

家族関係と食行動との関連

A study of the relationships between Family-related and Eating behaviors

坂巻 詩織

Shiori Sakamaki

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード : 家族関係, 摂食障害, 家族イメージ法, 食行動

Key words : family relation, eating disorder, family image test, eating behavior

1. 研究目的

内海・西浦(2014)が“わが国の 20 代女性における瘦身願望は顕著であり, 実際の減量方法として, 健全な青年期女性において摂食障害患者に特徴的な食行動異常が多く見られる”と述べるように, 青年期女性のメンタルヘルス問題として食行動異常傾向が強い女性への予防的援助が求められている。

摂食障害の発症に関与する心理的要因の 1 つとして家族的要因があげられ, 養育者との関係が問題となっている。摂食障害の家族では, 表面上の安定した家族像と, その家族の葛藤的な情緒・相互交流という実相の間にある隔たりが特徴の 1 つであると考えられている。家族関係の問題を臨床的観点から理解しようとする場合, 客観的な次元で観察された家族の姿が, 子どもの内的体験のような主観的な次元ではどのような体験になっているのかを理解することが重要であると考えられる。白崎(2013)は, “家族関係については, 本人と家族との心理的距離のほか, 家族成員との心理的な向き合い方が重要であり, 家族イメージ法 (FIT) を用いて「距離」「向き」を考慮することで, より明確な家族関係認知を把握できる”と述べている。

また, 感情をコントロールする, あるいは感情を鎮めるために, 対処手段として食行動に走るのが摂食障害の要因であるという考え方がある(田中, 2010)。岡本・中津ら(1999)等の先行研究より, その状況に対して起こった強い抑うつや怒り, 混乱の感情を鎮める際にストレス対処行動として感情対処を優先させることが摂食障害に結びつきやすいのではないかと考えられる。一方, 強い抑うつや怒り, 混乱の感情が生じたとしてもその感情対処を回避優先的対処にすることで発症しにくい

ことが考えられるため, 女子大学生が感情対処として何を行っているのかを具体的に検討していく必要があるだろう。

本研究においては, 女子大学生を対象に家族関係とその関係で起こる葛藤対処という面での食行動の問題について以下の 3 点を検討することとする。

①実際食行動上の問題が多くみられる女子大学生はどの程度存在し, どのような食への認知, 行動, 感情が摂食障害傾向へと結びつくのか検討する。

②家族関係をいかに体験しているのかについて, 家族イメージ法(FIT)を用い, 摂食障害傾向水準別の家族イメージを検討するなど, 家族イメージ, 摂食障害傾向, 感情対処の関連についても量的に検討する。

③FIT を媒介として家族との食事場面に焦点を当てたインタビューを行うことで, 家族間葛藤やその葛藤対処について摂食障害傾向の予防因子となりうるものを探索的に検討していくこととする。

2. 研究実施内容

方法

調査時期は 2015 年 12 月～2016 年 9 月であった。調査対象者は, ①②が女子大学生 200 名, ③が 5 名であり, 調査内容としては①②が質問紙+FIT, ③が FIT を媒介とした半構造化面接を実施した。質問紙の内容は, 独自に作成した文章完成法項目, 家族の食事場面で生じる気持ち, EES, EAT-26, EDI 過食項目であった。尚, 大妻女子大学生命科学倫理審査委員会の承認を得て行った (28-003)。

結果と考察

本研究では, 女子大学生に対して EAT-26 や EDI を用いて摂食障害傾向を測定した結果, 過食傾向

高群が 16.4%、拒食傾向高群が 9%となり、山蔦(2007) とほぼ同様の結果となった。結果より、三井(2005)が示した“3分の1の女子大学生が食行動異常傾向を有する”ほどではないものの、女子大学生のメンタルヘルスの問題として、摂食障害傾向が非常に重要な課題であると思われる。特に気晴らし食いや無茶食いといった過食傾向は、16.4%の女子大学生が経験している裾野の広い食行動の問題である。

また、インタビュー調査より、質問紙調査の尺度では摂食障害傾向の高群に至らず、FIT 上においても家族の問題が現れないものの、食行動の課題を有している者が見受けられたことから、質問紙法や投映法で摂食障害傾向を測ることに、一定の限界があると思われた。よって、女子大学生のメンタルヘルスの問題として摂食障害傾向を捉える際には、質問紙や投映法だけでなく、面接法も含めた多面的な手段を用い、総合的にみて支援していくことが重要であろう。

次に本研究では、瘦身願望・肥満恐怖や他者からの食事に対する圧力という認知から拒食や過食へ、また、ストレスによる怒り・欲求不満対処という感情から過食へ向かうことが明らかとなった。また、女子大学生は怒り・欲求不満対処から過食へ、過食から怒り・欲求不満対処へと、悪循環している場合が考えられた。これらは、先行研究において臨床群で指摘されてきた心的プロセスと同じメカニズムがあることがわかった。しかし、怒り・欲求不満対処から拒食へも向かう点は臨床群とは異なる部分であり、非臨床群の特徴であったといえる。つまり女子大学生は、他者から食べることを強いられたり、イライラを感じると食事制限しがちという結果である。これを青年期女性の発達課題という視点から考えると、依存や自立をめぐる葛藤があるために、生じうる反動形成なのではないかと考えられる。

よって、女子大学生より食に関する訴えがあった際には、青年期女性が抱えやすい葛藤の問題を留意しておく必要があるだろう。

さらに、摂食障害傾向水準別に FIT の特徴を検討した際、父親の不在や父親の力の弱さの問題があることが明らかとなった。加えて、FIT の特徴から摂食障害傾向を検討した際にも同様の結果が得られた。この結果は臨床事例研究からも指摘されていることを実証的にも支持する結果であった

といえる。しかし、臨床事例研究において、繰り返し強調されている母子の密着について等の結果は本研究においては見られなかった。ここに臨床群と非臨床群を分ける指標があるのかも知れないが、この点については更なる検討が必要であろう。

最後に半構造化面接の結果より、摂食障害傾向の予防的因子として、家族外のサポート資源、アプリによるストレス対処、セルフケアが見出された。

さまざまなストレス対処資源をもっていることで、食行動の問題へと至らないことが示唆されたことより、今後は女子大学生のストレス対処資源がどのくらいあるのか、また対処資源の質はどのようなものかを検討することが必要だろうと考えられる。加えて、本研究での摂食障害傾向の予防的因子は少人数から生成された仮説因子にすぎない。そのため今後は数を増やし実証的に検討していく必要があるだろう。

3. まとめと今後の課題

本研究の結果は、青年期の女子大学生に限定したものといえるものの、質問紙や投映法、半構造化面接により多面的に摂食障害傾向を捉えた点、摂食障害傾向の予防的因子について検討した点については、一定の意義を持ちうる研究であったといえる。今後は、この結果を臨床場面で応用するなど、より実践的な展開が求められるだろう。

4. この助成による発表論文等

平成 28 年度大妻女子大学大学院修士論文発表会にて発表した。

付記

本研究は、平成 28 年度人間生活文化研究所大学院生研究助成 (B) (課題番号 DB2815)「家族認知と食行動異常との関連」の助成を受け行った。

主要参考文献

- [1] 亀口 憲治・システム心理研究所 (2003). FIT(家族イメージ法)マニュアル システムパブリカ
- [2] 下坂 幸三 (1988). アノレクシア・ネルヴオーザ論考 金剛出版
- [3] 田中 志帆 (2010). 食事場面での母親の行動認識と、感情対処方略としての食行動が、摂食障害傾向に及ぼす影響 青山学院女子短期大学紀要, 64, 169-185