

関西学院大学博士(心理学)学位論文

女子大学生における  
リスク要因に基づく摂食障害予防

関西学院大学大学院文学研究科  
上田 紗津貴

## 要旨

本論文の目的は、女子大学生におけるリスク要因に基づく摂食障害予防に関する検討を行うことであった。本論文は全 7 章から構成される。まず第 1 章では、摂食障害の定義や有病率、摂食障害の予防的介入、摂食障害予防のアセスメント、心理社会的介入の文化適合に関する先行研究の展望を行った。第 2 章では、先行研究の展望で明らかとなった 4 つの課題（尺度の未整備、モデルの未検討、採用型プログラムの実施可能性と有効性の未検証、文化適合型プログラムの実施可能性と有効性の未検証）をまとめたうえで、本研究の目的と意義を述べた。第 3 章から第 6 章では、先行研究の課題を解決するための実証的研究を行った。第 3 章では、瘦身理想の内面化を測定する尺度である **Ideal-Body Stereotype Scale-Revised (IBSS-R)** の日本語版を作成し、信頼性と妥当性の検討を行った。その結果、**IBSS-R** 日本語版について、探索的および確認的因子分析に基づく構造的妥当性、内的一貫性、および再検査信頼性が示された。また、**SATAQ-4** 日本語版の瘦身理想の内面化とは中程度の正の相関、**SATAQ-4** 日本語版の筋肉質理想の内面化とは無相関が示され、**IBSS-R** 日本語版の収束的妥当性および弁別的妥当性が認められた。第 4 章では、食行動異常の二過程モデル (**Dual pathway model of eating pathology**) の妥当性の検討を行った。構造方程式モデリングを用いた検討の結果、日本の女子大学生における食行動異常の二過程モデルの妥当性が確認された。また、瘦身プレッシャーの影響の強さについて、部分的に先行研究との違いが示唆された。

このことから、日本の女子大学生を対象とした場合には、瘦身理想の内面化だけではなく、瘦身プレッシャーが摂食障害のリスク要因となることが示唆された。第 5 章では、採用型プログラム（翻訳版 Dissonance-based Intervention; DBI）の実施可能性と有効性を検討した。その結果、DBI のプログラムに参加した日本の女子大学生には、プログラム実施直後における低い脱落率が示された。加えて、瘦身理想の内面化、自己像不満、摂食障害症状が低減するという効果が認められた。第 6 章では、採用型プログラム（翻訳版 DBI）と文化適合型プログラム（行動実験と DBI の組合せ介入）の有効性の比較を行った。まず、第 4 章によって、瘦身プレッシャーが摂食障害のリスク要因となることが示唆されている。そこで、瘦身プレッシャーに有効な可能性がある介入として、行動実験の実施可能性と有効性の検討を行った。その結果、低い脱落率による実施可能性が示されたものの、瘦身プレッシャーへの有効性が低いことが示された。続いて、瘦身プレッシャーに対する有効性を向上させるために、改訂版の行動実験を作成し、改めて実施可能性と有効性の検討を行った。その結果、改訂版の行動実験の実施可能性と瘦身プレッシャーに対する有効性が確認された。次に、作成した改訂版の行動実験と翻訳版 DBI を組み合わせ、日本の女子大学生の摂食障害に対する予防的介入として、新たな文化適合型プログラムを開発した。そして、採用型プログラムと文化適合型プログラムを用いて、日本の女子大学生に対する実施可能性と有効性の比較検討を行った。その結果、各プログラムの脱落率の低さから、実施可能性が確認された。次に、有効性についても検討を行った。瘦身理想の内面化につ

いては、双方のプログラムで有効性が確認され、採用型プログラムにおいて、より高い有効性が示された。一方、瘦身プレッシャーについては、文化適合型プログラムでのみ有効性が確認された。摂食障害症状の変容については、文化適合型は介入後および 1 ヶ月後、3 ヶ月後フォローアップで概ね大きな効果量、採用型は介入後では中程度の効果量、1 ヶ月後、3 ヶ月後フォローアップで概ね大きな効果量であった。以上のことから、採用型プログラムと文化適合型プログラムについて、各プログラムの実施可能性が確認され、有効性については、摂食障害症状に対しては最終的に各プログラムで同等の有効性が確認された。一方で、瘦身理想の内面化や瘦身プレッシャーに対する有効性については、各プログラムが変容を狙った変数がより改善していることが明らかになった。最後に第 7 章では、本研究の意義（摂食障害の予防的介入としての翻訳版 DBI の実施、基礎研究と介入研究の統合、文化に適合した心理社会的介入への示唆）と臨床的示唆（食行動異常の二過程モデルに関する臨床的示唆、認知的不協和理論に基づく介入に関する臨床的示唆、行動実験に関する臨床的示唆）が議論され、今後の課題（有効性の確立のためのサンプルサイズの拡充、実施者要因と参加者要因の検討、国際比較研究の必要性）が示された。