

大学生における身体の可変性についての基礎的研究

—KJ法による可変性に関する自由記述の分析を通して—

大村 美菜子*¹・小島 弥生*²・中田 洋二郎*³・沢宮 容子*⁴

Fundamental Study on the Variability of the Body in University Students

—Analysis of Free Descriptions about Variability by the KJ Method—

OHMURA Minako, KOJIMA Yayoi, NAKATA Yojiro and SAWAMIYA Yoko

Abstract

This study examines the variability of body through previous researches on personal appearance and recognition of body. We have conducted a questionnaire survey on female university students' feelings about the extent to which they can change their six body parts: "features of face", "eyes", "lower body", "hair", "skin" and "upper body". The subjects were 154 female university students. By KJ method, we have classified the results obtained in free description in the questionnaire. As a result, these have been categorized into 3 to 5 in terms of each body part. In conclusion, we have found that the descriptions of "easy to change" concerning "hair", "eyes" and "skin" were many, whereas many respondents described "not easy to change" concerning "upper body", "lower body" and "features of face".

[Keywords] body, variability, KJ

問題と目的

女性が年齢を重ねるに従って身体的外見に対する満足感が低下することが指摘されている (Harter, 1998)。また、江田 (2006) によると、標準体重であるにも関わらず、自分の体型を「太っている」、あるいは「やや太っている」と評価する女子大学生が81.1%を占めている。これは自分の身体への不満感のあらわれとして見ることができる。このように青年期の女性は、自分の身体について不満感を抱く傾向にある。

身体に対する満足感・不満感には、身体全体に対するもののほかに、身体の個々の部位に対するものもある。石原・大澤 (2003) は、青年期女子が不満感を抱いている身体部位として、「足 (が太い)」、「ウエスト (が太い)」、「腕 (が太い)」などをあげている。顔の美醜観に関するアンケート調査では、青年期女子の場合、「好きな顔の部分」でも「嫌いな顔の部分」でも鼻、目、口、および肌が上位を占めている (村澤, 2000)。また、女性の醜形恐怖症者が訴える身体部位として、「肌」が最も多かったことが報告されている (Phillips, Menarda, & Fay, 2006)。さらに金本ら (1999) は、身体満足感を部位ごとにわけて検討し、その結果、女子大学生が「太もも」「ヒップ」「脚」など下腹部に不満感を抱いていることを報告している。このことから金本ら (1999) は、下腹部という即時的に変えることが困難な身体部位に強い不満感を持っていることを指摘している。

大村・沢宮・小島 (2010) は青年期女子の身体満足感を部位ごとに測定し、身体の各部位に対する満足感が自尊感情を媒介してシャイネスにどのような影響を及ぼすかについて検討した。身体満足感に関する32項目を対象に因子分析を

* 1 立正大学大学院心理学研究科研究生

* 2 埼玉学園大学人間学部人間文化学科准教授

* 3 立正大学心理学部臨床心理学科教授

* 4 筑波大学人間系教授

行った結果、「上半身」「下半身」「肌」「髪」「目」「鼻」「毛深さ」の7因子に分類された。その結果、「肌」と「髪」の満足のみが自尊感情やシャイネスに影響を及ぼすことが示された。一方で、「上半身」「下半身」「目」「鼻」「毛深さ」への満足感においては、自尊感情やシャイネスへ影響は見られなかった。

「肌」と「髪」のみが自尊感情やシャイネスに影響を及ぼすという結果には、身体部位における可変性の難易度が関わっていると考えられる。例えば、化粧やヘアスタイルで一時的に装いを変えることができ、「目」や「髪」は変えやすい身体部位であると考えられる。逆に「上半身」「下半身」はダイエットなどをしない限り、不満のある体型を洋服だけでは隠すことができず、金本ら（1999）の言うように即時に変えることが困難な身体部位である。「鼻」も化粧で変えることができても、満足できない場合は整形などをしない限り変えることが難しい。それに対し、「肌」は化粧などの方法で、「髪」もヘアスタイルを変えるなどで一時的に装いを変えることもできる。ただし肌荒れを起こしている場合は化粧ノリが悪いなど、化粧だけでカバーすることは難しく、スキンケアや規則正しい生活で効果が異なってくるが、整形のような費用やダイエットほどの時間はかからない。「肌」や「髪」は、「目」ほど即時に装いを変えることはできないが、少し努力すれば効果が表れると考えられる。すなわち、少しの努力で即効性がある身体部位が身体満足感には関連しており、それが自尊感情やシャイネスに影響を与える原因と考えられる。

そこで、本研究では身体を「顔の造り」「目」「髪」「肌」「上半身」「下半身」の6部位に分け、それぞれの部位についてどの程度、可変性があると感じているか検討し、女子大学生の身体満足感に関する研究のための基礎的な資料を得ることを目的とした。なお、「毛深さ」は身体部位には入らないと判断し、今回は省くこととした。また「鼻」に関しては輪郭も含め「顔の造り」に置き換えて検討することとした。

方 法

調査対象・時期

女子大学生154名を対象に、2012年11月に調査を行なった。

手続き

担当教員の許可を得て、授業時間中に質問紙を配布し、回答後に一斉回収した。回答時間は約15分であった。なお実施に際して、本調査は強制ではないこと、回答内容は統計的に処理され個人情報漏洩する心配のないことを質問紙に明記した上で、口頭で教示した。

調査内容

「顔の造り」「目の状態」「下半身の状態」「髪の状態」「肌の状態」「上半身の状態」の6部位について“それぞれの事柄は「変える」ことが容易だと思いますか。それとも難しいと思いますか。あなたが「変えやすい・変えにくい」と思う程度について、当てはまる数字に○をつけてお答えください。”という教示文を提示し、各身体部位の領域における変えやすさの程度を5件法で尋ねた。

また「顔の造り」「目」「下半身」「髪」「肌」「上半身」の6部位について、どのような手段を用いれば「変えることができる」と思うかを、自由記述で思いっだけ列挙するよう求めた。なお、思いつかない事柄については「ない」と記入するよう教示した。

結 果

回答に不備のなかった145名を分析対象とし、6部位それぞれにおける変えやすさの平均値と標準偏差を検討した（Table 1）。6項目について参加者内一要因分散分析を行った結果、6項目の中で最も変えやすいと女子大学生が感じている項目は「髪」であり、その他の5つの身体部位のすべてと有意な差が認められた。続いて変えやすいと感じている項目は「目」であった。「肌」は「髪」「目」に次いで変えやすいと感じている身体部位であった。

自由記述で得られた回答について、筆者と共同研究者2名がKJ法により分類した。その際、各身体部位に関する記述が2つ以上の異なった

Table 1 各項目の平均値と標準偏差

	<i>M</i>	<i>SD</i>
髪の状態	3.93	.998
目の状態	3.54	.913
肌の状態	3.30	.987
上半身の状態	2.92	.886
下半身の状態	2.75	.894
顔の造り	2.50	1.208

内容を含んでいる場合は別々に分類し、白紙のものは除外した。「髪」「目」「肌」「顔の造り」「上半身」「下半身」のそれぞれについて、意味の近いと考えられるカードを収集してグループ化した。グループ内のカードを全体的に見渡し、共通するテーマを見出してグループ名をつけた（第1段階）。次に意味の近いまとまりにまとめていき、下位カテゴリーとして名称をつけた（第2段階）。さらに、もう一段階同様の作業を行い最終的なカテゴリーを構成した（第3段階）。各身体部位の最終カテゴリーを Table 2 に記載した。

KJ 法の結果、「顔の造り（造作の改善・雰囲気改善・フェイスラインの引き締め・表情の改善）」では、第1段階で

Table 2 KJ 法により抽出されたカテゴリーと記述例

身体部位	カテゴリー	記述例	該当数
顔の造り	造作の改善	アイプチをする、整形手術をする、メイクで頑張る	167
	雰囲気改善	雰囲気を変える、ヘアスタイルを変えてみる	2
	フェイスラインの引き締め	エステに行く、アンチエイジング、顔のむくみをとる、マッサージ、ダイエット、運動、筋肉をつける	13
	表情の改善	表情でカバーする、気持ち次第	10
目	形の改善	整形、メザイク、アイプチ	56
	装い	エクステ、メイク、カラーコンタクト	118
	疲労回復	マッサージ、睡眠、目を温める、マッサージ、運動、目薬	28
	視力回復	レーシック、メガネ、コンタクト、眼科、病気を手術、食事、サングラス、目を悪くしないように気を付ける	117
	表情の改善	目つき意識、感情で表現	3
下半身	体型の改善	ダイエット、運動、エステ、筋トレ、努力、整形、意識	145
	むくみ防止	マッサージ、むくみを取る、マッサージ、ストレッチ、休める	33
	整体	骨盤矯正をしに整体に行く、姿勢に気を付ける	4
	治療	病院、リハビリ	5
	服装の改善	服装	1
髪	髪と地肌のケア	トリートメント、シャンプーを変える、頭皮ケア、髪を傷めないようにする、きちんとドライヤーで乾かす	117
	ヘアスタイルチェンジ	美容院へ行く、パーマ、カラーリング、カット、ヘアアレンジ、ヘアアイロンを使う、ウィッグ、髪を伸ばす	160
	生活の改善	睡眠をたくさん取る、食事に気を付ける、生活リズムの改善、ストレスをなくす	9
肌	美容外科での施術	整形手術、ヒアルロン酸を打つ	3
	メイク	メイク	9
	スキンケア	エステに行く、スキンケアを頑張る、洗顔、日焼けしないようにする、マッサージ、パック	138
	体の中から改善	ストレスを防ぐ、生活リズム、食事から、薬・サプリメントを飲む、運動、皮膚科に行く	109
上半身	体型の改善	筋トレ、運動、ダイエット、食事、エステ、整形、努力	141
	むくみ防止	ストレッチ、マッサージ、体を休める	18
	整体	整体、姿勢	2
	治療	手術、病院	4
	服装の改善	服装	7

15個、第2段階で5個、第3段階で4個のカテゴリーが抽出された。“造作の改善”はアイプチや整形手術、メイクなど目を大きく見せたり、形を変えたりするような記述が含まれた。“雰囲気改善”はヘアスタイルを変えるなど雰囲気から変える記述が含まれた。“フェイスラインの引き締め”はエステに行くやむくみを取るためのマッサージをするなど、顔を引き締める記述が含まれた。“表情の改善”は表情でカバーするや気持ち次第など笑顔でよく見せようとする記述が含まれた。

「目（形の改善・装い・疲労回復・視力回復・表情の改善）」では、第1段階で24個、第2段階で6個、第3段階で5個のカテゴリーが抽出された。“形の改善”は整形やメザイク（瞼に粘着テープを食い込ませて二重を作る）、アイプチ（瞼に糊を塗り二重を作る）など、目の形を変える記述が含まれた。“装い”はエクステやカラーコンタクト、アイメイクなど、目を装う記述が含まれた。“疲労回復”は睡眠やマッサージ、目を温めるなど目の疲れを取る記述が含まれた。“視力回復”は、コンタクトやメガネ、レーシックなど、視力を矯正する記述や、食事、サングラスなど視力の低下を予防するなど視力を矯正したり、視力の低下を予防したりする記述が含まれた。“表情の改善”は目つきを意識するや、感情を表現するなど表情を変えることによって目の印象を変える記述が含まれた。

「下半身（体型の改善・むくみ防止・整体・治療・服装の改善）」では、第1段階で16個、第2段階で8個、第3段階で5個のカテゴリーが抽出された。“体型の改善”はダイエットや運動、筋トレなど、脂肪を落としたり筋肉をつけたりという体型を変える記述が含まれた。“むくみ防止”はマッサージやストレッチなどリンパを流すことでむくみを防ぐ記述が含まれた。“整体”は骨盤矯正をするや姿勢に気をつけるなど、体を整える記述が含まれた。“治療”は病院に行くやリハビリを行うなど、治療的な記述が含まれた。“服装の改善”は服装でカバーする記述が含まれた。

「髪（髪と地肌のケア・ヘアスタイルチェンジ・生活の改善）」では、第1段階で23個、第2段階で6個、第3段階で3個のカテゴリーが抽出された。“髪と地肌のケア”は、トリートメントやノンシリコンシャンプーを使う、また頭皮ケアや髪を傷めないなど、髪を良い状態に保つ記述が含まれた。“ヘアスタイルチェンジ”はカラーリングやパーマ、さらにはヘアアレンジやヘアアイロンなど、ヘアスタイルを変えて楽しむ記述が含まれた。“生活の改善”は睡眠や食事をきちんと取るなど規則正しい生活をする記述が含まれた。

「肌（美容外科での施術・メイク・スキンケア・体の中から改善）」では、第1段階で16個、第2段階で5個、第3段階で4個のカテゴリーが抽出された。“美容外科での施術”は、整形や手術、さらにはヒアルロン酸を打つなど、実際に美容外科に行って施術をしてもらう記述が含まれた。“メイク”は化粧でカバーするや、化粧で美しく見せるなど、化粧をすることで肌を美しく見せる記述が含まれた。“スキンケア”は化粧水・美容液を良いものを使うや、きちんと洗顔をする、さらには日焼けを予防するなど、肌を良い状態に保つ記述が含まれた。“体の中から改善”は規則正しい生活を送るや、食事に気をつける、さらには運動をするなど、体の中を健康にすることによって肌を美しく保つ記述が含まれた。

「上半身（体型の改善・むくみ防止・整体・治療・服装の改善）」では、第1段階で16個、第2段階で7個、第3段階で5個のカテゴリーが抽出された。「下半身」と同様に“体型の改善”はダイエットや運動、筋トレなど、脂肪を落としたり筋肉をつけたりという体型を変える記述が含まれた。“むくみ防止”はマッサージやストレッチなどリンパを流すことでむくみを防ぐ記述が含まれた。“整体”は骨盤矯正をするや姿勢に気をつけるなど、体を整える記述が含まれた。“治療”は病院に行くや手術を行うなど、治療的な記述が含まれた。“服装の改善”は服装でカバーする記述が含まれた。

考 察

本研究では、身体認識や美醜に関する先行研究から身体の変異性に注目し、身体を「顔の造り」「目」「下半身」「髪」「肌」「上半身」の6部位に分け、それぞれの部位についてどの程度、変異性があると感じているか検討した。「顔の造り」「目」「下半身」「髪」「肌」「上半身」について参加者内一要因分散分析を行った結果、「髪」について最も変えやすいと感じていた。“ヘアスタイルチェンジ”に関する記述を見るとパーマやカラーリングで満足できる状態に達しやすく、さらにウィッグなどを活用している風潮が近年みられることから、変えることが可能な身体部位であることが考えられる。次に変えやすいと感じている項目は「目」「肌」であった。「目」の“装い”に関する記述を見るとエクステや化粧などの方法で一時的に装うことができ、満足できる状態に達しやすい。その次に変えやすいと感じている項目は「肌」であった。「肌」も「目」と同様に“メイク”に関する記述を見るとファンデーションでカバーなど、ある程度までは満足できる状態に持っていけるが“スキンケア”の記述を見るとパックやエステなど地道な努力で効果が異なっ

くる部位ではある。さらに、どちらかといえば変えやすいと感じていた「上半身」「下半身」の“体型の改善”に関する記述を見ると、ダイエットや運動などの方法で変えることができるが、努力を要するや、容易には変えられないという記述も多く含まれていることから、ダイエットをするにはかなりの労力と時間がかかることが考えられる。そして最も変えにくいと感じているのは「顔の造り」であった。「顔の造り」は、“メイク”に関する記述を見ると口紅やハイライト、シェーディングなどの記述が見られ、大きさや形を化粧品で一時的に変えることが可能であると考えられる。しかし“造作の改善”に関する記述を見ると整形が最も多く、化粧品だけでは物足りない場合には整形が必要となり、「上半身」「下半身」と同様に労力やコストがかかると考えられる。

本研究で最も変えにくいと感じている身体部位は「顔の造り」であったが、「下半身」に対しても比較的に変えにくいと感じている人が多かった。この結果は、金本ら（1999）の指摘している、下腹部という即時に変えることが困難な身体部位に強い不満感を持っているという知見と重なっている。これらを踏まえ、身体部位によって変異性が異なることが明らかとなった。このことは各身体部位の変異性との関連で満足度も異なることが示唆される。今後は変異性と身体満足度の関連を踏まえて、それらが他の心理的特性にどのような影響を及ぼすかを検討する必要がある。

引用文献

- 江田節子（2006）. 大学生のボディーイメージと食習慣について 関東学院大学人間環境学会紀要 第6号, 41-50.
- Harter, S. (1998). The development of self-representation. In W. Damon, & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology. Social, emotional, and personality development*. New York: Wiley. 3, pp.553-617.
- 石原久代・大澤香奈子（2003）. 若い女性の将来の身体像と被服観に関する一考察 名古屋女子大学紀要 家政・自然編 第49号, 11-20.
- 金本めぐみ・横沢民男・金本益男（1999）. 身体に対する相互認知に関する研究 上智大学体育紀要 32号, 1-10.
- 村澤博人（2000）. おしゃれ白書—アンケートにみる顔の美醜観— ポーラ文化研究所
- 大村美菜子・沢宮容子・小島弥生（2010）. 身体満足度が自尊感情および対人関係に及ぼす影響 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集（19）, 48.
- Phillips, K. A., Menarda, W. & Fay, C. (2006). Gender similarities and differences in 200 individuals with body dysmorphic disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 47, 77-87.

