様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成 22 年 5 月 14 日現在

研究種目：若手研究（B）
研究期間：2008～2009
課題番号：20730455
研究課題名（和文）摂食障害の心理的メカニズム研究―自己意識の観点から―

研究課題名（英文）Psychological mechanism of eating disorder: from the view point of self-consciousness

研究代表者
山蔦　圭輔（YAMATSUTA KEISUKE）
産業能率大学・情報マネジメント学部・講師
研究者番号：80440361

研究成果の概要（和文）：本研究では大きく，食行動異常傾向を測定する尺度（Abnormal Eating Behavior Scale: AEBS）の開発，食行動異常および摂食障害の発現・維持にかかわる心理的メカニズムを解明することを目的とした。調査対象者は，大学生および専門学校生，摂食障害臨床群であった。前者の目的に関する検討を行った結果，3 因子 19 項目から成る 6 件法の AEBS が開発され，カットオフポイントが設定された。後者では，食行動異常，身体像不満足感，自己意識に関する調査を行った。検討の結果，公的自己意識と身体に関する他者評価への否定的感情，ダイエット行動との関連性が示された。また，特に，身体に関する他者評価への否定的感情とあわせて公的自己意識が高い場合，binge eating に類似した心理・行動的特徴が出現する可能性が示唆された。加えて，“身体像不満足感の円環性”と“食行動異常の連続性”から成る心理モデルを策定した。

研究成果の概要（英文）：The purpose of study was to (1) develop an Abnormal Eating Behavior Scale (AEBS) and (2) examine the psychological mechanism of appearance and maintenance of eating disorders. The subjects of this study were college and vocational school students who were patients of eating disorders.

AEBS was developed. The scale has 3 factors and 19 items, and setting a cut-off point.

Further, abnormal eating behavior, body image dissatisfaction, and self- consciousness were investigated. The results of this study indicated a relation between public self-consciousness and dissatisfaction with other people’s opinion of one’s body, public self-consciousness, and diet behavior. In particular, psychological problem and behavior that resembled eating disorder emerged in the case of high public self-consciousness and strong dissatisfaction with other people’s opinion of one’s body. In addition, the psychological model contained “circle of body image dissatisfaction” and “continuity of abnormal eating behavior.”

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2008 年度	1,400,000	0	1,400,000
2009 年度	600,000	0	600,000
年度			
年度			
年度			
総　計	2,000,000	0	2,000,000

研究分野：社会科学
科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学
キーワード：摂食障害，食行動異常，身体像不満足感，自己意識

１．研究開始当初の背景

摂食障害（Eating Disorder 以下：ED）罹患者ならびに摂食障害に類似する食行動異常（Abnormal Eating Behavior 以下：AEB）を呈する者が増加し，適確な臨床的援助および予防的支援が急務となっている。先行研究では，現代の痩せを賞賛する社会文化的影響が痩せ願望を伴う身体像不満足感を強くし AEB や ED を引き起こすことが指摘されている。

一方，同様の環境下で同様の影響を受けた全ての者が AEB・ED を呈するとは限らず個人内心理要因について，より詳細な検討を行う必要がある。こうした中，AEB や ED は，その背景に対人関係の問題や自己の問題が存在するため，対人コミュニケーション場面で多様に変化する自己意識を扱った検討を行うことは，AEB・ED の予防や支援に奏功する。しかしながら本邦における臨床心理学分野で自己意識を扱った AEB・ED 研究は希少であるとともに，経験的理解にとどまっている。

２．研究の目的

本研究では，これまでの研究の問題点を補い，学生群（大学生・専門学校生）および ED 臨床群調査を通して，AEB から ED へと移行する過程や維持要因（心理的メカニズム）の解明および，臨床的妥当性の検討を行うことを目的とした。

３．研究の方法

(1) 食行動異常傾向測定尺度の開発

研究対象者である学生群に適する項目から成る，食行動異常傾向測定尺度（Abnormal Eating Behavior Scale: AEBS）を開発し，信頼性・妥当性を検討した。また，Receiver Operating Analysis （ROC 分析）を実施することで，下位尺度のカットオフポイントを設定した。

(2) 食行動異常および身体，身体像不満足感に関する実態調査

AEBS および身体像不満足感測定尺度（Body Image Dissatisfaction Scale: BIDS），身長，体重などの基礎事項に関する調査を行うことで，学生群の実態について集計した。

(3) 食行動異常および身体像不満足感，自己意識との各関連性の検討

AEBS および身体像不満足感測定尺度（Body Image Dissatisfaction Scale: BIDS），自己意識尺度（菅原，1984）を用いた調査を学生群に実施し，各関連性を検討した。

(4) 食行動異常および摂食障害の発現・維持にかかわる心理的メカニズムの解明

AEBS および BIDS，自己意識尺度を用いた調査を学生群・臨床群ごとに実施し，同様の解析を行うことで，学生群と臨床群との相違を比較するとともに，各検討結果を総合し，心理モデル（構成概念モデル）を策定した。また，心理モデルを踏まえ，学生群を対象に心理教育プログラムを用いた介入を行うことで，心理モデルの臨床的妥当性について検討した。

４．研究成果

(1) 食行動異常傾向測定尺度の開発

ここでは，AEB 傾向を測定し得る心理尺度を開発し，その信頼性・妥当性を検討した。また，ROC 分析を行うことで，下位尺度ごとにカットオフポイントを設定した。

尺度の因子構造および信頼性について，①女子大学生および女子専門学校生 197 名（平

均年齢 21.56±4.39 歳）を対象に，尺度の妥当性を検討するため，②女子大学生・女子専門学校生 302 名（平均年齢 20.92±4.14 歳）を対象に検討を行った。また，カットオフポイントを設定するために，対象者②の内，127 名（平均年齢 18.78±1.18 歳）および摂食障害臨床群 27 名（平均年齢 24.26±6.13 歳）を対象とした。

解析の結果，食物摂取コントロール不能感尺度（binge eating などに類似する食行動や食に関する感覚を尋ねる尺度，８項目，カットオフポイント：16 点），不適応的食物排出行動尺度（下剤乱用など不適応的な排出行動について尋ねる尺度，５項目，カットオフポイント：２点），食物摂取コントロール尺度（極端なダイエット行動について尋ねる尺度，６項目，カットオフポイント：７点）からなる信頼性・妥当性に富んだ全 19 項目，６件法の心理尺度が開発された。

(2) BMI と食行動の実態

女子大学生および女子専門学校生 619 名（平均年齢 19.84±2.84 歳）を対象に BMI と食行動異常の実態を把握した。その結果，全体の約 90%は，ダイエットをはじめとした食事制限の必要がないと考えられる“痩せ～普通”の体型に分類された。こうした中，普通体型に分類されながらも，約５％で極端なダイエット行動を行う者の存在が認められた（図１）。

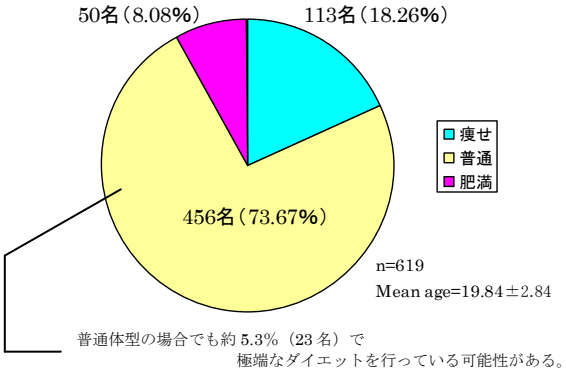


図1 BMI および食行動の実態

(3-1) 食行動異常と身体像不満足感との関連性

AEB と身体像不満足感との関連性を検討するため，女子大学生および女子専門学校生 90 名（平均年齢 19.58±1.02 歳）を対象に，BIDS および AEBS，身長・体重などの基礎事項に関する調査を実施した。

解析は，食行動異常傾向測定尺度各下位因子のカットオフポイントで群分けされた群を独立変数，身体像不満足感測定尺度各下位因子得点を従属変数とした t 検定を行った。

解析の結果，食物摂取コントロール不能感尺度群では身体に関する他者評価不満足感得点に有意差が認められ($t_{(88)}$=|2.34|,p<.05)，全身のふくよかさ不満足感得点で有意傾向にあることが認められた($t_{(88)}$=|1.70|,p<.10)。食物摂取コントロール尺度群では全身のふくよかさ不満足感得点に有意差が認められた($t_{(88)}$=|2.63|,p<.05)。不適応的食物排出行動群では有意差は認められなかった。

以上の結果から，食物摂取を過剰にコントロールするなどといった過度のダイエット行動と類似する行動について主観的な身体像不満足感が有意に関連し，binge eating や purging などといった ED の診断基準にあてはまる行動や信念について，自身の身体に関する他者からの評価を経て有する身体像不満足感が有意に関連する可能性が推測された。

(3-2) 食行動異常と身体像不満足感および自己意識との関連性

AEB と身体像不満足感および自己意識との各関連性を検討するため，女子大学生および女子専門学校生 572 名（平均年齢 19.19±1.01 歳）を対象として検討を行った。調査項目は年齢，身長，体重，摂食障害罹患有無などの基礎項目および AEBS，BIDS，自己意識尺度であった。

解析は，AEB と身体像不満足感および公的自己意識との関連性を明らかとするために，AEBS の各下位尺度合計得点を従属変数，BIDS の各下位尺度得点高・低および自己意識尺度の公的自己意識尺度得点高・低を独立変数とした２×２の二要因分散分析を行った。なお，高・低の群分けは平均得点+1SD より得点が高い場合に高群，平均得点-1SD より得点が低い場合に低群とした。

解析の結果，食物摂取コントロール不能感尺度得点について，交互作用に有意差が認められた（$F_{(1.70)}$= |4.47|, p<.05）。単純主効果の検定を行った結果，公的自己意識高群の場合，身体に関する他者評価不満足感高群の食物摂取コントロール不能感尺度得点が高いことが認められた（p<.01）。また，食物摂取コントロール尺度得点について群の主効果に有意差が認められた（身体に関する他者評価不満足感：$F_{(1.70)}$= |12.24|, p<.01）。(表１）検討の結果，自身のふくよかさに対する他者評価への認識が否定的である場合，極端な食事制限に代表される食物摂取コントロール行動が発現する可能性が推測される。一方，Binge eating に類似する特徴である食物摂取コントロール不能感は，他者評価への否定的認識とあわせて公的自己意識が高い場合

に強くなる可能性が推測される。

表1 食行動異常と公的自己意識および身体像との関連性

	公的自己低群		公的自己高群		群 公的	群 他者	交互作用
	他者低群 n=19	他者高群 n=10	他者低群 n=13	他者高群 n=29	F	F	F
A	15.89 SD=8.67	17.50 SD=5.08	16.38 SD=7.48	27.45 SD=10.05	5.44*	8.02**	**4.47***
B	5.84 SD=2.19	7.30 SD=3.71	5.85 SD=2.76	5.79 SD=2.16	1.32	1.16	1.34
C	9.53 SD=2.71	15.50 SD=5.82	11.46 SD=6.95	14.90 SD=5.41	.25	**12.24****	.89

**p<.01 *p<.05 †p<.10

Note
A: 食物摂取コントロール不能感尺度得点
B: 不適応的食物排出行動尺度得点
C: 食物摂取コントロール尺度得点
表中の公的は公的自己意識，他者は身体に関する他者評価不満足感

(4-1) 心理モデルの策定

AEB の発現･維持に関わる心理モデルを策定するため，女子大学生および女子専門学校生 572 名（平均年齢 19.19±1.01 歳）を学生群として検討を行った。また，ED 患者 34 名（平均年齢 24.44±5.17 歳），また，学生群の内「ED の診断を受けている」と回答した者 7 名を加えた全 41 名（平均年齢 23.66±5.07 歳）を ED 臨床群として検討を行った。

調査項目は，身長・体重などの基礎事項，AEBS，BIDS であった。

解析は，はじめに，学生群と臨床群それぞれについて，身体像不満足感と AEB との関連性を確認するため，学生群については BIDS の各下位尺度得点と AEBS の各下位尺度得点を用い Pearson の積率相関係数を算出し，臨床群については学生群と同様の尺度得点を用い Spearman の順位相関係数を算出した（表２）。

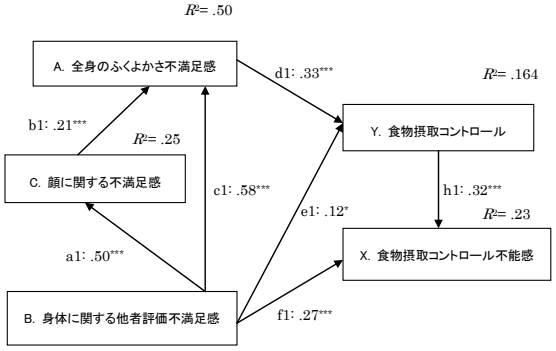
表2 身体像不満足感と食行動異常との関連性

	学生群 (N= 572)[a]			臨床群 (N= 41)[b]		
	X	Y	Z	X	Y	Z
A	.30***	.40***	.12***	.44***	.49***	.24
B	.37***	.33***	.10**	.47***	.58***	.23
C	.23***	.24***	.07	.50***	.29*	.38**

***p<.01 **p<.05 *p<.10

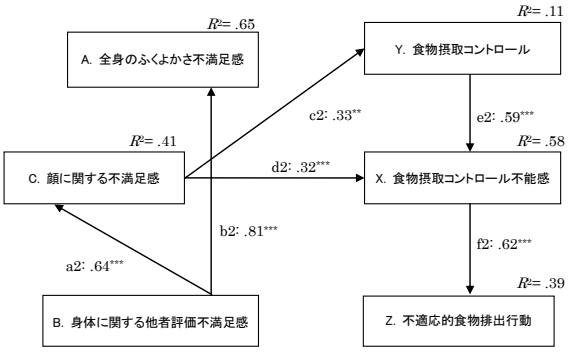
A: 全身のふくよかさ不満足感
B: 身体に関する他者評価不満足感
C: 顔に関する不満足感
X: 食物摂取コントロール不能感
Y: 食物摂取コントロール
Z: 不適応的食物排出行動
[a]学生群を対象にPersonの積率相関係数を算出した
[b]臨床群を対象にSpearmanの順位相関係数を算出した

つぎに，学生群と臨床群のそれぞれについて身体像不満足感が AEB に与える影響を確認するため，有意な相関関係が認められた BIDS および AEBS 下位尺度得点を用い，学生群と臨床群ごとにパス解析を行った（図２，図３）。



***p<.01, **p<.05, *p<.10　　$\chi^2_{(3)}$= 1.46, $n.s.$, GFI= 1.00, AGFI= 1.00, RMSEA=.00

図2 身体像不満足感が食行動異常に与える影響（学生群）



***p<.01, **p<.05, *p<.10　　$\chi^2_{(9)}$= 11.14, $n.s.$, GFI= .92, AGFI= .82, RMSEA= .08

図3 身体像不満足感が食行動異常に与える影響（臨床群）

以上の結果を踏まえ，身体像不満足感の円環性，AEB の連続性から成る心理モデル（AEB の発現および維持モデル）を策定した（図４）

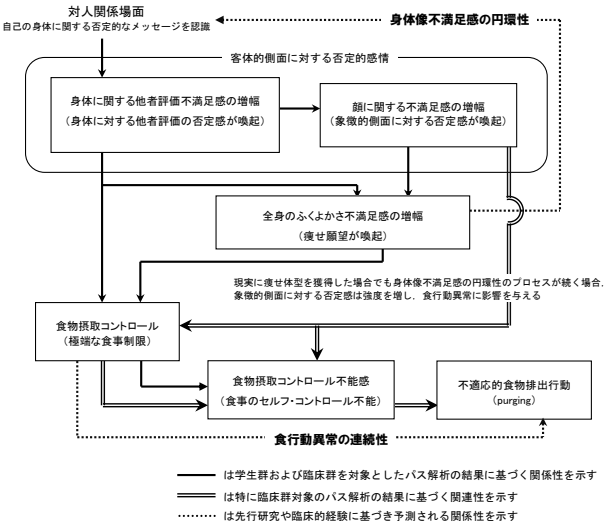


図4 食行動異常の発現および維持モデル

(4-2) 臨床的妥当性の検討

AEB の発現および維持モデルの臨床的妥当性を検討するため，①女子専門学校生 32 名（平均年齢 19.16±3.14 歳），②女子専門学

校生 20 名（平均年齢 18.70±.56 歳），③女子専門学校生 25 名（平均年齢 18.56±.50 歳）をそれぞれ対象として検討を行った。

全ての対象者に対して，AEB の発現および維持モデルで示した，身体像不満足感の円環性を断ち切ることを目的として開発した心理教育プログラム（Acceptance & Commitment Therapy の要素を用いた心理教育プログラム）を実施した。

また，対象者①および③では，身体像不満足感の低減効果を検討し，対象者②では，AEB の変化について検討を行った。

心理教育プログラムを実施した結果，対象者①および③では，身体に関する他者評価不満足感が心理教育実施前後で有意に低減することが示された。また，対象者③では，食物摂取コントロール不能感が有意に低減することが示された。

以上，本課題において，実態調査，尺度開発，各種関連性の検討，AEB に関わる心理的モデルの策定，臨床的妥当性の検討の研究を行った。

ED や AEB は，学校精神保健の場においても予防・支援が急務となっており，より詳細な研究が望まれる。こうした中，身体像不満足感や自己意識の観点から，AEB の発現や維持に関わる心理モデルを策定した本課題の成果は，今後の予防教育や具体的支援に寄与するものと考えられる。また，本モデルに基づき，臨床的妥当性を検討した結果，本モデルが現実を反映し得る可能性を持つモデルであることが推測された。しかしながら，特に臨床的妥当性については，実験計画法や対象者の問題から，追従研究が必要不可欠であるといえる。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計１件）

① 山蔦圭輔，中井義勝，野村忍，食行動異常傾向測定尺度の開発および信頼性・妥当性の検討，心身医学，査読有，49 巻，2009，315―323

〔学会発表〕（計７件）

① Keisuke YAMATSUTA & Shinobu NOMURA, The Relationships Between the Abnormal Eating Behaviors of Japanese Female College Students and Their Body Image Dissatisfaction: A Study from a Self-conscious View Point, 10th International Congress of Behavioral Medicine, 2008
② 山蔦圭輔，野村忍，自己意識理論を用いた摂食障害予防のための心理教育，日本摂食障害学会，2008
③ 山蔦圭輔，身体像不満足感と食行動：青年期女性を対象とした検討，日本行動医学会，2009
④ 山蔦圭輔，非評価的意識調整が身体像不満足感に与える影響，日本心理学会，2009
⑤ 山蔦圭輔，食行動異常予防を目的とした心理教育の試み，日本健康心理学会，2009
⑥ 山蔦圭輔，野村忍，Acceptance and Commitment Therapyの要素を用いた摂食障害予防のための心理教育，日本摂食障害学会，2009
⑦ 山蔦圭輔，野村忍，食行動の問題と公的自己意識および身体像との関連性―摂食障害予防を目的とした基礎的研究―，日本行動医学会，2010

〔その他〕
ホームページ等

① 健康的な食行動のために―摂食障害予防にかかわる心理的メカニズムの検討―（啓発用パンフレット）