

女子大学生における痩せ願望と自己評価 および自己受容の関連

田崎 慎治

(2007年10月4日受理)

The Relationship among Drive for Thinness, Self Evaluation and Self Acceptance
on Undergraduate Females

Shinji Tazaki

Abstract. The purpose of this study was to assess the domain of self-esteem, that are Body Esteem, Mental Esteem and Self Acceptance, and to investigate the relationships among these variables and drive for thinness and eating behaviors on normal undergraduate females. Two hundred and five women's college students were participated in this study. They were asked to complete Body Esteem Scale and Mental Esteem Scale (originally developed in this study), Japanese version of Rosenberg's Self Esteem Scale, Contour Drawing Rating Scale, Body Shape Questionnaire, Dutch Eating Behavior Questionnaire, Life Orientation Test, and Self Acceptance Scale. Results from Structural Equation Modeling (SEM) indicated that body esteem influenced to drive for thinness. For mental esteem, there were no significant relationships such as body esteem. Moreover, body esteem and two factors of mental esteem were correspondent to the three factors of self acceptance (inner face, appearance and social self acceptance) respectively. One of the suggestions was that the acceptance and higher estimation of one's body shape were important to allay drive for thinness and prevent eating disorders on normal females.

Key words: drive for thinness, eating behavior, body image, self evaluation, self acceptance
キーワード：痩せ願望, 食行動, ボディ・イメージ, 自己評価, 自己受容

1. はじめに

近年、青年期女子を中心に、神経性食欲不振症 (Anorexia Nervosa: AN)、神経性大食症 (Bulimia Nervosa: BN) といった摂食障害の数が増加している。また、摂食障害とはいえないがダイエットの目的のために食事を抜くなどの不適切な食行動を行う、いわゆる摂食障害予備群の数も増加している。

本論文は、課程博士候補論文を構成する論文の一部として、以下の審査委員により審査を受けた。

審査委員：森 敏昭 (主任指導教員)、井川佳子、
前田健一

このような食の問題を引き起こす重大な要因として、痩せ願望があるといわれている。馬場・菅原(2000)では、痩せ願望を“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、エステなど様々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。DSM-IV-TR (American Psychiatric Association, 2000; 高橋・大野・染矢訳, 2003)では、ANの診断基準として自分の体重の増加や肥満に対する強い恐怖や、自分の体重や体型の感じ方に障害があり、これらが自己評価に過剰に影響を及ぼすことを挙げている。同様に、BNにおいても自分の体重や体型が自己評価に過剰に影響を及ぼすことが診断基準の一つとなっている。

痩せ願望は、社会・文化的な価値観や基準を反映している。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、それにもなると、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)。痩せているということは、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)。このような美しさの社会・文化的基準から影響を受け、特に青年期の女性は自己の体型に対してネガティブな主観的評価を下すようになり、その結果として痩せ願望が強くなっていくのである。

ところで、これまでの痩せ願望に関する研究の多くはボディ・イメージ研究の枠組みの中で行われてきた。ボディ・イメージは個人が持つ自己の身体に対する認知であり、その形成には親や親友など他者の評価や個人のパーソナリティ特性、その個人が所属する社会や文化の枠組みが影響しているものとされている (齊藤・溝上, 1994)。また、自己の客観的な身体像とボディ・イメージには通常、ズレが生じており、このズレが大きい場合、ボディ・イメージに歪みがあるという (今田, 1996)。そして、青年期の女性は男性よりもネガティブなボディ・イメージをもっており (Levine & Smolak, 2002; Tiggemann, 1994)、自分の体型を実際の体型よりも太く知覚することが指摘されている (e.g. Fallon & Rozin, 1985; McCaulay, Mintz, & Glenn, 1988; Rozin & Fallon, 1988; Thompson, 1991)。

したがって痩せ願望は、現在の体型、あるいは現在の体型に対するボディ・イメージよりも細い体型を理想とするために起こる。すなわち、理想とするボディ・イメージが現在の体型や現在の体型に対するボディ・イメージよりも細いものであるために、痩せ願望が起こると考えられる。

痩せ願望は社会・文化的要因による影響だけでなく、個人のさまざまな心理的特性によっても強く影響を受けている。なかでも、これまで多くの研究者によって取り上げられている変数は自尊感情である。自尊感情とは、自己に対する評価感情であり、自分自身を基本的に価値ある存在とする感覚であるとされ、これを測定するための質問紙がいくつか開発されている。近年、多くの研究者が、自尊感情について全般的な構成概念で、ひとつの独立した領域であるという考えから多次元的なものであるという考えに移行している

(Mendelson, McLaren, Gauvin, & Steiger, 2002)。すなわち、自尊感情は、いくつかの要因から構成される概念であると考えられることができるのである。しかし、これまでの痩せ願望に関する研究では全般的な自尊感情を取り扱ったものが多い。また、自尊感情は、個人が価値を置く特定の領域への自己評価と関連しているとされている。自己評価とは自分の能力や性格などを内省に基づいて評定する方法であり、特定の領域に対する自己評価は、全般的な自尊感情を支える重要な要因であると考えられる。そこで本研究では、自己評価に関して、身体領域に対する自己評価が痩せ願望に強く影響を及ぼしていると仮定し、検討を行うこととした。同時に、身体領域に対する自己評価と対比させるために、精神領域に対する自己評価についても検討を行う。

また、自己評価と同様に、自尊感情と混同されて検討されることの多い変数として自己受容がある。実際に、自尊感情の同義語として自己受容ということばが用いられることもある (伊藤, 1992)。自尊感情とは自己の価値を認めること、自分には価値があるとするものであるが、自己受容は“ありのままの自分をそのまま受け入れている状態” (沢崎, 1993) であり、たとえ自分自身のことを好ましく評価できないとしても、それを受け止められるということであると考えられる。このことから、自己受容に関しても全般的な自尊感情を構成する要因であると考えられることができる。

以上のように本研究では、自尊感情を多次元的な構成概念であると捉え、これを構成すると考えられる要因として自己評価や自己受容を取り上げる。そしてこれらの関連について検討し、痩せ願望や食行動の発生機序に関するモデルを明らかにすることを目的とする。これによって、摂食障害予防の観点から健康教育への貢献に寄与できるものと考えられる。

また、これまでの研究では、痩せ願望や食行動、自尊感情、体型不満足感などの変数について、摂食障害者と健常者の比較による、摂食障害者の心理的特徴について検討した研究が多い。しかし、近年、青年期女子において摂食障害予備群の数が増加していることを踏まえると、摂食障害の予防という観点から、むしろ健常な青年期女子を対象に、痩せ願望および食行動とそれに関連する心理的変数について検討することが重要であると考えられる。そこで本研究では、これらの変数について、大学生女子を対象に共分散構造分析を用いることによって体系的に検討する。

2. 方法

調査対象者

調査は、広島県内の2つの私立女子大学に在籍する大学生205名を対象に行った。分析の対象となったのは、後述する調査票に対して有効回答を行った183名(平均年齢19.66歳, $SD=0.97$; 有効回答率89.3%)であった。

質問紙

本研究では、以下の質問紙を調査票として用いた。

1) 自尊感情尺度 Rosenberg (1965) が作成し、松下(1969)が翻訳したものを用いた。回答形式は、“自分にはたくさんの長所があると思う”や“自分を好ましい人間だと思っている”などの項目について“あてはまらない”(1点)、“ややあてはまらない”(2点)、“かなりあてはまる”(3点)、“あてはまる”(4点)までの4件法である。

2) 身体的自己評価尺度 個人の体型に関する自己評価を測定する目的で作成した。作成手順としては、既存の質問紙の質問項目等を参考に、自己の体型や体重に対する評価や感情などの表現を収集した。これらを整理改変しながら、最終的に20項目を作成した(Table 1参照)。回答形式は“全くあてはまらない”(1点)、“ややあてはまらない”(2点)、“どちらともいえない”(3点)、“ややあてはまる”(4点)、“とてもあてはまる”(5点)までの5件法である。

3) 精神的自己評価尺度 個人の体型に関する自己評価と対応するものとして作成した。作成手順としては、自己の内面に関する表現を収集し、身体的自己評価尺度の質問項目を参考にして、いくつかの改訂を行いながら、最終的に20項目を作成した(Table 2参照)。回答形式は“全くあてはまらない”(1点)、“ややあてはまらない”(2点)、“どちらともいえない”(3点)、“ややあてはまる”(4点)、“とてもあてはまる”(5点)までの5件法である。

4) 自己受容測定尺度(沢崎, 1993) “ありのままの自分をそのまま受け入れている状態”である自己受容の個人差を測定する尺度である。予備調査から、3因子構造(内面的自己受容, 外面的自己受容, 社会的自己受容)が確認された。内面的自己受容は、“やさしさ”や“思いやり”などの項目から構成され、外面的自己受容は“顔立ち”や“体つき”などから、また“社会的自己受容”は“家族”や“経済状況”などの項目から構成される。回答形式は、これらの項目について“それでは全くだ、気に入らない”(1点)“それでは少しいやだ、少し気になる”(2点)“どちらで

もない、わからない”(3点)“それであまあい、それがかまわない”(4点)“それであまう、そのままよい”(5点)までの5件法である。

5) 楽観主義尺度(中村ら, 2000) 理想自己と現実自己のズレを、努力すれば克服できると考える楽観主義傾向を測定する尺度である。“いつもものごとの明るい面を考える”や“結果がどうなるかはっきりしない時は、いつも一番良い面を考える”などの項目からなり、得点が高いほど楽観主義、低いほど悲観主義であるとしている。本研究では、痩せ願望との関連が強いと考え、取り上げることとした。なお、楽観主義の傾向よりも、悲観主義の傾向をみる方が良いと考え、得点の方向を逆に、すなわち、“全くあてはまらない”を5点、“ややあてはまらない”を4点、“どちらともいえない”を3点“ややあてはまる”を2点、“非常にあてはまる”を1点として使用した。

6) 日本語版 Body Shape Questionnaire Cooper, Taylor, Cooper, Fairburn (1987) が作成した、体型の不満足感を測定する Body Shape Questionnaire を田崎(2005)が邦訳したものである。“(過去1ヶ月ほどのあいだに)体型のことを気にやんでダイエットすべきだと感じたことはありませんか”などの項目に対して“全くなかった”(1点)、“めったになかった”(2点)、“ときどきあった”(3点)、“しばしばそうであった”(4点)、“たいていそうであった”(5点)、“いつもそうであった”(6点)までの6件法である。

7) 日本語版 Dutch Eating Behaviour Questionnaire 短縮版(今田, 1994) van Strien, Frijters, Bergers, & Defares (1986) が開発した食行動の諸特徴を測定する質問紙を邦訳したものであり、抑制的摂食(たとえば、“太らないようにするため、食べる量に注意していますか”)、情動的摂食(たとえば、“不機嫌なとき、なにか食べたくなりますか”)、外発的摂食(たとえば、“おいしそうなものを見たり匂ったりすると、それを食べたくなりますか”)の3つの下位尺度から構成される。回答形式はこれらの項目について“いいえ”(1点)、“どちらかといえばいいえ”(2点)、“どちらでもない”(3点)、“どちらかといえばはい”(4点)、“はい”(5点)までの5件法である。

8) Contour Drawing Rating Scale (Thompson & Gray, 1995; 以下 CDRS) ボディ・イメージを測定するための質問紙で、痩せた体型から太った体型まで9段階で描かれた女性の体型イラストが描かれており、体型イラストの下には Visual Analogue Scale (VAS) を配置した(Figure 1)。回答者はVAS上に自由に斜線を入れることによって評定する。そしてVASの左端を0として、VASと斜線の交点までの距

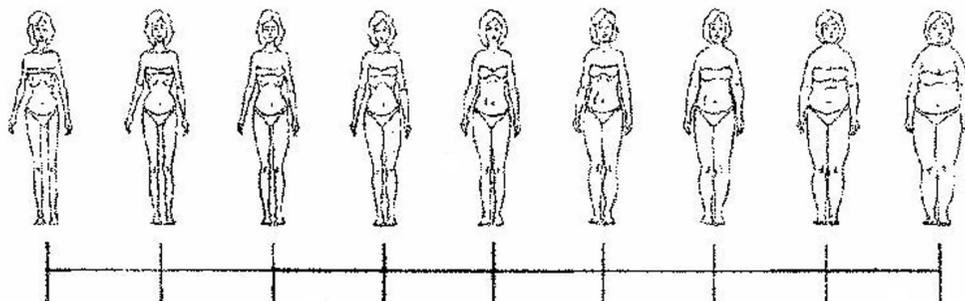


Figure 1. Contour Drawing Rating Scale (CDRS; Thompson & Gray, 1995)

離をその回答者の評定値とする。本研究ではCDRSを2枚配布し“今現在の自分自身の体型”と“こうありたいと思う理想の自分自身の体型”の2種類についてそれぞれ評定させた。そしてそれぞれの評定値を数値化し、“現在”の体型評定値と“理想”の体型評定値の差を痩せ願望の値とした。また、これらの質問紙に加え、調査票の最後に対象者の身長と体重の回答欄を設けた。これらは、BMIを算出するために使用された。

手続き

調査は、講義時間中に行った。調査対象者にすべての質問紙と同意書を冊子にした調査票を配布し、その場で回答させた。まず、調査者が同意書を読み上げ、調査の説明を行い、調査を行うことに同意したもののみが回答を行った。回答にかかる所要時間はおよそ20分であった。

3. 結果

身体的自己評価尺度および精神的自己評価尺度の因子分析

まず、身体的自己評価尺度に関して、その構造を検討するため、因子分析（主因子法）を行った。その結果、初期解における固有値の衰退状況および解釈のしやすさから、1因子構造であると判断し、主成分分析を行った（Table 1）。負荷量が0.35以下の項目を除外し、また、負荷量が負の項目については、項目内容も検討し、逆転項目として再計算して、最終的に17項目を尺度項目として採用し、これらの合計得点を算出して以降の分析に使用した。なお、尺度の α 係数は、.89であった。

次に、精神的自己評価尺度についても同様に、因子分析（主因子法）を行った。その結果、初期解にお

Table 1. 身体的自己評価尺度の質問項目と負荷量

	成分
7. 今より痩せられたら自分に自信がもてると思う。(R)	.792
9. 自分をもっと細かったらいいのと思う。(R)	.789
3. 今より痩せられたら何かいいことがあると思う。(R)	.772
8. 自分の体重について考えると、非常に不快な気分になる。(R)	.771
17. 今の体型のせいで生き生きしていない。(R)	.706
16. 自分のふとももについて考えると、非常に不快な気分になる。(R)	.706
13. 私は自分の今の体重が好きだ。	.701
10. 今の体型のせいで幸せになれないのと思う。(R)	.670
19. 私の体重は私を不幸せにすると思う。(R)	.668
5. 私の外見は私をイライラさせる。(R)	.565
12. 自分の外見について、できれば変えたいと思うところがたくさんある。(R)	.562
15. ほとんどの人は私より良い体型をしていると思う。(R)	.528
1. もっと外見がよくなればいいのと思う。(R)	.511
6. 他の人は私の外見について笑っていると思う。(R)	.466
18. 私は鏡を見たときの自分の見え方が好きだ。	.389
11. 自分をもっと太っていればと思う。(R)	.377
4. 私と同年代の人たちは、私の外見が好きだと思う。	.366

α 係数：.89

注：(R)は逆転項目として取り扱った。

る固有値の衰退状況および解釈のしやすさから、2因子構造であると判断し、バリマックス回転を行った。両方の因子にまたがって高い負荷量を示す項目や、あるいは低い負荷量を示す項目は除外した。また、負荷

量が負の項目については、項目内容も検討し、逆転項目として再計算を行った。

これらの分析を経て、最終的に第1因子9項目、第2因子7項目、計16項目を抽出した。そしてそれぞれの合計得点を算出して以降の分析に使用した。結果をTable 2に示す。第1因子は、“私は家族・友人から信頼されていると思う”や、“私が普段考えたり、想像したりしていることは、他人から到底受け入れられないだろう”など、自己の内面について他者はどのように思っているか、他者から受け入れられているかと

Table 2. 精神的自己評価尺度の質問項目と負荷量

	因子	
	客観	主観
14. 私は家族・友人から信頼されていると思う。	.694	-.028
1. 私の性格は私を不幸せにする。(R)	.636	.287
8. 人と話をしても、相手はいやいや聞いてくれているのではないかと疑ってしまう。(R)	.591	.113
3. 私が普段考えたり、想像したりしていることは、他人から到底受け入れられないだろう。(R)	.570	.077
13. 私はよく家族・友人から頼りにされる方だと思う。	.569	.079
10. 集団の中にも、孤独だと感じることが多い。(R)	.540	.088
6. 私の意見はみんなから尊重されていると思う。	.520	.259
7. 私が困ったとき、家族・友人は私の相談に乗ってくれると思う。	.453	.105
4. プライベートな悩みもじっくり聞いてくれる相手がいる方だと思う。	.361	-.009
16. 自分の信念に基づいて生きている。	.058	.619
19. 私は、自分自身を意思の強い人間だと思っている。	.045	.602
2. 私は自信を持って自己主張ができると思う。	.111	.554
17. 自分の個性を活かそうと努めている。	-.101	.482
15. 私は、自分をつまらない人間に感じることがある。(R)	.253	.432
11. 一度決定したことを「正しかったのだろうか」と悩んでしまう。(R)	.176	.385
12. 人からどうい人間にみられているか気になる。(R)	.093	.357

α 係数：客観因子.80
主観因子.70

注：(R)は逆転項目として取り扱った。

いった客観的な評価を行う内容の項目に高い負荷量を示したので「精神的自己評価・客観因子」と命名した。第2因子は、“自分の信念に基づいて生きている”や、“私は自分自身を意思の強い人間だと思っている”など、他者からどのように思われているかに関係なく、自己の内面についてどのように評価しているかという内容の項目に高い負荷量を示したので、「精神的自己評価・主観因子」と命名した。なお、それぞれの α 係数は、.80、.70であった。

各変数間の関連

まず、本調査で得られた変数間の相関係数を算出した。その結果をTable 3に示す。身体的自己評価、精神的自己評価ともに、自尊感情および自己受容と有意な正の相関がみられ、また、身体的自己評価と痩せ願望との間に負の有意な相関関係がみられたが、精神的自己評価の両因子と痩せ願望の間には有意な相関関係はみられなかった。また本調査では、痩せ願望とBMIの間に有意な相関関係はみられなかった。

次に、これらの相関関係や先行研究の知見などを基に、共分散構造分析を行った。その結果、自尊感情の強さは自己受容の側面（内面的自己受容、外面的自己受容、社会的自己受容）にそれぞれ影響を及ぼし、内面的自己受容は、精神的自己評価・主観因子に、社会的自己受容は精神的自己評価・客観因子に、そして外面的自己受容は身体的自己評価の高さにそれぞれ影響を及ぼしていた。また、身体的自己評価の強さは、体型不満足感の強さに影響を及ぼしており、さらに、体型不満足感の強さが抑制的摂食の傾向と痩せ願望に影響を及ぼしていた。このモデルの適合度指標は、 $GFI=.90$ 、 $AGFI=.87$ 、 $RMSEA=.00$ であり、十分な値であったといえる。なお、本調査で測定した変数のうち、情動的摂食傾向、外発的摂食傾向、BMIについては、他の変数との間に有意な関連がみられなかったため、このモデルには組み込むことができなかった(Figure 2)。

4. 考察

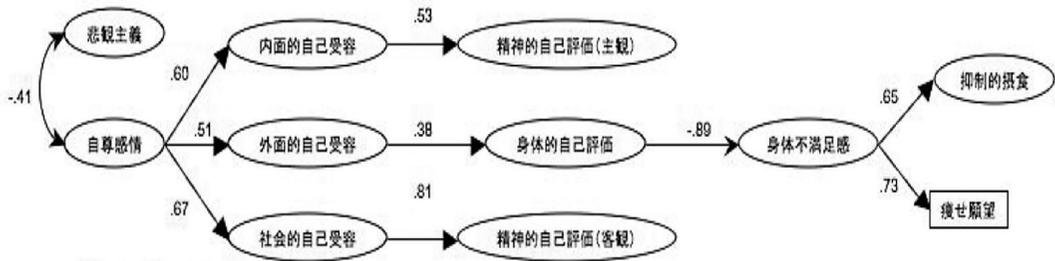
本研究では、健常な大学生女子を対象に、全般的な自尊感情を構成する自己評価や自己受容と、痩せ願望および食行動との関連を検討し、摂食障害の予防に関する示唆を得ることを目的として行った。そのため、痩せ願望と強い関係があると考えられる自尊感情について、これを支える重要な要因として自己受容と自己評価があると考え、痩せ願望や食行動との関連を検討した。

まず、本研究で新たに作成した身体的自己評価尺度

Table 3. 各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1 自尊感情	1														
2 身体的自己評価	.27**	1													
3 精神的自己評価 (主観)	.42**	.14	1												
4 精神的自己評価 (客観)	.49**	.27**	.27**	1											
5 内面的自己受容	.50**	.17*	.45**	.47**	1										
6 外面的自己受容	.48**	.51**	.26**	.45**	.37**	1									
7 社会的自己受容	.34**	.09	.50**	.26**	.50**	.30**	1								
8 悲観主義	-.48**	-.19**	-.37**	-.28**	-.16*	-.40**	-.26**	1							
9 体型不満足感	-.13	-.82**	-.03	-.14	-.12	-.43**	-.07	.09	1						
10 抑制的摂食	.08	-.41**	.10	.08	.08	-.09	.09	-.04	.53**	1					
11 情動的摂食	-.01	-.12	-.10	-.01	-.11	-.12	-.19**	.02	.25**	.02	1				
12 外発的摂食	-.13	-.14	.04	-.10	-.06	-.15*	.02	-.08	.20**	.09	.35**	1			
13 痩せ願望	-.08	-.63**	-.10	-.02	-.09	-.21**	-.11	.08	.64**	.37**	.15*	.09	1		
14 BMI	.07	-.09	.03	.05	.04	.05	.01	.12	.07	.06	-.04	-.08	.09	1	

** 1%水準で有意
* 5%水準で有意



GFI=.90, AGFI=.87, RMSEA=.00
注：各尺度項目および誤差変数は省略してある。

Figure 2. SEMの結果

および精神的自己評価尺度については、自尊感情との間に有意な正の相関が得られ、 α 係数も十分に高い値であった。したがって、これらの尺度の信頼性は確認されたと考えられる。身体領域および精神領域に対する自己評価と痩せ願望との関係については、共分散構造分析の結果から、身体領域に対する自己評価が体型不満足感に影響を及ぼし、その結果として、痩せ願望が強まり、同時に抑制的な摂食が多くなっていくことが明らかになった。精神領域に対する自己受容については、これらの関連はみられなかった。

Wild, Flisher, Bhana, & Lombard (2004) は、いくつかの既存の自尊感情尺度から、ボディ・イメージなど身体に関連する項目を集め、痩せ願望との関連について検討している。その結果、これらの項目の合計得点と痩せ願望の間には有意な負の相関が見られた。本研究の結果も、これを支持するものといえる。ただ

し、これらの関係には自己受容、なかでも外面的自己受容という、顔立ちや体つきなど、外見に対する受容感が影響を及ぼしていることが本究から示唆された。また、身体領域に対する自己評価のみが体型不満足感や痩せ願望に影響を及ぼしており、精神領域に対する自己評価についてはこれらの関連はみられなかったことや、身体領域に対する自己評価と体型不満足感や痩せ願望との関係におけるパス係数が高かったことから、痩せ願望を規定する要因として、これまでの全般的な自尊感情だけでなく、身体領域に対する自己受容や自己評価を検討することの重要性が示唆された。

本研究では精神領域に対する自己評価と痩せ願望の間に有意な関係はみられなかった。特に、精神的自己評価・客観因子は「他者から受け入れられているという感覚」であるが、Gerner & Wilson (2005) では、友人から受け入れられていないと感じているものほど

体型不満感や痩せ願望が強く、抑制的摂食を行うことが示されている。また、McCabe & Ricciardelli (2001) や Lieberman, Gauvin, Bukowski & White (2005) においても Gerner & Wilson (2005) と同様の結果が得られている。本研究では身体領域に対する自己評価と合わせて体系的に検討を行ったためにこのような差異が生じたとも考えられるが、これら先行研究との違いについて、今後さらに検討を行っていく必要があるだろう。また、このことは、痩せ願望について、他者の評価よりも、自分自身がどのように感じているかということの方がより影響を及ぼしているとも考えられる。

自己受容については、顔立ちや体つきなど、外見に対する自己受容が身体領域に対する自己評価に、思いやりや優しさなど、内面に対する自己受容が精神的自己評価・主観因子(自分の信念に基づいて生きている、など)に、家族や住居、人間関係など、社会的側面に対する自己受容(社会的自己受容)は精神的自己評価・客観因子(私は家族・友人から信頼されていると思う、など)にそれぞれ対応していた。これらは、身体的自己評価尺度および精神的自己評価尺度の妥当性を支持する結果であると考えられる。

摂食障害者における自尊感情と自己の体型に対する満足感との間には、正の相関関係のあることがこれまでの研究で明らかにされている (Abell & Richards, 1996; Levine & Smolak, 2002; Mendelson et al., 2002)。本研究において、健常な青年期女子を対象に行った結果も同様のものであった。また、本研究では、BMIの高さは、自尊感情や痩せ願望の強さに影響を及ぼしていなかった。青年期女子において、実際の体型が大きければ、痩せ願望が強くなることは十分に考えられることである。実際に、これまでの研究でも、BMIと痩せ願望の強さには直接的な関連のあることが示されている (例えば、田崎, 2007)。本研究において、これらの関連がみられなかったことについて、具体的に言及することはサンプル数の問題などから困難であるが、摂食障害予備群の数が増加していることや、ほとんどの青年期女子がダイエットを行っていることなどから、もはや体型に関係なく痩せ願望を持っていることの現われであるということが可能性として考えられる。もしそうであるならば、健常者を対象に痩せ願望や食の問題行動について検討していくことは、今後ますます重要になっていくと思われる。

摂食障害の予防という観点から考えると、自尊感情を高めるような介入を行うことが、体型不満感や痩せ願望を低め、食の問題行動を抑制することにつながると期待されている (e.g. O'Dea & Abraham, 2000)。本研究から、自尊感情のなかでも、より具体的な領域

に焦点を当て、介入していくことが摂食障害の予防にとってより効果的であることが示唆された。そのため具体的な介入方法を考案していくことが今後必要であろう。あるいは本研究の結果は、痩せ願望や食の問題行動が、外見に対するこだわりあるいは自己の内面よりも見た目を重視することによって起こっていることを示唆しているとも考えられる。このように考えると、外見へのこだわりを少なくすることが、摂食障害の予防につながると考えられる。しかし、この点については、本研究からは断定することは困難であり、今後の問題として残された。

最後に本研究の問題点については、まずサンプル数の問題が挙げられる。本研究では、サンプル数が十分にあったとはいえず、そのため、特に本研究で新たに作成した身体的自己評価尺度および精神的自己評価尺度の信頼性については、今後さらに検討を行い、確認していく必要がある。また、これらの尺度の妥当性についても本研究からは十分なものは得られなかった。そのため、これらの尺度の妥当性を確認していくことが必要である。

【引用文献】

- Abell, S. C., & Richards, M. H. (1996). The relationship between body shape satisfaction and self-esteem: An investigation of gender and class differences. *Journal of Youth and Adolescence*, *25*, 691-703.
- American Psychiatric Association (2000). *Quick Reference to the diagnostic criteria from DSM-IV-TR*. American Psychiatric Association, Washington D.C., US.
- (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.)
- 馬場安希・菅原健介 (2000). 女子青年における瘦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*, 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.
- Gerner, B., & Wilson, P. H. (2005). The relationship between friendship factors and adolescent girls' body image concern, body dissatisfaction, and restrained eating. *International Journal of Eating Disorders*, *37*, 313-320.
- 今田純雄 (1994). 食行動に関する心理学的研究 (3) : 日本語版 DEBQ 質問紙の標準化 広島修大論集, *34*, 281-291.
- 伊藤美奈子 (1992). 自己受容を規定する理想-現実の差異と自意識についての研究 教育心理学研究, *40*, 164-169.
- 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.
- 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.
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). Body image development in adolescence. In T. F. Cash, & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press. Pp.155-162.
- 松下 寛 (1969). Self-image の研究 - Self-esteem scale の作成 - 日本教育心理学会第11回発表論文集, 280-281.
- McCaulay, M., Mintz, L., & Glenn, A. A. (1988). Body image, self-esteem, and depression-proneness: Closing the gender gap. *Sex Roles*, *18*, 381-391.
- Mendelson, B. K., McLaren, L., Gauvin, L., & Steiger, H. (2002). The relationship of self-esteem and body esteem in women with and without eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, *31*, 318-323.
- 中村陽吉 (編著) (2000). 対面場面における心理的個人差-測定の対象についての分類を中心にして プレーン出版
- O'Dea, J. A., & Abraham, S. (2000). Improving the body image, eating attitudes, and behaviors of young male and female adolescents: A new educational approach that focus on self-esteem. *International Journal of Eating Disorders*, *28*, 43-57.
- 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.
- Quatman, T., & Watson, C. M. (2001). Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains. *The Journal of Genetic Psychology*, *162*, 93-117.
- Rozin, P., & Fallon, A. E. (1988). Body image, attitudes to weight, and misperceptions of figure preferences of the opposite sex: A comparison of men and women in two generations. *Journal of Abnormal Psychology*, *97*, 342-345.
- 齊藤誠一・溝上慎一 (1994). 青年後期女性におけるボディイメージと摂食障害傾向の関連について 神戸大学発達科学部研究紀要, *2*, 13-20.
- 沢崎達夫 (1993). 自己受容に関する研究 (1) -新しい自己受容測定尺度の青年期における信頼性と妥当性の検討 カウンセリング研究, *26*, 29-37.
- 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 (未公開)
- 田崎慎治 (2007). 大学生における瘦身願望と主観的健康感, および食行動との関連 健康心理学研究, *20*, 56-63.
- 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.
- 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.
- Wild, L. G., Flisher, A. J., Bhana, A., & Lombard, C.

(2004). Associations among adolescent risk behaviours and self-esteem in six domains. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, *45*, 1454-1467.

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.

