

# 芸術学部女子学生における食行動が性格特性に与える影響について

五十嵐 桂 一<sup>1</sup>, 梶 原 洋 子<sup>2</sup>, 山 本 正 彦<sup>3</sup>

<sup>1</sup>基礎教育課程

<sup>2</sup>文教大学

<sup>3</sup>芸術学部非常勤講師

## Effect of Eating Attitude to Character in Female Students

Keiichi IGARASHI<sup>1</sup>, Yoko KAJIWARA<sup>2</sup>, Masahiko YAMAMOTO<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Division of Liberal Arts and Science

<sup>2</sup>Bunkyo University

<sup>3</sup>Lecturer of Faculty of Arts

(Received October 15, 1997; Accepted January 14, 1998)

### I 緒 言

近年さかんに注視されている摂食障害は、神経性食思不振症と神経性大食症に大別され、心身症の一つとなっている。そのルーツは300年ほど前にさかのぼり、イギリスの内科医モートンが病状を報告したことに始まるとされている。日本でも、1950年代後半にはその症例が報告されている<sup>1)</sup>。今日では、身体の美的願望と相まって痩せていることへの憧れが強いことなどから、摂食障害の病巣は広がっていると考えてよいだろう。

こうした背景から、摂食障害を有している者へのアプローチは大事なことで、

1) 疾患への対応 (治療)

2) 摂食障害の予備群への対応(予防あるいはケア)が必要となる。とくにわれわれが注目しているのは<sup>2)</sup>、摂食障害の予備群への対応、である。摂食障害のほとんどが女性で、思春期から成人にかけて起こることから、発育発達の中での精神的な疾患とも言えよう。おそらく、性格の特徴や精神状態が疾患に関係していることが容易に推測できる。

そこで本研究は、摂食障害への対応の基礎となるべく資料を集めることと、本学部の女子学生の摂食障害に対する実態を知ることが目的に、摂食障害と性格の特徴との関連について検討した。

### II 方 法

#### i 対 象

本学部の女子学生を対象に、1996年11月に質問紙による調査を行った。質問紙のうち、1つでも回答していない箇所があったものは削除し集計した。有効回答数は48名で、平均年齢は19.0 (±0.6) 歳であった。

#### ii 質 問 紙

摂食障害は、若い女性に疾患が多いことは知られている。多感で心身の安定しない青年期の女性に多く、痩せることへの執着が強いものに摂食障害が現れている。さらには先進国に多発していることを合わせると、多くの意味から、深層心理にキーワードが存在しているようにも思える。そうした中、われわれは身体特性(形態)や性格特性に注目しており、とくに性格特性にはいくつかの質問紙を用いて客観性をもたせることで検討を試みた。

用いた質問紙は、EAT26、バインズ・バーンアウト・テスト、タイプA行動テスト、POMSの4つであった。EAT26は食行動異常と痩せ願望をみるための質問紙、バインズ・バーンアウト・テストは情緒不安や鬱状態をみるため、タイプA行動テストは神経質傾向やストレス耐性をみるため、POMSは気分や心理状態をみるためのものである。これら質問紙は、すでに発表した筆者らの研究報告<sup>2)</sup>に使用したものと同じものを使用した。今回、とくに中心となるEAT26を表として掲載しておく。

表1 EAT26質問紙 EAT26は、以下の項目について「いつもそう」「非常にしばしば」「しばしば」「ときどき」「まれに」「全くない」のいずれかに回答してもらい、得点化していく。

- 1 体重が増えすぎると心配しています。
- 2 空腹の時でも食事をさけます。
- 3 食べ物のことで頭がいっぱいです。
- 4 制止できそうにないと思いつつ、大食したことがあります。
- 5 食べ物を小さく切り刻みます。
- 6 私が食べている食べ物のカロリー量に気を配ります。
- 7 炭水化物の多い食べ物（例えばパン、ジャガイモ、ご飯など）は特にさけます。
- 8 他の人は、私よりもっと食べるように望んでいるようです。
- 9 食後に吐きます。
- 10 食後にひどくやましいことをしたように思います。
- 11 もっとやせたいという思いで、頭がいっぱいです。
- 12 運動すればカロリーを使い果たすと思います。
- 13 私はやせすぎていると皆から思われています。
- 14 自分の身体に脂肪がついているという考えのとりこになっています。
- 15 他の人より食事に時間がかかります。
- 16 砂糖の入った食べ物をさけます。
- 17 ダイエット食（美容食）を食べています。
- 18 私の人生は食べ物に振り回されていると思います。
- 19 食べ物に関するセルフコントロール（自己抑制）をしています。
- 20 他の人たちが、私に食べるように圧力をかけていると思います。
- 21 食べ物に関して時間をかけすぎたり、考えすぎたりします。
- 22 甘い物を食べた後、不愉快な気持ちになります。
- 23 ダイエット（食事制限）に励んでいます。
- 24 胃の中が空っぽになるのが好きです。
- 25 栄養価の高い物が新しくても、試食したくありません。
- 26 食後に吐きたいという衝動にかられます。

### III 結果と考察

#### i 対象の身体特性について

本研究で用いた質問紙の中心であるEAT26を、摂食行動異常の切断点である20点以上は高得点群、予備群である10～19点までは中得点群、摂食態度に全く問題のない9点以下の低得点群の3群に対象を分けた。これら3群の人数は高得点群が9人、中得点群が10人、低得点群が29人であった。

3群の身体特性を表2に示した。これを見ると身長、

体重、BMI(体重/身長<sup>2</sup>; 外観からの身体の形態をみたもの)などの形態に差がなかった。一方で理想体重と理想BMIをみても、両方とも実測値よりも低値となっている。このことは、どの群にも痩せ願望があることを推測させる。最近における痩せ願望と痩身傾向に一致している結果と言えよう。また理想体重と理想BMIをボディイメージという視点からみても、理想体重と実測体重の差は高得点群で3.3kg、中得点群で5.0kg、低得点群で4.9kgと、高得点群の差が最も低値であった。理想BMIと実測BMIの差は高得点群で0、中得点群で2.1、低得点群で3.2となっており体重と同様に高得点群が最も低値であった。つまりボディイメージを考えた場合に、最も自分自身の身体をイメージできているのは食行動異常のスクリーニングされる可能性の高い高得点群ということになる。考えられることは、摂食行動を気にすることと同様に身体イメージにも気をまわし、イメージに好影響を与えていたり、あるいはこれ以上痩せることができないと考え、その結果としてボディイメージが一致した、などがあげられよう。しかし、調査対象の人数が少ないことから、さらなる調査が必要である。

#### ii 3群間における性格特性の比較

一般に、摂食障害を起こす原因として、家庭や学校、職場、友人などの人間関係が大きいと言われている<sup>3)</sup>。こうした悩みが摂食行動の異常さをもたらすことにつながる。その症例は浅野と梶原<sup>4)</sup>や生島<sup>5)</sup>、白山<sup>6)</sup>などが報告している。報告をみるかぎり、異常なのは摂食行動だけでなく、精神的な状態も考えなくてはならない。本研究の結果では、3群間で身体特性には差が無かったが、それぞれ痩せ願望が考えられた。そこで性格特性、つまり今回用いた質問紙の結果を3群間で比較検討を試みた(表-3)。

EAT26をみると、高得点群、中得点群、低得点群の順に高値(それぞれ $36.1 \pm 15.4$ ,  $14.8 \pm 3.2$ ,  $3.1 \pm 3.0$ )であった。また各群間で1%水準の有意差も認められた。本研究はEAT26を中心に検討を試みたものであり、このことからEAT26によるグループ分けは妥当と思われる。情緒不安や鬱状態をみるバーンアウトテストでは、高得点群と低得点群の間に5%水準で有意差が認められた。神

表2 対象のEAT26の得点別にみた身体特性

	EAT26	N	年齢 age	身長 cm	体重 kg	BMI kg/cm	理想体重 kg	理想BMI kg/cm
全体	—	48	19.0(±0.6)	158.0(±0.1)	50.5(±5.8)	20.9(±4.8)	45.8(±4.9)	18.2(±1.7)
高得点群	20～	9	19.0(±0.5)	157.3(±0.1)	51.4(±7.0)	20.7(±2.2)	48.1(±7.8)	20.7(±2.2)
中得点群	10～19	10	19.0(±0.9)	156.2(±0.0)	48.2(±4.2)	19.8(±1.8)	43.2(±3.1)	17.7(±1.4)
低得点群	0～9	29	19.0(±0.5)	158.8(±0.1)	50.9(±5.6)	21.3(±5.9)	46.0(±3.9)	18.1(±1.8)

表中のEAT26とN以外の数値は 平均(±標準偏差)

表3 対象のEAT26の得点別にみた性格特性

	N	EAT26	バーンアウト	タイプA	POMS-緊張	POMS-抑鬱	POMS-怒り	POMS-活動性	POMS-疲労	POMS-情報混乱	TMD
全体	48	11.7(±14.5)	4.1(±2.2)	10.8(±4.4)	13.8(±7.2)	16.3(±13.2)	13.4(±10.3)	12.9(±6.1)	8.2(±6.6)	10.2(±5.4)	148.1(±37.4)
高得点群	9	36.1(±15.4)	6.0(±3.2)	12.9(±6.5)	20.2(±8.3)	29.2(±11.9)	24.1(±7.8)	14.3(±5.0)	14.4(±5.0)	15.6(±4.5)	187.0(±30.4)
中得点群	10	14.8(±3.2)	4.1(±2.3)	10.3(±3.5)	13.6(±5.7)	13.3(±13.0)	11.1(±11.0)	12.1(±6.3)	7.0(±7.3)	9.5(±5.5)	140.8(±36.6)
低得点群	29	3.1(±3.0)	3.4(±1.3)	10.2(±3.9)	11.8(±6.2)	13.4(±11.5)	10.8(±8.8)	12.8(±5.8)	6.7(±5.8)	8.7(±4.6)	138.5(±32.4)

※ 表中のN以外の数値は 平均 (±標準偏差)

※ TMDはPOMS全体を数値化し評価したもので、高得点ほど精神状態が不良であることを示す

※ \* ; p<0.05 \*\* ; p<0.01

経質傾向をみるタイプA行動テストでは、高得点群が他の2群に比べて高値であるものの有意差は得られなかった。POMSをみてみると、緊張と活動性で有意差は得られなかったものの、抑うつ、怒り、疲労、情緒混乱、TMDのそれぞれで中得点群、低得点群よりも高得点群が有意に高値であった。

これよりEAT26の高得点者(摂食障害の疑いのある者)は、鬱傾向にあり、気分的に何かに怒りを感じ、疲労間があり、情緒混乱を招いており、精神状態が良いとは言えない状況と考えられる。高得点者は、気分を落ちつかせた状態を作ったうえで摂食行動を見つめていくことが必要であろう。

ところで、今回の研究対象は本学部の女子学生である。その中で、高得点群に属するものは9名であった。検討

対象が48人であったことを考えると、18.8%と高率である。こうした調査は継続し、高得点群者がこれ以上増加するのかどうか、把握していくことが大事と思われる。また摂食行動の異常さについても、具体的な行動内容を観察することも必要であろう。

iii EAT26とそれぞれの質問紙について

EAT26に対してバーンアウト、タイプA行動テスト(以下タイプA)、POMSのそれぞれの関係を図-1から図-9に示した。

EAT26と情緒混乱やうつ状態をみるバーンアウトの関係(図-1)であるが、3群のばらつきが大きく、それぞれで相関が認められなかった。3群全体では、回帰式が $y=0.0404x+3.5813$ ,  $r=0.267$ となり5%水準以上で相関が認められた。

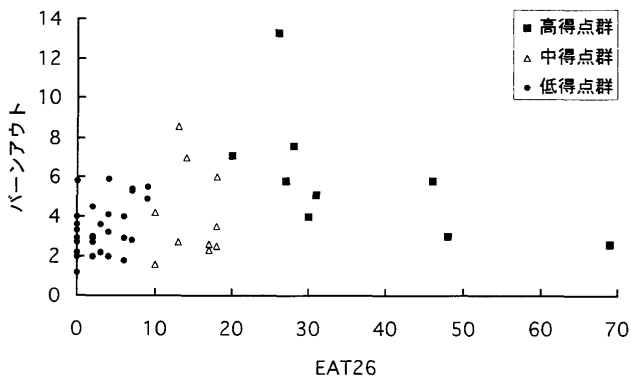


図1 EAT26とバーンアウト

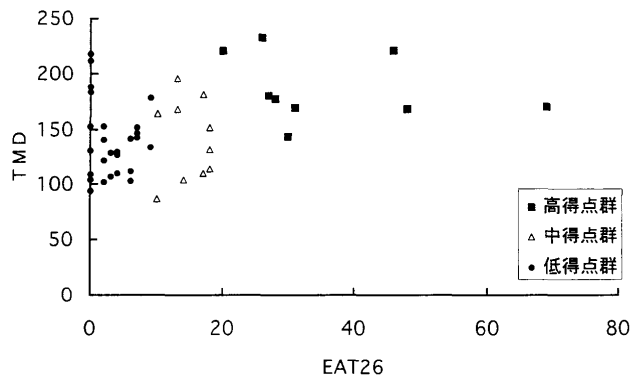


図3 EAT26とTMD

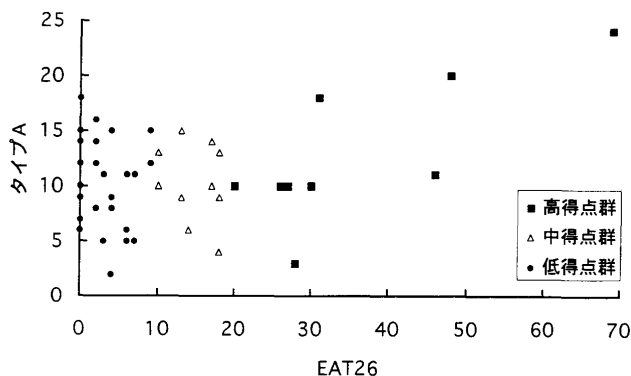


図2 EAT26とタイプA

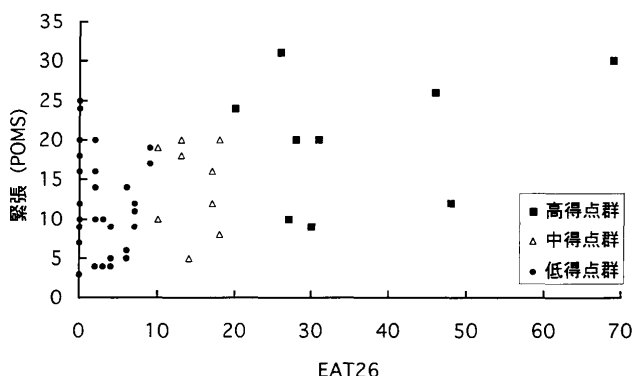


図4 EAT26と緊張(POMS)

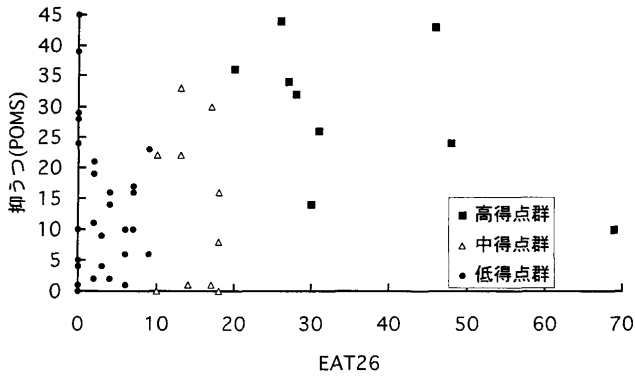


図5 EAT26と抑うつ (POMS)

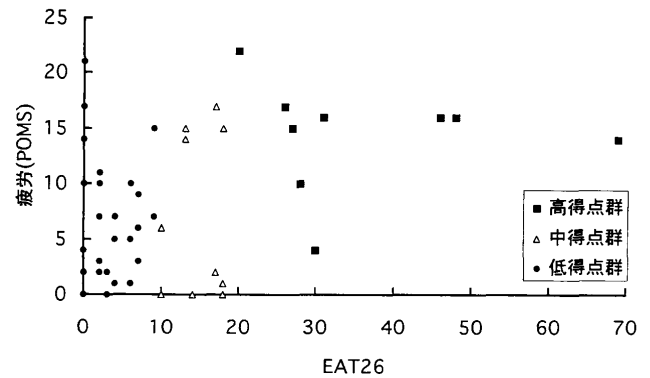


図8 EAT26と疲労 (POMS)

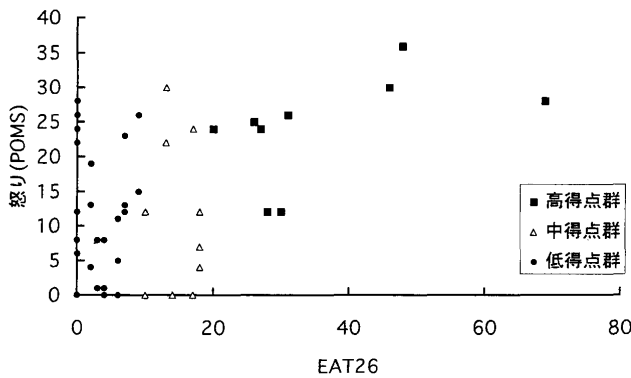


図6 EAT26と怒り (POMS)

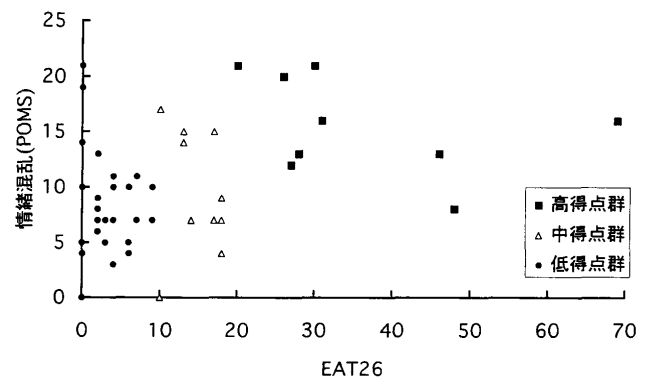


図9 EAT26と情緒混乱 (POMS)

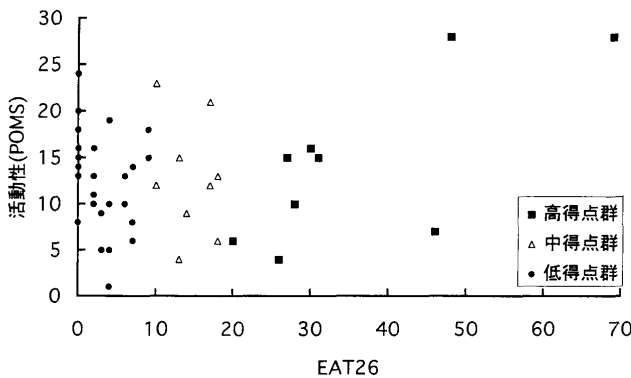


図7 EAT26と活動性 (POMS)

EAT26とストレス耐性をみるタイプAの関係(図-2)は、低得点群と中得点群で相関はないものの、高得点群では回帰式  $y=0.3193x+1.3572$ ,  $r=0.760$  となり、1%水準以上で相関が認められた。3群全体では、回帰式が  $y=0.1135x+9.421$ ,  $r=0.372$  となり、1%水準以上で相関が認められた。

次に現在の気分をみるPOMS(図-3~9)をみると、EAT26とPOMS全体の評価であるTMD(図-3)では、全体で1%水準以上( $y=0.9634x+136.78$ ,  $r=0.373$ )で相関が認められた。EAT26と緊張(図-4)では、全体で1%水準以上( $y=0.2105x+11.285$ ,  $r=0.426$ )の相

関が認められた。EAT26と抑うつ(図-5)では、全体で5%水準以上( $y=0.2486x+13.423$ ,  $r=0.273$ )の相関が認められた。EAT26と怒り(図-6)では、全体で1%水準以上( $y=0.3427x+9.3622$ ,  $r=0.480$ )の相関が認められた。EAT26と活動性(図-7)では、全体での相関( $y=0.0952x+11.823$ ,  $r=0.227$ )が得られなかった。EAT26と疲労(図-8)では、全体で5%水準以上( $y=0.1676x+6.2455$ ,  $r=0.366$ )の相関が認められた。

EAT26と情緒混乱(図-9)では、全体で5%水準以上( $y=0.1239x+8.7155$ ,  $r=0.335$ )の相関が認められた。

EAT26とそれぞれの質問紙をみると、各群の中では相関が得られてはいないものの、全体を通してみるとPOMSの活動性以外に相関が得られている。これらから性格特性を考えると、EAT26の得点が高い者はストレスに弱く、常に緊張しており、何かへの怒りの気持ちを持っている傾向と思われる。つまり摂食障害は、性格特性という根元にも注視していく必要があると言えるそうである。摂食障害は、心身に与える影響が大きく、内科、婦人科、精神科など総合的な治療が施される。それだけに性格特性にまで及んだ対応が必要となる。今回の結果は、性格特性にアプローチしていく必要を示唆したものと考えてよであろう。

#### IV ま と め

本学部女子学生に対し、質問紙を用いて摂食障害と性格的特徴との関連について検討した。

質問紙は、EAT26、バインズ・バーンアウト・テスト、タイプA行動テスト、POMSを使用した。対象は48名で、EAT26による摂食障害のスクリーニング切断点とされる20点以上が9人、予備群とされる10～19点が10人、9点以下が29人であった。

各質問紙によって性格的特徴との関連を検討した結果、高得点群はストレスに弱く、緊張と怒りが気分として現れている傾向であった。摂食障害に対し、性格特性という根元に注目しながら対応していく必要があると思われる。また、対象は本学部女子学生であることから、今後こうした調査を継続し、摂食障害の状況把握が必要

と思われた。

#### 参考文献

- 1) 野上芳美 (1993) : 摂食障害とは何か。摂食障害：こころの科学。pp16～20。日本評論社。東京。
- 2) 五十嵐桂一, 梶原洋子, 山本正彦(1997) : 女子大学生の食行動と性格特性の関連について。第52回体力医学会大会予稿集。pp269。
- 3) 野村忍 (1994) : 心身症として摂食障害。臨床スポーツ医学。pp397～400。
- 4) 浅野真, 梶原洋子(1994) : なぜ摂食障害が起こるのか—スポーツ現場からの声—。臨床スポーツ医学。pp385～389。
- 5) 生島浩(1993) : 摂食障害と家族のあいだ。摂食障害：こころの科学。pp36～40。日本評論社。東京。
- 6) 白山正人(1994) : 摂食障害への精神医学的対応。臨床スポーツ医学。pp407～411。