

恋愛依存傾向尺度作成の試み —男女間における恋愛依存傾向の比較—

伊 福 麻 希¹⁾
徳 田 智 代²⁾

問 題

思春期・青年期は身体面・心理面の発達と異性との対人関係のあり方が深く関連し(富重, 1998), 異性という存在を意識し恋愛・性への関心が高まる時期で, 次第に異性と親密な恋愛関係を結んでいく。桂(1965)は, 幼少期から大学生までの各発達段階における異性愛の特徴を分析し, 高校生から大学生になるにつれて, 相手を理想化し全人格的に密着しようとする恋愛から, 現実主義を特徴とする恋愛へ移行することを述べている。また, 加藤(1987)も, 青年の手記や調査による研究から, 青年期の恋愛がそれまでの自己中心的な愛から成熟した愛へと発達することを示している。このように青年期においては, 思春期の異性を意識し始め, 相手を理想化したり片思いを中心とする恋愛から, 互いに独立した存在であることを認め合い, 実際に異性と交際し親密な関係を作っていく恋愛に移行していく人が多い。

そのような時期の中で, 青年達は恋愛によってどんな問題や障害にも打ち勝つことができるという恋愛のパワーを信じたり(和田, 1994), 恋愛によって精神性, 生活, 人生の質的な向上が起こるととらえていることが明らかにされている(上野, 2004)。このように恋愛によって自身がより向上できると感じたり, 異性との交際を通して互いを認め, 信頼し合うことで安らぎや安心感を得たりするというように, 恋愛をポジティブなものとして捉える人がいる反面, 異性と対人関係を持つことに対し極端に高い不安を持ったり(富重, 2000), 異性に過度に依存し相手に自分の自我が取り込まれるような嗜癖的な恋愛関係を作ってしまう

場合もあるとされている。

青年期における依存性の研究は, 高橋(1968)の女子青年に対し年齢と共に依存の様式が変化することを検討した研究や, 赤星(1983)の母親と女子青年の発達過程内の対人関係における結婚観と依存性について検討した研究などのように, その多くが幼少期から青年期への心理的発達とからめた対人依存性について測定したものである。また渡辺(2002)は依存を, 互いに支え合いポジティブな相互作用をもたらす「よい依存」と, 自身の安心のために他者をコントロールしようとし, 結果苦しむことになる「悪い依存」に分けてとらえ, その視点から対人関係での様々な依存について事例を挙げて述べている。このような対人関係の依存に関する研究の中で, 恋愛場面において異性に依存する恋愛依存という対人関係上の依存があることが伊東(2000), Mellody(1992), 岩崎(1999, 2004)らによって示されている。

そもそも, 青年の恋愛や異性に対する態度における研究は, 青年心理学や社会心理学の分野で多く行われており, 和田(1994)や松井ら(1990)の青年の恋愛に対する態度や恋愛関係を測定する尺度の作成, 松井(1990, 1993)の青年の恋愛行動構造に関する研究, 金政・大坊(2003)や琢摩・戸田(1988)の愛着スタイルから青年期の対人態度について検討した研究などがある。また, 家族関係と異性に対する態度に焦点を当てた研究としては, 宮下・村山(1996)の青年の恋愛観と親子関係に焦点を当てた研究が挙げられ, このような青年期の恋愛や異性への態度における研究は近年において数多くなされている。しかし, 先に述べた恋愛依存という恋愛場面での異性における依存につい

1) 久留米大学大学院心理学研究科
2) 久留米大学文学部

ては、事例による質的研究はいくつかなされているものの、その客観的な測定や青年に対する量的調査は行われていない。そこで本研究では、Mellody (1992)、松井ら (1990) の LETS-2 などを参考に、恋愛場面での異性に対する依存性尺度の作成を試み、青年の恋愛依存傾向についての量的調査を行い、一般的な青年に恋愛依存傾向が見られるか、それらに男女差が見られるかについて検討し、先に述べたような嗜癖的な異性関係や異性への依存性という面から、青年の恋愛のあり方について明らかにする。

恋愛依存の定義

依存は大きく分け、アルコールや薬物などの物質の摂取による物質依存、ギャンブルや買い物などの行為のプロセスに依存するプロセス依存、対人関係において依存する対人関係依存の三つに分けられる (岩崎, 1999; 信田, 2000)。恋愛依存は、このうちの対人関係に対する依存で、アルコールやドラッグ、ギャンブルに対する依存のように、目に見える統一された症状があらわれない場合が多く、その定義や用語ははっきりと定められていない。例えば、伊東 (2000) は恋愛依存を上位概念とし、その下位概念に共依存、回避依存、ロマンス依存、セックス依存を位置付けており、アルコールやドラッグなどと同様に、恋愛・ロマンス・恋人・セックスに取り憑かれている状態とし、岩崎 (1999) はたび重なる異性関係において社会的、経済的、身体的不利益を被るにもかかわらず、中止することができない状態で、共依存の一つとして恋愛依存をとらえている。また、Mellody (1992) は、恋愛依存とは恋愛感情を抱いている他者に依存・束縛し、その人の面倒を見ることに強迫的に集中した状態になることで、意識上での見捨てられに対する恐れや無意識上での親密さに対する恐れを持ち、他者に対し強迫的に過度の時間や価値を与える、自己管理がおろそかになるなどの行動が見られるとしている。この様に恋愛依存においては各研究者によって捉え方が異なるものの、恋愛依存において共依存が深く関わっていることは明らかである。この共依存という概念に対しても、専門家によって多様で曖昧な定義がなされているが、代表的な定義づけとしてアルコール依存症者の妻のように、依存という状態を許し、依存症者の行動を支配しようとする人、他者や他者が抱える問題への嗜癖、あるいはその問題との関係性への嗜癖が挙げられ、関係性や症状を表す言葉として用いられている (信田, 2000)。

本研究では恋愛依存を、Mellody (1992) による恋

愛依存症者の行動、特徴をもとに、「一人でいることやパートナーがいないことに耐えられず、恋愛関係・親密な友人関係にある異性に過度に執着・依存しその人のために尽くす、あるいは見捨てられることを恐れ自己犠牲的な行動をとっている状態」と定義する。

方 法

1. 被験者

県内の大学生または仕事をしている青年期の男女を対象に行い、有効回答者は男性115名、女子157名の計272名 (平均21.8歳) であった。

2. 質問紙の作成

①Mellody (1992) より恋愛依存者の症状、特徴、行動に関する24項目、②松井ら (1990b) LETS-2 Mania より4項目、③大学生8名、社会人11名に対して、恋愛面での依存に関する質問 (あなたの周囲で恋人に頼りすぎているのではないかと感じる人はいますか、そう思うのはその人のどんな所や行動ですか、など) から得られた8項目の計36項目。回答形式はこれらの質問に対し、異性を一人思い浮かべながら「非常にあてはまる」「ややあてはまる」「どちらとも言えない」「あまりあてはまらない」「全くあてはまらない」の5件法で行った。なお、質問のはじめに思い浮かべた異性との関係 (恋人、友人、好きな人など) を記入してもらった。

3. 手続き

調査は質問紙法により行い、2004年8月から10月にかけて実施した。

結果と考察

1. 恋愛依存傾向尺度の因子分析

得られたローデータ (n=272) について、重みなし最小二乗解、バリマックス回転による因子分析を行った (SAS 9.1.3)。因子数は、スクリープロットを用いて、4因子 (累積説明率46.41%) を採用した (表1)。

結果から、第1因子は「彼 (彼女) には、いつも私のことだけを考えてほしい」、「彼 (彼女) は私だけのものであってほしい」などの、相手に対し無条件的な受容や愛情を求める項目から成っており、『無条件的愛情希求』と命名した。第2因子は、「彼氏 (彼女) などのパートナーがいないときは何もやる気がなくなる (※逆転項目)」、「彼 (彼女) は心の支えになっている」などの、相手と付き合う中で色々なことをがんばることができたり、元気が出たりなど、相手の存在によって自身の成長や向上をはかる事ができるという

表1 恋愛依存傾向尺度の因子分析

項目	愛情希求	心理的支え	パートナー中心	孤独への恐れ	共通性
19.彼(彼女)には、いつも私のことだけを考えてほしい	0.679	-0.099	0.302	0.074	0.567
16.彼(彼女)は、私だけのものであってほしい	0.630	-0.177	0.267	0.011	0.500
20.彼(彼女)には、常に私を認め受け入れてほしい	0.618	-0.281	0.073	-0.025	0.466
26.彼(彼女)には、どんなことでも私の味方になってほしい	0.512	-0.380	0.026	0.024	0.407
33.もしも彼(彼女)と別れたり離れたりすることがあったら、私は生きていけないと思う	0.418	-0.149	0.332	0.150	0.329
21.彼氏(彼女)などのパートナーがいないときは何もやる気がなくなる	0.401	-0.032	0.220	0.354	0.336
22.彼(彼女)は心の支えになっている	-0.254	0.741	-0.111	0.159	0.651
29.彼(彼女)のことを思い浮かべて元気を出すことがある	-0.076	0.727	-0.158	-0.044	0.561
25.彼(彼女)と付き合っ中で色々なことをがんばれる	-0.245	0.676	-0.234	-0.006	0.571
30.私が間違っただけをしている時には、彼(彼女)にはっきり注意してほしい	-0.064	0.531	-0.037	-0.001	0.288
8.自分に用事があっても、彼(彼女)に呼び出されたらかけつける	0.151	-0.158	0.734	0.170	0.616
2.体調が悪くても、彼(彼女)に呼び出されたら出掛ける	0.151	-0.181	0.699	0.043	0.547
15.彼(彼女)との時間を何よりも優先させ、そのため自分の時間がなくなっても構わない	0.427	-0.010	0.553	0.133	0.506
12.彼(彼女)のことばかり考えて、他の事が手につかなくなる	0.212	-0.224	0.496	0.415	0.514
3.彼(彼女)と親しくなることに、不安を感じる	-0.141	0.106	0.070	0.619	0.420
6.一人でいるとたまらなく不安になる	0.304	-0.158	0.132	0.545	0.431
1.彼氏(彼女)などのパートナーがいないという寂しさに耐えられなくなる	0.339	-0.273	0.212	0.474	0.459
7.彼(彼女)とはどこか距離を置いて接してしまう	-0.251	0.236	-0.032	0.466	0.336
10.彼氏(彼女)などのパートナーがいない自分には価値がないと思うことがある	0.300	0.072	0.150	0.442	0.313
因子寄与	2.622	2.383	2.091	1.721	8.817
因子寄与率	13.80%	12.54%	11.01%	9.06%	
累積寄与率		26.34%	37.35%	46.41%	

項目から構成され、『パートナーの心理的支え』と命名した。第3因子は、「自分に用事があっても、彼氏(彼女)に呼び出されたら出掛ける」「彼(彼女)との時間を何よりも優先させ、そのために自分の時間が無くなって構わない」などの、自身よりも相手のことを優先させ、中心とする項目が多く見られ、『パートナー中心的態度』と命名した。第4因子は、「一人でいるとたまらなく不安になる」、「彼氏(彼女)などのパートナーがいないという寂しさに耐えられなくなる」などの、パートナーとなる相手がいないうる寂しさや一人でいることに対する不安、自身への無価値感などに関する項目から構成され、『孤独への恐れ』と命名した。クロンバックの α 係数を算出し信頼性(内的整合性)を検討した結果、第1因子(無条件的愛情希求)は $\alpha=0.78$ 、第2因子(パートナーの心理的支

え)は $\alpha=0.80$ 、第3因子(パートナー中心的態度)は $\alpha=0.79$ 、第4因子(孤独への恐れ)は $\alpha=0.63$ であり、いずれの因子においても高い信頼性が確認された。

以上の結果から、本研究での恋愛依存性を測定する質問紙は、『無条件的愛情希求』、『パートナーの心理的支え』、『パートナー中心的態度』、『孤独への恐れ』の4因子から構成されていることが分かった。このうち、『無条件的愛情希求』、『パートナー中心的態度』、『孤独への恐れ』の三つの因子はMellody(1992)が示す、他者に無条件的で確実な愛情を求め、自身よりも他者を最優先し過度の時間や関心を与え、見捨てられたり孤独を怖れるという恋愛依存症者の行動、特徴と一致しており、これらの項目は異性に対する恋愛依存性を測定していると考えられる。第2因子の『パー

トナーの心理的支え』は、恋愛依存症者に見られるようにパートナーに依存したりパートナーを中心とするのではなく、その存在を支えにしながら自身の成長に繋げるといふ、恋愛によるポジティブな効果を示していると思われる。青年にこのような恋愛に対する態度が見られることについては、和田（1994）や上野（2004）によって明らかにされている。しかし因子分析による項目分析において36項目中17項目が削除されていることや、信頼性係数の低い因子から成る項目が見られることから、尺度作成のためには今後、恋愛依存性の測定に適した項目を追加して、さらに検討する必要があると思われる。

2. 男女間における比較

回答の際に被験者と思い浮かべた異性との関係を記入してもらい、恋人、友人、好きな人、その他に分類したところ、好きな人、その他にあてはまる被験者数は非常に少なかったため、男女全体、男女恋人、男女友人間に絞ってt検定を行った（表2）。その結果、全てにおいて男性の平均が高く統計的に有意な結果が得られたことから、恋愛依存傾向には男女間で差があり、男性の方が恋愛依存傾向が高いと考えられる。また各因子ごとにt検定を行ったところ（表3）、第1因子は女性の方が、第2、第3因子は男性の方が有意に高いことから、女性は男性よりもどんなときも自分を受け入れ、味方してほしいという無条件的な受容や承認に関する依存が高く、男性は女性よりも相手の存在を心の支えとし、自分よりも相手のことを優先する項目において依存が高いと考えられる。第4因子については男女間に有意な差は見られず、今回の研究ではパートナーがいない寂しさや不安、孤独に関する依存においては、男女間で大きな差はないと考えられる。

次に、男女間で平均値の比較を行ったところ、特に差の見られた項目は、「一人の時間も大切であり、必要である」（ $t=16.01$, $df=270$, $p<.01$ ）、「彼女などのパートナーがいてもいなくても楽しい毎日が送れると思う」（ $t=4.58$, $df=270$, $p<.01$ ）であった。このことから、男性は女性に比べ彼女などのパートナーがいなくても、寂しさや孤独感を感じることは少なく、一人の時間を大切にしようとする傾向があると考えられる。その反面、「体調が悪くても彼女に呼び出されたら出かける」（ $t=2.85$, $df=270$, $p<.01$ ）、「自分に用事があっても彼女に呼ばれたらかけつける」（ $t=2.64$, $df=270$, $p<.05$ ）、「彼女との時間を最優先させ、そのために自分の時間が無くなっても構わない」

表2 各分類の平均値（標準偏差）と検定結果

	男性	女性	t値
全体	91.46 (15.49)	86.73 (14.67)	2.56*
恋人	92.63 (13.61)	87.65 (15.21)	1.66+
友人	87.25 (14.43)	82.47 (12.53)	1.86+

+ $p<.10$; * $p<.05$

表3 各尺度の平均値（標準偏差）と検定結果

	男性	女性	t値
愛情希求	15.87 (4.71)	17.24 (4.47)	-2.43*
心理的支え	9.28 (3.56)	7.89 (2.72)	3.64**
パートナー中心	10.95 (3.79)	9.42 (3.18)	3.60**
孤独への恐れ	11.36 (3.37)	11.53 (3.63)	-0.41

+ $p<.10$; * $p<.05$; ** $p<.01$

($t=3.31$, $df=270$, $p<.01$)、「彼女は心の支えになっている」（ $t=4.14$, $df=270$, $p<.01$ ）などの項目で女性よりも平均値が高く、相手の存在を心の支えとしつつも相手からの頼みに自己犠牲的に応じるという傾向が見られた。これらの結果から、男性の女性に対する態度や行動には、心の中で相手の存在を支えとした上で、女性から頼られたことに応えたい、頼りにされる存在でありたいというステレオタイプの意識が関係していると示唆される。

一方女性は、「彼に常に自分を認め受け入れて欲しい」（ $t=-3.45$, $df=270$, $p<.01$ ）、「どんなことに

も味方になってほしい」($t = -4.88$, $df = 270$, $p < .01$), などの項目において得点が高かった。このように相手からの無条件的な受容や承認において平均値が高いことから、女性の方が一人であることに孤独を感じやすく、異性に対する無条件的な受容という場面において依存が強いと考えられる。このような女性の異性に対する態度は、表3における第1因子の女性の得点が有意に高かったことから裏付けられる。

同様に、男女の比較を恋人間、友人間で行った。恋人間では特に差の見られた項目は、「一人の時間も大切であり、必要である」($t = 10.51$, $df = 121$, $p < .01$), 「彼(彼女)にはどんなことにも味方になってほしい」($t = 3.68$, $df = 121$, $p < .01$), 「どんなに困った時も彼(彼女)には頼らない方だ」($t = 4.63$, $df = 121$, $p < .01$)で、男性は自分自身の時間や生活を大切にし、女性に比べ恋人に頼ることは少ないものの、恋人から頼られることに積極的に応じ、「自分だけのものであってほしい」という恋人に対する独占的な依存が見られた。それに対し、女性は恋人と行動を共にしたり、一緒に過ごすなどの目に見える形での依存的態度・行動や、「常に自分を受け入れ、味方になってほしい」という無条件的な受容や承認を求める傾向が見られた。

一方、友人間では、恋人間に比べ男女間における差がやや大きく、恋人間とは異なる項目において差が見られた。特に差の見られた項目は「一人の時間も大切であり、必要である」($t = 11.6$, $df = 109$, $p < .01$), 「彼氏(彼女)がいなくても楽しい毎日をおくることができる」($t = 4.26$, $df = 109$, $p < .01$), 「彼(彼女)は心の支えになっている」($t = 3.43$, $df = 109$, $p < .01$), 「彼(彼女)にはどんなことにも味方になって欲しい」($t = -2.53$, $df = 109$, $p < .05$)であった。この結果から男性は、自分の時間を大切にするとともに、恋人に対する場合と同様に異性の友人を心理的支えとする傾向が強く見られ、女性は異性の友人に対して、心理的支えというよりも無条件的な受容や承認を求める傾向が見られたが、その値は恋人間に比べ低かった。

以上の結果から男性は、自身の時間や生活を大切にする一方で、恋人や異性の友人を心の支えにし心理的な部分で女性に依存する、女性からの過度の頼まれごとに自己犠牲的に応じ、相手を中心とした行動をとったり意識を持つ、「自分だけのもの」として独占・支配するなどの傾向が見られた。表3の第2因子(パートナーの心理的支え)第3因子(パートナー中心的態度)において男性の平均得点が有意に高いことも、男

性のこれらの傾向を示していると考えられる。この結果は、松井ら(1990b)による相手の利益だけを考え、自己犠牲も厭わないAgape的な恋愛関係が男性に多いという研究結果や、伊東(2002)が「テストステロン」という男性ホルモンにより、男性の方がサディズム傾向が強く、攻撃的・支配的な行動をとりやすいことを示していることから裏付けられるだろう。しかし、伊東(2002)は近年、過保護や仕事などのストレスにより男性にテストステロンが減少し、マゾヒズム傾向の男性が増加しつつあることも述べている。また近年、女性の社会進出は目覚ましく、「女性の強さ」が取り上げられることも多いことから、男性の女性に対する独占・支配やAgape的な恋愛関係は、具体的な行動や態度での依存よりも「心の支え」としての女性への心理的依存を基盤とした上に成り立っていると考えられる。

一方女性は、恋人・友人を問わず、異性に対して無条件的な受容や承認を求める傾向が強く見られ、表3の第1因子(無条件的愛情希求)において女性の得点が有意に高いことから、これらの結果が裏付けられる。このことから、女性は相手に対し「常に自分を認め、受け入れて欲しい」「常に自分のことを考えて欲しい」と感じ、そのような面で依存しやすいのではないかと考えられる。香山(2004)は自身の臨床経験から、不倫関係や暴力行為などを行う男性と付き合う女性が、そのような相手でも誰もいないよりはいいと考えることに加え、「彼が傷つけるのは私だけだ」という特別感、かけがえのない自分という感覚を抱き、相手に対し依存的で離れられない場合が多々見られることを示している。小塩(2000)も女性において、独占欲が強く愛されていることを繰り返し確かめるなどの傾向が強いMania型と「注目・賞賛欲求」との間に正の相関が見られ、それらの背景に不安定な自己評価が存在し、その為に相手と一体化し常に注意を自分に向けていて欲しいという意識が働くことを示唆している。これらの結果からも、女性にとって「自分だけを見てくれ、無条件に受け入れてくれる存在」が重要であることが言えるだろう。

今回の研究では、異性に対する恋愛依存傾向尺度の作成を行うとともに、恋愛場面での依存に対して、男女間でどのような差があるのかについて検討した。その結果、男性の方が女性よりも依存性尺度得点が高く、異性の恋人や友人に対して男性と女性では異なる場面における依存が見られた。今後は、適した項目の更なる追加や、恋愛依存に深く関係している「共依存」に

関する項目で、「必要とされる」事を必要とする、相手を放っておけないなどの項目の追加について検討し、項目数を増やして再度調査を行うことで、現代青年の恋愛依存傾向についてより深く理解できると考えられる。

謝 辞

本研究を行うにあたり、久留米大学の学生の皆様をはじめ、調査にご協力いただいた方々に深く感謝致します。

引用文献

- 赤星礼子 1983 女子短大生の結婚観と依存性 活水女子短期大学紀要 第26集, 35-50.
- 堀毛一也 1994 恋愛関係の発展・崩壊と社会的スキル 実験社会心理学研究, 34, 第2巻, 116-128.
- 伊東 明 2000 恋愛依存症 KK ベストセラーズ.
- 伊東 明 2002 恋ができないうまくいかない あなたのための恋愛心理学 恋するココロ & 恋するカラダ37のレッスン 株式会社アスペクト.
- 岩崎正人 1999 ラブ・アディクション 恋愛依存症 五月書房.
- 岩崎正人 2004 世話をやく女と束縛する男 愛に依存する人々 日本放送出版協会.
- 金政祐司・大坊郁夫 2003 青年期の愛着スタイルが親密な異性関係に及ぼす影響 社会心理学研究, 19, 第1号, 59-76.
- 加藤隆勝 1987 青年期の意識構造・その変容と多様化 誠信書房.
- 桂 広介 1965 愛情の発達心理学 金子書房.
- 香山リカ 2004 恋愛不安 講談社 pp.83-108.
- 小塩真司 2000 青年の自己愛傾向と異性関係 —異性に対する態度, 恋愛関係, 恋愛経験に着目して 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 心理発達科学 47, 103-116.
- 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・木賊知美・立澤晴美・大久保宏美・大前晴美・岡村美樹・米田佳美 1990 青年の恋愛に関する測定尺度の構成 東京都立立川短期大学紀要, 23, 13-23.
- 松井 豊 1993 恋愛行動の段階と恋愛意識 心理学研究, 64, 第5号, 335-342.
- Mellody, Pia. 1992 Facing Love Addiction: Giving Yourself the Power to Change the Way You Love. San Francisco, CA: Harper San Francisco.
- 宮下一博・村山真澄 1996 青年における恋愛観と親子関係 千葉大学教育学部研究紀要, 第44巻, 13-17.
- 信田さよ子 2000 依存症 文芸春秋.
- 高橋恵子 1968 「女子青年における依存性の発達」 依田 新編『現代青年の人格形成』金子書房, 21-44.
- 富重健一 1998 異性交際への不安—青年期を中心に現代のエスプリ 至文堂 pp.52-62.
- 富重健一 2000 青年期における異性不安と異性対人行動の関係—異性に対する親和指向に関する他者比較・経時的比較の役割を中心に— 社会心理学研究, 15, 第3号, 189-199.
- 詫摩武俊 1986 青年の心理 改訂版 倍風館.
- 詫摩武俊・戸田弘二 1988 愛着理論から見た青年の対人態度 —成人愛着スタイル尺度作成の試み— 東京都立大学人文学報, 196, 1-16.
- 上野行良 2004 現代女子青年の恋愛に対する態度の諸側面 福岡県立大学人間学部紀要, 13, 第1号, 15-29.
- 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, 第2号, 153-163.
- 渡辺 登 2002 よい依存, 悪い依存 朝日新聞社.