

## 青年期の瘦身願望を規定する要因に関する研究

仮屋園 昭彦\*  
(1997年10月15日 受理)

### Determinants of lean figure desire in adolescents

Akihiko KARIYAZONO\*

The present study was performed to examine determinants of lean figure desire in adolescents. Subjects were asked to rate body images, satisfaction of body, and consideration of figure of ones own. And then subjects rated degree of lean figure desire. Multiple-regression analyses were performed on estimates, regarding the estimates of lean figure desire as dependent variable and the estimates of body images, satisfaction of body, and consideration of figure as independent variables. The following results were obtained; ① In female students, body images, satisfaction of body, and consideration of figure had effects on lean figure desire, ② In male students, body images only had effects on lean figure desire. These results were interpreted as suggesting that determinants of lean figure desire in adolescents differed greatly depending on sex.

**Key words;** lean figure desire, body images, satisfaction of body, consideration of figure

### 問題と目的

現代社会は、非常に価値観が多様化した時代である。ライフスタイル1つとってみても、結婚観、職業観、などは非常に多様化し、個人によって大きく異なる。しかもどれが正しいとか誤りである、といった絶対的な価値基準もなくなっている。学校の問題にしても、ひと昔前までは、「学校には行かねばならぬ」といった絶対的な価値観があったように思うが、近年、いじめや登校拒否が問題視されるようになって、学校に行けないようであれば必ずしも登校にこだわる必要はない、といった考え方も認められてきている。

こうした価値観の多様化した社会にありながら、依然として大きな価値判断の基準になっているものも存在する。本稿で筆者が取り上げる瘦身願望も、依然として変わらない価値基準の中から生じた現象なのではないだろうか。

---

\*鹿児島大学教育学部心理学科

Department of Psychology, Faculty of Education, Kagoshima University

瘦身願望とは、痩せたいという気持ち、スリム(slim)な身体つきに対する憧れ、スタイルの良さに対する願望の総称である。ただし、こうした瘦身願望を抱くにいたった理由は人によって異なり、さらに、痩せるために具体的な行動を実行しているか否かまでは問わない。したがって、痩せたいという気持ちをもっていれば、それがどのような理由から生じたものであれ、痩せるための行動をとっていてもいなくても、瘦身願望をもっているということになる。

このように瘦身願望は、多様化した価値観をもつ現代社会の中でも、瘦身イコール善、という多くの人が共有している、多様化することのない、現代社会を代表する価値観の1つであると言える。

ただ、瘦身イコール善、という考え方には、健康上の理由、若く見える、など、実生活上の長所がある。また、現代社会では、太っていることが、不健康さ、自己管理能力の欠如、といったマイナスの意味合いをおびるようになってきている(浅野, 1996)。したがって、瘦身イコール善という考え方が依然根強いのはそれなりに理由があることではある。

瘦身には実生活上の長所があるが、もちろん短所も認められる。瘦身に対する願望が痩せるための実際の行動に移り、それが過度になった場合、いわゆる摂食障害が出現することになる。摂食障害は、拒食症(思春期やせ症、神経性食思不振症)、過食症、嘔吐症(自己誘発性嘔吐)の総称である(浅野, 1996)。したがって、瘦身願望は、こうした障害を引き起こすきっかけとなりうる考え方でもある。

瘦身願望は、価値観の多様化する現代社会の中でも多くの人によって共有されている価値観の1つであるため、時代を捉える1つの手がかりになりうる。そのため、瘦身願望はこれまで心理学、社会学などの研究対象になり、多くの研究者が取り上げてきた。

心理学の中で瘦身願望は、主として摂食障害の一部として特に臨床心理学、カウンセリングの領域で扱われている(例えば, Jeammet, 1989; 亀岡ら, 1991)。こうした領域の知見によれば、摂食障害の成因の1つは、拒食、過食の双方で、いずれも身体心像の障害にあることが明らかになっている(野上, 1983)。すなわち、自分の身体の肥り加減を過大に評価してしまうのである。そして、この傾向は、瘦身願望の成因として、摂食障害の患者だけでなく正常な女性一般にみられる現象でもある(野上, 1983; 今田, 1992; 今田, 1996)。

さらに、身体心像障害の発生は特に青年期にみられるという事実が指摘されている(野上, 1983)。青年期は、自己の劣等感が身体的な訴えとして表現されやすく、それが自己臭恐怖、赤面恐怖といった症状に現れるのである。このような青年期に特有にみられる身体心像障害は、摂食障害だけでなく、瘦身願望とも表裏一体をなしている(野上, 1983)。そこで本研究でも、こうした知見に基づき大学生の男女を調査の対象とする。

ところで、以上述べてきたように、瘦身願望を規定する重要な要因の1つである身体心像は、非常に包括的な概念であり、神経学、精神医学、心理学、哲学など幅広い領域で用いられている概念である(西願寺, 1983)。その結果、身体心像という用語は使われていてもその意味は異なる場合が多く、どうしても身体心像という概念そのものに曖昧さが残っていた。こうした状況の中で、Thompson

(1991)の研究は、身体心像を、現在の自分の体型が他者の目からどのように映っていると思うか、自らが冷静に判断すると自分はどのような体型であると思うか、自分の気持ちに正直に従うと自分の体型をどのように思うか、という社会的、認知的、感情的、という3つの側面に分け、女子学生の過食傾向との関連を調べている。この研究は、従来、曖昧な意味で用いられることが多かった身体心像を明確に定義づけしたうえで測定している点で評価できる。この調査の結果、過食傾向が強い学生ほど自己の身体の過大視が強い、ということが明らかになっている。

Thompson (1991)は、社会的、認知的、感情的という面から身体心像を定義づけ、過食傾向との関連を調べた。それに対し身体心像を明確に定義づけたうえで、瘦身願望との関連を調べた研究は未だなされていないのが現状である。こうした点を踏まえ、本研究では、身体心像を評価という視点から捉えた定義づけを行う。すなわち、身体心像には、自分の身体を自分でどのように捉えているかという認知の側面と、その認知に対して自分がどのような評価をしているのか、という評価の側面との2つの側面が含まれていると考えられる。自分は肥っているという認知があったとしても、そのことに対して否定的な評価を下さず、自分で不満ももっていなければ、瘦身への願望は生じないかもしれない。したがって、身体心像を考える場合、どうしても評価という面の検討は不可欠であると言える。このように本研究では、身体心像を認知的側面と評価的側面という2つの側面として定義して捉える。

また、身体心像の評価的側面というのは、自己評価の1つの側面でもある。自分の身体に対する評価は、自己評価を形成する要素になる。従来の研究では、大学生の自己評価の諸側面の中で、「容貌」、「優しさ」、「生き方」の3側面は男女共通して自己評価と強い関係にあることが明らかになっている(山本, 松井, 山成, 1982)。ただし、容貌も含めた身体に対する評価がどの程度自己評価全体に影響するかは、人が容貌面をどの程度重視しているかに規定されると考えられる。そこで本研究では、容貌に対する重視の程度を瘦身願望を規定する要因の1つとして取り上げる。この側面は従来の瘦身願望、摂食障害に関する研究では扱われてこなかった新しい側面である。

以上述べてきたように、本研究では、瘦身願望を規定している要因として、身体心像の認知の側面、評価の側面、および容貌の重視度、という3つの要因をとりあげる。

さらに、本研究では、これら3つの要因の瘦身願望に対する相対的な影響度を重回帰分析を用いて測定する。従来、臨床心理学の領域では、摂食障害や瘦身願望はケーススタディ研究として取り上げられることが多かった。したがって、瘦身願望についても多くの要因が錯綜しているという記述が主であった。その結果、相互の要因の影響を排除した場合に、1つ1つの要因がどの程度瘦身願望に影響を与えているのかが数字として明らかにされることはなかった。こうした面を明らかにすることで、瘦身願望の具体的な構造が明確になり、また、瘦身願望を含めた摂食障害に対するアプローチの指標が得られることになる。さらに、本研究では、男女の双方を対象に、瘦身願望に対する3つの要因の影響度を調べる。このような検討によって、瘦身願望に影響する要因の違い、および要因の相対的影響度の違いを、直接比較ではないが、パターンの違いとして男女間で比較する

ことができる。従来、瘦身願望は主として女性が考察の対象になっていたが、本研究では男子学生をも対象に含むことで、瘦身願望に関する新たな知見が得られる。

なお、本研究では、いわゆる IBM 指数に基づく実際の肥満度は扱わない。従来の研究から、男女ともに実際の体型より肥えていると認知する傾向が強いことが明らかになっている。そして、瘦身願望は実際の体型よりも、身体認知に基づく身体心像に左右されると考えられる。したがって、本研究では、実際の肥満度よりも身体心像の方にのみ焦点をあてる。

これらの点を踏まえた上で、以下に本研究の検討項目を述べる。

① 大学生での瘦身願望の性差を検討する。瘦身願望は従来、男子学生より女子学生の方が強いという結果が得られているが(今田, 1996), 本研究でも、従来の結果を確認する目的で、瘦身願望の性差を調査する。

② 身体心像の認知の側面を体型の認知, 評価の側面を身体満足度とし、さらに各被験者の容貌の重視度を調査し、これら3要因の瘦身願望に対する相対的影響度を重回帰分析によって測定する。

そして、男子と女子では瘦身願望に影響をもたらしている要因は異なり、女子では評価、容貌の側面の影響が強く、男子ではこうした側面の影響はみられない、という仮説を設定する。

③ 瘦身願望が、痩せるための活動を実際にどの程度引き起こしているのかを調査する。先にも指摘したが、瘦身願望はあくまで摂食障害患者という枠内で扱われることが多かった。そのため、瘦身願望と実際の瘦身を目的とした活動生起との関係が明らかになってるとはいえない状況にある。通常の人の場合、瘦身願望はもっていても、それが願望のままにとどまり、実際の行動生起に結びついていない場合も予想されうる。瘦身願望と実際の活動との関係については、今田(1996)によって、瘦身願望と摂食抑制との関連が調べられ、瘦身願望と抑制的摂食行動との間に有意な相関が見いだされている。しかし、彼の研究は、あくまで摂食という活動のみに限られたものであり、ダイエット運動など痩せるための活動を幅広く調査したものではない。そこで本研究では、瘦身願望が痩せるための活動生起に及ぼす影響力を調査する。瘦身願望が女性の摂食障害を引き起こす契機になっていることを踏まえると、女性の場合、瘦身願望は具体的な活動を引き起こすだけの力をもっていることが仮説として考えられる。

④ 瘦身願望に具体的な目的が伴っているのか否かの調査を行う。瘦身願望はこれまで痩せることを美德とする社会的な文脈で扱われることが多かった。そこで本研究では、これまでより個人的なレベルで痩せることの目的の有無を調査した。こうした調査によって、瘦身願望が単なる社会的風潮の中で生じたものなのか、あるいは個人のレベルでの明確な目的に基づいたものなのかが明らかになる。

## 方 法

**被験者** 大学生417名(男子193名・女子224名)

**手続き** 講義室で瘦身願望に関する調査用紙を配布し、集団調査を行った。

## 調査用紙の内容

### ① 瘦身願望度の調査

「つね日頃から痩せたい気持ちがどれくらいありますか」という質問を「全くない・ほとんどない・どちらでもない・わりとある・非常にある」の5段階評定で行った。「非常にある」を5点、「全くない」を1点として得点化した。

### ② 痩せるための活動の有無

瘦身願望がある（「非常にある」もしくは「わりとある」）と答えた人に対し、痩せるために何か具体的な活動を実行しているかどうかを、「はい」、「いいえ」の2件法で答えてもらった。さらに、「はい」と答えた人にはその活動内容を記述してもらった。

### ③ 痩せることに対する目的の有無

瘦身願望がある（「非常にある」もしくは「わりとある」）と答えた人に対し、痩せるための具体的な目標があるかどうかを、「ある」、「ない」の2件法で答えてもらった。さらに「ある」と答えた人にはその目的を記入してもらった。

### ④ 自己の体型の認知（身体心像の認知の側面）

自己の体型をどのように認知しているかについて、「太め・やや太め・標準・やや細め・細め」の5段階評定で答えてもらった。「太め」を5点、「細め」を1点として得点化した。

### ⑤ 身体満足度（身体心像の評価の側面）

中島・太田（1980）の身体意識の調査に用いられた24箇所（顔の艶・耳・胸・横顔・プロポーション・目・身長・足首・ウエスト・腕・脚の形・容姿・ヒップ・肩幅・口・首・歯・鼻・あご先・頭・体格・太股・顔・体重）の身体部位であった。これらの身体部位に対する満足の程度を「非常に満足している・やや満足している・どちらでもない・やや不満である・非常に不満である」の5段階評定で答えてもらった。次に、分析段階でこれら24項目のうち、斎藤（1993）の研究で、男子学生に不満傾向が見られた身長、歯、体格、体重の4項目について、「非常に満足している」を5点、「非常に不満である」を1点として得点化し、これらの平均点をもって男子学生1人分の身体満足度とした。女子についても、斎藤（1993）の研究で、女子学生に不満傾向がみられたふともも、脚の形、プロポーション、ヒップ、ウエスト、体重の6項目について、男子学生と同様の手続きで女子学生一人分の身体満足度を求めた。

### ⑥ 容貌の重視度

山本・松井・山成（1982）が作成した自己認知の11の側面（社交性・スポーツ能力・知性・優しさ・性的能力・容貌・生き方・経済力・趣味と特技・まじめさ・学校の評判）を参考に9つの側面（社交性・知性・優しさ・性的能力・容貌・生き方・経済力・趣味と特技・まじめさ）を選出し、自分にとって重要だとみなす順に順位をつけてもらった。これらの順位のうち高いものから順に9点、8点……1点と得点化した。

## 結果と考察

結果について、検討項目に沿いながら考察していく。

### (1) 大学生での瘦身願望の性差の検討

Table 1 に男女それぞれの瘦身願望得点の平均点を示した。結果は、女子の方が男子より有意に瘦身願望得点の平均が高いことが明らかになった ( $t=12.10$ ,  $df=341$ ,  $p<.001$ )。この結果はこれまでの研究結果と同じものであった。浅野 (1996) は、こうした瘦身願望の違いを生み出す要因の1つとして現代社会の中のジェンダー (社会的性) 概念をあげている。ジェンダー論では、従来、社会化過程の中での性役割の獲得が扱われてきた。また、ジェンダー・スキーマ論では、ジェンダー・スキーマは、男性的、女性的というジェンダーに基づいて対象の認知を方向づける働きをもつ、といわれている。さらに、社会的学習理論の立場では、幼児は男らしさ、女らしさに関する知識を学習するとされている (土肥, 1996)。このように、人は、幼い頃から男らしさ、女らしさに関する知識を獲得し、成人に達してからも男らしさ、女らしさという枠組みの中で対象を捉えるといった認知様式の中で生活している。そして現代社会では、男らしさ、女らしさとは、まずそれぞれの性に特有とみなされる身体や外見によって表示されるものである、という考えが確立されている (浅野, 1996)。こうした傾向は特に女性について著しいように思える。つまり、女らしさというものを考える場合、身体特性は男性よりも女性の方がより重要度が高くなっているのである。そしてこうした理由で、瘦身願望が男性よりも女性により顕著に現れてきたと思われる。

Table 1 瘦身願望得点の平均とSD

	平均点	SD	t 値
男子	2.56	1.44	12.10***
女子	4.07	1.03	

(\*\*\*...=p<.001)

Table 2-1 重回帰分析の結果 (男子)

目的変数	説明変数 (標準偏回帰係数)			重相関係数
瘦身願望	身体満足度	体型の認知	容貌重視度	
(2.56)	(2.69)	(2.85)	(3.00)	0.704***
	-0.072	0.699***	0.053	

( ) 内の数値は平均値を示している。

(\*\*\*...=p<.001)

Table 2-2 重回帰分析の結果 (女子)

目的変数	説明変数 (標準偏回帰係数)			重相関係数
瘦身願望	身体満足度	体型の認知	容貌重視度	
(4.07)	(1.97)	(3.58)	(3.09)	0.658***
	-0.436***	0.292***	0.099*	

( ) 内の数値は平均値を示している。

(\*...=p<.05, \*\*\*...=p<.001)

Table 3-1 瘦身願望の強さによる行動あり・なしの人数 (男子)

	非常に強い	強い	$\chi^2$ 値
行動あり	11	21	1.242 NS
行動なし	8	28	

Table 3-2 瘦身願望の強さによる行動あり・なしの人数 (女子)

	非常に強い	強い	$\chi^2$ 値
行動あり	60	29	17.48***
行動なし	33	58	

(\*\*\*...=p<.001)

