

【研究ノート】女子大学生を対象としたボディイメージ  
評価方法の検討

吉 江 美 緒

金城学院大学大学院人間発達学専攻前期課程

Body Image Cognition Scale in Japanese Female University Students

Mio Yoshie

Graduate School of Human Ecology, Kinjo Gakuin University

## I. 問題と目的

近年、神経性食欲不振症（anorexia nervosa；以下AN）や神経性大食症（bulimia nervosa；以下BN）を中核とした摂食障害は増加の一途をたどっている。若年女性の痩せ志向が高まり、瘦身願望や体型認識に関する調査研究が数多く報告されている。

Brunch（1962）はANの病的な問題点は深刻な栄養状態そのものではなく、ボディイメージの障害であり、痩せ過ぎが進行しても、それを気にしていないことであると述べている。ボディイメージの障害は、アメリカ精神医学会が定めた精神障害の診断と統計の手引きであるDSM-IV-TRや世界保健機関（WHO）が定めた分類であるICD-10においても、ANの診断のための重要な症状として捉えられている。DSM-IV-TRはまた、食欲の減少は疾患の初期段階ではほとんど起こらないため、anorexia（「食欲の欠如」の意）を紛らわしいと指摘している。したがって、ANは身体像の著しい障害および容赦のない、それも往々にして飢餓にまで至る、痩せることへの追求により特徴づけられる。

「ボディイメージ」という言葉の中には、自分の身体の大きさをどう認知しているか（body size perception）と自分の身体をどう思っているか（attitudes or feelings towards the body）の2つの意味が含まれており、「ボディイメージの障害」には体型の認知障害（perceptual body size distortion）と体型への不満（cognitive-evaluative dissatisfaction）があるとされる。

小澤（1997）は、ボディイメージとは、自分自身の身体をどのように捉えるかについての概念であり、ANの患者においては、かなり痩せていても、「自分はまだ太りすぎている」というようなボディイメージの歪みがしばしば観察されると報告している。また、従来摂食障害の背景因子としてさまざまな因子が取り上げられている。しかし、単にこれらの関連を見るばかりでなく、これらの変数とともに摂食障害の発症過程に重要な意味を持つとされる、女性としての身体的な成熟や社会的に求められる身体像などの側面が加味された検討の必要性が指摘されている。

Mountford et al.（2006）は、しばしば摂食障害患者に観察されるボディチェックについて言及しているが、その行動自体の役割に関わらず、これらの認識が摂食障害における精神機能障害に影響を及ぼしていると報告している。また、個々人の身体感覚を測るためにBody Checking Cognitions Scale（以下BCCS）を作成し、臨床群と非臨床群の比較を通してその役割が検討された。その結果、ボディチェックの役割として、その人の正確な身体像を描く助けとなる「客観的証拠」、不安を減少させ、気分を良くさせる「安心・自信」、ボディチェックをしなければ、恐れていた結果が生じるなどの「安全策的考え」、食べ過ぎや体重増加を調節し、体型維持をする「ボディコントロール」の4つを挙げている。摂食障害傾向である女性は、このような認識をする可能性が健康的な女性よりも著しく高いと考えられ、少なくとも非臨床群では、特に「安心・自信」「安全策的考え」「ボディコントロール」の3因子が病状の鍵であることが示唆された。

山蔦・野村（2004）は、食行動異常を発現し維持する要因の一つとして、身体不満足感と身体像の歪みから成るボディイメージの障害を指摘している。さらに、1970年代の調査では、摂食障害患者の食行動やボディイメージが健常者より明らかに異常であると報告されているが、現在では、健常者においてもボディイメージへの不満は高く、食行動も摂食障害患者の行う行動と類似する傾向にあり、健常者と患者との境界が不鮮明になっていることを指摘している。

摂食障害の原因や関連要因について分析を行い、改善策を究明していくことは大切なことであるが、ボディイメージや心理的な側面からの分析はあまりなされていない。そこで本研究では、青年期女子を対象に、Mountford et al.（2006）の尺度をもとに、個々人が感じる身体感覚を測るための尺度を作成することを目的とする。

## II. 方法

【調査対象】女子大学生を対象とした204名（平均年齢：19.94歳）

【調査時期】2012年10月

【手続き】 個人が感じる身体感覚を測るために尺度を作成した。Mountford et al. (2006) によって開発されたBody Checking Cognitions Scale (BCCS) 19項目をもとに、各項目を日本語に翻訳し、女子大学生にとって回答しやすいように言い回しなどを修正し、新たに4項目を加えた。具体的には、「ボディチェックは、特にどの部位を細く（太く）すれば良いか教えてくれる」「ボディチェックによって、今日（翌日）着る服を決める」「全身鏡を見つけるたびに、どこでもボディチェックをしてしまう」「ボディチェックは憧れの人に近づく手段である」である。評定は「あてはまらない（1点）」から「あてはまる（5点）」までの5件法とした。

### Ⅲ. 結果

データに欠損があったものなどを除き、198名分の回答を分析対象とした。198の回答を対象に因子分析（主因子法、プロマックス回転）を実施し、固有値の減衰状況（7.03, 2.36, 1.76, 1.29, 1.03）および解釈の可能性から、4因子構造が妥当であると判断された。この結果をもとに、全22項目、4因子から成る質問紙尺度「女子大学生におけるボディイメージ認知尺度」が作成された。第1因子は、「ボディチェックをすることで、自分の体型を把握することができる」「ボディチェックは、自分の体型を知る最も正確な手段である」が含まれるため「体型把握」と命名した。第2因子は、「家を出る前に、気になる部分が隠れているか確認しなければならない」「全身鏡を見つけるたびに、どこでもボディチェックをしてしまう」など不安対処や強迫的な行動に関する項目が含まれるため「安全策・強迫的思考」と命名した。第3因子は、「体型や体重を気にしている時、ボディチェックをすると落ち着くと思う」「ボディチェックで、他人より自分の方が魅力的であると自信をつけられる」など、自分を安心させ、自信をつけることに関するため「安心・自信」と命名した。第4因子は、「ボディチェックをすると、翌日の食事を調整で

きる」「ボディチェックは、運動量を増やすべきか教えてくれる」など自分の身体を調整するための内容であることから「ボディコントロール」と命名した。残余項目は、「体重の増減を知るためには、ボディチェックがかかせない」の1項目であった。尺度の信頼性を検討するため、各因子の $\alpha$ 係数を算出した結果、一定の信頼性が認められた（第1因子「手段・目的」( $\alpha=.82$ ), 第2因子「強迫的思考」( $\alpha=.79$ ), 第3因子「安心・自信」( $\alpha=.81$ ), 第4因子「ボディコントロール」( $\alpha=.65$ ))。女子大学生におけるボディイメージ認知尺度の因子構造をTable1に示した。

### Ⅳ. 考察

Mountford et al. (2006) のBCCSは「客観的証拠」「安心・自信」「安全策的思考」「ボディコントロール」の4因子構造であった。本研究においても、因子分析の結果から4因子構造が妥当であると判断された。基となるBCCSと共通する部分もありつつも、各因子の内容に関しては、本尺度の独自性も認められた。具体的には、「体型把握」「安全策・強迫的思考」「安心・自信」「ボディコントロール」の各因子が抽出された。「体型把握」と安全策・強迫的思考に関しては、新たに項目が加わり、因子の特徴をより適切に説明するために原版BCCSとは異なる名称とした。新たに追加した4項目では、「ボディチェックは、特にどの部位を細く（太く）すれば良いか教えてくれる」が「体型把握」因子、「ボディチェックによって、今日（翌日）着る服を決める」と「全身鏡を見つけるたびに、どこでもボディチェックをしてしまう」が「安全策・強迫的思考」因子、そして「ボディチェックは憧れの人に近づく手段である」が「ボディコントロール」因子に加わった。今回新たに加わった「体型把握」の因子は、自分の体型について常に意識していきたいという囚われに関するものであり、「安全策・強迫的思考」には自分の体型を確認せずにはいられず、そのような不安が強迫性として表れていると考えられる。さらに、本研究におけるボディイメージ認知尺度は我が国の一般的な女子大学生を考慮した尺度であるた

Table1. 女子大学生におけるボディイメージ認知尺度の因子構造

| 項目番号  | 項目内容                                | 第1因子  | 第2因子  | 第3因子  | 第4因子  |
|-------|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| 第1因子  | 「体型把握」 $\alpha=.82$                 |       |       |       |       |
| 5     | ボディチェックをすることは、良いことである。              | .755  | -.176 | .097  | -.005 |
| * 6   | ボディチェックは、特にどの部位を細く（太く）すれば良いか教えてくれる。 | .741  | -.137 | .015  | .168  |
| 19    | ボディチェックをすることで、自分の体型を把握することができる。     | .717  | .041  | -.046 | .016  |
| 14    | 理想の体型に近づくために、ボディチェックを続ける。           | .576  | .104  | .034  | .029  |
| 13    | ボディチェックは、自分の体型を知る最も正確な手段である。        | .397  | .257  | -.056 | .250  |
| 第2因子  | 「安全策・強迫的思考」 $\alpha=.79$            |       |       |       |       |
| 18    | ボディチェックをしなければ、わざわざしてしまう。            | -.096 | .813  | .025  | -.078 |
| 17    | 家を出る前に、気になる部分が隠れているか確認しなければならない。    | -.027 | .740  | -.105 | .005  |
| 20    | ボディチェックをしないと、自分の体型が分からない。           | .363  | .648  | .038  | -.286 |
| * 11  | ボディチェックによって、今日（翌日）着る服を決める。          | -.257 | .575  | .082  | .179  |
| * 23  | 全身鏡を見つけるたびに、どこでもボディチェックをしてしまう。      | .208  | .534  | -.018 | -.072 |
| 15    | もしボディチェックを止めれば、体重は勢いよく増加する。         | -.089 | .440  | -.029 | .243  |
| 第3因子  | 「安心・自信」 $\alpha=.81$                |       |       |       |       |
| 2     | ボディチェックをすると、体型について安心することができる。       | -.017 | -.015 | .926  | -.158 |
| 3     | 体型や体重を気にしている時、ボディチェックをすると落ち着くと思う。   | .168  | -.026 | .822  | -.108 |
| 8     | ボディチェックは、気分を良くする。                   | -.029 | -.086 | .560  | .254  |
| 21    | ボディチェックで、他人より自分の方が魅力的であると自信をつけられる。  | -.067 | .175  | .438  | .226  |
| 第4因子  | 「ボディコントロール」 $\alpha=.65$            |       |       |       |       |
| 1     | ボディチェックをすると、翌日の食事を調整できる。            | -.156 | .023  | .168  | .633  |
| 10    | ボディチェックをすると、体重計の目盛りを確信する。           | -.053 | .074  | .019  | .612  |
| 4     | ボディチェックは、体重コントロールの手段である。            | .279  | -.011 | .053  | .524  |
| 22    | ボディチェックは、運動量を増やすべきか教えてくれる。          | .133  | .023  | -.160 | .514  |
| 7     | ボディチェックは、食べ過ぎ防止に役立つ。                | .120  | -.180 | -.078 | .434  |
| * 16  | ボディチェックは、憧れの人に近づく手段である。             | .248  | .154  | -.062 | .421  |
| 9     | ボディチェックをすることにより、体重の増減が分かる。          | .128  | .100  | .179  | .344  |
| 残余項目  | 12 体重の増減を知るためには、ボディチェックがかかせない。      |       |       |       |       |
| 因子間相関 | 第1因子                                |       | .522  | .257  | .511  |
|       | 第2因子                                |       |       | .214  | .568  |
|       | 第3因子                                |       |       |       | .487  |
|       | 第4因子                                |       |       |       |       |

\* 追加項目

め、こうした特性因子構造の違いに影響を与えたとと思われる。

このように、本尺度は青年期女子を対象としたボディイメージを測定していることが特徴である。中尾・高桑（2000）の一般の若年女性を対象とした研究では、標準的な体重においても現在の体型を過大評価し、肥満でない者がかなりの細身の体型を希望する強いやせ志向が認められている。その他にも最近の研究動向として、非臨床群においてもダイエット経験や瘦身願望が高まっていると数多く報告されているため、臨床群との差異についても今後の検討課題の一つとしたい。

また、因子間の関連について、特に「体型把握」「安全策・強迫的思考」「ボディコントロール」の因子間相関の高さが認められた。原版BCCSにおいても同様の因子間の関連の強さが示されていることから、本尺度は青年期女子のボディイメージを包括的

に測定するための尺度として今後の活用が可能であると考えられる。本尺度を利用して、他の心理的特性等との関連を検討していきたい。

#### 引用文献

- Brunch, H. (1962). Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nervosa. *Psychosomatic Med* 24, 187-194.
- 山蔦圭輔, 野村忍 (2004). 女子大学生における食行動異常(第1報) 日本女性心身医学会雑誌 9, 211-218.
- 中尾美美子, 高桑みき子 (2000). 若年女性の肥満度別ボディ・イメージおよび性格特性について 聖徳大学研究紀要 33, 103-109.
- 小澤真 (1997). 女子短大生における痩せ願望とボディ・イメージとの関係 大分県立芸術文化短期大学研究紀要 35, 175-185.

岡部憲二郎, 井尾健宏 (2006). 神経性食欲不振症患者の病識—摂食障害患者全体のボディイメージの検討から— 心身医学 46, 68-73.  
Mountford, V., Anne, H., and Glenn, W. (2006).

Body Checking in the Eating Disorders: Associations Between Cognitions and Behaviors. International Journal of Eating Disorder 39, 708-715.