「メンヘラ」と自撮り行動：Twitter のハッシュタグ分析から

高桑　蘭佳
東京工業大学

1　はじめに

「メンヘラ」とは、「病んでいる人」「心に何かしらの問題を抱えている人」という意味合いで用いられているインターネットスラングである。「メンヘラ」という言葉の前身である「メンヘル」は、2 ちゃんねるの「メンタルヘルス板」に由来し、メンタルヘルスの問題に悩む当事者たちが、自分たち自身を呼び合うための言葉として使われ始めた(熊代, 2018)。女子大学生を対象に行った調査(松崎, 2017)では、対象者の 90.8%が「メンヘラ」を「目や耳にしたことがある」と回答しており、広く定着している言葉であることが示されている。

近年、「メンヘラ」には「カワイイ」などのポジティブな意味が付与され、好意的に受けとられるようになった(加藤, 2018)。しかし、一部ではオーバードーズ[1]やリストカットをファッションとして行うものもいる(佐々木, 2021)。2020 年頃から「メンヘラ」が集まる場所として「トー横[2]」がメディアで取り上げられるようになった。トー横は自撮り界隈[3]の人間がオフラインで交流する際の待ち合わせ場所であった(佐々木, 2021)。

本研究では、Twitter 上で使用されるハッシュタグ「#メンヘラさんと繋がりたい」に注目する。本ハッシュタグは、「メンヘラ」という言葉同様、当事者性を持っており、「メンヘラ」同士が繋がることを目的とし使用される。また、本ハッシュタグを用いた投稿の特徴として、自撮り写真の添付が多いことが挙げられる[4][5]。

これらを踏まえて、本研究では本ハッシュタグと自撮り行動について分析を行う。具体的には、(1)共起ハッシュタグの類似度や中心性による可視化、クラスタリング、(2)本ハッシュタグの用いたツイートに自撮り写真が添付されやすいのかの検証を行った。

2　関連研究

2-1　「メンヘラ」について

寺田(2021)は、「メンヘラ」という言葉の使用の変遷について(1)黎明期(2)拡大期(3)現在の 3 つの時代区分に分け、まとめている。

黎明期(～2000 年代前半)

- 2 ちゃんねるの「メンタルヘルス板」のユーザー

拡大期(2000 年代中盤～2010 年代中盤)

- うつ病患者
- BPD[6]患者、BPD 的な付き合っていくのが大変な人
- 診断はないが、心の健康に問題があると考える人

現在(2010 年代後半～)

- 「対等でない恋愛」をする人
- 病弱そう、或いは痛々しい印象（を受けるファッション）

1 処方薬や市販薬などを過剰摂取すること
2 新宿 TOHO ビルの東側の路地
3 「#自発ください（自発は"自分から発信する"の略であり、リプライや「いいね」がたくさん欲しいことを表現している)」などのハッシュタグをつけて自撮り写真を投稿する人たちのこと（佐々木, 2021）
4 アラキタウン「メンヘラのツイッターアカウントの自撮り率を調べてみたかった。」より https://alakialacaalpaca.hatenadiary.jp/entry/2017/07/28/231231（2022 年 2 月 17 日確認）
5 エキサイトニュース「Twitter におけるハッシュタグ文化と「つながりたい」欲求【メンヘラ.men's】」より https://www.excite.co.jp/news/article/E1497333747876/（2022 年 2 月 17 日確認）
6 境界性パーソナリティ障害を指す

このように、「メンヘラ」という言葉の使われ方は時代と共に変容しており、その意味を明確に定義することは難しい。

「メンヘラ」の特徴について、自己愛との関連について言及がされている。加藤(2018)は「メンヘラ」が自己愛性パーソナリティ障害的で「ヤンデレ」が BPD 的であると言及している。また、寺田(2021)は、「ヤンデレ」との差別化を図ろうとした結果、「メンヘラ」の BPD 的な側面ではなく自己愛性パーソナリティ的な側面の方が強調されることとなったと指摘した。加藤(2020)は、メンヘラの精神構造の中心には自己愛があり、攻撃性を生み出していると指摘している。

「メンヘラ」に関する研究はまだ少なく、定性的なものが中心である。また、定量的な分析も使用経験や言葉の使われ方に留まっている。

2-2　自撮り行動について

「自撮り（selfie）」は 2013 年に Oxford Dictionaries によって Word of the Year に選ばれており、世界的にも学術的関心が高まっている。自撮り行動の動機や性格特性との関連についての研究も多い。Sung(2016)は、自撮り写真を投稿する動機として、(1)注目してもらうため、(2)他者とコミュニケーションをとるため、(3)記録するため、(4)退屈を凌ぐための 4 つを明らかにした。

自撮り行動と自己愛の関連についての議論にも注目が集まっており、数多くの研究が自己愛と自撮り行動が密接に関連していることを示している (Biolcati & Passini, 2018; Charoensukmongkol, 2016; Halpern, Valenzuela, & Katz, 2016;Wang, 2017)。前述した自撮り写真を投稿する動機のうち、記録するため以外については自己愛と関連があることも示されている (Sung, 2016)。また、Mccain(2016)の調査では、1 人で写っている自撮り写真は自己愛と正の相関があったのに対し、複数人が写っている自撮り写真は負の相関があったと報告されている。

インターネット上で語られている「メンヘラ」の特徴の 1 つに自撮り行動が挙げられている[7][8]が、この根拠は乏しい。本研究では、「メンヘラ」が使用するハッシュタグと自撮り行動について分析を行う。また、「メンヘラ」と自撮り行動に共通して先行研究で指摘されている自己愛との関連についても検討する。

3　分析・結果

本研究では、2021 年 6 月 1 日から 2021 年 8 月 31 日の期間に Twitter 上に投稿された「#メンヘラさんと繋がりたい」を含むツイート 14,910 件を分析対象とする。

分析は本ハッシュタグの共起ハッシュタグの抽出を行い、Simpson 係数を用いた類似度、媒介中心性に基づいたネットワーク図の描画により可視化し、Louvain 法を用いたクラスタリングを行った。その後、本ハッシュタグを使用したツイートについて、自撮り写真が添付されている割合を算出し、ランダムに取得したツイートとの比較を行った。

3-1　共起ハッシュタグの抽出と可視化

本研究では、「#メンヘラさんと繋がりたい」と同じツイート内で使用されているハッシュタグを共起ハッシュタグと定義し、抽出を行なった。抽出された共起ハッシュタグのうち、使用割合が高かった上位 15 個を表 1 に示す。

分析対象のツイートのうち、100 件以上のツイートで使用されているハッシュタグ 140 個につい

[7] アラキタウン「メンヘラのツイッターアカウントの自撮り率を調べてみたかった。」より https://alakialacaalpaca.hatenadiary.jp/entry/2017/07/28/231231（2022 年 2 月 17 日確認）

[8] エキサイトニュース「Twitter におけるハッシュタグ文化と「つながりたい」欲求【メンヘラ.men's】」より https://www.excite.co.jp/news/article/E1497333747876/（2022 年 2 月 17 日確認）

て、Simpson 係数を用いた類似度、媒介中心性を算出し描画したネットワーク図を図 1 に示した。分析とネットワーク図の描画には、Python ライブラリ「NetworkX」を用いた。

ネットワーク図はノードとエッジから成り、ノードは重みを持つ。重みの値が大きいほどノード同士の距離は近くなり、エッジは太くなる。重みには、Simpson 係数（Overlap coefficient）を使用する。Simpson 係数は式(1)で定義され、2 つの集合(A, B)のうち要素数が少ないほうの要素数と共通要素数の割合を示す。Simpson 係数が大きいほど 2 つの集合の類似度は高いといえる。

$$\boldsymbol{Simpson}(\boldsymbol{A}, \boldsymbol{B}) = \frac{|\boldsymbol{A} \cap \boldsymbol{B}|}{\min\{|\boldsymbol{A}|, |\boldsymbol{B}|\}} \qquad (1)$$

ノードの大きさは媒介中心性(BC : betweenness centrality)に基づき描画している。媒介中心性とは、ある点が他の 2 点間を結ぶ最短経路上にあるほど中心性が高いとする考え方

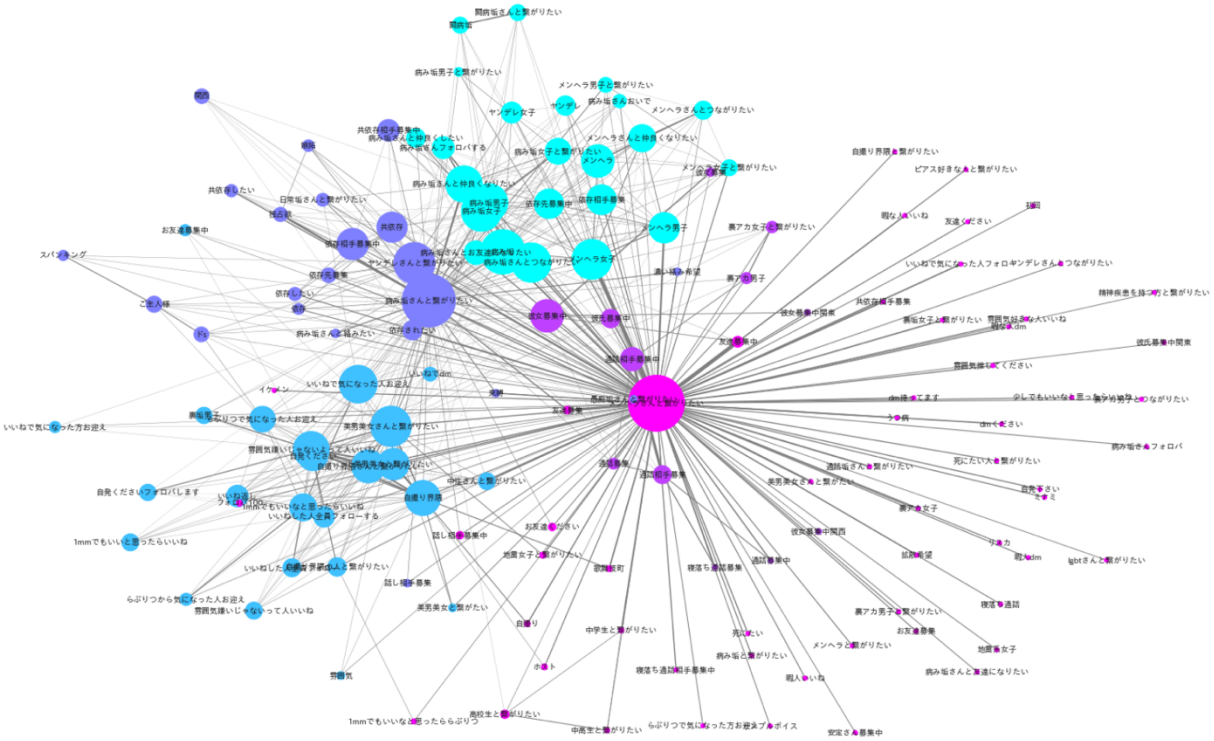

図1　共起ネットワーク図

表2　コミュニティごとの媒介中心性が高いハッシュタグ

(1) 病み垢界限（メンヘラ）		(2) 自撮り界限		(3) 病み垢（ヤンデレ）		(4) 通話垢界限		(5) #メンヘラさんと繋がりたい	
ハッシュタグ	BC	ハッシュタグ	BC	ハッシュタグ	BC	ハッシュタグ	BC	ハッシュタグ	BC
病み垢	0.62	美男美女さんと繋がりたい	0.51	病み垢さんと繋がりたい	0.89	彼女募集中	0.33	メンヘラさんと繋がりたい	0.98
病み垢女子	0.50	いいねで気になった人お迎え	0.45	ヤンデレさんと繋がりたい	0.53	通話相手募集中	0.17	友達募集中	0.04
メンヘラ女子	0.50	雰囲気嫌いじゃないよって人いいね	0.41	依存相手募集中	0.31	彼氏募集中	0.11	高校生と繋がりたい	0.02
病み垢さんとつながりたい	0.49	自撮り界隈	0.39	共依存	0.29	通話相手募集	0.10	話し相手募集中	0.02
病み垢男子	0.45	自撮り界隈さんと繋がりたい	0.35	共依存相手募集中	0.15	裏アカ女子と繋がりたい	0.04	友達募集	0.02
病み垢さんと仲良くなりたい	0.42	美男美女と繋がりたい	0.31	依存されたい	0.12	裏アカ男子	0.04	お友達ください	0.02
メンヘラ	0.34	自発ください	0.28	ご主人様	0.08	通話募集	0.04	フォロバ100	0.01
メンヘラ男子	0.29	1mmでもいいなと思ったらいいね	0.23	ドs	0.07	彼女募集	0.02	歌舞伎町	0.01
依存相手募集	0.28	らぶりつで気になった人お迎え	0.21	関西	0.07	彼女募集中関東	0.01	ホスト	0.01
依存先募集中	0.27	いいね返し	0.15	依存先募集	0.07	彼女募集中関西	0.01	中高生と繋がりたい	0.01

であり、ノードiの媒介中心性BC_iは式(2)で示される。Vはノードの集合、$\sigma(s,t)$はノード間の最短経路数、$\sigma(s,t|i)$はノード間の最短経路の内ノードiが含まれている経路の数である。

$$BC_i = \sum_{s,t} \frac{\sigma(s,t|i)}{\sigma(s,t)} \quad (2)$$

3-2　共起ハッシュタグのクラスタリング

密に結合しているノードの集合をコミュニティと呼ぶ。ネットワークデータに対するクラスタリングの手法である Louvain 法(Blondel, 2008)を用いて、コミュニティの検出を行った。

クラスタリングの結果、検出された 5 つのコミュニティについて図 1 ではエッジの色を塗り分けて描画した。また、コミュニティごとに媒介中心性の高いハッシュタグ上位 10 個を表 2 に示した。各コミュニティについて、(1)病み垢[9]界隈（メンヘラ）、(2)自撮り界隈、(3) 病み垢界隈（ヤンデレ）、(4)通話垢[10]界隈、(5)#メンヘラさんと繋がりたい、と呼ぶ。

このうち、本研究で注目したいのは、(2)自撮り界隈である。表 1 で示した使用割合が高いハッシュタグ（「#美男美女さんと繋がりたい」「#雰囲気嫌いじゃないよって人いいね」「#自撮り界隈」など）が自撮り界隈における媒介中心性の高いハッシュタグに含まれている。さらに、今回分析対象としたツイートのうち、14,910 件中 7,130 件（48.82%）に自撮り界隈に分類されたハッシュタグが 1 つ以上含まれていた。

3-3　メンヘラの自撮り行動

3-1、3-2 の分析では「#メンヘラさんと繋がりたい」を使用する人は部分的に自撮り界隈に属していると考えることができる。しかし、本ハッシュタグを使用する人が実際に自撮り写真を投稿しやすいのかは明らかになっていない。

したがって、本ハッシュタグを使用したツイートについて、自撮り写真が添付されている割合を算出した。また、比較対象として同時期（2021 年 6 月 1 日から 2021 年 8 月 31 日）に投稿された日本語のツイートからランダムに抽出した 15,000 件を用いた。自撮り写真の判定には、AWS の Amazon Rekognition を用いた。Amazon Rekognition は Amazon が提供する深層学習を利用して画像と動画を分析する AI クラウドサービスである。本研究では、画像や動画から顔のある場所、その顔の特徴を特定し、顔の外見の特徴を分析可能な API セット「Amazon Rekognition Image」を使用した。分析は、まず、画像付きのツイート数をそれぞれ算出し、添付された画像に写っている顔の数を Amazon Rekognition Image を用いて判定した。

分析の結果を表 3 に示す。本ハッシュタグを使用した投稿のうち、自撮り写真と判定されたものは 2,741 件あり、その割合は分析対象の投稿のうち 18.38%であった。一方、比較対象であるランダムに取得されたツイートについては、自撮り写真と判定されたものは 434 件であり、割合は 2.89%であった。オッズ比[11]は 7.56 であり、本ハッシュタグを使用したツイートでは、ランダムなツイートの 7.56 倍自撮り写真が投稿されやすいことがわかった。

表3　自撮り写真付きツイートの割合

	#メンヘラさんと繋がりたい	ランダム
サンプル数	14,910	15,000
画像付きツイート数	4,702	2,707
自撮り写真付きツイート数	2,741	434
自撮り写真付きツイートの割合	18.38%	2.89%

[9] 病み垢とは、不安や愚痴などのネガティブな感情が吐露されているようなアカウントを指す

[10] 通話垢とは、通話アプリを使って知らない相手と通話をする界隈に属するアカウントを指す

[11] オッズ比とは、発生確率が比発生確率の何倍かを表す指標である

4　考察

分析の結果より、「#メンヘラさんと繋がりたい」を使用したツイートのうち、48.82%が自撮り界隈で使用されるハッシュタグを同時に使用していることから、「メンヘラ」は部分的に自撮り界隈に属していると考えることができ、自撮り写真を投稿する行動は「メンヘラ」の特徴の 1 つであることがわかった。また、実際に「#メンヘラさんと繋がりたい」を使用したツイートは、そうでないツイートと比べて 7.56 倍自撮り写真が投稿されやすいことがわかった。

自己愛と自撮り行動が密接に関連していることは多くの研究で示されており(Weiser, 2015; Biolcati & Passini, 2018; Charoensukmongkol, 2016; Halpern, Valenzuela, & Katz, 2016;Wang, 2017)、これを踏まえると、「メンヘラ」は自己愛が強いことが推察される。特に、自撮り界隈で使用されるハッシュタグに着目すると、「#いいねで気になった人お迎え」や「#雰囲気嫌いじゃないよって人いいね」、「#自発ください」などは直接的に「いいね」を促している様子が伺える。Pounders(2016)の調査では「いいね」の数と自尊心には相関があることが示されている。自己愛が自尊心を維持・高揚しようとする心理的な制御機能である(伊藤, 2011)。したがって、自己愛を満たすためにこれらのハッシュタグを用いた自撮りツイートを行なっている可能性が示唆された。

5　おわりに

本研究では、「#メンヘラさんと繋がりたい」に注目し、共起ハッシュタグの抽出・ネットワーク分析、「メンヘラ」の自撮り行動について分析を行った。その結果、自撮り界隈で使用されるハッシュタグを用いて、自撮り写真を Twitter に投稿する行動は「メンヘラ」の特徴の 1 つであることがわかった。さらに、自撮り行動と自己愛の関連を示した既存研究を踏まえ、「メンヘラ」と自己愛の関連について検討を行った。

しかし、本研究では自撮り行動という側面からの分析に留まるため、「メンヘラ」の特徴を包括的に捉えることはできていない。そのため、今後複数の側面から「メンヘラ」の特徴を分析することを目指したい。また、「メンヘラ」と自己愛の関連については稿を改めて検討する。

文献

Biolcati, Roberta, and Stefano Passini. "Narcissism and self-esteem: Different motivations for selfie posting behaviors." *Cogent Psychology* 5.1 (2018): 1437012.

Blondel, Vincent D., et al. "Fast unfolding of communities in large networks." Journal of statistical mechanics: theory and experiment 2008.10 (2008): P10008.

Charoensukmongkol, Peerayuth. "Exploring personal characteristics associated with selfie-liking." *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace* 10.2 (2016).

Halpern, Daniel, Sebastián Valenzuela, and James E. Katz. "“Selfie-ists” or “Narci-selfiers”?: A cross-lagged panel analysis of selfie taking and narcissism." *Personality and Individual Differences* 97 (2016): 98-101.

伊藤正哉・川崎直樹・小玉正博（2011）「自尊感情の 3 様態――自尊源の随伴性と充足感からの整理――」,『心理学研究』, 第 81 巻, 第 6 号, 560–568 頁.

加藤源太郎（2018）「A New Meaning of Mental Health in Japanese Net World」,『追手門学院大学社会学部紀要; Bulletin of the Faculty of Sociology, Otemon Gakuin University』, 第 12 号, 43–55 頁

加藤諦三（2020）『メンヘラの精神構造』, PHP 研究所.

熊代亨（2018）「「メンヘラ」という言葉はどう変化してきたか。精神科医が解説」,現代ビジネス, https://gendai.ismedia.jp/articles/-/54238,Accessed:2022-02-17.

松崎良美（2017）「“メンタルヘルス・スラング”を定義する―都内女子大生を対象とした横断研究より―」,『津田塾大学紀要』, 第 49 巻, 197–216 頁

McCain, J. L., Borg, Z. G., Rothenberg, A. H., Churillo, K. M., Weiler, P., & Campbell, W. K. (2016). Personality and selfies: Narcissism and the Dark Triad. Computers

in Human Behavior, 64, 126-133.
Pounders, Kathrynn, Christine M Kowalczyk, and Kirsten Stowers (2016) “Insight into the motivation of selfie postings: Impression management and self-esteem,”European Journal of Marketing.
佐々木チワワ（2021）『「ぴえん」という病 SNS 世代の消費と承認』，扶桑社.
Sung, Y., Lee, J. A., Kim, E., & Choi, S. M. (2016). Why we post selfies: Understanding motivations for posting pictures of oneself. Personality and Individual Differences, 97, 260-265.
寺田拓晃（2021）「「メンヘラ」の歴史と使用に関する一考察」,『臨床心理発達相談室紀要』, 第 4 巻, 1–16 頁
Wang, Di. "A study of the relationship between narcissism, extraversion, drive for entertainment, and narcissistic behavior on social networking sites." Computers in Human Behavior 66 (2017): 138-148.

謝辞

本研究を遂行するにあたり、終始熱心なご指導を頂いた東京工業大学 毛塚和宏講師に感謝いたします