

醜形恐怖症の原因とは ー ルッキズムが浸透する社会に焦点を当てて ー S. Y. < 国際3ゼミ >

1. はじめに

1 クリックで世界と繋がる事ができる現代社会において、近年急激に醜形恐怖症に悩まされている人が増加しているように感じる。「醜形恐怖症」とは、MSD Manuals.(2021)によると、自分の身体には外見上大きな欠点があるという強迫観念であり、それが日常生活に支障をきたすものである。私も実際にSNSに溢れている可愛い子の写真や動画を見て、自分と比較してしまうことは日常茶飯事だ。特に我が国に着目すると、日本の10代女性は諸外国人と比較したときに大差をつけて容姿に自信がないと感じている人が多いことが「少女たちの美と自己肯定感に関する世界調査(2017)」により示されている(図1)。こうした、容姿を指標として人間の価値を測る考え方はルッキズムと言われている(IDEAS FOR GOOD.2016)。

ルッキズムに対する意見は様々であるが、本研究ではルッキズムを悪とみなして研究を進め、醜形恐怖症の原因についてルッキズムが浸透する社会に焦点を当てて考察していく。

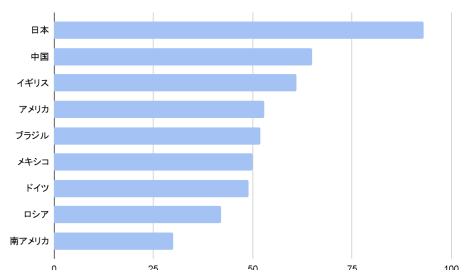


図1 少女たちの美と自己肯定感に関する世界調査

2. 仮説・研究方法

2.1 仮説

醜形恐怖症に至る要因として3つの仮説を挙げた。第一に、自分の容姿についてのいじめ等によるトラウマが原因となるため。第二に、公的自己意識が高いために自己評価が下がりやすいため。公的自己意識とは、他者から見られる自身の側面に対する意識のことである。第三に現代社会でルッキズムが広がっているために容姿に対して注目しやすくなるため。本研究ではこの第三の仮説に注目した。

2.2 研究方法

まずルッキズムの認知度、また日常生活でルッキズムを感じやすい場面を明らかにすることを目的に本校生徒計85人にアンケート調査を行った。質問(1)「ルッキズムを知っているか」質問(2)「これまで『ルッキズム』を強く実感した場面はどこか」という内容の2つである。

質問(2)では①SNSやYouTube等のソーシャルメディア②テレビや広告等のマスメディア③友人間などの会話④ミスター・ミスコンテスト等の行事⑤雑誌や漫画⑥ハラスメント⑦その他の計7つの項目を設けた。続いてソーシャルメディアとルッキズムの関係を考察するために、実態調査及び文献調査を行った。実態調査については、過去にルッキズムを促すとして批判された広告等を調査の対象とした。以上の調査から醜形恐怖症の原因について考察を行い、改善策を提示した。

3. 調査結果

3.1 アンケート調査ールッキズムの広がりで見られる場面ー

質問(1)に対して約65%の生徒が「ルッキズムを知っている」と回答した。また質問(2)に対しては①ソーシャルメディアを選択した生徒が53%を占めた。友人間などの会話、マスメディアがそのあとに続いた(図2)。

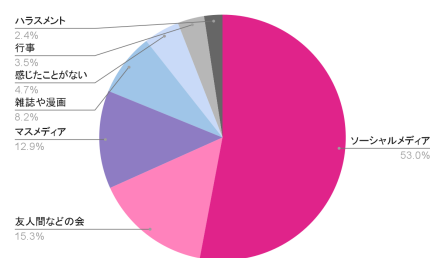


図2 ルッキズムを強く実感した場面

3.2 実態調査ールッキズムを促す内容ー

3.2.1 2015年のルミネのCM

本CMは、男性上司と女性会社員の会話の場面から始まる。男性上司が女性会社員同士を見た目で比べるような発言や女性社員の見た目を自分の娯楽の一つにしていると捉えられる発言をしたことに対して非難された(図3)。

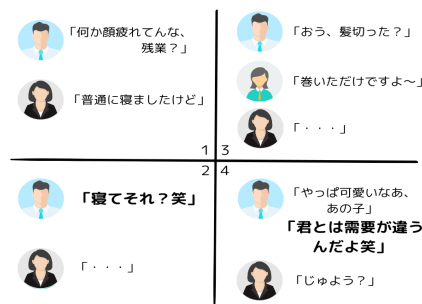


図3 2015年のルミネのCMの内容

3.2.2 2017年のALFACEのCM

このCMは3種類あり、道中で女性が落としたりんごを拾った男性の見た目で、女性が笑みを浮かべたり後退したりするなど、態度を変化させたことに対して非難された。

3.2.3 2022年の近畿大学のパンフレット

年間約20万部発行しているパンフレットに「美女図鑑」「美男図鑑」というコーナーを掲載したことに対して非難された。

3.3 文献調査ーソーシャルメディアの私達への影響ー

3.3.1 不適切な広告内容に対する聴衆者の反応

株式会社ネオレア(2020)の全国の学生1300名を対象としたアンケート調査では「SNSの広告を見て不愉快な思いをした経験があるか?」という質問に対して、約9割の回答者が「経験がある」と回答した。具体的な広告の内容としては、「太っていると嫌われるからサプリメントを飲もう」「一重まぶたは可愛くないから整形をしよう」「肌荒れは悪口を言われるから治療しよう」等が挙げられていた。

3.3.2 フリンダース大学の研究

フリンダース大学(2012)によると因果関係は証明されていないが、「10代の少女がインターネットで過ごす時間の総量が多ければ多いほど自己肯定感が低下しやすい」という結果が出ている。同社が取った1000人以上の女子高生へのアンケートの結果ではソーシャルメディアが容姿についての会話を増加していることを明らかにした。

3.3.3 スタンフォード大学の研究

DoveJapan(2016)によるとインターネットに過度に長時間接触し、やり取りすることは人間の感情に負の影響を与えることを指摘している。

また全米摂食障害協会(NEDA)のCEOを務めるクレア・ミスコは「ソーシャルメディアは自己肯定感が低くなる原因であるとは限らないが、自己肯定感を低くする全ての原因が揃っている」と説明している。

4. 考察

これらの調査から、現在ルッキズムは流布しており、特にソーシャルメディアは私たちの公的自己意識、自己肯定感等に負の影響を与えやすいと考えられる。これは容姿の特徴を一つのコンプレックスだと思わせるものだったり、かわいい又はカッコいい容姿を社会の中で画一化するものだったりする内容が原因となるだろう。

この問題を解決するであろう3つの取り組みを考えた。第一に広告の見直しである。これは個性を大切にすることの内容のものが増加するのが良いと考えられる。第二に法律の見直しである。過度な外見差別に対する外見差別禁止法を作ること公的な場面では勿論、ソーシャルメディア上の発言なども取り締まることが可能になるだろう。QUICK USA(2023)によると、アメリカではニューヨーク、カリフォルニア州サンフランシスコ、ワシントンD.C.等の計21州で、雇用や公共施設において身長や体重、髪型、肌色などに基づく差別を禁止する法律が制定されている。第三に教育の見直しである。冒頭でも挙げた通り日本人は幼い頃に重きを置かれる教育方針の違いによ

り、世界各国と比較して自己肯定感が低い人が多い傾向にある。「自分の個性を愛し、多様性を寛容に受け入れることが出来る事」が最も重要だと思われる。これは上記の、広告や法律の改善にも根本的に通ずるものである。だからといって教育方針そのものを180°変える必要は無く、具体的には多様性を発信している公演を学校で積極的に取り入れる、自虐する発言をしないように心がける、親は自分の子供の自尊心を築くような発言を心がける様にする、等の様々な方面からのアプローチが可能である。

5. まとめ・今後の課題

外見に基づいて物事を決定する行為は私達の生活の中でミクロなレベルで流布している。これほど身近であるばかりに、これが一概に悪であると言い切ることは難しい。実際上記3.2.3で示した近畿大学のパンフレットは非難の声も集まったが、一方で「一つのコーナーとして面白い」というような肯定的な意見も存在した。だが、行き過ぎた容姿差別は醜形恐怖症だけではなく摂食障害等を引き起こし、自分だけではなく周りの人までも苦しめる可能性が潜んでいることを、私達は必ず認識しておく必要がある。そのために私達は容姿差別をなくしていかなければならない。本研究が、一人でも多くの人が容姿差別に抑圧されず、生きやすくなるきっかけになることを願っている。また、今後はX等の、匿名で発言が可能なコミュニティに対するルッキズムを減らす具体的な取り組みについて考えていきたい。

謝礼

本研究の遂行にあたりアンケートに協力してくださった本校生徒の皆様、国際③ゼミのメンバー、筑波大学の唐木清心教授、そして指導教官として終始多大なご指導を賜った筑波大学出口樹先生に心より感謝申し上げます。

参考文献

DoveJapan(2017):少女たちが自己肯定感を高め、自分の容姿に自信を持つ
<https://www.dove.com/jp/dove-self-esteem-project/help-for-parents/respecting-and-looking-after-yourself/what-is-low-body-confidence.html>
MSD Manuals.(2021): 醜形恐怖症-10.心の健康問題
<https://www.msmanuals.com>
IDEAS FOR GOOD(2023年9月22日閲覧): ルッキズムとは・意味
<https://ideasforgood.jp/glossary/lookism>
日経BizGate(2018): ルミネ、資生堂...なぜ優良企業のCMが「炎上」するのか
<https://bizgate.nikkei.com/article/DGXZZO378902901711201800000>
株式会社seamint.(2020): {91%が不愉快と回答} どんどん過激になっていくSNS広告。若者は外見コンプレックスを取り上げた広告をどう感じているのか {実態調査}
<https://prtimes.jp>
Flinders University.(2012): Poor body image linked with Facebook time
<https://news.flinders.edu.au>
QUICK USA(2023): ニューヨーク市が身長と体重を禁止する法令、テキサス州で髪質や髪型などによる差別を禁止する法令を制定
<https://919usanews.com/posting/ny-tx-discrimination>