

自己呈示手段としてのポーズが心理・生理・行動に及ぼす影響

渡邊 匠[†] 坂本 晶子^{††} 阪田 真己子[†]

[†] 同志社大学文化情報学部文化情報学科

^{††} (株)ワコール人間科学研究所

1. はじめに

姿勢は、自己に影響を与える対自的効果と、他者に対して影響を与える対他的な効果があるとされ、様々な研究が蓄積されてきたが、他者が自己に対して抱く印象や評価を操作する「自己呈示」手段としての姿勢(ポーズ)に関する研究はほとんどされてこなかった。そこで、本研究は、自己呈示手段としての姿勢が、自己に及ぼす影響を与えているかを明らかにすることを目的とし、実際に特定のポーズをとることによる心理(意識性)、生理(ストレスマーカー)、行動(歩容)といった対自的な効用を確かめる実証実験を行った。

2. 実験方法

実験参加者は、若年層(20代)22名と中高年層(40~50代)22名の女性であった。まず実験では、8種類のポーズ画像の中から、自分の理想に最も近いポーズと最も遠いポーズを2種類ずつ選定させ、それらの印象について19項目の形容詞対にて評定を求めた。その後、実験参加者を、理想に近いポーズをとる群(以下:理想群)と理想から遠いポーズをとる群(以下:非理想群)にランダムに配置し、2つのポーズをとる前後の意識性(質問紙17項目、7件法)、唾液マーカー(コルチゾール値)、歩容(速度、歩幅)の測定を行った。

3. 結果

ポーズをとる前後の意識性、コルチゾール値、歩容データを従属変数に用いて、条件群(理想群/非理想群:参加者間)×世代(中高年層/若年層:参加者間)×ポーズの前後(前/後:参加者内)を独立変数にした混合計画による三要因分散分析を実施した。

3.1. 意識性への影響

17項目による意識性について、因子分析を行い「活動性」因子と「緊張性」因子を抽出し、それぞれの因子得点を従属変数とした分散分析を実施した。

活動性において、ポーズ前後の主効果、および条件と世代において1次の交互作用がみられた。下位検定の結果、理想のポーズをとった群は活動的な気分が上昇すること、また、理想、非理想に関わらず、中高年層より若年層の方がポーズ後に活動的な気分が上昇することがわかった(図1参照)。他方、緊張性については主効果、交互作用ともに認められなかった。

3.2. コルチゾール値への影響

ポーズをとった前後でコルチゾール値に主効果がみ

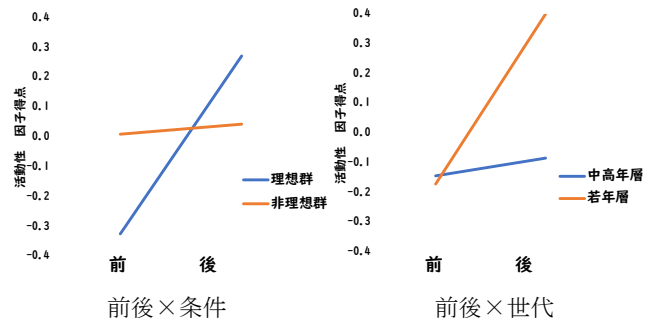


図1. ポーズをとる前後の変化

られ、ポーズ後のコルチゾール値が減少(ストレスが低下)することがわかった。ただし、コルチゾール値は日内変動が大きく、早朝をピークに正午に向かい減少することが知られていることから、本実験でのコルチゾール値の低下は、単なる日内変動である可能性も否定できない。

3.3. 歩容への影響

歩行速度は、世代の主効果のみが認められた。したがって、ポーズによる影響はなく、中高年層より若年層の方が歩行速度が遅いことがわかった。歩幅については主効果、交互作用のいずれも認められなかった。

4. 考察とまとめ

両世代とも理想的なポーズをとることにより、活動的な気分が上昇することがわかった。このことは、他者に見られることを意識した「理想的なポーズ」をとることが、自己呈示手段としての効用を持つことを示唆するものであるといえる。またその効用は若年層においてより顕著であることも確かめられたといえる。

中村(2016)では、個人がそうありたいと望む理想自己と現在の自分自身である現実自己におけるズレが「劣等感」に繋がると述べている。本実験において、「理想的なポーズをとること」が、現実自己を理想自己に接近させるための手段として機能している可能性が確かめられたといえる。

参考文献

- [1] 小島弥生, 太田恵子, 菅原健介. (2003). 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み. 性格心理学研究 11.86-98.
- [2] 中村純子. (2016) 理想自己と現実自己の差異と自己注目が劣等感に与える影響, 人間文化生活研究, 26, 168-172.