

# 女子大学生における化粧認知及び行動と心理的健康の関連性

加藤 孝央\*・石原 俊一\*\*・大木 桃代\*\*\*

## Relevance to Psychological Health of Makeup Perception and Utilization Behavior in Female University Students

Takao KATO, Syunichi ISHIHARA, Momoyo OHKI

### 1. 序論

現代の女性において化粧はごく日常的なものであり、身だしなみをはじめ肌の保護や装飾、自己表現といった役割を果たしている。近年では、心理学的な側面から化粧に関する様々な研究が発表されるようになってきている。

一般の女性を対象とした化粧に関する初期の研究として松井・山本・岩男（1983）は、美容院に来店した女性に調査を行い、大きく3つの化粧の効果を示した。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」、「快い緊張感」からなる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」、「自己顕示欲求の充足」、「周囲への同調・期待への対応」、「社会的役割への適合」、「伝統的性役割に基づくアイデンティティの自覚」からの対人的効果、さらに化粧の満足感と対人的効果を前提に生じる「積極的な自己表現、対人行動」や「自信や自己充足感」などの心の健康である。化粧の効果についても、現在まで見方を変えて多くの研究がなされ、対自的・対外的な効果とそこから生じる心理的健康の3つが化粧の効果であると考えられている（余語・浜・津田・鈴木・瓦, 1990; 宇山・鈴木・瓦, 1990; 杉山・小林, 1996; 高橋・堀・岩男, 2000; 平松・牛田, 2004 他）。さらに、これらの研究を踏まえ、一般女性を対象として実際に化粧を施した際の心理的な変動について検討されている（余語他, 1990; 宇山他, 1990; 森地・広瀬・中田・久世, 2006 他）。その結果、快方向への気分の変化、積極性の上昇、安心感を得る等の心理的效果が確認されている。

このような化粧効果の研究が進むと同時に、実際の病院などの現場において、化粧を用いた治療的な介入が多く報告されるようになってきている。その1つが、ハンセン病患者、口唇裂

\* かとう たかお 文教大学大学院人間科学研究科

\*\* いしはら しゅんいち 文教大学人間科学部

\*\*\* おおき ももよ 文教大学人間科学部

術後患者、炎症性皮膚疾患など外見にハンディを負った患者への介入である（重松・宮原・片岡・昆・堀・伊崎・横田, 1982；神崎・大城・阿部, 1997；小井・高木・伊藤, 2006；吉沢・渡辺・西奈・藤村・長田・かづき, 2006；檜垣・かづき・加茂・川本・川島, 2006 他）。これらの研究において対象の状態は異なるが、容貌異常の補完を目的とした化粧の応用には、抑うつ・低減・QOL 向上といった一定の効果があり、社会復帰に有効であることが確認されている。

次いで、高齢者、認知症患者を対象とした研究が報告され（浅井・浜, 1992；伊波・浜, 1994；伊波・浜, 1998；浜・浅井, 2000；加藤・小松・濱畑, 2005 他）、これらの研究では一貫して情動の活性化効果が認められている。また、統合失調症患者という外見異常が伴わない患者への介入においても、同様の情動活性化の効果が報告されている（黒瀬・倉田・西川, 2003）。

以上のように様々な臨床現場において化粧がツールとして実際に用いられているが、一般的な健常女性を対象とした化粧の実践的な介入研究が行われていないことや、化粧療法としての根拠を明らかにする研究が不足していることから、理論と実践が解離していることが指摘されている（伊波, 1999）。さらに、現段階では単に化粧を用いて魅力的な外見を作り出せばよいとは必ずしも言えないという指摘もあり、基礎的な研究の蓄積が求められている（余語, 1997；野澤, 2006）。

最近では、大坊・小西（1993）は、化粧に対する意識と化粧行動が不一致である者が多く存在すると述べ、意識と行動が一致していない者は化粧をすることで得られるポジティブな心理効果を得ることができない可能性を示した。また、高橋・堀・岩男（2000）は、化粧の習慣は化粧意識と実際の化粧行動からなるとして、化粧習慣と心理的健康の関連性を調査し、クラスター分析を用いて個人ごとにグルーピングした。その結果、化粧習慣の違いによって心理的健康度が異なることが示された。その一因として化粧意識と化粧行動のレベルの差による影響を示唆しており、意識と行動が一致していないグループは、化粧を行った際の効果を実感できない可能性を指摘している。しかしながら、意識と行動の不一致グループに対する化粧を用いたアプローチについては示されておらず、化粧効果の研究は基礎領域に留まっている。これらのことから、化粧の意識と行動の不一致が心理的健康に及ぼす影響を検討することが求められる。

化粧の意識に関する研究は多く報告されるようになってきているが（岩男・菅原・松井, 1985；酒井・阿部, 1995；笹山・永松, 1999；野沢・沢崎, 2007）、曖昧な概念であり定義づけはされていない。そこで本研究においては、化粧に対する意識の中でも、化粧に対する考え方、化粧についての捉え方という意味をより強調して化粧認知、として定義する。

その上で本研究では、女子大学生を対象として、化粧認知と化粧行動の不一致に焦点を当て研究を行う。化粧認知と化粧行動の二つのスケールを用いて、認知と行動が共に高い群（以下、認知高・行動高群）、認知は高いが行動が低い群（以下、認知高・行動低群）、認知は低いが行動が高い群（以下、認知低・行動高群）、認知と行動が共に低い群（以下、認知低・行動低群）に分け、各群間の化粧効果および心理的健康度の差を検討することを目的とする。本研究への仮説は、認知・行動が共に高い群と認知と行動の不一致群、認知・行動が共に低い群の間において、心理的健康に差が認められる、とする。

## 2. 方法

**調査対象者** 関東圏の大学に通う 18 歳から 25 歳の女性を対象に質問紙を配布し、そのうちの 186 名（平均年齢 = 19.77, SD = 1.36）を有効回答として分析に使用した

**手続き** 大学内で開講されている授業での質問紙，または調査者が直接手渡しで回答を依頼した。回答直後に回収，もしくは後日指定のポストに投入するよう依頼した。

## 使用尺度

### ①化粧認知

「化粧認知」の項目については，化粧の心理的効果に関する松井他（1983），高橋他（2000），野澤他（2007）の先行研究で用いられた項目を参考に著者が31項目を作成した。評価方法は，“そうである”～“そうではない”の5件法とした。

### ②化粧行動

谷口・大坊（2004）は，日常の各場面により個人の化粧の度合いが変わると報告している。そこで高橋他（2000）の項目を参考に，化粧行動を行う12場面に対する化粧頻度と，各場面の化粧に費やす時間を「化粧行動」の尺度とした。評価方法は，“必ず化粧をする”～“全く化粧をしない”の4件法とした。

### ③心理尺度

先行研究（松井他，1983）を参考に，ポジティブな化粧効果の測定のために3種類の心理尺度を使用した。

**自己効力感尺度**：化粧をすることで自信がつくなどの，対自的な効果を測定するために，成田・下仲・中里・河合・佐藤・長田（1995）の作成した自己効力感尺度を用いた。自己効力感とは，個人が日常の行動において必要な行動を効果的に遂行できる認知である。評価方法は，“いつもそうだ”～“いつもそうではない”の5件法とした。

**Kiss-18 (Kikuchi's Social Skill Scale-18)**：自信を持つことで社会的に積極的になるなどの対外的な効果を測定するために，対人関係を円滑に運ぶために役立つスキル（菊池，1998）を測定するものである Kiss-18 を用いた。Goldstein, Sprafkin, Gershaw & Klein（1986）は，若者にとって必要なスキルを，初歩的なスキル，高度のスキル，感情処理のスキル，攻撃に変わるスキル，ストレスを処理するスキル，計画のスキル，として6種類に分類した。この分類に基づいて菊池（1988）が，若者にとっての社会的スキル測定項目として完成させたものが Kiss-18 である。本調査において評価方法は，“いつもそうだ”～“いつもそうではない”の5件法とした。

**SRS-18 (Stress Response Scale-18)**：対自的および対外的な化粧の効果から生じる心理的な健康度の測定に関して，鈴木（2001）が作成した SRS-18 を用いた。質問項目は，日常多く経験される心理的ストレス反応を測定する18項目で構成され，評価方法は“とてもよく当てはまる”～“全く当てはまらない”の5件法とした。

**分析方法** 分析には統計パッケージ SPSS を使用し，化粧認知の尺度について因子分析を行い，因子得点を算出した。化粧行動については，カテゴリカル主成分分析を行い，順序尺度としての観測変数を統計的に数量化し，場面ごとの化粧時間と掛け合わせた合成変量を化粧行動とした。さらに化粧認知および化粧行動の値を用いて，認知高・行動高群，認知高・行動低群，認知低・行動高群，認知低・行動低群に群分けを行い，各群の Kiss-18，特性自己効力感尺度，SRS-18 の合計得点を用いて分散分析を行った。

### 3. 結果

#### 化粧認知項目の因子分析

化粧認知についての各項目において、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。固有値 1.0 以上を基準として因子数を決定し、3 因子が抽出された。さらに共通性が 0.30 以下、因子負荷量が 0.4 以下であった 3 項目を削除し、29 項目を分析対象として再度因子分析を行い、初期固有値の減衰と因子の解釈可能性を考慮して 3 因子解を抽出した。同時に各因子について信頼性を検討するため、クロンバックの  $\alpha$  係数を算出した。その結果、第 1 因子は、“化粧をすると他人に見劣りしないようにできる”、“化粧をすると引け目を感じなくなる”、“化粧をすると積極的な気分になる”などの 10 項目から構成された。第 1 因子は、化粧を施すことで、感情面でのポジティブな効果を得ることができると認知している因子と解釈し、“積極感情因子” ( $\alpha = .909$ ) と命名した。第 2 因子は“化粧の仕方が分からない”、“化粧が上手く出来ない”、“化粧をした自分に自信が持てない”などの 9 項目から構成された。この因子は、化粧行動におけるマイナスな意識を表す因子と捉え、“ネガティブ思考因子” ( $\alpha = .701$ ) と命名した。第 3 因子は“化粧をする時、化粧品の色や香りを楽しむ”、“化粧をする時、化粧品の色を塗るのが楽しい”、“化粧をするのはストレス解消になる”などの 10 項目から構成された。この因子は化粧品自体の付加価値を楽しんだり、化粧行動そのものを楽しむことができる因子であると解釈し、“化粧嗜好性因子” ( $\alpha = .768$ ) と命名した。因子分析および因子間相関分析の結果を表 1 に示す。

#### 群分けによる分散分析

各場面の化粧頻度に関する化粧行動項目に対して、カテゴリカル主成分分析を行い、5 段階評定で得られたデータに対して統計的に数値を与えた。さらに、それぞれの場面に要する化粧時間を掛け合わせて合成変数を算出し、化粧行動の得点とした。認知の第一因子の因子得点と行動変量から  $\pm 0.5SD$  の数値をカットポイントとして算出し、認知高・行動高群 ( $N=16$ )、認知高・行動低群 ( $N=40$ )、認知低・行動低群 ( $N=30$ )、認知低・行動高群 ( $N=20$ ) に群分けを行い、以下の 3 つの心理尺度を従属変数とする 1 要因 4 水準の分散分析を行った。

#### Kiss-18

Kiss-18 における群の主効果は有意であった ( $F(3,102) = 4.772, p < .001$ )。多重比較の結果、認知低・行動高群と他 3 群との間に有意な差が認められ、認知低・行動高群は他群よりも社会的スキルが低いことが示された (図 1)。

#### SRS-18

SRS-18 における群の主効果は有意であった ( $F(3,102) = 7.532, p < .001$ )。多重比較の結果、認知低・行動高群と他 3 群との間に有意な差が認められ、認知低・行動高群は他群よりも社会的スキルが低いことが示された (図 2)。

#### 自己効力感

自己効力感における群の主効果は有意であった ( $F(3,102) = 6.459, p < .001$ )。多重比較の結果、認知低・行動高群と他 3 群との間に有意な差が認められ、認知低・行動高群は他群よりも社会的

表 1 化粧認知項目因子分析表（主因子法，プロマックス回転）

	積極感情因子	ネガティブ思考 因子	化粧嗜好性因子	共通性
<b>I. 積極感情因子</b>				
化粧をすると他人に見劣りしないようにできる。	.822			.609
化粧をすると引け目を感じなくなる。	.813			.483
化粧をすると積極的な気分になる。	.771			.554
化粧をすると自信がもてるようになる。	.754			.356
化粧をすると周囲から魅力的な人だと思われる。	.714			.670
化粧をすると気持ちにゆとりを持つことができる。	.663			.309
化粧をすると立ち振る舞いがエレガントになる。	.617			.497
化粧をすると仲間から浮かないでいられる。	.608			.595
化粧をすると気持ちが引き締まる。	.500			.497
化粧をすると素顔とは違う自分になる。	.464			.624
<b>II. ネガティブ認知因子</b>				
化粧の仕方が分からない。		.856		.521
化粧が上手く出来ない。		.718		.428
化粧をした自分に自信が持てない。		.689		.686
化粧することが恥ずかしい。		.679		.378
化粧をする勇気が出ない。		.675		.472
化粧をすると周囲の反応が気になる。		.639		.642
化粧品の選び方が分からない。		.637		.730
自分の化粧に満足している。		-.512		.411
化粧をしても何も変わらない。		.444		.568
<b>III. 化粧嗜好性因子</b>				
化粧をする時、化粧品の色や香りを楽しむ。			.786	.492
化粧をする時、色を塗るのが楽しい。			.775	.618
化粧するのは、ストレス解消になる。			.738	.423
化粧をする時、夢中になって嫌なことを忘れる。			.676	.380
化粧をする時、肌に触れて気持ちが良くなる。			.656	.480
化粧するとリラックスできる。			.579	.411
自分の顔に化粧するのが好きだ。			.574	.417
化粧をしたときの肌に塗られている感じが好きではない。			-.435	.347
化粧をする時、創造する楽しさを感じる。			.432	.715
化粧するのが面倒だ。			-.422	.315
固有値	10.817	2.257	1.553	
寄与率(%)	37.299	7.783	5.354	
累積寄与率(%)	37.299	45.083	50.436	
因子間相関行列				
ネガティブ認知因子	-.514			
化粧嗜好性因子	.613	-.579		

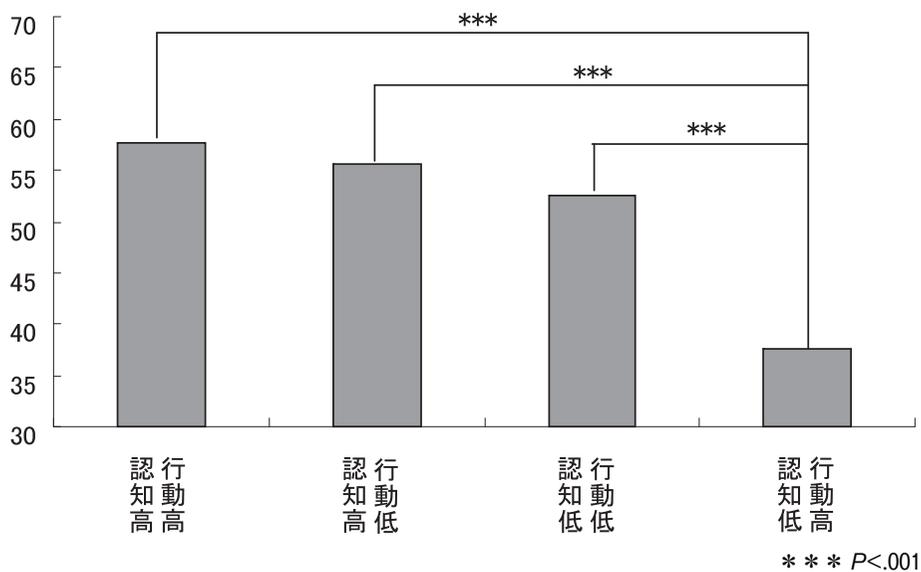


図1 各群におけるソーシャルスキルの比較

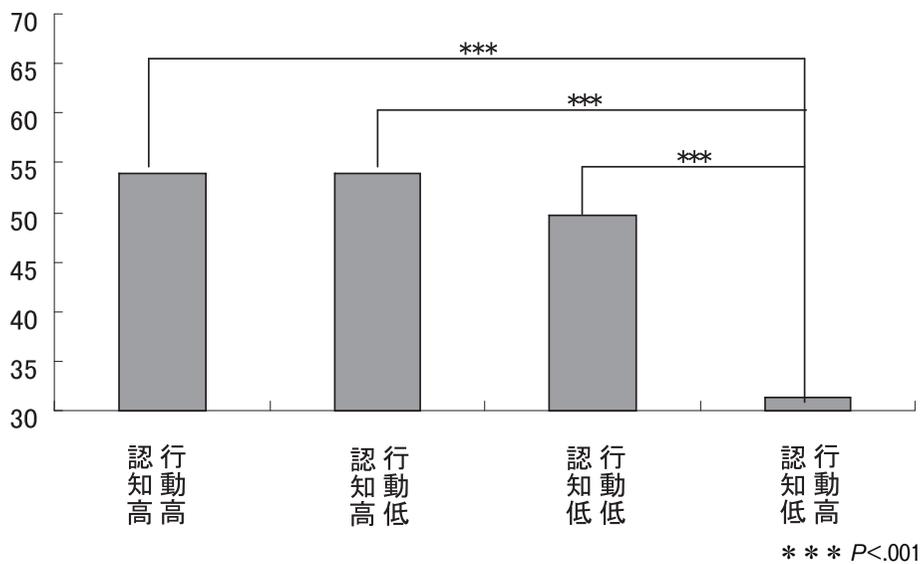


図2 各群における心理的健康の比較

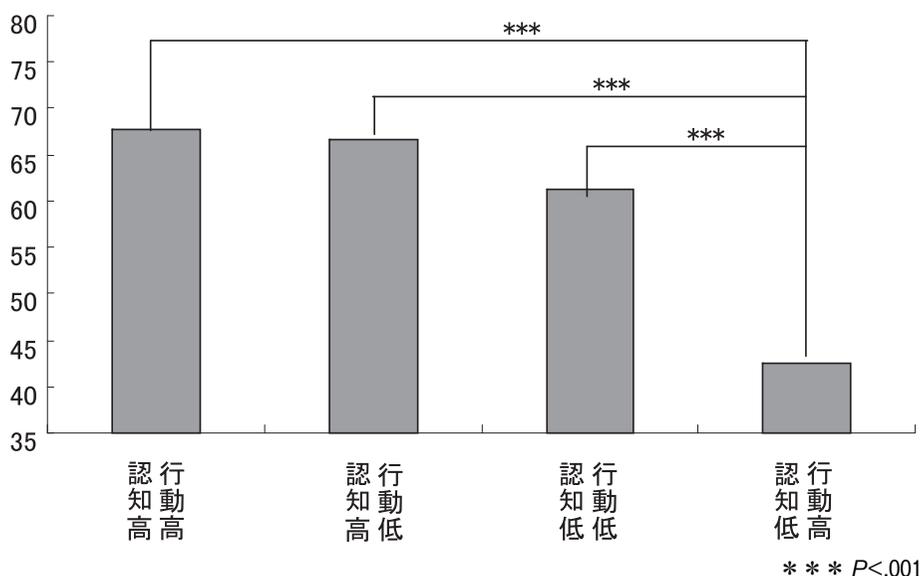


図3 各群における自信の比較

スキルが低いことが示された (図3)。

#### 4. 考察

本研究においては、化粧の意識と行動の不一致が心理的健康に及ぼす影響を検討した。その結果、認知低・行動高群はソーシャルスキルが低く、心理的に健康でなく、自己効力感が低いことが明らかになった。この結果は、化粧自体をネガティブに捉える一方で化粧行為は積極的に行っている認知低・行動高群が、化粧の心理的な効果を得られていないということを示している。

その理由として、認知低・行動高群は、あまり化粧と肯定的に捉えていないにもかかわらず、性役割や社会的な役割として化粧を行っているためと考えられる。Elizabeth, Katherine & Malcolm (1996) は、女性としての性役割が高いと抑うつが高まるとしている。多くの場合、女性が化粧を行うことは、その女性らしさを強調すると考えられ、認知低・行動高群が心理的に不健康であったことは、社会的な役割が要因として示唆される。しかし、本研究では社会的性役割という要因は推測に留まり、実際に認知低・行動高群の人々の性役割観は測定されていない。今後は、ジェンダーについての個人特性を測定するジェンダーパーソナリティ尺度などを用いて、認知低・行動高群に含まれる人をさらに精査し、問題を明確にすべきである。

また、先行研究の多くは化粧をすることで、ポジティブな効果が得られると報告しているが、本研究では認知高・行動高群と認知低・行動低群との間に差は認められなかった。これは、化粧をネガティブに捉え、かつ実際に化粧行動もあまりとらない人たちは、化粧について考えなくても他に健康を維持する代償されるものがあるため、化粧に重きを置いていなくても問題はないことが推測される。

さらに、認知は高いが実際の行動は低いという不一致群は、認知・行動が共に高い、または共に低いという一致群との間に差が見られなかった、これについては2つの理由が考えられる。

第1に、大学生を対象にしたことである。大学に入ると社会との繋がりが増し、マナーとしての化粧への関心や化粧に対する興味が高まっていく。しかし、化粧をすることが社会的なマナーとして社会人には求められるが、学生は必ずしも化粧をすることは求められているとは言えない。そのため、化粧の意味や効果を理解している一方で、実際に化粧行動を行うところまで踏み込めていない学生も多いと考えられる。

第2に、調査フィールドの偏りである。調査を行った大学は落ち着いた雰囲気を持ち、外見的に派手な学生は多くない。実際に本研究で得られたデータでは、約40%の学生は毎日の化粧習慣をもっていなかったことから、化粧を行う傾向があまりないと考えられる。集団から逸脱した化粧者における社会的反応(余語・神谷, 1999)の研究においても、所属する場所には同じような化粧をする人が集まるとしており、これを支持している。

本研究においては心理的健康を根拠としてSRS-18を使用した。松井他(1983)をはじめとする先行研究において、化粧の心理作用がネガティブ面に影響するのではなくポジティブ面に働くことが証明されている。そのため、今後はより詳細に化粧の効果を検討するために、ポジティブ面を心理的に測定する必要がある。

本研究において仮説とした、認知高・行動高群と認知高と行動低の不一致群、認知低・行動低群間においては、心理的健康の差が見られず仮説は検証されなかった。認知低・行動高群においてのみ仮説は検証された。多くの研究者(余語, 1997; 野澤, 2006; 他)が指摘するように、療法としての化粧研究は基礎研究が不足している。本研究では、認知と行動に不一致が生じている人の心理的不健康の可能性が示され、それらの人々に対する、化粧介入の必要性が示唆された。今後の研究においては、認知と行動の一致しない人たちに対して実際に介入研究を行い、化粧の効果について検討する必要があると思われる。

## 5. 引用文献

大坊郁夫・小西啓史(1993). 化粧行動スタイルと社会的スキル 日本応用心理学会第60回発表論文集 115-116

Elizabeth, W.B., Katherine, S.G., & Malcolm (1996). Femininity, depression and stress in college women. *Social Behavior and Personality*, 24, 329-334

檜垣祐子, かづきれいこ, 川本恭子, 加茂登志子, 川島眞(2006). 顔面の皮膚病変に対するリハビリメイクの患者 QOL への影響 臨床皮膚科 115 (3) 879-883

平松隆円・牛田聡子(2004). 化粧に関する研究(第3報)大学生の化粧認知の構造解明と化粧行動との関連性 繊維製品消費科学 45 (11), (480) 837-846

平松隆円・牛田好美(2004). 化粧に関する研究(第4報)大学生の化粧意識とそれを規定する個人差要因(特集 被服の社会心理学的研究)繊維製品消費科学 45 (11), (480) 847-854

伊波和恵(1998). 高齢女性における化粧を用いた情動活性化の試み—過去の化粧習慣と化粧プログラムにみられる参加継続性との関連—文京女子大学紀要 2, 81-92

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

- 27 (9), (226) 52-58
- 伊波和恵・浜治世 (2000). 高齢女性と化粧—化粧の臨床心理学的適用の方法および実践—繊維工学 53 (6), 222-228
- 岩男寿美子・菅原健介・松井豊 (1985). 化粧の心理的効用 (IV) —化粧行動と化粧意識 日本社会心理学会第 26 回大会発表論文集 102-103
- かづきれいこ・飯田明彦・齊藤力・寺田員人・小野和宏・北村絵里子・朝日藤寿一・高木律男・古郷幹彦・齋藤功・小林正治 (2005). リハビリメイクの精神心理学的アプローチについて 日本口蓋裂学会雑誌 30 (2), 219
- 小井塚千加子・高木恵三子・伊藤節子 (2006). メディカルメイクの現状と課題 フレグランスジャーナル 34 (2), (306) 43-48
- 神崎仁・大城喜美子・阿部恒之 (1998). 顔面神経麻痺患者のメーキャップの実際 Journal of Clinical Rehabilitation 7 (1), 46-50
- 黒瀬亜由美・倉田健一・西川正 (2003). 慢性統合失調症患者に対する化粧の効果—意思の側面から—作業療法 22 (1), 62-68
- 北川かほる・人見裕江・井上仁・石原千絵子・花木啓一 (2007). メーキャップによる生理・心理反応 米子医誌 58 (4), 121-128
- 加藤由有・小松美砂・濱畑章子 (2005). 老人保健施設で化粧療法を受けた高齢女性の化粧への考えと感情の変化 看護技術 51 (10), (754) 905-908
- 野沢桂子・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
- 野沢桂子・沢崎達夫 (2007). 対人恐怖傾向と化粧の効用認知との関連 目白大学心理学研究 3, 95-108
- 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
- 酒井千佳・阿部恒之 (1995). 青年後期女性の化粧意識構造の研究 日本心理学会第 59 回大会発表論文集 114
- 重松剛・宮原幹夫・片岡俊紀・昆宰一・堀恵二・伊勢崎正勝・横田篤蔵 (1982). らい患者のリハビリテーションにおける化粧品心理学的効果 香粧会誌 6, 181-187
- 鈴木伸一 (2001) 新しい心理的ストレス尺度 (SRS-18) の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究 4, 22-29
- 杉山真里・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 (8), 205-211
- 高橋良子・堀洋道・岩男征機 (2000). 化粧の心理学的効果に関する基礎研究 教育相談研究 38, 33-41
- 渡邊郁子・檜垣祐子・かづきれいこ・西奈まるか・藤村英理子・加茂登志子 (2008). 外見上の悩みを抱える女性の QOL とリハビリメイクの効果に関する検討 48 (6) 554
- 余語真夫・浜治世・津田兼六・鈴木ゆかり (1990). 女性の精神的健康に与える化粧の効用 健康心理学研究 3, 28-32
- 吉澤恵美・渡辺聡子・西奈まるか・藤村英理子・長田文子・かづきれいこ (2006). リハビリメイクの現状と課題 フレグランスジャーナル 34 (2), (306) 36-42