



# 両思いになるとなぜ冷めてしまうのか？

## —“蛙化現象”の生起メカニズムの検討—

○川久保 惇（埼玉学園大学人間学部心理学科）・小口 孝司（立教大学現代心理学部心理学科）

KEY WORDS：恋愛関係，蛙化現象，自尊感情，

### 1. Introduction

- 恋愛時の蛙化現象がよく話題に（例：Google完全一致検索：約165万件）
- 蛙化現象の学術的検討は極めて少ない（Google Scholarによる検索結果：3件（2022年5月20日現在））

#### 「蛙化現象」

ある男性に対し自分が一方的に好意を持っていると女性が理解している状況で、実はその男性も自分に対し好意を持っていることが女性にとって明らかになると、それがきっかけとなって、その女性がその男性に対して生理的な嫌悪感をもつ現象」（藤澤, 2004）

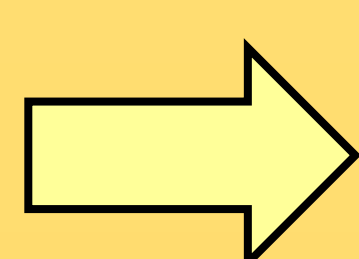
#### 吉田他(2020)による大学生を対象とした調査

- 女性特有の現象ではない
- 被体験者に自責や他者の無理解などの困難を引き起こす

自己評価の低さ？理想の高さ？  
両思いがゴールだから？

#### 未解明

- 生起メカニズム
- 対処法



#### 本研究の目的

- 蛙化現象を経験した人から、蛙化現象が発生したときの感情や行動を収集
- いかなる要因が蛙化現象を生起させるのかを探る

### 2. Method and Result

#### 【予備調査】

##### 調査対象者と手続き

- ☆ 男女249名（女性192名，男性57名）
- ☆ Google Form、2020年7月実施



##### 調査内容

- ☆ 蛙化現象の体験有無（蛙化現象の概念を説明後）
- ☆ 体験有の人のみ
  - 1) 蛙化現象以前の交際経験の有無
  - 2) 蛙化現象の発生理由の自身の考え

#### 結果

- ☆ 蛙化現象経験者：女性66名（34.38%），男性14名（24.56%），比率差はなし（ $\chi^2(1) = 1.52, ns.$ ）
- ☆ 蛙化現象の発生理由の分類（Table 1）

Table 1  
蛙化現象の生起要因の分類

ユニット	カテゴリー	具体的な内容
相手への嫌悪	性交嫌悪	「性的な対象として見られているかもしれない」と意識してしまい、相手に対して嫌悪感を覚えた。
	その他嫌悪	気になっている人と仲良くなったら相手からアプローチしてくるようになり、なんだか気持ち悪かった。
理想との差異	虚像崩壊	その人の好きじゃないところが見えるようになった。
	恋愛希求	恋に恋していたから。
	接近速度への違和感	心理的な距離が自分の意図しない形で急接近してしまっ て、戸惑いを感じた。
恋人不要	好意の無さへの気づき	実は好きではなかったと気が付いた。
	自由喪失	自分の時間が欲しいと感じるから。
	獲得成功	追いかけているうちが楽しく、いざ手に入ってみたら興 味がなくなった。
自信欠如	見た目の好み	見た目が気になっていただけだった。
	自信欠如	自己肯定感が低く、好きになってくれる要素が分からず冷 めてしまった。
理由不明	理由不明	分からない。

#### 【本調査】

##### 調査対象者と手続き

- ☆ 20代の男女110名（女性55名，男性55名）
- ☆ 平均年齢24.93歳（SD = 2.95）
- ☆ 「Freeasy」を用いた質問紙調査、2021年9月実施

##### 調査内容（尺度は全て5件法）

1. デモグラフィック項目（年齢，居住地域，性別，婚姻状況，子どもの有無，職業・職種と世帯年収）
2. 蛙化現象の生起理由に関する項目（15項目）
3. 恋愛不要理由項目（高坂, 2013）
4. 自尊感情尺度（山本他, 1982）

#### 結果

##### ■ 生起要因の因子分析結果（最尤法・プロマックス回転）

###### 「興味喪失」( $\alpha = .92$ )

- 彼（彼女）からの好意を感じたことで興味を失う
- 彼（彼女）からの好意を感じると距離を取りたくなる

###### 「現状希求」( $\alpha = .72$ )

- 彼（彼女）とはゆっくり関係を築きたい
- 彼（彼女）とは友達の関係でいたい

##### ■ 恋愛不要理由（①恋愛による負担の回避，②恋愛に対する自信のなさ，③充実した現実生活，④恋愛の意義の分からなさ）と自尊感情の影響

☆「興味喪失」← ④恋愛の意義のわからなさ  
( $\beta = .58, p < .01$ )

☆「現状希求」← ②恋愛に対する自信のなさ  
( $\beta = .45, p < .01$ )

③充実した現実生活  
( $\beta = .26, p < .05$ )

☆ 自尊感情はどちらの生起要因に対しても影響なし

### 3. Discussion

- 蛙化現象の生起には、「恋愛をすることの意義が見出せない」や「恋愛に対する自信のなさや現在の関係への満足感」から今の関係を壊したくない」という心理作用が影響している可能性
- 自分自身に対する肯定的評価が低いため、相手に対して嫌悪感を抱くわけではない

#### 今後の課題

- 恋愛感情が返されることを必要としない形で恋愛的に惹かれることを意味するリスロマンティック（lithromantic; 三宅・平森, 2021）の観点からの検討
- 調査対象の拡大・結果の頑健性の追求

【謝辞】本研究の実施にあたり瀧脇真優菜さんにご協力いただきました。ここに記して、深く感謝申し上げます。