

恋愛関係へのコミットメントが精神的健康に与える影響

平成 27 年度

筑波大学大学院 人間総合科学研究科 心理学専攻

博士論文

学生番号 201230333

古村 健太郎

論文要旨

本論文は、恋愛関係へのコミットメントが、恋愛関係にある当事者の精神的健康に与える影響を明らかにするため、実証的検討を行うことを目的とした。具体的には、恋愛関係へのコミットメントを接近コミットメントと回避コミットメントに分類し、接近コミットメントと回避コミットメントが恋愛関係における感情経験、および、恋人間暴力を媒介して、精神的健康に与える過程を検討した。

恋愛関係へのコミットメントを扱った先行研究の多くは、コミットメントを一次元構造の構成概念として扱う全体的コミットメントモデルを採用してきた。しかし、近年、コミットメントを多次元構造の構成概念として扱う次元コミットメントモデルを採用した研究が増えてきた。次元コミットメントモデルを採用することは、終結コストの高さのみで関係を維持している関係への拘束状態を直接的に検討できることや、終結コストや排他性に違いが存在すると考えられている恋愛関係へのコミットメントと友人関係へのコミットメントの差を直接的に検討できることに利点がある。また、次元コミットメントモデルの有用なモデルとして、接近・回避コミットメントモデルが挙げられた。しかし、接近・回避コミットメントモデルは、尺度作成が十分ではなく、新たに尺度を作成する必要があった。

恋愛関係へのコミットメントと精神的健康に関しては、十分な検討が行われていなかった。しかし、先行研究の知見から、恋愛関係へのコミットメントは恋愛関係における経験を媒介し、精神的健康に影響を与えると予測された。また、対人領域や学習領域の接近・回避目標を扱った研究の知見から、接近コミットメントと回避コミットメントは、それぞれ独立の過程で精神的健康に影響することが予測された。さらに、回避コミットメントが恋愛関係における経験を媒介し、精神的健康に与える影響は、接近コミットメントによって調整されることが

予測された。すなわち、回避コミットメントが精神的健康に与える影響は、接近コミットメントが弱い場合にのみ生じると予測された。

研究1（第4章）では、接近・回避コミットメント尺度を作成し、妥当性を検証した。研究1-1（ $N=133$ ）、研究1-2（ $N=136$ ）では、作成した接近・回避コミットメント尺度が2因子構造であること、高い内的一貫性を示すことを確認した。また、接近・回避コミットメント尺度は、交際期間や投資モデル尺度、BIS・BAS尺度、ECR-GO、心理的一体感と予測された関連を示した。研究1-3（ $N=55$ ）では、再検査信頼性が確認されるとともに、接近コミットメントが3ヶ月後の関係維持を予測することが確認された。研究1-4（ $N=133$ ）では、交際期間や愛情の三角理論、投資モデル、拒絶のサインへの感受性と予測された関連を示した。研究1-5（ $N=175$ ）では、対人葛藤方略と予測された関連を示した。以上より、接近・回避コミットメントには、接近コミットメントおよび回避コミットメントを測定する尺度としての一定の妥当性が確認された。また、接近コミットメントは報酬と関連する個人特性や、関係良好性と関連した。一方、回避コミットメントは罰と関連する個人特性や、拒絶および終結コストと関わる関係性要因と関連した。

研究2（第5章）では、接近・回避コミットメントが恋愛関係におけるポジティブ感情やネガティブ感情を媒介して、精神的健康に影響する過程を検討した。研究2-1（ $N=203$ ）では、接近コミットメントが、ポジティブ感情の高さやネガティブ感情の低さを媒介し、精神的健康を高めることが明らかになった。また、回避コミットメントに関しては、接近コミットメントが弱い場合にのみ、回避コミットメントがポジティブ感情の低さやネガティブ感情の高さを媒介し、精神的健康を低めることが明らかになった。研究2-2では、ペアデータを用いた検討を行い（恋愛カップル91組）、研究2-3では6週間間隔の縦断的研究を行った（ $N=140$ ）。その結果、男女ともに接近コミットメントがポジティブ感情を高めることが明らかになった。しかし、接近コミットメントがポジティブ感情の高さを媒介し、精神的健康を高める過程は示されなかった。一方、回避コミットメントに関して

は、接近コミットメントが弱い場合にのみ、回避コミットメントがネガティブ感情の高さを媒介し、精神的健康を高めることが明らかになった。以上より、接近コミットメントがポジティブ感情を高めること、接近コミットメントが弱い場合にのみ、回避コミットメントがネガティブ感情の高さを媒介し、精神的健康と関連することが一貫して示された。

研究3（第6章）では、恋愛関係と友人関係のどちらも測定対象とできる、改訂版接近・回避コミットメント尺度を作成した。研究3-1（ $N=392$ ）では、接近・回避コミットメント尺度を改訂した項目を作成し、複数の大学院生が項目表現や項目の代表性、恋愛関係と友人関係のどちらでも回答できるかを確認した。また、尺度が2因子構造であること、高い内的一貫性を示すことを確認した。研究3-2（ $N=334$ ）では、改訂版接近・回避コミットメント尺度の因子構造と内的一貫性が再確認された。また、全体的コミットメントや関係満足度、親和欲求、拒否回避欲求、精神的健康と予測された関連が概ね示された。研究3-3（ $N=198$ ）では、恋愛関係と友人関係のどちらにおいても、再検査信頼性が確認されるとともに、接近コミットメントが3ヶ月後の関係維持を予測することが確認された。以上より、改訂版接近・回避コミットメント尺度には、接近コミットメントおよび回避コミットメントを測定する尺度としての一定の妥当性が確認された。加えて、恋愛関係へのコミットメントと友人関係へのコミットメントの差について、研究3-1、3-2では、接近コミットメントと回避コミットメントのどちらも、恋愛関係が友人関係よりも得点が高いことが示された。また、研究3-2では、回避コミットメントと全体的コミットメントおよび拒否不安の関連は、恋愛関係が友人関係よりも強いことが示された。

研究4（第7章）では、接近・回避コミットメントと恋人間暴力における心理的暴力を媒介し、精神的健康に影響する過程を検討した。研究4-1（ $N=1654$ ）では、調査参加者を心理的暴力の被害経験の程度が異なる3つのランクに分類した。その結果、3つのランクの全てにおいて、接近コミットメントが弱い場合に、

回避コミットメントが心理的暴力の加害経験の高さを媒介し、精神的健康を低めることが明らかになった。研究4-2ではペアデータを用いた調査を行い（恋愛カップル114組）、女性の接近コミットメントが弱い場合にのみ、回避コミットメントが男性の心理的暴力の加害経験の高さと関連し、男性の心理的暴力の加害経験が女性の心理的暴力の被害経験の高さを媒介し、精神的健康を低めることが明らかになった。以上の結果から、接近コミットメントが弱い場合にのみ、回避コミットメントが心理的暴力の加害経験を媒介し、精神的健康を低めることが一貫して示された。

以上の実証的検討から、本論文は接近・回避コミットメントの媒介モデルを提唱した。接近・回避コミットメントの媒介モデルには、以下の二つの過程が存在する。第一の過程は、接近・回避コミットメントの形成過程である。具体的には、接近コミットメントは、報酬への敏感さや人と親しくなりたいという欲求、および、関係満足度や愛情の高さなど関係良好性によって強められる。一方、回避コミットメントは、罰への敏感さや人から拒否されたくないという欲求、および、終結コストの高さや恋人からの拒絶と関連する要因によって強められる。第二の過程は、接近・回避コミットメントが精神的健康に影響を及ぼす過程である。具体的には、回避コミットメントがネガティブ感情の高さや心理的暴力の加害経験の多さと関連することで精神的健康と関連する過程である。ただし、回避コミットメントが精神的健康を低める過程は、接近コミットメントが弱い場合に生じる。したがって、接近・回避コミットメントは独立の影響過程で精神的健康に影響を与えつつも、接近コミットメントが強ければ、回避コミットメントが強くても、関係性を悪化させる過程や精神的健康を悪化させる過程は生じない。換言すれば、接近コミットメントは、回避コミットメントが持つ関係性や精神的健康への悪影響に対する緩衝効果を有していると考えられる。

接近・回避コミットメントの媒介モデルを提唱した意義は、以下の3点である。第一に、コミットメントが恋愛関係の維持に重要なだけでなく、当事者の精神

的健康にも重要であることを明らかにした点である。第二の意義は、接近コミットメントと回避コミットメントを弁別し、それらの交互作用によって、関係への拘束状態を捉えたことである。このアプローチは、コミットメントの研究でも類を見ないアプローチであり、コミットメントの研究を精緻化する知見を提供した。第三に、対人関係における接近・回避目標の研究に、接近目標と回避目標の交互作用を導入する理論的枠組を提案し、それを実証した点である。以上より、本論文は、恋愛関係におけるコミットメントの理論を拡張する知見を提供したと考えられる。 (3847 文字／4000 文字)