

## 恋愛関係における統制感について<sup>1,2)</sup>

筑波大学心理学系 今野 裕之

Sense of control in romantic love

Hiroyuki Konno (*Institute of Psychology, University of Tsukuba, Ibaraki 305, Japan*)

In this study, the effects of sense of control on love satisfaction and need for privacy in romantic love was examined. A questionnaire survey was conducted of 64 college students who were engaging in romantic relationships, covering the following areas: (1) behavior and experience in romantic relationships (Matsui, 1990), (2) a sense of control scale, (3) love satisfaction, and (4) need for privacy and behaviors for making privacy. A correlation analysis showed that sense of control is positively related to love satisfaction. In addition, a path analysis showed that both need for privacy and behavior for making privacy are affected by sense of control. Theoretical implications and further perspectives were discussed.

**Key words:** love, sense of control, love satisfaction, privacy.

### 問 題

恋愛関係は相互依存的な関係であり、一方の行動が他方の行動を制限したり、決定したりすることがまある。たとえば、態度や嗜好の異なる恋愛ペアでは、一方の好む行動を他方が好まない場合が多く、そのため一方が本当にしたいこととは異なる態度や行動をとって相手に合わせることになるかもしれない。また、異なる生活時間帯を持つ二人が一定の共有時間を確保しようと思えば、一方もしくは両方が生活時間帯を変えざるを得ない。

もちろん、このような特徴は多かれ少なかれあらゆる対人関係に当てはまることと言えよう。しかしながら、愚執性(訛摩, 1973), 排斥性(Davis, 1985), 依存性(Critelli, et al., 1986)といった恋愛に特徴的な感情は、恋愛感情を持つ人を長い共有時間・密接な相互作用を行うよう動機づけるであろう。それゆ

え、恋愛関係の相互依存性は他の対人関係よりもいっそう強いものになる。そして、この密接な相互作用のために、恋愛関係においては一方が他方の行動を制限する可能性が高いのである。これを行動を制限される側(相手に行動を合わせる側)から見ると、相手に対して嗜好や態度、行動等を合わせる程度がはなはだしい場合、自分の行動が相手によって制限されているという感覚が強まり、ひいては行動を自分自身で統制できているという感覚が低下すると考えられる。本研究では、「恋愛関係において自分の行動を自分で統制・決定できているという感覚」を統制感と呼び、統制感が恋愛関係に及ぼす影響について検討する。

これまでの多数の研究が示すように、外界を自分自身でコントロールできているという感覚(統制感)は精神的健康と密接な関連がある。たとえば、Holder & Levi(1988)は、大学生を対象とした調査によって、内的統制(internal locus of control)が抑鬱や不安と負の相関を持つことを明らかにしている。また、Shulz(1976)は高齢者を対象としたフィールド実験によって、コントロール経験が精神的健康を向上させることを示している。さらに、宮田(1991)は学習性無力感に関する過去の研究を概観

1) 本研究の一部は日本社会心理学会第39回大会(1998)で発表された。

2) 本研究の結果は、佐藤健彦氏(現(株)第一勧銀情報システム)が筑波大学人間学類平成9年度卒業論文の際に採取したデータを再分析したものである。

し、コントロール知覚の欠如が無気力や抑うつを招くとしている。したがって、恋愛関係においても統制感の低下は恋愛関係に従事する人物をに対して心理的にネガティブな影響(欲求不満や怒り感情の生起等)を与えるとする予測できる。

そこで本研究では、恋愛関係における統制感と恋愛関係への評価(満足度や関係継続意志など)の関連を検討し、上記の予測を確認する。これが本研究の第1の目的である。

ところで、恋愛関係において統制感が低下した場合にどのような対処をとるのであろうか。対処法としては大まかに3つの方法があると考えられる。第1に恋愛関係を解消することである。第2には、統制感を低下を回復するよう相手に働きかけること。第3には、自分自身で自由に振る舞うことができるプライバシー環境を確保することである。本研究ではこの第3の対処法について検討を行う。具体的には、統制感とプライバシー確保欲求およびプライバシー確保行動との関連を検討する。

## 方法

**調査期日** 1997年11月～12月

**調査対象** 国立T大学の大学生および大学院生で、調査時点で恋愛関係にある異性恋愛ペア50組100名に対して調査を依頼した。回収された質問紙は32組(回収率64%)であった。

**質問紙** 質問紙は主として以下の項目から構成されていた。

- (1)統制感 恋愛関係における統制感を測定するため今回新たに項目を作成した。10の項目文からなり、回答形式は「非常によく思う」から「全くそう思わない」までの7件法であった。
- (2)恋愛関係の評価 ①関係満足度交際中に感じられるポジティブな感情を測定する項目として、「満足感」「幸福感」「喜び」「楽しさ」を設けた(7件法)。②関係継続予想:「一ヶ月後に相手と交際していると思うか」「一年後に相手と交際していると思うか」について尋ねた(7件法)。
- ③関係継続意志:「一ヶ月後に相手と交際していきたいか」「一年後に相手と交際していきたいか」「結婚したいか」の3点について尋ねた(7件法)。
- (3)同調行動 今回新たに項目を作成した。15の項目文からなり、回答形式は「非常によく合わせている」から「全く合わせていない」までの7件法であった。実際の項目文はAppendixに示した。
- (4)プライバシー確保欲求 今回新たに項目を作成

した。6項目からなり、回答形式は「非常によく思う」から「全くそう思わない」までの7件法であった。実際の項目文はAppendixに示した。

- (5)プライバシー確保行動 今回新たに項目を作成した。8項目からなり、回答形式は「非常によく当てはまる」から「全く当てはまらない」までの7件法であった。実際の項目文はAppendixに示した。
- (6)恋愛行動 調査対象者の恋愛行動の特徴を調べるため、松井(1990)の作成した恋愛行動の経験を尋ねる項目を実施した。
- (7)交際の特徴 交際期間、共有時間を過ごす場所、会う頻度、共有時間の長さを尋ねる項目を設けた。

上記項目群のうち、(1)統制感、(3)同調行動、(4)プライバシー確保欲求、(5)プライバシー確保行動の4項目群の作成に際しては、異性と交際中の大学生5名(うち男性4名)を対象に面接調査を行い、その結果を参考にした。面接の際に尋ねた事柄は「相手と一緒にいる際に感じる不快感や不満感の原因」「相手に合わせていること」「相手と一緒にではない時間を持ちたいと思うときの気持ち」「相手と一緒にではない時間を持つための方法」の4点であり、順に上記項目群の(1)、(3)、(4)、(5)に対応している。このうち「相手と一緒にいる際に感じる不快感や不満感の原因」の面接結果については、著者と心理学専攻の大学生1名が内容を検討、統制感の欠如に関わる事柄を選択し、それを項目作成の際の参考とした。

## 結果

### 対象者の恋愛行動の特徴

目的で述べた検討を行う前に、今回の調査対象者の特徴についてまとめておく。

**基本属性** 平均年齢は男性が21.5歳、女性は20.5歳であり、レンジは18歳～24歳であった。

**交際期間** 交際期間の平均は15.6ヶ月(SD=10.9)、レンジは2ヶ月～38ヶ月であった。

**恋愛行動** 恋愛行動に関する30項目の平均肯定数は23.0(SD=2.84)であった。また、身体接触および性行動に関する項目の肯定率はすべて100%であった。松井(1990)の段階理論に従って対象者の恋愛段階を判定すると、性的接触に関してはすべての対象者が第5段階に進展しているといえる。ただし、結婚の話をする(51.6%)、結婚の約束をする(29.7%)等の婚約に関わる行動については経験率が低くなっ

ていた。

**共有時間** 共有時間を過ごす場所は、自分の家・部屋(50.0%)と相手の家・部屋(50.0%)をあわせると100%になっていた。これは、今回の調査対象者には親と同居している者が居らず、互いの家を行き来しやすい環境にあるためと考えられる。また、相手と会う頻度は「毎日」が76.6%であり、頻繁に会っている様子がかがわれる。一日に会っている時間の長さについては、「6時間～9時間」が28.1%で最も多く、次いで「9時間～12時間」の23.4%になっていた。さらに、会う頻度と会っている時間の項目をクロスしてみると、「毎日会い、6時間以上一緒にいる」カップルが全体の62.5%になっており、今回の調査対象がきわめて長い時間を共有していることが示された。

### 統制感尺度の尺度構成

調査時には統制感尺度は10項目であったが、このうち2項目<sup>3)</sup>に関しては内容的に妥当でないと判断されたため、あらかじめ分析から除外した。統制感に関する8項目に対し主成分分析を行なったところ、「彼(彼女)と一緒にいるときにも、様々な物事を自分で決定できる」「彼(彼女)と一緒にいるときにも、時間的な拘束を受けることはない。」の2項目の第1主成分の負荷量がそれぞれ.37、.34と低くなっていた。また、項目一得点相関についてもこの2項目の相関係数が $r=.26$ 、 $r=.25$ と低くなっていたことから、これらを除いた6項目で尺度を構成することにした。そこで、尺度の信頼性を検討するため、クロンバックの $\alpha$ 係数を算出したところ、 $\alpha =$

.77であり、十分な信頼性を持つことが示された。

Table 1 に最終的に尺度項目として採用した6項目の信頼性の指標を示した。

次に、尺度得点の特徴を検討するため、性、交際期間、会う頻度、共有時間の長さ、恋愛行動経験数との関連を検討した。その際、交際期間と恋愛行動経験数については、尺度得点との相関係数を求め、性(男女2群)、会う頻度(「毎日」「数日に1回」の2群)、共有時間の長さ(「1時間～6時間」「6時間～12時間」「12時間以上」の3群)に関しては尺度得点の平均値の差の検定を行なった。その結果、統制感尺度と交際期間との間に $r=-.45$ ( $p<.001$ )の高い相関が認められ、交際期間が長くなるほど統制感が低下する傾向が示された。

また、統制感について恋愛ペア男女間の相関係数を算出すると、 $r=.52$ ( $p<.01$ )と高い値を示した。

### 統制感と恋愛評価の関連

本研究の第1の目的である統制感と恋愛に関する評価の関連を検討するため、統制感尺度と恋愛評価の諸測定との相関係数を求めた。結果をTable 2に示した。その結果、ほとんどの項目との間に有意な相関が示された。ただし、すでに述べた分析の結果、統制感と交際期間との間に高い相関があることが示されている。そこで、交際期間をコントロールして、統制感と恋愛評価の偏相関係数を求めた。その結果、やはり多くの項目との間に有意な関連が見いだされた。このことから、統制感が高いほど恋愛に満足し、恋愛を継続しようという欲求が高くなり、恋愛が今後も継続するだろうと予測するように

Table 1 統制感尺度の信頼性

項 目	第1主成分負荷量	項目一得点相関
1. 彼(彼女)と一緒にいるときにも、自分のペースで行動できる。	-0.69	0.51
2. 彼(彼女)と一緒にいるときには、自分の行動が制限されているような気がする。(R)	0.69	0.52
3. 彼(彼女)と一緒にいるときにも、気分や感情を素直に表に出せる。	-0.63	0.46
4. 彼(彼女)と一緒にいるときには、その人に振り回されていると感ずることがある。(R)	0.73	0.56
5. 彼(彼女)と一緒にいると、きゅうくつに感ずることがある。(R)	0.73	0.57
6. 彼(彼女)にあまり遠慮することはない。	-0.64	0.47

(R)は逆転項目

3) 「彼(彼女)の行動に合わせることが多い。」「彼(彼女)の考え方に合わせるが多い。」の2項目である。これらの項目は統制感というよりもむしろ同調行動を測定していると考えられたため、分析から除外した。

Table 2 統制感と恋愛評価の関連

評価項目	相関係数	偏相関
＜情緒の評価＞		
幸福感	0.20	0.11
満足感	0.27*	0.21
喜び	0.28*	0.24†
楽しさ	0.35**	0.32*
＜関係継続予想＞		
彼(彼女)と一ヶ月後に交際していると思いますか.	0.30*	0.21
彼(彼女)と一年後に交際していると思いますか.	0.23†	0.30*
＜関係継続意志＞		
彼(彼女)と一ヶ月後も交際していきたいと思いますか.	0.34**	0.27*
彼(彼女)と一年後も交際していきたいと思いますか.	0.28*	0.28*
彼(彼女)と結婚したいと思いますか.	0.24**	0.30*

\*\* : p<.01 \* : p<.05 † : p<.10

Table 3 統制感とプライバシー確保との関連

	同調行動	プライバシー確保要求	プライバシー確保行動
統制感	-0.53***	-0.47***	-0.40***
同調行動		0.25*	0.24†
プライバシー確保要求			0.53***

\*\*\* : p<.001 \*\* : p<.01 \* : p<.05 † : p<.10

なるといえる。

### 統制感とプライバシー確保欲求・行動の関連

本研究の第2の目的は統制感とプライバシー確保欲求・行動との関連を検討することであった。

はじめに、今回新たに作成した項目群である、同調行動尺度、プライバシー確保欲求尺度とプライバシー確保行動尺度について尺度構成を行った。結果は以下の通りである。(1)同調行動尺度15項目に対して、主成分分析を施したところ、すべての項目が第1主成分に対し.4以上の高い負荷を示した。内的整合性に関しても $\alpha = .87$ と高い値を示した。そこで、15項目の合計点を尺度項目とすることにした。

(2)プライバシー確保欲求尺度6項目に対して、主成分分析を施したところ、第1主成分に対してすべての項目が.6以上の高い負荷を示した。内的整合性の指標を求めたところ、 $\alpha = .85$ の高い値を示した。そこで、プライバシー確保欲求に関しては6項目の合計得点を尺度得点とすることにした。(3)プライバシー確保行動尺度8項目に対して主成分分析を施したところ、第1主成分に対し項目8(「彼(彼女)が寝てしまっただけから、自分は起きることで、自分の時間を作ることがある。」)が.32の低い負荷を示し、他の項目はすべて.6以上の高い負荷を示

した。さらに、項目8の項目一得点相関が $r = .24$ と低いことから、これを除外して尺度を構成することにした。7項目の内的整合性は $\alpha = .82$ と高い値を示した。そこで、プライバシー確保行動に関しては7項目の合計得点を尺度得点とした。

以上のように尺度構成した各尺度と統制感尺度との相関係数を求めた。結果をTable 3に示す。統制感は、同調行動・プライバシー確保欲求、プライバシー確保行動のいずれとも高い負の相関を示していた。すなわち、統制感が高いほど相手の行動に同調せず、プライバシーを確保欲求が低く、実際にプライバシーを確保する行動をとらないことが示された。次に、同調行動→統制感→プライバシー確保欲求→プライバシー確保行動という順の因果の流れを想定し、この因果モデルを検証するため完全逐次モデルのパス解析を行った。Table 4に重回帰分析の結果を、Fig. 1にパス図を示した。この結果、自分の態度や行動を相手に合わせるほど統制感が低下し、統制感の低下がプライバシーを確保しようという欲求を高め、その欲求がプライバシー確保行動を引き起こすという因果関係の存在が示唆された。

Table 4 重回帰分析の結果

目的変数/説明変数	同調行動	統制感	プライバシー確保要求	R <sup>2</sup>
統制感	-0.53***	—	—	-0.29***
プライバシー確保要求	0.00	-0.47***	—	0.22***
プライバシー確保行動	0.03	-0.18	0.44***	0.31***

表中の数値は標準偏回帰係数

\*\*\*: p<.001

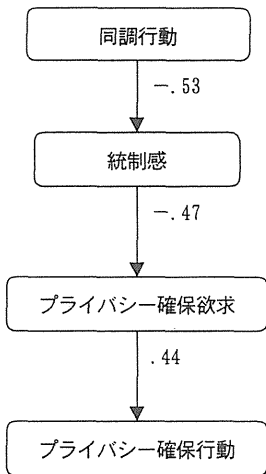


Fig. 1 パス解析の結果

考 察

**統制感が恋愛の評価に及ぼす影響** 統制感と恋愛の評価の関連を検討したところ、統制感にはポジティブな情緒の評価、恋愛継続意志、恋愛継続予想と正の相関を持ち、ネガティブな情緒の評価と負の相関を持っていた。結局、当初の予測通り、統制感が高いほど恋愛の評価は高く、統制感が低いほど恋愛の評価が低いことが示された。このことは、恋愛関係の継続にとって統制感が重要な役割を果たしていることを示唆する。

**統制感がプライバシー確保欲求・行動に及ぼす影響** 統制感とプライバシー確保欲求およびプライバシー確保行動の関連を検討したところ、統制感が低いほどプライバシー各欲求は高く、確保行動を多くとっていることが示された。また、パス解析の結果、①相手への同調行動が統制感を低下させ、②統制感の低下がプライバシー確保欲求を高め、③プライバシー確保欲求が実際の行動を引き起こしている、というプロセスの存在が示唆された。

**本研究の問題点** 本研究の問題点としては、まず第一にサンプルの偏りが挙げられよう。今回のサン

ルは、「毎日会い、6時間以上一緒にいる」ペアが全体の62.5%になっており、極めて共有時間が長いという特徴を持つ。長い共有時間は必然的に二者の相互依存性を高め、結果的に統制感の低下をもたらしやすい。したがって、今回の研究では、恋愛評価に対する統制感の影響が過大に現れている可能性がある。今回のモデルが恋愛の比較的早い時期から成り立つかどうかについては今後の検討が必要となろう。

また、今回実施した質問紙の主要項目は今回新たに作成したものが多く、尺度の信頼性や妥当性の検討が十分ではない。この点についても研究の積み重ねが必要である。

**今後の展望** これまで、恋愛の進展や維持に関して影響力のある変数がいくつか指摘されてきた。たとえば、態度の類似性(Byrne, 1962)であり、要求の相補性(Winch, Ktsanes & Ktsanes, 1954)である。しかし、これらの変数が「なぜ」恋愛の進展を促進するのかについての実証的な研究はほとんどない。

本研究で取り上げた統制感、態度の類似性や要求の相補性と恋愛の進展との間をつなぐ媒介変数として考えることができるかもしれない。すなわち、恋愛に従事する二者間で態度が類似していなかったり、互いの要求が相補的でない場合、どちらか一人もしくは両者が相手に合わせることになる。そしてその合わせる行動(同調行動)が統制感を下げ、結果的に恋愛の満足度を下げるとはならないだろうか。今後は媒介変数としての統制感の役割について検討することが、従来の恋愛研究と今回の研究を統合する方向となると考えられる。

引用文献

Byrne 1962 Response to attitude similarity-dissimilarity as a function of affiliation need. *Journal of Personality*, **30**, 164-177.  
 Critelli, J. W., Myers, E. J. & Loos, V. E. 1986 The components of love: Romantic attraction and sex role orientation. *Journal of Personality*, **54**, 355-370.

- Davis, K. E. 1985 Near and dear: Friendship and love compared. *Psychology Today*, February, 22-30.
- Holder, E. E. & Levi, D. IJ. 1988 Mental health and locus of control: SCL-90--R and Levenson's IPC scales. *Journal of Clinical Psychology*, **44**, 753-755.
- 松井 豊 1990 青年の恋愛行動の構造 心理学評論, **33**, 355-370.
- 宮田加久子 1991 無気力のメカニズム その予防と克服のために 誠信書房
- Shulz, R. 1976 Effects of control and predictability on the physical and psychological well-being of the institutionalized aged. *Journal of Personality and Social Psychology*, **33**, 563-573.
- 詫摩武俊 1973 恋愛と結婚 依田 新・大西誠一郎・津留宏他(編) 現代青年心理学講座5 現代青年の性意識 金子書房 Pp.141-193.
- Winch, R.F., Ktsanes, T. & Ktsanes, V. 1954 The theory of complementary needs in mate-selection: an analytic and descriptive study. *American Journal Review*, **19**, 241-249.
- 1998. 9. 30 受稿-

### Appendix

#### [同調行動の項目]

1. 髪型・服装
2. 行儀・マナー
3. 見るテレビ・映画
4. 聴く音楽
5. 遊び場所
6. 食べ物

7. 話題
8. お金の使い方
9. 気分
10. ベース
11. 性格・考え方
12. 友人
13. 会う時間
14. 帰宅時間
15. 寝る時間・起きる時間

#### [プライバシー確保欲求の項目]

1. 一人でいる方が自分の好きなことができる。
2. 一人でいる方が解放感がある。
3. 一人だけの時間が欲しい。
4. 一人だけでいられる場所が欲しい。
5. 彼(彼女)以外の人と過ごす時間が欲しい。
6. 彼(彼女)以外の人と過ごす場所が欲しい。

#### [プライバシー確保行動の項目]

1. 「一人になりたい」と直接彼(彼女)に言い、自分の時間を作ることがある。
2. 疲れた様子を見せることで彼(彼女)に察しさせて、自分の時間を作ることがある。
3. 忙しい様子を見せることで彼(彼女)に察しさせて、自分の時間を作ることがある。
4. 本当は用事がないのに用事があるふりをし、自分の時間を作ることがある。
5. 彼(彼女)に何も言わず勝手にどこかへ出かけてしまい、自分の時間を作ることがある。
6. 彼(彼女)の家に行かないことで、自分の時間を作ることがある。
7. 彼(彼女)を自分の家に招かないことで、自分の時間を作ることがある。