

江戸川大学保健だより

NO.019 10年05月

江戸川大学 学生相談室 医務室 (C棟)

soudan@edogawa-u.ac.jp

内線 477

恋愛における束縛行動

青年期の恋愛では「絶えず相手とつながっていたい」という、繋がりへの渴望感が高まる傾向がありますが、これが高まりすぎると、「異性と会うのは禁止」「恋人のスケジュールを把握する」など、相手への束縛行動が生じます。

近年の携帯電話やインターネットの普及も、これら束縛行動に影響しています。大学生が体験する束縛行動の中には、「相手の携帯電話の履歴をチェックする」、「報告の電話を一日三回以上しないと怒る」などがあります。

このように恋人を監視するような束縛行動の激しい人がいる一方で、恋人の行動を全く束縛しない人もいます。この両者の違いには何が影響しているのでしょうか？

束縛行動の原因と愛着型

束縛行動の原因の1つとして、「相手に見捨てられるのではないか？」という思い込みから、相手へのしがみつきに発展する、いわゆる「見捨てられ不安」といわれる感情があります。この「見捨てられ不安」の感情の起源は、乳幼児期の母子関係にあると考えられています。

乳幼児期の母子関係には大別すると3タイプあると言われています。1つ目のタイプは、養育者が子供に対し、あまり対応していない関係が続くと、子供は自分が愛される価値がないという自己イメージを持ってしまい、養育者に対して接近することを避ける「回避型」です。2つ目のタイプは、養育者が子供に対して優しく対応していく関係が続くと、子供は自分が愛される価値があるという自己イメージを持ち、養育者に対して能動的に接近していこうとする「安定型」です。3つ目のタイプは、養育者が子供に対し、優しくしたかと思えば急に怒り出すなど、一貫性の

ない対応を繰り返した結果、子供は用心深く、矛盾した自己イメージを持ち、泣いたり怒ったりすることで親をコントロールする「アンビバレント型」です。こうした3種類の愛着型は、成人においても認められ、ある程度一貫性を持つと指摘されています。つまり、子供のころに安定型だった人は、成人になっても安定型である可能性が高いと言えます。

健全な恋愛関係をつくる為に

そこで、私はこの愛着型と束縛行動の関係に焦点をあて、大学生を対象に調査を行いました。その結果、束縛の強さはアンビバレント型>安定型>回避型の順で、アンビバレント型が一番束縛をするという結果が得られました。

全ての束縛行動が必ずしも悪いことではありません。束縛が弱すぎても親密さに乏しくなりますし、相手が束縛されているなど負担に思わず、お互いに親密な行動を望む場合には束縛が強くて良いでしょう。

また、デートDV行動と愛着型に関しても調べたところ、やはりアンビバレント型に一番DV行動が多いという結果が得られました。

恋人の負担になるような束縛行動をしている、またはいきすぎた束縛を受けている場合は、デートDVの可能性がります。今回の調査では「恋人の行動や付き合いを制限するのは好きな証拠だからしかたない。」「ひどい言葉で傷つけても、直接叩いたりしなければ暴力ではない。」といったデートDVに関する誤った認識があればある人ほど、デートDVをしてしまう傾向が強いという結果が得られました。このことから、まずはデートDVの正しい認識を持つことで過度な束縛やデートDVを抑制でき、健全な恋愛関係を築いていけるのではないかと考えられます。

自分や相手の束縛行動と愛着スタイルについて考えることで、お互いをよりよく理解していけるのではないかと思います。

報告者:人間心理学科 H21年度卒 深山 瑛里

編集者:人間心理学科 松田 英子

監修者:人間心理学科 高澤 則美

健康に関するご相談、保健便りに関するご質問等がございましたら、C棟相談室までご連絡ください。

soudan@edogawa-u.ac.jp