

## 博士論文要旨

氏名	三井 知代
学位の種類	博士（人間科学）
学位記番号	甲第9号
学位授与年月日	平成19年10月29日
学位授与の条件	神戸女学院大学学位規程第5条1項の規程による
学位論文題目	女子大学生を対象とした摂食障害予防的介入 ー介入プログラムの開発とその効果の検討ー

## 論文の要旨

近年、日本の若い女性において摂食障害（Eating Disorders：以下 ED と記す）患者、あるいは発症に至らずとも強いやせ願望や体型不満を抱き、節食、むちゃ食い、体重減少を目的とした排出行動などの摂食行動障害を呈する ED リスク群の増加が指摘されている。摂食行動障害はやがて ED 発症につながる危険性もあり、女子大学生など発症高リスク時期にある者への ED 予防的介入の必要性が指摘されている。

そこで本研究では、女子大学生を対象とした ED 予防的介入プログラムの開発に必要な知見を得るため、研究 1 において女子大学生における摂食行動障害の実態と、摂食行動障害を示す女子大学生の心理的特性、特にパーソナリティ特性、自尊感情、アイデンティティ達成感覚について調査を実施した。調査対象は、4 年制女子大学生、304 名を対象群とし、さらに摂食行動異常を示す学生の特徴をより明確に捉えるために、医療機関において神経性大食症排出型と診断された女子大学生 21 名を臨床群とし、両群に同様の調査を行い、比較した。その結果、摂食行動障害の重症度分類では対象群の約 1/3 が中度・重度障害群に属しており、むちゃ食いは、「週に 2-3 回」以上のむちゃ食いを行っているものは対象群の 8.9%、体重減少を目的とした排出行動は、15.8%が行い、特に「週 2-3 回」以上の排出行動は 5.6%の学生が行っていた。また、中度・重度障害群のパーソナリティ特性として、正常群と比較すると高い神経症傾向と低い自尊感情が認められた。つまり中・重度障害群は不安や抑うつ感に翻弄されやすく、自分自身への評価が低い傾向を正常群よりは有していると考えられた。また、中度・重度障害群は他者や自己への不信感、自己コントロール感覚の欠如、自己同一性の問題等、アイデンティティ発達における諸問題を正常群よりは多く抱えていることも示唆された。一方、中度・重度障害群のパーソナリティ特性は、臨床群と比較すると

適度な外向性・調和性を示し、社会的、活動的で、現実適応的な特性、そして他者への思いやりを持ち、他者に協力的なパーソナリティ特性を有していることが示された。

上記の結果から ED 予防的介入における方向性としては以下の点が示唆された。(1) 減量を目的とした排出行動の危険性などを伝える教育的アプローチが必要であり、(2) 中度・重度障害群の適度な外向性・調和性が示されたパーソナリティ特性から、ディスカッションやロールプレイなどの相互交流方式のプログラムが有効と考えられた。また、(3) 中度・重度障害群のアイデンティティ達成感覚、自尊感情、神経症傾向などの問題から、介入プログラムは単に体型不満や摂食の問題のみに焦点付けるだけでなく、その背後にある心理的問題との関連性を示した上で、ストレス対処スキルの提示などのアプローチが必要と考えられた。

研究 1 の結果を受けて、研究 2-1 において ED 予防的介入プログラムを作成した。介入プログラムは研究 1 から得られた知見と先行研究を参考に、複数回のセッションで講義形式と他の参加者とのディスカッション形式をとり、認知修正的技法を用いて痩せ願望、体型不満といった身体に関する認知や価値観を修正するもの、加えて健康的な体重コントロールプログラムによりポジティブなボディイメージを育み、ストレス対処スキルを獲得することを目的としたものとした。上記の介入プログラムにより、ED のリスクファクターとされる体型不満や痩せ願望を軽減し、さらに痩身を目的とした不適切なダイエット行動を減少させることを目指した。

本介入プログラムの効果を検討するため、研究 2-2 では女子大学生を対象とした介入調査を実施した。介入群（分析対象者：97 名）において、3 回の介入プログラムと介入プログラム前後の調査、さらに 7 ヶ月後の追跡調査を実施した。コントロール群（分析対象者：101 名）においても介入群と同内容の調査のみを実施した。

介入の結果、介入群において痩せ願望、ダイエット行動が減少を示し、この効果は 7 ヶ月後のフォローアップ時まで持続していた。この結果から、本介入プログラムは、ED のリスクファクターであるダイエット行動やその背景にある痩せ願望を減少することが可能なプログラムであることが示されたといえる。同時に、介入群においては過食傾向、摂食障害傾向の減少が認められた。一方、体型不満に対する介入効果は 7 ヶ月後のフォローアップ時まで持続せず、その原因について今後精査する必要があると考えられた。

本研究の今後の課題として、第 1 に、より厳密な介入効果の測定のために、ランダム化割り付け試験の必要性がある。さらに脱落率の高さを改善するために参加者のモチベーションを維持する方法を検討していかねばならないと考える。加えて、自己記入式質問票と診断面接を併用することにより、擬陽性の可能性を排除する必要があると思われる。また、介入効果持続確認のため 1-2 年程度の長期のフォローアップ調査が必要であると考えられる。

第 2 に、より効果的な介入プログラム開発のためには、先行研究において実施され

ているロールプレイ方式の認知修正的プログラムと自己記入形式の本プログラムとの効果の比較、また本プログラムの認知修正的プログラム、健康的な体重コントロールプログラム各々の単独効果の比較が必要であると考えます。さらに、我が国の女性に適したプログラムの開発、評価尺度の検討が必要と思われる。