男女青年における痩身理想の内在化と痩身願望との関係についての検討

浦　上　涼　子*　　小　島　弥　生**　　沢　宮　容　子***

「痩身理想の内在化」とは，社会的に魅力がある，価値があるとされる痩身を，自己の価値観や理想として取り込んでしまう概念である。本研究の目的は，この痩身理想の内在化と痩身願望との関係について検討することであった。具体的には，雑誌からの影響の受けやすさ，他者からの承認欲求，自尊感情といった個人特性が，痩身理想の内在化を媒介した場合に痩身願望へどのように結びつくかについて，男女大学生を対象に多母集団同時分析を行い，その相違点について検討を行った。男女大学生585名を対象に質問紙調査を実施し，現在の体重(体型)を下回る体重が魅力的だとする336名について分析を行った結果，男女ともに，個人特性は痩身理想の内在化を媒介することで，痩身願望とより強い関連が認められた。また，男女によって個人特性が直接的に痩身願望に結びつくパターンと痩身理想の内在化と媒介するパターンに違いがみられた。本研究の結果から，痩身理想の内在化は摂食障害の危険因子である痩身願望に大きな影響を及ぼす要因であることが明らかになった。今後は，この痩身理想の内在化に焦点を当てて実証的な研究を行う必要性が示唆された。

キーワード：痩身理想の内在化，痩身願望，男女大学生，摂食障害

問題と目的

近年，摂食障害の増加傾向に呼応し，その原因や特徴に言及した研究が盛んである。

中井（2006）は，わが国で依然として増え続けている神経性無食欲症や神経性大食症の原因として，痩せた女性のさらなる痩身願望を指摘している。「痩身願望（drive for thinness)」とは「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」（馬場・菅原, 2000）である。また，痩身願望は摂食障害の中核的な病理である「体型や体重に対する過度の関心」を言い換えたものでもあるとされ（Garner, Olmsted, & Polivy, 1983)，摂食障害の主要な特徴とされている（O'Connor, Lewis , & Kirchner, 1995)。

摂食障害患者数の増加と密接に関わっている要因として，ダイエットブームなど痩身を賛美する社会文化的な要因も注目されている(北川・小川, 2004)。田中(2001)は，摂食障害という問題を解決するには，個人の病理性にアプローチするだけでは不十分であり，極端な痩身を志向する文化に注目し，社会と個人との関係の中で問題を捉え直すことが必要であると述べている。臨床現場においても，社会文化的要因を考慮しない限り治療の進展は期待できなくなっていることは既に指摘されている（野添, 1989)。

一方，「痩身願望」は，自己の身体を社会文化的理想に沿わせようとする社会的圧力の指標になりうるという指摘もある（Wiederman & Pryor, 2000)。つまり，痩身が望ましいとする社会的圧力が痩身願望を引き起こすということである。馬場・菅原（2000）や浦上・小島・沢宮・坂野（2009）は，大学生の痩身願望に影響を与える社会的要因として他者からの承認欲求を取り上げて検討し，賞賛獲得欲求あるいは拒否回避欲求などの承認欲求から痩身願望が生じることを明らかにしている。

他に，摂食障害の患者は，他者からの承認やソーシャルサポートを得るため，また自分に関し好印象をもってもらうため，あるいは自己防衛のために痩せる試みを行うことを指摘した研究（Moulton, Moulton, & Roach, 1998)や，摂食障害傾向の高い女子大学生は，他人好みに外見や態度を整えることで，周囲の賞賛や評価を得ることができ，それを自我のよりどころにしやすいことを明らかとした研究（吾妻・大野・稲富・田中・太田, 2002）があるが，これらも社会的圧力を受けての痩身願望の現れといえる。

社会的圧力としては，メディアの存在も大きい。とりわけ，雑誌からの影響が非常に強いことが指摘され

*　東京大学　保健・健康推進本部精神科
〒153-8902　東京都目黒区駒場3-8-1
**　埼玉学園大学
***　立正大学

ている（Harrison & Cantor, 1997）。Sypeck, Gray, & Ahrens (2004) が，1959 年から 1990 年までにアメリカで発行されたもっとも有名なファッション雑誌 4 誌の表紙を取り上げ，1980 年代からモデルの体型がスリムになってきたこと，映し出される身体の部分が上半身から全身へと移行し，露出の多い服装が増えたことを指摘している。そして，理想とされる女性の体型の提示が明らかに細身となっていることを明らかにしている。

雑誌にはダイエットや運動をあせらずに行うことの重要性が説かれていることもあるが，同時にダイエット関連の広告が膨大に掲載されており，女性に与える影響は著しいとの指摘もある（Andrist, 2003 ; Derenne & Beresin, 2006）。わが国においても，定期的に女性誌を読んでいる女子学生はそうでない学生よりも摂食障害傾向が高いとして，女性誌の情報がもつ影響力の大きさが確認されている（小澤・冨家・宮野・小川・川上・坂野, 2005）。

しかしながら，同じ文化や環境の中で暮らしていてもすべての人が摂食障害に陥るわけではない。そこには個人が社会からのメッセージをどのように取り込んでいるのかという媒介要因が関与していると考えられる。

この点について Stice, Schupak-Neuberg, Shaw, & Stein (1994) は，「痩身理想の内在化(thin-ideal internalization)」という概念を提唱している。「痩身理想の内在化」とは，“社会的に”魅力がある，価値があるとされる痩身を“自己の”価値観や理想として取り込んでしまうことである。Stice et al. (1994) は，これを体型不満感の増大や食行動異常の発生につながる重要な危険因子であると指摘している。「痩身理想の内在化」が強い痩身願望（や肥満恐怖）を生じさせる結果，社会文化的理想に合致しない自己の身体を否定的に評価することで，食に関する様々な問題を引き起こすことも実証されている（Cusamano & Thompson, 1997 ; Halliwell & Harvey, 2006 ; Wiederman & Pryor, 2000）。また，「痩身理想の内在化」はそれ自体でも問題のある食行動を招くという示唆があり（Halliwell & Harvey, 2006），痩身願望ひいては摂食障害の問題を検討する上で無視することができない要因であると考えられる。

わが国では，「痩身理想の内在化」という要因に着目した研究はきわめて少ない。食行動異常とメディアが与える影響との関連性についての検討は未だ不十分であるとの指摘もある（前川, 2005）。したがって，「痩身理想の内在化」を含めた実証的かつ基礎的な研究を行うことには大きな意義があるといえる。

なお，摂食障害に関する多くの先行研究で，自尊感情の低さが摂食障害の発症，経過や予後に影響を及ぼしていることが明らかにされている（Bell, 2002 ; Gual, Perez-Gasper, Martinez-Gonzalez, Lahortiga, de Irala-Estévez, & Cervera-Enguix, 2002 ; O'Dea & Abraham, 2000）ことから，本研究においても自尊感情を要因として取り上げる。同じく，痩身に関わる意識や行動の一つとして，実際の体重と理想とする体重の差異による影響についても併せて検討する。

痩身願望の問題を考えるにあたり，Harter (2006) は，男性の痩身願望が近い将来大きな問題となると指摘している。わが国においても，近年の実態調査で，全国の大学保健管理施設を受診している摂食障害患者 728 名のうち，男子患者は 43 名おり，3 年以上の経過を持つ者が 31 名いるとの報告（武井・玉川・佐藤・奥野, 2000）や，BMI が平均以下（≦22）である男子大学生の約 40%が痩身願望を持っているとの報告（高橋・川端・山田・宮下・大浦・山田, 2004）がなされている。また，肥満を意識している者の減量実行率は男子に多く，特に大学生男子に顕著であることが報告されている（矢倉・広江・笠置, 1993）。他にも，早野 (2002) が男子大学生の約 54%が「肥満になることが怖い」，そして約 22%が「痩せることで頭が一杯である」と回答したという結果を示し，痩身願望が男性社会の中でも生じている可能性を指摘している。痩身願望をより詳細に検討する上で，女性だけではなく男性もその対象とした研究の蓄積を進めていく必要があることに異論の余地はない。にもかかわらず，そのような研究は未だ少ないのが現状である。

以上の背景を踏まえ，本研究では，個人特性（雑誌からの被影響性, 承認欲求, 自尊感情, 実際と理想の体重差）および媒介要因としての「痩身理想の内在化」と，痩身願望の関係について検討を行うことを目的とする。研究にあたっては，以下のような関連が予想される。まず，雑誌の記事や広告からの影響を受けやすいと，痩身を自己の価値観として取り込むようになり，痩身願望へとつながるのではないかと思われる。また，他人から認められたい気持ちや嫌われたくないという気持ちがある場合や，自分に自信が持てない場合にも，その代償として痩身を自己の価値観として取り込むようになり，痩身願望へと結びつくのではないかと思われる。さらに，実際の体重が理想としている体重よりも重い場合に，痩身を自己の価値観として取り込み，痩身願望へとつながるのではないかと考えられる。しかしな

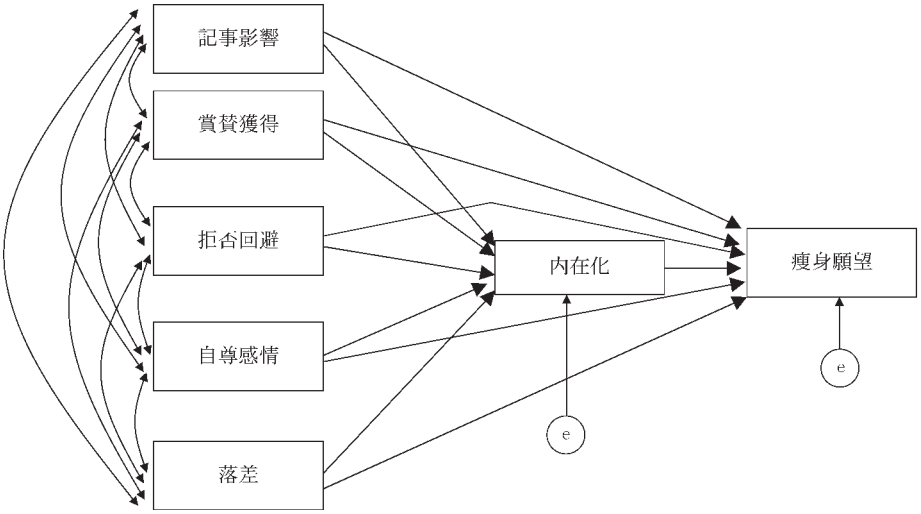

Figure 1　最初に想定したモデル図（e：誤差項）

がら，「痩身理想の内在化」が媒介要因とならなくとも，個々の個人特性が痩身願望に結びつく可能性も考えられるため，直接的な関連も想定する。以上の予測に基づき，Figure 1 のモデルを設定し，男女大学生を対象とした多母集団同時分析を行い，相違点についての検討も併せて行うこととする。

方　　法

調査対象者

首都圏の 4 つの私立大学に在籍する大学生 585 名（男子 337 名；女子 248 名）を調査対象とした。平均年齢は 19.87（±3.30）歳，年齢の範囲は 18 歳－58 歳であった。

調査時期

2009 年 6 ～ 7 月および 2011 年 4 ～ 5 月に実施した。

調査方法

自己評価式の質問紙調査を無記名式で実施した。授業時間を用いて，調査実施者あるいは授業担当者が質問紙を配付，回収した。

なお，調査は強制ではなく，自由意思で回答してよいと教示した。

質問項目

1）痩身願望尺度　馬場・菅原（2000）が作成した 11 項目の尺度を用いた。同尺度は，痩身願望を「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」と定義した上で，従来の食行動や摂食障害の尺度を参考に，体重や痩せることへのこだわりの表現を収集・整理改変し，痩身願望尺度として作成したものである。項目の内容は，ダイエット行動や痩せたい理由などの具体的なものではなく，「痩せたい」という意識の強さのみを測定できるように作成されており，作成者により尺度の構成概念妥当性と信頼性が確認されている。以下，この尺度で測定した得点を「痩身願望」と示す。

2）Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire（SATAQ）[1]　斎藤（2004）が翻訳した 14 項目の尺度を用いた。これは，「痩せている方が望ましい」という社会的な価値観をどれだけ自己の価値観として取り入れているかを測定する尺度である。SATAQ の信頼性については後述する。以下，この尺度で測定した得点を「内在化」と示す。

3）MAGINFO 尺度　小澤・冨家・宮野・小山・川上・坂野（2005）が作成した 7 項目を用いた。雑誌に対する被影響性を測定する尺度である。項目内容としては，「スタイルをどのように良くするかというあなたの考え」，「体重を減らすためのダイエット」など痩身に関するものとなっている。作成者により尺度の再検査信頼性が確認されている。以下，この尺度で測定した得点を「記事影響」と示す。

4）賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度　承認欲求を測定するため，小島・太田・菅原（2003）による賞賛獲得欲求 9 項目，拒否回避欲求 9 項目の尺度を用いた。賞賛獲得欲求とは，他者の注目を集め賞賛や肯定的な

[1]　ただし，翻訳者に許可を得て，原文の意味がより明確になるように表現の一部を変えて使用した。

評価を獲得しようとする傾向であり，以下この尺度で測定した得点を「賞賛獲得」と示す。また，拒否回避欲求とは自己を隠し，他者からの否定的な評価を回避しようとする傾向であり，以下この尺度で測定した得点を「拒否回避」と示す。作成者により尺度の並存的妥当性と再検査信頼性が確認されている。

5）自尊感情尺度　山本・松井・山成（1982）が作成した10項目の尺度を用いた。以下この尺度で測定した得点[2]を「自尊感情」と示す。

6）現在の体型と魅力的な体型　根本・柴田（2003）の体型指数の算出方法を援用して，現在の体重および魅力的と思う体重を尋ねた。まず，質問紙には身長140〜199 cmまで1 cm刻みで，BMI（Body Mass Index）による標準体重（身長^2×22）の一覧表を示した。回答者には自分の身長に対応する標準体重を基準として，自分の現在の体重および魅力的と思う体重がそれぞれ標準体重からどのくらい多い（あるいは少ない）かについて，回答を求めた。この方法を用いれば，体重の異なる被調査者でも同一の指標上で取り扱うことができる。

なお，上記のうち6）の体型指数を除く項目はすべて，“非常によくあてはまる：5”から“全くあてはまらない：1”までの5件法で回答を求めた。

分析方法

解析に用いたプログラムは，SPSSver 19.0およびAmos 19.0である。記述統計・主成分分析・相関分析についてはSPSSver 19.0を用い，多母集団同時分析によるパス解析についてはAmos 19.0を用いた。

結　　果

1）分析対象者

585名のうち，30歳以上は青年期でないと考え，分析対象から除外した。また，魅力的と思う体重と現在の体重の落差の算出（後述）において，現在の体重を上回る体重が魅力的であると答えた者を除外した。その結果，分析対象者は336名になった。そのうち男子は146名，女子は190名であった。336名の平均年齢は19.55歳（±1.41），年齢の範囲は18歳−28歳であった。

落差の算出方法は以下の通りであった。現在の体重と標準体重との差をA（kg），魅力的な体重と標準体重との差をB（kg）としたとき，A−Bを求めた。この値がプラスであれば，現在の体重を下回る体重が魅力的であると回答者が考えていることになる。そのため，プラスの値をとった者は「痩せたい」という考え，マイナスの値および0の値をとった者は「太りたい」もしくは「少なくとも痩せたくない」という考えを持っているとみなし，マイナスの値および0の値をとった者を除外対象とした。

2）SATAQの因子構造

SATAQ全14項目について，項目内容の構造を確認するために主成分分析を行った。その結果，第1主成分に.35以上で負荷のある項目は11項目となった。この11項目の中には第2主成分に負荷量のある項目もあったが，すべて.35以上で第1主成分に負荷しているため，これら11項目について再度主成分分析を行った。その結果をTable 1に示した。クロンバックのα係数を算出したところ，.90の信頼性係数を示した。したがって，11項目の素点を合計した数値を「内在化」得点とし，以後の分析に用いた。なお，反転項目が1項目（SATAQ4）あり，これは反転させた上で合計に用いた。

3）痩身願望と各要因との関連

内在化を除く，本研究で用いた既存の尺度について内的整合性を検討するために，各尺度のα係数を算出しTable 2に示した。その結果，いずれの尺度においても十分に高い値が示され，尺度としての信頼性が確認された。

次に，痩身願望を規定する各要因について考察するために，痩身願望尺度と他の諸尺度とのピアソンの相関係数を算出しTable 2に示した。その結果，まず内在化との相関がr＝.72と高く，記事影響との間にr＝.45と正の相関が認められた。賞賛獲得欲求・拒否回避欲求との間にはr＝.23，r＝.29と弱い正の相関が認められた。また，自尊感情についてはr＝−.28と弱い負の相関が認められた。男女別で分析した場合でも同様の結果であった。

4）モデルの検討

記事影響，賞賛獲得，拒否回避，自尊感情，落差を独立変数とし，痩身願望を従属変数，内在化を媒介変数とするFigure 1について，多母集団同時分析を行った。

分析の結果，適合度指標はχ^2＝13.63，df＝8，p＝.092，CFI＝.990，AGFI＝.921，RMSEA＝.046と十分な値であった。なお，この多母集団同時分析では等値制約をおかなかったが，男女間で係数の大きさに違いのみられた3つのパス（落差から内在化，自尊感情から内在化，賞賛獲得から痩身願望）に等値制約をおいた多母集団同時分析も実施したところ，適合度指標はχ^2＝21.51，df＝11，p＝.028，CFI＝.981，AGFI＝.913，

[2]　主成分分析の結果，負荷量の低い1項目を除いた9項目を得点化して用いている。

Table 1　SATAQの項目内容

	項目	成分1	成分2
SATAQ7	スリムな人が写っている写真を見ると，痩せたいと思う	.851	−.116
SATAQ3	痩せた人が出ているミュージックビデオをみると，痩せたいと思う	.847	−.135
SATAQ13	水着を着るモデルのように痩せたい	.821	−.135
SATAQ14	ファッション雑誌の中に出てくるモデルと自分をよく比較する	.801	−.255
SATAQ1	テレビ番組や映画に出てくる人の体型を目標としている	.782	−.012
SATAQ5	雑誌やテレビに出ている人と自分の体型を比較しがちである	.754	−.296
SATAQ4	雑誌に出てくるモデルのようになりたいとは思わない*	−.652	.129
SATAQ11	他人は，あなたが痩せればもっと服が似合うと思っている	.609	−.079
SATAQ2	店で売られている服は，スリムなモデルが着た方が似合う	.605	.325
SATAQ9	現代社会で成功したいなら，容姿を磨くことは重要である	.488	.755
SATAQ8	現代社会で生きていく上で，外見的魅力があることは大変重要である	.382	.830
	固有値	5.483	1.591

*　反転項目
注1　SATAQ：Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire
注2　分析から除外した3項目は次の通り
SATAQ6　一般に「太っている＝外見的魅力が少ない」とはいいきれない
SATAQ10　痩せたら見た目がよくなるとは思わない人が多い
SATAQ12　現代社会では，外見的な魅力はそれほど重要ではない

Table 2　各変数のα係数，痩身願望との相関係数

得点名	内在化	記事影響	賞賛獲得	拒否回避	自尊感情	α係数
痩身願望	.715**	.453**	.230**	.287**	−.282**	.933
内在化		.610**	.326**	.337**	−.174**	.871
記事影響			.223**	.212**	−.082	.906
賞賛獲得				.245**	.252**	.845
拒否回避					−.314**	.858
自尊感情						.898

$^{**}p<.01$
注　なお，‘内在化’はSATAQ，‘記事影響’はMAGINFO尺度で測定された。

RMSEA＝.054となり，等値制約をおかない分析よりもデータがモデルに適合していると判断しがたい結果を示した。そこで，以下では等値制約をおかない分析を元に結果を示す。分析の結果，有意になったパスのみをFigure 2（女子学生を対象とした結果。以下，女子モデルと総称する）とFigure 3（男子学生を対象とした結果。以下，男子モデルと総称する）に示した。これらの図中の数値は，標準化したパス係数および重相関係数である。

はじめに，内在化を媒介して痩身願望へ関連したパスについて述べる。女子モデル，男子モデルともに，記事影響から内在化へのパス（それぞれ，.49，.36），賞賛獲得から内在化へのパス（それぞれ，.25，.35），内在化から痩身願望へのパス（それぞれ，.58，.58）が有意であった。したがって，雑誌情報に影響されやすいほど，痩身を理想とする価値観を取り込みやすくなり，痩身願望と結びつくという，「痩身理想の内在化」を媒介した関連が確認された。また，周囲の人たちから認めてもらいたい，ほめてもらいたいという気持ちがあるほど，同様に痩身を理想とする価値観を取り込みやすくなり，痩身願望に至るという関連も見出された。

しかしながら，女子モデルのみ，落差から内在化へのパス（.16）が有意であった。つまり，男子モデルとは異なり，実際の体重が理想とする体重よりも重ければ重いほど，痩身を理想とする価値観を取り込みやすく，痩身願望が強まる傾向のあることが示された。また，男子モデルのみ，自尊感情から内在化へのパス（−.30）が有意であった。したがって，女子モデルとは異なり，自尊心が低いほど，内在化を媒介して痩身願望が強まる可能性が示された。

次に，内在化を媒介せず，痩身願望への直接的な関連が示されたパスについて述べる。女子モデル，男子モデルともに，自尊感情から痩身願望への直接パス（それぞれ，−.22，−.16）が有意であった。男子モデルでは，内在化を媒介した関連と同時に，媒介しない関連もある

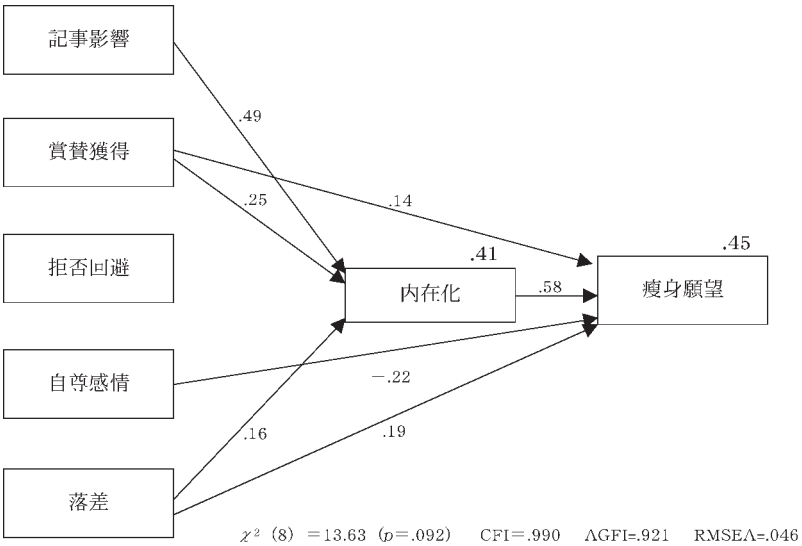

Figure 2　女子モデル（誤差項および有意でないパスは省略）

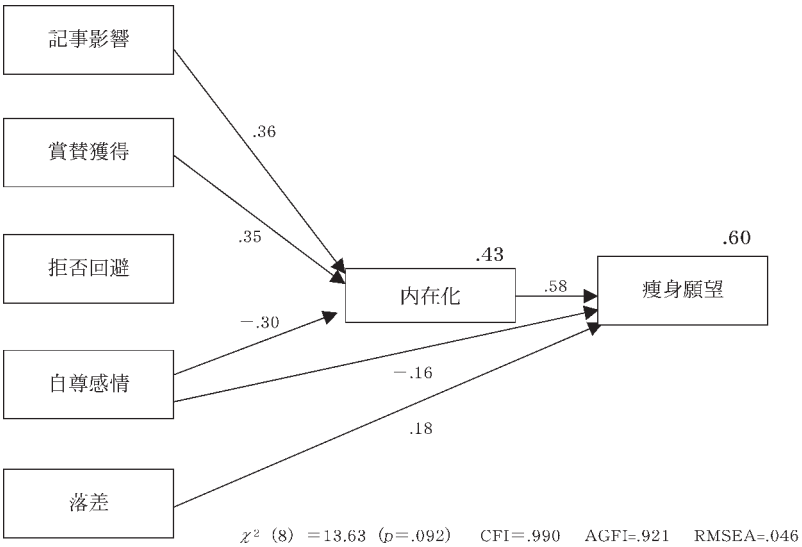

Figure 3　男子モデル（誤差項および有意でないパスは省略）

ことが示された。つまり，女子モデルとは異なり，自尊心が低いほど，痩身願望に直接結びつく可能性もあるといえる。また，女子モデルのみ，賞賛獲得から痩身願望への直接パス(.14)が有意であった。女子モデルでは，内在化を媒介した関連と同時に，媒介しない関連も示された。すなわち，男子モデルとは異なり，他者から認められたい気持ちが強いほど，痩身願望に結びつく可能性もあると考えられる。

考　　察

本研究の目的は，個人特性（雑誌からの被影響性,承認欲求,自尊感情, 実際と理想の体重差）および媒介要因としての「痩身理想の内在化」と，痩身願望との関係について検討を行うことであった。また，男女大学生を対象とした多母集団同時分析を行い，その相違点についての検討を行うことであった。

痩身理想の内在化について

本研究で用いた個人特性は，男女ともに痩身願望と直接的な関連を示したものもあったが，説明する力は小さかった。この結果から，痩身に影響を与える諸要因は「痩身理想の内在化」を媒介することで，痩身願望とより強い関連が認められる可能性が示唆された。つまり，男女ともに「痩身理想の内在化」が痩身願望を強める上で見逃すことができない重要な要因であることが明らかとなった。

先述したように，欧米では「痩身理想の内在化」が強い痩身願望(や肥満恐怖)を引き起こすことが実証されており（Cusamano & Thompson, 1997 ; Halliwell & Harvey, 2006 ; Wiederman & Pryor, 2000），本研究においても，その結果と合致する結果を示すことができたと思われる。

また，本研究において，男女ともに「痩身理想の内在化」と痩身願望との関連性が見出されたことは，身体意識や美意識に対する性差が薄れてきている可能性を示唆する。佐藤・土谷（2010）も，わが国において痩せていることが賞賛され，容姿が重要視される傾向や，女性のみならず男性においても，細身の中性的な容姿が理想的なイメージとなってきていることを指摘している。つまり，社会的に理想とされる痩身を自己の価値観とする「痩身理想の内在化」が，実際に男女ともに広まっているために，そのような指摘がなされているのではないかと考えられる。

個人特性のうち，雑誌からの被影響性は，男女ともに痩身願望との直接的な関連が認められないものの，「痩身理想の内在化」を介することによって間接的な関連が認められた。馬場・菅原（2000）は，スリムな女性が映し出されるテレビや雑誌などのメディアに日常的に接している中で，痩せた身体に価値を置く社会的風潮に次第に慣らされ，暗黙裡に痩身志向を自己の内部に取り込んでしまっているのではないかと指摘している。他にも，痩身理想の内在化が強い場合，痩せるための重要な手引きとなる情報を，より一層メディアから探そうとするとの指摘がある（Cash, 2005)。つまり，痩せていることが望ましいとするメディアからのメッセージ自体が痩せたいという意識を強めるのではなく，メッセージによって「痩身理想の内在化」が促進されることで，はじめて痩身願望が引き起こされるのではないかと考えられる。「痩身理想の内在化」と社会的圧力ともいえるメディアとの関連性は，痩身願望ひいては食に関する様々な問題を引き起こす重要な危険因子であることが示唆される。

そのほかの個人特性について

本研究で検討を行った個人特性，媒介要因である「痩身理想の内在化」，結果としての痩身願望の関連性は女子大学生と男子大学生とでいくつかの相違点がみられた。

第1に，承認欲求の中でも，他者から認められたいと思う賞賛獲得欲求は，女子においては「痩身理想の内在化」を介して痩身願望に結びつくとともに，賞賛獲得欲求自体が直接的に痩身願望に結びつくことが示された。しかし，男子においては「痩身理想の内在化」を介するパスのみであった。なお，承認欲求の中でも，他者からの否定的な評価を恐れる拒否回避欲求は，男女ともに痩身願望と直接的にも間接的にも関連が認められなかった。第2に，男女ともに自尊感情が低いほど，痩身願望と結びつくことが示されたが，男子においては自尊感情が「痩身理想の内在化」を介して痩身願望へと至るパスも認められた。第3に，男女ともに実際の体重と理想の体重との数値の差（落差）が大きいときには，直接的に痩身願望が高められることが認められたが，女子においては落差が「痩身理想の内在化」を介して痩身願望を高めるパスも示された。

第1の承認欲求については，女子にとって痩身とは，男子とは異なり，積極的に良い評価を得ようとする“自己アピールの手段”としての性格が強いのではないかと考えられる。つまり，他者から認めてもらうために痩せていることを自己の価値観として取り込もうとするだけではなく，自分をより良く見せるために積極的に痩身というツールを選択する傾向があるのではないかと推測される。そのために，女子では「痩身理想の内在化」の媒介効果が相対的に小さくなった可能性が考えられる。

第2の自尊感情については，男女ともに自信がもてなくなるほど，“自信回復の手段としての痩身”を求める意識が強まることが考えられる。さらに，男子については，自尊感情の低さが「痩身理想の内在化」と結びつくと，痩せたいという気持ちを強めることも考えられる。

先述の承認欲求に関する考察と自尊感情に関する考察をまとめると，次のような可能性が考えられるのではないか。すなわち，“他者から良く評価されるため”や“自信回復のため”に痩身を選択する可能性は，男子よりも女子に特徴的であると思われる。それに対して男子は，良い評価の獲得や自信回復という目的が痩身という手段にはすぐにつながらず，その個人に，痩せていることを理想とする価値観が促進されている場

合にはじめて，痩身が目的を満たす手段の一つとして意識されるのではないだろうか。したがって，男子大学生における痩身願望を考えるにあたり，「痩身理想の内在化」の有無に注目することが，今後必要となってくるのではないだろうか。

第3の落差については，実際の体重が理想としている体重よりも重い場合に，痩せたいと誰もが思うのは決して不自然なことではない。したがって，落差が直接的に痩身願望と結びつくといったパスは，本研究で作成したモデルの妥当性を示しているとも捉えられる。ただし，本研究で用いた落差という指標は，標準体重を基準として現在の体重および魅力的と思う体重との差分を用いている。そのため，分析対象者（現在の体重が魅力的な体重よりも多いと回答したため，痩せたいと考えているとみなした者）の中には，現在の体重が標準体重を相当上回っているために魅力的と思う体重との落差が大きい者もいれば，現在の体重は標準体重以下であるのに魅力的と思う体重がそれをさらに下回っていて落差が大きい者もいることが考えられる。つまり，人によって落差の示す内容に違いがあることが考えられ，そのことが男子においては「痩身理想の内在化」の媒介効果がみられず，女子には媒介効果がみられたことにつながった可能性が考えられる。矢倉・笠置・南前（1996）は，男子大学生の半数近くが健康のために減量を実施しており，“痩せることすなわち健康”と考えていることを報告している。ここから男子は健康を目的とする減量を意図しやすいことが考えられ，実際の体重の数値そのものが体重を減らそうとする意識と直接的につながると思われる。一方，厚生労働省（2009）が発表した平成20年国民・栄養調査では，20～30歳代女性が，他の年齢段階と比べて，現在の体重を用いて算出するBMIも理想とする体重を用いて算出するBMIもともに低いという結果が出ている。すなわち20～30歳代の女性では，実際の体重が標準体重以下であり十分に痩せているにもかかわらず，さらに痩せたいと考えている者が一定数いることが示唆される。このことから，女子では健康のために痩せたいというよりも，自己の体重が理想とする（社会的に望ましいと思われる）体重とかけ離れていると意識することで，痩せたいという願望が促されるのではないかと考えられる。実際の体重が標準体重以下であっても理想とする体重がさらに低い値であったとしたら，「痩身理想の内在化」が媒介することで，現在の体重と魅力的と思う体重との落差の大きさが不適切な痩身願望と結びついてしまう危険性があるのではないだろうか。

本研究の限界と検討事項

本研究は男女大学生を対象とし，痩身に影響を与える個人特性が「痩身理想の内在化」を媒介し，痩身願望と強く関連していることを明らかにした。また，個人特性が「痩身理想の内在化」を媒介して痩身願望と結びつくか，直接的に痩身願望と結びつくかで男女で違いが認められた。摂食障害の好発年齢は10代後半から20代前半（山中・宮坂・吉内・佐々木・野村・久保木, 2000）であり，本研究の対象者である男女大学生とほぼ合致している。しかし，近年では前思春期や結婚後に発症する患者も増加していることが指摘されている（切池, 2004）。そのため，研究対象を小学生・中学生・高校生または就労青年や主婦などに広げ，年齢層だけでなく社会的立場も考慮した上で，「痩身理想の内在化」と痩身願望の関連性をより詳細に検討する必要があると考える。

また，本研究ではメディアの影響として雑誌のみを扱った。メディアに関する研究は主にテレビと雑誌に関心が寄せられており，新聞や本，ラジオ，インターネット，携帯電話，野外広告，交通広告については比較的研究が少ないとの指摘がある（Hill, 2006）。そのため，わが国の現代文化に合わせ，インターネットや携帯電話のアプリケーションなど多岐にわたる情報媒体に関する検討を行う必要もあるだろう。

今後の展望

Stice & Whitenton（2002）による縦断的研究では，「痩身理想の内在化」は思春期女子の体型不満感の危険因子であると指摘されており，「痩身理想の内在化」の維持が食行動異常の発症を招く危険性が示唆されている。諸外国では既に「痩身理想の内在化」を含めた，認知不協和理論（cognitive dissonance theory ; Festinger, 1957）に基づく摂食障害予防のためのプログラムの実施・検証が行われている。認知不協和理論では，人は矛盾した2つの認知が存在するとき不快を感じるとされているため，これを利用して，例えば痩身を理想とする信念や態度を抱いている者が反対の立場からそれらの信念や態度を批判するロールプレイを行うことによって，不快感から痩身へのとらわれの減少を促し，摂食障害傾向の減少を狙うものである。既に多くの介入研究で，「痩身理想の内在化」の低減に伴い，摂食障害傾向が減少したと報告されている（Matusek, Wendt, & Wiseman, 2004 ; Roehrig, Thompson, Brannick, & van den Berg, 2006 ; Stice, Chase, Stormer, & Appel, 2001 ; Stice, Mazotti, Weibel, & Agras, 2000 ; Stice, Trost, & Chase, 2003）。わが国においても，三井（2006）がStice et al.（2003）

を参考に構成した摂食障害予防介入プログラムを作成し，女子大学生に実施した研究がある。その結果，痩身願望，ダイエット，過食，摂食障害傾向が減少し，その効果が7か月後のフォローアップ時まで持続していたことが報告されている。以上のことからも，摂食障害患者の増加を防ぐために「痩身理想の内在化」を含めた予防的介入を広く行っていく必要性があるといえる。

また，欧米では，児童思春期の生徒を対象に，学校場面でメディアリテラシーに関する教育が摂食障害の予防プログラムとして実施されている。これは，メディアが提供する痩身を理想とする情報を認識，解釈，批判することを通して，メディアの内容の批判的評価を受け入れることを強化するアプローチ方法である（Levine, Piran, & Stoddard, 1999）。雑誌の被影響性の高さが痩せていることが望ましいという意識を強め，痩身願望に結びつくという本研究の結果からも，わが国においてもメディアリテラシー教育の有効性を期待することができるのではないだろうか。

以上のように，諸外国では既に摂食障害に関する予防的介入が広く行われている。依然として摂食障害患者が増え続けているわが国においても，同様の予防的介入が迅速に行われる必要があると思われる。摂食障害の危険因子である痩身願望，メディアが提示する痩身に関する情報からの影響，社会的に理想とされる痩身を自己の価値観として取り入れる「痩身理想の内在化」に焦点を当てた実証的な研究を行うことは，今後期待される摂食障害の予防的介入の検討に有用な知見を得るためには重要であると考えられる。

また，本研究では，男女によって各個人特性が「痩身理想の内在化」を媒介するパターンと直接的に痩身願望に結びつくパターンに分かれた。例えば，自尊感情は女子の場合，直接的に痩身願望に結びつくが，男子の場合は，「痩身理想の内在化」を介して結びつくため，自尊感情のみを扱っても痩身願望を減少させることができない可能性が考えられる。つまり，女性だけでなく男性も含めた研究を継続して行うことが，より効果的な予防的介入を検討するために重要であろう。

引用文献

吾妻ゆみ・大野弘之・稲富宏之・田中悟郎・太田保之 (2002). 女子大学生における食行動の実態とその社会・心理的要因について 精神医学, **44**, 521-527. (Agatsuma, Y., Ohno, H., Inatomi, H., Tanaka, G., & Ohta, Y.)

Andrist, L. C. (2003). Media images, body dissatisfaction, and disordered eating in adolescent women. *American Journal of Maternal Child Nursing*, **28**, 119-123.

馬場安希・菅原健介 (2000). 女子青年における痩身願望についての研究 教育心理学研究, **48**, 267-274. (Baba, Y., & Sugawara, K. (2000). Drive for thinness in adolescent women. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **48**, 267-274.)

Bell, L. (2002). Does concurrent psychopathology at presentation influence response to treatment for bulimia nervosa ? *Eating and Weight Disorders*, **7**, 168-181.

Cash, T. F. (2005). The influence of sociocultural factors on body image : Searching for constructs. *Clinical Psychology : Science and Practice*, **12**, 438-442.

Cusamano, D. L., & Thompson, J. K. (1997). Body image and body shape ideals in magazines : Exposure, awareness, and internalization. *Sex Role*, **37**, 701-721.

Derenne, J. L., & Beresin, E. V. (2006). Body image, media, and eating disorders. *Academic Psychiatry*, **30**, 257-261.

Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL : Row & Peterson.

Garner, D. M., Olmstead, M. P., & Polivy, J. (1983). Development and validation of a multidimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, **2**, 15-24.

Gual, P., Perez-Gaspar, M., Martinez-Gonzalez, M. A., Lahortiga, F., de Irala-Estévez, J., & Cervera-Enguix, S. (2002). Self-esteem, personality, and eating disorders : Baseline assessment of a prospective population-based cohort. *International Journal of Eating Disorders*, **31**, 261-273.

Halliwell, E., & Harvey, M. (2006). Examination of a sociocultural model of disordered eating among male and female adolescents. *British Journal of Health Psychology*, **11**, 235-248.

Harrison, K., & Cantor, J. (1997). The relationship between media consumption and eating disorders. *Journal of Communication*, **47**, 40-67.

Harter, S. (2006). The self. In W. Damon, & R.

M. Lerner (Series Eds.), & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology*. Vol. 3 (6th ed.). *Social, emotional, and personality development* (pp. 505-570). Hoboken, NJ : Wiley.

早野洋美　(2002). 男子大学生の摂食障害傾向に関する心理学的研究　心理臨床学研究, **20**, 45-51. (Hayano, H. (2002). A psychological study on eating disorders fendency of male college students. *Journal of Japanese Clinical Psychology*, **20**, 44-51.

Hill, A. J. (2006). Motivation for eating behaviour in adolescent girls : The body beautiful. *Proceedings of the Nutrition Society*, **65**, 376-384.

切池信夫　(2004). 摂食障害の現在　臨床精神医学, **33**, 397-404. (Kiriike, N.)

北川信樹・小川　司　(2004). メンタルヘルスにおける最近のトピックス―摂食障害―　北海道医報, **1033**, 18-23. (Kitagawa, S., & Ogawa, T.)

小島弥生・太田恵子・菅原健介　(2003). 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み　性格心理学研究, **11**, 86-98. (Kojima, Y., Ohta, K., & Sugawara, K. (2003). Praise seeking and rejection avoidance need scales : Development and examination of validity. *Japanese Journal of Personality*, **11**, 86-98.)

厚生労働省　(2009). 平成20年度国民健康・栄養調査　〈http://www.mhlw.go.jp/houdou/2009/11/h1109-1.html〉

Levine, M. P., Piran, N., & Stoddard, C. (1999). Mission more probable : Media literacy, activism, and adovocacy as primary prevention. In N. Piran, M. P. Levine, & C. Steiner-Adair (Eds.), *Preventing eating disorders : A handbook of interventions and special challenges* (pp. 1-25). Philadelphia, PA : Brunner / Mazel.

前川浩子　(2005). 青年期女子の体重・体型へのこだわりに影響を及ぼす要因―親の養育行動と社会的要因からの検討　パーソナリティ研究, **13**, 129-142. (Maekawa, H. (2005). Weight and body shape concerns in young women : A model of parental behavior and social environment. *Japanese Journal of Personality*, **13**, 129-142.)

Matusek, J. A., Wendt, S. J., & Wiseman, C. V. (2004). Dissonance thin-ideal and didactic healthy behavior eating disorder prevention programs : Results from a controlled trial. *International Journal of Eating Disorders*, **36**, 376-388.

三井知代　(2006). 女子大学生における摂食障害予防プログラムの効果―7か月後までの追跡調査―　思春期学, **24**, 581-589. (Mitsui, T. (2006). The efficacy of an eating disorder preventive intervention program for female college students : A seven-month follow-up study. *Adolescentology*, **24**, 581-589.)

Moulton, P., Moulton, M., & Roach, S. (1998). Eating disorders : A means for seeking approval ? *Journal of Treatment and Prevention*, **6**, 319-327.

中井義勝　(2006). シンポジウム心身医学と社会, 環境との関わり―心身相関の医学より一歩先へ―　社会文化結合症候群としての摂食障害　心身医学, **46**, 631-637. (Nakai, Y. (2006). Eating disorders as sociocultural syndrome. Symposium : Relation between society, environment and psychosomatic medicine : Beyond mind-body correlated medicine. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, **46**, 631-637.)

根本橘夫・柴田布美枝　(2003). 身体イメージと痩身願望および摂食障害的行動　東京家政大学紀要（人文・社会科学系）, **43**, 21-26. (Nemoto, K., & Shibata, H. (2003). Body image, drive for thinness, and disturbed eating behavior. *Journal of Tokyo Kasei Gakuin University : Humanities and Social Science*, **43**, 21-26.)

野添新一　(1989). 食行動と心身のバランス―まとめのことば―　心身医学, **29**, 325. (Nozoe, S. (1989). Eating behavior and mind-body balance. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, **29**, 325.)

O'Connor, P. J., Lewis, R. D., & Kirchner, E. M. (1995). Eating disorder symptoms in female college gymnasts. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, **27**, 550-555.

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 focuses on self-esteem. *International Journal of Eating Disorders*, **28**, 43-57.

小澤夏紀・冨家直明・宮野秀市・小山徹平・川上祐佳里・坂野雄二　(2005). 女性誌の暴露が食行動異常

に及ぼす影響 心身医学, **45**, 521-529. (Ozawa, N., Tomiie, T., Miyano, S., Koyama, T., Kawakami, Y., & Sakano, Y. (2005). Influence of female magazine exposure on eating disturbance. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, **45**, 521-529.)

Roehrig, M., Thompson, J. K., Brannick, M., & van den Berg, P. (2006). Dissonance-based eating disorder prevention program : A preliminary dismantling investigation. *International Journal of Eating Disorders*, **39**, 1-10.

斉藤千鶴 (2004). 摂食障害傾向における個人的・社会文化的影響の検討 パーソナリティ研究, **13**, 79-90. (Saito, C. (2004). A comprehensive study of personal and sociocultural factors in eating disorders. *Japanese Journal of Personality*, **13**, 79-90.)

佐藤由佳利・土谷聡子 (2010). 高校生の摂食障害傾向―その性差について― 心身医学, **50**, 321-326. (Sato, Y., & Tsuchiya, S. (2010). Tendency of eating disorders in high-school : For gender difference. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, **50**, 321-326.)

Stice, E., Chase, A., Stormer, S., & Appel, A. (2001). A randomized trial of a dissonance-based eating disorder prevention program. *International Journal of Eating Disorders*, **29**, 247-262.

Stice, E., Mazotti, L., Weibel, D., & Agras, W. S. (2000). Dissonance prevention program decreases thin-ideal internalization, body dissatisfaction, dieting, negative affect, and bulimic symptoms : A preliminary experiment. *International Journal of Eating Disorders*, **27**, 206-217.

Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H. E., & Stein, R. I. (1994). Relation of media exposure to eating disorder symptomology : An examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, **103**, 836-840.

Stice, E., Trost, A., & Chase, A. (2003). Healthy weight control and dissonance-based eating disorder prevention programs : Results from a controlled trial. *International Journal of Eating Disorders*, **33**, 10-21.

Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls : A longitudinal investigation. *Developmental Psychology*, **38**, 669-678.

Sypeck, M. F., Gray, J. J., & Ahrens, A. H. (2004). No longer just a pretty face : Fashion magazines' depictions of ideal female beauty from 1959 to 1999. *International Journal of Eating Disorders*, **36**, 342-347.

高橋英子・川端朋枝・山田正二・宮下洋子・大浦麻絵・山田惠子 (2004). 男子学生(高校生, 専門学校生, 大学生)の痩せ願望の有無による体型評価と体型誤認 札幌医科大学健康医療学部紀要, **7**, 23-29. (Takahashi, H., Kawabata, T., Yamada, S., Miyashita, Y., Ohura, A., & Yamada, K. (2004). Perception and misconception about one's own physique of high school, vocational school and university male students desiring weight loss. *Bulletin of Sapporo Medical University School of Health Sciences*, **7**, 23-29.)

武井 明・玉川憲子・佐藤 仁・奥野晃正 (2000). 大学保健管理施設における摂食障害の実態―全国調査の結果から― *CAMPUS HEALTH*, **36**, 398-402. (Takei, A., Tamagawa, K., Sato, J., & Okuno, K.)

田中有可里 (2001). 摂食障害に対する痩せ志向文化の影響 カウンセリング研究, **34**, 69-81. (Tanaka, Y. (2001). Eating disorders as a cultural practice. *Japanese Journal of Counseling Science*, **34**, 69-81.)

浦上涼子・小島弥生・沢宮容子・坂野雄二 (2009). 男子青年における痩身願望についての研究 教育心理学研究, **57**, 263-273. (Uragami, R., Kojima, Y., Sawamiya, Y., & Sakano, Y. (2009). Drive for thinness in adolescent males. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **57**, 263-273.)

Wiederman, M. W., & Pryor, T. L. (2000). Body dissatisfaction, bulimia, and depression among women : The mediating role of drive for thinness. *International Journal of Eating Disorders*, **27**, 90-95.

矢倉紀子・広江かおり・笠置綱清 (1993). 思春期周辺の若者のヤセ願望に関する研究(第一報)―ボディイメージとBMI, 減量実行との関連性― 小児健康研究, **52**, 521-524. (Yakura, N., Hiroe, K., & Kasagi, T. (1993). Study on the wish of the thinness in young at adolescent (first report) -

Relationship among the self-image of body, BMI and diet. *Journal of Child Health*, **52**, 521-524.)
矢倉紀子・笠置綱清・南前恵子　(1996). 思春期周辺の若者のやせに関する研究　看護展望, **21**, 82-87. (Yakura, N., Kasagi, T., & Minamimae, K.)
山本眞理子・松井　豊・山成由紀子　(1982). 認知された自己の諸側面　教育心理学研究, **30**, 64-68. (Yamamoto, M., Matsui, Y., & Yamanari, Y. (1982). The structure of perceived aspects of self. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **30**, 64-68.)
山中　学・宮坂菜穂子・吉内一浩・佐々木　直・野村忍・久保木富房　(2000). シンポジウム大学生のメンタルヘルスと心身症　大学生の摂食障害　心身医学, **40**, 215-219. (Yamanaka, M., Miyauchi, N., Yoshiuchi, K., Sasaki, T., Nomura, S., & Kuboki, T. (2000). Eating disorders among college students. Symposium : Mental health of university students and psychosomatic disorders. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, **40**, 215-219.)

(2011.9.13 受稿, '13.1.25 受理)

Relation Between Thin-Ideal Internalization and Drive for Thinness in Male and Female Adolescents

Ryoko Uragami (Division for Health Service Promotion, Office for Mental Health Support), Yayoi Kojima (Saitama Gakuen University) and Yoko Sawamiya (Rissho University) *Japanese Journal of Educational Psychology, 2013, 61, 146—157*

"Thin-ideal internalization" is a concept referring to the acceptance of specific cultural attractions and values about appearance to the point that they become incorporated into one's own principles. The aim of the present study was to examine the relation between thin-ideal internalization and drive for thinness. Male (n=337) and female (n=248) undergraduates completed a questionnaire designed to investigate the relation between drive for thinness and personal traits that may mediate thin-ideal internalization, including the influence of media such as magazines, the need for praise, and self-esteem. The results indicated that drive for thinness had a strong association with personal traits through the mediation of thin-ideal internalization, regardless of gender. However, a male-female difference was found in whether personal traits were linked to drive for thinness directly or through the mediation of thin-ideal internalization. These results suggest that thin-ideal internalization is an important variable influencing drive for thinness, and that this may be related to a risk of eating disorders. Further empirical research should focus on thin-ideal internalization.

Key Words : thin-ideal internalization, drive for thinness, eating disorders, male and female undergraduates