

落ち着く色の傾向

抄 録

本研究は、落ち着く色について性別や年齢、職業、性格、好きな色の違いによる傾向の有無を調査し、その傾向を明らかにすることを目的とする。そこで、性別、年齢、職業、性格、好きな色の違いによる落ち着く色の傾向を調査すべく、アンケート調査を行った。その結果、性別、性格による傾向があることが判明した。女性は暖色の淡い色を男性は寒色の淡い色を、外向的な性格の人は鮮やかな色を内向的な性格の人は淡い色を、現実主義者は寒色の淡い色を理想主義者は暖色の淡い色を、合理的な人は寒色の淡い色を人情を重んじる性格の人は暖色の淡い色を、几帳面な性格の人はくすんだ淡い色を臨機応変な性格の人は明るい色を、落ち着くと感じる傾向があると推察できた。また、対になっている性別、性格が落ち着く色は、反対の色になっていることが判明した。

キーワード：色彩、心理学、リラックス

1. はじめに

1.1 研究動機

私の将来の夢は精神科医である。そのため、心理学について調査をしようと考えた。一口に心理学と言っても様々な種類があり、その中でも「色彩心理学」と呼ばれる、色と心の関連を調べる学問に興味を持った。色彩心理学について、文献を読み進めていく中で、リラックス効果があるとされる色が多々あったことや、「個人差がある」という記述はあっても性別や年齢、職業等による傾向の有無に関する記述が無い事に気がついた。そのため、性別と年齢、職業におけるリラックス効果を感じる色の傾向について研究を行った。

1.2 研究目的

性別や年齢、職業、性格により落ち着くと感じる色の傾向の有無を調査し、傾向がある場合は、その傾向を明らかにすることが目的である。またこれらを通して、自分が落ち着くと感じる色を見つけるきっかけにすることが最終目標である。

1.3 先行研究

『決定版 色彩心理図鑑』には、自分の好きな色や緑系の色、パステルカラー、和室にある色にリラックス効果がある、色は感情や生体、感覚へ影響を与える、「性格は色の好みとして、色は性格へ影響を与えます。」とある（ポーポー・ポロダクション、2020、p.20,46,58）。この記述から、落ち着く色と好きな色が同色である人はどのような人なのかということも調査しようと考えた。ここでの、「どのような」とは性別、年齢、職業、性格のことを指す。さらに、私は性格における傾向もあるのでと考察し、上記に加え性格における傾向の有無も調査することにした。

2. 研究方法

2.1 調査項目

Googleフォームを用いたアンケート調査を行った。本研究の目的から、落ち着く色、好きな色、性別、年齢、職業、性格を回答してもらった。また、性格は「MBTI診断」という性格診断をもとに項目を作成した。MBTI診断では、興味関心の方向、物事の見方、判断の仕方、物事の決め方の4つのカテゴリーをそれぞれ2択に分類し、計16個の性格タイプに振り分ける。このアンケートでは、4つのカテゴリーすべてを性格に関する質問の1つの項目に使用した。各カテゴリーに分類される性格は下記のとおりである。

表1 MBTI診断の性格タイプ

カテゴリー	性格タイプ
興味関心の方向	外向的↔内向的
物事の見方	現実主義↔理想主義
判断の仕方	合理的↔人情を重んじる
物事の決め方	几帳面↔臨機応変

2.2 アンケート概要

期間は、2023年11月30日から2月29日の約3ヶ月間である。対象は、様々な性別や年齢、属性の方に回答をお願いしたため、制限は設けなかった。また、落ち着く色と好きな色は、先行研究をもとに作成した図1の色の一覧を見て回答してもらった。一覧にある色名は1から順にベビーピンク、撫子色、赤、橙、土色、エクリュ、クリーム、黄色、萌黄色、抹茶色、緑色、青緑色、パールアクア、勿忘草色、シアン、青色、紺、藤色、紫、赤紫色、白、グレー、黒である。アンケート項目は以下の通りである。(カッコ内は選択肢)

- 1から23のうち、あなたが見ている最も落ち着くと思う色はどれですか。(1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23)
- 1から23のうち、あなたが一番好きな色に最も近い色はどれですか。(1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23)
- あなたの性別はなんですか(男性、女性、無回答)
- あなたの年齢はいくつですか(小学生以下、中・高校生、大学生、18～39歳(高校生・大学生はのぞく)、40～59歳、60歳以上)
- あなたの職業はなんですか(学生、会社員、自営業、会社役員、自由業、専業主婦、パート・アルバイト、無職)
- 自分は…(社交的で、思ったことをすぐに口に出す性格である・前に出たくない性格で、初対面や大勢の中では控えめになる)
- 自分は…(現実主義で、事実をそのまま受け取る性格である・理想主義で、未来や概念を重視する性格である)
- 自分は…(合理的で、真実を優先する性格である・人情を大事にし、人の気持ちを優先する性格である)
- 自分は…(几帳面で、計画通りに物事を進めることを好む性格である・臨機応変に対応できる性格で、規則や締切には弱い)



図1 色の一覧

3. 結果

251件の回答を得た。ここではページ数の兼ね合いで、傾向が見られた項目の結果のみを掲載する。グラフ下のカッコ内は各項目別に回答者が多かった上位3色の色名を記載している。(図2から6参照)



図2 性別による比較

女性（1位ベビーピンク、2位エクリュ、3位クリーム）

男性（1位パールアクア、2位萌黄色、3位抹茶色）



図3 興味関心の方向による比較

外向的（1位萌黄色、2位ベビーピンク、エクリュ、抹茶色、緑色、青緑色）
 内向的（1位クリーム、2位ベビーピンク、3位エクリュ、抹茶色、パールアクア）

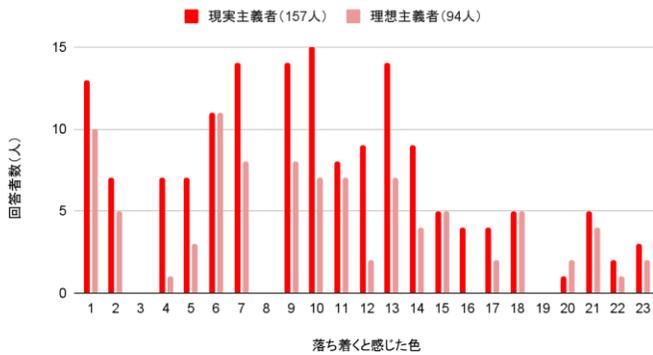


図4 物事の見方による比較

現実主義者（1位抹茶色、2位クリーム、萌黄色、パールアクア）
 理想主義者（1位エクリュ、2位ベビーピンク、3位クリーム、萌黄色）



図5 判断の仕方による比較

合理的な人（1位抹茶色、2位パールアクア、3位エクリュ、緑色）
 人情を重んじる性格の人（1位ベビーピンク、2位クリーム、3位萌黄色）



図6 物事の決め方による比較

几帳面な人（1位クリーム、2位抹茶色、3位エクリュ）

臨機応変な性格の人（1位ベビーピンク、2位萌黄色、3位パールアクア）

4. 考察

4.1 用語の定義

これより記述する考察にて、「淡い色」「鮮やかな色」などの表現を用いる。本稿では、これらの言葉を下記のように定義する。

淡い色…原色に白を混ぜたような、高明度、低彩度である色

鮮やかな色…原色より高明度、やや低彩度である色

明るい色…高明度の色

くすんだ色…原色にグレーを混ぜたような、やや低明度、低彩度である色

4.2 性別による傾向

図2より、女性が落ち着くと感じた色はベビーピンクと2の撫子色のピンク系の色、エクリュとクリームの黄色系の色に集中していることがわかる。また、男性はパールアクア、萌黄色、抹茶色の3色が他の色と比べて回答者が多くなっている。したがって、女性は暖色の淡い色を、男性は寒色の淡い色を落ち着くと感じる傾向にあると推察される。

4.3 性格による傾向

①興味関心の方向

図3より、外向的な性格の人は内向的な性格の人よりも撫子色や緑色など鮮やかな色への回答者数が多い。また、内向的な性格の人は落ち着く色がクリームやベビーピンク、パールアクアなど淡い色に偏っている。したがって、外向的な性格の人は鮮やかな色を、内向的な性格の人は淡い色を落ち着くと感じる傾向にあると推察される。

②物事の見方

図4より、現実主義者は理想主義者に比べて抹茶色やパールアクアの回答者数が多くなっている。また、理想主義者が落ち着くと感じた色はエクリュとベビーピンクに集中している。したがって、現実主義者は寒色の淡い色を、理想主義者は暖色の淡い色を落ち着くと感じる傾向にあると推察される。

③判断の仕方

図5より、合理的な人は人情を重んじる性格の人と比べて抹茶色やパールアクア、18の藤色への回答者数が多くなっている。また、人情を重んじる性格の人は合理的な性格の人と比べてベビーピンクとクリームへの回答者数が多くなっている。したがって、合理的な人は寒色の淡い色を、人情を重んじる性格の人は暖色の淡い色を落ち着くと感じる傾向にあると推察される。

④物事の決め方

図6より、几帳面な人は臨機応変な性格の人に比べてクリームや抹茶色、エクリュなど和室にあるような色が落ち着くと回答した人が多い。また、臨機応変な性格の人は几帳面な人と比べてベビーピンク、萌黄色、パールアクアと回答した人が多い。したがって、几帳面な性格の人はくすんだ淡い色を、臨機応変な性格の人は明るい色を落ち着くと感じる傾向にあると推察される。

4.4 全体の考察

4.2、4.3を通して、対になっている性別、性格同士の落ち着く色は反対の色になっていることがわかる。

例：女性：男性 暖色の淡い色↔寒色の淡い色

几帳面：臨機応変 くすんだ淡い色（やや低明度）↔明るい色（高明度）

5. 結論

落ち着く色には性別や性格による傾向があることが確認された。また、女性は暖色の淡い色を男性は寒色の淡い色を、外向的な性格の人は鮮やかな色を内向的な性格の人は淡い色を、現実主義者は寒色の淡い色を理想主義者は暖色の淡い色を、合理的な人は寒色の淡い色を人情を重んじる性格の人は暖色の淡い色を、几帳面な性格の人はくすんだ淡い色を臨機応変な性格の人は明るい色を、落ち着くと感じる傾向がある。また、対になっている性別、性格が落ち着く色は反対の色になっていることが判明した。

6. 今後の課題

年齢、職業、好きな色による落ち着く色の傾向の有無については、回答数が足りず傾向を確認するまでには至らなかった。また、なぜ属性が反対だと、落ち着く色も反対の色になるのか調査することが今後の課題である。

7. 参考文献

ポーポー・ポロダクション（2020）『決定版 色彩心理図鑑』

MBTI診断とは？全16タイプの種類と性格を徹底解説！相性一覧や恋愛・適職も | 16パーソナリティ <https://fasme.asia/quiz/mbti16personalities-5388/> 閲覧日：2023/11/30