演習Ⅰ

C班　A07CB030 A08CB012 A08CB057
A08CB070 A08CB102

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動きと孤独感の関連性について

問題

遠距離恋愛とは恋愛対象が近くに存在する場合とどのように違うのであろうか。まず、第一に考えられるのは、恋愛感情以外に相手と物理的距離が大きいからこそ起こる複雑な情動変化だと考えられるであろう。会いたいのにも関わらず会えないというアンビバレントな感情が必然的に生じる遠距離恋愛を考えるとき、強い孤独感はどのような状況で生じるのであろうか。

Moreland、Zajonc(1968)が提唱した「単純接触効果」によれば、普段頻繁に会い、話す機会がある人に対しては、好意的な態度や親近感が形成されやすいという。反対に言えば、遠距離恋愛は恋人同士の距離が離れているため、単純接触の効果が認められないうえ、相手の実際の生活状況が不透明であり、相手の私生活において自分以外の異性との接触がないだろうかという心配を抱え、一方で相手の心変わりが起きないだろうかという強い不安が生じるといえる。そのため、一途であろうと心がければ他の異性との単純接触を避けるようになるといえるであろう。

S.Freud(1917)のリビドー発達理論（Psychosexual development (stages)）によれば、5つの性的発達段階の中で最初の段階であり 0~1 歳半にあたる口愛期に口から満足を得ることで、信頼と楽観的パーソナリティを形成するといわれている。

Bowlby(1977)の愛着理論によれば、多くの子どもは生後 6、7 ヵ月になると、他者と母親の区別の明確化が起こり、母親という対象に対して、微笑む、しがみつく、抱きつくなどの身体接触行動の起こし、母親がどこにいるのか目で追う、声のするほうを向くという定位行動を起こすなど特定の人間にアタッチメントを形成し、特別な感情を抱くようになる。また、乳幼児期に形成された母親との絆は永続的だといわれ、「乳房を吸う、しがみつく、追いかける」という愛着行動は恋愛にも通じ、性行動などに表れるといわれる。

S. Freud(1917)による口愛期の愛着行動である「吸う、しがみつく、追いかける」は、恋愛関係において「キス、抱き合う、寂しがる、会いたがる」のような行動へと置き換えが生じるといわれている。口愛期の愛着行動である「キス、抱き合う、寂しがる、会いたがる」などは、恋愛においてよく見られる行動であり、退行によって生じる歪みではなく適切な置き換えだと考えられる。恋愛における人間の行動は、幼少期に形成された愛着関連性があるといわれ、S.Freud(1917)によれば、ある発達段階でリビドーが過剰に満たされる過保護やリビドーの充足が阻害され、過度の欲求不満が起こる虐待やネグレクトが存在すると固着が生じ、その段階のリビドーが蘇る固着点が確立されることになるといわれている。そのなかでも口愛期へのリビドーの退行や固着によって発生する口愛期性格は、懸田(1969)によれば、Freud の弟子の Abraham が過度の愛情欲求、病的な依存性、他者への同一化による異常な世話好き（奉仕欲求・自己犠牲）などを特徴とすると述べている。また、他者の言動によって過敏に影響を受けやすく、発達早期に生じた「見捨てられ不安」を持続させているために、恋愛関係では能動的な依存欲求や受動的な自己犠牲によって、相手の自由や行動を制限しやすいといわれている。S.Freud(1917)、Bowlby(1977)の理論をふまえ、恋愛は「自己承認欲求」を目的とするものであると考えられ、遠距離恋愛においては相手との接触が困難なため愛着欲求がなかなか満たされない状態であるといえるであろう。

本調査では、遠距離恋愛における情動の変化を「依存」、「不安」、「一途さ」、「束縛」、「犠牲的感情」と定義し孤独感と関連付けることで遠距離恋愛中という特殊な環境に置かれた場合、情動の変化のふれ幅が大きいほど孤独感が肥大し強いと考えた。心理学的には男女の物理的距離が近いほど結婚しやすいというボッサードの法則(Bossard ,1932)など、「遠距離恋愛は成就しない」という考えが根強いためか、遠距離恋愛についての先行研究は殆ど皆無であった。恋愛と心的距離にスポットを当てた研究としては、孤独と愛を結ぶ空間を「心理的距離」と定義した山根の「心理的距離からみた恋愛現象」があるが、実際的な物理的距離が障害となる「遠距離恋愛カップルの心理的葛藤」にスポットを当てた研究は過去に無かった。

そのため、本研究で遠距離恋愛中に生じる情動変化について、孤独感と関連付け分析することは、恋愛中に物理的距離が離れているという特殊な環境でどのような心の動きが生じるのかということを考察するうえで、また先行研究が殆どないということからも大きな意義があると考えられるであろう。

目的

恋愛において距離は心情変化をもたらす要因になるといえるか、また孤独感との関連性について調査することを目的とした。また、調査対象者を遠距離恋愛経験者と遠距離恋愛未経験の恋愛経験者と恋愛未経験者の 3 群に分類したとき、質問紙の回答の傾向に有意な差がみられるか検討することを目的とした。

仮説

遠距離恋愛において、物理的距離が遠い故に相手に対する欲求が満たされないアンビバレントな心的状況に置かれた場合、愛着欲求が満たされないため、本調査で「犠牲的」「束縛」「不安」「依存」「一途さ」と定義した気持ちの揺れ動きが生じ、それが大きくなればなるほど孤独感と強い相関がみられると仮説を立てた。

遠距離恋愛経験者、遠距離恋愛未経験の恋愛経験者、恋愛未経験者の 3 群に分けた場合、遠距離恋愛経験者は、相手との間に距離があっても恋愛関係を継続しているということから、相手に対する依存度は低く、遠距離恋愛未経験の恋愛経験者は、距離のある恋愛をしたことがないため、遠距離恋愛を想定した場合「不安」の質問項目に強く反応すると仮説を立てた。恋愛未経験者は、現実的な恋愛よりも理想的な恋愛を想定しやすいため、「一途さ」や「犠牲的感情」が強く示されると推察した。また、孤独感が強い人は、淋しさを払拭するため、近くにいる他の異性に目移りしてしまい、一途であることが難しくなると仮説を立てた。

方法

調査対象者　S 大学の女子大学生 150 名を対象に質問紙調査を行った。有効回答数は 139 名、平均値は 20.17 歳、SD は 0.93 であった。なお、回収したデータのうち、欠損値のあった 11 名のデータは分析から除外した。

調査方法　質問紙を講義中に配布し、集団法にて実施した。

調査日時　2010 年 5 月 27 日および 5 月 28 日の講義時間内に行った。

調査の手続き　伊福、徳田（2006）や、水野（2007）を参考に、女子大学生 5 名の自由記述を収集して、遠距離恋愛に関する質問項目の文章を作成した。さらに、不安（fear）尺

度、依存(dependence)尺度、束縛(restraint)尺度、一途さ(sincere)尺度、犠牲的(sacrifice)尺度の5つの下位尺度に分類して、それぞれ6項目、計30項目の「遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度」を構成した。また「遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き」とは、遠距離恋愛時に起こると想定される複雑な心情変化であると定義した。

本研究では、各項目に対し、1=「あてはまらない」、2=「ややあてはまらない」、3=「どちらともいえない」、4=「ややあてはまる」5=「あてはまる」の5段階で評定を行ってもらうものとした。なお、質問項目をTable 1に示した。

Table 1　遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度

項目	下位分類	項目
1	f	四六時中、彼がなにをしているか気になる。
2	f	彼の女性関係が気になる。
3	f	連絡が来ないと、何も手につかない。
4	f	私と彼は、いわゆる「ラブラブ」な関係だ。*
5	f	彼の携帯を見たくなる、または見てしまったことがある。
6	f	彼の考えていることが気になる。
7	d	いつも私のことを考えていてほしい。
8	d	連絡を頻繁に取り合いたい。
9	d	彼がそばにいないと、何も手に着かない。
10	d	私を理解してくれるのは彼しかいない。
11	d	彼に束縛されるのは嫌だ。*
12	d	私は彼に依存しやすい。
13	r	彼の行動を把握していたい。
14	r	自分の時間を大切にしたい。*
15	r	彼が電話にでないとイライラする。
16	r	彼が何をしていても気にならない。*
17	r	彼が自分以外の女の子としゃべるのは嫌だ。
18	r	彼を束縛していたい。
19	si	彼以外の男性は目に入らない。
20	si	追いかける恋愛が好き。
21	si	身近な男性に告白されると気持ちが揺らぐ。*
22	si	常に彼に気持ちを伝えていたい。
23	si	彼以外の男性とは極力連絡を取らないようにする。
24	si	浮気はしないと言い切れる。
25	sa	彼とは対等に言い合える仲でいたい。*
26	sa	私は「尽くす」タイプだ。
27	sa	彼のためなら無理をしてもかまわない。
28	sa	ファッションは彼の好みに合わせる。
29	sa	どんな時も彼の意見を優先する。
30	sa	彼に心配をかけるよりも嘘をついた方が良い。

註　f：不安、d：依存、r：束縛、si：一途さ、sa：犠牲的
*印のついた項目は逆転項目である。

本研究では「遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度」と同時に、「改訂版UCLA孤独感尺度日本版」を用いるものとした。

この尺度は、単一次元的に孤独感を捉えている点、測定項目において孤独という表現を避けている点、状況的立場から孤独感を捉えている点に特徴があり、人間関係の中で我々がこうありたいという願望があるときに、その願望が十分に満たされなかったり、逆に心

理的な満足感を低下させたりするような結果が生じたときに感じる感情の 1 つと定義されているものであった。

各項目に対し、1=「けっして感じない」、2=「どちらかといえば感じない」、3=「どちらかといえば感じる」、4=「たびたび感じる」の 4 段階で評価を行ってもらうものとした。なお、質問項目を Table 2 に示した。

Table2　改訂版UCLA孤独感尺度日本版（諸井 1991）

番号	項目
1	私は、自分の周囲の人たちと調子よくいっている。*
2	私は、人とのつきあいがない。
3	私には、頼りにできる人がだれもいない。
4	私は、ひとりぼっちではない。*
5	私は、親しい仲間達のなかで欠くことのできない存在である。*
6	私は、自分の周囲の人たちと共通点が多い。*
7	私は、今、誰とも親しくしていない。
8	私の興味や考えは、私の周囲の人たちとはちがう。
9	私は、外出好きの人間である。*
10	私には、親密感の持てる人たちがいる。*
11	私は、無視されている。
12	私の社会的なつながりはうわべだけのものである。
13	私をよく知っている人は誰もいない。
14	私は、他の人たちから孤立している。
15	私は、望むときにはいつでも、人とつきあうことができる。*
16	私には、私を本当に理解してくれる人たちがいる。*
17	私は、たいへん引っ込み思案なのでみじめである。
18	私には、知人はいるが、私と同じ考えの人はいない。
19	私には、話しかけることのできる人たちがいる。*
20	私には、頼りにできる人たちがいる。*

註　*印のついた項目は逆転項目である。

結果

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の因子的妥当性の検討

初めに、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度 30 項目の平均値、標準偏差を算出し、項目分析を行った。その結果、「恋人とは対等に言い合える仲でいたい」「恋人の携帯を見たくなる、または見てしまったことがある」「自分の時間を大切にしたい」「恋人を束縛していたい」の 4 項目においてフロア効果がみられたが、これらの項目は、恋人のために自分の身を犠牲にすることも厭わないという犠牲的傾向がほとんどみられないことや、遠距離恋愛中相手を束縛したくないという傾向から、遠距離恋愛中はそれぞれ自分の時間を大切にし、お互い干渉しあわないストレスフリーでフランクな付き合いを求めている人が多いと解釈し、これらは有意の結果であると考えられ、項目の除外は行わないものとした。

次に、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度 30 項目に対して、主因子法・Promax 回転による因子分析を行った。固有値の減衰状況（8.369、2.479、1.779、1.589、…）と因子の解釈可能性から、3 因子を抽出し、それに適合しないとみられた「恋人に束縛されるのは嫌だ」、「自分の時間を大切にしたい」、「追いかける恋愛が好きである」、「恋人とは対等に言い合える仲でいたい」を削除した。

第 1 因子は、「恋人の行動を把握していたい」「恋人が自分以外の異性と話しているのは

嫌だ」などの 11 項目で構成されており、恋人に対する行動制限や、恋人を繋ぎ止めようとする内容の項目が高い負荷量を示していたことから、「束縛」因子と命名した。第 2 因子は、「恋人のためなら無理をしてもかまわない」「どんな時も恋人の意見を優先する」などの 11 項目で構成されており、恋人を頼りとして、その選択に身を委ねるとする内容の項目が高い負荷量を示していたことから、「依存」因子と命名した。第 3 因子は、「恋人以外の異性は目に入らない」「浮気はしないと言い切れる」などの 4 項目で構成されており、相手を思う気持ちに揺れ動きがみられないという内容の項目が高い負荷量を示していたことから、「一途さ」因子と命名した。なお、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の因子分析の結果を、Table3 に示した。

Table3 遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の因子分析結果

元番号	質問項目	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
6	恋人が自分以外の異性と話しているのは嫌だ。	.84	-.13	.05
4	恋人の異性関係が気になる。	.80	-.11	-.06
3	恋人が電話にでないとイライラする。	.76	-.21	-.01
14	恋人の行動を把握していたい。	.65	.17	-.07
7	四六時中、恋人がなにをしているか気になる。	.63	.20	.02
18	恋人の考えていることが気になる。	.59	-.05	.08
2	恋人が何をしていても気にならない。*	.53	-.07	.02
13	恋人以外の異性とは極力連絡を取らないようにする。	.50	-.15	.24
29	恋人を束縛していたい。	.48	.27	-.24
23	連絡が来ないと、何も手につかない。	.48	.20	.01
12	いつも私のことを考えていてほしい。	.45	.41	-.11
5	恋人に束縛されるのは嫌だ。*	.31	.08	.19
10	私は「尽くす」タイプだ。	-.14	.66	.21
20	私は恋人に依存しやすい。	.22	.56	.05
9	恋人のためなら無理をしてもかまわない。	-.04	.53	.35
30	私を理解してくれるのは恋人しかいない。	-.01	.53	-.13
17	恋人の携帯を見たくなる、または見てしまったことがある。	-.04	.45	-.17
1	どんな時も恋人の意見を優先する。	-.11	.43	-.03
27	連絡を頻繁に取り合いたい。	.36	.43	.16
21	恋人がそばにいないと、何も手に着かない。	.26	.40	-.13
26	ファッションは恋人の好みに合わせる。	.12	.38	-.07
25	常に恋人に気持ちを伝えていたい。	.27	.36	.01
8	私と恋人は、いわゆる「ラブラブ」な関係だ。*	-.03	-.35	-.26
28	自分の時間を大切にしたい。*	.07	.31	.11
22	追いかける恋愛が好きである。	-.17	.30	-.15
24	浮気はしないと言い切れる。	.23	-.35	.69
16	恋人以外の異性は目に入らない。	.10	-.04	.67
15	身近な異性に告白されると気持ちが揺らぐ。*	-.35	.13	.58
19	恋人に心配をかけるよりも嘘をついた方が良い。	.04	.06	-.51
11	恋人とは対等に言い合える仲でいたい。*	-.15	.02	-.24

元番号は、実施時の番号を示す。
*印のついた項目は逆転項目である。

因子間相関	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
Ⅰ	—	.669	.249
Ⅱ		—	.358
Ⅲ			—

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き下位尺度間と孤独感尺度の相関

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の3つの下位尺度に相当する項目の平均値を算出し、「束縛」下位尺度得点（平均 2.96、SD 0.82）、「依存」下位尺度得点（平均 2.69、

SD 0.72)、「一途さ」下位尺度得点（平均 3.26、SD 0.95）とした。孤独感尺度は、平均が1.87、SDが0.51であった。

また、内的整合性を検討するために、各下位尺度と孤独感尺度のα係数を算出したところ、「束縛」でα＝.89、「依存」でα＝.72、「一途さ」でα＝.11、「孤独感」でα＝.92となった。「束縛」下位尺度、孤独感尺度は.80以上であったため、十分な内的整合性があると判断された。一方、「依存」下位尺度においては.72とやや低い値に、「一途さ」下位尺度においては.11と非常に低い値となった。そこで、「依存」には不適応であると思われた項目8「私と恋人は、いわゆるラブラブな関係だ」と、「一途さ」には不適応であると思われた項目19「恋人に心配をかけるよりも嘘をついたほうがいい」の2項目をそれぞれ削除して、再度α係数を求めたところ、「依存」でα＝.80、「一途さ」でα＝.64となった。「一途さ」のα係数は.64とやや内的整合性が低かったが、α係数が.50以上であるという基準を満たしていることや項目数が少ないことも数値の低さに関係していると推察し、3因子構造を採用した。なお、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の下位尺度間相関を、Table4に示した。その結果、孤独感と各下位尺度の間に有意な差は認められなかったが、3つの下位尺度のうち、「束縛」と「依存」、「依存」と「一途さ」の間には有意な正の相関がみられた。

Table4　遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の下位尺度間相関、平均値、SD、α係数

	下位尺度						
	束縛	依存	一途さ	孤独感	平均	SD	α係数
束縛	－	.672**	.125	-.103	2.96	0.82	.89
依存		－	.181*	-.089	2.69	0.72	.80
一途さ			－	.059	3.26	0.95	.64
孤独感				－	1.87	0.51	.92

*p<.05　**p<.001

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動きの群間差異

恋愛経験の有無から、恋愛経験無群と恋愛経験有群に分類した。さらに、恋愛経験有群においては、遠距離恋愛経験の有無から、遠恋経験有群に分類され、3つの群を得た。恋愛経験無群には25名、恋愛経験有群には83名、遠恋経験有群には31名の調査対象者が含まれていた。

次に、得られた3つの群を独立変数、「束縛」「依存」「一途さ」を従属変数とした分散分析を行った。その結果、「依存」において有意な群間差がみられた（$F(2,136)=8.92, p<.001$）。なお、Figure1に3群の各得点を示した。

TukeyのHSD法による多重比較を行ったところ、「束縛」「一途さ」においては、群間の有意な差は得られなかったが、「依存」においては、恋愛経験無群が最も低く、恋愛経験有群と遠恋経験有群間での有意な差はみられなかったため、恋愛経験有群＝遠恋経験有群＞恋愛経験無群という結果が得られた。

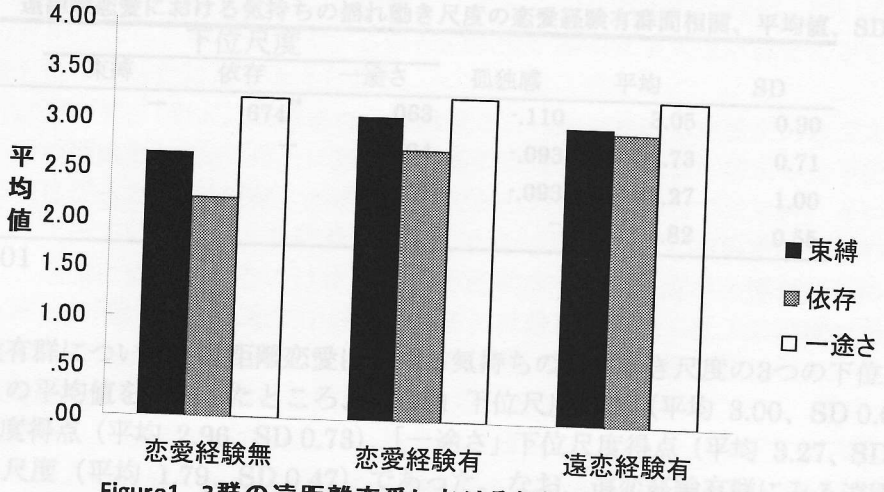

Figure1　3群の遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き得点

群別にみる遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き下位尺度間相関

恋愛経験無群について、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の3つの下位尺度に相当する項目の平均値を算出したところ、「束縛」下位尺度得点（平均 2.65、SD 0.67）、「依存」下位尺度得点（平均 2.20、SD 0.52）、「一途さ」下位尺度得点（平均 3.21、SD 0.67）、「孤独感」尺度（平均 2.11、SD 0.34）であった。なお、恋愛経験無群にみる遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の下位尺度間相関を、Table5に示した。その結果、孤独感と各下位尺度の間に有意な差は認められなかったが、3つの下位尺度のうち、「束縛」と「依存」の間には有意な正の相関がみられた。

Table5　遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の恋愛経験無群間相関、平均値、SD

	下位尺度					
	束縛	依存	一途さ	孤独感	平均	SD
束縛	—	.518**	-.099	-.394	2.65	0.67
依存		—	.080	-.131	2.20	0.52
一途さ			—	.313	3.21	0.67
孤独感				—	2.11	0.34

**p<.001

恋愛経験有群について、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の3つの下位尺度に相当する項目の平均値を算出したところ、「束縛」下位尺度得点（平均 3.05、SD 0.90）、「依存」下位尺度得点（平均 2.73、SD 0.71）、「一途さ」下位尺度得点（平均 3.27、SD 1.00）、「孤独感」尺度（平均 1.82、SD 0.55）であった。なお、恋愛経験有群にみる遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の下位尺度間相関を、Table6に示した。その結果、孤独感と各下位尺度の間に有意な差は認められなかったが、3つの下位尺度のうち、「束縛」と「依存」の間には有意な正の相関がみられた。

Table6　遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の恋愛経験有群間相関、平均値、SD

	下位尺度					
	束縛	依存	一途さ	孤独感	平均	SD
束縛	—	.674**	.063	-.110	3.05	0.90
依存		—	.104	-.093	2.73	0.71
一途さ			—	-.093	3.27	1.00
孤独感				—	1.82	0.55

**p<.001

遠恋経験有群について、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の3つの下位尺度に相当する項目の平均値を算出したところ、「束縛」下位尺度得点（平均 3.00、SD 0.64）、「依存」下位尺度得点（平均 2.96、SD 0.73）、「一途さ」下位尺度得点（平均 3.27、SD 1.00）、「孤独感」尺度（平均 1.79、SD 0.47）であった。なお、遠恋経験有群にみる遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の下位尺度間相関を、Table7に示した。その結果、「束縛」と「依存」、「束縛」と「一途さ」、「一途さ」と「孤独感」の間には有意な正の相関がみられた。

Table7　遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度の遠恋経験有群間相関、平均値、SD

	下位尺度					
	束縛	依存	一途さ	孤独感	平均	SD
束縛	—	.783**	.488**	.332	3.00	0.64
依存		—	.443*	.266	2.96	0.73
一途さ			—	.471**	3.27	1.00
孤独感				—	1.79	0.47

**p<.001

考察

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度について

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度30項目の平均値、標準偏差を算出したところ、「恋人とは対等に言い合える仲でいたい」「恋人の携帯を見たくなる、または見てしまったことがある」「自分の時間を大切にしたい」「恋人を束縛していたい」の 4 項目においてフロア効果がみられた。これらの項目は、恋人のために自分の身を犠牲にすることも厭わないという犠牲的傾向がほとんどみられないことや、遠距離恋愛中相手を束縛したくないという傾向から、遠距離恋愛中はそれぞれ自分の時間を大切にし、お互い干渉しあわないストレスフリーでフランクな付き合いを求めている人が多いと解釈し、これらは有意の結果であると考えられ、項目の削除を行わなかったが、「自分の時間を大切にしたい」、「恋人とは対等に言い合える仲でいたい」は、因子分析により負荷量が低かったため削除した。「自分の時間を大切にしたい」という質問項目は、文頭に「恋人よりも」という言葉を入れなかったため、調査対象者全員が「遠距離恋愛」とは関係ない質問だと解釈し、ほとんどの回答者が「自分の時間を大切にしたい」と考えそのように回答したため回答にばらつきが少なかったのだと推察する。また、「恋人とは対等に言い合える仲でいたい」も「恋人」と「何を」お互い言い合うのか明記していなかったため、「恋人と付き合うとき、常に対等な立場でいたい」などと質問項目を具体的に明記する必要があったと考えられる。さらに、近年では女性は男性のあとを 3 歩下がってついていくというような男性優位の恋人関係が

減少しており、男女が対等であることがあたりまえという考えが一般化しているため、回答のばらつきが少なく、相手を優先する犠牲的感情を持つ女子大生がほとんどいなかったため負荷量も低くなったのだと考えられる。

因子分析において、「恋人に束縛されるのは嫌だ」、「追いかける恋愛が好きである」も削除したが、その理由として、「恋人に束縛されるのは嫌だ」は最初に構成した下位尺度「依存」の逆転項目だったが、「依存」の逆転項目であるのにも関わらず「束縛」という言葉が入ってきてしまっているため、負荷量が低かったのではないかと推察する。そのため質問を「恋人に、過剰に依存されるのは嫌だ」に変更するなどの配慮が必要だったのではないかと考えられる。「追いかける恋愛が好きである」は最初に構成した下位尺度である「一途さ」の質問項目であったが、特に一途でなくても追いかける恋愛が好きな人が多いため質問項目の負荷量が低かったのではないかと考えられる。

3 因子を抽出し、「束縛」、「依存」、「一途さ」と命名したが、十分な因子負荷量を示さなかった「私と恋人は、いわゆるラブラブな関係だ」と「恋人に心配をかけるよりも嘘をついたほうがいい」を削除した。「私と恋人は、いわゆるラブラブな関係だ」が十分な因子負荷量を示さなかったのは、この質問が、始めに想定した下位尺度である「不安」に含まれていた逆転項目だったにもかかわらず、「不安」であっても不安ゆえに密着度が高く仲の良いカップルはいるため、「不安」と定義した質問の逆転項目としての意味をなしておらず、削除に至ったのではないか考えられる。また、「恋人に心配をかけるよりも嘘をついたほうがいい」という質問項目は、始めの尺度構成のとき「犠牲的感情」に分類されていたが、犠牲的感情を高く示す調査対象者が少なかったため質問が大幅に削除され、「犠牲的感情」に分類されており削除対象にならなかった他の質問項目は、すべて「依存」にふくまれたが、この質問だけが「依存」ではなく「一途さ」に分類され、他の質問項目と内容的に系統が非常に異なっていたため、「一途さ」全体としてのα係数に大きな影響を齎してしまい削除に至ったのだと考えられる。

最終的な因子分析の結果、「束縛」、「依存」、「一途さ」の 3 因子構造を採用した。「束縛」、「依存」については予め想定していた因子が支持された結果といえるだろう。しかしながら、「不安」、「犠牲的感情」に関しては、「不安」が「束縛」にふくまれ、「犠牲的感情」が「一途さ」に含まれる傾向にあった。「一途さ」においては因子分析の際、そぎ落とされた質問項目が多く、また「犠牲的感情」に関してはフロア効果が生じた項目が多かったことから現代の女子大生において、意見を彼氏に合わせる、彼が悲しむくらいなら自分が辛い思いをしたほうがいいという自己犠牲的な恋愛傾向を持っている人が少ないのではないかと推察される。また時代の変化により男性を立てる古典的で奥ゆかしい女性像というものが賛美されなくなったのではないだろうか。また、内的整合性においては、「不安」因子と「束縛」因子で十分な値を得ることができたが、「一途さ」因子については十分な値を得ることができなかった。これは「一途さ」の項目数が 4 と少なかったことに関係しているのではないかと推察される。

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度と孤独感尺度の関連性について

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度と孤独感尺度には相関がみられず、物理的距離が遠ければ遠いほど、気持ちの揺れ動きが生じ、それが大きくなればなるほど「遠距離恋愛における気持ちの揺れ動き尺度」と「改訂版 UCLA 孤独感尺度」に強い相関が生じるという仮説は支持されなかった。遠距離恋愛においては、孤独感の強弱に関わらず、恋人との心理的・物理的距離に一喜一憂しているということが考えられる。また、孤独感に関する尺度は、「周囲の人との付き合い」を前提としており、環境が変われば結果もかわるという非常に流動性のあるものだと考えられ、その人のパーソナリティに影響するような寂

寥感や抑うつ性は測れないということが関係しているのではないかと推察する。そのため、周囲の人との関係が上手くいっており、特に友人との関係が良好であれば、孤独感は低いということになり、遠距離恋愛の不安定な気持ちの揺れ動きと周囲にいる人たちとの関係の良し悪しは、特に関連性がないという結果が示されるのではないかと考えられる。

孤独感と各下位尺度の間に有意な差は認められなかったが、3つの下位尺度のうち、「束縛」と「依存」、「依存」と「一途さ」の間には有意な正の相関がみられた。「束縛」尺度と「依存」尺度に相関がみられた理由として、依存も束縛も自分の支えになるよう相手を思い通りにすることであるため、二つの作用がお互いに影響し合って、距離が離れている分、寂寥感ゆえに、恋人との心的な愛着欲求を満たそうとしているのではないかと考えられる。また、「一途さ」尺度と「依存」尺度に相関がみられたのは、一途であればあるほど、他の異性に目が向かなくなりそれが過剰になったとき依存となる可能性や相手に依存すればするほどのめりこみ、その人しか見えなくなってしまうという要因があるのではないかと推察する。

遠距離恋愛における気持ちの揺れ動きのグループ間差異について

分散分析の結果より、依存に関して、「遠距離恋愛経験者」と「恋愛経験者」・「恋愛未経験者」との間には有意な差がみられ、恋愛経験がある人の方が、「依存」下位尺度が高く、遠距離恋愛経験者に関してはもっとも高かった。このことから遠距離恋愛経験者は、相手との間に距離があっても恋愛関係を継続しているということから、相手に対する依存度は低いという仮説は支持されず、おそらく距離が遠ければ相手の側にいられないため少しでも恋人を自分の思い通りにしたいという気持ちがはたらくのではないかと考えられる。

Tukey の HSD 法による多重比較おいて、「束縛」下位尺度、「一途さ」下位尺度においては、グループ間の有意な差は得られなかったのにも関わらず、「依存」のみ「遠距離恋愛経験者」と「遠距離恋愛未経験の恋愛経験者」の 2 群と「恋愛未経験者」に有意な差がみられ、「恋愛未経験者」群の数値が低かった。おそらく「依存」の項目が「恋人の携帯をみたくなる」、「私を理解してくれるのは恋人しかいない」など実際に恋人がいないとわからないリアリティを感じにくく、想像するのが難しい内容だったからだと考えられる。

グループ間ごとの相関係数で比較したとき、「遠距離恋愛未経験の恋愛経験者」と「恋愛未経験者」では、「束縛」尺度と「依存」尺度に相関がみられた。このことから、「依存」も「束縛」も相手を自分の支えになるようコントロールしようとすることであるため、「恋愛経験者」、「恋愛未経験者」という遠距離恋愛未経験である2群の実験参加者が、恋人と距離が離れている状況を想定した場合、寂寥感ゆえ相手を繋ぎ止めようとするのではないかと考えられる。

また、「遠距離恋愛経験者」群の「一途さ」下位尺度と「依存」下位尺度に相関がみられた。これは全体の相関係数を算出したときと同様で、一途であればあるほど、他の異性に目が向かなくなりそれが過剰になったとき依存となる可能性や相手に依存すればするほどのめりこみ、その人しか見えなくなってしまうという要因があるのではないかと推察する。「遠距離恋愛経験者」の「一途さ」下位尺度と「孤独感」尺度には相関がみられ、孤独感が強い人は一途でいられないという仮説は支持されなかった。孤独感が強いことから遠距離恋愛経験者は他の人は恋人が近くにいるからうらやましいと思うと同時に、自分は遠距離恋愛をしているからほかの人と違うと感じ、「自分自身の気持ちは誰にも理解してもらえない」と考え孤独感に苛まれるのではないかと推察される。また、自分自身は他の人にはできない試練をくぐりぬけている途中なのだと考えることで自尊心が刺激され、本当は寂しいのにもかかわらず「絶対に恋人以外に気持ちは揺らがない」と周りに虚勢を張ってしまうと考えられる。そのため、周囲の人との溝が生まれやすく孤独感が強くなり、遠距離

恋愛をしている相手以外見えなくなるため一途になっていくと推察される。なお、遠距離恋愛経験者は、頻繁に会えないゆえに、普段顔が見えない相手のことや思い出を美化してしまい、孤独感や一途さを助長させると考えられる。

S. Freud(1917)によるリビドー発達理論では、1歳半～3, 4歳にみられる肛門期において達成すべき心理的課題はトイレット・トレーニングであり自分の排泄をコントロールすることだという。排泄行動にはある種の開放感があり、快の刺激が生じるといわれているが、遠距離恋愛において、遠くにいる恋人に会いたくても会えないという我慢を強いられる状態から、恋人と再会できて自分が我慢から解き放たれたという快の刺激につながるということから、収得されたリビドーの適切な置き換えが生じているのではないかと考えられる。また、相手に尽くしている感覚が心地よく、そのような自分の感情に浸る人が多いからこそ、「遠距離恋愛」に関連した歌がヒットチャートにのぼるのではないかとも推察する。

総合討論

本調査では、遠距離恋愛における気持ちの揺れ動きと孤独感との間に強い相関がみられると考えたが、仮説は支持されなかった。

遠距離恋愛経験者は、相手との間に距離があっても恋愛関係を継続しているということから、相手に対する依存度は低いと考えたが、実際は依存度が3群のなかでいちばん高く、仮説は支持されなかった。

遠距離恋愛未経験の恋愛経験者は、距離のある恋愛をしたことがないため、遠距離恋愛を想定した場合、不安の質問項目に強く反応すると考えられたが、不安の項目は因子の負荷量が低いか、または「束縛」下位尺度と統合してしまったため支持されなかった。

恋愛未経験者は、現実的な恋愛よりも理想的な恋愛を想定しやすいため、「一途さ」や「犠牲的感情」が強く示されると仮説を立てたが支持されなかった。しかしながら、「遠距離恋愛未経験の恋愛経験者」と「恋愛未経験者」では「束縛」尺度と「依存」尺度に相関がみられた。このことから、「依存」も「束縛」も相手を自分の支えになるようコントロールしようとすることであるため、「恋愛経験者」、「恋愛未経験者」という遠距離恋愛未経験である2群の実験参加者が、恋人と距離が離れている状況を想定した場合、寂寥感ゆえ相手を繋ぎ止めようとするのではないかと推察した。また、「孤独感」が強い人は、淋しさを払拭するため、近くにいる他の異性に目移りしてしまい、「一途」であることが難しくなると仮説を立てたが、支持されなかった。「孤独感」と「一途さ」については、「遠距離恋愛経験者」のみ正の相関がみられ、「遠距離恋愛」という特殊な環境では、距離感があるため「束縛」や「依存」など相手を自分ときつく結びつけようとする気持ちが遠距離恋愛をしたことがない群よりも強く働いていた。それは、他の人は恋人が近くにいるからうらやましいと思うと同時に、自分はほかの人とは違うゆえ寂しい気持ちを誰にも理解してもらえないと感じているのではないかと推察された。また恋人と離れていることで自分は他の人にはできない試練をくぐりぬけている途中なのだと考え、自尊心が刺激され「恋人以外には絶対に気持ちが揺らがない」と周囲に虚勢を張ってしまうのではないかと考えられた。そのため、周囲の人との溝が生まれやすく孤独感が強くなり、遠距離恋愛をしている相手しか見えないので、一途になっていくのだと推察した。また、遠距離恋愛経験者は、頻繁に会えないゆえに、普段顔を見ることのできない相手のことや思い出を美化してしまい、孤独感や一途さを助長させると考えられた。

今後の課題

本調査では、調査対象者のサンプル数において「恋愛未経験者」が25人、「遠距離恋愛

未経験の恋愛経験者」が 83 人、「遠距離恋愛経験者」が 31 人と数値に偏りがあったことが結果に多少の影響を齎していると考えられるため、各群のサンプル数を均等にして分析することが必要だと考えられる。また、今回使用した「改訂版 UCLA 孤独感尺度」は、質問項目を見る限り「周囲の人との付き合い」のなかでの孤独感を前提としており、環境が変われば結果もかわるという流動性のあるものだと考えられる。そのため、その人のパーソナリティに影響するような寂寥感や抑うつ感は測れないのではないかと推察され、「改訂版 UCLA 孤独感尺度日本版」だけではなく、孤独感の類型が判別できる落合(1993)の「孤独感類型判別尺度」などでも検討する必要があると考えられる。

引用文献

James H. S. Bossard (1932). Residential Propinquity as a Factor in Marriage Selection The American Journal of Sociology, Vol. 38, No. 2 The University of Chicago Press pp. 219-224

Bowlby (1977). described attachment behavior as "any form of behavior that results in a person attaining or retaining proximity to some other differentiated and preferred individual" pp 201

Harlow, H. F. & Harlow, M. K. (1969) . Effects of various mother-infant relationships on rhesus monkey behaviors. In B. M. Foss (Ed.) Determinants of infant behavior (Vol.4). London: Methuen.

伊福麻希・徳田智代 (2006). 恋愛依存傾向尺度作成の試み ―男女間における恋愛依存傾向の比較― 久留米大学心理学研究 5, pp157-162

懸田克躬 (1969). フロイト著作集 第 5 巻 性欲論・症例研究 人文書院

水野邦生 (2007). 恋愛心理尺度の作成と恋愛傾向の特徴に関する研究 ―Lee の理論をもとに― 聖泉論叢 14, pp35－52

諸井克英 (1991). 改訂版 UCLA 孤独感尺度の次元性の検討 静岡大学文学部人文 42 pp23-51

Moreland, R. L., Zajonc, R. B. (1977) . Is stimulus recognition a necessary condition for the occurrence of exposure effect? Journal of Personality and Social Psychology, 35 pp191-199

落合良行 (1993). 孤独感類型判別尺度(LSO)の作成 教育心理学研究 pp333

山根一郎 心理的距離からみた恋愛現象 山根一郎の世界 http://web.sugiyama-u.ac.jp/~yamane/kenkyu/reading/renai.html