

# An Exploratory Study of Factors Influencing the Image and Experience of the “Frogization Phenomenon” —Comparison of the new frogization phenomenon (“Ick”) and the original frogization phenomenon

TAKAHASHI Makoto

## 要 約

本研究は、日本で若者を中心に注目されている「蛙化現象（藤澤、2004）」について調査することを目的とした。蛙化現象とは、恋愛対象者から好意を寄せられたことをきっかけに恋愛感情が急速に冷める現象であり、グリム童話の「裸の王様」になぞらえて命名された。現在の日本の若者が抱く蛙化現象に対するイメージに関して調査するとともに、蛙化現象の特徴や影響する要因について探索的に検討する。

調査1では、大学生を対象に蛙化現象のイメージを検討した。その結果、「相手からの好意をきっかけに冷める現象」という従来のイメージ（藤澤、2004）と、「相手の何らかの言動や態度をきっかけに冷める現象」というイメージの2つに大別されることが判明した。本研究では後者を「新蛙化現象」と命名した。新蛙化現象は欧米の若者文化の中で注目されている“Ick”と呼ばれる体験と酷似していた。

調査2では、旧来の蛙化現象と新蛙化現象の2つの体験について調査を行った。新旧蛙化現象の体験率は4割以上であり、その中でも2つの蛙化現象を共に体験しているものが約半数存在した。10代から50代以上のいずれの年代でも2～3割が新旧蛙化現象を体験していた。女性のほうが新旧蛙化現象を体験しやすかった。蛙化現象体験人数に影響を与える要因について重回帰分析によって検討した結果、蛙化現象体験人数には片思い人数が、新蛙化現象体験人数には交際人数が正の影響を与えていた。

新旧蛙化現象を体験した前後の感情について比較した結果、蛙化現象体験後は自責感が、新蛙化現象体験後は他責感と嫌悪感が有意に高いことが分かった。新蛙化現象のきっかけの上位は、気遣いや思いやりに欠ける、ルールやマナーに反する、だらしのない態度や行動、であったことから、新蛙化現象は相手への嫌悪や他責感が旧来の蛙化現象よりも生じやすくなっ

た可能性が示唆された。

### Abstract

This study aimed to investigate the “frogization phenomenon (Fujisawa, 2004),” which has been attracting attention mainly among Japanese youth. The phenomenon is named after the Grimm’s fairy tale, “The Naked King.” This study explored the image of the frogization phenomenon held by today’s Japanese youth, and examined the characteristics and influencing factors of this phenomenon.

In Survey 1, the image of the frogization phenomenon was surveyed among college students, revealing two main types of images: the conventional image of “the phenomenon of romantic feelings cooling down triggered by the partner’s showing favoritism (Fujisawa, 2004)” and “a phenomenon in which romantic feelings cool down triggered by some behavior or attitude (excluding favoritism) of the partner.” This study classified the latter as the “new frogization phenomenon,” which is similar to the “Ick” experience gaining attention in Western youth culture.

Survey 2 investigated the two experiences of the original and new frogization phenomena. The percentage of respondents experiencing both the phenomena exceeded 40%, and approximately half of them experienced the two phenomena simultaneously. Twenty to thirty percent of all ages, from teens to over 50s, had experienced the two phenomena. Women were more likely to experience both phenomena. Multiple regression analysis revealed that the number of unrequited loves had a positive effect on the number of original frogization phenomenon experience, while the number of relationships had a positive effect on the number of new frogization phenomenon experience.

A comparison of feelings before and after experiencing the original and new frogization phenomena revealed that feelings of self-blame were significantly higher after experiencing the original frogization phenomenon, and feelings of other-blame and disgust were significantly higher after experiencing the new frogization phenomenon. The top triggers of the new frogization phenomenon included lack of care and consideration, violation of rules and manners, and sloppy attitude and behavior, sug-

gesting that the new frogization phenomenon may have induced greater dislike and blame toward others than the original frogization phenomenon.

# “蛙化現象”イメージと体験に影響する要因に関する探索的検討——新たな蛙化現象（Ick）と旧来の蛙化現象との比較——

高橋 誠

## 問題

近年、いわゆる「蛙化現象」と呼ばれる恋愛における体験が若者を中心に注目されている（小寺、2023）。「蛙化現象」という名称は、心理学者の藤澤（2004）により、グリム童話の「裸の王様」になぞらえて、蛙が王子様になるのではなく、王子様が蛙になってしまうことから命名された。そして、『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持つようになる現象（藤澤、2004）』と定義されている。

藤澤（2004）の学会発表を皮切りに、その後も主に学会発表にて蛙化現象の調査が行われている。吉田・山田・下斗米（2020）は、蛙化現象は男女ともに生起しうる現象であると指摘し、『自分自身が好意的に感じていた相手が、自分に対し好意を持っていることが明らかになると、それがきっかけとなって、その相手に対して生理的な嫌悪感を持つようになる現象』と再定義した。さらに、大学生の男女130名（男性47名、女性83名）に対して調査を行ったところ、男女を合わせた37名（28.5%、男性9

名、女性23名)が蛙化現象を体験していることを見出した(吉田他、2020)。さらに、蛙化現象体験の中には自責感や他責感が含まれていた(吉田他、2021)。

蛙化現象に関するこれまでの調査に関する課題として、藤澤(2004)を含めて蛙化現象に関する調査は全て学会発表であり(川久保・小口、2020;吉田他、2020;2021;2022)、本現象に関して学術的な側面から詳細な検討がされたとは言い難い。また、インターネット上では蛙化現象の原因は交際経験の乏しさや自己肯定感の低さ等に起因するといった、学術的裏付けがなく真偽が定かでない言説が散見される(本江、2023)。実際に蛙化現象を体験したものが、このような学術的裏付けがない内容を見聞きした際に、自己の恋愛観や自分自身に対して否定的な感情や傷つきを経験する可能性も否定できない。

さらに近年、藤澤(2004)が定義した「相手から好意を寄せられたこと」を原因とせず、恋愛対象者の些細な言動や態度等によって急速に好意が冷めることを蛙化現象と捉える言説もみられる(本江、2003)。欧米において、2020年代頃から恋愛対象者への好意が急速に嫌悪に代わる現象は“Ick”(the ickやickとも表記される)と呼ばれ、SNS(TikTok)などで散見されるようになってきている。“Ick”は学術用語ではなくインターネット上での造語の一つであり、現在または潜在的な恋愛相手の行動や言動によって、相手の魅力が突如として嫌悪感に反転する現象であるとされている(Kaur, 2024)。“Ick”はインターネット文化に関する研究の文脈では取り上げられており、“Ick”に対する男女間の受け止め方に違いがあることや(Kaur, 2024)、“Ick”がZ世代のデート文化における否定的な愛着観を表現している可能性を指摘するような見解(Rosier, 2024)もみられる。しかしながら、“Ick”に関して心理学の観点から学術的に調査されたものは筆者が知る限り見当たらない。

そこで本研究では、現在の蛙化現象のイメージについて調査を行うとともに、蛙化現象を体験した前後の感情についてならびに性差や年代、交際経験等が蛙化現象体験にどのような影響がみられるかについて探索的に検討を行うことを目的とする。

**心理学研究における失恋や関係崩壊の研究と蛙化現象** 蛙化現象とは急速に恋愛感情が冷める体験であり、このように恋愛感情が消失する状況に関して、心理学領域では「失恋」や「関係崩壊」といテーマで研究が展開されている。欧米の関係崩壊 (breaking-up) に関する調査のレビューによると、2002年から2022年までの間に200以上の研究が行われている (Machia, et al., 2023)。Rhoades et al. (2011) は、18歳から35歳の未婚者に対して調査を行い、36.5%が20ヵ月間に1回以上の別れを経験しており、さらに別れの経験が心理的苦痛の増加や生活満足度の低下を招いていることを見出している。Akbari et al. (2022) は、恋愛の関係崩壊の研究の焦点が拒絶されたパートナーにあてられている点を批判し、拒絶者側に焦点を当てた調査を行った。恋愛関係破局後に大学の心理サービスセンターでうつ病の治療を受けているものを対象に調査を行ったところ、別れを切り出した拒絶者側において、別れの苦痛と抑うつ症状の間に強い関連がみられることを見出している (Akbari et al., 2022)。蛙化現象は拒絶者側の体験であるが、恋愛における拒絶体験が抑うつ症状に結びつく可能性が示されていることから、恋愛中に急速に冷めてしまった側に対しても心理的ケアが重要となるであろう。ただ、蛙化現象のように理由が不明瞭のまま相手を拒絶してしまう体験については、なぜそのような拒絶を行ったかについて自分自身で明確に説明することが困難であることが予想される。そのため、蛙化現象はどのような要因から生じるかを明確化し、蛙化現象を体験した側の心理的ケアに役立つような知見を得るための調査が重要となる。

なお、日本における関係崩壊に関しては研究そのものの数が少ないことが指摘されている（和田、2000）。日本における失恋や関係崩壊の調査を概観すると、失恋の経験による社会的スキルや恋愛スキルへの影響（堀毛、1994）、失恋時のコーピングによる恋愛後の成熟性や精神的健康度への影響（浅野・堀毛・大坊、2010；加藤、2005）、元恋人へのアタッチメント欲求が失恋後の適応に与える影響（古村他、2019）など、日本では失恋後の影響に焦点化された調査が多くみられることが特徴であるが、失恋や関係崩壊のきっかけとなる体験についての調査はほぼみられない。

**本研究の目的** これまで心理学の研究においては失恋や関係崩壊に関する調査は見られるものの、特に恋愛の拒絶者側に焦点を当て、さらに恋愛感情の急速な冷めに焦点を当てた調査については、日本だけでなく欧米でも数少ない。さらに、蛙化現象のイメージが変化している可能性も考えられるが、イメージの変化や蛙化現象体験の特徴、ならびに現象に影響する要因に関しての学術的調査が不足している。

そこで本研究では、まず現在の若者が抱く蛙化現象に対するイメージに関して調査を実施する。次に、蛙化現象体験の体験率、体験前後にどのような感情が生じているか、体験そのものに影響を与える諸要因について探索的に検討を行うこととする。

## 調査 1

ここでは蛙化現象に対するイメージについて探索的に検討することを目的とする。

### 方法

**調査協力者** 関東圏の私立大学に所属し、心理学に関する授業に参加し

ている大学生 180 名（女性 104 名、男性 73 名、未回答 3 名）を対象に調査を行った。

**倫理的配慮と手続き** 2023 年 10 月に関東圏内の大学で開講されている講義にて、個別記入形式の質問紙調査オンラインで入力する形式で実施した。調査の際に、調査の参加の可否による授業評価への影響は一切ないこと、回答は統計的に処理され、個人が特定されることはないこと、回答を中断しても不利益が生じないことを口頭、オンライン上の画面にて説明した。調査実施時期は 2023 年 10 月であった。

**質問内容** 蛙化現象のイメージを確認するために、『「蛙化現象」とはどのような現象だと思いますか。イメージで良いのでお答えください』と自由記述形式で質問した。

**蛙化現象のイメージに関する記述のカテゴリー化** 上述の自由記述について、恋愛対象者からの好意を向けられたことをきっかけとして恋愛感情が冷めたことへの言及している記述を「従来の蛙化現象イメージ」、恋愛対象者からの好意以外の行動や態度等をきっかけにして恋愛感情が冷めたことへ言及している記述を「新たな蛙化現象イメージ」、新旧双方の蛙化現象に関して言及している記述を「新旧の蛙化現象イメージ」、上記以外の内容を「その他」としてカテゴリー化を行った。

## 結果と考察

蛙化現象のイメージに関する記述についてカテゴリー化し、度数と割合、記述の具体例を抜粋したものを Tabel 1 に示す。相手から好意を示された際に恋愛感情が冷めるといった「従来の蛙化現象イメージ」は 80 個（44.2%）、相手からの好意に関わらず相手の些細な言動や態度によって恋愛感情が冷めるといった「新たな蛙化現象イメージ」は 67 個（37.0%）、従来の蛙化現象から新たな蛙化現象までの双方を記載した「新旧の蛙化現



Table 1 蛙化現象へのイメージに関する自由記述カテゴリー化の結果と記述内容の抜粋

カテゴリー	回答数 (%)	記述内容
従来の蛙化現象イメージ	80 (44.2%)	その人に好意を向けていたのにも関わらず、逆にその人に好意を向けられた時、冷めてしまう現象。
		好意を寄せている相手がいる、その人と恋愛関係を持つために努力したけれど、付き合えた・好きになってもらえたなどの目的が達成されると突然好意が冷めてしまうことというイメージ。
		自己肯定感の低さから恋愛感情を向けていた相手から同じ感情を得られた際、相手が自分を好きなことを受け入れられず拒絶反応を起こすこと。
		自分のことを好きになれない、自信がない人に起きる現象だと思っています。好きな人が自分のことを好きになった時、こんな自分を好きになるなんて頭が悪い、センスがない、おかしい、という感情になってその人に嫌悪感を抱いてしまうことだと認識しています。
		自分の意中に思っている人が自分に好意を示した時に「どうして自分を好きになるのか？」と相手に対して失望してしまう現象。自分に対する自信のなさや自己肯定感の低さから起こるイメージ。
		童話「カエルの王子様」の逆バージョン。片思い中は相手がとても素敵に見えている。けれど付き合ったり距離が近づいた際、自分が思っていた理想の相手と違う事実にあざけ、がっかりし失望する。
新たな蛙化現象イメージ	67 (37.0%)	あるささいなきっかけでそれまで好きだった人が好きじゃないと感じるようになってしまうことだと思う。
		ある特定の行動によって相手への気持ちが突然冷めてしまうこと。
		異性の行動をみて「うわ」と引いてしまう現象のことであると思う。
		何かしらの仕草や行動で冷めること
		好きだったけどある事をきっかけに冷めてしまうこと
		好きな人に対して、ふとした行動などで急に冷めてしまうこと
		好意を寄せていた相手が見せた特定の行動に対して嫌悪感を抱き、そこから相手自体を嫌いになっていく
自分が好意を抱いていた人が、恥ずかしい行動だったり・自分が気に入らない行動をしていたところを見て、気持ちが冷めてしまう現象。		
相手のある行動や態度によって、理由は分からないが不快な気持ちを抱いてしまう現象。		
新旧の蛙化現象イメージ	8 (4.4%)	相手が自分のことを好いているとわかった瞬間に相手への好きの気持ちが冷めてしまう現象。一般的なイメージでは、相手のダサい姿（フードコートで自分を探している姿など）をみると冷めてしまう現象として浸透しているなどと思う。
		5、6年前（蛙化現象が出た頃の頃）は、自分が好きだった人がいざ振り向いてくれて自分に興味を持ち始めると冷めてしまうということを示していたように思う。（女子に多く、自分に自信がないから、こんな自分を好きになるなんておかしいと思うと友達は言っていた）現在指す蛙化は意味が変わり、異性の冷める行為全般を指しているように思う。
		本来の意味での蛙化現象であれば、相手から好意を持たれたと分かたらこんな自分を好きになるなんて気持ち悪い、となって恋愛感情が冷めてしまう現象。最近よく言われる蛙化現象であれば、恋愛感情を持っていた相手のある行動を見て、ドン引きして冷めてしまう現象。
その他	25 (13.8%)	自己肯定感が低い人がなりそうなイメージ
		自分が好きになった途端相手の好意がなくなる
		蛇に睨まれたカエルのように、相手に睨まれた時に動けなくなること 上手くないかいな恋に恋している状態。靡かない人が好きだから上手く行く要素があまりない。

象イメージ」は8個（4.4%）、「その他のイメージ」は25個（13.8%）であった。従来通りの蛙化現象が最多だったものの、相手からの好意を伴わずに恋愛感情が冷める現象としてイメージしたものも約4割と拮抗しており、さらに少ないながらも蛙化現象のイメージの変化について言及している記述もみられた。現在の蛙化現象のイメージは大きく2分化されていると考えられる。特に新たな蛙化現象のイメージを見ると、「ささいなきっかけ」、「ある特定の行動」、「ふとした行動」、「何かしらの仕草や行動」など、あるきっかけや言動などによって急速に恋愛感情が冷める現象という記述がみられた。

男女別でカテゴリーの割合を比較すると、女性の最多の57.7%が従来の蛙化現象イメージであり、新旧の蛙化イメージを記述した8名のうち7名が女性であった。一方、男性の最多は47.9%が「新たな蛙化現象イメージ」であり、「その他」も24.7%と多かった。女性のほうが男性よりも従来の蛙化現象のイメージ、または蛙化現象のイメージの変化を明確に捉えている可能性が示唆された。

さらに蛙化現象イメージに関する問いに対して、本人側の要因についての言及するネガティブな内容（「自己肯定感の低さ」、「自信がない人」等）が多く見られ、蛙化現象を起こす人に対するネガティブなイメージが定着している可能性も示された。

## 調査2

調査1にて蛙化現象のイメージが2分化されていることが判明した。そのため、本調査では従来の蛙化現象の定義に基づいた体験について確認するとともに、予備調査にて得られた「新たな蛙化現象イメージ」に関連した体験についても確認し、新旧の蛙化現象の体験率や体験前後の感情につ

いて比較検討を行う。また、交際経験や年齢との関連についても併せて検討する。

まず本研究における用語の定義を示す。蛙化現象について、本研究では藤澤（2004）の定義に基づきつつ、女性に限定せずに定義した吉田他（2020）に準じて『自分自身が好意的に感じていた相手が、自分に対し好意を持っていることが明らかになると、それがきっかけとなって、その相手に対して生理的な嫌悪感を持つようになる現象』と定義する。また、調査1で明らかとなった近年の新たな蛙化現象について、本研究では「新蛙化現象」と命名し、『恋愛対象として好意を抱いている相手のある行動や態度等（浮気等の不貞行為や暴力的言動を除く）をきっかけとして、好意が急速に冷めて生理的な嫌悪感を持つようになる現象』と暫定的に定義する。上記の定義について、蛙化現象も相手からの好意をきっかけに恋愛感情が冷める体験であるため、広義では新蛙化現象の一部と捉えられるが、本調査においては2つの現象について弁別できるように質問を行う。

## 方法

**調査協力者** web調査会社（株式会社アイブリッジ）を介してサンプリングを行った600名のうち、フィルター項目を設定し、回答に不備がみられたものを除いた520名（平均年齢=31.23±14.35歳、女性=351名、男性=169名）を対象とした。

**倫理的配慮と手続き** 2024年2月に調査会社が抱えているモニターを対象とした、クローズドタイプの調査を実施した。Web調査会社の個人情報保護指針に則り、個人情報特定される項目は付与されなかった。また、回答実施前に画面上にて、回答は統計的に処理され、個人が特定されることはないことや、回答を途中で中断することが可能であることなどについて明記した。本調査は神奈川大学の人を対象とする研究に関する倫理

審査委員会（承認番号：2023-38）にて承認された。分析においては IBM 社の SPSS Statistics Base 27.0 を用いた。

**質問内容 『蛙化現象体験』：**「恋愛対象として好意を抱いている相手が、自分に好意を持っていることが明らかになったときに、好意が急速に冷めて生理的な嫌悪感を持った経験はありますか？（※中学生以降の経験とします）」と問い、その体験をした人数、最新の体験した時期（最新体験年数）、体験前の好意度と体験後の嫌悪感・自責感・他責感について「まったくあてはまらない（1点）」から「とてもあてはまる（5点）」の5件法で質問した。『新蛙化現象体験』：「(上述のような体験を除いて) 恋愛対象として好意を抱いている相手のある行動や態度等（浮気等の不貞行為や暴力的言動を除く）をきっかけとして、好意が急速に冷めて生理的な嫌悪感を持った経験がありましたか？（※中学生以降の経験とします）」と問い、その体験をした人数、最新の体験した時期（最新体験年数）、体験前の好意度と体験後の嫌悪感・自責感・他責感について「まったくあてはまらない（1点）」から「とてもあてはまる（5点）」の5件法で質問した。さらに新蛙化現象体験のきっかけとなった言動や態度に関する16種類のカテゴリー（例：ルール・マナーに反する行動・態度、気遣いや思いやりの欠けた行動・態度、等）から当てはまるものを選ばせた（複数選択可）。『片思い人数』：「片思い経験（特定の相手へ3か月以上の恋愛感情を抱いた経験）の人数 ※中学生以降とします）」と質問した。『交際人数』：「交際経験（特定の相手と1対1で3か月以上お付き合いした経験の人数 ※中学生以降とします）」と質問した。

## 結果

**新旧蛙化現象の体験者数と性別と年代による分析** まず、年代ごとの新旧蛙化現象の体験率を算出したところ、蛙化現象体験率は10代が26.3%、

Table 2 新旧蛙化現象の体験人数と割合

	全体		女性		男性		$\chi^2$
	n	%	n	%	n	%	
蛙化現象未体験	275	54.0%	177	50.9%	<b>98</b>	<b>60.9%</b>	2.11**
蛙化現象のみ体験	59	11.6%	<b>50</b>	<b>14.4%</b>	9	5.6%	-2.88**
新蛙化現象のみ体験	71	13.9%	53	15.2%	18	11.2%	-1.23
新旧蛙化現象両方を体験	104	20.4%	68	19.5%	36	22.4%	0.73
合計	509	100.0%	348	100.0%	161	100.0%	

\*\* $p < .01$ 

20代が36.2%、30代が34.6%、40代が36.4%、50代以上が21.3%であった。一方、新蛙化現象体験率は、10代が29.5%、20代が36.4%、30代が26.9%、40代が34.4%、50代以上が34.8%であった。

続いて新旧蛙化現象の体験者数と割合を算出した。結果をTable 2に示す。蛙化現象のみ体験が59名(11.2%)、新蛙化現象のみ体験が71名(13.5%)、新旧蛙化現象両方を体験が104名(19.8%)、未経験が275名(52.3%)であった。男女によって蛙化現象の体験に差があるかについてクロス集計表によって検証を行ったところ、5%水準で男女差がみられた( $\chi^2(3) = 11.08, p < .05, V = .15$ )。残差分析により、蛙化現象未体験は男性のほうが女性より有意に多く、蛙化現象のみ体験は女性のほうが男性より有意に多かった。

**蛙化現象と恋愛経験の関連** 蛙化現象と恋愛経験の関連について検討するために、新旧蛙化現象体験人数と片思い人数、交際人数に対して、ピアソンの積率相関係数を算出した。また、新旧蛙化現象体験人数を従属変数、他の蛙化現象体験人数と片思い人数、交際人数を独立変数とした重回帰分析を行った。結果をTable 3に示す。まず蛙化現象について相関分析では蛙化現象体験人数間と他の変数との間には弱から中程度の有意な正の相関がみられたが、重回帰分析の結果は新蛙化現象体験人数と片思い人数のみ

Table 3 蛙化現象体験人数と変数間の相関分析と重回帰分析の結果

	<i>M</i>	<i>SD</i>	蛙化現象体験人数		新蛙化現象体験人数	
			<i>r</i>	$\beta$	<i>r</i>	$\beta$
蛙化現象体験人数	0.62	(1.25)	-	-	.46***	.37***
新蛙化現象体験人数	0.57	(1.18)	.46***	.41***	-	-
片思い人数	2.63	(2.94)	.21***	.12**	.16***	-.05
交際人数	2.67	(2.94)	.29***	.08	.43***	.34***

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$

有意な正の影響がみられ、交際人数には有意な影響がみられなかった。次に新蛙化現象について、相関分析では新蛙化現象体験人数とすべての変数と弱から中程度の有意な正の相関が得られたが、重回帰分析の結果は、蛙化現象体験人数と交際人数からは有意な正の影響がみられたものの、片思い人数からは有意な影響がみられなかった。

**新旧蛙化現象の体験者を対象とした結果と蛙化現象体験前後の感情の比較** 新旧蛙化現象を体験したもの ( $n = 234$ ) を対象に、新旧蛙化現象の最新体験年数から実年齢を引いたもの (蛙化現象体験年齢) について平均値を算出したところ、蛙化現象体験年齢平均は  $22.99 \pm 9.86$  歳、新蛙化現象体験年齢平均は  $23.99 \pm 10.14$  歳であった。

次に新蛙化現象を体験したもの ( $n = 175$ ) を対象に、新蛙化現象のきっかけとなった内容の数をカウントして順位を記したものを Table 4 に示す。全体で 1 位は「気遣いや思いやりに欠けた行動」(女性 1 位、男性 2 位)、2 位は「ルール・マナーに反する行動」(女性 2 位、男性 1 位)、3 位は「だらしのない行動・態度」(女性 4 位、男性 2 位) であった。女性は「恋愛のやりとりの中でみられる行動・態度」が 3 位であった。男性は「性格や価値観に関すること」が同率 2 位であった。

最後に蛙化現象と新蛙化現象の両方を体験したもの ( $n = 112$ ) を対象に、体験前後の感情について対応ある  $t$  検定を行った。結果を Table 5 に

Table 4 新蛙化現象の種類の度数と順位

	全体	女性	男性
	n (順位)	n (順位)	n (順位)
気遣いや思いやりの欠けた行動・態度	81 (1)	61 (1)	22 (2)
ルール・マナーに反する行動・態度	74 (2)	47 (2)	29 (1)
だらしのない行動・態度	58 (3)	38 (4)	22 (2)
恋愛のやりとりの中でみられる行動・態度	52 (4)	40 (3)	14 (6)
性格や価値観に関すること	49 (5)	29 (5)	22 (2)
性的（セクシャル）な行動・態度	41 (6)	27 (6)	16 (5)
体臭や匂いに関すること	34 (7)	24 (7)	12 (7)
家族関係や友人関係に関すること	30 (8)	22 (8)	10 (10)
何となく気になる行動・態度	28 (9)	18 (10)	12 (7)
顔や体型など外見に関すること	27 (10)	19 (9)	10 (10)
コミュニケーションに関すること	27 (10)	18 (10)	11 (9)
服装やファッションに関すること	24 (12)	17 (13)	9 (12)
過去や現在の異性関係や恋愛関係に関すること	23 (13)	18 (10)	7 (15)
経済的・仕事に関すること	22 (14)	16 (14)	8 (13)
趣味やこだわり	16 (15)	10 (15)	8 (13)
その他	11 (16)	8 (16)	5 (16)

示す。体験後の自責感は蛙化現象のほうが新蛙化現象よりも有意に高く、体験後の嫌悪感と他責感も新蛙化現象のほうが蛙化現象よりも有意に高かった。体験前の好意度に有意な差はみられなかった。

## 総合考察

本研究は、現代の蛙化現象のイメージを明らかにしつつ、蛙化現象体験に影響する要因について探索的に検討することを目的とした。

調査1では、現在の蛙化現象のイメージに関する調査を行った。その結果、蛙化現象は「相手からの好意をきっかけとした恋愛感情の冷め」と、「好意に規定されず何らかの言動や態度をきっかけとした恋愛感情の冷め」というイメージに大きく2分されることが判明した。前者がいわゆる元来

Table 5 蛙化現象体験前後の感覚についての対応ある t 検定結果

	蛙化現象		新蛙化現象		t
	M	SD	M	SD	
体験前の好意度	4.96	1.77	4.81	2.06	0.78
体験後の嫌悪感	4.15	2.09	4.54	2.13	-2.22*
体験後の自責感	3.48	1.96	3.08	1.96	2.51*
体験後の他責感	2.74	1.89	3.81	2.25	-5.91***

\*\*\* $p < .001$ , \* $p < .05$

の定義としての蛙化現象のイメージ（藤澤、2004）であり、後者は欧米の若者文化の中で散見される“Ick”体験に近いイメージであると考えられる。“Ick”は2020年以降にSNSを通じて欧米で流行した現象であることから、インターネットを通じて日本の蛙化現象が“Ick”の影響を受けて変容していった可能性が考えられる。ただ、日本においてはIckではなく蛙化現象であると捉えられているため、本研究においては後者を暫定的に「新蛙化現象」と呼ぶこととした。

なお、蛙化現象のイメージの中に、本人側の要因についての言及するネガティブな内容（「自己肯定感の低さ」、「自信がない人」等）が散見された。蛙化現象を体験した個人の性格特性をネガティブに評価するような言説が定着することは、体験をした個人が自分自身の感覚や性格を否定的に評価したり、不用意に傷つけられる可能性があることを示唆している。

調査2では、蛙化現象に関して旧来の定義と新たな定義に基づいて2つの現象として取り上げつつ、それらの比較を行いながら各現象の特徴について検討することとした。上述の定義からすれば、蛙化現象は新蛙化現象の一形態ということになるが、本研究では両者の弁別をするため、「新蛙化現象」を蛙化現象を除いた体験として質問しつつ調査を実施した。

まずは新旧蛙化現象の体験率について算出したところ、新旧蛙化現象のいずれかを体験したものは全体で約4割おり、その中の約半数は新旧蛙化



現象の双方を体験していた。相関分析の結果からも、新旧の蛙化現象体験人数は有意な正の相関がみられることから、この2つの蛙化現象には関連があると考えられる。つまり相手からの好意で冷めるものは、些細なきっかけで冷めることがあるという可能性が示唆された。

蛙化現象の体験者数に関して、新旧蛙化現象の未経験者は男性のほうが有意に多く、蛙化現象のみを経験しているものは女性のほうが男性より有意に多かった。つまり、女性は男性よりも新旧の蛙化現象の両方を体験しているものが多く、特に蛙化現象は女性のほうが体験しやすいということであった。元来の蛙化現象が女性特有の体験であると定義されていることから（藤澤、2004）、男性よりも女性のほうが従来からの蛙化現象を体験しやすいというのは納得ができる結果である。一方で、本研究により蛙化現象は男性でも体験しうることが改めて確認できたといえる。

蛙化現象体験人数と交際経験の関連性について検討するために相関分析と重回帰分析を行った。相関分析の結果からは、片思い人数と交際人数は新旧の蛙化現象体験人数と有意な正の関連があったが、重回帰分析の結果からは、蛙化現象体験人数に対しては片思い人数が、新蛙化現象体験人数に対しては交際人数のみが有意な正の影響を与えていた。蛙化現象が付き合う前に冷める体験であるため、片思いの過程で生じやすく、新蛙化現象は交際前も交際中も生じやすいが、主に交際中に生じやすい体験である可能性が示唆された。さらに、本結果は蛙化現象の原因は恋愛経験不足という言説（本江、2023）とはやや異なり、片思いや交際といった恋愛経験が多いほうが蛙化現象に遭遇しやすくなる可能性を示していると考えられる。

蛙化現象の体験率を年代別でみると、新旧蛙化現象ともに20代から50代までどの世代もおおむね2~3割程度が体験していた。よって新旧いずれの蛙化現象も、年代を問わずに体験する現象であることが示された。蛙化現象を最後に体験してから経た年数について、そこから実年齢から引い

た年数を「最新蛙化年齢」として算出し、その平均値を算出したところ、蛙化現象は23歳頃、新蛙化現象は24歳頃であった。新旧の蛙化現象は概ねどの年代でも体験する現象であり、最近はじまったばかりの現象ではないこと、そして、新旧の蛙化現象は20代前半から中盤をピークに生じる現象である可能性が示唆された。上記の結果を合わせて考えると、10代から20代前半に片思いや交際の経験を積んでいく中で新旧の蛙化現象を体験していくが、20代前半から中盤で蛙化現象のピークを迎え、それが収束していくとも考えられる。10代～20代前半は恋愛を初めて恋愛経験が蓄積されていく時期であり、平均初婚年齢となる20代後半以降は恋愛から長期的な愛情関係を育てていく時期であると考え、相手のある言動や態度で急速に冷めるような現象が収束していくことは理解できる。ただし、本研究は片思いや交際の人数のみを測定しており、恋愛過程において生じる様々な経験から新旧の蛙化現象に影響を与えるプロセスについて一部を見出しただけである。今後は恋愛経験をより詳細に確認するとともに、新旧蛙化現象を促進・抑制する恋愛経験を特定することが必要となる。

蛙化現象の体験前後の感覚について比較したところ、蛙化現象では自責感が新蛙化現象よりも有意に高く、一方で新蛙化現象は蛙化現象よりも嫌悪感や他責感が高いことが明らかとなった。これは旧来の蛙化現象が相手から好意を示してもらったのに冷めてしまう体験であり、せっかくの好意を無下にしてしまうことへの申し訳なさや、そう感じてしまった自分自身に対して戸惑いや葛藤が生じやすいことが予想されるため、結果として自責感が高まることは想像しやすい。一方、新蛙化現象は蛙化現象と同じく急速に好意が冷める体験ではあるものの、相手側の「気遣いやマナーに欠けただらしない態度」等がきっかけとなっており、例えそれをきっかけに急速に冷めたことが申し訳なかったにせよ、基本的に冷める原因は自分ではなく相手にあると帰属できるため、自責感よりも他責感や嫌悪感のほう

が生じやすいと考えられる。

本研究の成果として、特に新旧の2つの蛙化現象のイメージの分析からそれぞれの定義を行い、2つの現象の特徴について比較検討を行うことが可能となったことがあげられる。特に新蛙化現象は欧米における“Ick”に相当する現象であると考えられる。“Ick”は欧米の心理学研究の領域でも検討が行われておらず、“Ick”に影響する心理学的要因に関する調査、そして旧来の蛙化現象との異同に関する調査は今後重要となると考えられる。なお、新旧蛙化現象の体験率をみると、拮抗しているものの新蛙化現象のほうがやや高い結果となった。従来の意味での蛙化現象のイメージは現存しているが、日本でも2020年頃からは欧米の“Ick”のような体験というイメージが拡大してきていると考える。本研究によって日本においては各年代が新旧の蛙化現象の両方を体験していることが確認できたが、欧米においても旧来の蛙化現象が生じているかについては今後の検討が待たれる。

本研究の限界は以下の通りである。本研究では新旧の蛙化現象に影響を与える要因として、片思い人数と交際人数のみを測定した。一方、インターネット上では蛙化現象の原因を「自信のなさ」や「精神の不安定さ」等であると述べられており、本研究では性格特性や感情的要因からの影響についての検討が行われていない。今後は、自信や精神的不安定性等の心理学的要因との関連について検討する必要がある。

## 引用文献

- Akbari, M., Kim, J. J., Seydavi, M., Enright, R. D., & Mohammadkhani, S. (2022). Neglected side of romantic relationships among college students: Breakup initiators are at risk for depression. *Family Relations*, 71 (4), 1698-1712.
- 浅野 良輔・堀毛 裕子・大坊 郁夫。(2010)。人は失恋によって成長するのか——コーピングと心理的離脱が首尾一貫感覚に及ぼす影響。パーソナリティ研究, 18 (2), 129-139。
- 藤澤 伸介。(2004)。女子が恋愛過程で遭遇する蛙化現象。日本心理学会第68回大会発表論文集。

- p. 1095. 日本心理学会。
- 古村 健太郎・戸田 弘二・村上 達也・城間 益里。(2019)。元恋人へのアタッチメント欲求が関係崩壊後の反応段階の移行を遅らせる。心理学研究、*90* (3)、231-241。
- 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。
- Kaur, A. S. (2024). Swipe Up and Break Up: A Grounded Theory Study Exploring the Impact of TikTok on Adolescents' Perceptions of Love and Romantic Relationships. *University of the Pacific, Dissertation*. [https://scholarlycommons.pacific.edu/uop\\_etds/4273](https://scholarlycommons.pacific.edu/uop_etds/4273)
- 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。
- 川久保 惇・小口 孝司。(2022)。両想いになるとなぜ冷めてしまうのか？ 日本心理学会第86回大会発表論文集。p. 156. 日本心理学会。
- 小寺 香菜子。(2023)。「蛙化現象」って何のこと？ どう使う？ 意味が変わって流行語にも… Z世代や専門家に取材してみた。東京新聞。Retrieved August 8, 2024 from <https://www.tokyo-np.co.jp/article/264372>
- Machia, L. V., Niehuis, S., & Joel, S. (2023). Breaking-up is hard to study: A review of two decades of dissolution research. *Personal Relationships*, *30* (1), 113-143.
- 本江 希望。(2023)。Z世代が選ぶ流行語トップ「蛙化現象」に二つの意味：「嫌な面見て相手に幻滅」に共感。産経新聞。Retrieved August 8, 2024 from <https://www.sankei.com/article/20230608-6EHN7QK5IJA2FBYSQZMITXNQRQ/>
- Rhoades, G. K., Kamp Dush, C. M., Atkins, D. C., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2011). Breaking up is hard to do: the impact of unmarried relationship dissolution on mental health and life satisfaction. *Journal of family psychology*, *25* (3), 366.
- Rosier, J. G. (2024). Getting the Ick is giving me the Ick: An examination of how the trendy joke went viral and is impacting gen Z dating culture. *Virginia Social Science Journal*, *57*.
- 和田 実。(2000)。大学生の恋愛関係崩壊時の対処行動と感情および関係崩壊後の行動的反応：性差と恋愛関係進展度からの検討。実験社会心理学研究、*40* (1)、38-49。
- 吉田 光成・山田 茉奈・下斗米 淳。(2020)。向けられた好意を拒絶することは苦しいことなのか？ (1) 恋愛における“蛙化現象”の実存性と体験された困難さの定量的検討。日本教育心理学会総会発表論文集 第62回総会発表論文集。p. 256. 日本教育心理学会。
- 吉田 光成・山田 茉奈・下斗米 淳。(2021)。向けられた好意を拒絶することは苦しいことなのか？ (2) 恋愛における“蛙化現象”の意識的体験の内容とその構造の定量的検討。日本教育心理学会総会発表論文集 第63回総会発表論文集。p. 331. 日本教育心理学会。
- 吉田 光成・山田 茉奈・下斗米 淳。(2022)。向けられた好意を拒絶することは苦しいことなのか？

(3) 恋愛における“蛙化現象”の生起要因としての個人特性の影響に関する定量的検討。日本教育心理学会総会発表論文集 第64回総会発表論文集。p.275。日本教育心理学会。