

失恋後の次の恋愛相手の選択に 影響を及ぼす要因に関する研究

——失恋の原因とシャイネスの影響——

栗 林 克 匡

失恋後の次の恋愛相手の選択に影響を及ぼす要因に関する研究 ——失恋の原因とシャイネスの影響——

栗 林 克 匡

Yoshimasa KURIBAYASHI

目次

- I. 問題
- II. 研究1
- III. 研究2
- IV. 総合考察
- 引用文献

[Abstract]

Study on the Factors Affecting the Choice of New Partner after Romantic Breakup: Focus on the Cause of Breakup and Shyness

This study investigated the effect of the causes of a romantic breakup (Study 1) and the shyness of the participant (Study 2) on choosing their next partner. The main results were as follows. (1) If there were no special causes for the breakup, the participant would select a new partner who had the same attractive characteristics as their former lover. (2) If the breakup was caused by the participant's own boredom or the former partner's personality problems, the participant would not expect an expression of affection from the new partner. However, if the breakup was caused by the former partner's capriciousness, the participant would seek an expression of affection from the new partner. If their interests were different from each other, they would emphasize the new partner's positive attitude. Moreover, the former partner's personality problems were correlated with choosing a new partner who did not force them to commit. (3) For the second love affair, the participants with an outgoing personality tended to choose someone who had the same attractive characteristics as their first partner. In contrast, the shy participants did not require their second partners to have the same characteristics as their first partners. These results were discussed in the context of the love attitude mediation model.

I. 問 題

失恋とは、恋愛関係の形成あるいは維持が困難となり、関係を終わりにすることである。一定の交際を経てから別れる場合（恋愛関係の崩壊）や、交際はせずに一方的に抱いた恋愛感情（片思い）を解消する場合が考えられる。大学生を対象とした研究によると、約6～7割の者が過去に失恋経験があると報告している（大坊, 1988；栗林, 2001；牧野・井原, 2004）。失恋をプロセスとして捉えたと

（栗林, 2008）, 「失恋（恋愛関係崩壊）までのプロセス（①～④）」と「失恋後の回復プロセス（⑤～⑦）」のパートに大別される（図1）。失恋はストレスフルなイベントであるが、いつかは立ち直って、普段どおりの生活へと戻っていく。失恋の苦痛からの回復期間について加藤（2005）の研究では、交際後の失恋では平均して男性は5.07ヵ月で女性は6.80ヵ月、片思いの失恋では男性は4.63ヵ月で女性は5.91ヵ月であった。失恋の立ち直りにあたり、当事者には様々な変化がみられる。宮

キーワード：失恋, 恋愛相手の魅力, 恋愛観媒介モデル, シャイネス

Key words: romantic breakup, attraction of intimate partner, love attitude mediation model, shyness



図1 失恋のプロセス (栗林, 2008)

下・白井・内藤 (1991) は失恋後の肯定的変化として、「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」「今までよりやさしい人間になれた」「交際範囲が広くなり視野が広がった」などを挙げている。また堀毛 (1994) はソーシャル・スキルの向上を挙げ、相手に自分の気持ちを伝えることに関するスキルは失恋経験のある者のほうがない者よりも高いことを示している。加藤 (2005) の研究では、失恋ストレス・コーピングの中に、「次の恋を見つけようとした」「他の異性を好きになろうとした」なども挙げられており、新しい恋愛関係の形成をめざすことであろう。失恋のプロセスとしては「⑦ 立ち直り」で終わっているが、現実にはさらにその後の生活は続いていき、そして新しい恋愛関係へとまたつながっていくということである。前のプロセスが次のプロセスに影響を与えるといった時系列的な影響は考慮に値するが、ある失恋経験が次の恋愛関係形成に及ぼす影響に着目した研究は少ない。その中で、中村・藤本 (2001) は、恋愛観媒介モデルという作業モデルを考案した。このモデルでは、過去の恋愛行動、失恋 (関係崩壊) の過程や崩壊時の感情によって恋愛観が変化すると考え、現在の交際ではその恋愛観に基づいた行動や

交際を行っていると予想する。ある人は過去の学習に基づいて恋愛観が変化して過去とは対照的な行動様式が生じる (対比のパターン)、またある人は過去の経験が特定の恋愛観を強化して以前と同じ行動を繰り返す (反復のパターン) が想定される。彼らは過去の恋愛行動が現在の恋愛行動に及ぼす影響を検討した。その結果、過去の交際で自分が関係破壊行動をとっていた場合や別れの責任が自分にあった場合は、現在の恋愛でも破壊的行動を取りやすく、過去の恋愛において親密さを求める建設的な行動が多かった場合や深い関係の好ましい恋愛であった場合は、現在でも親密な好ましい恋愛を行うという反復のパターンが現れた。一方、過去の交際が浅い関係で相手の関係破壊行動が多い恋愛であると、その経験から学習して現在の交際では親密性の高い恋愛を求めるという対比のパターンが現れた。

しかし彼らの研究では、過去の交際相手と現在の交際相手を思い浮かべて、その恋愛行動の異同に着目していたが、そもそも失恋後の新たな交際相手としてどのような相手を選択するのかについては触れていない。本研究では、失恋後の新たな恋愛対象となる相手の選択に及ぼす要因について注目する。

新しい恋愛相手を選択するにあたって、過去の交際相手との比較は多かれ少なかれ行われるであろう。特に、過去の交際相手との関係解消に至る原因の影響は大きいと考えられる。なぜなら新しい相手とまた同じ原因で別れることはできるだけ避けたいし、別れのきっかけとなりうる原因が分かっているからこそ、その危険をはらむ相手は最初から選択しないといった能動的制御ができるからである。別れの原因について、Hill, Rubin, & Peplau (1976) は、別れたカップルから関係崩壊をもたらした要因をまとめている。その結果、関係に飽きたという倦怠と関心の相違は、失恋経験者の6割以上が原因として挙げ

られていた。また男女とも自分が独立を望んだことを原因として挙げるものも6割を越えていた。宮下ら(1991)は、Hillらを参考に失恋の原因をまとめ、新たに、自分の性格的問題(積極的に行動しなかったなど)や片思い(自分は相手に恋愛感情を持っていたが、相手は友達としてしか見てくれなかったなど)を追加している。

本研究では、まず失恋の原因の所在(自分・相手・どちらにもない)および失恋の具体的原因の内容を取り上げながら、過去の交際相手と今後の交際相手に求める魅力の変化に及ぼす影響について検討する(研究1)。

その他、失恋後の新たな恋愛相手に求める特徴の変化は、個人特性によっても影響を受けるであろう。本研究ではシャイネスに着目する。シャイネスは「他者から評価されたり、評価されると予測したりすることから生じる対人不安と行動の抑制という特徴を持つ感情-行動症候群」である(Leary, 1986)。シャイな人は、告白の経験が少なく(栗林, 2002)、告白して断られた場合の心理的損失を懸念し(菅原, 2000)、異性をデートに誘うことを不安に感じ、性的経験が少ない(Zimbardo, 1977)など、シャイネスが異性関係に様々な影響を与えることが明らかとなっている。最初の失恋の後に2度目の恋愛対象として同様の特徴を持つ相手を選択するのか、それとも異なった特徴を持つ相手を選択するのかについて、シャイネスの高低の違いを考慮しながら検討する(研究2)。

II. 研究1

目的

失恋の原因の所在および原因の具体的内容に着目し、過去の交際相手と今後の交際相手に求める魅力の変化に及ぼす影響について検討する。

方法

調査参加者：大学生2～4年生142名のうち失恋経験のある119名(男性33名,女性86名)で、平均年齢は20.37歳(SD=0.86)であった。調査は2014年9～10月に実施した。

質問紙の構成：①過去の恋愛経験：交際経験の有無、交際期間、失恋の原因の所在(相手・どちらにもない・自分)、失恋の原因の内容(11項目6件法)を回答させた。②過去の交際相手の魅力：川名(2011)、豊田(2004)、淵上・楠見(1987)を参考に、25項目の尺度を作成し7件法で回答させた。③今後の交際相手に求める魅力：これから付き合いたいと思う異性について、②と同じ25項目を7件法で回答させた。

結果と考察

研究1の参加者の過去の交際期間の平均は18.60か月(SD=19.88)であった。まず過去の交際相手の魅力25項目について、主因子法プロマックス回転の因子分析を行ったところ、5因子が抽出された(表1)。第1因子は、「私を愛していることを行動で示してくれる」「一緒にいるときは愛情を示してくれる」など6項目から構成されており「愛情表現」因子と命名した。信頼性係数は $\alpha = .84$ であった。第2因子は、「一緒にいる時間が楽しい」「明るい」など7項目から構成されており「肯定的雰囲気」因子と命名した。信頼性係数は $\alpha = .78$ であった。第3因子は、同性や異性の友人と遊びに行くことを束縛しないなど4項目から構成されており「非束縛」因子と命名した。信頼性係数は $\alpha = .69$ であった。第4因子は、セックスの相性に関する2項目で「性的相性」因子と命名した。信頼性係数は $\alpha = .92$ であった。第5因子は、相手の経済力に関する3項目から構成され「経済力」因子と命名した。信頼性係数は $\alpha = .80$ であった。因子負荷量.400以上の項目を各因子を構成する項目とみなして加算後、項目数で除した値を以下の分析に用いた。なお、今後の交際

表1 過去の交際相手の魅力の因子分析結果 (主因子法・プロマックス回転)

	I	II	III	IV	V
15. その人は、私を愛していることを、言葉、しぐさ、行動で示してくれる	.888	-.071	-.114	.055	-.043
24. その人は、一緒にいるときは、私の体に触れて、愛情を示してくれる	.859	-.204	-.117	.131	-.002
25. 自分を必要としてくれる	.687	.114	.117	.045	-.041
9. その人は、私に非常に好意をもっている	.663	.025	.005	-.043	-.070
6. その人は、私がうれしいことがあると、一緒に喜んでくれる	.498	.259	.193	-.005	-.132
2. その人は、私のわがままを聞いてくれる	.475	-.187	.378	-.025	.176
11. 育ちが釣り合っている	.229	.224	.078	-.067	.073
17. 一緒にいる時間が楽しいこと	-.151	.729	-.041	-.051	-.009
10. 明るい	-.162	.639	-.084	.149	-.246
20. 私の話すことに関心を好意をもって、会話を楽しくしてくれる	.103	.598	.092	-.022	-.050
23. 正直である	.023	.593	-.066	-.146	.027
12. 私の話を真剣に聞いてくれる	.241	.548	-.013	-.149	.151
14. その人は、私の好意や努力に感謝の言葉を言ってくれる	.190	.507	.122	-.171	.159
8. 連絡しなければ、心配するような事態について、ちゃんと連絡してくれる	.359	.443	-.265	.237	-.062
5. 同性の友達と遊びに行くことを束縛しない	.101	-.134	.795	-.030	-.089
19. 異性の友達と遊びに行くことを束縛しない	-.082	-.146	.790	-.005	.020
3. 非常に優しく、思いやりがある	-.021	.124	.532	-.025	-.114
4. 頼りがいがある	-.274	.291	.493	.242	-.054
21. がっちりした体型をしている	.072	.111	.256	.141	-.043
22. セックスの頻度の好み合うこと	.049	-.126	.060	.887	.010
16. セックスの相性が合うこと	.157	-.080	-.047	.805	.048
7. 将来への野心がある	-.053	.100	.182	.334	.147
1. 相手に経済力がある	-.068	-.201	-.079	-.057	.861
18. 経済的に安定している	-.032	.043	-.114	.131	.858
13. 社会的地位がみこまれる	-.073	.283	.114	.141	.540
因子間相関					
I. 愛情表現		.553	.379	.417	.367
II. 肯定的雰囲気			.560	.253	.384
III. 非束縛				.144	.368
IV. 性的相性					.370
V. 経済力					

相手に求める魅力についても過去の交際相手の魅力の因子分析結果と項目を合致させて得点を算出した。

次に過去の交際相手の魅力と今後の交際相手に求める魅力に相関が見られるか検討した。正の相関があれば魅力(選択基準)が「回復」することを表し、負の相関があれば「対比」を表すと考えられる。失恋の原因の所在別に相関を求めた(表2)。原因の所在が「どちらにもない」場合にすべての因子において正の相関が見られた。また「自分」が原因で別れた場合は、「愛情表現」「肯定的雰囲気」「性的相性」で同様の相手を求めていることが分かる。「相手」が原因で別れた場合は、「経済力」以外では相関がないことから、対比とまではいかないが、過去の相手の魅力にこだわらないようである。

そして魅力の基準の変化の指標として、今後の交際相手に求める魅力得点から過去の交際相手の魅力得点の差を求めた(+の変化は基準アップ、-の変化は基準ダウンを表す)。この指標と、失恋の原因の内容(あてはまる程度)との相関を求めた(表3)。「自分が関係に飽きた」「相手の性格に問題がある」場合は、愛情表現について今後の交際相手の基準を下げる(あるいは高めない)が、「相手に別の好きな人ができた」場合は愛情表現の基準を上げるようである。「関心・価値観の相違」が原因であるほど、肯定的雰囲気を重視するようになる。「相手の性格に問題がある」ほど、束縛しない相手を求める。「相手に別の好きな人ができた」場合は、経済力のある相手を求めている。失恋の原因によっては、今後の交際相手に求める魅力が変化する

表2 失恋の原因の所在別の過去の交際相手の魅力と今後の交際相手に求める魅力との相関

	相手に原因 (N=18)	自分に原因 (N=48)	どちらにもない (N=49)
愛情表現	.44	.40**	.42**
肯定的雰囲気	.29	.42**	.61**
非束縛	.28	.27	.44**
性的相性	.29	.29*	.44**
経済力	.54*	.27	.32*

* p<.05 ** p<.01

表3 失恋の原因と魅力の基準の変化量（今後の交際相手－過去の交際相手）との相関関係

	愛情表現	肯定的雰囲気	非束縛	性的相性	経済力
自分の倦怠	-.23*	.11	.09	.04	.09
相手の倦怠	-.04	.12	.13	-.08	-.01
関心・価値観の相違	-.25	.27**	.10	-.06	-.04
立場の相違	-.14	-.01	-.16	-.15	-.05
自分の性格的問題	-.18	.06	.04	.04	-.13
相手の性格的問題	-.19*	.11	.19*	.02	-.02
片思い	.49	.07	.07	.12	.09
自分に別の好きな人	-.04	.06	.09	.00	.09
相手に別の好きな人	.19*	.09	.10	-.04	.21*
物理的距離	.10	.05	-.10	.01	-.08
周囲の反対	-.14	.01	.07	.10	-.06

* p<.05 ** p<.01

可能性が示された。

III. 研究2

目的

最初の恋愛相手と2度目の恋愛相手の魅力特徴の変化について、シャイネスの高低の違いを考慮しながら検討する。

方法

調査参加者：大学生250名のうち、2度目の恋愛経験のある者182名（男性84名、女性97名、不明1名）を分析対象とした。平均年齢は19.89歳（SD=1.33）であった。調査は2016年1月と5月に実施した。

質問紙の構成：性別・年齢などの基本的属性の他、以下の尺度に回答させた。①最初と2度目の恋愛経験：恋愛経験の有無、恋愛期間、最初の失恋の原因の所在（自分・相手・同等・どちらにもない）、恋愛相手との交際の有無などを回答させた。②最初の失恋相手

と2度目の恋愛相手の特徴：川名（2011）、松井（1993）を参考に、独自に14項目の尺度を作成し7件法で回答させた。③シャイネス：相川（1991）の特性シャイネス尺度16項目を5件法で回答させた。

結果と考察

まず基本的な交際状況について分析をした。最初の恋愛期間の平均は18.81か月（SD=20.72）であった。交際の有無については、最初の恋愛において、交際あり45.6%、片思い51.1%、その他3.3%であった。2回目の恋愛において、交際あり53.3%、片思い42.1%、その他4.6%であった。シャイネスと最初の失恋の原因の所在との関連を確認するために、シャイネス（低・高）×失恋原因の所在（自分・相手・同等・どちらにもない）の χ^2 検定を行った。なおシャイネスは平均値49.12（SD=12.38）を基準に低群（N=85）と高群（N=84）に分けた。その結果、シャイネスと失恋の原因の所在に有意な関連はみられ

表4 シャイネス別の最初と2度目の恋愛相手の特徴の相関

	シャイネス低群	シャイネス高群
1. 容姿(顔)がよい	.20	.12
2. 容姿(スタイル)がよい	.28*	.10
3. 健康である	.51***	.38**
4. 明るい	.40***	-.03
5. 親しみやすい	.41***	.21
6. 優しい	.57***	.48***
7. まじめな	.27*	.11
8. 頭がいい	.34**	.13
9. 積極的な	.17	.11
10. 社交的な	.25*	.01
11. 趣味があう	.37**	.11
12. 経済力がある	.37**	.50***
13. 家庭環境がよい	.37**	.34**
14. 性的魅力がある	.64***	.51***

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

なかった。

次にシャイネスの群別に、最初と2回目の恋愛相手の特徴のピアソンの積率相関係数を算出した(表4)。その結果、シャイネスの低い者は、最初の相手と多くの側面で類似した相手を2度目の恋愛においても求める「反復」がみられるが、シャイネスの高い者は必ずしも最初の相手と同じ特徴にこだわらないようである。シャイネスの高い者は、異性関係形成に困難を覚えやすく、前回と同レベルの特徴を持つ相手を選び好みできる立場にないと考えているのかもしれない。ただし「優しい」「性的魅力」「経済力」などは同様の特徴の相手を選択しており、その理由を明らかにするためには、例えば“自分を受容してくれる可能性”など相手選択時に考慮した事柄について確認する研究が今後必要だろう。

IV. 総合考察

本研究では、失恋後の次の恋愛相手の選択に及ぼす失恋の原因(研究1)とシャイネス(研究2)の影響について検討した。主な結果をまとめると以下の通りであった。まず第1に、

失恋の原因がどちらにもない場合には、前の恋愛対象と同じ魅力特徴を持つ相手を選択する。第2に、失恋の原因が自分の倦怠や相手の性格の問題の場合は、新しい相手からの愛情表現を期待しないが、相手に別の好きな人ができたことによる失恋の場合は新しい相手からの愛情表現を求めるようである。また関心・価値観の相違が失恋の原因であれば、新しい相手の醸す肯定的雰囲気重視する。相手の性格の問題があるほど、束縛しない相手を求める。第3に、シャイネスが低い者は2度目の恋愛においても最初の相手と同様の魅力を持つ相手を選択しがちだが、シャイネスの高い者は、一部の譲れない魅力特徴を除き多くの魅力特徴に関して最初の相手と同じであることは求めない。

失恋した相手と、相貌や性格といった特徴がことごとく一致する人物は存在しないため(一卵性双生児やクローン人間であっても全く同じにはならない)、新しい恋愛対象となる人物のいくつかの特徴については、当然異なることになるだろう。しかしながら、今回取り上げた要因によっては、中村・藤本(2001)のモデルでいうところの「反復」のパターンが多く見られた。恋愛相手の選択における嗜好は、基本的にはある程度一貫しており、様々な要因によって、消極的に(やむなく)選択の微修正が図られているとも考えられる。以前の恋愛相手と正反対の魅力特徴を持つ相手を選択するといった「対比」のパターンがもし現れていたなら、それは相手選択の積極的修正が図られたことになるが、本研究ではそのパターンは明確には確認できなかった。どのような要因(条件)が、「対比」のパターンをもたらすのかについては、今後検討の余地がある。

本研究の問題点として、研究1と研究2でのいくつかの相違点があることが挙げられる。まず第1に、想起する失恋経験の問い方が異なっていた。研究2では最初の失恋と限

定して想起させたが、研究1では過去の失恋経験とだけ尋ねており、印象に残る失恋経験あるいは複数の失恋経験を想起していた可能性がある。複数の失恋経験という回数が多さにより、次の恋愛相手の選択基準に影響を受ける可能性がある。第2に、失恋後の恋愛について、研究1では今後の交際相手に対する希望について尋ねたが、研究2では2度目の恋愛相手を具体的に思い浮かべてもらった。研究1では、理想（架空）の交際相手を含みうるため、現実的な選択基準が適用されているかは分からない。第3に、相手の魅力項目について、2つの研究で使用している項目が異なっているため、明確な比較がしにくくなってしまった。

今後の課題としては、上記問題点を解消する設問を工夫することがまず必要であろう。また、失恋後の次の恋愛相手の選択に影響を及ぼしうる要因は、まだ様々なものがあり、それらを1つずつ検討していくことも興味深い。例えば、失恋後にまた同じ相手を選ぶ（PDR：Post Dissolution Relationship）可能性もあり（増田，2001；山口・今川，2010；玉越・南，2018；South & Hughes，2018），これは相手を選択する基準が全く変わらない完全な「反復」のパターンとして捉えることができよう。また今回は大学生が対象であったが、晩婚化に伴い30代や40代の恋愛の機会も増えており、失恋後に相手に求める条件の変化（緩和・妥協）の幅が大きくなるなどの影響があると考えられる。

失恋から新たな恋愛関係形成へと至るプロセスとそこに関わる要因に着目した研究は、よりよい相手の選択（マッチング）について示唆を与えるかもしれない。

【付記】

※本研究の一部は、日本社会心理学会第56回および第61回大会で発表された。研究1の実施にあたり先崎峻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.
- 渕上克義・楠見幸子 (1987). 青年期の恋愛関係に関する研究 (II) Partner 選択の意志決定に関する検討 日本心理学会第51回大会発表論文集, 651.
- Hill, C.T., Rubin, Z., & Peplau, L.A. (1976). Breakups Before Marriage: The End of 103 Affairs. *Journal of Social Issues*, 32 (1), 147-168.
- 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.
- 加藤 司 (2005). 失恋ストレスコーピングと精神的健康との関連性の検証 社会心理学研究, 20 (3), 171-180.
- 川名好裕 (2011). 関係性の違いによる異性の対人魅力 立正大学心理学研究年報 (2), 1-8.
- 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.
- 栗林克匡 (2002). 恋愛における告自の状況と個人差（シャイネス・社会的スキル）に関する研究 北星学園大学社会福祉学部北星論集, 39, 11-19.
- 栗林克匡 (2008). 恋を失う 加藤司・谷口弘一（編著）対人関係のダークサイド 北大路書房
- Leary, M.R. (1986). Affective and behavioral components of shyness: Implications for theory, measurement, and research. In W.H.Jones, J.M.Cheek and S.R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp.27-38). New York: Plenum Press.
- 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.
- 増田匡裕 (2001). 以前の恋人との友人関係 (PDR) と新しい恋愛関係の交渉と葛藤についての探索的研究—対人関係の正当性に関するフォーク・サイコロジー—日本社会心理学会第42回大会発表論文集, 250-251.
- 松井 豊 (1993). 恋ごろの科学 サイエンス

社

- 宮下一博・白井永和・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 (第1部), 39, 117-126.
- 中村雅彦・藤本真未 (2001). 恋人との別れが恋愛観とその後の恋愛行動に及ぼす影響 愛媛大学教育学部紀要 第1部 教育科学 48 (1), 19-34.
- South,A.L., & Hughes,P.G. (2018). Development and validation of the post-dissolution relational communication index. *Journal of divorce and remarriage*,59(8),616-632.
- 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.
- 玉越勢治・南あさひ (2018). 破局後の恋人たちの関係性：恋愛イメージの違い 帝塚山学院大学人間科学部研究年報, 20, 44-53.
- 豊田弘司 (2004). 大学生における好かれる男性及び女性の特性 -- 評定尺度による検討 教育実践総合センター研究紀要, (13), 1-6.
- 山口 司・今川民雄 (2010). PDRにおける行動特性としての親密性の検討—恋人関係と異性友人関係との比較を通じて— 対人社会心理学研究, 10, 163–168.
- Zimbardo, P. G. (1977). *Shyness: What it is, what to do about it*. Massachusetts: Assison-Wesley.