

対人恐怖傾向と化粧の効用意識との関連

目白大学大学院心理学研究科 野澤 桂子
目白大学人間社会学部 沢崎 達夫

【要約】

本研究は、対人恐怖傾向と化粧の心理的効用に対する認知・感情との関連を検討した。目的は、化粧プログラムの臨床応用を適切に進めてゆくための基礎的知見を得ることにある。そこで本研究は、病理的な対人恐怖と一般青年がもつ対人恐怖心性との間には連続性があるとする立場から、女子大生に対する質問紙調査 (n = 383) を実施した。研究1では、予備的研究として、不適応群として対人恐怖傾向を想定したことの妥当性の検証、及び化粧の効用に対する認知・感情についての因子分析を行なった。研究2では、化粧行動と関連が強いとされる公的自己意識や、自己愛人格傾向、自己受容や疎外感などの諸要因との関連も含め、より総合的に、対人恐怖傾向と化粧の心理的効用について検討した。

その結果、対人恐怖症傾向が低く青年期相応の自己愛を有する者は、化粧の効用を、自己をより魅力的に見せるものと積極的に捉え、化粧することによって肯定的な気分が上昇すると感じていた。これに対して、対人恐怖傾向の強い者は、化粧の効用を、負の状態の自己を隠したり目立たなくするためのものと捉え、化粧によって気分が高揚するというよりは、不安やイライラなどの否定的気分が低下すると感じていることが示された。

キーワード：化粧の心理的効果、対人恐怖傾向、自己愛人格特性、公的自己意識

近年、心身に臨床的な問題を抱える人々に対する援助方法として、化粧を用いたアプローチが研究されるようになってきた。とりわけ2000年以降、その関心の高まりは著しく、研究領域も、心理学のみならず、医学・看護学などにも広がっている。その結果、研究対象となる疾患の範囲も拡大し、研究数も増加した(2006, 野澤・沢崎)。しかし、臨床現場における研究は、倫理的な配慮から、実践介入の形式をとることが多い。そのため、事前事後デザインによる効果の有無の検討が中心となり、なぜ、そのような心理的变化を生じたのか、どのような認知に働きかけたのか、などの心理的变化に関する基礎的研究はあまり実施されていないのが実情である。しかし、すでに複数の心理学者によって指摘されているように(伊波, 1999; 余語, 1997; 阿部, 2002ほか), 化粧プログラムの臨床応用を適切に進めてゆくには、一般人を対象とした基礎的研究の知見が臨床群にも妥当するのかを、一つずつ明らかにして行く必要がある。

そこで本研究では、臨床的な基礎研究として、化粧の効用に対する認知や気分・感情(以下、「化粧の効用意識」とする)について検討する。というのも、「人が化粧の効用をどのように捉え、あるいは感じているか」は、化粧行動を規定する最大の要因とも考えられるからである。そして、このテーマは、「化粧の心理的効用」(松井・山本・岩男, 1983)という表現のみならず、様々な名称を用いて研究がなされてきた。それらは、「化粧する理由・しない理由」(飛田, 1996)「化粧のメリット・デメリット」(笹山・永山, 1999)などの認知的側面を強調したものと、「化粧した時の気分」(宇山・鈴木・互, 1990; 高橋・堀・岩男, 2000)などの感情的側面を強調したものに大別される。また、後述するように、松井ら(1983)によって「化粧の心理的効用」の要素が網羅的に検討された後は、年代による効用の変化や、パーソナリティなどの他の要因と心理的効用の関連を検討する研究が増加している。しかし、その対象の多くは健

康な一般人であり、「化粧を臨床的な介入手段として用いる場合、効用をどうとらえたらよいか」という視点からの研究はほとんどなされていない。

ところで、心理的不適状態を示す青年女子に対する定期的な化粧プログラムが、彼らの適応状態を促進したとする先行研究がある。例えば、「皮膚にトラブルをもつ女子大生」(Wright, Martin, & Flynn, 1970), 「摂食障害患者」(Pertschuk, 1985), 「青年期引きこもり女性」(野澤, 2005)などを対象とした介入研究である。一般に、これらの思春期・青年期は、「公的自己意識」が最も高まる時期である(鍋田, 1997)。そして、この時期が好発年齢である対人恐怖症・摂食障害・醜形恐怖症患者の公的自己意識は、著しく高いことが指摘されている(鍋田・菅原・宮岡・佐久間, 1986)。しかしその反面、公的自己意識の高い人が全員対人不安になるわけではないことから、対人恐怖傾向を形成させる要因を研究することの必要性も、以前から指摘されてきた(菅原, 1988)。この点に関して、公的自己意識は劣等感と関連すること(鍋谷・上田, 2004)や、アルコール依存症患者は、公的自己意識が高く、自尊感情も低いこと(松下, 2002)、公的自己意識の高い人が高い対人関係上のストレスを体験すると対人不安が高まること(伊藤・丹野, 2003)などが報告されてきている。いずれにしても、これら、公的自己意識を共通の基盤とする病理を抱える彼らに対して、同様に「公的自己意識」が強く影響する化粧行為(Miller & Cox, 1982; 杉山・小林 1996; 阿部, 2002ほか)を手段として介入し、一定の効果があつたということは、興味深い事実である。それは「化粧プログラムが公的自己意識の関連する病理に有効であるという可能性」を示唆するものと考えられるのではないだろうか。そこで本研究では、「公的自己意識の病理傾向を有する者」として対人恐怖傾向をとりあげ、化粧の効用をどのように捉えているのか検討する。

なお、対人恐怖症とは、対人場面で不当に強い不安や緊張を生じ、その結果、人から嫌がられたり変に思われることを恐れて、対人関係を避けようとする神経症である(永田, 2004)。

青年期の日本人に多く見られる病態であり、欧米人に比べて日本人は、健常者も対人恐怖心性を普遍的に有していると考えられている(小川・林・永井・白石, 1979)。そして、一般学生を対象にした調査においても、多くの学生が対人恐怖的な体験をしていることが報告されている(稲浪・笠原, 1968; 木村, 1982)。そこで本研究では、病理的な対人恐怖と一般の青年がもつ対人恐怖心性との間には連続性があるという立場(例えば、佐々木・星野・丹野, 2002)をとり、大学生を対象にして調査を実施する。

ところで、化粧の効用認知に関する最初の代表的研究は、松井ら(1983)によって美容院の女性客を対象に行なわれ、3つの効用が示された。それは、「自己愛撫の快感」「変身願望の充足」「創造の楽しみ」「ストレス解消」などの“化粧行為自体がもつ満足感”と、「外見的欠陥の補償」「外見的評価の上昇」による「自己顕示欲求の充足」「社会的役割への適合」などの“対人的効用”，および、それらを前提に生じる「積極的な自己表現や対人行動」や「自信や自己満足感の上昇」などの“心の健康”である。その後も調査対象者や視点を変えて、同様の研究が数多くなされている(笹山・永山, 1999; 杉山・小林, 1996; 高橋・堀・岩男, 2000; 平松・牛田, 2004ほか)が、内容的には、松井ら(1983)の内容と概ね重複している。

また、感情的側面から化粧の効用を捉えた代表的な研究は、宇山ら(1990)によって行なわれた。化粧による気分変化には“積極性の上昇”，“リラクセーション”，“気分の高揚(対自)”，“気分の高揚(対外)”，“安心感”の5因子があり、それらの比重が年代によって異なることが指摘されている。同様に、杉山ら(1996)も“リラクセーション”“気分の高揚”“積極性の上昇”の3因子を挙げている。

以上のように、一般人を対象とした研究では、“自己顕示と魅力性”“積極性の上昇”など、認知面においても感情面においても、より肯定的で積極的な化粧の効用が認められてきた。しかしその一方で、少数ではあるが、臨床場面において、より消極的な化粧の効用が語られはじめています。例えば、西倉(2003)は、顔にあざのある女性たちのライフヒストリー研究の中で、

次のように述べている。すなわち、「インタビューのなかで語られた化粧は、通常考えられているようなより美しい自己を他者に呈示するためのものではない。・・・(略)・・・彼女達が語っているのは、何より『普通の顔』になることを目的とした化粧である」。そして、この「普通／普通でない」という問題をクリアして初めて、一般人の「美／醜」の問題が現われることを指摘している。また、野澤(2006)による「化粧に求めること」のインタビュー中で、引きこもりの女性が「普通になりたい。みんなと同じになりたい。」と述べ、がん患者も「美しいとかって言うより、健康的に普通にみせたい。病人ばいのは、いや。」と語っている。このように、臨床場面で出会う当事者が化粧に求めるイメージは、その問題が心身のいずれにあるかを問わず、「普通になること」であることが多い。そうだとすれば、他者との関係における化粧の効用、とりわけ認知的な側面には、2つの意味があると推測される。1つは、より魅力的に、積極的に自己を呈示するための化粧であり、もう1つは、より目立たなく普通に、消極的に自己を呈示するための化粧である。そのどちらの自己呈示を志向するのか、また、化粧に何を求めるのかは、客観的な外傷の有無や傷の大きさなどではなく、その時々、各人のもつ自己像に大きく左右される。それゆえ、自己像に問題を抱えている人の多い臨床場面では、消極的な自己呈示を可能にする化粧の効用を忘れてはならない。例えば、自己評価の低い対人恐怖症患者は、「いきなり『美しく変身しましょう』と言われても、今の自分がそんな風になることはないから、引いてしまう。」と述べている。これは、積極的な魅力の呈示という最も一般的な化粧の効用を強調することが、臨床場面においては、必ずしも現実的な援助にならないということを示している。かづき(2003)も、心身に障害を生じた人への化粧に際して「『他人から見て美しい外観』ではなく『本人が納得し、自己像として受け入れることのできる外観』」を提供することが重要だとしている。

そこで本研究では、従来の、魅力的になる・元気になるといった「積極的な化粧の効用」に加えて、普通になる・気分が落ち着くといった

「消極的な化粧の効用」を想定し、対人恐怖傾向との関連を検討する。それによって、より有効な臨床介入の条件について、新しい知見を加えたいと考える。なお、本稿で用いる「消極的」という文言は、ネガティブに対応する否定的な意味を含まないものである。

研究 1

まず、公的自己意識の病理を有し、不適応を示す臨床群として、対人恐怖傾向を想定することの妥当性について検証する。次に、先行研究を参考にして、化粧の効用を構成する因子を抽出し、化粧の効用と対人恐怖傾向について、関連性の有無を検討する。

方法

調査時期及び方法 2006年5月に調査を実施した。個別記入方式の質問紙を用いて、大学の講義終了時に、集団配布集団回収方式で行なった。

調査対象 関東圏の女子短大生51名を対象とした。そのうち、回答に不備のあった6名を除く45名が分析の対象となった(有効回答率: 88.23%)。対象者の平均年齢は、20.1歳(SD = 3.65)であった。

質問紙の構成

対象者の化粧行動 化粧行動に関する基礎的事項として、過去の化粧経験と日常の化粧態度について質問した。

対人恐怖症傾向 堀井・小川(1996; 1997)によって作成された対人恐怖心性測定尺度を用いた。この尺度は、対人恐怖心性が一般人にどの程度みられるかを測定するための尺度であり、“自分や他人が気になる悩み(尺度I)”などの6下位尺度、計30項目から成る。回答は、“非常にあてはまる”(6点)から“全然あてはまらない”(0点)までの7件法であり、得点が高いほど、対人恐怖心性の高いことを示している。なお、本研究では、尺度Vと尺度VIを割愛し、残りの20項目を、対人恐怖傾向を測定する尺度として使用した。この2尺度が対人恐怖の主症状ではないこと(堀井・小川, 1996)に加え、項目内容がSDSと重複するためである。

抑うつ Zung WWKによって考案された抑うつ自己評価尺度 SDS (Self-rating Depression Scale) の日本語版 (福田・小林, 1973) を用いた。SDS は、抑うつに伴う感情・生理的随伴症状・心理的随伴症状の 20 項目からなる。回答は、“いつも” “しばしば” “ときどき” “めったにない” の 4 件法であり、1 点から 4 点の合計得点が高いほど、抑うつ的であると評価される。

化粧の効用認知 化粧の効用に対する認知的側面を調査するため、化粧の心理的効果に関する先行研究 (松井ら, 1983 ; 笹山・永山, 1999 ; 飛田, 1996 ほか) や、引きこもりのためフリースクールに通う女性 5 名 (18 ~ 23 才) に対するインタビューを参考にしながら、質問 16 項目を作成した。回答は、“全く思わない” (0 点) から “非常にそう思う” (5 点) までの 5 件法である。なお、最終的な項目選択にあたっては、心理学者 1 名、心理系大学院生 2 名、臨床心理士 1 名、対人恐怖症患者 1 名により妥当性の検討が行われた。

化粧した気分 化粧の際に感じる気分・感情を調査するため、多面的感情状態尺度 (寺崎・岸本・古賀, 1992) 80 項目から、全各下位尺度が含まれるように 16 項目を選出して用いた。ただし、化粧の効果に関する表現として最も一般的な「自信がでる」という選択肢が含まれないため、追加挿入して合計 17 項目とし、回答は、“全く感じない” (0 点) から “はっきり感じる” (6 点) までの 6 件法とした。

結果及び考察

対象者の化粧行動 調査対象者全員が「これまでに化粧をしたことがある」と回答した (100%)。普段の化粧行動については、「外出したり、他人に会うときだけする」が 84.4% (38 名) で最も多く、「外出したり、人に会わない時でもほぼ毎日する」は 11.1% (5 名)、「全くしない」は 4.4% (2 名) であった。

対人恐怖症傾向と抑うつ得点 対人恐怖心性尺度 (20 項目) の合計点 (0 ~ 120 点) の平均値は 55.82 点 (SD = 24.81)、最小値 2 点、最大値 106 点であった。下位尺度ごとの平均値は、“自分や他人が気になる悩み (尺度 I)” 15.29 点 (SD = 6.97)、“集団に溶け込めない悩み

(尺度 II)” 14.02 点 (SD = 7.28)、“社会的場面で当惑する悩み (尺度 III)” 15.33 点 (SD = 6.89)、“目が気になる悩み (尺度 IV)” 11.18 点 (SD = 6.89) であった。一方、抑うつ自己評価尺度 SDS (Self-rating Depression Scale) の合計点 (0 ~ 80 点) の平均値は 48.53 点 (SD = 8.39)、最小値 24 点、最大値 67 点であった。

対人恐怖心性と抑うつは、比較的強い相関 ($r = .61, p < .01$) が認められ、対人恐怖傾向にある者が、日常的な抑うつ傾向にあることも推測された。これは、対人恐怖心性が抑うつ性・劣等感・神経質と有意なかなりの相関を示すという先行研究 (堀井・小川, 1997) にも合致するものである。すなわち、本研究において公的自己意識の病理傾向を有する不適応群として、対人恐怖傾向を選択したことの妥当性が示されたと考える。

化粧の効用認知 化粧の効用認知についての基本的因子を抽出するために、16 の質問項目を変数にして主因子法、プロマックス回転による因子分析を行なった。その結果、Table 1 に示すように、4 個の基本因子が抽出された。順に、“化粧行為自体のもつストレス解消性” (第 1 因子)、“化粧による消極的自己呈示” (第 2 因子)、“変身によるゆとり” (第 3 因子)、“化粧による積極的自己呈示” (第 4 因子) と命名した。そして、各因子について α 係数を算出したところ、第 1 因子は $\alpha = .89$ 、第 2 因子は $\alpha = .79$ 、第 3 因子は $\alpha = .71$ 、第 4 因子は $\alpha = .82$ であった。そこで、各因子ごとの項目得点を合計して因子ごとの尺度得点を算出し、他の変数との分析に用いた。ただし、“変身によるゆとり”については、項目数が 2 項目と少なく、 α 係数も低めであったことから、今回は扱うことを控えた。

このように、効用認知については、ストレス解消などの「化粧行為自体がもたらす対自己的効用」と、「他者を意識したときの対他者的効用」に大別され、松井ら (1983) の先行研究にも概ね合致する結果となった。さらに対他者的効用は、“化粧による積極的自己呈示”と“化粧による消極的自己呈示”に大別された。すなわち、他者との関係を前提にした場合、より魅力的に、積極的に自己を呈示するために化粧の

意味を考える側面と、より他者や集団に同一化し、その範囲内で消極的に自分を呈示するために化粧の意味を考える側面が存在することを示唆している。この結果、他者との関係における「化粧の効用」には、積極・消極の2つの意味があるという仮説の適合性が認められたと考える。

化粧した気分 化粧の効用に関する感情面での基本的因子を抽出するために、17の質問項目を変数にして主因子法、バリマックス回転による因子分析を行なった。因子負荷量の低い2項目を削除した結果、Table 2に示すように、4個の基本因子が抽出された（累積因子寄与率70.98%）。第1因子は“否定的な感情”，第2因子は“活動的な快感情”，第3因子は“挑戦的な快感情”，第4因子は，“非活動的な快感情”と命名した。そして、各因子について α 係数を算出したところ、第1因子は $\alpha = .89$ ，第2因子は $\alpha = .90$ ，第3因子は $\alpha = .88$ ，第4因子は $\alpha = .74$ であった。そこで、各因子の項目得点を合計して因子ごとの尺度得点を算出し、他の変数との分析に用いた。

対人恐怖傾向と化粧の心理的効用 当初の予想に反して、対人恐怖心性と化粧の効用は、認知面においても感情面においても、有意な相関は示さなかった（Table 3）。この結果、化粧の心理的効用に対する認知や感情は、病理傾向と無関係であるということも可能である。しかし、本研究では、被験者の年齢が若いこと、化粧未経験者が存在した場合を考慮して、「化粧にどのようなイメージをもっていますか」という曖昧な教示文にしたことなどが、回答に影響している可能性がある。研究2では改善して実施する。

研究 2

対人恐怖傾向と、化粧の効用に対する認知や感情の関連を、研究1と異なる問い方で検討することによって、より有効な臨床的な介入条件を明らかにする。その際、対極にある病理傾向として、自己愛人格傾向との関連もとりあげ、総合的な検討を行なう。

方法

調査時期及び方法 2006年6月に調査を実施した。個別記入方式の質問紙を用いて、大学の講義終了時に、集団配布集団回収方式で行なった。

調査対象 関東圏の女子大学生332名（4年制大学133名；3年制短期大学109名；2年制短期大学90名）を対象とした。そのうち、回答に不備のあった12名を除く320名が分析の対象となった（有効回答率：96.39%）。調査対象者の平均年齢は、19.50歳（SD = 1.97）であった。

質問紙の構成

対象者の化粧行動 化粧行動に関する基礎的事項として、化粧開始時期や日常生活における化粧態度、スキンケア化粧品とメイクアップ化粧品の使用品数について質問した。

対人恐怖症傾向 研究1同様、堀井・小川（1996；1997）によって作成された対人恐怖心性測定尺度から4つの下位尺度（20項目）を選定して用いた。

自己愛人格傾向 Raskin & Hall が作成したNarcissistic Personality Inventory (NPI) をもとに、小塩（1998）が作成した自己愛人格目録短縮版（NPI-S）を用いた。NPIは、DSM-IIIの規定する自己愛人格障害の診断基準をもとに、一般人の自己愛傾向を測定するために作成された尺度であり、短縮版は“注目・賞賛欲求”“優越感・有能感”“自己主張性”の3因子、全30項目で構成されている。本研究では、因子ごとに因子負荷量の高い順に5項目を選択し、計15項目を用いた。“まったく当てはまらない”（1点）から“とてもよく当てはまる”（5点）までの5件法である。

自己意識 Fenigstein が作成した自意識尺度に準じて、菅原（1984）が作成した自意識尺度を用いた。本尺度は、自分自身にどの程度注意を向けやすいかの個人差（自己意識特性）を測定することを目的とし、公的自意識11項目、私的自意識10項目の2つの下位尺度から構成される。“全くあてはまらない”（1点）から“非常にあてはまる”（7点）までの、7件法による自己評定式である。

社会的自己の受容 対人恐怖症は、人と

関わることに起因する社会的な病であり、一方、化粧行為も社会性の高い行為である。それらが、主に自己の社会的側面に関する評価と、どのような関連を有するかを確認するため、沢崎(1993)が作成した自己受容測定尺度の中から“社会的自己”全7項目、“身体的自己”と“精神的自己”の一部を抜粋して質問した。なお、「化粧」の項目は無かったが、本研究のテーマに直接関連するため、原著者と協議の上、今回に限り追加した。自己受容尺度は、「ありのままの自分をそのまま受け入れている状態」である自己受容の個人差を測定することを目的とし、信頼性・妥当性も確認されている。“それでまったくよい、そのままよい(積極受容)”(5点)から“それではまったくいやだ、気に入らない(積極拒否)”(1点)までの5件法である。

疎外感 先行研究(野澤・小越・斉藤・青木, 2005)では、実際の入院生活において、外部社会との心理的距離を感じている人ほど、コスメプログラムによる感情状態の改善が認められた。そこで、本研究でも、現実の入院という隔離された環境とは異なるものの、学生生活における疎外感が化粧の効用認知に関連するかを検討するため、疎外感に関する項目を作成した。『大学生活から取り残されたような気がする』などの3項目で、“非常にあてはまる”(6点)から“全然あてはまらない”(1点)までの7件法である。

化粧の効用意識 先行研究や研究1から明らかになった「化粧の効用」は、行為自体のもつストレス解消的な側面・他者に対する自己呈示的な側面・それらによって感情状態が変化するという側面の3つの側面に分けることができた。この3側面に対応した化粧の効用に対する意識を調査するため、それぞれ順に2項目、5項目、3項目の質問を作成した(Table 4)。この点について研究1では、単純に「化粧に対するイメージ」という問い方にしたために、対人恐怖傾向と化粧の効用意識について、認知面・感情面ともに統計上有意な関連は生じなかった。そこで、まず、教示文を詳細かつ明確に変更した。加えて、木内(1995)の“相互独立・相互協調的自己観尺度”を参考にして、強

制選択形式を採用した。なぜならば、対人不安の強い人は他者の反応から自己への否定的なサインを探し、好意的な反応を否定的に解釈する傾向があるという報告(Bates, Campbell, & Burgess, 1990)があるように、対人恐怖傾向の強い人は、弱い人に比べていかなる回答でも消極的・ネガティブに答える。そのため、強制選択にしないと、化粧の効用意識の積極・消極いずれも、低い回答しか得られないからである。そこで再度、対人恐怖症の女性2名にインタビューをし、研究1で用いた化粧の効用意識に関する質問紙を再構成した。なお、最終的な項目選択にあたっては、研究1と同様に、心理学者1名、心理系大学院生2名、臨床心理士1名により妥当性の検討が行われた。質問紙は、研究1の結果に鑑みて、化粧の効用には積極・消極の対極があるものと構成し、“Aにあてはまる”(4点)、“どちらかというAにあてはまる”(3点)、“どちらかというBにあてはまる”(2点)、“Bにあてはまる”(1点)の4件法でいずれを重視するかを尋ねた。また、研究1でも確認された「化粧行為そのものによるストレスの解消」が、自己に意識を集中させたためか、意識の拡散によるものかについても確認した。

化粧に対する意見 Table 5に示すように、化粧に対する一般的な意見について質問した。①“化粧の社会性”として、化粧の社会的な側面を重視すべきなのか、あるいは、自分の気分に合わせて楽しむことを重視すべきものなのか、②“化粧の性役割”として、女性らしさを表現するものなのか、性別を問わず楽しむべきものなのかを、化粧の効用認知と同様に、4件法の強制選択法でたずねた。また、化粧に関する研究は、従来から対概念で説明されることが多い。そこで、それらの代表的な概念として③“化粧の動機1”として、自分を飾るためか、自分を慈しむため(阿部, 2002)か、④“化粧の動機2”として、自分を見せるためなのか、隠すためなのか、(村澤, 2001)をとりあげ、やはり4件法の強制選択形式でたずねた。そして最後に、化粧による⑤“気分改善の要因”をどのように捉えているかたずねた。

結果及び考察

被調査者の化粧行動

化粧の開始時期 「時々した」場合を含め、化粧を始めた時期は、中学生 46.3 % (148名) が最も多く、高校生 35.0 % (112名)、大学入学後 11.3 % (36名)、小学生 3.8 % (12名) の順となっていた。調査時点の化粧未経験者は、3.8 % (12名) であった。

日常の化粧行動 普段、どのように化粧をしているかについては、“外出したり、他人に会うときだけする”との答えが圧倒的に多く、84.7 % (271名) を占めていた。“外出したり人に会わない時でも、ほぼ毎日する”は 7.8 % (25名)、反対に“全くしない”も 7.5 % (24名) に過ぎず、どちらも少数派であった。研究1と、ほぼ同様の結果となった。

化粧度Ⅰ (スキンケア化粧品) 日常生活において使用しているスキンケア化粧品 (“クレンジング・洗顔専用石鹸・化粧水・乳液・美容液・クリーム・日焼け止め・その他”の8品から選択) の数は、平均 4.5品 (SD = 1.78) であった。

化粧度Ⅱ (メイクアップ化粧品) 日常生活において使用しているメイクアップ化粧品 (“下地クリーム・ファンデーション・パウダー・チーク・アイラッシュ・アイプチ・マスカラ・アイライナー・アイシャドウ・アイブロウ・口紅・リップグロス・その他”の13品から選択) の数は、7.3品 (SD = 2.24) であった。

尺度の信頼性 尺度の因子構造及び内的整合性を検討するために、因子分析 (主因子法・バリマックス回転) と α 係数の算出を行なった。その結果、各尺度の下位尺度に対応する形で、対人恐怖心性尺度 (堀井・小川, 1996, 1997) は4因子、自己愛人格目録短縮版 (小塩, 1998) は3因子、自己意識尺度 (菅原, 1984) は2因子が抽出された。また、疎外感・社会的自己の受容・外見的自己の受容については、1因子性を確認するために主成分分析を行なった。信頼性係数 (α) も Table 6 に示すように十分な値が得られたので、そのまま分析に用いた。

化粧の効用意識 (Table 4) については、行為自体のもつストレス解消的な側面 (以下「意

識の集中・拡散」とする) と他者に対する自己呈示的な側面 (以下「積極的自己呈示・消極的自己呈示」とする)、それらによって感情状態が変化する側面 (以下「肯定的気分の上昇・否定的気分の低下」とする) に対応した項目ごとに検討した。それぞれについて主成分分析を実施し、1因子性を確認することができた。また、信頼性係数 (α) も、「積極的自己呈示・消極的自己呈示」($\alpha = .70$) と「肯定的気分の上昇・否定的気分の低下」($\alpha = .65$) は一定の値を示した。しかし、「意識の集中・拡散」($\alpha = .07$) については、値が不十分であることに加えて、対人恐怖などの尺度との相関もみられなかったことから、以後の分析から除外することとした。

自己意識と病理傾向 (対人恐怖・自己愛) 及び自己評価の関係 Table 7 に示すように、公的自己意識は、対人恐怖心性と比較的強い相関が認められた反面、自己愛傾向とは無相関であった。ただし、自己愛傾向の下位尺度の中で、注目・賞賛欲求型だけは、公的自己意識と有意な正の相関 ($r = .40, p < .01$) が認められた。そして、対人恐怖心性と自己愛傾向については、両者が互いに負の相関を示しただけでなく、自己受容や疎外感などの自己評価についても正反対の方向性を示している。なお、自己愛得点については、自己受容などの自己評価と正の相関が認められる反面、著しい高得点者は存しなかった。このことは、当初本研究が想定していた、病理傾向としての自己愛というより、青年期の健全な自己愛を反映したものと推測される。

対人恐怖と自己愛と化粧意識・化粧に対する意見 Table 8 に示すように、化粧の効用意識や化粧に対する意見については、対人恐怖傾向と自己愛傾向とでは、対照的な結果となった。すなわち、対人恐怖傾向が低く青年期相応の自己愛を有するものは、化粧の効用を、自己をより魅力的に見せる積極的なものと捉え、化粧によって肯定的な気分が上昇すると感じている。これに対して、対人恐怖傾向の強い者は、化粧を負の状態の自己を隠して周囲に合わせるための手段と捉え、化粧によって気分が高揚するというよりは、不安やイライラなど否定的気分が落ち着く、と感じているのである。一方で、公的自己意識・私的自己意識と、化粧の効用意識

などについては、ほぼ無相関であった。これは、少なくとも臨床的な観点からすると、化粧の効用をどのように捉えるかは、自己意識と直接関連するのではなく、自己評価や病理傾向と結びついて形成される可能性を示唆するものと考えられる。

総合考察とまとめ

本研究は、化粧プログラムの臨床応用を適切に進めてゆくための基礎的知見の1つを得ることを目的とした。まず、化粧プログラムが有効に作用したと報告のある思春期・青年期女子を対象とした介入研究を調べたところ、被験者は、公的自己意識の高さを共通の基盤とする病理傾向を有していた。そこで、その一つである対人恐怖傾向を取り上げ、化粧の心理的効用との関係を検討した。というのも、対人恐怖傾向を有する者が、化粧の効用をどう捉えているかを理解することは、臨床介入のアプローチのために有用であると考えられるからである。

公的自己意識と化粧の関係については、早くから様々な研究がなされてきた。そして、今日では、「メーキャップは、他者からの視線を考慮して行なう行為であり、公的自己意識と強く連動した動機で行なわれる化粧」(阿部, 2002)と表現されるように、公的自己意識と化粧行為に強い関連があることは、広く認められている。

しかし、その具体的内容には変遷がみられる。当初は、公的自己意識の高さと化粧傾向をストレートに結論づける研究が行なわれていた(Miller & Cox, 1982; Cash & Cash, 1982 ほか)。すなわち、公的自己意識の高い人は化粧品の使用量や使用場面が多く、化粧することで対人関係が円滑にいくと思っていると考えられていた。しかし、松井(1986)は、自己意識が化粧の程度ではなく、化粧によって呈示しようとする自己イメージと関連することを報告している。菅原(1988)も、公的自己意識が高い人は全般に化粧へのこだわりが強いとしたうえで、実際に求める化粧は、化粧した顔や素顔に対する自信に関連して異なることを示している。同様に、本研究の結果も、公的自己意識・私的自己意識ともに、化粧度(メイク用化粧品数)と

は無相関であり、かつ、化粧の効用意識との関連においても無相関か、ほとんど相関が認められない。つまり、本研究においては、公的自己意識が直接、化粧行動や化粧の心理的効用の方向性を規定するというにはならなかったのである。

その一方で、先行研究(菅原, 1984)に等しく、公的自己意識の高さは、対人恐怖と比較的強い相関を示した。その反面、自己愛人格傾向で注目賞賛欲求の強い人の場合においては、自己愛人格傾向が公的自己意識と正の相関($r = .40$)を有するにもかかわらず、対人恐怖傾向や疎外感などとは無相関であった。それゆえ、先行研究の指摘するように、公的自己意識の高さが、疎外感や自己評価の低さと結びつくとき、対人恐怖をおこす可能性があると思われた。さらに、興味深いことに、対人恐怖傾向と化粧の効用に対する意識についても相関が認められた。すなわち、公的自己意識とは直接関連しなかった化粧の効用意識や化粧に対する考え方は、対人恐怖傾向や疎外感などの自己評価の低さを介したときに、間接的に結びついたのである。そうだからこそ、対人恐怖傾向を有する者は、疎外感を埋めるべく、仲間から浮かないようにすることや自己の評価を人並みにすることを化粧に求めているのではないだろうか。

本研究の冒頭で想定したように、化粧の効用意識は、対人恐怖傾向を有するか否かで、積極・消極の2つの方向性を有することが明らかになった。すなわち、公的自己意識が高いか否かにかかわらず、対人恐怖傾向の低い者は、化粧の効用を、自己をより魅力的に見せる積極的なものと捉え、化粧によって肯定的な気分が上昇すると感じている。これに対して、対人恐怖傾向の強い者は、化粧を負の状態の自己を隠して周囲に合わせるための手段と捉え、化粧によって気分が高揚するというよりは、不安やイライラなどの否定的気分が落ち着く、と感じていた。

そして、消極傾向がより強いと推測される臨床群に対する化粧アプローチとしては、2つの方向性が考えられる。1つは、彼らが抱きやすい化粧の効用の消極的側面を念頭に置き、尊重しながら関わる方法である。もう1つは、それ

とは反対に、消極的な考え方自体を“負の自己の隠蔽”ともいうべき不適応的な認知であるにとらえ、より積極的な方向に変化させるべく関わってゆく方法である。いずれが妥当なのかは、当事者の認知の固さなどにも関わるものであり、今後、実際に介入実験を行ない、化粧の効用に対する認知や気分・感情が変化するかなどを検討し判断することが必要だと思われる。

謝 辞

本研究に際して、目白大学人間社会学部今野裕之先生に貴重なご助言をいただきましたこと、筑波大学人間総合科学研究科阿部美帆さんにご協力をいただきましたこと、深く感謝いたします。

引用文献

- 阿部恒之 (2002). ストレスと化粧の社会生理心理学 フレグランスジャーナル社 pp.54-55
- Bates, G. W., Campbell, I.M., & Burgess, P.M. (1990). Assessment of articulated thoughts in social anxiety : Modification of the ATSS procedure. *British Journal of Clinical Psychology*, 29, 91-98.
- Cash, T.F. & Cash, D.W. (1982). Women's use of cosmetics : Psychosocial correlates and consequences. *International Journal of cosmetic Science*, 4, 1-14.
- 福田一彦, 小林茂雄 (1983). 日本版 SDS 使用手引き, 三京房
- 飛田 操 (1996). 化粧の個人的効果と対人的効果に関する実証的研究 コスメトロジー研究報告, 3, 145-150.
- 平松隆円・牛田聡子 (2004). 化粧に関する研究 (第3報) —大学生の化粧意識の構造解明と化粧行動との関連性— 繊維製品消費科学, 11, 837-846.
- 堀井俊章・小川捷之 (1996). 対人恐怖心性尺度の作成 上智大学心理学年報, 20, 55-65.
- 堀井俊章・小川捷之 (1997). 対人恐怖心性尺度の作成 (続報) 上智大学心理学年報, 21, 43-51.
- 伊波和恵 (1999). 高齢者と「化粧療法」研究に関する考察および展望 フレグランスジャーナル, 9, 52-58.
- 稲浪正充・笠原 嘉 (1968). 大学生と対人恐怖症 全国大学保険管理協会誌, 4, 24-28.
- 伊藤由美・丹野義彦 (2003). 対人不安についての素因ストレスモデルの検証 —公的自己意識は対人不安の発生にどう関与するのか— パーソナリティ研究, 12 (1), 32-33.
- かづきれいこ (2003). リハビリメイクの基本 概念 百束比古 (監) 青木 律・かづきれいこ (編) 医療スタッフのためのリハビリメイク 克誠堂出版 pp.39-51.
- 木村 駿 (1982). 日本人の対人恐怖 勁草書房
- 木内亜紀 (1995). 独立・相互依存的自己理解 —文化的影響, およびパーソナリティ特性との関連 心理学研究, 66, 100-106.
- 松井 豊・山本真理子・岩男寿美子 (1983). 化粧の心理的効用 マーケティング・リサーチ, 21, 30-41.
- 松下年子 (2002). アルコール依存症者の回復過程における自己意識と自尊感情 臨床精神医学, 31, 6, 691-698.
- Miller, L.C. & Cox, C.L. (1982). For appearances'sake : Public self-consciousness and makeup use. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8, 748-751.
- 村澤博人 (2001). 装いと変身の化粧 高木 修 (監) 大坊郁夫 (編) 化粧行動の社会心理学 北大路書房 pp.64-75.
- 鍋田恭孝 (1997). 対人恐怖・醜形恐怖 金剛出版 pp.205-208.
- 鍋田恭孝・菅原健介・宮岡 等・佐久間 啓 (1986). 「自己意識」からみた神経症とその周辺 —各疾患の自己意識の特徴について— 精神医学, 28, 379-386.
- 鍋谷 照・上田 毅 (2004). 思春期における身体部位の不満感と自己意識 学校保健研究, 46, 372-385.
- 永田法子 対人恐怖症 (2004). 心理臨床大事典 862 培風館
- 西倉実季 (2003). 「普通でない顔」を生きること —顔にあざのある女性たちのライフヒスト

- リ一. 桜井 厚 (編) ライフヒストリーとジェンダー せりか書房 pp.65-85.
- 野澤桂子 (2005). 青年期ひきこもり女性に対する化粧を用いた心理的援助の検討—フリースクールにおけるコスメプログラムの効果—日本心理学会第69回大会論文集, 295.
- 野澤桂子 (2006). 未発表資料
- 野澤桂子 小越明美 斉藤善子 青木理美 (2005). *Cosmetic Program* による入院がん患者のQOL改善の試み 健康心理学研究, 18 (1), 35-44.
- 野澤桂子・沢崎達夫 (2006). 化粧による臨床心理学的効果に関する研究の動向 目白大学心理学研究, 2, 49-63.
- 小川捷之・林 洋一・永井 徹・白石秀人 (1979). 対人恐怖症者に認められる対人不安意識に関する研究 (1) —比較文化的視点から 横浜国立大学教育紀要, 19, 205-220.
- 小塩真司 (1998). 青年の自己愛傾向と自尊感情, 友人関係のあり方との関連 教育心理学研究, 46, 280-290.
- Pertschuk, M.J. (1985). Appearance in Psychiatric in Psychiatric disorder. *The Psychology of cosmetic treatments*, pp217-226.
- 佐々木 淳・星野崇宏・丹野義彦 (2002). 精神病理の症状と性格5因子モデルとの関係 教育心理学研究, 50, 65-72.
- 笹山郁生・永松重矢 (1999). 化粧行動を規定する諸要因の関連性の検討 福岡教育大学紀要, 48, 241-251.
- 沢崎達夫 (1993). 自己受容に関する研究 (1) —新しい自己受容測定尺度の青年期における信頼性と妥当性の検討—カウニング研究, 26, 29-37.
- 菅原 健介 (1984). 自意識尺度 (*self-consciousness scale*) 日本語版作成の試み 心理学研究, 55, 184-188.
- 菅原 健介 (1988). 対人的不安研究における公的自意識の意義について 東京都立大学人文 学報, 196, 103-117.
- 杉山真理・小林茂雄 (1996). 女子大学生・母親・女子社員間の化粧の心理的効果 繊維機械学会誌, 49 (8), 63-69.
- 高橋良子・堀 洋道・岩男征樹 (2000). 化粧の心理学的効果に関する基礎研究 —化粧習慣と精神的健康度との関係について— 教育相談研究, 38, 33-41.
- 寺崎・岸本・古賀 (1992). 多面的感情状態尺度の作成 心理学研究, 62, 350-356.
- 宇山侑男・鈴木ゆかり・互 恵子 (1990). メーキャップの心理的有用性 日本化粧品科学会誌, 14 (3), 163-168.
- Wright, E.T., Martin, R., Flynn, C., (1970). Some Psychological Effects of Cosmetics. *Perceptual and Motor Skills*, 30, 12-14.
- 余語真夫 (1997). 臨床心理学的技法としての化粧療法の考察 クレアボー, 11, 33-38.

Table 1 化粧の効用認知の因子分析結果

	I	II	III	IV	共通性
化粧する時、化粧品の色や香りを楽しむ	.84	-.08	-.27	-.04	.51
化粧する時、創造する楽しさを感じる	.73	-.16	.39	-.04	.83
化粧する時、肌に触れて気持ちよくなる	.69	.40	.02	-.25	.63
立ち居振る舞いがエレガントになる	.63	.30	-.17	.13	.72
化粧するのは、ストレス解消になる	.58	-.12	.40	.08	.74
化粧する時、色を塗るのが楽しい	.58	-.27	.05	.34	.59
化粧する時、夢中になって嫌なことを忘れる	.53	.12	.30	-.02	.55
引け目を感じなくなる	-.10	.80	.12	.21	.78
他人に見劣りしないようにできる	.09	.73	.08	.06	.66
仲間から浮かないでいられる	-.11	.69	.21	-.18	.36
素颜とは違う自分になる	-.15	.22	.77	.01	.53
気持ちにゆとりをもつことができる	-.05	.17	.72	.13	.60
自信がもてるようになる	-.19	-.16	.30	.85	.74
積極的な気分になる	.09	.04	-.02	.72	.61
周囲から魅力的な人だと思われる	.18	.38	-.26	.57	.81
気持ちが引き締まる	-.01	.18	.10	.56	.48

太字は因子負荷量 0.5 以上のものを示す。

因子間相関

I	—			
II	.39	—		
III	.41	-.04	—	
IV	.59	.47	.38	—

Table 2 化粧による気分変化の因子分析結果

	I	II	III	IV	共通性
退屈な	.89	-.01	.21	-.05	.85
不安な	.87	-.03	-.05	-.06	.77
沈んだ	.84	-.11	.13	-.03	.73
怒った	.73	.06	.22	.14	.60
だるい	.54	-.28	.06	.15	.39
元気いっぱい	-.33	.88	.21	-.02	.81
活気のある	-.16	.84	.25	.30	.88
すてきな	-.19	.81	.20	.24	.79
さわやかな	-.10	.50	.33	.48	.60
愛らしい	.10	.20	.88	.30	.90
どきどきした	.23	.08	.76	.16	.66
自信がある	.01	.42	.68	.21	.69
攻撃的な	.24	.24	.67	.05	.56
ゆったりした	.11	.10	.17	.80	.68
やわらいだ	.01	.40	.38	.66	.74

太字は因子負荷量 0.5 以上のものを示す。

因子寄与	3.28	2.95	2.79	1.63
累積寄与率	21.87	41.51	60.08	70.98

Table 3 対人恐怖・化粧の効用認知・化粧した気分の相関

	対人恐怖	化粧の効用認知			化粧した気分			
		ストレス 解消	消極的 自己呈示	積極的 自己呈示	否定的 気分	挑戦的 快気分	活動的 快気分	非活動的 快気分
ストレス解消	-.17							
消極表現	.09	.39**						
積極表現	-.25	.60**	.56**					
否定的気分	.12	.03	.15	-.19				
挑戦的快気分	-.00	.61**	.51**	.40**	.18			
活動的快気分	-.05	.52**	.13	.53**	-.22	.47**		
非活動的快気分	.16	.54**	.29*	.26*	-.03	.51**	.58**	

* p<.05, ** p<.01

Table 4 化粧の効用意識 (n = 320)

	α	平均値	標準偏差
化粧による積極的自己呈示・消極的自己呈示	.703	12.26	3.26
A) チャームポイントを強調できる・B) 顔の欠点をカバーできる		2.14	1.02
A) 他人から注目される・B) 他人に見劣りしないようにできる		2.09	0.79
A) 理想的な自分に近づく・B) 今の悪い状態から遠ざかる		2.53	0.99
A) 周囲から魅力的な人だと思われる・B) 仲間から浮かないでいられる		2.71	0.80
A) 自信が出る・B) 引け目を感じなくなる		2.72	0.89
化粧行為による意識の集中・意識の拡散	.069	5.33	1.23
A) 化粧する時、自分の顔の各部に集中する・B) 化粧品の色や香りを楽しむ		3.24	0.85
A) 化粧する時、自分の肌に触れて気持ちいい・B) 服などとのコーディネートを考えて楽しい		2.09	0.91
肯定的気分の上昇・否定的気分の低下	.646	8.71	2.11
A) 積極的な気分になる・B) 不安を感じなくなる		2.77	0.89
A) 元気になる・B) 落ちつく		2.83	0.99
A) ポジティブな感情が高まる・B) 否定的な感情が落ちつく(例: イライラが和らぐ)		3.11	0.86

Table 5 化粧に対する意見 (n = 320)

		平均値	標準偏差
化粧の社会性 1	A) 化粧は、社会生活を送るための道具・B) 自分を楽しませるための道具	2.33	1.14
化粧の社会性 2	A) 改まった席では、場に合った化粧・B) その時の気分にあわせてすべき	3.33	0.97
化粧の伝統的性役割	A) 化粧は、女らしさをあらわすもの・B) 男女を問わず楽しむべきもの	3.09	0.94
化粧の動機 1	A) 自分を飾るため・B) 自分を慈しむため	3.17	0.80
化粧の動機 2	A) 自分を見せるため・B) 自分を隠すため	3.01	0.98
気分改善の要因	化粧の後、気分が好転すると言われているのは、		
	A) 少しでも自分が変わるから・B) 夢中になって嫌なことを忘れるからである	3.53	0.66

Table 6 各尺度の記述統計量 (n = 320)

	α	最小値	最大値	平均値	標準偏差
公的意識尺度	.865	22	79	54.54	10.34
私的意識尺度	.865	22	70	49.49	9.19
対人恐怖心性尺度	.951	0	118	54.83	24.19
自分や他人が気になる	.854	0	30	16.21	6.66
集団に溶け込めない	.903	0	30	13.02	7.10
社会的場面で当惑する	.896	0	30	14.39	7.19
目が気になる	.891	0	30	11.22	7.01
自己愛人格目録 (15 項目)	.852	15	69	42.94	8.89
注目・賞賛欲求 (5 項目)	.646	5	25	16.31	3.32
優越感 (5 項目)	.892	5	25	12.27	4.20
自己主張性 (5 項目)	.740	5	25	14.36	3.77
疎外感	.721	0	18	7.76	3.91
社会的自己の受容	.754	9	41	24.43	4.97
外見的自己の受容 (顔体化粧)	.743	3	15	7.36	2.42
顔立ち		1	5	2.56	1.04
体つき		1	5	1.91	1.01
化粧		1	5	2.88	0.92
精神的自己の受容 (生き方)		1	5	3.07	1.10

Table 7 各尺度と自己評価との相関 (n = 320)

	公的自己意識	私的自己意識	対人恐怖	自己愛	疎外感	社会的自己の受容	外見的自己の受容	精神的自己の受容
公的自己意識	1.00							
私的自己意識	.29**	1.00						
対人恐怖心性	.48**	.19**	1.00					
自己愛傾向	-.00	.04	-.41**	1.00				
疎外感	.38**	.18**	.59**	-.26**	1.00			
社会的自己の受容	-.25**	-.09	-.35**	.20**	-.52**	1.00		
外見的自己の受容	-.23**	.01	-.31**	.38**	-.32**	.47**	1.00	
精神的自己 (生き方)	-.19**	-.02	-.41**	.44**	-.55**	.49**	.49**	1.00

* p<.05, ** p<.01

Table 8 対人恐怖・化粧の効用認知・化粧した気分の相関

	化粧の効用意識		化粧に対する意見					
	積極的自己呈示 消極的自己呈示	肯定的気分の上昇 否定的気分の低下	化粧の 社会性 1	化粧の 社会性 2	伝統的 性役割	気分改善 要因	化粧の 動機 1	化粧の 動機 2
対人恐怖心性	-.40**	-.33**	.09	-.05	-.17**	-.09	-.12**	-.34**
自己愛傾向	.41**	.31**	-.07	.00	.06	.09	.02	.32**
公的自己意識	-.16**	-.07	.09	.05	.04	.07	-.07	-.07
私的自己意識	-.08	-.02	-.08	-.02	-.19**	-.00	-.08	-.06

** p<.01

Tendency for Anthropophobia and Consciousness of Psychological Effects of Makeup

Keiko Nozawa Mejiro University, Graduate School of Psychology

Tatsuo Sawazaki Mejiro University, Faculty of Human and Social Sciences

Mejiro journal of Psychology.2007 vol.3

Abstract

The relationship between the tendency to suffer from anthropophobia and cognitions and feelings related to the psychological effects of wearing makeup was investigated. It was assumed that there is continuity between pathological anthropophobia and the anthropophobic mindset of normal young people. Based on this perspective, a questionnaire survey was conducted on female university students (n=383). Results indicated that participants who were in good mental health with a narcissistic tendency befitting of youth considered the effects of makeup positively as making them look more attractive and experienced an increase in affirmative mood from wearing makeup. On the other hand, participants who had a strong tendency for anthropophobia considered the effects of makeup as hiding the self in a negative condition, and experienced a decline in negative moods such as anxiety and nervousness, rather than an uplifting of mood.

Key words : psychological effects of makeup, a tendency to anthropophobia, narcissistic personality characteristics, public self-consciousness