

氏名	生田目 光		
学位の種類	博士（心理学）		
学位記番号	博甲第 9593 号		
学位授与年月	令和 2 年 3 月 25 日		
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当		
審査研究科	人間総合科学研究科		
学位論文題目	ポジティブボディイメージに関する臨床心理学的研究		
主査	筑波大学教授	博士（心理学）	沢宮 容子
副査	筑波大学准教授	博士（人間科学）	青木佐奈枝
副査	筑波大学准教授	博士（学術）	水野 智美
副査	筑波大学准教授	博士（心理学）	湯川進太郎

論文の内容の要旨

生田目光氏の博士学位論文は、ポジティブボディイメージに着目し、基礎的な検討を行った上で介入モデルを構築し、心の健康教育プログラムの開発・効果検証を行ったものである。その要旨は以下の通りである。

著者は、第 1 章において、ポジティブボディイメージに関する先行研究をレビューした。その結果、従来のボディイメージ研究は、ネガティブボディイメージに関する研究に偏っていたこと、それに対して疑問を投げかける形で、近年海外では、ポジティブボディイメージという概念が注目され始めたことが明らかとなった。さらに、ポジティブボディイメージは、単なる身体不満足感の裏返しではなく、独自の説明力をもつ概念である可能性が示唆された。また、ポジティブボディイメージは、適応に関する様々な指標と関連する有用な概念であることも示された。加えて、ボディイメージの問題は、児童期において既に生じており、児童における早期介入において、ポジティブボディイメージが応用できる可能性も示唆された。

著者は、第 2 章において、第 1 章のレビューから見出した 4 つの問題点を述べている。(1) わが国ではポジティブボディイメージに関する研究は手つかずの状態であること、(2) ポジティブボディイメージへの介入を視野に入れた実用的なモデル検討がなされていないこと、(3) 児童におけるポジティブボディイメージの検討が不足していること、(4) 児童を対象としたポジティブボディイメージを高める介入法が存在しないこと、である。本研究では、以上の 4 つの問題点を解決することが目的とされた。

また、著者は、本研究の意義として、以下の 5 点をあげている。(1) わが国において光が当てられることのなかったポジティブボディイメージを測定することが可能となり、研究の発展への道を切り拓いていくことができること、(2) モデル検討により、ポジティブボディイメージの向上に有効な変数を明らかにすることで、理論的根拠に基づきながら、介入プログラムの構成要素を的確に選択できること、(3) わが国ではほとんど研究されてこなかった、児童におけるボディイメージの現状や問題点に関する貴重な知見が得られること、(4) ポジティブボディイメージを高めるプログラムが

開発され、実施されることにより、わが国の児童に対する適切な援助法の提供が可能になること、(5) 基礎的な検討に基づいて介入プログラムの開発を行うことで、基礎研究と実践研究をつなぐことが可能になること、である。

著者は、第3章において、わが国におけるポジティブボディイメージ測定尺度の不在、およびそれによって研究が手つかずの状態になっているという問題点を解決すべく、ポジティブボディイメージの尺度作成および適用可能性の検討を行った。具体的には、Body Appreciation Scale-2(以下BAS-2とする)を翻訳して日本語版を作成し、大学生738名を対象とした質問紙調査によって、信頼性・妥当性を検討した。その結果、日本語版BAS-2は、十分な因子的妥当性、内的整合性、再検査信頼性、構成概念妥当性を備えていることが示された。また、増分妥当性を検討した結果、日本語版BAS-2は、摂食障害傾向、自尊心、ウェルビーイングにおいて、身体不満足感(体型不満足感、身体醜形懸念)を上回る独自の説明力を持っていることも示された。すなわち、ポジティブボディイメージは身体不満足感の単なる対概念ではなく、独自の説明力を有する概念であると考えられた。以上の結果から、ポジティブボディイメージは、わが国においても適用可能で有用な概念であることが示された。

著者は、第4章において、ポジティブボディイメージへの介入を視野に入れた実用的なモデル検討がなされていないという問題点を解決すべく、ポジティブボディイメージに関する臨床実践へ応用可能な介入モデルを構築した。まず、ポジティブボディイメージと関連の深い概念である適応的調和食行動を測定するIntuitive Eating Scale-2(以下IES-2とする)の日本語版を作成し、大学生675名を対象に質問紙調査を行ったところ、わが国においても、ポジティブボディイメージと適応的調和食行動の間には関連があることが示された。次に、BAS-2とIES-2を使用して、大学生302名を対象とした質問紙調査を行い、介入モデルの構築および検討を行った結果、ポジティブボディイメージの形成に関連する要因として、セルフ・コンパッションおよび感謝によって高まったポジティブボディイメージが、適応的調和食行動およびウェルビーイングを促進するというモデルが示された。セルフ・コンパッションおよび感謝は、介入可能な変数であるため、セルフ・コンパッションおよび感謝へと介入することでポジティブボディイメージを高めることができると考えられた。また、女性は、メディアの影響によってポジティブボディイメージが低くなることが示された。したがって、女性においては、メディアリテラシーなどの要素を取り入れたプログラムを実施することで、メディアの影響を弱め、ポジティブボディイメージを高めることができると考えられた。さらに、ポジティブボディイメージを高めることで、ボディイメージのみならず、食行動やウェルビーイングにおいても、適応的な変化が期待できることが示された。

著者は、第5章において、児童におけるポジティブボディイメージの検討が不足しているという問題点を解決すべく、児童のポジティブボディイメージに関する基礎的な検討を行った。まず、小学3年生から小学6年生の児童232名を対象として、ボディイメージの実態を把握するための質問紙調査を行ったところ、わが国においても、ボディイメージの問題は児童期から生じていること、およびその深刻さが示され、早期介入が必要であると考えられた。そこで、ポジティブボディイメージの児童における適用可能性を検討するため、Body Appreciation Scale-2 for Childrenの日本語版を作成し、小学3年生から小学6年生の児童243名を対象とした質問紙調査を行ったところ、十分な信頼性・妥当性が示され、児童において適用可能であることが明らかとなった。

著者は、第6章において、児童を対象としたポジティブボディイメージを高める介入法の不在という問題点を解決すべく、児童を対象としたポジティブボディイメージを高める心の健康教育プログラムを開発し効果を検証した。プログラムの開発にあたっては、第4章の介入モデルにおいて、ポジティブボディイメージを形成する要因であることが示されたセルフ・コンパッションおよび感謝、メディアの影響に焦点をあてた。また、学校現場でも取り入れやすいように、セッション数は3回のみとし、ボディイメージに関する懸念の有無にかかわらず、全ての児童を対象とする1次予防的な心の健康教育プログラムを開発した。小学3年生から小学6年生の児童161名を対象に有効性を検討した結果、心の健康教育プログラムによって、ポジティブボディイメージが高まり、その効果は3ヵ月間維持されることが示された。

著者は、第7章において、第1章における理論的検討と第2章から第6章における実証的検討を踏まえ、総合考察を行った。その結果、ポジティブボディイメージは、わが国においても適用可能で有用な概念であることが明らかとなった。また、セルフ・コンパッションおよび感謝、メディア

の影響という3つの変数によって形成されること、3つの変数に介入することで、児童のポジティブボディイメージを高めることができることも示された。さらに、ポジティブボディイメージを高めることによって、適応的食行動およびウェルビーイングが促進されることも示唆された。加えて、著者は、本研究の結果と海外の先行研究の結果を比較して、ポジティブボディイメージの文化差およびわが国における傾向についても重要な考察を行った。

審査の結果の要旨

(批評)

ポジティブボディイメージに着目し、介入モデルを構築し、心の健康教育プログラムの開発および効果検証を行った点に、高いオリジナリティが認められる。精緻に進められた研究は、学術的にもきわめて価値が高く、今後わが国のポジティブボディイメージ研究の基盤となるものであると評価できる。また、児童を対象とする心の健康教育プログラムは、1次予防的介入として有効であり、その臨床的意義も高い。

平成2年1月8日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（心理学）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。