

皆さんは「人は見た目が100パーセント」というドラマをご存じですか。このドラマは昨年放送されたドラマで、主な内容は製紙会社に勤める頭脳明晰な理系女子三人が仕事が終わると美への追及をするドラマです。実際に視聴していた人もいないのでしょうか。ドラマ名にもなっている「人は見た目が100パーセント」。皆さんは人を見た目で判断したことがありますか。もちろん私もありますし、したことがない人はいないのではないのでしょうか。調べてみると、初対面において見た目の印象で人を判断することがある人は十割には至りませんでした。約九割もいるようで、日常生活を送る上で見た目の影響はかなり大きいようです。この結果に男女や年齢層の差は無かったようです。また、その中でも「顔」は相手に大きな影響を与えるそうです。確かに目が二重の人は目がパッチリとしていて相手に可愛らしい印象を持たせたり、眼鏡をしている人は真面目で頭が良いのかなという印象を相手に持たせたり、鼻が高い人は相手にクールな印象を持たせます。私も友達と出会って間もないときにはよくあります。

では人は見た目で物や人を判断することをやめることはできないのでしょうか。「メラビアンの法則」というのをご存じでしょうか。この法則はアルバート・メラビアンが研究した感情や態度について矛盾したメッセージが発せられたときの人の受けとめ方についてどのように判断するかをまとめたものです。その研究の結果は話の内容などの言語情報が七%、口調や話の早さなどの聴覚情報が三十八%、見た目などの視覚情報が五十五%と半分以上は視覚情報が影響だということが分かります。

このことから、人を見た目で判断するのは人間の本能が関係していることもありいつも見た目で判断しないことは不可能だということが分かります。

ではどうすればできるだけ人を見た目のみで判断するのではなく内面を見て判断するにはどうすれば良いのでしょうか。それはやはり自分で意識することしかないと思います。

相手を見た目のみで判断しないと相手の良いところをより多く見つけることができます。それによって良い友達を得ることができます。私は小学生の頃常にではありませんがクラス替えの時などは派手な服装の子を無意識に避けて声を掛けないようにしたりして自ら自分の交流の輪を縮めていました。だから中学生になってからはどんな人にも声をかけて、積極的に接するよう心がけています。おかげで小学生の時よりも友達が増えたように感じます。また、のびのびと自分らしく学校生活を送れていると近頃感じます。

これらのことから、人は相手を見た目で判断することが多く、常に見た目のみで判断するのは難しいですが、意識することなら誰でもすることができるということが分かります。どうすれば意識し続けることができるのか。それは人それぞれだと思います。相手を常に見た目で判断しないようにするにはどうしたらいいか考えることも自分の記憶に深く残るので重要なことだと思います。また、このようにどうすればいいかを考え、実際に行動してくれる人が増えれば今、日本で多発している「いじめ」も少なくなるのではないのでしょうか。この学年は全員で約二百人います。だから私がまだ話したことのない子や知らない人が多勢いると思います。内面も見て判断し、自分の交流の輪をもっと広げていきたいです。