

青年期における失恋からの立ち直りの研究

広島国際大学大学院総合人間科学研究科

中田 隆将

A study of the recovery from the dissolution of romantic relationships in adolescence

Takamasa Nakata

Graduate School of Intergrated Human Sciences Studies, Hiroshima International University

本研究では、青年期の若者544名を対象に、失恋後の心理的变化と立ち直りに影響を及ぼす要因を検討した。その際、恋愛中の様相と失恋時の様相の影響を捉えるため、失恋のショックの大きさという変数を用いた。結果、失恋後の心理的变化のうち、肯定的心理変化に対し、失恋経験数、失恋形態、失恋のショックの大きさ、コーピング方略のうち未練、回避が、否定的心理変化に対し、失恋形態、失恋からの経過時間、失恋のショックの大きさ、コーピング方略のうち積極転換、未練、関係解消がそれぞれ影響を及ぼしていた。また、立ち直りに対しては、性別、失恋形態、失恋からの経過時間、失恋のショックの大きさ、コーピング方略のうち未練、否定的心理変化が影響を及ぼしていた。中でも、立ち直りに対し、失恋からの経過時間は最も強い影響を及ぼしていた。

Key words : 立ち直り、心理的变化、コーピング、失恋、青年期

問題と目的

現代青年にとって、失恋は平凡でありふれた経験であると同時に、当事者に強いショックを与え、ネガティブな心理的反応や情動反応を誘発することが知られている (Harvey & Hansen, 2000; 飛田, 1989, 1997; Kaczmarek & Backlund, 1991)。そのように、青年にとって非常に影響力の大きい失恋に対して、青年自身がどのようなコーピングを行い、立ち直りや心理的变化に至るのかという問題は、青年期の精神・身体的問題を考える上で重要なテーマである。

親密な対人関係に焦点を当てた研究は広く行われている。親密な対人関係には大きく分けて友人関係と恋愛関係があるが、両者には質的な違いがあり、これまで多くの研究者がその違いについて研究してきた (Berscheid & Walster, 1974; Rubin, 1970; Davis, 1985; Sternberg, 1988)。彼らの研究より友情と恋愛の違いをまとめると、1) 恋愛は友情よりも強い情動経験を有

する、2) 恋愛は友情よりも脆弱で緊張した関係を築きやすい、3) 恋愛には相手への性的欲求や相手への積極的関与が伴う、と捉えることができる。このことから、青年期において、恋愛関係の崩壊は友人関係の崩壊に比べ、比較的起こりやすく、強い情動経験を有するため、心理的ショックが大きいと考えられる。

飛田 (1989) によると恋愛関係の崩壊に関する研究は主に2つの流れに分類できる。一つは、親密な関係の崩壊のプロセスを記述することを目的とした研究であり、もう一つは、親密な関係の崩壊を予測する変数を特定することを目的とした研究である。

前者の流れに位置づけられる研究として、例えば Duck (1982) は、親密な関係の崩壊は、Intra-psyche (関係に対する不満に内的に取り組み段階)、Dyadic (関係の解消についてパートナーと交渉する段階)、the Social (社会的な承認を得る段階)、Grave dressing (解消された関係を回顧し、立ち直す段階) という4つの位相からなることを仮定している。また、Baxter (1984) は、恋

愛の相手との別離に至るまでに経験した出来事を自由に記述させ、この記述をもとに、親密な関係が崩壊に至るまでのプロセスをフロー・チャートで示している。

後者の流れに位置づけられる研究としては、例えば Burgess & Wallin (1953) は、関係の崩壊に関連するものとして、1) パートナーに対する愛着が少ないこと、2) パートナーが別れを望んでいること、3) 親からの反対があること、4) パートナーとの文化的背景が異なること、5) 個人的問題があることの5つの要因を挙げている。また、Hill, Rubin & Peplau (1976) は、2年間にわたる追跡調査を行い、1) 親密さが少ないこと、2) お互いの関与程度が対等でないこと、3) 年齢、教育への志向、知能、身体的魅力の相違が大きいことが関係崩壊しやすい要因であるとしている。Stephen (1984) は、1) 自我関与の水準、2) 地理的接近、3) 関係の満足度で、ある程度関係の崩壊を予測できるとしている。さらに Simpson (1987) は、関係の崩壊を予測する変数として、「満足度」、「関係の長さ」、「性経験の有無」、「他のデート相手の可能性」などといった10の要因のそれぞれが、3ヵ月後の関係の存続をどの程度予測できるかを検討している。その結果、最初の調査の時点で性交渉を伴っていたカップルほど、長く付き合っていたカップルほど、そして相手との関係に満足していたカップルほど、3ヵ月後の時点で関係が存続している割合が多く、また、急進的な性解放に賛同的だったカップルほど、そして排他的ではなかったカップルほど、3ヵ月後に関係が持続している可能性が少ないことを示している。

一方、近年本邦では、恋愛関係崩壊後に焦点を当てた研究が増加している。例えば主なものに、宮下・白井・内藤 (1991) は失恋後の心理的变化を、和田 (2000) は関係崩壊時の対処行動および、関係崩壊後の行動的反応を、石本・今川 (2003) は失恋後の立ち直し過程を、池内・中里・藤原 (2001) は対象喪失時の対処行動を、加藤 (2005) は失恋ストレスコーピングと精神的健康を、山下・坂田 (2005) は関係崩壊後の自己概念領域の変化を研究したものなどがある。

この中で宮下他 (1991) は、失恋後の心理的变化を、肯定的心理変化と、否定的心理変化に分類しそれぞれの関係要因を検討している。その結果、肯定的心理変

化に影響する最大の要因は「失恋した年齢」であり、以下「恋愛継続期間」「現在の年齢」「失恋の原因」の順であった。また、否定的心理変化に影響する最大の要因は「恋愛継続期間」であり、以下「失恋の原因」「現在の年齢」「失恋した年齢」の順であった。これらのことから、恋愛関係中の様相と失恋の様相は、立ち直りの過程で生じる心理的变化に影響を与えることが伺え、失恋からの立ち直りを検討する際に、立ち直りの程度と合わせて心理的变化を検討することは、立ち直りの意味を更に深く検証するために有意義であると考えられる。

また、加藤 (2005) は、失恋をストレスフルな出来事と捉え、失恋に対するコーピングという観点から失恋後の感情や行動を検討している。その結果、回避、拒絶、未練といったコーピング方略が見出され、失恋相手への恋愛感情は失恋コーピングを媒介とし、失恋後の精神的健康に影響を与えるというモデルが示された。この中で加藤 (2005) は、失恋に対するコーピングを検討する指標として、失恋に関するストレスコーピング尺度を作成している。この尺度は、従来用いられてきた包括的なコーピング尺度では測定することが困難であった、失恋特有のコーピング方略を測定することできるという点で有用であるといえよう。

ここで、本邦の恋愛関係崩壊や失恋の先行研究で取り上げられた主な変数をTable 1に示す。

Table 1から、現在の交際関係や、失恋に至った過去の交際関係に関する変数が多く扱われていることが見て取れる。このことから交際関係中の要因が恋愛関係崩壊や失恋に関する研究の中で重要であるとされてきたと考えられる。しかし、Table 1を見る限り、交際関係中の要因を十分に捉えきれていないとはいえない。大坊 (1988) が指摘するように、異性間の恋愛関係の過程を検討するためには時系列的な観点を持ちながら、恋愛を多面的に把握することが必要である。相手への感情にしても、行動経験にしても、それがどの時点のものなのか、交際していく中でどのように変容し、最終的に、または現在、どのような状態にあるのかを詳細に捉えなければ、正確に恋愛関係崩壊や失恋との因果関係を明らかにすることはできない。しかし、実際はそのように時系列的な観点を持ちながら、恋愛を多

Table 1 先行研究で研究対象とされた変数

個人的要因	
性格特性	(孤独感、自尊心、外向性、神経症傾向、抑うつ性、Big Five、エゴグラム、自己概念、自己受容、内省)
経験	(失恋経験の有無、失恋の経験数)
人間関係	(交際相手の有無、好きな人の有無、親密な異性の有無)
交際への考え	(交際希望意思の有無、恋愛に対する興味の有無、恋愛関係への羨望の有無、交際をしていない理由)
現在の交際関係要因	
相手の特徴	(年齢、所属、性格の類似性、態度の類似性)
時間的側面	(交際期間、交際開始年齢)
交際の前段階	(告白者)
交際の様相	(相互理解度、共行動度、嫌な出来事度、進展度、会う頻度、連絡頻度、連絡方法)
相手への感情	(愛情度、熱愛度、満足度、一体感、将来展望、交際目的、関与度、夢中度、衡平度、重要度、開放性、別れの予感)
相手からの感情推測	(愛情度)
失恋に至った交際関係要因	
相手の特徴	(年齢、所属)
時間的側面	(交際期間、交際開始年齢)
交際の前段階	(告白者)
交際の様相	(相互理解度、共行動度、嫌な出来事度、進展度、会う頻度、連絡頻度、連絡方法)
相手への感情	(愛情度、熱愛度、心理的関与度、一体感、関与度、夢中度、衡平度)
相手からの感情推測	(愛情度、熱愛度)
失恋の様相要因	
時間的側面	(別れた時期、別れた時間帯、別れた月、完全に別れるまでの期間)
別れ方	(別れの原因、別れの主導権、別れの告知方法、別れの場所、別れの責任)
失恋への対処	(対処行動)
失恋時の様相要因	
行動経験	(行動的反応、失恋の自己開示、Duckのモデル経験、周りのサポート)
行動への評価	(反応の有効性)
ダメージ	(感情、ショック度、喪失感)
失恋後の変化要因	
立ち直り	(立ち直り程度、回復期間年齢)
心理後の反応	(失恋後の心理的变化、ストレス反応)
失恋への評価	(影響性、自信の育成、全体的評価)

出典

大坊(1988)、堀毛(1994)、池内他(2001)、石本・今川(2001、2003)、飛田(1989、1992、1997)、加藤(2005)、栗林(2001)、牧野(2006)、牧野・井原(2004)、宮下他(1991)、宮下・斉藤(2002)、鳴島(1993)、和田(2000)、山口(2007)、山下・坂田(2005)

面的に把握することは困難であり、これまでの研究では、先行研究を参考に、各々の研究者が重要だと思われる要因についてのみ検証するにとどまっている。この現状を打開する一つの方法として、本研究では、交際関係中の様相と、失恋の様相を捉えるのではなく、それらの影響を大きく受けると考えられる失恋のショックの大きさを捉えることを提案する。多くのサンプル数を確保するために質問紙法を用いる場合には、項目数などある程度制限して負担感を少しでも感じさせないよう配慮する必要がある。しかし、交際関係中の様相と、失恋の様相を詳細に捉えるには膨大な項目が必要となり、被調査者が大きな負担を強いられる。その結果、モチベーションの低下による、得られたデータ自体の信頼性への影響が考えられ、適切な方法であるとは考えにくい。そこで失恋後の立ち直りに焦点を当てる本研究では、膨大な項目数で交際関係中の様相と、失恋の様相を捉えようとするより、代わりにそれらの影響を強く受けると考えられる失恋のショックの大きさを捉え、主に失恋後の立ち直り過程に焦点を当てる方が合理的であると考えられる。宮下他(1991)、和田(2000)、栗林(2001)、宮下・斉藤(2002)などにより、交際関係中の様相・失恋の様相とネガティブな感情・情動経験の因果関係は示されていることから、失恋のショックの大きさが交際関係中の様相と失恋の様相の影響を大きく受けていることが考えられる。したがって、本研究では、失恋に対するショックの大きさなどをはじめとする、失恋後の心理的変化と立ち直りに影響を及ぼす要因を検討することを目的とする。なお、本研究で使用する失恋のショックという概念は、失恋を経験した際の主観的なショックの程度を示すものとし、立ち直りについては、過去に経験した失恋における現在の主観的な立ち直りの程度を示すものとする。

方法

対象

H県内の大学生、短大生、社会人を対象とした。

調査実施期間

2006年11月12日から11月28日にかけて実施した。

実施方法

A大学の大学生1年生から3年生に対しては、それぞれ講義終了後に質問紙を配布、回収を行った。配布数は316部、回収数は305部で回収率は97%であった。同大学の4年生に対しては、各ゼミの研究室に伺い質問紙を配布し、1週間後に回収した。配布数は114部、回収数は91部で回収率は80%であった。

その他のH県内の大学生、短大生、社会人に対しては、調査協力者である12名(大学生男性6名、女性4名、専門学校生女性1名、社会人女性1名)に調査の協力を依頼してもらい、事前に了解を得た上で調査に協力していただいた。なお、12名の調査協力者は、調査者の友人であり、事前に研究の内容を十分理解していただいた上で協力していただいた。各調査協力者は、自分の友人、知人に質問紙調査の依頼をし、承諾が得られた方へ共通の教示を行い、質問紙に回答していただいた。回答後は、各被調査者に返信用封筒を渡し個別に郵送していただく方法と、質問紙を封筒に入れて調査協力者に渡し、調査協力者がまとめて郵送する方法の2つから、どちらか適切な方法を選択してもらい、回収を行った。配布数は353部、回収数は285部で回収率は81%だった。

全体の配布数は783部、回収数は681部で回収率は87%だった。部分的に欠損のあったデータで、使用できる箇所のあるものは欠損部分を分析ごとに除外し、分析によって使用できる箇所は使用した。全体に欠損が見られるデータ3部と、同じ年齢で少数しか確保できなかった24歳から32歳のデータ16部、失恋経験のなかったデータ118部を除外し、最終的に544名(男性250名、女性292名、未回答2名、18-23歳、平均年齢20.59歳、SD=1.27)を分析の対象とした。

質問紙の構成

質問紙は以下のような項目と本分析では用いなかったいくつかの項目から構成した。

- 1) フェイスシート：所属、年齢、性別をそれぞれ尋ねた。なお性別は「1. 男性」、「2. 女性」としている。
- 2) 失恋経験の有無：想起できる範囲の限界も考慮して、中学生以降の失恋経験とした。
- 3) 中学生から現在までの失恋経験数

- 4) 失恋形態：最もつらかった失恋について、その形態を「1. 交際相手との失恋」、「2. 片思いの相手との失恋」、「3. その他」から選択させた。
- 5) 失恋からの経過時間：どのくらい前の恋愛だったかを何年何ヶ月前かという形で尋ねた。
- 6) 失恋のショックの大きさ：考えられる最大のショックを100点、全くショックが無い状態を0点として尋ねた。
- 7) 失恋ストレスコーピング：加藤（2005）が作成した失恋ストレスコーピング36項目を使用した。この項目は未練因子、敵意因子、関係解消因子、肯定的解釈因子、置き換え因子、気晴らし因子の6因子を想定している。最もつらかった失恋後の自分を想起してもらい、それぞれ「1. 当てはまらない」、「2. 少し当てはまる」、「3. 当てはまる」、「4. よく当てはまる」から選択させた。
- 8) 失恋後の心理的变化：宮下他（1991）が作成した失恋後の心理的变化12項目を使用した。この項目は肯定的心理変化と否定的心理変化の2因子を想定している。最もつらかった失恋後の自分を想起してもらい、それぞれ「1. 当てはまらない」、「2. 少し当てはまる」、「3. 当てはまる」、「4. よく当てはまる」から選択させた。
- 9) 立ち直りの程度：最もつらかった失恋について、現在どの程度立ち直れているかを、完全な立ち直り状態を100点、全く立ち直れていない状態を0点として尋ねた。
- 10) 立ち直りのきっかけ：立ち直る一番のきっかけになったものを「1. 時間」、「2. 次の恋愛」、「3. 周りの人のサポート」、「4. 自分一人での整理」、「5. 恋愛以外のことに打ち込む」、「6. 特にきっかけはない」、「7. 立ち直っていない」、「8. その他」から選択させた。

データ処理

1) 失恋経験回数

失恋経験回数について、経験数1回、すなわち初めての失恋経験と、経験数2回以上では異なる点があるのではないかと考えられる。そこで、新たに経験数1回と、経験数2回以上を分類した「失恋経験回数群」という変数を設定した。内訳は経験数1回145名、経

験数2回以上393名、未回答6名であった。

2) 失恋の形態

「3. その他」については、該当者が11名で、全体の2%未満であったため除外した。内訳は、交際相手との失恋290名、片思いの相手との失恋239名、未回答15名であった。

3) 失恋からの経過時間

経過時間について、被調査者が想起した失恋が過去のものであればあるほど、合理化や抑圧などの認知バイアスがかかっている可能性が考えられる。その影響を検討するため、先行研究を参考にし、新たに経過時間を「1. 1年以下」、「2. 1年1ヶ月以上2年以下」、「3. 2年1ヶ月以上4年以下」、「4. 4年1ヶ月以上10年以下」に分類した「経過時間群」という変数を設定した。内訳は、1年以下147名、1年1ヶ月以上2年以下129名、2年1ヶ月以上4年以下146名、4年1ヶ月以上10年以下110名、未回答12名であった。

4) 失恋のショック

失恋のショックについて、歪度-0.79、尖度0.02と正規分布から大きく外れているため、独立変数に設定する際に等質性の問題が出る可能性がある。そこで、正規分布に近づけるため対数変換を行った。

5) 立ち直り

立ち直りに関しても、歪度-1.84、尖度2.62と正規分布から大きく外れているため、従属変数に設定する際に等質性の問題が出る可能性がある。そこで、正規分布に近づけるため対数変換を行った。

結果

失恋ストレスコーピングの因子構造

加藤（2005）の失恋ストレスコーピング尺度は使用頻度が十分とはいえないため、信頼性および妥当性について検討するために、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。結果、先行研究と同様に6つの因子が抽出され、項目全体での α 係数も、 $\alpha = .88$ と高い信頼性が確認された。失恋ストレスコーピングの因子分析の結果をTable 2に示す。

因子パターンに基づいて各因子の解釈を行ったところ、36項目全てにおいて加藤（2005）と同様の因子構

中田：青年期における失恋からの立ち直りの研究

Table 2 失恋ストレスコーピングの因子パターン行列

	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	第5因子	第6因子	共通性
未練因子 [α 係数 = .89]							
失恋した後も相手の人を愛した	.78	-.16	-.09	.08	.03	-.05	.60
何かにつけて相手のことを思い出した	.73	-.07	.06	.09	-.08	.00	.57
関係を戻そうとした	.71	.01	-.08	.02	-.04	.03	.53
別れたことをくやんだ	.67	-.08	.09	-.09	-.01	.15	.48
相手の人と連絡を取ろうとした	.67	.06	-.15	.10	-.04	.02	.54
写真など、思い出の品を取り出してながめた	.66	-.05	-.08	-.02	.05	.08	.46
失恋したことを信じようとしなかった	.64	.16	.08	-.22	.09	-.09	.41
相手の人との楽しい出来事を思い出した	.63	-.14	-.04	.08	.06	.03	.43
相手の人につぐないたいと思った	.61	.06	.12	-.07	.00	-.10	.35
偶然をよそおって相手の人と会おうとした	.56	.05	.02	-.02	-.08	.01	.33
思い出の場所に出かけた	.52	.08	.11	-.03	.03	-.01	.31
敵意因子 [α 係数 = .84]							
相手の人をうらんだ	.04	.87	-.04	-.09	.01	-.02	.74
相手の人にげんめつした	-.08	.85	-.04	.06	.00	-.06	.66
相手の人の悪口を言った	-.07	.80	.08	-.07	.02	.00	.65
誰かにぐちを言った	-.04	.56	.02	.15	-.04	.12	.41
相手の人を見返す方法を考えた	.06	.46	.00	.06	-.02	.24	.40
関係解消因子 [α 係数 = .80]							
相手の人のことを考えないようにした	-.10	-.14	.81	.01	.01	.08	.69
相手の人を忘れようとした	.11	.04	.66	.07	-.01	-.01	.49
相手の人をさげようとした	-.01	.07	.66	.03	-.13	-.08	.39
気にしないようにした	-.08	-.22	.65	-.03	.05	.08	.47
相手の人との思い出の品を処分した	.02	.11	.46	-.01	.03	.00	.26
相手の人との思い出の場所をさげようとした	.20	.12	.44	.12	-.01	-.06	.31
失恋のことを考えないようにした	-.04	.16	.35	.03	.19	.05	.31
肯定解釈因子 [α 係数 = .74]							
失恋が自分の成長に役立つと思った	-.01	-.07	-.04	.67	.12	-.02	.49
失恋の良い面を見つけようとした	.03	.06	.10	.66	-.06	-.01	.47
失恋によって何かを学んだ	.08	.08	.03	.65	.10	-.16	.50
失恋を肯定的にとらえようとした	-.08	-.01	.05	.59	-.21	-.03	.26
自分をみがくようにした	.00	.00	-.02	.40	.12	.19	.32
気晴らし因子 [α 係数 = .72]							
スポーツや趣味に打ち込んだ	.01	-.09	-.03	-.09	.80	-.05	.54
何かに夢中になった	.08	.14	.05	-.10	.72	-.11	.51
何か他の楽しいことを考えた	-.08	-.04	-.04	.17	.60	.10	.50
遊びに出かけた	-.07	.01	.00	.04	.36	.22	.25
置き換え因子 [α 係数 = .75]							
次の恋を見つけようとした	-.08	-.03	.02	.00	.03	.81	.64
他の異性を好きになろうとした	.12	.01	.09	-.16	-.03	.74	.59
他の異性とデートした	.07	.26	-.06	.00	-.03	.42	.33
異性の友人を作るようにした	.05	.22	-.09	.07	-.02	.41	.31
因子間相関							
(第2因子)	.27						
(第3因子)	.02	.21					
(第4因子)	.33	.13	.23				
(第5因子)	.04	.20	.37	.43			
(第6因子)	.33	.38	.36	.36	.34		

主因子法、プロマックス回転
n=529.

造となった。因子負荷量などから、加藤（2005）の6因子それぞれの因子名を再度検討し直したが、加藤（2005）の命名が妥当だと思われるため、因子名は変更しなかった。

因子間相関について、中程度の相関が見られたため、共分散構造分析による高次因子分析を行った。6つの1次因子を36項目を有する潜在変数とし、2次因子を

1因子から4因子仮定したモデルをそれぞれ構成した。その結果、様々な適合度指標より最も適合度の高かったモデルをモデル2とし、加藤（2005）により示されたモデルであるモデル1とで比較検討を行った。モデル1をFigure 1に、モデル2をFigure 2にそれぞれ示す。また、適合度指標の結果をTable 3に、 χ^2 値の変化量をTable 4に示す。

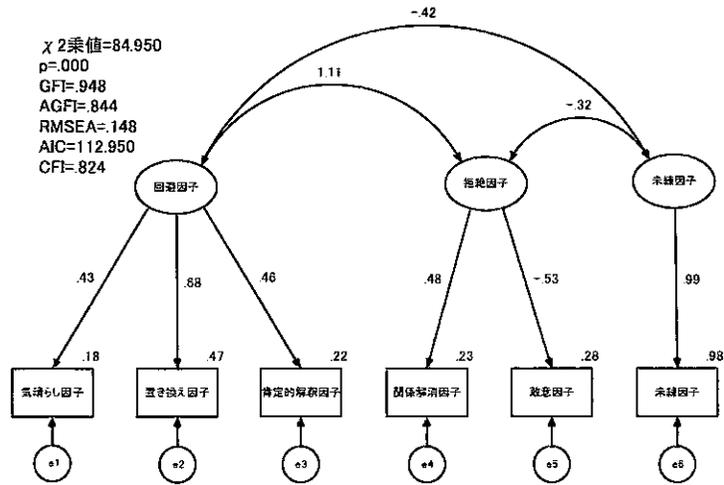


Figure 1 因子構造の仮説モデル1（加藤，2005）

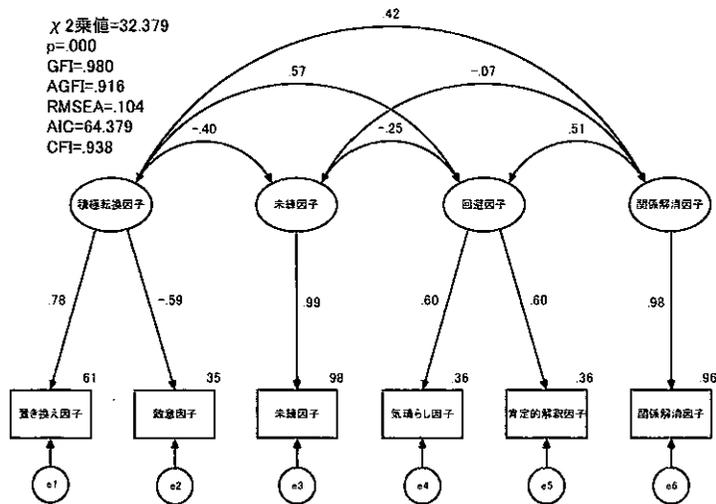


Figure 2 因子構造の仮説モデル2

Table 3 仮説モデル1と仮説モデル2の適合度指標

	χ^2 値	df	p	GFI	AGFI	CFI	AIC	RMSEA
モデル1	85.0	7	.000	.948	.844	.824	113.0	.148
モデル2	32.4	5	.000	.980	.916	.938	64.4	.104

Table 4 仮説モデル1と仮説モデル2の χ^2 値変化量

対比	$\Delta\chi^2$	Δdf	p
モデル1 対 モデル2	52.6	2	p<.01

結果、モデル1も十分に高い適合度を示したが、モデル1は回避因子と拒絶因子の相関係数の推定値が1を超えていること、モデル2の適合度のほうが高いこと、 χ^2 値の変化量からもモデルの適合度に有意な差がみられたこと、因子構造が解釈しやすいことから、本研究ではモデル2を採択した。

第1因子は、他の異性に気持ちを置き換えようとする置き換え因子と、失恋の相手に好意ではなく敵意を向ける敵意因子からなり、積極的に気持ちの転換を行うことから、積極転換因子と命名することが出来ると考えられる。第2因子は失恋に未練を持つ未練因子である。第3因子は、恋愛以外のことで気をそらそうとする気晴らし因子と、恋愛を肯定的に解釈しようとする

肯定的解釈因子からなり、失恋という出来事から回避する手段として行われているため、回避因子と命名することが出来ると考えられる。第4因子は恋愛関係を解消しようとする関係解消因子であった。

しかし、モデル2においても因子間相関に中程度の相関が見られたため、再度、共分散構造分析による高次因子分析を試みた。3次因子として、積極転換因子と関係解消因子からなる上位因子1、回避因子と未練因子からなる上位因子2を仮定したモデル3と、3次因子として、積極転換因子と未練因子からなる上位因子1、回避因子と関係解消因子からなる上位因子2を仮定したモデル4を作成し比較検討を行った。モデル3をFigure 3に、モデル4をFigure 4に示す。また、適

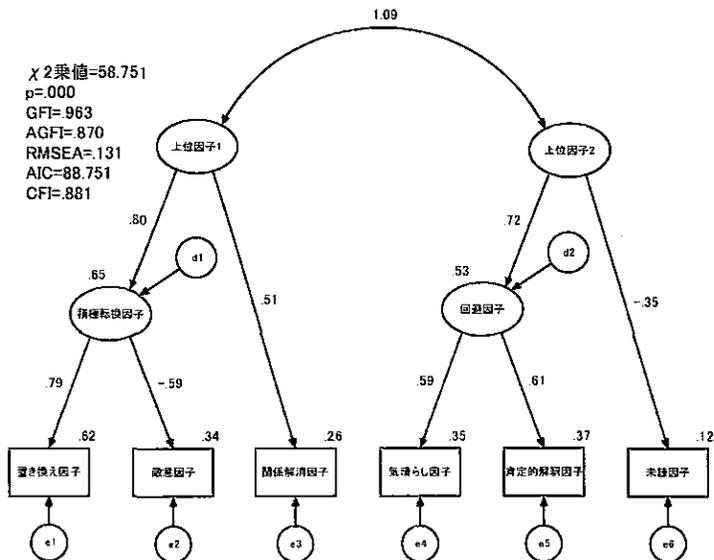


Figure 3 因子構造の仮説モデル3

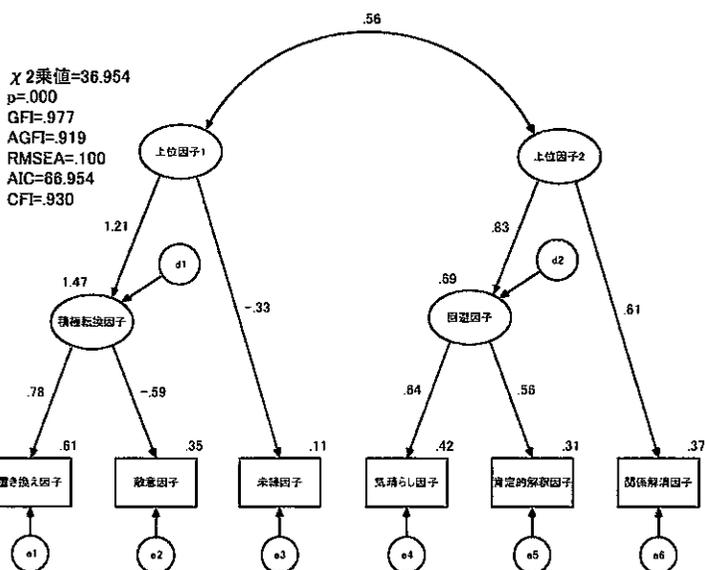


Figure 4 因子構造の仮説モデル4

Table 5 仮説モデル3と仮説モデル4の適合度指標

	χ^2 値	df	p	GFI	AGFI	CFI	AIC	RMSEA
モデル3	58.8	6	.000	.963	.870	.881	88.8	.131
モデル4	37.0	6	.000	.977	.919	.930	67.0	.100

Table 6 仮説モデル3と仮説モデル4の χ^2 値変化量

対比	$\Delta\chi^2$	Δ df	p
モデル3 対 モデル4	21.8	0	—

合度指標の結果をTable 5に、 χ^2 値の変化量をTable 6に示す。

結果、モデル3、モデル4共に高い適合度を示した。しかし、モデル3では対象転換因子と自己解決因子の相関係数が、モデル4では対象転換因子から積極転換因子への標準偏回帰係数がそれぞれ1を超えていることから、適切な指標とは考えにくい。したがって、本研究ではモデル2を最終モデルとして採択する。

失恋後の心理的変化の因子構造

失恋後の心理的変化は宮下他（1991）と、石本・今川（2003）でしか使用されていないため、信頼性およ

び妥当性について検討するために、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。結果、先行研究と同様に2つの因子が抽出され、項目全体での α 係数も、 $\alpha = .79$ と高い信頼性が確認された。失恋後の心理的変化の因子分析の結果をTable 7に示す。

因子パターンに基づいて各因子の解釈を行ったところ、12項目全てにおいて宮下他（1991）と同様の因子構造となった。因子負荷量などから宮下他（1991）の2因子それぞれの因子名を再度検討し直したが、宮下他（1991）の命名が妥当だと思われるため、因子名は変更しなかった。

中田：青年期における失恋からの立ち直りの研究

Table 7 心理的变化の因子パターン行列

	第1因子	第2因子	共通性
肯定的心理変化因子 [α係数=.84]			
良い人生経験になった	.71	-.08	.50
今までより他の人の気持ちを考えられるようになった	.69	.09	.49
今までより優しい人間になれた	.67	.05	.45
今までより自分の気持ちに正直になれた	.65	-.01	.43
もっと自分を向上させたいと思った	.65	-.04	.42
相手の気持ちや置かれている状況を考えるようになった	.60	.01	.37
現実(事実)に冷静に目を向けられるようになった	.57	.01	.33
交際範囲が広くなり視野が広がった	.54	-.02	.29
否定的心理変化因子 [α係数=.81]			
もう人を好きになれないと思った	.02	.78	.60
もう恋愛をしたくないと思った	-.01	.75	.56
異性を信じられなくなった	-.03	.73	.54
自分に自信が持てなくなった	.02	.64	.41
因子間相関	(第2因子)	.09	

主因子法, プロマックス回転
n=532.

様々な要因が失恋後の心理的变化に与える影響

各変数間の相関係数を算出するため相関分析を行った。結果をTable 8に示す。

Table 8により関連が予測される、失恋経験数群、失恋形態、失恋のショック、未練因子、回避因子、関係解消因子のそれぞれが肯定的心理変化に与える影響を検討するため、1) 失恋経験数群、2) 失恋形態、3) 失恋のショック、4) 未練因子・回避因子・関係解消因子をそれぞれ独立変数、肯定的心理変化を従属変数とし、階層的重回帰分析を行った(強制投入法)。結果をTable 9に示す。

また同様に、Table 8により、関連が予測される、失恋形態、経過時間群、失恋のショック、積極転換因子、未練因子、回避因子、関係解消因子のそれぞれが否定的心理変化に与える影響を検討するため、1) 失恋形態、2) 経過時間群、3) 失恋のショック、4) 積極転換因子・未練因子・回避因子・関係解消因子をそれぞれ独立変数、否定的心理変化を従属変数とし、階層的重回帰分析を行った(強制投入法)。結果をTable 10に示す。

肯定的心理変化について、失恋経験数群、失恋形態、失恋のショック、未練因子・回避因子を独立変数とすることで有意に説明力が上昇していることから、これ

らの要因が独自の説明力を持っていることが伺える。また、すべての変数を投入したステップIVにおいて、失恋経験数群、未練因子、回避因子が1%水準で有意であることから、これらの変数は他の変数と比べて、より説明力が強いと考えられる。

否定的心理変化について、失恋形態、経過時間群、失恋のショック、積極転換因子・未練因子・関係解消因子を独立変数とすることで有意に説明力が上昇していることから、これらの要因が独自の説明力を持っていることが伺える。また、すべての変数を投入したステップIVにおいて、積極転換因子・未練因子・関係解消因子が1%水準で有意であることから、これらの変数は他の変数と比べて、より説明力が強いと考えられる。

様々な要因が立ち直りに与える影響

相関分析により、関連が予測される性別、失恋形態、経過時間群、失恋のショック、未練因子、肯定的心理変化因子、否定的心理変化因子が立ち直りに与える影響について明らかにするため、1) 性別、2) 失恋形態、3) 経過時間群、4) 失恋のショック、5) 未練因子、6) 否定的心理変化因子をそれぞれ独立変数、立ち直りを従属変数とし、階層的重回帰分析を行った(強制投入法)。結果をTable 11に示す。

Table 8 変数間の相関係数

	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)	(F)	(G)	(H)	(I)	(J)	(K)	(L)	(M)	(N)	(O)	(P)	(Q)	(R)	(S)	
学年	(A)	—																		
年齢	(B)	.86**	—																	
性別	(C)	.03	.01	—																
失恋経験回数群	(D)	.07	.08	.02	—															
失恋形態	(E)	.03	.02	-.01	.07	—														
経過時間群	(F)	.16**	.15**	.10*	-.06	.17**	—													
失恋のシヨック	(G)	.01	.06	.03	.11*	-.14**	-.14**	—												
未練因子	(H)	.01	-.04	.00	-.09*	.25**	.13**	-.31**	—											
敵意因子	(I)	-.11**	-.15**	.02	-.06	.18**	.13**	-.16**	.24**	—										
関係解消因子	(J)	-.14**	-.11*	.02	.01	-.11**	-.03	.13**	.06	.25**	—									
肯定的解離因子	(K)	.02	.02	.11**	.11*	-.14**	-.10*	.14**	-.27**	.27**	—									
気晴らし因子	(L)	-.07	-.04	-.06	.00	-.05	-.03	.06	-.03	-.20**	.33**	—								
置き換え因子	(M)	-.04	-.01	-.02	.11*	-.15**	-.15**	.17**	-.33**	-.46**	.30**	.27**	—							
積極転換因子	(N)	-.16**	-.16**	.01	.03	.05	-.04	-.04	.02	-.89**	-.02	.04	.32**	—						
回避因子	(O)	-.03	-.01	.04	.07	-.12**	-.08	.12**	-.19**	-.22**	.36**	.84**	.80**	.33*	—					
コーピング合計	(P)	-.05	.00	.02	.19**	-.28**	-.18**	.29**	-.85**	-.80**	.59**	.62**	.84**	.67**	-.09*	—				
肯定的心理変化	(Q)	.03	.05	.09	.19**	-.10*	-.01	.17**	-.29**	-.15**	.24**	.57**	.30**	.27**	.06	.53**	—			
否定的心理変化	(R)	-.09	-.07	-.07	.05	-.12**	-.13**	.16**	-.33**	-.39**	.23**	.06	.10*	.25**	-.22**	.09*	.39**	—		
心理的変化合計	(S)	-.02	.00	.04	.18*	-.15**	-.08	.22**	-.40**	-.33**	.32**	.49**	.29**	.35**	-.06	.49**	.80**	.86**	—	
立ち直り	(T)	.06	.01	.13**	.03	.11**	.27**	-.17**	.25**	.12**	-.07*	-.02	-.08*	-.16**	-.01	-.06	-.21**	-.04	-.25**	-.17**

* p<.05
** p<.01

n=493

中田：青年期における失恋からの立ち直りの研究

Table 9 諸要因が肯定的心理的变化に与える影響

	肯定的心理变化			
	II	III	IV	V
失恋経験数群	.19 **	.20 **	.18 **	.15 **
失恋形態		-.12 **	-.09 *	.00
失恋のショック			.13 **	.04
コーピング				
未練因子				-.17 **
回避因子				.46 **
関係解消因子				.05
R^2	.04 **	.05 **	.07 **	.33 **
(自由度調整済み R^2)	.03 **	.05 **	.06 **	.32 **
ΔR^2	.04 **	.01 **	.02 **	.27 **

* p<.05
** p<.01
n=500

Table 10 諸要因が否定的心理的变化に与える影響

	否定的心理变化			
	II	III	IV	V
失恋形態	-.10 *	-.08	-.07	.02
経過時間群		-.11 *	-.09 *	-.07
失恋のショック			.14 **	.04
コーピング				
積極転換因子				-.22 **
未練因子				-.30 **
回避因子				-.05
関係解消因子				.21 **
R^2	.01 *	.02 *	.04 **	.20 **
(自由度調整済み R^2)	.01 *	.02 *	.03 **	.19 **
ΔR^2	.01 *	.01 *	.02 **	.16 **

* p<.05
** p<.01
n=499

立ち直りについて、性別、失恋形態、経過時間群、失恋のショック、未練因子、否定的心理変化因子を独立変数とすることで有意に説明力が上昇していることから、これらの要因が独自の説明力を持っていることが伺える。また、すべての変数を投入したステップにおいて、経過時間群、未練因子、否定的心理変化が1%水準で有意であることから、これらの変数は他の変数と比べて、より説明力が強いと考えられる。

考 察

失恋ストレスコーピングの因子構造

失恋ストレスコーピング尺度の因子分析の結果、加藤(2005)と同様の6因子が抽出され、尺度の信頼性および妥当性を支持する結果となった。続けて行った共分散構造分析による高次因子分析の結果、加藤(2005)のモデルとは異なる4因子構造のモデル2が抽出され

Table 11 諸要因が立ち直りに与える影響

	立ち直り					
	I	II	III	IV	V	VI
性別	.11 **	.12 **	.09 *	.09 *	.09 *	.08
失恋形態		.10 *	.06	.05	.01	.00
経過時間群			.26 **	.24 **	.23 **	.22 **
失恋のショック				-.11 **	-.06	-.05
コーピング						
未練因子					.19 **	.15 **
心理的变化						
否定的心理変化						-.16 **
R^2	.01 *	.02 *	.09 **	.10 **	.13 **	.15 **
(自由度調整済み R^2)	.01 *	.02 *	.08 **	.09 **	.12 **	.14 **
ΔR^2		.01 *	.06 **	.01 **	.03 **	.02 **

* p<.05

** p<.01

n=494

た。

加藤 (2005) での気晴らし因子、置き換え因子、肯定的解釈因子からなる回避因子は、本研究では気晴らし因子と肯定的解釈因子の2つから構成されていた。気晴らし因子は恋愛以外のことに関するコーピング方略であり、置き換え因子は異性（特に好意を向ける対象としての異性）に関するコーピング方略である。両因子は、どのように失恋相手から気を逸らすかという軸で見たときに回避の方向が違ふものと考えられる。置き換え因子の新しい異性に対して気持ちを向けるという意味内容は、敵意因子の「相手の人を見返す方法を考えた」という項目の含む意味内容と同様に、気持ちの転換を図ろうとする姿勢がうかがえる。また、Table 2の因子負荷量から見ても、「相手の人を見返す方法を考えた」という項目は、置き換え因子に.24と比較的高い負荷がある。

敵意因子、関係解消因子からなっていた拒絶因子は、本研究では敵意因子は置き換え因子と結びつき積極転換因子に、関係解消因子は独立していた。敵意因子は相手に敵意を向けるという意味内容であり、相手のことを考えないようにする意味内容の関係解消因子とは相反する。したがって、敵意因子は置き換え因子と、関係解消因子は独立して因子を形成したと考えられる。

このように、加藤 (2005) の抽出した回避因子、拒

絶因子、未練因子の3因子構造は構成因子の意味内容的に見ても矛盾点があり、本研究の4因子構造のほうがより妥当であると考えられる。

また、共分散構造分析による高次因子分析の適合度も、加藤 (2005) の数値と比べ、全ての適合度指標において本研究のほうが高く、ここからも本研究の4因子構造の妥当性が伺える。

心理的变化に影響を与える要因

肯定的心理変化について、失恋経験数群、失恋形態、失恋のショック、未練因子・回避因子がそれぞれ独自の説明力を持っていることが示された。また、否定的心理変化についても、失恋形態、経過時間群、失恋のショック、積極転換因子・未練因子・関係解消因子がそれぞれ独自の説明力を持っていることが示された。

失恋の経験が多い者ほど肯定的心理変化が起きている結果から、人は失恋を経験するにつれ、肯定的な心理変化ができるようになっていくことが考えられる。山口 (2007) は、肯定的心理変化は自尊心の低下を防ぐために起こるとしている。失恋の経験が多いものはそれだけ自尊心の低下の機会も多く経験していることから、その度、自尊心の低下を防ぐため肯定的心理変化が起こり、回数を重ねることで起こりやすくなっていくものと考えられる。

交際相手との失恋より、片思いの相手との失恋の方

が肯定的心理変化も否定的心理変化も起きているという結果から、それぞれの状況での二者関係の違いが考えられる。山下・坂田（2005）によれば、交際関係にある者において、交際関係は自己にとって特別な関係であるとされている。このような自己にとって特別な関係の崩壊は、大きな混乱を招き、心理変化自体を抑制した可能性が考えられる。一方、片思いの関係は、交際関係に比べ、関係の崩壊がもたらす混乱こそ少ないが、失恋という大きなショックから、肯定的にも、否定的にも心理的な変化をもたらしたものと考えられる。

失恋からの経過時間が短い者ほど否定的心理変化が起きているという結果から、人は失恋から間もない時期には物事を否定的に考えやすいことが考えられる。失恋から間もない場合、相手のことが忘れられない、気持ちの整理がつかないなど、気持ちの混乱が生じる。失恋を経験した者にとって、この混乱をうまく整理し、肯定的な心理変化をもたらすことは難しく、むしろ、否定的にとらえる方が容易であることが推測される。このことから、失恋から間もない時期では否定的心理変化が起こったものと考えられる。

失恋のショックが大きい者ほど肯定的心理変化も否定的心理変化も起こりやすいという結果から、今回新たに設定した失恋のショックの大きさという概念が、失恋後を捉える上で、心理的な側面に対して特に有効であることを示しているものと考えられる。またこれは、先行研究である宮下他（1991）において重要な変数であるとされながらも、直接的な関連は検討されていない変数同士の関連を示すもので、新たな知見であると考えられる。また、失恋のショックの大きさというものが、青年に心理的变化をもたらすほどの影響性をもった変数であることも確認できたと考えられる。

積極転換因子は否定的心理変化に対してのみ負の影響を、未練因子は肯定的心理変化と否定的心理変化のいずれに対しても負の影響を、回避因子は肯定的心理変化に対してのみ正の影響を、関係解消因子は否定的心理変化に対してのみ正の影響をそれぞれ与えていた。この中で、未練因子が肯定的心理変化に対し負の影響を、関係解消因子が否定的心理変化に対し正の影響を

それぞれ与えていたことは非常に興味深い。肯定的心理変化と否定的心理変化は対照的な概念のように考えられることから、コーピングの各因子はそれぞれ肯定的心理変化と否定的心理変化に対し、反対の影響を与えることが考えられた。加えて、コーピングの持つ性質上、その各因子は心理的变化をより健康度の高い方向へ変化させることが予想されるため、肯定的心理変化に対しては正の影響を、否定的心理変化に対しては負の影響を与えるという仮設が考えられる。しかし、今回の結果において、未練因子の肯定的心理変化に対する影響と、関係解消因子の否定的心理変化に対する影響はこの仮説を棄却するものであった。この要因として、一つ目に失恋ストレスコーピングから心理的变化に媒介する変数の影響の可能性が考えられる。二つの変数の間になんらかの変数が媒介することで、肯定的心理変化を生じさせるのか、否定的心理変化を生じさせるのかを決定させていることが考えられる。また、二つ目に肯定的心理変化と否定的心理変化が完全に対照的な概念ではない可能性が考えられる。しかし、これらの可能性は推測の域を脱しないため、より詳細な今後の検討が必要であると考えられる。

立ち直りに影響を与える要因

立ち直りに関して、性別、失恋形態、経過時間群、失恋のショック、未練因子、否定的心理変化がそれぞれ独自の説明力を持っていることが示された。

しかし、肯定的心理変化は有意な影響を与えていなかった。肯定的心理変化には、失恋に至った恋愛を良い恋愛だったと評価する側面が見られる。失恋に至った恋愛を良い恋愛だったと評価することは、その恋愛に対する未練を強めることが予測され、その結果立ち直りにくくなるという可能性が考えられる。これは、立ち直りに対して未練因子が強い説明力を持つことや、未練因子が肯定的心理変化に負の影響を与えることなどからもうかがえる。しかし反対に、肯定的に心理変化をしているということは、ある程度気持ちの整理がついており、立ち直っている状態にあるとも考えることができる。このような肯定的心理変化の持つ二つの仮説が拮抗することで、結果として、立ち直りに対して優位な関連が見られなかった可能性が考えられる。この点に関しては、肯定的心理変化に焦点を当てたよ

り詳細な検討による科学的な裏づけが望まれる。

性別に関して、男性の方が立ち直りやすいという本研究の結果は、大坊（1988）の男性より女性の方が恋愛に対して強靱であるという見解や、石本・今川（2001）の結果とは異なっている。これに関して、大坊（1988）や石本・今川（2001）は被調査者が単一大学に偏っているのに対し、本研究では10校以上の大学や短大、専門学校や社会人など、より青年期の若者を反映していると思われる様々な集団に対し質問紙を実施している。よって、本研究の、男性の方が立ち直りやすいという結果は、現代青年の特徴の一つであると考えられることができるだろう。

失恋形態に関して、大きな影響ではないが、5%水準で片思いの失恋より、交際関係の失恋のほうが立ち直りに有意な影響を及ぼしていた。これは上述したように、片思いの失恋は否定的心理変化が生じやすい。否定的心理変化は立ち直りをしにくく働くため、片思いの失恋に比べ、交際関係の失恋のほうが立ち直りやすいという結果となったと考えられる。

経過時間に関して、立ち直りに関する想定したすべての要因の中で、最も強い影響力を持っていた。また、本人の実感として尋ねた立ち直りのきっかけとして「時間」は最も多い、全体の3分の1以上を占めたという結果からも、立ち直りに対し時間的側面の重要性が分析結果からも被調査者の自己評価からも明らかになったと考えられる。

失恋のショックの大きさに関して、ショックが大きければ立ち直りにくいという本研究の結果は、おそらく多くの者が納得できる結果であろう。しかし、影響性の大きさに目をやると、Table 11のステップIVにおいては-.07と、その影響性は他の要因と比べて小さかった。これは失恋のショックの大きさよりも、どれだけ時間が経過したか、どれだけ対象を転換するコーピングができたか、どれだけ否定的心理変化を生じさせなかったかが重要であることを示していると考えられる。つまり、ショックの大きさよりも、時間の経過と、失恋への対処、心理的な変化が重要であるととらえることができる。

未練因子に関して、立ち直りに対し有意に正の影響を与えていたことから、失恋に対する有効な対処方法

として、未練感情をできるだけ持たないようにコーピング法略の有効性を示す結果だと考えられる。

否定的心理変化に関して、立ち直りに対し負の影響を与えていたことから、失恋後に、異性や恋愛、または自分に対し、否定的な見方をすることを防ぐことができる。今後の検討課題として、その具体的な方法を検討していくことは、青年の失恋からの立ち直りに対して非常に有意義なものになると考えられる。

様々な要因が心理変化や立ち直りに影響を与えていることが明らかとなった。心理的変化と立ち直りの両方に影響を与えている要因があることから、それらの要因は複雑に絡み合い、それぞれに影響を与えていることが想定される。今後はこのようなことを考慮に入れ、複雑な概念枠組みを捉えやすく整理する研究が必要であると考えられる。

本研究の限界

最後に本研究の限界について述べる。まず、調査の方法についてだが、今回はH県内の青年期の若者から幅広くサンプルを得るため、調査協力者として、調査者の知人に協力を依頼した。しかし、調査協力者には調査者の知人という共通点があり、それがバイアスになっている可能性がある。加えて、今回のサンプルは9大学、1短大、1専門学校から収集したが、その割合は必ずしも均等ではない。これらのことから、今後は調査協力者をランダムに設定し、各機関に均等な割合でサンプルを収集するなど、十分な配慮をすることが望まれる。次に質問紙の構成についてだが、今回の失恋経験数の尋ね方では、想起してもらった失恋が何回目の失恋なのか明確でない。また、失恋のショックと立ち直りについて、100点満点で評価してもらった方法を用いたが、1の位が0になるキリの良い数字や、語呂の良い数字が多く、細かい正確性を欠いていることが考えられる。今後は、VASなどの方法も合わせて用いて、測定法間の差異も検討しながら、より正確な変数の量を測定することが望ましいと考えられる。また、被調査者の負担軽減のためとはいえ、失恋のショックという概念を単純に数量化することの問題点についても検討の余地は大いにあると考えられる。最後に、本研究の結果をどの程度一般化できるかという問題があ

る。最終的な分析対象は、広島県の青年期の若者662名である。本研究における結果が、他のサンプルにおいても見られるのか否かについての検討はなされておらず、更なる検討が必要である。

文 献

- Baxter, L. A. (1984) Trajectories of relationship disengagement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1, 29-48.
- Berscheid, E. & Walster, E. (1974) A little bit about love. In T. L. Huston (Ed.), *Foundations of interpersonal attraction*. Academic Press, 355-381.
- Burgess, E. W., & Wallin, P. (1953) *Engagement and marriage*. New York: Lippincott.
- 大坊郁夫 (1988) 異性間の関係崩壊についての認知的研究 日本社会心理学会第29回大会発表論文集, 64-65.
- Davis, K.E. (1985) Near and Dear: Friendship and love compared. *Psychology Today*, 19, 22-30.
- Duck, S. W. (1982) A topography of relationship disengagement and dissolution. In S. W. Duck (ed.) *Personal Relationships. 4: Dissolving Personal Relationships*. Academic Press: New York.
- Harvey, J. (1995) *Odyssey of the heart: The search for closeness, intimacy, and love*. New York: Freeman.
- Harvey, J. H. & Hansen, A. M. (2000) Loss and bereavement in close romantic relationships. In Hendrick, C. & Hendrick, S.S. (Eds.), *Close relationships: A sourcebook*. (pp. 359-370). California: Sage Publications.
- 堀毛一也 (1994) 恋愛関係の発展・崩壊と社会スキル 実験社会心理学研究, 34, 2, 116-128.
- 池内裕美・中里直樹・藤原武弘 (2001) 大学生の対象喪失—喪失感情, 対処行動, 性格特性の関連性の検討— 関西学院大学社会学部紀要, 90, 117-131.
- 石本奈都美・今川民雄 (2001) 青年期における失恋後の立ち直り過程 対人社会心理学研究, 1, 119-131.
- 石本奈都美・今川民雄 (2003) 青年期における恋愛関係崩壊による心理的变化に影響する要因について 対人社会心理学研究, 3, 39-45
- 飛田 操 (1989) 親密な対人関係崩壊に関する研究 福島大学教育学部論集 (教育・心理部門), 46, 47-55.
- 飛田 操 (1992) 親密な関係の崩壊時の行動特徴について 日本心理学会第56回大会発表論文集, 231.
- 飛田 操 (1997) 失恋の心理 松井豊 (編) 悲嘆の心理 サイエンス社 Pp. 205-218.
- Hill, C. T., Rubin, Z., & Peplau, L. A. (1976) Breakups before marriage: The end of 103 affairs. *Journal of Social Issues*, 32, 1, 147-167.
- Kaczmarek, M. G. & Backlund, B. A. (1991) Disenfranchised grief: The loss of an adolescent romantic relationship. *adolescence*, 26, 253-259.
- 加藤 司 (2005) 失恋ストレスコーピングと精神的健康との関係性の検証 社会心理学研究, 20, 3, 171-180.
- 栗林克匡 (2001) 失恋時の状況と感情・行動に及ぼす関係の親密さの影響 北星論集, 38, 47-55.
- 牧野幸志 (2006) 恋愛関係における別れに関する研究 (2) —別れ後の感情と行動に及ぼす告白の立場と別れの主導権の影響— 経営情報研究, 14, 2, 37-50.
- 牧野幸志・井原諒子 (2004) 恋愛関係における別れに関する研究 (1) —別れの主導権と別れの季節の探求— 高松大学紀要, 41, 87-105.
- 宮下一博・臼井永和・内藤みゆき (1991) 失恋経験が青年に及ぼす影響 千葉大学教育学部研究紀要, 39, 117-126.
- 宮下敏恵・斉藤淳子 (2002) 青年期における恋愛関係崩壊後の心理的反応とその有効性について 上越教育大学研究紀要, 22, 1, 231-245.
- 鳴島 信 (1993) 大学生男女の恋愛行動と失恋行動 平成5年度東京大学文学部卒業論文 (未刊行) (飛田 (1997) による)
- Rubin, Z. (1970) Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 265-273.
- Simpson, J. A. (1987) The dissolution of romantic relationships: Factors involved in relationship stability and emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 683- 692.

Sternberg, R. J. (1988) Triangulating love. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*. Yale University Press, 119-138.

和田 実 (2000) 大学生の失恋関係崩壊時の対処行動と感情および関係崩壊後の行動的反応一性差と失恋関係進展度からの検討一 実験社会心理学研究, 40, 38-49.

山口 司 (2007) 失恋後の心理的变化に影響を及ぼす要因の検討一自己受容と失恋一 北星学園大学大学院論集, 10, 75-87.

山下倫実・坂田桐子 (2005) 恋愛関係とその崩壊が自己概念に及ぼす影響 広島大学総合科学部紀要 理系編, 31, 1-15.