

令和 5 年 6 月 28 日現在

機関番号：34320

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2021～2022

課題番号：21K20309

研究課題名（和文）女子大学生の摂食障害に対するピア実施者によるユニバーサルタイプの予防的介入

研究課題名（英文）Universal preventive intervention by peer educators for eating disorders in female university students

研究代表者

上田 紗津貴（Ueda, Satsuki）

京都文教大学・臨床心理学部・助教

研究者番号：00908080

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,400,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、女子大学生に対するオンライン調査、および摂食障害に対する予防プログラムの実施者のためのトレーニングシステムの構築を行った。2180名の女子大学生を対象としたオンライン調査の結果、日本の女子大学生における摂食障害の有病率、食行動異常の二過程モデルの再現可能性、摂食障害症状とスティグマや援助要請との関連が明らかになった。今後は、本研究の結果に基づいてピア実施者のトレーニングを進め、女子大学生の摂食障害に対する予防プログラムの実施可能性や有効性の検討を進める予定である。

研究成果の学術的意義や社会的意義

摂食障害などの精神疾患は、個人にも社会にも大きなコストをもたらすため、適切な早期予防的介入が求められている。本研究では、女子大学生における摂食障害の有病率およびスティグマや援助要請との関連を明らかにし、摂食障害予防プログラムのピア実施者のためのトレーニングシステムの構築を行った。本研究成果は、摂食障害やそのリスクを抱える女子大学生の早期発見と早期介入につなげるための示唆を提供している。

研究成果の概要（英文）：This study involved an online survey for female university students and the development of a training system for peer educators in a prevention program for eating disorders. Results of the online survey of 2,180 female university students revealed the prevalence of eating disorders among female university students in Japan, the replicability of the dual pathway model of eating pathology, and the relationship between eating disorder symptoms, stigma, and help-seeking. Based on the results of this study, I plan to conduct further training of peer educators and examine the feasibility and efficacy of preventive programs for eating disorders among female university students in the future.

研究分野：臨床心理学

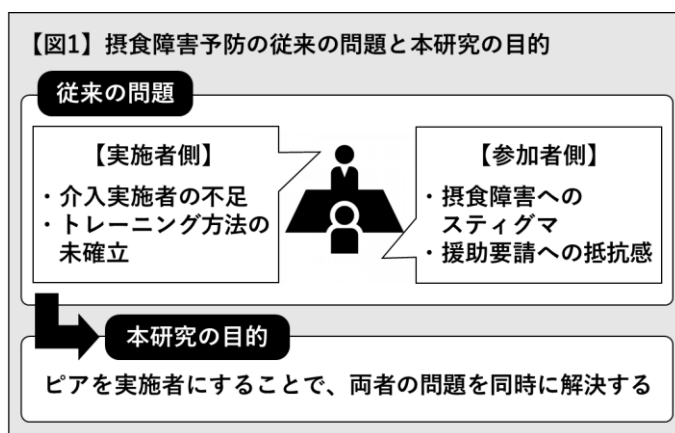
キーワード：摂食障害 予防 女子大学生 オンライン調査 スティグマ 援助要請 ピア実施者 認知的不協和

### 1. 研究開始当初の背景

摂食障害などの精神疾患は、個人にも社会にも大きなコストをもたらすため (Erskine et al., 2016)、適切な早期予防的介入が求められている。欧米を中心とした海外では、摂食障害に対する予防的介入の第一選択肢として、認知の矛盾を利用した「不協和理論に基づく介入 (Dissonance-based intervention; DBI)」の有効性が確立されている (Le et al., 2017; Watson et al., 2016)。日本においても、申請者らが中心となって DBI 日本語版の導入を進めてきた (上田他, 2021)。しかし、日本では摂食障害を専門とする介入実施者が不足しており、実施者をトレーニングする方法もほとんど確立されていないという問題がある。加えて、精神疾患へのスティグマ (病気を恥だと思ふこと) や、援助要請 (助けを求めること) への抵抗感から (Gulliver et al., 2010; Schnyder et al., 2017)、精神疾患を持つ者や発症リスクを持つ者が、適切な治療や支援にたどり着くことができないという問題がある。以上のように、実施者側の問題 (介入実施者の不足とトレーニング方法の未確立) と参加者側の問題 (精神疾患へのスティグマと援助要請への抵抗感) により、摂食障害に対する予防的介入を必要な対象者に届けることが難しいという現状がある。

### 2. 研究の目的

本研究の目的は、日本の女子大学生を対象に、ピア実施者による摂食障害のユニバーサルタイプの予防的介入について実施可能性を検討することであった。具体的には、女子大学生に対するオンライン調査、および摂食障害に対する予防プログラムの実施者のためのトレーニングシステムの構築を行った。参加者と同世代のピアを実施者にすることによって、実施者の不足などの問題と、参加者の抵抗感などの問題を同時に解決することを目指した (図 1)。



### 3. 研究の方法

女子大学生に対するオンライン調査では、オンライン調査会社を通じて全国の女子大学生を対象に調査を実施した。基本情報としては、年齢、居住都道府県、大学区分、学部、学年、新型コロナウイルス感染症の有無、精神科・婦人科通院歴、精神科診断の有無、世帯年収、対人交流機会などのデータを取得した。

摂食障害に関連する変数として、摂食障害の診断および摂食障害症状、瘦身プレッシャー、瘦身理想の内面化、自己像不満、ダイエット行動、ネガティブ感情などを測定した。これらの変数は、DBI の理論的背景である食行動異常の二過程モデルを構成する変数である。

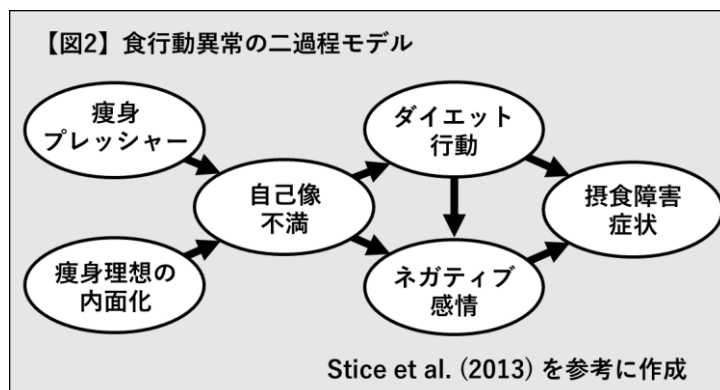
加えて、スティグマと援助要請を測定した。援助要請については、ピア実施者に対する抵抗感を検討するために、援助を求める対象として心理学を専門とする学部生、心理学を専門とする大学院生、心理学を専門とする大学教員を追加した。本オンライン調査は、縦断調査として継続中である。

摂食障害に対する予防プログラムのピア実施者のためのトレーニングシステムについては、1st ステージ (応募・学習段階)、2nd ステージ (陪席・実施段階)、および 3rd ステージ (指導・普及段階) の 3 つのトレーニングステージを設定した。そして、1st ステージ (応募・学習段階) の学習教材の整備を行った。具体的には、摂食障害に関する心理教育、摂食障害に関する予防的介入の基礎と実践、食行動異常の二過程モデルに基づく理解と支援などの教材作成を行った。現在、ピア実施者を含む研究チームを構築し、トレーニングと研究参加者募集の準備を進めている。ピア実施者のトレーニングが完了後、女子大学生に対する摂食障害の予防的介入の予備的試験を開始する予定である。

### 4. 研究成果

女子大学生を対象にオンライン調査を実施し、2180 名の女子大学生が分析対象者となった。摂食障害の有病率を算出した結果、神経性やせ症は 2.5%、神経性過食症は 3.6%、過食性障害は 3.3%、非定型神経性やせ症は 2.7%、(頻度が低い、および / または期間が短い) 神経性過食症は 0.4%、(頻度が低い、および / または期間が短い) 過食性障害は 1.1%、排出性障害は 0.4%、夜間食行動異常症候群は 4.6%と推定された。女子大学生を対象とした先行研究 (栗林他, 2021) と比較したところ、概ね同様の有病率が示された。次に、摂食障害症状、瘦身プレッシャー、瘦身理想の内面化、自己像不満、ダイエット行動、ネガティブ感情の関連について検討を行った。そ

の結果、摂食障害症状に対して、痩身プレッシャー、自己像不満、ダイエット行動、ネガティブ感情に中程度の正の相関が示された ( $r = .41 \sim .53$ )。一方で、摂食障害症状と痩身理想の内面化には非常に弱い正の相関が示された ( $r = .19$ )。この結果は、食行動異常の二過程モデル (図 2) を検証した先行研究 (上田他, 2023) の結果と概ね一貫しており、日本の女子大学生に対する食行動異常の二過程モデルに基づく予防的介入



においては、痩身プレッシャーの改善が重要である可能性が再度確認された。

続いて、食行動異常の二過程モデルの各変数、スティグマ、および援助要請の関連を検討した。スティグマについては、摂食障害症状 ( $r = .12$ )、痩身プレッシャー ( $r = .16$ )、痩身理想の内面化 ( $r = .08$ )、自己像不満 ( $r = .09$ )、ダイエット行動 ( $r = .11$ )、ネガティブ感情 ( $r = .16$ ) に非常に弱い正の相関が示された。このことから、食行動異常の二過程モデルの変数は、スティグマとの関連が弱いことが示された。援助要請については、援助を求める対象別 (恋人や配偶者、友達、親族、医師などの専門家、精神科医や心理士などの専門家、電話やインターネットでの相談、心理学を専門とする学部生、心理学を専門とする大学院生、心理学を専門とする大学教員、誰にも相談せず援助を求めない) に摂食障害症状との関連を検討した。その結果、いずれの援助対象についても強い関連は見られなかった。「誰にも相談せず援助を求めない」においては、非常に弱い正の相関が示された ( $r = .14$ )。このことから、摂食障害症状の高低によって相談する対象者が変化する可能性は低いことが示され、摂食障害症状が高くなるほど誰にも相談せず援助を求めない傾向が高まる可能性が示された。

#### <引用文献>

- Erskine, H. E., Whiteford, H. A., & Pike, K. M. (2016). The global burden of eating disorders. *Current opinion in psychiatry, 29*, 346-353.
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review. *BMC psychiatry, 10*, 1-9.
- 栗林 千聡・武部 匡也・上田 紗津貴・佐藤寛 (2021). Eating Disorder Diagnostic Screen-DSM-5 version 日本語版の作成および DSM-5 に基づく大学生の摂食障害の有病率推定 心身医学, *61*, 354-363.
- Le, L. K. D., Barendregt, J. J., Hay, P., & Mihalopoulos, C. (2017). Prevention of eating disorders: a systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review, 53*, 46-58.
- Schnyder, N., Panczak, R., Groth, N., & Schultze-Lutter, F. (2017). Association between mental health-related stigma and active help-seeking: systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry, 210*, 261-268.
- Stice, E., Rohde, P., & Shaw, H. (2013). *The body project: A dissonance based eating disorder prevention program* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- 上田 紗津貴・竹森 啓子・稲岡 優衣葉・中山 明日花・佐藤 寛 (2021). 日本の女子大学生に対する不協和理論に基づく摂食障害の予防的介入の前後比較試験 関西学院大学心理科学実践, *2*, 9-13.
- 上田 紗津貴・竹森 啓子・栗林 千聡・武部 匡也・佐藤 寛 (2023). 日本の女子大学生における食行動異常の二過程モデルの検討 認知療法研究, *16*, 61-68.
- Watson, H. J., Joyce, T., French, E., Willan, V., Kane, R. T., Tanner - Smith, E. E., ... & Egan, S. J. (2016). Prevention of eating disorders: A systematic review of randomized, controlled trials. *International Journal of Eating Disorders, 49*, 833-862.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 上田 紗津貴、高階 光梨、田邊 雅子、竹森 啓子、金山 裕望、佐藤 寛	4. 巻 12
2. 論文標題 日本における摂食障害有病率と摂食障害症状の予備的検討：新型コロナウイルス感染拡大前後の比較	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 対人援助学研究	6. 最初と最後の頁 143-151
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 上田 紗津貴、竹森 啓子、栗林 千聡、武部 匡也、佐藤 寛	4. 巻 16
2. 論文標題 日本の女子大学生における食行動異常の二過程モデルの検討	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 認知療法研究	6. 最初と最後の頁 61-68
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------