

## 青年期における摂食障害傾向の心理的特徴

- 拒食と過食の心理的意味の観点から -

奥田紗史美・岡本祐子

Psychological features of eating disorder tendency in adolescence

- From the viewpoint of psychological meaning of anorexia and overeating -

Satomi Okuda and Yuko Okamoto

本研究では、一般青年における摂食障害傾向の広がりを受け、青年期の男女に対して摂食障害傾向のスクリーニング・テストを行い、青年における摂食障害傾向の実態について考察した上で、拒食と過食における心理的意味と摂食障害傾向との関連を、質問項目と SCT による調査によって検討した。調査は男女大学生 457 名を対象に行われた。その結果、摂食障害傾向が高いほど、拒食には「自己の向上」という意味が、過食には「現実の苦痛からの解放」という意味が多く与えられていることが示された。また、一般青年において、拒食や過食には、自尊心の獲得や不安への対処という意味が与えられている一方で、摂食障害傾向の高い一群では、それらの意味や目的とのつながりが意識されず、拒食や過食という行為そのものに巻き込まれた心理状態も体験されていることが示唆された。

キーワード：青年期，摂食障害傾向，拒食，過食，心理的意味

### 問題と目的

摂食障害は、拒食、過食とよばれる不適切な食行動を主症状とし、青年期の問題の一つとして、臨床心理学や精神医学、心身医学などの分野で広く注目されている。しかし近年、主症状である拒食と過食の問題は摂食障害の枠を超え、一般の青年においても極端なダイエットや過食、強い痩せ願望などがみられると指摘されている。筒井・中野・坪井・中島(1993)の女子大学生を対象にした調査では、全体の 10~20%で食事習慣の乱れや摂食障害の部分症状がみられ、多くの摂食障害予備群の存在が示された。また、摂食障害傾向は男子においても増加がみられるとの指摘もある(早野, 2002)。田中(2001)は、男女高校生に質問紙調査を行った結果、極端なダイエットを男子の約 20%、女子の約 50%が実行しており、その中には自発嘔吐を高頻度に行っているものが少なからず存在すること、さらに男子の約 2 割、女子の約 3 割が過食をしていることを明らかにした。高木(1999)はこの状況に対し、“医療場面に現れるのは適応に支障を来した例や、そのために精神的な苦痛が強い例がほとんどである。摂食障害の診断を満たさない例など、医療場面には現れない水面下の例はかなり多いはずであ

る”とし、拒食・過食の問題の裾野の広がり指摘した。拒食や過食の問題は青年期における一般的なテーマであり、疾患としての摂食障害だけでなく広い意味でこの問題を臨床的にどう理解するかということが、今日の重要な課題となっている。

青年期を対象とした拒食や過食に関する研究として、小澤・富家・宮野・小山・川上・坂野(2005)は、社会・文化的要因に焦点を当て、女子大学生のメディアからの被影響性や女性誌の購読習慣と、摂食障害傾向の関連を検討している。齊藤(2004)は、環境要因に焦点をあて、家族の中の食事に対するこだわりを摂食障害傾向の一要因であると指摘している。小林・松岡・栗田(1999)は、家庭環境、学校環境、社会環境の3要因に焦点をあて、女子高校生の間では、「痩せていること」が社会評価基準として浸透しており、家庭環境要因よりもそのような社会評価を希求することが、摂食障害傾向に影響を及ぼしやすいことを示している。吾妻・大野・稲富・田中・太田(2002)は、より個人的な要因に焦点を当て、摂食障害傾向が高いものは外見を重視し、人に気に入られるために行動する傾向、および痩せ願望が高いことを明らかにしている。また、摂食障害傾向における性役割や女性性受容に着目した研究も見られる(齊藤, 1999; 鈴木・伊藤, 2001)。以上のように、従来の研究では、主に一般青年の摂食障害傾向が、社会的・環境的要因、また、パーソナリティや性役割態度などの個人的特徴とどの程度関連しているのかに焦点が当てられてきた。その着眼点は様々であり、現在は、一般青年に見られる拒食や過食の問題は、様々な要因が複雑に絡み合って生じる問題であるという認識が一般的である。

また、拒食と過食をより臨床的に理解するためには、その要因の検討に留まらず、拒食と過食の心理的特徴について理解することが重要である。大学生を対象に、解離という観点から過食について検討した盛岡(2001)は、健常者の中でも、過食行動を行う者が存在することを示し、さらにそのような人々は“過食行動の中で『われを忘れ』『自分ではない自分』という自己感覚や現実感を喪失した状態のなかで、『日常の人格』からはかけ離れた『過食する人格』として衝動を解放し、不安から逃避している”と述べている。今後はさらに、一般群にみられる拒食や過食体験の心理的特徴についてより詳細に明らかにすることが求められる。

従来、摂食障害に関しても他の精神疾患と同様に、主に病理群事例に基づく論考から、生起メカニズムや症状について論じられてきた。摂食障害の臨床的研究は、Bruch(1978)や、下坂(1961)などによる精神力動的観点からの症例理解、Minuchin, Rosman, & Baker(1978)やParazzoli(1978)などによる家族システム論による症例理解、家族療法による治療アプローチが代表的である。また、近年では認知行動療法なども注目されている。

皆川(1993)は、摂食障害研究の先駆けとなった Bruch の観察を整理し、拒食の精神力動の問題を理解する重要な観点として自己不信の問題を取り上げた。皆川(1993)によれば、神経性無食欲症の中核には、Bruch の言葉でいう自己不確実感、無力感、無価値感、自己不信、否定的自己像、優柔不断、自己の過小評価などがあり、それらの言葉によって意味されるものを「自己不信」として一つにまとめている。拒食症状は、この自己不信を意識から除外する防衛的な策略として位置づけられる。

松木(1997)は、神経性無食欲症における痩せとは、病的自己と理想化された対象とが過剰な投影性同一視によって融合した自己愛状態であるとした。患者らは、実生活の中で体験せざるを得ない喪失や傷つきへの抑うつ感や悲哀感、罪悪感、後悔という重く苦痛な抑うつ不安に持ちこたえることがで

きない。そのため、病的な自己は、拒食と痩せに充足している自己愛状態の万能感によって、現実の壁にぶち当たり、抑うつ不安を感じたりする健康な自己を排斥することにより、あたかも抑うつ不安そのものが存在していないかのようにしてしまうという。以上をまとめると、拒食行動とは、自己愛的な内的対象関係に没頭することにより、現実的かつ健康的な自己を排斥し、自己の不確実感や自己への不信感などを防衛する試みであると位置づけることができる。

その一方、過食の精神力動は拒食ほどには注目されてこなかった。摂食障害における過食には、神経性過食症の主症状として現れるものと、神経性無食欲症の部分症状として現れるもの、さらにそれぞれに、嘔吐や下剤の乱用などの排出行動を伴うものがあるが、過食が神経性無食欲症の部分症状である場合、基本的には同じ疾患であるため、拒食と共通した心理を背景にもつと考えられている(野上, 1998)。野上・矢花(1991)は、摂食障害の過食、大食などと呼ばれる側面に対し「気晴らし食い」という呼称を与え、拒食との大きな違いは、その衝動性と自己統制のできなさにあるとしている。すなわち、気晴らし食いの背景にも、拒食と同様の痩せへの願望があり、気晴らし食いは拒食という自己制御あるいは競争における敗北として説明されている。前述の皆川(1993)は、過食と嘔吐についても、拒食と同様「自己不信」を意識から排除する方法であるが、過食は一度排除した自己不信感が意識へ再度侵入するのを防ぐ方法として行われていると述べている。また、松木(1997)は、健康な自己による多食によって、抑うつ不安が生じ、それを振り払うためにやけ食い、すなわち過食に陥ると説明している。以上をまとめると、過食の症状理解については様々な考え方があるが、基本的には、拒食の心理的特徴と共通しており、その力動は拒食との関連で説明されるべきであると考えられる。そのことを踏まえ、過食は、拒食と同様に、自己不信感、自己への不確実感を防衛する手段であり、その表現において自己破壊的な要素のある行動化であると位置づけられる。

従来、拒食、過食の発症にいたるまでに、どのような家族の問題、人格の問題が背景にあったのかについては様々な立場からの議論がなされ、仮説が示されてきた。しかしながら、特に健常群を対象にした研究において、拒食や過食という症状の背景には、どのような心理的特徴があるのかについては、いくつかの心理状態が単発的にとりあげられるに留まっている。さらに、健常群を対象にした場合、病理群研究で示される拒食や過食における心理的な特徴との相違点や一致点についても明らかにされる必要がある。しかし、一般青年における拒食や過食行動独自の心理的特徴について、詳細に検討した研究は少ない。

本研究では、拒食や過食の特徴を検討するにあたり、拒食と過食体験の心理的な意味に着目した。本研究における拒食や過食の「心理的意味」とは、一般青年が拒食や過食を行った場合、なぜそれを行ったのか、拒食や過食の体験を本人がどのように納得しようとしているのか、また、当事者にとって拒食や過食が生活、人生のなかでどのような位置をしめているのかということを目指す。拒食や過食は、行動自体のインパクトが強く、見るものに衝撃を与えやすい。そのため、拒食や過食というときには、どうしても「食べ吐き」や「極端な痩せ」など、表面的、身体的な部分に光があてられる傾向がある。しかし、拒食や過食の問題を臨床的観点から理解しようとする場合、行動的、客観的な次元で観察される拒食や過食が、本人の内的世界、つまり主観の次元ではどのような体験となっているのかを理解することが重要となる。拒食や過食といった行動に対して心理的意味を与えることは、その人自

身がその事象に対して主体的に納得しようと試みる内的世界での営みであると考えられる。本研究において拒食や過食の心理的意味を記述することは、対象者が拒食や過食をどのように体験し、受け止め、収めようとしたかということ、すなわち、拒食や過食における内的体験そのものを描き出すことにつながると考えられる。

また、拒食や過食といった行動は、一応適応的といえるレベルから病理的レベルまで、ある程度の幅と連続性を有していると考えられる。非臨床群の摂食障害傾向について検討するためには、拒食や過食の心理的意味を明らかにすると同時に、それが重症度によってどのように異なるか、また重症化に伴い変化しているのかというプロセスについても明らかにする必要がある。本研究では、拒食と過食を「ある」か「ない」かではなく、ある程度幅のある概念として捉え、行動の主体である本人により拒食もしくは過食と報告された食行動全般を研究の対象とする。

そこで本研究では、①青年期の男女に対して摂食障害傾向のスクリーニング・テストを行い、一般青年における摂食障害傾向の実態について考察する。②摂食障害傾向の高低と、拒食と過食における心理的意味との関連を検討する。③調査対象者を摂食障害傾向の重症度および状態像からいくつかのタイプに分類し、それぞれのタイプにおける拒食と過食の心理的意味について、文章完成法 (SCT) を用いて質的に検討する。以上の三点を目的とする。

## 方法

### 調査対象者

大学生 457 名(男性 143 名, 女性 314 名)であり, 平均年齢は 20.17 歳( $SD=1.01$ )であった。

### 手続き

以下の内容からなる質問紙調査を実施した。

①スクリーニング・テスト 23 項目: 拒食, 過食, 排出や嘔吐などの行動について全般的に把握するため, EAT(Eating Attitude Test 日本語版) (新里・玉井・藤井・吹野・中川・町元・徳永, 1986) 40 項目と, BITE(Bulimic Investigatory Test, Edinburgh 日本語版)(中井・濱垣・高木, 1998)の 36 項目をあわせた 76 項目を, 拒食, 過食, および嘔吐のエピソードに関するそれぞれの項目ごとに集め, 質問内容の重複する項目を削りながら, 最終的に 23 項目を選定し, 本研究におけるスクリーニング・テストを再構成した。23 項目中 20 項目は, 「1. まったく当てはまらない」から「4. かなりよく当てはまる」までの 4 件法で回答を求めた。また, 残り 3 項目は過食の頻度や排出のための手段, 月経の頻度などについて具体的に質問する項目であり, 当てはまる回答を一つ選択する方式で回答を求めた。

②拒食と過食の心理的意味に関する質問 23 項目: 摂食障害に関する事例研究, 文献などを概観し, 拒食と過食に対する意識, 感情, 意味づけなどに関する記述をまとめ, それらを参考に, 拒食に関する項目 10 項目, 過食に関する項目 13 項目, 計 23 項目の質問を作成した。4 件法で回答を求めた。

③拒食と過食に関する文章完成法 (SCT) 7 項目。以上の質問紙は大学の講義時間中に配布回収され, 有効回答率は 96.4%であった。

## 結果と考察

### スクリーニング・テストによる調査対象者の分類

スクリーニング・テスト 23 項目のうち、4 件法で回答を求めた 20 項目に対し、因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。初期固有値、解釈可能性を考慮し、最終的に 4 つの因子解を採用した。その上で、共通性、他の因子への負荷量などの結果を踏まえて 2 項目を除外した。その結果、18 項目 4 因子が抽出された。第一因子には、9「頭の中が食べ物のことだけでいっぱいである」、12「食べ物を中心に生活が回っているように思う」などの、食べることへ執着や衝動性、また 7「(食事としてではなく)大量の食べ物を短時間のうちに食べたことがある」、6「隠れて飲んだり食べたりする」などの過食行動経験に関する項目が含まれていたため、総合して「過食行動」因子と命名した。第二因子は、20「今の自分はとても太っているように思う」、18「自分の体に脂肪分がつきすぎているかとの考えが、頭から離れない」など、痩せたいという思いや、太っているのではないかという考えへの執着などが特徴的であり、「痩せ願望・肥満恐怖」因子とした。第三因子には、4「カロリーの高いものは食べないようにしている」、1「食事の量を厳しく制限している」などの項目が含まれる。よ

Table 1-1 スクリーニング・テストの因子分析表

	F1	F2	F3	F4	共通性	
<b>F1: 過食行動 (<math>\alpha = .741</math>)</b>						
9 頭の中が食べ物のことだけでいっぱいである	.787	-.104	.101	-.105	.556	
12 食べ物を中心に生活が回っているように思う	.768	-.065	.005	-.074	.511	
15 自分の食べる量がコントロールできないで困っている	.621	.252	-.074	-.019	.574	
14 どうしても食べたいという強い衝動を経験したことがある	.585	-.011	.011	-.068	.320	
7 (食事としてではなく)大量の食べ物を短時間のうちに食べたことがある	.554	-.010	-.191	.190	.325	
13 いつでも自分がやめようと思ったときに食べるのをやめられる	-.507	-.092	.098	.137	.256	
10 食事の前になると神経質になる	.503	-.138	.266	.098	.378	
6 隠れて食べたりのんだりする	.494	.036	.027	.195	.386	
5 人前ではちゃんと食事をするが、一人になると大量に食べてしまう	.487	.195	.002	.065	.425	
<b>F2: 痩せ願望・肥満恐怖 (<math>\alpha = .900</math>)</b>						
20 今の自分はとても太っているように思う	-.013	.873	-.100	.032	.680	
18 自分の体に脂肪分がつきすぎているかとの考えが、頭から離れない	.068	.808	.029	.021	.767	
19 今より痩せるということで頭がいっぱいである	.038	.794	.146	-.097	.764	
17 太ることがとても怖い	-.046	.749	.051	.049	.597	
<b>F3: 制限 (<math>\alpha = .743</math>)</b>						
4 カロリーの高いものは食べないようにしている	-.070	.112	.727	-.083	.546	
1 食事の量を厳しく制限している	-.079	.024	.700	.076	.510	
3 食事のカロリーをいつも計算している	.074	-.054	.665	.019	.456	
<b>F4: 排出 (<math>\alpha = .653</math>)</b>						
8 食後に自分で吐くことがある	-.056	-.024	-.057	.775	.540	
16 食後に吐きたい衝動にかられる	-.026	.075	.131	.612	.489	
	固有値	5.983	1.457	0.871	0.769	9.080
	累積寄与率 (%)	35.735	46.682	54.085	60.897	197.399

Table 1-2 スクリーニング・テストの因子相関

F	1	2	3	4
1	1.000	0.602	0.413	0.309
2	0.602	1.000	0.568	0.381
3	0.413	0.568	1.000	0.371
4	0.309	0.381	0.371	1.000

って、「制限」因子とした。第四因子は、8「食後に自分で吐くことがある」、16「食後に吐きたい衝動にかられる」の2項目が含まれており、「排出」因子と命名した。以上の結果を、Table 1-1、Table 1-2 に示した。スクリーニング・テスト 18 項目について、性差を検したところ、男性の平均値は 28.75( $SD=6.77$ )、女性の平均値は 36.67( $SD=8.78$ )であり、 $t=10.47$ 、 $p<.001$  で有意差がみられた。

次に、因子分析により抽出された 4 つの各因子に含まれる項目の得点を合計し、過食得点、痩せ願望・肥満恐怖得点、制限得点、排出得点を算出した。調査対象者の分類のため、それらの得点を平均値 0、標準偏差 1 に標準化し、Ward 法によるクラスター分析を行った結果、5 つのクラスターが抽出された (Figure 1)。

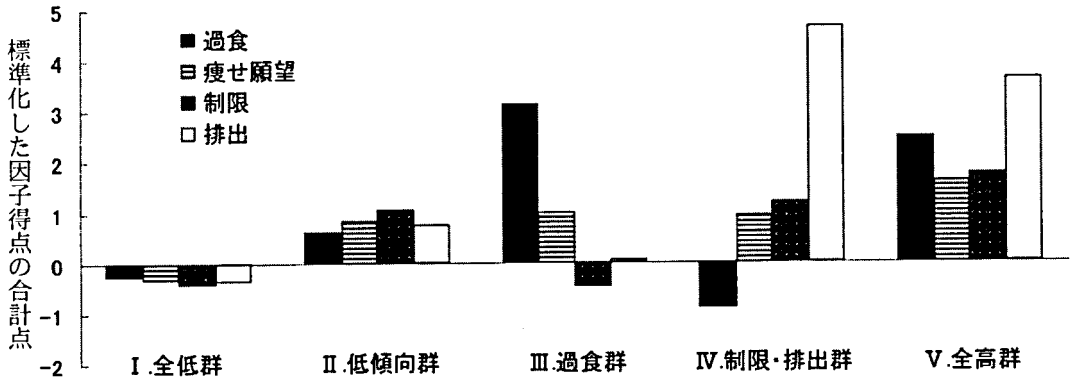


Figure 1 スクリーニング・テストによるクラスター分析

クラスター I ( $N=333$ ) は、すべての得点に関して低い傾向を示している。食行動の健康度が高い対象者群であると考えられる。「全低群」と命名した。クラスター II ( $N=113$ ) は、クラスター I に比べてどの得点もやや高い傾向を示し、問題となるほどではないが、やや食行動の健康度という点で全体的に低いものと考えられる。「低傾向群」と命名した。クラスター III ( $N=2$ ) は、食へのこだわり、衝動性が高く、行動面ではむちゃ食い行動が見られるが、食事制限や排出は行わないものと考えられる。よって「過食群」と命名した。クラスター IV ( $N=4$ ) は、痩せ願望、不適切な代償行動、食事制限などが見られる一方で、食への衝動性や過食行動に関する得点は低い。よって、「制限・排出群」と命名した。クラスター V ( $N=5$ ) は、すべての得点において高く、食へのこだわりや衝動性と、制限・痩せ願望が共存している。衝動的に食べる行動が行われていると考えられる一方で、厳しい食事制限をするというアンビバレントな面を有するという特徴が見受けられた。以上のことから、「全高群」と命名した。

「I. 全低群」には、調査対象者の 72.9% が含まれていた。「II. 低傾向群」の割合は、全体の 24.7% であった。それに対して、「III. 過食群」「IV. 制限・排出群」「V. 全高群」はいずれも対象者の数は少なく、これら 3 群の合計が対象者全体で占める割合は 2.4% であった。この結果より、一般大学生の大部分は精神病理性の高い「拒食」や「過食」のいずれとも縁が薄いと考えられる一方で、「III. 過食群」「IV. 制限・排出群」「V. 全高群」のように、摂食障害傾向が高く、予備群と考えられる一群の存在も示された。

### 摂食障害傾向と拒食と過食における心理的意味との関連の検討

拒食の心理的意味に関する項目、過食の心理的意味に関する項目それぞれについて、因子分析 (主

因子法、プロマックス回転)を行った。初期固有値, 解釈可能性を考慮し, 最終的に, 拒食, 過食それぞれに, 2つの因子解を採用し, 合計4因子が抽出された。

拒食の心理的意味の項目の第一因子には, 6「食べないで体重が減っていると満足する」, 1「食べないでいることで, 段々痩せていくのを実感することが誇らしく感じる」など, 食事を制限することにより, 自分自身に対する評価が良くなっていくという内容の項目が含まれたため, 「自尊心の向上」因子とした。次いで, 第二因子には, 4「食べることを我慢できることで自分は特別な存在になれる」, 3「食べることを我慢しているときは, 嫌なことが忘れられる」など, 食べることによって自分はこの世に存在できている, もしくは自分が存在するのは食べるためだというような内容が含まれる。よ

Table2-1 食行動の意味を問う質問項目の因子分析

拒食の心理的意味	F1	F2	共通性	
F1: 自尊心の向上感 ( $\alpha=.894$ )				
6 食べないで体重が減っていると, 満足する	1.004	-.168	.792	
1 食べないでいることで, 段々痩せていくのを実感することが誇らしく感じる	.815	.047	.722	
9 食べないで体重が減っていくことに, 達成感がある	.789	.061	.695	
2 食べるのを我慢できることが誇らしく, 自信につながる	.507	.319	.593	
F2: 存在意義の確認 ( $\alpha=.809$ )				
4 食べるのを我慢できることで, 自分は特別な存在になれる	-.065	.833	.619	
3 食べることを我慢しているときは, 嫌なことが忘れられる	-.084	.692	.402	
5 食べるのを我慢して痩せることが, 私の生きがいだ	.135	.660	.582	
7 食べないで体重を減らすということで, 私の生活は充実している	.347	.491	.608	
10 食事を制限することで, 自分自身をコントロールできていると思う	.305	.350	.371	
	固有値	4.812	.572	5.384
	累積寄与率 (%)	1.000	68.289	125.955
過食の心理的意味	F1	F2	共通性	
F1: 現実感の喪失 ( $\alpha=.880$ )				
15 むちゃ食いをしている時は心と体が別々になるという感じがする	.847	-.116	.604	
19 食べている最中は自分が自分でないような気がする	.783	-.024	.589	
16 むちゃ食いをしているとき, 食べているということがあまり意識されない	.775	-.018	.584	
17 食べている最中は無我夢中である	.711	.006	.511	
18 食べている最中はお腹がいっぱいでもそのことを感じない	.670	.108	.553	
14 むちゃ食いをしている最中は何も考えていない	.579	.140	.460	
21 食べることによって, 普段は言えない気持ちを言い表しているように思う	.424	.264	.393	
F2: 不安やストレスなどの回避 ( $\alpha=.859$ )				
13 食べることで現実の辛いことなどを紛らわせることができる	-.030	.864	.713	
12 食べることはストレス解消になる	-.092	.831	.601	
20 食べることは不安や緊張を和らげてくれる	.096	.699	.584	
11 食べることによって寂しい気持ちが慰められる	-.017	.660	.422	
22 むちゃ食いをする時は, 物事が上手くいってない時や, 不安, 寂しさ, 緊張感などがあるときである	.175	.605	.534	
	固有値	5.508	1.04	6.548
	累積寄与率 (%)	49.629	61.811	111.44

Table2-2 拒食行動の意味項目の因子相関

F	1	2
1	1.000	0.720
2	0.720	1.000

Table2-3 過食行動の意味項目の因子相関

F	1	2
1	1.000	0.643
2	0.643	1.000

って、「存在意義の確認」因子とした。

過食の心理的意味の項目の第一因子は、15「むちゃ食いをしている時は心と体が別々になるという感じがする」、19「食べてる最中は自分が自分でないような気がする」など、食中の統制のとれなさ、自失状態といった特徴があり、「現実感の喪失」因子と命名した。第二因子は、13「食べることで現実の辛いことなどを紛らわせることができる」、12「食べることはストレス解消になる」など、食べることにより心の中の負の感情がされていくという内容が特徴的であった。よってこれを「不安やストレスなどの回避」因子とした。Table 2-1, Table 2-2, Table 2-3 に以上の因子分析の結果を示した。

次に、以上の4因子に含まれる項目の得点を合計して、自尊心の向上感得点、存在意義の確認得点、現実感喪失得点、不安やストレスの回避得点をそれぞれ算出した。さらに、摂食障害傾向の高低と、拒食と過食の心理的意味の関連を検討するために、スクリーニング・テストにより得られた過食得点、痩せ願望・肥満恐怖得点、制限得点、排出得点それぞれの得点の上位と下位およそ10%にあたる調査対象者のデータを、高群と低群として分類し、拒食と過食の4つの意味づけ得点である、自尊心の向上感得点、存在意義の確認得点、現実感喪失得点、不安やストレスの回避得点に関してt検定を行った。結果、すべての群間で、すべての意味づけ得点の平均値の間に有意な差が認められた(Table 3)。

以上の結果より、青年期においては、健常群であっても、痩せ願望や肥満恐怖、食事制限や不適切な排出などの摂食障害傾向が高いものほど、心理的な側面では、痩せが、自分自身の価値を高め、自信や自尊心の獲得に繋がっていると意味づける傾向が高いことが示唆される。さらには、痩せにより、自分の存在意義が確認される、すなわち、痩せることによって生きている実感を得ていると感じる傾

Table 3 摂食障害傾向得点の高低における、拒食と過食の心理的意味得点のt検定結果

過食得点	高群		低群		t値	
	M	(SD)	M	(SD)		
拒食	自尊心の向上感	11.27	3.21	6.10	2.43	7.56 ***
	存在意義の確認	9.36	2.71	6.26	2.27	5.19 ***
過食	現実感の喪失	20.48	2.94	11.77	2.86	13.08 ***
	不安やストレスなどの回避	15.50	2.78	8.58	3.75	8.99 ***
痩せ願望・肥満恐怖得点	高群		低群		t値	
	M	(SD)	M	(SD)		
拒食	自尊心の向上感	12.10	2.77	4.41	1.46	16.41 ***
	存在意義の確認	10.47	3.01	5.63	1.64	9.33 ***
過食	現実感の喪失	22.00	2.13	9.62	2.10	18.63 ***
	不安やストレスなどの回避	15.40	2.95	8.97	3.98	8.36 ***
制限得点	高群		低群		t値	
	M	(SD)	M	(SD)		
拒食	自尊心の向上感	10.20	3.01	6.68	3.35	8.15 ***
	存在意義の確認	9.17	2.73	6.32	1.99	8.98 ***
過食	現実感の喪失	18.54	3.41	14.13	4.10	7.82 ***
	不安やストレスなどの回避	13.75	3.25	10.88	4.59	5.34 ***
排出得点	高群		低群		t値	
	M	(SD)	M	(SD)		
拒食	自尊心の向上感	10.39	3.04	8.12	3.24	5.85 ***
	存在意義の確認	9.48	2.62	7.27	2.49	7.16 ***
過食	現実感の喪失	19.62	3.12	15.59	3.57	9.28 ***
	不安やストレスなどの回避	13.68	3.59	12.34	3.91	2.91 **

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$



向が高かった。

一方、過食行動が頻繁、過度になるにつれて、その過食により、ストレスフルな現実や、不安を忘れられると感じ、ストレス解消を目的として食べるという行動をとりがちであることが示唆される。また、過食行動の得点が高い場合でも、拒食の意味づけ得点が有意に高く、同様に制限・排出の得点が高い場合でも、過食の意味づけ得点が高いことから、拒食と過食という一見相反する行動が、体験の主観的な部分、心理的な側面で密接に関わりがあり、切り離せないものであるということを示すものと考えられる。

これらの結果からは、摂食障害病理群の特徴である、自己不信感に通じる心性が、一般青年においても、摂食障害傾向の高まりによって徐々に強くなっており、そのため自尊心を獲得し、自己の不確実感を埋め合わせる対処方法として、拒食が選択されている傾向が高いことが推察される。また、過食の心理的意味においても拒食の心性と密接な関わりが見られ、これらの二つの行動が、一般青年においても共通する心性に基づいたものである可能性が示唆される。

### 文章完成法 (SCT) による、各クラスターの拒食と過食における心理的意味の検討

全対象者のうち、450名からSCTの回答を得た。SCTの反応内容を総合して、各クラスターの拒食や過食の心理的意味について分析した。SCT7項目に対する反応の内容は、それぞれ、Table 4に示したような視点・基準に従い分析した。分類は、筆者を含む3名の評定者で行い、評定一致率は90.2%であった。Table 4の右欄に、各タイプに該当する反応数およびその割合(%)を示した。

Table 4に示された結果では、クラスターⅢ～Ⅴに所属する対象者が少ないので、その反応数の割合は参考程度にとどめておく必要がある。また、分類に際しては、その言葉の持つ意味については考慮せず、SCTに記述された反応そのものに基づいて分類を行った。そのため、その言葉の持つ意味は、必ずしも各個人、各クラスター間において一致していないと考えられる。例えば、項目3において、Middle levelに分類される、「集中している」「特に何も感じない」などの反応が各クラスターに渡って広く見られる。この反応は、クラスターⅠの場合、漫画や本を読んだりせずに、食べ物を楽しむ、食事をきちんととろうと心がけているという意味であると考えられる。しかし、クラスターⅤの場合、「集中」「何も感じない」という言葉は、現実との解離感を伴うような、食への没頭、意識の喪失状態を表すものと考えられる。また、項目4においても、Middle levelに分類される「後悔する」という反応がクラスターⅠ、Ⅱだけでなく、Ⅳにも現れている。クラスターⅣは、痩せ願望が高く、行動的には制限・排出型である。単に「後悔する」との表現であっても、その後悔の度合いはLow levelに匹敵する深い後悔と自責の念であり、クラスターⅠやⅡの対象者の同様の反応よりも、そこに内包される意味が、より重たいものと推察される。さらに、クラスターⅤの対象者が、High levelに分類される「特に気にしない」という反応を示しているが、これは、クラスターⅠやⅡの場合とは異なり、食べてしまったという耐えがたい現実から逃れるために、葛藤を排除している可能性も示唆される。以上のように、同じレベルに分類した反応においても、クラスターごとにその言葉のもつ意味が異なる反応も多々存在するものと考えられる。Table 5には、各クラスターのSCT各項目に対する反応内容の特徴をまとめた。

Table 4 SCT反応内容の分類の視点・基準および評定結果

項目		概要	反応例	クラスター					
				I	II	III	IV	V	
私が空腹時 なる外には 何か食べた く	High level	そういう経験がなかったり、美味しそうなのに刺激されたりと、外的な要因が大きな比重を占める。	H	・特にそういう経験がない ・美味しそうなものを見たら食べたくなる	143 (43.9)	41 (36.3)	1 (50.0)	3 (75.0)	0 (0.0)
			M	・暇ですることがないから ・疲れたから	122 (37.4)	28 (24.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
	Low level	イライラや不満、不安、怒りなど、心の中に負の感情があるときに、現実逃避の手段として食べる。	L	・怒りやイライラした気持ちがおさまらないので、代わりに食べる ・くよくよした気持ちを一扫したい	61 (18.7)	44 (38.9)	1 (50.0)	1 (25.0)	5 (100.0)
食べるのを我慢 している時は	High level	そういう経験があまりないか、状況がゆるさくない、健康上必要など、客観的に納得しやすい理由がある。体験時はお腹が空いて不快である。	H	・お金がないから食べないだけ ・我慢するといらいらすし、空腹が辛い	259 (79.9)	40 (35.4)	0 (0.0)	1 (25.0)	0 (0.0)
			M	・結果としてダイエットになってる	62 (19.2)	67 (59.3)	1 (50.0)	2 (50.0)	1 (20.0)
	Low level	自己実現につながる、自制できている感じがあるなど、我慢により、満足感や幸福感を得る。食べることへの嫌悪感が、我慢の苦しさより強い。	L	・あまり食べたいとも思わない ・我慢している自分に満足する ・健康的で自由、清らかな気分になる	3 (0.9)	6 (5.3)	1 (50.0)	1 (25.0)	4 (80.0)
何かを食べている間は	High level	幸せである、ほっとするなど気持ちの変化を得る。食べ物の味や食事中会話を楽しむことができ、食べることを肯定的に捉える。	H	・幸せで楽しい気分 ・美味しく味わっている	224 (69.3)	83 (74.1)	1 (50.0)	3 (75.0)	0 (0.0)
			M	・特に何も感じてないし、集中してる ・何か他の事をしていることが多い	98 (30.4)	26 (23.2)	1 (50.0)	1 (25.0)	1 (20.0)
	Low level	食えることが苦痛であり、体が勝手に動くなど、衝動性や心と体の解離した感覚を体験する。食事に集中することで辛い現実を忘れる。	L	・沢山食べるのが義務であるかのように体が動く ・何も思わず、ただ口だけが動く	1 (0.3)	3 (2.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (80.0)
我慢できず食 べてしまっ たあと	High level	そのときは気になっても、特にくよくよせず、すぐに諦めたり、忘れたりできるほどこだわりがない。満腹であることが幸せと感じる。	H	・特に気にしない ・お腹が空いていたのだから、満足	149 (45.7)	12 (10.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (20.0)
			M	・後悔する ・次こそは気をつけよう、何とかして消費しよう	175 (53.7)	84 (74.3)	1 (50.0)	3 (75.0)	1 (20.0)
	Low level	激しい後悔が持続し、自責感がある。嘔吐や下剤の使用など、不適切な排出行動への衝動が生じる。	L	・自分がとても愚かな人間であるかのように感じる ・後悔して吐きたくなる	2 (0.6)	17 (15.0)	1 (50.0)	1 (25.0)	3 (60.0)

Table 4 (続き)

項目		概要	反応例	クラスター					
				I	II	III	IV	V	
私にとって食事制限することは	High level	健康維持のためには意味があると認識する。健康ならば特に必要がないこととされる。	H	・あくまでも健康のため、体づくりのためにやること。 ・バランスの取れた食事を意味している	194 (59.5)	28 (25.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
			M	・単なる苦痛に過ぎない ・やってみたいと思うが苦しい、無理	116 (35.6)	59 (52.7)	2 (100.0)	2 (50.0)	2 (40.0)
	Low level	強迫的に遂行され、義務感なども生じる。また、食事制限自体を楽しみ、生きがい、現実逃避の手段と認識する。	L	・自分をコントロールすることであり、痩せる感覚があって楽しい ・過食の自己嫌悪から抜け出せる	16 (4.9)	25 (22.3)	0 (0.0)	2 (50.0)	3 (60.0)
私にとって「食べる」ということは	High level	生存の手段や習慣としてだけでなく、食べることに喜びや楽しみ、あるいはコミュニケーションツールなどの意義を見出す。基本的に食べることを楽しんでいる。	H	・生きることであり、大切なこと、また、喜びでもある ・身体的にも精神的にも満たされる	164 (50.8)	60 (53.6)	1 (50.0)	1 (25.0)	0 (0.0)
			M	・生活の一部 ・栄養を取るということ、あるいは空腹を満たすこと	146 (45.2)	43 (38.4)	1 (50.0)	2 (50.0)	1 (20.0)
	Low level	必要を感じていない、もしくはストレスや葛藤解消の手段としての意味。あるいは食べることが太ることに直結しており、それ以上の意味が見出せない。	L	・必要ないし、食べたくない ・ストレス解消の手段	13 (4.0)	9 (8.0)	0 (0.0)	1 (25.0)	4 (80.0)
私の食生活は	High level	適度に充実しており、栄養のバランスを整えたり、規則的に食事をとる余裕がある。	H	・充実していて、健康的である ・楽しい、好きなこと	116 (35.7)	37 (33.0)	0 (0.0)	1 (25.0)	1 (20.0)
			M	・若干乱れている ・規則的だったり、不規則だったりする	204 (62.8)	71 (63.4)	2 (100.0)	2 (50.0)	0 (0.0)
	Low level	食生活そのものが自分に苦痛や嫌悪感を与える。もしくは、食事の乱れが強気にかかり、許容し難いと感じる。	L	・人と同じでなければならないことが苦痛 ・やって食べてストレスを発散するが、食後は自己嫌悪	5 (1.5)	4 (3.6)	0 (0.0)	1 (25.0)	4 (80.0)

H : High level, M : Middle level, L : Low level

( )の数値は%を示す

Table 4, Table 5 に見られるように、その反応内容には各クラスターで著しい相違が認められた。クラスター I (全低群) の特徴は、食べる前は、必ず空腹感を感じていたり、もしくは匂いや視覚に訴えるような刺激の存在がある場合が多い。また、食べるのを我慢するのは、授業中、アルバイト中などの現実的に食べられない状況で、強いられた我慢である。我慢すると、お腹が空いてイライラしてしまうため、食事制限は経験がないか、やっても続かない、健康維持のために必要ならばやるといふ捉え方であると推察される。また、実際にものを食べる間は多幸感、満たされた気分、幸せで美味であるという気持ちを多く感じており、食べることを楽しんでいる様子が伺える。我慢できずに食べてしまった状況では、後悔も感じているものの、「しょうがない」と開き直ったり、体を動かしてみたり、次の食事は気をつけようと、あまり後悔に悩まされすぎずに、事実を受け入れている様子が推察される。クラスター I では、食べることに對しては、生きるために必要なことという意味のほか

Table 5 クラスター別にみた SCT 反応の特徴

「私が空腹時以外に何か食べたくなるのは」	「食べるのを我慢している時は」	「何かを食べている間は」	「我慢できずに食べてしまったあとは」	「私にとって食事制限することは」	「私にとって『食べる』ということは」	「私の食生活は」
「美味しそうなものを見たとき」「好物やデザートなどを見たとき」など、視覚や聴覚に訴えるような刺激にさらされている場合が多いためと意識も見られた。	「お金がない」「時間がない」「授業中である」など、我慢せざるを得ない状況の場合が多く報告され、基本的に自ら節制をすることができない様子が見られる間は「イライラする」「お腹が空いて辛い」など、節制に対するイメージは良くないのが特徴的である。	「幸せで美味しい」「満たされる」「落ち着く」など、食べることで素直な幸福感を感じているのが特徴的。また、「特に何も感じない」「一心不乱である」のような反応も見られた。	「後悔する」「罪悪感がある」という反応と、対照的に「特に後悔しない」「なんとも思わない」という反応の両方が多く見られた。「後悔するがすっきりする」「後悔するが開き直す」など、後悔が長続きせずあっさりしている。	「苦痛で苦しいもの」「やりたくないもの」「無意味」「必要がない」など、食事制限に対しての否定的な反応が多く見られた。また、「そのような経験がない」との反応も多くみられ、食事制限に意義を感じないが故に行われないことが推察される。また「健康のために健康のためにすること」との反応が多く見られた。	「生きるために必要なこと」「生活の一部」というような生命体としての意義を述べた反応が多く、ついで「楽しみ」「幸せ」など、食べることを娯楽とみなす反応が見られた。上記の二つでほとんど占められており、元来生きるために必要なことが同時にそれが楽しみにもなりうるものと推察できる。	「偏っている」「不規則である」が最も多く、「規則正しい」「バランスが取れている」という反応、「普通」「まあまあ」と見られた。栄養のバランスについての反応がほとんどであった。

クラスターⅠ：全低群

「ストレスが溜まった時」「イライラする時」など、生活のなかで起こってくる不快な感情を解消しようとするためとの反応が最も多く、「美味しい」「自分を褒めた」という反応が次いで見られた。クラスターⅠと反応内容的にはほぼ同じだが、負の感情への対処という意味のほうが多くみられ、逆転している。	「痩せたい」と「太ったとき」など、動機付けがはっきりしているという反応が最も多く見られた。また「自分を褒めた」という反応が次いで見られた。食事制限による自己高揚感と思われる反応が見られた。	「楽しい」「幸せ」「満足している」などの反応が最も多くほとんどを占めた。次いで「特に何も考えてない」「無心」などの反応がみられ、クラスターⅠとほぼ同じ特徴を有していると考えられる。	「後悔する」「罪悪感がある」という反応が最も多かったが、クラスターⅠと同様に、「後悔するが満足する」「開き直す」など後悔の長続きしない様子が見られた。一方、少数ではあるが、「悲壮感がある」「自分を責める」「吐きなくなった」など、後悔が非常に強いことを示唆する反応も見られた。	「苦痛で辛い」「厳しいこと」など、制限に対する過酷であるというイメージが示される一方で、「自分をコントロールすること」であり、楽しく立派なこと」「自己実現」など、肯定的な反応が次いで見られたのが特徴的である。また、「しなければならぬこと」「義務」との反応も少数見られた。	「生きるために必要なこと」や、「娯楽であり幸せ」という反応が多く見られ、クラスターⅠと一致する部分が多いが、一方で少数ではあるが、「時に楽しいけれど、時に苦痛」というようなアンビバレントな感情が報告されている。	クラスターⅠと同様に、「乱れている」が最も多く、次いで「きちんとしている」、「普通である」との反応が見られた。
---	--	--	---	---	---	---

クラスターⅡ：低傾向群

Table 5 (続き)

「私が空腹時以外に何か食べたくなるのは」	「食べるのを我慢している時」	「何かを食べている間」	「我慢できずに食べてしまったあとは」	「私にとって食事制限することは」	「私にとって『食べる』ということ」	「私の食生活」
<p>「食べ物が高く、美味しそうなお菓子を見つけた。暇だったという反応と、「いいことな」との反応が見られた。</p>	<p>「気分がすっきりしている」という反応と、照的に「いらして悲しくなり、最終的に不安になる」という、節制に対する感情が正反両方に分かれた。</p>	<p>「幸せ」という反応が前提にあるが、それだけではとどまらず、「止まらない」「気分が悪くなる」とい</p>	<p>「後悔する」という前提があり、後の感情として、「どうしてあんなに食べたのだろうとイライラする」という後悔が強く持続するという内容と、「聞き直る」という比較的あっさりとした反応に分かれた。</p>	<p>「エネルギーが要ることで、辛いこと」という反応と、「食べない」と不安になるので少しだけ制限している」という反応が見られ、制限に困難を感じていることが推察される。</p>	<p>「生きがい」という非常に重い位置づけと、照的に「暇つぶし・生存のため」という反応に分かれた。</p>	<p>「食べ過ぎ」「悪い」など、自身の食生活に対する否定的な評価が特徴的である。</p>
<p><b>クラスターⅢ：過食群</b></p>						
<p>「美味しそうなものを見た」という反応が多く見られた。また、「タバコをやめようとしたとき」という、何らかのストレスの存在を示唆する反応も見られた。</p>	<p>半数が「太っているから」という反応であった。また、「特に」を我慢すること意識していない反応も見られた。</p>	<p>「幸せを感じる」「美味しいと思う」など、食べるという行為は快感をもたらすものとする反応が多く見られた。</p>	<p>「後悔する」「気持ち悪くなる」など、否定的な感情が見られた。また、「苦しい」という制限による辛さを乗り越えない」という反</p>	<p>「苦痛である」「辛い」と反応も多く見られた。一方で、「きつい」という制限による辛さを乗り越えない」という反</p>	<p>「生きるために必要なもの」というこの反応に関するバランスが多くなる。また、「割とよい」「偏っている」など、このバランスに関する反応が多くなる。さらに「満足を与える」一方、必要なしで食べたいという反</p>	<p>「割とよい」「偏っている」など、このバランスに関する反応が多くなる。また、「最悪である、吐きそうだな」など、非常に否定的な評価をしようとするものと見受けられる反応も見られた。</p>
<p><b>クラスターⅣ：制限・排出群</b></p>						
<p>「イライラしていると口に入れたくなる」「心の寂しさ、きつきからの逃避」など、不安やイライラなどを抱えきれない時に、対処法としての位置づけが特徴的である。</p>	<p>「我慢できている」と心地よい、自己嫌悪から解放されるなど、自己実現できている意識がある一方で、「反動が強い」という、強い我慢への恐れが現れた。</p>	<p>「訳がわからず、お腹が空いたくなく」「人に会うのも重計に乗る」「無心」も体重的な後悔と太ることに對する恐れが見られた。一方、「仕方ない」とい</p>	<p>「後悔して外に出たくな」「人に会うのも重計に乗る」「無心」も体重的な後悔と太ることに對する恐れが見られた。一方、「仕方ない」とい</p>	<p>「難しい」「苦痛」という制限の困難さに関する反応も多く見られたが、一方で、「調子の良い時のバロメータ」「過食の自己嫌悪から逃れるため」などの独特の意味や「しなればならないこと」など義務感の存在も示唆された。</p>	<p>「ストレス・イライラ発散ないけど誰にもいえない」「客観的にみてケン」など、食に対する強い否定的感情の存在が示唆された。一方、このような生活における比重「楽しむ」という反応が1名見られた。</p>	<p>「自己嫌悪」「酷いけど誰にもいえない」「客観的にみてケン」など、食に対する強い否定的感情の存在が示唆された。一方、このような生活における比重「楽しむ」という反応が1名見られた。</p>
<p><b>クラスターⅤ：全高群</b></p>						

に、「楽しみ」であり、「幸せである」というとらえ方が特徴的であり、概して肯定的であると考えられる。

クラスターⅡ（低傾向群）では、Ⅰに比較して、空腹ではなくても、ストレス、イライラなど負の感情が湧いた時に、何か口にしたくなる、もしくは、暇つぶし、身体的な疲れに対処するために食べようとするという反応が多くみられた。食べるのを我慢する背景には、「痩せたい」、「太った」というような体型を変化させたいという願望がみうけられ、食事制限はその願望をかなえる一種の手段として位置づけられていると考えられる。それゆえに、食事制限は「厳しい」「苦痛で辛い」ことではあるが、痩せとは自己実現という意味を持つので、さらにその行動が維持される可能性も示唆される。また、食べている間は、クラスターⅠと同様に、食べることを楽しんでおり、幸せで満足であるという反応が多い。我慢していても食べてしまった場合は、後悔し、次こそは何とかしよう、体を動かそうとする反応が多く見られ、クラスターⅠよりも後悔のレベルは深いことが推察される。食べることそのものに関しては、「生きるために必要なこと」であり、「娯楽であり幸せ」という反応が多く見られる一方で、「時に楽しく、時に苦痛」と言うような、楽しいだけではない複雑な感情状態も語られており、クラスターⅠよりも、食べるという行為の否定的な側面に目が向きつつあるものと考えられる。

クラスターⅢ（過食群）では、「いいことがなかったので」食べるというような、イライラ、不安などの負の感情への対処として食べるという反応がみられた。もしくは美味しそうなものが目の前にあると、つい手がのびると言うような、食べる動機があまり意識されていない様子も推察される。食べるのを我慢できるのは、「生活のリズムが整い、気分がすっきりしているときは我慢できるように感じる」というような、現在の状況が安定していると自覚できている時であり、裏返せば、安定していない場合はどうしても過食に走りがちであるという状況が示唆される。また、「我慢していると、イライラするが、途中から不安になり、段々悲しくなる。そのうちどうでもよくなり、しばらくしたらまた不安になる」という反応に見られるように、クラスターⅢでは、過食によって不安に対処しているという意味があると考えられる。過食群のクラスターⅢの場合、過食を我慢することは、心にある不安や不確実感を掻き立てられ、大変な苦痛な体験になる可能性があると考えられる。一方、食べている間は、「幸せになれる」が、「その間止まらない感じ」という反応に見られるように、食べることそのものは現実的な苦しみを忘れ去られる「幸せ」な行為であるが、それは、過食に対する押さえがたい衝動性や、自己統制のとれなさや表裏一体であると考えられる。食べ終わったあとは、後悔して開き直れる場合もあるが、一方では、ひたすら後悔し、何故食べてしまったのかを反復するという堂々巡りの状態に陥っている心理状態が推察される。また、食べることに対しては、「生きがい」という、重要なものとして認識されている一方、「暇つぶし、生存のため」という、やや行動と距離をおく反応も見られた。クラスターⅢの対象者は、食べることに対して、クラスターⅠ、Ⅱのように「楽しく味わう」ことを実感している反応がみられない。食べることは、生物として自己が存在するための一つの義務であると、一般的かつ情緒的要素の少ない意味を付与することで、食べることにまつわる葛藤を意識から排斥している可能性も推察される。また、心理的に生きがいとして認識されていることから、過食が人生や生活において中心的な意味を強くもつことが示唆された。

クラスターⅣ（制限・排出群）は、食べる前の感情として、口寂しい場合に、美味しそうなものを見た場合、それが刺激になっている様子が示唆された。食事制限は、自分の体型が「太っていると感じる」場合、また「太りそうなものを食べた」場合であり、体型に対するこだわりや、「人と会うとき」のような、対人的な評価や目線に対する敏感さが推察される。食事制限は「苦痛である」という反応も見られるが、「きついが嬉しい」「苦ではなくむしろ食べたくない」のように、辛さやきつさよりも、それによって得られるものの価値の方を高く認識した反応も見られた。以上のように、食事制限の価値が高く認識されているため、その反面、食べることに強い嫌悪感につながるものと考えられる。食べている最中の感情は、「幸せ」「美味しい」という一方で、太ることに対する恐怖から、「よく噛む」などのこだわりの強さが伺える。食事制限の我慢ができなかった場合は、強い後悔の念や、「気持ち悪くなる」という不快感のような、否定的感情が生じており、この否定的感情を払拭するという意味で、不適切な排出行動がとられるものと考えられる。食べることにに対しては「生きるために必要なこと」という反応が多く、クラスターⅢと同様、生存のために必要なものとして割り切るかのような、食べるという行為から距離をとる認識の方法をとることで、食にまつわる葛藤を排除しようとしている可能性が推察される。また、食べることは、「満足を与える」一方で、「できれば食べたくない」「最悪であり吐きそう」など、感情的には耐えがたい苦痛であるという率直な心情が体験されていることも示唆される。

クラスターⅤ（全高群）の特徴は、食べる前は、「しなければならないことがあるが手に付かない」などの、イライラや不安が体験されており、その不安や辛さから逃れるために、食べるという行為が選択されているものと考えられる。また、このように、ストレス発散などの意味を持たせている一方で、その効果は刹那的で、満たされたという感覚があまり体験されていない様子も推察される。食事制限をすると、その間は心地よく、過食してしまったことに対する自己嫌悪や、後悔から解放されている。また、「自分を褒めたくなる」などの、自己高揚感も見受けられる。しかし、その反面、反動でさらに食べてしまうのではないかという不安の存在が示唆され、過食の衝動性や、自己統制の難しさが強く体験されていることが推察される。食べている最中は、「何も考えずにいられる」、「訳がわからない」、「食べるのが義務のように体が動く」のように、心と体が解離し、まったく統制の取れない状況に陥っており、過食は日常とは別次元での体験として、現実とは切り離されているものと考えられる。また、過食によって現実から一時的に退却することによって、葛藤や不安から一時的に解放されるという意味があるものと考えられる。食べ終わった後は、「後悔」「ショック」と深い自責感にとらわれている。また、「外に出たり、人にあったりするのが恐くなる」のように、食べたことが太ってしまうのではないかという恐怖に直結しており、さらには、他人の視線に対して敏感な様子が示唆された。食べることそのものに対しては、「ストレス発散」など、現実の辛さや不安から逃れるための手段としているということが認識された反応がある一方で、「義務」や「自分」など、食べることがその人にとって非常に大きな位置を占め、もはや過食は不安への対処などではなく、その人の生活や人生が、過食に巻き込まれていることを示す反応も見られた。

これら5つクラスターの反応を総合すると、拒食傾向が重くなっていくにつれて、食べるという行為に対する感情が否定的なものとなり、それがさらに強まると、「義務」という反応に代表されるよ

うに、もはや食べることに對する感情を呼び覚ますことを抑圧して、心理的な距離をとることで、食べることにまつわる葛藤を排斥している傾向があることが示唆される。そのなかでは、通常の食事も、楽しみなどの情緒的な要素が極力取り除かれ、ただ、こなさなければならないという義務感によって行われているものと考えられる。また、過食傾向が高まると、食べている間の現実との解離感が非常に強くなる。食べるのが当初は「ストレス発散」程度の「解放」であったものが、完全に日常生活から解放された「解放」として機能するようになるものと考えられる。

一般青年における、食事制限や過食に対する意味づけは、それぞれの傾向が高くなるにつれ、制限が「自己の向上」であり、過食が「現実の苦痛からの解放」であるとの意味が強くなっていった。これは、質問項目の結果と一致するものである。しかし、同時に、「しなければならないこと」「訳がわからない」など、義務感や統制の取れなさなどが報告されており、「自己の向上」「現実の苦痛からの解放」という、不安や自己不全感への対処という意識的な意味づけによっておこなわれていたはずの行為から、徐々に当初の目的とのつながりが意識されなくなり、行為そのものに飲み込まれる傾向があることが示唆された。

今後は、これら一般青年の拒食や過食に対する心理的な特徴を、面接などによってより詳細に検討し、病理群との一致点や相違点などをさらに明確にしていくことが求められる。

## 引用文献

- 吾妻ゆみ・大野弘之・稲富宏之・田中悟郎・太田保之 (2002). 女子大学生における食行動の実態とその社会心理的要因について 精神医学, 44, 521 - 527.
- Bruch, H. (1978). *The golden gage : the enigma of anorexia nervosa*. Cambridge : Harvard University Press.
- (ブルック, H. 岡部祥平・溝口純二 (訳) (1979). 思春期やせ症の謎 - ゴールデンケージ 星和書店)
- 早野洋美 (2002). 男子大学生の摂食障害傾向に関する心理学的研究 心理臨床学研究, 20, 44-51.
- 久松由華・坪井康次・筒井末春・篠田知璋 (2000). 一般女子大学生に対する摂食障害の一次スクリーニング法についての検討 心身医学, 40, 326-331.
- 小林由美子・松岡恵子・栗田広 (1999). 女子高校生における摂食障害傾向と環境要因との関連 精神医学, 41, 821-829.
- 松木邦裕 (1997). 摂食障害の治療技法—対象関係論からのアプローチ 金剛出版.
- 皆川邦直 (1993). 神経性無食欲症患者の自己不信 精神科治療学, 8, 407-416.
- Minuchin, S., Rosman, B., & Baker, L. (1978). *Psychosomatic families : Anorexia Nervosa in Context*. Cambridge : Harvard University Press.
- 盛岡多佳 (2001). 過食行動の最中に体験される意識の変容に関する研究 心理臨床学研究, 19, 160-170.
- 中井義勝・濱垣誠司・高木隆郎 (1998). 大食症質問表 Bulimic Inventory Test, Edinburgh(BITE)



- の有用性と神経性大食症の実態調査 精神医学, 40, 711-716.
- 野上芳美・矢花芙美子 (1991). 気晴らし食い (Binge Eating) について 下坂幸三 (編) 過食の病理と治療 金剛出版 pp.13-32.
- 野上芳美 (1998). 摂食障害とは何か—最近の傾向をどうとらえるか 野上芳美 (編) こころの科学セレクション—摂食障害 日本評論社 pp.1-13.
- Parazzoli, M. S. (1978). *Self-Starvation*. New York: Aronson.
- 小澤夏紀・富家直明・宮野秀市・小山徹平・川上祐佳里・坂野雄二 (2005). 女性誌への曝露が食行動異常に及ぼす影響 心身医学, 45, 522-529.
- 齊藤千鶴 (1999). 青年期女子のやせ希求行動—性役割同一性との関連 白百合女子大学発達臨床センター紀要, 3, 24-34
- 齊藤千鶴 (2004). 摂食障害傾向における個人的・社会文化的影響の検討 パーソナリティ研究, 13, 79-90.
- 下坂幸三 (1961). 青春期やせ症(神経性無食欲症)の精神医学的研究 精神神経学雑誌, 63, 1041-1049.
- 新里里春・玉井一・藤井真一・吹野治・中川哲也・町元あつこ・徳永鉄哉 (1986). 邦訳版食行動調査表の開発およびその妥当性・信頼性の研究 心身医学, 26, 398-407.
- 鈴木幹子・伊藤裕子 (2001). 女子青年における女性性受容と摂食障害傾向—自尊感情, 身体満足度, 異性意識を媒介として 青年心理学研究, 13, 31-46.
- 高木州一郎 (1999). 食の精神医学 精神医学レビュー, 32, 5-17.
- 田中有可里 (2001). 高校生における食行動異常と痩せ願望 カウンセリング研究, 34, 300-310.
- 筒井末春・中野弘一・坪井康次・中島弘子 (1993). 大学生の食習慣及び食行動異常に関する検討 厚生省特定疾患神経性食欲不振症調査研究班平成4年度報告書, 75-79.

#### 付記

本研究は広島大学大学院教育学研究科の倫理審査委員会の審査を受け、承認された。本調査のデータ分析にあたりご協力いただいた、宗田直子さん、兼田祐美さん、また、早く調査にご協力いただきました皆様に心より感謝申し上げます。