

抑うつ状態が着装規範意識および衣服の色の選択に与える影響 ～大学生女子を対象に～

Research on the influence of depressive feelings
on clothing norms and on the choice of clothing color

安藤嘉奈子・遠藤友香梨

Kanako Ando・Yukari Endo

This study aims to examine the influence of depressive feelings on clothing norms and the choice of clothing color. The research involved 138 female university students.

The investigation yielded the following results.

(1) The clothing norms were acquired intentionally and were found to be low in persons with strong feelings of depression.

(2) The selection of warm colors with low chroma was intentionally avoided and high in persons who were strongly depressed.

(3) Moreover, even in the selection of T-shirts for daily wear, it was observed that when the feelings of depression became stronger, clothes in colors with high chroma were avoided.

1. はじめに

抑うつ状態とは、抑うつ気分（憂うつ感や不安感、空虚感等）が強く、思考力や集中力が減退し、罪悪感が強く自信がなくなり、自分を無価値な存在と捉えるという心理状態と、不眠や食欲の減退または増加等の身体的問題を有する状態を指している。抑うつ状態には幅があり、精神医学的概念のうつ病の病態から、日常的な落ち込みの現象までが含まれる。

抑うつ状態が生じる要因やその病態に関する研究は盛んに行われており、抑うつ傾向の強い人は世界・自己・将来について否定的に認知し（Beck,1967,1976）^{1), 2)}、過去の記憶も否定的な方向に偏っている（Clark & Teasdale, 1982; Bargh & Tota, 1988）^{3), 4)}との指摘がなされている。

抑うつ状態に伴う自己否定的な傾向は着装行動にも反映されると推測されるが、両者の関連を数量的に検討したものはない。そこで本研究では、抑うつ状態の程度が着装規範意識、および着用する衣服の色の選択に与える影響について検討したい。

装着規範意識とは、「装着行動における個人的規範」（牛田・高木, 2003）⁵⁾とも、ある社会的場面における「服装に対するふさわしさ」（藤原ら, 1998）⁶⁾に関する意識とも定義される。人間が衣服を選択し着用する際には、着用する時間、場所、機会（TPO）のような基本的要素から、衣服の機能性、デザイン、価格等の細部に至るまで考慮し、様々なレベルで意志決定を行っており（能登・山口, 2003）⁷⁾、そうした意思決定の基盤となるものが装着規範意識である。

着装規範意識に関する先行研究からは、社会的場面の違いにより、社会的調和、個性・流行、実用性に関する着装基準が存在することが明確となっており、着装規範意識を規定する個人的要因には公的自己意識、自尊心、形式主義、社会的スキルがあると指摘されている(牛田ら,1998,2000)^{8),9)}。

人間心理と色彩の関連は古くから論じられており、パーソナリティやその時々感情と色彩への嗜好や描画の際の色の選択の間には関連があることが明らかとなっている(Birren,1962;松岡,1983,1994;金子,1990)^{10)~13)}。先行研究(浅利,1964;渡部,2004)^{14),15)}では、緑は疲労感、無気力、悲哀の象徴、青は劣等感、服従、自製の象徴、黒は恐怖、抑圧の象徴、灰色は不安の象徴、白は警戒心、失敗感の象徴として捉えられており、これらの色彩は抑うつ状態と関係すると考えられる。心理療法の一環としてカラージュを作成する際に、うつ病患者は緑を選択する傾向にあるが、回復臨界期を迎えると、黄を選択するようになるとの報告もある(野元ら,2007)¹⁶⁾。

本研究では、色の好みや描画の色の選択において考えられてきたこのような傾向が、衣服の色の選択の際にもみられるかを吟味したい。

II. 研究方法

1. 質問紙の構成

質問紙の構成は以下の通りである。

a) フェイスシート：質問紙のフェイスシートには本研究に関する同意説明文書を記載し、回答者の年齢、性別を尋ねる項目を載せた。

b) 「抑うつ状態」尺度：抑うつ状態の程度を測定するため、「MMPI(ミネソタ式多面人格目録)」(Hathaway&Mckinley,1943)¹⁸⁾より、抑うつ状態に関する42項目を選定した。

c) 「着装規範意識」尺度：着装規範意識の程度を測定するため、内藤・小林(2005)¹⁷⁾の「衣服の色彩についての規範意識の測定項目」に新たに21項目を加え、35項目によってこの尺

度を構成した。

d) 「着用する衣服の色合い」尺度：暖色系の色として赤と黄、寒色系の色として緑と青を選定し、2通りの彩度(鮮やか・薄い)を設け、「鮮やかな赤」「鮮やかな黄」「鮮やかな緑」「鮮やかな青」「薄い赤」「薄い黄」「薄い緑」「薄い青」の8種類の色合いを定めた。それに無彩色の「黒」「灰」「白」を加えて、11色を着用する色として選定し、これらの色彩からなる尺度とカラーリストを作成した(図1)。さらに、衣服を着用する状況と着用する衣服の種類を組み合わせる4場面(「入社式に出席する時のスーツ」「近所へ買い物に行く時のロングTシャツ」「友人の結婚式に出席する時のドレス」「南の島を旅行する時のサマードレス」)を設定し、これらの衣服のデザイン図を作成した(図2)。調査では、カラーリストと衣服のデザイン図を配布し、回答者には、それぞれの場面で、自分が11色の色合いについて着用すると思う程度を評定してもらうこととした。

すべての尺度の評定は、「全く当てはまらない」から「非常に当てはまる」までの5段階(1点~5点)とした。

2. 調査の実施

2008年7月に大学生女子を対象として質問紙調査を実施した。筆者の担当する授業終了後に、

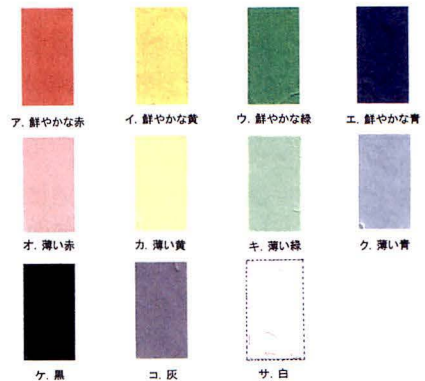


図1 カラーリスト

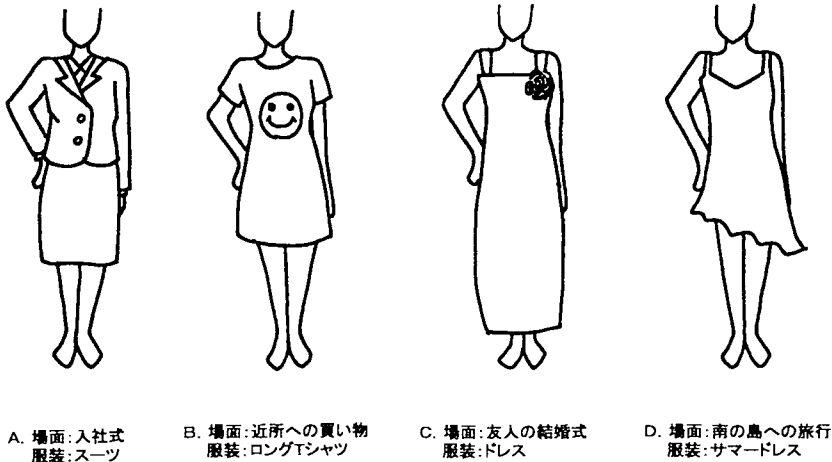


図2 衣服のデザイン図

調査に関する説明を聞く意思のある学生に残ってもらい、本研究の目的や調査内容を説明した。

まず、回答者が心理的負担を感じるようなないように、研究目的や調査内容に賛同できない場合には協力しなくてもよいこと、調査に協力した場合にも、答えたくない質問には回答しなくてもよいことを説明した。次に、個人情報保護のために調査用紙は無記名式とし、用紙は回収後鍵のかかる場所に保管し、分析終了後に破棄すること等について触れ、調査協力に関して同意の得られた学生にのみ調査を実施した。

調査の結果、得られた有効回答者数は大学生女子138名で、平均年齢は20.54歳 (SD=1.54) であった。

3. 分析方法

回答者の集団の属性を捉えるため、まず人数、平均年齢等の単純集計を行った。次に、「抑うつ状態」「着装規範意識」「着用したい衣服の色合い」の因子分析(主因子法)を行い、その後階層的重回帰分析を行った。統計的解析には、SPSS 15.0 J for Windowsを用いた。

Ⅲ. 研究方法

1. 4場面の「着用する衣服の色合い」の平均

値の差の検定

先述した4場面について、「着用する衣服の色合い」の11色の平均値と標準偏差を求めた。さらに各場面の衣服の色彩選択の全般的な特徴を把握するため、11色の色合いについて平均値の差の検定を行った(表1)。

場面によって選択される色合いは異なっていたが、「入社式に出席する時のスーツ」では、他の色彩と比較して、「黒」の平均値が大変高かった ($p<.01$)。それ以外の3場面においては、有彩色の彩度の低い4色(「薄い赤」「薄い黄」「薄い緑」「薄い青」)の平均値が高めであった。

2. 「抑うつ状態」の因子パターンと信頼性の検討

「抑うつ状態」について因子分析(主因子法、Promax回転)を行い、どの因子にも.40未満の負荷量を示す項目、2因子にまたがって.40以上の負荷量を示す項目を削除した結果、3因子が抽出された(表2)。

第1因子は、「自分が気にしなくてもいいことまで、深刻に悩む」「私は、同じことを何度でもよくよと考え込んでしまう」等の、考えがまとまらず、小さな物事さえも決断できない思

表1 「着用する衣服の色合い」の4場面の平均値, 標準偏差, および平均値の差の検定

「入社式に出席する時のスーツ」				「近所へ買い物に行く時のロングTシャツ」				
	N	Mean	SD	平均値の差の検定	N	Mean	SD	平均値の差の検定
「鮮やかな赤」	138	1.16	.42	「鮮やかな赤」<「鮮やかな黄」<	138	2.64	1.24	「鮮やかな赤」<「鮮やかな
「鮮やかな黄」	138	1.14	.39	「鮮やかな緑」<「鮮やかな	138	2.88	1.27	黄」<「鮮やかな緑」<「鮮
「鮮やかな緑」	138	1.20	.51	青」「薄い赤」「薄い黄」「薄	138	2.95	1.23	やかな青」<「薄い赤」「薄
「鮮やかな青」	138	1.49	.91	い緑」<「薄い青」<「白」<	137	3.13	1.24	い黄」「薄い緑」「薄い青」
「薄い赤」	137	1.44	.82	「灰」*	138	3.75	1.11	「黒」「灰」「白」*
「薄い黄」	138	1.51	.87	「鮮やかな赤」「鮮やかな黄」	138	3.87	1.11	「薄い赤」<「薄い黄」*
「薄い緑」	138	1.40	.78	「鮮やかな緑」「鮮やかな青」	138	3.77	1.12	
「薄い青」	138	1.71	1.13	「薄い赤」「薄い黄」「薄い緑」	138	3.79	1.04	
「黒」	138	4.45	.81	「薄い青」「白」「灰」<「黒」**	138	3.80	1.10	
「灰」	138	3.87	1.27		138	3.76	1.16	
「白」	138	2.47	1.34		137	3.82	1.09	
「友人の結婚式に出席する時のロングドレス」				「南の島を旅行する時のサマードレス」				
	N	Mean	SD	平均値の差の検定	N	Mean	SD	平均値の差の検定
「鮮やかな赤」	138	2.46	1.28	「鮮やかな黄」「鮮やかな緑」	138	3.26	1.42	「黒」「灰」<「鮮やかな
「鮮やかな黄」	138	2.21	1.12	「灰」<「鮮やかな赤」「鮮や	138	3.43	1.34	緑」<「鮮やかな赤」<「鮮
「鮮やかな緑」	138	2.14	1.08	かな青」「白」<「黒」<「薄	138	3.12	1.30	やかな黄」「鮮やかな青」<
「鮮やかな青」	138	2.57	1.25	い緑」<「薄い赤」「薄い黄」	138	3.43	1.23	「薄い赤」「薄い黄」「薄い緑」
「薄い赤」	138	3.86	1.50	「薄い青」*	138	3.79	1.11	「薄い青」「白」**
「薄い黄」	138	3.68	1.18		138	3.91	1.03	「薄い緑」<「薄い黄」「薄い
「薄い緑」	138	3.32	1.05		138	3.75	1.14	青」「白」*
「薄い青」	138	3.57	1.09		138	3.92	1.00	「薄い赤」<「白」*
「黒」	138	2.94	1.39		136	2.19	1.25	
「灰」	138	2.21	1.17		138	2.11	1.12	
「白」	138	2.52	1.46		136	4.09	1.11	

* p < .05, ** p < .01

考力の低下を示す項目の負荷量が高かったため、「思考力の低下」と命名した。

第2因子は、「私にとって人生はいつも重荷だ」「いつも憂うつである」等の、憂うつ感や不安感を伴った抑うつ気分の強さを示す項目の負荷量が高かったため、「抑うつ気分」と命名した。

第3因子は、「自分の能力に自信が持たなくて、物事をあきらめたことが何度もある」「重大なことや難しいことにおつかるとしり込みす

る」等の、自分に対する無価値感や自信のなさを示す項目の負荷量が高かったため、「無価値感」と命名した。

それぞれの因子に40以上の負荷量を示す項目によって、「抑うつ気分」の下位尺度を構成し、各尺度のCronbachの信頼性係数を算出したところ、「自動思考」は $\alpha = .91$, 「抑うつ気分」は $\alpha = .89$, 「自信のなさ」は $\alpha = .85$ であり、すべての下位尺度において高い内的整合性が確認された。

抑うつ状態が服装規範意識および衣服の色の選択に与える影響

表2 「抑うつ状態」の因子分析の結果（主因子法，Promax回転）

項目	因子負荷量		
	I	II	III
I 「思考力の低下」(Mean = 27.15, SD = 7.41, $\alpha = .91$)			
自分が気にしなくてもいいことまで、深刻に悩む	.815	-.036	-.051
私は、同じことを何度もよくよと考え込んでしまう	.792	.027	.148
よくよと心配しやすいほうだ	.781	-.118	.178
本当は何でもないことを、訳もなく気に病んだことがある	.757	-.114	.116
物事を深刻に考えがちである	.699	.093	.026
ひどく神経を張りつめるたちだ	.633	.312	-.166
私が最も激しく戦っている相手は、私自身である	.568	.120	-.165
後悔することをよくしでかす（後悔することが、人よりもはるかに多い）	.561	-.019	.228
II 「抑うつ気分」(Mean = 25.52, SD = 8.22, $\alpha = .89$)			
私にとって人生はいつも重荷だ	-.136	.863	.058
いつも憂うつである	.175	.717	-.028
将来には希望が持てない	-.324	.703	.353
気が狂うのではないかと恐れている	.257	.613	-.152
何か不幸なことが起こりそうで心配だ	.169	.553	-.085
人のいるところへは、できるだけ近寄りたくない	-.089	.595	.106
人と一緒にいる時でも、いつも独りぼちのように感じている	.172	.561	-.108
自分がどうなってもかまわないような気がする	-.035	.548	.128
いつも体中が衰弱しているように感じる	.305	.522	-.084
いつも何かに不安を感じている	.208	.477	.060
III 「無価値感」(Mean = 15.52, SD = 4.34, $\alpha = .85$)			
自分の能力に自信が持てなくて、物事をあきらめたことが何度もある	.069	.050	.792
重大なことや難しいことにぶつかるとしり込みする	.171	-.183	.768
物事がうまくいかないと、すぐあきらめる	-.055	.031	.761
時々困難なことが積み重なってきて、それを乗り越えられないと感じる	.068	.215	.567
私は全く自信がない	-.020	.380	.426
因子間相関			
I 「思考力の低下」		.538	.313
II 「抑うつ気分」			.508

3. 「服装規範意識」の因子パターンと信頼性の検討

「服装規範意識」について因子分析（主因子法，Promax回転）を行い、どの因子にも.40未満の負荷量を示す項目、2因子にまたがって.40以上の負荷量を示す項目を削除した結果、

2因子が抽出された（表1）。

第1因子は、「自分の服装がまわりの人より浮いていないか気になる」「自分の着ている服が社会的に見てふさわしいものであるかどうかいつも考える」等の、服装規範意識の強さを示す項目の負荷量が高かったため、「規範意識の

表3 「着装規範意識」の因子分析の結果(主因子法, Promax回転)

項目	因子負荷量	
	I	II
I 「規範意識の強さ」(Mean = 25.36, SD = 4.54, $\alpha = .81$)		
自分の服装がまわりの人より浮いていないか気になる	.745	-.283
自分の着ている服が社会的に見てふさわしいものであるかどうかいつも考える	.687	-.056
社会的にふさわしい服装をいつも心掛けている	.636	.124
自分の服装がまわりの人の目にどう映るかをいつも意識している	.622	-.095
常識やしきたりに従った色の衣服を着用する	.584	.019
自分の服装がその状況にふさわしいものか、常に考えている	.535	.067
常にその状況にあった服装を選んでる	.443	.355
II 「規範的行動への自信」(Mean = 22.00, SD = 3.24, $\alpha = .77$)		
その場の雰囲気に合わせて服装を変えることができる	-.077	.803
その状況に適した色合いの衣服を選ぶことができる	.116	.713
さまざまな人やさまざまな状況に合わせて衣服を選ぶのは苦手だ*	-.171	.589
その場における自分の立場にふさわしい色の衣服を着用することができる	.075	.522
社会的な場面で、他の人が望むように、自分の身なり・服装を整えることができる	.208	.516
周囲の状況に応じて、容易に衣服を変えることができる	-.183	.513
因子間相関		
I 「規範意識の強さ」	.394	

*は反転項目である。

強さ」と命名した。

第2因子は、「その場の雰囲気に合わせて服装を変えることができる」「その状況に適した色合いの衣服を選ぶことができる」等の、着装規範に即した行動をとっていることへの自信を示す項目の負荷量が高かったため、「規範的行動への自信」と命名した。

それぞれの因子に.40以上の負荷量を示した項目によって、「着装規範意識」の下位尺度を構成し、各尺度のCronbachの信頼性係数を算出したところ、「規範意識の強さ」は $\alpha = .81$ であり、高い内的整合性が確認された。「規範的行動への自信」は $\alpha = .77$ であり、ある程度高い内的整合性が確認された。

4. 「着用する衣服の色合い」の因子構造と信頼性の検討

「着用する衣服の色合い」について因子分析(主因子法, Varimax回転)を行い、どの因子にも.40未満の負荷量を示す項目、2因子にまたがって.40以上の負荷量を示す項目を削除した結果、7因子が抽出された(表3)。

第1因子は、「近所へ買い物に行く時のロングTシャツ」「結婚式に出席する時のロングドレス」「南の島を旅行する時のサマードレス」の3場面の、「薄い赤」「薄い黄」に関する負荷量が高かったため、「様々な場面の暖色系の薄い色合い」と命名した。

第2因子は「入社式に出席する時のスーツ」の赤、黄、緑、青の彩度の低い4色と「白」に関する負荷量が高かったため、「入社式のスーツの薄い色合い」と命名した。

抑うつ状態が着装規範意識および衣服の色の選択に与える影響

表4 「着用する衣服の色合い」の因子分析の結果（主因子法，Varimax回転）

項目	因子負荷量						
	I	II	III	IV	V	VI	VII
I 「様々な場面の暖色系の薄い色合い」 (Mean = 22.85, SD = 5.51, $\alpha = .87$)							
日常のロングTシャツ・薄い赤	.784	.007	.226	.006	.114	-.070	.104
日常のロングTシャツ・薄い黄	.769	-.015	.291	-.066	.152	-.102	.091
結婚式のロングドレス・薄い黄	.674	.076	.237	.025	.193	-.138	.018
旅行のサマードレス・薄い赤	.602	.061	-.091	.016	.012	-.060	.125
旅行のサマードレス・薄い黄	.592	-.059	.148	.026	.542	-.018	.167
結婚式のロングドレス・薄い赤	.588	-.006	.019	.091	.487	.005	.280
II 「入社式のスーツの薄い色合い」 (Mean = 8.53, SD = 3.95, $\alpha = .84$)							
入社式のスーツ・薄い緑	-.142	.872	.034	.010	.067	.210	-.039
入社式のスーツ・薄い黄	.086	.862	-.051	.057	-.021	.119	-.039
入社式のスーツ・薄い赤	.067	.837	-.097	.094	-.065	.151	-.017
入社式のスーツ・薄い青	-.043	.698	-.038	-.084	.136	.108	-.024
入社式のスーツ・白	.114	.499	.103	.028	.046	.046	.027
III 「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」 (Mean = 11.60, SD = 4.10, $\alpha = .84$)							
日常のロングTシャツ・鮮やかな緑	.120	.016	.836	.086	.142	.054	.087
日常のロングTシャツ・鮮やかな黄	.279	.038	.715	.166	.022	.078	.201
日常のロングTシャツ・鮮やかな赤	.052	-.017	.629	.156	.246	-.050	.099
日常のロングTシャツ・鮮やかな青	.194	-.042	.626	.225	-.118	.061	.213
IV 「華やかな場面の寒色系の薄い色合い」 (Mean = 9.39, SD = 3.98, $\alpha = .77$)							
旅行のサマードレス・薄い青	.104	.019	-.041	.810	-.089	.109	.173
旅行のサマードレス・薄い緑	.152	-.027	.315	.794	.019	.158	.074
結婚式のロングドレス・薄い青	-.061	.013	.249	.790	.128	.156	.049
結婚式のロングドレス・薄い緑	-.127	.111	.145	.657	.137	-.008	.121
V 「結婚式のロングドレスの鮮やかな色合い」 (Mean = 14.55, SD = 3.29, $\alpha = .86$)							
結婚式のロングドレス・鮮やかな赤	.020	.003	-.095	.093	.755	-.047	.009
結婚式のロングドレス・鮮やかな黄	.304	.019	.179	.035	.722	.052	.217
結婚式の華やかなドレス・鮮やかな緑	.079	.149	.084	-.032	.584	-.135	.002
結婚式の華やかなドレス・鮮やかな青	.276	.055	.260	.054	.513	-.035	-.091
VI 「入社式のスーツの鮮やかな色合い」 (Mean = 4.99, SD = 1.82, $\alpha = .76$)							
入社式のスーツ・鮮やかな黄	-.119	.159	.023	.151	-.078	.891	-.011
入社式のスーツ・鮮やかな緑	-.172	.344	.059	.052	-.022	.791	.063
入社式のスーツ・鮮やかな赤	-.037	.158	-.005	.112	-.137	.748	-.003
入社式のスーツ・鮮やかな青	-.085	.351	.328	.173	.174	.400	-.007
VII 旅行のサマードレスの鮮やかな色合い (Mean = 13.24, SD = 4.39, $\alpha = .86$)							
旅行のサマードレス・鮮やかな赤	.216	-.039	.124	.206	-.033	.025	.805
旅行のサマードレス・鮮やかな黄	.296	-.079	.398	.158	.108	-.026	.721
旅行のサマードレス・鮮やかな緑	.107	.024	.331	.173	.356	.039	.570
寄与率 (%)	11.08	10.99	9.80	8.89	8.88	7.92	6.18
累積寄与率 (%)							63.74

第3因子は、「近所へ買い物に行く時のロングTシャツ」の赤、黄、緑、青の彩度の高い4色に関する負荷量が高かったため、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」と命名した。

第4因子は、「友人の結婚式に出席する時のロングドレス」「南の島を旅行する時のサマードレス」という非日常のかつ華やかな2場面の、「薄い緑」「薄い青」に関する負荷量が高かったため、「華やかな場面の寒色系の薄い色合い」と命名した。

第5因子は、「友人の結婚式に出席する時のロングドレス」の赤、黄、緑、青の彩度の高い4色に関する負荷量が高かったため、「結婚式のロングドレスの鮮やかな色合い」と命名した。

第6因子は、「入社式に出席する時のスーツ」の赤、黄、緑、青の彩度の高い4色に関する負荷量が高かったため、「入社式のスーツの鮮やかな色合い」と命名した。

第7因子は、「南の島を旅行する時のサマードレス」の赤、黄、緑の彩度の高い3色に関する負荷量が高かったため、「旅行のサマードレスの鮮やかな色合い」と命名した。

それぞれの因子に.40以上の負荷量を示す項目によって、「着用する衣服の色合い」の下位尺度を構成し、各尺度のCronbachの信頼性係数を算出したところ、「様々な場面の暖色系の薄い色合い」は $\alpha = .87$ 、「入社式のスーツの薄い色合い」は $\alpha = .84$ 、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」は $\alpha = .84$ 、「結婚式のロングドレスの鮮やかな色合い」「旅行のサマードレスの鮮やかな色合い」は $\alpha = .86$ であり、高い内的整合性が確認された。「華やかな場面の寒色系の薄い色合い」は $\alpha = .77$ 、「入社式のスーツの鮮やかな色合い」は $\alpha = .76$ であり、ある程度高い内的整合性が確認された。

5. 階層的重回帰分析の結果

「抑うつ状態」「着装規範意識」「着用する衣服の色合い」の関係を明確にするため、「抑うつ状態」を第1水準、「着装規範意識」を第2

水準、「着用する衣服の色合い」を第3水準として、各水準より上位にある変数を説明変数として階層的重回帰分析（強制投入法）を行なった。

多重共線性については、共線性の判断指標であるVIFの数値がいずれの変数も2.1未満であったことから、問題はないと判断した。

重回帰分析においては、自由度調整済決定係数(R^2)の増分の有意性を検定し、10%水準で有意な増分を示したものについて、標準偏回帰係数(β)を解釈した。

その結果、「抑うつ気分」は「規範意識の強さ」に有意な負の影響を($\beta = -.26, p < .05$)、「規範的行動への自信」に有意な負の影響を示していた($\beta = -.31, p < .05$)。「抑うつ気分」はさらに、「様々な場面の暖色系の薄い色合い」に有意な負の影響を($\beta = -.36, p < .01$)、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」にも有意傾向のある負の影響を及ぼしていた($\beta = -.24, p < .10$)。

また、「規範的行動への自信」は、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」に有意な負の影響を与えていた($\beta = -.20, p < .10$)。

投入された変数の標準偏回帰係数の10%水準の有意性を基準に、パス図を作成した(図3)。

IV. 考察

ここでは、抑うつ状態が着装規範意識や着用する衣服の色合いの選択に与える影響について考察したい。

まず、抑うつ状態が着装規範意識や着用する衣服の色合いに及ぼす影響について検討する。「抑うつ状態」の3変数のうち「着装規範意識」の2変数に影響を与えていたのは、「抑うつ気分」であり、「思考力の低下」および「無価値感」からの有意な影響はなかった。

「抑うつ気分」は、「規範意識の強さ」と「規範的行動への自信」に有意な負の影響を及ぼしており、憂うつ感や不安感等の抑うつ気分が強くなるほど、着装規範意識が低くなる傾向があ

抑うつ状態が着装規範意識および衣服の色の選択に与える影響

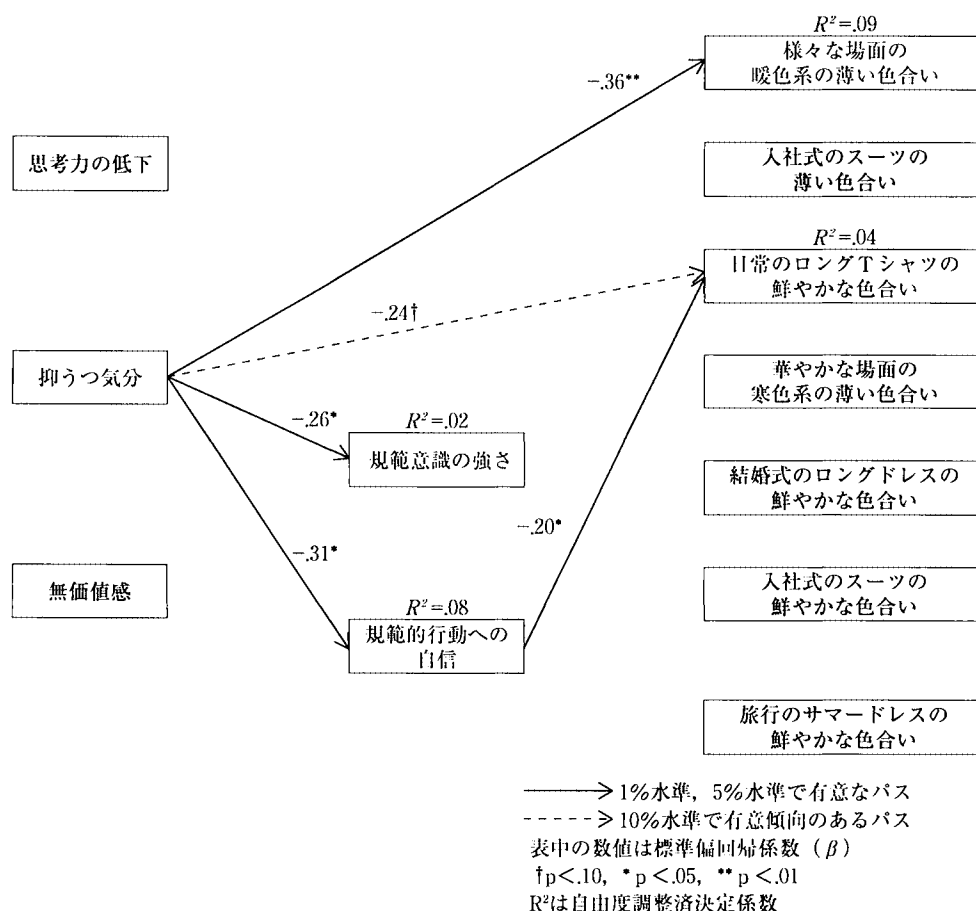


図3 「抑うつ状態」「着装規範意識」「着用する衣服の色合い」のパスダイアグラム

り、着装規範意識に従って行動しているという自信が低くなることがわかった。

次に、「抑うつ状態」が「着用する衣服の色合い」に与える影響について吟味する。「抑うつ状態」の3変数のうち「着用する衣服の色合い」に有意な影響を与えていたのも、「抑うつ気分」であった。

本研究では、場面毎に、「着用する衣服の色合い」の平均値の差の検定を行い、各場面の色彩選択に関する全般の特徴を把握した。その結果、「入社式に出席する時のスーツ」という正式で厳粛な場面においては、圧倒的に黒色が支持されていたが、それ以外の3場面では、暖色

系の彩度の低い色彩は、衣服の色として受け入れられやすいことが示された。

だが、「抑うつ気分」は「様々な場面の暖色系の薄い色合い」に有意な負の影響を示しており、「近所へ買い物に行く時のロングTシャツ」「友人の結婚式に出席する時のドレス」「南の島を旅行する時のサマードレス」という3場面において、抑うつ気分の程度が高くなるにつれて、薄い赤、薄い黄が選択され難くなることが明らかとなった。

松岡 (1983,1994)^{9), 10)} は、女性は、薄い赤 (またはピンク) から、夢、幸福、未来、家庭、友情等のイメージを連想すると述べており、こ

の色を女性に関連の深い色と捉えている。薄い赤からは愛らしさ、優しさがイメージされ、彩度を問わず黄色からは、明朗さ、快活さ、大らかさ等のイメージが連想されるとの指摘もある(日本色彩学会,1980;ジーイー企画センター編集部,2001)^{19), 20)}。

本研究の調査対象は大学生女子であり、薄い赤や薄い黄は好まれると考えられるが、抑うつ気分が強くなるにつれて自己否定的な傾向が生じると、場面を問わず、衣服の色として、女性的で優しく明るいイメージのある暖色系の彩度の低い色を選択することを避けるようになると推測される。

「抑うつ気分」は、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」にも直接的、間接的な影響を及ぼしていた。「抑うつ気分」はまず直接に、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」に有意傾向のある負の影響を示しており、抑うつ気分が強くなるにつれて、ロングTシャツという普段着の色の選択において、赤、黄、緑、青の彩度の高い色合いが避けられる傾向にあることが明らかとなった。

さらに、「抑うつ気分」が「規範的行動への自信」に有意な負の影響を与え、その影響を受けた「規範的行動への自信」が、「日常のロングTシャツの鮮やかな色合い」に有意な負の影響を及ぼすという流れがみられ、間接的な影響が認められた。抑うつ気分が高く、その影響を受けて着規範に従って行動しているとの自信が低い場合には、普段着の選択において、赤、黄、緑、青の彩度の高い色の選択を避ける傾向が生じると考えられる。

本研究で得られた結果を総括すると、抑うつ気分が強くと、着規範に従って行動しているという自信のない人は、普段着の色の選択において、彩度に関係なく暖色系の色合いを避けると同時に、寒色系の彩度の高い色合いも避ける傾向にあることが示唆された。逆説的に捉えると、抑うつ気分の高い人は、寒色系の彩度の低い色や無彩色の普段着を着用している可能性が考え

られる。

V. 今後の課題

本研究では、大学生女子の場合、抑うつ気分が強くなるほど、着規範意識が低くなり、規範意識に従って行動しているという自信も低くなることがわかった。さらに、抑うつ気分が強くなるほど、様々な場面で、薄い赤や薄い黄の衣服の着用を避け、普段着の色合いの選択においては、それとともに、赤、黄、緑、青の彩度の高い色彩も避ける傾向にあることがわかった。

だが、抑うつ状態の性差は様々な角度から指摘されており(塗師,2003;中村・辻,2005;友野・橋本,2005他)^{21) ~23)}、着規範の性差も指摘されている(牛田ら,2003;土屋・堀内,2005)^{24), 25)}。本研究では女子のみの調査にとどまったが、今後は男子についても調査し、抑うつ状態が着規範意識や衣服の色の選択に及ぼす影響を吟味する必要がある。

さらに、本研究では「着規範意識」の「規範的行動への自信」の信頼性係数が若干低めであり、また、階層的重回帰分析において自由度調整済決定係数の数値があまり高くなかったため、尺度の内容をさらに検討していくことも不可欠と考えられる。

文献

- 1) Beck, A.T. : Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects. New York: Harper & Row. (1967).
- 2) Beck, A.T. : Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press. (1976).
- 3) Clark, D.M. & Teasdale, J.D. : Diurnal variation in clinical depression and accessibility of memories of positive and negative experiences. Journal of personality, 50, 67-79. (1982).
- 4) Bargh, J.A. & Tota, M.E. : Context-dependent automatic processing in

- depression :Accessibility of negative experiences. *Journal of abnormal psychology*,92,87-95. (1988).
- 5) 牛田聡子・高木修：児童の被服行動を規定する個人的要因. *日本社会心理学会第44回大会発表論文集*, 676-677. (2003).
 - 6) 藤原康晴・杉田洋子・福井典代：服装規範意識測定における個人差と個人内のあいまいさの検討. *日本家政学会誌*, 50, 4, 371-375. (1998).
 - 7) 能登原英代・山田晴久：デザインのおもしろさの認知特性に関する基礎的研究. *岡山大学教育実践総合センター紀要*, 3, 87-96. (2003).
 - 8) 牛田 聡子・高木 修・神山進他：着装規範に関する研究（第2報）場面と基準の関連性を規定する個人差要因. *繊維製品消費科学*, 39, 11, 709~715. (1998).
 - 9) 牛田 聡子・高木 修・神山進他：着装規範に関する研究（第4報）着装規範意識を規定する個人差要因（白意識・形式主義・社会的スキル）. *繊維製品消費科学*, 41, 11, 868~875. (2000).
 - 10) Birren,F.: *Color in your world*. Macmillan Publishing Co.,Inc. (1962). 佐藤邦夫訳：好きな色嫌いな色の性格判断テスト. 東京：青娥書房. (2003).
 - 11) 松岡武：色彩とパーソナリティ. 東京：金子書房. (1983).
 - 12) 松岡武：色彩と心理. 東京：三笠書店. (1994).
 - 13) 金子隆芳：色彩の心理学. 東京：岩波書店. (1990).
 - 14) 浅利篤：色の秘密—色彩による心理診断と処方箋. 東京：双葉社. (1964).
 - 15) 渡部英夫：色彩の構造. 浅利篤著・渡部英夫編著：浅利式絵画診断事典—構図・色彩・シンボル. 東京：コスモトゥーワン, 95. (2004).
 - 16) 野元純子・加瀬直美・古賀秀子他：カラーージュを用いたクリエイティブセラピー：うつ病の方々の症状改善過程と色彩変遷の研究. *日本色彩学会誌*, 31, 120-121. (2007).
 - 17) 内藤章江・小林茂雄：衣服の色彩に対する態度が着装状態の女性用スーツと着用場面の適合性評価に与える影響. *繊維製品消費科学*, 46, 355-365. (2005).
 - 18) Hathaway, S. R.& Mckinley, J.C.: *Minnesota Multiphasic Personality Inventory*. (1943). 新日本版研究会編：MMPI人格検査. 京都：三京房. (1993).
 - 19) 日本色彩学会編：新編色彩学ハンドブック. 東京：東京大学出版. (1980).
 - 20) ジーイー企画センター編集部編：色彩百科ビギナーズ. 東京：ジーイー企画センター. (2001).
 - 21) 塗師斌：性格特性のBig Fiveの性差と抑うつ. *横浜国立大学教育人間科学部紀要* (1, 教育科学), 5, 1-10. (2003).
 - 22) 中村純・辻尚志郎：気分障害の罹患と再発における性差（特集うつ病における性差）. *性差と医療*, 2, 5, 417-419. (2005)
 - 23) 友野隆成・橋本幸：抑うつの素質—ストレス・モデルにおける性差の検討:対人場面におけるあいまいさへの非寛容を認知的脆弱性として. *健康心理学研究*, 18, 2, 16-24. (2005).
 - 24) 土屋みさと・堀内かおる：制服および着装行動に対する高校生の意識. *日本家庭科教育学会誌*, 48, 2, 41-149. (2005).