

# 恋愛関係における関係性認知が精神的健康に及ぼす影響

清水 裕士(大阪大学大学院人間科学研究科)

大坊 郁夫(大阪大学大学院人間科学研究科)

本研究の目的は、恋愛関係における関係性認知の因子構造を明らかにし、個人の精神的健康との関連を明らかにすることであった。72名の大学生を対象に調査を行い、関係性を示す単語を収集し、得られた単語から40の単語対を選び出し、SD尺度を作成した。本調査は91名の恋愛関係にある大学生を対象に行われ、関係性認知に関する質問項目40項目、精神的健康を測定し、分析を行った。分析の結果、関係性認知は「緊張感」、「重要性」、「不確実性」、「活発性」の4因子が見出された。この4因子のうち、関係評価と関連があったのは重要性因子であった。また精神的健康を予測するのは不確実性因子及び活発性因子であることが明らかとなった。

キーワード: 関係性認知、精神的健康、恋愛関係、関係評価、不確実性

## 問題

本研究の目的は、恋愛関係における関係性認知が精神的健康に及ぼす影響について検討することである。

本研究では、関係性認知を「人が関係性を認識してもつ認知的表象」と定義する。すなわち、関係の現在の状態や将来の予測などを含めた関係の知識の総体である。人が社会的に適応するためには、他者との関係が上手くいっているかどうか、これからも続くかどうかについて知る必要がある。特に、恋愛関係・夫婦関係といった非常に親密な他者との関係は個人にとって社会的に基盤となるものであり、関係性をどのように認知するのかについて明らかにすることは重要な問題である。そこで本研究では青年期の恋愛関係をとりあげ、関係性と個人の心理状態との関連を明らかにする。

関係性の基本的な次元を検討した研究は、2者関係の認知次元についてのWish, Deutsch, & Kaplan (1976)をはじめ多くの研究者によって実証的に研究されている。それらの研究で共通に見られる次元は「協調-競争」、「対等-非対等」、「課題指向-社会情緒」、「公的-私的」、「緊密-表面的」の5次元である(Deutsch, 1982)。「協調-競争」の次元は、2人が助け合う関係か、あるいは争い合う関係かを示す次元である。「対等-非対等」は2人の地位や権力関係が同じであるか、異なっているかを示す。「課題指向-社会情緒」の次元はその関係が課題達成を目的としているか、親密さを発展させることが目的であるかを示す。「公的-私的」の次元は、公な社会集団における関係か、プライベートな関係かを表す。最後の「緊密-表面的」は2人の関係が親密で深いものであるか、挨拶だけを交わすような浅いものであるかを示す次元である。恋愛関係は協調的で、対等的、社会情緒的、私的、緊密な関係であるといえる。

だが、これらの次元は一般的な2者関係の認知次元を明らかにしたものであり、個人が属しているより具体的な関係性の認知次元を示しているものではない。恋愛関係、友人関係といった長期的で、関与の大きな関係の認知構造

にはより詳細な次元、たとえば過去の記憶や相互作用のあり方、将来への予測が含まれていると考えられる。

恋愛関係の関係性認知そのものについての研究は今までになく、関係性については主に満足度やコミットメント、継続可能性といった具体的な構成概念の測定がされてきた。Rusbult(1980)をはじめとする関係への依存性を予測する研究は、個人が関係を続けようと思うかどうかの問題としており、関係性そのものを研究の対象とはしていない。

その理由としては、対人関係研究が個人を中心にといった議論がなされてきたことがあげられる。社会的交換理論(Homans, 1961)をはじめとして、対人関係研究では個人が関係から得る報酬やコストによって関係性を説明してきた。Rusbult(1980)は個人の関係への関与を予測する投資モデルを提案し、その後多くの実証的検証が行われた(Rusbult, 1983; 中村, 1990, 1991)。投資モデルは個人の関係への依存性を予測するものとしては有効であるが、人が関係の状態によってどのような影響を受けるかといった視点をもたない。関係性の質が個人の関係への評価を足し合わせたものだけでなく、雰囲気といった個人の心理状態を超えた要因によっても左右されることから、より総合的な関係性の認知表象を研究の対象とする必要がある。

恋愛関係に特有の関係性について考察するために、愛の概念について検討した研究に触れておく。Sternberg(1986)は愛情の3つの要素、「親密性」、「情熱」、「コミットメント」を要素とする愛情の三角理論を提唱している。親密性は愛情の感情的側面で、パートナーへの信頼や心理的距離の近さといった愛情の穏やかな性質を持っている。情熱は愛情の動機的側面で、パートナーへの性的な魅力といった愛情の激しい性質を表している。コミットメントは愛情の認知的側面で、関係を続けていこうとする決意、相手への知識などを含む。Sternberg(1986)の三角理論は態度の3つの要素である認知・感情・行動に即して愛情を捉えようとしていた。すなわち、パートナーに

対する態度の一種として愛情を位置づけていたのである。また、親密性は比較的長期的に持続し、情熱は初期に激しく高まり、コミットメントは期間がたってから発達するといった時系列的な予測を行っている。

Aron & Westbay(1996)は、愛についてのプロトタイプを探る目的で、多くの愛を表す言葉を集め、因子分析を行った。その結果 Sternberg(1986)と同様に親密性、情熱、コミットメントの 3 因子を見出している。また、彼らは Lee(1977)の愛情のタイプと愛の 3 要素との関連を検討し、親密性は穏やかな愛のタイプである友愛と正の、情熱は性的な愛のタイプであるエロスと執着的な愛のタイプであるマニアと正の、コミットメントは奉仕的な愛のタイプであるアガペーと正の、そして遊びのような愛のタイプであるルーダスと負の関連が認められ、それぞれの概念の弁別性が確認されている。彼らの研究が Sternberg(1986)と異なるのはパートナーへの態度ではなく、愛という概念がどのように人々にとらえられているかについて研究した点である。その意味で、本研究の参考となるのは後者であろう。

とはいえ、恋愛関係の関係性と愛のプロトタイプは同じであるとは言えない。恋愛関係の関係性は一般的な 2 者関係の構造と愛の概念の構造が混ざり合った形であられると考えられる。現代の恋愛の形態が、関係の継続性と密接に関わっているという議論(Giddens, 1993)や、愛の概念にもコミットメントといった関係継続への関与や決意を表す概念が含まれていることから、関係の安定性に関する次元が見出されることが予測できよう。

では、恋愛関係の関係性認知は個人の心理状態にどのような影響を及ぼすと考えられるだろうか。恋愛関係のような非常に親密な関係が、不安定で、十分な満足が得られないなら、他の社会生活にも悪い影響を及ぼしう。恋愛関係というシステムの機能は様々なものが考えられるが、ひとつに個人にとって情緒的サポートを得る源としてのセキュアベースとしての機能をあげることができよう。Aron, Paris, & Aron(1995)による縦断的な実証研究では恋人ができる前と後では個人の自尊心、自己効力感が向上していることを明らかにしている。また、近年の自己研究においては、自己概念が他者との関係性によって変化することを主張している(遠藤 1999)。Leary & Downs(1995)は、自尊感情が、個人が参加する社会関係において排斥されていないかどうかのパロメーターとしての役割を持っているとする「ソシオメーター理論」を提出している。個人の心理状態は、個人の中だけで完結するものではなく、社会関係の中に深く関わっていると考えられる。

そして、外山(2002)では、自己について平均的他人よりもポジティブに認知する「ポジティブイリュージョン」という現象が、自分の所属する関係をポジティブに認知する「関

係のポジティブイリュージョン」として同様に見られることを明らかにした。この結果は、人には関係性をポジティブに認知することで個人の心理的な安定を維持する戦略が備わっていることが示唆される。このように、恋愛関係という継続的にサポートを得ることができる関係を構築し、そして関係を良く認識することは個人の社会的適応において欠かせないものであると考えることができる。

これらの議論から、恋愛関係の関係性認知は個人の心理的安定と関連があると考えられ、ポジティブな関係性の認知は個人の心理的安定に影響すると予測される。

この予測を検証するために、本研究では関係性認知と精神的健康との関連について探索的な分析を行う。精神的健康は中川・大坊(1996)の精神的健康調査票(GHQ)を用いて測定する。精神的健康は身体的症状、不安と不眠、社会活動障害、うつ症傾向という 4 つの下位概念に別れることが明らかとなっており、心理状態の安定性を測定する上で非常に一般性が高いものであると考えられる。

本研究では 1. 恋愛関係の関係性認知について、その構造を明らかにし、同時に関係評価との関連を明らかにする、2. 恋愛関係の関係性認知が個人の精神的健康に及ぼす影響を検討する、という 2 つの段階において分析を行う。

## 方法

予備調査：恋愛関係の関係性を示す形容詞対の収集

恋愛関係の関係性を測定する尺度を作成するために、関係の印象を表す単語を収集する目的で予備調査を行った。

大阪府にある大学の 1 回生 73 名(男性: 43 名 平均年齢 = 19.23, 標準偏差 = .87 歳, 女性: 30 名 平均年齢 = 19.10, 標準偏差 = 1.06 歳)に対し、自由記述形式の質問紙調査を実施した。調査は集合調査によって心理学の授業中に行われた。調査時期は 2003 年 10 月中旬であった。

質問項目は、「あなたと最も親しい異性との関係を表すような単語を思い浮かべてください」、「人間関係一般について、上手くいっている関係を表すような単語を挙げてください」そして、「人間関係一般について、上手くいっていない関係を表すような単語を挙げてください」の 3 種類であった。

その結果、異性関係を表す単語(種類)が 76 単語、上手くいっている関係を表す単語が 87 単語、上手くいっていない関係を表す単語が 87 単語得られた。そして全部の質問によって得られたものは重複しているものを省いて 236 個の単語が収集された。

得られた 236 単語のうち、頻度の上位 5 つは「楽しい

(131)、「安心な(29)」、「気まずい(26)」、「面白い(26)」、「うれしい(24)」であった。

この 236 個の単語について、形容詞、形容動詞、名詞以外の品詞の単語を省き、同じ意味の言葉の中で最も日常的に使われる語、そして反対語が明確になる語を、本研究の目的を知る大学院生 3 名との議論により選別し、40 の形容詞対からなる SD 法的な尺度を作成した。

#### 本調査方法

奈良県にある大学の大学生 258 名(男 163 名、女 95 名)に対して、「心理学」の授業中に最も親密な異性との関係についての質問紙に回答を求めた。本研究では最も親密な異性が恋人と回答した対象者 91 名(男 52 名 平均年齢=20.92、標準偏差=5.07 歳、女 49 名 平均年齢=19.85、標準偏差 1.25 歳)を分析の対象とした。調査時期は 2003 年 11 月下旬であった。

#### 調査内容

関係性認知に関する質問項目 反対の意味をもつ単語対について、どちらの意味が恋人関係の印象が近いかを評定させる SD 尺度 40 項目、7 件法で評定を求めた。

GHQ28 中川・大坊(1996)の日本語 28 項目版、最近 2 週間の身体的、心理的健康状態を尋ねる尺度、4 件法で評定を求めた。

関係評価 「関係に満足している」、「関係はすばらしい」、「関係に愛着を感じる」、「関係は重要である」の 4 項目、7 件法で評定を求めた。

その他のデモグラフィカルな統計量 回答者およびその恋人の年齢、性別、交際期間をたずねた。

## 結果

### 関係性認知の因子構造

分析は統計パッケージ SAS を用いて行われた。ただし、共分散構造分析については AMOS を用いて分析した。

関係性認知に関する 40 項目について因子分析を行った。最尤法(SMC による共通性の推定)を用いて因子負荷量を推定し、プロマックス法による因子軸の回転を行った。分析の結果、固有値の推移(14.48, 2.91, 2.46, 2.01, 1.43...)において、5 因子目の固有値から大きく減少する傾向が見られたため、4 因子が適当であると判断した。また因子負荷量が .40 以下の項目や複数の因子に .40 以上負荷する項目を省いた結果、最終的に 18 項目で安定した因子構造が得られた(Table 2)。

第 1 因子は「大切な-どうでもいい」、「親しい-疎遠な」といった項目の負荷が高く、関係アイデンティティや特別感といった関係の重要性を示すものであると考えられる。よって「重要性因子」と命名した。第 2 因子は「気重な-気楽な」、「はりつめた-くつろいだ」といった緊張感を示す項目の負荷が高い。よって「緊張感因子」とした。第 3 因子は「不安

定な-安定な」、「心配な-安心な」といった関係の安定性や不確実性を示すものであると考えられるため「不確実性因子」とした。最後の第 4 因子は「明るい-暗い」、「陽気な-陰気な」といった関係の明朗さや活動性を示す項目の負荷が高いため「活発性因子」とした。

ここで、得られた因子間の相関がやや高いことが Table 1 から認められ、また、第 1 因子の固有値が他の因子の固有値に比べかなり大きいことから、1 因子構造が妥当である可能性がある。そこで、上で得られた 4 因子構造の妥当性を検討するために共分散構造分析を用いた検証的因子分析を行った。この分析の目的は 1 因子構造モデルと 4 因子構造モデルの適合度の比較、そしてモデルの妥当性の検討である。1 因子構造モデルにおいても帰無仮説が採択されれば 4 因子構造を用いることについて再検討する必要があるだろう。

#### 検証的因子分析

共分散構造分析用統計パッケージである AMOS に関係性認知尺度 18 項目を投入し、潜在変数が 4 つのモデルと 1 つのモデルを作成し、それぞれ適合度を比較した(Table 3)。分析の結果 1 因子モデルは棄却され( $\chi^2_{(135)} = 315.56, p < .001$ )、また 4 因子モデルも棄却された( $\chi^2_{(129)} = 171.80, p < .001$ )。4 因子モデルについて、 $\chi^2$ 値が 4 以上の基準において修正指数を算出したところ、不確実性因子から「緊張した リラックスした(緊張感因子に負荷している項目)」と「刺激的な 退屈な(活動性因子に負荷している項目)」の項目へのパスを引くことでよりモデルが改善されることが示された。しかし、尺度構成において複数の因子に負荷する項目を含めることは解釈及び分析上望ましくない。そこで、この 2 項目を省いた 16 項目の 4 因子修正モデルを検討した結果、当てはまりが改善されモデルは採択された( $\chi^2_{(113)} = 130.09, ns$ )。1 因子モデルや修正前の 4 因子モデルにくらべ、修正モデルは AIC(赤池情報量基準)が低く、AGFI(自由度調整済み GFI)も高かった。また RMSEA の値からもそれなりに当てはまりのよいモデルであるといえる(Table 2)。よって、以後この 16 項目の修正モデルを関係性認知の因子構造とし、分析に用いる。

修正モデルによる関係性認知尺度は全 16 項目で重要性因子が 5 項目、緊張感、不確実性因子が各 4 項目、活動性因子が 3 項目である。

#### 変数の得点化

関係性認知の 4 因子について、因子得点を各因子に負荷する項目の平均値によって算出した。また、精神的健康は中川・大坊(1996)の GHQ 得点法に従い GHQ28 項目について得点化した。具体的には 1 と 2 に評定した項目については 0 点、3 と 4 に評定した項目については 1 点とし、

Table 1 関係性認知尺度の因子分析結果

関係性認知 18項目	重要性	緊張感	不確実性	活発性	h <sup>2</sup>
大切な-どうでもいい	<b>.88</b>	-.04	.02	-.05	.76
親しい-疎遠な	<b>.75</b>	-.13	-.10	-.05	.74
仲のいい-仲の悪い	<b>.66</b>	-.10	-.05	.22	.81
必要な-不要な	<b>.53</b>	-.05	-.13	.09	.48
特別な-ありふれた	<b>.48</b>	.03	.01	.22	.38
気重な-気楽な	-.10	<b>.80</b>	-.02	-.08	.81
はりつめた-くつろいだ	-.15	<b>.76</b>	-.07	.10	.59
タテマエの-ホンネの	-.09	<b>.71</b>	-.05	-.13	.69
かたい-やわらかい	.20	<b>.68</b>	.05	-.37	.70
緊張した-リラックスした	-.08	<b>.64</b>	.28	.29	.60
不安定な-安定な	-.11	-.10	<b>.73</b>	-.12	.57
心配な-安心な	-.03	.00	<b>.73</b>	-.11	.59
ドキドキした-落ち着いた	.15	.27	<b>.67</b>	.11	.58
意外な-予想通りな	-.13	-.11	<b>.58</b>	.03	.33
明るい-暗い	-.05	.06	-.21	<b>.81</b>	.65
陽気な-陰気な	-.02	-.28	-.03	<b>.54</b>	.53
にぎやかな-静かな	.25	.18	.04	<b>.50</b>	.33
刺激的な-退屈な	.16	-.16	.35	<b>.45</b>	.39
累積寄与率	41.00	49.81	54.52	58.35	
因子間相関	重要性	緊張感	不確実性		
	緊張感	-.64			
	不確実性	-.40	.55		
	活発性	.57	-.55	-.22	

28 項目の合計値を精神的健康得点とした。すなわち 0~28 の 29 段階である。また下位概念の身体的症状、不安と不眠、社会活動障害、うつ症傾向のそれぞれを得点化した (Table 3)。GHQ は高得点ほど精神的健康が悪いことを示す。

Table 2 共分散構造分析による関係性認知の因子分析モデル適合度

	$\chi^2$	AGFI	AIC	RMSEA
1因子モデル	312.56	.59	384.56	.12
4因子モデル	171.80	.78	255.80	.06
修正モデル	130.09	.81	210.09	.04

Table 3 精神的健康の記述統計量

	平均値	標準偏差	最小値	最大値
身体的症状	2.59	2.27	0	7
不安と不眠	2.89	2.34	0	7
社会活動障害	1.51	1.76	0	7
うつ症傾向	1.25	2.00	0	7
精神的健康	8.24	6.75	0	26

n=91

### 関係性認知についての基礎的分析

関係性認知 4 因子について記述統計量を Table 4 に記す。ネガティブな側面を示す緊張感と不確実性については比較的平均値が低く、ポジティブな側面を示す重要性と活動性は平均値が高かった。これは、恋愛関係が当事者から高く評価されていることの現れであると思われる。

関係性認知の性差について検討するため *t* 検定を行った。分析の結果、4 因子すべてにおいて有意な差が認められなかった ( $t_s < 1.44$  *n.s.*)。また男女における分散にも差が認められなかった ( $F_s < 1.65$  *n.s.*)。

次に、関係性認知と交際期間との関連について相関分析によって検討した。Pearson の積率相関係数を算出したところ、交際期間と有意な関連があったのは不確実性因子で、負の相関 ( $r = -.32$ ) が認められた。この結果は、関係が続くほど相手との相互作用に関する知識が増え、関係に対する不確実性が低減されることが原因であると推測できよう。また、それ以外の 3 因子には関連が見られなかったことから、関係性認知は相互作用のあり方によって変化している可能性がある。

### 関係性認知と関係評価との関連

この分析の目的は、従来の親密な対人関係で頻繁に用いられる関係評価が関係性認知のどの因子に

該当するのか、あるいは包括されるのかを明らかにすることである。関係性認知の4因子と関係評価を測定した「関係に満足している」、「関係は素晴らしい」、「関係に愛着を感じる」、「関係は重要である」の4項目との関連を明らかにする目的で正準相関分析を行った。

その結果、第一正準相関係数のみが有意であった( $r = .74, p < .01$ )。よって第一正準変量についてのパターン係数を解釈した。Table 5を参照。

関係性認知では重要性因子の係数が大きく、不確実性と緊張感が次に続いた。関係評価では「関係に満足」という項目以外の3つが中程度の大きさであった。この結果から、関係評価は関係性認知における重要性因子と最も関連があることが明らかとなった。また若干ではあるが緊張感と不確実性も関連があった。そして、満足感は関係性認知と相対的に関連が小さかった。

#### 関係性認知が精神的健康に及ぼす影響

関係性認知を独立変数、精神的健康を従属変数とした重回帰分析を行った(Table 6)。分析の結果、精神的健康の悪さは、不確実性因子と正の有意な関連が見られ、身体的症状、不安と不眠そしてうつ症傾向についても不確実性因子と正の関連があることが認められた。

また、活発性因子が不安と不眠と負の関係があった。緊張感及び重要性因子は精神的健康に有意な関連を示していなかった。これらの結果から、個人の精神的健康へは不確実性因子と活発性因子が影響していることが明らかとなった。

Table 4 関係性認知の記述統計量と、交際期間・性別との関連

	平均値	標準偏差	係数	交際期間	性差( <i>t</i> 値)
緊張感	2.25	1.15	.88	-.12	.65 <i>ns</i>
重要性	6.06	1.08	.88	.15	1.44 <i>ns</i>
不確実性	3.15	1.29	.79	-.32 **	-1.03 <i>ns</i>
活発性	5.36	1.10	.70	-.06	1.15 <i>ns</i>

$n=87$

\*\*  $p < .01$

## 考察

本研究は恋愛関係の関係性認知構造を明らかにし、精神的健康との関連を検討することを目的とした。

因子分析の結果、関係性認知には重要性、緊張感、不確実性、活発性因子の4因子が認められた。重要性は「大切な・必要な・特別な」という言葉が示すように個人にとってのかけがえのなさを示しているものと考えられる。すなわち、恋愛関係への社会的アイデンティティの強さを示す領域であるといえるだろう。

そして、この領域は恋愛関係研究で盛んにとりあげられてきた関係への依存性により近いものであると思われる。それは関係評価と最も関連が強い因子であったという分析の結果からも結論できる。緊張感は「はりつめた・タテマ工の」といった単語が示すように関係の悪い雰囲気や相互作用の円滑さのなさ・ぎこちなさを示しているといえよう。この因子は自己開示の不十分さからくる2人の知識の欠如や、葛藤の頻度と関連があるのかもしれない。活発性は「明るい・にぎやか」という言葉からカップルの相互作用の頻繁さや、内容の明朗性を示しているといえよう。

Table 5 関係性認知と関係評価の正準相関分析結果

正準相関係数	.74 **	
	パターン係数 構造係数	
相互作用構造指標		
緊張感	-.28	-.84
重要性	.56	-.90
不確実性	-.32	-.69
活発性	-.07	-.41
関係評価		
関係に満足	-.12	.71
関係に愛着	.42	.91
関係は重要	.41	.93
関係は素晴らしい	.35	.91

\*\*  $p < .01$

$n=87$

Table 6 関係性認知が精神的健康に及ぼす影響についての重回帰分析結果

	身体的症状	不安と不眠	社会活動障害	うつ症傾向	精神的健康
緊張感	.05	.03	.13	.25	.14
重要性	-.24	-.20	-.11	-.16	-.23
不確実性	.35 **	.27 *	.19	.24 *	.34 **
活発性	-.10	-.27 *	-.12	-.04	-.17
$R^2$	.12 *	.13 *	.09	.12 *	.16 **

$n=87$

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Table の値は標準偏回帰係数

不確実性は「不安定な・心配な・意外な」という単語の意味から関係の状態や予測性などを示していると考えられる。

2 者関係の次元についての研究では客観的で包括的な構造が見出されていた。本研究における関係性認知の構造は、関係へのアイデンティティを表すような領域や相互作用のあり方を反映した領域が見出されたことから、主観的で動的な関係性を表す時限が明らかにされたといえるだろう。これは本研究が恋愛関係一般ではなく当事者の視点からの認知であることが要因であろう。恋愛関係の関係性認知は、関係をカップルがどのように認識するのか、という関係の動的な状態を反映したものである。一般化された 2 者関係認知構造の研究と並列にして解釈することは難しいと考えられる。

恋愛関係の関係性認知は上記のように 4 因子を仮定したが、これは恋愛関係のみを対象とした構造である。すなわち、この構造は恋愛関係の特徴をなんらかのかたちで反映していると考えられる。Aron & Westbay(1996)の愛の概念の研究では、愛が親密性、情熱、コミットメントという 3 つの領域に分かれることを明らかにしていることを先に述べた。本研究の恋愛関係の関係性認知との関連を考えるならば、親密性は心理的距離を表す穏やかな感情であったことから、重要性因子との関連が予想できる。情熱は性的な動機と結びつく激しい性質のものであるが、本研究の諸因子との関連を見出すのが難しい。コミットメントは関係継続への関与や決意を表す領域であり、関係性認知の不確実性因子と(負に)関連すると考えられる。それは不確実性因子が関係の安定性や関係の安心感を表していることや、交際期間が長くなるにつれ低くなっていくという特徴からも推測できる。これらについてはまだ実証的なデータを得ていない。次の研究の課題となる。

精神的健康との関連について不確実性の因子が最も高い影響力を示していた。この結果は、人は不確実性を嫌い、それを低減させるように動機づけられているという不確実性低減理論(Berger & Calabrese, 1975)の主張と一致する。不確実性低減理論は人のコミュニケーションへの動機を、他者の行動に対する不確実性の低減を目的とした情報を獲得への欲求から説明している。他者や関係の不確実性が高い状態では個人が生活を行うための情報が欠如しており、個人は適応的なふるまいができない。そのため、人は不確実性を嫌うと仮定している。自分にとって重要な関係の状態が予測不可能な場合、個人にとって危機的な状況であると考えられる。そのため、不確実性と精神的健康に関連があったと考えられる。このことから、関係への評価やアイデンティティよりも関係が上手くいくかどうかという状態の予期が最も個人の心理的安定に影響しているといえるだろう。この結果は、親密な関係性の研究に

おいて時間的展望の視点が不可欠であることを示唆していると思われる。また、活発性が、不安と不眠を改善する結果も見られた。活発な雰囲気は個人の不安などを紛らわしてくれるのかもしれない。

#### 本研究の限界と今後の可能性

本研究では恋愛関係の関係性認知が、個人の精神的健康に及ぼす影響について検討を行い、関係の不確かさが精神的健康の悪さと関連していることを明らかにした。しかし、本研究のデータは横断的な調査から得られたものであるので正確な因果関係については言及することができない。本研究の結果に対するもう 1 つ可能な解釈としては、不安傾向の高い特性を持った個人は、関係の不確かさを高く認知すると同時に精神的健康も悪い、というものである。金政・大坊(2003)では、青年期の愛着スタイルの中でも関係に対する不安傾向が高いアンビバレント型が最も精神的健康が悪いことを明らかにしていることから推測可能である。関係性認知と個人の心理状態の因果関係について、今後縦断的な調査を用いた分析によって個人特性との関連もふまえて検証する必要がある。

本研究は個人の心理状態への影響を中心に議論したが、逆に関係性が形成される要因についても明らかにする必要がある。カップルの相互作用のあり方によって関係の不確かさを低減させることができるなら、実用的な効果を期待できるからである。しかし、カップルの相互作用と関係性認知の関連を明らかにする場合、ペアデータを用いた関係性認知の分析が不可欠である。関係性認知はあくまで個人の認知であって、関係性の質そのものを表すものではないからである。

また、他の関係の種類(友人関係や夫婦関係)における関係性認知についても同様にデータを収集し、本研究の一般性について更なる検討が求められるだろう。

関係性と心理的安定の関連が示された本研究の結果は、対人関係のあるべき方向性について 1 つの指針を与えるものであると思われる。対人関係研究では関係継続性の予測が盛んに行われてき、その反面、継続することのみを目的とした関係に意味があるか、といった疑問も生まれよう。その疑問に対し、カップルの心理的安定を可能にする関係性こそが目指すべき関係である、という答えを与えることができはしないだろうか。

#### 引用文献

- Aron, A., Paris, M., & Aron, E. N. 1995 Falling in Love: Prospective Studies of Self-Concept Change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1102-1112.
- Aron, A. & Westbay, L. 1996 Dimension of the Prototype of Love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 535-551.
- Berger, C. & Calabrese, R. 1975 Some explorations in initial interactions and beyond: Toward a

- developmental theory of interpersonal communication. *Human Communication Research*, 1, 99-112.
- Deutch, M. 1982 Interdependence and Psychological Orientation. In Derlega, V. J. & Grzelak, G. (Ed.) *Cooperation and Helping Behavior*. Academic Press.
- 遠藤由美 1999 自尊心を関係性からとらえ直す 実験社会心理学研究, 39, 150-167.
- Giddens, A. 1993 *Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*. New York. Stanford University Press. (松尾精文・松川昭子訳 1995 而立書房)
- Homans, G. C. 1961 *Social behavior: Its elementary forms*. New York: Harcourt, Brace & World.
- 金政祐司・大坊郁夫 2003 青年期の愛着スタイルと社会的適応性 心理学研究, 74, 466-473.
- Leary, M.R., & Downs, D. 1995 Interpersonal functions of the self-esteem motive: The self-esteem system as a sociometer. In M. Kernis(Ed.), *Efficacy, Agency, and Self-Esteem*. New York: Plenum.
- Lee, J. A. 1977 A Typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3, 173-182.
- 中川素彬・大坊郁夫 1996 日本版 GHQ 精神的健康調査票手引き 日本文化科学社
- 中村雅彦 1990 大学生の友人関係の発展過程に関する研究 関係関与性を予測する社会的交換モデルの比較検討 - 社会心理学研究, 5, 29-41.
- 中村雅人 1991 大学生の異性関係における愛情と関係評価の規定因に関する研究 実験社会心理学研究, 31(2), 132-146.
- Rusbult, C. E. 1980 Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E. 1983 A Longitudinal Test of the Investment Model: The Development of Satisfaction and Commitment in Heterosexual Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 101-117.
- Sternberg, R. J. 1986 A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 113-135.
- 外山美樹 2002 大学生の親密な関係性におけるポジティブイリュージョン 社会心理学研究, 18, 51-60.
- Wish, M., Deutsch, M., & Kaplan, J. S. 1976 Perceived dimensions of interpersonal relations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 33, 409-420.

## The effect of relationship-perception on mental health in romantic relationships.

Hiroshi SHIMIZU (*Graduate School of Human Sciences, Osaka University*)

Ikuo DIBO (*Graduate School of Human Sciences, Osaka University*)

The purposes of this study were to reveal the factor structure of the relationship-perception in romantic relationships and to examine the effect of relationship-perception on individual's mental health. 91 undergraduates (52 male, 39 female) who had a romantic relationship filled Relationship-Perception Scale (REPS: it was constructed by 40 word pairs that were selected from a preliminary study with an open-ended question to 71 undergraduates), General Health Questionnaire (GHQ28), and the relationship-evaluation scale. Factor analysis of REPS revealed four factors structure (tension, importance, uncertainty, activity). The relationship-evaluation was most strongly associated with importance factor among four factors. The main result of multi-regression analysis showed that uncertainty factor and activity factor significantly estimated GHQ28.

Keywords: relationship-perception, mental health, romantic relationships, relationship evaluation, uncertainty