よりも「一体感」において有意に得点が高かった ( $t(38) = 2.888, p < .01$ )。また親密性 Hi 群は Lo 群よりも「コミットメント」では得点が高い傾向が見られた ( $t(38) = 1.988, p < .10$ )。

### 分析 3. 4つの愛着スタイルと失恋コーピング、心理的反応

失恋コーピング尺度の3因子の得点について、ECR-GOにより分類される4つの愛着スタイル群間で差異が見られるかを検討した。対象者の愛着スタイルを分類するために、愛着スタイルの2因子「見捨てられ不安」、「親密性の回避」の平均値を基準として、それらの高低の組み合わせから、対象者を安定型、拒絶型、とらわれ型、恐れ型の4タイプに分類した。失恋コーピング尺度について愛着スタイル間で違いがあるかを検討するために1元配置の分散分析を行った(表6-1)。

その結果、「未練」( $F(3,75) = 3.516, p < .05$ )、「否定的解釈」( $F(3,75) = 5.665, p < .01$ )、「肯定的解釈」( $F(3,75) = 4.582, p < .01$ )、すべての因子において主効果が有意であったため、Tukey の HSD 検定による多重比較を行った。

その結果、「未練」では、とらわれ型が拒絶型よりも得点が高かった。「肯定的解釈」では、とらわれ型が拒絶型よりも得点が高かった。「否定的解釈」では、恐れ型の得点が他のタイプよりも有意に高かった。

重要性、ショック度、一体感、コミットメント各尺度の得点について、4つの愛着スタイル群間で差異が見られるかを検討した。各尺度の得点について愛着スタイル間で違いがあるかを検討するために1元配置の分散分析を行った(表6-2)。

関係崩壊後の心理的反応を測定する各尺度、すべてにおいて主効果が有意、または有意傾向を示したため、Tukey の HSD 検定による多重比較を行った。

表 6-1 愛着スタイルにおける失恋コーピング尺度の差異

|       |           | 安定型<br>N=18     | 拒絶型<br>N=18     | とらわれ型<br>N=26   | 恐れ型<br>N=17     | F 値                    | HSD               |
|-------|-----------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------------------|-------------------|
| 未練    | M<br>(SD) | 17.833<br>8.501 | 14.222<br>7.385 | 22.192<br>6.974 | 19.118<br>9.892 | $F(3,75) = 3.516^*$    | とらわれ型>拒絶型         |
| 肯定的解釈 | M<br>(SD) | 22.056<br>6.664 | 17.611<br>6.482 | 25.231<br>5.792 | 24.235<br>6.553 | $F(3,75) = 5.665^{**}$ | とらわれ型>拒絶型         |
| 否定的解釈 | M<br>(SD) | 9.294<br>5.621  | 8.389<br>4.408  | 9.615<br>4.327  | 14.176<br>6.034 | $F(3,75) = 4.582^{**}$ | 恐れ型>安定型=拒絶型=とらわれ型 |

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  を示す

表 6-2 愛着スタイルにおける心理的反応各尺度の差異

|         |           | 安定型<br>N = 18   | 拒絶型<br>N = 18   | とらわれ型<br>N = 26 | 恐れ型<br>N = 17   | F 値                          | HSD               |
|---------|-----------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------------------------|-------------------|
| 重要性     | M<br>(SD) | 3.167<br>1.098  | 2.750<br>1.061  | 3.596<br>.959   | 3.824<br>1.015  | F(3,75) = 3.914*             | とらわれ型 = 恐れ型 > 拒絶型 |
| ショック度   | M<br>(SD) | 11.833<br>4.817 | 11.167<br>4.793 | 16.385<br>3.383 | 14.118<br>5.797 | F(3,75) = 5.276**            | とらわれ型 > 安定型 = 拒絶型 |
| 一体感     | M<br>(SD) | 2.667<br>1.283  | 2.294<br>1.105  | 3.600<br>1.732  | 3.250<br>2.236  | F(3,72) = 2.524 <sup>+</sup> | とらわれ型 > 拒絶型       |
| コミットメント | M<br>(SD) | 10.278<br>3.478 | 8.333<br>4.029  | 12.720<br>2.762 | 11.059<br>3.418 | F(3,74) = 6.016**            | とらわれ型 > 拒絶型       |

<sup>+</sup>p<.10 \*p<.05 \*\*p<.01 を示す

その結果、「ショック度」では、とらわれ型が拒絶型、安定型よりも得点が高かった。「コミットメント」では、とらわれ型が拒絶型よりも高かった。「一体感」では、とらわれ型が拒絶型よりも得点が高い傾向であった。「重要度」では、「拒絶型」が「恐れ型」、「とらわれ型」よりも得点が有意に低かった。

## 考 察

失恋コーピング尺度では、ほぼ加藤（2005）、及び山下・坂田（2008）の示した 3 因子「未練」「希望」（本研究では「肯定的解釈」）「失望」（本研究では「否定的解釈」）が認められた。Bowlby（1976/2000）は、対象喪失後、抗議－保持、断念－絶望、離脱－再建の 3 つの段階を経て傷つきから心理的回復に至るとしている。本研究では、抗議－保持は「未練」、断念－絶望は「否定的解釈」、離脱－再建は「肯定的解釈」にあたる。このような過程が愛着の 2 次元「見捨てられ不安」、「親密性」とどのように関係するのか。

分析 2、愛着の 2 次元「見捨てられ不安」、「親密性」Hi/Lo 群間の失恋コーピング尺度得点、関係崩壊後の心理的反応を測る尺度得点の比較より以下が考えられる。「見捨てられ不安」が高いと失恋コーピング「未練」の使用頻度が高くなることから、愛着対象から見捨てられるかもしれないという不安の高さは、関係崩壊後、失恋相手へ執着する行動との関連を示した。また「見捨てられ不安」は、関係崩壊時後の心理的反応を測る尺度の得点の高さと関連し、失恋、つまり対象との分離時に受ける衝撃の強さを示した。

一方、「見捨てられ不安」の高さは失恋コーピング「肯定的解釈」とも関連し、関係崩壊時に対象との分離を受け入れるなんらかの行動とも結びつくことが推測された。

「親密性」の高さは、「肯定的解釈」の使用頻度の高さと関連を示した。また関係崩壊後の心理的反応を測る各尺度とは関連しなかった。危機的状況において、他者が自分を拒絶しない、助けてくれる可能性が高いと捉え、愛着対象との親密な関係を求める「親密性」は、失恋時に相手との分離を受け入れる行動と関連するといえる。



分析 3 より、4 つの愛着スタイルと失恋コーピング尺度、関係崩壊後の心理的反応を測る尺度との関連から以下が考えられる。

「とらわれ型」が「拒絶型」よりも、失恋コーピング「未練」の使用頻度が高かった。見捨てられ不安が高く親密性が高い「とらわれ型」は、見捨てられ不安、親密性が低い「拒絶型」よりも、関係崩壊後に相手に執着する行動を示すと考えられた。失恋コーピング「否定的解釈」では、「恐れ型」の得点が他の愛着タイプよりも得点が高かった。見捨てられ不安が高く親密性が低い「恐れ型」は、失恋に対して否定的なコーピングを行っていた。「拒絶型」では、失恋コーピングのすべての因子の得点が他の愛着タイプよりも低かった。つまり、「拒絶型」は失恋時にコーピングを行わないと考えられた。

関係崩壊後の心理的反応では、「とらわれ型」が、恋愛対象に強くコミットメントしており、一体感を感じ、相手を重要だと認識している。また、関係崩壊時には、強いショックを受けることが分かった。一方、「拒絶型」は恋愛対象にあまりコミットメントせず、一体感や重要性を感じていない。また、関係崩壊時に受けるショックが他の愛着タイプと比較すると最も少ないことが分かった。

加藤 (2005) は、恋愛感情は失恋コーピングを媒介として精神的健康に影響を及ぼすこと、失恋コーピングの「拒絶」「未練」の使用頻度が高いほどストレス反応が促進され、回復期間が遅れると報告している。また、「拒絶」は失った相手を悪玉化して積極的に失恋相手との関係を継続させるものであろうと推測している。本研究より、愛着タイプでは「とらわれ型」、「恐れ型」がこれにあてはまる。特に「恐れ型」は失恋を非常にネガティブなものと体験しており、悪口を言ったり、恨んだりする対処を行い、嫌な思い出として、現在も対象を記憶にとどめ、関係を断ち切れずにいることが考えられた。このように恋愛を愛着対象との関係性、個人差という側面も含めて理解することは、失恋に関して何らかの問題を抱える青年に臨床的介入を考えるうえで意義があるであろう。

ところで、「拒絶」、「未練」の使用頻度が高いということは、失恋相手に対する執着の程度が高い。本研究では「未練」の使用頻度が高い「とらわれ型」は、「肯定的解釈」の使用頻度も高かった。この結果については、約 2 年が経過した失恋が想起されており、この間に生じる様々な要因を考慮する必要があるだろう。ECR-GO は、一般他者を想定した愛着スタイル尺度であり、他者観がポジティブな「とらわれ型」では、親友など他の依存対象からなんらかのサポートを得る機会があった可能性がある。また、本研究のデータ数や女性に偏ったデータの特徴を反映していることも十分に考えられる。例えば、恋愛関係崩壊時からの立ち直りとソーシャルサポートの関連を調査した山下・坂田 (2008) は、男性より女性が多様な関係からサポートを受ける可能性があるとし唆している。本研究の大きな問題として、継続調査を行い、性差も含めた関連を検討する必要がある。

## 引用文献

- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. 1991. Attachment Style among young adults; a test of a four category models. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**, 226-244.
- Bowlby, J. 1973/2000. Attachment and loss: Vol.2. Separation: Anxiety and anger New York: Basic Books (黒田実郎ほか 訳 1976 母子関係の理論 2: 分離不安 岩崎学術出版社)
- Hazan, C. & Shaver, P. R. 1987 Romantic Love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 511-524.
- 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.
- 片岡祥・園田直子 2008 青年期におけるアタッチメントスタイルの違いと恋人に対する依存との関連について 久留米大学心理学研究, **7**, 11-18.
- 加藤司 2005 失恋ストレスコーピングと精神的健康との関連性の検証 社会心理学研究, **20**(3), 171-180.
- 中尾達馬・加藤和生 2004 a 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.
- 中尾達馬・加藤和生 2004 b “一般他者”を想定したアタッチメントスタイル尺度の信頼性と妥当性の検討 九州大学心理学研究, **5**, 19-27.
- 中尾達馬・加藤和生 2003 成人の愛着スタイル尺度間にはどのような関連があるのだろうか? - 4 カテゴリー (強制選択式, 多項目式) と 3 カテゴリー (多項目式) との対応性 - 九州大学心理学研究, **4**, 57-66.
- 尾形和男・舟橋真緒 2016 夫婦関係が幼児期の父子関係イメージ・母子関係イメージ, 高校生の愛着スタイル, 対人関係に及ぼす影響 - 幼児期と高校時代についての大学生の回想から - 愛知教育大学研究報告, 教育科学編, **65**, 75-84.
- Steven, W. R. & Jeffry, A. S. (Eds.) 2004. Adult attachment: Theory, Research, and Clinical Implications: The Guilford Press (遠藤俊彦・谷口弘・金政祐司・串崎真志 監訳 2008 北大路書房)
- 詫摩武俊・戸田弘二 1988 愛着理論から見た成人の対人態度: 成人版愛着スタイル尺度作成の試み 東京立大学人文学報, **196**, 1-16.
- 田沢晶子 2011 大学生の恋愛依存傾向と失恋経験の関連 - 恋愛依存尺度, 失恋コーピング尺度を用いて - 日本心理学会第 74 回大会 日本大学文理学部 発表論文集, 171.
- 山下倫実・坂田桐子 2008 大学生におけるソーシャル・サポートと恋愛関係崩壊からの立ち直りとの関連 教育心理学研究, **56**, 57-71.