

# 恋愛感覚が心身に及ぼす影響についての一考察

吉村康平（福岡教育大学）

## 1. 目的

本研究の目的は、青年期の恋愛経験がソーシャルスキルだけでなく、運動意欲や運動成績に対してどのような影響を与えているのかを明らかにすることである。

## 2. 研究方法

対象者は福岡県内の大学生男女 100 人で、調査方法は、性別と学年、恋愛観に関する質問項目、異性関係スキル、コミュニケーションスキルに関する質問項目、恋愛が運動に与える影響に関する質問項目を問うアンケート調査とした。分析方法としては、これまでの交際人数と各項目を比較することにより、実施した。

## 3. 結果と考察

交際人数と交際期間の得点には強い相関が見られた。この理由として、恋人と付き合い、そして別れる、という過程を繰り返す中で恋愛スキルやソーシャルスキルを高めていったと考えることができる。

交際人数と相手の感情に対する感度についても強い相関関係が見られることがわかった。この理由としては、交際を重ねるうちに交際相手との関係調整能力を高めているということが考えられる。

交際人数と異性との会話の話題提供に関しても強い相関が見られた。交際人数が多いほど自ら相手に話題を提供するという結果が得られた。この理由として交際を重ねるごとに交際相手との会話によってコミュニケーション能力を高めているということが挙げられる。

交際人数と交際相手がいる時の運動成績との関係には、強い相関が見られた。この理由としては交際を重ねることによって、交際相手との適度な距離感を理解するようになる。その結果、部活動と恋愛のバランスが良くなり部活動の成績が上がったと考えられ

る。

過去の交際人数と 6 つの項目との関連について検討した結果、恋人と交際をすることを通して恋愛スキル、ソーシャルスキルが高まることが明らかとなった。交際期間、話題の提供、相手感情への感度、交際時の部活動の成績の 4 つの項目との関連が認められた。その理由としては、6 項目のうち関連が認められた 4 項目はソーシャルスキルとの関連が強かったことなどが挙げられる。恋人との交際によって恋人との人間関係調整能力、コミュニケーション能力、相手の感情を読み取る観察能力、恋人との適正な距離感が高められると推察される。

今回の研究は小中高等学校における性教育の一助になれば、との思いで着手したが、実際に恋愛によって一部のソーシャルスキルが高まることから、自由に恋愛できる環境を整えるということが学校教育の現場で取り入れていくべき課題であると考ええる。

## 4. 結論

本研究では、過去の交際人数による恋愛経験と交際期間、緊張度、話題の提供、相手感情への感度、交際時の部活動への意欲、実際の成績の 6 つの項目の関連性を検証した。その結果過去の恋愛経験によってソーシャルスキルが高まり、結果的に 4 つの項目と関連が深いことが明らかとなった。

## 5. 謝辞

本研究に際し、アンケート調査にご協力いただいた皆さまはじめ、論文作成に関し、ご指導いただきましたすべての方々に深い感謝の意を表します。

## <参考文献>

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VI 理系編 31 1-15. 他

