

基礎研 レター

マスク着用の コミュニケーションへの影響(2) コロナ禍の研究を経て分かっていること/いないこと

保険研究部 准主任研究員 岩崎 敬子
(03)3512-1882 kiwasaki@nli-research.co.jp

マスク着用が人々に与える影響に関する研究分野は、コロナ禍でのその研究の需要の高まりを受けて、近年急速に進展した。マスク着用の影響は、感染拡大予防効果のような医学的側面から、コミュニケーションの質など社会心理的側面まで多岐にわたる。コロナ禍を経た研究蓄積をもとに、そのメリットやデメリットを多面的に捉えることは、マスクとのより良い付き合い方を考える機会となるかもしれない。そこで本稿を含めて、全5回の基礎研レポート/基礎研レターでは、マスク着用の人々への影響について、「健康」「メンタルヘルス(1・2)」「コミュニケーション(1・2)」に分けて、コロナ禍を経た研究蓄積からわかっていること/いないことを紹介する。

前項では、コミュニケーションへの影響として、個人識別や感情認識、音声認識を難しくさせる影響を紹介したが、本稿では、より幅広い意味でのコミュニケーションへの影響として、マスク着用の周りの人々の感情への影響や、着用者に対する印象への影響について、これまでの研究で示されてきたことを紹介する。要旨を先取りしてお伝えすると、マスク着用は対面者の表情模倣や共感を妨げる可能性が示唆される研究結果はあるものの、実社会でもそうした傾向が見られるのかどうかはまだ分かっていない。また、着用者の印象については正負様々な結果が報告されており、コロナ禍でのマスク着用に対する社会規範の変化等様々な要因によってその影響が変化する可能性が示唆される。

1——マスク着用の周りの人々の感情への影響:表情模倣や共感を妨げる可能性

1 | マスク着用と周りの人々の感情の関係についての理論

笑顔の人を見るとつい自分も笑顔になったり、幸せな気持ちになったりする経験をしたことがある人はいるのではないだろうか。このように、人は無意識のうちに周りの人の感情を自分のものとして感じる傾向があることが知られている。この現象は、心理学の分野で情動伝染と呼ばれる¹。情動伝染は、表情模倣や表情フィードバック仮説と関連して説明されることがある。表情模倣は、他者の感情的な表情に影響を受けて、無意識に他者の表情と一致した表情をすること²で、表情フィードバック仮

説は、表情が自分の感情に影響を与えるという仮説³である。表情フィードバック仮説の妥当性については議論があるものの、これまでいくつかの研究ではその妥当性が確認されている⁴。つまり、Aさんの表情を見たBさんが、表情模倣によって無意識にAさんと同じ表情を作り、その結果Aさんと同じ感情を持つという流れで、情動伝染は説明することができる可能性がある⁵。これまでの研究では、マスクが顔の一部を隠すことで感情認識を妨げる可能性が示されている^a。そのため、マスクが感情認識を妨げるということは、無意識に起こっている表情模倣や情動伝染を妨げている可能性が考えられる^{6b}。

2 | マスク着用の表情模倣への影響についての研究

マスク着用の表情模倣への影響については、これまでいくつかの研究で検証が行われてきた。例えば、英国住民を対象にしたオンライン実験では、マスクは、喜びの表情については、表情模倣を妨げる影響があったが、悲しみの表情については表情模倣を妨げる影響は確認されなかったことが報告されている⁷。また、ドイツ人を対象にしたオンライン実験でも、マスクは喜びの表情への表情模倣を妨げる影響が確認されたが、怒りや悲しみの表情への表情模倣を妨げる影響は確認されなかった⁸。この研究では、喜びの表情についてのマスクの表情模倣への影響は、マスクによって認識された表情の強さの減少による可能性があることも確認している。

3 | マスク着用の共感への影響についての研究

マスク着用の共感への影響についても、これまでいくつかの研究で確認されてきている。オンラインで募集された参加者を対象にした実験では、マスク着用は、対面した人の感情認識を妨げ、さらに、ポジティブな感情への共感の度を低下させたことが報告されている⁹。興味深いことに、同研究では透明マスクを着用した場合についても検証されており、透明マスク着用の感情認識への影響はほとんど見られないものの、ポジティブな感情への共感の度は低下させたことが報告されている⁹。この論文の著者たちは透明マスクで表情が認識できる場合でも共感の度が低下する傾向が見られる理由として、透明なマスクは視覚的な情報を伝達することはできるけれども、感情を認知するための重要な顔の特徴を捉えることを邪魔している可能性や、透明マスクであっても、観察者と着用者の間に社会的および感情的な距離を感じさせる可能性を挙げている。

また、同一の研究者による別の報告では、このような共感の度の低下はマスクが表情模倣を妨げることによって起こったものであるのかどうかを検証している¹⁰。その報告によると、画像の人物がマスクを着用している場合や、画像を見る人の表情模倣が制限されている場合は、画像を見る人の画像の人物への共感の度が低下する傾向が見られた。つまり、マスク着用や表情模倣の制限は共感の度を下げる傾向が確認された。しかし、表情模倣の制限による共感の度への影響の大きさは、画

^a 岩崎敬子「[マスク着用のコミュニケーションへの影響 \(1\)](#)」(掲載後 URL 記入)

^b 実際に、多くの研究結果をまとめて総合的な傾向を精査したレビュー論文でも、表情模倣と共感の間の相関があることが確認されているが、その相関の度は小さく、この関係は、まだ理解されていない何かの要因に条件づけられている可能性が指摘されている。このように、表情模倣と情動伝染の間のつながりは、必ずしも明らかになっているわけではない⁶。

像の人物がマスクを着用した場合と着用しなかった場合で違いが確認されなかった。このことから、著者らは、マスクが共感の程度を下げる影響は、表情模倣への影響によるものではない可能性があることを指摘している。

一方、オランダ人を対象に、静止画ではなく動画を用いて行われたオンライン実験では、マスク着用は、感情認識にも共感の程度にも影響を与えなかったことが報告されている。この研究では、マスク着用は、感情認識や共感の程度には影響を与えなかったものの、同情する気持ちを減少させる傾向が見られたことを報告している¹¹。本論文の著者たちは、静止画を使った実験で確認されてきたようなマスクの感情認識や共感の程度への影響は確認されなかったことから、全体として、マスク着用の心理的副作用について大きな懸念は杞憂かもしれないと指摘している。

こうしたマスク着用の周りの人々の感情への影響に関する一連の研究結果からは、静止画を利用した実験においては、マスク着用は、ポジティブな感情を表す人への表情模倣や共感を妨げる可能性が示唆されている。一方、動画を用いるなどより実社会の状況に当てはまる形で行われてきた事例数は少なく、その影響が確認されていないものがあることから、実社会でもマスクは表情模倣や共感の程度に影響を与えているのかどうかは、まだ明らかになっていないとはいえないようだ。同様に、マスク着用の共感の程度への影響がみられる際にも、その影響は必ずしも表情模倣を媒介していないなど、マスク着用と他の人への感情が伝わるメカニズムの関係についても、明らかになっていないようだ。

2——マスクの着用者の印象への影響:魅力、信頼感、親近感に影響がある可能性

マスク着用者の感情は周りの人に伝わりにくくなる可能性が示唆されてきたが、そのことは、マスク着用者の印象にも影響を与えている可能性がある。それでは、これまでマスク着用者の印象への影響としてはどのようなことが検証されてきているのだろうか。ここでは、マスク着用の顔の魅力への影響、信頼感への影響、親近感への影響の2つに分けて、これまで行われてきた研究を紹介する。

1 | マスク着用の顔の魅力への影響

まず、マスクは着用者の顔の魅力を変化させる可能性があることが、これまでの研究で示されてきている。全体としては、マスクが顔の一部を隠すことは、魅力的でない顔の魅力を向上させる傾向があることが知られている。例えば、米国の研究者らによって行われた実験では、魅力度の高い顔、普通の顔、魅力度の低い顔を比較すると、マスクは魅力度の低い顔の魅力を最も高め、普通の顔の魅力もやや高めた一方、魅力度の高い顔の魅力を高める効果は確認されなかった¹²。他にも、カナダの研究者らによって行われたオンライン実験でも、マスクは魅力度の低い顔の魅力を高める効果が確認されたが、魅力度の高い顔の魅力への影響は確認されなかった¹³。興味深いことに同研究では、マスクに代わり顔の下半分の画像を切り取った画像を利用した場合にも同様の傾向を確認したことから、マスクが魅力度の低い顔の魅力を高める効果は、マスク特有のものではなく、顔の下半分が隠れることによるものであることを確認している。他にも、同研究では、顔の上半分を隠した場合には、魅力度の高

い顔の魅力が下がり、魅力度の低い顔では魅力は変わらなかったことも報告している。

また、日本で行われた実験では、マスクは魅力度が低い顔の魅力を高める一方で、魅力度が高い顔の魅力を下げる傾向が確認されている¹⁴。この研究の研究者らは、この現象を顔が隠れることによる魅力度の平均化を用いて説明している。つまり、顔を隠すことによって、魅力度が低い顔は平均に近づくことで魅力度が高まり、魅力度が高い顔は平均に近づくことで魅力度が低下するということである。この研究はコロナ禍で行われたものであるが、同研究者らは、コロナ禍前にも同様の研究を行っており¹⁵、コロナ禍前とコロナ禍での結果の変化についても言及している。同研究者らのコロナ禍前の研究では、魅力度の低い顔の魅力度はマスクによって変化せず、魅力度の高い顔の魅力度のみマスクによって下がっていた。同研究者らは、コロナ禍前には、顔が隠れることによる魅力度の平均化に加えて、マスクが不健康な印象を与えていたためにこうした傾向が見られたのだらうと説明している。つまり、コロナ禍前には、マスクは顔に不健康な印象を与えることで、元々の顔の魅力度の高低に関わらず魅力度を低下させ、魅力度の低い顔では不健康な印象の影響が平均化の効果と相殺されることでマスクによる魅力度への影響が見られず、魅力度の高い顔のみで魅力を低下させる影響が見られたということである。一方、コロナ禍では、皆がマスクを着用するようになってマスクの不健康な印象は取り除かれ、平均化の効果のみが残ったことで、魅力度の低い顔については、マスクによって魅力度が高まる傾向が見られたというわけである。ただ同じく日本で行われた実験で、魅力度が高い顔でも魅力度が低い顔でもマスク着用が魅力度に与える影響が見られなかったことを報告している研究もあること¹⁶から、マスク着用の魅力度への影響は常に確認されているわけではないようだ。

2 | マスク着用の信頼感への影響

また、世界各国の実験では、マスク着用が信頼感に与える影響について、正負両方の影響が報告されている¹⁷。こうした正負両方の影響が見られる理由として、社会規範の変化が指摘されている。実際に、オーストラリアで 2020 年から 2023 年にかけて 3 回の継続調査を行った研究では、マスク非着用の顔については、2020 年から 2023 年の間に信頼感に変化が無かったが、マスクを着用した顔については、2020 年にはマスク非着用の顔よりも信頼感が高く評価されていた。一方、2022 年と 2023 年の調査では、マスクを着用した顔と非着用の顔の間で評価される信頼感に違いは見られなかった。これらの結果から、この論文の著者らは、コロナ禍では社会的な規範によって、マスク着用は信頼感を高める傾向が見られたのではないかと分析している¹⁷。

一方、社会規範への意識が強いと思われる日本で、コロナ禍の 2020 年と 2022 年に行われた実験において、マスクは信頼感を下げる影響があったという報告もある¹⁶。同研究では、サングラスの影響も検証されており、サングラスが信頼感を下げる影響は、マスクの影響よりもさらに大きかった。他にも、2021 年にシンガポールの研究者らで行われた実験では、大人の異性を見た際には、マスクが信頼感を下げる影響があったことを報告している¹⁸。また、ドイツでコロナ禍に行われた実験でも、マスクが信頼感を下げる影響が確認されたことが報告されている¹⁹。こうした結果は、コロナ禍での社会的規範以外の要素によっても、マスクの影響が変化する可能性を示唆するものである。こうした要素

には、マスクが顔の魅力に与える影響と同様に、平均化の効果が存在する可能性がある。実際に、中国で行われた実験では、信頼感が元々高い顔の人について、マスクをした時に信頼感が下がる傾向が確認されている²⁰。

3 | マスク着用の親近感への影響

マスク着用の親近感への影響についても、世界各国で、正負の両方の報告がある。例えば、ドイツ人を対象に行われた実験では、マスク着用の信頼感や好ましさに影響は確認されなかったが、親近感を下げる影響が見られた²¹。また、日本で行われた実験でも、コロナ禍がはじまったばかりの2020年の段階では、マスクは親近感を低下させる影響が確認されたものの、2022年に行われた同様の実験では、マスクが親近感を低下させる影響は確認されなかった¹⁶。一方、英国の研究者たちによって行われたオンライン実験や、ドイツの研究者によって行われたオンライン実験では、マスク着用は、親近感を高める影響が確認された^{22 23}。さらに、フランス人を対象とした実験には、コロナ禍でのマスクの着用は、対人距離を縮めることを示した研究もある²⁴。

3—おわりに

本項では、周りの人々の感情や印象といった、広い意味でのコミュニケーションへのマスク着用の影響について、コロナ禍を経た研究蓄積から示されてきたことを紹介した。前項で紹介した個人識別や感情認識、音声認識といったコミュニケーションに直接的に関わる側面に比べると、本項で紹介した側面のマスクの影響については、研究蓄積も少なく、報告されている研究の正負のばらつきが大きい印象を受ける。コロナ禍前に行われた実験では、マスク/帽子/サングラスの着用は、コミュニケーション全体への影響はほぼ確認されなかったことを報告した研究もある²⁵。このように正負様々な影響が確認されることから、これまで解明されていないなんらかの要因によって、マスクの影響が変化する可能性が示唆される。この要因には、コロナ禍でのマスク着用に対する社会規範の変化、マスクが物理的に顔を隠すことの影響、不健康さ等マスク自体の印象による影響、マスク着用による感染拡大予防効果に対する個々人の認識の違い等様々な点が考えられるだろう。

マスクは個人識別、感情識別、音声識別を難しくする可能性があり、実際にマスクのコミュニケーションへの影響は、人々のストレスになるものとして報告されることが多い²⁶。しかし、マスクが感情の伝達に与える影響についてはまだわかっていない点も多く、マスク着用が個々人に与える印象については、正の報告も珍しくない。さらに、顔のみの静止画を使った実験でマスクがコミュニケーションを妨げる傾向が確認されたとしても、人物全体を見たり、動画を使ったりした実験では、そうした影響が軽減されている報告もあり、実社会でコミュニケーションを妨げる影響は大きくない可能性が示唆される。そのため、マスクは必ずしもコミュニケーションに悪影響を与えるものとして性急に結論づけられるものではないという指摘もなされている²³。個々人が自分にとって心地よい選択をし、お互いの選択を尊重していくことが重要といえるだろう。

本資料記載のデータは各種の情報源から入手・加工したものであり、その正確性と完全性を保証するものではありません。また、本資料は情報提供が目的であり、記載の意見や予測は、いかなる契約の締結や解約を勧誘するものではありません。

-
- ¹ Hatfield, E. et al. (1993). Emotional contagion. *Current Directions in Psychological Science*, 2(3), 96-100. (<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/1467-8721.ep10770953>, 20250528 accessed)
- ² Seibt B. et al. (2015). Facial mimicry in its social setting. *Front Psychol.* 11;6:1122. (<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4531238/>, 20250528 accessed)
- ³ Andréasson, P. & Dimberg, U. (2023). Facial manipulations, emotional empathy, and facial feedback. *Int J Psychol Psychoanal* 9:065. (<http://clinmedjournals.org/articles/ijpp/international-journal-of-psychology-and-psychoanalysis-ijpp-9-065.php?jid=ijpp>, 20250528 accessed)
- ⁴ Coles, N. A. et al. (2022). A multi-lab test of the facial feedback hypothesis by the Many Smiles Collaboration. *Nat Hum Behav.* 6(12):1731-1742. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36266452/>, 20250528 accessed)
- ⁵ 藤村友美 (2017). コミュニケーションにおける表情表出の機能的役割. 生理心理学と精神生理学 35 (1) 3-13 (https://www.jstage.jst.go.jp/article/ijppp/35/1/35_1702si/pdf/-char/ja, 20250528 accessed)
- ⁶ Holland, A. et al. (2020). Facial mimicry, empathy, and emotion recognition: a meta-analysis of correlations. *Cognition and Emotion*, 35(1), 150-168. (<https://doi.org/10.1080/02699931.2020.1815655>, 20250528 accessed)
- ⁷ Kastendieck, T. et al. (2021). (Un)mask yourself! Effects of face masks on facial mimicry and emotion perception during the COVID-19 pandemic. *Cognition and Emotion*, 36(1), 59-69. (<https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1950639>, 20250528 accessed)
- ⁸ Kastendieck, T. et al. (2023). Influence of child and adult faces with face masks on emotion perception and facial mimicry. *Sci Rep* 13, 14848. (<https://doi.org/10.1038/s41598-023-40007-w>, 20250528 accessed)
- ⁹ McCrackin, S.D. et al. (2022). Transparent masks reduce the negative impact of opaque masks on understanding emotional states but not on sharing them. *Cogn. Research* 7, 59. (<https://cognitiveresearchjournal.springeropen.com/articles/10.1186/s41235-022-00411-8>, 20250528 accessed)
- ¹⁰ McCrackin, S.D. & Ristic, J. (2024). Lower empathy for face mask wearers is not explained by observer's reduced facial mimicry. *PLoS ONE* 19(9): e0310168. (<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0310168>, 20250528 accessed)
- ¹¹ Scheibe, S., et al. (2023). Empathising with masked targets: limited side effects of face masks on empathy for dynamic, context-rich stimuli. *Cognition and Emotion*, 37(4), 683-695. (<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02699931.2023.2193385?scroll=top&needAccess=true#abstract>, 20250528 accessed)
- ¹² Patel, V.B.S. et al. Beauty and the mask. *Plastic and Reconstructive Surgery - Global Open* 8(8):p e3048 (https://journals.lww.com/prsgo/fulltext/2020/08000/beauty_and_the_mask.57.aspx, 20250528 accessed)
- ¹³ Pazhoohi, F. & Kingstone, A. (2022). Unattractive faces are more attractive when the bottom-half is masked, an effect that reverses when the top-half is concealed. *Cogn Res Princ Implic.* 24;7(1):6. (<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8785149/>, 20250528 accessed)
- ¹⁴ Kamatani, M. et al. (2021). Effects of masks worn to protect against COVID-19 on the perception of facial attractiveness. *I-Perception*, 12(3). (<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/20416695211027920>, 20250528 accessed)
- ¹⁵ Miyazaki, Y. & Kawahara, J. I. (2016). The sanitary-mask effect on perceived facial attractiveness. *Japanese Psychological Research*, 58, 261-272. (<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jpr.12116>, 20250528 accessed)
- ¹⁶ Takehara, T. et al. (2023). Impact of face masks and sunglasses on attractiveness, trustworthiness, and familiarity, and limited time effect: a Japanese sample. *Discov Psychol.* 3(1):5. (<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9872742/#CR38>, 20250528 accessed)
- ¹⁷ Oldmeadow, J. A., & Gogan, T. (2024). Masks wearing off: Changing effects of face masks on trustworthiness over time.

Perception, 53(5-6), 343-355. (<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/03010066241237430?icid=int.sj-full-text.similar-articles.9#bibr15-03010066241237430>, 20250528 accessed)

¹⁸ Gabrieli, G. & Esposito, G. (2021). Reduced perceived trustworthiness during face mask wearing. *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ.* 11, 1474-1484. (<https://www.mdpi.com/2254-9625/11/4/105>, 20250528 accessed)

¹⁹ Biermann, M. et al. (2021). Trustworthiness appraisals of faces wearing a surgical mask during the Covid-19 pandemic in Germany: An experimental study. *PLoS ONE* 16(5): e0251393. (<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0251393>, 20250528 accessed)

²⁰ Wang, W. et al. (2024). Influence of protective clothing and masks on facial trustworthiness in an investment game: insights from a Chinese population study. *Cogn. Research* 9, 36. (<https://cognitiveresearchjournal.springeropen.com/articles/10.1186/s41235-024-00565-7>, 20250528 accessed)

²¹ Grundmann, F. et al. (2021). Face masks reduce emotion-recognition accuracy and perceived closeness. *PLoS ONE* 16(4): e0249792. (<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0249792>, 20250528 accessed)

²² Guo, K. et al. (2022). Impact of face masks and viewers' anxiety on ratings of first impressions from faces. *Perception*. 51(1):37-50. (<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8772253/#:~:text=The%20results%20revealed%20that%20face,participants%20with%20higher%20trait%20anxiety.>, 20250528 accessed)

²³ Lau, W. K. (2021). Face masks bolsters the characteristics from looking at a face even when facial expressions are impaired. *Front. Psychol.* 12:704916. (<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.704916/full>, 20250528 accessed)

²⁴ Cartaud, A. et al. (2020). Wearing a face mask against Covid-19 results in a reduction of social distancing. *PLoS ONE* 15(12): e0243023. (<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0243023>, 20250528 accessed)

²⁵ Crandall, C. S. et al. (2022). Do masks affect social interaction? *J Appl Soc Psychol.* 6:10.1111/jasp.12918. (<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jasp.12918>, 20250528 accessed)

²⁶ Galvin, K. L. et al. (2022). Effects of widespread community use of face masks on communication, participation, and quality of life in Australia during the COVID-19 pandemic. *Cogn. Research* 7, 88. (<https://cognitiveresearchjournal.springeropen.com/articles/10.1186/s41235-022-00436-z>, 20250528 accessed)