

身体醜形障害を伴うルッキズムに対する啓発動画制作

Enlightenment video production for lookism involved with body dysmorphic disorder

谷 直輝

指導教員 菊池 司

東京工科大学 メディア学部 メディア学科 菊池研究室

キーワード：ルッキズム, 身体醜形障害, 曝露療法

1. 諸言と研究目的

近年、私たちが身近に感じている社会問題としてルッキズム（外見のみを重視して人の判断あるいは容貌や容姿を理由に差別的な扱いを行う思想）に対する執着が若年層を中心に見受けられる。その社会的要因が日常生活をする上で社会的ステータスとしての美しさや若さに対する上位の位置付けだ。その結果、外見に対する過度な思い込みや強迫観念による容姿への執着や外見への修正が後に身体醜形障害（BDD）を引き起こすリスクを高める危険性を帯びているのだ。

論文でこの事実は書かれているが昨今のコンテンツの発達によって BDD の症状の中核に該当する若年層の情報を得るためのツールが論文よりも映像の方が多数なのでと考察し、また BDD をテーマにした映像の少ないと考えたので、自分で身体醜形障害をテーマとして啓発動画制作を考えるに至ったのだ。

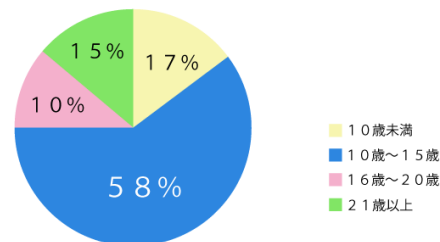
2. BDD と DSM-5 について

BDD の主な特徴として挙げられるのは、外見上の欠点や欠陥に対して過度に醜いと認知することで身体的部位に対して過剰に繰り返される行動や精神的行為を取ってしまう症状と定義されている。DSM とは、米国精神医学会が作成する、精神疾患や精神障害の分類をするマニュアルであり正式には「精神疾患の診断・統計マニュアル (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)」と

言い、アメリカの精神科医が使うことを想定したものである。これは事実上国際的な診断マニュアルとしても使われている。この DSM に書かれているのは、精神障害を診断するための記述、症状、その他色々な基準であり、精神障害の研究に使えるような一貫した信頼できる診断を与えている。DSM-5 はその改訂第 5 番に該当する。「自閉性障害」、「アスペルガー障害」、「広汎性発達障害」などと呼ばれていたいくつかの障害が、別々のものでなく連続した障害であるという見方であると新たに再定義されるようになったのである。

DSM の観点より、BDD を患うと併発する可能性として強迫性障害（ODD）や鬱病などの社交不安障害（SAD）だ。

図1では SAD を発症する年齢の割合を示したグラフだ。ほとんどの人が 10 代で発症していることがわかり、グラフから若年層に該当する年齢層の人たちに兆候が見受けられることが言えるのである。



(図1) 社交不安障害の発症年齢

3. 関連研究

平均年齢 19 歳の男女大学生 329 名に外見修正を測定するための尺度の信頼性と妥当性の調査で以下のような図 2 のような結果が出た。1 は、外見修正は身体不満足感を媒介して容姿に対する醜形恐怖心性に影響を及ぼす。2 は、外見修正は身体不満足感を媒介して容姿に対する評価懸念に影響を及ぼす。3 は外見修正の身体不満足感を媒介し、容姿に対する関心集中に影響を及ぼす。図 2 の結果から尺度全体の信頼性係数は $.881$ であり、「外見修正」因子が $\alpha = .872$ 、「積極的受け入れ」因子が $\alpha = .865$ 、「回避」因子が $\alpha = .747$ であり、十分な値であると判断された。この結果から若年層の年齢の男女に、容姿に対する何らかの恐怖心性があることが明らかになったのである。

項目内容	I	II	III
I. 外見修正 ($\alpha = .872$)			
5. 私は自分の外見で気に入らない所を隠す、または隠蔽するために特別な努力をする。	0.72	-0.07	0.08
2. 私は自分の外見について好きではない箇所を要えようとする必要以上に時間を費やす。	0.71	-0.02	-0.01
7. 私は自分の外見で気に入らない所をいかにして隠蔽しようかについて考える。	0.71	-0.08	0.20
8. 私は自分が驚かすように特別な努力をする。	0.69	0.06	-0.17
4. 私は自分の容姿を身体的に魅力的な人々のそれと比較する。	0.69	-0.07	0.13
9. 私は鏡の前でより多くの時間を費やす。	0.66	0.00	0.02
1. 私はより魅力的に見えるようにいろいろと試す。	0.62	0.16	-0.31
3. 私は自分の外見を要えるために何をすべきか考える。	0.57	0.08	-0.16
8. 私は違う外見を持つことについて空想をよける。	0.55	-0.03	0.13
10. 私は他の人々に、自身の外見についての安心を求めようとする。	0.50	0.03	0.12
II. 積極的受け入れ ($\alpha = .872$)			
19. 私はその状況はそれほど重要ではないと自分自身に言い聞かせる。	-0.09	0.77	0.04
17. 私は自分がどのように見えるのかがより重要なことであると自分自身に言い聞かせる。	-0.07	0.69	-0.13
13. 私はその状況はいつか過ぎると自分自身に言い聞かせる。	0.00	0.69	0.05
20. 私は特に自分自身に忍耐強くあらうとすることで反応する。	-0.06	0.59	0.15
15. 私は自分の長所を自分自身に思い出させる。	0.12	0.59	-0.22
18. ただ私が物事に対して非理性的にだけだと自分自身に言い聞かせる。	0.03	0.58	0.16
12. 私はおそらく状況に過剰に反応しているだけだと自分自身に言い聞かせる。	-0.02	0.58	0.25
19. 私はその状況がなぜ私を挑発したり怖がらせるのかを理解しようとする。	-0.02	0.55	0.02
21. 私は人として自分の気分を良くさせる何かを認知的に行う。	0.07	0.54	-0.12
14. 私は自分が思っているよりもおそらく自分が良く見ると思うと自分自身に言い聞かせる。	0.04	0.53	-0.03
11. 私はしばらくすれば気分が良くなることを自分自身に思い出させる。	0.04	0.53	0.08
III. 回避 ($\alpha = .747$)			
29. 私はその状況について何もかも無力だと自分自身に言い聞かせる。	-0.02	0.03	0.68
27. 私は鏡の中の自分を見ることを避ける。	-0.04	-0.05	0.63
29. 私は引きこもり、他人との交流が減る。	-0.03	-0.09	0.57
23. 私はその状況と私の気持ちとを無視しようとする。	0.04	0.10	0.52
25. 私は自分の考えや感情を無視しようとする。	-0.03	0.08	0.47
28. 私はその状況をうまく扱う半断りとして何かを養育する。	0.19	0.10	0.38
24. 私は過食という形で反応する。	0.27	-0.03	0.37
因子間相関			
I	1.00	0.41	0.23
II	0.41	1.00	0.23
III	0.23	0.23	1.00

4. BDD と DSM-5 との関連性

従来の DSM の BDD は身体表現性障害の中で分類されていたものだが、近年の生物学的研究の進展とともに OCD の認知的プロセスの介在を要さず、繰り返しの行為が生じるタイプの報告がされるようになり、第 5 版に改訂された診断基準に該当されるようになったのである。

5. 提案手法

BDD 患者の大半は、精神科よりも皮膚科や美容整形外科を受診する割合はるかに高率だ。なぜなら、BDD 患者のほとんどが正しい病識を持った人が少なく、自ら精神科に受診するケースが極めて少ないからだ。そこで実写映像と手書きプロモーションビデオの 2 種類を用意し、身体醜形障害を啓発する映像を制作したのである。そして、その 2 種類の映像のうち、アンケートを集計し、どちらの映像コンテンツが若年層に違和感なく受け入れられるのかを調査する。

6. おわりに

BDD 患者のほとんどは、十分な病識がなく、合理性について妄想的信念を有していた。精神科の受診による曝露療法（エクスポージャー法）よりも皮膚科や美容整形外科を受診する割合が高く、これでは根本的な解決にならない。精神病理や病態に対する理解を深める上で若年層と現代にあったコンテンツで十分な病識を映像として啓発することで認知療法の一助となれるように最適なコンテンツをより正確に把握するために映像コンテンツの種類の追加が今後の課題点である。

7. 参考文献

- 1) American Psychiatric Publishing Arlington, American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th ed, 2013
- 2) 松井徳造, 松永寿人, 「身体醜形障害の臨床特徴と診断」～統合失調症との相違とは～, 精神療学, 32(3), 323-328, 2017
- 3) 「醜形恐怖の克服方法, 治し方」
<https://www.direct-commu.com/mental-illness/body-dysmorphic-fear/>
- 4) 渡嘉敷みどり, 伊藤義徳, 友利彰吾, 市井雅也, 「外見修正 (Appearance Fixing) が醜形恐怖心性に及ぼす影響」, 発達心理臨床研究, vol27, 17, 2021