

過去の食事経験と女子大学生の摂食障害傾向との関連

— 摂食障害につながるダイエット行動と、食を通した人間関係が子どもに与える影響 —

徳 永 惇 子

問題と目的

摂食障害(Eating Disorder:以下EDと記す)発症の直接的な要因としてダイエットが挙げられている(今田,2005)。しかし、ダイエットを行う人が皆EDに陥るわけではなく、ダイエットからED発症に至る過程には、個人の心理的要因が関係している。また、EDにつながる心理的要因の背景として、親の過干渉などの家庭環境が影響していると言われている(田中,1997)。家庭環境のなかでも食事場面に着目した田中(2003)は、食事場面の両親の行動とED傾向との関連を明らかにし、食物を介した家族関係の重要性を指摘した。さらに、食行動は授乳として乳児期から始まっており、室田(2008)は、授乳を通した母子関係がその後の人間関係の基盤である、と述べている。このことから、乳児期からの食を通した家族関係は子どもの心身の成長やEDに何らかの影響を与えていると思われる。

以上を踏まえ、本研究では、2つの研究を通し、非臨床群におけるED傾向の実態を把握し、ED発症につながり得るダイエット形態と、乳児期からの家庭での食事環境について検討し、ED発症の要因を予測することを目的とする。

第 I 研究

方法

調査方法・時期 2012年7月下旬に質問紙調査を実施した。

調査対象 本大学の女子大学生236名(看護栄養学部生)。156名(回収率66.10%)回収。分析対象は155名。平均年齢 $M(SD)=19$ 歳(1.50)。

調査手続き 大学の講義終了時に研究協力依頼書と質問紙を配布した。さらに、質問紙の末尾に第II研究への依頼を挿入し、協力を承諾する対象者には記名と連絡先の記入を求めた。

質問紙内容 ①Symptom Rating Scale for Eating Disorders(以下、SRSED):永田ら(1991)

が開発した摂食障害症状評価尺度である。②**ダイエット行動**:松本他(1995)によって開発されたダイエット行動を測定する2因子構造の尺度である。

③**フェイス項目**:年齢、居住形態

結果と考察

ED傾向の比較 ED傾向を4群に分類し、SRSEDの4因子について4群間で比較した。その結果、「肥満恐怖」($F(3,154)=170.00, p<.05$)と「BN傾向」($F(3,154)=65.13, p<.05$)、「痩身スタイルと少食傾向」($F(3,154)=2.53, p<.05$)の3因子においてED傾向高群が最も高かった。また、「過食・嘔吐」($F(3,154)=4.59, p<.05$)と「下剤使用」($F(3,154)=4.03, p<.05$)の頻度においてED傾向高群が最も高かった。これらの結果から、ED傾向が高い人ほど、肥満恐怖などED特有の心理的特性を有していることが示唆され、さらに、「嘔吐」という実際の行動が、ED傾向の高い非臨床群と臨床群とを区別し得ることが推測された。

EDと関連するダイエット行動の予測 ED傾向を2群(ED傾向高群と他3群)に分け、ED発症を予測するダイエット行動を特定するためにロジスティック回帰分析を行った。その結果、16項目のダイエット行動のなかから、「カロリーの高いものを避ける」($B=-.75, p<.05$)、「一定期間一つの物を食べ続ける」($B=-1.19, p<.05$)の2項目がED傾向を高めるダイエット行動として予測された。「カロリーの高いものを避ける」は、健康的なダイエットとされているが(松本他,1995)、本研究の協力者は栄養や健康についての知識があるため、糖分や油物などを控えるなど、カロリーを抑えた食事をする人は多いと思われる。そして、カロリー制限を行う程度の差や頻度などが、ED傾向を高めることが推測され、さらに、他のダイエット行動が予測されなかったことについて、ダイエット形態が多様化し、健康のためとされていたダイエット形態と激しいダイエット形態とに大きな違いは見られなくなってきたことが示唆された。

第Ⅱ研究

方法

調査方法・期間 2012年8月中旬から10月下旬に聞き取り調査と質問紙調査を実施した。

調査対象 1)研究協力に同意を得た女子大学生14名。平均年齢 $M(SD)=19.75$ 歳(2.55)。
2)保護者への聞き取り調査への協力に同意を得た女子大学生の母親6名。

調査場所 心理臨床相談センター、公共施設の個室、協力者の自宅

調査手続き 1)研究協力者(女子大学生)：個別に50分前後で聞き取り調査と質問紙調査を実施。終了時に保護者への聞き取り調査について説明し依頼した。2)研究協力者(保護者)：個別に30分前後で聞き取り調査を実施した。

調査内容 ①聞き取り調査：作成した「幼少期の家庭での食事」「乳児期からの子どもの食行動」などの質問項目を基に、研究協力者の感情面を中心に話を広げた。②Parental Bonding Instrument (PBI)：成田他(1998)が開発した両親の養育行動尺度である。

分析手順 逐語記録を基に分析を行った。①食事の内容や雰囲気(女子大学生)、離乳食や普通食(母親)などいくつかの質問項目に分け、各項目に該当する一文や会話を一人ずつ抽出し分類した。②親子で同じ内容の事例について比較した。

結果と考察

過去の食事経験と現在の食生活の特徴 過去からの家庭での食事経験について、ED傾向高群と他3群とで違いがみられた。ED傾向高群では、「夫婦仲が悪かった」ことが多く語られ、食事内容においては、「惣菜がパックのまま並んでいた」ことや「祖母の料理ばかりだった」ことが語られた。このように高群は、母親の手料理を食べたり、美味しいと感じながら食事をしていた経験が少なく、過去の食事の経験を辛い思い出として語る人が多かった。他3群では、母親の料理が美味しかったことや家族仲が良好であったことが語られ、過去の食事経験も食べることにについても肯定的に捉えていた。これらのことから、子どもにとって母親の手料理は大きな意味をもっているが、食事の内容よりもその食事を共にする家族関係が重要であることが示唆された。さらに、食事内容や家族関係を子どもがどのように感じ、捉えているかといった食事経験がその後の食生活や現在のED傾

向に関連していることが推測された。

子どもの乳児期からの食事と母親の経験 母乳を飲ませていた時期について母親からは、「幸せだった、愛おしいと感じていた」ことが語られたが、ED傾向高群の母親は「大変だった、適当だった」と語っていた。また、傾向群の母親は、「泣く度に与えていたら与えるだけ食べるようになってしまった」と語り、乳児期からの食事とその後の子どもの食行動は決して無関係ではない、ということが示唆された。さらに、乳児期の密接な母子関係において、食事のあげ方だけでなく食を通した言葉や表情でのやり取りが重要であり、それらが、子どもに何らかの影響を与えていると思われる。そして、このような乳児期からの母子関係を中心とした食事経験の積み重ねが、現在の食生活や食行動に関連していることが推測された。

総合考察

第Ⅰ研究では、ED傾向の実態とダイエットの特徴について検討し、健康のためとされていたダイエットであっても、程度や頻度の違いによりED傾向を高める可能性があることが推測された。さらに、“痩せ”と共に“肥満”も問題視されている現代では、激しいダイエットと、健康のための食事療法に近いダイエットの形態に大きな違いは見られなくなっており、健康のためのダイエットでもEDに陥る可能性が示唆された。

第Ⅱ研究では、乳児期からの食事とED傾向との関連について検討し、食事を共にする家族関係や夫婦関係を、子どもがどのように感じていたかということが重要であり、これらの食事経験が青年期以降のED傾向に影響を与えることが示唆された。さらに、乳児期からの母子関係を中心とした食事経験の積み重ねは、子どもの心身の成長に影響を与え、食生活や食行動に何らかの形で影響を与えていることが推測された。

本研究の臨床心理学的意義について、第Ⅰ研究で、EDと関連し得るダイエット形態を予測したことで、食べ方やダイエットの仕方からED発症を予測し、早期予防につながるとされる。さらに、第Ⅱ研究での聞き取り調査によってEDにつながり得る乳児期からの食事状況について検討したことで、家庭での食事環境からED発症の予測を可能とし、早い段階での予防や支援につながれると思われる。