

研究ノート

身体評価と心理的肯定感の関連は
身体満足に媒介されているか鈴木 公啓¹⁾An Examination of Whether the Association Between Body Appearance Evaluation
and Psychological Positivity is Mediated by Body Appearance Satisfaction

Tomohiro Suzuki

Abstract

This study aimed to clarify the relationship between body image and psychological positivity. To this end, a model was examined in which appearance satisfaction mediated appearance evaluation and psychological positivity. An online survey was administered to 960 adults (483 males and 477 females) in their 20s to 60s. As a result of the examination, an indirect effect was confirmed in almost all body aspects. This result suggests that adverse effects are likely if one is not satisfied regardless of how one perceives and evaluates his or her appearance. The findings may provide useful insights into psychoeducational interventions regarding body dissatisfaction.

キーワード：ボディイメージ（身体像）、外見、身体満足、心理的肯定感

Keywords : body image, appearance, body satisfaction, psychological positivity

問 題

自己の一側面である外見は、自己全体の評価に強く影響することが知られている。これまで、多様な自己の側面の評価と自己肯定感や自尊感情などの心理的肯定感との関連の検討において、外見が他の側面に比べ、強く心理的肯定感に関連することが示されている (e.g., 鈴木, 2020 ; 山本・松井・山成, 1982 ; 山本, 2014)。この関連は子どもにおいても同

様である (e.g., Harter, 1985 ; 眞榮城, 2000 ; 山本, 2009)。外見は我々にとって非常に重要な位置づけを有しているといえよう。

ところで、容姿や外見と関連する概念であるボディイメージは、多様かつ複雑な構成概念であり (e.g., Cash & Pruzinsky 2002), 知覚や認知, 評価や態度, 感情や満足度などを含む。このボディイメージという枠組みで考えた場合、外見に関するどのようなボディイメージの要素が全体的な自己の心理的な肯定感, 例えば人生満足度や自尊感情, 精神的健

1) 鈴木 公啓 東京未来大学こども心理学部 (Tokyo Future University) suzukirt_@nifty.com

康度の高さといった自己の状態に対する肯定的な評価や認知などに影響するのであろうか。つまり、外見の状態の知覚そのものが影響するのか、知覚した外見をどのように評価するかということが影響するのか、もしくはそこで生じた感情が影響するのか、それとも他の要素が影響するのであろうか。山本他(1982)では外見の認知的側面と自尊感情の関連が示されており、また、鈴木(2020)においては外見の評価と自己肯定感の関連が示されているが、ここでは外見に対する認知や評価が扱われているのみであり、認知して評価した外見に対して抱く感情的要素等は扱われていない。一方、小学生から大学生においてであるが、外見の満足度と自尊感情に関連があることを示す研究もある(鈴木・伊藤, 2001)が、ここでは評価は扱われていない。

自身がどのような状態であり、どのような位置づけにあるかといった評価は重要ではあるものの、そこでどのような感情や満足感／不満足感を抱くかが、重要になってくる可能性は排除できない。簡単にいえば、優れていなくとも不満を感じない場合はネガティブな影響が生じていない可能性も考えられるが、逆に、優れていたとしても不満を感じればネガティブな影響が生じる可能性があるといえる。

従来の研究は基本的には外見の評価か満足のどちらか一方のみを扱っており、両者の位置づけとその影響については不明な状況にあるといえる。また、身体が多様な側面毎の検討も十分におこなわれていない。そこで本研究では、ボディイメージの心理的肯定感への影響の検討の試みとして、身体の外見に対する評価と満足の2側面を扱い、満足が評価を介するモデルを探索的に検討することにより、心理的肯定感への影響過程を明らかにすることを目的とする。なお、身体が多様な側面を扱って検討することとする。

方 法

調査協力者

10代から60代の成人男女960名(男性483名, 女性477名)を対象とした。各年代, 同程度に割り付けて実施した。

調査内容

ボディイメージ 扱った身体の側面はTable 1に示すとおりである。14の身体の側面について、身体評価は「1. 非常に悪い」「2. やや悪い」「3. どちらともいえない」「4. やや良い」「5. 非常に良い」の5件法で回答を求めた。また、身体満足は「1.

Table 1 身体の諸側面

実施時の表記	論文内の表記
髪(量や質など)	髪
顔立ち	顔立ち
肌(色やキメなど)	肌
腕・手(長さや形など)	腕・手
脚・足(長さや大きさなど)	脚・足
胸(男性は胸の厚さや筋肉のつき具合, 女性は大きさや形など)	胸
腰(大きさ・形など)	腰
おなか(ウエストの太さやくびれなど)	おなか
ヒップ(大きさや形など)	ヒップ
背:身長	背
プロポーション(スタイルや体格など)	プロポーション
姿勢	姿勢
体毛(濃さや部位など)	体毛
体型:太り具合-痩せ具合	体型

全く満足していない」「2. あまり満足していない」「3. どちらともいえない」「4. ある程度満足している」「5. とても満足している」の5件法で回答を求めた。

心理的肯定感 一般的な心理的肯定感を多側面から測定するために、以下の尺度を使用した。人生満足度を測定するためにSatisfaction With Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) の日本語版 (角野, 1994) を実施し回答を求めた。また、自尊感情を測定するためにSelf-Esteem scale (R-SE; Rosenberg, 1965) の日本語版 (山本他, 1982) を実施し回答を求めた。そして、精神的健康状態を測定するために、WHO-5精神的健康状態表 (WHO5; 岩佐他, 2007) を実施し、回答を求めた。

実施手続き

web調査サービス (株式会社ジャストシステム)

に登録しているモニターを対象に、2022年1月にweb調査を実施した。回答者には換金可能なポイントが付与された。

本研究は、著者の所属する大学における倫理委員会の承認 (21-028) を得て実施した。

結果

予備的分析

身体評価の平均値と標準偏差をTable 2に示す。なお、性別と年齢層別 (10-20代, 30-40代, 50-60代) に示す。ここで、身体評価について性差と年齢差が認められるか、性別 (男性, 女性) と年齢層 (10-20代, 30-40代, 50-60代) の2要因の分散分析をおこなった。その結果をTable 3に示す。9つの身体側面において、性別の主効果が少なくとも5%

Table 2 身体評価の記述統計量

	男性			女性		
	10-20代 (n=149)	30-40代 (n=167)	50-60代 (n=167)	10-20代 (n=150)	30-40代 (n=160)	50-60代 (n=167)
髪	3.00 (0.98)	2.91 (0.86)	2.64 (0.81)	2.88 (1.00)	2.79 (1.01)	2.86 (0.87)
顔立ち	2.85 (0.85)	2.90 (0.75)	2.86 (0.68)	2.64 (0.98)	2.75 (0.90)	2.83 (0.79)
肌	2.80 (0.88)	2.84 (0.66)	2.88 (0.62)	2.73 (1.00)	2.73 (0.84)	2.83 (0.83)
腕・手	3.09 (0.83)	2.99 (0.55)	3.00 (0.59)	3.09 (0.91)	2.86 (0.81)	2.98 (0.80)
脚・足	2.99 (0.91)	2.96 (0.64)	2.96 (0.63)	2.70 (1.06)	2.59 (0.89)	2.83 (0.90)
胸	2.92 (0.83)	2.90 (0.64)	2.87 (0.66)	2.73 (0.94)	2.61 (0.91)	2.71 (0.79)
腰	2.97 (0.81)	2.89 (0.59)	2.88 (0.67)	2.73 (0.85)	2.66 (0.79)	2.69 (0.78)
おなか	2.89 (0.95)	2.80 (0.74)	2.59 (0.79)	2.79 (1.07)	2.48 (0.88)	2.32 (0.88)
ヒップ	3.07 (0.84)	2.96 (0.65)	2.91 (0.62)	2.55 (0.92)	2.54 (0.84)	2.57 (0.82)
背	2.93 (0.93)	2.94 (0.69)	2.93 (0.73)	3.15 (0.94)	2.89 (0.82)	2.96 (0.85)
プロポーション	2.92 (0.95)	2.86 (0.71)	2.71 (0.77)	2.63 (1.05)	2.44 (0.91)	2.44 (0.96)
姿勢	2.61 (0.96)	2.65 (0.78)	2.68 (0.81)	2.39 (1.00)	2.32 (0.88)	2.63 (1.01)
体毛	2.75 (1.00)	3.03 (0.70)	3.07 (0.70)	2.46 (0.99)	2.73 (0.90)	3.17 (0.82)
体型	2.97 (0.95)	2.86 (0.78)	2.73 (0.79)	2.83 (1.13)	2.71 (0.93)	2.73 (0.95)

注) 括弧内は標準偏差

Table 3 身体評価の分散分析結果

	性別			年齢層			交互作用	
	F (1, 954)	p		F (2, 954)	p		F (2, 954)	p
髪	0.01	.91		3.32	.04	a>c	3.79	.02 ¹⁾
顔立ち	6.09	.01	m>f	1.34	.26		0.89	.41
肌	2.19	.14		1.15	.32		0.14	.87
腕・手	1.04	.31		3.65	.03	a>b	0.73	.48
脚・足	22.64	.00	m>f	1.73	.18		1.78	.17
胸	17.09	.00	m>f	0.57	.57		0.53	.59
腰	20.30	.00	m>f	0.88	.42		0.08	.93
おなか	16.41	.00	m>f	14.83	.00	a>b>c	1.38	.25
ヒップ	70.83	.00	m>f	0.72	.48		0.95	.39
背	1.33	.25		1.93	.15		2.12	.12
プロポーション	31.99	.00	m>f	3.83	.02	a>c	0.66	.52
姿勢	11.84	.00	m>f	3.51	.03	b<c	1.99	.14
体毛	8.96	.00	m>f	28.33	.00	a<b<c	6.01	.00 ²⁾
体型	2.60	.11		2.82	.06		0.67	.51

注) m: 男性, f: 女性, a: 10-20代, b: 30-40代, c: 50-60代。

1) 単純主効果の検定により, mにおいてa>b,c, cにおいてm<fが有意。

2) 単純主効果の検定により, mにおいてa<b,c, fにおいてa<b<c, abにおいてm>fが有意。

Table 4 身体満足の記述統計量

	男性			女性		
	10-20代 (n=149)	30-40代 (n=167)	50-60代 (n=167)	10-20代 (n=150)	30-40代 (n=160)	50-60代 (n=167)
髪	3.07 (0.87)	2.77 (0.90)	2.63 (0.92)	2.89 (1.11)	2.62 (1.01)	2.69 (0.93)
顔立ち	2.85 (0.86)	2.84 (0.86)	2.88 (0.81)	2.73 (1.04)	2.58 (0.95)	2.62 (0.92)
肌	2.82 (0.89)	2.83 (0.76)	2.92 (0.73)	2.69 (1.06)	2.66 (0.93)	2.65 (0.96)
腕・手	3.08 (0.89)	2.99 (0.68)	3.04 (0.65)	3.15 (0.97)	2.88 (0.88)	2.90 (0.92)
脚・足	2.96 (0.94)	2.92 (0.71)	2.93 (0.73)	2.67 (1.08)	2.56 (0.95)	2.72 (0.96)
胸	2.84 (0.86)	2.93 (0.67)	2.87 (0.69)	2.63 (1.02)	2.61 (0.99)	2.68 (0.91)
腰	2.95 (0.77)	3.02 (0.64)	2.94 (0.66)	2.79 (0.92)	2.71 (0.84)	2.60 (0.91)
おなか	2.93 (0.95)	2.75 (0.81)	2.62 (0.80)	2.81 (1.08)	2.49 (0.92)	2.26 (0.93)
ヒップ	3.00 (0.81)	2.98 (0.69)	2.94 (0.65)	2.62 (0.99)	2.47 (0.88)	2.42 (0.95)
背	2.85 (0.98)	2.91 (0.87)	2.84 (0.79)	3.09 (1.03)	2.83 (0.97)	2.83 (0.99)
プロポーション	2.86 (0.84)	2.84 (0.78)	2.77 (0.78)	2.69 (1.11)	2.44 (0.94)	2.26 (0.95)
姿勢	2.64 (0.90)	2.68 (0.78)	2.66 (0.77)	2.56 (1.03)	2.35 (0.91)	2.49 (1.00)
体毛	2.81 (0.95)	2.90 (0.75)	2.99 (0.68)	2.35 (1.11)	2.51 (0.96)	2.99 (0.94)
体型	2.87 (0.95)	2.86 (0.76)	2.76 (0.83)	2.65 (1.17)	2.58 (0.95)	2.51 (0.98)

注) 括弧内は標準偏差

Table 5 身体満足の分散分析結果

	性別		年齢層		交互作用		
	F (1, 954)	p	F (2, 954)	p	F (2, 954)	p	
髪	2.18	.14	10.42	.00	a>bc	1.54	.22
顔立ち	13.22	.00	0.61	.55		0.63	.54
肌	10.88	.00	0.15	.86		0.53	.59
腕・手	1.29	.26	3.82	.02	a>b	1.36	.26
脚・足	24.00	.00	0.95	.39		0.63	.54
胸	18.73	.00	0.22	.80		0.53	.59
腰	27.33	.00	1.45	.24		1.11	.33
おなか	17.55	.00	17.06	.00	a>b>c	1.42	.24
ヒップ	76.19	.00	1.96	.14		0.70	.50
背	0.68	.41	1.78	.17		2.67	.07
プロポーション	38.30	.00	6.45	.00	a>c	2.77	.06
姿勢	11.25	.00	0.75	.47		1.56	.21
体毛	23.81	.00	17.43	.00	ab<c	5.87	.00 ¹⁾
体型	17.13	.00	1.47	.23		0.07	.94

注) m: 男性, f: 女性, a: 10-20代, b: 30-40代, c: 50-60代。

1) 単純主効果の検定により, fにおける ab<c, abにおける m>fが有意。

水準で有意であり, 男性よりも女性の方が評価が低いことが示された。また, 6つの身体側面において, 年齢層の主効果が少なくとも5%水準で有意であり, そのうち5つの側面では, 年齢層が低い場合に身体評価が高いことが示された。姿勢のみ, 年齢層が高いと評価が高いという結果であった。髪と体毛において交互作用が5%水準で有意であり, 髪については男性の場合年齢層が低いと評価が高く, 50-60代では女性よりも男性が評価が低い事が示された。体毛については, 基本的には, 男女ともに年齢層が低いと評価が低いという結果であった。

次に, 身体満足得点の平均値と標準偏差をTable 4に示す。身体満足について, 性差と年齢差が認められるか, 性別と年齢層の2要因の分散分析をおこなった。その結果をTable 5に示す。11の身体側面において, 性別の主効果が0.1%水準で有意であり, 男性よりも女性の方が満足の程度が低いことが示された。また, 5つの身体側面において, 年齢層の主効果が少なくとも5%水準で有意であり, そのうち4つの側面では, 年齢層が低い場合に身体満足が高いことが示された。姿勢のみ年齢層が高いと満足の程度が高いという結果であった。体毛において交互作用が1%水準で有意であり, 女性の場合に年齢層が低いと満足の程度が低く, 10-20代と30-40

代では女性よりも男性が満足度が高いことが示された。

身体満足の媒介効果

身体評価と身体満足と心理的肯定感との関連を検討した。初めに, 身体評価と身体満足の関連を確認した。その結果をTable 6に示す。「腰」が中程度の正の相関であり, 他は強い相関が確認された ($r_s = .55 \sim .69$)。次に, 身体評価と身体満足の両者と, SWLS, R-SE, WHO5との関連を確認した。その結果をTable 7に示す。身体評価はSWLS ($r_s = .22 \sim .43$) とR-SE ($r_s = .18 \sim .44$) とWHO5 ($r_s = .15 \sim .25$) のいずれにおいても, 一部を除き, 弱い正の

Table 6 身体評価と身体満足の関連

	身体評価と身体満足
髪	.65
顔立ち	.62
肌	.64
腕・手	.60
脚・足	.60
胸	.62
腰	.55
おなか	.66
ヒップ	.62
背	.62
プロポーション	.63
姿勢	.69
体毛	.64
体型	.65

Table 7 身体評価および身体満足と心理的健康との関連

		SWLS	R-SE	WHO5
身体評価	髪	.31	.25	.22
	顔立ち	.43	.44	.25
	肌	.38	.33	.21
	腕・手	.30	.30	.25
	脚・足	.31	.29	.21
	胸	.35	.34	.21
	腰	.34	.31	.21
	おなか	.35	.26	.18
	ヒップ	.34	.29	.23
	背	.24	.18	.15
	プロポーション	.39	.34	.22
	姿勢	.37	.36	.23
	体毛	.22	.27	.18
	体型	.34	.28	.19
身体満足	髪	.37	.29	.24
	顔立ち	.47	.47	.28
	肌	.44	.39	.23
	腕・手	.36	.31	.26
	脚・足	.36	.34	.22
	胸	.38	.36	.23
	腰	.40	.31	.21
	おなか	.42	.29	.18
	ヒップ	.40	.34	.21
	背	.31	.23	.14
	プロポーション	.42	.36	.23
	姿勢	.44	.38	.25
	体毛	.31	.33	.21
	体型	.39	.32	.22
SWLS		-	.67	.52
R-SE			-	.53
WHO5				-

相関もしくは中程度の正の相関が示された。身体満足はSWLS ($r_s = .31 \sim .47$) とR-SE ($r_s = .23 \sim .47$) とWHO5 ($r_s = .14 \sim .28$) のいずれにおいても、一部を除き、弱い正の相関もしくは中程度の正の相関が示された。

ここで、身体評価から心理的肯定感への影響が身体満足に媒介されるか検討をおこなった。側面毎に、身体評価を説明変数に、身体満足を媒介変数に、そしてSWLSを目的変数にした媒介分析をおこなった。媒介分析の結果をTable 8に示す。全ての身体側面において、間接効果が0.1%水準で有意であった。

また、側面毎に、身体評価を説明変数に、身体満足を媒介変数に、そしてR-SEを目的変数にした媒介分析をおこなった。媒介分析の結果をTable 9に示す。全ての身体側面において、間接効果が0.1%水準で有意であった。

そして、側面毎に、身体評価を説明変数に、身体満足を媒介変数に、そしてWHO5を目的変数にした媒介分析をおこなった。媒介分析の結果をTable 10に示す。「背」において有意では無かったが($p = .052$)、他の身体側面において、間接効果は少なくとも5%水準で有意であった。

Table 8 SWLSを目的変数とした媒介分析結果

	媒介前： 身体評価→SWLS		媒介後： 身体評価→SWLS		身体評価→ 身体満足		身体満足→ SWLS		間接効果 (ソベル検定)	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
髪	.31	<.001	.11	.004	.65	<.001	.30	<.001	.19	<.001
顔立ち	.43	<.001	.21	<.001	.62	<.001	.34	<.001	.21	<.001
肌	.38	<.001	.17	<.001	.64	<.001	.33	<.001	.21	<.001
腕・手	.30	<.001	.13	<.001	.60	<.001	.28	<.001	.17	<.001
脚・足	.31	<.001	.15	<.001	.60	<.001	.28	<.001	.17	<.001
胸	.35	<.001	.19	<.001	.62	<.001	.26	<.001	.16	<.001
腰	.34	<.001	.18	<.001	.55	<.001	.30	<.001	.17	<.001
おなか	.35	<.001	.13	<.001	.66	<.001	.33	<.001	.22	<.001
ヒップ	.34	<.001	.16	<.001	.62	<.001	.30	<.001	.19	<.001
背	.24	<.001	.08	.040	.62	<.001	.26	<.001	.16	<.001
プロポーション	.39	<.001	.20	<.001	.63	<.001	.29	<.001	.19	<.001
姿勢	.37	<.001	.13	.001	.69	<.001	.35	<.001	.24	<.001
体毛	.22	<.001	.04	.302	.64	<.001	.29	<.001	.18	<.001
体型	.34	<.001	.14	<.001	.65	<.001	.30	<.001	.19	<.001

Table 9 R-SEを目的変数とした媒介分析結果

	媒介前： 身体評価→R-SE		媒介後： 身体評価→R-SE		身体評価 →身体満足		身体満足 →R-SE		間接効果 (ソベル検定)	
		<i>p</i>		<i>p</i>		<i>p</i>		<i>p</i>		<i>p</i>
髪	.25	<.001	.10	.015	.65	<.001	.23	<.001	.15	<.001
顔立ち	.44	<.001	.25	<.001	.62	<.001	.32	<.001	.20	<.001
肌	.33	<.001	.13	<.001	.64	<.001	.31	<.001	.20	<.001
腕・手	.30	<.001	.18	<.001	.60	<.001	.21	<.001	.12	<.001
脚・足	.29	<.001	.13	<.001	.60	<.001	.26	<.001	.16	<.001
胸	.34	<.001	.18	<.001	.62	<.001	.25	<.001	.15	<.001
腰	.31	<.001	.20	<.001	.55	<.001	.21	<.001	.11	<.001
おなか	.26	<.001	.13	.002	.66	<.001	.20	<.001	.13	<.001
ヒップ	.29	<.001	.13	<.001	.62	<.001	.26	<.001	.16	<.001
背	.18	<.001	.06	.136	.62	<.001	.19	<.001	.12	<.001
プロポーション	.34	<.001	.20	<.001	.63	<.001	.24	<.001	.15	<.001
姿勢	.36	<.001	.18	<.001	.69	<.001	.25	<.001	.18	<.001
体毛	.27	<.001	.10	.013	.64	<.001	.27	<.001	.17	<.001
体型	.28	<.001	.12	.004	.65	<.001	.25	<.001	.16	<.001

Table 10 WHO5を目的変数とした媒介分析結果

	媒介前： 身体評価→WHO5		媒介後： 身体評価→WHO5		身体評価 →身体満足		身体満足 →WHO5		間接効果 (ソベル検定)	
		<i>p</i>		<i>p</i>		<i>p</i>		<i>p</i>		<i>p</i>
髪	.22	<.001	.12	.005	.65	<.001	.17	<.001	.11	<.001
顔立ち	.25	<.001	.12	.003	.62	<.001	.21	<.001	.13	<.001
肌	.21	<.001	.11	.006	.64	<.001	.16	<.001	.10	<.001
腕・手	.25	<.001	.14	<.001	.60	<.001	.17	<.001	.10	<.001
脚・足	.21	<.001	.12	.003	.60	<.001	.15	<.001	.09	<.001
胸	.21	<.001	.11	.006	.62	<.001	.16	<.001	.10	<.001
腰	.21	<.001	.14	<.001	.55	<.001	.14	<.001	.08	<.001
おなか	.18	<.001	.10	.014	.66	<.001	.12	.006	.08	.006
ヒップ	.23	<.001	.17	<.001	.62	<.001	.10	.012	.06	.012
背	.15	<.001	.10	.013	.62	<.001	.08	.052	.05	.052
プロポーション	.22	<.001	.12	.003	.63	<.001	.15	<.001	.10	<.001
姿勢	.23	<.001	.11	.012	.69	<.001	.18	<.001	.12	<.001
体毛	.18	<.001	.08	.040	.64	<.001	.15	<.001	.10	<.001
体型	.19	<.001	.08	.049	.65	<.001	.17	<.001	.11	<.001

考 察

本研究は、身体満足が身体評価から心理的肯定感への影響を媒介する可能性を考え、そのモデルを検討することにより、ボディイメージの心理的肯定感への影響過程を明らかにすることを目的とした。予備分析により、全体的に女性は男性よりも身体の評価が低く、また満足も低いことが確認された。従

来指摘されている性差が確認されたといえる。また、年齢層による違いも一部で確認され、基本的には若い方が評価は高く、満足も高いことが確認された。幅広い年齢層を対象にした研究は限られるため、この年齢層による違い、つまり、加齢に伴う変化の反映と考えられる差異は、ボディイメージと年齢の関連についての理解の一助になると考えられる。

媒介分析により、人生満足感、自尊感情、そして

精神的健康の全てにおいて、身体満足が身体評価を媒介していることが示された。さらに、身体の数多くの側面においてそれが確認された。つまり、心理的肯定感には身体満足が重要な要因となることが明らかになったといえる。自身をどのような身体と認識し評価していても、そこに対する意味づけが否定的でなければ、ネガティブな影響が生じにくいといえる。

このことは、心理・教育的介入を考える際の非常に有益な示唆をもたらすものといえる。個々人の身体の特徴は様々であり、そして評価は現実の状態を比較的反映しているため、直接変化させることは難しい。だからこそ、限られた変化の一手段として美容整形などの手段が選択される場合もある。しかし、外見を変化させなくとも、そこに不満を必要以上に抱かなければ、心理的にネガティブな状態で日々を過ごさないですむ可能性がある。場合によっては、受容し感謝することにより、むしろ心理的にポジティブな状態で日々を過ごし、人生を幸福に生きていくことができる可能性もある。身体の感謝(e.g., Tylka & Wood-Barcalow, 2015)の効果が最近検討されているが、自分の身体にポジティブな感情や態度をもって向き合うかということに着目した検討は、心理的肯定感の向上に対する有効なアプローチを見いだすことにつながることを期待される。幅広い年齢層における幅広い身体側面について、感情の重要性を明らかにしたという点で、本研究の見解は有用なものといえる。

ところで、怪我や疾患、そして治療の副作用などにより、見た目の状態に何かしらの問題が生じているケースもある。そのような場合にも、ポジティブな感情で向き合うことが適応のために有用な可能性もある。今後のさらなる検討が必要であろう。

引用文献

- Cash, T. F. & Pruzinsky, T. (eds.) (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. The Guilford Press, New York.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Harter, S. (1985). *Self-perception profile for children*. University of Denver.
- 岩佐 一・権藤 恭之・増井 幸恵・稲垣 宏樹・河合千恵子・大塚 理加...鈴木 隆雄 (2007). 日本語版「WHO-5精神的健康状態表」の信頼性ならびに妥当性－地域高齢者を対象とした検討－ 厚生の指標, 54, 48-55.
- 眞榮城 和美 (2000). 児童・思春期における自己評価の構造 応用社会学研究 (東京国際大学大学院社会学研究科), 10, 63-82.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self image*. Princeton University Press.
- 鈴木 公啓 (2020). 自己の諸側面と自己全体の肯定的意識との関連－自己肯定、幸福感、意欲、自尊感情を用いた検討－ モチベーション研究, 9, 35-44.
- 鈴木 幹子・伊藤 裕子 (2001). 女子青年における女性性受容と摂食障害傾向－自尊感情、身体満足度、異性意識を媒介として－ 青年心理学研究, 13, 31-46.
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015a). The body appreciation scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12, 53-67.
- 山本 ちか (2009). 高校生の全体的自己価値の検討 名古屋文理大学紀要, 9, 29-36.
- 山本 ちか (2014). 中学生の親の全体的自己価値と具体的側面の自己評価の特徴 名古屋文理大学紀要, 14, 1-8.
- 山本 真理子・松井 豊・山成 由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.
- 角野 善司 (1994). 人生に対する満足尺度 (the Satisfaction With Life Scale [SWLS]) 日本版作成の試み 日本教育心理学会総会発表論文集, 36, 192.

要 約

本研究は、ボディイメージと心理的肯定感の関連について、身体評価と心理的肯定感を身体満足が媒介するというモデルの検討により明らかにすることを目的とした。10代から60代の成人男女960名（男性483名，女性477名）を対象としたオンライン調査をおこなった。身体評価から心理的肯定感への影

響が身体満足に媒介されるか検討をおこなったところ、ほぼ全ての身体側面において、間接効果が確認された。このことから、自身をどのような外見と認識し評価していても、そこに対する意味づけが否定的でなければ、ネガティブな影響が生じにくい可能性が示唆された。身体不満に関する心理・教育的介入を考える際の有用な示唆をもたらしたと考えられる。

(すずき ともひろ)

【受理日 2022年12月7日】