

恋愛における告白の状況と 個人差(シャイネス・社会的スキル)に関する研究

栗林 克 匡

目 次

【問 題】

【方 法】

【結 果】

【考 察】

【問 題】

青年期にある若者にとって、恋愛は最も関心の高い問題である。社会心理学では、恋愛行動に関する研究は、恋人の選択、恋愛中の行動、恋愛の類型、恋愛のプロセスなど多岐に渡り検討されている(cf.松井, 1993)。その中にあり恋愛の最終局面ともいえる恋愛関係の崩壊、つまり「失恋」の研究はなされているものの(大坊, 1988; 飛田, 1989; 飛田, 1992; 栗林, 2001)、恋愛関係のごく初期の形成プロセスに関する研究は少ない。特に異性関係の開始時には、同性友人の親密化過程とは異なり、「告白」という手続きを伴うことが多々見受けられる。ここでは、恋愛における告白を、「恋愛関係の形成を目的として、特定の相手に自分の好意を伝達する行為」とする。

我が国において恋愛における告白を主題とした研究はほとんど見られないが、大学生の恋愛観について検討した石川(1994)の研究で、告白に関する意識が取り上げられている。この中で、恋人とのつき合いのきっかけが尋ねられており、「相手から告白された」が41.4%と最も多かった。また「自分から告白した」と答える割合は男性が34.2%、女性が10.4%と男性の方が多く、「相手から告白された」は男性が27.0

%, 女性が57.5%と女性の方が多かった。女性の社会進出の著しい現在でも「告白」に関しては男性の方が積極的で女性は受け身といえよう。告白を扱った別の研究として、山田(1991)は相手を恋人と意識する時点を尋ねている。その結果、「相手に告白され、自分の中で好きだという気持ちがはっきりした時」「告白し、相手から好きだという返事もらった時」と回答する者が過半数を越えていた。また意思表示による確認の必要性について、「‘恋人になろう’という意思表示がなければ恋人とはいえない」かどうか尋ねたところ、5割以上の者が必要条件であると答えた。菅原(2000)は、個人差変数を取り上げつつ、恋愛における告白行動の促進・抑制について検討した。この研究では、告白行動において、「関係形成の期待」と「拒絶される懸念」の2つの心理的要因を仮定し、前者は告白を促進し、後者は抑制することを見いだした。また関係形成の期待は相手への愛情度や承認獲得欲求と関係があり、拒絶される懸念は拒否回避欲求や対人不安傾向などと関係があることも示された。この菅原(2000)の研究を除いて、現在までに得られている知見は、告白自体を深く掘り下げたものではなく、恋愛観や恋愛意識に主眼を置いた研究からのものであり、告白を取り巻く様々な要因やその実態についてはまだ多くのことが明らかになっていない。

恋愛における告白の実態を探る手がかりとして、恋愛関係の崩壊についての研究が援用できよう。例えば別れの状況を調べた大坊(1988)の研究では、別れの月は3月にピークがあることが示されており、これは学期や学年の切れ目

にあたり、物理的な接近性の低下が一因と考察している。また栗林(2001)は別れの時間帯、場所や告知方法を尋ねており、大学生においては夜に自宅にて電話を用いた別れや、夕方大学や道端にて直接対面して行うことなどが示されている。告白の状況を検討するにあたり、これらの研究の視点が参考になる。

また告白の行動やそれに伴う感情を検討するにあたり、個人差は無視できないだろう。本研究では、告白に影響を及ぼすと考えられる2つの個人特性—シャイネス(shyness)と社会的スキル(social skills)を取り上げることにする。

シャイネスに関する研究は、Zimbardo(1977)の研究を契機に発展を遂げてきている。相川(1991)は、シャイネスを「特定の社会的状況を越えて個人内に存在し、社会的不安という情動状態と対人的抑制という行動特徴をもつ症候群」と定義し、特性的なシャイネスを測定する尺度を開発した。シャイネスの高い人の行動特徴として、Zimbardo, Pilkonis, & Norwood(1975)は、主張性の欠如や意見表明困難性、他者が存在するところでの意思伝達や思考の困難性などを引き起こすとしている。これらの特徴から、シャイネスの高い人は告白するという点に関しても、相手に自らの好意の気持ちを伝えることが困難であり、またネガティブな感情を生起させやすいと予測される。

本研究で取り上げるもう一つの個人特性は社会的スキルである。社会的スキルとは、「他者と円滑な人間関係を保持していくために必要な認知的判断や行動」である(堀毛, 1994)。堀毛(1991)によると、社会的スキルは「表に現れた行動」「中範囲の能力概念」「高次の抽象過程」の3つのレベルに分類できるが(Spitzberg & Cupach, 1989)、第1のレベルの「行動」は、様々な社会的場面を円滑かつ正常に処理し、課題解決や目標達成につながる行動を意味している。そこには例えば、視線、動作、姿勢、微笑、うなずき、距離、声の特徴などの非言語的行動や、言語的コミュニケーション行

動、またタイミングなどが含まれる。堀毛(1991)は、これらの行動はエンコーディング(記号化)・スキルとデコーディング(解読)・スキルに大別できるとし、これまでに報告されている幾つかの尺度を基に2つのスキルを測定する尺度(ENDE1)を考案した。さらに堀毛(1994)は、ENDE1の因子分析結果から、「記号化」「解読」「統制」の3つの基本スキル因子を測定する尺度(ENDE2)を作成している。本研究では、特に「記号化」スキルに注目する。記号化能力の高い人は、自分の感情・態度などを、様々なチャンネルを通じて外部に表出する能力に長けている(堀毛, 1991)。恋愛関係を始める上で重要な「告白」という伝達行為は、この記号化スキルに長けた者の方が、適切にこなせることが予想できる。

本研究では、1)告白時の状況についての基礎的な特徴を調べ、2)個人特性(シャイネス・社会的スキル)が告白行動や感情に及ぼす影響について検討することを目的とする。

【方 法】

被調査者:

大学生248名(男性93, 女性155)。このうち告白経験が1回以上ある者は、男性70名、女性116名であった。なお実施日は、1999年9月24-27日であった。

質問紙の構成:

①異性との交際に関する意識について

異性の友人数、過去の交際人数、理想の恋人の条件(1.容姿 2.健康 3.学歴 4.能力 5.性格 6.趣味 7.経済力 8.家庭環境の8項目5段階)、「恋人」と意識する時点(山田, 1991)、告白の必要度(山田, 1991)、告白回数および被告白回数について尋ねた。

②最近の告白経験について

告白時の相手との親密さ(7段階)、知り合った時期と場所、告白した時期(何年の何月か)、告白方法(直接口頭、電話、手紙など)、告白場所(自宅、学校、道端など)、告白時間帯(24時

間制), 告白内容(自由記述), 告白時の感情(嬉しかった, 緊張したなど12項目7段階), 告白前の相手の気持ちの既知, 告白後の関係変化(恋人関係になった, 友人関係になった, 関係が完全になくなった, 変化なしなど), 恋人関係になれなかったときの行動(再度告白した, あきらめたなど)について尋ねた。

③最近の被告白経験について

質問内容はほぼ②と同様であった。

④片思い時の告白について

片思いの場合にどう告白するかについて, 「自分から告白する」, 「相手から告白されるのを待つ」, 「友達に頼む」, 「成り行きにまかす」から選択してもらった。

⑤特性シャイネス

相川(1991)の特性シャイネス尺度16項目5段階評定。

⑥社会的スキル

堀毛(1994)の ENDE2から記号化スキル4項目5段階評定。

なお, 質問項目の中には今回の分析で用いていないものも含まれている。

【結 果】

個人特性の群分け

特性シャイネスの平均値46.09(sd=13.09), 記号化スキルの平均値13.95(sd=3.11)をもとに, 高低の群分けを行った。

告白／被告白回数

告白／被告白回数(0回, 1回, 2回～)について, 男女別にクロス集計を行った。告白経験は男女ともに7割を越えていた。性別で告白回数の割合に差はみられなかった。一方, 1回以上告白された回数は男女とも8割を越えており, 女性の方が告白される回数が多いようである($\chi^2(2)=6.49, p<.05$:図1参照)。

同様に, シャイネスの高低別にクロス集計を行ったところ, 高シャイネス群では告白回数が0～1回の者が63%に対し, 低シャイネス群では,

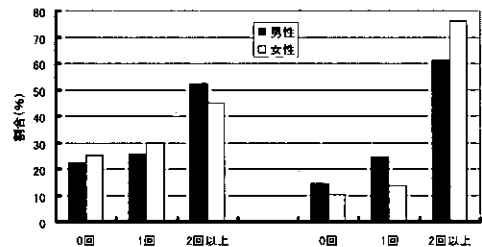


図1 告白／被告白回数

2回以上の者が58%を占めた($\chi^2(2)=11.41, p<.01$)。高シャイネス群では, 一度も告白された経験がない者が17%に対し, 低シャイネス群では7%にすぎなかった($\chi^2(2)=6.55, p<.05$)。記号化スキルについては, 低スキル群では告白回数が0～1回の者が63%に対し, 高スキル群では, 2回以上の者が56%を占めた($\chi^2(2)=10.36, p<.01$)。また高スキル群では, 2回以上告白された者が78%いたのに対し, 低スキル群では62%ほどであった($\chi^2(2)=7.82, p<.05$)。シャイネスが高い者ほど, また記号化スキルの低い者ほど, 告白／被告白の回数が少ないようである。

告白までの期間

知り合ってから告白するあるいは告白されるまでに要した期間について, 性別, シャイネス, 記号化スキルの各要因毎にt検定を行った。まず性別については, 告白までの期間は男性9.40, 女性11.74カ月, 告白されるまでの期間は男性14.86, 女性13.31カ月であったが, 有意な差は見られなかった。次にシャイネスについては, 告白までの期間は高シャイネス群13.24, 低シャイネス群8.96カ月, 告白されるまでの期間は高シャイネス群12.91, 低シャイネス群14.64カ月であったが, 有意な差は見られなかった。そして, 記号化スキルでは, 告白までの期間は高スキル群7.96, 低スキル群15.52カ月に有意差がみられ($t(71)=2.24, p<.05$), スキル高群の方が告白までの期間が短かった。告白されるまでの期間は高スキル群11.30, 低スキル群17.32カ月であったが, 有意な差は見られ

なかった。

告白時の状況

告白時の状況として、告白の月、時間帯、場所、告白方法、告白内容を取り上げた。分析は、性別、シャイネス高低別、記号化スキル高低別にクロス集計を行った。

①告白の月：男女別の各月の告白の割合を図2に示した。男性は、4、6、8、9月の件数が多く、女性は、2、6、8、12月が多いようである。なお、シャイネスや記号化スキルによる大きな差は見られなかった。

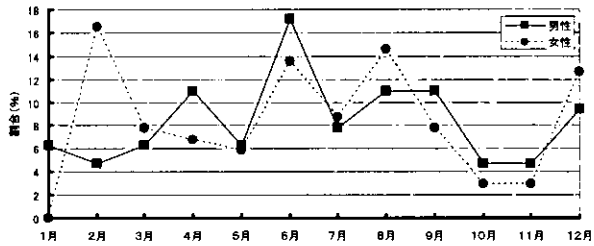


図2 告白した月

②告白の時間帯：男女別の時間帯には顕著な違いが読みとれなかったので、全体の割合を図3に示した。告白の時間については、14時から24時にかけて、その中でも特に16、22-24時あたりは割合が高くなっている。また、記号化スキル高低別では、スキル低群では16-20時に48%、スキル高群では22-24時に38%と人数が集中していた。シャイネス高群は記号化スキルの低群と、シャイネス低群はスキル高群と大体対応した割合であった。

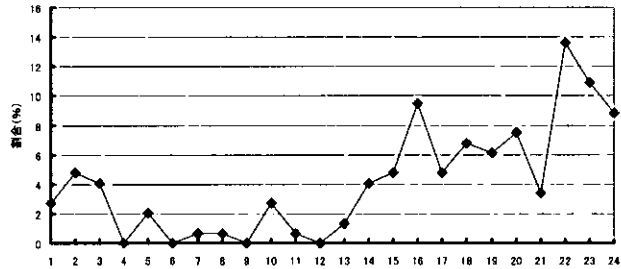


図3 告白の時間帯

③告白の場所：告白の場所については、自宅、道端で1/3を占めている。大学生ということもあり、学校での告白も高い割合を占めている。男女別に特徴を比較してみると、女性は学校や飲食店といった屋内の空間が利用できる場所で、男性は道端や公園そして車内という屋外空間において告白をしているようである(図4参照)。なお、シャイネスや記号化スキルによる大きな差は見られなかった。

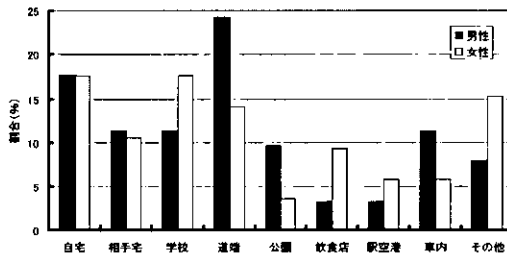


図4 告白の場所

④告白方法：告白の方法としては、直接対面して行くが2/3を占めた。特に男性では8割以上にも及んでいる。女

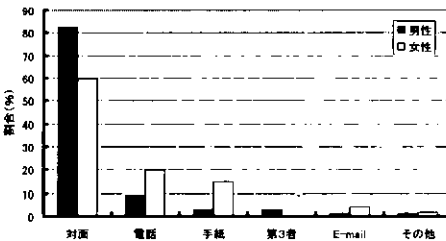


図5 告白方法

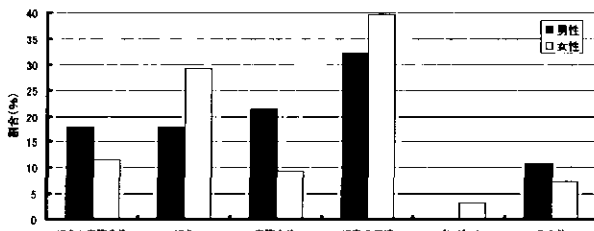


図6 告白内容

性の場合も、直接対面が多いが、電話や手紙など間接的手段も男性よりも用いられている(図5参照)。なお、シャイネスが高い者や記号化スキルの低い者は、手紙による伝達を選択する割合がやや多いようである(約15%)。

⑤告白内容:自由記述で得られた回答を「好きです。つきあって下さい。」「好きです。」「つきあって下さい。」「好きだという気持ちを伝える内容」「婉曲的に伝えた」「プレゼントなどを渡した」「その他」に分類することで、具体的・直接的に相手に気持ちを伝えたか、あるいは抽象的・間接的に伝えたかを検討した。男性は、「つきあって下さい」という交際の申し込みを伝える傾向にあるが、女性は「好き」という気持ちの伝達が中心となっている(図6参照)。またシャイネス別では、高群は「好きだという気持ちを伝える内容」を選択する者が34%と最も多いのに対し、低群は「好きです」という自分の気持ちを直接的に伝達する者が31%と最も多かった。記号化スキルは、シャイネスほど顕著な違いは見られなかった。

告白時の感情

告白時の感情12項目について、性別、シャイネスおよび記号化スキルのt検定を行った(表1参照)。まず性別では、嬉しかったのみ有意差が見られ($t(174)=2.39, p<.05$)、男性の方が得点が高かった。次にシャイネスについては、嬉しかった($t(174)=2.22, p<.05$)、後悔した($t(173)=2.14, p<.05$)、すっきりした($t(175)=2.58, p<.05$)、

幸せだった($t(175)=3.69, p<.001$)、緊張した($t(172)=2.38, p<.05$)、怖かった($t(175)=2.15, p<.05$)で有意差がみられた。また、恥ずかしかった($t(175)=1.88, p<.07$)、いやだった($t(175)=1.71, p<.09$)、不安だった($t(174)=1.92, p<.06$)、困惑した($t(174)=1.76, p<.09$)では有意傾向が見られた。記号化スキルについては、嬉しかった($t(174)=2.01, p<.05$)、後悔した($t(173)=2.19, p<.05$)、幸せだった($t(175)=2.28, p<.05$)で有意差がみられた。全体的な傾向としては、肯定的感情は低シャイネス・高スキル群で高く、否定的感情は高シャイネス・低スキル群で高い。

告白後の関係変化

男女別にみると、「恋人関係になった」が男性で69%、女性で49%であった。特徴的なのは、女性の場合は、「友人関係になった(16%)」「変化なし(21%)」が男性に比べて多いことである。シャイネス高低群別では、「恋人関係になった」が高群で53%、低群で59%、「関係がなくなった」が高群12%、低群5%であった。記号化スキルでは、「恋人関係になった」が高群で62%、低群で48%、「関係がなくなった」が高群6%、低群13%であった。個人特性の高低群間に関係変化のパターンに統計的には有意な違いはみられなかった(表2参照)。

告白後の行動

告白したが恋人関係になれなかった時に、再告白したかどうかを尋ねた。シャイネス高群

表1 個人特性別の告白時の感情の平均値およびSD

	性別		シャイネス		社会的スキル	
	男性	女性	低群	高群	低群	高群
嬉しかった	4.41 (1.44) >	3.81 (1.71)	4.29 (1.67) >	3.75 (1.55)	3.75 (1.68) <	4.25 (1.58)
恥ずかしかった	5.12 (1.70)	5.43 (1.67)	5.09 (1.78)	5.57 (1.54)	5.28 (1.66)	5.33 (1.71)
いやだった	2.49 (1.69)	2.45 (1.62)	2.27 (1.61)	2.69 (1.66)	2.58 (1.79)	2.39 (1.54)
後悔した	2.56 (1.97)	2.42 (1.81)	2.20 (1.75) <	2.80 (1.96)	2.85 (2.07) >	2.22 (1.68)
すっきりした	5.19 (1.56)	5.32 (1.63)	5.55 (1.44) >	4.94 (1.73)	5.10 (1.84)	5.39 (1.42)
幸せだった	4.49 (1.52)	4.27 (1.69)	4.75 (1.67) >	3.88 (1.44)	4.01 (1.57) <	4.58 (1.63)
不安だった	4.78 (1.78)	4.50 (2.08)	4.34 (2.01)	4.91 (1.88)	4.77 (1.96)	4.49 (1.98)
悔しかった	2.28 (1.56)	1.95 (1.52)	2.04 (1.59)	2.12 (1.49)	2.07 (1.51)	2.08 (1.57)
緊張した	5.66 (1.70)	5.70 (1.80)	5.41 (1.96) <	6.01 (1.43)	5.87 (1.44)	5.56 (1.93)
照れた	5.44 (1.75)	5.61 (1.62)	5.39 (1.83)	5.74 (1.45)	5.56 (1.59)	5.54 (1.72)
困惑した	3.06 (1.98)	3.19 (2.00)	2.89 (1.86)	3.42 (2.10)	2.96 (1.95)	3.26 (2.01)
怖かった	3.15 (2.00)	3.44 (2.03)	3.03 (1.92) <	3.68 (2.09)	3.23 (2.02)	3.40 (2.03)

※()内はSD。不等号は5%水準で有意差がみられたことを表す。

は「あきらめる」が70%を占め、「再度告白」はわずか5%にすぎなかった。シャイネス低群は、「あきらめる」が51%はいるものの、「再度告白」は24%いた($\chi^2(3)=10.35, p<.05$)。記号化スキルの高低で告白後の行動パターンに有意な違いはみられなかったが、「あきらめる」はスキル高群が51%に対し、低群では71%であった。なお、性別による違いは特に見られなかった(表3参照)。

片思い時の告白

もし片思いの相手がいたら、能動的に告白するか、受動的に告白を待つかなどについて尋ねた。シャイネスの高い者は「成り行きにまかす」が53%と最も多いのに対し、シャイネスの低い者は「自分から告白する」が53%と最も多かった($\chi^2(4)=18.73, p<.001$)。スキル低群は「成り行きにまかす」が52%と最も多いのに対し、スキル高群は「自分から告白する」が50%と最も多かった($\chi^2(4)=12.99, p<.05$)。なお、性別による違いは特に見られなかった(表4参照)。

【考 察】

本研究では、告白時の状況についての特徴と、個人特性(シャイネス・社会的スキル)が告白行動や感情などに及ぼす影響について検討した。

まず告白時の状況に関わる結果を振り返ってみる。告白の月において特徴的なのは、まず男性の4、9月でこれは大学生にとっては新学期の月である。学期の始まりを出会いの機会と考えているようである。失恋は学期終わりの3月に多くみられるという知見(大坊, 1988; 栗林, 2001)と対照的といえよう。また女性の2、12月の告白の多さは、バレンタインデー、クリスマスというイベン

表2a 告白後の関係変化のクロス集計(性別)

	恋人関係 になった	友人関係 になった	関係が なくなった	変化なし	その他	計
男性	47(69.12)	6(8.82)	5(7.35)	9(13.24)	1(1.47)	68
女性	53(48.62)	17(15.60)	10(9.17)	23(21.10)	6(5.50)	109

$\chi^2(4)=7.91, p<.10$

表2b 告白後の関係変化のクロス集計(シャイネス)

	恋人関係 になった	友人関係 になった	関係が なくなった	変化なし	その他	計
シャイネス高群	43(53.09)	10(12.35)	10(12.35)	16(19.75)	2(2.47)	81
シャイネス低群	57(59.38)	13(13.54)	5(5.21)	16(16.67)	5(5.21)	96

$\chi^2(4)=4.06, n.s.$

表2c 告白後の関係変化のクロス集計(記号化スキル)

	恋人関係 になった	友人関係 になった	関係が なくなった	変化なし	その他	計
スキル高群	66(62.26)	13(12.26)	6(5.66)	16(15.09)	5(4.72)	106
スキル低群	34(47.89)	10(14.08)	9(12.68)	16(22.54)	2(2.82)	71

$\chi^2(4)=5.82, n.s.$

表3a 告白後の行動のクロス集計(性別)

	再度 告白した	あきらめた	あきらめず 待った	その他	計
男性	4(18.18)	13(59.09)	2(9.09)	3(13.64)	22
女性	7(12.73)	34(61.82)	6(10.91)	8(14.55)	55

$\chi^2(3)=0.41, n.s.$

表3b 告白後の行動のクロス集計(シャイネス)

	再度 告白した	あきらめた	あきらめず 待った	その他	計
シャイネス高群	2(5.00)	28(70.00)	2(5.00)	8(20.00)	40
シャイネス低群	9(24.32)	19(51.35)	6(16.22)	3(8.11)	37

$\chi^2(3)=10.35, p<.05$

表3c 告白後の行動のクロス集計(記号化スキル)

	再度 告白した	あきらめた	あきらめず 待った	その他	計
スキル高群	6(15.38)	20(51.28)	6(15.38)	7(17.95)	39
スキル低群	5(13.16)	27(71.05)	2(5.26)	4(10.53)	38

$\chi^2(3)=3.94, n.s.$

表4a 片思い時の告白のクロス集計(性別)

	自分から 告白する	相手からの 告白を待つ	友達に頼む 成り行きに まかす	その他	計
男性	38(43.68)	4(4.60)	1(1.15)	42(48.28)	87
女性	61(40.40)	16(10.60)	0(0.00)	71(47.02)	151

$\chi^2(4)=4.29, n.s.$

表4b 片思い時の告白のクロス集計(シャイネス)

	自分から 告白する	相手からの 告白を待つ	友達に頼む 成り行きに まかす	その他	計
シャイネス高群	37(30.33)	16(13.11)	0(0.00)	65(53.28)	122
シャイネス低群	62(53.45)	4(3.45)	1(0.86)	48(41.38)	116

$\chi^2(4)=18.73, p<.01$

表4c 片思い時の告白のクロス集計(記号化スキル)

	自分から 告白する	相手からの 告白を待つ	友達に頼む 成り行きに まかす	その他	計
スキル高群	66(50.00)	7(5.30)	0(0.00)	58(43.94)	132
スキル低群	33(31.13)	13(12.26)	1(0.94)	55(51.89)	106

$\chi^2(4)=12.99, p<.05$

トが大きく関係していると思われる。女性からの告白では、何かしらのきっかけが必要なかもしれない。なお、全体的に6~9月の割合が高いのは、最近の告白経験について尋ねているため調査日(9月)付近の回答件数が増えたことが影響していると考えられる。

告白の時間帯は夕方から夜の割合が高かった。失恋(別れの切り出し)の時間帯は、17時を筆頭に18, 19, 21, 22時に多かったが(栗林, 2001), いずれにしても重要な開示は夕方から夜にかけて行われるといえよう。ただ、失恋の時間と告白の時間を細かく比較してみると、失恋の最頻時間帯を前後から挟むように告白の時間帯のピークがきているようである。

告白の場所の結果を、失恋の場所と比較してみると、別れの切り出しの多くが自宅で行われる(栗林, 2001)のに対して、告白は外で行われるといえよう。

告白方法の結果と被告白回数の結果からは、いぜんとして告白行動における性役割が残っていることが伺える。別れの主導権は女性にある(大坊, 1988)が、告白の主導権は男性にあるといえるかもしれない。ただし告白を受け交際を決定する機会は女性の方が必然的に多くなるともいえる。女性から告白する時には、恥ずかしさや奥ゆかしさのために間接的伝達方法も採られると思われる。

本研究のもう一つの検討課題である個人差の結果から、シャイネスの高い者は、告白回数が少なく、告白への能動性が低く、告白までの期間が長い、また告白時にも否定的感情を伴いやすいことが明らかとなった。このことはシャイネスの高い者は、恋愛関係を開始するにあたってかなり困難を伴うことを示唆している。これに対し記号化スキルの高い者は、ほぼ逆のパターンであった。社会的スキルは学習可能なものなので、シャイネスの高い者でも自分の意思伝達に関わるスキルを身につけることで、恋愛開始の困難さを乗り越えることができよう。

今後の課題として以下のようなことが考えら

れる。まず本研究では、大学生を調査対象としたため、相手との出会いの場所や告白場所に学校が多く、告白相手も学生がほとんどであった。結果の一般性を高めるために、調査対象者に社会人を加えるなど、年齢層を広げる必要があるだろう。

また、告白をいつどのように行えば(例えば告白のタイミングや内容、ムード作りなど)、相手との関係をより進展させたり持続させたりすることができるのかといった告白の有効性を検討も必要であろう。その際、個々の事例のインタビューや、縦断的な調査が役に立つかもしれない。

さらに、何も関係がないところから恋愛関係を開始するための告白もあるが、既存の友人関係から恋愛関係への移行するための告白も考えられる。Levinger(1980)の対人関係の発展過程や松井(1990)の恋愛行動の段階説などを手がかりに、告白がどの段階でなされるかを検討することも興味深い。

そして、本研究で扱ったシャイネス・記号化スキル以外の、告白に影響を及ぼしうる個人のパーソナリティ特性についての検討も望まれる。

本研究の一部は、日本社会心理学会第41回大会および日本心理学会第64回大会で発表された。

本研究の実施にあたり、北川勝也氏の協力を得ました。記して感謝いたします。

【引用文献】

- 相川充 1991 特性シャイネス尺度の作成および信頼性と妥当性の検討に関する研究心理学研究, 62 (3), 149-155.
- 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.
- 飛田操 1989 親密な対人関係の崩壊過程に関する

- 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29回大会発表論文集, 231.
- 堀毛一也 1991 社会的スキルとしての思いやり現代のエスプリ, No. 291, 150-160.
- 堀毛一也 1994 恋愛関係の発展・崩壊と社会的スキル 実験社会心理学研究, 34(2), 116-128.
- 石川英夫 1994 大学生の恋愛観 東京経済大学人文自然科学論集, 98, 53-79.
- 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 北星学園大学社会福祉学部北星論集, 38, 47-55.
- Levinger,G. 1980 Toward the analysis of close relationships. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 510-544.
- 松井豊 1990 青年の恋愛行動の構造 心理学評論, 33(3), 355-370.
- 松井豊 1993 恋ごろの科学 サイエンス社
- Spitzberg,B.H. & Cupach,W.R. 1989 *Handbook of interpersonal competence reserch*. NY:Springer.
- 菅原健介 2000 恋愛における「告白」行動の抑制と促進に関わる要因—異性不安の心理的メカニズムに関する一考察— 日本社会心理学会第41回大会発表論文集, 230-231.
- 山田昌弘 1991 現代大学生の恋愛意識—「恋愛」概念の主観的定義をめぐって 昭和大学教養学部紀要, 22, 29-39.
- Zimbardo,P.G. 1977 *Shyness:What it is, what to do about it*. Massachusetts:Addison-Wesley.(木村駿・小川和彦(訳)1982 シャイネスⅠ内気な人々, シャイネスⅡ内気を克服するために 頸草書房)
- Zimbardo,P.G., Pilkonis,P.A., & Norwood,R.M. 1975 The social disease called shyness. *Psychology Today*, 8, 68-72.

[Abstract]

A Study of Situations and Individual Differences (Shyness and Social Skills) in Declarations of Love

Yoshimasa KURIBAYASHI

The purpose of this study was to examine 1) the situations of declaring love and 2) the effects of personal traits (shyness and social skills) on feelings and behaviors when one confesses. The participants were 248 undergraduates (93 males, 155 females). They were asked about their experiences of confession, the situations (month, place and method) of the confession, their feelings if refused, shyness and social skills. The results were as follows. Over 70% of the participants experienced confession. Many males confessed in April, June, August and September, while many females did so in February, June, August and December. Females used big events such as St. Valentine's Day or Christmas Day. The popular times of confession were at 16:00, 22:00, 23:00 and 24:00. Males selected outdoor places when they confessed, while females did so indoors. About two-thirds of all the confessions were done directly and orally, especially, over 80% of the males confessed directly.

Shy people experienced fewer confessions, had lower activity to confess, needed a longer period until they confessed, and had negative feelings when they confessed. This implies that shy people have difficulty in starting a romantic relationship. People who had high encoding skills resulted in reverse patterns of shy persons. If shy people learn social skills, they can get over the difficulties and form better relationships.