

Vol.115 QOM総研 「交際相手から突然の別れ話」に関するアンケート調査

## 恋人から突然の別れ話、半数が経験アリ！ 付き合い始めて2～6カ月のタイミング39.9%

～ 早く立ち直るには「誰かに話を聞いてもらう」「思いっきり自分の好きなことをする」～

婚活支援サービスを展開する株式会社パートナーエージェント(証券コード:東証マザーズ6181、本社:東京都品川区、代表取締役社長:佐藤茂、<https://www.p-a.jp/>、以下パートナーエージェント)は、20～39歳の男女2,400人に対して「交際相手から突然の別れ話」に関するアンケート調査を実施いたしました。

### <調査背景>

2018年7～9月期に放送のドラマ「サバイバル・ウェディング」が話題になっています。劇中で波瑠さんが演じる主人公・黒木さやかは、勤めていた出版社を寿退社した翌日に、婚約者から婚約を破棄されてしまいます。結婚ばかりでなく仕事まで失ってしまったさやかは、「半年以内に結婚すること」を目指してリアル婚活コラムを連載することを条件に、人気女性誌の編集長・宇佐美に拾われます。そんなさよかの恋に仕事に奮闘する姿をコミカルに描いたドラマは、アラサー同世代の女性たちに注目されています。

これはドラマ「サバイバル・ウェディング」のストーリーではありますが、ある日突然恋人から別れを切り出されて驚いたり傷ついたりした経験のある人もいないのでしょうか。今回の調査では、突然別れ話をされてショックを受けた経験についていろいろと聞いてみました。

### <調査結果サマリ>

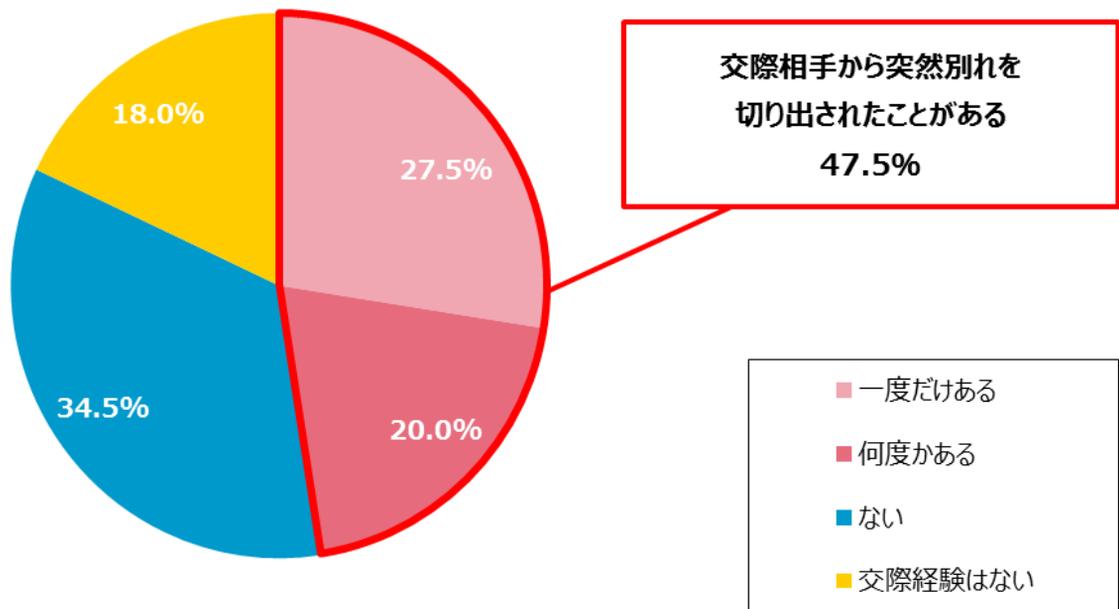
- ・47.5%が交際相手に突然別れを切り出されたことがある
- ・タイミングは付き合い始めて落ち着いたころ? 「2～6カ月」が最多の39.9%
- ・3人に1人が「話し合いをしたが納得できなかった」
- ・その後38.9%が「自然に次の恋に出会えた」、19.9%は「しばらく恋愛からは離れた」
- ・早く立ち直るため「誰かに話を聞いてもらった」「思いっきり自分の好きなことをした」
- ・いつもと同じ楽しいデート、の後に突然の別れ話。「好きすぎるから別れて」という一方的な理由も

## ■47.5%が交際相手に突然別れを切り出されたことがある

Q.交際相手から突然別れを切り出されたことはありますか？(n=2,400)※必須回答

まず、交際している相手から突然別れ話をされたことがあるかどうか聞いてみました。「一度だけある」(27.5%)または、「何度かある」(20.0%)と答えた人は合わせて47.5%でした。半数近い人たちが、突然の別れを経験しているようです。

交際相手から突然別れを切り出されたことはありますか？



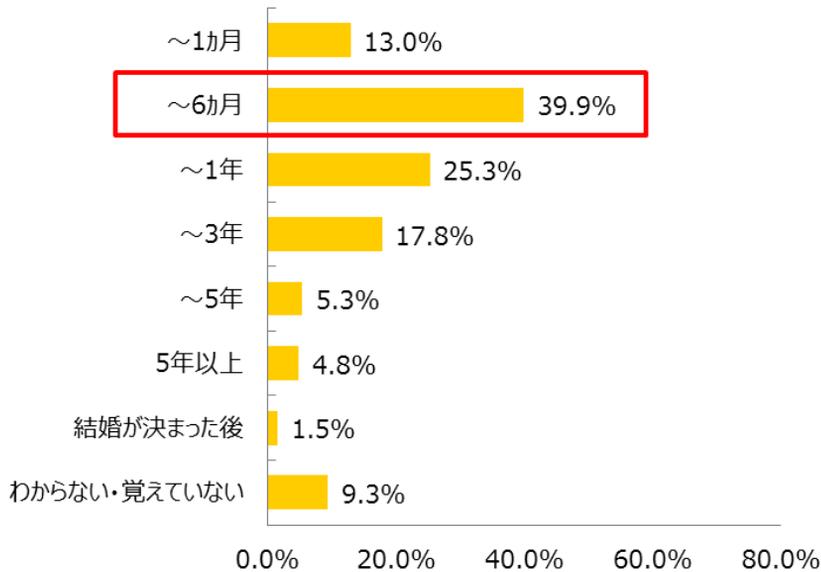
## ■タイミングは付き合い始めて落ち着いてきたころ？「2～6カ月」が最多の39.9%

Q.交際相手から突然別れを切り出されたのは、交際を始めてからどのくらいのタイミングでしたか？  
 (n=1,138)※必須回答・複数回答可

交際を始めてからどのくらいのタイミングで、突然別れを切り出されるケースが多いのでしょうか。先ほどの設問で「交際相手に突然別れを切り出されたことがある」と回答した人に聞きました。

「2～6カ月」と回答した人が最多の39.9%でした。交際を始めた直後よりも、少し落ち着いたころに突然別れ話をされることが多いということでしょうか。

交際相手から突然別れを切り出されたのは、交際を始めてからどのくらいのタイミングでしたか



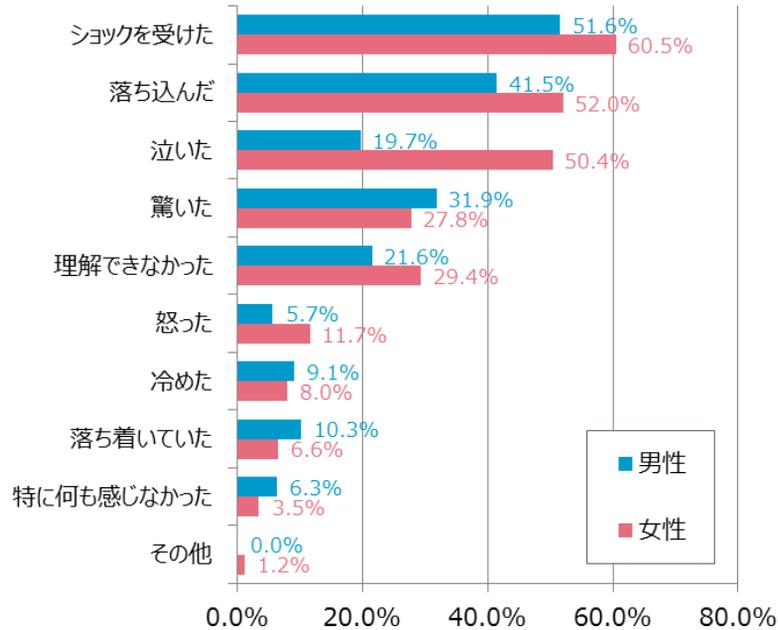
### ■3人に1人が「話し合いをしたが納得できなかった」

Q.交際相手から突然別れを切り出された時のあなたの反応は？(n=1,138)※必須回答・複数回答可

Q.相手とはきちんと話し合いをして納得できましたか？(n=1,138)※必須回答・複数回答可

ある日突然別れ話をされたらどう感じるのでしょうか。「ショックを受けた」(男性:51.6%、女性:60.5%)、「落ち込んだ」(男性:41.5%、女性:52.0%)といった反応が上位となりました。「泣いた」に関しては男性が19.7%であるのに対し、女性が50.4%と圧倒的に女性の方が高くなっています。

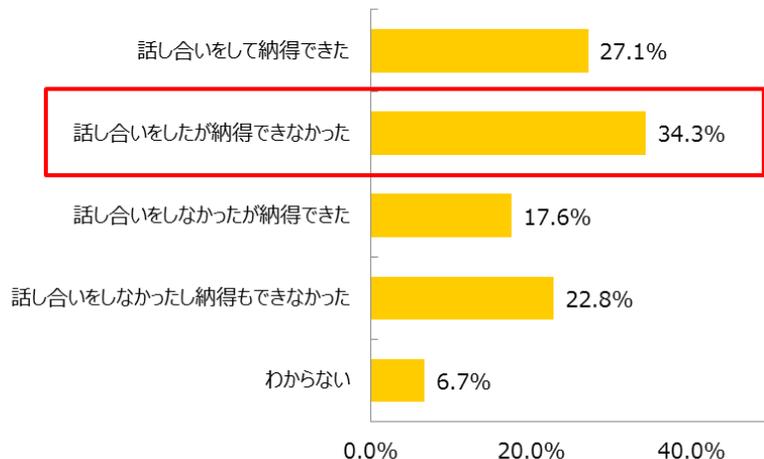
交際相手から突然別れを切り出された時のあなたの反応は？



突然「別れよう」と言われてもすぐには納得できないものです。きちんと話し合いをしたのか、お互いに納得することができたのか、それぞれ聞いてみました。

「話し合いをしたが納得できなかった」が最も多く、34.3%でした。

相手とはきちんと話し合いをして納得できましたか？



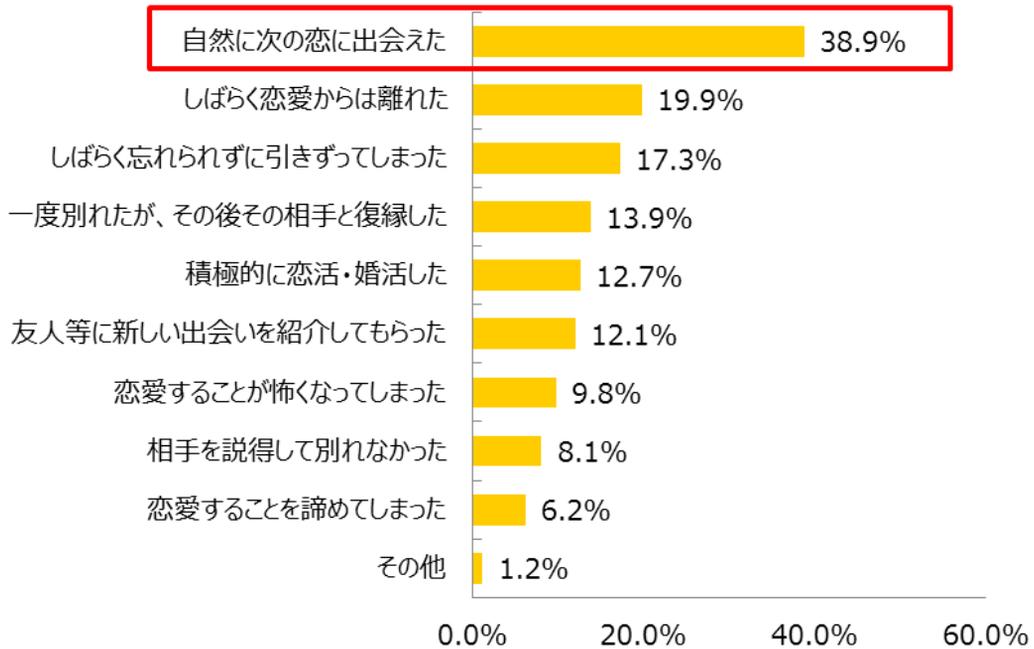
## ■その後38.9%が「自然に次の恋に出会えた」、19.9%は「しばらく恋愛からは離れた」

Q.交際相手から突然別れを切り出されたその後どうしましたか？(n=1,138)※必須回答・複数回答可

突然の別れはつらい経験です。落ち込んでしまったり、なかなか次の恋を始める勇気が出ない人もいる一方で、中には気持ちをすぐに切り替えて次の恋を見つけられる人もいます。別れを切り出されたその後はどうなったのでしょうか。

「自然に次の恋に出会えた」が最も多く、38.9%でした。意外と気持ちが落ち着いてくるころには、次の恋に気持ちを切り替えられる人が多いようです。一方、「しばらくは恋愛からは離れた」と答えた人も19.9%いました。

### 交際相手から突然別れを切り出された後



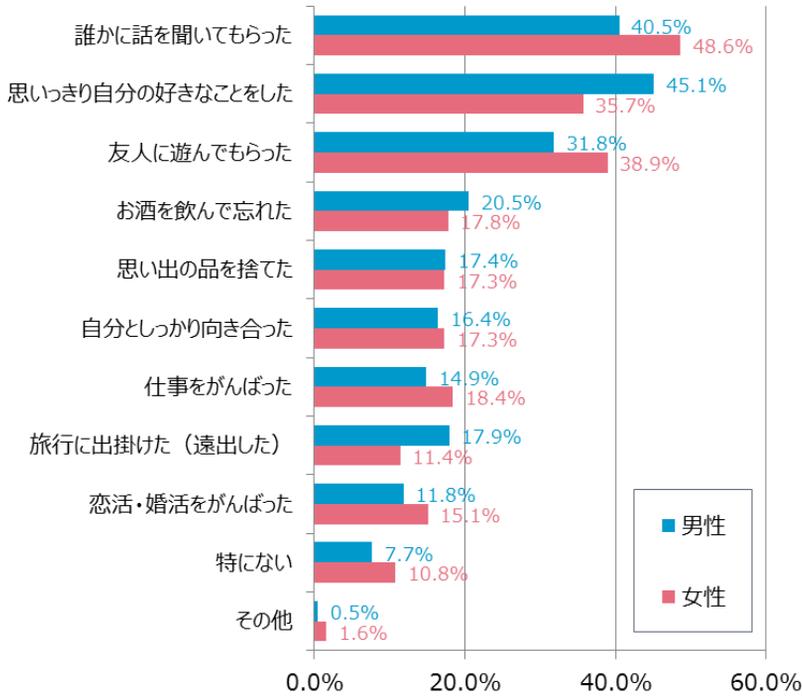
## ■早く立ち直るため「誰かに話を聞いてもらった」「思いっきり自分の好きなことをした」

Q.早く立ち直るためにどんなことをしましたか？(n=380)※必須回答・複数回答可

Q.反対に、早く立ち直るためにNGだと思うことは？(n=380)※必須回答・複数回答可

次の恋へ進むためには、いつもまでも引きずらずに気持ちを切り替えることが重要です。早く立ち直るための秘訣はあるのでしょうか。男性は「思いっきり自分の好きなことをした」(45.1%)、女性は「誰かに話を聞いてもらった」(48.6%)がトップとなりました。

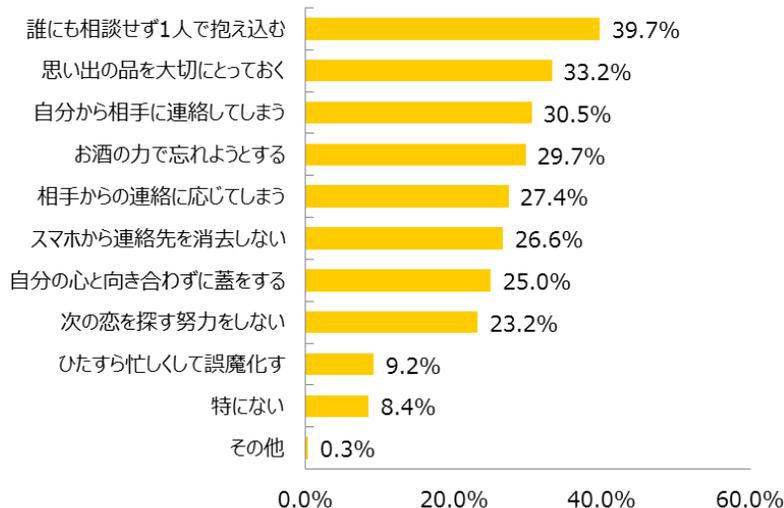
早く立ち直るためにどんなことをしましたか？



反対に、早く立ち直るのにNGなのはどんなことでしょうか。

「誰にも相談せず1人で抱え込む」(39.7%)のは最もよくないようです。早く立ち直るのに「誰かに話を聞いてもらった」がトップに上がっていることを考えると、やはり1人で抱え込まず、誰かに相談することはとても大切なようです。

早く立ち直るためにNGだと思うことは？



## ■いつもと同じ楽しいデート、の後に突然の別れ話。「好きすぎるから別れて」という一方的な理由も

### Q.交際相手から突然別れを切り出された時のエピソードについて教えてください(n=380)

「交際相手に突然別れを切り出されたことがある」と言っても、その状況は人によってさまざまです。それぞれの別れのエピソードについて教えてもらいました。

#### 【男性】

- ・いきなりLINEで別れようと来た、そのあと後輩の男子と付き合っていた(23歳・男性)
- ・普段と変わらずに待ち合わせをしてデートをして食事をする中で別れを切り出された(26歳・男性)
- ・7年付き合ってた彼女から急に電話がきて、別れを切り出された。理由もよく分からないし、会って話しをしたいと言っても断られた。長く付き合ってた彼女だし、かなりショックだった(32歳・男性)
- ・仲良く楽しく1日デートしてたのに、デートの終わりで元彼に戻るといわれた(33歳・男性)
- ・付き合って2週間くらいで彼女の友人からいきなり別れたらしいよと言われたので、分かったと返答して終わった(33歳・男性)
- ・LINEで突然でした。たまにケンカもありましたが、順調にいったつもりだったので青天の霹靂でした(35歳・男性)
- ・昨日一緒にご飯食べに行ったのに、急に夜LINEで別れたいと連絡が来た(37歳・男性)
- ・高校のころ告白されて付き合ったが、数カ月後いきなり別れを告げられた。イメージと違うとかなんとなく言っていたような気がする。告白される前に勝手に作り上げられたイメージと現実との間にギャップがあったらしい(37歳・男性)
- ・「身に覚えがない」というのは、恋愛においては「向き合っていない証拠」だということにいつも気付かされます(37歳・男性)
- ・しばらく思考が停止しました。でも直ぐに立ち直って次の出会いを求めて行動しました(38歳・男性)

#### 【女性】

- ・いきなり連絡が取れなくなり、一方的に別れを告げられた。共通の友人に聞いてみると浮気していると疑われていたらしい(25歳・女性)
- ・大学生の時、年下の男性から「ずっと好きだった」という告白を受け、私としても気になる相手だったのでOKして交際を始めたにもかかわらず、2週間で向こうから別れを切り出されてしまいました。交際中は仲良くデートしたり彼の家へ遊びにいったりと、楽しく過ごしたと思っていたのですが、「先輩として頼りになる姿が好きだった。付き合いだして甘えてくる様子はイメージと違った」とのこと。勝手なイメージを押し付けられたあげく、すぐにフラれるという嫌～な思い出になりました(25歳・女性)
- ・「好きすぎるから別れてほしい」という意味不明なメールが来たので、「分かった！じゃあね！」と返して、連絡先もすぐに消した。それ以来一切連絡も取っていないし、会ってもいない(26歳・女性)
- ・彼が仕事とは別にアルバイトを始めると、なかなか会えない日々が続く、寂しさから一方的に連絡を沢山してしまった結果、心配させてしまった。待たせているのが辛いと別れを切り出されてしまった(30歳・女性)
- ・電話で「別れよう」の一言だけ。理由を聞いても返事がなく、その後電話しても出てくれないのでそのまま別れた。実は他にも交際している女性が6人いた、と後から友人に聞いて知った(31歳・女性)
- ・結婚が決まっていたのに、式場見学の帰りにいきなり「別れてほしい」と言われました。理由は「ママが僕のこと離したくないって言うてるから」らしい。マザコンでした(32歳・女性)
- ・突然メールで別れを告げられた。納得いかなかったので直接会って話したいと思い、会いに行ったら「ストーカー」呼ばわりされた(34歳・女性)
- ・3年ほど付き合ってた結婚したいと思っていた人に電話で突然別れ話をされました。相手は国家試験の受験前で忙しい時期で、私が重たいからという理由でした。ものすごく好きになった人で2年くらい引きずりましたが、今から思うと電話で別れ話をするような人とは別れて正解だったなと思います(35歳・女性)
- ・ある日突然「別れてくれ」と同棲相手に言われました。その後、私の貯金を使い込んでいたこと、カードを使い込んでいたこと、いろいろな支払いが滞っていたことなど、お金の問題が発覚しました。失恋は辛かったけれど、お金の問題の方が重大で、恋から目が覚め、生活のために頑張っているうちに乗り越えられたと思います(39歳・女性)

「普段どおりのデートとっていたら」「うまくいっていると思っていたら」と“ある日突然”というケースが多く見られました。

回答の中にあつた、「身に覚えがない」ということは「向き合っていない証拠」というコメントが重く響きます。突然の別れ話というのは、恋愛に夢中になるあまり相手のことも自分のこともよく見えなくなってしまって、相手の気持ちが変わってしまったことに気づけなかった、ということもあるのかもしれませんが。

調査方法: インターネット調査

調査対象: 20~39歳男女 2,400名

集計期間: 2018年8月8~10日

調査対象: 交際相手から突然別れを切り出された後「自然に次の恋に出会えた」「積極的に恋活・婚活して次の恋に出会えた」「友人等が新しい出会いを紹介してくれた」と回答した20~39歳男女 380名

集計期間: 2018年8月9~16日

※各項目の数値は四捨五入しているため、各項目の合計が100%を超えているケースもございます。



[株式会社パートナーエージェント 会社概要]

商 号: 株式会社パートナーエージェント

証券コード: 東証マザーズ6181

代 表 者: 代表取締役社長 佐藤 茂

創 業: 2006年9月

所 在 地: 東京都品川区大崎1丁目20-3 イマス大崎ビル4階

U R L : <https://www.p-a.jp/>



成婚率 No.1

※株式会社ネオマーケティング調べ

事業内容: <パートナーエージェント事業>  
 専任コンシェルジュによる高い成婚率を実現する婚活支援サービス「パートナーエージェント」  
 <ファスト婚活事業>  
 婚活パーティーサービス「OTOCON」  
 <ソリューション事業>  
 婚活支援事業者向け会員相互紹介プラットフォームサービス「CONNECT-ship」  
 アライアンス型婚活支援サービス  
 地方自治体向け婚活支援サービス  
 企業向け婚活支援サービス  
 <QOL (Quality of Life) 事業>  
 結婚式場紹介サービス「アニバーサリークラブ」  
 ブライダルリング「LITO DIAMOND」  
 保険代理店サービス



～代表メッセージ～

現代は、結婚しにくい時代と言われています。

仲人やお見合いなどの社会的な出会いの場が減少し、結婚をしたくても機会に恵まれない多くの独身者がいます。

当社は、もっと信頼できる結婚情報サービスを目指して設立されました。従来の結婚相談のサービスを見直し、結婚を望む顧客へ高い成果を提供することで多くのお客様の支持を頂いてきました。

これからも、1年以内の結婚を支援するエージェントとして、未婚・晩婚を解決する社会の実現へ貢献してまいります。

※株式会社ネオマーケティング調べ

・調査対象企業

1) デスクリサーチで国内に同一資本、11店舗以上構える結婚相談所7社を抽出

2) インターネットリサーチで登録・在籍率上位5社を抽出(サンプル数が一定数以上回収できた企業)

・調査回答者 全国の20歳～59歳男女、2013年1月以降に調査対象企業の結婚相談所に登録・在籍していた経験がある人 1,062人

・調査手法 デスクリサーチ及びインターネットリサーチ

・調査実施期間 2017年7月26日(水)～7月31日(月)

・成婚率の定義 本調査において2013年以降の登録者数内の成婚退会者数比率

<本件に関する報道関係者からのお問合せ先>

株式会社パートナーエージェント 広報担当: 平田

TEL: 03-6388-9831(部署直通) FAX: 03-5759-2701

Mobile: 080-4575-7766(担当者直通) Mail: [public@p-a.jp](mailto:public@p-a.jp)