

女性の化粧に及ぼすコミュニケーション不安の影響

深田博己

梶本あゆみ

(広島文教女子大学)

(広島文教女子大学)

本研究は、コミュニケーション不安が女性の化粧に及ぼす影響を検討することを目的とした。女子大学生 143 名を調査対象とし、質問紙調査を実施した。質問紙には、化粧に関する質問とコミュニケーション不安尺度が含まれていた。コミュニケーション不安の高群と低群の間で、化粧に関する意識・行動を比較した。その結果、コミュニケーション不安の高群は、低群に比べて、①自分自身の化粧に対する印象を「より落ち着いた」と評価し、②化粧をする理由を、「社会の常識（身だしなみ）だから」、「自分の顔の造りに対するコンプレックスを軽減させるため」とより強く考えており、③場所によってノーメイクで外出することが困難で、会う人によってノーメイクで外出することが困難であることが解明された。このように、コミュニケーション不安の高い女性は、化粧を肯定的に認知し、化粧を積極的に利用していることが判明した。

キーワード：コミュニケーション不安、化粧、女性

問 題

心理学から見た女性の化粧

女性にとって化粧をすることは極めて日常的な行動である。女性としての身だしなみであり、自己表現の手段であり、さらには素肌を保護する手段でもある化粧は、女性にとって非常に重要な意味を持ち、女性の生活において重要な役割を果たしていることは言うまでもない。

化粧に関する我が国の心理学的研究は 1980 年代以降に出現し、1990 年代以降に研究活動が本格的に活性化した。その成果の一端が高木（1996）の「被服と化粧の社会心理学」として結実し、さらに、大坊（2001）によって「化粧行動の社会心理学」が編纂された。高木（1996）は、①装いの意味と社会・心理的機能、②被服と化粧による自己の確認・強化・変容、③被服と化粧による情報伝達、④被服と化粧による社会的相互作用の促進・抑制、から構成され、大坊（2001）は、①顔と美の行動学、②化粧の文化学、③コミュニケーションとしての化粧、④化粧と健康、から構成された。

大坊（1996）によると、化粧には、「変身」と「手直し」の2つの基本的な意味がある。前者は、現状の生活での社会的役割への不満や不快に由来する変身願望の実行であり、日常の自分を特別な自分に切り替え、変身することである。後者は、日常的な自分に手を加え、対人的効果をねらう手

直し行為である。また、村澤（2001）によると、化粧の機能は、基本的に「隠す」と「見せる」という2つの要素から成立する。前者は、欠点や弱点を隠す働きであり、後者は、より積極的な機能で、新たな自己を表現してみせる働きである。

対人恐怖が化粧に及ぼす影響

社会的ひきこもりの背景の1つである対人恐怖心性を理解するために、米倉・吉岡（2012）は、自己呈示の典型例としての化粧行動に焦点化し、対人恐怖（anthropophobia）心性与自己呈示との関連を検討した。彼らは、引きこもりを示す多くの人に見られる日本特有の症状として対人恐怖症を捉え、対人場面における耐え難い不安や緊張を抱くため、人と関わることを恐れ、人の視線を気にし、人前でひどく緊張するといった社会不安障害として対人恐怖症を考えた。そして、青年期の20名の女性（平均年齢21.6歳）を対象とした米倉・吉岡（2012）は、調査と実験を通し、対人恐怖心性と化粧行動の関連を分析することによって、対人恐怖心性の高い女性ほど、化粧をした自分の顔を「暖かい」と評価する傾向があることを見出した。この結果に関して、対人恐怖心性の高い女性は、化粧によって自分を隠そうとするだけでなく、他人に「冷たい」という印象を与えないための工夫をしていると考察した。

また、化粧プログラムの臨床適用を適切に進めるために、健常者を対象とする化粧の効用意識（認知や気分・感情面における化粧の効用）に関する基礎研究の重要性を指摘した野澤・沢崎（2007）は、対人恐怖傾向と化粧の効用意識との関連を検討した。対人場面で不当に強い不安や緊張を生じ、他者からの否定的評価を恐れて、対人関係を避けようとする神経症として、彼らは対人恐怖症を捉えた。そして、320名の女子大学生（平均年齢19.5歳）を対象とした野澤・沢崎（2007）は、質問紙調査を通し、対人恐怖傾向と化粧の効用意識の関連を分析することによって、化粧の効用意識が、対人恐怖傾向を有するか否かで、積極・消極の2つの方向性を持つことを解明した。すなわち、化粧の効用について、対人恐怖傾向の弱い者は、自己をより魅力的に見せる積極的なものと化粧を認知し、化粧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、対人恐怖傾向の強い者は、負の状態の自己を隠して周囲に合わせるための手段と化粧を認知し、化粧によって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。これらの結果から、消極傾向が強い臨床群に対する化粧アプローチとして、化粧の効用の消極的側面を尊重する方法と、負の自己の隠蔽という消極的な考え方自体をより積極的な方向へ変化させる方法、という2つの方向性を示唆した。

なお、対人恐怖を測定する尺度として、堀井・小川（1996, 1997）は、①尺度Ⅰ（自分や他人が気になる悩み）、②尺度Ⅱ（集団に溶け込めない悩み）、③尺度Ⅲ（社会的場面で当惑する悩み）、④尺度Ⅳ（目が気になる悩み）、⑤尺度Ⅴ（自分を統制できない悩み）、⑥尺度Ⅵ（生きることによって疲れている悩み）という6つの下位尺度（各5項目）から成る30項目の対人恐怖心性尺度を作成した。対人恐怖心性を測定するために米倉・吉岡（2012）は、堀井・小川（1996, 1997）の対人恐怖心性尺度の中から尺度Ⅰと尺度Ⅳの2尺度（10項目）を使用した。また、対人恐怖傾向を測定するために野澤・沢崎（2007）は、堀井・小川（2001）の対人恐怖心性尺度の中から尺度Ⅰ、尺度Ⅱ、尺度Ⅲ、尺度Ⅳの4尺度（20項目）を使用した。下位尺度の項目内容の例を挙げると、①他人が自分を

どのように思っているかとても気になる、自分が人にどう見られているのかクヨクヨ考えてしまう（尺度Ⅰ）、②集団のなかに溶け込めない、グループでの付き合いが苦手である（尺度Ⅱ）、③会議などの発言が困難である、人前に出るとオドオドしてしまう（尺度Ⅲ）、④人と目を合わせてられない、人の目を見るのがとてもつらい（尺度Ⅳ）、であった。

コミュニケーション不安

対人恐怖に深く関連する特性としてコミュニケーション不安（communication anxiety）がある。Booth-Butterfield & Gould（1986）は、別々ではあるが、2つの関連する下位尺度から構成されるコミュニケーション不安尺度（Communication Anxiety Inventory: CAI）を開発した。それらの下位尺度は、特性コミュニケーション不安を測定する21項目の特性コミュニケーション不安尺度（Communication Anxiety Inventory: Form Trait）と状態コミュニケーション不安を測定する20項目の状態コミュニケーション不安尺度（Communication Anxiety Inventory: Form State）であった。これらの下位尺度のうち特性コミュニケーション不安尺度は、二者関係での出会い、小集団、演説遂行という3つの一般的な文脈において、個人がどの程度の不安を経験するのか、各文脈につき7項目で個人の不安傾向を査定する尺度であった。また、状態コミュニケーション不安尺度は、先ほど終了したばかりの特定のコミュニケーション経験の間に感じた不安の程度を査定する尺度であった。

特性コミュニケーション不安尺度の信頼性に関しては、21項目の α 係数が.90、折半法による信頼性係数が.92であることを、また、妥当性に関しては、3つの文脈における特性不安下位得点が、文脈と関連する状態不安得点と有意に相関することを、Booth-Butterfield & Gould（1986）は確認した。

Booth-Butterfield & Gould（1986）の特性コミュニケーション不安尺度を翻訳した向後・向後（1995）は、補助資料1に示したように、一対一場面、小集団場面、大勢場面における21項目のコミュニケーション不安尺度日本語版を作成した。なお、Robin, palmgreen, & Sypher（1994）によると、Booth-Butterfield & Gould（1986）の特性コミュニケーション不安尺度は、当時よく知られていて広範に使用されてきたコミュニケーション恐怖自己報告尺度（Personal Report of Communication Apprehension Scale）と酷似している。

補助資料1に示した尺度項目から判断できるように、向後・向後（1995）のコミュニケーション不安尺度は、項目内容が3つの場面によって異なり、統一されていないという特徴がある。そこで、本研究では、向後・向後（1995）のコミュニケーション不安尺度の項目内容を大幅に修正し、各場面共通の項目内容になるように修正版を作成する。修正の視点は、一対一、小集団、大勢の各場面で、①コミュニケーションがうまくいかない、②コミュニケーションしたくない、③コミュニケーションに緊張する、④コミュニケーションが苦痛である、という4つの共通表現による項目内容に統一するというものである。具体的な項目表現としては、①うまく話せない、②話をしたくない、③話すことに緊張する、④話すことは苦痛だ、という表現を使用する。さらに、利便性を重視して、各場面の項目数を4項目に削減し、簡易尺度とする。

対人恐怖心性尺度とコミュニケーション不安尺度の内容を比較検討してみると、対人恐怖とコミ

コミュニケーション不安の関係は、対人恐怖にコミュニケーション不安が包括されるという上位一下位概念の関係であることが分かる。すなわち、対人恐怖は、他者とコミュニケーションを交わす必要がない場合でも、他者の目が気になるとか、他者の存在それ自体が気になるといった、より広範な心性を表す概念である。これに対し、コミュニケーション不安は、他者とのコミュニケーションを不安に感じ、恐怖を感じるといった、より限定された心性を表す概念である。したがって、女性の化粧に対してコミュニケーション不安がどのような影響を及ぼすのかを改めて検討することの意義が認められよう。

コミュニケーション不安が化粧に及ぼす影響

ところで、電子メール利用とコミュニケーション能力との関係を検討した向後・向後(1995)は、コミュニケーション能力をコミュニケーション不安の側面から捉え、以下の仮説を設けた。すなわち、メールを使い慣れるまでは、メールを書く量は情報機器活用能力に規定されるであろう(仮説1)が、メールを使い慣れてくると、メールを書く量はコミュニケーション能力(コミュニケーション不安)に規定されるであろう(仮説2)。この研究で使用されたコミュニケーション不安尺度は、Booth-Butterfield & Gould(1986)の特性コミュニケーション不安尺度を著者たちが翻訳した日本語版尺度であった。58名の大学生を対象とする調査結果から、仮説1は支持されたが、方法的な限界から仮説2についての判断が不可能であった。しかし、コミュニケーション不安が少ない者ほど、メールを気軽に書いていることが明らかになった。

このコミュニケーション不安とメール利用の気軽さが負に関係することを報告した向後・向後(1995)の結果から、コミュニケーション不安が対面的コミュニケーションを抑制するだけでなく、メール・コミュニケーションをも抑制することが示されたことは興味深い。ここから、コミュニケーション不安を持つ者は、対面的コミュニケーションを避けられないときには、何らかの対応策をとらざるを得ないであろうと推測される。その対応策の一つとして化粧を挙げることができる。化粧の認知的側面での効用として、松井・山本・岩男(1983)は、①化粧行為自体が持つ満足感(変身願望の充足、ストレス解消など)、②対人的効用(外見的欠陥の補償、外見的评价の上昇など)、③心の健康(積極的な自己表現や対人行動、自信や自己満足感の上昇など)、という3つの効用を挙げた。また、化粧の感情的側面での効用として、宇山・鈴木・互(1990)は、①積極性の上昇、②リラクゼーション、③気分の効用(対自)、④気分の効用(対他)、⑤安心感、という化粧による気分変化の5因子を見出した。

これらの研究結果は、化粧をすることが、対人的効用や自信の上昇といった認知的効用と同時に、リラクゼーションや安心感といった感情的効用をもたらすことを報告している。したがって、コミュニケーション不安を持つ者は、化粧を利用することによって、他者とコミュニケーションを交わすことの不安に対して、認知的・感情的に対処することが可能となる。特性不安としてのコミュニケーション不安を持つ者が他者とコミュニケーションせざるを得ない状況では、化粧は状態不安としてのコミュニケーション不安の発生を抑制する機能を有すると推測できる。そのため、コミュニケーション不安の高い者は、コミュニケーション不安の低い者に比較して、化粧の効用を高く認識

し、化粧を利用しているのではないかと推測される。

本研究の目的と仮説

以上より、本研究では、コミュニケーション不安が化粧に及ぼす影響を、化粧に関する意識・行動に関して、コミュニケーション不安の高群と低群を比較することによって探索的に検討することを目的とする。先行研究から次の仮説が設定できる。他者とのコミュニケーションを行う場合、コミュニケーション不安の低群よりも高群の方が、化粧をより肯定的に認知し、化粧をより積極的に利用しているであろう。

方 法

調査対象と調査手続き

調査対象 H県内の女子大学生 153名を対象に質問紙調査を実施し、143名から有効回答が得られ、有効回答率は 93.4%であった。本研究で分析対象とする有効回答者の平均年齢は 19.5 歳 ($SD=0.62$) であった。

調査手続き 質問紙調査は、「女子大学生の化粧行動に関する調査」という題目で、2013年7月に集合調査法により、授業時間中に実施した。質問紙は、A4版で表紙を除くと4ページであった。表紙には、調査題目、教示、対象者の所属学科・学年・年齢を問う質問等が記してあった。

教示 質問紙の表紙の印刷教示と調査者の口頭教示によって、回答時間はおよそ10分であること、記入上の注意をよく読んで考えすぎないように回答すること、また、どうしても回答したくない項目の場合や、この調査に協力したくない場合は回答しなくてもよいことを伝えた。

質問紙の構成 質問紙の第1ページから第3ページは化粧に関する質問、第4ページはコミュニケーション不安尺度であった。

化粧に関する質問

化粧に関する質問と回答は、基本的に米倉・吉岡(2012)の質問紙を利用した。

(1) 自分自身の化粧への評価 現在の自分自身の化粧の印象について、8項目の形容詞対(①暖かいー冷たい、②積極的なー消極的な、③親しみ易いー近寄り難い、④子供っぽいー大人っぽい、⑤落ち着いたー活発な、⑥柔らかいー硬い、⑦かわいいーきれい、⑧地味なー派手な)を示し、「当てはまる(1点)、やや当てはまる(2点)、どちらともいえない(3点)、やや当てはまる(4点)、当てはまる(5点)」の5段階評定で回答を求めた。形容詞対の左極が低得点、右極が高得点になるように得点化した。なお、元尺度の「落ち着いたー躍動的な」を「落ち着いたー活発な」に修正して用いた。

(2) 自分の化粧をした顔に対する満足度 自分の化粧した顔の満足度について、「0・10・20・30・40・50・60・70・80・90・100%」の11段階評定で回答を求め、0~10点で得点化処理をした。

(3) 自分の素顔に対する満足度 自分の素顔の満足度について、「0・10・20・30・40・50・60・70・80・90・100%」の11段階評定で回答を求め、0～10点で得点化处理をした。

(4) 化粧に対する態度 化粧に対する態度について、「1.嫌い(1点)、2.やや嫌い(2点)、3.どちらとも言えない(3点)、4.やや好き(4点)、5.好き(5点)」の5段階評定で回答を求め、化粧に対する肯定的態度が高得点になるように、1～5点で得点化した。

(5) 化粧をする理由 化粧をする理由8項目(①社会の常識(女性の身だしなみ)だから、②肌の悩み(ニキビ、毛穴など)を隠すため、③人に褒めてもらいたいから、④自分の顔の造りに対するコンプレックスを軽減させるため、⑤美しくなることが楽しいから、⑥友人がしているからなんとなく、⑦他人に素顔を見られるのが怖いから、⑧より魅力的になれるから)を示し、「1.当てはまらない(1点)、2.やや当てはまらない(2点)、3.どちらとも言えない(3点)、4.やや当てはまる(4点)、5.当てはまる(5点)」の5段階評定で回答を求め、各理由が当てはまる場合が高得点になるように、1～5点で得点化した。

(6) 化粧にかかる時間 化粧にかかる時間について分単位での記入を求めた。

(7) 化粧をする時に重視する点 化粧をするときに重視する点について、4つの選択肢「1.ベースメイク(肌づくり)、2.両方重視している、3.ポイントメイク(アイメイク等)、4.両方重視していない」のうち当てはまるものを選択させ、各選択肢の選択率を算出した。

(8) 場面による化粧の違い 場面によってメイクを変えるかどうかについて、「1.はい」または「2.いいえ」の2件法で回答を求めた。さらに、「はい」と回答した対象者に対し、5項目の選択肢「1.アイシャドウの色、2.口紅の色、3.チークの色、4.眉の形、5.その他()」から複数回答を求め、各選択肢の選択率を算出した。

(9) 場所によるノーメイクでの外出困難さ ノーマイクで外出できる範囲について、4段階の選択肢「1.どんな場所でもノーメイクで外出できる(1点)、2.一部の場所を除けば、だいたいノーメイクで外出できる(2点)、3.一部の場所だけノーメイクで外出できる(3点)、4.どんな場所でもノーメイクでは外出できない(4点)」から選択させ、ノーメイクでの外出が困難な反応に高得点を与えるように、1点～4点で得点化した。

(10) 会う人によるノーメイクでの外出困難さ 会う人によってはノーメイクで外出できるかどうかについて、4段階の選択肢「1.どんな人と会うときでもノーメイクで外出できる(1点)、2.一部の人と会うときを除けば、だいたいノーメイクで外出できる(2点)、3.一部の人と会うときだけ、ノーメイクで外出できる(3点)、4.どんな人と会うときでも、ノーメイクでは外出できない(4点)」から選択させ、ノーメイクでの外出が困難な反応に高得点を与えるように、1点～4点で得点化した。

コミュニケーション不安尺度

コミュニケーション不安尺度は、向後・向後(1995)による日本語版尺度を大幅に修正して使用した。向後・向後(1995)の元尺度から、3つの場面について4項目ずつを選び、大幅に表現を修正し、かつ逆転項目を無くし、表1に示した12項目のコミュニケーション不安尺度を作成した。

コミュニケーションの苦手意識の観点から、表 1 に示した 12 項目の場面をそれぞれのくらい苦手だと感じる可能性があるかについて、「1.ほとんどない (1 点)、2.たまにある (2 点)、3.よくある (3 点)、4.ほとんどいつもある (4 点)」の 4 段階評定で回答を求め、コミュニケーション不安が高い反応に高得点を与えるように 1~4 点で得点化した。尺度項目は、一対一場面が表 1 の項目 1~4、小集団場面が項目 5~8、大勢場面が項目 9~12 であった。

結 果

化粧に関する実態

(1) 自分自身の化粧への評価 方法で示した 8 つの評価項目の平均値(標準偏差)は、①2.67(0.55)、②3.03(0.78)、③2.71(0.67)、④3.18(0.85)、⑤2.65(0.79)、⑥2.66(0.65)、⑦3.01(0.60)、⑧2.93(0.89)であり、個々の項目の平均値は中点の 3 に近い 2.65~3.18 という狭い範囲であった(8 項目全体の平均値が 2.85 ($SD=0.76$))。このように、対象者の自分自身の化粧に対する評価には、目立つ特徴が見られなかった。

(2) 自分の化粧をした顔に対する満足度 満足度の平均値(標準偏差)は 4.46(1.95)であった。この結果を満足率で示すと、平均値(標準偏差)は 44.55%(19.49)となり、化粧した自分の顔に対する満足率は 50%を下回ることから、対象者は化粧をした自分の顔にあまり満足していないことが示された。

(3) 自分の素顔に対する満足度 満足度の平均値(標準偏差)は 3.04(2.35)であった。この結果を満足率で示すと、平均値(標準偏差)は 30.35%(23.53)となり、自分の素顔に対する満足率は 50%を大きく下回ることから、対象者は自分の素顔に満足していないことがわかり、しかも、自分の素顔に対する不満度は、自分の化粧をした顔に対する不満度よりも大きかった。

(4) 化粧に対する態度 態度の平均値(標準偏差)は 3.03(2.15)であり、対象者は化粧をすることに対して、好きでも嫌いでもないという中立的な態度を持っていることが示された。

(5) 化粧をする理由 方法で示した 8 つの理由項目の平均値(標準偏差)は、①3.90(0.70)、②3.26(1.17)、③2.36(1.10)、④3.12(1.21)、⑤3.19(1.02)、⑥2.80(1.10)、⑦2.00(1.04)、⑧3.00(1.05)であり、8 項目全体の平均値(標準偏差)は 2.95(1.19)と中点に近い値であった。化粧をする理由として相対的に多く挙げた回答は、「①社会の常識(女性の身だしなみ)だから」であり、逆に、理由として相対的に少なかった回答は「⑦他人に素顔を見られるのが怖いから」と「③人に褒めてもらいたいから」であった。

(6) 化粧にかかる時間 所要時間の平均値(標準偏差)は 15.4 分(7.71)であり、本研究の対象者の化粧時間は短いことが分かった。

(7) 化粧をする時に重視する点 重視者の比率(人数)は、「ベースメイク」が 30.0%(43 名)、「ポイントメイク」が 32.1%(46 名)、「両方とも重視している」が 18.1%(26 名)、「両方とも重視していない」が 19.5%(28 名)であった。

(8) 場面による化粧の違い 「はい」と回答した者の比率（人数）は 46.1%（66 名）、「いいえ」は 53.8%（77 名）と、場面によって化粧を変える者と変えない者の比率はほとんど同じであった。また、化粧を変えると回答した者 66 名が何を変えるかについては、複数回答可で、「1.アイシャドウの色」が 56.0%（37 名）、「2.口紅の色」が 22.7%（15 名）、「3.チークの色」が 30.3%（20 名）、「4.眉の色」が 4.5%（3 名）、「5.その他」が 36.3%（24 名）であった。

(9) 場所によるノーメイクでの外出困難さ 外出困難さの平均値（標準偏差）は 2.00（0.76）であり、対象者は、一部の場所を除けば、だいたいノーメイクで外出できると考えており、場所が変わるからといってノーメイクで外出することにあまり抵抗を感じていないことが分かった。

(10) 会う人によるノーメイクでの外出困難さ 外出困難さの平均値（標準偏差）は 2.11（0.77）であり、対象者は、一部の人と会うときを除けば、だいたいノーメイクで外出できると考えており、場所が変わる場合と同様に、会う人が変わるからといってノーメイクで外出することにあまり抵抗を感じていないことが分かった。

コミュニケーション不安

(1) 項目別のコミュニケーション不安得点 12 項目のコミュニケーション不安尺度の項目別得点の平均値と標準偏差を表 1 の上段に示した。表 1 から、コミュニケーション不安が高かった項目は、大勢場面の「⑩大勢の前で話をするときには緊張する」と「⑨大勢の前ではうまく話せない」、一対一場面の「③あまりよく知らない人と話すときには緊張する」であった。逆に、コミュニケーション不安が低かった項目は、小集団場面の「5 少人数の集まりではうまく話せない」、「⑧少人数の集まりで話すことは苦痛だ」、「⑥少人数の集まりでは話をしたくない」であった。

不安得点に関する 12 項目間の相関関係を、ピアソンの積率相関係数 r を算出して、補助資料 2 に示した。12 項目すべての項目間に 0.1%水準で有意な相関係数が得られた。中でも.71 以上の高い相関係数 ($r^2 > .50$) が、項目 2-4、5-6、5-7、5-8、6-8、7-8、9-10、9-11、9-12、10-12、の間で見られた。逆に.33 以下の低い相関係数 ($r^2 < .10$) が、項目 3-6、3-8、6-11、8-11、の間で見られた。

12 項目の内的整合性を検討するためにクロンバックの α 係数を算出したところ、.917 という非常に高い α 係数が得られた。したがって、本研究では、コミュニケーション不安得点として 12 項目の合計得点を使用する。コミュニケーション不安得点の平均値（標準偏差）は 27.05（8.02）であった。

(2) 場面別のコミュニケーション不安得点 参考までに、場面別のコミュニケーション不安得点の平均値と標準偏差と α 係数を表 1 の中段に示した。表 1 から、コミュニケーション不安は「大勢場面」と「一対一場面」で高く、「小集団場面」で低いことが分かった。

不安得点に関する 3 場面間の相関係数 r は、一対一場面と小集団場面の間が.56、一対一場面と大勢場面の間が.69、小集団場面と大勢場面の間が.47 であった。いずれも 0.1%水準で有意であり、コミュニケーション不安は場面間で中程度の相関関係を示していた。

(3) コミュニケーション不安の因子構造 参考までに、12 項目のコミュニケーション不安尺度に

表 1 コミュニケーション不安得点

項 目	M	(SD)
1. 一対一の場面でうまく話せない	2.08	(0.69)
2. あまりよく知らない人とは話をしたくない	2.34	(0.92)
3. あまりよく知らない人と話すときには緊張する	2.87	(0.89)
4. 初対面の人と話をすることは苦痛だ	2.32	(0.90)
5. 少人数の集まりでうまく話せない	1.18	(0.84)
6. 少人数の集まりでは話をしたくない	1.58	(0.81)
7. 少人数の集まりで話をするときには緊張する	1.79	(0.85)
8. 少人数の集まりで話すことは苦痛だ	1.55	(0.79)
9. 大勢の前ではうまく話せない	2.72	(0.93)
10. 大勢の前では話をしたくない	2.44	(1.02)
11. 大勢の前で話をするときには緊張する	3.00	(0.90)
12. 大勢の前で話すことは苦痛だ	2.52	(1.03)
I. 一対一場面 ($\alpha=.870$)	9.62	(2.92)
II. 小集団場面 ($\alpha=.863$)	6.73	(2.97)
III. 大勢場面 ($\alpha=.914$)	10.69	(3.53)
全体 ($\alpha=.917$)	27.04	(7.99)

表 2 コミュニケーション不安尺得点に関する回転後のパターン行列

項 目	因子 I	因子 II
9. 大勢の前ではうまく話せない	.965	-.094
12. 大勢の前で話すことは苦痛だ	.861	-.059
11. 大勢の前で話をするときには緊張する	.848	-.081
10. 大勢の前では話をしたくない	.839	-.030
3. あまりよく知らない人と話すときには緊張する	.699	.047
2. あまりよく知らない人とは話をしたくない	.667	.138
4. 初対面の人と話をすることは苦痛だ	.654	.244
1. 一対一の場面でうまく話せない	.400	.312
6. 少人数の集まりでは話をしたくない	-.082	.902
8. 少人数の集まりで話すことは苦痛だ	-.050	.891
5. 少人数の集まりでうまく話せない	.097	.840
7. 少人数の集まりで話をするときには緊張する	.015	.798

関する主因子法による因子分析を行った。固有値（第1因子 6.75、第2因子 1.81、第3因子 0.99）の減衰率から、2因子解が適切であると判断した。分散寄与率は第1因子が 56.3%、第2因子が 15.1%で、累積寄与率は 71.3%であった。プロマックス回転後のパターン行列を表 2 に示した。因子間相関は .571 であった。第1因子には、大勢場面の 4 項目と一対一場面の 3 項目の 7 項目が含まれるので、大勢・一対一場面での不安因子、第2因子には、小集団場面の 4 項目が含まれるので、小集団場面での不安因子と命名できる。しかし、前述の通り、本研究では、因子分析の結果を使用せず、12 項目の尺度得点を使用して、以後の分析を進める。

コミュニケーション不安と化粧の関係

コミュニケーション不安と化粧の関係を検討するために、化粧に関する意識・行動に関してコミュニケーション不安の高群と低群の間で比較を行う。

(1) コミュニケーション不安の高群と低群の設定 12 項目のコミュニケーション不安得点の平均値の 27.05 を分類基準に、28 点以上を高群、27 点以下を低群として対象者を分類した。その結果、コミュニケーション不安高群は 62 名で、高群の不安得点の平均値（標準偏差）は 34.53（5.00）であった。コミュニケーション不安低群は 81 名で、低群の不安得点の平均値（標準偏差）は 21.32（4.29）であった。

化粧に関する意識・行動に関して、コミュニケーション不安の高群と低群の間で有意差のあった項目のみを以下に紹介する。

(2) 自分自身の化粧への評価 8 項目の評価項目の中で、「落ち着いたー活発な」という評価に関してのみ不安高群と不安低群との間で、 t 検定によって有意差が認められた。不安高群（ $M=2.40$ 、 $SD=0.70$ ）の方が、不安低群（ $M=2.83$ 、 $SD=0.82$ ）よりも、自分自身の化粧に対して有意に「落ち着いた」と評価していた（ $t=-3.35$ 、 $df=141$ 、 $p<.01$ ）。しかし、他の 7 つの評価項目に関しては、不安高群と不安低群の間に有意差は見られなかった。

(3) 化粧をする理由 8 項目の理由項目の中で、「社会の常識（女性の身だしなみ）だから」と「自分の顔の造りに対するコンプレックスを軽減させるため」という理由に関して不安高群と不安低群との間で、 t 検定によって有意差が認められた。不安高群（ $M=4.32$ 、 $SD=0.46$ ）の方が、不安低群（ $M=3.59$ 、 $SD=0.69$ ）よりも、化粧をする理由を「社会の常識（女性の身だしなみ）だから」と有意に強く考えていた（ $t=5.93$ 、 $df=141$ 、 $p<.01$ ）。また、不安高群（ $M=3.32$ 、 $SD=1.12$ ）の方が、不安低群（ $M=2.97$ 、 $SD=1.25$ ）よりも、化粧をする理由を「自分の顔の造りに対するコンプレックスを軽減させるため」と有意に強く考えていた（ $t=1.99$ 、 $df=141$ 、 $p<.05$ ）。しかし、他の 6 つの理由項目に関しては、不安高群と低群の間に有意差は見られなかった。

(4) 場所によるノーメイクでの外出困難さ t 検定を行ったところ、不安高群（ $M=2.17$ 、 $SD=0.73$ ）と不安低群（ $M=1.87$ 、 $SD=0.75$ ）の間に有意差が認められ（ $t=2.37$ 、 $df=141$ 、 $p<.05$ ）、不安高群の方が、不安低群よりも、場所によってノーメイクで外出することが相対的に困難であると思っていることが判明した。

(5) 会う人によるノーメイクでの外出困難さ t 検定を行ったところ、不安高群 ($M=2.30, SD=0.68$) と不安低群 ($M=1.97, SD=0.80$) の間に有意差が認められ ($t=2.58, df=141, p<.05$)、不安高群の方が、不安低群よりも、会う人によってノーメイクで外出することが相対的に困難であると思っていることが判明した。

このほかの、自分の化粧をした顔に対する満足度、素颜に対する満足度、化粧に対する態度、化粧にかかる時間、化粧をする時に重視する点、場面による化粧の違い、に関しては不安高群と不安低群の間に有意差は見られなかった。

考 察

化粧とコミュニケーション不安に関する対象者の特徴

本研究で調査対象とした女性の化粧の特徴は、化粧の所要時間が 15.4 分と短く、化粧に対する態度は肯定的でも否定的でもなく中立であり、場面によって化粧を変える者と変えない者が約半々であり、一部の場所を除けばだいたいノーメイクで外出できる者や、一部の人と会うときを除けばだいたいノーメイクで外出できる者が多かった。そして、自分の化粧した顔に対する満足率は 44.55% と 50% を下回り、自分の素颜に対する満足率は 30.35% とさらに低かった。自分自身の化粧への評価は、特に目立った特徴は見られず、化粧をする理由としては、「社会の常識（女性の身だしなみ）だから」が多く、「他人に素颜を見られるのが怖いから」と「人に褒めてもらいたいから」が少なかった。

12 項目のコミュニケーション不安尺度の α 係数は .917 と非常に高かったので、尺度得点をコミュニケーション不安得点とした。項目別にみると、コミュニケーション不安は、「大勢の前で話をするときには緊張する」、「大勢の前ではうまく話せない」、「あまり知らない人と話すときには緊張する」の 3 項目で高く、「少人数の集まりでは上手く話せない」と「少人数の集まりでは話することは苦痛だ」の 2 項目で低かった。12 項目のコミュニケーション不安得点の平均は 27.05 であり、得点範囲が 12~48 点、中点が 30 点であることを考えると、対象者は中程度のコミュニケーション不安であることが分かる。

コミュニケーション不安と化粧の関係

コミュニケーション不安得点の平均値を分類基準として、コミュニケーション不安の高群と低群を設定した。化粧に関する意識と行動を、コミュニケーション不安の高群と低群の間で比較したところ、部分的ではあるが、次の点で有意差が見出された。

コミュニケーション不安の高群は、低群に比べて、①自分自身の化粧に対する印象について「より落ち着いた」と評価し、②化粧をする理由を、「社会の常識（身だしなみ）だから」、「自分の顔の造りに対するコンプレックスを軽減させるため」とより強く考えており、③場所によってノーメイクで外出することが困難で、会う人によってノーメイクで外出することが困難であることが解明された。

このように、コミュニケーション不安の高い女性は、化粧を肯定的に認知し、化粧を積極的に利用していることが判明し、本研究の仮説は支持されたと言える。

しかし、仮説は決して十分に支持されたわけではなく、部分的に支持されたと言う方が正確であろう。なぜならば、自分自身の化粧に対する印象でコミュニケーション不安の高低群間の差がみられたのは、8項目中の1項目のみであったし、化粧をする理由でコミュニケーション不安の高低群間の差がみられたのは、8項目中の2項目のみであった。加えて、自分の化粧をした顔に対する満足度、素顔に対する満足度、化粧に対する態度、化粧にかかる時間、化粧をする時に重視する点、場面による化粧の違い、に関しては不安高群と不安低群の間に有意差は見られなかった。

今後の課題

本研究では、コミュニケーション不安と化粧に関する意識・行動との関係を検討したが、結果を見る限り、化粧に関する意識と行動は、コミュニケーション不安の高群と低群でかなり類似していた。仮説が部分的にしか支持されなかった原因として、3つの可能性が考えられる。

第1は、コミュニケーション不安尺度の項目内容に関することである。現代日本の青年に特徴的な対人恐怖症の型としての「ふれ合い恐怖」に注目した岡田（2002）は、人と人が出会い顔見知りになる「出会い場面」で発症しやすい従来型の対人恐怖ではなくて、顔見知りからより親密な関係に発展する「ふれ合い場面」での困難が現代青年の対人恐怖を特徴づけると述べている。すなわち、形式的・機械的な関係や情緒的に深く関与しない場面ではなく、対人関係が深まる場面で困難を感じるという。そして、従来型の対人恐怖が中学生・高校生の時期に多発するのに対し、ふれ合い恐怖が大学生年代に多発し、あまり病理は重篤でないと指摘している。大学生を対象とする場合には、コミュニケーション不安も、このように未知の人と出会い顔見知りになる段階で覚えるコミュニケーション不安と、より親密な関係に発展していく段階で感じるコミュニケーション不安とを区別して扱う必要があるのかもしれない。

第2は、化粧経験に関することである。対象者の平均年齢が19.6歳と若かったため、化粧経験が浅く、コミュニケーション不安の程度の違いが化粧に関する意識・行動に大きな差を生じさせなかったのではないかと考えられる。したがって、化粧経験の豊かな20歳代後半から30歳代以上の女性に対象者の年齢を広げ、広範囲な年代の対象者に対する調査研究を実施する必要があるだろう。

第3は、化粧に関する意識・行動の測定に関することである。本研究では、化粧に関しては米倉・吉岡（2012）の質問紙に準拠したので、化粧に関する意識を認知的側面から扱ったが、野澤・沢崎（2007）の研究のように感情的な側面も考慮することによって、多面的に検討する必要があるだろう。

引用文献

- Booth-Butterfield, S., & Gould, M. (1986). The Communication Anxiety Inventory: Validation of state- and context-communication apprehension. *Communication Quarterly*, **34**(2), 194-205.
- 大坊郁夫 (1996). 化粧心理学の動向 高木 修 (監修) 大坊郁夫・神山 進 (編) 被服と化粧の社

- 会心理学 人はなぜ装うのか 北大路書房 pp.28-46.
- 大坊郁夫 (編) (2001). 化粧行動の社会心理学 化粧する人間のこころと行動 (高木 修 (監修) シリーズ 21 世紀の社会心理学 9) 北大路書房
- 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.
- 向後智子・向後千春 (1995). 電子メール利用とコミュニケーション能力との関係 電子情報通信学会技術研究報告, **ET95**, 15-20.
- 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.
- 村澤博人 (2001). 装いと変身の化粧 大坊郁夫 (編) 化粧行動の社会心理学 化粧する人間のこころと行動 (高木 修 (監修) シリーズ 21 世紀の社会心理学 9) 北大路書房 pp.64-75.
- 野澤桂子・沢崎達夫 (2007). 対人恐怖傾向と化粧の効用意識との関連 目白大学心理学研究, **3**, 95-108.
- 岡田 努 (2002). 現代大学生の「ふれ合い恐怖的心性」と友人関係の関連についての考察 性格心理学研究, **10(2)**, 69-84.
- Rubin, R. B., Palmgreen, P., & Sypher, H. E. (Eds.) (1994). *Communication research measures: A sourcebook*. New York: Guilford Press.
- 高木 修 (監修) 大坊郁夫・神山 進 (編) (1996). 被服と化粧の社会心理学 人はなぜ装うのか 北大路書房
- 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.
- 米倉志穂・吉岡和子 (2012). 女子青年の化粧行動と対人恐怖心性の関連 福岡県立大学人間社会学部紀要, **21(1)**, 115-125.

補助資料1 向後・向後(1995)のコミュニケーション不安尺度

- 1 一対一の場面でうまくコミュニケーションできる。*
- 2 少人数の会合で話すとき、ふだんよりも心臓がドキドキする。
- 3 大勢の前で話すのが好きだ。*
- 4 あまりよく知らない人と話すのは避けたい。
- 5 少人数の会合で話すとき、強い印象を与えられない。
- 6 大勢の前で話したあと、がっかりした自分を感じる。
- 7 いま知り合ったばかりの人と楽しく話すことができる。*
- 8 少人数の会合で話すとき、リラックスしている。*
- 9 できれば大勢の前で話すのは避けたい。
- 10 あまりよく知らない人と話すときは緊張する。
- 11 少人数の会合でよく話す。*
- 12 大勢の前で話すことを考えただけでびくびくする。
- 13 いま知り合ったばかりの人と話すとき、ふだんよりも心臓がドキドキする。
- 14 少人数の会合で話すことが楽しい。*
- 15 大勢の前で話すとき、よい印象を与える。*
- 16 一対一で話すことが必要な仕事につきたい。*
- 17 少人数の会合でコミュニケーションしようとしてもがっかりする。
- 18 大勢の前で話すとき、緊張してかたくなる。
- 19 一対一で会話するとき、話すよりも聞く方が好きだ。
- 20 少人数の会合では話すことを避ける。
- 21 大勢の前で話したい。*

注1) *逆転項目

注2) 一対一場面(項目1、4、7、10、13、16、19)

小集団場面(項目2、5、8、11、14、17、20)

大勢場面(項目3、6、9、12、15、18、21)

補助資料2 本研究で使⽤したコミュニケーション不安尺度の項目間の相関関係

項目	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	.532	.559	.580	.564	.408	.439	.383	.478	.390	.447	.347
2		.680	.771	.486	.377	.354	.444	.581	.570	.504	.579
3			.691	.461	.264	.358	.323	.596	.453	.679	.450
4				.601	.468	.446	.508	.636	.593	.532	.625
5					.760	.764	.714	.456	.430	.441	.433
6						.663	.797	.370	.402	.267	.377
7							.718	.414	.362	.406	.351
8								.366	.399	.301	.376
9									.856	.790	.794
10										.615	.841
11											.697

注1) 表内の数値はピアソンの積率相関係数 r で、すべての r は 0.1%水準で有意

The influence of communication anxiety on women’s makeup

Hiromi FUKADA (Hiroshima Bunkyo Women’s University)

and

Ayumi KAJIMOTO (Hiroshima Bunkyo Women’s University)

The purpose of this study was to examine the influence of communication anxiety on women’s makeup. One hundred and forty-three college students were asked to answer questionnaires which consisted of questions about makeup and communication anxiety. Consciousness and behaviors of makeup were compared between high and low communication anxiety groups. Compared to the low communication anxiety group, the high communication anxiety group evaluated the impression of their makeup as “calm.” They also strongly thought that the reason for makeup was “social common sense” and “to reduce their complex regarding their face,” and found that it was difficult to go out or to see someone without makeup. Women with high communication anxiety positively recognized and actively utilized makeup.

Key words: communication anxiety, makeup, women