

〔原著〕

## 愛着に関する内的ワーキングモデルと摂食問題の関係

筑波大学大学院人間総合科学研究科心理学専攻：桜井 茂男

The relationships between internal working models of attachment and eating problems

Shigeo Sakurai

### 問題と目的

愛着理論 (attachment theory) とは、親と子の絆の形成とその発達や影響について理論化したものであり、Bowlby, J. によって提唱された。一般に、子どもが愛着対象に対して形成する愛着 (心の絆) には質的な違いがあり、最初の愛着対象 (おもに母親) にどのような愛着が形成されたかによって、その子のその後の対人関係の在り方や精神的な健康に重大な影響を及ぼすという。つまり母親を安全基地とするような安定した愛着を形成した子どもは、自分を肯定し、母親 (最初の他者) を信頼する。このような自己肯定 (自己についての表象) および他者信頼 (他者についての表象) という表象を、愛着に関する「内的ワーキングモデル」という。これは母親との愛着についての内的ワーキングモデルであるが、やがて、そのような子どもは父親や祖父母や周囲の人たち (他者) にも安定した愛着を形成するようになり、先の内的ワーキングモデルは一般性を獲得するようになる。すなわち、他者信頼という表象は母親から一般的な他者にも及ぶようになり、当該の内的ワーキングモデルは一般的な他者との関係についてのそれということになるのである。こうして安定した愛着を形成した子どもは健全なパーソナリティを発達させていく。ただ近年 Bowlby は最初の愛着対象 (おもに母親) との愛着を重視しすぎたとして、それ以後の愛着の形成および発達を重視する研究者も多い。

愛着理論に関する実証的な研究は、Ainsworth et al. (1978) の乳幼児を対象とする研究から始

まったが、1980年代半ばには児童や青年を対象とする研究も盛んになった。とくに青年以上を対象とする研究は Hazan & Shaver (1987) による成人用の愛着スタイル測定尺度の開発に追うところが大きい。彼らは Ainsworth et al. (1978) によって導き出された安定型、回避型、両極型という乳幼児に特徴的な愛着パターンを参考に、13項目からなる成人用愛着スタイル測定尺度 (本来は「愛着に関する内的ワーキングモデル測定尺度」というべきであるが) を開発した。この尺度では主に一般的な他者との関係に焦点をあて、愛着スタイルを安定型、回避型、両極型に分類した。安定型の人、相対的に自分の生育歴を肯定的に捉え、対人関係をより容易に築きやすく、他者との相互依存関係に快さを覚える傾向が強い上、他者から見捨てられることや他者に情緒的に接近することに対して不安を抱くことが少ないという。回避型の人、母親を冷たく拒絶的であったと想起し、他者との距離が小さくなることに大きな不安を感じ、他者を信頼したり、他者に依存したりすることに困惑を覚える傾向があるという。そして両極型の人、他者との密接な関係を強く希求する一方で、他者は実際には自分に対して愛情をもたず、自分とともにいることを望んでいないのではないかと不安になる傾向が強いという。

ところで近年、神経性無食欲症と呼ばれる摂食障害で苦しむ若者が増えている。神経性無食欲症 (anorexia nervosa) という用語は、英国の内科医 Gull, W. によって1873年に用いられ、持続的な食欲不振とこれに基づく痩せや無月経などの身体症状を主症状とする障害と捉えられ

た。DSM-IV (1994, 日本語版: 1995) によると、神経性無食欲症の診断基準は①最低限の正常体重を維持することの拒否、②肥満への強い恐怖、③身体像の障害、④女性の場合は無月経、である。

さてこのような摂食障害の背景を検討した研究者の中で Bruch (1974) や梶山 (1993) はつぎのようなことを見いだした。摂食障害の患者は、母子関係の特徴として「母親の過干渉」「子(患者)の母親への依存」「母子間の信頼性の欠如」を、一般的な対人関係の特徴として「対人不安」と「対人不信」をもつというのである。これらの特徴は、先にあげた愛着(不安的な愛着)に関する内的ワーキングモデルの特徴と一致するものと言える。すなわち神経性無食欲症の発症には、母親や一般的な他者との関係における内的ワーキングモデルが関与している可能性が指摘されたわけである。また、このような特徴は摂食障害までは至らないものの、歪んだ身体イメージをもち肥満恐怖や痩せ願望から過激なダイエットをする摂食問題をもつ女性にも当てはまるものとも考えられる。

以上のような知見と考察から、現在摂食問題を抱える女性は、幼いころ母親との間に安定した愛着(内的ワーキングモデル)を形成できず、さらに成長しても一般的な他者との関係において同様の安定した愛着(内的ワーキングモデル)が築けないために摂食問題を抱えるようになった可能性が大きいものと考えられる。

そこで、本研究では母親との愛着(内的ワーキングモデル)、一般的な他者との愛着(一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデル)と摂食問題との関係を明らかにすることを第一の目的とする。さらに、母親との愛着(母親との関係についての内的ワーキングモデル)と一般的な他者との愛着(一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデル)との関係について検討することを第二の目的とする。

## 方 法

被調査者 茨城県内の2つの大学および1つ

の専門学校に通う1年生の女子学生171名。年齢範囲は18歳~23歳で、平均年齢は18.73歳(標準偏差は.72)であった。

質問紙 3種類の尺度が用意された。

(1)母親との関係についての内的ワーキングモデルの測定には、久保田(1995)が作成した「子どもの頃(幼稚園の頃)」「思春期の頃(中学2,3年生の頃)」「現在」における自分と母親との関係についての認識を測定する尺度を修正して用いた。

「子どもの頃」の測定項目は27項目で、「母親への愛着(以下、愛着)」「母親への不信(以下、不信)」「母親への過剰適応(以下、過剰適応)」「母親との分離不安(以下、分離不安)」という下位尺度で構成されていた。「愛着」は「母親とは温かい愛情関係にあった」「母親が好きだった」などの項目、「不信」は「母親はずるいと思った」「母親は嘘つきだと思った」などの項目、「過剰適応」は「何かをするとき母親の顔色をうかがった」「母親の気を引くために“良い子”になろうとした」などの項目、「分離不安」は「幼稚園、保育園に行くことは、母親に家から追い出されると感じる感じがった」「自分を守ってくれるのは母親だけだと感じた」などの項目で測定された。

「思春期の頃」の測定項目は30項目で、「母親への拒否(以下、拒否)」「母親への敬愛(以下、敬愛)」「母親への侮蔑(以下、侮蔑)」「母親への情緒的依存(以下、依存)」という下位尺度で構成されていた。「拒否」は「母親がうっとうしくなった」「母親の愛情を素直に受け止められなかった」などの項目、「敬愛」は「母親への感謝の念がおこった」「母親の人生に共感を覚えるようになった」などの項目、「侮蔑」は「母親は私の機嫌をうかがっていた」「相談相手として母親は頼りなかった」などの項目、「依存」は「母親の言うことを聞いていれば間違いがないと思った」「母親以外に相談相手はいなかった」などの項目で測定された。

「現在」の測定項目は29項目で、「母親への愛着(以下、愛着)」「母親への情緒的依存(以下、依存)」「母親への気遣い(以下、気遣い)」という下位尺度で構成されていた。「愛着」は「母親

のことは考えたくない(反転項目)」「母親をありがたいと思った」などの項目、「依存」は「母親だけは私の味方だと思う」「母親なしの生活は考えられない」などの項目、「気遣い」は「母親には心配をかけたくない」「母親にはいつまでも強くいて欲しいと思う」などの項目で測定された。

各項目は「全くそのとおり」「そのとおり」「どちらかというそうだ」「どちらかというそうでない」「そうでない」「決してそうでない」の6件法で評定され、6, 5, 4, 3, 2, 1点と得点化された。なお反転項目はこれとは反対の方法で得点化された。

(2)一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルの測定には、Hazan & Shaver (1987)の愛着スタイル測定尺度に基づき詫摩・戸田(1988)によって作成された成人版愛着スタイル尺度が用いられた。この尺度は22項目で構成されていたが、調査用紙作成段階のミスで項目No22の「人に頼るのは好きでない」が欠落してしまい21項目で使用された。3つの下位尺度があり、それらは「安定性」「両極性」「回避性」である。「安定性」は「私はすぐに人と仲良くなる方だ」「気軽に頼ったり、頼られたりすることができる」などの対人関係の築きやすさと信頼感に特徴づけられた項目で、「両極性」は「私はいつも人と一緒にいたがるので、ときどき人から疎まれてしまう」「人は本当はいやいやながら私と親しくしてくれているのではないかと思うことがある」などの過度の親和性と不安感に特徴づけられた項目で、「回避性」は「私は人に頼らなくても自分一人で充分うまくやっているとと思う」「人は全面的には信用できない」などの孤立性と不信感に特徴づけられた項目で測定された。各項目の評定法と得点化は(1)の尺度と同様である。

(3)摂食問題の測定には、Garner & Garifinkel (1979)が開発したEating Attitudes Test(略して、EAT)を、新里ら(1986)が翻訳した邦訳版食行動調査表が用いられた。この尺度は40項目で構成されており、「食事強迫」「食事制限」「肥満恐怖」という3つの下位尺度が設定されている。「食事強迫」は「食後に罪悪感にさい

なまれる」「食事が私の人生を左右(コントロール)している感じがする」などの項目、「食事制限」は「糖分が多い食物は食べないようにしている」「食事に関するセルフコントロールをしている」などの項目、「肥満恐怖」は「肥満になることが怖い」「体が細くなることに頭が一杯である」などの項目で測定される。

各項目は「いつもそう」「非常に頻繁」「しばしば」「ときどき」「たまに」「全くない」の6件法で評定され、6, 5, 4, 3, 2, 1点と得点化された。なお反転項目はそうでない項目と反対の方法で得点化された。

手続き 大学生は個別に質問紙を配布し、1~2週間後に回収した。専門学校生は、授業中に配布し回答してもらった。

## 結果と考察

### (1)各尺度の基礎的な統計と信頼性の検討

本研究で用いた尺度(下位尺度)について、平均、標準偏差(SD)、 $\alpha$ 係数がTable 1に示されている。内的一貫性を検討する $\alpha$ 係数の値

Table 1 各尺度(下位尺度)の平均と標準偏差(SD)

尺度の内容	平均	SD	$\alpha$ 係数	
母親との関係についての内的ワーキングモデル				
子どもの頃	愛着	31.49	4.99	.79
	不信	6.78	3.06	.73
	過剰適応	9.12	3.40	.74
	分離不安	6.71	2.50	.43
思春期の頃	拒否	27.46	5.17	.92
	敬愛	32.23	11.41	.79
	侮蔑	5.07	2.04	.45
現在	依存	4.00	1.61	.42
	愛着	56.82	10.07	.91
	依存	18.83	4.52	.69
	気遣い	14.00	2.54	.69
-----				
一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデル				
	安定性	20.93	4.21	.78
	両極性	20.21	4.18	.67
	回避性	13.33	3.40	.50
-----				
摂食問題(EAT)				
	食事強迫	13.93	6.14	.79
	食事制限	15.40	6.10	.82
	肥満恐怖	12.45	5.39	.85
	合計	92.74	20.52	.86

注) EAT: Eating Attitudes Test の略。

では、.50以下の尺度が4つ（母親との関係についての内的ワーキングモデルの子どもの頃の「分離不安」と思春期の頃の「侮蔑」と「依存」、一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルの「回避性」）あり、今後の分析およびその解釈では注意が必要である。その他の尺度には一応の信頼性が確認されたものと言える。

(2) 一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルと母親との関係についての内的ワーキングモデルの関係

Table 2 に一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルと母親との関係についての内的ワーキングモデルとの関係が相関係数で示されている。一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルの3つの下位尺度に注目すると、安定性は子どもの頃の「愛着」、思春期の頃の「敬愛」、現在の「依存」と正の有意な相関が認められる。前二者の相関は予想通りであるが、最後の相関は現在の「愛着」との間に認められてしかるべきものと言える。ただ「依存」の項目内容を点検してみると、「母親に反対されると自信がなくなる」というように依存の強さを表す項目も含まれるが、母親を「私の味方」「一番の理解者」であると認識し「つながりの強さ」を感じるというように、母親に対する

信頼の強さを測定するような項目も多く含まれている。このために一般的な他者との信頼関係を特徴とする「安定性」という下位尺度と正の相関が見られたものと思われる。一方、現在の「愛着」と無相関であった点は、同じように項目内容に理由があるように思われる。例えば「母親のことは考えたくない」「母親にはうんざりしている」といったように、安定した愛着とは反対の内容をたずねる項目（反転項目）が多く含まれており、消極的な意味での愛着が測定された可能性が指摘できる。それゆえに、有意な正の相関に達しなかったものと考えられる。

安定性との負の有意な相関は、子どもの頃の「不信」と「過剰適応」、思春期の頃の「拒否」と「侮蔑」に認められる。大まかに言えば「不信」「拒否」「侮蔑」は母親に対する拒否的な態度を、「過剰適応」は母親に対する依存的な態度を測定している。いずれも否定的な態度であり、この結果はほぼ妥当な結果と言える。

つぎは両極性についてであるが、子どもの頃の「不信」「過剰適応」「分離不安」、思春期の頃のすべての下位尺度、現在の「気遣い」との間に有意な相関が認められる。子どもの頃および思春期の頃の相関は「敬愛」を除けばいずれも正の相関であり、しかもそれらは拒否的な態度

Table 2 愛着に関する内的ワーキングモデル同士の関係（相関係数）

母親との関係についての 内的ワーキングモデル	一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデル		
	安定性	両極性	回避性
子どもの頃			
愛着	.23**	-.11	-.23**
不信	-.31***	.38***	.37***
過剰適応	-.17*	.35***	.12
分離不安	-.09	.25**	.36***
思春期の頃			
拒否	-.17*	.22**	.30***
敬愛	.29***	-.16*	-.13
侮蔑	-.20**	.24**	.34***
依存	-.09	.25**	.39***
現在			
愛着	.07	-.09	-.22**
依存	.20**	.06	.02
気遣い	.02	.14*	-.08

注) n=171; \*\*\* p<.001, \*\* p<.01, \* p<.05.

(「不信」「拒否」「侮蔑」と依存的な態度(「過剰適応」「分離不安」「依存」)のいずれにも認められる。気遣いと正の相関は両極性の強い人が母親の愛情をつねに得ようとして母親の期待に沿うように努力することを意味しているであろう。妥当な相関と言える。

回避性については、子どもの頃の「愛着」「不信」「分離不安」、思春期の頃の「拒否」「侮蔑」「依存」、現在の「愛着」に有意な相関が認められる。子どもの頃の「愛着」と現在の「愛着」は負の相関、その他は正の相関である。正の相関では「不信」「拒否」「侮蔑」が拒否的な態度に、「過剰適応」「分離不安」「依存」が依存的な態度に属する。拒否的な態度との相関の方が強いかと予想されたがそうでもなかった。

つぎに母親との関係についての内的ワーキングモデルにおける3つの時期に焦点をあてて結果をみると、子どもの頃および思春期の頃に比べて、現在が、一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルに及ぼす影響は少ないように思われる。子どもの頃の「不信」と思春期の頃の「拒否」と「侮蔑」の3つの下位尺度は、一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルの3つの下位尺度のすべてと有意な相関が認められる。いずれも母親への拒否的な認識に関する下位尺度である点が注目される。

以上の結果から判断すると、回想形式での回答ではあるが、子どもの頃(幼稚園の頃)から現在までの母親との関係についての内的ワーキングモデルが、現在における一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルに影響を与えていることが明らかになった。母親との関係についての内的ワーキングモデルの重要性が示されたものと思われる。また、3つの時期の影響を比べると、子どもの頃と思春期の頃の影響が大きい。ただ一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルのうち、両極性と回避性への影響を考えると、両極性へは母親への依存的な態度が、回避性へは母親への拒否的な態度がそれぞれ強く影響しているものと予想されるが、結果はそれほど明確ではなかった。この点については測定尺度を改善した後に再度検

討する必要がある。

### (3) 摂食問題尺度(EAT)の検討

修正EAT得点を算出するために、項目得点の1～3点を0点、4点を1点、5点を2点、6点を3点に置き換え40項目の合計得点を計算した。その結果、平均は17.35、標準偏差は10.23となった。Garner & Garifinkel (1979)は、摂食障害の診断基準を30点に置き、摂食障害の患者は30点以上に位置するとした。そして、健常者群の中には30点以上の者は13%であると報告している。本研究の修正EAT得点の分布はFigure 1に示した通りである。本研究では30点以上の者は171名中20名(11.7%)であり、これはGarner & Garifinkel (1979)の結果とほぼ同じである。

### (4) 母親との関係についての内的ワーキングモデルと摂食問題との関係

母親との関係についての内的ワーキングモデルが摂食問題に影響を与えているものと仮定して、母親との関係についての内的ワーキングモデルを3つの時期に分けて、前者を説明変数、後者を基準変数とする重回帰分析を行った。結果はTable 3に示されている。

子どもの頃では、回帰式が有意( $F(4, 166) = 3.43, p < .01$ )となったが、標準偏回帰係数( $\beta$ )に有意なものは認められなかった。思春期の頃では、回帰式が有意( $F(4, 166) = 5.13, p < .001$ )となり、標準偏回帰係数も「拒否」( $\beta = .26, p < .05$ )と「依存」( $\beta = .22, p < .05$ )で有意となった。さらに現在では、回帰式が有意( $F(3, 167) = 4.44, p < .01$ )となり、標準偏回帰係数も「愛着」( $\beta = -.28, p < .01$ )と「依存」( $\beta = .20, p < .05$ )で有意となった。母親との関係についての内的ワーキングモデルの影響を3つの時期に分けて比べると(重相関係数の大きさで比べると)、思春期の頃が最も大きく、ついで子どもの頃そして現在となる。しかし大差はない。ただ、母親との関係についての内的ワーキングモデルが現在の摂食問題と関連していることは確かである。

下位尺度別の影響では、思春期の頃の「拒否」と「依存」、現在の「愛着」と「依存」が大きい

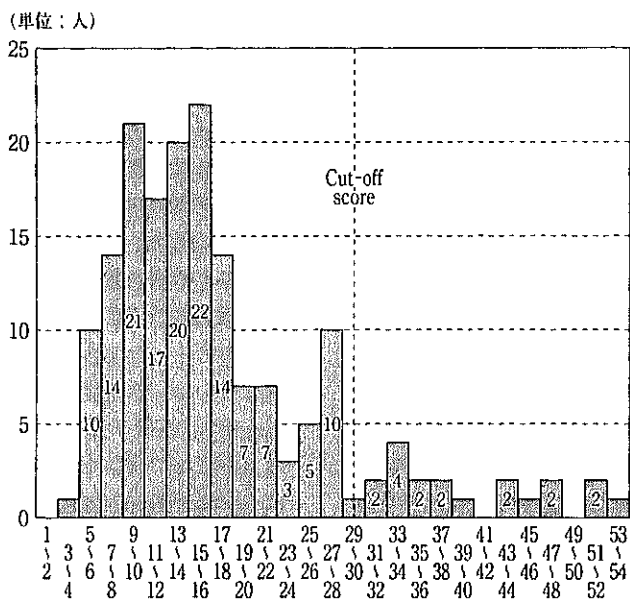


Figure 1 修正EAT得点分布

Table 3 愛着に関する内的ワーキングモデルから摂食問題（修正EAT得点）への重回帰分析（β係数）

母親との関係についての内的ワーキングモデル				一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデル	
〈子どもの頃〉愛着	.10	〈思春期の頃〉拒否	.26*	〈現在〉愛着	-.28**
不信	.15	敬愛	.09	依存	.20*
過剰適応	.04	侮蔑	-.07	気遣い	.19
分離不安	.17	依存	.22*		
重相関係数	.28**		.33***		.27**
					.44***

注) \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

と言える。両時期に共通しているのは「依存」であり、思春期の頃からの母親への依存的態度が現在の摂食問題をもたらしている可能性が強いと考えられる。この結果は、摂食障害と母親への依存性との関係を指摘した Bruch (1974) や石川ら (1960) の研究を支持している。また、現在の「愛着」がうまく形成されていれば、摂食問題は起こらないことも自明である。

(5) 一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルと摂食問題との関係

一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルが摂食問題に影響を与えているものと仮定して、前者を説明変数、後者を基準変数とする重回帰分析を行った。その結果は Table 3 に示されている。回帰式は有意 ( $F(3, 167) =$

13.72,  $p < .001$ ) となり、標準偏回帰係数は「両極性」( $\beta = .43, p < .001$ ) と「回避性」( $\beta = .15, p < .05$ ) で有意となった。また、重相関係数は .44 であり、(4)での分析に比べるとかなり大きいと言える。両極性と回避性の影響を比べると圧倒的に両極性のほうが強く、(4)での結果と一致している。すなわち摂食問題には一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルのうちでも両極性、換言すれば他者への依存的な態度が強く影響しているものと言える。

また、摂食問題を3つの下位尺度に分けて、当該内的ワーキングモデルとの関係を相関分析により検討した結果が Table 4 に示されている。特筆すべきことは、①食事制限との相関が両極性は正の有意な相関で、回避性は負の有意な相

Table 4 一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルと摂食問題との関係（相関係数）

摂食問題	一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデル		
	安定性	両極性	回避性
修正EAT得点	-.16*	.42***	.21**
食事強迫	-.14*	.42***	-.29***
食事制限	.01	.14*	.14*
肥満恐怖	-.04	.34***	.01

注)  $n=171$  : \*\*\*  $p<.001$ , \*\*  $p<.01$ , \*  $p<.05$

関である点、②肥満恐怖は両極性とのみ正の有意の相関である点、③摂食問題の3つの下位尺度とすべて有意な相関をもつのは両極性だけである点、の3点である。とくに③の点から、両極性が摂食問題と大いに関係していることは明らかである。

#### (6) 今後の課題

本研究によって、母親との関係についての内的ワーキングモデルは、成長後の一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルに影響していること、さらに、いずれの内的ワーキングモデルも成長後の摂食問題と関連しており、とくに母親への依存的な態度や、一般的な他者との関係についての内的ワーキングモデルの1つの要素である両極性（母親への依存的な態度にほぼ対応）との関連が強いこと、が判明した。

ただ、本研究にはいくつかの問題点がある。第1は、母親との関係についての内的ワーキングモデルの測定が過去を回想する形式を取っている点である。過去のことをあまり悪く思いたくないという気持ちが働いている可能性があるため、現実の子どものそれを測定して検討する必要がある。

第2には、内的ワーキングモデルを測定する尺度の一部に信頼性の低さが指摘できる点である。これは重要な問題であり、今後の検討に耐え得る尺度へと改善するか、あるいは新たな尺度を作成する必要がある。信頼性および妥当性が確かな尺度を用いて本研究を追試することが重要である。

第3には、今回は神経性無食欲症が多いと言われる女性を対象に検討を行ったが、現在では男性にも同様の障害の見られることが報告され

ている。摂食問題にはマスコミの影響が大きく、とくに若い男性は細身を志向しているようである。そこで、女性ばかりではなく男性を対象とした研究も必要であろう。

〔付記〕本研究の一部は第62回日本心理学会大会において発表されている。なお、本研究のデータは曾谷泉さんによって収集された。データの提供に対し心より感謝する。

#### 引用文献

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. 1978 *Patterns of attachment: A psychology study of strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- American Psychological Association 1994 *Quick reference to the diagnostic criteria from DSM-IV*. (高橋三郎・大野裕・染矢俊幸(訳) 1995 *DSM-IV 精神疾患の分類と診断の手引き* 東京: 医学書院)
- Bruch, H. 1974 *Eating disorders*. London: Routledge & Keagan Paul.
- Garner, D. M., & Garifinkel, P. E. 1979 The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9, 273-279.
- Hazan, C., & Shaver, P. 1987 Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- 石川清・岩田由子・平野源一 1960 Anorexia nervosa の症状と成因について *精神経誌*, 62, 1203-1221.

- 梶山有二 1993 思春期やせ症 公衆衛生, 57, 570-573.
- 久保田まり 1995 第10章 青年期における過去および現在の母親との関係に関する認識と対人関係, 親和動機との関連 アタッチメントの研究 東京: 川島書店 pp. 245-269.
- 新里里春・玉井一・藤井真一・吹野治・中川哲也・町元あつこ・徳永鉄哉 1986 邦訳版食行動調査表の開発およびその妥当性・信頼性の研究 心身医学, 26, 398-407.
- 詫摩武俊・戸田弘二 1988 愛着理論から見た青年の対人態度—成人版愛着スタイル尺度の試み— 東京都立大学人文学報, 196, 1-16.