

令和 5 年 5 月 26 日現在

機関番号：12611

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2022

課題番号：18K03090

研究課題名（和文）妊娠期の身体変化の受容プロセスに関する縦断的検討

研究課題名（英文）Longitudinal investigation of the body acceptance process among women during pregnancy

研究代表者

山宮 裕子（YAMAMIYA, Yuko）

お茶の水女子大学・人間発達教育科学研究所・研究協力員

研究者番号：60575504

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：妊娠期間中に起こる様々な身体的変化に対する若い女性や妊婦のネガティブな態度を測定するための尺度を開発した。この尺度を使用し、若い女性や妊婦を対象に、容姿や体型に関する様々な心理的要因と、妊娠期間中に起こる身体的な変化に対するネガティブな態度との関連を検証したところ、やせ理想の内面化、身体不満足感、他人の容姿との比較傾向、ダイエット行動が、妊娠期間中の身体的な変化に対するネガティブな態度と関連していることがわかった。さらに、妊娠前の容姿や体型に関する様々な心理的要因が、妊娠中に変化する自身の身体に対するネガティブな態度や身体不満足感、体重コントロール行動の変化と関連していることがわかった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

妊娠中に女性が経験する身体不満足感やそれに伴う不適切な体重コントロール行動はこれまであまり検証されてこなかった。特に、女性の多くが妊娠期間中の体重増加を最小限にしようとするとは知られていたが、その心理的要因は十分に検証されてきたとはいえない。本研究の学術的意義は、妊娠前のやせ理想の内面化ややせ願望、他人の容姿との比較傾向などが、妊娠期間中の身体不満足感や体重コントロール行動と関連していることを明らかにした点である。また、この知見により、妊娠中の身体不満足感や不適切な体重コントロール行動の予防法や介入法の構築を目指すことが期待できる点で社会的意義があるといえよう。

研究成果の概要（英文）：First, we developed a scale to assess young women's negative attitudes toward bodily changes associated with pregnancy. Second, by using the new scale, we found that young women with higher levels of thin-ideal internalization, body dissatisfaction, appearance comparison tendency, and dieting behaviors tended to have greater negative attitudes toward bodily changes associated with pregnancy regardless of their pregnancy status. Moreover, we found that women's negative attitudes toward bodily changes associated with pregnancy, body dissatisfaction, and weight-control behaviors had changed across pregnancy, especially among those who had high levels of prepartum thin-ideal internalization, appearance comparison tendency, and drive for thinness.

研究分野：心理学

キーワード：妊婦 身体不満足感 やせ理想の内面化 体重コントロール行動 他人の容姿との比較傾向 縦断的研究

1. 研究開始当初の背景

日本の若い女性は、社会的やせ理想を内面化し追求する傾向にあり、その結果身体不満足感を持ち、絶食や下剤濫用など不健康な減量行動を行うことがある。日本の20～30代の女性の平均BMIは1970年以降低減し続け、BMI18.5以下の割合は2013年には21.5%になった。

しかし妊娠期間中、女性の体重は大きく増加し体型も大きく変わる。平均的な体重の女性の場合、推奨される妊娠中の体重増加は約10～13kgとされ¹⁾、この体重増加は胎児と母体の健康維持に不可欠であるが、やせた身体を理想とする多くの若い女性にとっては受け入れがたい。そのため、多くの妊婦が体重増加を最低限にとどめるように体重をコントロールしたり、身体不満足感を憎悪する例も多い。

過去の研究によると、妊娠期間中の体重と理想体重の差が大きい妊婦ほど身体不満足感が強くなり²⁾、妊娠期間中の体重増加が少ない妊婦ほど身体不満足感の憎悪も少ないという報告がある³⁾。しかし、こういった妊娠中の身体不満足感の発生と憎悪や、それに伴う体重コントロール行動がどのように起き変化するのか、その要因はあまり検討されてこなかった。特に、妊娠前の容姿や体重に関する心理的要因が、妊娠中のボディイメージや体重コントロール行動とどのように関連しているかは十分に検証されてこなかった。

2. 研究の目的

本研究の一つ目の目的は、妊娠期間中の身体的な変化に対するネガティブな態度を測定する尺度を開発することであった。既存のボディイメージに関連する尺度を参考にし、妊娠期間中の身体的変化に特化した尺度を開発することとした。

二つ目の目的は、新しく開発した尺度を使用し、妊娠前はやせ理想の内面化、他人の容姿との比較傾向、やせ願望が、妊娠期間中の身体的な変化に対するネガティブな態度、ボディイメージ、体重コントロール行動とどのように関連するかを縦断的に検証することであった。

3. 研究の方法

(1)新しい尺度の開発

最初に、妊娠中、または妊娠経験のある女性数名を対象に、妊娠中どのような身体的な変化が起こり、そういった変化に対しどのような感情を抱いたか、聞き取り調査を行った。また、妊婦向けに作成された、妊娠期間中の身体的な変化について詳しく説明する冊子を参考に、妊娠期間中の身体的な変化をリスト化した。このリストを基にし、それぞれの身体的変化に対してどのくらいネガティブに感じるかを測定する尺度を作成した。そして、妊娠未経験の若い女性、妊娠初期の女性、妊娠後期の女性計約600人にこの尺度にオンラインで答えてもらい、項目と因子構造の分析を行った。

(2)質問紙を用いた調査

次に、新しく作成した尺度を使用し、初産婦208人を対象に妊娠初期(0～15週)、中期(16～27週)、後期(28週以降)に渡り、妊娠期間中の身体的な変化に対するネガティブな態度、身体不満足感、体重コントロール行動を測定した。また、一度目の調査では、妊娠前はやせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向も測定した。これらの調査は全てオンラインで行われた。

データ収集後、妊娠前の体重や容姿に関する心理的要因が、妊娠中のネガティブな態度や体重コントロール行動とどのように関連しているのかを検証するために、SEMによる潜在曲線モデリングにより解析が行われた。

4. 研究成果

(1)新しい尺度の開発

上記の(1)のサンプルから得られたデータで因子分析を行った結果、10項目、2因子からなる尺度が完成した。第一因子は5項目からなり、『全体的な外見の変化』と名付けられた。第二因子は5項目からなり、『体型・体重の変化』と名付けられた。

また、これらの2因子と容姿や体重に関する様々な心理的要因との相関関係を検証した。妊娠未経験者においては、第一因子、第二因子共に身体不満足感、やせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向と正の相関関係があった。妊娠初期の妊婦においては、第一因子が身体不満足感、やせ理想の内面化、他人の容姿との比較傾向と、第二因子がやせ理想の内面化、やせ願望と正の相関関係があった。妊娠後期の妊婦においては、第一因子、第二因子共に身体不満足感、やせ理想の内面化、やせ願望と正の相関関係があった。

このように、妊娠期間中に起こる身体的な変化に対するネガティブな態度は、身体不満足感、やせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向との間に相関関係が見られた。したがって、こういった心理的要因が妊娠期間中の態度や体重コントロール行動に影響を与える可能性は高いと考えられた。

(2)質問紙を用いた縦断的調査

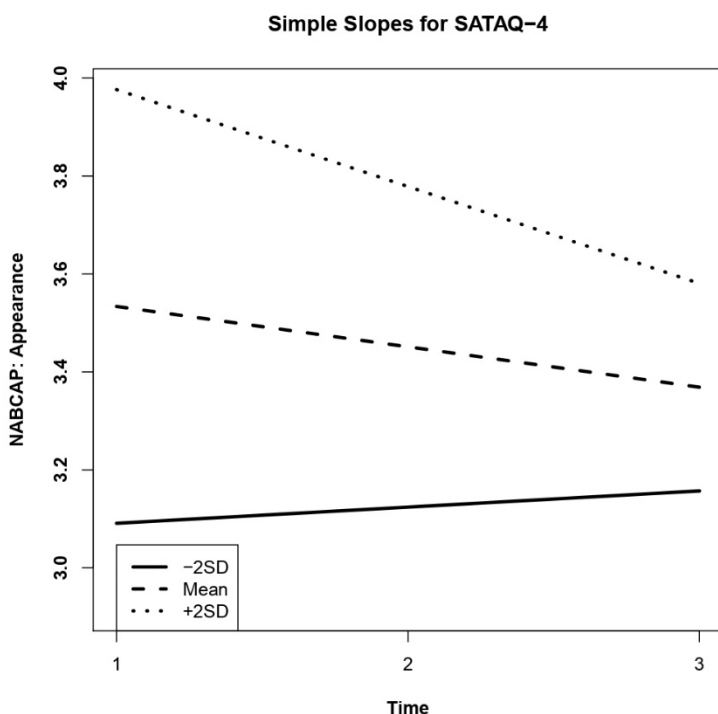
上記の(2)のサンプルから得られたデータの解析結果は以下のとおりである。

妊娠初期、中期、後期にかけ、食事制限による体重コントロール行動、サプリメント使用による体重コントロール行動、食事制限による減量行動のすべてが有意に増加していた。これは、体重増加が推奨される妊婦にとっては適切ではない可能性が高く、実際どの程度の減量をしているのかを今後の研究で明らかにする必要がある。一方で、妊娠中に起こる外見の変化に対するネガティブな態度は有意に減少しており、妊娠中に起こる外見変化に対しては一定の慣れが生じる可能性が示唆された。

妊娠前のやせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向と、調査開始時点での、妊娠中に起こる身体的な変化に対するネガティブな態度、身体不満足感、体重コントロール行動が関連しているかを検証した。その結果、妊娠前のやせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向が高い妊婦は低い妊婦と比べ、妊娠中の外見の変化や体重変化に対するネガティブな態度、身体不満足感、食事制限やサプリメント使用による体重コントロール行動、食事制限による減量行動がすでに高いことが示唆された。これらは概ね予想された結果であったが、妊娠前のやせ理想の内面化が高い妊婦ほどサプリメント使用が低かったことが唯一予想外であった。しかしこれは、サプリメント使用の主な目的が、普段の食事ですり足りない栄養素を補うことにあるため、やせ理想の内面化が高い人は栄養の接種そのものを極力避けている可能性がある。

最後に、妊娠前のやせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向が、妊娠期間中の身体的な変化に対するネガティブな態度と体重コントロール行動、身体不満足感の推移とどのように関連しているのかを検証した。その結果が以下のグラフである。

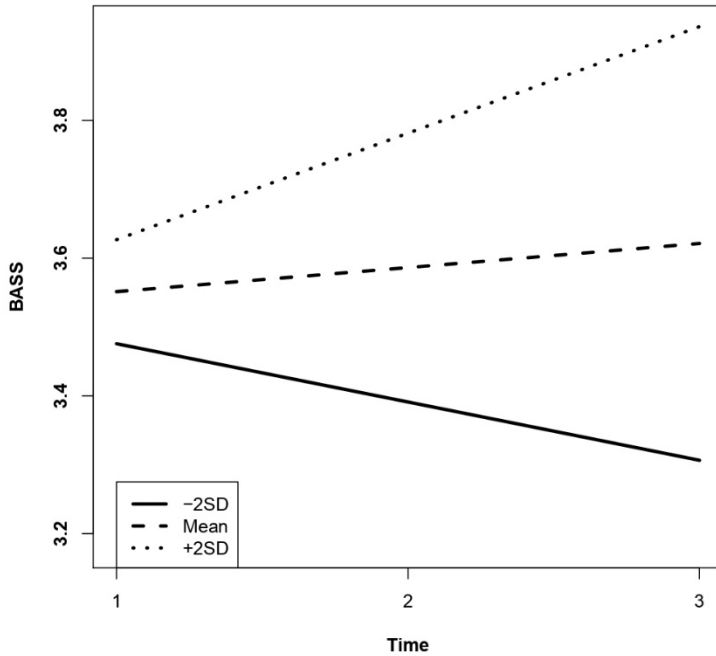
グラフ 1 妊娠前のやせ理想の内面化の程度別に表した妊娠中の外見変化に対するネガティブな態度の推移



この結果によると、妊娠前のやせ理想の内面化の程度が低い妊婦では、妊娠中の外見変化に対するネガティブな態度は緩やかに上昇したが、妊娠前のやせ理想の内面化が低い妊婦では、逆に低下した。この結果は仮説とは反するものであったが、妊娠前のやせ理想の内面化が高い人はそもそも妊娠中の外見変化に対する嫌悪感が高く、上のグラフに見られるように例えば妊娠後期までに多少の低下が見られても、依然としてその嫌悪感が高いままであった。

グラフ 2 妊娠前のやせ理想の内面化の程度別に表した妊娠中の身体不満足感の推移

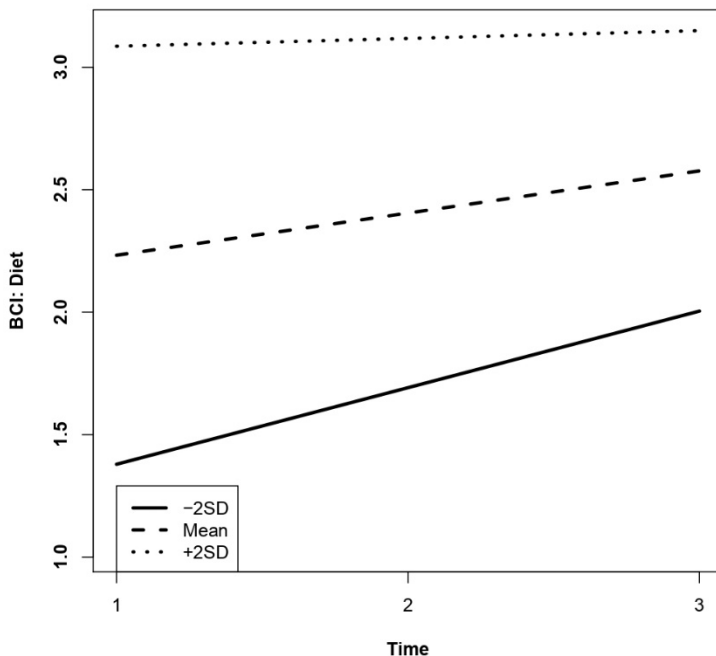
Simple Slopes for IBSS



この結果によると、妊娠前のやせ理想の内面化が高い人ほど妊娠中の身体不満足感が上昇した。これは仮説どおりであり、やせ理想の内面化が高い妊婦は妊娠中に体重や体型が変わるにつれ、自身の身体に強い不満を感じるようになった。

グラフ 3 妊娠前のやせ願望の程度別に表した妊娠中の食事制限による体重コントロール行動の推移

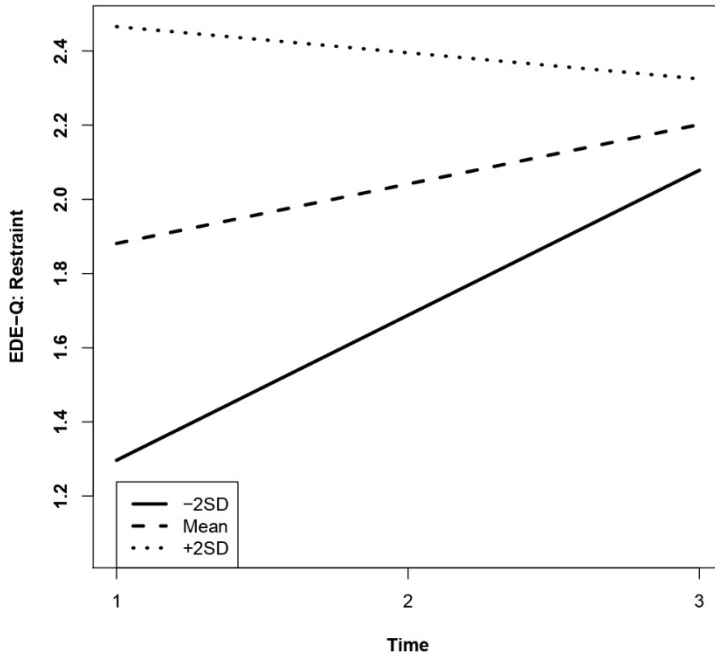
Simple Slopes for EDI-DT



この結果によると、妊娠前のやせ願望が顕著に高い妊婦では食事制限による体重コントロール行動が緩やかに下がるものの、妊娠前のやせ願望がやや高めの妊婦では食事制限による体重コントロール行動が上昇していた。この結果はとても興味深いものであり、今後の課題である。

グラフ 4 妊娠前の他人の容姿との比較傾向の程度別に表した妊娠中の食事制限による減量行動の推移

Simple Slopes for BCS



この結果によると、妊娠前の他人の容姿との比較傾向が低い人ほど妊娠中の減量行動が上昇し、高い人ほど妊娠中の減量行動が低下していた。この結果も仮説とは反するものであったが、やはり妊娠前に他人の容姿との比較傾向が高い人はそもそも減量行動の程度が高いため、例え妊娠後期にかけて低下しても、他の群よりは高いままであった。

本研究を通し、妊娠をする前の段階でやせ理想の内面化、やせ願望、他人の容姿との比較傾向が高い人は、妊娠という重要なライフイベント中、自身の身体に対してネガティブな態度や不満足感を経験していることが示唆された。また、妊娠期間中多少の改善が見られるものの、体重コントロール行動も高いままである。こういったことから、特定の心理的要因が高い女性をターゲットに、妊娠期間中の身体不満足感や不適切な体重コントロール行動の予防や介入をすることが望ましいと思われる。

引用文献

1)厚生労働省。「妊産婦のための食生活指針」改定の概要。2021, 3月。

<https://www.mhlw.go.jp/content/000776927.pdf>

2)丸山和美, 大山健司. 妊娠による身体的・心理的变化がボディイメージに与える影響. 2011, 母性衛生 52(3), 192.

3)Fuller-Tyszkiewicz M, Skouteris H, Watson B, Hill, B. Body dissatisfaction during pregnancy: A systematic review of cross-sectional and prospective correlates. *Journal of Health Psychology*, 2012, 18(11), 1411-1421.

<https://doi.org/10.1177/1359105312462437>

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件/うち国際共著 1件/うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 Yuko Yamamiya & Mika Omori	4. 巻 44
2. 論文標題 How prepartum appearance-related attitudes influence body image and weight-control behaviors of pregnant Japanese women across pregnancy: Latent growth curve modeling analyses	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Body Image	6. 最初と最後の頁 53 ~ 63
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.bodyim.2022.11.004	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 該当する

〔学会発表〕 計3件（うち招待講演 0件/うち国際学会 2件）

1. 発表者名 Yuko Yamamiya & Mika Omori
2. 発表標題 Examining negative emotions for bodily changes associated with pregnancy in young Japanese women
3. 学会等名 Australia and New Zealand Academy for Eating Disorders Conference (国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 Yuko Yamamiya & Mika Omori
2. 発表標題 Pre-existing thin-ideal internalization, appearance comparison, drive for thinness, and current negative feelings toward bodily changes among pregnant Japanese women
3. 学会等名 Academy for Eating Disorders Virtual International Conference on Eating Disorders 2020 (国際学会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 大森美香 山宮裕子
2. 発表標題 妊娠中の身体的な変化に対する嫌悪感の程度を測定するための尺度の作成
3. 学会等名 日本心理学会第83回大会
4. 発表年 2019年

〔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
研究 分担 者	大森 美香 (OMORI Mika) (50312806)	お茶の水女子大学・基幹研究院・教授 (12611)	

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
---------	---------