

令和元年6月24日現在

機関番号：32604

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K04152

研究課題名(和文) 女子学生を対象とした食行動異常発現・維持の要因分析と予防教育法の開発

研究課題名(英文) Examination of the onset mechanism of abnormal eating behavior and development of preventive education method for female college students.

研究代表者

山蔦 圭輔 (YAMATSUTA, Keisuke)

大妻女子大学・人間関係学部・准教授

研究者番号：80440361

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、女子学生を対象に、食行動異常の発生機序や維持要因について検討した。ここでは、食行動異常発現・維持に係る心理的メカニズム(心理モデル)を策定することを第一の目的とした。検討の結果、身体に関する他者評価への懸念を起点とする頑健な心理モデルが策定された。また、男性を対象とした心理モデルを検討した。その結果、女性モデルと比較することにより、性差を考慮した検討を行った所、女性性パーソナリティの高さが食行動異常の発現・維持に関係する可能性が推測された。以上の結果を踏まえ、食行動異常の予防的心理教育プログラムを考案した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、女子学生の摂食障害・食行動異常を臨床心理学・健康心理学の観点から実証的に検証し、また、その成果を踏まえ、予防教育の可能性について検討したものである。本研究の成果は、近年、思春期・青年期女性を中心に蔓延する摂食障害や食行動異常について、その発現・維持メカニズムを理解することに寄与するものであり、学術的意義は高いものといえる。また、女性を対象とした先行研究が大多数である中、男性を対象とした研究成果を発信したことにも一定の意義があるものといえる。

研究成果の概要(英文)：In this study, we investigated the onset mechanism of abnormal eating behavior for female college students. The primary purpose was to construct a psychological mechanism (psychological model) related to the occurrence and maintenance of abnormal eating behavior. As a result of the examination, a robust psychological model was developed, starting from concerns about the other's evaluation of the body. Next we examined a psychological model for men. We considered gender differences by comparing with female's psychological model. As a result of examination, possibility that high femininity is related to the occurrence and maintenance of abnormal eating behavior abnormality was inferred. Finally, we devised a preventive psychoeducation program.

研究分野：臨床心理学

キーワード：摂食障害 食行動異常 予防 女子学生 他者評価懸念 身体像不満足感 痩せ願望

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

近年、思春期・青年期女性を中心に食行動異常（摂食障害の前段階と位置づけられる食行動の問題）を呈する者が増加し、思春期・青年期女性を対象とした食行動異常に関する基礎的研究や支援（早期発見や予防）を実施することが急務となっている。

こうした中、学校精神保健の場において、食行動異常をターゲットとした支援を実施する前提として、その特徴を知ること（情報提示と啓発）、行動面のみならず心理面も良く理解すること（食行動の問題の発現・維持に係る心理的メカニズムを知ること）、早期発見のために適確なスクリーニングを行うこと（適確なアセスメントツールを用いた支援を行うこと）などの必要性が示され（石川 他, 2005）、また、本邦では、摂食障害の発現・維持に係る心理的メカニズムの検討やアセスメントツールの開発が行われ、摂食障害の理解に係るリーフレットや Web コンテンツを用い、潜在的な摂食障害罹患者の早期受診を促進するために、各種情報が発信されている。また、海外でも、摂食障害の病態を理解することが可能なアセスメントツールや、摂食障害発症リスクもしくは症状の軽減を目的に、摂食障害に関する情報を提供する教育（e.g., Stener-Adair, et al., 2002）が実施され、効果が認められている。

以上のように、摂食障害に対する研究は遂行されているものの、国内外問わず、摂食障害罹患者の症状軽減を目的とする研究・実践が多く、食行動異常予防の視座に立った研究は極めて少ない状況である。また、こうした取り組みは、摂食障害を中心に、食行動の問題を抱える特定の個人を対象とすることが多く、食行動異常予防の基礎的研究を土台とした集団に対する予防的取り組みは極めて少ない状況である。

2. 研究の目的

本研究では、食行動異常予防を目的とし、女子大学生・女子専門学校生を対象に、大学や専門学校など、学校精神保健の場における食行動異常の実態調査研究を実施するとともに食行動異常の発現・維持要因を明確化し、を踏まえ、中規模～大規模授業で実施可能な食行動異常予防に奏功する予防教育法を考案することを目的とした。

3. 研究の方法

食行動異常発現・維持に係る心理モデルを策定するために、(1) 女子学生を対象に大規模調査を実施した。また、(1) を土台として(2) 臨床心理学・健康心理学を専門とする専門家複数人により、予防的心理教育プログラムのコンテンツを考案した。

4. 研究成果

まず、(1) 女子学生を対象に大規模調査を実施するために、女子学生を対象に適用可能な食行動異常傾向を測定し得る尺度の開発を行った。既存尺度である食行動異常傾向測定尺度（Abnormal Eating Behavior Scale: AEBS）（山蔦ら, 2009）の問題点から、現代女子学生の食行動異常をよりの確に測定可能な新版食行動異常傾向測定尺度（Abnormal Eating Behavior Scale New version: AEBS-NV）（山蔦ら, 2016）を開発した。

AEBS-NV は、下位尺度として、“非機能的ダイエット”尺度、“食事へのとらわれ”尺度、“むちゃ食い”尺度の3尺度（14項目）が抽出され、信頼性係数の値は十分であった。また、EAT-26 および EDI 得点との関連性などから十分な妥当性が認められた。加えて、下位尺度ごとに ROC 分析（Receiver Operating Characteristic analysis）を行うことで、カットオフポイントを設定した。以上から、一般女子学生を対象とした食行動異常の状態像を軽度から重度まで連続線上でとらえ測定可能であり、また、食行動異常を「非機能的ダイエット」、「むちゃ食い」といった行動的な側面と「食事へのとらわれ」といった心理的な側面から多面的に測定することが可能な尺度が開発された。

つぎに、目的の内、食行動異常の発現・維持要因を明確にするため、食行動異常の発現・維持に係る頑健な心理モデルを策定した。ここでは、女子学生 385 名を対象に、身体像不満足感を問う項目および新版食行動異常傾向測定尺度を用いた調査を実施した。調査用紙への回答に不備のなかった 237 名（平均年齢 20.33±2.61）を対象に、各尺度の下位因子合計得点を用いた構造方程式モデリングによるパス解析を行った。

解析の結果、“身体に関する他者評価不満足感”が、“身体像不満足感（含む痩せ願望）”に影響し、“非機能的ダイエット”を引き起こすといったモデル（以下、女性モデルとする。）が構築された。本モデルは、“自分自身の身体が他者から否定的に評価されているだろうという認識”およびそれに伴う“身体像不満足感”が摂食障害の臨床症状に類似する食行動異常に影響することを想定したものであった。

本モデルに準拠すれば、摂食障害の予防や早期の治療を行う際、対人関係場面で生じる自己否定的感情（他者評価の認識を通して生じる自己否定的感情）を扱う必要があるものと考えられる。対人関係場面で生じる自己否定的感情について関与する際、社会的場面における“自己の価値”を取り上げる必要があるという結論に達した。

更に、男性の食行動異常について、女性モデルとの当てはまりについて、共分散構造分析によるパス解析を用いて検討した。検討の結果、男性において、女性性が高い群では、女性モデルと同様のモデルが適合した（ $\chi^2_{(4)} = 4.57, p = .33, CFI = 1.00, GFI = .98, AGFI = .93, RMSEA = .04, AIC = 26.57$ ）。一方、男性において、女性性が低い群では女性モデルと同様のプロセスを想定す

ることは適さないと判断された ($\chi^2_{(4)} = 9.74, p = .05, CFI = .95, GFI = .96, AGFI = .84, RMSEA = .13, AIC = 31.74$)。このことから、女性性が低い群を対象に独自のモデルを想定したところ、“身体に関する他者評価不満足感”が“全身のふくよかさ不満足感”に影響し、“全身のふくよかさ不満足感”が“食物摂取コントロール不能感”に影響するという女性モデルとは異なるモデルの適合度が高いことが認められた ($\chi^2_{(2)} = .73, p = .94, CFI = 1.00, GFI = 1.00; AGFI = .98, RMSEA = .00, AIC = 16.73$)。

以上の結果から、女性性の高低に関わらず、“身体に関する他者評価不満足感”が“全身のふくよかさ不満足感”につながり、“全身のふくよかさ不満足感”に伴う“食物摂取コントロール”が、“食物摂取コントロール不能感”へとつながることが認められ、女性性によらず、他者から“太っている”と評価されていると認識することで痩せ願望が生じ、痩せ願望に伴う過度の食事制限が食事をセルフ・コントロールできない状態につながる可能性が推測された。また、女性性が高い場合、“身体に関する他者評価不満足感”が“食物摂取コントロール不能感”に直接関係していることが示された。

以上の通り、食行動異常の発現・維持に係る頑健な心理モデルを策定したことは、本研究課題の重要な成果といえる。また、本成果に基づき、目的である予防的心理教育プログラムのコンテンツを考案した。ここでは、女性モデルの起点が“身体に関する他者評価懸念”であることから、対人関係場面における自己評価と他者評価に対する認識を扱った心理教育プログラムを開発することとした。臨床心理学および健康心理学を専門とする臨床心理士・公認心理師により、プログラムの内容が精査され、「第1部：摂食障害とは」、「第2部：対人関係を考える」、「第3部：自分の食行動を考える」の3部構成のコンテンツが考案された。第1部では、目的の内容を容易に表現することで、食行動異常や摂食障害の成り立ちを紹介した。第2部では、対人関係療法の要素を用いたワークを考案し、第3部では、第2部の内容と合わせて、日常的に利用できるワークシートを作成した。本成果については、今後各種学会にて発表予定である。

<引用文献>

- 石川俊男・鈴木健二・鈴木裕也・中井義勝・西園 文 (2005) 摂食障害の診断と治療ガイドライン 2005 マイライフ社。
- Steiner-Adair, C., Sjostrom, L., Franko, D. L., Pai, S., Tucker, R., Becker, A. E., Herzog, D. B. (2002) Primary prevention of risk factors for eating disorders in adolescent girls: learning from practice. *International Journal of eating disorders*, 32(4), 401-411.
- 山蔦圭輔・中井義勝・野村 忍 (2009) 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, 49, 315-323。
- 山蔦圭輔・佐藤寛・笹川智子・山本隆一郎・中井義勝・野村忍 (2016) 女子学生を対象とした新版食行動異常傾向尺度の開発。心身医学, 査読有, 第56巻, 第7号, 737-747。

5. 主な発表論文等

[雑誌論文](計 6 件)

- 山蔦圭輔 (2018) 男性の女性性からみた身体像不満足感および食行動の問題の関係。人間生活文化研究。査読無, 第28巻, 479-487。
- Hall, G. C. N., Kim-Mozeleski, J. E., Zane, N. W., Sato, H., Huang, E. R., Tuan, M., & Ibaraki, A. Y. (2018) Therapists' applications of conceptual models with Asians and Asian Americans. *Asian American Journal of Psychology*, 査読有, 10(1), 68-78
- 嶋田洋徳・佐藤寛 (2018) 摂食障害に対する認知行動療法の適用を想定した基礎研究の貢献と課題: 実践現場への研究治験の活用に向けて。Journal of Health Psychology Research, 査読有, 第30巻, Special issue, 169。
- 山蔦圭輔 (2018) 青年期女性における食行動異常発現・維持モデルの構築と効果的支援法に関する検討。Journal of Health Psychology Research, 査読有, 第30巻, Special issue, 171-177。
- 山蔦圭輔・佐藤寛・笹川智子・山本隆一郎・中井義勝・野村忍 (2016) 女子学生を対象とした新版食行動異常傾向尺度の開発。心身医学, 査読有, 第56巻, 第7号, 737-747。
- 稲垣貴彦・亀岡智美・田中恒彦・佐藤寛・飯倉康郎 (2015) 児童精神医療への認知行動療法の普及。認知療法研究, 査読有, 第8巻, 137-146。

[学会発表](計 13 件)

- 杉山崇・塚原拓馬・米田英嗣 (企画・司会: 山蔦圭輔, 指定討論: 佐々木淳) (2018) 「基礎と臨床をつなぐ」- 認知特性と抑うつに対する多面的アプローチ -。日本心理学会シンポジウム
- 吉本潤一郎・荒牧英治・山本哲也 (指定討論: 山蔦圭輔) (2018) 心身の健康増進に寄与するビックデータ活用法。日本健康心理学会シンポジウム
- 佐藤寛 (2017) 児童青年期を対象とした教育・精神医療領域における認知行動療法と公認心理師。日本認知療法・認知行動療法学会シンポジウム

Kuribayashi, C. & Sato, H. (2017). Dual-pathway model of eating pathology in Japanese female university students. The 51st Association for Behavioral and Cognitive Therapy Annual Convention

山蔦圭輔 (2017) 抑うつとアイデンティティ 自己の心理学と臨床心理学的アプローチ . 日本心理学会シンポジウム

山蔦圭輔 (2016) 集団におけるストレスマネジメントのアセスメントと実践 . 日本健康心理学会シンポジウム

山蔦圭輔 (2016) 子どもと大人の発達支援研究部会 . 日本健康心理学会

山蔦圭輔 (2016) What is psychological Health?. International Congress of Psychology.

中村このゆ・山蔦圭輔 (2016) 男性摂食障害患者における性役割と自尊感情の関連について (2) . 日本摂食障害学会

山蔦圭輔・佐藤寛・山本隆一郎・中村このゆ・野村忍 (2016) 身体部位の主観的満足感と食行動異常との関連性 性差を考慮した検討 . 日本摂食障害学会

田代恭子・嶋田洋徳・田邊泰子・美根早由里・佐藤友哉・山蔦圭輔 (2015) 摂食障害を想定した認知行動療法的基礎研究の貢献と課題 . 日本健康心理学会シンポジウム

山蔦圭輔・山田達人・土田弥生・鈴木晶夫・杉山崇 (2015) 健康心理学と心理臨床 . 日本健康心理学会シンポジウム

山蔦圭輔 (2015) 臨床領域におけるカウンセリングをめぐって . 現代 QOL 学会 (招待講演)

[図書] (計 5 件)

植田健太・山蔦圭輔 (2017) 臨床心理士の仕事図鑑 . 中央経済社 , 全 135 頁

山蔦圭輔 (シリーズ心理学と仕事第 12 巻健康心理学 , 太田信夫監修 竹中晃二編集) (2017) 第 4 章ライフステージ , 対象者に合わせた健康心理学の役割 第 4 節女性の健康に寄与する健康心理学 摂食障害 . 北大路書房 , pp. 129

佐藤寛ほか (大竹恵子編) (2016) 保健と健康の心理学 : ポジティブ・ヘルスの実現 . ナカニシヤ出版 , pp. 77-pp. 93

佐藤寛ほか (藤田哲也監修 串崎真志編) (2016) 絶対役立つ臨床心理学 : カウンセラーを目指すあなたにも . ミネルヴァ書房 , pp. 33-pp. 48

佐藤寛 (2015) 学術通信 (109) . 岩崎学術出版社 , pp. 8-pp. 10

[産業財産権]

出願状況 (計 0 件)

取得状況 (計 0 件)

[その他]

ホームページ等

6 . 研究組織

(1) 研究分担者

研究分担者氏名 : 佐藤 寛

ローマ字氏名 : SATO, Hiroshi

所属研究機関名 : 関西学院大学

部局名 : 文学部

職名 : 教授

研究者番号 (8 桁) : 50581170

研究分担者氏名 : 山本隆一郎

ローマ字氏名 : YAMAMOTO, Ryuichiro

所属研究機関名 : 江戸川大学

部局名 : 社会学部

職名 : 准教授

研究者番号 (8 桁) : 30588801

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。