OUKA
The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	愛されることは愛することよりも重要か? : 愛すること、愛されることへの欲求と精神的健康、青年期の愛着スタイルとの関連
Author(s)	金政, 祐司
Citation	対人社会心理学研究. 2005, 5, p. 31-38
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/7229
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

愛されることは愛することよりも重要か？[1)]
ー愛すること、愛されることへの欲求と精神的健康、青年期の愛着スタイルとの関連ー

金政　祐司（相愛大学人文学部人間心理学科）

本研究では、愛することへの欲求ならびに愛されることへの欲求の特徴を探ることを目的に、それらの欲求と精神的健康および青年期の愛着スタイル(愛着次元)との関連について検討を行った。まず、予備調査において、愛すること、愛されることへの欲求を測定するための尺度項目を収集し、その後、394 名の大学生に対して本調査を行った。その結果、愛すること、愛されることへの欲求の尺度項目への因子分析では、予備調査での分類と対応する形で、愛することへの欲求、愛されることへの欲求に関する 2 つの因子が抽出された。さらに、愛することへの欲求と愛されることへの欲求は互いに比較的高い相関関係が見られたものの、愛することへの欲求は、愛されることへの欲求を統制することによって、精神的健康状態の良さと正の関連性が、青年期の愛着スタイルにおける愛着次元の関係不安とは負の関連性が見られた。反対に、愛されることへの欲求は、愛することへの欲求を統制することで、精神的健康状態の良さと負の関連を、関係不安とは正の関連性を示した。これらの結果について、愛されることを過度に希求することのネガティブさという観点から議論を行った。

キーワード：愛することへの欲求、愛されることへの欲求、青年期の愛着スタイル、愛着次元、精神的健康

問題

一般に愛することよりも愛されることに比重が置かれ、能動的に人を愛するよりも、他人から愛されることの方が重要で、価値があることのように思われている節がある。このような傾向は、日頃目にする雑誌や図書(Angelis, 1993; 植西, 2003; 山崎, 2001)の表紙を飾っている言葉、「あなたはどうすれば愛されるのか」、「愛されるためには何をすればいいのか」、といったことにも見て取れることであろう。

この点に関しては、Fromm(1956)が、かなり以前に指摘しており、現代のような消費文化、つまり、あらゆるものが商品化され、物質的な成功や獲得が重要視されるような社会においては、人間の愛情関係でさえ、交換可能な商品や”もの”として、市場原理に従っている可能性があることを言及している。すなわち、現代においては、愛情が貨幣や物品のように交換可能なモノであるという信念から、愛情を注がれる人は、その愛情と交換可能な価値を、言い換えれば、その愛情に見合うだけの資質や望ましい性格を持っていると考えられるのである。

彼の述べるように、愛情の問題の帰結を消費社会に求めるかどうかの議論は別にしても、現在、一般的に多くの他者から愛を注がれる人ほど、つまり、愛されるような人ほど社会的に価値が高く、望ましいとされる傾向があることは否めない。それゆえ、そのような人間になるためにはどうすればいいのか、さらに言えば、どのようにすれば愛されるのか、といったことが、人々が愛について考えるときの主な関心事となってくる。このような背景には、愛するということは、個人の資質は資格とは関係なく、その対象さえ見つければ比較的容易にできることだが、他者から愛されることは、それに見合うだけの高い資質や資格が要求されるために困難が伴うといった信念が存在していると考えられよう。言い換えるならば、愛するということは技能を必要とするものではなく、その対象の有無の問題であると思われているのである(Fromm, 1956)。

近年においても、そのような愛されることへの偏重の現われは、シンデレラ・コンプレックスやピーターパン・シンドロームといった現象において見て取れる。つまり、木村・木村(1986)が述べるように、シンデレラ・コンプレックスやピーターパン・シンドロームといった現象の根底には、他者への心理的依存、ナルシシズムや不安・孤独感といった特徴が存在しており、それらは一様に愛されることへの欲求として捉えることができると考えられるのである。さらに、大渕(2003)は、現代日本における自己愛傾向の増加を指摘しており、その「自己愛(ナルシシズム)」の特徴の一つとして、人から愛されることを求めるが、人を愛することはできないことを指摘している。

確かに、愛されることを重要視する傾向は、他者から愛されていないという状況が、個人から自信や自己への確信を奪っていくことを考慮すると理解できないものではない。しかしながら、他者から愛されることを過度に希求することは、時として嫉妬や羨望といった感情を生み出すであろうし、また、他者との比較の上に常に満たされないという欲求を引き起こさせるといったことも

十分に考えられる。実際、Lee(1977)の提唱した恋愛の色彩理論において、嫉妬や独占欲の強さによって特徴づけられるラブスタイルのマニアは、神経症的傾向や社会的承認欲求の高さとの関連しており(Woll, 1989)、また、親密な異性との関係での不安感情の経験のしやすさとも正の相関関係があることが示されている(Kanemasa, Taniguchi, Ishimori, & Daibo, 2004)。

それでは、愛することを希求することはどうであろうか。愛するということは、Fromm(1956)によると、能動的な行為であり、他者との比較において成り立つものではないとされる。つまり、愛することへの欲求は、愛されることへの欲求のように不安や嫉妬といった感情によって裏打ちされるものではなく、また、他者への依存によって特徴づけられるものでもないと考えられるのである。たとえば、金政・大坊(2003a)では、愛情を3つの構成要素(親密性・情熱・コミットメント)から成るものとして捉える愛情の三角理論を基礎に、それら3つの要素と親密な異性関係における自己認知との関連について検討を行った結果、親密性や情熱といった愛情の要素の高さは、関係における自己認知(「魅力性」や「人柄の良さ」)の高さを予測することを示している。特に、親密性については、前述の結果以外に自己認知の「社交性」や「自信」にも正の影響を及ぼすことが示されており、これらのことは、相手への愛情が、言い換えるなら、愛するということが、上述のような不安や他者への依存といったものに拠るわけではないことを示唆するものであると言える。

本研究では、これまで述べてきたような観点から、愛すること、愛されることへの欲求を測定する尺度の作成を試み、それら双方の特徴を捉えることを目的に、愛すること、愛されることへの欲求と青年期の愛着スタイルおよび精神的健康との関連についての検討を行う。

まず、青年期(成人期)の愛着スタイルに関しては、Shaver & Hazan (1988)が青年期の恋愛関係を愛着関係であると定義づけてからというもの、これまで青年期(成人期)の愛着スタイルが恋愛関係の諸側面に及ぼす影響について多数の研究がなされてきている。この点については、元来、Bowlby(1969/2000, 1973/2000)の愛着理論は、母子関係の観察を通して導き出されたものではあるが、彼の提出した内的作業モデル(internal working model)という概念によって、愛着の個人差を表す愛着スタイルは、年齢を超えた連続的なメカニズムを持ち、後の対人関係に多大な影響を与え得るという仮説に由来する。この内的作業モデルとは、一般に自分自身ならびに相手(養育者)への期待や信念として理解され、それは主に幼児期における環境的要因や養育者との関係を通して形成していくと言われる。つまり、Bowlby によると、このような自身ならびに相手(養育者)への信念や期待は、“養育者が自分を受容してくれるのかどうか、自分の要求に応答してくれるのかどうか”といった愛着対象への、また、“自分は保護や注意を払ってもらえるだけの価値があるのか、自分は愛され、助けられるに値するのかどうか”といった自身についての主観的な期待や信念として捉えることができるとされるのである。このことを考慮すれば、愛着スタイルとは、相手を愛すること、相手から愛されることに関する経験から形成された自己や他者への期待や信念の表れ、すなわち、愛着の形式であると言うことが出来るであろう。実際、上記のように青年期(成人期)の愛着スタイルが恋愛関係の諸側面に及ぼす影響については、数多くの研究がなされており、たとえば、青年期(成人期)の愛着スタイルは、恋愛関係での感情経験やその表出性(Feeney, 1995, 1999; Feeney & Noller, 1990)、恋愛へのイメージ(金政・大坊, 2003b)や恋愛関係の継続性(Collins & Read, 1990)といった事柄と関連することが知られている。それゆえ、本研究においても、青年期の愛着スタイルは、愛すること、愛されることへの欲求と関連性を示すものと考えられる。

本研究では、Bartholomew & Horowitz(1991)の提唱した愛着の4カテゴリー・モデルからのアプローチを採用する。この愛着の4カテゴリー・モデルにおいては、上述したような自己および他者への期待や信念は、それぞれ自己モデル(自己への期待や信念)、他者モデル(他者への期待や信念)という愛着の次元軸として、それらが直交し、各々がポジティブ・ネガティブの二極を有することで愛着スタイルを“安定型”、“とらわれ型”、“回避型”、“恐怖型”の4つに分類するとされる。さらに、近年の研究においては、自己モデルは、自己への自信や確信のなさから派生する親密な関係への不安と関連することから「関係不安」として、また、他者モデルは、他者への肯定的に捉えられないことによる親密さからの回避と関連することから「親密性回避」として理解されている(Brennan, Clark, & Shaver, 1998)。それゆえ、本研究では、それら愛着次元と愛すること、愛されることへの欲求との関連について検討を行うことが目的となる。

次に、精神的健康と愛すること、愛されることへの欲求との関連については、上述のように、愛されていないという状況や愛されることへの欲求の高さが、親密な関係での嫉妬や羨望といった感情を喚起し、また、嫉妬といった感情が神経症的傾向や社会的承認欲求と関連が強いものである(Woll, 1989)のだとすれば、愛されることへの欲求の高さが精神的な健康状態の悪さ

に繋がるといったことは十分に考えられる。また、親密な関係における愛情の高さは、その関係における自己の評価の高さと関連している(金政・大坊, 2003a)といったことから、愛することへの欲求の高さは、自己への確信や自信による日常的な精神的健康状態の良さを予測するものと推測できよう。

これらのことから、本研究では、まず、愛すること、愛されることへの欲求尺度を作成し、その後、以下の2つの仮説を設定して、その検討を行う。

1. 愛されることを希求することは、嫉妬や羨望という感情を生み出す可能性があり、また、それらの感情状態は、神経症的傾向と関連することから、愛されることへの欲求は、精神的健康状態と負の関連を示すであろう。

   また、これまでの研究で親密な関係における愛情の高さは関係における自己認知の良さを予測していたことから、愛することへの欲求は、自己を肯定的に捉えることに繋がるため、精神的健康状態とは正の関連を示すものと思われる。
2. 愛されることへの欲求は、不安・孤独感を増長させるものと考えられるため、愛着の二次元(「関係不安」・「親密性回避」)との関連においては、「関係不安」との関連が強く、愛されることへの欲求が高くなるほど、「関係不安」が高まるであろうと予測される。

   反対に、愛することへの欲求には、そのような「関係不安」との関連性は見られないものと考えられる。

予備調査

愛することへの欲求、愛されることへの欲求を測定するための尺度項目を収集することを目的として、予備調査を行った。回答者には、愛したいという動機や欲求を知るための、また、愛されたいという動機や欲求を知るための文章を考えて下さい、という両質問に対してそれぞれ自由記述で回答してもらった。回答者は、近畿圏の大学・大学院生、男性21名、女性30名の計51名、平均年齢は23.25歳(*SD* = 4.12)であった。その結果、愛することへの欲求については、129 個の記述が、愛されることへの欲求については149個の記述が得られた。

次に、収集された記述について、社会心理学を専攻とする大学院生3名によるKJ法を行った。表現内容の類似性ならびに類似表現項目の頻度を考慮に入れて、項目の選定を行った結果、愛すること、愛されることへの欲求、共に12項目、計24項目を本調査での項目として採用することとした。

本調査

上記の方法で収集された、愛することへの欲求、愛されることへの欲求、各 12 項目を基に尺度の作成を行い、さらに、作成された尺度と精神的健康ならびに青年期の愛着スタイルとの関連について検討を行う。

方法

回答者 近畿圏の 4 つの大学において心理学関係の講義を受講している学生を対象に調査を行った。総数 407 名の回答を得たが、回答に不備のあった者を除いた男性 181 名、女性 212 名の計 393 名(平均年齢 19.59 歳; *SD* = 1.36)を分析の対象者とした。

実施方法 回答者は、表紙に配置した学年、年齢および性別などのデモグラフィックな特徴を問う項目群に回答し、その後、以下の質問項目に回答を行った。

1.愛すること、愛されることへの欲求尺度

上述の予備調査で得られた、愛することへの欲求についての 12 項目、愛されることへの欲求についての12 項目、計 24 項目の各項目に対して、回答者は、それらが自分自身にどの程度当てはまっているかを“全く当てはまらない=1”から“非常によく当てはまる=7”の7件法で評定を行った。

2.親密な対人関係全般版 ECR (the Experiences in Close Relationships inventory) (中尾・加藤, 2002)

Brennan, Clark, & Shaver(1998)は、これまでの成人の愛着次元軸を測定する尺度をまとめるための試みとして、既存の成人の愛着スタイルに関する尺度、323 項目について因子分析を行い、36 項目からなる尺度を作成した。この尺度の邦訳版(親密な対人関係全般版 ECR)は、中尾・加藤(2002)によって作成されており、さらに、中尾・加藤(2004)では、二度の調査によってその妥当性ならびに信頼性が検討されている。

親密な対人関係全般版ECRは、愛着の2つの次元軸、「関係不安」(18項目)ならびに「親密性回避」(13項目)を測定するための尺度であり、31 項目からなる。回答者は、各項目に対して、それらが自分自身にどの程度当てはまっているかを“全く当てはまらない＝1”から“非常によく当てはまる＝7”の7件法によって評定を行った。

3.GHQ28 (中川・大坊, 1996)

精神健康調査票(The General Health Questionnaire—GHQ)は、回答者の精神的健康状態を測定することを目的にGoldberg(1978)によって開発され、その邦訳版は、中川・大坊(1996)によって作成された。本研究では、GHQ の短縮版であるGHQ28(28項目)を精神的健康状態の測定に用いることとした。GHQ28 は、「身体的症状」、「不安と不眠」、

Table 1 愛すること、愛されることへの欲求尺度の因子分析結果

		Factor1	Factor2	h^2
Q24	人を愛することは幸せなことだと思う。	**.82**	.01	.64
Q09	人を愛することは価値のあることだと思う。	**.75**	-.01	.60
Q10	好きな人とは悦びや楽しさ、辛さなど色々な感情を共有したい。	**.75**	.02	.55
Q13	好きな人のことはよく知りたいと思う。	**.75**	.10	.64
Q18	好きな相手が苦しんでいる時には力になりたい。	**.74**	.10	.65
Q05	私は心から相手のことを愛したいと思う。	**.68**	.13	.57
Q12	愛する人が幸せになることが自分の幸せだ。	**.65**	.04	.45
Q16	好きな相手にはできるだけのことをしてあげたいと思う。	**.55**	.25	.58
Q21	好きな相手にはいつも自分のことを考えていてほしい。	-.10	**.93**	.68
Q22	好きな人にはいつも側にいてもらいたい。	.07	**.79**	.67
Q20	好きな人には毎日連絡をとってもらいたいと思う。	.01	**.78**	.60
Q08	私は常に誰かに愛されていたいと思う。	.19	**.58**	.53
Q07	好きな相手が自分以外の異性と楽しそうに話しているのを見るのは辛い。	.12	**.55**	.40
Q03	好きな人からは「愛している」という言葉を聞いていたい。	.22	**.52**	.46
Q14	人から愛されていないのは辛いことだと思う。	.28	**.37**	.36

因子間相関

Factor2 .61

「社会的活動障害」、「うつ傾向」 の 4 つの下位尺度、各 7 項目からなっている。回答者は、GHQ28 の各項目について 4 件法(リッカート法)による評定を行った。

なお、以降の分析に関しては、Windows 版 SAS を用いて行った。

結果

愛すること、愛されることへの欲求尺度についての因子分析

愛すること、愛されることへの欲求尺度 24 項目について最尤法、Promax 回転による因子分析を行った。複数の因子に高い負荷量を示していた項目ならびに特定の因子への負荷の低い項目(.35 未満)などを除いて、尺度項目を選択しながら繰り返し因子分析を行った結果、15 項目が残存し、2 因子が抽出された(Table 1)。第一因子に負荷の高かった 8 項目は、予備調査において、愛することへの欲求について収集された項目であったことから「愛することへの欲求」、第二因子についても同様の結果であったことから「愛されることへの欲求」と命名された。各因子の α 係数は、「愛することへの欲求」で.92、「愛されることへの欲求」で.88 と比較的高い値を示していた。それゆえ、それぞれの因子に高く負荷している項目の評定尺度値の平均をもって各因子の得点とした(「愛する事への欲求」, M = 5.49 SD = 1.04;「愛されることへの欲求」, M = 4.56, SD = 1.24)。なお、性差については、「愛することへの欲求」、「愛されることへの欲求」共に女性の得点の方が男性よりも高かった(t = 2.92, df = 354, p < .01; t = 2.11, df = 391, p < .05)。

精神的健康ならびに青年期の愛着スタイルの得点の算出

GHQ28 について、4 因子を抽出し、反復主因子法、Promax 回転による因子分析を試みた結果、先行研究とほぼ同様の因子構造が確認された。このことから、GHQ28 ならびにその下位尺度の得点を、先行研究で示された因子に対応する項目の評定尺度値の合計により算出した。GHQ28 全体の平均および標準偏差は、M = 29.13, SD=13.33、4 つの下位尺度の平均と標準偏差は、「身体的症状」で M = 8.22, SD = 4.67、「不安と不眠」で M = 8.33, SD = 4.37、「社会的活動障害」で M=7.76, SD=3.31、「うつ傾向」で M = 4.87, SD = 4.93 であった。

同様に、親密な対人関係全般版 ECR に関しても、先行研究と同様、2 因子を抽出し、反復主因子法、Promax 回転による因子分析を試みた。その結果、先行研究とほぼ同様の因子構造が確認された。このことから、親密な対人関係全般版 ECR の 2 つの次元軸得点を、先行研究で示された因子に対応する項目の評定尺度値の平均により算出した。それら得点の平均および標準偏差は、「関係不安」(α = .90)で M = 3.74, SD = .93、「親密性回避」(α = .84)で M = 3.84, SD = .88 であった。

愛すること、愛されることへの欲求と精神的健康との関連

愛すること、愛されることへの欲求と精神的健康との関連について検討を行うにあたって、上述のように「愛することへの欲求」、「愛されることへの欲求」において性差が見られたため、それらの得点と GHQ28 の得点について性別を統制した偏相関分析を行った。その結果、「愛することへの欲求」は、GHQ28 全体の得点、

Table 2 愛すること、愛されることへの欲求と
精神的健康との偏相関関係

	愛することへの欲求	愛されることへの欲求
GHQ28※		
GHQ全体	-.17***	.12*
身体的症状	-.09	.07
不安と不眠	-.10*	.13*
社会的活動障害	-.14**	.05
うつ傾向	-.20***	.12*

n=390

***p<.001; **p<.01; *p<.05

※GHQ28との偏相関係数は、符号がマイナスである場合に精神的健康の良さと正の相関関係があることを示している。

ならびにその下位尺度である「社会的活動性」、「うつ傾向」得点と有意な負の相関関係を示しており(r = -.13, p < .05; r = -.15, p < .01; r = -.17, p < .01)、精神的健康状態の良さとの関連が示された。しかし、「愛されることへの欲求」は、GHQ28 全体ならびに各下位尺度とも有意な関連を示さなかった。これらの結果は、仮説 1 を部分的にしか支持しないことになる。

しかしながら、「愛することへの欲求」、「愛されることへの欲求」得点は同一の回答者内のスコアであることから、双方の間に対応のあることが考えられる。実際、双方の因子間の相関も比較的高い値が示されている。それゆえ、愛すること、愛されることへの欲求と精神的健康との関連について、遠藤(1992)での分析を参考にし、性別と共に、愛すること、愛されることへの欲求の相互を統制した偏相関分析を行った(Table 2)。その結果、「愛することへの欲求」得点は、GHQ 全体の得点と負の相関関係を示しており(r = -.17, p < .001)、精神的健康状態の良さとの関連が示された。また、GHQ28 の下位因子の中でも「うつ傾向」と中程度の相関関係を示しており(r = -.20, p < .001)、愛することへの欲求が高くなるほどうつ傾向が低くなるという傾向が見られた。

反対に、「愛されることへの欲求」得点は、係数としては低いながらも GHQ 得点とは正の相関関係を示しており(r = .12, p < .05)、精神的健康状態と負の関連が示された。また、同様の傾向は、下位尺度の「不安と不眠」、「うつ傾向」においても見られている(r = .13, p < .05; r = .12, p < .05)。これらの結果は、愛すること、愛されること、双方の欲求が、係数としては低いものの、精神的健康とは逆方向の関連性を持つことを示しており、これは仮説 1 を支持するものである。

Table 3 愛すること、愛されることへの欲求と
愛着の2つの次元との偏相関関係

	愛することへの欲求	愛されることへの欲求
愛着2次元		
関係不安	-.15**	.42***
親密性回避	-.18***	-.13*

n=390

***p<.001; **p<.01; *p<.05

愛すること、愛されることへの欲求と青年期の愛着スタイルとの関連

次に、愛すること、愛されることへの欲求と青年期の愛着の 2 つの次元との関連を検討することを目的に、両尺度の得点間に性別を統制した偏相関分析を行った。その結果、「愛することへの欲求」は、「関係不安」と有意な正の相関関係を、「親密性回避」とは有意な負の相関関係を示しており(r = .20, p < .001; r = -.34, p < .001)、また、「愛されることへの欲求」も、「関係不安」と有意な正の相関関係を、「親密性回避」とは有意な負の相関関係を示していた(r = .44, p < .001; r = -.32, p < .001)。これらの結果は、「愛されることへの欲求」については、仮説 2 を支持したことになるが、「愛することへの欲求」については、「関係不安」と正の関連性を示しており、仮説 2 を支持する結果ではなかった。

しかし、精神的健康との関連についての分析時と同様に、「愛することへの欲求」、「愛されることへの欲求」の両得点は同一回答者内のスコアであることから、それらの間に対応のあることが考えられる。そのため、次に、愛すること、愛されることへの欲求と愛着 2 次元との関連について、性別と共にそれら相互を統制した偏相関分析を行った。

その結果(Table 3)、「愛されることへの欲求」は、愛着次元の「関係不安」と比較的高い相関関係が示され(r = .42, p < .001)、愛されることへの欲求が高いほど関係不安は高いという傾向が見られた。反対に、「愛することへの欲求」は、「関係不安」とは負の相関関係が見られ(r = -.15, p < .01)、愛することへの欲求が高い場合には、関係への不安は低いことが示された。これらの結果は、仮説 2 を支持するものである。

さらに、「愛することへの欲求」と「愛されることへの欲求」が、共に愛着次元の「親密性回避」と負の関連を示しており(r = -.18, p < .001; r = -.13, p < .05)、これは、愛する、愛されるとベクトルの方向性が異なるとはいえ、それら双方が、愛情についての希求、言い換えれば、他者と親密になることへの欲求であるためであろう。

このように、「愛することへの欲求」、「愛されることへ

の欲求」の互いを統制することで、精神的健康状態や青年期の愛着スタイルとの関連について仮説を支持する結果が得られたことは、それら双方の欲求間に比較的高い相関関係があることに由来するものであろう。ただ、上記のような結果は、愛することよりも愛されることを重視し、過度に愛されることを希求することが、精神的な健康状態の悪さや関係への不安の高さへと繋がっていくということを示唆するものであろう。

考察

本研究では、愛すること、愛されることへの欲求の特徴を探ることを目的に、それらに関する尺度を作成し、双方の欲求と精神的健康状態ならびに青年期の愛着スタイルとの関連についての検討を行った。

まず、愛すること、愛されることへの欲求尺度に関しては、予備調査での項目分類と対応する形で「愛することへの欲求」、「愛されることへの欲求」の 2 因子が抽出された。また、それら因子間の相関は、比較的高いものであったが、双方が共に愛情に関する欲求であることを踏まえれば、愛すること、愛されることへの欲求の間には高い関連性が示されたことは理解され得るものであろう。

次に、愛すること、愛されることへの欲求と精神的健康との関連については、単にそれらの相関関係を検討しただけでは、愛されることへの欲求に関しての仮説を支持する結果は得られなかった。しかし、上記のように、愛すること、愛されることへの欲求には、比較的高い関連性が見られたことから、それらを互いに統制した形で精神的健康状態との関係を検討した場合には、仮説1を支持する結果が得られた。つまり、愛することへの欲求が高いほど、精神的健康状態は良く、反対に、愛されることへの欲求が高いほど、精神的健康状態は悪くなることが示された。また、そのような傾向は、精神的健康状態の中でも、うつ傾向において特に認められるものであり、これは、愛することへの欲求が、愛されることへの欲求と比べ、より能動的な欲求であることを示唆するものであろう。このように、愛することへの欲求を統制することで、愛されることへの欲求と精神的健康状態の悪さとの間に正の関連性が見られたことは、愛されることのみを過度に希求することが、精神的な健康状態の悪さに繋がることを示す結果であると考えられる。

また、青年期の愛着スタイルとの関連についても同様に、愛すること、愛されることへの欲求と愛着の 2 次元である「関係不安」と「親密性回避」との間の相関関係の検討からだけでは、仮説 2 を支持する結果は得られなかった。しかしながら、それら双方を統制した分析を行うことで、愛することへの欲求は「関係不安」とは負の関連が、愛されることへの欲求とは正の関連が見られた。この結果は、愛することへの欲求は、自分に自信があり、対人関係に対して不安を抱いていないほど高くなるが、反対に、愛されることへの欲求は、自分に対する自信がなく、不安が高まるにつれ強くなるということを示している。

これまでの青年期(成人)の愛着研究では、愛着次元の「関係不安」は、親密な関係でのネガティブな感情の経験しやすさと関連しており(Feeney, 1995, 1999)、また、その関係への満足度の低さを予測することが知られている(Feeney, 1999)。さらに、「関係不安」は、恋愛関係の葛藤時におけるストレスの感じやすさとも関連するという報告(Simpson, Rholes, & Pillips, 1996)もあり、これらのことを考慮した上で、本研究の結果を踏まえると、愛されることを過度に求めることは、親密な関係におけるネガティブ感情の経験しやすさに繋がり、それゆえ、関係に対して悪影響を及ぼす可能性が十分に考えられるのである。

愛着次元の「親密性回避」と愛すること、愛されることへの欲求の両方が負の関連性を示していたことは、これまでの青年期(成人)の愛着研究において、回避傾向が親密な異性への愛情の低さと関連していたこと(金政･大坊, 2003b; Simpson, 1990)から理解され得るものであろう。つまり、愛すること、愛されることへの欲求は、その主体の所在は異にすれども、双方共に愛という親密さへの欲求であり、それゆえ、それらは「親密性回避」と負の関連性を示したと考えられる。

ここで本研究の問題点について言及しておく。本研究では、全般的な愛すること、愛されることへの欲求を測定することを目的としていたため、回答者の具体的な対人関係や恋愛関係に関する情報を収集しなかった。しかしながら、愛することへの欲求や愛されることへの欲求は、回答者が現在置かれている対人関係や恋愛状況によって異なってくることは十分に考えられる。たとえば、現在、恋愛関係を上手く築けていない人は、愛されることを強く望むであろうし、反対に、良い恋愛関係や人間関係を築き、その関係に満足している人は、過度に愛されることを望む可能性は低くなるであろう。今後は、そのような回答者の具体的な対人関係の情報を加味しながら研究を進め、それら欲求の特徴を探っていく必要性がある。

冒頭部分でも触れたように、現代においては、愛することよりも、愛されることの方が重要であるかのように思われ、日々、目にする雑誌には、愛されることがいかに価値高いかが書き綴られており、私たちの愛されることへの欲求をかき立てている感がある。しかしながら、少

なくとも本研究の結果からは、愛されることを過度に希求することは、精神的健康状態を低さに繋がり、また、対人関係での不安の高さと関連するという比較的ネガティブな結果が示されていた。反対に、愛することへの欲求については、精神的健康状態の良さに繋がること、さらに、不安感や自分自身に対する自信、確信のなさとは負の関連性があることが示され、これらは、愛することへの欲求のポジティブ性を伺わせる結果であると言える。このような本研究の結果は、相手から愛されることを望むよりも、まず、相手を愛することの方が重要であるということを示唆するものと言えるのではないだろうか。

引用文献

Angelis, B. D. 1993 *Secret about Men Every Women should Know*. New York: Harvey Klinger Inc. (加藤諦三訳 男と女の心が底まで見える心理学―愛される理由、愛されない理由 知的生きかた文庫 三笠文庫 1998)

Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. 1991 Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**, 226-244.

Bowlby, J. 1969/2000 *Attachment and loss, Vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. 1973/2000 *Attachment and loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. 1998 Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes. (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp.46-76). New York: Guilford.

Collins, N. L. & Read, S. J. 1990 Adult attachment working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, **58**, 644-663.

遠藤由美 1992 自己認知と自己評価の関係―重みづけをした理想自己と現実自己の差異スコアからの検討 教育心理学研究, **40**, 157-163.

Feeney, J. A. 1995 Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships*, 2, 143-159.

Feeney, J. A. 1999 Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, **6**, 169-185.

Feeney, J. A.. & Noller, P. 1990 Attachment styles as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, **58**, 281-291.

Fromm, E. 1956 *The Art of Loving*. New York: Harper & Brothers Publishers. (鈴木晶訳 愛するということ 紀伊国屋書店 1991)

Goldberg, D. P. 1978 *Manual of the General Health Questionnaire*. NFER-NELSON.

金政祐司・大坊郁夫 2003a 愛情の三角理論における 3 つの要素と親密な異性関係 感情心理学研究, **10**, 11-24.

金政祐司・大坊郁夫 2003b 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**, 59-74.

Kanemasa, Y., Taniguchi, J., Ishimori, M., & Daibo, I. 2004. Love styles and romantic love experiences in Japan. *Social Behavior and Personality*, **32**, 265-282.

木村治美・木村駿 1986 ピーター・パンとシンデレラ― "こころの時代"をどう生きるのか? 広済堂文庫.

Lee, J. A. 1977 A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3, 173-182.

中川秦彬・大坊郁夫 1996 日本語 GHQ 精神的健康調査票手引き. 日本語 GHQ の短縮版: 解説(pp.117-147). 日本文化科学社.

中尾達馬・加藤和生 2002 Brennan et al. (1998)の成人愛着スタイル尺度の日本語版作成とその妥当性の検証 日本教育心理学会第 44 回総会発表論文集, 300.

中尾達馬・加藤和生 2004 “一般他者”を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討 九州大学心理学研究, **5**, 19-27.

大渕憲一 2003 満たされない自己愛―現代人の心理と対人葛藤 ちくま新書.

Shaver, P. R., & Hazan, C. 1988 A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, **5**, 473-501.

Simpson, J. A. 1990 Influence of Attachment Styles on Romantic Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, **59**, 971-981.

Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Phillips, D. 1996 Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, **71**, 899-914.

植西聡 2003 愛される人になる話し方のレッスン ダイヤモンド社.

山崎いづみ 2001 トラウマ・セラピー愛される法則―恋する心に効く、幸せのヒント 青春出版社.

Woll, S. B. 1989 Personality and relationship correlates of loving styles. *Journal of Research in Personality*, **23**, 480-505.

註

1) 本論文で使用したデータは、著者が大阪大学大学院人間科学研究科に在籍中に収集したものである。なお、本研究の一部は、日本心理学会第 67 回大会ならびに日本社会心理学会第 44 回大会において報告された

Being loved is more important than loving?:
Relationships between desires to love and be loved, and mental health and early adult attachment styles

Yuji KANEMASA (*Department of Human and Psychological Studies, Faculty of Humanities, Soai University*)

The purpose of this study was to reveal the features of desires to love and desires to be loved. Thus, it was examined the relationships between these two desires, and mental health and early adult attachment styles (attachment dimensions). Scale items to measure desires to love and be loved were collected on a pilot study, and, then, a main study was conducted toward 394 undergraduates. The results revealed that factor analysis on collected items to measure the desires to love and be loved yielded two factors which corresponded to classification of the pilot study. In addition, while the desires to love and the desires to be loved were relatively highly correlated each other, the desires to love were positively related to better mental health and negatively related to anxiety over relationship of attachment dimensions (early adult attachment styles) by controlling the desires to be loved. In contrast, the desires to be loved were negatively related to better mental health and positively related to anxiety over relationship of attachment dimensions by controlling the desires to love. These results were discussed in terms of the negativity of excessive desires to be loved.

Key words: desires to love, desires to be loved, early adult attachment styles, attachment dimensions, mental health.