

人に会うことを想定した格好とその人の性格特性が主観的な 内面評価に与える影響とは

An investigation of dressing for meeting people and personality on their subjective internal evaluation

川上 春佳[†], 小松 孝徳[‡]

Haruka Kawakami and Takanori Komatsu

[†] 明治大学大学院先端数理科学研究科, [‡] 明治大学総合数理学部

[†] Graduate School of Advanced Mathematical Sciences, Meiji University

[‡] School of Interdisciplinary Mathematical Sciences, Meiji University

[†] cs232011@meiji.ac.jp, [‡] tkomat@meiji.ac.jp

概要

気分とは、ある状況におけるその時の心の状態のことを指す。本調査では、気分が喚起される際にその個人の性格のどの要素がどのくらい関与しているのか検討を行うことを目的とした。ネガティブな気分状態を測定する POMS2 の TMD 得点, SUBI を用いた心の健康度と疲労度と TIPI-J で算出された性格特性との関係を調査した結果、性格によって気分が一意に決定される訳ではないことが明らかとなった。この原因としては、性格を構成する個々の要素が気分を決定しているのではなく、性格を構成する要素の組み合わせが気分を決定しているからだと考えられた。

キーワード：感情 意思決定 性格

1. はじめに

気分とは、ある状況におけるその時の心の状態のことを指す。そして、人の気分は常に変化している。例えば好きな音楽を聞いたり、趣味に没頭したり、人と話すことで明るい気分になることができる。さらに、このような気分の状態になると、良い成果が発揮できると考えられる。現在著者らは、自分自身の「見た目」に気を使うことで自分の気分が前向きになれることが可能となり、結果として能力が向上されると考えている。

一般的には、人をその外見だけで判断することは、良くないことだと言われている。しかしながら、新しい人と出会ったとき、その人に対する印象はその人の外見に大きく影響されることは避けられず、相手に好印象を与えるためには出会ってすぐの「第一印象」が重要だとされており、「外見が良いこと」は他者からの印象も良くなり、他者から期待されたりすることにも繋がるといえる。人間にはこのような人の外見に関する認知バイアスが存在しているため、人の外見はその人を取り巻く人間関係に多大な影響を与えていると考えられる。よって「見た目」に気を付けるという行為は、周囲の人々との円滑な関係性を構築、維持するために

も重要な事柄だと言える。

「見た目」に気をつかうことは対外的なものだけでなく、自分に自信を感じられたりストレスを軽減したりするといった効果があることが報告されており、例えば藤原[1]は、参加者自身が化粧をした状態としていない状態を比較した結果、気分状態、生活の質、心の健康度や自信といった内面に対する価値が異なること、さらに化粧をして過ごすことが判断の難しい問題に対して自信を持って解答することに繋がったと報告している。「見た目に気を使っている」という状態は、それぞれ好みの服装やアクセサリを着用するなど、その人自身が「外見に気を使っている自分」「自分好みの外見でいる自分」と認識している状態であると考え、本研究はその中でも「人に会うことを想定した格好をしている自分」という状態に着目した。そして、そのような格好をしている場合とそうでない場合とでその人の内面にどのような影響があるのかを実験的に調査した[2]。その結果、そのような恰好をしている場合、そうでない場合と比較してネガティブな気分を緩和する結果が得られた一方で、陽性感情や怒り、混乱、抑うつ、疲労、緊張、活気といった細かい気分状態に有意差は観察されなかった。その原因として、通常時と比較して意識して外見を変化することで自分に自信を持てると思う参加者がいた一方で、他人を意識した格好すること自体を負担に感じた参加者もいたため、結果としてそれらの差異が平均化されていたことが考えられた。この調査は、参加者の性別、年代、実験者との関係性を統制した上で実施されたが、その結果はその人の価値観、嗜好および性格といったその人が持つ多くの内面的属性の影響を受けていたと想定された。藤原のようにある行動における気分状態についての研究が多いなかで、気分と性格との関係性を考慮して分析して研究を行っ

ているものは少ない。そこで本調査では、気分というものが喚起される際にその個人の性格のどの要素がどのくらい関与しているのか検討を行うことを目的とした。

2. 調査概要

本調査では気分とその個人の性格の関連を調べるために、調査対象者に対して POMS2, SUBI, TIPI-J といった尺度に回答させた。調査参加者は 129 名（男性 98 名、女性 31 名；年 19～23 歳）であった。POMS2 (Profile of Mood Status) [3]とは、現在の気分状態を把握することができる尺度、SUBI (The Subjective Well-being Inventory) [4]とは、心の健康度と疲労度を把握する尺度、TIPI-J (日本語版 Ten Item Personality Inventory) [5]とは、人の性格を把握する尺度である。

POMS2 は 65 問の質問項目から所定の時間における怒り—敵意(AH)、混乱—当惑(CB)、抑うつ—落込み(DD)、疲労—無気力(FI)、緊張—不安(TA)、活気—活力(VA)、友好(F)の 7つの因子を合成した TMD 得点（高得点であればより強いネガティブ状態を指す）を算出することで回答者の内面状態を判定する気分プロフィール検査であり、その回答者の性格ではなく一時的な気分を測定することができるというメリットがある。なお本研究では、質問項目を 35 問に短縮した POMS2 短縮版を使用した。POMS2 短縮版における項目数、尺度ごとの素得点の最小値及び最大値、高得点を示す人に共通する特徴は表 1 の通りである[6]。

SUBI[4]は世界保健機関 WHO が開発した 40 問の質問項目に回答することで、心の健康度と心の疲労度を把握することができる指標である。陽性感情と陰性感情は独立して働くと考えられているため POMS2 では測定が不可能なポジティブな感情も測定できるのがメリットである。なお、心の健康度の最大値は 57 点、心の疲労度は 63 点である。心の健康度は得点が高いと心の健康度は高いと言え、心の疲労度は得点が高いと心の疲労度は低いと言え。心の健康度について点数が 42 点以上の人は「まわりの人達と安定した関係が持っていて、必要なときに必要な手助けが得られ、毎日の生活に満足し、自信を持って人生を生きることができている」といえる。逆に 31 点未満の人は心の状態が安定で健康であるといえない。同様に心の疲労度について、48 点未満の人は精神的にも身体的にも疲れてきている可能性がある[7]。

TIPI-J (日本語版 Ten Item Personality Inventory) は小塩ら[5]によって作成された人の性格を把握する尺度であり、Big Five 尺度[8]の 5つの因子、Extraversion (外向性)、Agreeableness (協調性、調和性)、Conscientiousness (勤勉性、誠実性)、Neuroticism (神経症傾向、情緒不安定性)、Openness to Experience (Openness; 開放性) を 10 問の質問項目から算出する。TIPI-J は Big Five の各因子に対応する 2 項目（正方向と負方向）で構成され 60 項目の Big Five 尺と比べると遥かに参加者の負担が減ると考えられるため TIPI-J を性格を把握するための尺度として使用した。

表 1: 各尺度と TMD 得点の項目数、最大値、最小値、高得点者に共通する特徴

	項目数	最小値	最大値	高得点者に共通する特徴
TMD	30	-20	100	現在、情動機能に関する問題を抱えている
AH	5	0	20	いらいらしやしい、不機嫌になりやすい、他者に反感を抱きやすい、怒りをあらわにする
CB	5	0	20	混乱する、考えがまとまらない
DD	5	0	20	自分は価値のない人間であると感じる、ものごとに対処できない、孤独を感じる、悲しい、罪悪感
FI	5	0	20	疲れ切って元気がない、活力が低いと感じる
TA	5	0	20	身体的な緊張、不安な動作
VA	5	0	20	活力があり、ポジティブな感情を感じる
F	5	0	20	他者に対して標準よりポジティブな感情を感じる

3. 調査結果

POMS2 におけるネガティブな気分状態を示す TMD 得点の結果を以下の図 1 に示す。

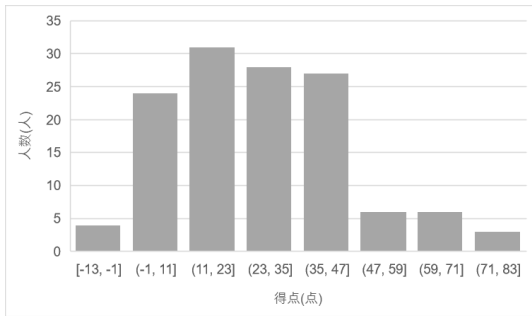


図 1 : POMS2 総合的気分状態 (TMD 得点) の人数別結果

また, SUBI で定義されている心の健康度において 42 点以上, 31 点以上 42 点未満, 31 点未満の人数を分類したものを図 2, 疲労度において 48 点以上, 48 点未満の人数を分類したものを図 3 に示す。

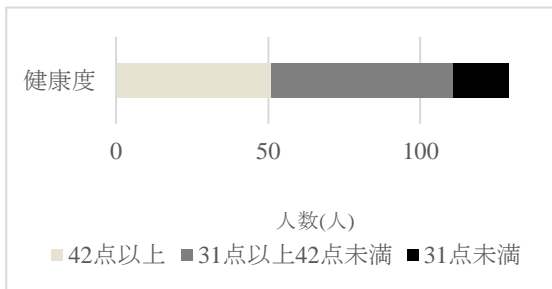


図 2 : 心の健康度の人数別結果

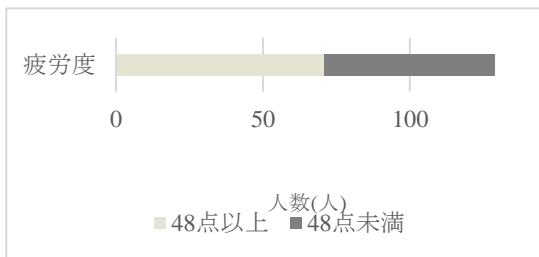


図 3 : 心の疲労度の人数別結果

まず, POMS2 の TMD 得点を目的変数, TIPI-J の各性格特性 (外向性, 協調性, 勤勉性, 神経症傾向, 開放性の得点) を説明変数とし重回帰分析を行った。まず, TMD 得点に関する分析においては, 精度の高さの判断基準を示す説明変数の選択基準 R_u の値は 0.23398 となった。これはネガティブな気分状態を示す TMD 得点のうち 23.4% は性格と関連していると解釈できる。目的変数に対する説明変数の影響度については, 勤勉性

が最も大きな影響を与えており, 次いで開放性, 協調性, 外向性, 神経症傾向の順となっていることが明らかとなった (表 2)。

表 2 : TMD 得点と各性格特性の重回帰分析の結果

	外向性	協調性	勤勉性	神経症傾向	開放性
影響度 (t 値)	-1.835	-2.016	5.059	-1.400	-2.506

よって, この重回帰分析より TMD 得点は以下の式 ①から算出されることが明らかとなった。

$$TMD \text{ 得点} = 42.092 - 1.638 \times [\text{外向性}] - 2.481 \times [\text{協調性}] + 5.087 \times [\text{勤勉性}] - 1.382 \times [\text{神経症傾向}] - 2.572 \times [\text{開放性}] \dots \text{①}$$

次に心の健康度を目的変数, 性格特性を説明変数として重回帰分析を行った結果, R_u の値は 0.21177 となった。目的変数に対する説明変数の影響度については, 神経症傾向が最も大きな影響を与えており, 次いで外向性, 勤勉性, 開放性, 協調性の順となっていることが明らかとなった (表 3)。

表 3 : 心の健康度と各性格特性の重回帰分析の結果

	外向性	協調性	勤勉性	神経症傾向	開放性
影響度 (t 値)	3.090	1,201	3.029	-3.161	2.287

よって, この重回帰分析より心の健康度は以下の式 ②から算出されることが明らかとなった。

$$\text{心の健康度} = 29.605 + 1.037 \times [\text{外向性}] + 0.556 \times [\text{協調性}] + 1.123 \times [\text{勤勉性}] - 1.195 \times [\text{神経症傾向}] + 0.882 \times [\text{開放性}] \dots \text{②}$$

最後に心の疲労度を目的変数, 性格特性を説明変数とした重回帰分析を行った結果, R_u の値は 0.26397 となった。目的変数に対する説明変数の影響度については, 神経症傾向が最も大きな影響を与えており, 次いで協調性, 外向性, 勤勉性, 開放性の順となっていることが明らかとなった (表 4)

表4：心の疲労度と各性格特性の重回帰分析の結果

	外向性	協調性	勤勉性	神経症 傾向	開放性
影響度 (t 値)	1.468	2.471	1.445	-6.129	0.119

よって、この重回帰分析より心の疲労度は以下の式③から算出されることが明らかとなった。

$$\begin{aligned} \text{心の疲労度} = & 48.103 + 0.454 \times [\text{外向性}] + \\ & 1.054 \times [\text{協調性}] + 0.4938 \times [\text{勤勉性}] - 2.135 \times \\ & [\text{神経症傾向}] + 0.042 \times [\text{開放性}] \cdots \textcircled{3} \end{aligned}$$

4. 考察

ネガティブな気分状態を測定する POMS2 の TMD 得点, SUBI を用いた心の健康度と疲労度と TIPI-J で算出された性格特性との関係を調査した結果, 性格によって気分が一意に決定される訳ではないことが明らかとなった。この原因としては, 性格を構成する個々の要素が気分を決定しているのではなく, 性格を構成する要素の組み合わせが気分を決定しているからだと考えられた。よって, TIPI-J によって5次元で表現された性格をクラスタリングするなどして性格のパターンを分類し, その分類と気分との関係を分析する必要があることが示唆された。

気分状態における人数別結果より, 同じ環境下や条件でも人によって気分が大きく異なることも分かった。

「ある状態の時の気分」というのは平均値の比較で分析するのではなく, どのような性格の人にどのような気分の変化をもたらすのか各個人で判断する必要がある。それだけでなく, そもそも性格というのは周囲の環境や価値観で形成されるため, 年齢や性別によっても細かく分析していく必要があるとも考えられる。

文献

- [1] 藤原寿理 (2017). 化粧がもたらす自己の価値および社会行動における価値の変化. 『福島県立医科大学医学部システム神経科学講座 コスメトロジー研究報告』, 25, 170-175.
- [2] 川上春佳・小松孝徳・小林稔. (2023). 見た目を気に掛けることがその人の主観的な内面評価に与える影響. 『信学技報』, 123(165), 70-75.
- [3] McNair, D. M., Lorr M & Droppleman L F (1992) : Profile of mood states, Educational and Industrial Testing Service, San Diego
- [4] Nagpal, D. R., & Sell, D. H. (1985) Subjective Well-being. New Delhi: World Health Organization.

- [5] 小塩真司・阿部晋吾・カトローニ ピノ (2012). 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) 作成の試み, パーソナリティ研究 21 (1), 40-52.
- [6] Heuchert, J. P., & McNair, D. M. (2021). POMS2 日本語版マニュアル. 東京: 金子書房.
- [7] 大野裕・吉村公雄. (2020). WHO SUBI 手引 第2版. 東京: 金子書房.
- [8] Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. Journal of Personality Disorders, 6(4), 343-359.