

# 痩せ願望と食行動に関する研究の動向と課題

田崎 慎治

(2006年10月5日受理)

The trends and issues about drive for thinness and eating behavior

Shinji Tazaki

The purpose of this study was to examine the recent trends and issues on the drive for thinness and eating behavior of adolescent females. In Japan, the number of eating disorders in adolescent female is rapidly increasing. And it is considered that the number of individuals who are not given a diagnosis of eating disorder but express a problematic eating behavior is on the increase. Through review researches, it was found that many psychological and sociocultural factors influenced the drive for thinness and problematic eating behavior. It was also found that self-esteem has the strongest influence on drive for thinness, and body dissatisfaction related to the drive for thinness directly. Other factors like perfectionism are also influence the drive for thinness. Regarding the eating behavior, three types of eating behaviors were found, and these behaviors did not work on the onset of eating independently but they interacted with each other. Finally, it was suggested that there is the lack of psychological intervention for eating problems and food education, and further research is necessary to solve these issues in this area.

Key words : drive for thinness, eating behavior, body image, self-esteem, health  
キーワード：痩せ願望, 食行動, ボディ・イメージ, 自尊感情, 健康

## 1. はじめに

近年、「食育」ということばが登場するほど、食行動に関しての教育的需要が高まっている。この背景には、食に関する問題の深刻化がある。臨床的な食の問題は、摂食障害と呼ばれ、大別すると神経性無食欲症または神経性食欲不振症（Anorexia Nervosa：AN）と神経性大食症（Bulimia Nervosa：BN）に分けられる。前者はいわゆる拒食症、後者はいわゆる過食症であるが、DSM-IV-TR（精神疾患の診断・統計マニュアル；American Psychiatric Association, 2000 高橋・大野・染矢訳, 2003）ではANおよびBNの診断基準をTable 1のように設けている。そして現在、日本においても、摂食障害者の数が増加しており、特に、青年期女性はその割合の多くを占めている。さらに、摂食障害予備軍とも呼ばれるべきもの数についても増加している。摂食障害予備軍とは、すなわち、これ

ら摂食障害の診断基準には至らないレベルの食の問題行動（eating problems）をもつものであり、極端な節食、偏食、自己誘発性嘔吐（食べた後、自ら吐く）や下剤、利尿剤などを用いたダイエットなどが挙げられる。

ではなぜ食の問題行動が起こるのだろうか。食べるという行為そのものは、生得的な、すべての生物にとって生きていくために必要不可欠なものである。ただし、何を食べて（食べることができ）、何を食べないか（食べることができないか）ということは、学習によるところが大きい。ところが、食べるという行為は、生得的なものというだけではなく、心理的、社会・文化的要因の影響を多分に受けている。たとえば、宗教によっては、ある特定の動物の肉を食べることが禁じられていることもある。あるいは、昆虫は、その栄養価の高いことが知られているが、昆虫を常食としているものは少ない（今田, 2005）。日本人の多くが魚介類を好

んで食べるのに対し、欧米では、牛や豚などを好むということも、食行動の社会・文化的要因と考えることができよう。このような、食行動の心理的、社会・文化的要因がヒトにあるために、食の問題行動が起こるものと考えられる。

青年期女子の、食の問題行動を引き起こす要因として、最も影響の強いものは、痩せ願望である。馬場・菅原(2000)は、痩身願望を、“自己の体重を減少させたり、体型をスリム化しようとする欲求であり、食事制限、薬物、エステなど、さまざまなダイエット行動を動機付ける心理的要因”と定義している。このことから、痩せ願望と食の問題行動、特に抑制的な摂食行動との間には、密接な関係があることがわかる。やせ願望が食の問題行動を引き起こし、ひいては摂食障害の発現を引き起こすと考えられる。

食の問題行動は、摂食障害だけでなく、その他の、全般的な身体的、精神的健康にも影響を及ぼすと考えられる。先にも述べたように、食行動は、本来生得的なものであり、ヒトの、健康な生活の基盤を支えるものであるからである。すなわち、食の問題行動が起これば、健康な生活が失われてしまうということも十分に起こりえるのである。先の食育も、生活の基盤を支える食生活の見直しを図るというねらいがあるのでは

ないかと考えられる。したがって、食の問題行動について検討することは、摂食障害など、さまざまな障害の予防、あるいは、身体的、精神的健康の維持という観点から、非常に意義深いものであると考えられる。また、食育に関しては、管理栄養士、栄養教諭らが中心となって取り組まれているのが現状である。しかし、食育が食行動の変容を目指すものであるならば、心理学の領域からのアプローチは必要不可欠であろう。

本稿では、食行動や痩せ願望に関するこれまでの心理学的な研究を概観することによって、これらの背景にある心理的、社会文化的な要因について検討していく。そして、これらの研究のレビューから、今後の、摂食障害の予防や、精神的、身体的健康を維持していくための介入に対する課題について検討する。

## 2. 痩せ願望および食行動研究の動向

### 2.1. 痩せ願望に関する研究の動向

食行動には、さまざまな心理的、社会文化的要因が影響を及ぼしている。なかでも、食の問題行動を引き起こす要因として、最も強く影響を及ぼしているのは、痩せ願望である。そこで、まず、痩せ願望に関する研究について概観する。

Table 1. DSM-IV-TR による AN および BN の診断基準

#### 神経性無食欲症(Anorexia Nervosa)

- A. 年齢と身長に対する正常体重の最低限、またはそれ以上を維持することの拒否(例：期待される体重の85%以下の体重が続くような体重減少；または成長期間中に期待される体重増加がなく、期待される体重の85%以下になる)
- B. 体重が不足している場合でも、体重が増えること、または肥満することに対する強い恐怖
- C. 自分の体重または体型の感じ方の障害、自己評価に対する体重や体型の過剰な影響、または現在の低体重の重大さの否認
- D. 初潮後の女性の場合は、無月経、すなわち月経周期が連続して少なくとも3回欠如する(エストロゲンなどのホルモン投与後にのみ月経が起きている場合、その女性は無月経とみなされる)

#### 神経性大食症(Bulimia Nervosa)

- A. むちゃ食いのエピソードの繰り返し。むちゃ食いのエピソードは以下の2つによって特徴づけられる
  - (1) 他とははっきり区別される時間帯に(例；1日のいつでも2時間以内)、ほとんどの人が同じような時間に同じような環境で食べる量よりも明らかに多い食物を食べる
  - (2) そのエピソードの期間では、食べることを制御できないという感覚(例：食べるのをやめることができない、または、何をまたはどれほど多く、食べているかを制御できないという感じ)
- B. 体重の増加を防ぐために不適切な代償行動を繰り返す。例えば、自己誘発性嘔吐；下剤、利尿剤、浣腸、またはその他の薬剤の誤った使用；絶食；または過剰な運動
- C. むちゃ食いおよび不適切な代償行動はともに、平均して、少なくとも3ヶ月にわたって週2回起こっている
- D. 自己評価は、体型および体重の影響を過剰に受けている
- E. 障害は、神経性無食欲症のエピソード期間中のみ起こるものではない

(出典) American Psychiatric Association, 2000, 高橋・大野・染矢(訳), 2003

現代は、痩せている女性が美しいとされる社会的風潮がある。痩せていることは、魅力、成功、自己コントロール、自由といったステレオタイプを生み出し、逆に、肥満は、不成功、過食、怠慢、不人気、魅力のなさ、自らが招いた状態といったステレオタイプを生み出している (Ogden, 2003)。例えば、1959年から1988年までのミス・アメリカコンテストの出場者たちの体重は年々減少しており、それにともなって、女性向け雑誌に掲載されたダイエットに関する記事の数は年々増加している (Garner, Garfinkel, Schwartz, & Thompson, 1980; Wiseman, Gray, Mosimann, & Ahrens, 1992)。このような痩せた体型を賞賛する社会的圧力の影響によって、痩身願望は多くの女性にみられるものとなった。

痩せ願望に関する研究は、ボディ・イメージ研究の枠組みの中で行われてきた。ボディ・イメージとは、身体心像とも呼ばれる、身体に対する認知的側面をいう。ボディ・イメージは、広義には瞳の色、肌の色、腕や足の長さなど、あらゆる身体的側面に対する認知を指すと思われるが、多くの研究において、ボディ・イメージは、自己の体型に対する認知という文脈で用いられている。

ボディ・イメージは、身体に対する認知的側面であるので、通常、実際の身体からはズレが生じてくる。このズレが大ききとき、ボディ・イメージに歪みがあるという (今田, 1996)。ボディ・イメージの測定において、頻繁に用いられる方法としては、質問紙による測定法と、シルエット画を用いて測定する方法の2種類がある。特に後者は、ボディ・イメージ研究の特徴的な測定方法であるといえる。シルエット画には、少なくとも21種類のものがこれまでに作成されている (Thompson & Gray, 1995)。なかでも、Thompson & Gray (1995) によって作成された、Contour Drawing Rating Scale (CDRS ; Figure 1参照) は、現在、多くの研究で用いられているシルエット画である。

ボディ・イメージ研究の代表的なものとして、Fallon & Rozin (1985) の研究が挙げられる。Fallon & Rozin (1985) では、シルエット画を用いて、大学生男女の、現在の体型、理想の体型、異性から見て魅力的だと思う体型、魅力的だと異性の思う体型について評価させた。その結果、大学生女子では、現在の体型を理想の体型よりも有意に太く評価しているのに対し、男子ではこれらの関係はみられなかった。さらに、女子大学生の、異性から見て魅力的だと思う体型評価と、男子大学生の、魅力的だと思う異性の体型評価の間には有意な差がみられ、大学生女子の異性から見て魅力的だと思う体型の方が細いものであった。対照的に、男子における異性から見て魅力的だと思われる体型と現在の体型の間に有意な差はなく、また、女子から見て魅力的だと思う男性の体型は、より細いものであった。つまり、女子学生は、痩せている方が男性にとってより魅力的だと思い、男子学生は太っている方が女性にとって魅力的であると思っていることが明らかとなった。

また、Fallon & Rozin (1985) では、現在の体型評価値から、理想の体型評価値を減じた値を、痩せ願望の強さを表す値として用い、男女の比較をおこなっている。その結果は、女子のほうが男子よりも有意に高く、女子は、男子よりも強い痩せ願望を抱いているというものであった。その後、日本を含め、多くの研究者 (例えば、今田, 1996) が追実験を行っているが、結果はいずれも同様のものであった。さらに、シルエット画ではなく、実験参加者自身の映像を、コンピュータやプロジェクタなどの装置によって、たとえば横幅のみを連続的に変化させるといった手続きを用い、ボディ・イメージを評価させる研究 (たとえば、中井・吉川, 1987, 田崎, 2005) もあるが、結果はFallon & Rozin (1985) と同様の傾向を示している。

このような、ネガティブなボディ・イメージが、痩身願望の背景にあると考えられる。すなわち、青年期

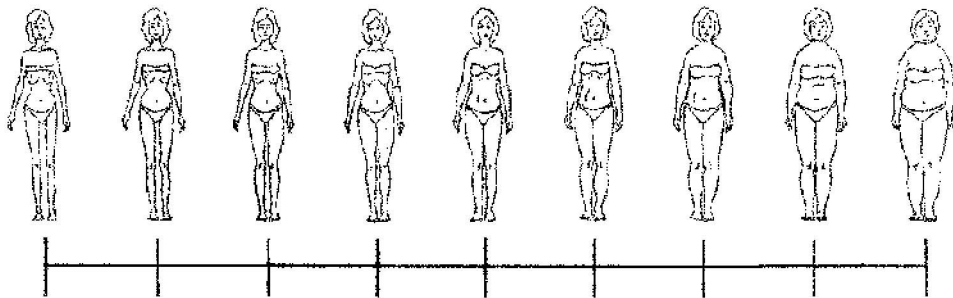


Figure 1. Contour Drawing Rating Scale (CDRS ; Thompson & Gray, 1995)

女子には、自分を太っていると思ひ込む、誤った認知があり、そのため、痩せなければならないと思ひ、さまざまなダイエットに取り組むのである。

## 2.2. 痩せ願望に関連する要因

痩せ願望は、主として青年期の女性に見られる。では、なぜ青年期の女性は痩せ願望をもつのであろうか。ネガティブなボディ・イメージが瘦身願望の背景にあると考えられるが、なぜネガティブなボディ・イメージをもつと、痩せなければならないと感じるのであろうか。

17世紀から18世紀後半の社会では、女性は、男性の財産や地位の象徴であり、男性の所有物として扱われることが多かった。このため、女性が太っているということは、食べるものが少なかったこの時代に、たくさん食べることができるだけの富や地位がその女性の夫や父親、あるいはその家系にあるということを示しており、したがって、女性は、太っていることが理想とされていたのである(大竹, 2004)。その後、20世紀に入り、女性の社会的地位が向上し、特に第2次世界大戦後には、女性も、高い教育を受け、仕事に就くようにもなった。1960年代には、若い女性のファッションモデルが登場し、“細い”ということが流行し始めた。この女性像を、“教育を受け、母であり、仕事ができる女性”とリンクして当時のメディアが宣伝したことが影響し、女性の痩せ志向が急激に増加した。そして、このような社会の動向によって、女性自身も細いことを美德と考えるようになってきたのである(Berscheid et al., 1971)。このように、女性の痩せ願望には、社会文化的要因が強く影響を及ぼしている。しかし、社会文化的要因を、瘦身願望を引き起こす要因として考えてよいのかということには、疑問がある。このような社会文化的要因といったものは、非常に広い概念であり、人は、社会の中で生活していかなければならない存在だからである。人が生きていく限り、必ず社会・文化の影響を受ける。したがって、このような要因は、痩せ願望を引き起こす要因というよりも、痩せ願望の前提にあるものというように考えたい。

現在、瘦身願望と関連する要因として、最も広く取り上げられているのは、自尊心である。青年期女子における自尊心は、男子のそれよりも低く(Quatman & Watson, 2001)、青年期女子の痩せ願望の高さとあわせて考えると、自尊心と痩せ願望には、密接な関係のあることがうかがえる。例えば、Tigemann(1994)は、自己の身体に対する満足度の低さ、すなわち自分を太っていると感じ、痩せたいと考えていることと、自尊心の強さとの間には、有意な負の相関がみられ

ることを報告している。馬場・菅原(2000)においても同様に、女子大学生において自尊心の低さと瘦身願望の強さには関連があることを報告している。また、田崎(2005)が、共分散構造分析を用いて分析をおこなったところ、大学生女子では、痩せ願望は、自尊心の低下に先行しており、大学生男子では、これらの関係自体が有意な関係ではなかった。すなわち、大学生女子においては、痩せ願望が自尊心の低下を引き起こすということが示唆された。しかし、田崎(2005)では、サンプル数が少なく、共分散構造分析結果の適合度も十分に満足できる数値ではなかったことから、自尊心と痩せ願望の因果的関係については、さらなる検討が望まれる。

次に考えられる、瘦身願望に影響を及ぼす要因としては、身体に対する満足感がある。ネガティブなボディ・イメージをもつ女性が、自己の体型について不満足感を抱き、望ましくない自己像を補償するために、痩せたいと思うのは、十分に考えられることであろう。Ogden(2003)によると、身体の不満足感(body dissatisfaction)は、ボディ・イメージの1つの側面であり、3つの異なる観点をもつ。すなわち、ボディ・イメージの歪みとしての身体の不満足感(例えば“わたしは、自分の実際の体型よりも太いと思う”)、理想の体型との不一致としての身体の不満足感(例えば“わたしは、わたしがなりたいと思う体型よりも太いと思う”)、身体に対するネガティブな反応としての身体の不満足感(例えば“わたしは自分の体が好きではない”)があるとされている。そして、その身体の不満足感を感じた女性は、70%がダイエットを行い、そのうち40%のものは常にダイエットを行っているという。Cooper et al.(1987)は、身体の不満足感を測定する尺度として、Body Shape Questionnaire(以下BSQとする)を開発し、信頼性、妥当性について検討している。その結果、EDI(Eating Disorder Inventory; Garner et al., 1983)の下位尺度である、Body Dissatisfaction Subscaleや、EAT(Eating Attitudes Test; Garner & Garfinkel, 1979)得点とBSQ得点の間に有意な正の相関が得られ、また、BN患者と健常者との間で、BSQ得点に有意な差がみられており、その信頼性と妥当性について確認されている。

痩せ願望は、精神的、身体的健康にも影響を及ぼしている。例えば、Abrams, Allen, & Gray(1993)では、痩せ願望の強さは抑うつ傾向や不安と有意な正の相関関係にあった。また、ストレスとも関連しており(Sassaroli & Ruggiero, 2005)、痩せ願望の強いものは、より強いストレスを感じていることが明らかにされている。さらに、身体的健康については、喫煙行動と瘦

せ願望の関連についての研究がある (King, Matacin, Marcus, Bock & Tripolone, 2000)。女性の喫煙者は、より強い身体への不満足感、痩せ願望を持つというものである。喫煙は、食欲を減退させる効果があるといわれており、ダイエットの手段として、喫煙を行っているものと考えられる。

また、青年期女子の身体不満足感やそれによる痩せ願望は、女性性役割の受容 (伊藤, 2001) や、成熟拒否 (向井, 1996) と関連している。女性性役割の受容は、“痩せているということ”が“女性らしさ”をあらわす象徴ととらえ、そのために痩せようとする。一方、成熟拒否は“丸みを帯びた体つき”を“女性らしさ”ととらえ、自分がそのような女性として成熟することへの拒否反応の表れとして、痩せ願望が現れる。これらは矛盾した事柄であるが、馬場・菅原 (2000) では、この両方を同時に検討している。その結果、成熟拒否は、痩せ願望ときわめて弱い相関しか得られず、少なくとも一般女子学生にとって成熟拒否は、痩せ願望を高める重要な要因であるとはいえないと結論付けている。ただし、このことは、成熟拒否が痩せ願望や摂食障害に関係しているということを直ちに否定するものではないとも述べており、今後さらに詳細な検討を加えていく必要があるだろう。

そのほか、完全主義などのパーソナリティ傾向 (Sassaroli & Ruggiero, 2005)、賞賛獲得欲求 (馬場・菅原, 2000)、家族、特に母親との関係 (Ogden & Steward, 2000) などが痩せ願望と関連しているとされ、多くの研究がおこなわれている。このことから、痩せ願望およびボディ・イメージの研究は未だ発展途上にあり、さまざまな要因が検討されている段階にあるといえよう。

### 2.3. 食行動に関する研究の動向

心理学の領域では、古くから (意図せずして) 食行動に関する研究がおこなわれてきた (今田, 2005)。とくに、学習心理学における Pavlov の古典的条件付けや、Skinner のオペラント条件付けなど、食物は心理学の発展に大きく貢献してきたといえよう。その後、発達心理学、社会心理学などの領域でも、食行動に関する研究がおこなわれるようになった。

近年の食行動に関する研究は、多くが摂食障害に関連する食行動の研究である。摂食障害、なかでも AN は、歴史が古く、1873年に Lasegue が、深刻な衰弱や無月経の起こる障害を、“L'anorexie hysterique”, 続く1874年に Gull が“神経性の食欲の減退”という意味の“Anorexia Nervosa”と名づけたのが始まりとされている (Ogden, 2003)。それに対し、“Bulimia

Nervosa”は、1979年に Russell が命名したことばである。近年、この摂食障害患者数が増加しており (Mukai, Crago, & Shisslak, 1994)、問題視されている。そのため、食行動に関する研究は、摂食障害の治療、あるいは予防という観点から盛んにおこなわれるようになった。

### 2.4. 食行動の諸特徴

食べるということは、生物が生きていくために必要不可欠な行為である。動物であれば、空腹になれば食行動が生起するし、満腹になれば食行動は終了する。ところがヒトの食行動は、このような単純なプロセスのみに支配されるものではない。空腹であっても食べようとしないものもいれば、満腹になっても、自ら吐き、再び摂食を開始するものもある。ヒトの食行動にはどのような特徴があるのだろうか。

Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ; van Strien et al., 1986) という質問紙がある。この質問紙では、食行動を、抑制的摂食、情動的摂食、外発的摂食の3つの因子に分けている。

抑制的摂食とは、文字通り、食べることを抑制することである。そのため、抑制的摂食は、AN と結びついている。実際に、AN 患者と健常者として DEBQ の抑制的摂食因子得点を比較したところ、AN 患者の方が有意に高いものであった。また、抑制的摂食傾向の強いものは、過食傾向も強いということがさまざまな研究から明らかにされている (Ogden, 2003)。食べることを抑制しているものは、何らかの理由によってこの抑制状態から開放されたとき、タガが外れたように一気に喰成に食べてしまう。この現象は、脱抑制と呼ばれ、Herman & Polivy (1984) によって実験的に証明されている。AN 患者のなかには、食物をまったく食べないわけではなく、拒食と過食を繰り返す (筒井, 1989) ものもおり、これも脱抑制によるものと考えられる。

情動的摂食とは、ネガティブな感情状態の時に起こる食行動であり、ストレス誘発性摂食とも言われる現象である (今田, 2005)。このような摂食は、ネガティブな情動に対するコーピング方略として行われると考えられる。また、抑制的摂食傾向の強いものは、情動的摂食傾向も強く (Oliver et al., 2001)、抑制的摂食者における脱抑制の一因になっているとも考えられる。さらに、情動的摂食は、食べ過ぎるという問題があるだけではなく、食べ過ぎることによって、さらに不安や抑うつなどの感情が引き起こされ、そのためにまた情動的摂食が起こるといった悪循環を起こすという問題を抱えている (大竹, 2004)。

最後に、外発的摂食とは、食べ物の見た目、匂いといった外見的特徴によって生じる食行動である。肥満者が過食を行う原因は、彼らの食行動が、空腹感や満腹感といった内的要因よりも、食物の見た目や匂いといった外的要因によって喚起されることが実験的に示されている(今田, 2005)。また, Herman & Polivy (1984) は、外発的摂食が肥満者にのみ起こるものではなく、抑制的摂食者にも共通して見られるものであることを示している。

以上のように、食行動は、その特徴から3つのタイプに分けることができる。しかし、これらが、それぞれ独立に食行動を制御しているというわけではない。特に、抑制的摂食傾向の強いものは、ストレスを感じたり、ネガティブな感情状態を経験したとき、あるいは、見た目や匂いのよい食べ物を目の前にしたとき、脱抑制が起こり、情動的摂食や外発的摂食が起こるものと考えられる。

### 3. 今後の課題

本稿では、痩せ願望と食行動に関して、これまでの研究を概観し、これらの特徴や要因について検討した。

痩せ願望が食の問題行動、さらには摂食障害を引き起こす主要な要因であることは間違いがない。そして痩せ願望の背景には身体への不満足感があると考えられる。これら3者の関係(身体への不満足感→痩せ願望→食行動)を中心に考えると、それぞれの変数に対して、自尊感情やボディ・イメージなどの心理的要因が影響を及ぼしている。また、これら一連のプロセスが、抑うつや不安などの精神的健康に悪影響を及ぼし、さらに、これらの過食など食の問題行動を行うことによって精神的健康の低下が、さらなる痩せ願望を招くといった悪循環を引き起こす。また、喫煙や過剰な運動など、身体的健康に悪影響を及ぼすダイエットに従事する。そして、これらすべての背景には、痩せを礼賛する現代社会の風潮があるものと考えられる。Figure 2は、これらの関係を模式的に表した仮説モデルである。

このように、痩せ願望やそれによって引き起こされる食の問題行動に関しては、多様な要因の影響による複雑なプロセスがあるものと考えられる。しかしながら、これまでの研究は、これらの関係の一部分についてのみを取り上げて検討するものが多く、近年になって、共分散構造分析などの優れた分析手法が紹介されるようになり、包括的な研究がようやく登場し始めた

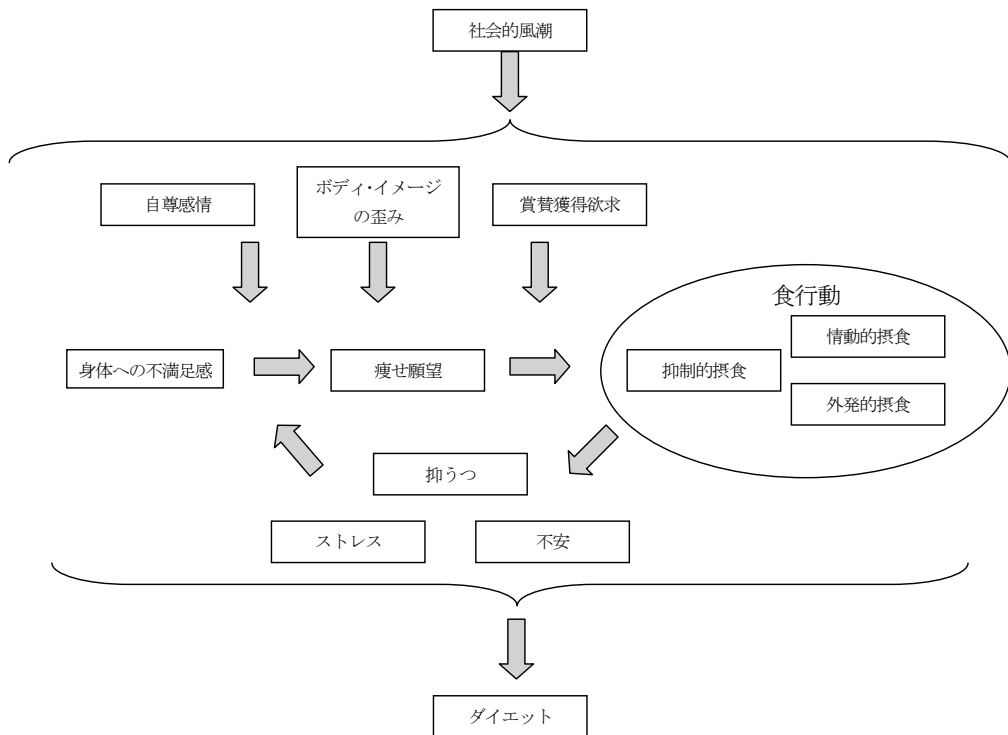


Figure 2. 本研究による、痩せ願望および食行動のプロセスに関する仮説モデル

ところである。今後、摂食障害の発生機序などの理解を深めるためにも、このような体系的な研究を重ねていくことが必要であると思われる。

現代は、飽食の社会から、“崩”食の社会へと変貌をとげている（今田, 2005）。食生活の乱れ、孤食（ひとりで食事をする）の増加、摂食障害者の若年化や増加など、食にまつわる問題は多い。このような背景もあり、食育基本法が制定されるなど、食べる行為の教育、あるいは食べる行為を介した教育に対する関心が高まっている（今田, 2005）。しかし、現在のところ、食育は、管理栄養士や栄養教諭が中心となって行われており、心理学からのアプローチは少ない。また、食育に関して、現場の教師の理解が得られないといった問題も起きているようである。摂食障害や食に関する問題への介入には、心理学や教育学、栄養学などによる学際的な連携が必要であると考えられる。

最後に、食に関する問題が深刻化し、これらの問題行動に対する介入、予防の重要性がいわれる一方で、日本における食行動に関する研究は少なく、食行動を測る尺度も不十分である（加藤, 2003）。また、ボディ・イメージに関しても、欧米では、Body Image という学術雑誌が刊行されるほど活発な研究が行われている。ボディ・イメージを測定する尺度についても、欧米と日本では、身体的特徴にかなりの違いがあることが考えられ、欧米で開発された尺度を、そのまま日本において使用することは難しいといえる。今後、日本人向けのボディ・イメージの測定尺度の開発を行い、日本における食行動や痩せ願望の実態を詳細に検討し、摂食障害や健康問題への介入、食育への心理学的アプローチなどを積極的にやっていくことが期待される。

## 【引用文献】

- Abrams, K. K., Allen, L. R., & Gray, J. J. 1993 Disordered eating attitudes and behaviors, psychological adjustment, and ethnic identity: A comparison of black and white female college students. *International Journal of Eating Disorders*, 14, 49-57.
- アメリカ精神医学会 高橋三郎・大野 裕・染矢俊幸（訳）2003 DSM-IV-TR 精神疾患の分類と診断の手引新訂判 医学書院 Pp.205.
- (American Psychiatric Association 2000 *Quick Reference to the diagnostic criteria from DSM-IV—TR*. American Psychiatric Association, Washington D. C., US.)
- 馬場安希・菅原健介 2000 女子青年における痩身願望についての研究 教育心理学研究, 48, 267-274.
- Berscheid, E., Dion, K., Walster, W., & Walster, W. 1971 Physical attractiveness and dating choice: A test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 7, 173-189.
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. 1987 The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494.
- Fallon, A. E., & Rozin, P. 1985 Sex differences in perceptions of desirable body shape. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 102-105.
- Garner, D. M., Garfinkel, P. E., Schwartz, D., & Thompson, M. 1980 Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports*, 47, 483-491.
- Herman, P., & Polivy, J. A. 1984 A boundary model for the regulation of eating. In Stunkard, A. J., & Stellar, E. (eds.) *Eating and its disorders*. Raven press.
- 今田純雄 1996 青年期の食行動 中島義明・今田純雄（編）人間行動学講座2 たべる－食行動の心理学－ 朝倉書店 Pp.114-131.
- 今田純雄（編）2005 食べることの心理学－食べる、食べない、好き、嫌い 有斐閣.
- 伊藤裕子 2001 青年期女子の性同一性の発達－自尊感情－自尊感情、身体満足度の観点から－ 教育心理学研究, 49, 458-468.
- 加藤佳子 2003 食行動と自己制御に関する研究の動向と課題 広島大学研究紀要 第一部（学習開発関連領域）, 52, 35-44.
- King, T. K., Matacin, M., Marcus, B. H., Bock, B. C., & Tripolone, J. 2000 Body image evaluations in women smokers. *Addictive Behaviors*, 25, 613-618.
- 向井隆代 1996 思春期女子における身体像不満足感、食行動および抑うつ気分：縦断的研究. カウンセリング研究, 29(1), 37-43.
- Mukai, T., Crago, M., & Shisslak, C. M. 1994 Eating attitude and weight preoccupation among female high school students in Japan. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35, 667-688.
- 中井義勝・吉川真理 1987 身体イメージ測定装置の開発 心身医学, 27(6), 497-501.
- Ogden, J. 2003 The psychology of eating: from health to disordered behavior. Blackwell Publishers Ltd.
- Ogden, J., & Steward, J. 2000 The role of the mother-daughter relationship in explaining weight concern. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 78-83.

- Oliver, K. G., Huon, G. F., & Williams, K. D. 2001 The role of interpersonal stress in overeating among high and low disinhibitors. *Eating behaviors*, 2, 9-26.
- 大竹恵子 2004 女性の健康心理学 ナカニシヤ出版 Pp.49-63.
- Quatman, T., & Watson, C. M. 2001 Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains. *The Journal of Genetic Psychology*, 162(1), 93-117.
- Sassaroli, S., & Ruggiero, G. M. 2005 The role of stress in the association between low self-esteem, perfectionism, and worry, and eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 37, 135-141.
- van Strien, T., Frijters, J. E. R., Bergers, G. P. A., & Defares, P. B. 1986 The Dutch eating behaviour questionnaire for assessment of restrained, emotional and external eating behaviour. *International Journal of Eating Disorders*, 5, 747-755.
- 田崎慎治 2005 大学生における瘦身願望の研究 広島修道大学人文科学研究科修士論文 (未公刊)
- Thompson, J. K. 1991 Body shape preferences: Effects of instructional protocol and level of eating disturbance. *International Journal of Eating Disorders*, 10, 193-198.
- Thompson, M. A., & Gray, J. J. 1995 Development and validation of a new body-image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, 64, 258-269.
- Tiggemann, M. 1994 Gender differences in the interrelationships between weight dissatisfaction, restraint, and self-esteem. *Sex Roles*, 30, 319-330.
- 筒井末春 (編) 1989 食行動異常 同朋舎
- Wiseman, C. V., Gray, J. J., Mosimann, J. E., & Ahrens, A. H. 1992 Cultural expectations of thinness in women: An update. *International Journal of Eating Disorders*, 11, 85-89.

(主任指導教員 森 敏昭)