

# 摂食障害傾向を示す女子大学生のストレス状況下における反応パターン

—コーピング尺度と P-F スタディを用いて—

16011PCM 前野 桃子

## 問題と目的

摂食障害とは、食行動に異常がみられる精神疾患である。女子大学生には、摂食障害には至らないものの、摂食障害の予備軍といえる食行動上の問題を持つ者が存在し、摂食障害発症の危険性が指摘されている(川人・堀・大塚, 2008)。摂食障害や摂食障害傾向に至ることを防ぐ要因の一つに、心理・社会的ストレスに対処するコーピングがある。近年では様々な心理・社会的ストレスに対する特定のコーピングの使用が個人の摂食障害傾向の程度に影響を及ぼすことが明らかにされている。先行研究では、摂食障害傾向のある者は、コーピングスキルが未熟であり、心理・社会的ストレスの問題解決に対して回避などの消極的なコーピングを選択する頻度が高いことが報告されている(川人他, 2008)。さらに、このコーピング同様、ストレス状況下における反応パターンを見ることができると、投影法の P-F スタディがある。P-F スタディでは、欲求不満状態におかれた個体の反応、すなわち精神的ストレスに対する対処様式のプロフィールが明らかにされる(瀧井他, 1995)。質問紙法と投影法を組み合わせることによって、人の意識している部分と、自覚していない無意識の部分の双方におけるストレス対処法を明らかにすることができると考えられる。そこで本研究では、コーピング尺度と P-F スタディを用いて、摂食障害傾向を示す女子大学生のストレス状況下における反応パターンを検討することを目的とする。

## 研究 1

### 1. 目的

質問紙調査により摂食障害傾向の高い者がどのようなコーピングを使用するかを検討する。仮説①を、「摂食障害傾向高群は摂食障害傾向低群よりも、“問題焦点型”が低くなり、“回避・

逃避型”が高くなる」とした。

### 2. 方法

**調査協力者と手続き：**A 大学に通う女子大学生 241 名(平均年齢 19.12 歳)を対象に、大学の講義時間を用いて集団で質問紙調査を行った。

**質問紙構成：**①フェイスシート②日本語版 EAT-26(向井他, 1994)に EDI-91 の下位尺度の一つである「過食」を追加した摂食障害傾向尺度③コーピング尺度(尾関, 1993)④心理検査に対する協力依頼のための連絡先記入欄で構成された。

### 3. 結果と考察

調査協力者を摂食障害傾向尺度の得点の平均値を基準として摂食障害傾向高群(以下、高群)と摂食障害傾向低群(以下、低群)に分け、コーピング尺度の各下位尺度を従属変数とした  $t$  検定を行った。その結果、高群は低群よりも有意に「問題焦点型」が高いことが示された。「情動焦点型」と「回避・逃避型」では有意な差は見られなかった。したがって、仮説①は支持されなかった。高群は、ストレス場面に遭遇した時に、諦めたり、大した問題ではないと考えたり、なるようになれと思うといった回避・逃避的なコーピングを使うよりも、他人に自分のおかれた状況について話を聞いてもらったり、情報を集めたり、他人に助けを求めようとする姿勢や自ら問題解決のために努力する姿勢があると考えられる。また、「回避・逃避型」が高くならなかったことは、大した問題であると考えられることは少なく、必要以上に不安に考えたり、楽観的に思えない心理的特徴があると考えられる。また、本研究における対象者は大学に通う女子大学生であり、摂食障害患者よりも、より適応的であると考えられ、問題を消極的に回避するのではなく、他者に頼ったり人に話を聞いてもらおうとしたりすることで、そのストレスに対

処しようとしていると考えられる。

## 研究 2

### 1. 目的

P-F スタディを使用して、摂食障害傾向の高い者の、欲求不満場面における無意識的な対処方法や責めの方向を検討する。また、責めの方向は“攻撃性”と捉えられるが、本研究では変容可能な広義の意味の“主張性”（秦, 2007）として捉えることとする。仮説②を「高群は低群よりも“要求固執型”が低くなり、“障害優位型”が高くなる」、仮説③を「“i（自責固執反応）”が高くなる」、仮説④を「自責的な反応が多く、他責的な反応は少なくなる」とした。

### 2. 方法

**心理検査協力者：**研究 1 に協力した者のうち、高群 21 名、低群 24 名に実施した（平均年齢 19.58 歳）。

**手続き：**A 大学内の実験室にて個別で P-F スタディを行った。

### 3. 結果と考察

アグレッションの型を従属変数とした  $t$  検定を行った。その結果、高群は低群よりも有意に「自我防衛型」の得点が高いことが示された。「障害優位型」及び「要求固執型」では有意な差は見られなかった。したがって仮説②は支持されなかった。要求固執型の一つである「e（他責固執反応）」が、高群において低い傾向が示されたことから、他者に欲求不満状態の解決を期待し、要求する傾向が低いと考えられる。また、高群において「自我防衛型」が高くなったことから、フラストレーションによって生じた心理的不安定を回復するために、自我防衛的で直接的に人に向かってなされる反応が多いため、欲求不満場面において欲求を充足させるという意味での問題解決にはならないと考えられる。

仮説③は、高群と低群の間で有意な差は認められず支持されなかったことから、無意識的には、自分で問題解決を図ろうとすることは摂食障害傾向の高低に関係ないことが明らかとなった。「i」は自分で解決するという自立的反応であるため、その肯定的な意味で考えると、低群よりも高くならなかったと考えられる。

続いて、アグレッションの方向を従属変数とした  $t$  検定を行った。その結果、高群は低群よりも有意に「他責」の得点が低くなり、「自責」及び「無責」が高い傾向が示された。したがって仮説④は支持された。高群は、フラストレーションの原因を他人や環境のせいにすることは少なく、自分の責任にすることが多く、また原因は誰にもなく不可避であると考えられる特性があると考えられる。摂食障害傾向の高い者は、要求充足のために相手に何かをしてもらおう、やらせることはせずに、自分のせいであるという考えや、やむを得ないという考えをし、他者に対する主張性が低いと考えられる。

### 総合考察

高群は、意識的には、問題を解決しようとしてたり他人に助けを求めたり自分で何とかしようと努力すると思っている。一方無意識的には、人に対する批判や怒り、また他人に頼るといった甘えを押さえ、問題解決のために相手に要求することは少なく、相手を許容したり、非難することを避けたりする傾向があると考えられる。つまり、意識的には問題解決のために努力をするが、フラストレーションに対するその瞬間の無意識的な反応としては、問題解決及び要求充足のために努力することは少ない。その後、意識的な認知的・行動的努力として、積極的に情報を集めたり、他の人に助けを求めようとしてたり、自ら問題解決のために努力をしたりする考えられる。臨床像としては、無意識的には問題を抱え込んで、その後積極的に努力する者と考えられる。予防的観点から考えると、低い主張性は摂食障害に共通する点であり、社会適応を果たす上で重要な要因となる。松坂他（2004）は、自己主張スキルの向上が摂食障害の症状軽減に好影響を与える可能性を示唆した。したがって、アサーショントレーニングやコーピングの心理教育を行うことで、食行動の異常の予防に繋げることができると考えられる。そして自分の非を度を超えない程度で素直に認める自責的な姿勢と、自分だけで抱え込まずに他者に要求や主張をできる他責的な姿勢がバランスよく保たれることが必要であると考えられる。