

〔研究ノート〕

心理学からみた「だてマスク」の着用

吉 川 茂

マスク着用に関する実証的研究の前段階として、特にだてマスクと呼ばれるマスク着用について心理学の視点から概観することを本稿の目的とする。

多くは不織布やガーゼ地で作られ鼻および口を覆うマスクは、病菌や塵埃、花粉などを防ぐためのものである。しかしながら本来とは別の目的でマスクを着用しているのではないかと思われる例が特に大学生の間で頻繁に見受けられるようになってきている。インフルエンザの流行する時期でない真夏でもマスクを常時着用しているケースもある。

マスクも非言語的コミュニケーションの中の人工品 (artifacts) の一つとして分類される。すなわち服装やバッグ、眼鏡、ネックレスなどの各種装飾品と同様に、それら持ち物や身に着けた品物からさまざまなイメージとしてメッセージが相手に送られたり、受け取られたりするのである。非言語的コミュニケーションは意図的、あるいは無意図的になされるが、意図的になされる場合は自己呈示に含まれる。

自己呈示としての「マスク」

本来の健康上の理由から着用するのではなく、それ以外の目的で着用されるマスクを「だてマスク」と呼ぶ傾向が定着しつつある。だて眼鏡が視力矯正の目的ではなく、顔を飾るために掛けられるのと似た意味から「だてマスク」と呼ぶわけである。さて、だてマスクがもし自己呈示のために用いられているとするならば、着用者はだてマスクによってどのような自己(の印象)を呈示しようとしているのか。マスクによって、あるいはマスクを着けていることに

よって、相手に対し自分の印象をどのように管理したいのであろうか。

自己呈示の一般的な種類である、取り入り (ingratiation)、自己宣伝 (self-promotion)、示範 (exemplification)、威嚇 (intimidation)、哀願 (supplication) などどれも当てはまりにくいようである。しいて言えば相手からの同情や支援を引き出そうとする哀願が近いかもしれないが、ことさら体調不良や病気がちであることを前面に示して哀れみや支援を取り付けようとしている様子うかがえない。ましてや自他の健康のために誠実にマスクをかけて周囲から立派な心掛けの人だと認められたいという示範のような積極的動機もみられない。むしろマスクに関心を寄せられたり注目されたりするのを避けようとしている消極逃避的な姿勢が感じられる。マスク着用によって自己に関する特定の印象を強く相手に刻み付けようという目的意識は希薄であって、反対に特別な印象を与えたくないという気持ちのほうが強いのではないかと考えられる。マスクには自己呈示としての明確な意味合いはほとんどなさそうである。

「マスク」の機能

自己呈示の目的があまりないとすれば、だてマスク着用にはどのような効能があるのであろうか。そこでまずマスクそのものの覆い隠すという機能を考えてみたい。マスクは顔の下半分、鼻の一部から口、そして顎までを覆うものである。人間の顔自体も仮面であるという見方がある。パーソナリティの語源であるラテン語のペルソナは演劇などで用いられる仮面を意味する。ホンネの素顔に対してタテマエの仮面な

のである。素顔(ホンネ)を隠し、別の自分を見せることが仮面の重要な機能である。ただしマスクは顔全面を覆うのではなく口を主として下半分のみを覆うので、マスクは口元の仮面といえる。そのことによって口の動き、表情を隠すことができる。

人間の口は動物の口と基本的に大きく異なる特徴を持っている。動物の口には、生の食べ物を細かく噛み切る働きと、獲物や敵に噛みついて攻撃する働きという2つの働きがある。そのため口および口周辺は硬く強固でなければならず、皮膚表面の筋肉の動きは制限される。つまり口周辺を動かして表情を作りだすことが難しい。一方、人間の口は加熱や道具によって調理できるので、動物ほど強固である必要はなく、また手や武器を使用して攻撃するので口は幼児期以外には攻撃手段としてほとんど用いられない。人間の口周辺は柔らかい組織で動かしやすいので豊かに表情を示すことが可能となる。人間の顔は動物のように毛で覆われていないので筋肉の動きを皮膚を見て直接観察できる。また、頬、口、鼻の大部分、顎など顔の下半分は、眉や額、目とまぶたと鼻の付け根部分などは独立した動きが可能であり、これらの組み合わせで表情は成り立つ。しかし独立した動きが可能のため口元だけでも表情をつくることができる。例えば、口(唇)を尖らす、口をつくむ、口をへの字に曲げる・一文字に閉ざす、唇を噛む、口をゆがめる、また歯を見せたり舌を出したりしても口元で表情を示すことができよう。よってマスクを着用していれば、口元に表れる緊張感や敵意、不満、抗議、悔しさ、恥ずかしさなど自分にとって表出したくない感情を相手に察知されなくて済むのである。

親和葛藤理論と対比させて

マスクで口元を覆うことによって自己のネガティブ感情を隠すことができる。しかし口元からは自己のポジティブ感情を発信することもできるはずである。例えば敵意で歯をむきだすば

かりでなく、にっこり微笑んで白い歯を見せることもできる。喜びを伴った軽い驚きなども口元で表現される。口元の表情は相手への親近感や好意的感情を示すことができる反面、相手への拒否感や敵対的感情を示すこともできる。それをマスクで覆ってしまうと、そのどちらもが伝達されなくなる。

このことは視線の一致するアイ・コンタクトと一部似た状況である。アイ・コンタクトでは相手と視線を交わすことによって好意・親近感または拒否・嫌悪感を伝達することができる。また相手の目を見ることでより深い感情を読み取ることができる。しかるに好ましくない状況としては、自らが好意的サインを送ったにもかかわらず相手から拒否サインが返される場合がある。つまり好意的に相手の目を見つめたのに、目が合ったと思った瞬間に目を背けられるような場合である。また相手の真意を測ろうと相手の目に視線を固定したとすれば、それは同時に自分の目も相手から注目されているわけで深層の感情が読み取られはしないかとの不安が生じる。好意の伝達と相手から真意の情報を得ようとしてアイ・コンタクトを求める傾向を接近力といい、相手からの拒否の確認と自己の真意の漏洩を嫌ってアイ・コンタクトを避けようとする傾向を回避力という。この相反する傾向の拮抗する点でアイ・コンタクトの量が決定されるというのが親和葛藤理論(affiliative conflict theory)である。

さて、マスクを対象にして親和葛藤理論を当てはめてみるとどうであろうか。口元の表情で相手への好意を表現できるし、相手の口元の表情から相手の表層的かもしれないが感情を読み取ることもできる。一方、好意を表現したけれども相手からは拒否の口元表現が返されることもあれば、自分の口元の表情から心理を読み取られる不安もある。こうした相互関係は対人コミュニケーション事態の基本とあってよい。相手に伝えフィードバックされ、相手を知り自らを知ってもらおうという相互の対等な関係である。しかしながらだてマスクを着用するとこの

関係は崩れる。相手に対する口元表情による非言語的メッセージを隠蔽することとなる。好意であれ敵意であれ何も発信しないのだからそれに対するフィードバックの表情は示されない。すなわちポジティブ、ネガティブ感情を発信しないので、その回答を確認しないで済むわけである。また、相手の口元表情から相手の感情を察知・推測するが、自らの口元は隠して情報の漏洩を防いでいる。親和葛藤理論的にいえば、接近力がたいそう低く、回避力がたいそう高いレベル、つまりアイ・コンタクトを避けているのと似た状態である。すこし異なるのは、だてマスク着用では相手の情報は得ながらも自らの情報は与えないという点である。まさにサングラスを掛けた状態と近似している。だてマスクの心理には、話したくない、交流したくない、自己開示しない、知られたくないといった心理的要素が潜んでいることが示唆される。

仮面との比較から

パーソナリティとは社会や環境の中で、他者に示す自己、他者から認知されたい自己を演じて見せたものである。ペルソナの語源のところで述べたとおりであり、人は真の自分ではなく、見せたい自分を演じているというのである。ここで仮面とマスクとの相違を整理しておこう。

仮面は一般に顔全面を覆うことで本来の顔を見えなくし、仮面上に表現された顔、性質のものとして認知されることを目的としている。自分を隠すと同時に別の自分以外のものを見せるのが仮面である。本来とは別の情報を呈示することになる。もちろん常にうまくいくとは限らず表面の偽りの呈示を見破られて本来の自分が露呈することもあるであろう。一方マスクは顔の下半分ではあるが隠すのみで、マスクによって特に意図された自分を呈示しようとはしない。たいていのマスクは長方形で白色無地が基本形となっている。近年ピンクのマスクが女性に人気であるが薄い色で無地という点に変わり

はない。マスクには仮面のような別の顔は描かれていない。本人とは別の自分を主張しはしない。

さて、嘘には2種類あって、一つは、真の情報は一切伝えないやり方である隠蔽 (concealment) で、虚偽に類する事柄には全く触れず何も話さない。もう一つは、偽装 (falsification) で偽りの情報をあたかも真実であるかのように見せかけるやり方である。本当の情報をただ黙っている、あるいは何も知らないと言い張る隠蔽とは異なり、積極的に嘘の情報を作成し嘘の体系を構築しようとするのが偽装である。嘘の種類と対応させて考えるならば、仮面はどちらかと言えば偽装に近いであろう。真実の顔を偽りの別の顔で覆い隠してしまうのであるから。他方、マスクの場合は顔の下半分に限定されはするが、こちらは隠蔽とよく似ている。無地のマスクで覆うだけ、包み隠すだけでそれ以外の情報を与えようとしないのである。

嘘のつきやすさ、つきとおしやすさという点では、隠蔽のほうが偽装よりも簡単である。隠蔽は何もなかったように、何も知らないものとして過ごせばよいだけである。それに比して偽装はその前後の時間関係や場所、数字、人間関係など関連事項のすべてと矛盾を生じさせないように注意し記憶していなければならない。このように考えてみると、だてマスクは特に偽りの自分を見せようとしているのではなく自分に関する情報をただ与えないようにしているだけであり、それは比較的容易な方法で達成できる。

補足的に仮面についても考えておくと、別の(偽りの)パーソナリティを演じ、一つの統合された人格の持ち主としてあらゆる場面、人間関係を矛盾なくこなさなければならないため、高度な演技力の持続性が要求される。

だてマスクを仮面と比較し、嘘の種類で分類してみた結果、つぎのような特色が明らかとなる。だてマスク着用はそのことで相手に本来の自分とは別の好ましい自分を見せようとしてい

るのではない。本来の自分の好ましくない面が露呈することを避けるため、自分に関する情報を相手に与えないようにする方略である。そこにはいわば消極逃避的な対人関係の在り方が見て取れる。もっと別の言い方をすれば、賞賛獲得欲求よりも拒否回避欲求が勝っているといってもよいであろう。

だてマスク着用の理由あるいは目的について

だてマスク着用について自己呈示や、アイ・コンタクトおよび仮面などとの比較から概観してきたが、着用のより具体的な理由あるいは目的、効用について考えたい。性別や年代によっては、また季節によっては当てはまらない場合もあるが、さまざまな角度から眺めたい。さらに細分化できる項目やや重複している項目もあるが、推測される20ほどの項目は大きく3つのカテゴリーに分類することができる。

(1) 生理的快適さに関するもの

マスクも衣服と同じく身に着けるものであるため、身体や感覚にさまざまな効果をもたらすのは必然である。一般の衣服と大きく異なる点は、口に着けることと、色・柄・デザイン・素材が極めて限定的で自己のアピール性が低いことである。

- ・顔の防寒具として、着用していると顔が暖かいから。
- ・顔の乾燥を防ぎ肌の保湿効果が期待できるから。
- ・紫外線、日焼け予防の対策になるから。
- ・周囲の人や環境からのいやな臭いを吸い込みにくいから。
- ・気になる自分の口臭の拡散を防ぐことができるから。

(2) 美容や外見に関するもの

マスクは美容の最大の関心が向けられる顔に着用するため、美容との関連は高い。主に欠点をカバーする目的と魅力をアップ

する目的の2つに分けられる。このカテゴリーでは女性に該当する項目が多くなるであろう。

- ・自分の顔、特に口元や鼻、顎のあたりの外見に劣等感を持っているから。
- ・歯並びの悪さや露出しすぎる歯茎を隠せるから。
- ・肌の汚さやしわ、しみ、ニキビなどを隠せるから。
- ・顔の露出部分が少なくなって小顔に見えるから。
- ・化粧をする時間的余裕がなかった、または化粧するのが面倒であったから。
- ・髭を剃る時間的余裕がなかった、または髭剃りが面倒であったから。
- ・マスクをすると顔の魅力が上昇すると思えるから。
- ・マスクの下の顔が神秘的となってよりよい想像がされそうだから。
- ・マスクをすることで下半分が覆われて、自信のある目の部分が強調されるから。

(3) コミュニケーション不安に関するもの

マスク着用は物理的効果だけではなく心理的効果ももたらす。だてマスクとなるとその心理的影響は一層大きくなるであろう。マスクは自分と相手との間のバリアーとしての安心感をもたらす。さらにバリアーとして自分への接近・接触を遮る役目を果たす。そして煩わしいコミュニケーション事態から消極逃避的に遠ざかることもできる。

- ・自分が一種の壁で守られているように感じられるから。
- ・相手に内心の緊張や動揺、本音を察知されにくくなるから。
- ・相手に自分の(望ましくないと思っている)性格を知られたくないから。
- ・人見知りで活発な対話を望んでいないことを暗に伝えられるから。
- ・あまり話しかけられたくないから。

- ・まずい人と出会いそうになったとき、気づかれずにやり過ごせそうだから。
- ・他者からの視線をあまり意識しないで済むから。
- ・笑ったときに手で口を隠さなくてもよい(感情をみだりに表したくない)から。
- ・眠い、疲れた、不機嫌な状態や気分するとき、その表情を隠せるから。
- ・対面したときに、表情のコントロールに苦勞しなくてよいから。
- ・コミュニケーション能力が低く、対人関係の維持が辛いから。

以上、多くの項目を掲げたが一個人がこれらすべての項目を目的・理由としてだてマスクを着けているわけではない。一つ、あるいは少数の理由が一人の個人に該当するであろう。さらに時間的余裕のないときだけや知人が多く集まる場所に出かけるときだけなど一時的なだてマスクもあれば、自分の深い心理に根ざして食事、風呂、睡眠以外は常時だてマスクを着用しているケースもあろう。

だてマスク着用社会の問題点

マスクを着けている人を見かけても、本来的なマスク使用なのか、だてマスクなのか即座には判断つかない。それにマスク着用はいくつかの公的場面や職業を除いて社会の規範に反するわけでない。そのため、多くの場合にマスク着用は個人の自由であり、他者からの直接的な制御を受けることはない。2009年にインフルエンザ大流行があり、これがきっかけとなってマスクの着用が広まり定着してきたようである。マスクを着用してみて医療・健康上の効能以外にも上述の3つの効果を体感した者がマスクを手放せなくなったのではないかと推察する。そして自分の周辺にマスク着用者が多数いることから、異端児扱いされることもなく安心してマスク着用を続けていられるのであろう。

ここでは心理学的な視点から「(3) コミュニ

ケーション不安に関するもの」を中心に考察を加えていきたい。人は程度の差こそあれ、他者とのコミュニケーションに気がかりや緊張、不安などを感じる。またそれは相手との関係や場の重要度の認知により変わってくる。多くはさまざまな困難を伴うコミュニケーション事態を乗り越え、経験を積み、徐々に慣れてくるが、マスクを着けていたほうが苦痛が少ないことを経験すると、精神的苦痛や恥の予感を持ったときにはマスク着用依存する傾向が生じてくると思われる。相手とうまくコミュニケーションをとる自信がない、つまり自分の考える内容や水準のよい印象・評価を相手に持ってもらう自信がないとき、そして少々の努力や工夫ではとても達成できないと考えたときに、コミュニケーションを遮断する方向を選択するのではないか。そのための手っ取り早い方法がだてマスクの着用である。これならば社会から完全に孤立するのではなく、必要最小限の人間関係を維持しながら、自分のバリアーを築いてある程度他者との関わりを抑制できるのである。またマスクを外してもよい状況、外したい状況であれば、マスクを外してより活発なコミュニケーションを回復することもできる。自分と他者との関係の密度をマスクを介してコントロールしているのである。

別の角度から見ると、それだけ他者との関係調整能力が低下、衰退しているともいえる。かなり以前になるが小此木啓吾(1987)は「1.5の時代」の中で一人称と二人称の中間としての考えを述べている。その指摘された時代の傾向はますます強まっているように思われる。つまり私とあなたの間、簡単にいえば自分からの操作には応答してくれるが自分の自我にまでは侵入してこない対象との関係が好まれ蔓延している。具体的にはパソコンやスマホなどのゲームであり応答性はあるが相手からの応答をすべて思い通りには支配できないものである。自分が負かされることもあるが相手は機械(ソフト)なので自分が批判されたり責められたりしない。その代り機嫌を取ったり謝罪したりする必

要もない。広くとらえればテレビや自動販売機なども当てはまるのではないか。こうして他者と付き合う煩わしさや難しさはなく、しかもかなり自分の希望どおりに対応してくれる相手が簡単に手に入る時代になったのである。生身の人間を相手としてコミュニケーションをとる機会が減り、このことがコミュニケーション能力が育ちにくい原因の一つであろう。現実の人間との付き合い方がわからない。何から話せばよいのか、どのように表現すればよいのか、どんな表情を示せばよいのか、自分にそれらができるのか、だてマスクを着用すれば完全ではないがこれら問題を少しは軽減できる。

また現在は、電子メールやSNSのフェイスブック、Twitter、インスタグラムなどが隆盛を極めているが、これらは媒介的（間接的）コミュニケーションである。直接相手と顔を合わせなくても伝達が可能である。実際の声も表情も姿勢も筆跡も個人的準言語的要素をほとんど取り去って相手と通じることができる。メールやSNSを使えば、感謝、依頼、勧誘、謝罪、抗議、欺瞞など、それぞれに相応しい声の調子や表情を相手に示さなくとも用は足りる。このようにメディアの発達に伴い相互に顔を見せないコミュニケーションが普及してきた。原島博（1998）はこの社会的現象を「匿顔のコミュニケーション社会」と名付けている。直に会って顔を見せ合って自分を示しながら話をしなくてもよいコミュニケーションが一般化しつつある時代である。だてマスクはまさにこうした時代

の人々に好都合なものであろう。

観光では一人旅の企画が珍しくなくなってきた。一人カラオケもある。恋愛を苦手とする若者が増えてきた。ゲーム画面や塾での学習が子どもたちの集団遊びを減らしてきた。仕事の後の飲み会や社内旅行を拒否する若手社員が多くなってきた。人と人とのコミュニケーションの質的变化がだてマスク着用に象徴されているように思えてならない。個人情報や過剰なほど保護され、他者との関係に繊細で公的自己意識の高い人々の気持ちがだてマスクに集約されているかのようである。

参考文献

- Ekman, P. and Friesen, W. V. 1975 Unmasking the Face 工藤 力(訳編)1988 表情分析入門 誠信書房
 深田博己 2009 インターパーソナル・コミュニケーション
 船津 衛, 安藤清志 2002 自我・自己の社会心理学 北樹出版
 原島 博 1998 顔学への招待 岩波書店
 工藤 力 1999 しぐさと表情の心理分析 福村出版
 宗方比佐子, 佐野幸子, 金井篤子 1996 女性が学ぶ社会心理学 福村出版
 高木 修(監修)大坊郁夫, 神山 進(編著)2003 被服と化粧の社会心理学 北大路書房
 高木 修(監修)大坊郁夫(編著)2006 化粧行動の社会心理学 北大路書房
 吉川左紀子, 益谷 真, 中村 真 1993 顔と心 サイエンス社

(2017年7月14日掲載決定)