

京都文教大学大学院 臨床心理学研究科
博士学位請求論文

青年期における恋愛関係が人格発達に及ぼす影響
—怒りの感受と表出の観点から—

202012101 青山 巧

青年期における恋愛関係が人格発達に及ぼす影響

—怒りの感受と表出の観点から—

202012101 青山 巧

目次

| | |
|-----------------------------|----|
| 理論部 | 2 |
| 第1章 恋愛関係について..... | 2 |
| 第1節 パーソナリティの定義 | 2 |
| 第2節 本論文の構成 | 4 |
| 第3節 恋愛関係の定義 | 5 |
| 第4節 青年期の恋愛関係 | 6 |
| 第5節 成熟した恋愛関係 | 9 |
| 第6節 まとめ | 17 |
| 第2章 恋愛関係における怒り..... | 20 |
| 第1節 恋愛関係と怒りの関係 | 20 |
| 第2節 怒りの表出の適応的側面と破壊的側面 | 23 |
| 第3節 葛藤の対処行動としての怒りの表出 | 26 |
| 第4節 まとめ | 28 |
| 第3章 日本における恋愛研究の動向..... | 30 |
| 第1節 問題 | 30 |
| 第2節 目的 | 32 |
| 第3節 方法 | 32 |
| 第4節 結果 | 35 |
| 第5節 考察 | 39 |
| 第6節 理論部のまとめと実証部の構想 | 42 |

| | |
|--|-----|
| 実証部 | 47 |
| 第4章 実証研究1 恋愛関係における怒りを通して生じるパーソナリティの変化.... | 47 |
| 第1節 問題 | 47 |
| 第2節 目的 | 49 |
| 第3節 方法 | 49 |
| 第4節 結果 | 50 |
| 第5節 考察 | 58 |
| 第5章 実証研究2 対象関係の調整効果を考慮した恋愛関係における怒りの表出と恋人の反応の関連 | 64 |
| 第1節 問題 | 64 |
| 第2節 目的 | 68 |
| 第3節 方法 | 69 |
| 第4節 結果 | 73 |
| 第5節 考察 | 80 |
| 総合考察部 | 87 |
| 第6章 総合考察..... | 87 |
| 第1節 各章のまとめ | 87 |
| 第2節 力動的恋愛理論の再構築 | 90 |
| 第3節 本研究の意義と今後の課題について | 97 |
| 文献 | 101 |
| 付記 | |

理論部

第1章 恋愛関係について

第2章 恋愛関係における怒り

第3章 日本における恋愛研究の動向

理論部

第1章 恋愛関係について

第1節 パーソナリティの定義

人はこの世に誕生してから死に至るまで、様々な対人関係を経験する。その中で、人は自分や他者がどういったことに関心を寄せ、何を感じ、考え、どのような性格なのか、そして、他者との親密な関係の在り方について理解を深めていく。人は親密な関係を築くために奮闘し、喜びや苦しみを分かち合えた時に自身の人生が豊かであると感じることができる。一方で、他者と安定した関係を築くことができず孤独に苦しむこともある。

人は自身と他者は別の人間であるにも関わらず、他者を自己の延長のように感じる瞬間がある。それは時に、まるで他者と心が通じ合っているかのような感覚をもたらし、情熱的な感情と共に至福の時を過ごす。一方で、自分の意にそぐわない他者の行動によって、強烈な怒りや憎しみが引き起こされることもある。これは、人が成熟していく過程の中で、心理的に自他未分化な状態から自他が分離した状態を繰り返し体験することに由来する。

生後間もない時期において、乳幼児は養育者と自他未分化な一体感の中で生存している。そこから次第に内と外、自と他の区別が可能になるとされている。そして、安定した他者像が内在化されるまで、共生的な関係へ逃げ込むことと、養育者からの分離を行き来しながら個体化の確立を目指す (Mahler, 1975/2001)。

そしてこの過程は、性衝動の増大によって青年期においても観察される。青年期は「第二の個体化」(Blos, 1967)を経験する時期であり、両親から独立し、友人や恋人との親密な関係に関心を寄せ、社会とのつながりの中で自己を位置づけることが中心的な主題となる。このように、人は発達の各時期において、異なる他者との親密な関係を通して、自他の境界の融合と分離を繰り返しながら、自身のパーソナリティを統合させていく。

青年期における中心的な主題は、アイデンティティの確立である (Erikson, E. H., 1959/2011)。アイデンティティ確立の感覚は、自身の内部に自己斉一性と連続性があるという感覚と、他者から自己斉一性と連続性が保証されているという感覚によって高められる。青年は自身のアイデンティティを確かなものにするべく、「心理・社会的モラトリアム」(Erikson, E. H., 1959/2011)の期間のうちに、社会的責任の遅延を社会的に許され、自由な役割実験を行い、自分に合った適所を探す。

Erikson, E. H. (1968/2017)によると、職業的なアイデンティティを決められないことが青年を大きく混乱させる。アイデンティティが確立されていない状態では、他者や集団に没頭

し、同一性の感覚を高めようとする。この特徴は恋愛関係の中にも見いだされ、アイデンティティが未確立の状態では、自己像をクリアにすることに注力し、適切な分別を持った拒絶ができないために、他者と本当の親密さを体験することが困難になる。青年期には、「単なる性的魅力や愛情と間違えられることの多い、ある種の青年期的な愛着がある」(Erikson, E. H. 1959/2011) とされている。つまり、青年期の恋愛関係は、自分のアイデンティティを定義づけようとするために他者を求めるのであり、本当の意味で相手の魅力に惹きつけられて愛しているのではないといえる。これらのことから、親密さに関する主題に取り組む前に、適切なアイデンティティを確立することが必要だと考えられてきた。

青年期は、心理的・社会的には未成熟であり、自己が十分に確立されていない。それに加えて、恋愛関係は恋人との心理的な境界をぼやけさせ、交わるような体験を伴う関係である。アイデンティティが確立されていないために、不安定なアイデンティティを他者に補強してもらおうと恋人を過剰に求めることや、恋人に呑み込まれてしまいそうな不安を抱くことがあり、青年期の恋愛関係は不安定なものに陥りやすいとされている(大野, 1995)。また、欲求が満たされなかった時や、期待した反応が得られなかった時に、強烈なネガティブな感情が生じやすくなると考えられる。

ネガティブな感情の中でも、怒りは攻撃性を伴った感情であり、愛情の対極に位置する。愛と怒りといった対極的な感情との向き合い方によって、恋人と関係のあり方は大きく変化すると考えられる。愛の対象に怒りを抱くことに耐えられず、怒りそのものを否認し、自分たちの関係に何も問題はないと万能感に浸る可能性がある。あるいは、怒りに身を任せてしまった結果、恋人の尊厳を無視するデート DV やストーカー的行為といった臨床的問題へと発展する可能性がある。心理的な未成熟な者の恋愛には、このようなリスクが発生する可能性が高くなる。

しかし、自分が何者であるかについて理解を深めていくためには、他者との親密で協力的な関係を経験することが必要である。青年期は親密性の主題への移行期であるという考えから、他者との関係性の観点からアイデンティティの確立をとらえ直そうとする視点も存在する(杉村, 1998)。また、大野(2010)によると、男性はアイデンティティの主題から親密性の主題への移行がはっきりしているのに対し、女性はアイデンティティの主題と親密性の主題を同時進行させるという男女差があることが指摘されている。このように、近年では青年期における主題は、アイデンティティと親密性の両方の観点を合わせてみていく必要がある。

恋愛関係の中で生じる内的・外的葛藤に対し、否認や抑圧をすることなしに、個人が恋人と共に真摯に向かい合って折り合いを見つけていく経験は、自分自身が本当に感じていることを知り、恋人の真意や感情と出会い、対人関係の営み方を学んでいく経験になると考えられる。恋人に真摯に向かい合おうとした経験は、たとえその関係が最終的に解消されてしまうことになったとしても、心を豊かにする人生の糧となるだろう。

さらに、心理臨床の現場において、クライアントが抱えてくる問題は、そのほとんどが対人関係に関係しており、他者と親密な関係を築けないことに由来する場合が多い。自身の怒りをコントロールできず関係を破壊させてしまうことや、自身の気持ちを打ち明けられず真に打ち解けた関係を築けないことなどがある。そして、クライアントと探索を続けていくと、そのような関係性が人生の中で何度も繰り返されていることに気づかされる。クライアントが自身の性質について気づき、親密な関係を営めるようになることは、心理臨床の現場において、重要な変化の一つである。心理療法の事例を考える上で、親密な関係の中で怒りを扱えるかどうかはとても重要である。なぜその出来事に怒りを感じたのかについて話すことは、自身の心のより深いところを語ることになる。また、相手に怒りを伝えることは、相手を傷つける可能性もある。しかし、関係が崩壊することを恐れ、怒りを関係の中で取り扱うことを避けてしまうと、その関係の中で扱える感情体験の範囲が限定されてしまう。その結果、関係性は硬直化し、共に過ごしていても息苦しいものとなり、親密な関係とは言えなくなるだろう。

そこで、本論文では、青年期における恋愛関係がパーソナリティの成熟に及ぼす影響について、恋人に対する怒りを感じ、恋人と建設的に共有する体験がどのような役割を果たすのか検証を行う。関係性の中でパーソナリティの発達を捉えるためには、自己や他者、対人関係のあり方を含めて検討する必要がある。そこで本論文では、パーソナリティを「その人の特徴的対人関係の比較的持続的なパターン」(Sullivan, 1953/1990)とし、パーソナリティの変化は自己表象・他者表象を含む対人関係パターンの変化であるとする。

第2節 本論文の構成

本論文は理論部、実証部、総合考察部と分けられる。理論部では、上述の課題を追求するための概念と理論が検討される。実証部は、インタビュー調査と質問紙調査によって構成されている。総合考察部では、理論部と実証部の結果を踏まえ、心理臨床への応用に焦点を当てる。

理論部は3つの章によって構成される。第1章では、恋愛関係の定義を行ったうえで、青年期の恋愛関係と成熟した恋愛関係について考察し、成熟した恋愛関係に求められる心理的要素の成熟について検討する。第2章では、恋愛関係における怒りの表出における適応的な側面と破壊的な側面について論じる。第3章では、日本における恋愛研究を網羅的に検索し、近年の恋愛研究の流れを把握するとともに、本論文の位置づけと方向性について論じる。そして、理論部の内容を整理し、本論文における実証研究の構想について論じる。

実証部は2つの章で構成されている。第3章で述べた実証研究の構想に基づき、第4章では恋愛関係における怒りの体験とパーソナリティの変化の関連性について、インタビュー調査を通して考察する。第5章では、質問紙調査を実施し、恋人への怒りの表出方法と恋人の反応の関連性について、対象関係の視点を含めて検討する。

最後の総合考察部である第6章では、本論文で明らかとなった点を整理する。また、第4章と第5章の結果を合わせて考察することで、力動的恋愛理論について考察を加える。最後に、本論文の意義と今後の研究の課題について検討する。

第3節 恋愛関係の定義

恋愛関係を定義することは非常に困難なことである。親子関係のように血縁関係はなく、友人関係のように友情に基づいた関係ではない。また、夫婦関係のように社会的契約によってその関係が定められているわけでもない。あくまでも、好意を寄せる二者によって、形成・維持される関係である。さらに、恋愛感情を伴わず主に性行為を主とする“セフレ（セックスフレンド）”という関係性や、インターネット上のみで対面での交流を行わない恋愛関係など、関係性の在り方は多様化している。

高坂（2016a）は恋人の定義を「直接接触・交流できる異性であり、恋愛関係を構築・維持することに本人とともに同意している者」とし、恋愛の定義を「恋人と構築・維持している関係、および関係構築前や関係崩壊後も含むその他との関係によって生じる心理・感情・行動の総称」とした。高坂（2016a）による恋人の定義においては、直接交流があること、異性愛、互いの関係継続の意思が強調されている。異性愛と同性愛に明確な違いがあるか定かではない。本論文では、恋愛関係における怒りの体験について焦点を立てるため、異性愛と同性愛を区別せずに考える。そのため本論文では、恋愛関係を「互いに恋愛感情を持つ二人が合意のもと、関係を構築・維持している二者関係」とし、異性愛と同性愛を区別しないこととする。

第4節 青年期の恋愛関係

本節では、青年期の恋愛関係に関する先行研究について概観する。詫摩（1973）は、青年期の恋愛関係は、5つの段階を経ると述べている。第一段階の「結晶作用」では、相手の欠点すらも美化され、可愛らしく見えてしまう一種の錯覚状態に陥る。これは、ザルツブルグの廃坑の中にある塩分を多く含んだ水の中に、枯れ枝を漬けてしばらく置いておくと枝に塩の結晶が付着し、美しく飾られるという話からきたものである。第二段階の「同調傾向と憑執状態」では、恋人が望むものに同調してそれと一体になろうとすることや、一日のうち何度も恋人のことを考えてしまうといったことが増えてくる。第三段階の「内閉的世界の成立とわれわれ感情の発生」では、恋人と二人だけの排他的な世界を構築し、その中で共同体意識を育んでいく。第四段階の「葛藤の克服」は、これまで順調に展開していた関係に暗雲が立ち込めて、うまく立ち行かなくなってくる。これまでの段階を経るにしたがって形成されてきた期待や要求の強さから、恋人の些細な言動が気になり不安定になる段階である。第五段階の「内的世界の変換」では、青年は他者を愛する経験を通して人間的な成長を遂げるとされている。恋愛関係では、二人の世界を構築し、内的世界を変容させていく過程の中で、葛藤を克服することが求められる。葛藤が克服されなかった場合、葛藤を回避したまま表面的な関係が継続するか、関係そのものが解消されると考えられる。

松井（1990）は大学生を対象に恋愛行動について調査を行った。その結果、大学生の恋愛行動は5段階に分かれていることを明らかにした（図1-1）。恋愛関係の初期では、友人間で行われるような行動が恋愛関係においても行われるが、関係の進展に従って、より性愛的な行動が行われるようになることが示されている。そして、恋愛関係のより早期の段階から、「喧嘩」が見られ、関係が進展していくにしたがって、身体的な暴力が行われる場合もある。関係を深めていくためには、早期から生じる喧嘩や不和を適切に取り扱い、怒りや葛藤を消化していくことが必要だと考えられる。

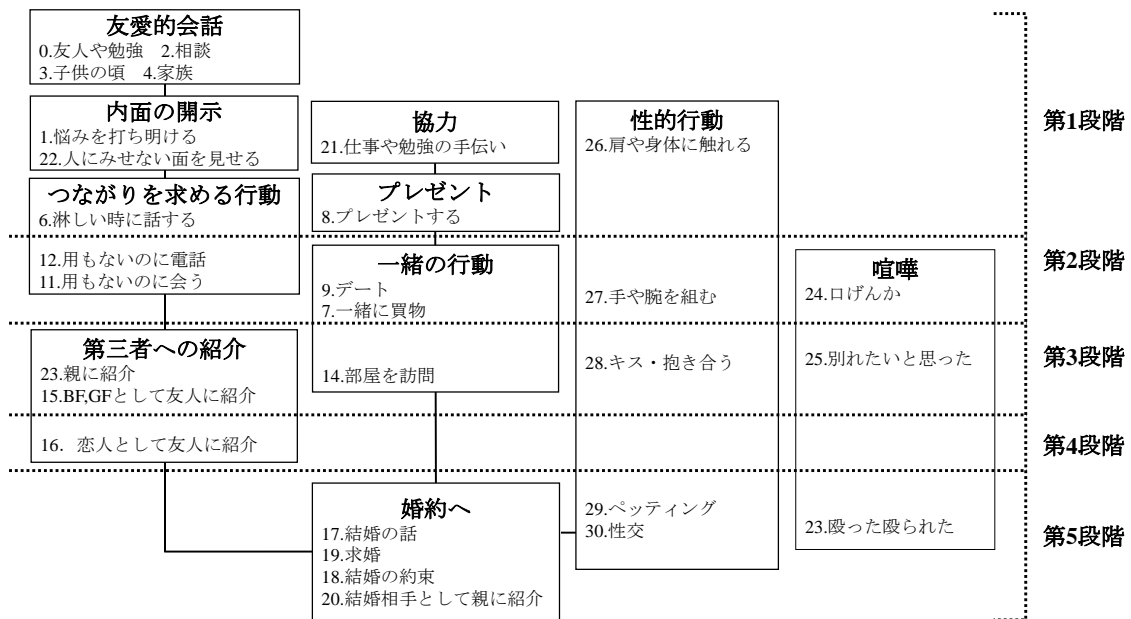


図1-1 恋愛行動の進行に関する模式図（松井，1990より抜粋）

青年期では、自身のアイデンティティを確立させることが主題であり、その過程の中で様々な役割実験が行われる。役割実験のひとつに、恋愛関係の経験も含まれると考えられている。しかし、アイデンティティが未確立であると、恋愛関係における関心は自己をかたちづくることに向けられる傾向があるため、恋人と親密な関係を築くことが困難になるとされている。大野（1995）は、大学生のレポートの記述をもとに、青年期の恋愛の特徴を報告した。青年期における恋愛関係では、恋人から賛美、賞賛を求めること、恋人からの評価を気にすること、しばらくすると呑み込まれる不安を感じることに、恋人の挙動から目が離せなくなることに、その結果交際が長続きしないことといった特徴が見られることを明らかにした。このような特徴をもつ恋愛を「アイデンティティのための恋愛」（大野，1995）とした。自身のアイデンティティが不安定であるため、恋人から自分がどう思われているのか気になる、一緒にいない時に恋人が何をしているのか不安になり、恋人からの好意的な照らし返しを求めるようになる。こうした関わりは、恋人からすれば際限なく求められているように感じられ、次第に重苦しさや緊張感を醸し出すようになる。あくまでも相手の目に映る自分の姿に関心があるため、思いやりのある関係にならずに長続きしないとされている。

青年期の恋愛関係では親密な関係の構築が困難であるということだけでなく、感情体験や日常生活へのネガティブな影響も指摘されている。恋愛関係は片思いや異性の友人関係よりも、ポジティブな感情だけでなく、ネガティブな感情も多く感じていることが示されている（立脇，2007）。また、高坂（2009）は、大学生は恋愛関係があることにより、「自己抔

大)、「充足的気分」、「他者評価の上昇」といったポジティブな影響と、「拘束感」、「関係不安」、「経済的負担」、「生活習慣の乱れ」といったネガティブな影響を受けていることを明らかにした。恋人がいることで孤独が和らぎ、様々なことに興味を持ち自己を拡大させることができ、周囲からは“モテる”と思われるようになる。一方で、交際にはデートやプレゼントなど経済的な負担が生じやすくなり、恋人との時間を作らなければならないと拘束されているような感覚を体験することがある。また、恋人と遅くまで電話をすることで就寝時間が遅れることもあるだろう。

しかし、近年においては、「アイデンティティのための恋愛」を発達段階の移行現象として捉え直し、そのような特徴を持った恋愛関係が生じやすいと理解した上で、恋人と協力していける関係を構築できるように取り組む必要があると考えられている(大野, 2021)。実証研究によれば、異性との安定した愛着関係がアイデンティティの確立に影響すること(高坂, 2014: Zimmermann & Becker-Stoll, 2002)、恋人からの親密さや愛情、情緒的サポートが、アイデンティティの確立に関連することが示されている(Berman et al., 2006)。また、親密な恋愛関係はポジティブな結婚観を高めるとされている(山内・伊藤, 2008)。このように、青年期の恋愛関係では、「アイデンティティのための恋愛」によって親密な関係へと発展していくものの、恋人と親密な関係が構築されることで、アイデンティティの確立が促されると考えられる。さらに、関係の継続により、ネガティブな要素であると考えられるアタッチメントの関係不安の高さが、後のアイデンティティの感覚を高めるということが明らかにされており(高坂, 2013)、ネガティブな要素が高くとも、良好な恋愛関係の継続により、ネガティブな要素の軽減やアイデンティティの確立を促すと考えられる。

以上のことから、大野(2021)が指摘するように、実験的な要素を含む青年期の恋愛関係の中では、ネガティブな側面が立ち現れやすいことを視野に入れ、それらを二人で協力して乗り越え、親密な関係を構築できるように取り組むことが重要であると考えられる。例えば、恋愛関係によるネガティブな影響(高坂, 2009)における「経済的負担」や「生活習慣の乱れ」に関して言えば、負担になっているところを話し合い、互いが日常生活に支障をきたさない程度に交際を続けられるようになるだろう。もし、ネガティブな側面を二人で乗り越えることができたのならば、より親密な関係へと発展すると考えられる。

では、恋人と親密な関係を築くためには、どうすればよいのだろうか。次節では、未成熟である青年期の恋愛関係の延長線上にある成熟した恋愛関係とは何か、そして、成熟した恋愛関係に必要な要素とは何かについて論じる。

第5節 成熟した恋愛関係

本節では、成熟した恋愛関係とは何か、そして、成熟した恋愛関係に必要な要素とは何かを考察する。Freud, S. (1906/2014) は、精神分析治療において症状を治療するためには、過去に抑圧された愛を解放することが必要であると述べた。精神分析治療の過程で、転移性恋愛が生じやすく、治療の助けとなる場合もあるが、治療者が実際に患者の愛の対象になる場合には治療の妨げになるとされている。また、Freud, S.は転移性恋愛と分析外の恋愛の違いについて、その立場を曖昧にしていた (Gabbard, G.O., 1996)。そのため、分析家たちは転移性恋愛と分析外の恋愛について、様々な検討を行う中で、成熟した恋愛関係を形成するうえで求められる心理的な要素についても検討を行った。以上のことから、恋愛に関する精神分析的な理論に着目し、成熟した恋愛関係について論じる。

第1項 Freud, S.

Freud, S. (1905/2014) は、心理学的発達理論を提唱し、広義の意味のリビドー発達は口唇愛期、サディズム的肛門愛期、男根期、潜在期、性器期の順で発達していくと考えた。乳幼児期から既に性愛の対象選択が行われており、それが思春期以降の対象選択に影響するというのが彼の考えである。

第一段階の口唇愛期では、栄養摂取に伴う満足と性感帯の満足は分離されていないとされている。この段階では、はじめに母親が性的対象として選ばれるが、欲求の満足と共に放棄され、自身の身体の一部で代用するところから、自身の身体に性的対象を求める自体愛的な特徴を有していると考えられている。第二段階のサディズム的肛門愛期は、能動性と受動性の対立性の獲得が進み、自分以外の対象が存在することを認識するようになるが、未だに自体愛的な仕方では活動している。第三段階の男根期では、一つの対象に対して、ある程度の性活動が集中的に生じるが、性的成熟は確立されていないとされている。この時期にエディプス・コンプレックスが見られると考えられている。

エディプス・コンプレックスとは、「オイディプス王」の悲劇をもとに Freud, S.が提唱した概念である (Freud, S., 1917/1994)。幼児は母親を最初の愛の対象として選択する。後に幼児は父親の存在に気づき母親と同じように愛情を向けるが、父親が母親と親密な関係にあることに気づき、父親を疎ましく感じるようになる。しかし、父親の存在は幼児よりも強大であるため、父親に敵意を向けることは父親から報復されるのではないかと去勢不安を抱くようになる。その結果、幼児は母親に対する性的願望を抑圧し、父親と同一化することで

エディプス・コンプレックスを解消すると考えられている。

第四段階の潜在期では、性欲動が一時的に不活発化し、抑圧の機制が働くようになる。口唇愛期から潜在期までを前性器期と呼び、この時期の性生活は性器が主要な役割を獲得する以前であると考えられている。前性器期は、ある衝動は他の衝動と独立して快楽を得ることに努めており、性欲動は中心を持たず、自体愛的な特徴を有している。

第五段階の性器期は、思春期および青年期に相当すると考えられている。この時期では、これまでバラバラだった性生活が生殖という一つの性目標を達成するために統合され、全体的な対象関係に到達する。そして、両親という幼見的な対象を放棄することが求められるようになる。しかし、両親との関係が雛型となり、その後の性愛の対象に異性の親と類似した人物を選択するようになるため、Freud, S.は対象の再発見であることを強調している。

性愛の対象選択の再発見に関して、Freud, S.は『グラディーヴァー—あるポンペイの幻想小説』（Jensen, 1903/2014）の精神分析的評価の中にも取り入れている（Freud, S., 1906/2014）。この物語のあらすじは次のような内容である。

考古学の大学講師ノルベルト・ハーノルトは、ローマの古美術館を見物中に1点のレリーフに魅了された。ハーノルトはそのレリーフに“グラディーヴァ”と名付け、石膏複製を作成してもらい、自身の書斎の一角に飾っていた。ハーノルトはグラディーヴァについて妄想を募らせていき、ある日見た不安夢をもとに、グラディーヴァがポンペイで亡くなったのではないかと考えた。ハーノルトは急遽ポンペイへと旅立ち、グラディーヴァの痕跡を探してポンペイの街をさ迷い歩く。妄想にとりつかれたハーノルトの目を覚まさせるため、幼馴染のツォーエはハーノルトの前に何度も現れ奮闘する。その結果、ハーノルトは目を覚まし、自身がグラディーヴァに魅了されていたのは、幼き日のツォーエとの思い出があったからだ気づいた。ハーノルトはツォーエへの愛情を取り戻すと共に、グラディーヴァとツォーエのわずかな差異であるえくぼの有無を発見した。

Freud, S.は、抑圧され無意識に追いやられた幼馴染への恋心が、古代のレリーフに刺激され、それが再び幼馴染の手によって解放されたことで、ハーノルトの妄想が解消されたと考えた。そして、精神分析治療の試みは、抑圧された感情に妥協の突破口を見つけて、抑圧された愛を解放することであるとした。ただ、精神分析と恋愛関係の違いとして、セラピストはクライアントの愛に応えられないが、恋人はクライアントの愛に応えることができると

強調した。そのため、精神分析における恋愛の理解には、内在化された早期の関係をテンプレートに将来の性愛の対象選択が行われ、抑圧された対象が再発見されることで、抑圧された感情が解放されるという前提が共通してみられる (Wilkinson & Gabbard, 1995)。

第2項 Erikson, E. H.

Erikson, E. H. (1959/2011; 1968/2017) は、フロイトの心理学的発達段階に社会的な視点を導入し、心理社会的発達段階を提唱した。先述したように、青年期の中心的な主題はアイデンティティの確立である。そして、アイデンティティ確立のためには、自身の感覚だけでなく、他者からの応答が必要不可欠であるとされている。アイデンティティの確立以前では、青年は恋愛関係の中で恋人に自身の拡散した自己像を投影し、曖昧な自己像を明確にしようとする試みとなってしまうため、性愛の問題には発展していないとされている。恋人は一人の人間としてではなく、あくまでも自身を映し返すための鏡としての存在へと落とし込まれてしまうと考えられている。相互的な関係を形成するには、自己を見失わずに他者との融合ができなければならないため、適切なアイデンティティの確立の感覚が獲得されてから可能になるとされている。

アイデンティティ確立後の発達課題は、親密性対孤立である。親密性の中には、他者との関係だけでなく、自身の内的資源に対する親密さも含まれている (Evans, 1967/1971)。婚姻関係になる前には、親密さを実験することが許されている。その中で、相互的な関係を築けるかどうか試みることになる。親密性の課題に問題がある場合、自己探求を無節操に探究するか、ステレオタイプ化された硬直的な関係を体験すると考えられている。

第3項 Kernberg, O.

Kernberg (1980/1993; 1995) は、恋愛関係は新しい対象との出会いの経験を通して、過去のエディプス的関係の歴史を再構成することであると述べている。恋愛関係では、親密さの中で早期の両親との関係が刺激され、原始的攻撃心や過去の対象関係が活性化され、それに伴い、使用される防衛も原始的なものとなる。そのため、恋人と親密な関係を築くことは困難になると考えられている。Kernberg は成熟した恋愛関係を築くためには、性的領域、対象関係の領域、超自我発達における成熟が一体となる必要があると述べている。

性的領域の成熟とは、単に身体的な成熟や、Freud, S.の部分欲動が性器に統合されることのみを指しているわけではない。性行為は身体的に他者と融合する行為であり、その際相手

を傷つけてしまう不安や罪悪感、恋人に身を委ねることへの恐れが刺激される。その中で性的情熱を存分に経験するためには、融合的な感覚に飲み込まれることなく、恋人に感情移入し続ける能力を必要とする。そして、性的情熱によって、エディプス・コンプレックスを起源にする禁じられた対象との結合を空想の中で体験することにより、エディプスの願望を満足させることが可能になる。すなわち、自己の境界に留まりつつ、自他の境界を突破し、他者との融合を経験することが求められるのである。

対象関係領域の成熟とは、自我同一性の確立と並行して、全体対象関係が確立させることである。すなわち、良い自己と悪い自己の統合と、良い対象と悪い対象の統合が求められる。原始的な対象関係が活性化されている場合、自己の悪い側面は投影同一視を通して、恋人に投げ込まれ、恋人はその役割を演じるように強制されることになる。そして、個人は恋人に投げ込まれた悪い側面を攻撃するようになるとされている。全体対象関係の確立により、怒りや憎しみを抱きながらも、愛情を持って恋人に接することが可能になる。

超自我発達の領域の統合とは、攻撃心の制止と罪悪感を、対象と自己に対する配慮へと変形することを指している。親密な関係であるために、恋人に対する攻撃心を抱き、場合によっては行動化され、実際に恋人を傷つけてしまうこともある。また、攻撃心を抱くことや実際に傷つけてしまったことで罪悪感が刺激される。攻撃心や罪悪感は、関係の破壊や停滞につながるため、それらを配慮というかたちに変形し、関係の修復や償いを行うことができるようになる必要がある。

以上のことから、成熟した恋愛関係には、性的領域、対象関係領域、超自我発達の領域における成熟が必要であると考えられている。これらの領域の成熟によって、愛情と攻撃性の統合を可能にし、攻撃性から愛を保護する必要がある。そのため、Kernberg (1980/1993) は、成熟した恋愛関係は「愛が憎しみに勝っているアンビヴァレントな状態」であるとした。反対に、攻撃心を否認した恋愛関係は、表面的で型にはまった関係に陥らせてしまうことになると考えられている。

第4項 Balint, M.

Balint, M. (1952/1999) は、分析治療の最終段階である「新規蒔き直し」の段階になると、患者は自分の全存在を愛してほしいと願う受身的対象愛が明らかになると述べている。人はこの受身的対象愛を満たすために様々な回り道をして到達すると指摘した。そして、受身的対象愛について検討する中で、これまで性器愛の理想像が前性器期的な特徴を有してい

ないという否定形の書き方で定義されており、全体像がぼやけていると批判した。具体的には、食欲さ、サディスティックな特徴、自分の欲求のために相手をおとしめたいという願望、自分が性器を持っていると誇りたい、あるいは、自分や相手に欠陥があるという感情などがないことが性器愛の理想像であると考えられてきた。また、自身が対象に満足を与えられること、対象から満足が得られること、相互作用の中で同時にオーガズムを体験できることという条件では不十分であると指摘している。そのため、Balint, M.は成熟した愛と原初的な愛の違いについて検討を行った。

Balint, M.は、真の愛情関係には性器的満足に加えて、やさしさ、性器的同一化が必要であるとした。Freud, S.は、やさしさは対象の喪失を回避するために、自らの目標に到達することを抑止させたエロスであり代用品であると考えた。一方、Balint, M.はFreud, S.の考えを批判し、やさしさとは温和な満足を目的とする幼少期から存在する重要なものであると考えた。

続いて、Balint, M.は性器的同一化という概念を提唱し、対象の願望や欲求、感情、欠点などが自身のものと同等の重要性をもつことであるとした。性器的同一化を維持し続けるためには、常に対象の状態やニーズを把握する必要があり、現実吟味を持続させ続ける努力が求められる。Balint, M.はこの過程を「征服作業 (work of conquest)」と名付け、征服作業の中で、個人は対象を物としてではなく、協力的な恋人にするよう努めるとした。そのため、成熟した恋愛関係を築くためには、欲求不満に耐える自我の強さと現実吟味が発達していることが必要であると述べている。

また、Balint, M. (1952/1999) は、愛することと憎しみを抱くことの両方ができなければ、その人の健康は不安定なものになると指摘している。Balint, M.によると、憎しみは対象から愛情を得ようとしたにもかかわらず、協力的なパートナーになってくれなかったことに対する愛の二次的なものである。愛から憎しみへの変化は精神内界の過程であるため、容易に変化しやすいとされている。それに対し、憎しみから愛への変化は、精神内界の過程だけでなく、対象が協力的なパートナーに変わるという外的現実の過程も必要であるため、容易に変化しにくいとされている。憎しみを愛へと変えていくためには、現実吟味を働かせ「征服作業」に取り組まなければならないと彼は指摘した。

第5項 Fromm, E.

Fromm, E. (1956/1991) は、愛することは技術であり、努力を必要とするという前提のも

と、愛とは何か考察を行った。Fromm は、人間にとって最も強い欲求は孤立感の解消であり、いかに孤立感を克服し、他者との一体感を得るかが問題であると主張した。人々は孤立感を解消するため、集団への同調、仕事や娯楽への没頭、創造的活動を行うとした。しかし、これらの試みは、個人の個性を標準化による画一化や、物と合一する経験であり不十分であるとした。そのため、孤立感を克服する方法の一つとして、愛の可能性に着目し、「自分の全体性と個性を保ったままでの結合」(p.40) を成熟した愛であると述べている。

成熟した愛における基本的な要素は配慮、責任、尊重、知であるとした。すなわち、愛する者の生命と成長を積極的に気かけ、愛する者の求めに対しても責任を持ち、愛する者を一人の存在として尊重し、愛する者の立場や考えを知ろうとすることによって成り立つのである。そして、愛するためには、自身の愛に対する信念が必要不可欠であり、その信念には習練が求められ、それが愛するための技術であると考えた。愛するためには、他者に自身の喜びや興味、理解、知識などを与えることが必要であるため、性格が生産的な段階に達していなければならないと指摘した。

一方、未成熟な愛のかたちを「共棲的結合」(Fromm, E., 1956/1991) とした。「共棲的結合」に基づく関係性は、支配-服従、サディズム-マゾヒズム、能動的-受動的である。片方はもう片方の存在がなければ生存できず、自身の生存のために相手を自身の一部にしてしまうとされている。また、神経症的な愛では、恋愛関係にある二人のうちどちらか一方が、あるいは両方が、幼少期の対象に抱いていた感情や期待を恋人の上に転移すると指摘した。

愛は孤立感を克服する方法であるが、その在り方には未成熟な愛と成熟した愛がある。未成熟な愛では、自身の孤立感を克服するために恋人の存在が利用される。そのため、恋人から何かを与えてもらうことに力点が置かれる。仮に与える側であったとしても、自身の孤立感を埋め合わせるために行われるため、関係は表面的なものとなる。一方、成熟した愛では、相手に与えること自体がその個人にとって重要な営みとなる。また、与える際には、相手が心から求めているものを提供する必要があるため、相手のことを十分に理解し、気かけ、相手の欲求に責任を持ち、相手を尊重することが求められる。

第6項 Gabbard, G. O.

Gabbard (1996) は、恋愛の複雑さを理解するためにロマンティック・スペース (romantic space) という概念を提唱した。ロマンティック・スペースとは、「恋をしているという感覚を持続させる精神的な経験と対人的な経験の両方である」(Wilkinson & Gabbard, 1995) と

定義されている。恋愛関係では、時に投影同一視を通じて、個人が拒絶している性質や欠点が恋人に投げ込まれる。恋人は投げ込まれた性質によって、その役割を取るように強制され、時には迫害を受ける場合もあれば、その個人に欠けている部分とつながるために熱心に求められる場合もある。そのような精神的な動きと実際の対人関係の経験を統合し、内面化させていくことがロマンティック・スペースを維持するために必要となる。そして、ロマンティック・スペースの発展は、妄想-分裂ポジションと抑うつポジションが同時に存在することで促されると指摘した。

妄想-分裂ポジションと抑うつポジションは、Klein, M. (1946) が乳児の不安と防衛機制について整理した概念である。妄想-分裂ポジションは、迫害的恐怖と分裂的機制に特徴づけられている。妄想-分裂ポジションでは、自己は良い自己表象と悪い自己表象に、他者は良い対象表象と悪い対象表象に分裂され、良い表象は愛され理想化される存在であるのに対し、悪い対象は攻撃されると同時に迫害的恐怖を引き起こす存在である。分裂の機制により、乳児は悪い対象が良い表象を汚染することを防ぐことに成功し、良い対象との関わりは自我を統合する力を養うと考えられている。

次第に乳児は良い対象と悪い対象がそれほどかけ離れた存在ではないと気づき始め、良い対象を傷つけてしまった罪悪感や、喪失への恐怖を感じる抑うつポジションを経験するようになる。抑うつポジションでは、迫害的不安と理想化は軽減し、罪悪感や喪失への恐怖から、傷つけてしまった対象を保護し償おうとする衝動が生まれる。妄想-分裂ポジションと抑うつポジションを繰り返し体験することにより、自己と他者の異なる側面を統合し、現実を認識し適応する能力が育まれると考えられている。

Gabbard, G.O (1996) は、これらの二つの態勢が同時に存在することで、ロマンティック・スペースが発展すると考えた。妄想-分裂ポジションが優勢の時、カップルは性的情熱の絶頂期に至る。恋人は理想化され、自己の欠けた側面を補完する存在として依存を引き起こし、恋人との分離は耐え難いものになる。カップルは相互作用の一瞬一瞬に新鮮さを感じ、ドラマティックな感情を体験することになる。また、投影同一視によって、互いに役割を強制し、互いがその役割を演じている間は恋人を自己の一部として空想される。時に、欲求不満に陥ると、恋人は悪い対象になり、激しい怒りや憎しみを向けられることになる。

抑うつポジションが優勢の場合、現実吟味が促され、恋人に憎しみを抱きながらも、愛情を持って対応することを可能にする。これは、過去に恋愛関係の中で得られた喜びを、未来でも得られる確信を抱けることにより、自分の考えを自由に巡らせられるようになること

が関係している。確信は友好的な関係を築くことに寄与し、罪悪感は個人に恋人との関係を修復させようと動機づける。カップルは妄想一分裂ポジションによって情熱や新鮮さを経験し、抑うつポジションによって、確信や予測可能性により関係を強固なものにしていく。二つの態勢が同時的に相互作用することによって、ロマンティック・スペースが維持されると考えられている。

第7項 Mitchell, S. A.

Mitchell (2002/2004) は、恋に落ちるような情熱的な感情であるロマンティック・ラブが如何に移ろいやすく、恋愛関係を持続させることの難しさについて、自身の臨床経験や精神分析理論をもとに考察を行った。

Mitchell によると、恋愛には安心感と閉塞感、理想化と現実、依存性と攻撃性といった性質があり、時間経過とともに衰退しやすいとされている。まず、安心感と閉塞感についてであるが、恋愛関係の初期では、予測不可能で情熱的な感情の昂ぶりを経験することとなる。次第に関係が親密になっていくにつれ、関係は習慣化されることによって予測可能性や安心感が高まっていく。安心感は閉塞感という否定的な側面を持ち合わせている。安心感によって感情の昂ぶりは減衰し、まるで牢獄に囚われているかのような閉塞感を抱くようになり、関係から逃避したいという願望が強まると考えられている。しかし、別個の存在である他者を完全に予測することは不可能であり、安心感是不確かなものを確かなものにしたいという願望によってつくられた幻想であるというのが Mitchell の考えである。

次に、理想化と現実については、恋愛初期では恋人は唯一無二の存在として理想化される。しかし、二人の関係が続いていくと、理想化によって高められた恋人像は剥がれ落ち、“ただの一人の人”であることに気づき落胆することになる。自身の欲求が投影された理想化では、恋人の実像とは大きく異なるため、理想化が色褪せてしまうと、恋愛感情を抱き続けることが困難になる。一方で、恋人との共同作業によって一緒に作り上げられた理想化であれば、失望や怒りを最小限に留めることが可能になるとされている。

三つ目の依存性と攻撃性について、Mitchell は恋愛関係というものはたった一人の人物でないと、欲求を解消できないという依存的な状況を引き起こすと考えた。依存する対象をただ一人に限定するため、恋人がいなければ欲求を満たせなくなるという危機的な状況が生じやすくなり、欲求不満や自己の尊厳を傷つけられたと感じ、攻撃的な感情が生まれやすくなる。さらに、依存的な状況は、幼少期の願望を呼び覚ますとされている。幼児期では、自

身の身に生じた苦痛は他者の悪意によって引き起こされたものと体験するため、攻撃性は恋人に向けられやすくなる。長期的な恋愛関係ほど生じやすいため、関係の継続には攻撃性に対して寛容である必要があると考えられている。

恋愛関係は時間と共に崩壊しやすい特徴を有しながら平衡状態を保ったものとなる。そのため、恋愛関係を維持するためには、移ろいやすい性質を理解しつつ、関係を絶えず作り直し続けなければならないのである。Mitchell (2002/2004) は、恋愛関係の移ろいやすいという性質を砂の城に例え、「ふたりの関係のなかの＜愛＞は、二人の砂の城です。それは情熱を支える足場ですが、永遠に住むことはできません。＜愛＞の砂の城は、その移ろいという性質のために、永遠に創りなおしつづけなければならないのです。情熱的な愛の関係を保ちつづけるためには、たったひとつの固定した関係のなかに収まりきらない、さまざまな繋がりが必要です。」(p.249) と述べている。すなわち、恋愛関係の初期では、安心感や理想化によって高められるものの、それらは幻想であるため時間経過によって衰退し、攻撃性も伴いやすいと考えられている。恋愛関係にある二人は、自分たちの関係が砂の城のように風化しやすいことを理解した上で、恋愛関係を継続させるために二人で絶えず関係の再構築を行っていくことが求められるのである。

第6節 まとめ

精神分析理論を中心に、成熟した恋愛関係に関する理論を概観した。それぞれの理論では、異なる点が見られるものの、成熟した恋愛関係を営むためには、様々な心理的な要素を統合させることが必要であると指摘されている。しかし、Freud, S.や Kernberg などの理論で想定されているのは、個人の心理的な要素やパーソナリティの成熟であり、恋人についてはあまり言及がされていない。一方で、Balint, M.や Gabbard, Mitchell は、関係性についての視点を取り入れられている。本論文では、恋愛関係という対人関係の一つに着目するため、関係性に関する視点を考慮に入れ、特に Balint, M.や Gabbard, Mitchell に依拠していく。

関係性の視点を考慮しつつ、成熟した恋愛関係についてまとめると、二つの特徴があると考えられる。一つは、自身の欲求と恋人の欲求が同等の価値を持ち、それらが満たされることである。もう一つは、関係の再構築が絶えず行われることである。この二つの特徴は独立したものではなく、さらに、それらを下支えする全体対象関係の成立、欲求不満耐性、現実吟味などの心理的要素は、成熟した恋愛関係の前提条件であると考えられる。しかし、その上でどのような恋愛をするかは、当人らの指向性によって異なる。

まず、自身と恋人の欲求が同じ価値を持つことについてであるが、これは利己的な要素が強すぎても、利他的な要素が強すぎても成熟した恋愛関係は成り立たないと考えられる。自身と恋人がそれぞれ同じ程度尊重されることで成熟した関係が成り立つ。互いの欲求は同じくらい尊重されるが、それらは別のものであるということが認識されている必要がある。そのためには、アイデンティティの確立と全体対象関係の成立により、自身と恋人が異なる存在であり、独自のニーズを持った存在であると認識することが必要である。そこでは、現実吟味により自身の欲求と恋人の欲求をより分け、自身の欲求充足が遅延されることに耐えなければならない。

次に、関係の再構築が絶えず行われることについてであるが、ロマンティックな感情を持続させるためには、新鮮さが必要である。また、外的な状況も変わることがあるため、二人で環境変化に適応し変化していくことも必要である。しかし、新鮮さだけでは信頼感のある落ち着いた親密さは形成されないと考えられる。関係性と環境の変化に対して、二人で適応し安心感が得られるように関係を確かなものにしていくが、それは硬直した関係ではなく、ある程度柔軟性を持ち、とめどなく生じる変化に対して適応すべく関係の再構築が行われる必要がある。こうした再構築が行われるためには、変化をモニターする現実吟味、妄想一分裂ポジションと抑うつポジションを行き来できる心理的柔軟性、攻撃性を昇華させる自我の強さが求められる。

青年期の恋愛関係と成熟した恋愛関係の比較を表 1-1 に示す。まず、青年期の恋愛関係において、関心の中心は自己の確立であり、恋人は自己を映し返すための鏡として求められる。そのため、恋人の人間性や独自性は尊重されないことがある。また、主に使用される防衛機制は投影同一視、分裂、排除など原始的な機制が用いられる。恋人は過度に理想化され自己の一部として求められることもあるが、反対に、自己の否定的な部分を投げ込まれ、怒りを向けられることもあると考えられる。

一方で、成熟した恋愛関係の中心的な関心は自他の欲求充足であり、恋人は自身とは異なる存在であり、共に欲求充足を目指す協力的なパートナーである。主に使用される防衛機制は、性器的同一化 (Balint, 1952/1999) や昇華といった高度な防衛が用いられ、相互的な関係性の構築が可能になると考えられる。

表1-1 青年期の恋愛関係と成熟した恋愛関係の比較

| | 青年期の恋愛関係 | 成熟した恋愛関係 |
|----|-------------------|--------------------------|
| 関心 | 自己の確立 | 自他の欲求充足 |
| 恋人 | 自己を映し返す鏡 | 独自のルールを持つ存在 協力的なパートナー |
| 防衛 | 投影同一視 分裂 排除 | 性器的同一化 昇華 |

青年期と成熟した恋愛関係を比較すると、青年期という未成熟な時期における恋愛では、自己の欲求が先行しやすく、他者との親密な関係を打ち立てることが困難になる場合がある。そこから成熟した恋愛関係へと発展させていくには、ある程度自己への関心が一段落し、他者性に気づき、愛他的な要素を含んでいけるようにする必要があると考えられる。

本論文では、青年期における恋愛関係がパーソナリティの成熟に及ぼす影響について、恋人に対する怒りを感じ、恋人と建設的に共有する体験がどのような役割を果たすのか検証を行う。その中でも、青年のパーソナリティの成熟と恋愛関係の成熟には、怒りを感じ、恋人との建設的な共有が重要な役割を演じると考えた。Kernberg (1980/1993; 1995) や Balint, M. (1952/1999), Mitchell (2002/2004) が指摘するように、恋愛関係の継続には攻撃性の問題を克服する必要がある。恋人という愛する対象が一人に限定されることで、欲求不満と共に怒りを感じやすくなる。また、青年期は自身のアイデンティティを確立させる主題に取り組む段階であるため、不安定な状態に陥りやすく、恋人は自身を映し返す鏡におとしめられてしまう。

怒りは強烈な感情であると同時に、自己の感覚と思い通りにならない現実を突きつけてくる。それが恋人によってもたらされたものであるとすると、これまで一体感を共に感じていた対象が突然自分とは異なる対象として認識される。しかし、恋人とはこれまで共に過ごしてきた思い出があり、簡単に関係を解消させたくないという願いが生じる。この時、怒りの持つ破壊性が建設的な方向で用いられたのなら、関係の再構築を可能にすると考えられる。アンビヴァレントな感情を抱え、恋人との関係に臨むことは、個人のパーソナリティに変化をもたらすだろう。恋愛関係での怒りについては、次の第2章で論じる。

第2章 恋愛関係における怒り

第1節 恋愛関係と怒りの関係

本章では、恋愛関係を営んでいくうえで避けることのできない怒りについて触れ、怒りの表出の適応的な側面と破壊的な側面について論じる。

怒りは基本的な感情の一つと考えられており、生理的、進化的、認知的、社会的な機能を有している（湯川，2008）。湯川（2008）は、これら4つの視点を考慮し、怒りを「自己もしくは社会への、不当なもしくは故意による（と認知される）、物理的もしくは心理的な侵害に対する、自己防衛もしくは社会維持のために喚起された、心身の準備状態」と定義した。湯川（2008）の定義では、怒りが生じるのは自身や自身が属する社会への侵害の認知に対する様々な反応と考えられている。怒りの原因や怒りによって引き起こされる反応は多岐にわたる。そのため、怒りは敵意や攻撃性といった類似した概念と明確に区別されずに研究が行われてきたという問題も指摘されている（藤井，2010）。

怒りの概念における不明瞭さという問題に加え、日常生活では、怒りを生起された対象ではなく、別の対象に向けられる八つ当たり、すなわち、対象の置き換えがされることもある。対象の置き換えが生じるのは、感情を生起させた元の対象に対して、直接その感情を向けることができないため、感情を向けやすい対象へと置き換えてしまう。置き換えを行う当人にとっては、向け変えられた対象によってその感情が生起したと感じられることがある。また、恋愛関係においては、恋人が自分以外の者と親しくすることに対して、嫉妬心を抱くことがある。嫉妬心を抱く者にとっては、恋人に対して怒っていると認識することもあるだろう。

しかし、恋愛関係においては、攻撃性を伴いやすい怒りという感情がどのように表出され、その関係の中でどのように抱えられるかが重要であると考えられる。怒りはネガティブな感情の一つであり、怒りを感じている者にとっては苦痛な体験である。当人は苦痛を感じているにも関わらず、表出方法によっては、当人が苦痛を感じていると恋人が認識できないこともあるだろう。つまり、恋愛関係にある二人が、片方が感じている苦痛を二人でどのように抱えるか、そして、その体験が個人の心理的側面や人格的側面と関連するのかに着目する。

そこで、本論文では怒りを「現状を変更したいという願望が背後にある攻撃性を伴った感情」（大淵，2015）と広く定義する。人は怒りによって不快を引き起こす事象を取り除き、快をより感じられるよう動機づけられる。怒りは必ずしも攻撃行動として表出されるわけではないものの、怒りは不快を引き起こす対象に向けて、攻撃性を伴って様々なかたちで表出されることがある。たとえば、怒りを感じている相手にそっけない態度を取ったり、わざ

と無視をしたりすることがある。また、恋人との約束を忘れた振りをして、何もしないことで恋人を攻撃し苛立たせるという、受動攻撃的に怒りを表現することもある (Potter-Efron & Potter-Efron, 2006/2016)。第 1 章でも論じたように、恋愛関係の本質は不安定であり (Mitchell, 2002/2004)、燃え上がるようなロマンスを恋人と共有することもあれば、時には強烈な怒りを恋人に対して抱くこともある。このように、恋愛関係の継続において、怒りは避けられない感情であるとするならば、Kernberg (1980/1993) が指摘するように、愛が攻撃性に勝っていることが鍵ということになるだろう。

次に、恋愛関係の性質と怒りの関連性について論じる。大淵・小倉 (1985) によると、配偶者や恋人、好きな知人など普段好意を抱いている相手や接触頻度の多い相手に対して、個人的利害や欲求を達成するためといった道具的動機に基づく怒りを抱きやすいとされている。加えて、この道具的動機は欲求不満によって生じさせられやすいことが示されている。怒りは親密な相手に自身が欲求不満に陥っていることを知らせ、欲求を満たそうとするために怒りが用いられる。

また、恋愛関係は依存性と融合を求める心理によって欲求不満に陥りやすく、怒りが生じやすくなると考えられる。一つ目の依存性との関連で Mitchell (2002/2004) は、恋愛関係を特徴づける情熱の本質は、欲望の対象への依存性であると指摘している。他でもない恋人ただ一人から熱いまなざしを向けられ、優しく微笑みかけ愛してほしいのである。恋人から愛情を向けられ、共に情熱の中に身を投じたいのである。恋愛関係はただ一人の恋人を強烈に求めさせ、一人の愛する人物へ依存せざるを得ない状況にするのである。Mitchell (2002/2004) は、愛する人物を一人に限定するという依存的な状況は、欲望を満たしたくともその人がいなければ欲望を満たせなくなるという危機感から怒りが生じやすくなると指摘している。

依存性の関連でいうと、アタッチメントが深く関わってくる。アタッチメントは Bowlby (1969/1976) によって提唱された概念であり、特定の人物との間で形成される情緒的な絆のことである。アタッチメントは依存と混同されることが多いものの、否定的なニュアンスは含まれていないとされている。子どもは主たる養育者との間でアタッチメントを形成する。子どもが身体的あるいは心的苦痛を知覚すると、アタッチメント対象を求める行動が活性化し、アタッチメント対象は安全基地として作用することとなる。子どもは安全基地の中で安心感を得られると、再び外界へと探索に出かける。また、アタッチメント対象との分離は子どもにとっては生存の危機と関わるため、かなりの苦痛を引き起こすと考えられている。アタッチメント対象との相互作用は次第にパターンとして内在化され、その後の対人関係

に影響を与える。

アタッチメントの枠組みから恋愛関係を捉えようとする研究も見られる (Hazan & Shaver, 1987)。恋愛関係の場合、互いが相手のアタッチメント対象として安全基地として機能し、ケアを提供し合うとされている。アタッチメント対象との関係において、怒りは安心感を得るための抗議として機能的に作用する場合もある。しかし、デート DV のような暴力性を伴う場合、怒りが機能不全に陥っており、危険のサインやアタッチメント対象の利用不可能性の不適切な表出となる (工藤, 2020)。なお、デート DV が必ずしもアタッチメントの欲求に基づいて生じるわけではなく、欲求不満のはけ口として恋人が利用されている場合も考えられる。

さらに、Bartels & Zeki (2004) によると、特定の人物に対して安定したアタッチメントを持っていると、その人物に対するメンタライゼーションの能力が一部低下することが示されている。これは、愛の対象について、批判的な推論が難しくなり、恋人がどう感じるか思考することが抑制されると考えられる。ある行動をすることで恋人がどのように感じるか考慮できず、その結果恋人を怒らせてしまうことがあるだろう。また、怒りによって余計なことを言ってしまう、関係が悪化することもあるだろう。

また、恋愛関係では、早期の対象から十分に与えられなかったことによって受けた傷を、恋人が癒してくれるだろうと期待する側面がある (Gabbard, 1996)。恋人は早期の対象とは違う対象であり、自身の古傷を癒してくれる存在として理想化される。もし恋人が癒してくれなかった場合、早期の対象から与えられた傷が、再び恋人からももたらされたと感じることになるだろう。これまで良い対象として理想化されていた恋人は、悪い対象としてみなされ、攻撃されることになると考えられる。

二つ目の融合を求める心理について、「甘え」(土居, 1971) の観点から論じる。甘えは、相手の好意をあてにして、自他が異なる存在であるという分離の事実を否定し、一体感を味わおうとする心理である (土居, 1971)。恋愛関係では、お互いに可愛らしい愛称を付け呼び合ったり、幼児的なじゃれあいをしたりすることがある。こういった甘え—甘えられるやり取りを通して、分離した存在であるという事実を否認し、恋人と融合的な感覚の共有が可能になると考えられる。二人が甘えを許容できている状態であれば、二人でいる時間はなものにも代えがたい心地よさを得られるだろう。しかし、毎度甘えが許容されるわけではない。二人は本質的には異なる存在であるため、片方が甘えた際に、もう片方がその甘えを許容しえない時がある。甘えが満たされない時、「すね・ひがみ・ひねくれなどの屈折した感

情を生み、人々をぬきさしならぬ状態に低迷させる」(土居, 1971)。そこでは単に連れな
恋人に腹を立てているのではなく、分離の事実が突きつけられ、怒りが生じやすくなると考
えられる。

このように、恋愛関係に備わる依存性と融合を求める心理によって欲求不満に陥りやす
く、怒りが生じやすいと考えられる。怒りの原因にはさまざまな事象があり、必ずしも恋人
によって怒りが引き起こされるわけではない。そのほかの関係の中で生じた怒りが、恋愛関
係の中に持ち込まれることもあるだろう。その際、親密な関係を維持していく上で重要な
のは、怒りという苦痛を恋愛関係の中で抱え、如何に解消していくかであると考えられる。怒
りが建設的なかたちで表出され、関係の中で抱えることができれば、苦痛の解消や欲求の充
足だけでなく、関係の再構築を可能にするだろう。反対に、怒りに伴う攻撃性によって不適
切なかたちで表出されれば、苦痛が増加し、欲求を満たせないどころか恋人を傷つけてしま
い、関係そのものが破壊されるだろう。そのような経験は、傷つきや自信の喪失となり、人
と関係を築くことを忌避するようになる可能性がある。

第2節 怒りの表出の適応的側面と破壊的側面

次に、恋愛関係の中で怒りがどのように表出され、関係性に影響を与えるのかについて論
じる。怒りの表出は対人葛藤対処や主張的行動、社会的スキル、攻撃行動、ストレス対処な
どさまざまな社会的・対人的行動と重なると指摘されている(湯川, 2008)。単に怒りの表
出と言っても、相手を傷つけることが目的の場合や、問題を解決するために自身の気持ちを
相手に伝える場合、単にストレス発散として表出する場合などその目的は多岐にわたる。恋
愛関係において怒りを表出することで、関係が破壊されてしまう可能性があることは否定
できない。極端な場合、デートDVやストーカー的行為といった臨床的問題に発展する場
合がある。そのような極端な場合でなくとも、怒りに伴う攻撃性により、恋人を傷つけてしま
う場合がある。また、怒り表出者の意図に反して、被表出者の側が傷つけられたと感じ、防
衛的な態度をとることもある。その結果、怒りのもとになった“うまくいっていない現状”や
欲求不満が何だったのか分からなくなってしまい、恋人に気持ちを伝えようとしていたこ
とすら叶わなくなることがあるだろう。しかし、怒りの表出が適切なかたちで行われれば、
自分の感覚を恋人に伝達する作用を持ち、親密な関係の促進につながる場合もあれば、関
係の中で生じている問題の解決やストレスの低減によって、自己の精神的な安定が守られる
場合もある。すなわち、怒りの表出には、現状変更という適応的な側面と、攻撃性という破

壞的側面を併せ持つ点に注目する必要がある。

怒りの表出について論じる前に、怒りを抑制する場合について述べる。怒りを感じているにも関わらず、その怒りを否認・抑制することで、恋人を傷つけることなく、自身が感情的になるところを恋人に見せずに済むため、一時的には波風を立てずにその関係を継続させることができるかもしれない。しかし、怒りの抑制は感情体験を弱めることにはならず、気分を立て直しの困難、自身の感情体験に自信が持てなくなる、自身が感じていることを他者から誤解されやすくなるといった弊害も生じる (Gross, 1998 ; 2003)。怒りの抑制によって、自身の無力さが刺激され、自尊心の低下を引き起こすという指摘もある (吉田・高井, 2008)。また、恋愛関係においては、恋人に対してあまり表出していなかった者の方が、表出していた者よりも、交際期間が短かったことが示されている (上原ら, 2019)。恋人から不快な行為やデート DV を受けていた場合には、被害者が怒りを抑制することで、苦痛な状況に身を置き続ける危険性も考えられる。このように、怒りを否認・抑制することは、個人の精神的健康や成熟だけでなく、恋愛関係の維持においてもネガティブに作用すると考えられる。そのため、個人の精神的健康や関係性を考慮すると、怒りを適切なかたちで恋人に伝えていくことが重要である。

本論文では、特に怒りの表出に焦点を当てるが、その際、怒りの感情を背景にした問題解決行動や自己主張的行動などを含めて見ていくことにする。怒りの表出方法に関する分類について、各研究者の基準を見ると、個人内での処理や、相手への直接的な表出、第三者への表出、物への八つ当たりなど多岐にわたる。木野 (2000) は怒りを喚起させた人物に対する怒りの表出に着目し、「表情・口調」、「遠回し」、「嫌味」、「理性的説得」、「感情的攻撃」、「無視」、「いつもどおり」の7種類に分類した。また、吉田・高井 (2008) は怒りの制御方略について包括的な尺度の作成を試み、5つの因子 (「一方的表出」、「建設的表出」、「第三者への表出」、「抑制」、「視点転換の試み」) を抽出している。「一方的表出」と「建設的表出」は、怒りを喚起させた対象への怒りの表出が、一方的かあるいは建設的かを問題にしている。「第三者への表出」は、第三者に怒りの体験を話すことである。「抑制」は、怒りを感じてもその気持ちを隠そうとすることである。「視点転換の試み」は、考え方や物事の見方を変えて冷静になろうとする試みである。木野 (2000) の分類では、怒りを喚起させた人物との間で怒りがどのように扱われているのかを取り上げている。それに対し、吉田・高井 (2008) の分類は個人内の認知的処理や、怒りを喚起させた人物以外への表出を含めて検討している。怒りの制御という点で言えば、個人内での認知的処理や第三者への表出という観点は重

要であるが、本論文では、恋人との関係において適応的か破壊的かについて焦点を当てるため、恋人に対して怒りをどのように表出するかという点に注目して論じる。

まず、怒りの表出における適応的側面として、Baker et al. (2014) は、恋人からの理解の増進、恋人からの支援を引き出すこと、恋人の行動の調整を指摘している。怒りなどのネガティブな感情は、その個人が置かれた環境に問題があることを知らせ、問題解決の行動を行うように動機づける。怒りを適切に表出することによって、恋人は自分の最愛の人が苦痛を感じているということを理解し、何らかの手助けをしたいという気持ちが生じると考えられている。最愛の人の苦痛がその恋人自身の行動によってもたらされているのであれば、その行動をやめるようになるだろう。怒りが適切に表出されるなら、関係の修正が起こり、再び二人で融合的な感覚を享受できるようになると考えられる。

また、恋愛関係の中で生じた軽度の問題について恋人と話し合うことは、ストレスを軽減することが示されている (Rusbult et al., 1986)。怒りを表出していた関係の方が、そうでない関係よりも交際期間が長いことも明らかにされている (上原ら, 2019)。また、恋愛関係に限定した研究ではないが、怒りを表出し他者から受容的反応を得られた者のほうが、受容的反応が得られなかった者に比べ、自己成長感が高いとされている (吉田, 2012)。

しかし、怒りを感じた出来事とされるものが相手にとっては、怒りの原因として不当に感じられることもある。自己愛的な要素が強すぎる場合、その怒りは恋人からは了解しづらいものとなるだろう。また、怒りは攻撃性を伴った感情であるため、正当な怒りであったとしても、恋人が受容できるよう調整して表出する必要がある。暴言や暴力といったかたちで表出された場合、関係そのものが破壊されることになるだろう。このように、怒りの表出は様々な要素にしても、恋愛関係を修正する適応的な側面もあれば、破壊的な側面がある。

次に、恋愛関係における怒りの表出の破壊的側面としては、関係を後退させ、親密さと関係満足度を低下させることが示されている (Baker & McNulty, 2010; Tolstedt & Stokes, 1984; 立脇, 2005)。また、怒りの不適切な表出は、恋愛関係において破壊的な相互作用を生じさせる場合がある。Liu et al. (2018) は、怒りによって恋人に対する侮辱的、利己的な関係破壊行動が高められ、その行動が恋人に認識されると、その恋人の怒りを高め、関係破壊的行動を促し、結果的にカップルが互いに関係破壊行動を促進しあうことを明らかにした。このような相互作用は、どちらが悪いのかを主張しあうことになり、「悪者探し」が始まり、次第に一方は関係から後ずさりして恋人を回避するようになり、もう一方は離れていく恋人から何としてでも情緒的反応を得ようと近づこうとするといった「抗議のポルカ」へと変化す

る。「抗議のポルカ」が繰り返されると、その関係は次第に冷えきって関係が解消されることになる (Johnson, S., 2008/2014)。

第3節 葛藤の対処行動としての怒りの表出

次に、恋愛関係における怒りの表出を葛藤の対処行動の観点から論じる。Rusbult & Zembrodt (1983) は、恋愛関係で生じた葛藤への対処方略を能動的 (Active) — 受動的 (Passive) と建設的 (Constructive) — 破壊的 (Destructive) の二次元から捉えようと試みた。能動的—受動的の次元は、その反応が目の前の葛藤に対して能動的に問題解決をしようとするかどうかを考慮したものであり、行動そのものの性質を指しているわけではない。建設的—破壊的の次元は、その関係に与える影響が建設的か破壊的かどうかを指している。そして、直交する二次元によってできる各象限を「話し合い行動 (voice)」、「別れ行動 (exit)」、「忠誠行動 (loyalty)」、「無視行動 (neglect)」の4つに分類した (図2-1)。「話し合い行動」は、葛藤に対して恋人に悩みを打ち明け、話し合いを通して葛藤の解決を図ろうとすることである。「別れ行動」は、葛藤そのものの解決をせず、関係そのものを終わらせることを考えたり、関係解消の話し合いをしたり、恋人に不満をぶついたりすることである。「忠誠行動」は、時間が関係改善することを願い、恋人に苛立っても許し、冷静な態度を保とうとすることである。「無視行動」は、文字通り恋人を無視することや、葛藤と関係ないことで恋人を責めることである。Rusbult et al. (1986) は、対処方略とストレスとの関連を検証した結果、葛藤の重要度に関係なく「別れ行動」と「無視行動」はストレスを高め、「話し合い行動」は軽度の葛藤に対してのみストレスを抑制することを明らかにした。

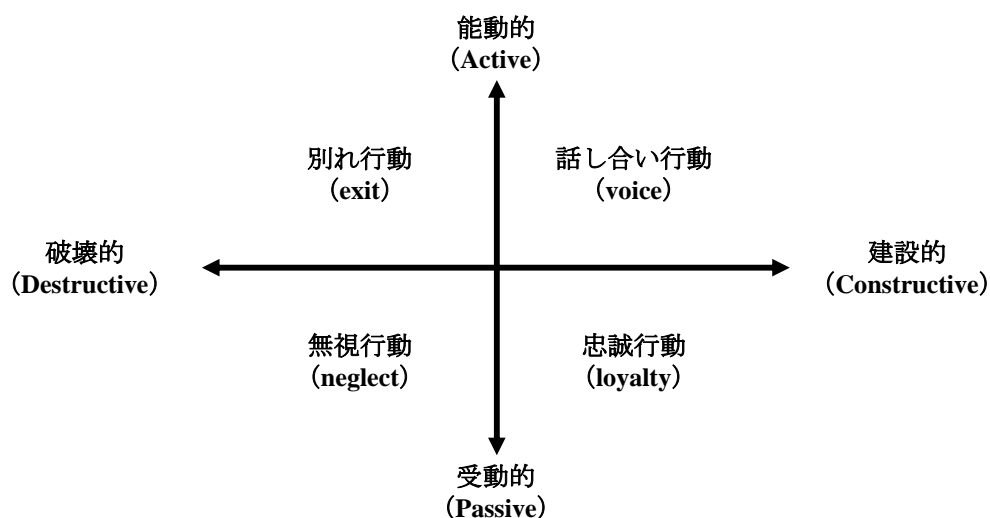


図2-1 葛藤の対処行動 (Rusbult & Zembrodt, 1983)

また、葛藤の対処行動の選択に関して、交際期間が影響するということが指摘されている。Rusbult (1983) は、関係の解消に伴うリスクが交際期間によって異なるという観点から、交際期間が短い場合においては「別れ行動」と「無視行動」といった破壊的対処方略が促され、反対に、交際期間が長い関係においては、「話し合い行動」と「忠誠行動」といった建設的対処方略が促されることを明らかにした。すなわち、交際期間が短い関係の中で葛藤が生じる場合、心理的な労力を割いてまで関係を継続するよりも解消してしまう方が適応的であると判断される。反対に、交際期間が長い場合、関係が解消されることで生じるリスクを回避するために建設的対処方略をとることが適応的であるとされている。

交際期間によって適応的となる対処方略が異なることについては、相馬ら (2003) においても確認された。交際期間による多用される対処方略の違いに加え、交際期間が長い場合には、恋人以外に情緒的サポート関係を持つ者の方は破壊的対処方略が抑制されやすく、反対に、恋人に情緒的サポートを集中させる者は、建設的対処方略が抑制されやすいことが示された。

しかし、交際期間が短いうちに葛藤が生じるからといって、破壊的対処方略を用いて早いこと関係を解消してしまうことが二人にとって望ましいことなのだろうか。確かに、人生の時間は限られており、相性が悪く葛藤が生じやすいなら、早々に別れて新しい対象を探す方が合理的ではある。しかし、何が原因でその関係の中で怒りや葛藤が生じているのか、当事者たちだけでは不明瞭なことが多い場合がある。どちらかの欲求や期待が高すぎるのか、いずれかの心理的要素において未発達なところがあるのか、あるいは、内在化された対象関係によって親密な関係が営めないのか、さまざまな要因が想定される。また、関係破壊的な葛藤対処行動を力動的な視点から捉え直すと、葛藤の源、あるいはそのように認知された対象の破壊や回避が行われていると考えられる。破壊的な葛藤の対処行動では、現実吟味を働かせて個人の精神内界や外的現実をより正確に認識することが阻害される可能性がある。一方、建設的な葛藤対処行動である「話し合い」を行うには、自身の心情を把握し、恋人にそれを伝達し、恋人の主張も考慮しながら関係の再構築を行うという非常に高度な心理的な能力を必要とする。このことから、ひとまず建設的な方略を用いて、関係の継続を試みる方が、個人や恋人の心理的成熟という面では適応的であると考えられる。

最後に、怒りの表出に対して、恋人がどのような反応を返すかという視点も重要である。怒りの表出に対して、恋人が親身になって応答してくれれば、自身の感覚を確かなものにすることや、関係の修復、恋人の思いを聞く機会になり、自己の強化や関係の再構築が可能に

なると考えられる。吉田（2012）は第三者への怒りの社会的共有と自己成長感の獲得との関連について研究を行った。その結果、社会的共有を行った相手から受容的反応が得られた者の方が、相手から受容的反応が得られなかった者と、社会的共有を行わなかった者に比べ、自己受容感が高いことが示された。怒りを第三者に語り受容されることによって、体験から距離を取ることが可能なり、物事の捉え方の変化や事態への対処行動の思いつきにつながり、自己成長感が高められたと考えられる。吉田（2012）は第三者への社会的共有について着目した研究であるが、恋愛関係の中で怒りの体験が共有され、恋人から受容されることによって、物事の捉え方の変化だけでなく、関係の修復も同時に行われると考えられる。一方、恋人の応答性が悪く拒否的な反応が返ってきた場合、怒りを表出した側に傷つきや更なる怒りを生じさせ、破壊的な相互作用（Liu et al., 2018）につながる可能性がある。

第4節 まとめ

怒りの概念は曖昧さがあり、類似した概念と混同されやすいという問題について指摘した。本論文では、怒りを厳密に捉えるよりも、怒りを広く捉え、怒りが関係の中で持ち込まれ、それがどのように二人の間で抱えられていくのかに着目する。

次に、恋愛関係に備わる依存性と融合を求める心理によって欲求不満に陥りやすく、関係の中に怒りが持ち込まれやすいと論じた。恋愛関係は特定の欲求の充足を一人の対象に依存させる性質があるとされている。この依存性に関しては、アタッチメント理論からの考察を述べた。アタッチメントの欲求による抗議の一つとして、怒りの表出が行われると考えられている。次に、融合を求める心理については、「甘え」の観点から考察を行った。「甘え」は自分と他者が分離した存在であるという事実を否定し、一体感を享受しようとする心性である。恋人に対して強烈な怒りを感じている場合、その背後には「甘え」の欲求が拒否され、分離の事実が突きつけられている可能性がある。このような性質から、恋愛関係は不安定になりやすく、怒りの問題が関係の中に持ち込まれやすいと考えられる。

最後に、怒りの表出には適応的な側面と破壊的な側面があることについて論じた。怒りの否認や抑制的な対処は、関係を一時的に継続させるという面はあるものの、自尊心の低下と関連し、恋人からの不当な扱いをやめさせることができない。したがって、如何にして恋人と怒りを感じていることを建設的に共有していくかが、関係の継続にとって不可避な課題であると言えるだろう。怒りの表出の破壊的な側面としては、ストレスを増加させ、親密さ、関係満足度の低下を招く。さらには、互いに関係を破壊する行動をしあう破壊的な相互作用

が生じる可能性があり、関係そのものが破壊されることになる。一方、適応的な側面としては、ストレスの低下や自己成長感の獲得だけでなく、問題解決や関係性の再構築を可能にし、交際期間を長く保つことができると考えられる。

第3章 日本における恋愛研究の動向

第1節 問題

第3章では、日本の恋愛研究の流れを概観するとともに、近年の日本における恋愛研究の網羅的検索を行い、本研究の位置づけを示す。

これまで恋愛研究を整理した研究については、古畑（1990）がアメリカと日本における心理学の概論書の改訂に着目し、その変遷をまとめた。古畑（1990）によると、アメリカでは、1970年代から“対人魅力”に関する研究からはじまり、次第に“関係性”に関心が向けられるようになり、恋愛に関する研究が激増した。

日本の概論書においては、1970年代までには好意や魅力、愛などが取り上げられておらず、比較行動学や発達心理学の観点から、愛着について記載されているのみであった。1980年代以降になってようやく、社会心理学の分野で対人魅力について触れられるようになったと指摘されている。

1990年までの日本における恋愛研究の動向については、松井（1990）が概観している。松井（1990）は「日本における恋愛研究は、青年心理学、社会心理学、家族心理学の3分野に大別される」と述べており、青年心理学と社会心理学に関する知見をまとめている。青年心理学の分野では、「恋愛の発達」「恋愛中の意識や感情」について手記分析をもとに、検討が行われ、「性行動の発達」は調査データを中心に検討が行われてきた。社会心理学の分野では、対人魅力の研究を中心に「恋愛に対する態度や認知」「異性選択と社会的交換」「恋愛感情と意識」「恋愛の進行と崩壊」の4つの分野に大別される。

松井（1990）は恋愛研究の課題として、青年心理学と社会心理学それぞれが互いの知見に触れず隔たりがあることを指摘した。また、それぞれの分野における課題について、青年心理学は理論の一般化の検証がされていないことを、社会心理学は理論構築に至っていないことを指摘した。

古畑（1990）、松井（1990）以降の恋愛研究の動向については、立脇ら（2005）が1985年4月から2004年3月までに心理学系の学術誌6誌と5つの学会発表論文集に掲載された恋愛に関する論文217本（論文27本、大会発表論文190本）の検討を行った。その結果、「恋愛相手や恋愛関係に対する感情や評価」「恋愛や異性交際中の二者間で行われる行動」「恋愛特有の態度や認知」「恋愛と関連する要因」の4つのカテゴリーに分類されることを示した。また、調査期間を5年ごとの4期間に分け、各期間におけるテーマを検討した。第1期では、恋愛に対人魅力の知見を応用した論文が多く、第2期では恋愛特有の感情や行動に注目

した論文が見られだした。第3期では、恋愛関係におけるコミュニケーションなど行動に着目する研究が増加し、第4期では、恋愛関係の形成から崩壊について、親子関係や友人関係などの他の関係との比較、対処行動を扱った論文などテーマに広がりが見られるようになった。さらに、課題として調査方法と対象者が質問紙調査と大学生を対象にした研究に偏っていることを指摘した。

立脇・松井(2014)は国立情報学研究所が運営する検索データベース「CiNii」で1980年以降の恋愛に関する研究260件を6つの領域(「恋愛・恋人の概念」、「恋愛中の感情と認知」、「恋愛中の行動と恋愛の進展」、「恋愛関係の崩壊」、「恋愛研究の広がり」、「恋愛以外のテーマからの展開」)に分類した。「恋愛・恋人の概念」は、特定の恋愛関係や恋人に関する研究ではなく、「恋愛観」や「魅力的な異性像」などといった恋愛関係や恋人の概念が検討されている研究によって構成されている。「恋愛中の感情と認知」は、恋愛感情と好意の測定尺度(Rubin, 1970)、愛情の三角理論に基づく測定尺度(Sternberg, 1986)、恋愛色相理論(Lee, 1977)などの海外の恋愛理論に関する測定尺度の日本語版の開発・応用などの研究によって構成されている。「恋愛中の行動と恋愛の進展」は、恋愛中の行動に着目し、恋愛行動の進展や告白について検討した研究によって構成されている。「恋愛関係の崩壊」は、恋愛関係の崩壊時の状況や行動、関係崩壊による影響について検討した研究によって構成されている。「恋愛研究の広がり」は、調査対象者を中高生や社会人に広げた研究や、恋愛関係以外の第三者からの影響について検討した研究によって構成されている。「恋愛以外のテーマからの展開」は、アタッチメント理論や心理社会的発達理論の各段階などの恋愛以外から蓄積された知見を恋愛関係に応用した研究によって構成されている。立脇・松井(2014)は、恋愛研究の領域の整理と共に、恋愛研究の課題として、現象記述と一般理論の乖離、日本の恋愛研究の媒体の無さが知見の普及を妨げている可能性を指摘した。

高坂(2016b)は2004年4月から2013年3月の期間において、心理学諸学会連合に加盟する当時50の学会における学会誌を対象に、恋愛研究の動向について調査を行った。その結果、31本の論文が検討対象となり、その他を除いた4つの方向に分類された。一つ目は「内容の細分化」で恋愛関係特有の現象や感情、行動に焦点を当てた方向であり、恋愛関係を経験することによる影響や、交際中の感情などが見られた。二つ目は「対象の時間的拡大」で恋愛関係に至る前の対象選択の時点や、関係崩壊に焦点が当てられた方向である。三つ目は「恋愛の捉え方の多様化」で、ストーカー被害の実態調査と恋愛関係で生じる問題状況などの恋愛関係における否定的側面に焦点を当てた方向である。四つ目は「恋愛関係の相対的

理解」で、恋愛関係を親子関係や友人関係との比較や影響を検討し、それぞれの特徴に焦点を当てた方向である。

高坂（2016b）は恋愛研究の課題として三点指摘している。一つ目は立脇ら（2005）と同様に、大学生を対象とした質問紙調査の研究に偏っていることである。二つ目は海外の知見が無批判に取り入れられており、日本における恋愛の独自性に着目した研究の少なさを指摘している。三つ目は恋人の定義を明確にしていない研究が多いという問題である。日本における恋愛研究の動向を調査した研究に対する課題は、調査方法と対象者の偏りについて繰り返し指摘されているが、そのほかについては各研究者によって捉え方が異なっている。

第2節 目的

本調査では、高坂（2016b）に続き、2013年4月から2020年3月までの恋愛研究を網羅的に検索しレビューを行う。恋愛状況が多様化する現代において、恋人をどのように定義してきたかを整理・検討し、日本における恋愛研究の動向と課題を整理することを目的とする。その際、より網羅的に検索がなされるよう、高坂（2016b）と同様に日本心理学諸学会連合に加盟する学会が発行する学会誌に掲載された論文を対象とする。

第3節 方法

日本心理学諸学会連合に加盟している56学会（2021年4月時点）の2013年4月から2020年3月の間に刊行された学会誌を対象に、恋愛に関する論文の検索を行った。高坂（2016b）が2004年4月から2013年3月にかけて調査を行ったため、本調査ではその後を受け、2013年4月からとした。

本調査では、立脇（2005）と高坂（2016b）を参考に次の基準を設け、対象とする論文の収集を行った。①タイトルまたはキーワードに「恋愛」、「異性関係」、「恋人」のいずれかが含まれている論文、②初対面の異性の外見を扱った論文のうち、「その異性との交際可能性」を測定している論文、③性行動や性意識に関する論文のうち、「恋人」の有無による行動や意識の違いを検討した論文や、恋愛行動、恋愛意識についても測定している論文。④「デートDV」や「ストーカー」、「重要な他者」など恋愛に関するワードがタイトルあるいはキーワードに含まれており、かつ恋愛について考察されている論文を対象とした。また、高坂（2016b）と同様に、原著論文や、資料論文、ショートレポートなどのオリジナル論文以外の論文は収集対象外とした。

論文検索の具体的な方法としては、対象学会のホームページと国立研究開発法人科学技術振興機関（JST）が運営する電子ジャーナルプラットフォーム「J-STAGE」にアクセスし、学会誌のバックナンバーから該当する論文の検索を行った。インターネット上でバックナンバーが確認できない学会誌については、学会誌の原本を確認し論文の収集を行った。表 3-1 に対象となった学会誌の巻号を示す。

表3-1 対象学会とその学会誌と収集対象となる巻号

| 学会 | 学会誌 | 対象となる学会誌の巻号 |
|----------------------|--|-------------------------------|
| 産業・組織心理学会 | 産業・組織心理学研究 | 2013年第26巻第2号～2020年第34巻第1号 |
| 日本EMDR学会 | EMDR研究 | 2013年第5巻第1号～2015年第7巻第1号 |
| 日本イメージ心理学会 | イメージ心理学研究 | 2013年第11巻第1号～2019年第17巻第1号 |
| 日本LD学会 | LD研究 | 2013年第22巻第2号～2020年第29巻第1号 |
| 日本応用教育心理学会 | 応用教育心理学研究 | 2013年第30巻第1号～2019年第36巻第1号 |
| 日本応用心理学会 | 応用心理学研究 | 2013年第39巻第1号～2020年第45巻第3号 |
| 日本カウンセリング学会 | カウンセリング研究 | 2013年第46巻第1号～2020年第52巻第3号 |
| 日本学生相談学会 | 学生相談研究 | 2013年第34巻第1号～2020年第40巻第3号 |
| 日本家族心理学会 | 家族心理学研究 | 2013年第27巻第1号～2019年第33巻第1号 |
| 日本学校心理学会 | 学校心理学研究 | 2013年第13巻第1号～2019年第19巻第1号 |
| 日本感情心理学会 | 感情心理学研究 | 2013年第20巻第3号～2020年第27巻第2号 |
| 日本基礎心理学会 | 基礎心理学研究 | 2013年第32巻第1号～2020年第38巻第2号 |
| 日本キャリア・カウンセリング学会 | キャリア・カウンセリング研究 | 2015年第16号第1号～2020年第21巻第1号 |
| 日本キャリア教育学会 | キャリア教育研究 | 2013年第32巻第1号～2020年第38巻第2号 |
| 日本教育カウンセリング学会 | 教育カウンセリング研究 | 2013年第5巻第1号～2020年第10巻第1号 |
| 日本教育心理学会 | 教育心理学研究 | 2013年第60巻第4号～2020年第68巻第1号 |
| 日本教授学習心理学会 | 教授学習心理学研究 | 2013年第9巻第1号～2018年第14巻第2号 |
| 日本グループ・ダイナミックス学会 | 実験社会心理学研究 | 2013年第53巻第1号～2020年第59巻第2号 |
| 日本K-ABCアセスメント学会 | K-ABCアセスメント研究 | 2013年第15巻第1号～2020年第21巻第1号 |
| 日本健康心理学会 | 健康心理学研究/ Journal of Health Psychology Research* | 2013年第26巻第1号～2020年第32巻第2号 |
| 日本交通心理学会 | 交通心理学研究 | 2013年第29巻第1号～2020年第36巻第1号 |
| 日本行動科学学会 | 行動科学 | 2013年第52巻第1号～2019年第58巻第1号 |
| 日本行動分析学会 | 行動分析学研究 | 2013年第28巻第1号～2020年第34巻第2号 |
| 日本コミュニティ心理学会 | コミュニティ心理学研究 | 2013年第17巻第1号～2020年第23巻第2号 |
| 日本カラージュ療法学会 | カラージュ療法学研究 | 2013年第4巻第1号～2019年第10巻第1号 |
| 日本催眠医学心理学会 | 催眠学研究 | 2015年第55巻第1,2号～2018年第57巻第1,2号 |
| 日本質的心理学会 | 質の心理学研究 | 2013年第12巻第1号～2020年第19巻第1号 |
| 日本自閉症スペクトラム学会 | 自閉症スペクトラム研究 | 2013年第11巻第1号～2020年第17巻第2号 |
| 日本社会心理学会 | 社会心理学研究 | 2013年第29巻第1号～2020年第35巻第3号 |
| 日本自律訓練学会 | 自律訓練研究 | 2013年第33巻第1号～2019年第39巻第2号 |
| 日本心理学会 | 心理学研究 | 2013年第83巻第6号～2020年第90巻第6号 |
| 日本心理臨床学会 | 心理臨床学研究 | 2013年第31巻第1号～2020年第37巻第6号 |
| 日本ストレスマネジメント学会 | ストレスマネジメント研究 | 2013年第10巻第1号～2019年第15巻第2号 |
| 日本青年心理学会 | 青年心理学研究 | 2013年第25巻第1号～2020年第31巻第2号 |
| 日本生理心理学会 | 生理心理学と精神生理学 | 2013年第31巻第1号～2019年第37巻第3号 |
| 日本動物心理学会 | 動物心理学研究 | 2013年第63巻第1号～2020年第69巻第3号 |
| 日本特殊教育学会 | 特殊教育学研究 | 2013年第51巻第1号～2020年第57巻第4.5号 |
| 日本乳幼児医学・心理学会 | 乳幼児医学・心理学研究 | 2013年第22巻第1号～2020年第28巻第2号 |
| 日本人間性心理学会 | 人間性心理学研究 | 2013年第31巻第1号～2020年第37巻第2号 |
| 日本認知・行動療法学会 | 行動療法研究/ 認知行動療法研究 | 2013年第39巻第2号～2020年第46巻第1号 |
| 日本認知心理学会 | 認知心理学研究 | 2013年第11巻第1号～2020年第17巻第2号 |
| 日本パーソナリティ心理学会 | パーソナリティ研究 | 2013年第22巻第1号～2020年第28巻第3号 |
| 日本バイオフィードバック学会 | バイオフィードバック研究 | 2013年第40巻第1号～2020年第46巻第2号 |
| 日本箱庭療法学会 | 箱庭療法学研究 | 2013年第25巻第3巻～2020年第32巻第2号 |
| 日本発達心理学会 | 発達心理学研究 | 2013年第24巻第2号～2020年第29巻第1号 |
| 日本犯罪心理学会 | 犯罪心理学研究 | 2013年第51巻第1号～2020年第57巻第2号 |
| 日本福祉心理学会 | 福祉心理学研究 | 2013年第10巻第1号～2019年第16巻第1号 |
| 日本ブリーフサイコセラピー学会 | ブリーフサイコセラピー研究 | 2013年第22巻第1号～2020年第28巻第2号 |
| 日本マイクロカウンセリング学会 | マイクロカウンセリング研究 | 2014年第9巻第1号 |
| 日本森田療法学会 | 日本森田療法学会雑誌 | 2013年第24巻第1号～2019年第30巻第2号 |
| 日本遊戯療法学会 | 遊戯療法学研究 | 2013年第12巻第1号～2020年第18巻第1号 |
| 日本リハビリテーション心理学会 | リハビリテーション心理学研究 | 2014年第40巻第1号～2019年第45巻第1号 |
| 日本理論心理学会 | 理論心理学研究 | 2013年第14,15巻合併巻～2017年第18巻 |
| 日本臨床心理学会 | 臨床心理学研究 | 2014年第15巻第1号～2020年第57巻第2号 |
| 日本臨床動作学会 | 臨床動作学研究 | 2013年第18巻第1号～2020年第24巻第1号 |
| 包括システムによる日本ロールシャッハ学会 | 包括システムによる日本ロールシャッハ学会誌 | 2013年第17巻第1号～2019年第23巻第1号 |

注) 調査期間内に学会誌名が変更していたため、前身誌名/後続誌名で示した。

第4節 結果

分析対象となった論文収集の基準に基づいて論文を確認していった結果、パーソナリティ研究（日本パーソナリティ心理学会）11本、応用心理学研究（日本応用心理学会）5本、発達心理学研究（日本発達心理学会）4本、実験社会心理学研究（日本グループ・ダイナミックス学会）3本、心理学研究（日本心理学会）3本、心理臨床学研究（日本心理臨床学会）2本、青年心理学研究（日本青年心理学会）2本、学生相談研究（日本学生相談学会）1本、教育カウンセリング研究（日本教育カウンセリング学会）1本、社会心理学研究（日本社会心理学会）1本の合計33本が分析対象となった（表3-2）。

表3-2 学会誌と論文数について

| 雑誌名 | 論文数 |
|-------------|-----|
| パーソナリティ研究 | 11 |
| 応用心理学研究 | 5 |
| 発達心理学研究 | 4 |
| 実験社会心理学研究 | 3 |
| 心理学研究 | 3 |
| 心理臨床学研究 | 2 |
| 青年心理学研究 | 2 |
| 学生相談研究 | 1 |
| 教育カウンセリング研究 | 1 |
| 社会心理学研究 | 1 |
| 合計 | 33 |

第1項 調査方法と調査対象者

収集された論文33本のうち、文献研究を行った2本（赤澤，2015；浅野，2015）を除いた31本で調査方法と調査対象者のクロス集計表を作成した（表3-3）。その結果、大学生を対象とした単回での質問紙調査が23本（69.7%）と一番多く、順に大学生から社会人を対象にした質問紙調査3本（9.1%）、大学生を対象としたペアデータによる質問紙調査2本（6.1%）、大学生を対象としたパネル調査、社会人を対象にしたインタビュー調査、高校生を対象とした効果検証は共に1本（3.0%）であった。

表3-3 調査方法と調査対象者のクロス集計表

| | 高校生 | 大学生 | 大学生～社会人 | 社会人 |
|------------|---------|-----------|---------|---------|
| 質問紙（通常） | - | 23(69.7%) | 3(9.1%) | - |
| 質問紙（ペア調査） | - | 2(6.1%) | - | - |
| 質問紙（パネル調査） | - | 1(3.0%) | - | - |
| インタビュー調査 | - | - | - | 1(3.0%) |
| 効果検証 | 1(3.0%) | - | - | - |

注1) 尺度の安定性を図るために再テスト法を用いた研究は質問紙(通常)に含めた。

注2) 文献研究2本はクロス集計表から除外した。

第2項 研究内容の分類

収集対象となった全33本の論文を、どのような現象について検討を行っているのかに焦点を当て、KJ法を用いて分析を行った。分析では、まず筆者が分類を行った後、筆者を含め、臨床心理学部の教員1名、臨床心理学を専攻する大学院生4名の計6名で討議し、内容の検討と修正を行った。その結果、6つのカテゴリーに分類された(表3-4)。

表3-4 対象論文の分類結果

| カテゴリー | 論文 | |
|-------------------|-------------------|---------------------------------------|
| 恋愛における感情体験や認知 (8) | ネガティブな感情 (5) | 嫉妬 (3) 和田 (2015), 神野 (2016; 2018) |
| | | 怒り (1) 上原ら (2019) |
| | | 交換不安 (1) 宮崎ら (2017) |
| | 恋愛様相 (1) | 高坂・小塩 (2015) |
| | violation認知 (1) | 長峯・外山 (2018) |
| 心理的プロセス (1) | 西坂 (2018) | |
| 恋愛の病理事象 (8) | デートDV (4) | 笹竹 (2014; 2015), 赤澤 (2015), 松野 (2017) |
| | 恋人支配行動 (3) | 片岡・園田 (2014; 2016a; 2016b) |
| | ストーカー的行為 (1) | 金政ら (2018) |
| 関係の継続性に関する事象 (7) | 接近・回避コミットメント (4) | 古村 (2014; 2016; 2017a; 2017b) |
| | 性的な事象 (2) | 浮気 (1) 和田 (2019) |
| | | セックス (1) 高坂・澤村 (2017) |
| | 動機づけ (1) | 中井 (2020) |
| 他の人間関係との比較 (5) | 恋人を欲しいと思わない青年 (2) | 高坂 (2018a; 2018b) |
| | アイデンティティ (1) | 川本 (2015) |
| | 関係流動性と親密性 (1) | 山田ら (2015) |
| | 接触回避 (1) | 河野ら (2015) |
| 恋愛による影響 (4) | 関係崩壊後 (2) | 中山ら (2017), 古村ら (2019) |
| | 問題状況 (1) | 相羽 (2017) |
| | 自分磨き (1) | 大久保 (2018) |
| 関係研究の方法論 (1) | 浅野 (2015) | |

注) カテゴリーの()内は該当した論文数を示す。

1つ目は「恋愛における感情体験や認知」で主に恋愛において体験される感情や出来事の内、認知について検討したカテゴリーであり、8本の論文がある。その中でも嫉妬や怒り、不安

といったネガティブな感情について 5 本の論文が見られ、カテゴリーの半分以上を占めていた。嫉妬については、嫉妬感情時のコミュニケーション反応 (和田, 2015), 多次的嫉妬尺度の作成 (神野, 2016), 嫉妬における自己愛と自尊心の関連 (神野, 2018) について検討が行われていた。怒りについては、上原ら (2019) が怒りの表出と関係の継続との関連について生存時間分析を用いて検討していた。また、宮崎ら (2017) は交換不安について、上方比較経験と関係流動性の交互作用の検討を行っている。ネガティブな感情以外では、現在進行中の恋愛関係の感情や状態を測定する恋愛様相尺度の作成 (高坂・小塩, 2015), violation の認知に行動期待が与える影響 (長峯・外山, 2018), 自傷行為をする人と交際するうえで体験する心理的プロセス (西坂, 2018) について検討が行われていた。

2 つ目は「恋愛の病理的事象」で主に恋愛関係の中で臨床的な問題として取り上げられている事象について検討した論文 8 本がある。具体的には、デート DV についての論文は 4 本収集された (笹竹, 2014 ; 2015 ; 赤澤, 2015 ; 松野, 2017)。大学生の心理的デート DV の被害経験と被害の認識 (笹竹, 2014), 女子高校生に対する心理的デート DV の防止講座の効果検証 (笹竹, 2015), 親密性に関する諸理論とジェンダーの神話から検討を行った文献研究 (赤澤, 2015), 個人におけるデート DV の被害・加害経験 (松野, 2017) について検討がなされていた。片岡・園田 (2014 ; 2016a ; 2016b) は臨床的問題として発展する可能性のある恋人支配行動について継続的に研究を行っていた。片岡・園田 (2014) は恋人分離不安尺度の作成と恋人支配行動尺度の作成を行った。恋人支配行動尺度を用いて、分離不安を媒介変数に自己犠牲と未熟性の恋人支配行動への影響の検討 (片岡・園田, 2016a), 恋人支配行動が恋愛関係に与える影響 (片岡・園田, 2016b) について検討されていた。金政ら (2018) は関係破綻後のストーカー的行為のリスク要因として、交際時の関係性の認知を測定する尺度と、関係破綻後の思考や感情を測定する尺度を作成し、男女差と愛着不安との関連を検討していた。

3 つ目は「関係の継続性に関する事象」で恋愛関係の継続に関連すると考えられる概念や事象について検討を行ったカテゴリーであり、7 本の論文がある。具体的には、接近・回避コミットメント (古村, 2014 ; 2016 ; 2017a ; 2017b), 性的な事象に関する研究として、浮気に対する態度 (和田, 2019) と恋人との性行為 (高坂・澤村, 2017) について、恋愛関係への動機づけと信頼感の親密性との関連 (中井, 2020), が見られた。古村 (2014) は接近・回避コミットメント尺度を作成した後、感情経験と精神的健康との関連 (古村, 2016), ペアデータを用いて接近・回避コミットメントが感情経験に与える影響 (古村, 2017a), 投資

モデルとの関連 (2017b) について検討を行った。性的な事象について、和田 (2019) は異性間恋愛関係に浮気行動、高坂・澤村 (2017) は恋人とセックスする理由とその満足度と関係満足度との関連について検討を行った。動機づけについて、中井 (2020) は恋愛関係の動機づけ尺度と恋人に対する信頼感尺度の作成を行った。

4つ目は「他の人間関係との比較」で恋愛関係の特徴を他の人間関係や文化圏などと比較検討を行ったカテゴリーで、5本の論文がある。具体的には、高坂 (2018a ; 2018b) は恋愛経験者と恋人を欲しいと思わない者のコミュニケーションに対する自信の比較や、一年後の恋愛状況の変化について検討を行った。他には、川本 (2015) は成人形成期におけるアイデンティティに関連する養育者・友人・恋人へのアタッチメント・スタイルの違いについて、山田ら (2015) は関係流動性と親密性の日本とカナダの国際比較について、河野ら (2015) は恋愛対象者・同性友人・異性友人における接触回避の比較について検討を行っていた。

5つ目は「恋愛による影響」で恋愛を経験することによってもたらされる事象や、心理的な状態、変化について検討したカテゴリーであり、4本の論文がある。恋愛関係の崩壊後について、中山ら (2017) は失恋の形態とアタッチメント・スタイルによるストレス関連成長との関連について、古村ら (2019) は恋愛関係崩壊後のアタッチメント欲求の反応段階の移行について検討していた。他には、相羽 (2017) は交際前・交際中・交際後それぞれの問題状況について、大久保 (2018) はアタッチメントのケアギビングの自分磨きへの相互影響性について検討を行っていた。

6つ目は「関係研究の方法論」で1本の論文がある。浅野 (2015) は発達心理学と社会心理学・パーソナリティ心理学間での知見の分断を指摘し、発達心理学の時系列的視点と社会心理学・パーソナリティ心理学の横断的かつダイアドレベルの階層的視点を組み合わせた統合的アプローチの提案し、構造方程式モデリングの利用可能性について指摘している。

第3項 恋人・恋愛対象者の定義

恋人・恋愛対象者の定義がなされていた論文は、33本中4本 (恋人の定義は高坂・小塩, 2015 ; 高坂, 2018a ; 中井, 2020 の3本, 恋愛対象者の定義は河野ら, 2015 の1本) であった。恋人の定義はいずれも「“相手との同意のもとで親密に交際している, 実際に接触・交流できる異性”とし, 片思いの相手や, 芸能人, インターネットや SNS 上だけで交流をしている異性や, アニメ, マンガ・ゲームなどのキャラクター, および同性は, 恋人に含めなかった」(高坂, 2013 ; 高坂・小塩, 2015) とされていた。恋愛対象者の定義は「交際中の異

性が現在いる場合はその交際相手を、交際相手が現在いない場合は最近まで愛していた人を、これまで異性を愛したことがない場合は、恋愛に近いくらいに親しくなった異性人物のこと」(河野ら, 2015)とされていた。恋人・恋愛対象者の定義のいずれもが異性愛に限定していた。また、調査対象者を異性愛と限定していた論文は33本中11本であった。そのうち2本は異性愛と限定していなかったものの、分析では男女ペアのデータを分析に用いていた。また、異性愛と限定していなかった論文22本のうち、3本の質問項目に「異性の～」と記載されていた。

第5節 考察

本調査では、これまでの恋愛研究で指摘されてきた課題について整理し、現代の恋愛研究の動向と課題を検討すべく、2013年4月から2020年3月までに心理学諸学会連合に加盟する56学会の学会誌に掲載された論文を収集し、その内容の検討を行った。以下にそれぞれの結果に対する考察を述べる。

第1項 調査方法と調査対象者

本研究においても、立脇ら(2005)、高坂(2016b)が指摘するように、文献研究を除いた31本の論文のうち23本(69.7%)が大学生を対象に質問紙調査を行っており、調査方法と対象者の偏りは依然として変わらないと考えられる。さらに、高坂(2016b)は質問紙のペア調査とパネル調査の増加を指摘したが、本調査の結果では、ペア調査を行った論文は2本、パネル調査を行った論文は1本であり、増加しているとは一概には言えない。今後はこれまで質問紙調査によって明らかにされた知見を、実験法によるカップルの相互作用や因果関係の検討、インタビュー調査による個人差のより詳細な検討を行う必要があるだろう。

第2項 研究内容の分類

収集対象となった全33本の論文を、どのような現象を対象に検討を行っているのかに焦点を当てKJ法を用いて分析した結果、6つのカテゴリー(「恋愛における感情体験や認知」、「恋愛の病理的事象」、「関係の継続に関する事象」、「恋愛による影響」、「他の人間関係との比較」、「関係研究の方法論」)に分類された。

「恋愛関係における感情体験や認知」は、立脇ら(2005)における「恋愛相手や恋愛関係に対する感情や評価」と概ね一致すると考えられる。立脇ら(2005)と本研究の結果を比較すると、愛情や好意と言ったポジティブな感情よりも、嫉妬や怒り、不安などのネガティブな感情について関心が向けられていると考えられる。恋愛関係は親密であるが故にポジテ

ィブな感情だけでなく、ネガティブな感情も同等に体験する。恋愛関係の中で体験するネガティブな感情体験に関する知見を得ることは、恋愛関係の実態把握のみならず、臨床的な問題へと発展することを未然に防ぐために有用であると考えられる。

「恋愛の病的側面」は、デート DV や恋人支配行動といった臨床上の問題へと発展しうる事象について検討しているカテゴリーである。立脇・松井 (2014) はデート DV に関する論文が多かったため除外していたが、高坂 (2016b) はデート DV やストーカーに関する学術誌論文が 1 本もみられなかったと報告している。本調査ではデート DV については 4 本、ストーカー的行為については 1 本の論文が収集された。また、相羽 (2017) は交際前・交際中・交際後に大学生が直面する問題について検討している。これらのことから、ここ数年の間で日本における恋愛研究では、恋愛関係の病的な側面や悩みについて学術誌論文レベルで関心が高まっていることが考えられる。

「関係の継続に関する事象」は恋愛関係の継続に関連すると考えられる事象から構成されている。中でも古村 (2014 ; 2016 ; 2017a ; 2017b) は継続的に接近・回避コミットメントについて研究を行っていた。恋愛関係を積極的に維持しようとする接近コミットメントと、関係崩壊によってもたらされる負担を回避するために関係を続けようとする回避コミットメントの 2 つの側面から捉えようとする試みには、恋愛関係をより詳細に検討していくうえで有効な概念だと考えられる。

「他の人間関係との比較」は立脇ら (2005) における「恋愛と関連する要因」の「恋人以外の人間関係」、高坂 (2016b) における「他の人間関係の中に位置づける方向 (恋愛関係の相対的理解)」と一致すると考えられる。恋愛関係を親子関係や友人関係などの他の関係と相対的に理解しようと試みる研究は、1980 年代から現代でも継続して行われていると考えられる。「恋愛による影響」は高坂 (2016b) におけるカテゴリー「恋愛関係の影響」と概ね一致すると考えられる。「関係崩壊後」について、高坂 (2016b) は「対象の時間的拡大」に割り振られていた。本研究では恋人選択に関する研究が見られなかったため、恋愛関係を体験することによってもたらされうる体験として関係崩壊があると考えられたため、「恋愛による影響」に分類した。「恋愛による影響」は関係崩壊後や問題状況といったストレスフルな状況との関連を検討した研究が半数を超えるが、自分磨き (大久保, 2018) といったポジティブな影響についても検討されていた。

「関係研究の方法論」は浅野 (2015) の 1 本から構成されていた。立脇ら (2005) と高坂 (2016b) と比較すると、一致する分類はみられなかった。これは浅野 (2015) が特集・依

頼論文であったからということが大きく影響していると考えられる。

第3項 恋人・恋愛対象者の定義

本調査で収集対象となった33本の論文のうち、恋人・恋愛対象者の定義が明確になされていたのは4本（河野ら，2015；高坂・小塩，2015；高坂，2018a；中井，2020）であった。そのうち3本（高坂・小塩，2015；高坂，2018a；中井，2020）は同様の定義が用いられていた。恋人・恋愛対象者の定義の不明確さについては高坂（2016b）も指摘しており、定義の問題については現在も積み残されたままであると考えられる。また、33本の論文のうち11本は対象を異性愛と限定していたことや、限定していない論文21本のうち3本は質問項目に「異性の～」と記載されていた。このことから、論文によっては異性愛と同性愛を区別する立場と区別しない立場があることがうかがえる。区別をしない立場の中には、同性愛者が調査対象者の中に含まれる可能性を考慮していない可能性もある。このことから、現状では異性愛と同性愛といった性愛の対象による違いは、あまり明確にされていないと考えられる。

第4項 まとめ

本章では、これまで恋愛研究に関する先行研究で指摘されてきた課題を整理し、2013年4月から2020年3月の間に日本心理学諸学会連合に加盟する56の学会の学会誌に掲載された論文を網羅的に検索し、整理、レビューを行った。

その結果、近年では恋愛関係の中で体験するネガティブな感情や病理的事象に関心が寄せられていることを明らかにした。初期の恋愛研究では、対人魅力といった恋愛の華やかな側面に焦点が当てられていた。恋愛のネガティブな側面にも焦点が当てられることにより、恋愛関係の全体像の把握が可能になるだけでなく、成熟した恋愛関係を築くためにネガティブな側面をどのように乗り越えていけばよいのか示すことが可能になると考えられる。

調査対象者と調査方法については、大学生と単回の質問紙調査に偏りが見られた。調査を行う上で、中高生や社会人に比べ、大学生のほうがデータを集めやすく、単回の質問紙は費用を抑えられるといった経済的なメリットがある。しかし、これまでの知見が結婚を視野に入れた社会人の恋愛関係と違いがあるのか、インタビュー調査による個別性や実験的方法による因果関係の整理など、恋愛研究の今後の課題であると考えられる。

恋人の定義については、異性愛と同性愛の区別が不明瞭であることに加え、33本中4本しか恋愛関係の定義がされていない。これは、恋愛関係を定義することも難しさであるとも考えられるが、そういった問題が保留されたままであると考えられる。関係性が多様化

する現代において、今一度恋愛関係とは何なのか問い直す必要があると考えられる。

本調査の課題としては、まず1つは56の学会の学術誌を収集対象としたが、教育機関や研究機関が発刊する紀要などを対象としなかった。そのため、日本における恋愛研究をすべて網羅した研究であるとは言い難い。また、学会誌の性質上、投稿から掲載まで時間を要するため、その時々の方々の世間の関心やニーズを反映しにくい。例えば、原口・竹鼻（2019）は大学生のマッチングサービス・アプリの利用状況について調査を行っており、現代の流行りや関心を検討したと考えられる研究が存在する。資料の手に入りにくさといった困難はあるものの、紀要や大会発表論文集からも収集・検討を行った方が、時代の流れをより適切に捉えられるかもしれない。また、本研究における研究内容の分類は検討されている現象に焦点を当てて分類を行った。そのため、どのような理論を用いて検討が行われているかについては明らかにできていない。例えば、本研究で収集された33本の論文のうち、4本（川本，2015；中山ら，2017；大久保，2018；古村ら，2019）はアタッチメント理論を用いてそれぞれの事象を検討していた。このように、どういった理論から恋愛という現象を捉えようとしているかといった視点が本研究では掬い上げられていない可能性がある。

第6節 理論部のまとめと実証部の構想

第1項 理論部のまとめ

第1章では、青年期における恋愛関係と成熟した恋愛関係について論じた。これまで青年期の恋愛関係は、アイデンティティが確立されていないために、関心が自己に向けられることで真に性的な関係へと発展させることが困難であると考えられてきた。近年では、青年期は親密性への移行期でもあるという視点や、恋愛関係からポジティブな影響も得られるという視点から、実験的な要素を含む恋愛関係をいかに体験するかが重要であると捉え直されるようになっていった。

次に、成熟した恋愛に関する精神分析理論を概観し、関係性の視点から捉えた成熟した恋愛における二つの要素を述べた。一つは、自身の欲求と恋人の欲求が同等の価値を持ち、それらが満たされることとした。もう一つは、関係の再構築が絶えず行われることとした。この二つの要素については、主に関係性の視点を重視した Balint, M. と Mitchell の考えに依拠している。この二つの要素を満たすためには、ある程度のアイデンティティの確立、全体対象関係の確立、欲求不満耐性、現実吟味などの様々な心的機能の成熟が必要であると考えられる。

第2章では、恋愛関係における怒りの表出の適応的側面と破壊的側面について論じた。まず、恋愛関係は依存性と融合を求める心理によって不安定になりやすく、怒りが生じやすい性質があると述べた。次に、恋人への怒りの表出の適応的側面としては、恋人からの理解の増進や関係の修正を可能にすると考えられる。反対に、怒りの表出の破壊的側面としては、親密さの低下だけでなく、関係そのものが破壊されてしまうと考えられる。

第3章では、近年の恋愛研究の動向と課題を整理すべく、日本心理学諸学会連合に所属する56の学会の学会誌において、2013年4月から2020年3月までの期間に掲載された恋愛研究の網羅的検索とレビューを行った。その結果、計33本の論文が収集され、KJ法を用いて分析を行ったところ、6つのカテゴリーに分類された（「恋愛における感情体験や認知」、「恋愛の病理的事象」、「関係の継続性に関する事象」、「他の人間関係との比較」、「恋愛による影響」、「関係研究の方法論」）。さらに、恋愛関係の中で生じる怒りや不安、嫉妬などのネガティブな感情や、デートDVやストーカー的行為といった病理的事象に関する論文が多く見られた。このことから、近年の恋愛研究では、恋愛のポジティブな側面だけでなく、ネガティブな側面も含めて捉えようとしていると考えられる。課題としては、調査方法と調査対象者の偏り、異性愛と同性愛の区別の不明瞭さが確認された。

第2項 実証研究の目的

本論文では、青年期における恋愛関係がパーソナリティの成熟に及ぼす影響について、恋人に対する怒りを感じ、恋人と建設的に共有する体験がどのような役割を果たすのか検証を行う。その中でも、青年のパーソナリティの成熟と恋愛関係の成熟には、怒りを感じ、恋人との建設的な共有が重要な役割を演じると考えた。筆者は、怒りが恋人と適切なかたちで共有されることが、個人の心理的・人格的な成熟ないし恋愛関係の成熟において重要であると考えた。では、それらをどのように実証していくかについて論じる。

まず、恋愛関係を体験すること自体が個人の心理的発達と関連することが示されている。恋愛関係は愛の対象である恋人を愛し、気にかけて、ケアを与える。また、恋人から愛情やケアが提供されるだろう。愛情を与えられる体験は、心地よさや安心感を提供し、苦痛を和らげ外界への探索を促す。アイデンティティが不安定な者にとっては、自己の感覚が補強されるだろう。また、人を愛するという体験は、対象への感情移入を通して、対象を正確に認識する能力と他者にケアを提供する自我の強さを養う。さらに、恋愛関係では、早期の対象との間で生じた傷つきを恋人に癒してもらうことを求めるとされている（Gabbard, 1996）。恋

人との適切で親密な関係が形成されることによって、幼少期の傷つきが癒されることになるだろう。これによって、これまで傷つくだらうと避けていた体験に自ら身を投じる勇気や、傷ついたとしてもまた立ち直れるという安心感が得られると考えられる。このように、恋愛関係という愛し愛される経験は、個人の心理的・人格的発達を促す場となる。

次に、恋愛関係の経験に留まらず、人は怒りの経験からも自己を成長させることがある。怒りは自身が置かれている状況に問題があることを知らせ、その個人が外界に働きかけるよう動機づける。動機づけられた行動が適切なものであれば、生じていた問題は解決され、自尊心の回復と自信を高めることになると考えられる。

恋愛関係においては、恋人への愛情が攻撃性ないし怒りを上回っておくことが必要であり (Kernberg, 1980/1993)、関係の中から怒りを排除するのではなく、恋愛関係の中に怒りを取り込み、恋人と共有することで新しい絆を結ぶ契機になり得る (Mitchell, 2002/2004)。第2章で論じたように、恋愛関係は依存性と融合を求める心理により不安定になりやすく、さまざまなかたから怒りが持ち込まれることとなる。その結果、さまざまなかたで恋人が怒りの受け皿として利用されることになり、良好な関係の維持が阻害されやすくなると考えられる。もし、怒りが否認・抑制された場合、その関係の中で扱える話題は狭まり、関係性は堅苦しく自由なものではなくなってしまうだろう。

しかし、Kernberg や Mitchell が指摘するように、恋愛感情などのポジティブな感情だけでなく、怒りといったネガティブな感情も恋人と受容的に共有することができるのであれば、その関係性はさまざまな可能性に開かれた成熟したものとなり、自己の心理的・人格的成熟が促されると考えられる。しかし、恋愛関係の中で怒りの体験に取り組むことが、個人のパーソナリティにどのような変化を生じさせるのかについては、管見の知る限りでは実証的な検討は行われていない。

そこで、実証部の第4章では、インタビュー調査を実施し、恋人と怒りについてどのようなやりとりがあったのか、その経験を経て、個人のパーソナリティがどういった変化を体験したのかについて検討する。その際、怒りをめぐる恋人とのやりとりがどのようなものであったかについても検討する必要があるだろう。恋人との間で受容的に怒りを扱えた者は、恋人とより強固な絆を形成し、関係の再構築が行われるため、より多くの変化を体験することができると考えられる。反対に、抑制した者や拒絶しあった者は、強固な絆の形成と関係の再構築に失敗しやすくなるだろう。したがって、怒りの体験の違いとパーソナリティの変化の関連についても検討する。

次に、本人が良好な関係を築こうとしても、何度も破壊的な関係を繰り返し体験してしまうということが往々にしてある。それは、その個人に内在化された対象関係が関係している (Pine, 1990/2003)。対象関係は心理的成熟の指標としても考えられている。恋愛関係では、恋人に怒りを感じながらも愛情を維持し、思いやりをもって恋人に接することができるかといった対象関係の課題が生じやすいとされている (Bellak et al., 1973)。

そこで第5章では、対象関係が怒りの表出と恋人の反応との関連に及ぼす影響について、質問紙調査を実施し、統計的に各変数間の関連性を探索的に検討する。その際、交際期間を考慮して検討する。交際期間が比較的短期の関係においては、関係を破壊するような対処方略が促され、反対に、長期の関係においては、建設的な対処方略が促されることが示されている (Rusbult, 1983; 相馬ら, 2003)。そのため、本調査においても交際期間によって用いられやすい怒りの表出方法が異なる可能性があるため、交際期間別に分析を行う。

分析方法には、階層的重回帰分析を用いる。階層的重回帰分析とは、段階的に変数群を投入していき、新しく加えられた変数が従属変数の予測にどの程度重要であるかを知ることができる。また、階層的重回帰分析では、2つの変数の交互作用項を投入することにより、2つの変数の交互作用を検討することができる。本調査においては、怒りの表出と対象関係の交互作用項を作成し分析に投入することで、怒りの表出と対象関係の組み合わせの効果を検討する。

以上のことから、実証部の第4章では、恋愛関係における怒りの経験によってもたらされる心理的な変化について、特定の恋人との間で繰り返されていた相互作用の違いについても着目して検討を行う。次に、第5章では、対象関係を考慮して怒りの表出方法と恋人の反応の関連について検討を行う。第4章については、インタビュー調査により質的にアプローチし、第5章については、質問紙調査による量的なアプローチをとることとする。これによって、青年期の恋愛関係における怒りが、個人や関係性とどのように関連するのかを、より多角的な視点から捉えることが可能になると考えられる。

実証部

第4章 実証研究1 恋愛関係における怒りを通して生じる
パーソナリティの変化

第5章 実証研究2 対象関係の調整効果を考慮した恋愛関係に
おける怒りの表出と恋人の反応の関連

実証部

第4章 実証研究1 恋愛関係における怒りを通して生じるパーソナリティの変化

第1節 問題

第4章では、恋愛関係において怒りを経験することが、個人のパーソナリティにどのような変化を及ぼすのかについて探索的に検討を行う。

吉田(2012)はストレスイベントの一つとして怒りに焦点を当て、怒りへの対処がその個人の自己成長感を高めるという仮説のもと、質問紙調査を行った。恋愛関係における怒りに限定して行われた調査ではないものの、女子大学生を対象に怒りの社会的共有と自己成長感との関連を調査した。その結果、怒りを他者に共有し受容的反応を得られた者の方が、他者の受容的反応が低かった者や、社会的共有をしなかった者よりも自己成長感をより強く感じていることが示された。吉田(2012)はこの結果を踏まえ、怒りを第三者と共有し受容されるという体験は、自己の感覚の補強や、他者から新たな視点を獲得の機会になり、怒りを生じさせた対象との問題の改善につながり、自己成長感として認識されたと考察した。

吉田(2012)が行った調査では、自己成長感の測定に日本語版 PTGI (Posttraumatic Growth Inventory) (Taku et al., 2007) が用いられ、尺度の一部項目で床効果が見られた。日本語版 PTGI は心的外傷後成長を測定するための尺度であり、「他者との関係 (Relating to Others)」, 「新たな可能性 (New Possibilities)」, 「人間としての強さ (Personal Strength)」, 「精神的変容および人生に対する感謝 (Spiritual Change and Appreciation of Life)」の4因子から構成されている。「他者との関係」は、他者との関係における親密性の高まりを意味する。「新たな可能性」は、自らの人生の可能性を広げていこうとする考えの獲得を意味する。「人間としての強さ」は、自身の心理的な強さの認識を意味する。「精神的変容および人生に対する感謝」は、スピリチュアリティを含めた人生観の変化を意味する。

しかし、心的外傷後成長が生じうるような体験と、怒りを他者に共有する体験では、体験そのものの質や個人に与える影響は大きく異なると考えられる。そこで、第4章では恋愛関係という親密な関係の中で怒りを経験することでパーソナリティがどのような変化をするのか、その全体像を明らかにする。

まず、第1章でも述べたように、大学生が恋愛関係の経験により「自己拡大」, 「充足的気分」, 「他者評価の上昇」といったポジティブな影響を受ける一方で、「拘束感」, 「関係不安」, 「経済的負担」, 「生活習慣の乱れ」といったネガティブな影響も受けることが明らかにされている(高坂, 2009)。また、恋人から愛情や情緒的サポートはアイデンティティの確立に

寄与することが示されている (Berman et al., 2006; Zimmermann & Becker-Stoll, 2002)。しかし、恋愛関係の中で怒りの体験が個人のパーソナリティにどのような変化を生じさせるのかについては、管見の知る限りでは実証的な検討は行われていない。

では、恋愛関係において怒りを適切に扱えるようになるということは、パーソナリティの変化とどのように関連するのだろうか。ここでは、自己イメージ・他者イメージ、そして対人関係パターンの変化という側面から述べる。

Erikson, E. H. & Erikson, J. M. (1997/2001) は前成人期の発達課題に「親密対孤立」を提唱している。この時期は前の段階で獲得した同一性を親密な関係の中に投入し、「提携関係 (affiliations)」を築く能力を養っていく。この過程によって、人は成熟した献身的な愛情を抱けるようになるかとされている。すなわち、恋人に対して抱く怒りへの適切な対処の獲得は、「提携関係」を築く能力に内包され、「親密対孤立」の克服に伴う自己イメージと対人関係パターンの変化が生じると考えられる。

さらに、Mitchell, S. A. (2002/2004) は恋愛関係を維持していくためには、「攻撃性や脆さに寛容」であることと「攻撃性と共存する能力」が必要になると述べている。パートナーとの間で怒りを適切に取り扱えるようになることは、「攻撃性と共存する能力」が獲得されたと考えられる。この能力の獲得は、怒り感情に圧倒されずに対処できるようになるという自我の強化に伴う自己イメージの変化と、対人関係パターンの変化につながると考えられる。

続いて、他者イメージの変化について述べる。Gabbard (1996) によると、現代の精神分析的な理解では、恋愛は「早期の対象に十分に満たされなかったことによって受けた傷つきを、愛する人が癒してくれるだろうという希望から成り立っている」ということが強調されている。すなわち、恋人を過去の対象の焼き直しとしてではなく、新しい対象として認識することが求められている。恋愛関係などの親密な関係においては、相手の欲求を満たすべきであるとする共有的規範が働いており、その規範が破られると非親密な他者が同様な対応をした時よりも、強い怒りが生じることが示されている (上原ら, 2011)。共有的規範があることで、恋人を思いやる自発的な行動につながるが、反対に、恋人からそういった行動が見られないと、不満や怒りにつながると考えられる。早期の傷を癒してもらいたいという期待は、共有的規範によって“恋人ならば相手の傷つきを癒すべきだ”という考えを生じさせる可能性がある。そこでは恋人を自己の延長として捉えていると考えられる。恋愛関係の中で怒りを繰り返し経験し、適切に対処していくことを通して、無意識的にも意識的にも、恋人を自身の早期の傷を癒してくれる存在としてではなく、一人の個別の存在として認識する

という他者イメージの変化が促されると考えられる。

反対に、恋愛関係の中で怒りが拒絶的に扱われた場合、個人に対してネガティブな影響を与えると考えられる。葛藤に対する破壊的な対処行動とされる「別れ行動」と「無視行動」はストレスを増加させることが示されている (Rusbult et al., 1986)。さらに、怒りによって関係を破壊する行動が促され、恋人に知覚されることで、恋人も怒りを感じ関係破壊行動を繰り返す悪循環が生じる可能性がある (Liu et al., 2018)。拒絶的な関係性を経験することは、自己・他者イメージをネガティブなものに変化させ、対人関係に対して否定的な思いを抱くようになると考えられる。

また、怒りの抑制は、感情体験を弱めることにはならず、気分の立て直しが困難になり、自身の感情体験に自信を失い、他者から誤解されやすくなることが指摘されている (Gross, 1998 ; 2003)。恋人と怒りを共有しなかった場合、自身の感情は未消化なままで、恋愛関係の中で生じている問題もそのまま残留する可能性が高いため、ポジティブな変化を経験しにくいと考えられる。

以上のことから、恋愛関係において恋人と怒りを受容的に共有することができた経験は、恋愛関係の継続をもたらすだけでなく、自己・他者イメージを含めた対人関係パターン、すなわちパーソナリティの変化と密接に関連すると考えられる。しかし、恋人との怒りの経験とパーソナリティの変化を実証的に扱った研究は筆者の調べたところでは見られなかったため、インタビュー調査を通して、個人が怒りの体験を通してどのようなパーソナリティの変化を経験していたのかについて、探索的に調査する必要がある。

第2節 目的

本調査の目的は、恋愛関係において怒りを経験することで、個人のパーソナリティがどのように変化するのかを明らかにすることとする。また、恋人との怒りの扱われ方の違いによって、経験するパーソナリティの変化に違いが見られるかについて検討を行う。

第3節 方法

第1項 調査期間と調査協力者

2019年7月に関西圏にある大学の学生を対象に、講義終了後に調査概要が記載された用紙を配布し調査への協力を募った。12名の学生が調査への協力を同意した。インタビュー調査実施期間は同年7月下旬から8月中旬にかけて行った。

第2項 調査内容

インタビュー調査では、今までに自身が経験した恋愛関係のうち、特定の恋人との関係を想起させた。どういった関係であったのか確認するため、交際に至った経緯について語らせた。その後、その恋人との間で起こった怒りのエピソードについて思いつく限り回答を求めた。その時の状況や様子について、詳しく整理するため、①その時の状況、②自身の感情、③どう対処したか、④恋人の反応、⑤それを受けてどう感じたかについて、回答を求めた。怒りエピソードについて、思いつく限り報告させた後、恋人との間で怒り感情の体験を通して生じた変化について、思いつく限り回答してもらった。

第3項 分析方法

本調査では、パーソナリティ変化の抽出と変化の有り様を把握するために、インタビュー内容からパーソナリティ変化を抽出し、質的統合法を用いて全体像の把握を行った。質的統合法とは、KJ法を開発した川喜田二郎から指導を受けた山浦がKJ法を発展させた「バラバラのデータから『仮構築』のプロセスを経て、『整合性のある論理構造』を見出す作業」（山浦，2012）である。

第4項 本調査における倫理的配慮

本調査における倫理的配慮として、調査協力者に対して調査を開始する前に、本調査の目的を書面と口頭にて説明を行った。その上で、調査への協力は自由意志によるもの、協力をしない場合でも不利益にならないこと、同意撤回の自由、個人情報保護の配慮、本調査で得られたことは研究目的以外には使用されないことを書面と口頭で説明を行った。十分な説明を行った後、文書にて同意を得た。

第4節 結果

第1項 調査協力者

調査協力者は12名（平均年齢20.67歳、標準偏差1.72、男性6名、女性6名）であった。表4-1に各調査協力者の性別、年齢、調査時点での交際期間、調査時点での交際状況（継続・解消）を示す。調査時点で継続中の関係を報告した者は5名、既に解消した関係を報告した者は7名であった。調査協力者全体の平均交際期間は約1年4ヶ月、関係が継続していた者5名の平均交際期間は約1年11ヶ月、既に関係が解消していた者7名の平均交際期間は

約10ヶ月であった。

表4-1 各調査協力者の恋愛関係の概要と変化抽出数

| 調査協力者 | 性別 | 年齢 | 交際状況 | 交際期間 | 変化抽出数 |
|-------|----|----|------|-------|-------|
| A | 女性 | 19 | 解消 | 4ヶ月 | 4 |
| B | 女性 | 18 | 解消 | 6ヶ月 | 5 |
| C | 女性 | 19 | 解消 | 6ヶ月 | 4 |
| D | 女性 | 21 | 解消 | 8ヶ月 | 5 |
| E | 女性 | 21 | 継続 | 5ヶ月 | 7 |
| F | 女性 | 21 | 継続 | 4年 | 4 |
| G | 男性 | 21 | 解消 | 6ヶ月 | 8 |
| H | 男性 | 24 | 解消 | 1年9ヶ月 | 3 |
| I | 男性 | 19 | 解消 | 2年 | 4 |
| J | 男性 | 23 | 継続 | 4ヶ月 | 8 |
| K | 男性 | 21 | 継続 | 2年 | 6 |
| L | 男性 | 21 | 継続 | 3年 | 8 |

注) 調査時点で恋愛関係が継続中であったものは“継続”，既に解消していたものは“解消”とした。

第2項 怒りの表出方法による調査協力者の分類

吉田(2012)の分類を参考に、特定の恋愛関係の中で繰り返されていた怒りの表出をもとに、調査協力者を3群に分類した。1つ目は恋人との間で怒りの受容的な共有がなされた群(受容群)である。この群では、怒りを恋人が受け取りやすいように表出したと、恋人がその表出を受容的に聞き入れたことを特徴とした。2つ目は恋人との間で拒否的な表出がなされた群(拒絶群)である。拒絶群は、恋人に対して怒りを攻撃的・拒絶的に表出していたこと、あるいは、恋人が調査協力者の表出に対して拒絶的に対応したことを特徴とした。3つ目は、恋人に対して怒りの表出をしなかった群(抑制群)である。抑制群は、恋人に対して積極的に怒りの表出を行わなかったことを特徴とした。

調査協力者の怒りエピソードをもとに分類を行う際、その関係の中で特徴的に繰り返されていた怒りの表出と恋人との相互作用に焦点を当てた。また、調査協力者の中には怒りの表出方法が変化した者もあり、その場合には変化後の表出方法に焦点を当てた。分類の結果、受容群には4名(男性3名、女性1名)が割り振られた(表4-2)。4名とも調査時点で継続中の恋愛関係について語っていた。拒絶群には6名(男性2名、女性4名)が割り振られ、

6名ともすでに解消された恋愛関係について語っていた（表 4-3）。抑制群には2名（男性1名，女性1名）が割り振られ，関係継続と解消はそれぞれ1名であった（表 4-4）。

表4-2 受容群における各調査協力者の怒りの表出方法

| 協力者 | 性別 | 交際状況 | 交際期間 | 関係の中で繰り返されていた怒りの表出方法と恋人の相互作用 |
|-----|----|------|------|---|
| F | 女性 | 継続 | 4年 | 恋人は自分が異性と喋ると拗ねて不満をぶつけてきた。自分としては恋人の方が異性と話していると感じていたため，不公平だと思いながら我慢した。しばらくしても怒りが収まらず，別れを切り出した。約2年後に恋人と再会し，当時のことを振り返りながら <u>お互いどんな気持ちだったかを話し，再び交際することになった</u> 。その際， <u>お互い思ったことを言い合おうと決めた</u> 。以降は <u>ちょっとイラっとしたらその場で伝えあうようにしている</u> 。 |
| J | 男性 | 継続 | 4ヶ月 | 月に3，4回ほど <u>お互いの人生目標や不安なこと，苦しいことについて話をしている</u> 。そのおかげか怒りは全然感じていない。初めて話し合った時は，これまでの交際関係で別れる原因になったことにも触れることになるので怖かったが， <u>恋人が受け止めてくれた</u> 。それからは <u>自分も恋人にしてもらったことをして返すようになった</u> 。 |
| K | 男性 | 継続 | 2年 | 恋人から八つ当たりで叩かれてイラっとする。大抵は「自分も八つ当たりしたし仕方ない」と流し，その場から離れて落ち着こうとしていた。些細なことから喧嘩になり，恋人から「距離を置こう」と言われた。それでは解決にならないと話し合いを続けようと粘った。それ以降， <u>恋人の性格を考慮しながら，強く言わないように気を付け，注意するくらいの勢いで言うようになった</u> 。 |
| L | 男性 | 継続 | 3年 | 恋人が標準語を使うとあしらわれたと感じ，ムツとして暴言を言っていた。些細なことから罵り合うケンカに発展することもあった。2回の復縁を経てから， <u>ムツと感じた時に「その言い方嫌だな」とその場で伝えるようにすると，恋人も「ごめんね」と素直に受け入れてくれるようになった</u> 。 |

表4-3 拒絶群における各調査協力者の怒りの表出方法

| 協力者 | 性別 | 交際状況 | 交際期間 | 関係の中で繰り返されていた怒りの表出方法と恋人の相互作用 |
|-----|----|------|------|---|
| A | 女性 | 解消 | 4ヶ月 | 恋人から大切にされている感じがしなかったため、話し合いをしようと心掛ける。しかし、 <u>恋人の方が口が回るためうやむやにされることや、汚い口調で言い返される</u> ことから、自分もカッとなってしまうケンカになることがあった。結局口では負けてしまうので、 <u>恋人の意見を尊重しようと自分が折れていた</u> 。 |
| B | 女性 | 解消 | 6ヶ月 | 恋人から「俺のこと見てよ」と言われることに「めんどくさい」と感じていたが、 <u>相手に伝えたら傷つくと思ひ黙っていた</u> 。一度「ずっと構ってられない」と伝えてからは気軽に言えるようになった。それでも恋人はしつこかったので、 <u>距離を置くことで気づいてもらおうとした</u> 。自分が異性の友人と話しているところを見た恋人はその友人をバカにする発言をしたので、腹が立ち言い返した。しばらく経ってから「まだあいつとしゃべってるんだ」と言われ、 <u>何を言っても意味がないと感じ恋人を無視することを決意した</u> 。 |
| C | 女性 | 解消 | 6ヶ月 | 約束をすっぽかされることが度々あり、一緒にいられない寂しさと、雑に扱ってもいい存在と思われていることにしんどさと怒りを感じていた。「ちゃんと連絡して」と注意したり怒ったりして恋人に伝えた。 <u>恋人は納得できない言い訳をしてその場から逃げようとするので、さらに怒りが溜まっていく一方だった</u> 。 |
| D | 女性 | 解消 | 8ヶ月 | 恋人は自分に好かれようとする嘘をつくことが度々あった。自分は嘘をついていたことに対して怒っているのだと説明しているのに、恋人はその時していた行為のせいで怒られているという認識のままだった。 <u>自分の真意が伝わらず平行線のままケンカしていたので、最終的には仕方がないとあきらめていた</u> 。恋人が嫉妬させようと異性を連れて自分の方に向かってきたときは、 <u>腹が立ったけど無視をした</u> 。 |
| G | 男性 | 解消 | 6ヶ月 | もともとまめに連絡をする方ではなかったので、連休の間恋人に連絡をしなかった。すると、連休明けに恋人から激しく怒られた。なんで恋人が怒っているか分からず困惑し「なんでなんで？なんで怒ってんねん？」と問い返しケンカへと発展した。その流れで自分から「 <u>そっちがしんどいなら別れようか</u> 」と別れを切り出し関係解消となる。 |
| I | 男性 | 解消 | 2年 | 恋人からの一方的な束縛が激しく、 <u>指摘しても受け入れてもらえず、なんで自分ばかりが邪魔をされなければならないのかと怒りを感じていた</u> 。 <u>何度言ってもわかってもらえず、ケンカに発展するので我慢の限界だった</u> 。初めて友人に相談すると気が楽になり、以降は恋人を避けて恋人が自分のことを嫌いになるように行動するようになった。 |

表4-4 抑制群における各調査協力者の怒りの表出方法

| 協力者 | 性別 | 交際状況 | 交際期間 | 関係の中で繰り返されていた怒りの表出方法と恋人の相互作用 |
|-----|----|------|-------|---|
| E | 女性 | 継続 | 5ヶ月 | <p>恋人が自分の友達と仲良くしているのを見ると、自分が特別に扱われていないと思いやきもちを焼いていた。恋人に怒ってしまうと、自分が悪いと感じてしまうので、<u>気持ちを誰にも言わず、好きな事をして気を紛らわせていた。恋人から心配されても「何もないよ」と答えた。</u></p> |
| H | 男性 | 解消 | 1年9ヶ月 | <p>恋人はデートの予定を自発的に決めてくれることがほとんどなかった。予定を決めることは自分にとって苦ではなかったが、どうしても決められないときぐらいは察してやってほしかった。全然決めてくれないと毎回イライラし、態度には出ていたかもしれないが、<u>毎回我慢していた。</u>恋人に対する恋愛感情が減った理由として、このことが一番だった。</p> |

第3項 パーソナリティの変化

恋愛関係における怒りの経験によって生じるパーソナリティ変化の全体像を把握するために質的統合法を用いて分析した。具体的な分析の手順については、次のように行った。

- ① **パーソナリティ変化のラベルづくり**：インタビューで語られた特定の恋愛関係において、怒りを経験することで生じた変化を抽出した。抽出する際、発言の意味を変えないよう配慮しながら、協力者の発言を1つの意味ごとに区切り、ラベルを作成した。その結果、66枚のラベルが作成され、一人当たりの変化抽出数の平均は5.5（標準偏差1.83）であった。各ラベルにはどの調査協力者から抽出されたのかを辿れるように通し番号を記入した。
- ② **グループ編成と表札づくり**：全ラベルを読みやすいようテーブルに並べ、ラベルの内容を繰り返し読み、それぞれの内容の類似性に着目しながら内容が類似しているラベルを集めてグループ編成を行った。編成されたグループを構成するラベルの内容を表す一文を表札として名付けていった。グループ編成と表札づくりの手順を繰り返し行った。第一試行では、66枚のラベルが23グループに集約された。第二試行では、さらに10グル

ープに集約された。第三試行では、6グループに集約された。山浦（2012）によると、5~7のまとまりが妥当とされるため、第三試行でグループ編成を終了した（表4-5）。それぞれのグループについて、論文中で大項目は【 】、中項目は〔 〕、小項目は< >を用いた。また、ラベルの中にはグループに編成されずに残ったものが存在した。ラベルや調査協力者の発言を示す際には「」で示した。

表4-5 質的統合法によるグループ編成と表札づくりの結果

| 大項目（第三試行） | 中項目（第二試行） | 小項目（第一試行） |
|--|---------------------------|--|
| 1.自分の視点から離れて広い視野から他者を理解するようになる | 体験を通して他者イメージが多様化する | 自身が考えていたよりも他者が受容的に接してくれることを知る |
| | | 体験を通して異性観が分化する |
| | 他者視点から落ち着いて物事を捉えられるようになる | 周りではみんな一緒と考えていたが、みんな違う考えを持っていて、その違いは面白いと感じられるようになった |
| | | 他者視点から考えて話を聞くようになる 感情をコントロールできるようになった |
| 2.上手くいかなかった対人関係のパターンを見直して新しいパターンを取り入れる | 関係を改善するために新しい行動パターンを取り入れる | これまで触れてこなかったことに挑戦するようになる 自身の恋人との関わり方を改善しようと思う |
| | 自分の気持ちに正直になって人と関わるようになる | 自分の気持ちを積極的に言葉で伝えられるようになる |
| | | 関係の中で自分の気持ちを伝えることの重要性に気づく |
| | | ネガティブな感情を受け入れられるようになる 八方美人のように無理して人と仲良くするのをやめる |
| 3.対人関係に対してポジティブな感情が増加する | 他者との関係がより愛情深くなる | 自身の近くにいる人々を大切にしようと思う 会話をすることを楽しいと感じ大切にしようとする |
| | | 他者を受け入れる器が大きくなった ほかの人との関係でも温かみややさしさのある関係を築いていけるようになった |
| | 恋愛関係がより打ち解ける | 恋愛関係から安心感を得られるようになる 恋人のことを気持ちの深いところから好きになって、愛情を持つようになった |
| | | 恋人との関係が支えになっているところから、自分でも家庭を築けるのかなと思えるようになった |
| 4.対人関係に失望し弱気になる | | 他者に対する不信感が増加する 不信感から他者と関係を形成しないように回避する |
| | | 誰かと一緒にいる自信がなくなってしまう、家庭を持ちたいと言う気持ちが消えた |
| 5.自身の対人関係の特徴を認識する | | |
| 6.物事に対して熱中するってことが減って、すぐめんどくさいなって思うようになった | | |

大項目1【自分の視点から離れて広い視野から他者を理解するようになる】は11枚のラベルから成立しており、5つの小項目、2つの中項目で構成された。このグループは主に他者イメージの変化に関連するラベルから成り立っており、〔体験を通して他者イメージが多様化する〕という実際の経験に基づいて、異性観の分化や「自分の気持ちをちゃんと伝えた

ら、みんなそれに対応してくれるんだなと思った」のように、恋愛以外の関係でも他者イメージの多様化が促されていた。また、〔他者視点から落ち着いて物事を捉えられるようになる〕のように、引き起こされた感情によって反応するのではなく、意識的に他者視点に立って物事を捉えようとする動きが見られた。

大項目 2【上手くいかなかった対人関係のパターンを見直して新しいパターンを取り入れる】は、22枚のラベルから成立しており、6つの小項目、2つの中項目で構成された。このグループの特徴の一つは、＜自身の恋人との関わり方を改善しようと思う＞ことによる動機づけや、「家族の問題」や「マイルールが正しいかどうか」を確かめるために＜これまで触れてこなかったことに挑戦するようになる＞ことを含めた〔関係を改善するために新しい行動パターンを取り入れる〕ことであった。もう一つの特徴は、「嫌い」や「怒り」といったネガティブな感情と自己存在の受け入れや、＜関係の中で自分の気持ちを伝えることの重要性に気づく＞ことで、＜自分の気持ちを積極的に言葉で伝えられるようになる＞ことを含めた〔自分の気持ちに正直になって人と関わるようになる〕ことであった。

大項目 3【対人関係に対してポジティブな感情が増加する】は、14枚のラベルから成立しており、7つの小項目、2つの中項目で構成された。このグループは「恋人のことを理解していったから、一緒にいる時に安心感が増した」のように恋人に対する情緒的な結びつきが高まっていくだけでなく、＜自身の近くにいる人をお大切にしようと思う＞などのように他者との関わりにも広がりを見せ、ゆくゆくは家庭を築いていくことを意識する発言が見られた。

大項目 4【対人関係に失望し弱気になる】は、9枚のラベルから成立し、3つの小項目で構成された。このグループは怒りを恋人に伝えるが、恋人に受け入れてもらえなかった体験から「あまり人を信用や期待をしすぎてはいけないことを学んだ」と感じ、「人を信用するのが怖くなり、みんないらんわって思ってしまった」に見られるように〔不信感から他者との関係を形成しないように回避する〕ことが生じていた。また、「誰かと一緒にいる自信がなくなってしまい、家庭を持ちたいという気持ちが消えた」のように、家庭という一つの安定した関係性を築くことに及び腰になっている発言が見られた。

大項目 5【自身の対人関係の特徴を認識する】は、9枚のラベルから成立した。このグループは、恋愛関係の中で怒りを体験することで、自身の性格や対人関係パターンについて認識を深めていくことを特徴とした。「付き合うまで自分がどんな人間かわからなかったけど、はっきりわかったのは、好きなものは好きで嫌いなものは嫌いってはっきりしている性格

だと思った」や「父親と関わってきたようにしか、恋人とも関わらず私はこのかたちでしか人と関われないんだと思った」などが挙げられた。

大項目 6【物事に対して熱中することが減って、すぐめんどくさいなって思うようになった】は、第三試行まで単独で残り続けたラベルである。これは「最近では興味がないのもとりあえず行ってみよう、やってみようっていうことが増えた」ことに続いて報告された変化で、多くの物事へ積極的に関与することが増えた代わりに、一つの物事に多く時間を割くことが減ったことから生じた変化だと考えられた。

第4項 怒りの表出方法によるパーソナリティの変化の違い

各グループを構成したラベルのもとになった調査協力者を群ごとにカウントした（表 4-6）。例えば、大項目 1 の下位グループである中項目「体験を通して他者イメージが多様化する」の場合、受容群 2 名、拒絶群 4 名から抽出されたラベルによって構成されていることを示している。各群の特徴を明らかにするために、各群の人数に偏りはあるものの、過半数を超えたグループに焦点を当てた。受容群で半数を超えたグループは大項目 3 に含まれる中項目〔他者との関係がより愛情深くなる〕、〔恋愛関係がより打ち解ける〕であった。次に、拒絶群では、大項目 4【対人関係に失望し弱気になる】と、中項目〔体験を通して他者イメージが多様化する〕であった。最後に抑制群では、大項目 5【自身の対人関係の特徴を認識する】と、中項目〔関係を改善するために新しい行動パターンを取り入れる〕であった。

表4-6 各グループを構成するラベルを生成した各群の人数

| 大項目（第三試行） | 中項目（第二試行） | 受容群 (n=4) | 拒絶群 (n=6) | 抑制群 (n=2) |
|--|--|--------------|--------------|--------------|
| 1.自分の視点から離れて 広い視野から他者を理解 するようになる | 体験を通して他者イメージが多様化する | 2 | 4* | |
| | 他者視点から落ち着いて物事を捉えられる ようになる | 2 | 2 | |
| 2.上手くいかなかった対 人関係のパターンを見直 して新しいパターンを取 り入れる | 関係を改善するために新しい行動パターン を取り入れる | 2 | 3 | 2* |
| | 自分の気持ちに正直になって人と関わるよ うになる | 1 | 2 | 1 |
| | 他者との関係がより愛情深くなる | 3* | 1 | |
| 3.対人関係に対してポジ ティブな感情が増加する | 恋愛関係がより打ち解ける | 3* | | |
| | 恋人との関係が支えになっているところか ら、自分でも家庭を築けるのかなと思える ようになった | 1 | | |
| 4.対人関係に失望し弱気になる | | | 4* | |
| 5.自身の対人関係の特徴を認識する | | 2 | 2 | 2* |
| 6.物事に対して熱中するってことが減って、すぐめんどくさいなって思 うようになった | | 1 | | |

注) *はその群において過半数を超えたことを示している。

第5節 考察

恋愛関係における怒りの対処について扱ったこれまでの研究では、怒りを恋人と適切なかたちで共有することが、関係の維持と関連することが明らかにされてきた。しかし、怒りの適切な対処の獲得は関係の維持だけでなく、個人のパーソナリティを変化させることにもつながると考えられた。そこで、第4章では特定の恋愛関係において怒りを経験することで、個人のパーソナリティがどのように変化しているのか、そして、怒りの表出方法と恋人との相互作用によってパーソナリティの変化に違いが見られるのかを明らかにすることを目的とした。

第1項 怒りの表出方法と交際状況

調査協力者を恋人との間で繰り返された怒りの表出方法をもとに、吉田（2012）の分類を参考にして受容群、拒絶群、抑制群の3つに分類した。分類の結果、受容群に分類された4名とも調査時点で関係が継続していた。これは、上原ら（2019）の結果と一致する。このことから、恋人と受容的な怒りの共有は、恋人に怒り表出者の理解を促し、怒りというネガテ

イブな側面を含めた関係の再構築を可能にし、関係の継続につながると考えられる。

反対に、拒絶群に分類された6名ともすでに関係が解消されていた。恋愛関係の中で怒りによって拒絶的な相互作用が引き起こされると、関係そのものが破壊されてしまい、その結果、拒絶群の6名とも関係が解消されてしまったと考えられる。

抑制群は関係が継続している者が1名、既に解消されていた者が1名であった。2名とも恋人に対して怒りを抱いているものの、恋人に対して表出せず、我慢や気を紛らわせることで抑制していた。さらに、Eに関しては、恋人から心配されても「何もないよ」と怒りを隠蔽していた。抑制群は2名しかいないため、交際状況との関連について確かなことは言えないが、どこかのタイミングで恋人と共有し関係の再構築を試みるか、怒りの抑制に耐えられず行動化するか、あるいは関係を解消するか選択を迫られることになるだろう。そういった意味では、抑制群は関係で生じている問題を保留にしている状態であると考えられる。

第2項 パーソナリティの変化

インタビュー調査から66のラベルが抽出され、質的統合法による分析を行った結果、6つのグループが編成された。本研究で得られた変化と日本語版PTGIを照らし合わせると、大項目1【自分の視点から離れて広い視野から他者を理解するようになる】と大項目3対人関係に対してポジティブな感情が増加する】は、他者に対するポジティブなイメージが形成されるものであり、日本語版PTGIの「他者との関係」に対応すると考えられる。また、大項目2【うまくいかなかった対人関係のパターンを見直して新しいパターンを取り入れる】は、新しい対人関係のパターンを取り入れてこれまでの対人関係のあり方を変えていこうとする変化であることから、「新たな可能性」に対応すると考えられる。

一方で、「精神的変容および人生に対する感謝」に関連するような変化は本調査からは得られなかった。これは吉田(2012)の調査で一部項目において床効果が生じたことと関連すると考えられる。恋愛関係における怒り感情の経験によって生じる変化は、あくまで対人関係に関する出来事であり、自己・他者イメージや対人関係のあり方に変化を及ぼすが、スピリチュアリティや信仰心、人生観にはあまり関連性がないと考えられる。反対に、心的外傷を引き起こしうるような出来事は、人生観を変容させるような体験になりうるのだろう。このような体験の質的な違いのため、本調査において得られたパーソナリティの変化と、「精神的変容および人生に対する感謝」に関連が見られなかったと考えられる。

また、本調査で得られた大項目4【対人関係に失望し弱気になる】、大項目5【自身の対人

関係の特徴を認識する】、大項目 6【物事に対して熱中することが減って、すぐめんどくさいって思うようになった】に対応するような項目は日本語版PTGI尺度には見られなかった。大項目 4 については、傷つきを受けた対人関係の場を回避しようとする変化であったため、PTSD の主症状の一つである回避に類似した変化であると考えられる。日本語版 PTGI は心的外傷後成長を測定する尺度であるため、大項目 4 のようなネガティブな変化と対応する因子が見られなかったのではないだろうか。大項目 5 については、恋人との相互作用や怒り感情の経験を通じて、自身の特徴について認識を深めていったと考えられる。この認識の深まりによって、自身の問題性への気づきや変化への動機づけがなされたのではないだろうか。大項目 6 については、協力者 1 名からしか得られなかったという点と、内容が類似したラベルがなかったことから、共通にみられる変化というよりも、この協力者固有の変化であると考えられる。

第 3 項 怒りの表出方法によるパーソナリティの変化の違い

次に各群に見られたパーソナリティ変化の違いについて考察する。受容群において過半数を超えたグループは、中項目の〔他者との関係がより愛情深くなる〕と〔恋愛関係がより打ち解ける〕であった。F は恋愛関係の中で生じた怒りに対して、恋人との間で受容的なやりとりがなされるようになったことで「境界がはっきりした感じですね。今まであいまいでどのへんなん？ってなっていたのが、ちゃんと線引きされたから、そんなに悩まなくなった。」と報告している。怒りを共有することによって、それまであいまいで不安を伴っていた関係が、互いの境界を認識できるようになり安心感が増したと考えられる。

怒りの感情を恋人と受容的に共有するという体験は、自身の感じていることと恋人の感じているものを確認し、すり合わせることになると考えられる。Kernberg (1980/1995) は、性的情熱において自己の境界を突破し、非自己と同一化することが重要であると指摘している。恋人との怒りの受容的な共有を行うためには、怒りを向ける対象である恋人の心情にも同一化する必要がある。F は恋人という非自己との同一化を通して、自己の境界の突破、良い自己と悪い自己の統合、良い対象と悪い対象の統合を経験し、それが「境界がはっきりした感じ」として語られたと考えられる。

さらに、Erikson, E. H. & Erikson, J. M. (1997/2001) は発達課題がかたちを変えながら残存すること、そして課題が相互作用することを指摘している。F の報告から、「親密対孤立」の課題の克服とともにアイデンティティの感覚をより明確にすることにもつながったと考

えられる。

自他の境界の明確化に加えて、受容群4名とも調査時点で関係が継続していた。このことから、恋人と怒りを受容的に共有することは、関係の維持に重要な役割を果たしており、恋愛関係が長続きするためには「攻撃性や脆さに寛容」であることと「攻撃性と共存する能力」が必要であるとする Mitchell, S. A. (2002/2004) の指摘と深く関連すると考えられる。

拒絶群において過半数を超えたグループは、大項目4【対人関係に失望し弱気になる】と、中項目〔体験を通して他者イメージが多様化する〕であった。このことから、恋人と拒絶的な相互作用を経験することによって、恋人に対して不信感が向けられるが、不信感は恋人以外の他者にまで普及し、対人関係を形成すること自体を避けるようになると考えられる。Balint, M. (1952/1999) は、固着 (fixation) という状態にも三つの状況 (外傷への固着, 外傷以前の状況への固着, 外傷順応への固着) があり, そのうちの一つとして, 外傷体験が再び起こらないように外傷以前の状況に固着することがあると指摘した。拒絶群が恋人との間で怒りの拒絶的な体験を通して深い傷つきを体験し, そのような外傷体験が二度と起こらないように, 恋愛関係だけでなくそのほかの対人関係を避けるという外傷以前の状況への固着が生じていると考えられる。

しかし, 友人や家族など周囲にその傷つきを受容してくれる存在があることで, 不信感から対人関係を回避することを防ぐことが可能になることが調査協力者の語りから示唆された。拒絶群において過半数を超えることはなかったものの, 〔関係を改善するために新しい行動パターンを取り入れる〕というポジティブな変化を拒絶群の3名が報告した。Cは恋人と関係解消になった後, 声が出ない時期があった。そのことを友人に話したときのエピソードを『『あっそうか』みたいな感じで必要以上に心配するんじゃなくて, 普通に一緒にいてくれたのが大きかった』と語っていた。また, Iは初めて友人に相談し, 気が楽になることを体験した。これによってIは「大切な人との関係は大切にしようと思った」と語っていた。これらのことから, 恋人と怒りを適切に共有することが困難であった場合, 傷つきを受容してくれる対人関係を有していることが重要であると考えられる。

抑制群において過半数を超えたグループは, 大項目5【自身の対人関係の特徴を認識する】と, 中項目〔関係を改善するために新しい行動パターンを取り入れる〕であった。抑制群は2名のみだったため, 人数の少なさによる影響で, 恋人に対する怒りを抑制的に対処することで得られる変化の特徴を浮き彫りにすることは困難であると考えられる。しかし, 抑制群で過半数を超えたグループは, 他の群においても同程度の人数のラベルがグループ編成に

寄与していた。このことから、恋愛関係を経験し、その中で怒りを経験することは、表出するかしないかに関わらず、自身について認識を深めていくことと、関係の在り方を見直すことに寄与すると考えられる。

Eは恋人から抑制的な在り方を指摘されるなかで「恋人から『気持ちを言ってくれるようになったね』と喜んでもらえて、気持ちを伝えるのは良いことなんだと思うようになった。」と報告した。恋人からの指摘を受けて、気持ちを伝えることは決して悪いことではなく、むしろ喜んでもらえることなのだ実感していたが、調査時点では怒りを抑制する在り方が持続していた。Hは「相手を許容するための余裕というか、広めの心とかあったほうがいいなと思いました。」と報告しており、恋愛関係の解消をきっかけに自身の関わり方を見直そうとする考えが生じていた。これらのことから、自己への認識の深まりと関係を改善しようとする動機づけは、恋愛関係のなかで怒りを経験することによってもたらされたと考えられる。ただ、抑制群は他の群に比べ、関係の中で怒りを扱う経験が乏しいため、怒りの体験を通して得られた気づきや新しい対人関係のパターンがどの程度持続するかについては、慎重に議論する必要がある。

第4項 まとめと課題

本調査から得られたパーソナリティの変化と日本語版PTGIの比較・検討を行ったところ、大項目1【自分の視点から離れて広い視野から他者を理解するようになる】と大項目3【対人関係に対してポジティブな感情が増加する】は「他者との関係」と、大項目2【うまくいかなかった対人関係のパターンを見直して新しいパターンを取り入れる】は「新たな可能性」との対応が想定された。これらの部分的な対応の背後に、人間を成長させる何らかのメカニズムが存在するのではないだろうか。

一方で、大項目5【自身の対人関係の特徴を認識する】は日本語版PTGIには見られず、本研究で得られた独自のものと考えられた。これは、他者との深い関わりの中で自分を見つめていくことで、自己への洞察が深まったという変化である。この認識の深まりという変化によって、自らのあり方を変えていこうとする動機づけがなされるのではないだろうか。大項目5を構成した人数は各群によってばらつきはあるものの、すべての群からレベルが生成されたことを踏まえると、自身の特徴を認識することが変化の土台となり、その後対人関係のあり方に変化がもたらされると考えられた。

拒絶群と抑制群のなかで、恋人や他者からの受容的な反応によって、自身の関係のあり方

を見つめなおしていこうとした者がいた。特に、拒絶群の2名（C,I）は、友人などの第三者に相談し、その者たちからの受容的な反応を得ていたことが大きく寄与したのではないだろうか。これは、心理療法の中でセラピストがクライアントの傷つきに寄り添うことで、クライアントが強さを取り戻して現実に向かっていく過程と類似しているように考えられた。

また抑制群においても、恋人からの受容的な言葉や関係解消をきっかけに、自身の対人関係パターンを見つめなおしていた。人が生きていくうえで体験する様々な困難や傷つきを、他者との関係や内省によって、その意味や影響を変容させることができるという人間の強さを表しているのではないだろうか。

最後に、本調査における課題を二点述べる。第一に、方法論上の限界である。本調査から得られた知見は、12名の調査協力者（平均年齢20.67歳、標準偏差1.72）の語りに基づいている。比較的若い協力者の語りに基づくため、恋愛関係を経験した者すべてに一般化できるものではない。特に群ごとにおけるパーソナリティ変化の特徴では、抑制群は2名と少なく群の特徴を挙げるには困難があった。第二に、恋愛関係という二者関係を扱うにあたって、恋人側の怒りについて本調査では触れられていない。恋愛関係だけでなく、関係というものは相互作用を伴うものである。パートナーが感じている怒りに対して、恋人自身はどう対処しているのか、そして、それを認識した者は何を感じどのように反応しているのかという点について、知見を深めていくことが求められる。

第5章 実証研究 2 対象関係の調整効果を考慮した恋愛関係における怒りの表出と恋人の反応の関連

第1節 問題

第1項 怒りの表出

第5章では、怒りの表出に焦点を当てるが、その際、怒りの感情を背景にした問題解決行動や自己主張的行動などを含めてみていくことにする。怒りの表出方法に関する分類について、各研究者の基準を見ると、個人内での処理や、相手への直接的な表出、第三者への表出、物への八つ当たりなど多岐にわたる。木野（2000）は怒りを喚起させた人物に対する怒りの表出に着目し、「表情・口調」、「遠回し」、「嫌味」、「理性的説得」、「感情的攻撃」、「無視」、「いつもどおり」の7種類に分類した。また、吉田・高井（2008）は怒りの制御方略について包括的な尺度の作成を試み、5つの因子（「一方的表出」、「建設的表出」、「第三者への表出」、「抑制」、「視点転換の試み」）を抽出している。

本調査では、恋人に対する怒りの表出が恋人のどのような反応を引き出しやすいかという二者の直接的な相互作用に着目するため、木野（2000）の分類を参考にする。ただし、木野（2000）の分類は、同性間での怒りの表出を想定したものであり、恋愛関係における怒りの表出とは若干異なることが予想される。たとえば、第4章において恋人と怒りを受容的に扱った受容群では、怒りを感じたその場で率直に伝える表出の仕方が共通して見られた。また、相手の心情に配慮しつつ問題解決を志向する建設的表出（吉田・高井，2008）、話し合い（Rusbult et al., 1986）が木野（2000）の分類には含まれていない。そのため、話し合いや率直な表出、建設的表出に関する項目を新たに付け加えることにした。

なお、本調査では特定の恋人との関係において、これらの怒りの表出がどの程度多用されたか、恋人はどのように反応することが多かったかを調査協力者に尋ねる。それにより、その関係の中で繰り返されていた怒りに関する全般的な相互作用や関係の質を評価することが可能になると考えられる。

また、交際期間によって用いられやすい葛藤の対処行動が異なるということが指摘されている（Rusbult, 1983；相馬ら，2003）。交際期間が短い関係においては、破壊的な対処行動が促進され、反対に、交際期間が長い関係においては、建設的な対処行動が促進されることが示されている（Rusbult, 1983）。そのため、怒りの表出についても交際期間を考慮する必要がある。

恋愛関係における怒りの表出と恋人との関係性を検証する場合、関係満足度や関係重要

度などの親しみの指標では、関係性に対する全般的な評価となり、解釈が困難になると考えられる。例えば、関係満足度はセックス満足度（高坂・澤村，2017）や接近・回避コミットメント（古村，2017）と関連することが示されており、解釈上の制約が伴いやすいという欠点があると指摘されている（上原ら，2019）。そこで本調査では、怒りの表出に対するより具体的な指標として、怒りの表出に対して恋人の反応が受容的であったか、あるいは拒絶的であったかという点を取り上げる。

第2項 怒りの表出方法における性差について

本調査では、恋愛関係における怒りの表出方法の性差についても検討を行う。怒りに関する性差については、これまで一貫した報告がなされていない。たとえば、中高生を対象にした研究では、男性の方が女性よりも攻撃的な怒りの表出を行いやすことが指摘されている（日比野ら，2005；石田ら，2020）。また、同性に対する怒りの表出方法では、女性は「遠回し」と「いつもどおり」を多用するのに対し、男性は「感情的攻撃」を多用することが示されており（木野，2000）、男性の方が攻撃的な方法を用いやすく、女性の方が怒りの抑制や婉曲的な方法を用いやすいという指摘がある。

一方、恋愛関係においては、女性の方が男性よりも相手に怒りを感じる頻度が高いということが示されている（吉田，2011）、また、怒りを含めた「攻撃・拒否感情」によって、女性は「一方的主張」が促されるのに対し、男性は「回避」が促されるという報告もある（立脇，2005）。このように、全般的に女性の方が男性よりも怒りを抑制しやすいことが報告されているが、恋愛関係においては、女性の方が怒りを表出することが指摘されている。そこで本調査では、恋愛関係における怒りの表出に性差がみられるのかについて確認を行った上で分析を行う。

第3項 対象関係について

第5章では、恋愛関係における怒りの表出という課題を取り上げるが、この問題は個人に内在化されている自己・他者イメージをもとに、他者と良好な関係を築くことができるかという問題と密接に関連している。恋愛関係の中で、個人が恋人を自分とは独立した存在として尊重できるか、恋愛関係の中で生じる欲求不満の解消を遅延できるか、そして、恋人に怒りを感じながらも愛情を維持し、思いやりをもって恋人に接することができるかといった対象関係の課題と直結している（Bellak et al., 1973）。また、安定した恋愛関係を築くには、

性的領域, 対象関係, 超自我の成熟が重要という指摘もなされている。(Kernberg, 1980/1993)。そこで本調査では, 精神分析理論の一つである対象関係に着目する。

対象関係とは「対人場面における個人の態度や行動を規定する, 精神内界における自己と対象(他者)との関係性の表象」(井梅ら, 2006)である。そして, 個人が抱いている対象関係は現実の対人関係に影響を与えており, 心理的成熟の指標としても考えられている。対象関係は乳幼児期から発達が始まるが, 取り入れられた対象関係が破壊的, 剝奪的, 憎しみに満ちているかどうかは, その個人の病理の重さを評価する上で重要な視点となる(Pine, 1990/2003)。特に, 恋愛関係においては, 恋人を理想化し自分の願望や欲求を満たしてくれる特別な存在と思込みやすいため, 適切に恋人を捉えるという対象関係の課題はより困難になる。

実証的研究によれば, 対象関係の不安定さは対人関係上でのトラブルの多さとの関連している(井梅ら, 2015)。また, 避妊を行わない性行為との関連も指摘されている(坂本ら, 2022)。山崎・岡本(2015)によると, 対象関係が未成熟な者は異性関係において, 怒りを恋人にぶつけるのに対し, 対象関係が安定した者は恋人と話し合いを通して不安を解消していくということが示されている。このように, 対象関係は対人関係に関連する重要な概念であり, 親密な関係における問題を扱う際に考慮する必要があると考えられる。特に, 繰り返される外傷的な関係の背後には, 内在化された対象関係の存在が指摘されている(Pine, 1990/2003)。例えば, ある個人が恋人と親密な関係を構築しようと建設的な怒りの表出を試みても, 外傷的な関係が繰り返されることがしばしばある。この時, 建設的な怒りの表出と恋人の反応の関連性に対して, 対象関係の調整効果が影響していると考えられる。対象関係の影響を検討することで, 社会的スキルの獲得を支援すべきなのか, あるいは, 自己のあり方について見つめ直すよう支援すべきなのかといった, 適切な支援の検討を可能にすると考えられる。

Bellak et al. (1973) は, 自我機能の一つとして対象関係を位置づけ, 主に外的対象関係との関係のあり方を中心に評価する点を整理した(神谷・西原, 2006)。Bellak et al. (1973)によると, 対象関係の健全度は, ①共生—分離—個体化, ②一次的自己愛—欲求充足—対象恒常性, ③自己表象と対象表象の安定性, 質, 分化, ④良い対象と悪い対象の分離・融合の度合いによって評価できるとされている。これら四つの次元の不適応は, 共に関連しあいながら対象関係の問題を引き起こし, 他者との親密な関係の構築を阻害すると考えられている。

①共生—分離—個体化における対象関係の問題は、主に自己と対象がどの程度分離されているかに焦点が当てられている。共生段階を十分に過ごすことができなかった者の場合、恋人が友人や学業、仕事などの自分以外のものに注意を払うことに立腹すると考えられる。あるいは、自分を見捨ててどこかに行ってしまうのではないかと不安に駆られることもあるだろう。無意識に恋人を自分の一部と見なしているため、恋人が自分と別の動きをすることに耐えられないのである。成熟した恋愛関係では、カップルは互いに別個の意思を持った存在として個体化していることが求められる。

②一次的自己愛—欲求充足—対象恒常性は、その個人がどのレベルであるかを評価している。一次的自己愛のレベルでは、明確な自己表象や意味のある対象表象が発達していないため、他者との関係において引きこもりや原始的な様式が示される。欲求充足のレベルでは、自身の欲求を満たすために他者が存在すると考え、自分の欲求を満たすことが関心の中心となるとされている。このレベルでは、自分の欲求を恋人が満たしてくれるかどうか重要であり、恋人は一人の人間として尊重されないと考えられる。対象恒常性のレベルでは、歪みの少ない現実的な他者の認識と、他者への愛情の持続が可能になる。対象恒常性の確立以降では、自身の欲求とは無関係に相手に関心を持つことができるとされている。

③自己表象と対象表象の安定性、質、分化は、他者を内在化させていくプロセスである取り込み (incorporation)、取り入れ (introjection)、同一化 (identification) が深く関わっている。この次元において問題がある場合、意識的には拒絶している対象と、無意識のうちに同一化し、同じような行動をとってしまうことがある。ここでは自己表象と対象表象の融合が生じていると考えられる。

④良い対象と悪い対象の分離・融合の度合いでは、敵意や攻撃性の中和が問題になるとされている。良い対象と悪い対象が分離されている場合、悪い対象によって引き起こされる敵意や攻撃性は、良い対象によって中和されず、過剰な攻撃性が欲求不満と伴って対象に向けられることとなる。分裂と排除の機制は、良い対象と悪い対象の統合を阻害すると考えられている。

Bell (1995) は Bellak et al. (1973) の査定法に基づいて BORRTI (Bell Object Relations and Reality Testing Inventory) を作成した。BORRTI は、対象関係尺度と現実検討尺度の2つで構成されており、本質的な人間関係の維持と、内的現実と外的現実の正確な識別に関する能力を測定する評価尺度である。対象関係尺度は疎外感 (Alienation)、不安定なアタッチメント (Insecure Attachment)、自己中心性 (Egocentricity)、社会的不能 (Social Incompetence) の4

つの下位尺度で構成されている。現実検討尺度は現実の歪曲 (Reality Distortion), 知覚の不確か性 (Uncertainty of Perception), 現実と妄想 (Hallucinations and Delusions) の3つの下位尺度で構成されている。

井梅 (2001) は BORRTI を基礎に DSM-IV の人格障害に関する記述や, 日本の臨床知見を参考に青年期用対象関係尺度の作成を試み, 井梅ら (2006) で項目と因子構造の再検討が行われた。青年期用対象関係尺度は5因子29項目 (「親和不全」, 「希薄な対人関係」, 「自己中心的な他者操作」, 「一体性の過剰希求」, 「見捨てられ不安」) で構成されており, 5つの側面から対象関係を分析的・多角的に捉えようとしたものである。対象関係の病理的な側面に焦点を当てた尺度であるものの, 井梅ら (2006) は予防・発達の観点から青年が自身の対人関係のパターンを見直し, 自己理解を深めるためものとしての使用を指摘している。

対象関係に関する尺度としては, ほかに「愛情対象を想起する能力」に着目した内的対象尺度 (重松, 2005) があるが, 本研究では対象関係の評価について, 青年の自己理解や心理的援助についての基礎的な知見を得るためにも, 青年期用対象関係尺度 (井梅ら, 2006) を使用する。

以上を踏まえ, 本調査では怒りの表出方法がどのような恋人の反応を引き出しやすいか検討を行う。その際, 建設的な表出方法と恋人の反応の関係に対する対象関係の調整効果を考慮する。これにより, 破壊的な関係の反復について, 基礎的な知見を得られるため, 意義があると考えられる。なお, 一般的には怒りの表出に対して, 恋人がどのように反応するのかといった一方向の関係が想定される。一方で, 恋人から受容的な反応が得られた経験があるから, 攻撃的にならずに落ち着いて怒りを表現することができるといったような逆方向の関係も考えられる。本調査では, 怒りの表出が恋人の反応にどう影響するのかといった一方向の関係に対し, 対象関係の調整効果を想定して検討することにする。

第2節 目的

本調査の目的は, 特定の恋愛関係における怒りの表出方法と恋人の反応との関連性について, 対象関係の調整効果を考慮して探索的に検討を行うことである。上記の目的のため, まず建設的な怒りの表出方法に関する項目を追加した怒りの表出方法尺度の因子構造を確認するため, 探索的因子分析を行う。次に, 怒りの表出についての性差の確認を行う。そして, 交際期間の影響を考慮し, 恋人の反応を目的変数, 怒りの表出方法, 対象関係, 建設的な怒りの表出方法と対象関係の交互作用項を段階的に説明変数として投入する階層的重回

帰分析を行う。これにより、親密な関係の中で繰り返し体験する破壊的な関係について、基礎的知見を得られるため、意義があると考えられる。

上記の目的のため、まず建設的な怒りの表出に関する項目を追加した怒りの表出方法尺度の因子構造を確認するため、探索的因子分析を行う。次に、恋愛関係において怒りの表出に性差が見られるか確認、交際期間による関係性の違いを確認する。最後に、恋人の反応を目的変数、怒りの表出方法、対象関係、建設的な怒りの表出方法と対象関係の交互作用項を段階的に説明変数として投入する階層的重回帰分析を行う。

第3節 方法

第1項 調査期間と調査協力者

2021年9月下旬から12月中旬と2022年4月初旬から5月初旬にかけて、近畿圏内にある私立大学に在籍する大学生で調査に同意した233名のうち性別を回答したくないとした5名を除く228名（男性75名、女性153名）を分析対象とした。平均年齢は20.05歳（標準偏差1.30）であった。1回目の募集期間で調査対象者が少なかったため、追加で2回目の募集を行った。その際、既に回答したことがある者が再び回答しないよう注意を呼び掛けた。

第2項 調査内容

① フェイスシート

調査への同意、性別、年齢、恋愛経験の有無について尋ねた。

② 怒りの強さ

特定の恋愛関係の中でどの程度怒りを感じていたのか測定するため、上原ら（2019）が訳した Batson et al. (2007)の怒りの形容詞9項目（「怒った」、「不満な」、「気が立った」、「不愉快な」、「苛立った」、「むしゃくしゃした」、「腹立たしい」、「憤った」、「気に障る」）を使用した。調査協力者に「あなたは普段その恋人との間で、次のような感情をどの程度感じていましたか」とたずねた。回答は6件法の「1点：全く感じなかった～6点：とても感じた」で評価を求めた。得点が高いほど、恋人に対して怒りを強く感じていたことを示す。

怒り形容詞9項目の後、特定の恋人に対して怒りの表出経験を聞く選択式の質問に回答させた。教示は「あなたは上での質問で挙げられた感情を経験した際、何らかの方法で恋人に表現することはありましたか？」と示し、「はい」か「いいえ」で回答を求めた。

③ 怒りの表出方法

特定の恋人に対して感じた怒りをどのような表現を用いて表出したのかを測定するために、木野（2000）の怒りの表出方法尺度 19 項目を使用した。第 4 章の受容群に共通して見られた率直な怒りの表出や吉田・高井（2008）、Rusbult et al.（1986）を参考に、話し合いや率直な表出、建設的表出に関する項目を新たに 6 項目（「苛立ちを正直に伝える」、「思ったことを率直に伝える」、「怒っていることを素直に伝える」、「怒りを感じた出来事について、恋人の言い分を聞いて話し合う」、「怒りを感じたことについて、恋人と話し合う」、「恋人と話し合って解決しようとする」）を追加し、合計 25 項目を用いた。回答は 4 件法の「1 点：全くとらない～4 点：非常によくとる」で評価を求めた。得点が高いほど、その表出方法を多用したことを示すようにした。

④ 恋人の受容的反応と拒絶的反応

調査協力者の怒りの表出に対して、特定の恋人がどのように反応したのかを測定するために、森脇ら（2002）が作成した自己開示に対する聞き手の受容的・拒絶的反応尺度を使用した。聞き手の受容的反応尺度は「真剣な姿勢」6 項目、「アドバイス」5 項目、「親身な行動」6 項目、「共感」5 項目の計 22 項目 4 因子から構成されている。「真剣な姿勢」は自己開示に対して真剣な姿勢で反応することを表し、その項目例として「最後まで時間をかけて聞く」や「結論が出るまで聞く」がある。「アドバイス」はアドバイスを言うことを表し、その項目例として「適切なアドバイスをする」や「具体的なアドバイスをする」がある。「親身な行動」は最後まで寄り添おうとする反応を表し、その項目例として「解決の行動まで一緒にとる」や「心から喜んだり悲しんだりする」がある。「共感」は自己開示に対して関心を示して反応することを表し、その項目例として「同感する」や「共感する」がある。

聞き手の拒絶的反応尺度は「否定・無視」7 項目、「無関心」6 項目、「真剣味の無さ」5 項目、「少ない反応」4 項目の計 22 項目 4 因子から構成されている。「否定・無視」は自己開示に対して無視や話題をそらそうとする反応を表し、その項目例として「つきはなす」や「関係のない話をはじめ」がある。「無関心」は興味を示さない反応を表し、その項目例として「興味のない表情で聞く」や「話の途中でさえぎる」がある。「真剣味の無さ」は自己開示よりも別のことを気にしている様子を表し、その項目例として「時間を気にしながら聞く」や「他の作業をしながら聞く」がある。「少ない反応」は質問や意見を言わないことを表し、その項目例として「何も質問をしない」や「意見を言わない」がある。本調査においては、調査協力者の負担を考慮し、各因子の因子寄与率が.60 以上の項目 13 項目ずつを使用した。

回答は4件法の「1点：全くない～4点：よくある」で評価をもとめた。聞き手の受容的反応尺度13項目を「恋人の受容的反応」とし、得点が高いほど調査協力者の怒りの表出に対して、恋人が受容的に反応することが多かったことを示すようにした。聞き手の拒絶的反応尺度13項目を「恋人の拒絶的反応」とし、得点が高いほど恋人が拒絶的に反応することが多かったことを示すようにした。

⑤ 対象関係

調査協力者の対象関係を分析的・多角的に評価するため、井梅ら（2006）によって作成された青年期用対象関係尺度を用いた。本尺度は「親和不全」5項目、「希薄な対人関係」5項目、「自己中心的な他者操作」5項目、「一体性の過剰希求」5項目、「見捨てられ不安」7項目の計27項目5因子で構成されている。「親和不全」は「対人的なやりとりにおいて自ら壁を作り、緊張して打ち解けられない傾向や、深くつきあうことを恐れる傾向」を表し、その項目例として「私は、人とどうやってあったり話したりしていいのかわからない」や「私は自分の心に壁を作ってしまう、周りをよせつけないところがある」がある。「希薄な対人関係」は「実質的な中身を伴う対人的交流ができず、相互理解やサポートの授受などが希薄な傾向」を表し、その項目例として「本当の自分を理解してくれていると思える人がいる（逆転項目）」や「私には、本当に困ったとき、助けてくれると思える人がいる（逆転項目）」がある。「自己中心的な他者操作」は「自分のために他者が動くことを当然と考え、また自分の欲求を実現するために他者を操作的に利用しようとする傾向」を表し、その項目例として「人を思い通り動かすのは、私の密かな楽しみである」や「私には、欲求を満たそうとして、自分の思い通りになるよう相手を仕向けるところがある」がある。「一体性の過剰希求」は「他者との心理的距離が過度に近く、自分の要求や行動が相手と100%共有されるはずだと思ひ、またそのような相手を求める傾向」を表し、その項目例として「親しい人とは、何をするにも一緒に行動しないと気が済まない」や「親しい人には、自分を“100%”受け入れてもらいたい」がある。「見捨てられ不安」は「親しい人から拒絶され取り残されることに対する恐れや、相手の反応に過敏な傾向」を表し、その項目例として、「何かにつけて置いてきぼりにされそうで、よく心配になる」や「ひょっとして大切な人から拒絶されるのでは、という恐れをいだくことがある」がある。回答は6件法の「1点：全くそう思わない～6点：とてもそう思う」で評価を求めた。得点が高いほど、対象関係が未成熟であることを示す。

⑥ アイデンティティと親密性

Erikson の心理社会的危機におけるアイデンティティと親密性について測定するため、藤

村 (2009) の「エリクソンのパーソナリティ要素尺度 (以下 EPCS)」の「同一性」7項目と、「親密性」7項目を用いた。「同一性」は「自己の斉一性, 一貫した自己感, 自己に対する信頼の感覚, 自己肯定的な自己受容の感覚」を表し, その項目例として「もっと別の自分であつたらよいのと思うことがたびたびある (逆転項目)」や「どれが本当の自分であるか, わからないことがある (逆転項目)」がある。「親密性」は「自己の確立に根ざした他者との親密な関係の形成, 維持」を表し, その項目例として「人と親密な付き合いをしたいとは思わない (逆転項目)」や「人と関わり過ぎると不安になり, 一定の距離を置いてしまう」がある。回答は5件法の「1点: 全くあてはまらない~非常にあてはまる」で評価を求めた。得点が高いほど, アイデンティティと親密性が確立されていることを示す。

第3項 調査手続き

調査はA大学で開講された複数の講義時間の開始直後あるいは終了前に調査協力者を募集する用紙を配布し, 文章と口頭にて説明を行った。質問紙への回答は, 配布した用紙にURLとQRコードを記載し, Google formsを用いてオンライン上で回答を求めた。

用紙に記載されたURLまたはQRコードを読み込むと, 本調査の内容と目的, 調査方法, プライバシーの保護, 結果の公表について説明する文章が表示される。次の画面にて本調査への同意を選択式(「同意する」・「同意しない」)で回答を求めた。同意しないと回答した者は, その時点で回答が終了するように設定した。

調査に同意した者全員に対象関係尺度とEPCSへの回答を求めたが, 恋愛経験の有無によって, 異なる質問を用意した。恋愛経験者には, 恋愛関係に関する質問において, 特定の一人の恋人を想定して回答するように指示した。具体的には「現在・あるいは過去に付き合いしていた恋人を一人決めてください。以降の質問は, その一人の恋人を想定して回答してください。」という教示文を添えた。調査協力者にはその恋人との関係が現在継続中か否かと, 交際期間(月単位)について回答を求めた。その後, 怒り形容詞尺度への回答を求め, その恋人との間で一度でも怒りを表出したかどうか回答を求めた。恋人に対して一度でも何らかの方法で怒りを表出したと回答した者に対して, 怒りの表出方法尺度と聞き手の受容的・拒絶的反応尺度への回答を求めた。

恋愛未経験者に対しては, 「恋人を欲しいと思っている・恋人を欲しいと思っていない・その他」の中から選択式で回答を求めた。「その他」を選択した場合, 自由記述での回答を求めた。

第4項 研究倫理

倫理的配慮として、調査協力者を募集する際に、文章と口頭にて①研究目的、②研究方法、③プライバシーの保護、④調査への参加及び同意撤回の自由、⑤予想される身体的、精神的負担もしくは苦痛の有無、⑥成果の公表について説明を行った。なお、本研究は学内の「人を対象とする研究」審査委員会の承認を受け実施された(京都文教大学承認番号 2021-4 号)。

第5項 分析方法

本研究の統計解析には、SPSS Statistics26.0 を用いた。怒りの表出方法、対象関係、怒りの建設的な表出方法と対象関係の交互作用項と恋人の反応との関連性を検討するため、恋人の受容的反応と拒絶的反応のそれぞれの得点を目的変数として、対象関係、怒りの表出方法、対象関係と怒りの建設的な表出方法の交互作用項を説明変数にした強制投入法に基づく階層的重回帰分析を行った。

step1 では属性として性別、年齢、交際期間、「怒りの強さ」、「同一性」、「親密性」を投入した。性別については女性=0、男性=1 としてダミー変数を作成した。step2 では怒りの表出方法の下位尺度を投入した。step3 では対象関係尺度の下位尺度を投入した。step4 では建設的な怒りの表出方法と対象関係尺度の交互作用項を投入した。モデル導出に際しては、各変数の得点を中心化した後、交互作用項を作成し、多重共線性の問題が生じないように配慮した。

第4節 結果

第1項 調査協力者

調査協力者 228 名のうち、恋愛経験のある者は 160 名(平均年齢 20.09 歳、標準偏差 1.36、男性 55 名、女性 105 名,)であった。そのうち、恋人に対して一度でも何らかの方法で怒りを表出したと回答した者は 114 名(男性 31 名、女性 83 名)であり、恋人に対して怒りを表出しなかったと回答した者は 46 名(男性 24 名、女性 22 名)であった。交際中の恋愛関係について回答した者は 93 名(男性 30 名、女性 63 名)、平均交際期間は 13.89 ヶ月(標準偏差 11.94)であった。既に解消された恋愛関係について回答した者は 67 名(男性 25 名、女性 42 名)、平均交際期間は 13.54 ヶ月(標準偏差 12.04)であった。

恋愛未経験者 68 名(平均年齢 19.96 歳、標準偏差 1.14、男性 20 名、女性 48 名)のうち恋人を欲しいと思っていないと回答した者は 27 名(男性 8 名、女性 19 名)、恋人を欲しい

と思っていると回答した者は 37 名（男性 12 名，女性 25 名），その他と回答した者は 4 名（すべて女性）であった。自由記述の回答には「どちらでもいい」や「欲しいわけでもない」「経験として興味はあるけど，別に今じゃなくてもいいし，できなくても別にいい」など，恋愛に対し両価的な記述であった。

第 2 項 各尺度の信頼性の検討

まず，「怒りの強さ」，「恋人の受容的反応」，「恋人の拒絶的反応」，対象関係尺度，「同一性」，「親密性」について，それぞれの内的整合性の確認のため，逆転項目の回答を逆転処理した後，Cronbach の α 係数を求めた。順に「怒りの強さ」.96，「恋人の受容的反応」.90，「恋人の拒絶的反応」.89，対象関係尺度の下位尺度は.71 から.85，「同一性」.86，「親密性」.76 であった。以上の結果から，内的整合性は許容範囲内であると判断した。それぞれ下位尺度ごとに得点を加算し，項目数で除した値を尺度得点とした。

第 3 項 因子分析

恋愛経験のある 160 名のうち，恋人に何らかの方法で怒りを表出したと回答した 114 名のデータを使用した。怒りの表出方法尺度の 25 項目のうち，「気にしない振りをして平然とやり過ごす」「何事もなかったかのように振る舞う」「いつもと変わらない態度で接する」の 3 項目を除外し，計 22 項目を用いて探索的因子分析（最尤法・プロマックス回転）を行った。除外した 3 項目については，何らかのかたちで怒りを表出したと判断することが困難であったため除外した。固有値が 1 以上を参考に，すべての因子に対して因子負荷量が.35 未満の項目，2 つ以上の因子に.35 以上の負荷量を持つ因子を排除して因子分析を繰り返し，解釈可能性を考慮して，最終的に 4 因子 19 項目を採用した（表 5-1）。

第 1 因子は「相手の言動に対して皮肉を言う」「相手の言動に対して嫌味を言う」「相手の非を責め立てる」など，木野（2000）における「感情的攻撃」と「嫌味」の項目が高く負荷することが示された。恋人を攻撃するような怒りの表出をする項目を含むことから，「攻撃的表出」因子と命名した。

第 2 因子は「怒りを感じたことについて，恋人と話し合う」や「怒っていることを素直に伝える」，「相手の言動を冷静に注意する」など，「理性的説得」（木野，2000）と，新たに追加した話し合いや率直な表出，建設的表出に関する項目が高く負荷することが示された。攻撃的にならないよう配慮しつつ，対話や率直な伝達をめざして怒りを表出する項目を含む

ことから、「対話志向的表出」因子と命名した。

第3因子は「表情で怒りを示す」「しぐさで怒りを示す」「口調で怒りを示す」の「表情・口調」(木野, 2000)の3項目からなり、表情やしぐさなどといった非言語的な方法を用いて怒りを表出することから新たに「非言語的表出」因子と命名した。

第4因子は「自分が怒っていることを遠回しに言う」「自分が怒っていることを冗談っぽく言う」の「遠回し」(木野, 2000)の2項目からなり、間接的に言葉で怒りを伝達しようとすることから新たに「婉曲的表出」因子と命名した。

因子ごとの α 係数を算出したところ、「攻撃的表出」.89,「対話志向的表出」.86,「非言語的表出」.74,「婉曲的表出」.62であったため、因子ごとに平均を算出し、尺度得点とした。

表5-1 怒りの表出方法尺度の因子パターン行列と因子間相関 (最尤法・プロマックス回転)

| | F1 | F2 | F3 | F4 | M | SD |
|---|------------|------------|------------|------------|------|------|
| F1 攻撃的表出 ($\alpha = .89$) | | | | | | |
| 相手の言動に対して皮肉を言う | .93 | -.18 | -.17 | .24 | 1.87 | 1.02 |
| 相手の言動に対して嫌味を言う | .88 | -.05 | -.08 | .23 | 1.73 | 0.97 |
| 相手の非を責め立てる | .81 | -.06 | .03 | -.09 | 1.79 | 0.97 |
| 相手の言動の非を指摘する | .76 | .25 | -.14 | -.15 | 1.87 | 1.01 |
| 相手の言動に対して謝罪を求める | .72 | .18 | -.05 | -.29 | 1.36 | 0.73 |
| 激しく相手を非難する | .63 | -.12 | .12 | -.20 | 2.19 | 1.01 |
| 感情的に怒りをぶつける | .50 | .13 | .23 | .02 | 1.59 | 0.78 |
| F2 対話志向的表出 ($\alpha = .86$) | | | | | | |
| 怒りを感じたことについて、恋人と話し合う | -.06 | .82 | .06 | .02 | 3.17 | 0.90 |
| 恋人と話し合って解決しようとする | -.15 | .79 | -.17 | .11 | 3.24 | 0.90 |
| 怒りを感じた出来事について、恋人の言い分を聞いて話 | .18 | .72 | .06 | -.01 | 3.02 | 0.99 |
| 怒っていることを素直に伝える | -.09 | .71 | -.17 | .43 | 2.74 | 1.03 |
| 思ったことを率直に伝える | .00 | .71 | .03 | -.21 | 3.25 | 0.91 |
| 苛立ちを正直に伝える | .15 | .62 | .27 | -.08 | 2.78 | 1.01 |
| 相手の言動を冷静に注意する | .09 | .40 | .03 | .20 | 2.55 | 1.00 |
| F3 非言語的表出 ($\alpha = .74$) | | | | | | |
| 表情で怒りを示す | -.12 | .02 | .71 | .03 | 2.37 | 1.07 |
| しぐさで怒りを示す | .08 | -.03 | .57 | .30 | 2.33 | 1.06 |
| 口調で怒りを示す | .31 | -.04 | .52 | .26 | 2.15 | 1.15 |
| F4 婉曲的表出 ($\alpha = .62$) | | | | | | |
| 自分が怒っていることを遠回しに言う | -.02 | -.02 | .07 | .54 | 2.23 | 1.15 |
| 自分が怒っていることを冗談っぽく言う | -.13 | .12 | .18 | .36 | 1.90 | 1.05 |
| 因子間相関 | F1 | — | .28 | .59 | .15 | |
| | F2 | | — | .31 | .08 | |
| | F3 | | | — | .05 | |

第4項 怒りの表出における性差の検討

怒りの表出における性差を確認するため、交際経験のある160名（男性55名、女性105名、平均年齢20.09歳）のデータを用いて、恋人への怒りの表出の有無（表出・抑制）を男女別にクロス表集計を行った（表5-2）。 χ^2 検定を行ったところ、怒りの表出の有無と性別の間に有意な連関がみられた（ $\chi^2(1)=9.07, p=.003$ ）。どのセルがこの有意性に貢献したのか検討するために、残差分析を行った結果、女性においては恋人に怒りを表出する者の割合が男性に比して多く、怒りを抑制する者の割合が男性に比して少ないことが示された。また、男性においては恋人に怒りを抑制する者の割合が女性に比して多く、怒りを表出する者の割合が女性に比して少ないことが示された。

表5-2 表出の有無と性別によるクロス集計表

| | | 性別 | | 合計 |
|----|--------|-------|-------|-----|
| | | 女性 | 男性 | |
| 表出 | 度数 | 83 | 31 | |
| | 期待度数 | 57.0 | 39.19 | 114 |
| | 調整済み残差 | 3.00 | -3.00 | |
| 抑制 | 度数 | 22 | 24 | |
| | 期待度数 | 30.19 | 15.81 | 46 |
| | 調整済み残差 | -3.00 | 3.00 | |
| 合計 | | 105 | 55 | 160 |

次に、怒りの表出方法における性差を確認するため、恋人に一度でも何らかの方法で怒りの表出をしたと回答した114名（男性31名、女性83名）のデータを用いて、性別を独立変数、怒りの表出方法を従属変数に対応のない t 検定を実施した（表5-3）。等分散性の検定のためにLeveneの検定を行ったところ、攻撃的表出、対話志向的表出、非言語的表出で等分散が仮定された（順に $F(1, 112) = 0.80, p = .37$; $F(1, 112) = 0.34, p = .56$; $F(1, 112) = 0.00, p = .96$ ）。 t 検定の結果、性別によって攻撃的表出、対話志向的表出、非言語的表出で性差は見られなかった（順に、 $t(112) = 1.26, p = .21$; $t(112) = 1.31, p = .19$; $t(112) = 1.71, p = .09$ ）。婉曲的表出においては、Leveneの検定の結果、等分散が仮定されなかったため（ $F(1, 112) = 5.39, p = .02$ ）、ウェルチの検定を行ったところ、有意な差が得られた（ $t(66.43) = 3.49, p = .001$ ）。女性の方が男性よりも婉曲的表出を用いることが示された。

表5-3 男女における怒りの表出方法尺度の平均差の検定結果

| | 男性 (n = 31) | | 女性 (n = 83) | | t値 |
|---------|-------------|------|-------------|------|----------|
| | M | SD | M | SD | |
| 攻撃的表出 | 1.63 | 0.72 | 1.82 | 0.72 | 1.26 |
| 対話志向的表出 | 2.82 | 0.66 | 3.02 | 0.73 | 1.31 |
| 非言語的表出 | 2.05 | 0.94 | 2.37 | 0.85 | 1.71 |
| 婉曲的表出 | 1.63 | 0.76 | 2.23 | 0.95 | 3.49 *** |

注) *** $p < .001$

第5項 交際期間による各変数の平均差の検定

交際期間の違いによって各変数に違いが見られるか検討するため、交際期間を恋人に怒りを表出したと回答し、かつ、現在交際中の恋愛関係について回答した77名(男性19名、女性58名)のデータを用いて、交際期間の影響を考慮するため、交際期間を独立変数、年齢、「怒りの強さ」、怒りの表出方法尺度、対象関係尺度、「同一性」、「親密性」を従属変数に対応のないt検定を行った(表5-4)。交際期間については、平均値(15.61ヵ月)を境に、15ヵ月以下を短期群(n=44)、16ヵ月以上を長期群(n=33)とした。

等分散性の検定のためにLeveneの検定を行ったところ、年齢、「怒りの強さ」、「攻撃的表出」、「見捨てられ不安」、「同一性」、「親密性」で等分散が仮定された(順に $F(1, 75)=0.03, p=0.85$; $F(1, 75)=0.02, p=.006$; $F(1, 75)=7.19, p=.009$; $F(1, 75)=0.29, p=.59$; $F(1, 75)=0.55, p=.46$; $F(1, 75)=0.36, p=.55$)。t検定の結果、交際期間によって、年齢、「怒りの強さ」、「攻撃的表出」、「見捨てられ不安」、「同一性」、「親密性」で有意な差がみられた。交際期間長期群の方が短期群よりも、年齢が高いこと、「怒り」を強く感じる事、「攻撃的表出」を多用すること、「同一性」が高いこと、「親密性」が高いことが示された。反対に、短期群の方が長期群よりも「見捨てられ不安」が高いことが示された。そのほかの変数については、等分散は仮定されず、ウェルチの検定において有意な差はみられなかった。

表5-4 交際期間における各変数の平均差の検定結果

| | 短期群 (n=44) | | 長期群 (n=33) | | t値 |
|------------|------------|------|------------|------|---------|
| | M | SD | M | SD | |
| 年齢 | 20.09 | 1.49 | 20.76 | 1.20 | -2.11 * |
| 怒りの強さ | 2.44 | 1.44 | 3.26 | 1.40 | -2.50 * |
| 攻撃的表出 | 1.61 | 0.63 | 2.02 | 0.87 | -2.25 * |
| 対話志向的表出 | 3.01 | 0.70 | 3.21 | 0.65 | |
| 非言語的表出 | 2.27 | 0.90 | 2.51 | 0.97 | |
| 婉曲的表出 | 2.19 | 0.90 | 1.86 | 0.95 | |
| 恋人の受容的反応 | 3.15 | 0.58 | 2.91 | 0.58 | |
| 恋人の拒絶的反応 | 1.36 | 0.42 | 1.59 | 0.62 | |
| 自己中心的な他者操作 | 2.56 | 1.14 | 2.90 | 1.26 | |
| 一体性の過剰希求 | 2.71 | 0.94 | 2.48 | 0.94 | |
| 親和不全 | 3.41 | 1.14 | 2.99 | 1.02 | |
| 見捨てられ不安 | 4.24 | 1.29 | 3.42 | 1.14 | 2.91 ** |
| 希薄な対人関係 | 2.44 | 0.83 | 2.10 | 0.82 | |
| 同一性 | 2.24 | 1.01 | 2.73 | 1.08 | -2.03 * |
| 親密性 | 3.29 | 0.82 | 3.67 | 0.77 | -2.05 * |

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

第6項 階層的重回帰分析の実施

恋人に一度でも何らかの方法で怒りを表出したと回答し、かつ、現在交際中の恋愛関係について回答した77名（男性19名、女性58名）のデータを用いた。既に関係を解消した関係について回答したデータについては、特定の恋人に怒りを表出していた時の対象関係と、調査時点での対象関係が個人によって時間的なばらつきがあると考えられたため、除外することにした。交際期間による影響を考慮するため、平均値（15.61ヵ月）を境に、15ヵ月以下を短期群（ $n=44$ ）、16ヵ月以上を長期群（ $n=33$ ）とした。

怒りの表出方法と恋人の反応関係を把握し、その関係に及ぼす対象関係の調整効果を検討するため、交際期間ごとに「恋人の受容的反応」を目的変数とする階層的重回帰分析（表5-5）および「恋人の拒絶的反応」を目的変数とする階層的重回帰分析を行った（表5-6）。多重共線性の問題に配慮してVIFを算出したところ、長期群のstep4において「自己中心的な他者操作」、「親和不全」、「対話志向的表出と一体性の過剰希求の交互作用項」、「対話志向的表出と親和不全の交互作用項」のVIFが10を超えたため、除外して分析を行った。その

結果、VIFは1.03～5.33であり、VIF>10ならば多重共線性の問題があるとされるため（小塩，2004），本研究においては多重共線性の影響はないと考えられる。なお，男女別で分析を行った結果は，性別で分けずに分析した結果とほぼ同じであった。したがって，性別で分けずに分析を行うこととした。

表5-5 「恋人の受容的反応」を目的変数とした階層的重回帰分析の結果

| 投入 順序 | 変数 | 短期群 (n = 44) | | | | 長期群 (n = 33) | | | |
|----------|-----------------|--------------|--------|---------|---------|--------------|--------|--------|--------|
| | | step 1 | step 2 | step 3 | step 4 | step 1 | step 2 | step 3 | step 4 |
| step1 | 性別（女性=0、男性=1） | .13 | .15 | -.06 | -.05 | .23 | .31 | .29 | .24 |
| | 年齢 | .06 | -.11 | -.35 | -.57 | -.10 | -.10 | -.10 | -.20 |
| | 交際期間 | .01 | .07 | .20 | .26 | .00 | .01 | .05 | .23 |
| | 怒りの頻度 | -.31 | -.39 | -.29 | -.44 | -.19 | -.08 | -.05 | -.03 |
| | 同一性 | -.28 | -.36 | -.59 * | -.86 ** | .02 | -.01 | -.06 | .07 |
| | 親密性 | .06 | .04 | .03 | .10 | .26 | .20 | .14 | .06 |
| step2 | 攻撃的表出 | | -.06 | -.09 | -.15 | | -.34 | -.33 | -.25 |
| | 対話志向的表出 | | .36 * | .26 | .38 | | .46 * | .46 * | .33 |
| | 非言語的表出 | | -.07 | .01 | .12 | | .03 | -.01 | -.18 |
| | 婉曲的表出 | | .24 | .38 * | .43 * | | -.05 | -.04 | -.05 |
| step3 | 自己中心的な他者操作 | | | -.24 | -.32 | | | - | - |
| | 一体性の過剰希求 | | | .08 | .11 | | | .03 | .03 |
| | 親和不全 | | | .15 | .05 | | | - | - |
| | 見捨てられ不安 | | | -.41 | -.56 | | | -.10 | -.02 |
| | 希薄な対人関係 | | | -.70 ** | -.73 * | | | -.06 | -.20 |
| step4 | 対話志向×自己中心的な他者操作 | | | | -.25 | | | | .32 |
| | 対話志向×一体性の過剰希求 | | | | -.12 | | | | - |
| | 対話志向×親和不全 | | | | -.37 | | | | - |
| | 対話志向×見捨てられ不安 | | | | .49 | | | | -.44 |
| | 対話志向×希薄な対人関係 | | | | .05 | | | | .09 |
| | R^2 | .14 | .28 | .53 * | .61 | .15 | .35 | .36 | .42 |
| | ΔR^2 | | .14 | .24 * | .08 | | .20 | .01 | .06 |

注1) ΔR^2 は R^2 の増加量である。

注2) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

分析の結果、「恋人の受容的反応」では，短期群において step3 における決定係数の増分 (ΔR^2) が有意であった ($\Delta R^2 = .24, p = .03$)。step3 において、「同一性」($\beta = -.59, p = .02$)，「婉曲的表出」($\beta = .38, p = .02$)，「希薄な対人関係」($\beta = -.74, p = .02$) が有意な偏回帰係数 (β) を示した。一方で，長期群においては，決定係数，決定係数の増分 (ΔR^2) はすべての step で有意とならなかった。

表5-6 「恋人の拒絶的反応」を目的変数とした階層的重回帰分析の結果

| 投入 順序 | 変数 | 短期群 (n = 44) | | | | 長期群 (n = 33) | | | |
|----------|-----------------|--------------|--------|--------|--------|--------------|---------|--------|--------|
| | | step 1 | step 2 | step 3 | step 4 | step 1 | step 2 | step 3 | step 4 |
| step1 | 性別 (女性=0、男性=1) | -.03 | -.07 | -.05 | -.07 | -.18 | -.02 | .01 | .09 |
| | 年齢 | -.22 | -.22 | -.01 | .17 | .28 | .09 | .10 | .15 |
| | 交際期間 | -.05 | -.09 | -.12 | -.14 | .11 | .08 | .02 | -.10 |
| | 怒りの頻度 | .33 * | .09 | -.04 | .10 | .28 | -.10 | -.16 | -.17 |
| | 同一性 | -.11 | -.06 | -.02 | .14 | -.26 | .01 | .08 | .02 |
| | 親密性 | .19 | .17 | .26 | -.01 | -.45 * | -.54 ** | -.42 | -.36 |
| step2 | 攻撃的表出 | | .22 | .16 | .26 | | .77 ** | .80 * | .74 * |
| | 対話志向的表出 | | -.01 | .06 | -.21 | | -.04 | -.05 | .05 |
| | 非言語的表出 | | .26 | .22 | .26 | | -.14 | -.10 | .05 |
| | 婉曲的表出 | | -.16 | -.27 | -.25 | | .10 | .07 | .09 |
| step3 | 自己中心的な他者操作 | | | .35 | .29 | | | - | - |
| | 一体性の過剰希求 | | | .01 | .10 | | | -.01 | -.02 |
| | 親和不全 | | | .04 | .11 | | | - | - |
| | 見捨てられ不安 | | | .19 | .04 | | | .20 | .16 |
| | 希薄な対人関係 | | | .33 | .27 | | | .04 | .16 |
| step4 | 対話志向×自己中心的な他者操作 | | | | .46 * | | | | -.17 |
| | 対話志向×一体性の過剰希求 | | | | -.07 | | | | - |
| | 対話志向×親和不全 | | | | -.12 | | | | - |
| | 対話志向×見捨てられ不安 | | | | -.03 | | | | .33 |
| | 対話志向×希薄な対人関係 | | | | -.07 | | | | -.16 |
| | R^2 | .21 | .32 | .44 | .56 | .41 * | .63 ** | .65 * | .69 |
| | ΔR^2 | | .11 | .13 | .12 | | .22 * | .02 | .04 |

注1) ΔR^2 は R^2 の増加量である。

注2) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

「恋人の拒絶的反応」では、短期群において決定係数、決定係数の増分 (ΔR^2) はすべての step において有意とならなかった。一方、長期群において、step2 における決定係数の増分 (ΔR^2) が有意であった ($\Delta R^2 = .22, p = .03$)。step2 において「親密性」 ($\beta = -.54, p = .004$)、「攻撃的表出」 ($\beta = .77, p = .003$) が有意な偏回帰係数 (β) を示した。

第5節 考察

第5章の目的は、特定の恋愛関係における怒りの表出方法と恋人の反応との関連性について、対象関係の調整効果を考慮して探索的に検討を行うことであった。以下では、怒りの表出における性差、交際期間による関係性の違い、対象関係の調整効果、交際期間ごとの階層的重回帰分析の結果の順で考察を述べる。

第1項 怒りの表出における性差について

恋人への怒りの表出と性別の関連について、 χ^2 検定を行ったところ、女性の方が恋人に怒

りを表出する者の割合が男性に比して多いことが示され、立脇（2005）の結果と一致した。すなわち、恋愛関係においては、女性の方が男性よりも怒りを表出する傾向があるといえる。続いて、表出方法の性差の確認のため、対応のない t 検定を行った。その結果、女性のほうが男性よりも遠回しや冗談といった婉曲的な表現を多用するが示された。同性間での怒りの表出に関する木野（2000）の結果と一致した。以上のことを踏まえると、恋愛関係においては、女性は男性よりも怒りを表出し、男性よりも婉曲的な表出方法を用いやすいと考えられる。一方、階層的重回帰分析では、恋人の反応に対する性別の影響は確認されなかった。このことから、恋人がどう反応するかについては、性以外の要因である交際期間や恋人のパーソナリティあるいは関係性が影響すると考えられる。

第2項 交際期間による関係性の違いについて

交際期間の違いによって、各変数に違いが見られるのか検討するため、対応のない t 検定を行った結果、パーソナリティに関する変数において、交際期間長期群の方が短期群よりも、年齢が高く、「見捨てられ不安」が低く、「同一性」と「親密性」が高いことが示された。短期の関係が破綻せず維持された関係のみが、長期的な関係となる。そのため、必然的に交際期間長期群の方が短期群よりも年齢が高く、心理的にも成熟しているという結果が示されたと考えられる。

また、恋人との関係と関連する変数において、交際期間長期群の方が短期群よりも、恋人に対して怒りを強く感じ、攻撃的な怒りの表出が多用されていたことから、関係が長期化するに従い、恋人に対する期待や欲求が増していき、それらが満たされないことで強い怒りを感じ、恋人を責め立てるような行動が増えると考えられた。このように、長期的な恋愛関係では感情的になりやすいため、怒りの適切な対処が必要不可欠である。また、この結果は先行研究（Rusbult, 1983 ; 相馬ら, 2003）の結果と反するものである。Rusbult（1983）によると、交際期間が短い関係では破壊的な葛藤対処方略が用いられやすく、長期の関係では建設的な葛藤対処方略が用いられやすいとされている。怒り表出者にとっては、「攻撃的表出」によって恋人側の問題を指摘し、関係を改善しようと試みており、それらの行動は葛藤対処方略では、建設的な方略として評価されている可能性がある。

第3項 対象関係の調整効果について

続いて、本研究では怒りの表出方法と恋人の反応の関係における、対象関係の調整効果に

ついて探索的に検討を行った。階層的重回帰分析の結果、すべての分析において「対話志向の表出」と対象関係尺度の交互作用項を投入した step4 において、決定係数、決定係数の増分は有意とならなかった。恋愛関係において対話を志向する怒りの表出方法と恋人の反応の関係に対する対象関係の調整効果は見られないということが示唆された。一方、交際期間短期群において、「希薄な対人関係」が恋人の受容的反応と負の関連が見られた。このことから、交際期間が短い場合、対人関係の希薄さは怒り表出時の恋人の反応に直接関連し、関係の悪化に作用することが示唆された。

以下では、この点も踏まえつつ、有意な決定係数と有意な決定係数の増分が確認された「恋人の受容的反応」を目的変数とした場合の短期群の結果と、「恋人の拒絶的反応」を目的変数とした場合の長期群の結果について考察する。

第4項 交際期間短期群における「恋人の受容的反応」について

まず、「恋人の受容的反応」を目的変数とした場合、交際期間の短い短期群では対象関係尺度を投入した step3 において、「婉曲的表出」は有意な正の偏回帰係数を示した。反対に「同一性」、「希薄な対人関係」は有意な負の偏回帰係数を示した。

「婉曲的表出」に関する結果から、交際期間の短い関係においては、ユーモアを駆使して怒りを遠回しに表現するほど、恋人から受容的反応を得やすいことが示された。「婉曲的表出」は木野（2000）における「遠回し」によって構成された因子であり、怒りを感じていることを遠回しな表現や冗談を用いて表出するものである。木野（2000）によると、このような表出方法は同性との関係において比較的多用され、対人的評価を損なわずに怒りを伝達することが可能である。さらに、冗談に関していえば、からかいは関係を深める機能があるとされている（遠藤，2008）。交際期間の短い関係では、互いの理解が浅く、恋人がどう反応するか分からず、どうやって不満や怒りを表現すべきか悩ましい問題である。交際期間が短いうちに葛藤が生じやすい関係を解消することは、精神的健康の点からすれば適応的な判断であるといえる（Rusbult, 1983）。しかし、婉曲的な怒りの表出が恋人の受容的反応を引き出しやすく、冗談は緊張を緩めながら思いを伝えることを可能にし、関係の深化を図れる。これらのことから、比較的短期の関係においては、婉曲的な怒りの表出を用いることで、ストレスフルな状況を、否定的な要素を減らしつつ、関係を深化させることが可能になると考えられる。

次に、対象関係の「希薄な対人関係」は、交際期間が短いうちは恋人への怒りの表出時に

対人関係が希薄であるほど、恋人から受容的な反応を抑制することが示された。「希薄な対人関係」は、心の頑なさや社会的スキル不足との関連が指摘されている（井梅ら、2006）つまり、恋愛関係が比較的初期の段階では、恋愛関係に限らず、他者との表層的な関係の構築に必要な社会的スキルがある程度身につけているかどうか、恋人との怒りの表出時の恋人の反応にも影響すると考えられる。また、「希薄な対人関係」は、結婚への期待や肯定感を低下させることが示されており（井梅、2019）、対人関係に対する不信感があることで、恋愛関係の中で葛藤が生じた際に、消極的な態度や行動を動機づけている可能性がある。例えば、葛藤への対処行動において、受動的かつ破壊的な行動とされる無視（Rusbult et al., 1986）との関連が推測される。そのため、怒りの表出といった直接的な行動と関連が見られなかったと考えられる。

次に、「同一性」については、交際期間が短い場合は恋人への怒りの表出時にアイデンティティの確立の程度が低いほど、恋人から受容的な反応を得やすいことが示された。これは、怒りを表出する側のアイデンティティ確立の程度が低いほど、恋人の側に相手の不安定なアイデンティティを補強しようとする受容的な反応が引き出されたと考えられる。怒りは相手からの支援を引き出すことを可能にする側面があり（Baker et al., 2014）、怒りの表出は恋人からケアを引き出そうとする試みである。恋愛関係が比較的初期の段階では、恋人の人格的な不安定さも理想化によって“かわいい”や“子どもっぽい”というかたちで許容される可能性がある。理想化してられる間は、恋人は不安定な自身の恋人のケアをしようとするだろう。

一方で、アイデンティティが未確立な状態では、「アイデンティティのための恋愛」（大野、1995）の特徴が生じやすくなるとされている。関係が長期化するにつれ、「呑み込まれる不安」が強くなり、次第に受容的な反応が抑制される可能性がある。「同一性」と恋人の反応の関連性が交際期間短期群のみで見られ、長期群では見られなかったという今回の結果を踏まえると、はじめのうちは怒りの表出に対して恋人は受容的に反応していたが、次第に呑み込まれそうになる不安が生じ、ケアをする役割をとらなくなる者あるいは関係を解消する者が出てくることで、長期群では「同一性」と恋人の反応の関連が見られなかったと考えられる。

第5項 交際期間長期群における「恋人の拒絶的反応」について

次に、「恋人の拒絶的反応」を目的変数とした場合、長期群の step2 において、有意な決定

係数と決定係数の増分が確認された。「攻撃的表出」は有意な正の偏回帰係数を示し、「親密性」は有意な負の偏回帰係数を示した。まず「攻撃的表出」についてであるが、長期的な関係において、怒りの表出する時に恋人を責め立てるような表現を用いることが多いと、恋人から拒絶的な反応を得やすいことが示された。これは、Liu et al. (2018) の結果と一致する。相手を責め立てたり怒りをぶついたりするような表出方法は、被表出者の不快感や防衛的態度を誘い、その結果、恋人の拒絶的な反応を引き出しやすくなると考えられる。一方的な怒りの表出は、情緒的なサポートの希求と弱い正の相関があることが示されている(吉田・高井, 2008)。攻撃的な怒りの表出の背後には、助けを求める気持ちがあるものの、恋人を攻撃してしまい、結果的に怒りの表出者の期待した関係が築けずにいる可能性がある。

一方で、交際期間が短期の関係において、「攻撃的表出」と恋人の反応に関連が見られなかった。交際期間が短期の関係に比べ、長期の関係の方が恋人に対して怒りを強く感じていたことを踏まえると、短期の関係では攻撃的になるほどの強い怒りが生じていなかったため、恋人の反応と関連が見られなかったと考えられる。

「親密性」については、長期的な関係における怒りの表出時に、他者との関わりのなかで自己を見失わないでいられる確信があり、他者への信頼感を抱いているほど、恋人の拒絶的な反応は引き出しにくいことが示された。Erikson (1959/2011) は親密性の対に孤立をあげ、孤立とは「ある力や人の本質が自分自身の本質にとって危険であると感じた時、それを拒絶し無視し破壊しようとする心構え」であると述べている。親密性の課題に問題を抱えていると、怒りの表出という自己開示が必要となる状況において不安が高まり、自身の素直な気持ちに触れることが難しくなり、恋人に対しても打ち明けられずに回避的な態度をとる可能性がある。そのような態度は、恋人に否定的な印象を与えることになり、結果的に拒絶的な反応を得やすくなると考えられる。

第6項 まとめと本調査の課題

本調査の結果から、対話を志向する怒りの表出方法と恋人の反応の関係における対象関係の調整効果は確認されなかったものの、交際期間によって恋愛関係が質的に異なる可能性が示唆された。比較的交際期間が短い関係においては、より表層的な関係を構築する際に求められる社会的スキルに関連する要素がどの程度身につけているかが関係の深化に寄与すると考えられる。一方、交際期間がより長期の関係においては、それらの要素はあまり作用せず、むしろ、よりパーソナルな心理的成熟の程度が関係の深化に寄与すると考えられる。

このことは、個人が抱える関係の期間に応じて、適切な心理支援の選択することに活かすことができるであろう。

本調査における課題を二点述べる。第一に、調査方法に限界がある。本調査は一時点での質問紙調査によるものである。恋人から拒絶的な反応をされたから、建設的な表出方法を試すといった逆方向の因果関係や、循環的な関係も想定されるため、因果関係について検討することは困難である。また、怒り被表出者である恋人について未検討である。本調査では、怒り表出者に恋人の反応について回答を求めたため、表出者自身の認知的な影響を多分に受けていると考えられる。そのため、今後は縦断的な方法や恋愛関係にある二人のデータを対応させたダイアドデータを用いて、実証的に検討する必要がある。第二に、怒りの原因とといったその他の要素を考慮しなかったことである。何に怒りを抱くかは個人によって大きく異なる。原因によっては、怒り被表出者が了解不可能なものも存在するだろう。今後の研究では、怒りの原因についても焦点を当てる必要があるだろう。

総合考察部

第6章 総合考察

総合考察部

第6章 総合考察

本論文の最終部にあたる総合考察部では、本調査から得られた知見をもとに定式化を試み、先行研究との関連性について論じる。そのために、まず各章の内容を振り返り、定式化を試みる。そして、最後に本論文の意義と課題について論じる。

第1節 各章のまとめ

本論文は、青年期の恋愛関係において、恋人に対する怒りを感じ、それを恋人へ建設的に表出するという経験が、その個人の人格的な発達を促すという考えに基づき論を展開した。理論部では、これまでの恋愛に関する研究を概観し、実証研究の構想を論じた。

理論部の第1章では、青年期の恋愛関係と成熟した恋愛関係について、比較検討を行った。まず、本論文における恋愛関係を「互いに恋愛感情を持つ二人が合意のもと、関係を構築・維持している二者関係」と定義した。青年期の恋愛関係は、アイデンティティが未確立であるため、自己が関心の中心となる「アイデンティティのための恋愛」(大野, 1995)の特徴が生じやすく、本当の意味での親密さの体験には発展しないと考えられてきた(Erikson, E. H. 1959/2011)。しかし、近年においては他者との関係を通して、青年が心理的・人格的な成熟を経験する面に光が当たってきており、恋愛を経験することによってもたらされるポジティブな側面とネガティブな側面の両方を合わせて見ていくことが必要であると指摘した。

成熟した恋愛関係については、精神分析理論に基づいて考察を行った。本論文では関係性の視点を重視し、Balint, M.と Mitchell の考えに依拠し、成熟した恋愛関係には二つの特徴があると論じた。一つは、自身の欲求と恋人の欲求が同等の価値を持ち、それらが満たされることであるとした。もう一つは、関係の再構築が絶えず行われることであるとした。

第2章では、恋愛関係と怒りの関連について論じた。恋愛関係は主に依存性と融合を求める心理によって不安定になりやすく、恋愛関係の中に怒りが持ち込まれやすくなると論じた。怒りは現状を変更したいという願望が背後にある攻撃性を伴った感情である(大淵, 2015)。そのため、怒りが適切に表出されれば、うまくいっていないと感じている現状の変更、欲求充足、ストレスの低減、恋人との関係修復が可能になると考えた。反対に、怒りが破壊的に表出されると、ストレスの増加や親密さの低下、破壊的な相互作用の発生、極端な場合にはデートDVやストーカー的行為へと発展する可能性があるとして指摘した。また、怒りの否認・抑制は、感情体験を弱めることにはならず、自信の喪失や恋人から誤解されること

が増す可能性がある」と指摘した。さらに、怒りを感じている個人が不満に思っている現状に耐え続けることになる」と考察した。その個人が恋人から不当な扱いを受けていた場合、そのような現状が継続する危険性があるだろう。そのため、個人の精神的健康や恋愛関係の継続という観点から、怒りを建設的に表出し、恋人と適切に共有していくことが必要であると論じた。

第3章では、近年における日本の恋愛研究を網羅的検索とレビューを行った。高坂(2016)に続き、2013年4月から2020年3月の間にかけて、日本心理学諸学会連合に加盟する学会の学会誌に掲載された恋愛に関する論文を収集した。その結果、計33本の論文が収集された。KJ法を用いて研究内容について分析したところ、6つのカテゴリーに分類された(「恋愛における感情体験や認知」、「恋愛の病理的事象」、「関係の継続性に関する事象」、「他の人間関係との比較」、「他の人間関係との比較」、「恋愛による影響」、「関係研究の方法論」)。収集された33本の論文のうち、13本は恋愛の中でもネガティブな事象(「ネガティブな感情」:5本、「恋愛の病理的事象」:8本)に焦点が当てられていた。このことから、近年では恋愛のネガティブな側面に焦点が当てられていると考察した。また、調査対象者と調査方法については、大学生と単回の質問紙調査に偏っていることを指摘した。

第3章第6節において、理論部のまとめを行い、本論文における実証研究の構想について論じた。青年期の未成熟な恋愛関係から、成熟した恋愛関係へと発展させていく一つの経路として、恋愛関係の中で怒りを適切に恋人と共有することであると考えた。まず、恋愛関係における怒りの体験を通して、青年がどのような変化を経験するのか、また、変化の有り様は恋人との間で怒りをどのように扱うかで違いが見られると考え、インタビュー調査を実施し検討を行った。次に、個人が恋人と良好な関係を築こうとしても、関係が破壊的になってしまう場合がある。そこで、対象関係の影響を考慮し、怒りの表出と恋人の反応の関連性について、質問紙調査を実施し検討を行った。第3章で恋愛研究の動向と課題を示したように、近年では恋愛のネガティブな側面に焦点が当てられている。本論文では、怒りというネガティブな側面に注目しつつも、個人の人格的成熟や恋愛関係の継続というポジティブな側面とのつながりを検討した。

実証部の第4章では、恋愛関係の中で怒りを体験することは、パーソナリティの変化をもたらす、かつ、怒りがどのように扱われたかによって、もたらされる変化は異なるという仮説のもと、インタビュー調査を実施した。調査協力者の語りから抽出された変化を、質的統合法(山浦, 2012)を用いて全体像の把握を試みた結果、6つの大項目にまとめられた(【自

分の視点から離れて広い視野から他者を理解するようになる】、【上手くいかなかった対人関係のパターンを見直して新しいパターンを取り入れる】、【対人関係に対してポジティブな感情が増加する】、【対人関係に失望し弱気になる】、【自身の対人関係の特徴を認識する】、【物事に対して熱中することが減って、すぐめんどくさいなって思うようになった】。

また、変化の有り様は、恋人との間で怒りがどのように扱われたかによっても異なるという考えに基づき、調査協力者を3群（受容群、拒絶群、抑制群）に分類し、変化の各グループを構成するラベルを群ごとにカウントした。その結果、受容群は「他者との関係がより愛情深くなる」、「恋愛関係がより打ち解ける」という変化の生成に寄与していた。このことから、恋人と怒りを受容的に扱えた体験は、自他の境界をより明確に認識し、アイデンティティと親密性の主題の克服、「攻撃性と共存する能力」(Mitchell, 2002/2004)の獲得と関連すると考察した。拒絶群においては、【対人関係に失望し弱気になる】、「体験を通して他者イメージが多様化する」という変化の生成に寄与していた。このことから、怒りによって恋人と拒絶的な相互作用を経験することは、他の対人関係へもネガティブな影響をもたらす可能性があると考えた。抑制群については、【自身の対人関係の特徴を認識する】、「関係を改善するために新しい行動パターンを取り入れる」という変化の生成に寄与していた。抑制群は受容群、拒絶群と比べて、恋人と怒りに関するやりとりが積極的に行われていないことが特徴である。それにも関わらず変化が得られていることから、恋愛関係の中で怒りを体験することは、自分自身についての認識を深め、関係のあり方を見直そうとする考えを生じさせる可能性があると考えた。

第5章では、怒りの表出方法と恋人の反応の関連について、対象関係を考慮して検討を行った。「恋人の受容的反応」と「恋人の拒絶的反応」を目的変数として、怒りの表出方法、対象関係、「対話志向的表出」と対象関係の交互作用項を説明変数にした強制投入法に基づく階層的重回帰分析を行った。交際期間ごとに分析を行った結果、交際期間短期群では、「恋人の受容的反応」を目的変数とした場合、「婉曲的表出」は有意な正の偏回帰係数を示した。反対に、「同一性」、「希薄な対人関係」は有意な負の偏回帰係数を示した。一方、交際期間長期群では、「恋人の拒絶的反応」を目的変数とした場合、「攻撃的表出」は有意な正の偏回帰係数を示し、「親密性」は負の偏回帰係数を示した。これらのことから、比較的初期の恋愛関係においては、より表層的な関係を構築する際に求められる社会的スキルと関連する要素がどの程度身についているかが、関係の深化に寄与すると考察した。一方、交際期間がより長期の関係においては、それらの要素はあまり作用せず、むしろ、その個人のパーソナ

ルな心理的成熟の程度がより関係の深化に寄与すると考察した。

第2節 力動的恋愛理論の再構築

第1項 力動的恋愛理論の人格論的視点

本論文では、青年期における恋愛関係がパーソナリティの成熟に及ぼす影響について、怒りを感じ恋人之との建設的な共有が重要な役割を演じるという仮説のもと、検証を行った。本節では、総合考察として、力動的恋愛理論の再構築を行うため、人格論的側面、発達の側面、関係論的側面から考察を述べる。

まず、青年期の恋愛関係の比較的初期段階における人格論的側面について論じる。第5章の調査から、交際期間が比較的短期の関係では、恋人への怒りに表出時において、より表面的な関係を円滑に営むための社会的スキルの高さと婉曲的な怒りの表出の多さが、恋人の受容的反応の得やすさと関連することが示された。恋愛行動(松井, 1990)の初期段階では、友人間でも見られるような行動が行われ、関係の進展に伴ってより性的な要素を含む排他的な行動が行われることが指摘されている。また、同性間の怒りの表出において、「遠回し」が多用され、「表情・口調」による怒りの表出よりも好印象を与えることが明らかにされている(木野, 2000)。これらのことから、恋愛関係にあるとはいえ、比較的初期における関係の維持や怒りの相互作用という点では、友人関係などの対人関係と類似した特徴を有しており、本研究の結果から、怒りにまつわる相互作用においても、恋愛行動と並行して進展していく可能性があることが示唆された。恋愛関係の比較的初期の段階では、親しい友人関係などと同様の行動や情緒的交流が見られ、そこから徐々に関係の深化に伴って、恋愛関係特有の性質が増していき、その個人の人格的な要素が恋人との相互作用に影響を及ぼすようになると考えられる。

次に、交際期間が長期の関係における人格論的側面について論じる。交際期間が長期の関係では、短期の関係と異なり、怒りの表出と恋人の反応の関連性において、その個人の人格的な要素が影響を及ぼすと論じた。第5章の調査から、長期の関係では、攻撃的な怒りの表出と親密性の低さが恋人の拒絶的反応と関連することが示された。まず、怒りの攻撃的表出についてであるが、長期の恋愛関係を経験している者は、短期間の恋愛関係を経験している者よりも、恋人に対して強い怒りを感じていることが示された。この結果は、長期の恋愛関係は情緒的な意味合いが強くなり、表面的に良好な関係を維持することが減り、不調和が表面化しやすくなると考えられる。これは、長期的な関係は依存性を高め、攻撃性の問題に直

面しやすくなるという Mitchell (2002/2004) の指摘と一致する。また、長期的な関係の場合、排他性が高いと恋愛関係以外からのソーシャルサポートを抑制することが示されている (相馬ら, 2003)。長期の関係で、第三者への相談や介入を拒む心性が強いと、恋愛関係の中で生じた問題に対し、行き詰まりを感じやすく別の解決法を思いつくことが困難になると考えられる。そのようにして生じた不快感は、恋人によって引き起こされたことと知覚され、恋人を攻撃することで不快感を解消しようとする可能性がある。そして、恋人は投げ込まれた不快感や怒り表出者からの攻撃に対して、反撃というかたちで拒絶的反応を示すと考えられる。

続いて、継続した関係における親密性と恋人の拒絶的反応の関連性について述べる。親密性が確立されていない場合、ステレオタイプ化された関係を持ち続けることになることとされている (Erikson, 1968/2017)。また、親密性と対をなす孤立は、自身にとって脅威と感じられる他者を拒絶し破壊しようとする心構えをもたらす。成熟した恋愛関係は、妄想-分裂ポジションと抑うつポジションを同時に存在させることができる心理的柔軟性が求められる (Gabbard, 1996)。また、第3章で述べたように、成熟した恋愛関係は関係の再構築が絶えず行われることとした。したがって、親密性がある程度達成されていないと、長期の恋愛関係では、関係の再構築が行われず、硬直した関係性に陥り、怒りの表出時において恋人から拒絶的な反応を得やすくなると考えられる。

これまで繰り返し論じてきたように、継続した恋愛関係の方が初期の恋愛関係よりも、怒りの表出と恋人の反応との関連について、個人のパーソナリティが影響を及ぼす可能性があることと述べた。そのため、交際期間が短期の関係に比べ、怒りの問題を解決することは容易ではないと考えられる。Kernberg (1995) や Mitchell (2002/2004) が指摘するように、関係の継続には怒りないし攻撃性の問題に取り組む必要がある。まず、強い怒りを弱めるために、恋人と過ごした時間や絆を想起することで、良い対象を賦活させ、全体対象へと統合する必要がある。さらに、怒りがもとは何によって生じているのか、自身の心理的体験に開かれていることが必要である (Johnson, 2008/2014)。自身の心理的体験に開かれていない場合、怒りは攻撃的に表出され、被表出者である恋人は脅かされたと感じ、同じように攻撃的に反応するか、距離を取ろうとすると考えられる。反対に、自身の心理的体験に開かれている場合、怒りの原因が欲求不満によるものであれ、傷つきよるものであれ、自分が何によって怒りを感じているのか適切に認識することができ、それを適切に恋人に伝えることが可能になり、関係の再構築を行うことができると考えられる。

第2項 力動的恋愛理論における発達論的側面

次に、発達論的側面について、第4章の結果をもとに論じる。第4章の結果から、恋愛関係において怒りを恋人と共有する経験は、自己・他者イメージ、そして対人関係のあり方、すなわち、パーソナリティを変化させるということが示唆された。また、変化の有り様は、怒りが恋人との間で受容的に扱われるか、拒絶的に扱われるか、あるいは抑制されるかによって、ポジティブな変化が得られるか、あるいは、ネガティブな変化が得られるか異なることが示唆された。

まず、恋人と怒りを受容的に扱った受容群について論じる。受容群に共通して見られたのは、怒りを感じたその時に恋人に気持ちを伝えようとする在り方であった。ここでは、恋人を思う気持ちも同時に存在し、怒りの攻撃性を弱めつつ、話し合おうとする姿勢が見られた。また、恋人と怒りの受容的な相互作用を通して、自己のあり方についての認識を深め、他者イメージの多様化と異性観の分化、そしてネガティブな感情も含めた対人関係のあり方への変化と関連することが示唆された。受容群で過半数を超えた変化として、〔他者との関係がより愛情深くなった〕と〔恋愛関係がより打ち解ける〕の二つがあげられる。これはまさに、Kernberg (1980/1995) が指摘する成熟した恋愛関係における「愛が憎しみに勝っているアンビヴァレントな状態」であると考えられる。恋人と怒りの問題について繰り返し取り組むことにより、恋人や他者が独自の意思を持った存在であり、自身の思い通りにならないということを認識しつつも、それでも友好的な関係を維持できるということを体験的に理解し、内在化された対象関係の再構成が生じたと考えられる。また、Fは恋人との間で怒りの受容的な相互作用がなされたことで、「境界がはっきりした感じ」と語った。怒りを恋愛関係の中で受容的に扱う経験は、自他の境界をより明確にし、自己の安定感がもたらされることが推察された。

心理的・人格的な成熟を遂げる上で、受容群に共通して見られた怒りの表出方法を身につけていくことが必要であると考えられる。受容群で共通して見られた怒りの表出方法として、怒りを感じたその場で伝えようとするものであった。Wilkinson & Gabbard (1995) は、反射的に反応することを保留する能力によって、他者に対して純粋に反応することが可能になると指摘している。怒りを感じた時に感情的に反応することは、自身の心的経験にかかっているのではなく、ただ反射的に反応しているに過ぎないとされている。例えば、恋人に対して抱いた怒りが不安に基づくものであった場合、攻撃的に反応してしまうと、恋人の防衛的な反応を引き出す可能性がある。この場合、当初感じていた不安は解消されるどころか、

より不安が高まることになるだろう。

その場で率直に怒りを伝えられるようにするには、妄想一分裂ポジションと抑うつポジションを行き来できる心理的柔軟性（Gabbard, 1996）や、性的領域、対象関係領域、超自我領域の発達による攻撃性をやさしさに統合する能力（Kernberg, 1980/1995）が必要であると考えられる。では、これらの能力はどのようにして獲得していけるのだろうか。受容群に分類された4名のうち3名（F, K, L）は、恋人と怒りをぶつけあうような相互作用から受容的な相互作用へと変化していった。この3名は交際期間が2～4年と比較的長期に及んでいたため、年齢の増加に伴う成熟ということも考えられる。しかし、恋愛関係を維持させながら、恋人との間で繰り返し怒りを扱うことが重要であると考えられる。必ずしも毎回受容的である必要はなく、拒絶的な怒りの表出が行われても、それを二人で問題として認識し、受容的なものへと変えていけるように取り組むことによって、心理的・人格的な成熟が促されるのではないだろうか。

次に、恋人と怒りの拒絶的な相互作用を経験した拒絶群では、人との関わりに失望するネガティブな変化がもたらされた者と、他者イメージのポジティブな変化がもたらされた者がいた。ネガティブな変化を多く経験した者は、恋人と傷つけ合うことが多く、不信感の増加、他者との関係構築の回避が見られた。拒絶群のCは、恋人とのやりとりを振り返る中で、恋人への関わり方が養育者との関わり方と類似していることに気づき、同じような接し方しかできないことに傷ついたと語った。早期の対象との関係が反復されることに気づくことは、対人関係の中で生じる問題を自分の力ではどうすることもできないという無力感を抱くことにつながると考えられる。また、自信の喪失は自己イメージの悪化だけに留まらず、他者に対しては不信感を抱くようになると考えられる（[他者に対する不信感が増加する]）。その結果、同じようなことが繰り返されることを防ぐために、親密な関係を築くことを避けるようになることが示唆された。これは、外傷の再体験を防ぐために、外傷以前の状況への固着（Balint, M, 1952/1999）と類似すると考えられる。

一方、拒絶群の中でも友人などの第三者への相談を通して、ポジティブな変化を経験したと推察される者がいた（C, I）。恋人とは拒絶的な怒りの相互作用が行われていたことにより、再び親密な関係を形成することに対してネガティブな印象を抱いていた。しかし、友人などの第三者に相談し受容されることで、体験のネガティブな作用を緩和し、心理的な強さへと変えていくことが可能になったと考えられる。友人などのソーシャルサポートの活用によって、目の前の問題から距離を置いて物事の捉え直しができただけでなく、他者のやさ

しさに気づく体験になったと推察される。そこでは恋愛関係という二者関係への囚われから脱し、三者関係への気づきと参入という心理的な変化が生じたと考えられる。

次に、怒りを恋人と共有することがなかった抑制群について論じる。抑制群では、怒りを感じながらも我慢や気を紛らわせることで、恋愛関係の中に怒りを持ち込むことを回避していた。恋人に対して不満を感じているにも関わらず、自身の中で抱え続けていた。そのような意味では、攻撃性を抱える強さと言えるかもしれないが、むしろ柔軟性の無さとして捉える方が良いと考えられる。また、怒りを抑制した経験により、自身の特徴を認識し、新しい行動パターンの取り入れという変化を体験していたが、他者イメージのポジティブな変化の報告は得られなかった。抑制群は他の群と比較すると、恋人と怒りを通した対人的相互作用を経験していないといえる。自身の心の中で怒りが生じているということに気づきながらも、それを恋人という他者と共有し現実と照合することはなされなかった。そのため、自身の特徴の認識や、抑制的なあり方を変えていこうという動機づけは得られても、他者イメージを変容させるまでには至らなかったと考えられる。

以上のように、恋愛関係の中で恋人と怒りの受容的な相互作用を行った経験は、その個人の心理的・人格的な成熟を促すとともに、成熟した関係の構築に寄与するということが考えられた。恋人と怒りの拒絶的な相互作用の経験は、その個人がソーシャルサポートを得られるかどうかによって、固着か成熟かのどちらになるか分かれることが示唆された。また、恋人と怒りの共有を回避することは、自己のあり方や問題性に気づきが得られるものの、実際の対人関係上での相互作用を伴わないため、他者のイメージの変容、すなわち、対象関係の再構成が行われぬ可能性があると考えられた。

では、これらの考察を踏まえ、恋愛関係の中でどのような怒りの表出を行うことが心理的・人格的な成熟を促すのかについて論じる。Rusbult (1983) によると、交際期間が短い関係においては破壊的な葛藤対処方略が用いられやすく、交際期間が長い関係においては建設的な対処方略が用いられやすいことが示されている。というのも、短期の関係において葛藤が生じる場合、関係を継続させるよりも早いうちに関係を解消させた方が、関係にかける労力や時間といったコストを抑えることができるからである。しかし、恋愛関係の中で怒りや問題は様々な要因によって生じると考えられる。各人のパーソナリティや心理的状態、社会的状況、そして二人の相性や、二人を取り巻く環境など怒りや問題の要因は多岐にわたる。問題を引き起こした要因によっては、容易に解決できるものや修復不可能なものもある。確かに、早いこと見切りをつけて関係の解消を図ることは、別れによる苦痛を軽くすることが

できるだろう。

しかし、怒りへの適切な対処法の獲得や、個人の心理的・人格的成熟という観点からすると、関係破壊的な対処方略は恋人と拒絶的な相互作用を生じさせやすくなる (Liu et al., 2018)。その時の傷が適切に癒されない場合、恋愛関係だけでなく対人関係そのものから距離を取るネガティブな変化が生じる可能性がある。したがって、交際期間が短いうちであったとしても、恋人と建設的な相互作用が行えるよう取り組むことがその個人の心理的・人格的成熟にとっては望ましいと考えられる。特に、受容群で共通して見られた、怒りを感じたその場で伝えようとするあり方に挑むことが重要であろう。また、はじめから受容的な相互作用が得られるわけではないと想定しておくことは重要である。恋人と繰り返し怒りを扱って行く中で、二人にとって怒りを扱いやすい方法を模索することが、心理的・人格的側面の成熟を促すと考えられる。

第3項 力動的恋愛理論における関係論的側面

恋愛関係を一つのシステムとして見立てる関係論的な側面から考察する。実証部の第4章、第5章ともに、恋愛関係にあるうちの片方のみを対象に調査を行ったため、あくまでも展望的なものとなる。

恋愛関係は好意を寄せる二人によって形成される対人関係である。そのため、恋愛関係にある二人のうちどちらか一方だけでは、その全体像や相互作用を捉えることは困難である。第4章の調査において、恋愛関係の中で繰り返されていた怒りの相互作用に着目したが、調査協力者の怒りの表出に対して、その恋人がどのように反応するかといった恋人の側の要因も重要である。

恋人との間で怒りの拒絶的な相互作用が行われた拒絶群では、調査協力者は恋人の言動を注意し、話し合いをしようと働きかけようとしていた。注意や話し合いを試みることは、比較的建設的な怒りの表出であると考えられる。しかし、恋人は責められたと感じたのか、怒り返したり、うやむやにしたり、その場から逃れたりした。恋人から怒られるという体験は、内容によっては自身の非や誤りを指摘されることになる。心理的に未成熟な者にとっては、そのような体験は自己愛を傷つけられることになり、恋人からの指摘を受け止めることができない可能性がある。怒りを表出する際に攻撃的な表現が用いられた場合、それを受けた側に防衛的な反応を生じさせる (Jonson, 2008/2014)。拒絶群の者たちの指摘の仕方に攻撃的なニュアンスがあった可能性があり、それによって恋人が防衛的に反応した可能性があ

る。恋人の防衛的な態度により、さらに怒りを募らせ行動化する者や、あきらめて恋人に従う者がいた。そして、恋人と主導権を争う関係性や、追う者―逃げる者といった関係性に陥っていたと考えられる。拒絶群の者はいずれもそうした一連の負の関係性に疲弊し、関係の解消に至っていた。

第5章において、「恋人の拒絶的反応」を目的変数として階層的重回帰分析を行った結果、長期群においてのみ、怒りの「攻撃的表出」と「恋人の拒絶的反応」との間に正の関連性が見られた。一方で、第4章において、拒絶群に割り当てられた調査協力者6名のうち5名の交際期間は4ヶ月～8ヶ月であり、比較的初期の恋愛関係であった。第5章の結果からは、長期の関係においてのみ互いに傷つけ合うような相互作用の関連が示されたのに対し、第4章では比較的初期の恋愛関係においても類似した相互作用が生じていることが示唆された。このことから、恋人の心理的・人格的な成熟の程度によっては、破壊的な相互作用が比較的初期の恋愛関係において生じる可能性が高くなると考えられる。

最後に、交際期間による関係性の主題の違い、すなわち恋愛関係の発達について論じる。恋愛関係が形成された初期の段階では、恋人と心地良い良好な関係を築くことが主題となると考えられる。対して、長期的な恋愛関係では、現実的な課題について二人でどうやって解決していくかが主題となると考えられる。

まず、関係の初期においては、恋人は理想化され実像よりも高められた存在として認識されることになる (Mitchell, 2002/2004)。理想化された恋人との結びつきは、良い自己―良い対象の結合として体験されることにより、自己の拡張が促される (Kernberg, 1980/1993)。つまり、恋愛関係にある二人が心地良い関係を築き、自己を育むことができるかどうか初期の恋愛関係においては重要であり、Mitchell (2002/2004) の比喩に依拠すれば、二人で砂の城を築けるかどうか実験することが恋愛関係初期における主題であると考えられる。この段階では、居心地の良さが重要であり、怒りといったネガティブな感情が強く意識されることは少ない。第5章において、友人関係などと共通した比較的一般的な怒りの相互作用が行われる。そのため、対人関係などを営む際に必要となる社会的スキルがある程度身につけていること、あるいは、他者全般に対する信頼感があることが、恋愛関係の相互作用に影響すると考えられる。

次に、恋愛関係が継続し長期的な関係へと発展すると、人生にまつわる現実的な問題を二人で如何に乗り越えていくかといったことが主題になる。共に過ごす時間が長くなることで、これまで理想化によって見えていなかった恋人の別の側面が見えてくる (Mitchell,

2002/2004)。朗らかだったものが騒々しく感じられ、逞しさが粗暴に感じられることはよくあるだろう。現実に向き合うことになるのは、決して恋人像だけではない。青年期の恋愛関係の場合、時間の経過に伴って互いの社会的立場の変化を考慮しなければならなくなる。進級や進学、就労などによって、活動拠点や生活水準などが変化する。さらには、共同生活をいつから始めるか、結婚はどうするのかなど、社会的契約に基づく関係へと発展させるかどうかを話し合う必要性が出てくる。初期の関係では、これまで互いのことだけ気にかけていれば十分であったが、長期的な関係では、経済、社会、文化的要素などを考慮しなければならない。すなわち、関係性に影響する要素が多次元化していくと考えられる。関係性に影響する要素が多様化する中で、恋愛関係にある二人がそれぞれ現実的な問題をどのように認識し対処するのかといった自我の強さ、どのような価値観を有しているかなど、個人のパーソナルな要素が関係の継続に関係してくる。つまり、Mitchell (2002/2004) の比喻に依拠して表現すると、初期の段階で築き上げてきた砂の城を、長期的な関係では、砂の城だと認識し、それをどのように再構築していくか、その中で互いのニーズをどれだけ満たしていけるか取り組むのである。このように、長期の関係では現実的な問題への対応も求められるようになるが、怒りの問題への適切な対処を可能にしていくためには、単に怒りの衝動制御の獲得を目指すだけでなく、より広い意味での人格的な成熟も求められると考えられる。

以上のことから、本論文で得られた恋愛関係の交際期間による質的な違いは、先行研究と対応させて議論することで、意義深いものになったと考えられる。そして、恋人と怒りを共有しようと努力する経験は、その個人の人格的成熟を促すため、青年が自身の体験に開かれ、怒りを感じ、恋人と向き合えるように支援することは重要である。

第3節 本研究の意義と今後の課題について

本論文は、青年期における重要な対人経験の一つである恋愛を取り上げ、これまで十分に研究として取り上げられてこなかった恋愛関係における怒りについて焦点を当てた。第4章では、恋愛関係における怒りの経験が個人にどのような変化を生じさせるのか、インタビュー調査を実施し、変化の全体像を示した。第5章では、怒りの表出方法と対象関係、恋人の反応の関連性について、交際期間の影響を考慮し、質問紙調査を実施した。最後に、本研究の意義と今後の課題、展望について論じる。

本研究の意義について四点述べる。第一に、恋愛関係における怒りの経験が、関係の深化、そして各人の心理的・人格的成長にとって大きな意味を持つことを示唆したことである。怒

りは一見すると関係を阻害する要因と考えられやすい。怒りは場合によっては、近年問題となっているデート DV やストーカーといった問題事象に発展する危険性をはらんでいる。第4章では、恋愛関係における怒りという感情に対する対処は、抑圧するか、暴発させるかという二者択一ではなく、建設的に表出することが、関係の深化と人格的成長につながるということが示唆された。暴力の加害者にならないためにも、また暴力の被害者にならないためにも、怒りの適切な表出は重要な役割を果たすと考えられる。従って、そのメカニズムを解明することは、問題事象に悩むクライアントに対して、悩みに取り組むことが恋人との関係の深化に寄与し、自身の心理的・人格的成長を促すことにつながるという希望を提示し、適切な心理支援を行うために活かすことができるであろう。

第二の意義は、関係の初期段階と継続した段階では、関係の質が変化していることについて、データを以って示したことである。特に初期段階は、人付き合いの多さ、苦手意識のなさが、関係の質に影響を及ぼすが、関係が進む中で、そうした表層的な関係の技巧的な側面よりも、個人の心理的な要素の方が重要であると可能性を示唆したことも重要である。問題はこのパーソナルな要素は、関係が始まる前から備わっていたものなのか、それとも関係の中で織り成されるものなのかという点である。残念ながら、本研究では十分にその点にまで踏み込めなかったが、検討すべき課題の方向性を示したことは意義がある。

第三の意義は、調査方法に偏りが指摘されている恋愛研究において、多角的な視点から検討を行ったことである。これまでの恋愛研究では、大学生を対象とした単回の質問紙調査に偏っていることが繰り返し指摘されてきた。本論文においても、大学生を対象としていたため、調査対象者に関する偏りは払拭できなかった。しかし、第3章では網羅的検索による文献レビュー、第4章ではインタビュー調査、第5章では質問紙調査を行った。多角的な視点から青年期の恋愛関係における怒りと個人の心理的・人格的成熟についてアプローチを行い、検証を試みたことは意義がある。

第四の意義は、精神分析における恋愛関係理論を実証的に裏付けようと試みたことである。初期の精神分析の考え方では、Freud, S.の影響により、恋愛感情は、抑圧された過去の異性の親に対する愛情が復活したものと考えられていた。最近では、恋愛はより新しい関係性を開発するもの、あるいは過去の関係の中で得られなかったものを獲得するもの、そして過去の関係での傷つきを癒やすものとしての意義が強調されるようになっている (Gabbard, 1996)。本研究によって得られた結果は、このような新しい恋愛関係理論を、実証的に裏付け、より詳細に内容を吟味する端緒を開いたということもできる。また、恋愛関係を通した

過去の関係の傷つきを癒やす側面は、心理療法におけるセラピストクライアント関係のなかで、どのようなことが起こるのかという問題にも通じる。クライアントによっては、セラピストの些細な振る舞いや発言に対して怒りを示すことがある。例えば、セラピストの腕組みに対して“偉そうだ”と感じ、解釈や質問に対して“まったく分かってくれない”と苛立ちを感じる場合がある。それらのクライアントの反応に対し、セラピストが理解を示そうとしつつも、なぜクライアントがそのように感じたのかを探索することで、クライアントの自己理解が深まり、関係性がより柔和になるだけでなく、心理療法の場が展開することがある。関係の中で生じる不調和を、その関係の当事者である二人がどのように乗り越えていくか、それによってもたらされる安寧や信頼感、癒やしとは何か検討することは、臨床心理学にとって重要である。

次に、本研究の今後の課題について四点述べる。第一に、研究方法の限界である。第4章、第5章ともに調査協力者の人数が少ないこと、恋愛関係にある二人のうち片方みのデータしか収集していないことである。恋愛関係という非常に個別的な体験に焦点を当てているため、自身の体験を語ることや質問紙に回答することをためらう者が一定数存在する。本調査を行うにあたって、調査協力者を確保することは非常に困難であった。そのため、第4章では12名（男性6名、女性6名）、第5章の階層的重回帰分析では77名（男性19名、女性58名）と、十分な人数であるとは言い難い。特に、第5章に関しては、男女の人数の偏りが結果に影響している可能性がある。近年では、インターネット調査会社の利用により、大規模な調査が行いやすくなっている。また、恋愛関係にある両者を対応させたダイアドデータを収集し、解析する研究による知見が報告されている。今後はそれらの手法を導入し、実証的に検討する必要がある。

第二に、調査が一般の大学生を対象に行われたということである。本論文は青年期の恋愛関係に焦点を当てたため、調査の対象を大学生に限定した。すなわち、青年期とは言っても、青年期後期あるいは成人期前期にあたる者から得られた知見である。そのため、本研究で得られた知見が中高生の恋愛や、結婚を視野に入れた社会人の恋愛とは異なる可能性がある。さらに、本論文の知見をもとに、夫婦関係とのつながりや応用可能性について検討する必要がある。

第三に、臨床事例との関連性の検討が不十分である。恋愛関係はその成り立ちやカップル双方のパーソナリティ、関係性などの個別的な要素を多く含んでいる。そのため、本調査から得られた知見が、どの程度より個別性のある臨床事例に応用できるか定かではない。特に、

臨床上で問題となる場合、当事者の病理的な側面が関係に及ぼす影響は大きくなると考えられる。臨床実践の蓄積を通して、治療技法として定式化していくことが今後の課題といえる。

第四に、怒りの原因について、実証研究の中で取り扱えなかったことである。本論文では、第 2 章にて恋愛関係では欲求不満によって怒りが関係の中に持ち込まれやすくなると論じた。また、実証部では、怒りがどのように表出されたのか、そして、恋人がそれに対してどのような反応を示し、二人の間でどのように扱われたのかに焦点を当てた。しかし、怒りがどういった出来事によって引き起こされたのかという要素は、怒りの表出や恋人の反応に影響を及ぼすと考えられる。例えば、怒りを感じるのも妥当であると本人に感じられた場合、周囲への相談や恋人本人への伝達がしやすく、被表出者の恋人も共感的に反応しやすいだろう。反対に、不当であると感じられた場合、恋人に伝えるのをためらうことが予想される。また、表出された恋人は理不尽な要求をされたと感じ拒否感を抱くだろう。また、怒りの原因はパーソナリティとの関連も見いだされる可能性がある。したがって、今後は怒りの原因を考慮して研究を行う必要がある。

最後に、今後の展望について述べる。本論文は青年期の恋愛関係における怒りの経験が心理的・人格的成熟とどのような関連があるのかを実証的に取り組んだ。今回は恋愛関係という親密な二者関係における怒りに限定して研究を行った。しかし、親密な関係の中で生じるネガティブな側面を否認や抑圧をすることなしに、それらを乗り越えてより親密な関係を構築していくという考え自体は、夫婦関係やセラピストクライアント関係などの二者関係のみならず、組織や集団といった人の集まりにおいても応用可能であると考えている。さらに、近年、不安定な社会情勢により、世界の一部地域において紛争や戦争が行われており、社会的、文化的軋轢などが目に見えるようなかたちで発生している。このような国家や民族同士の闘争以外にも、日常においても目に見えないかたちで性別や社会的地位、世代間などにおいても軋轢は生じていると考えられる。それらの軋轢から目をそらさず、乗り越える方法を模索し、健全な社会の構築に貢献していきたいと考えている。

文献

- 相羽美幸 (2017). 大学生の恋愛における問題状況の構造的枠組みの構築. 応用心理学研究, **42** (3), 234-246.
- 赤澤淳子 (2015). 親密な二者関係のダークサイドとしてのデート DV. 発達心理学研究, **26** (4), 288-299.
- 青山巧 (2021). 恋愛関係における怒りを通して生じるパーソナリティの変化—質的統合法を用いて—臨床心理学部研究報告, **13**, 53-66.
- 青山巧 (2022). 【研究ノート】日本における恋愛研究の動向と課題. 臨床心理学部研究報告, **14**, 147-158.
- 浅野良輔 (2015). 時系列と階層性の視座に基づく親密な関係研究: 発達心理学と社会心理学による統合的アプローチ. 発達心理学研究, **26** (4), 267-278.
- Baker, L. R. & McNulty, J. K., (2010). Shyness and marriage: Does shyness shape even established relationships? *Personality and Social Psychological Bulletin*, **36**, 665-676.
- Baker, L. R., McNulty, J. K., & Overall, N. C. (2014). 5 When Negative Emotions Benefit Close Relationships. In Parrott, W. G. (Eds), *The Positive Side of Negative Emotions* (pp.101-125). The Guilford Press.
- Balint, M. (1952). *Primary love and psycho-analytic technique*. London: Tavistock Publications. 森茂起・柘矢和子・中井久夫 (共訳) (1999). 一次愛と精神分析技法. みすず書房.
- Bartels, A. & Zeki, S. (2004). The neural correlates of maternal and romantic love. *NeuroImage*, **21** (3), 1155-1166.
- Batson, C. D., Kennedy, C. L., Nord, L. A., Stocks, E. L., Fleming, D. A., Marzette, C. M., Lishner, D. A., Hayes, R. E., Kolchinsky, L. M., & Zerger, T. (2007). Anger at unfairness: Is it moral outrage? *European Journal of Social Psychology*, **37**, 1272-1285.
- Bell, M. D. (1995). *Bell Object Relations and Reality Testing Inventory (BORRTI), manual*. Western Psychological Services.
- Bellak, L., Hurvich, M., & Gediman, H. (1973). *Ego functions in schizophrenics, neurotics and normal. A Systematic Study of Conceptual Diagnostic, and Therapeutic Aspects*. New York: Wiley.
- Berman, S. L., Weems, C. F., Rodriguez, E. T., & Zamora, I. J. (2006). The relation between identity status and romantic attachment style in middle and late adolescence. *Journal of Adolescence*, **29**, 737-748.

- Blos, P. (1967). *The second individuation process of adolescence*. *The psychoanalytic Study of the Child*, **22**, 162-186.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. Vol.1 Attachment. London: Tavistock Institute of Human Relations. 黒田実郎ほか訳 (1976) . 母子関係の理論第1巻 愛着行動. 岩波学術出版社.
- 土居健郎 (1971) . 「甘え」の構造. 弘文堂.
- 遠藤由美 (2008) . からかひの主観的理解：役割と他者への一般的態度の影響. 関西大学社会学部紀要, **39**, 1-16.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. New York: International Universities Press. 西平直・中島由恵 (訳) (2011) . アイデンティティとライフサイクル. 誠信書房.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity Youth and Crisis*. New York: Norton. 中島由恵 (訳) (2017) . アイデンティティ 青年と危機. 新曜社.
- Erikson, E. H. & Erikson, J. M. (1997). *The life cycle completed: A review Expanded edition*. New York: Norton. 村瀬孝雄・近藤邦夫 (訳) (2001) . ライフサイクル, その完結<増補版>. みすず書房.
- Evans, R. I. (1967). *Dialogue with Erik Erikson*. New York: Harper & Row. 岡堂哲雄・中園正身 (1971). エリクソンとの対話. 北望社.
- Freud, S. (1905). *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*. Frankfurt: S. Fischer Verlag. 懸田克躬 (訳) (2014) . フロイド選集5 性欲論. 日本教文社.
- Freud, S. (1906). *Der Wahn und die Träume in W. Jensens »Gradiva«*. 種村孝弘 (2014) . 妄想と夢. 平凡社.
- Freud, S. (1917). *Vorlesungen zur einföhrung in die psychoanalyse*. Frankfurt: S. Fisher Verlag GmbH. 井村恒郎・馬場謙一 (訳) (1994) . 精神分析入門 (下) . 日本教文社.
- Fromm, E. (1956). *THE ART OF LOVING*. New York; Harper & Brothers Publishers. 鈴木晶 (1991) . 愛するということ 新訳版. 紀伊国屋書店.
- 藤井義久 (2010) . 怒り感情の発達. 心理学評論, **53** (1), 93-104.
- 藤村和久 (2009) . エリクソンのパーソナリティ構成要素測定尺度 (EPCS) の同質性と信頼性の確証：構造方程式モデリングを用いて. 大阪樟蔭女子大学人間科学研究紀要, **8**, 211-220.

- 古畑和孝 (1990) . “愛”の特集号の編集にあたって—愛の心理学への序説—. 心理学評論, **33** (3), 257-272.
- Gabbard, G.O. (1996). *LOVE AND HATE IN ANALYTIC SETTING*. London: Jason Aronson Inc.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and Response-Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experience, Expression, and Physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 224-237.
- Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 348-362.
- 原口伶泉・竹鼻ゆかり (2019) . マッチングサービス・アプリの大学生の利用実態と影響要因. 東京学芸大学紀要 芸術・スポーツ科学系, **71**, 151-162.
- Hazan, C. & Shavar, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 511-524.
- 日比野桂・湯川進太郎・小玉正博・吉田富二雄 (2005) . 中学生における怒り表出行動とその抑制要因. 心理学研究, **76** (5), 417-425.
- 石田 実知子・井村 亘・山形 真由美・渡邊 真紀・小池 康弘 (2020) . 高校生における激しい怒りを喚起させる出来事に対する認知の特徴と男女間比較. 川崎医療福祉学会誌, **30**, 311-319.
- 井梅由美子 (2001) . 青年期・成人期を対象とした対象関係尺度作成の試み. 人間文化論叢, **4**, 311-320.
- 井梅由美子 (2019) . 大学生の結婚観, および子育て観について—自身の被養育体験, 父母との関係性, 対象関係に着目して—. 東京未来大学研究紀要, **13**, 11-21.
- 井梅由美子・平井洋子・青木紀久代・馬場禮子 (2006) . 日本における青年期用対象関係尺度の開発. パーソナリティ研究, **14** (2), 181-193.
- 井梅由美子・藤後悦子・大橋恵 (2015) . 成人期における対象関係と発達的变化—青年期との比較から—. 東京未来大学研究紀要, **8**, 1-11.
- Jensen, W. (1903). *Gradiva: Ein pompejanisches Phantasiestück*. 種村孝弘 (2014) . グラディーヴァ/妄想と夢. 平凡社.

- Johnson, S. (2008). *Hold me tight: Seven conversations for a lifetime of love*. New York: Little Brown.
- 白根伊登恵（訳）岩壁茂（監修）（2014）．私をギュッと抱きしめて：愛を取り戻す七つの会話．金剛出版．
- 神谷栄治・西原美貴（2006）．心理アセスメントにおける自我機能．椋山女学園大学研究論集人文科学篇, **37**, 45-54.
- 金政祐司・荒井崇司・島田貴仁・石田仁・山本功（2018）．親密な関係破綻後のストーカー的行為のリスク要因に関する尺度作成とその予測力．心理学研究, **89** (2), 160-170.
- 神野雄（2016）．多次元的恋愛関係嫉妬尺度の作成と信頼性・妥当性の検討．パーソナリティ研究, **25** (1), 86-88.
- 神野雄（2018）．青年の恋愛関係における嫉妬傾向は自尊感情に規定されうるか—自己愛的観点からの検討．パーソナリティ研究, **27** (2), 125-139.
- 片岡祥・園田直子（2014）．恋人への分離不安と愛情及び交際期間が恋人支配行動に及ぼす影響．パーソナリティ研究, **23** (1), 13-28.
- 片岡祥・園田直子（2016a）．2つの恋人支配行動の生起メカニズムの違い．応用心理学研究, **42** (1), 40-47.
- 片岡祥・園田直子（2016b）．恋人支配行動が恋愛関係の良好さに及ぼす影響．応用心理学研究, **42** (2), 130-139.
- 川本哲也（2015）．成人形成期のアイデンティティと複数の社会的関係性の関連：養育者・友人・恋人に対するアタッチメント・スタイルの違いに着目して．発達心理学研究, **26** (3), 210-224.
- Kernberg, O. F. (1980). *Internal World and External Reality*. Maryland: Jason Aronson Inc. 山口泰司（監訳）（1993）．内的世界と外的現実（下）．文化書房博文社.
- Kernberg, O. (1995). *Love Relations: Normality and Pathology*. New Haven: Yale University Press.
- 木野和代（2000）．日本人の怒りの表出方法とその対人的影響．心理学研究, **70** (6), 494-502.
- Klein, M. (1946). Notes on some Schizoid Mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, **27**, 99-110. 小此木啓吾・岩崎徹也（編訳）（1985）．メラニー・クライン著作集4：妄想的・分裂的世界．誠信書房．
- 古村健太郎（2014）．恋愛関係における接近・回避コミットメント尺度の作成．パーソナリティ研究, **22** (3), 199-212.

- 古村健太郎 (2016) . 恋愛関係における接近・回避コミットメントと感情経験, 精神的健康の関連. 心理学研究, 86 (6), 524-534.
- 古村健太郎 (2017a) . 接近・回避コミットメントが恋愛関係における感情経験に与える影響—行為者—パートナー相互依存性調整モデル (APIMoM) による検討—. 実験社会心理学研究, 56 (2), 195-206.
- 古村健太郎 (2017b) . 恋愛関係における接近・回避コミットメントと投資モデルの関連. パーソナリティ研究, 25 (3), 240-243.
- 古村健太郎・戸田弘二・村上達也・城間益里 (2019) . 元恋人へのアタッチメント欲求が関係崩壊後の反応段階の移行を遅らせる. 心理学研究, 90 (3), 231-241.
- 河野和明・羽成隆司・伊藤君男 (2015) . 恋愛対象者に対する接触回避. パーソナリティ研究, 24 (2), 95-101.
- 高坂康雅 (2009) . 恋愛関係が大学生に及ぼす影響と, 交際期間, 関係認知との関係. パーソナリティ研究, 17 (2), 144-156.
- 高坂康雅 (2013) . 大学生におけるアイデンティティと恋愛関係との因果関係の推定——恋人のいる大学生に対する 3 波パネル調査——. 発達心理学研究, 24 (1), 33-41.
- 高坂康雅 (2014) . 大学生の恋愛関係の継続/終了によるアイデンティティの変化. 青年心理学研究, 26 (1), 47-53.
- 高坂康雅 (2016a) . 恋愛心理学特論——恋愛する青年/しない青年の読み解き方. 福村出版.
- 高坂康雅 (2016b) . 日本における心理学的恋愛研究の動向と展望. 和光大学現代人間学部紀要, 9, 5-17.
- 高坂康雅 (2018a) . 青年期・成人期前期における恋人を欲しいと思わない者のコミュニケーションに対する自信と同性友人関係. 青年心理学研究, 29 (2), 107-121.
- 高坂康雅 (2018b) . 恋人を欲しいと思わない大学生の 1 年後の恋愛状況の変化—恋人を欲しいと思わない理由と恋人を欲しいと思うようになった理由に着目して. パーソナリティ研究, 27 (1), 90-93.
- 高坂康雅・小塩真司 (2015) . 恋愛様相尺度の作成と信頼性・妥当性の検討. 発達心理学研究, 26 (3), 225-236.
- 高坂康雅・澤村いのり (2017) . 大学生が恋人とセックス (性行為) をする理由とセックス (性行為) 満足度・関係満足度との関連. 青年心理学研究, 29 (1), 29-42.

- Lee, J. A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulliten*, **3**, 173-182.
- Liu, J., Lemay, E. P., & Neal, A. M. (2018). Mutual cyclical anger in romantic relationships: Moderation by agreeableness and commitment. *Journal of Research in Personality*, **77**, 1-10.
- Mahler, M. S., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books. 高橋雅士・織田正美・浜畑紀（訳）（2001）．乳幼児の心理的誕生：母子共生と個体化．精神医学選書．
- 松井豊（1990）．青年の恋愛行動の構造．心理学評論, **33** (3), 355-370.
- 松野真（2017）．デートDVにおける加害・被害経験タイプと加害者の特性．教育カウンセリング研究, **8** (1), 1-11.
- Mitchell, S. A. (2002). *CAN LOVE LAST? The fate of Romance over Time*. New York: Norton. 池田久代（訳）（2004）．愛の精神分析．春秋社．
- 宮崎弦太・矢田尚也・池上知子・佐伯大輔（2017）．上方比較経験と関係流動性が親密な二者関係における交換不安に及ぼす影響．社会心理学研究, **33** (2), 61-72.
- 森脇愛子・坂本真士・丹野義彦（2002）．大学生における自己開示方法および被開示者の反応の尺度作成の試み．性格心理学研究, **11** (1), 12-23.
- 長峯聖人・外山美樹（2018）．親密な他者に対する行動予期が violation の認知に及ぼす影響の検討—violation の認知による心理的影響を踏まえて．パーソナリティ研究, **26** (3), 229-243.
- 中井大介（2020）．恋愛関係への動機づけと恋人に対する信頼感および親密性の関連．パーソナリティ研究, **29** (2), 78-90.
- 中山真・橋本剛・吉田俊和（2017）．恋愛関係の崩壊によるストレス関連成長—愛着スタイルおよび崩壊形態の関連．パーソナリティ研究, **26**(1), 61-75.
- 西坂恵理子（2018）．人が自傷者と交際するうえで体験する心理的プロセスの生成—重要な他者を対象とした探索的研究．心理臨床学研究, **36** (2), 154-165.
- 大淵憲一・小倉左知男（1984）．怒りの経験(1) : Averill の質問紙による成人と大学生の調査概況．犯罪心理学研究, **22** (1), 15-35.
- 大淵憲一（2015）．セレクション心理学 28 紛争と葛藤の心理学—人はなぜ争い，どう和解するのか．サイエンス社．

- 大久保圭介 (2018) . 恋愛関係における自分磨きに対するアタッチメントとケアギビングの相互影響性. *パーソナリティ研究*, **27** (1), 64-72.
- 大野久 (1995) . 青年期の自己意識と生き方. 落合良行・楠見孝 (編) 講座生涯発達心理学 4 自己への問い直し 青年期. 金子書房, pp.89-123.
- 大野久 (2010) . シリーズ生涯発達心理学④エピソードでつかむ青年心理学. ミネルヴァ書房.
- 大野久 (2021) . 「アイデンティティのための恋愛」研究と方法論に関する理論的考察. *青年心理学研究*, **33** (1), 1-20.
- 小塩真司 (2004) . SPSS と Amos による心理・調査データ解析—因子分析・共分散構造分析まで—. 東京図書.
- Pine, F. (1990). *Drive, Ego, Object, and Self: A Synthesis for Clinical Work*. New York: Basic Books.
- 川畑直人 (監訳) (2003) . 欲動, 自我, 対象, 自己—精神分析理論の臨床的総合. 創元社.
- Potter-Efron, R. T. & Potter-Efron, P. S. (2006). *Letting go of anger: The eleven most common anger styles and what to do about them 2nd ed.* California: New Harbinger Publications. 藤野京子 (監訳) (2016) . アンガーマネジメント 11 の方法 怒りを上手に解消しよう. 金剛出版.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, **16** (2), 265-273.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal test of the investment model: The Development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, **45** (1), 101-117.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Impact of Couple Patterns of Problem Solving on Distress and Nondistress in Dating Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50** (4), 744-753.
- 坂本保子・藤邊祐子・高橋雪子・前森桃子 (2022) . 青年期の性行動・性知識に関する実態調査 (第二報) —避妊行動と青年期対象関係尺度に焦点を当てて—. 八戸学院大学紀要, **64**, 107-116.
- 笹竹英穂 (2014) . 大学生の心理的デート DV の被害経験の実態および被害の認識の性差. *学生相談研究*, **35**, 56-69.

- 笹竹英穂 (2015) . 女子高生を対象とした心理的デート DV の防止講座の効果検証—シングルセッションの場合. 心理臨床学研究, **33** (5), 441-450.
- 相馬敏彦・山内隆久・浦光博 (2003) . 恋愛・結婚関係における排他性がそのパートナーとの葛藤時の対処行動選択に与える影響. 実験社会心理学研究, **43** (1), 75-84.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, **93** (2), 119-135.
- 杉村和美 (1998) . 青年期におけるアイデンティティの形成 : 関係性の観点からのとらえ直し. 発達心理学研究, **9** (1), 45-55.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton. 中井久夫・宮崎隆吉・高木敬三・鑪幹八郎 (訳) (1990) . 精神医学は対人関係論である. みすず書房.
- Taku, K., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R. P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress, & Coping*, **20** (4), 353-367.
- 詫摩武俊 (1973) . 第四章 恋愛と結婚. 依田 新ら (編) . 現代青年心理学講座 5—現代青年の性意識. 金子書房, 150-153.
- 立脇洋介 (2005) . 異性交際中の出来事によって生じる否定的感情. 社会心理学研究, **21** (1), 21-31.
- 立脇洋介 (2007) . 異性交際中の感情と相手との関係性. 心理学研究, **78** (3), 244-251.
- 立脇洋介・松井豊・比嘉さやか (2005) . 日本における恋愛研究の動向. 筑波大学心理学研究, **29**, 71-87.
- 立脇洋介・松井豊 (2014) . 恋愛 平井典子・稲垣佳世子・河合優年・斎藤こずゑ・高橋恵子・山祐嗣 (編) 児童心理学の進歩 2014年版 53巻. 金子書房, 95-119.
- Tolstedt, B. B. & Stokes, J. P. (1984). Self-disclosure, intimacy, and the depenetration process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **46** (1), 84-90.
- 上原俊介・船木真悟・大淵憲一 (2011) . 関係規範の違反に対する怒り感情 : 人間関係タイプ、欲求の関係特異性、及び欲求伝達の影響. 実験社会心理学研究, **51** (1), 32-42.
- 上原俊介・森丈弓・中川知宏 (2019) . 親密な関係における怒りの感情表出と効果 : 生存時間分析による検討. 実験社会心理学研究, **59** (1), 25-36.
- 和田実 (2015) . 恋愛関係嫉妬時の情動とコミュニケーション反応—嫉妬の強さおよび生徒の関連—. 応用心理学研究, **40** (3), 213-223.

- 和田実 (2019) . 現代青年の異性間恋愛関係における浮気—性, 浮気および恋愛に対する態度, 浮気願望との関連—. 応用心理学研究, **44** (3), 171-182.
- Wilkinson, S. M. & Gabbard, G. O. (1995). On romantic space. *Psychoanalytic Psychology*, **12** (2), 201-219.
- 山田順子・鬼頭美江・結城雅樹 (2015) . 友人・恋愛関係における関係流動性と親密性—日加比較による検討—. 実験社会心理学研究, **55** (1), 18-27.
- 山浦晴男 (2012) . 質的統合法入門—考え方と手順. 医学書院.
- 山内星子・伊藤大幸 (2008) . 両親の夫婦関係が青年の結婚観に及ぼす影響: 青年自身の恋愛関係を媒介変数として. 発達心理学研究, **19** (3), 94-304.
- 山崎恵莉菜・岡本祐子 (2015) . 青年期女性の対象関係とアイデンティティ, および境界例心性との関連. 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, **14**, 58-79.
- 吉田琢哉・高井次郎 (2008) . 怒り感情の制御に関する調整要因の検討: 感情生起対象との関係性に着目して. 感情心理学研究, **15** (2), 89-106.
- 吉田 琢哉 (2011) . 感情表出に対する態度が親密で対等な二者関係における怒り感情制御方略および親密度に及ぼす影響. 社会心理学研究, **26**, 211-218.
- 吉田琢哉 (2012) . 青年期女子における怒りの感情体験による自己成長感の獲得—社会的共有における聞き手の受容的反応を含めた制御反応を含めた制御方略の影響—. 感情心理学研究, **20** (1), 1-8.
- 湯川進太郎 (編) (2008) . 怒りの心理学——怒りとうまくつきあうための理論と方法. 有斐閣.
- Zimmermann, P. & Becker-Stoll, F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: The influence of ego-identity status. *Journal of Adolescence*, **25** (1), 107-124.

付記

本論文をまとめあげるまでに、多くの方々から長きにわたってご支援とご協力を賜りました。すべての方々のお名前を挙げることはできませんが、お世話になった皆様方に感謝の意を申し上げます。

はじめに、主査である京都文教大学の川畑直人教授には、本論文を作成するにあたって多大なるご指導を賜りました。博士前期課程の頃から研究と心理臨床の両面で本質を突いたご意見を多くいただきました。

副査である濱野清志教授には、博士論文執筆のための勉強会を開いてくださり、より広い視野からご指導いただきました。

同じく副査である松田真理子教授には、学部生の頃よりさまざまな側面からきめ細やかなご指導とご支援をいただき、暖かく見守ってくださいました。

高石浩一教授、禹鍾泰教授には、臨床心理応用研究にて、研究に関して自由に論考する機会を提供していただきました。

京都文教大学こども教育学部の岡本浄実教授、総合社会学部の山本真一准教授には、調査協力者の募集で全面的にご協力いただき、いつも応援していただきました。

京都府立医科大学の上野大介助教授には、統計解析に関する重要なご指摘をいただきました。

帝塚山学院大学の辻河昌登教授には、公開審査会にて外部審査員をお引き受けくださり、前青春期におけるチャムシップや性行為の観点から重要なご指摘をいただきました。

博士後期課程の修了生である橋本俊之さんには、ご自身の体験を共有してくださり、暖かいサポートをくださいました。

恋人との貴重な体験について調査でお答えして下さった調査協力者の皆様、京都文教大学教職員の皆様、最後に、いつも支えてくださっている両親と姉に感謝を申し上げます。

2024年3月 青山 巧