

研究論文

関係崩壊における対処方略とその効果(2)¹⁾²⁾³⁾

— 別れを切り出された側の対処方略は有効なのか? —

牧 野 幸 志

The Coping Strategies and their Effectiveness in the Dissolution of Relationships (2)

— Are Coping Strategies Effective when Utilized by Partners whom Parting was Suggested to ? —

Koshi MAKINO

【要 約】本研究の最終目的は、関係崩壊時の対処においてどのような方略が用いられ、それらが関係崩壊、関係維持、関係修復にどのような影響を与えるかを検討することである。牧野(2013)では、恋愛関係崩壊時に、別れを切り出した側がどのような方略を用いるかを検討した。この研究に引き続き、本研究では、恋愛関係崩壊時に、別れを切り出された側が、どのような対処方略を用いているかを調べた。また、話し合いなどの対処方略の効果、その後の関係についても検討した。

調査参加者は大阪府内の私立大学(共学)に通う大学生148名(男性100名,女性48名,平均年齢19.63歳)であった。このうち恋愛経験があり、相手から別れを切り出された経験のある参加者57名を分析対象とした。対処方略に対する因子分析の結果、関係維持懇願、説得・話し合い、恋人非難、譲歩・受容、恋人高揚、遅延方略が抽出された。対処方略の使用は、別れを切り出された側の目的により異なっていた。関係維持、関係修復を目的とする人は、関係維持を懇願したり、話し合いを行っていた。他方、相手の考えや気持ちを尊重する目的をもつ人は譲歩・受容していた。さらに、別れに怒りを覚え攻撃を目的とした人は、恋人を非難していた。対処方略の使用に性差がみられるか検討した結果、恋人非難方略において、有意差がみられた。男性よりも女性の方が恋人非難方略を使用する傾向が高いことが示された。最後に、対処方略の中で、関係維持懇願方略が関係修復に促進的効果をもっていたが、話し合い後、関係が修復した人は12.3%であった。

キーワード：関係崩壊、対処方略、恋愛関係、青年期、コミュニケーション

¹⁾ 本研究は、平成23-27年度科学研究費補助金基盤研究(C)(課題番号23530933, 研究代表者 牧野幸志)の助成を受けて行われた。

²⁾ 本研究の一部は、日本社会心理学会第54回大会で発表された。

³⁾ 本研究の調査にご協力いただきました大阪府内の私立大学の学部生の皆様に厚く感謝いたします。また、本論文の作成過程において査読者の先生方から大変有益なコメントをいただきました。記して深く感謝いたします。

1. 問 題

1.1. 青年期における恋愛関係と関係崩壊

恋愛(romantic love)は、青年期において重要な人間関係である(松井, 1990)。中学、高校、大学と年齢が増すにつれて、異性に近づいて親しくなりたいと思う人が増加し、実際に恋人がいる人も増加することが指摘されている(和田, 2002)。恋愛はアンビバレントな価値を持っている。恋愛関係は、恋人との一体感をもたらし、情緒的サポート源となるといわれている(Agnew, Van Lange, Rusbult, & Langston, 1998; 嶋, 1991)。その一方で、失恋は多くの人にとって非常にストレスフルな出来事である(Simpson, 1987; Sorenson, Russell, Harkness, & Harvey, 1993; 和田, 2000)。失恋は、心理学の分野においては関係崩壊(dissolution of relationships)の1つであり、愛情・依存の対象を失う「対象喪失(object loss)」を導く現象である。「対象喪失」とは、精神分析においては「愛情や依存の対象を、その死によって、あるいは生き別れによって失う体験」と定義されている(小此木, 1979, 1997)。対象喪失は、失ったものが何かという視点から大きく3つに分類される(小此木, 1979, 1997)。1つ目は、近親者の死や失恋を始め、愛情・依存の対象の喪失である。2つ目は、住み慣れた環境や地位、役割、故郷などからの別れである。3つ目は、自己を失う体験、あるいは自己を一体化させていた国家や理想の喪失である。本研究で対象とする「関係崩壊」は、愛情・依存の対象の喪失につながる現象である。このほかに、心理学の分野で取り上げられる親密な関係の崩壊には、家族関係の崩壊、友人関係の崩壊などがある。日本では、親密な人間関係の崩壊の中でも恋愛関係の崩壊に着目した研究がまだまだ少ないことが指摘されている(和田, 2000)。そこで、本研究では、牧野(2013)に引き続き、親密な人間関係の中から、恋愛関係を取り上げ、関係崩壊時の青年期の態度と行動に焦点を当てる。

1.2. 恋愛関係崩壊時の対処方略に関する先行研究

近年、社会心理学の分野において、恋愛関係の崩壊に関する研究が増えている(例えば、浅野・堀毛・大坊, 2010; 石本・今川, 2003; 宮下・斉藤, 2002; 山下・坂田, 2008 など)。これらの研究は、恋愛関係崩壊後の心理的反応や対処行動を調べたもの(石本・今川, 2003; 宮下・斉藤, 2002; 中嶋・兒玉, 2012)、恋愛関係崩壊が自己概念に与える影響を検討したもの(浅野・堀毛・大坊, 2010; 山下・坂田, 2005)、恋愛関係崩壊からの立ち直りに関するもの(山下・坂田, 2007, 2008)などに分類される。しかしながら、これらの恋愛関係崩壊の先行研究の多くは恋愛関係が壊れた後の感情や態度、行動を研究したものであり、関係崩壊時、つまり、関係が壊れそうな場面での態度や行動を対象としていない。恋愛関係が崩壊時の心理に焦点を当てた先行研究はほとんどみられない。

和田(2000)は、恋愛関係崩壊時の対処行動について検討している。和田(2000)は恋人と別れる時に、その問題に対してとった行動すべてを対処行動としているが、本研究では関係崩壊時に行為者が目的をもって行う行動を対処方略とする。和田(2000)は、恋愛関係が壊れそうな場面を恋愛関係崩壊時として、その話し合い行動を検討している。別れを切り出された側にとっては、関係崩壊成立の前に対処行動が取られ、失敗すれば関係崩壊が成立し、もし対処行動が

効果的であれば関係が修復されると仮定している。ただし、関係修復の過程は検討していない。調査の結果、恋愛関係崩壊時の大学生の行動には3種類あることを見出している。それらは、説得・話し合い行動、消極的受容行動、回避・逃避行動であった。和田(2000)は、恋愛関係の進展度と性別により、対処行動が異なるかを検討した。その結果、恋愛がより進展した後で崩壊した方が説得・話し合いが多く、女性は恋愛が進展した後での崩壊時には回避・逃避行動をとらなかった。これまで深くかかわったがゆえに、元の関係に戻ろうとするようである。また、消極的受容行動には性差がみられ、女性よりも男性の方が、自分が納得していなくても相手の考えを尊重して別れを受け入れていた。しかしながら、和田(2000)の調査では、別れの主導権については検討していない。別れの主導権とは、どちらが別れを切り出すかということの意味している。和田(2000)では関係崩壊場面が自分から別れを切り出した場面であるのか、相手から別れを切り出された場面であるのか区別されていない。したがって、関係崩壊時の説得・話し合い行動という対処行動も「自分が相手と別れたくて話し合いをしたのか」、「自分が相手と別れたくなくて話し合いをしたのか」が明らかではない。関係崩壊時に、別れることが目的なのか、それとも切り出された別れ話に抵抗するのが目的なのかにより、対処方略も変わってくるであろう。また、和田(2000)における調査参加者が想起している過去の恋愛はすべて関係崩壊に至った経験である。したがって、和田(2000)における対処行動は、結果としてすべて関係崩壊に至った場合にとられた行動である。別れを切り出された側にとっては、対処方略の本来の目的は、関係維持、関係修復であるため、話し合いの結果、関係崩壊の成立を回避することができた経験も含めて対処方略を調べる必要があるだろう。

和田の(2000)の研究を考慮して、牧野(2013)は、まず、恋愛関係崩壊時の別れを切り出した側の対処方略を検討した。大学生を調査参加者として過去の別れ話の際の別れを切り出した側の対処方略について調査研究を行った。その結果、別れを切り出した側が用いる対処方略には、7つの因子がみられた。それらは、相手を納得させて別れを受け入れさせようとする「説得・話し合い方略因子」、相手の嫌いなところを述べたり、相手の悪口をいうことで別れを成立させようとする「恋人非難方略」、相手に対して別れに関する申し訳ない気持ちを伝えながらも、また、これまでの関係に対する謝意を示しながらも別れようとする「謝罪・感謝方略」、相手の気持ちを考慮せず一方的に自分の考えを押しつける「自己主張方略」、相手にはもっとふさわしい人がある、自分といっても幸せになれないことなどを述べて別れようとする「関係再考方略」、2人の間にしばらく時間を置いたり、距離をおくことで別れを成立させようとする「遅延・保留方略」、最後が友人などに頼んで別れたいことを相手に伝えてもらう「第三者利用方略」であった。これらの方略は、別れたい側の対処方略であり、本研究で検討する別れを切り出された側の対処方略の中に、これらに類似した方略がみられるのか、逆に、全く異なる方略がみられるのかみていく必要がある。

1.3. 本研究の目的

本研究の最終的な目的は、関係崩壊時の対処においてどのような方略が用いられ、それらの方略が関係崩壊、関係維持、そして、関係修復にどのような影響を与えるかを検討することである。これまで関係崩壊場面での対処方略についてはあまり検討されていない。牧野(2013)では、青年期における恋愛関係崩壊時の別れを切り出した側の対処方略について検討した。つまり、別れることが目的の対処方略について検討した。しかしながら、恋愛関係の崩壊時に別れを切り出された側がどのような対処方略を用いるのかはまだ明らかとなっていない、またどのような方略を用いた場合に関係が崩壊、維持・修復するのも明らかではない。したがって、本研究では、牧野(2013)と同様の分析手法を用いて、恋愛関係崩壊時の別れを切り出された側の対処方略について検討する。

第 1 に、日本における現代青年の別れ話の経験率について調べ、相手から別れを切り出されたという別れ話の経験率などを明らかにする。続いて、第 2 に、別れ話をされた調査参加者に対して、恋愛関係の崩壊時において、別れを切り出された側がどのような対処方略を用いているかを調べる。具体的にどのような方略が使用されたか回答を求め、分類をおこなう。最後に、恋愛関係崩壊時に、相手から別れを切り出された側の対処方略使用の結果、二者関係がどのように変化したかを調査する。方略の使用後の恋愛関係の変化の割合を調べる。

2. 方 法

2.1. 調査手続きと調査参加者

手続き 授業終了後、調査者が研究の趣旨と内容を説明した。次に「調査への協力は任意であり、拒否しても何ら不利益を受けないこと」を口頭で告げた後、調査用紙を配布した。その後、「調査は無記名であること、途中で回答を中止できること、他の学生の回答を見ないこと、調査への回答は成績などにも一切関係しないこと」などを口頭で告げた後に回答するように求めた(これらの説明は調査用紙の表紙にも書かれていた)。回答せず退室する学生もいたことから、学生の回答拒否の権利は認められたと考えられる。なお、調査への疑問、苦情、抗議、不快感などの表明はなかった。

調査参加者 調査参加者は大阪府内の大学生 148 名(男性 100 名、女性 48 名、年齢幅 18～26 歳、平均年齢 19.63 歳、全体の約 55%が 1 年生)。外国人留学生は調査の対象外とした。欠損値があるため分析により人数が異なる。なお、本研究は、牧野(2013)の調査で得られたデータの一部を分析したものである。

2.2. 調査用紙の構成

調査項目の構成 **恋愛経験の有無** これまで異性とつきあった経験があるかを質問した。ここの「つきあう」の意味は「お互いが恋人として認識していること」とし、性的関係の有無は問わなかった。また、中学生以上の恋愛を対象とした。(ある、ない)の中から回答。ある場合には人数を回答。 **別れ話経験の有無** これまでにつきあっていた異性と別れ話をしたことがあるかを質問した。(ある、ない、わからない)の中から回答。 **恋人からの別れ話の経験の有無** 別れ話経験のある調査参加者に恋人から別れ話をされたことがあるかを質問した。(ある、ない)の中から回答。 **関係崩壊時の対処方略** 相手(恋人)から別れ話をされた状況において、相手に対してどのような発言、行動を取ったかについて回答を求めた(42 項目、5 段階評定)。数値が高いほどその行動を取った程度が強い。対処方略の項目は、対人葛藤が生じた場合の解決方略(藤森・藤森, 1992)と大学生の対人葛藤方略スタイル(加藤, 2003)を参考にして、関係崩壊場面に合うよう修正した。また、牧野(2013)の関係崩壊時の対処方略項目を別れを切り出された側の対処方略に改訂した。数値が高いほどその行動を取った程度が強い。 **対処方略の結果** 話し合いなど対処方略の結果、関係はどのようになったかを、(この話し合いで別れが成立した、それ以降の話し合いで別れが成立した、一度関係修復したが 3 カ月以内に別れた、関係修復した)の中から 1 つ選択させた。

3. 結 果

3.1. 現代青年における別れ話の経験率と相手からの別れ話の経験率

恋愛経験率と別れ話の経験率 現代青年の恋愛経験率を調べた。その結果、148 人中、これまでに異性につきあった経験のある人は、103 人(69.6%)であった。

別れ話の経験率 これまでに恋人と別れ話をしたことがあるかを尋ねた。その結果、一度でも別れ話を経験したことがある人は、87 人(84.5%)であった(Figure 1 参照)。ただし、これは別れ話の経験であるので、実際に別れたとは限らない。恋愛経験者のうち、約 85%の人は別れ話をしたこと、あるいは、別れ話をされたことがあった。

相手からの別れ話の経験率 相手(恋人)が自分と別れたいという立場で別れ話をされたことがあるかを尋ねた。その結果、相手(恋人)からの別れ話を経験した人は、57 人であり、別れ話の経験者の 65.5%であった(Figure 2 参照)。

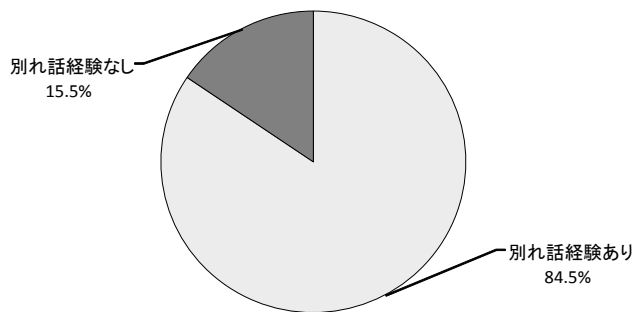


Figure 1. 現代青年の別れ話の経験率

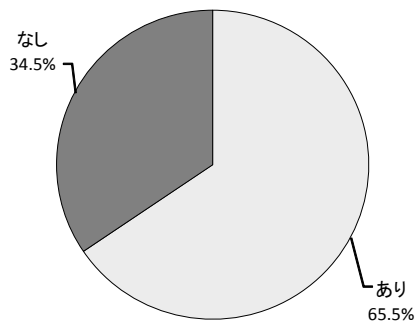


Figure 2. 相手からの別れ話の経験率

3.2. 関係崩壊時の別れを切り出された側の対処方略の探索

相手が自分と別れたいという立場で別れ話をされた経験のある調査参加者(57名)を対象にして関係崩壊時の対処方略について調べた。

対処方略の因子分析 相手が自分と別れたいという状況でどのような発言、行動を取ったかという対処方略項目への回答に対して、因子分析を行った(主因子法、バリマックス回転)。2因子以上に負荷量が高い項目は、複数の因子への影響力が大きく、判別力が低い項目であるため取り除き、因子負荷量が.300以上のものを項目として使用した。その結果、6因子を抽出した(Table 1 参照)。第1因子は、「考え直してくれるよう懇願した」、「別れたくない理由を丁寧に説明した」など別れることを拒否し、情緒面から関係維持を懇願する方略ととらえられたので、「関係維持懇願方略因子」($\alpha = .942$)とした。第2因子には、「二人が納得いくまで話し合った」、「お互いの満足するような結論を見つけ出そうとした」など別れたいという相手と話し合う、相手からの説得に抵抗する方略ととらえられたので、「説得・話し合い方略因子」($\alpha = .802$)とした。第3因子は、「相手に怒りをぶつけた」、「相手を非難する発言をした」など相手に怒りをぶつけたり、非難したりする方略と解釈されたので「恋人非難方略因子」($\alpha = .824$)とした。第4因子は、「相手の要求にできるだけ従うようにした」、「相手の考えを認めた」など相手に譲歩したり、納得はしていないが相手の気持ちや考えを受け入れようとする項目に負荷量が高かったので、「譲歩・受容方略因子」($\alpha = .787$)と命名した。第5因子には、「相手が喜ぶことをしようとした」、「相手の気分がよくなるようなことをした」など相手の気分を高揚させて別れを回避しようとする項目に負荷がみられたので「恋人高揚方略因子」($\alpha = .600$)とした。第6因子は、「しばらく時間をおくことを提案した」、「しばらく距離を置くことを提案した」など別れを遅らせようとする項目がみられたので「遅延方略因子」($\alpha = .600$)とした。

別れを切り出された側の対処として、別れの申し出を拒否し関係維持を懇願する方略、相手と話し合う方略がみられた。他方、本意ではないが相手の考えに譲歩しよう、相手からの別れの申し出を受け入れようという方略もみられた。さらに、別れを既に確信したためなのか、相手に怒りをぶつけたり、相手を非難する方略もみられた。

Table 1 関係崩壊時の対処方略(別れを切り出された側)の因子分析の結果(バリマックス回転後)

項 目	因子1	因子2	因子3	因子4	因子5	因子6	共通性
関係維持懇願方略							
41. 自分の悪いところを直すことを主張した。	.845	.304	.139	-.081	.048	.104	.937
5. 考え直してくれるよう懇願した。	.826	.030	-.134	.017	.093	.041	.954
37. 悲しい気持ちを相手に伝えた。	.815	.245	.095	.052	-.156	-.086	.923
25. 「別れたくない」という自分の気持ちを強く主張した。	.782	.279	-.052	.126	.118	.037	.943
42. やり直す機会(チャンス)をくれるようお願いした。	.768	.117	-.055	.044	.120	.116	.911
3. 相手への気持ち(まだ好きであること)を伝えた。	.763	.164	.072	.052	.057	.139	.892
22. 別れたくない理由を丁寧に説明した。	.752	.209	-.153	-.063	.231	-.084	.912
39. 別れた後の自分のつらさを伝えた。	.686	.167	.281	.124	.323	-.107	.914
9. 相手に対して自分の悪いところを謝った。	.670	.115	.315	.042	.111	-.008	.858
1. 別れの原因となる問題を解決しようとした。	.590	.422	-.072	.015	.054	.125	.930
14. 相手の目の前で泣いた。	.549	-.124	.279	-.121	.005	.022	.759
31. 自分にとって有利な結果を得ようとした。	.541	.198	.013	-.012	.117	-.470	.943
説得・話し合い方略							
28. お互いの満足するような結論を見つけ出そうとした。	.395	.676	.001	-.075	.131	-.086	.873
27. 二人が納得いくまで話し合った。	.395	.648	-.094	.115	.036	.130	.914
32. お互いにとって良い結果になるように考えた。	.155	.596	-.028	.148	.302	-.138	.827
26. いったん、相手の気持ちを受け止めようとした。	.105	.560	-.078	.457	.127	.298	.851
恋人非難方略							
6. 相手に怒りをぶつけた。	.021	.038	.897	-.137	-.127	-.026	.919
12. 相手の嫌な部分を述べた。	.137	.271	.769	-.138	-.108	-.028	.857
15. 相手を非難する発言をした(相手をののしった)。	.014	-.317	.659	-.057	.095	.216	.920
19. 相手の言うことを無視した。	.131	-.205	.559	-.380	.091	-.092	.831
譲歩・受容方略							
18. 相手との衝突を避けようとした。	.092	-.027	-.051	.786	.062	-.166	.891
17. 相手の要求にできるだけ従うようにした。	.228	.015	-.029	.720	-.009	-.091	.846
34. できるだけ相手の望みどおりにした。	-.068	.128	-.229	.670	.207	-.072	.917
23. 相手の考えを認めた。	-.290	.266	-.114	.487	-.111	.126	.900
恋人高揚方略							
35. 相手が喜ぶことをしようとした。	.052	.197	-.046	.218	.706	-.109	.860
21. 相手の気分がよくなるようなことをした。	.434	.125	-.153	.050	.529	-.097	.875
38. 相手の友人に仲を取り持ってもらおうとした。	.230	.091	.072	-.160	.463	.095	.829
遅延方略							
7. しばらく時間をおくことを提案した。	.341	.157	.052	-.296	.032	.712	.964
24. しばらく距離を置くことを提案した。	.233	.371	-.017	-.129	.035	.634	.913
29. 相手にできるだけ会わないようにした。	-.268	-.106	.112	-.072	.127	.317	.681
残余項目							
16. お互いの妥協点を探そうとした。	.522	.320	.076	-.155	.133	.155	.817
20. 自分にとって有利な結果を出そうと仕向けた。	.495	.130	.073	.021	.176	-.471	.907
30. 別れた後の相手のつらさを説明した。	.432	.138	.378	.394	.254	-.140	.901
40. 相手の自分に対する気持ちをもう一度確認した。	.490	.536	.171	.175	-.061	.301	.910
4. 二人で楽しく過ごしていたときの話をした。	.369	.533	.367	-.108	.249	.116	.958
2. いったん、相手の考えをよく聞いた。	.340	.525	-.200	.336	-.060	-.028	.814
10. 二人で楽しくどこか出かけることを提案した。	.158	.488	.095	-.243	.455	.143	.877
13. 別れ話から話題をそらした。	-.116	-.132	.526	.223	.515	.263	.881
8. 共通の友人に間に入ってもらった。	.182	-.028	.221	-.426	.325	.094	.878
33. ただ相手の話を黙って聞いていた。	-.102	-.071	-.100	.182	.023	-.089	.821
36. 別れた後の相手の幸せを考えた。	-.046	.233	-.090	.100	.322	.194	.815

N=57

3.3. 関係崩壊時の対処方略の使用

対処方略の使用傾向 別れを切り出された側が使用する6つの対処方略の使用傾向を分析した。その結果、別れを切り出された側が比較的多く使用していた方略は、お互いに話し合う説得・話し合い方略、相手に譲歩したり、相手の気持ちや考えを受け入れようとする譲歩・受容方略、情緒面から関係維持を懇願する関係維持懇願方略であった。他方、相手を非難する恋人非難方略や別れを先延ばししようとする遅延方略の使用はあまりみられなかった。

対処方略使用における性差 相手が自分と別れたいという関係崩壊時の対処方略の使用に性差がみられるか検討した(Table 2 参照)。各方略に対して1要因2水準の分散分析を行った。その結果、恋人非難方略において、有意差がみられた($F(1, 55)=5.52, p<.05$)。男性よりも女性の方が恋人非難方略を使用する傾向が高いことが示された。つまり、相手から別れたいと言われた場合の話し合いの際に、女性の方が男性よりも相手を非難したり、相手の悪口を言う傾向があることが明らかとなった。他の方略に性差はみられなかった。

Table 2 関係崩壊時における対処方略の平均値

対処方略	男性($N=40$)	女性($N=17$)
関係維持懇願	2.81 (1.12)	2.96 (1.21)
説得・話し合い	3.61 (1.03)	3.24 (1.08)
恋人非難	1.39 (0.65)	1.93 (1.04)
譲歩・受容	3.48 (0.98)	3.49 (1.11)
恋人高揚	2.33 (0.84)	2.02 (0.91)
遅延	2.47 (1.07)	2.27 (0.90)

注) 数値は平均値, 得点範囲1~5点, ()内は標準偏差

3.4. 対処方略使用後の関係崩壊率

対処方略使用の結果、親密な関係がどのように変化したかを分析した。相手から別れを切り出されたという立場で話し合いをしたことのある57名を対象に結果を分析した(Figure 5 参照)。その結果、「この話し合いで別れが成立した」という人が66.7%, 「それ以降の話し合いで別れが成立した」という人が5.3%, 「一度修復したが3カ月以内に別れた」という人が15.8%, 「関係が修復した」という人が12.3%(57人中7人)であった。1回の話し合いで関係崩壊が成立する確率は非常に高かったが、対処方略の使用により関係が修復したという人が約10%いた。

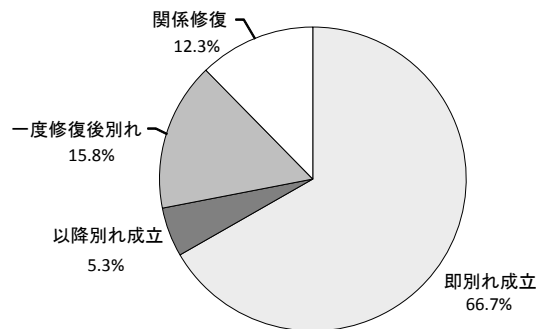


Figure 3. 対処方略使用後の関係変化

3. 5. 別れを切り出された側の対処方略がその後の二者関係に与える影響

別れを切り出された側の対処方略(6 因子)がその後の二者関係にどのような影響を与えているかを検討するために、その後の二者関係(この話し合いで別れが成立した～関係が戻った)を従属変数、対処方略の6 因子を説明変数とする重回帰分析を行った(Table 3 参照)。決定係数は $R^2 = .235$ であり、説明率は高くはなかった。対処方略以外の要因の影響が考えられる。説明変数の中で、関係修復に有意な影響を与えていたのは関係維持懇願($\beta = .310$)であった。関係崩壊時に、相手に対して関係の維持を懇願する方略を使用している人ほど、関係を修復できる可能性が高いことがわかる。他の方略において有意な影響はみられなかった。

Table 3 別れを切り出された側の対処方略の影響

説明変数	標準偏回帰係数(β)	有意確率
関係維持懇願	.310 *	.049
説得・話し合い	.137	.399
恋人非難	-.076	.572
譲歩・受容	-.210	.146
恋人高揚	.066	.647
遅延	.105	.436
従属変数: その後の二者関係		* $p < .05$ $R^2 = .235$

4. 考 察

本研究の第1の目的は、現代青年における別れ話の経験率について調べ、相手から別れを切り出されたという別れ話の経験率などを明らかにすることであった。第2の目的は、恋愛関係の崩壊時において、別れを切り出された側がどのような対処方略を用いているかを調べることであった。第3の目的は、相手から別れを切り出された恋愛関係崩壊時の対処方略使用の結果、二者関係がどのように変化したかを調査し、対処方略の影響を検討することであった。

4.1. 現代青年における別れ話の経験率と相手からの別れ話の経験率

現代青年における別れ話の経験率などを調べた。その結果、148人の調査参加者のうち、これまでに異性とつきあった経験のある人は、103人(69.6%)であった。それらの恋愛経験者103名に対して、これまでに恋人と別れ話をしたことがあるかを尋ねた。その結果、一度でも別れ話を経験したことがある人は、87人(84.5%)であった。ただし、これは別れ話の経験であるので、実際に別れたとは限らない。また、別れ話の経験者に対して、相手(恋人)が自分と別れたという立場で別れ話をされたことがあるかを尋ねた。その結果、相手(恋人)からの別れ話を経験した人は、57人であり、別れ話の経験者の65.5%であった。したがって、現代青年の約70%は恋愛経験があり、その中の約85%が別れ話の経験があり、約66%は相手から別れ話をされた経験があった。

4.2. 関係崩壊時における別れを切り出された側の対処方略

本研究では、相手から自分が別れを切り出されたという立場で別れ話をされた経験のある調査参加者を対象にして関係崩壊時の対処方略について調べた。関係崩壊時の対処方略項目に回答を求め、その評定値に対して因子分析を行った。多義性などを含んでいたと考えられる質問項目を取り除いた結果、6因子を抽出した。

第1因子は、「考え直してくれるよう懇願した」、「別れたくない理由を丁寧に説明した」など別れることを拒否し、情緒面から関係維持を懇願する「関係維持懇願方略因子」であった。この方略は、話し合いには応じているが「自分は別れたくない」ということを一方的に懇願するものであった。これは、加藤(2003)における強制スタイルと類似した方略であり、相手の利益に関係なく、自分の要求を通そうとする方略であった。第2因子は、「二人が納得いくまで話し合った」、「お互いの満足するような結論を見つけ出そうとした」など相手と話し合ったり、相手の説得に対して抵抗しようとする「説得・話し合い方略」であった。これは、和田(2000)における説得・話し合いの対処行動と類似したものであった。また、対人葛藤方略における藤森・藤森(1992)の統合型、加藤(2003)の統合スタイルに近い方略であった。積極的に相手とよく話し合い、お互い納得した上で結論を導きだそうとする方略であった。次に、第3因子は、「相手に怒りをぶつけた」、「相手を非難する発言をした」など相手の悪いところを指摘したり、非難したりする「恋人非難方略」であった。この方略は、藤森・藤森(1992)における個別型に近い方略であった。この方略は、二者間の関係崩壊を修復するのではなく、別れを切り出してきた相手に怒りをぶつけ、相手を非難するものであり、使用者は既に関係崩壊を受け入れたうえ

で実施していると考えられた。

第4因子は、「相手の要求にできるだけ従うようにした」、「相手の考えを認めた」など相手に譲歩したり、相手の気持ちや考えを受け入れようとする「譲歩・受容方略因子」であった。これは、和田(2000)における消極的受容と同様の方略であり、納得はしていないが相手の考えを尊重して別れることを受け入れるという方略であった。第5因子は、「相手が喜ぶことをしようとした」、「相手の気分がよくなるようなことをした」など相手の気分を高揚させて別れを回避しようとする「恋人高揚方略因子」であった。この方略は、恋人の気分を良くして関係修復を狙おうとするものであった。最後に、第6因子は、「しばらく時間をおくことを提案した」、「しばらく距離を置くことを提案した」など別れを遅らせようとする「遅延方略因子」であった。この方略は、和田(2000)における回避・逃避と同様であり、相手との距離や時間をおくことで別れを避けよう、あるいは延期させようとする方略であった。

本研究で得られた6因子の結果を先行研究の結果と比較する。関係崩壊時において、一方的にそれを拒否し、関係維持を懇願する方略がみられた。この方略は、牧野(2013)における別れる側の自己主張方略や対人葛藤方略における強制スタイル(加藤, 2003)と類似した方略であり、相手の考えを無視する方略であった。この方略は和田(2000)にはみられなかったが、おそらく和田(2000)では話し合いの内容まで検討しなかったからであろう。次に、積極的に相手が納得するまで話し合うなど説得・話し合い方略は、牧野(2013)の別れを切り出した立場での説得・話し合い方略や和田(2000)の説得・話し合いの対処行動と類似したものであった。これらは、対人葛藤方略における藤森・藤森(1992)の統合型、加藤(2003)の統合スタイルにも近い方略であった。他方、納得はしていないが相手の考えを尊重して別れを受け入れる譲歩・受容方略は、和田(2000)における消極的受容に非常に類似した方略であり、相手の気持ちを尊重する方略とも考えられた。この方略は、相手の要求を受け入れる方略であり、対人葛藤方略(藤森・藤森, 1992; 加藤, 2003)と別れを切り出した側の方略(牧野, 2013)にはみられなかった。最後に、相手の悪口を言ったり、批判したりする恋人非難方略は、対人葛藤における個別型(藤森・藤森, 1992)に近く、相手を攻撃する方略であった。この方略は、別れを切り出した側にもみられた(牧野, 2013)が、和田(2000)にはみられなかった。したがって、本研究の6因子は、先行研究の和田(2000)との整合性が非常に高いといえる。ただし、和田(2000)における“説得・話し合い”の内容を関係維持懇願などに細分化した点、さらに、和田(2000)にはみられなかった恋人非難方略や恋人高揚方略を抽出したところに相違点がみられる。

4.3. 関係崩壊時の別れを切り出された側の対処方略の使用と性差

因子分析により抽出された6つの対処方略の使用傾向を分析した。その結果、別れを切り出された側が多く使用していた方略は、関係維持懇願方略、説得・話し合い方略と譲歩・受容方略であった。これらの方略の使用は、別れを切り出された時点での切り出された側の目的により異なっていた。積極的に、関係を続けたい、関係を修復したいという目的をもっていた人は、相手と話し合いを持ち、相手を納得させて関係を修復する方略を用いていた。あるいは、相手の気持ちは考慮せずに、一方的に別れに抵抗する方略を使っていたといえる。他方、相手の気

持ちや考えを受け入れようという目的をもった人は、納得はしていないが消極的に別れを受け入れるという方略を取ったと考えられる。また、方略の使用頻度は低かったが、相手からの別れの提案により怒りを感じ、相手を攻撃しようという目的を持った人は、相手を非難する方略を用いていた。方略の使用は、関係崩壊時の使用者の目的により区別されていると推測される。

次に、関係崩壊時の別れを切り出された側の6つの対処方略の使用に性差がみられるか検討した。その結果、恋人非難方略において、性差がみられた。男性よりも女性の方が恋人非難方略を使用する傾向が強いことが示された。つまり、相手から別れを切り出された場合の話し合いの際に、女性の方が男性よりも相手を非難したり、相手の悪口を言う傾向があることが明らかとなった。牧野(2013)では、別れを切り出す場合にも女性は男性よりも相手を非難することが明らかとなっている。これは、別れの決定権の性差によると思われる。松井(1993)によると、別れ話の際に別れの決定権を持つのは女性の方が多く、強い立場にあることがわかっている。したがって、強い立場にある女性が男性に比べて、相手を非難すると考えられる。

4.4. 対処方略使用後の関係崩壊率と別れを切り出された側の対処方略の影響

対処方略使用の結果、親密な関係がどのように変化したかを分析した。その結果、相手が自分と別れたいという立場の話し合いにおいて、1回の話し合いで別れが成立した人の割合は約70%であった。他方、別れを切り出された立場で対処方略を使用して、関係が修復した人は約12%であった。次に、別れを切り出された側が使用した対処方略のその後の二者関係への影響を検討した。その結果、関係維持懇願方略が関係修復を促進する影響がみられた。しかし、その影響力は小さかった。他の方略の影響はみられなかった。これは、別れを切り出された側は、話し合いや相手の気分をよくすることよりもただ関係の維持をお願いする方が関係修復には効果的であること、そして、関係修復には他の要因の影響が大きいことを示唆している。これらのことから、対処方略の中で関係修復を目的とする関係維持懇願方略はその目的達成に多少の効果をもつことが示唆されたが、相手から別れを切り出された場合においては、別れが成立する可能性が非常に高かった。また、関係崩壊の成立には、関係崩壊の程度、恋愛関係の進展度、お互いのコミットメントなど対処方略以外の他の要因の影響が大きいことが推測される。

4.5. 本研究の問題と今後の課題

最後に本研究の問題点と今後の課題について触れる。まず、本研究の問題点として、分析対象者が少ないことがあげられる。調査参加者は全体では148名であったが、その中で恋愛経験者は103名であった。また、相手から別れを切り出されたことのある経験者は57名であった。これらの分析対象者数は、本研究の結果を一般化するには十分な量とは言えないだろう。また、本研究では、調査参加者の男女比が、男：女=2：1であった。恋愛関係の研究においては、性差の検討を行う必要もあるため、男女比をできるだけそろえる必要があるだろう。今後、さらに多くのデータサンプルを取り、分析対象者を増やしていく必要があるだろう。さらに、本研究の対処方略項目は、対人葛藤における解決方略(藤森・藤森, 1992)や大学生の対人葛藤方略スタイル(加藤, 2003)を参考にして作成したものと牧野(2013)の対処方略を改訂して使用し

た。しかしながら、葛藤の想定場面が関係崩壊とは異なることや多義性を含む文があったことなどから除外される項目が多くみられた。今後、質問項目の内容についても再検討していく。

次に、今後の課題について触れる。まず、第1に、関係崩壊時の別れを切り出された側の対処方略の組み合わせを検討する必要があるだろう。本研究では、関係崩壊時の別れを切り出された側が使用した対処方略を調査した。しかしながら、実際の関係崩壊の場面においては、いくつかの方略を組み合わせで使用することも考えられる。本研究の調査では、方略の組み合わせについては検討していない。例えば、説得・話し合い方略の使用後に、譲歩・受容方略を使用することもあるかもしれない。したがって、今後、関係崩壊時の対処方略の組み合わせとその効果についても検討していく必要があるだろう。第2に、関係崩壊過程のプロセスに関する時系列的な研究が必要であろう。本研究は、過去の関係崩壊時を想起して回答してもらうという想起法を用いている。したがって、時系列的に検討していくことは非常に困難であった。しかしながら、関係崩壊においてはそのプロセスが非常に重要であり、現在進行形の関係崩壊を取りあげ、ペアデータなどを用いて分析していくことも必要であろう。

引用文献

- Agnew, C. R., Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 939-954.
- 浅野良輔・堀毛裕子・大坊郁夫 (2010). 人は失恋によって成長するのか—コーピングと心理的離脱が首尾一貫感覚に及ぼす影響— *パーソナリティ研究*, **18**, 129-139.
- 藤森立男・藤森和美 (1992). 人と争う 松井豊(編) 対人心理学の最前線 サイエンス社 Pp. 141-151.
- 石本奈都美・今川民雄 (2003). 青年期における恋愛関係崩壊による心理的变化に関する要因について 対人社会心理学研究, **3**, 39-45.
- 加藤 司 (2003). 大学生の対人葛藤方略スタイルとパーソナリティ, 精神的健康との関連性について 社会心理学研究, **18**, 78-88.
- 牧野幸志 (2013). 関係崩壊における対処方略とその効果(1)—親密な人間関係の崩壊時における対処方略の探索— 経営情報研究, **21(1)**, 19-33.
- 松井 豊 (1990). 青年の恋愛行動の構造 心理学評論, **33**, 355-370.
- 松井 豊 (1993). 恋ごろの科学 サイエンス社
- 宮下敏恵・斉藤淳子 (2002). 青年期における恋愛関係崩壊後の心理的反応とその有効性について 上越教育大学研究紀要, **22**, 231-245.
- 中嶋直美・兒玉憲一 (2012). 大学生の対人関係喪失における対処方略と悲嘆反応の関連 広島大学大学院心理臨床教育センター紀要, **11**, 126-138.
- 小此木啓吾 (1979). 対象喪失—悲しむということ— 中公新書
- 小此木啓吾 (1997). 対象喪失とモーニング・ワーク 松井 豊(編) 悲嘆の心理 (pp. 113-134) サイエンス社
- 嶋 信宏 (1991). 大学生のソーシャルサポートネットワークの測定に関する一研究 教育心理学研究, **39**, 440-447.
- Simpson, J. A. (1987). The dissolution of romantic relationship: Factor involved in relationship and emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, **53**, 683-692.
- Sorenson, K. A., Russell, S. M., Harkness, D. J., & Harvey, J. H. (1993). Account-making, confiding, and coping with the ending of a close relationship. *Journal of Social Behavior and Personality*, **8**, 73-86.
- 和田 実 (1994). 恋愛に対する態度尺度の作成 実験社会心理学研究, **34**, 153-163.
- 和田 実 (2000). 大学生の恋愛関係崩壊時の対処行動と感情および関係崩壊後の行動的反応—性差と恋愛関係進展度からの検討— 実験社会心理学研究, **40**, 38-49.
- 和田 実 (2002). 恋愛と性行動 和田 実・諸井克英(著) 青年心理学への誘い—漂流する若者たち— ナカニシヤ出版 Pp. 87-106.

- 和田 実 (2004). 性に対する態度および性行動の経年変化とそれらの規定因－ 3 回の調査データの比較 思春期学, **22**, 481-494.
- 山下倫実・坂田桐子 (2005). 恋愛関係とその崩壊が自己概念に及ぼす影響 広島大学総合科学部紀要IV理系編, **31**, 1-15.
- 山下倫実・坂田桐子 (2007). 恋愛関係崩壊からの立ち直り過程の個人差と心理的健康との関連 日本社会心理学会第48回大会発表論文集, 498-499.
- 山下倫実・坂田桐子 (2008). 大学生におけるソーシャル・サポートと恋愛関係崩壊からの立ち直りとの関連 教育心理学研究, **56**, 57-71.