

男子青年における瘦身願望についての研究

浦上涼子* 小島弥生** 沢宮容子*** 坂野雄二****

本研究では、現代において男性社会にも広がっていると考えられる瘦身願望の存在に注目し、体型への損得意識を媒介に瘦身願望が規定される心理的メカニズムのモデルを検討した。体型の損得意識においては、自己肯定感のような自己の視点からみたメリット感と対人関係のように他者の視点からみたメリット感があるのではないかと仮定した。青年期男子 224 名を対象に質問紙調査を実施し、体型への損得意識に影響を及ぼすと考えられる個人特性と瘦身願望との関連について検討した。現在の体型よりも痩せることが魅力的だとする男子学生 131 名について分析した結果、「賞賛獲得欲求」「拒否回避欲求」「身体満足度」などが瘦身願望と関連のあることが示された。これらの関連を検討したところ、痩せれば自分に自信がもてるといった「自己視点からの瘦身のメリット感」が瘦身願望に直接影響し、それ以外の変数はこの「自己視点のメリット感」を媒介として瘦身願望に影響することが明らかにされた。瘦身願望に至るルートとして、第 1 に自己顕示欲求から発する瘦身願望、第 2 に自己不満感や不安感から発する瘦身願望、第 3 に自分の意識する肥満度から発するルートが見出せた。

キーワード：瘦身願望、体型に関する視点別の損得意識、男子青年、摂食障害

問 題

若い女性の理想の体型は、テレビや雑誌で示されているように、この 2, 30 年の間に極端な「痩せ」の方向に向かっている。たとえ痩せ気味の女性であっても自分の体型に不満を感じ、よりいっそう痩せたいと願い、その結果として不必要で危険なダイエットに駆り立てられている(粟生, 1996)。痩せていることがよいことであり美しさの必須条件とさえなっている社会的風潮があり、身体体型に敏感な女性の多くは、歪んだボディイメージや瘦身願望をもっている。

そして、最近の研究は、この「痩せ」を賞賛する文化が男性社会の中にも生じているのではないかという問題を提示している(早野, 2002)。矢倉・笠置・南前(1996)は、男子小学生高学年から大学生を対象とした調査を行い、いずれの年齢の男子でも、少数ではあるが痩せ型の体型を理想とする者が存在することを指摘している。末松(1996)は、女性だけでなく男性にも痩せた身体を善しとする傾向が見られ、摂食障害患者の 4~5%を男性が占めていると報告しており、思春期・青年期の男性の中にも摂食障害患者が存在することが

推察される。摂食障害は女性特有の障害であるというのが大多数の認識であると思われるが、その認識は改める必要があるだろう。これらの事実は、現代社会において性差を意識する場面が減少し、あえて性差をなくそうとする状況が増加しつつある社会風潮と無関係ではない。つまり男性の美意識が女性化してきたことによるもので、この傾向はさらに拡大していくと思われる。

痩せることを是として、痩せたいと願う「瘦身願望」は、摂食障害の一要因として考えられている。すなわち「瘦身願望」を維持することは、摂食障害を維持させる可能性をもっていると考えられる。現在、わが国で女性の摂食障害傾向に関する研究や調査は多数見られるが、男性の摂食障害研究の蓄積はあまり見られず、また、男性の「瘦身願望」についての研究もほとんど見られない。この先、男性の摂食障害は増加する可能性が考えられるため、男性の「瘦身願望」に対しても女性同様に関心を払うことが必要であり、研究の重要性もあると考えられる。そこで、本研究では男子青年の瘦身願望に焦点を当てることにする。

まず始めに、摂食障害に関するいくつかの実態調査から、男性の瘦身願望の有無を概観していく。古川・澤田・橋本(1993)は、中学生を対象として痩せや肥満の自己評価基準と異性から望まれる体型について調査し、大多数の男子がたくましい標準体型を理想とする一方で痩せた体型を望む男子が少数ながら存在するこ

* 医療法人弘徳会 愛光病院
〒243-0005 神奈川県厚木市松枝 2-7-1

** 埼玉学園大学人間学部

*** 立正大学心理学部

**** 北海道医療大学心理科学部

とや、太りすぎと自己評価する基準が痩せに偏位している者がいることを指摘している。さらに中学生から大学生までを対象とした同様の調査(古川, 1993)では、やはりたくましい標準体型が理想とされていたものの、「高体重志向者」とともに痩身願望による「低体重志向者」が加齢とともに高頻度となっていたことが指摘されている。しかもその一部は、体重減少による痩身願望をもつ者であった。その他にも、矢倉・広江・笠置(1993)の小学生高学年、中学生および大学生を対象とした調査では、ボディイメージとBMI(体格指数)、減量実行との関連性が検討されているが、非肥満者の肥満意識は小学生から見られ、肥満意識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明らかとなっている。

次に、痩身願望と摂食障害(傾向)に関する研究から、痩身願望もしくは摂食障害傾向の心理的側面に焦点を当てた研究を概観する。

鈴木・伊藤(2001)は、小学生から大学生の女子を対象とした女性性受容と摂食障害傾向の関連性を検討するにあたって、その媒介要因として自尊感情、身体満足度、異性意識を用いている。この研究では、身体満足度が低いと自尊感情の低下を招き、摂食障害傾向を高めること、また青年期女子においては、異性意識の高さが摂食障害傾向を招くことを指摘している。その背景について鈴木らは、女子は青年期になると男子に好かれるように、女らしく見えるようにというプレッシャーが最大となり、その一方で生理的現象である脂肪の蓄積が進むことに触れつつ、彼女たちの認知において異性が期待する「女らしいこと＝痩せている」に応えるためにダイエットを行う、としている。また田中(2001)は、自尊心と痩せ志向との関連性を取り上げ、痩せを賛美する文化的背景において、太っていること自体が自尊心を低める働きをしていると指摘している。

ほかに、摂食障害傾向をもつ者に関連するパーソナリティ特性として、公的自己意識と私的自己意識がよく用いられ、研究の対象とされている。松井(2002)は女子大学生を対象とした研究で、自分は太っているというボディイメージをもっている場合は私的自己意識が低く、公的自己意識が高い場合に痩身願望は強まるという結果を示している。このように自己意識と痩身願望には何らかの関連性があるのではないかと考えられる。

以上に示したように、女性の痩身願望あるいは摂食障害傾向に関連する心理的要因として、身体満足度や

異性意識、自尊感情、自己意識が挙げられる。しかし、これらの心理的要因は男性の痩身願望や摂食障害傾向にどのような影響を与えているかを明らかにする研究はあまり見られない。

最後に、男性を対象としている数少ない研究を概観する。早野(2002)は、男子大学生を対象とした摂食障害に関する心理学的な研究を行い、「肥満になることが恐い」という設問に約54%、「痩せることで頭が一杯である」については約22%の男子が「たまにある」から「いつもそう」と回答したと報告している。早野はこの回答結果から、男子大学生に摂食障害患者が存在している可能性を指摘している。

また山下(2004)の研究は、一般的な大学生から摂食障害患者特有の心理的特徴が認められたという結果を示している。これは男女で異なり、女子は体つきや性的能力(魅力)などに関する自己内部の葛藤であり、男子は人間関係に関する社会的葛藤であると報告している。この違いには着目すべきであると思われる。さらに、男子青年と女子青年の痩身願望の違いを検討した菅原・馬場(1998)は、山下と同様に質的な性差の存在に注目し、男性は友人関係や異性関係といった対人関係の中で痩身を考え、女性は流行の服が着られる期待や自己の目に映る体型へのこだわりといった自己満足の中で痩身を考えると指摘している。

以上から、痩身願望や摂食障害の要因として、女性では『自己に対する意識』が、男性では『他者との関係意識』が重要ではないかと考えられる。つまり、青年期の男女ともに痩身願望はもつものの、男性には、他者との関係という視点から痩身願望をもつ可能性があると思われる。

若い女性のみならず若い男性たちにまで広がっている「痩せ傾向」や「痩身願望」の問題は、精神医学、マスコミ学、社会学など広範な領域と関わる。現代社会において「痩せていること」は美しさや自己管理能力の評価基準となっていることから、肥満についてはその害(例:生活習慣病との関連)が強調されている。さらにマス・メディアを通じて、痩身の利点や美徳が強調され、太っていない者まで「痩せなければいけない」という意識が植えつけられやすくなっている可能性が高い。しかし、先に述べたように、男性と女性とでは痩身願望をもつ心理的要因が異なっている可能性がある。したがって、この問題を心理学的な視点から扱うことは重要である。しかし痩身願望を扱った実証的研究の数は少なく、また、その少ない研究のほとんどは女性を対象としたものである。

馬場・菅原(2000)の、女子大学生を対象とした「痩身願望」を支える心理的メカニズムについての研究はその一つである。この研究で指摘されている観点は2つに大別できる。第1に、「痩せれば幸せになれる」といった、痩せることによって期待できるメリット感および「今の体型のせいで幸せになれない」といった、現在の体型のままにいることによるデメリット感という観点であり、第2に、低い自己肯定感や自信を高揚させるために体型をスリム化しようとするという観点である。

本研究では上述の2つの観点のうち、第1のメリット感およびデメリット感に着目し、馬場・菅原(2000)が示した痩身願望に関する心理的メカニズムが、男子青年を対象とした場合にはどの程度の整合性をもつかについて検討したい。なお、ここでいうメリット感・デメリット感とは、痩身に関わる損得意識を示している。メリット感とは、今よりも痩せることによって何らかの得が生じるという感覚のことである。本研究では後述するように、このメリット感を、痩せることによって自己肯定ができたり自信がついたりといった「自己視点の」メリット感と、周囲からの肯定的な評価が獲得できるといった「他者視点の」メリット感に分けて検討を試みる。一方、デメリット感とは、現在の体型のまま、痩せないでいることが自分に何らかの不利益や損をもたらすという感覚のことである。

本研究では、現代の男性にも広まってきていると示唆されている「痩身願望」が、上述の体型へのメリット感・デメリット感を媒介とし、いくつかの個人特性によって規定されているという心理的メカニズムのモデルを想定し、痩身に関連する諸要因の関連性を検討することを目的とする。ただし、先行研究の知見をふまつつ、以下に示す点で先行研究とは異なるモデルを構成することとしたい。

馬場・菅原(2000)の研究では、痩身願望と直接関連する重要な要因は「痩身のメリット感」であること、BMIは直接・間接的に痩身願望に影響しているが、その他の要因(現体型のデメリット感、自尊心、空虚感、女性役割受容、賞賛獲得欲求)はいずれも「痩身のメリット感」を媒介して痩身願望に影響を与えることが指摘されている。本研究では、基本的に男子青年にも「痩身のメリット感」に支えられて痩せたいと願うという仮定のもと、この「痩身のメリット感」を、『自己視点からのメリット感』と『他者視点からのメリット感』に分けて検討を試みる。

先行研究から、痩身願望に関係する心理的側面には、

主に女性に見られると考えられる自己に対する意識(自己肯定感や自己満足、自信の向上)と関係する自己の視点から見たメリット感もあれば、男性に見られた対人関係や社会的関係、つまり体型を変化させる(痩せる)ことによって周囲からの評価が変わるかもしれないという他者の視点から見たメリット感もある。そこで、痩身のメリット感を「自己視点からのメリット感」と「他者視点からのメリット感」に分け、男性の痩身願望が先行研究で指摘されているように他者の視点からのメリット感に主に支えられているものなのか、それとも女性に多いと考えられる自己視点の側面にも支えられているのかを検討する。

また、「痩せること」に関わる意識や行動の重要な要因の一つである『実際の体型(肥満度)』によっても、メリット感・デメリット感が痩身願望に与える影響が異なる可能性も考えられるため、これについても併せて検討を行う。

本研究では、痩身願望を支える要因である痩身に關するメリット感を自己視点と他者視点に分けて検討することで、男性の痩身願望をより説明しやすい心理学的なモデルの構成を目指すことを目的とする。

方 法

調査対象

首都圏の私立大学(計3校)に在学中の男子大学生・大学院生259名に調査した。そのうち、記入漏れがあるもの、年齢が30歳以上であったものを除いた224名を分析対象とした。平均年齢は20.29歳(標準偏差1.48)であった。

調査時期

2005年7月に実施した。

調査手続き

いずれの大学においても無記名による質問紙調査を実施した。授業内で、卒業論文の調査であることを説明した上で質問紙を一斉配布し、回答を求めた。回収も、その場で一斉に行った。

調査内容

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。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、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11項目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たものであり、男子にも適用可能と考え、11項目すべてを用いた。

体型に関するメリット感・デメリット感 痩せることのメリット感や現体型であることのデメリット感についての項目を作成した。そのため、まず108名の男子学生を対象に予備調査を行い、先行研究にない「もし今より痩せられたら…」と「今の体型のせいで…」という書き出しからなる2つの文章を完成させる自由記述式で回答を求めた。集めた回答は、内容が類似の概念を示しているものをまとめて整理し、各々の概念を抽象化したラベルを作成し分類した。そして、瘦身に関するメリット感を尋ねる自己視点3項目と他者視点3項目計6項目と、現体型のデメリット感を尋ねる6項目を決定した。なお、項目内容はTable 1に表記した。

身体満足度 自己の身体に対する満足度を測定するために、鈴木・伊藤(2001)が作成した4項目を用いた。「自分の身体が好き」、「自分の身体に満足している」という自己の身体への満足感2項目と、異性意識を考慮した「自分の身体は異性から見て魅力的だと思う」、「自分の身体にコンプレックスがある(逆転項目)」という2項目から構成されている。

自尊感情尺度 山本・松井・山成(1982)による Rosenberg の Self-Esteem Scale の邦訳版を使用した。

公的自己意識・私的自己意識 菅原(1984)が作成した日本語版自意識尺度を用いた。自分の外見や他者に対する行動など、自己の外的側面への関心度である「公的自意識」11項目、自分の内面や気分など、外からは見えない自己の内的側面への関心度である「私的自意識」10項目の2つの下位尺度から構成されている。

賞賛獲得欲求・拒否回避欲求 他者からの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評価を獲得しようとする傾向であり、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る。

異性意識尺度 伊藤(1998)の異性意識尺度を一部改変し、作成した4項目(「異性に対して強い関心がある」、「異性の存在はとても気になる」、「異性がそばにいとドキドキする」、「いつも異性に見られているような気がする」)を用いた。異性に対する関心および異性から見た自己への関心という2つの側面から異性意識を測定することができる。

現在の体型と魅力的な体型(体型指数) 現在の体型については、体重を直接記入することに抵抗があるのではないかと予測されたため、体格指数を計算し記入してもらう方法(根本・柴田, 2003)を用いた。BMI (Body Mass Index) による標準体重(身長²×22)を140~199 cm まで求め表にしたものを用意し、それを用いて次のような数値化を求めた。

『現在の体型指数=現在の自分の体重-標準体重』

『魅力的な体型指数=魅力的と考える体重-標準体重』

これらを計算してもらい、体型指数のみを記入してもらった。欠損値をより防ぐために、“数値がマイナスになっても構いません”と注釈を添えた。また、この方法によれば、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、上記のうち現在の体型と魅力的な体型(体型指数)を除く項目はすべて、“非常によくあてはまる”から“全くあてはまらない”までの5件法で回答を求めた。

解析方法

解析に用いたプログラムは、SPSSver 13.0 および Amos 5 である。記述統計・信頼性分析・相関分析・重回帰分析については SPSSver 13.0 を用い、パス解析については Amos 5 を用いた。

結 果

1) 分析対象者

分析対象者224名について、現在の体型指数から魅力的な体型指数を引いた「落差」という変数を作成した。この変数の絶対値が大きいほど、現在の体型が魅力的と考える体型から離れていることを示している。そこで、この値が0より大きい正の値を示している分析対象者は、今の体型より痩せることが魅力的だと考えているとみなし、落差の値が正の値であった131名(平均年齢20.50歳, SD=1.17)のデータを以下の分析に用いることとした。

2) 体型に関するメリット感・デメリット感

予備調査で作成した体型に関するメリット感・デメリット感の12項目の相関関係を確認するために、相関係数を算出した。その結果、デメリット感の項目のうち「今の体型のせいで、身体の調子が悪い」という項目は、その他のデメリット項目との相関が相対的に低いことが示された。したがって、この項目を除く5項目を単純集計した変数を「体型に関するデメリット感(以下、デメリットと略す)」とみなすこととした。また、

メリット感に関する6項目は、それぞれ予備調査の結果をふまえて「自己視点メリット」3項目と「他者視点メリット」3項目を別々に単純集計することとした。ここで作成したデメリット、自己視点メリット、他者視点メリットの3変数の信頼性を確認するために、クロンバックの α 係数を算出したところ、すべての変数が.73以上の信頼性係数を示すことが確認されたため(Table 1)、この3変数を以下の分析に用いることとした。

3) その他の心理的要因

その他、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。

Table 1 体型に関するメリット感・デメリット感

	α 係数
体型に関するメリット感	
自己視点メリット	.73
今より痩せられたら、自分の体型や容姿に自信がもてる	
今より痩せられたら、健康になる	
今より痩せられたら、もっと自由にふるまえる	
他者視点メリット	.75
今より痩せられたら、人前で明るくふるまえる	
今より痩せられたら、異性にもてる	
今より痩せられたら、人から信頼される	
体型に関するデメリット感	.91
今の体型のせいで、自分に自信がもてない	
今の体型のせいで、思うようにふるまえない	
今の体型のせいで、異性に注目されない	
今の体型のせいで、格好悪く見られる	
今の体型のせいで、他人よりも劣っている感じがする	

デメリット項目のうち、<今の体型のせいで、身体の調子が悪い>は、分析から除外した。

Table 2 各変数の α 係数、平均値(標準偏差)、痩身願望との相関係数

	α 係数	平均値	(SD)	相関係数
痩身願望尺度	.93	28.3	(10.5)	—
自己視点メリット	.73	8.3	(3.1)	.71**
他者視点メリット	.75	6.0	(2.7)	.56**
デメリット	.91	11.1	(5.0)	.59**
公的自己意識	.87	40.0	(7.7)	.28**
私的自己意識	.82	36.6	(6.5)	.04
賞賛獲得欲求	.85	27.5	(6.9)	.19*
拒否回避欲求	.87	28.7	(7.6)	.31**
自尊感情	.80	30.0	(6.6)	-.28**
身体満足度	.66	9.4	(3.0)	-.13
異性意識	.76	13.6	(3.0)	.11
落差	—	7.6	(7.5)	.20*

** $p < .01$ * $p < .05$

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は確認された。

4) 痩身願望と各要因との関連

痩身願望を規定する心理的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および落差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、まず自己視点メリットとの相関が $r = .71$ と高く、他者視点メリットとの間には $r = .56$ 、デメリットとの間には $r = .59$ の正の相関が認められた。その他、公的自己意識、賞賛獲得欲求、拒否回避欲求など、他者から受ける評価への意識に関わる尺度、自尊感情といった自己への不適応感に関する尺度との間にも弱い相関が認められた。また、落差が正の値を示している者のみを分析対象としているためその分布は正規状ではない(歪度が2.27)が、痩身願望尺度との相関係数を算出したところ、 $r = .20$ の弱い正の相関が認められた。

5) モデルの作成と検討

本研究では、先行研究(馬場・菅原, 2000)に基づいて、痩身願望のレベルは、まず痩身に対する損得意識(体型に関するメリット感・デメリット感)によって変動するが、こうした意識はその個人の実際の体型(本研究では、現体型と魅力的な体型の「落差」として扱う)や目的意識(例えば、自尊感情の維持や周囲からの評価の獲得など)などの個人特性によって規定されると仮定した。この仮定に基づき、自己視点メリット・他者視点メリットと、デメリットの3つを媒介変数とし、個人特性を説明変数、痩身願望を最終的な説明変数としてパス解析を行うこととした。

まず、痩身願望を目的変数としたステップワイズ法による重回帰分析を行った。説明変数は痩身願望以外の全変数(自己視点メリット、他者視点メリット、デメリット、身体満足度、自尊感情、公的自己意識、私的自己意識、賞賛獲得欲求、拒否回避欲求、異性意識、落差)である。その結果、自己視点メリットの標準偏回帰係数(β)が.701となった。そこで次に、自己視点メリットを目的変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行うこととした。

ただし、自己視点メリットは他者視点メリットおよびデメリットとの間に高い正の相関があったため(それぞれ $r = .72$, $r = .70$)、痩身願望を目的変数とする重回帰分析において多重共線性の影響があると考えられた。しかし、本研究ではあえて自己視点メリットが痩身願望を直接説明しうる主要な変数であるモデルを設定することとした。その理由として、まず先行研究(馬場・菅原, 2000)において体型に関するデメリット感が直接

瘦身願望を説明せず、瘦身のメリット感を媒介していたことが挙げられる。また、他者視点メリットについては、この変数が瘦身願望を説明する主要な要因であるモデルも想定できたが、そのようにはしなかった。なぜならば、痩せることへの願望そのものは自分自身の身体の問題であり、痩せることは第一「自分にとっていいこと」だからである。痩せることによって周囲からポジティブな評価を受けたり、整ったスリムな体型は異性関係において女性の関心を引きやすいというように、瘦身のメリット感には他者から得られるものも考えられる。しかし、そうして得られる他者との関係における優位な地位や立場は、結果的に自己の確立や自尊心の高揚・維持につながると考えられる。そこで本研究では、他者視点メリットは自己視点メリットを媒介して瘦身願望に影響を与えるというモデルを検討することとした。

ただしパス図には、デメリットおよび他者視点メリットが自己視点メリットを媒介せずに直接瘦身願望を説明するパスも残し、自己視点メリットを媒介させる間接パスとともにその影響力を検討することとした。

自己視点メリットを目的変数に、デメリット、他者視点メリットおよび個人特性（身体満足度、自尊感情、公的自己意識、私的自己意識、賞賛獲得欲求、拒否回避欲求、異性意識、落差）を説明変数とする重回帰分析を行った結果、他者視点メリット ($\beta=.456$) およびデメリット ($\beta=.400$) の2変数の標準偏回帰係数が1%水準で有意となった。

さらに、他者視点メリットを目的変数としてステップワイズ法による重回帰分析を行った。説明変数には、個人特性のほかに、デメリットも加えた。「今の体型のせいで損をしている」という体型に関するデメリット感、必然的な論理として、「だから痩せればいいことが起こる」という瘦身に関するメリット感を導く要因

になりうると考えられるため、こうした分析を行うことにした。分析の結果、デメリット ($\beta=.709$)、身体満足度 ($\beta=.209$) および賞賛獲得欲求 ($\beta=.163$) の3変数の標準偏回帰係数が1%水準で有意となった。

最後に、デメリットを目的変数とし、個人特性を説明変数としたステップワイズ法による重回帰分析を行った。その結果、身体満足度 ($\beta=-.270$)、落差 ($\beta=.302$) および拒否回避欲求 ($\beta=.233$) の3変数の標準偏回帰係数が1%水準で有意となった。

以上の重回帰分析を元に、Figure 1のようなパス図を作成してパス解析を行った。なお、個人特性として扱った4変数は、賞賛獲得欲求と拒否回避欲求との間に弱い正の相関 ($r=.23$) が示された以外は、すべて無相関であったため、パス図においても2つの欲求の間以外にはパスを作成しなかった。さらに個人変数のうち「落差」については、馬場・菅原 (2000) のBMIと同様、瘦身願望に対する直接パスと間接パスの両方をモデルに組み込み、検討した。

その結果、瘦身願望への直接パスのうち、最も高い数値を示したのは自己視点メリットからの直接パス (.59)であった。また、デメリットからの直接パス (.22) も示されたが、他者視点メリットからの直接パス (-.06) と落差からの直接パス (-.02) は有意なパスではなかった。そこで、最終的には Figure 2 に示したモデルを作成することとした。以下は、Figure 2 のパス図を用いたパス解析の結果を示した。

まず、他者視点メリットは自己視点メリットを媒介して瘦身願望を説明することが示された。つまり、体型に関するメリット感のうち、「異性にもてる」とか「人前で明るくふるまえる」といった他者視点でのメリット感よりも、痩せることで「自信がつく」、「開放的な自己が表現できる」といった自己視点のメリット感が、

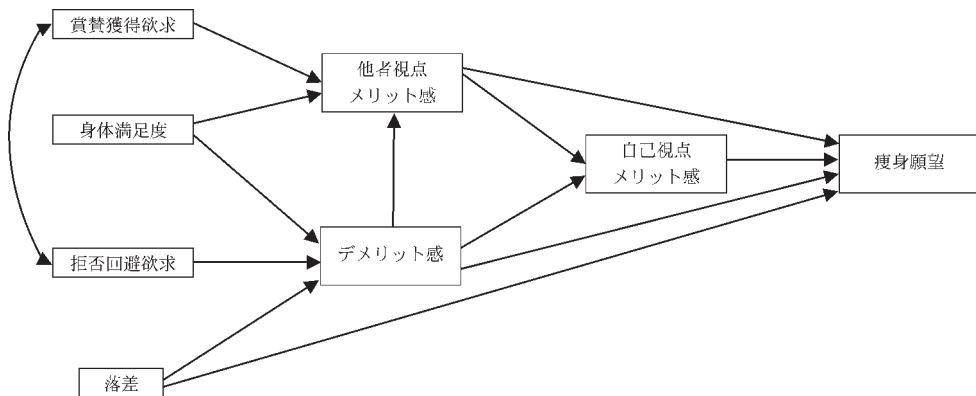


Figure 1 重回帰分析を元に作成したモデル図

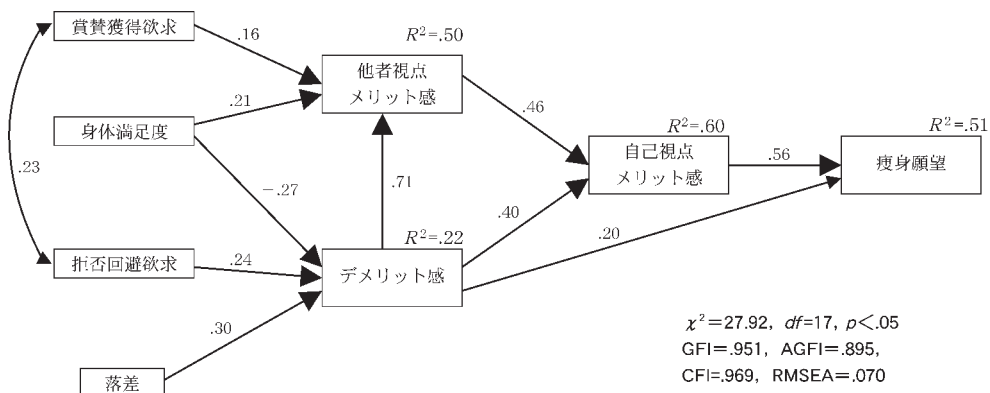


Figure 2 瘦身願望を規定するモデル図

瘦身願望につながると考えられる。

続いてデメリットは、瘦身願望への直接パスが.20であったほか、自己視点メリットへのパスが.40、他者視点メリットへのパスが.71という数値を示した。このことから、「今の体型のせいで自分に自信がもてない」といった体型に関するデメリット感は、直接瘦身願望に結びつくよりも、あるいは、メリット感のうちでも「痩せることで自信がつく」などの自己視点のメリット感のみを介在させて瘦身願望に結びつくという図式よりも、まずは「人前で明るくふるまえる」といった他者視点のメリット感に結びつき、そこから自己視点のメリット感を経て瘦身願望に結びつくといえる。

次に、各個人特性が体型に関するメリット感・デメリット感を媒介して瘦身願望に結びつくパスについての結果について述べる。個人特性のうち、「落差」については先述したように瘦身願望への直接パスは有意にはならず、落差からデメリットへのパスが.30と有意であった。ここから、落差は瘦身願望を直接説明する要因とはならないこと、そして、現体型と魅力的と考える体型との落差が大きいほど、体型に関するデメリット感が強くなって、このデメリット感を媒介して瘦身願望に結びつくことが示された。

その他の個人特性については、賞賛獲得欲求と他者視点メリットとのパスが.16となり、「他者に注目、賞賛されたい」という賞賛獲得欲求の強さが体型に関する他者視点のメリット感を媒介することで瘦身願望と結びつくことが示された。また、拒否回避欲求とデメリットとのパスが.24となった。ここから、「他者からの否定的な評価を避けたい」といった拒否回避欲求の強さが、体型に関するデメリット感を高め、そこから体型に関するメリット感を媒介して、あるいは直接、

瘦身願望につながることが示唆された。さらに、身体満足度は、他者視点メリットへのパスが.21、デメリットへのパスが-.27となった。これにより、自分の身体に対する満足度が低い場合とそうではない場合で、瘦身願望に至る媒介変数が異なる可能性が示唆された。つまり、自分の身体に対する満足度が低い場合、体型に関するデメリット感が強まることで瘦身願望に結びつく可能性があり、一方、自分の身体に対する満足度が低くない場合、痩せることによる他者視点のメリット感が強まることで瘦身願望と結びつく可能性があることが示された。

考 察

本研究では、現代社会において男性にも見られるとされる瘦身願望に注目し、女子青年の瘦身願望に関する先行研究(馬場・菅原, 2000)をふまえ、男子青年の瘦身願望を規定する心理的諸要因について、心理学的なモデルを作成し検討を行った。

瘦身のメリット感とは、自己肯定や自信の向上といった自己視点のメリット感と、周囲からのポジティブな評価といった他者視点のメリット感とに分けられるのではないかとする仮定のもと、本研究では視点別のメリット感と現体型のデメリット感の3つを媒介変数として、いくつかの個人特性によって瘦身願望が規定されるという心理的メカニズムのモデルを作成し、パス解析による検討を行った。その結果、「瘦身のメリット感」のうち他者視点ではなく自己視点のメリット感が、瘦身願望と直接関連する要因であることが示された。また、現体型のデメリット感とは、瘦身願望と直接関連するとともに、他者視点のメリット感および自己視点のメリット感を媒介することによっても瘦身願望に関

係していた。

本研究のパス図からは、デメリット感が瘦身願望を直接説明するという先行研究には見られなかった図式とともに、様々な個人特性が最終的にはメリット感、特に自己視点のメリット感を媒介して瘦身願望に関係するという示された。では、このモデルの場合、瘦身願望がどのようなルートを通じて高められているのだろうか。

第1のルートとして考えられるのは、自己顕示欲求から発する瘦身願望である。「他者からの評価を得たい」「他者からの注目を浴びたい」という賞賛獲得欲求は、自己をアピールするための自己顕示性と言い換えることができるだろう。こうした自己顕示性の高さは、瘦身が自己顕示欲を満たすための手段であるという意味を強め、「痩せれば今より人前で明るくふるまえる」といった他者視点の瘦身のメリット感が高まり、そこから「痩せれば自分に自信がもてる」といった自己視点による瘦身のメリット感が高まって瘦身願望に結びつくと考えられる。また、本研究のパス図では、身体満足度の高さから他者視点のメリット感へのパスが有意であった。これは、今の体重よりも軽い体重を魅力的と考えている分析対象者のうち、自己の体型に不満はないものの、痩せることができれば他者から肯定的に評価されるというメリット感をもつ者が存在する可能性を示している。今の体型に満足しているにもかかわらず瘦身願望に至るとい背景には、このような自己顕示性が存在しているのではないだろうか。

第2に考えられるルートは、自己不満感や不安感から発する瘦身願望である。自分自身に対する満足度の低さや、「他者からの批判や反感を受けたくない」、「他者に嫌われたくない」という拒否回避欲求の高さは、例えば、周囲との対人関係においてネガティブな事態が生じた場合の原因を自分の太っている身体に帰属させ、「今の体型のせいで自分は他人よりも劣っている感じがする」、「今の体型のせいで格好悪くみられる」といったデメリット感を生じさせるのではないか。このデメリット感から「痩せればそのようなデメリット感消失する」という瘦身のメリット感が生じ、瘦身願望に至ると考えられる。

第3に考えられるルートは、自分の意識する肥満度から発する瘦身願望である。たとえ現在の体重と理想とする体重の間に落差があっても、それが痩せたいという願望には直接結びつかない。現体重が理想体重とは異なることを意識し、今の体型のままでは損をするという感覚を媒介させてはじめて、現体重と理想体重

の差の大きさが瘦身願望に影響を与える可能性が生じる。ただし、そのルートとしては、デメリット感が直接瘦身願望に結びつく可能性と、デメリット感が他者視点のメリット感および自己視点のメリット感を通して瘦身願望に至る可能性の2つのルートが示されていた。

上記のルートの構造をまとめてみると、男子青年における「瘦身願望」は、自分に自信がもてるからといった「自己視点からの痩せることのメリット感」を感じることで高まるが、その根底には対人関係に関する欲求の存在があるのではないか。何のために痩せたいのかを問えば、『自己のアピール』や『他者からの肯定的な評価を得たい』といった対人関係に関する欲求を満たすことができるからであり、その欲求を満たすための、自ら変化を生み出すことができる能動的な手段が「瘦身」なのだと考えられる。これは、男女大学生を対象とした摂食障害傾向に関する研究(山下, 2004)において、男性の摂食障害傾向は人間関係などの社会的葛藤と関連が強いという結果が示されているように、自己内面的な欲求(体型を理想の姿に近づけたい)や葛藤(自分自身への不満感)よりも他者との関係などの社会的な欲求や葛藤から「痩せると今より人間関係がよくなるかもしれない」、「今より痩せられたら人からより信頼されるかもしれない」というメリット感を生じさせ、それが「そうなれば、自分に自信がつく」といった自己視点のメリット感を経て、瘦身願望を高める原因となるのではないかと思われる。

一方で、『自己不満感の解消』や『実際の体型の改善』といった、自己をよりよくする欲求を満たす一つの手段として「瘦身」が考えられる。これまで青年期女子における瘦身願望と自尊感情の関係については数多くの研究が行われており、自尊感情が低いほど、瘦身願望が強くなるとされている。しかし本研究では、自尊感情の低さは直接瘦身願望に結びつかなかった。唯一、自己不満感(現在の自己の体型への不満感)が、体型に関するデメリット感やメリット感を媒介して瘦身願望に結びつくという結果のみが得られた。

本研究には、いくつかの限界がある。まず、分析対象者が131名と少なく、そこから得られたモデルが男性の瘦身願望の心理的メカニズムを普遍的に明らかにするモデルとは言い切れない。モデルを構成するに当たり、上記の自尊感情のようにパス構造図に位置づけることができなかった個人特性変数もあったが、本研究の分析対象者とは異なる男子青年たちからデータを収集してモデルを検討した場合にも、それらの変数が

やはり痩身願望を説明できない変数となるのかは不明である。また、痩身願望を規定しうる変数として本研究で用いた個人特性は、いずれも摂食障害や痩身願望に関する先行研究で使用された変数だが、それらでは測定することができない要因が存在する可能性も考えられる。

最近では、外見や体型重視の捉え方などで、本来は女性特有のものとしていた現象が男性にも広まりつつある。男性用のエステの存在やダイエット本が出版されていることなどから見ても、男性の間に痩身願望が確実に広がっていることは間違いない。しかし、武田・鈴木・松村(1996)の研究では、男女大学生の体重の増加を防ぐ手段で最もよく用いられているものは「激しい運動」で、それは男女ともに同じであったが、次に多かった「食事制限」では、女子が運動と同じ割合の出現率であったのに対し、男子ではその割合は半減していたことが示されている。つまり、男性の間では「運動で痩せる」という方法が根強く残っているといえる。また、上記に挙げた男性用のダイエット本の内容も、ほとんどが腹筋や背筋などの筋力トレーニングである。これらのことから、男性にとっての「痩身」の意味とは、ただ単に体をスリムにすることとは異なると考えられる。摂食障害の男性や痩身願望を抱える男性が増えてきたとはいえ、やはり『筋肉質なたくましい身体』を望んでいる男性が多く、痩せ賞賛の社会的風潮のなかで、『筋肉質なたくましい身体』を善しとする認識が、『筋肉があり、かつ細身の身体』を善しとする認識に変化しつつあるのではないかと推察される。ほかにも矢倉他(1996)は、大学生男子の半数近くが健康のためという意識のもとで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指摘している。本研究でも予備調査の段階で、「今より痩せられたら…」という質問に、「健康になる」と回答した者が少なくなかった。

男性にとっての「痩身」は、『筋肉がある細身の体型がよい』、『健康のため』といったような欲求から生じるポジティブ(健康的)な痩身願望と、先行研究で取り上げられており本研究でもその存在が示唆された対人関係などの社会的な葛藤から生じるネガティブ(不健康的)な痩身願望に分けて捉えることができるのではないかと考えられる。前者は『筋肉や健康のための痩身』であり、後者は『欲求代償のための痩身』といえる。このように、男性が求めている「痩身」には2つの観点があると考えられる。今後の研究課題として、この2つの観点が痩身願望に含まれるかを確認すること、

後者の観点による痩身願望のみが摂食障害に結びつくのか、それとも前者の観点による痩身願望であっても極端な痩身への囚われが生じれば摂食障害に結びつきうるのかを検討することなどが挙げられる。また、男女青年の比較検討、特に男女が求める「痩身願望」の違いが摂食障害における男女差に結びつくのかどうか、その関連についても検討することが必要であろう。

本研究では、痩身願望に関する心理的側面には、自己肯定感や自己満足、自信の向上といった自己に対する意識から生じるメリット感もあれば、周囲からの評価の向上など対人関係や社会的関係に関する他者に対するメリット感もあることが認められた。男性の痩身願望には「他者視点」的な側面はもちろん、「自己視点」的な側面も持ち合わせているということが明らかとなった。ただし、痩身のメリット感のうち、他者視点のメリット感が男性特有のものなのか、男女ともに両方の視点のメリット感を持ちうるのか、2つの視点のメリット感の関係が男女で同じなのか、こうした点はまだ明らかにできていない。今後は、女子青年と男子青年を比較した調査研究が必要だろう。なお、本研究で探索的に作成した「体型に関するメリット感・デメリット感」の11項目については、今後さらにその内容を整理改善することにより、精度の向上を図っていくことが必要である。

また、鷺山・穂満・胸元・増田・添嶋・成尾・野添(2000)および中井・久保木・野添・藤田・久保・吉政・稲葉・中尾(2002)による疫学研究では、発症時の年齢層が拡大(低年齢化および高齢化)していることが指摘されている。したがって、本研究で対象とした青年期男子だけではなく、高校生や中学生をも対象に含めた検討を行う必要もあるだろう。

引用文献

- 粟生修司(1996). 摂食障害の病因 日本医師会雑誌, 116, 1089-1093.
- 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, A., & Sugawara, K. (2000). Drive for thinness in adolescent women. *Japanese Journal of Educational Psychology*, 48, 267-274.)
- 古川 裕(1993). 思春期の若者たちが志向する体型 小児健康研究, 52, 340-346. (Furukawa, Y. (1993). Desired body weight and height among Japanese youth. *Journal of Child Health*, 52,

- 340-346.)
- 古川 裕・澤田 淳・橋本 勉 (1993). 中学生の肥満ややせの自己評価基準と異性から望まれる体型小児健康研究, *52*, 334-339. (Furukawa, Y., Sawada, T., & Hashimoto, T. (1993). Criteria for self-evaluation on body shape and desired body shape by the opposite sex in junior high school students. *Journal of Child Health*, *52*, 334-339.)
- 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*, 44-51. (Hayano, H. (2002). A psychological study on eating disorders tendency of male college students. *Journal of Japanese Clinical Psychology*, *20*, 44-51.)
- 伊藤裕子 (1998). 高校生のジェンダーをめぐる意識 教育心理学研究, *46*, 247-254. (Ito, Y. (1998). Relationship between gender conception and gender-related awareness and experiences in adolescents. *Japanese Journal of Educational Psychology*, *46*, 247-254.)
- 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., Ota, K., & Sugawara, K. (2003). Praise seeking and rejection avoidance need scales: Development and examination of validity. *Japanese Journal of Personality*, *11*, 86-98.)
- 松井純子 (2002). ダイエット行動とボディイメージ・瘦身願望およびパーソナリティ特性との関連について 人間科学研究, *9*, 43-52.
- 中井義勝・久保木富房・野添新一・藤田利治・久保千春・吉政康直・稲葉 裕・中尾一和 (2002). 摂食障害の臨床像についての全国調査 心身医学, *42*, 729-737. (Nakai, Y., Kuboki, T., Nozoe, S., Fujita, T., Kubo, C., Yoshimasa, Y., Inaba, Y., & Nakao, K. (2002). Clinical characteristics of eating disorders in Japan. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, *42*, 729-737.)
- 根本橋夫・柴田布美枝 (2003). 身体イメージと瘦身願望および摂食障害の行動 東京家政学院大学紀要 (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.)
- 鷺山健一郎・穂満直子・胸元孝夫・増田彰則・添嶋裕嗣・成尾鉄朗・野添新一 (2000). わが国における摂食異常症患者の実態調査について—1997年の全国6県の調査から— 心身医学, *40*, 617-622. (Sagiyama, K., Homan, N., Munemoto, T., Masuda, A., Soejima, Y., Naruo, T., & Nozoe, S. (2000). A survey of eating disorders in Japan: In 6 prefectures in 1997. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, *40*, 617-622.)
- 末松弘行 (1996). <座談会>摂食障害の発見からマネジメントまで 日本医師会雑誌, *116*, 1047-1061.
- 菅原健介 (1984). 自意識尺度日本語版作成の試み 心理学研究, *55*, 184-188. (Sugawara, K. (1984). An attempting to construct the self-consciousness scale for Japanese. *Japanese Journal of Psychology*, *55*, 184-188.)
- 菅原健介・馬場安希 (1998). 現代青年の瘦身願望についての研究—男性と女性の瘦身願望の違い— 日本心理学会第62回大会発表論文集, 69.
- 鈴木幹子・伊藤裕子 (2001). 女子青年における女性性受容と摂食障害傾向—自尊感情, 身体満足度, 異性意識を媒介として— 青年心理学研究, *13*, 31-46. (Suzuki, M., & Ito, Y. (2001). Relationship between acceptance of femininity and the tendency of eating disorder in female adolescents: As mediation to self-esteem, a degree of satisfaction with one's physique and consciousness of the opposite-sex. *Japanese Journal of Adolescent Psychology*, *14*, 31-46.)
- 武田 綾・鈴木健二・村松太郎 (1996). 男子大学生における過食症状 臨床精神医学, *25*, 1083-1089. (Takeda, A., Suzuki, K., & Muramatsu, T. (1996). Bulimia symptoms in male college students compared with female students. *Japanese Journal of Clinical Psychiatry*, *25*, 1083-1089.)
- 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.)
- 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) —ポ

- 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願望に関する研究 看護展望, **21**, 82-87.
- 山本真理子・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.)
- 山下あかり (2004). 自己受容との関連からみた EDI-2 による大学生の摂食障害傾向 臨床発達心理学研究, **3**, 22-32. (Yamashita, A. (2004). Relationship between self-acceptance scale and EDI-2 : Eating disorder tendencies among college students. *Clinical and Developmental Psychology*, **3**, 22-32.)

謝 辞

本論文は、第1筆者が2005年度に立正大学心理学部に提出した卒業論文を改訂したものである。調査にご協力いただいた多くの先生方ならびに学生の皆様に心より感謝致します。

(2007.1.18 受稿, '09.1.6 受理)

Drive for Thinness in Adolescent Males

RYOKO URAGAMI (AIKOU HOSPITAL), YAYOI KOJIMA (SAITAMA GAKUEN UNIVERSITY), YOKO SAWAMIYA (RISSHO UNIVERSITY) AND YUJI SAKANO (HEALTH SCIENCES UNIVERSITY OF HOKKAIDO) *JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY*, 2009, 57, 263-273

The present study focuses on the drive for thinness in adolescent males. Recently, a concern about thinness seems to be spreading even to men. The authors considered a psychological model that might establish a drive for thinness through the channel of a pros-and-cons mindset about body shape. The hypothesis was that benefits related to this mind set might, from a self-perspective, be self-affirmation, and from an other-person perspective, interpersonal relations. Adolescent males ($N=224$) completed a questionnaire developed to examine relations between the drive for thinness and personality traits that might affect a pros-and-cons mindset about body shape. Of the responses, 131 considered themselves to be fat. The results indicated that traits such as praise-seeking, rejection avoidance, and level of satisfaction toward one's body were linked to a drive for thinness. Further analysis suggested that a sense of benefit for thinness from the self-perspective, such as feeling more confident after losing weight, directly affects the drive for thinness. The analysis indicated that other variables may affect this drive through the sense of benefit for thinness from the self-perspective. In order of relevance, they were (a) from self-manifestation, (b) from dissatisfaction or anxiety about oneself, and (c) from degree of obesity as viewed by oneself.

Key Words : drive for thinness, pros-and-cons mindset about body shape, self- and other-perspectives, eating disorders, adolescent males