

摂食障害傾向のある青年の拒食と過食の心理的意味と変容プロセス ——非臨床群の語りによる分析

奥田紗史美 広島大学大学院教育学研究科
Satomi Okuda Graduate School of Education, Hiroshima University
岡本祐子 広島大学大学院教育学研究科
Yuko Okamoto Graduate School of Education, Hiroshima University

要約

本研究の目的は、青年期の摂食障害傾向における、拒食と過食という食行動の心理的特徴について、拒食と過食に伴う感情・意識、および食行動に対する意味づけという観点から明らかにすること、および、その心理的特徴の推移するプロセスについて検討することである。予備調査では、大学生を対象にスクリーニング・テストによる質問紙調査を実施した。本調査では、10名の調査対象者に対して半構造化面接を実施した。その結果得られた、拒食と過食それぞれの心理的特徴に対し、時系列的に分析を行ったところ、拒食の場合は、「痩せへの希求・自己改善欲求」「食事制限の習慣化」「節制へのとらわれ」「拒食への没入・自己目的化」という4つの段階が、過食の場合は、「ストレスに対する気晴らし・慰め」「むちゃ食いの習慣化」「過食に対する義務感・二重生活」「過食への没入、生きがい化」という4つの段階が示された。これらの結果をもとに、摂食障害傾向における、拒食と過食の心理的意味について考察した。

キーワード

摂食障害傾向, 拒食, 過食, 心理的意味, 心理的意味の変容プロセス

Title

Psychological Meanings and Changing Process of Anorexia and Overeating in Adolescents with Eating Disorder Tendency: Analysis of Interview from Non-clinical Group

Abstract

The purposes of this research were to clarify the psychological features of the tendency towards anorexia and overeating eating disorders from feelings, consciousness and meanings behind anorexia and overeating eating disorders and to examine the stages that an adolescent goes through when developing an eating disorder. Pre-Research: The questionnaire that consisted of screening tests for university students was investigated. Main Research: The semi-structured interviews were given to ten people. Psychological features of eating disorders from this research were analyzed in a series of time. The results were as follows: 1. The psychological process of anorexia shows "Desire to become thin and self-improvement desires", "Making of limitation custom", "Starvation habits", "Absorption in limitation and becoming a purpose". 2. On the other side, the psychological process of overeating shows "Diversion and comforts of the mind to stress", "Making of binge eating custom", "Obligation to overeating and dissociation", "Absorption in overeating and making overeating something to live for".

Key words

eating disorder tendency, anorexia, overeating, psychological meanings, changing process of psychological meanings

問題と目的

青年期において臨床心理学や精神医学、心身医学などの分野で注目される問題の1つに、摂食障害がある。近年、主症状である拒食と過食という不適切な食行動の問題は、摂食障害の枠を超え、一般の青年においても極端なダイエットや過食、強い痩せ願望の存在が指摘されている。筒井・中野・坪井・中島（1993）の女子大学生を対象にした調査では、全体の10～20%で食事習慣の乱れや摂食障害の部分症状がみられ、多くの予備群の存在が示された。また、摂食障害傾向は男子にも増加がみられるとの指摘もある（早野，2002）。田中（2001）は、高校生では極端なダイエットを男子の約2割、女子の約5割が実行し、その中には自発嘔吐を高頻度に行うものが少なからず存在すること、さらに男子の約2割、女子の約3割が過食をしていることを示した。高木（1999）は、「医療場面に現れるのは適応に支障を来した例や、そのために精神的な苦痛が強い例がほとんどである。摂食障害の診断を満たさない例など、医療場面には現れない水面下の例はかなり多いはずである」とし、拒食・過食の問題の裾野の広がりを指摘した。拒食や過食の問題は青年期における一般的なテーマであり、疾患としてだけでなく広い意味でこの問題を臨床的にどう理解するかということが、今日の重要な課題となっている。

青年期を対象とした拒食・過食に関する研究として、小澤・富家・宮野・小山・川上・坂野（2005）は、社会・文化的要因に焦点を当て、定期的に女性誌を購読している女子大学生では、そうでない学生に比較して摂食障害傾向が高く、女性誌からの被影響性が高いという特徴を示した。齊藤（2004）は、環境要因に焦点をあて、家族の中の食事へのこだわりが摂食障害傾向の一要因であると指摘している。小林・松岡・栗田（1999）は、家庭環境、学校環境、社会環境の3要因に焦点をあて、女子高校生の間では、「痩せていること」が社会評価基準として浸透しており、そのような社会評価を希求することが、摂食障害傾向に影響を及ぼしやすいことを示している。吾妻・大野・稲富・田中・太田（2002）は、個人的な要因に焦点を当て、摂

食障害傾向が高いものは外見を重視し、人に気に入られるために行動する傾向があることを明らかにした。また、摂食障害傾向と性役割や女性性受容の関連に着目した研究も見られる（齊藤，1999；鈴木・伊藤，2001）。このように、従来の研究では、一般青年の摂食障害傾向が、社会的・環境的要因、またはパーソナリティや性役割などの個人的要因とどの程度関連しているのかに焦点が当てられてきた。その着眼点は様々であり、現在、一般青年における拒食や過食の背景要因には、このような様々な問題が複雑に絡み合っているという認識が一般的である。

一方で、拒食と過食をより臨床的に理解するためには、背景要因の検討に留まらず、拒食と過食という症状そのものが持つ意味や、心理的な特徴を理解することが重要である。盛岡（2001）は、大学生を対象に調査を行い、過食行動を行う人は「過食行動の中で『われを忘れ』『自分ではない自分』という自己感覚や現実感を喪失した状態のなかで、『日常の人格』からはかけ離れた『過食する人格』として衝動を解放し、不安から逃避している」と述べている。今後はさらに、一般青年にみられる拒食や過食体験の心理的特徴について詳細に明らかにし、臨床群との一致点及び相違点についても検討していくことが求められる。

従来、摂食障害に関しても他の精神疾患と同様、主に臨床群事例に基づく論考から、生起メカニズムや症状について論じられてきた。摂食障害の臨床的研究は、ブルック（Bruch, 1979/1978）や下坂（1961）などによる精神力動的観点からの症例理解、ミニューチンとロスマンとベイカー（Minuchin, Rosman, & Baker, 1978）やパラゾーリ（Parazzoli, 1978）などによる家族システム論による症例理解、家族療法による治療アプローチが代表的である。また、近年では認知行動療法なども注目されている。本研究では、精神力動的立場により、拒食や過食という症状の行動的側面だけでなく、症状に伴う心の内界の様相を検討する。

摂食障害に関する力動的見地による臨床研究の先駆けとなったブルック（1979/1978）は、豊富な事例をもとに、神経性無食欲症を発症する経過を説明した。さらに症状の展開について、当初は冗談に過ぎなかった食事制限が、痩せて今までにないほどの注目を浴びることで維持されるようになると述べている。また、

症状の展開に伴い徐々に感覚が研ぎ澄まされ、いらだたしさが生じ、さらに症状が長引くほど、「痩せているために価値があり、重要で、非凡、風変わりで、目立つ存在だと思ひ込むようになる」などの心理的变化が生じると述べ、摂食障害患者が痩せによって自己価値感を高めていることを示した。しかし、以上の知見はアメリカにおける症例によるものであり、本邦においてもそのまま当てはまるのかについては注意が必要であると思われる。

皆川(1993)はブルックの観察を整理し、拒食の精神力動を理解する重要な観点として自己不信を取り上げた。皆川(1993)によれば、神経性無食欲症の中核には、ブルックの言葉でいう自己不確実感、無力感、無価値感、自己不信、否定的自己像、優柔不断、自己の過小評価があり、それらの言葉で意味されるものを「自己不信」としてまとめている。拒食症状は、この自己不信を意識から除外する防衛的な策略と位置づけられる。

松木(1997)によると、神経性無食欲症における痩せとは、病的自己と理想化された対象とが過剰な投影性同一視によって融合した自己愛状態である。患者らは、実生活で体験せざるを得ない喪失や傷つきへの抑うつ感や悲哀感、罪悪感、後悔などの感情に持ちこたえることが出来ない。そのため、拒食により、自己愛的な内的対象関係に没頭することで、苦痛を感じうる健康的な自己を排斥し、防衛しているとされる。

一方、過食の精神力動は拒食ほどには注目されず、特に拒食との関連から検討されることが多かったように思われる。摂食障害における過食には、神経性過食症の主症状として現れるものと、神経性無食欲症の部分症状として現れるもの、さらにそれぞれに、嘔吐や下剤の乱用などの排出行動を伴うものがある。特に過食が神経性無食欲症の部分症状である場合、基本的には同じ疾患であるため、拒食と共通した心理を背景にもつと考えられている(野上, 1998)。野上・矢花(1991)は、過食や大食などと呼ばれる側面に対し「気晴らし食い」という呼称を与え、拒食との大きな違いは、その衝動性と自己統制のできなさにあるとした。すなわち、気晴らし食いの背景にも拒食と同様、痩せ願望があり、気晴らし食いは拒食という自己制御あるいは競争における敗北として説明される。前述の

皆川(1993)は、過食と嘔吐についても、拒食と同様「自己不信」を意識から排除する方法であるが、過食は一度排除した自己不信感が意識へ再度侵入するのを防ぐ方法として行われていると述べている。また、松木(1997)は、健康な自己による多食によって生じる不安などの感情を振り払うために、やけ食い、過食に陥ると説明している。以上をまとめると、過食の症状理解には様々な考え方があるが、基本的な背景は、拒食の心理的特徴と共通していると考えられている。そのことを踏まえると、過食は、拒食と同様に、自己不信感、自己への不確実感を防衛する手段であるが、拒食とは対照的に、衝動性や自己統制のできなさという心理的特徴を伴う。その発生においては、拒食への反動としての多食、あるいは拒食の試みにおいて自己統制がきかなかつた結果としての多食が、衝動性をもち、自己不信感などを意識から払拭するもうひとつの方法、すなわち過食へと発展するものと考えられる。

従来、拒食・過食の発症に至るまでに、どのような家族の問題、人格的問題が背景にあったのかについては様々な立場から議論され、仮説が示されてきた。しかし、発症あるいはそのきっかけが生じた時点から、それらの行動が心理的にどのような変化をたどり推移するのか、さらに、症状を拒食と過食に分けた場合、内的な側面ではどの点が一致し、また異なるかについてはあまり着目されず、背景にある心理的特徴が単発的にとりあげられるに留まっている。さらに、臨床群でない一般の青年を対象にした場合、臨床群研究の知見とどの点が一致し、また異なるのかについても明らかにされる必要がある。しかし、一般青年における拒食や過食行動独自の心理的特徴について、詳細に検討した研究は少ない。

本研究では、拒食や過食の特徴を検討するにあたり、拒食と過食体験の心理的な意味に着目した。本研究における拒食や過食の「心理的意味」とは、一般青年が拒食や過食を行った場合、どのような心の動きによりそうなったのか、拒食や過食の体験を本人がどのように納得しようとしているのか、また、当事者にとって拒食や過食が生活、人生のなかでどのような位置をしめているのかということを目指す。拒食や過食は、行動自体のインパクトが強くなるものに衝撃を与えやすいため、拒食や過食というときには、どうしても「食べ

吐き」や「極端な痩せ」など、表面的、身体的な部分に注目される傾向がある。しかし、拒食や過食の問題を臨床的観点から理解する場合、行動的、客観的な次元で観察される拒食や過食が、当人の内的世界、つまり主観の次元ではどのような体験となっているのかを理解することが重要となる。拒食や過食といった行動に対して心理的意味を与えることは、その人自身がその事象に対して主体的に納得しようと試みる内的世界での営みであると考えられる。本研究において拒食や過食の心理的意味を記述することは、対象者が拒食や過食をどのように体験し、受け止め、収めようとしたのか、すなわち、拒食や過食における内的体験そのものを描き出すことに繋がると考えられる。

本研究では、拒食と過食の心理的意味について以下の2つの観点から語りを抽出する。第1は、拒食や過食に伴う感情や意識の変化といった、「感情・意識」に関する語り、第2は、「主体的な意味づけ」に関する語りである。主体的な意味づけとは、それぞれの対象者自身が主体的な思索によりつかむことの出来た、その人なりの拒食や過食の意義あるいは人生、生活における位置づけである。

また、拒食や過食といった行動は、一応適応的といえるレベルから病理的レベルまで、ある程度の幅と連続性を有していると考えられる。非臨床群の摂食障害傾向について検討するためには、拒食や過食の心理的意味を明らかにすると同時に、それが重症度によってどのように異なるか、また重症化に伴い変化しているのかというプロセスについても明らかにする必要がある。本研究では、拒食と過食を「ある」か「ない」かではなく、ある程度幅のある概念として捉え、行動の主体である本人により拒食もしくは過食と報告された食行動全般を研究の対象とする。

以上を踏まえ本研究では、摂食障害の主症状である拒食と過食に伴う、①「感情・意識」と「主体的な意味づけ」に関する語りから、拒食と過食の心理的意味を検討し、②その変化のプロセスを考察することを目的とする。

予備調査

1 目的

一般青年期の男女に対して摂食障害傾向に関する質問紙調査を行い、一般青年における摂食障害傾向の実態について考察する。さらに、調査対象者を摂食障害傾向の重症度および状態像からいくつかのタイプに分類し、本調査に向けた対象者抽出のための基礎資料を得る。

2 方法

(1) 調査対象者

大学生457名（男性143名、女性314名、平均年齢20.17歳（SD=1.01））。

(2) 手続き

以下のような質問紙調査を実施した。拒食、過食、排出や嘔吐などの行動について全般的に把握するため、EAT（Eating Attitude Test日本語版）（新里・玉井・藤井・吹野・中川・町元・徳永、1986）40項目と、BITE（Bulimic Investigatory Test, Edinburgh日本語版）（中井・濱垣・高木、1998）の36項目をあわせて76項目を、拒食、過食、および嘔吐のエピソードに関するそれぞれの項目ごとに集め、質問内容の重複する項目を削りながら、最終的に23項目を選定し、本研究で使用する質問紙を再構成した¹⁾。23項目中20項目は、「1. まったく当てはまらない」から「4. かなりよく当てはまる」までの4件法で回答を求めた。また、残り3項目は過食の頻度や排出のための手段、月経の頻度などについて具体的に質問する項目であり、当てはまる回答を1つ選択する方式で回答を求めた。質問紙配布の際に、結果は全体として統計的に処理されるため、個人的な情報が公表されることはないとの旨を説明した。質問紙は原則無記名で行われたが、末尾に、調査面接の依頼を挿入し、面接への参加を承諾する対象者には記名と連絡先の記入を求めた。質問紙は大学の講義時間中に配布回収され、有効回答率は96.4%であった。

表1-1 スクリーニング・テストの因子分析表

	F1	F2	F3	F4	共通性	
F1:過食行動 ($\alpha=.741$)						
9 頭の中が食べ物のことだけでいっぱいである	.787	-.104	.101	-.105	.556	
12 食べ物を中心に生活が回っているように思う	.768	-.065	.005	-.074	.511	
15 自分の食べる量がコントロールできないで困っている	.621	.252	-.074	-.019	.574	
14 どうしても食べたいという強い衝動を経験したことがある	.585	-.011	.011	-.068	.320	
7 (食事としてではなく)大量の食べ物を短時間のうちに食べたことがある	.554	-.010	-.191	.190	.325	
13 いつでも自分がやめようと思ったときに食べるのをやめられる	-.507	-.092	.098	.137	.256	
10 食事の前になると神経質になる	.503	-.138	.266	.098	.378	
6 隠れて食べたりのだらりする	.494	.036	.027	.195	.386	
5 人前ではちゃんと食事をするが、一人になると大量に食べてしまう	.487	.195	.002	.065	.425	
F2:痩せ願望・肥満恐怖 ($\alpha=.900$)						
20 今の自分はとても太っているように思う	-.013	.873	-.100	.032	.680	
18 自分の体に脂肪分がつきすぎているかとの考えが、頭から離れない	.068	.808	.029	.021	.767	
19 今より痩せるといふことで頭がいっぱいである	.038	.794	.146	-.097	.764	
17 太ることがとても恐い	-.046	.749	.051	.049	.597	
F3:制限 ($\alpha=.743$)						
4 カロリーの高いものは食べないようにしている	-.070	.112	.727	-.083	.546	
1 食事の量を厳しく制限している	-.079	.024	.700	.076	.510	
3 食事のカロリーをいつも計算している	.074	-.054	.665	.019	.456	
F4:排出 ($\alpha=.653$)						
8 食後に自分で吐くことがある	-.056	-.024	-.057	.775	.540	
16 食後に吐きたい衝動にかられる	-.026	.075	.131	.612	.489	
	固有値	5.983	1.457	0.871	0.769	9.080
	累積寄与率(%)	35.735	46.682	54.085	60.897	197.399

表1-2 スクリーニング・テストの因子相関

F	1	2	3	4
1	1.000	0.602	0.413	0.309
2	0.602	1.000	0.568	0.381
3	0.413	0.568	1.000	0.371
4	0.309	0.381	0.371	1.000

(3) 結果および考察

質問紙23項目のうち、4件法で回答を求めた20項目の合計点を算出した。スクリーニング・テスト合計点の平均値は37.1 ($SD=8.63$)、男性の平均値は32.1 ($SD=6.72$)、女性の平均値は39.5 ($SD=8.40$)であり、男女間に $t=10.04$, $p<.001$ で有意差がみられた。20項目について、Cronbachの α 信頼係数を算出したところ、 $\alpha=.857$ であった。

調査対象者を、質問項目により症状や重症度が異なると考えられるタイプに分類するため、以下のような手順で分析を行った。まず、前述の20項目に対し、因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行い、初期固有値、解釈可能性を考慮し、4つの因子解を採用した。共通性、他の因子への負荷量などの結果を踏まえ

て2項目を除外し、最終的に18項目4因子が抽出された。結果を表1-1、表1-2に示した。第1因子から順に、「過食行動」「痩せ願望・肥満恐怖」「制限」「排出」と命名した。次に、これらの4因子に含まれる項目の合計点を、平均値0、標準偏差1に標準化して下位尺度得点を算出し、順に過食得点、痩せ願望・肥満恐怖得点、制限得点、排出得点とした。これらの因子得点をもとにクラスター分析(群平均法)によって対象者の分類を行った結果、図1、図2に示したように、5つのクラスターが抽出された。

図2は、各因子得点によって示される特徴の相対的な差異を示している。それに基づき、クラスター間の特徴を以下に示した。クラスター1($N=333$)は、すべての得点が、他の群に比べて低い傾向を示し、相対的に食行動の健康度が高い群である。「全低群」と命

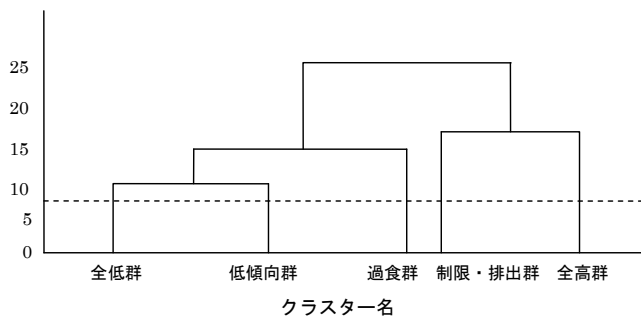


図1 クラスタ分析によるデンドログラム

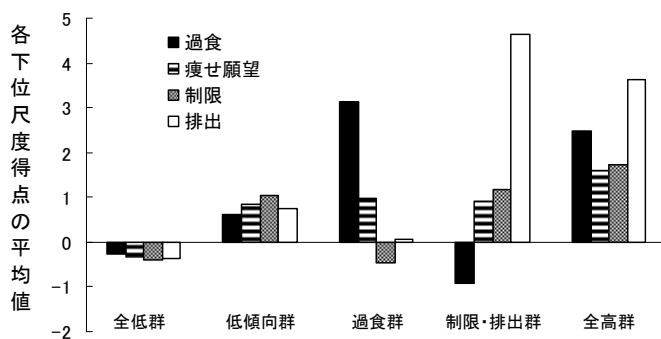


図2 スクリーニング・テストによる対象者のクラスタ分析

名した。クラスター2 (N=113) は、クラスター1と比較するとどの得点もやや高く、食行動の健康度という点で「全低群」より低い傾向が示された。「低傾向群」と命名した。クラスター3 (N=2) は、食へのこだわり、衝動性が高く、行動面ではむちゃ食い行動が比較的多く見られ、対して食事制限や排出傾向は低い。「過食群」と命名した。クラスター4 (N=4) は、痩せ願望や食事制限の傾向が平均を上回り、特に不適切な代償行動を行う傾向が最も高く、対して過食を行う傾向は最も低い。「制限・排出群」と命名した。クラスター5 (N=5) は、すべての得点において相対的に高く、食へのこだわりや衝動性と、制限・痩せ願望が共存している。衝動的に食べる行動が行われる一方で厳しい食事制限をするような、アンビバレントな面を有すると考えられる。「全高群」と命名した。

「全低群」には、調査対象者の72.9%が含まれていた。「低傾向群」の割合は、全体の24.7%であった。

それに対して、「過食群」「制限・排出群」「全高群」はいずれも対象者の数は少なく、これら3群の合計が対象者全体で占める割合は2.4%であった。この結果より、一般大学生の大部分は精神病理性の高い「拒食」や「過食」のいずれとも縁が薄いと考えられる一方で、「過食群」「制限・排出群」「全高群」のように、摂食障害傾向が高く、予備群と考えられる一群の存在も示された。

本調査

1 目的

一般青年における、拒食と過食の心理的意味について、拒食と過食体験に伴う感情・意識と、主体的な意味づけという観点から明らかにする。さらに、それら

表2 面接調査対象者のプロフィール

クラスター	対象者	性別	年齢	家族構成	居住形態	入院・通院歴
全低群	A	女	19	父, 母, 祖母, 姉	単身	なし
	B	女	21	父, 母, 姉, 妹	単身	なし
低傾向群	C	女	21	母	単身	なし
	D	女	21	父, 母, 弟	単身	なし
	E	女	21	父, 母, 妹	単身	入院歴
	F	女	20	父, 母, 弟, 妹	単身	入院歴
制限・排出群	G	男	19	父, 母, 姉	同居	なし
全高群	H	女	20	父, 母, 姉, 兄	単身	なし
	I	女	20	父, 母, 祖母, 弟, 妹	単身	通院・投薬歴
	J	女	20	父, 母, 妹	単身	通院・投薬歴

を時間軸にそって分析し、拒食と過食の心理的意味が変化するプロセスについて明らかにする。

2 方法

(1) 調査対象者

予備調査の結果、拒食や過食の体験が「ある」と答えた対象者はすべての群において見られた。対象者の抽出では、まず、比較的摂食障害傾向が高いと考えられる「制限・排出群」と「全高群」（「過食群」は面接調査の同意者なし）の対象者のうち、面接調査の同意者に面接を依頼した。さらに摂食障害傾向の違いによる、心理的特徴の差異を検討するために、症状や病理性に幅を持たせることが可能となるように、「全低群」、「低傾向群」の対象者にも面接を依頼した。対象者の内訳は、女性9名、男性1名であり、「全低群」1名（事例A）、「低傾向群」5名（事例B～F）、「制限・排出群」1名（事例G）、「全高群」3名（事例H～J）であった。対象者の平均年齢は20.2歳（ $SD=0.79$ ）であった。10名のうち2名（事例E、F）には、過去に神経性無食欲症との診断で入院加療を受けた経験があった。この2名の拒食体験に関する語りは、罹患していた当時、またその前後に関する振り返りとしてなされた。過食を理由に精神科、心療内科の受診経験があるものも2名みられたが、神経性過食症の診断は受けていない（事例I、J）。これら4名の対象者以外には、摂食障害臨床群レベルの診断と抵触するような症状の報告はなされなかった。調査実施時には、対象者全員において学校、アルバイトなど適応上の問題はみられなかった。また、プロセスをより詳細に記述する

ため、最も重篤な時期には臨床群レベルに至ったエピソードも含むすべての対象者の語りを分析対象とした。

(2) 調査手続き

以下のような半構造化面接を行った。プロフィールに関する質問の後、ダイエット及び拒食体験の有無を尋ね、「ある」と応えた対象者に拒食経験のエピソードを時系列に沿って自由に語ってもらった。その後、拒食の始まりと継続期間、程度や頻度、排出行動の有無、今現在の状況などについて補足的に質問した。その上で、以下の2点について質問を行った。①拒食行動中の感情、意識（拒食中の感情や心境、痩せたことに対してどう感じたか）、②拒食行動の主體的な意味づけ（なぜ拒食行動を行ったと思うか、拒食の人生、生活における位置づけ）。

むちゃ食いや過食体験についても同様に、「ある」と応えた対象者に過食経験のエピソードを時系列に沿って自由に語ってもらった。その後、過食の始まりと継続期間、具体的な場所、時間、量、頻度、排出行動の有無、今現在の状況などについて補足的に質問した。その上で、以下の2点について質問を行った。③過食行動中の感情、意識（過食中の感情、過食前後の意識や感情の変化）、④過食行動の主體的な意味づけ（なぜ過食行動を行ったと思うか、過食の人生、生活における位置づけ）。

対象者間での面接による調査内容を統一するため、具体的な質問項目および質問における留意点をまとめたチェックリストを作成した。面接は対象者の自由な語りの後、チェックリストに基づき質問をする形で行われた。調査は大学の面接室にて、調査対象者1名に

つき 1~3 回実施され、1 回の面接は 90 分~120 分を要した。面接はチェックリストにおける質問に対する回答がすべて得られた時点で終了した。内容はすべて対象者の了承を得て録音し、後日、逐語記録を作成した。全調査対象者に対し、面接調査開始前には再度研究内容を説明し、研究協力、および調査結果を公表することの同意を得た。

(3) 分析手順

面接調査の結果は、逐語記録を基に以下の手順で分析した。①語られたエピソードを拒食体験と過食体験に大別した。②拒食、過食それぞれのエピソードに伴う感情・意識の状態に関する語りと、主体的な意味づけに関する語りを、文章単位で抽出した。1 つで複数の感情・意識あるいは主体的な意味づけに関する内容をもつ文章は分割し、それぞれ 1 つの文章とみなした。抽出された語りは拒食体験に関する語りが 86 個、過食体験に関する語りが 66 個、総数 152 個であった。③抽出された語りを何度も読みこみ、拒食体験・過食体験それぞれの語りについて、意味が近いと考えられる内容の語りを収集し、拒食と過食の心理的意味のカテゴリーとした。④③で分類された心理的意味について、各事例の中で同時期の特徴に関する語りをまとめ、全事例の語りを、拒食体験 22 個、過食体験 16 個の、計 38 個に集約した。集約された語りを、事例ごとの時間経過に沿って並べ、その順序を確認した。さらにこれらの集約された語りについて、対象者同士で内容の類似したものをグルーピングした。その結果、最終的に拒食体験 4 個、過食体験 4 個、計 8 個のカテゴリーが得られた。その 8 個のカテゴリーそれぞれを 1 つの段階としてとらえた。さらに、それら 8 個のカテゴリーを、拒食、過食それぞれについて、最初に確認した、事例ごとの時間経過順序に従い並べ、各事例の語りの時間経過との整合性について検討し、すべての事例において、語りが時間的に前後することがない順序を確認した。以上の手続きにより、拒食と過食の心理的意味が変化するプロセスが決定された。⑤③と④で得られたカテゴリーの分類基準の信頼性を検討するため、臨床心理士資格を有する大学院生 2 名に評定を依頼した。評定者は、筆者の作成した評定マニュアル (表 3) に基づき、②で抽出された全ての語りが、

各カテゴリーのいずれの特徴と一致するののかについて、独立して評定を行った。

4 結果と考察

(1) 拒食と過食に伴う心理的意味

調査対象者の語りから抽出した拒食と過食に関する語りのうち、拒食に関する語りは事例 A~J の 10 名全員から報告され、過食に関する語りは事例 A, B, D, E, H, I, J の 7 名から報告された。得られた語りの代表例を、心理的意味のカテゴリーごとに表 4 に示した。カテゴリー分類における、筆者を含む 3 名の評定一致率は 88%であった。評定が一致しない語りに関しては、評定者間で協議の上、3 名全員の合意のもと、最も妥当であると判断されたカテゴリーに再分類された。拒食と過食に伴う「感情・意識」に関する語りの特徴を表 5 に、拒食と過食の「主体的な意味づけ」に関する語りの特徴を表 6 に示した。以上をもとに、一般青年における拒食と過食の心理的意味について考察した。

a) 拒食体験に伴う感情・意識 最も多くの対象者から抽出されたカテゴリーは①自己統制や努力による高揚感 (事例 A~G, I, J) と、②体型変化による喜び (事例 A~E, G~J) であった。「克己的な自分ってというのがすごく好き。自分に対して評価できるものを見出すみたいな」(事例 G) のように、食事や生活習慣の統制に価値がおかれ、それが自信獲得の手段になっていることが示された。また、①および②は 10 名中 9 名から報告され、痩せに対する率直な喜びや自信の獲得が、広いレベルで共通して体験されている。これらは拒食における中核的な感情の一つであり、青年期では、自己統制や痩せが自信や自尊心の獲得に直結しやすいことが推察される。③過敏・イライラ感 (事例 C, E, F, I) では、「何をするわけでもないのにいつもイライラしてた」(事例 F) のように、慢性的に過敏であり、イライラを感じると語られている。これは、拒食時の慢性的な空腹状態に対する感情であると考えられる。④感覚の混乱 (事例 C, E, F, G)

表3 拒食と過食の心理的意味および変容プロセスの各段階の評定マニュアル

	心理的意味	概要	語りの代表例	
拒食 体験	自己統制や努力による高揚感	食事制限の継続で、達成感や自信を得る。自信による気持ちの高ぶり。	・我慢できている自分をえらいと思った。 ・やればできるんだと自信になった。	
	体型変化による喜び	痩せることへの喜びと、痩せた体への自信。	・痩せたことが嬉しかった。 ・痩せて可愛くなれて、自信がついた。	
	過敏・イライラ感	周囲に対する反発やイライラ。物音や他者の言動に対する過敏さ。	・食べるとか言われると反発したくなる。 ・なんでもないことでもいらいらしたり、周りに当たるようになった。	
	感覚の混乱	空腹や満腹を感じない。空腹で爽快になり、満腹に嫌悪感をもち。	・お腹にちよつとでも何かものが入っているのが気持ち悪い。 ・空腹だと頭がさえて、調子がいい感じがあった。	
	強いこだわり	食事、体重、生活習慣などへの強いこだわりと強迫性。	・食べ物のことしか頭にない感じ。 ・体重が減ることだけにすごくこだわっていた。	
	自己の向上・改善	痩せを、理想に近づくため、または現状打開の手段と意味づける。	・痩せると理想的な自分になれると思った。 ・痩せて、自分を変えたかった。	
	人生の転機	痩せは、人生が大きく変化するきっかけになったと意味づける。	・痩せたことで人生が変わった。前向きになった。 ・拒食を乗り越えたことで、物事の見方が変わった。	
過食 体験	生きがい・生きる支え	拒食を生きる目的、生活の支柱と意味づける。	・拒食がないと生きていけない。 ・拒食が生きがいみたいな感じ。	
	制御不能感・意志の欠落	食べはじめや終わりを自分の意志で制御できないと感じる。	・全部食べ終わるまで、自分ではやめられない。 ・体が勝手に動く感じ。	
	感覚鈍麻・思考感情の停止	食中の感覚や感情が意識されない。無心で食べ続ける状態。	・食べている間は味もおいも感じない。 ・食べている間は何も考えてない。	
	嫌悪感・後悔	食べすぎによる不快感と嫌悪感、後悔を感じる。	・食べ終わると気持ちが悪くて、食べたことを後悔する。 ・太るんじゃないかと不安になる。	
	満足感	食べ物のおいしさによる安らぎ、満腹感などによる満足感を感じる。	・食べると気持ちが晴れる。 ・食べ終わると達成感がある。	
	気分転換・発散	食べることはイライラの解消であると意味づける。	・食べることはストレス解消。 ・食べるとイライラが発散される。	
	現実からの逃避・忘却	イライラや不安を一時的に忘却し、問題を棚上げにできると意味づける。	・食べている間は不安を感じなくてすむ。 ・食べるとその間は余計なことを考えないですむ。	
拒食 体験	習慣化・生きがい・義務	過食に明確な目的がなく、習慣もしくは義務であると意味づける。	・食べるのが義務のような感じ。 ・食べることがあたりまえになっている。	
	感情表現の代償	過食を感情表現の代替行為として意味づける。	・食べることで、人に言えない気持ちを吐き出している。 ・食べることしゃべることは似ている。	
	段階	概要	語りの代表例	
	拒食 体験	I. 痩せへの希求・自己改善欲求	現状への不満に対する対処として食事制限を選択する。苦痛を感じやすく、切迫感がない。	・食事を少し減らしてみたりするけど、すぐあきらめる。 ・お腹がすいてしんどかった。 ・ちよつと痩せると嬉しくなって、そこで終わってしまう。
		II. 食事制限の習慣化	制限の方法が確立。成果が得られ始めるため自己効力感が高まっている状態。	・痩せなくてとは常に考えるようになった。 ・カロリー計算を頑張った。痩せた実感があつた。 ・痩せたり、頑張ったということに自信が持てた。
		III. 節制へのとらわれ	食事制限や痩せへの執着が強まった状態。イライラと嬉しさが混在する、感情の起伏の激しい状態。	・少し体重が増えるとイライラして周りに当たってしまう。 ・最初の目標からずれて、体重計の数字へのこだわりが強くなった。 ・我慢しているというより、それができて当たり前になる。
		IV. 拒食への没入・自己目的化	強迫的な食事制限を行う拒食状態。拒食に絶対的価値を認め、生きがいとなっている。	・食べようと思っても食べられない。 ・食事制限が生きがいみたいな感じ。 ・やせても嬉しいとも感じないけど、体重が維持できていないと混乱する。
過食 体験	I. ストレスに対する気晴らし・慰め	ストレス発散などの目的でつまみ食い程度の食行動が見られる。食べることにより満足感を感じる状態。	・食べたなら満足する。 ・いらいらを発散するために、時々食べることもある。 ・息抜きとして食べてる。	
	II. むちゃ食いの習慣化	食での気晴らしが習慣化し、自己制御が難しくなる。食べたことへの嫌悪感や後悔を感じる。	・一気に食べてしまって、ちよつと止められない感じ。 ・食べることで発散するパターンが習慣になった。 ・太るんじゃないかと思って、食べたなら後悔するんだけど、食べてしまう。	
	III. 過食に対する義務感・二重生活	過食への衝動性が高まり、義務的な要素が強い。昼は適応的で、夜は過食という二重生活。	・食べているときは無我夢中で、そのときは嫌なことが忘れられる。 ・昼間はきちんと学校にいて、夜は独りで過食する。 ・食べることが段々、ストレス解消ではなく義務みたいになった。	
	IV. 過食への没入・生きがい化	過食に依存し、生きがいとなる状態。過食中の記憶が曖昧になったりと、解離的な体験をする。	・1日が食べ物中心で回ってる。 ・何を食べたかとか、いつ食べたかとか、記憶があいまい。 ・過食しないと生きていけない。	

表4 拒食と過食に伴う感情・意識と、主体的な意味づけに関する反応内容の概要

質問項目	質問内容	分類	反応内容例	人数	対象者	
①拒食行動中の感情・意識 ②拒食行動の主体的な意味づけ	・制限体験によりどのような感情・意識の変化があったか。 ・制限中の感情・意識はどのようなものか。	自己統制や努力による高揚感	・自分の努力が結果に結びついて凄い達成感があった。努力できるのが自信になり、自信があるからまたやれると思って努力できる。いい循環。 ・ 克己的な自分ってのがすごく好き。自分に対して評価できるものを見出すみたい。	9	A,B,C,D, E,F,G,I,J	
		体型変化による喜び	・ちょっとでも体重が落ちると嬉しくて、一気に痩せていった。可愛くなれて自信につながる感じ。 ・痩せると気持ちがいい。これからも痩せていくのかもと思うと、ぱっと明るくなる。	9	A,B,C,D, E,G,H,I, J	
		過敏・イライラ感	・ 何をやるわけでもないのにいつもイライラしてた。 周りから食べるといわれるのが嫌でたまらず、ますます反発して食べなくなった。 ・凄く神経質でがさつと音がするだけでも駄目。時計の音でも眠れない。家族がうるさくて我慢できなくて、いつも部屋から追い出していた。	4	C,E,F,I	
		感覚の混乱	・痩せるにつれ、やたら頭が冴え活動的になった。効率よく勉強できて凄い集中力があつた。 ・ 空腹や満腹という感覚がない。 まったく食べなくても我慢するという感覚ではなかった。	4	C,E,F,G	
		強いこだわり	・体重や食べ物にこだわっている間はそれが第一で、食べることが何よりの優先事項だった。 ・ 食べ物のことしか頭にない感じで、1日何回も体重計に乗っていた。それからどんだん数字にこだわらなくなっていった。	4	C,E,F,I	
	・何故、制限を行ったと考えるか。その経験にどのような意味があったと考えられるか。 ・あなたにとって拒食経験とは何か。生活・人生の中でどのような位置を占めているか。	自己の向上・改善	・ミケランジェロのような人間の肉体のあるべき美しさが頭にあって、できるだけ近づこうとか。 ・新しい世界(大学)に入る前の準備として、低い評価の対象にならないように自分を改善しようと。	8	A,B,C,D, G,H,I,J	
		人生の転機	・ そこを乗り越えたことで自分が凄く変わって、人と話すのが苦手じゃなくなつたし、あまり周りのことが気にならなくなった。 ・ 多分あの痩せた経験がなかったら、私は負け組人生だったみたいな気持ちがある。 成功経験をもっているという強みかもしれない。	4	C,E,F,I	
		生きがいが生きる支え	・拒食するしか方法がなかった。普通の学生であるためにはそうしないと辛くて辛くて。 ・食べないのが毎日の目標というか、それがもう生きがいがみえた感じだった。	2	E,F	
		③過食行動中の感情・意識 ④過食行動の主体的な意味づけ	制御不能感・意志の欠落	・気持ち悪いのが分かってるはずなのに全部食べ終わるまでやめられない。体が勝手に動く感じ。 ・コンビニの前を通ったら、軽い躁状態みたいな感じ。興奮状態。目の前にあるものを全部「これだ、買わなきゃ」みたいな感じで。スイッチが入っちゃう。	7	A,B,D,E, H,I,J
			感覚鈍麻・思考感情の停止	・食べる間は無心ですね。 食べてるときは心が無いって言うか。 ・(食べてる間は)ばらばらになってるというか、何も感じてなくて、何も感じてなくて、それで感覚がよく分からないというか。あまり味とかも感じてないし。	6	A,B,E,H, I,J
・何故むちゃや食いを行ったと考えるか。その経験にどのような意味があったと考えられるか。 ・あなたにとってむちゃや食いとは何か。生活・人生の中でどのような位置を占めているか。	嫌悪感・後悔	・全部食べ終わってから凄く気持ちが悪いのと、動けないのとで自分に対して凄く嫌な気持ち。 ・食べた量を見て、お腹を触ってみたら、すごいへこんでしまつて。体重計に乗るたびにショックで。	4	E,H,I,J		
	満足感	・全部食べたら気持ちが晴れる。食べたという満腹感と満足感がある。	3	A,B,D		
	気分転換・発散	・食べることで憂さを晴らしてる。ちょっと解放して、じゃあやるかという気分になる。 ・枠にはまった生き方からちょっと羽目を外すことで、窮屈な枠からはみ出せる。息抜き。	5	A,B,D,H, I		
	現実からの逃避・忘却	・つらいことが多くて、食べる間だけは全部忘れてたんで。何か食べてないと不安みたい。 ・ストレスが溜まるとか、寂しい気持ちの時に食べると、食べ物に集中して忘れられる。	4	E,H,I,J		
	習慣化・生きがいがい・義務	・食べるのが当たり前で、特に目的無く食べている。食べたいというより、食べなきゃという感じ。 ・食べること自体が目的、生きがいがみえないのに近い。一日が食べ物中心でまわってる。	4	E,H,I,J		
⑤過食体験	感情表現の代償	・今、周りに相談できる相手がない。人に相談する時の口の動きと、食べる時の口の動きが関係しているような気がする。 ・ イライラしたり寂しいっていうのを、表に出してはいけないういうのがすごく自分の中にあつたので、代わりに(食べている)。	3	H,I,J		

表5 拒食・過食体験に伴う感情・意識に関する語りの特徴

拒食体験	自己統制や努力による高揚感	食事制限の継続から、達成感と自己効力感を感じ、高揚感や自信が湧いてくる。努力する自分自身に対するポジティブな気持ち。
	体型変化による喜び	痩せにより、嬉しさや喜び、自信が生じる。外見への評価が自己評価に深く影響しており、外見の変化が、総合的な自己評価を肯定的に変化させている。
	過敏・イライラ感	食事制限や、生活のリズムを乱す対象に過度に反発する。周囲の言動やかすかな物音などに対して過敏になる。痩せへの周囲の心配に反発し、不信感を持つ。
	感覚の混乱	空腹感や満足感といった原始的な感覚が、実感を持たず、感覚が倒錯した状態。
	強いこだわり	食や体重計の数値、生活習慣の細かい部分に強くこだわり、それらの対象以外には無頓着になることがある。こだわりの遵守に対して強迫的な面がある。
過食体験	制御不能感・意志の欠落	食べはじめや終わりを自己コントロールできず、制御不能感を感じる。自分の意思により食べているのではなく、何かに突き動かされるような感覚。
	感覚鈍麻・思考感情の停止	食べる間の感覚や感情が自覚されず、後にならないとその状態を把握できない。食べている間は、思考や感情が停滞し、過食時の記憶があいまいになる場合もある。
	嫌悪感・後悔	食べすぎによる身体的な不快感と、食べたことに対する嫌悪感。また、太るのではないかという恐怖や、自制できなかったことに対する激しい後悔。
	満足感	食べ物の味や香りに対する心地よさ。また、食べることによる安心感や落ちつき。

表6 拒食・過食体験の主體的な意味づけに関する語りの特徴

拒食体験	自己の向上・改善	食事制限は自己向上のためという意味づけ。個人的な達成欲求があり、痩せることによってそれをかなえることができると考え、食事制限はそのための手段。
	人生の転機	痩せを成功体験とみなし、人生を前向きに生きるきっかけとなったと位置づける。もしくは、拒食経験を経ることで、自己の振り返りがおこり、生き方の変化を実感する。
	生きがい・生きる支え	拒食を、現実を生き抜くために必要な行為とみなす。なければ生きていけない、毎日の支えというように、拒食そのものを生きる目的として意味づける。
過食体験	気分転換・発散	勉強中や、嫌なことがあったときに、イライラする気持ちを食えることにつけてすっきりするという意味づけ。食えることによってイライラが解消する。
	現実からの逃避・忘却	イライラや不安感を動機として過食が行われ、過食によりそれらの負の感情を一時的に忘れられる。過食は現実への直面化を避け、棚上げにする方法となる。
	習慣化・生きがい・義務	過食が、主観的には無目的に行われており、生きるうえでの困難から逃れる手段ではなく、それ自体が生きる目的に近いものになっている。
	感情表現の代償	自分の悩みやしんどさについて、誰かに相談したり、気持ちを吐露することに困難さを感じており、その代償として食べ物を食べる。

は、身体感覚を正確に認知できない状態に関する語りである。「空腹や満腹という感覚がない」(事例 E)のように、存在するはずの空腹感や満腹感を感じない様子が示されている。⑤強いこだわり(事例 C, E, F, I)では、「食べ物のことしか頭にない感じで、1日何回も体重計に乗っていた。それからどんどん数字にこだわるようになっていった」(事例 C)のように、拒食に対する強迫性が示された。

b) 過食体験に伴う感情・意識 最も多くの対象者から抽出されたカテゴリーは、①制御不能感・意志の欠落(事例 A, B, D, E, H, I, J)であった。これは食を自分の意志でコントロールできない、強い衝動性に関する語りであり、臨床群における過食の特徴と合致する。次に多く見られた特徴は、②感覚鈍麻・思考感情の停止(事例 A, B, E, H, I, J)であった。「食べてるときは心がないって言うか」(事例 J)のように、過食中、ある種の解離状態にあることが報告された。一方③嫌悪感・後悔(事例 E, H, I, J)と④満足感(事例 A, B, D)は、過食体験後の感情に関する語りである。両者は概念として対を成しており、また、それぞれの感情を報告した対象者も二分され、嫌悪感と同時に満足感を感じるといった倒錯した心理は見られなかった。

c) 拒食体験への主體的な意味づけ ①自己の向上・改善(事例 A~D, G~J)は、10名中8名にみられた。拒食体験の背景には、痩せることで何らかの幸

せが得られるのではという漠然とした期待感が存在することが示唆された。②人生の転機(事例 C, E, F, I)には、2種類の次元がみられた。一つは、「痩せた経験がなかったら、私は負け組人生だったみたいな気持ちがある」(事例 I)のように、身体的変化そのものが性格や人生を変えた、とポジティブに意味づける語りである。もう一つは、「そこを乗り越えたことで自分が凄く変わって」(事例 E)のように、拒食という危機体験を乗り越えたことによる変化についての語りである。③生きがい・生きる支え(事例 E, F)では、拒食に意味や理由を見出せず、行為そのものがもはや目的であり、生きがいと捉えられていることが示された。拒食に積極的な意味や意義を与えることができないほど、拒食そのものに巻き込まれている心理状態である。

d) 過食体験への主體的な意味づけ 最も多くの対象者から抽出されたカテゴリーは、①気分転換・発散(事例 A, B, D, H, I)であった。飽食の時代と言われる昨今、いつでもでも食べ物を手に入れることができる現代の青年にとって、過食は容易な気分転換の手段であると考えられる。②現実からの逃避・忘却(事例 E, H, I, J)では、過食が一時的な現実逃避の手段と意味づけられていることが示された。過食は決して問題の解決には結びつかないが、葛藤や不安を忘れさせる力はあると実感しており、それを過食の意味として評価しているものと考えられる。③習慣化・生きがい・義務(事例 E, H, I, J)は、拒食の主体

的な意味づけの категорияである③生きがい・生きる支えと同様に、ストレス発散や現実逃避などの負の感情への対処という目的が意識されず、すでに過食そのものに巻き込まれている心理状態である。④感情表現の代償（事例 H, I, J）では、「イライラしたり寂しいというのを、表に出してはいけないというのがすごく自分の中にあっただけで、代わりに（食べている）」（事例 I）のように、胸の奥にしまいこんでいる寂しさや苦しさなどの感情を処理しようとするとき、他人に感情を吐露することができず、過食にはその代償としての意味があることが示された。④感情表現の代償は、②現実からの逃避・忘却の亜型とも考えられるが、感情表現と過食の間に、関連性および共通した機能、意味があることが意識された語りが複数見られたため、②とは別の category として抽出した。

以上の結果より、拒食体験の心理的意味を以下のように考察した。

感情・意識の①「自己統制や努力による高揚感」や②「体型変化による喜び」で示された、食事制限の努力や痩せが自尊心と密接に関わっている様子から、摂食障害傾向のある青年では、身体性が価値判断の重要な部分を担うことがうかがえる。「問題」で示したように、臨床群における拒食行動は、自己の不確実感や自己への不信感などの防衛と位置づけられてきたが、本研究で得られた一般青年の語りにおいても、拒食と自尊心との関わりが示されており、逆説的に「自己不信」を背景にもつ病理群心性との類似が推察される。しかし従来の臨床群が、拒食によって自分への不信を無意識的に排除、防衛するのに対し、本研究の対象者の語りは、痩せやそれにむかう努力が自信に繋がるのだという実感の存在を示している。すなわち、非臨床群において「自己不信」は無意識的に取り除かれるのではなく、食事制限や痩せを手段に、より意識的、積極的に解消され、そのことを通じて自信を獲得しているものと考えられる。加えて、主体的な意味づけで①「自己の向上・改善」、②「人生の転機」という意味が語られたことは、本研究の語りでは、基本的に痩せと自信向上との関連や、そこから痩せが自己変革に繋がるということが意識されており、拒食はその上で選択される改善のための手段という意味合いが強いこと

が示唆される。

また、④「感覚の混乱」にみられる空腹を苦にしないという特徴はブルック（1979/1978）をはじめ、摂食障害の心理的病理の特徴として言及されており、背景に痩せによる生化学的変化も関わっているとされる。しかし一方で、満腹感や空腹感は素朴な身体的感覚である。そのような素朴な感覚を混乱させ、感じさせないほどの状況を生み出しながら維持される拒食の背景には、その身体感覚の切り離しという点になんらかの意味があると考えられる。松木（1997）に示されたように、臨床群ではその身体性に関して、主に痩せに理想を投影して同一化し、身体への自己愛的な耽溺によって不安を防衛するとされる。対して、本研究での「感覚の混乱」に関する内容を掘り下げると、身体性と価値判断が密接に関わっていることを前提とした場合、本研究で得られた「感覚の混乱」、すなわち身体感覚の切り離しは、自己の無価値や劣等感を身体に帰属したままその感覚を切り離し、感じとらないことで一時的に葛藤を排除する試みとしても捉えられる。また、③「過敏・イライラ感」や④「感覚の混乱」を報告した対象者は、事例 E, F, I など比較的重篤な病理を経験したものが中心である。すなわち、一般青年における拒食は、基本的には、痩せや節制によって自信を獲得するという意味を持ち、比較的重篤な対象者を中心に語られる身体感覚に投影した無価値な自分の切り離しは、心理的には同様の志向性を持つ一方で個人の能動性はやや失われており、従来の臨床群における解釈と同様、やや無意識的な葛藤排除の傾向が示唆される。

また、ブルック（1979/1978）は、思春期やせ症における食べ物に対する強迫性は、飢餓の心理的影響によるものと述べている。本研究で⑤「強いこだわり」を示した対象者は、E, F, I などの比較的重篤な病理を経験した対象者が主であり、より病理的な心性と捉えられる。

主体的な意味づけの②「人生の転機」における、拒食を危機体験とみなす語りは事例 E, F のみに見られ、病理状態を経験し、現在適応状態にあるものの語りとして捉えられる。たとえば、「(拒食を経て) 体質も考え方もすごく変わった。人生の転機になったなっていうのは思います。(具体的には) 人と会うのも苦手じ

やなくなって、周りがなんているとあんまり気にならなくなった。(拒食については)頭がおかしいのようになって思ったときもあったけど、心が病みただけで思ったら、恥ずかしいがることとかじゃないって(事例 E)」という語りには、対象者が拒食体験を改めて振り返り、意味を与えられる状態に至ったという現在の状態がまず示されている。このことから対象者は何らかのきっかけにより、ある段階で拒食体験に対し、「恥ずかしいがることとかじゃない」と、向き合い始めたことがうかがえる。また、具体的に、事例 E の場合「周り」と表現される他者からの評価と自分の内心との間に起こりうる葛藤を、「あんまり気にならない」程度に受け止め、保持することができるようになった様子が語りからうかがえる。さらには、この語りに代表されるように、体験が語られ、意味を与えられるということ自体も、拒食により無意識的に葛藤を排除するのではなく、それらを内側に抱えながら生きていくという生き方の変化を示すものと思われる。拒食といういわば最大の葛藤体験を自らの問題として引き受け続けることができ初めて、拒食体験が単なる苦い経験ではなく、自らの生きかたを変化させる契機にもなったと意味づけられると考えられるからである。この語りは、拒食のような深刻な危機体験でも、人格的な発達という形で昇華される可能性を示し、本研究の対象者にみられるような、葛藤を引き受ける力、体験を昇華させる力が、適応の大きな要因となり、また適応の結果でもあると推察される。

続いて、同様に、過食体験の心理的意味を以下のよう
に考察した。

感情・意識の①「制御不能感・意志の欠落」でみられた衝動性は、過食を報告した対象者全員から語られた。臨床群のみならず一般青年においても、食べる量にかかわらず生じる基本的な心理状態であると考えられる。次いで②「感覚鈍麻・思考感情の停止」において、過食中のある種の解離的な語りが得られた。濱垣(1995)などによって、過食と解離の関係はこれまでも論じられてきたが、本研究でも6人の対象者から語られており、一般青年における過食でも一種の解離体験が生じる可能性が示唆される。本研究で得られた、過食中に自己の感覚や感情、思考が停滞するという主

観的な体験は、現実感覚の一時的な喪失としても捉えられる。本研究では、過食を行う際、主体的な意味づけ②「現実からの逃避・忘却」のような意味をもつことが示されたが、まとめると、現実が過酷であるとき、過食はその思考や感情の停滞を引き起こすという機能によって、現実直面を回避し、さらに自己感覚を喪失させ、現実直面できない自己からも一時的に逃避させることができる意味があると考えられる。また、本研究の対象者から、過食で現実が忘れられるという、行為と意志との繋がりが意識された語りが得られたことは、「問題」にまとめた臨床群のように過食が無意識的な葛藤排除としてではなく、拒食の心理的特徴と同様に、より意識的に現実逃避の手段として選択されていることを示唆している。

また、感情・意識③「嫌悪感・後悔」は、臨床群の特徴として、遠山・馬場(1989)などにより報告されている。一方で、④「満足感」は、一般青年独特の感情である。過食後は一様に後悔や抑うつ気分
に支配されるのではなく、一般青年の場合は、通常の食事でも経験されるような、ポジティブな変化も生じることが示された。食べることで満足し、主体的な意味づけ①「気分転換・発散」のような機能がもたらされるものと推察される。

また、主体的な意味づけ③「習慣化・生きがい・義務」が得られた対象者は、②「現実からの逃避・忘却」を報告した対象者と完全に一致し、対象者も E, H, I, J とやや重篤なエピソードを報告する対象者が多く含まれていた。過食がストレス発散程度ではなく、より深刻な現実逃避の手段として行われる場合、過食への依存性をより強く感じていることが推察される。過食が、臨床群のような完璧な防衛にまでは至らないまでも、逃避の意識的な手段としてよりも、主体の関与がやや薄いことがうかがわれる。

さらに、主体的な意味づけ④「感情表現の代償」に関して、臨床群研究においても遠山・馬場(1989)などにより、過食症患者の感情表出の問題が指摘されている。本研究でも、H, I, J のような比較的重たいエピソードをもつ対象者により、過食が感情表現の代償と意味づけられた。本研究では、過食の基本的な特徴として、衝動性や感情の鈍麻など、感情や意志が障害される体験が語られている。過食を行う者は、前述の

表 7 拒食体験と過食体験の心理的意味の変容プロセスにおける各段階の特徴

段階	特徴	対象者	
拒食体験	I 痩せへの希求・自己改善欲求	自己改善の方法として、食事制限を選択する。 しかし、顕著な肉体的な変化までは体験されないため、空腹感によるつらさで、頓挫しやすい。また、少しの変化で満足してしまう場合もある。切迫感がなく、軽い気持ち。	A,B,D,E,G,H,I,J
	II 食事制限の習慣化	食事制限が日常の一部として機能し、 制限の方法が確立、習慣となる。 痩せていく実感と結果で自己効力感が高まる。努力が持続し、しかも効果を挙げている実感が持てるので、主観的には好調と捉えられる。	B,C,D,E,F,G,I,J
	III 節制へのとらわれ	習慣化した食事の制限に心がとらわれ始め、関心が集中する。 痩せへの執着と、強迫性、食事制限に対する義務感がある。それに伴い、感情のゆれ幅が大きくなる。目標達成により満足し、現実立ち戻ることもある。	C,E,F,I
	IV 拒食への没入・自己目的化	痩せへの執着だけでなく、太ることへの過剰な恐れによって、惰性的ように、強迫的かつ過剰な食事制限が継続。体重の減少や食事制限の遂行だけに関心があり、 拒食が生きる支えとなり、絶対的な価値が置かれる。	E,F
過食体験	I 'ストレスに対する気晴らし・慰め	不安やストレスなど、 何らかの心の負荷への対処方法として過食が選択される。 回数や量が増えることもあるが、 あくまでストレス解消の手段である。 味や満腹感によって慰められる。罪悪感はない。	A,B,D,H,I
	II 'むちゃ食いの習慣化	気晴らしが習慣化。 毎日のように食べたり、食べることを、自分の意志で統制することが難しく、満腹でも食べ続けたりということがあがる。食べたことへの嫌悪感や後悔、肥満への恐怖や危機感を感じることもある。	B,D,H,I,J
	III '過食に対する義務感・二重生活	過食が生活の義務となり、普段の食事と過食との間に明確な区分が生まれる。 夜は過食、昼は適応的な日常という、二重生活的な状況が特徴的。また、食べることに抑えがたい衝動を感じる。	H,I,J
	IV '過食への没入・生きがい化	食べることで自分が生きる支え、生きる目的として捉えられる。 過食に心理的依存が起こり、無心に食べる行為を繰り返す。記憶も曖昧な場合があり、過食中は現実から解離している。行動的にはしばしば嘔吐を伴う。	E,I,J

ように、感情を鈍らせることによって現実への直面を避けていると考えられるが、「感情表出の代償」で示されたように、その背景には素朴な感情を保持し、言語的に表現すること自体の難しさがあることが推察される。過食を行うものは、自己の感情を適切に表現することもできず、どのように感じ取り、扱うべきかわからずもて余し、むしろ鈍感であり続けることで不安を防衛し、さらに過食がその傾向を強める意味をもつと推察される。

また、拒食・過食に共通する語りとして、行動自体を「生きがい」と意味づける語りが得られた。拒食と過食は、行動面では相反する症状であるが、ともに強い依存性をもつことが推察される。「生きがい」とは、その人自身の人生の意味、あるいは何を支えとし、いかにして生きるかという根源的なテーマとも繋がる。拒食や過食が生きがいになるということは、すでにそれらが過酷な現実への対処といった意識的な意味を持つ行為ではなく、背景に意識化できないほどの自己不信や空虚感が存在すると考えられる。これらの語りは、E, F, H, I, J などのより重篤なエピソード経験者からの語りであり、表面的には適応可能であっても、より重篤な場合、葛藤や不安の内容が現実を意識化されなくなり、まさにその「適応」のために拒食や過食に依存せざるを得ない状況の存在も推察される。

(2) 拒食と過食の心理的意味の変容プロセス

拒食と過食に伴う心理的意味の、変容プロセスについて検討した。10名の調査対象者の語りをもとに、心理的な段階を示すカテゴリーを抽出し、分析手順に示したように時系列的に分析した結果、拒食と過食には、表7に示したような特徴的な段階が認められた。各事例における段階の移行を表8にまとめ、拒食と過食それぞれ3事例を代表例として、対象者から直接語られた反応を引用し、表9に示した。段階の分類に関する評定者間の評定一致率は82%であった。なお、評定が一致しない語りに関しては、評定者間で協議の上、3名全員の合意のもと最も妥当であると判断された段階に再分類された。

a) 拒食の心理的意味の変容プロセス

拒食体験はI「痩せへの希求・自己改善欲求」(事例A, B, D, E, G, H, I, J)に示されたように、変化を望む、軽い気持ちがあきつかけとなりやすい。変化を望む感情がいじめや友人関係のトラブルなど、深刻な問題から発する場合、Iを経ずII「食事制限の習慣化」(事例B, C, D, E, F, G, I, J)に移行しており、自己改善の動機となる個人の問題が深刻なほど、食事制限が習慣化しやすいことが示された(事例C, F)。また、IIでは食事制限は維持されるものの、意識的な努力と我慢が必要とされる。それが逆に、「自分すごい、なんか

表8 各対象者の心理的意味の段階の移行

対象者	心理的意味の変容プロセス(A:拒食, B:過食)
A	(A) I → R (B) I' → D
B	(B) I' → II' → SC → (A) I → II
C	(A) II → III → S → II
D	(A) I → II → S → II (B) I' → II'
E	(A) I → II → III → IV → RR → (B) IV' → D
F	(A) II → III → IV → RR
G	(A) I → II (B) I' → II' → D
H	(B) I' → II' → III' → SA → SC → (A) I
I	(A) I → II → III → S (B) I' → II' → III' → IV' → SA
J	(A) I → II → S (B) II' → III' → IV' → SA

(注1) 心理的意味の変容プロセス (拒食) I : 痩せへの希求・自己改善欲求, II : 食事制限の習慣化, III : 節制へのとらわれ, IV : 拒食への没入・自己目的化, (過食) I' : ストレスに対する気晴らし・慰め, II' : むちゃ食いの習慣化, III' : 過食に対する義務感・二重生活, IV' : 過食への没入・生きがいの化
(注2) 段階の移行の要因 S : 目標達成による満足 (Satisfaction by achievement of a goal) R : あきらめ (Resignation) D : 葛藤の解消 (Disappearance of conflict) SA : 自己承認 (Self-acceptance) SC : 太ることへの危機感 (Sense of crisis to overweight) RR : 死の危機感による現実認識 (Recognition of reality by sense of crisis to death)
(注3) 同じ事例における, 拒食 (A) と過食 (B) の変容プロセスは, 基本的にそれぞれ独自のプロセスであり, 時間的共通点はない。拒食と過食の変容プロセスの心理的・時間的な連続性が明確に語られているケースは, その2つをつなげて提示することで, 連続性を示した。
(注4) 矢印は, 各段階の移行を示すものであり, 1つの矢印で, ある一定の時間経過を示すものではない。

表9 拒食と過食の心理的意味の変容プロセスとその代表的事例

拒食の段階	事例A	事例C	事例F
I 痩せへの希求・自己改善欲求	「たまに間食だけぬかしたりとか。でもちよっと痩せたらまた戻ってしまった」 食事制限は思いつきで行われる。		
II 食事制限の習慣化		「まじめにカロリー計算して, 運動もしてました。やせてる実感があった嬉しかった」 習慣的にカロリー計算が行われている。	「体重にこだわる間はそれが第一」 「嫌なことから目をそらしてたな」と思う やや強迫的な食事制限が行われている。
III 節制へのとらわれ		「それしか頭になく, 体重計に何回ものる」 「目標達成したら, 凄く嬉しくて, そこで自己満足して終わりました」 制限に捉われ, 過敏になるが, 目標達成により区切りをつけることができていく。	「段々体重が増えることが許されなくなって, そっちに捉われて体重は減る一方」 「ノルマみたい。決めたことを守るみたい」 食事制限がエスカレートし, 捉われてそのことに生活が支配されてきている。
IV 拒食への没入・自己目的化			「人とにつきあいより自分の生活パターンが大事」 「(拒食は)義務感か強迫観念。生きがいを持っているような」 生き抜くため, 生きる支えとして拒食が機能しており, そこに価値がおかれている。
過食の段階	事例D	事例H	事例I
I' ストレスに対する気晴らし・慰め	「バイトで, 精神的ストレスがあり, 帰りにチョコレートを買っていた」 ストレスを発散しようと食べ始めている。味覚や嗅覚を満たすことを目的としている。	「ブルーになって, 『こんなだから今日は買って帰ろう』とかそういうのから始まった」 食べたいものを食べるために『落込んでいるから』と理由付けしている様子がうかがえる。	「失恋した。その振られ方が, 人格を否定するようなものだったので, 一気に自信をなくした」 「そのときは月に何回かという程度だった」 イライラを解消しようと食べ始めている。
II' むちゃ食いの習慣化	「一気にスナックとかばっけて食べてしまう」 「人間関係の些細なこと(が理由で)で食べる。」 目的が拡大し, 習慣化している。	「嫌なことがあるときに食べてたら, それが習慣化してしまっ, 量も段々増えてきた」 イライラ解消から段々エスカレートしている。	「量が増えて日に2,3回。自分でも嫌だった」 回数が増え, 日常的に行われるようになってきている。罪悪感や後悔がある。
III' 過食に対する義務感・二重生活		「食べてる途中でやめようとか出てこない。食べれるものがあると衝動が出てくる」 「人と食べたあと, 家で食べなおしをしたり」 統制不能感。何故食べるのかははっきりしない。	「学校でも, バイトもちゃんとしてるのに, 違和感みたいなのが夜に独りでいると出てきて」 「(食べ物をみたら)興奮状態みたいになってた。」 日常生活と過食の二重生活。衝動性が高い。
IV' 過食への没入・生きがいの化			「何食べたのかも記憶がなくて, 起きて『やってしまったか』という感じ」 「食べ吐きに依存してる。これがなしでは保てない。これを語らずに私は語れない」 現実との解離が進み, 過食が現実生活を維持するための, 生きるすべとなっている。

頑張っている自分っていいな」(事例 J) のような、自信やポジティブな自己イメージの獲得に繋がると思われる。しかし、Ⅲ「節制へのとらわれ」(事例 C, E, F, I) になると、制限に必ずしも努力は必要でなくなり、むしろ、拒食から逃れられなくなり、食のコントロールに対する強迫的な心性が生じている。Ⅳ「拒食への没入・自己目的化」(事例 E, F) では、さらに強迫的な心性が強くなり、「体型じゃなく数字」(事例 E)、「人付き合いよりも生活パターンを守るほうが大事」(事例 F) のように、こだわりの対象が痩せや食事以外のことにも広がっている。Ⅳでは、「痩せ」それ自身が目的化し、ⅠやⅡでは意識されていた、背景にある葛藤やそれに伴う改善欲求が、もはや意識されなくなっていた。Ⅳの段階では、拒食への耽溺によって、葛藤が経過の中で徐々に排除されていることがうかがわれ、その心性は臨床群のそれと共通する部分が多く見られる。

また、Ⅳ「拒食への没入・自己目的化」へ至った事例 (E, F) は、いずれも思春期に発症した神経性無食欲症に関する語りを含むものであった。本研究で示された拒食の心理的意味の変容プロセスは、軽いきっかけで始まった「拒食」が、どのように臨床群としての「拒食症」にまで重症化していくのかに関して、心理的な経過を示すモデルであると考えられる。

b) 過食の心理的意味の変容プロセス 過食体験は、Ⅰ'「ストレスに対する気晴らし・慰め」(事例 A, B, D, H, I) に示されたように、ストレスに対する発散、気晴らし食いがきっかけになりやすいと考えられる。気晴らしが習慣化し、Ⅱ'「むちゃ食いの習慣化」(事例 B, D, H, I, J) になると、食べることで満足感を得ていたものが、一転、罪悪感や後悔を強く感じていた。この段階では、自己統制感が薄れ、意図的な気晴らしのはずの過食に対し、手に負えない異質なものであるという感覚が生じる。そのために過食後はコントロールできなかったことへの罪悪感や後悔が生じるものと考えられる。Ⅲ'「過食に対する義務感・二重生活」(事例 H, I, J) では、衝動性が高まり、食べることへの意志や欲求とは別のところで過食が生じることが示された。しかし、この段階に至ってもなお、「学校もちゃんとしてるし、バイトも生き生きしてる

のに」(事例 I) のように、日常生活が時に過剰ともいえるほど適応的であり、二重生活的な状況が生じていることがうかがえる。Ⅳ'「過食への没入・生きがい化」(事例 E, I, J) に至ると、過食により依存しており、「食べた記憶があるようなないような」(事例 J) のように、過食中は記憶自体が曖昧で、意識水準も極めて低い状態が体験されていた。

過食はそもそも気晴らしや現実逃避という、〈表〉で感じる葛藤を忘れる目的でなされるが、段階の移行につれ衝動性が顕著になっていた。また、Ⅲ'の時点では、現実適応する自分、仮に〈表の自分〉と、過食する自分、仮に〈裏の自分〉の二重生活的な心性が示されていた。〈表の自分〉が現実で体験するネガティブな気持ちを、〈裏の自分〉を呼び起こして引き受けさせ、過食という手段を使って吐き出す。そうすることで〈表の自分〉に戻るというサイクルの存在が示唆される。すなわち、過食の背景にある葛藤や不安を引き受けられず、Ⅲ'ではその感情を引き受ける自己を別に呼び起こし、過食することによって対処しており、日常ではネガティブな感情を抱える〈裏の自分〉を意識化しないことによって、適応を可能にしていると推測される。しかし、Ⅳ'に至ると、今まで区別されていた〈裏の自分〉と〈表の自分〉が、もはや混沌とし、Ⅲ'のような〈裏の自分〉に葛藤を負わせ、切り離す作業も困難であった。この段階が継続すると、たとえ〈裏〉でも、自分自身が引き受けていた葛藤を、完全な形で自分の内的世界から排除し、その維持のために無意識的な過食が繰り返される病理状態に至ると推察される。

また、Ⅳ'「過食への没入・生きがい化」に至った事例 (E, I, J) のうち、事例 I, J の語りは、いずれも青年期である現在の状況に関するものであった。本研究で示された過食の心理的意味の変容プロセスは、主に青年期において気晴らしに始まった過食が、徐々に現実適応を阻害するに至るまでの経過を理解するのに適したモデルであると考えられる。

さらに、拒食と過食は行動的には対照的であるが、その心理状態は対応していることが示された。拒食、過食は双方とも、日常の些細なきっかけにより、自己変革および現状打破の「Ⅰ欲求形成」がなされ、それが一定の効果を挙げることによって、徐々に「Ⅱ習慣

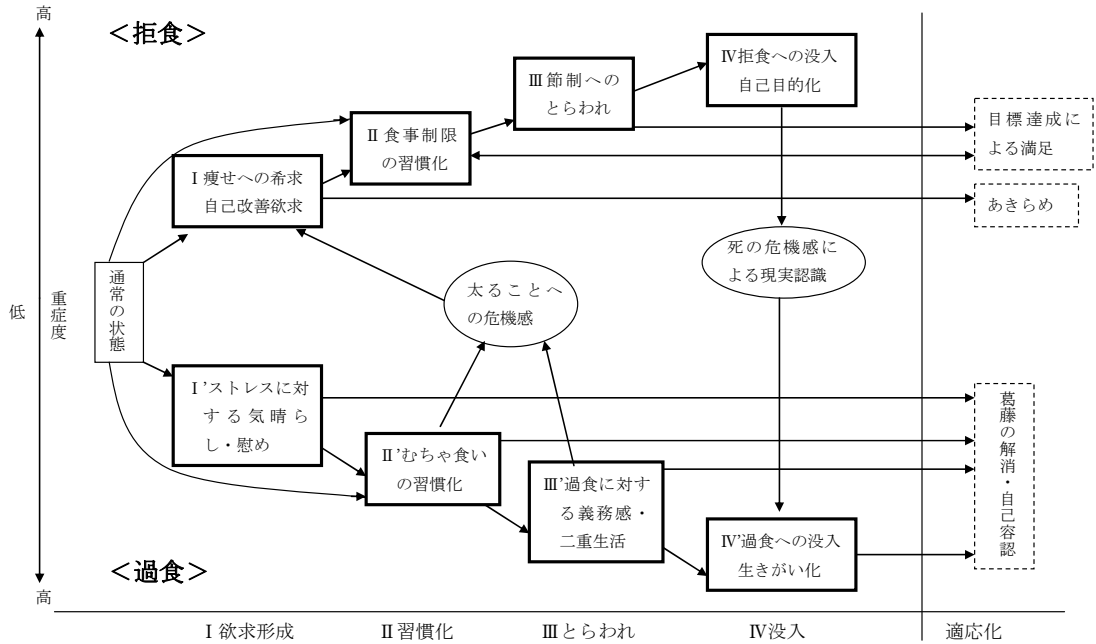


図3 拒食と過食の心理的意味の変容プロセス

化」する。そして、目的に対する手段から、徐々に当初の目的がそぎ落とされ、行為そのものに巻き込まれ「Ⅲとらわれ」の状態となる。さらに、行為そのものが目的かつ手段となり、またそうになっていることも意識に上らない「Ⅳ没入」の状態へ移行する。拒食や過食の変容プロセスは、双方とも手段が目的化する過程であり、その行為自体が中毒性とも言うべき側面も持つことが推察される。行動そのものに耽溺していくという過程があることは、これまでの臨床群研究においても報告されているが、さらに、その行動に対応する内的な側面を詳細に考察すると、以下のように考えられる。双方のⅠ段階で示されたように、変容プロセスの初期段階では、もともと内的な葛藤や不安、不信感などの感情への対処行動であった拒食や過食に対し、徐々にのめりこんでいくうちに、それらの感情に対処するどころか、逆に感情自体を今までのように抱え続けることが難しくなっていた。行動が重症化するなかで、心理的には、それぞれの段階で示したように、葛藤と行動との関連が徐々に意識から排斥される。病理に近い状態Ⅳ段階に至ると、葛藤はもはや意識化され

ず、最初からなかったもののように誤認され、拒食と過食は、主観的にはもはや理由や背景のない行動に、すなわち自己目的化していくのではないかと考えられる。拒食と過食の変容プロセスでは、行動的側面では徐々に対極的な方向に進む一方で、心理的には共通した心性をたどりながら重症化することが示された。また、以上に示した心理的意味の変容プロセスを総合し、図3のような仮説モデルとして図示した。

c) 心理的意味の段階の移行の要因 図3において破線の四角で囲まれた部分は、拒食や過食が解消されたきっかけとして語られた要因である。拒食の場合、「目標達成による満足」と、「あきらめ」が得られた。「目標達成による満足」とは、体重を減らすという具体的な目標がある程度達成されたため、食事制限の必要がなくなり、拒食が解消されることである。これは拒食のⅡ、Ⅲでみられた。ここでは「(体重が落ちて)納得できました。そこが目標だったんで」(事例C)のように、結果を認める現実検討力が保たれ、食事制限はあくまで目標達成の手段という位置づけがは

っきりしている。しかし、一時的に満足に至るも、何かのきっかけでまた食事制限に戻るといふ、反復されるパターンの存在も示された。「あきらめ」は反対に、目標達成をあきらめることであり、拒食のⅠでのみ見られた。「痩せねばと思って、周りに宣言してダイエットするけど、難しいですね」(事例 A)のように、「あきらめ」は拒食に対する強迫性がみられず、心理的に重症化していない段階に限られる。この段階を超えると、ある程度は当初の目標に近づかなければ、拒食が解消される可能性が低くなるものと考えられる。

過食の場合は、「葛藤の解消」「自己容認」が解消のきっかけとして語られた。「葛藤の解消」とは、過食の動機となったイライラや不安、その感情を生じさせる葛藤状態が解消され、過食がもはや必要とされなくなった状態である。「親から完全に離れたから、それで気分も大分変わったと思う。(両親の)他に大切な人が増えたら、食べ物とかのことはあんまり大事じゃなくなった」(事例 E)では、過食に両親との葛藤が影響していたが、両親と物理的な距離をとり、他の人間関係を大切にすることで、過食への依存が低減した様子が示された。「自己容認」とは、「(人と)張り合うよりも自分は自分と思えるようになった」(事例 J)のように、今の自分をありのまま受け入れ、認めることである。多くの場合、過食は現実逃避の一手段と意味づけられており、「自己容認」は、受け入れ難い自己から逃避せず向き合った結果であると考えられる。

図3の円で囲まれた部分は、段階が拒食から過食に、あるいは過食から拒食に転換する際のきっかけとして語られた要因である。過食のⅡ'、Ⅲ'から、拒食の段階へ移行する要因として、「太ることへの危機感」が報告された。過食のⅡ'、Ⅲ'は、排出行動は伴わないが、食べる量が増加する時期であり、主に体重増加が危機感を生じさせているのではないかと考えられる。体重の増加という客観的事実を認識し、適応的に対処する現実検討力がある場合、Ⅳ'「過食への没入・生きがい化」に到達せずすむが、逆に、今度は今まで増えた体重をなんとかしようという、現実的で具体的な対処に乗り出すものと考えられる。

一方、拒食のⅣに到達した対象者は、痩せすぎの状況に対しての「死の危機感による現実認識」がきっか

けとなり、過食に転じている。「“骸骨みたいで怖い”と言われて、ショックだった。太らんとって思うようになった」(事例 E)では、自分の現状に対する客観的な意見が提示され、骸骨＝死に近いものとしての自分を認識するきっかけとなり、死の危険の感知により、没入した心理状態から「我に返る」体験がなされていた。生きる支えである拒食が、逆に自らの命を奪うという事実気づき、それを恐怖と感じられることは、生への欲動が存在する証でもある。死への恐怖とは生きる意欲でもあり、それが結局、拒食へのためらいを生じさせたと考えられる。本研究の対象者は、拒食に没入し、過剰な痩せを体験してもなお、世界に存在しつづけることを望んだ。生きたいという気持ちや、生きることへのかすかな希望という、人間としての根本的な活力が、拒食からの脱却に大きく影響を及ぼしていることが推察される。

(3) 全体的考察と今後の課題

本研究ではまず、一般青年の拒食や過食に伴う感情・意識と、主体的な意味づけに関する語りから、拒食や過食の心理的な意味について考察した。拒食体験では、感情・意識の「自己統制や努力による高揚感」「体型変化による喜び」、主体的な意味づけの「自己の向上・改善」が多く語られた。拒食にはその病理性にかかわらず、自己を改善し自信を獲得する意味があると推察される。過食体験では、感情・意識の「制御不能感・意志の欠落」「感情鈍麻・思考感情の停止」、主体的な意味づけでは「気分転換・発散」「現実からの逃避・忘却」が多くの対象者から語られた。過食には基本的に、意志や感情を一時的に麻痺させ、現実からの退却を可能にする意味があると推察される。以上のように、拒食や過食はいずれも現状の受け入れがたさや現実への不安に端を発していることが推察される。

次に、拒食や過食の心理的意味の変容プロセスについて考察した。一般青年における拒食と過食の背景には、現状を受け入れられず、変化を求める気持ちがあることが示されたが、拒食や過食において起こりうる変化とは、身体の変化と、一時的な感情の変化にすぎない。拒食・過食の変容プロセスからは、摂食障害傾向が深まるにつれ、徐々に拒食、過食という行為自体に埋没していくものと考えられる。精神的次元での変

化を得るため、自己に直面する必要もなく、容易に変化を感じることができる方法として、拒食や過食は一般的に広く行われている。耐えがたく受け入れがたい現実や、それに伴うネガティブな気持ち、拒食や過食を行うことによって、きわめて刹那的、あるいは表面的にはあっても解消されるものと考えられる。しかし、より深い部分では食あるいは身体に埋没し、さらには感覚や感情までもが実体をつかめなくなる。そのため、ますます現実への直面が難しくなっており、拒食や過食への依存度は高まり、悪循環が生じるものと考えられる。

以上を踏まえると、一般青年における拒食や過食は、その背景において、自己不信感や自己不確実性、抑うつ感や不安といった臨床群と共通した心性が存在する。しかしながら、本研究の場合、自己の内界に不信感や葛藤があり、それらを拒食や過食によって解消しているという主観的体験が自らの言葉で語られており、防衛としてのそれよりも、より具体的に意識的な対処方略に近いことが示唆される。本研究の対象者に代表される非臨床群は、臨床群と異なり、自分への不信感や、葛藤に伴う不安など、生きるうえで避けては通れない様々な内的体験を自分のものとして受け止める力があると考えられる。そのような葛藤を保持する自我の強さや、現実検討力が、対処方法としては拒食や過食といった不適応的な方法を選択しながらも、病理にまでは至らしめない一因であると推察される。また、このような内的体験を、本人の語りにより明らかにできることによって、より実証的な臨床群理解への一助となることも、非臨床群研究の意義であると考えられる。

心理臨床の現場において拒食や過食からの回復のサポート、あるいは予防という視点からは、本研究の対象者に代表される非臨床群が、なぜ臨床群には至らず、「リスクが高い状態」で留まっているのかについて明らかにされる必要があると思われる。図3に示されたような、「目標達成による満足」「あきらめ」あるいは「葛藤の解消・自己容認」また、「死の危機感による現実認識」などの段階の移行の要因が、何をきっかけに生じるのか、またどのようなメカニズムで、臨床群に至らない要因として機能しているのかについて、詳細に検討される必要があると考えられる。さらに、面接対象者には、過食傾向のみを示すものが含まれてお

らず、変容プロセスの仮説モデルは、拒食と過食両方の傾向を示すものの心理的特徴を理解するために、特に有用であると考えられる。今後は、過食傾向のみを示す者も対象とし検討される必要がある。また、本研究では、心理的な「意味」に焦点をあて、意識化された語りを抽出した上で、力動的な立場から考察を行った。そのため、語りそのものは限定的なものとなり、考察も意識的「意味」を中心に行った。しかし、力動的な解釈においては、無意識的「意味」に関する考察も重要な点であり、今後の重要な課題であると考えられる。

注

- 1) Eating Attitudes Test (EAT) と Bulimic Investigatory Test, Edinburgh (BITE) は、ともに摂食障害に関する一般的な質問紙である。EAT は摂食態度・行動を中心に、心理的側面として痩せ願望、肥満恐怖に関する項目がある一方で、過食に関する質問項目は少ない。BITE は、摂食異常の症状やダイエットに関する項目と、異常行動の重症度に関する項目があり、大食の評価に使用される。久松・坪井・筒井・篠田(2000)は、EAT や BITE 単独では、摂食障害のスクリーニングとしての有用性に問題があると指摘しており、新里ら(1986)は、EAT は過食の合症した症例の判定には注意を要し、カットオフ点を設定する場合、健常者との判別が不可能な患者が存在することを示した。一方で、中井ら(1998)は、BITE について、過食症状がなく排出を行なう神経性無食欲症の診断には有用ではないとしている。本研究では、拒食と過食の2つの症状について検討できるよう、EAT 日本語版と BITE 日本語版をもとに質問紙を再構成して使用した。

引用文献

- 吾妻ゆみ・大野弘之・稲富宏之・田中悟郎・太田保之。(2002). 女子大学生における食行動の実態とその社会心理的要因について. *精神医学*, 44, 521 - 527.
- ブルック, H. (1979). 思春期やせ症の謎——ゴールドデンケージ (岡部祥平・溝口純二, 訳). 東京: 星和書店.
- (Bruch, H. (1978). *The golden cage: The enigma of anorexia nervosa*. Cambridge: Harvard University Press.)
- 濱垣誠司. (1995). 過食の精神病理に関する一考察——強

- 迫と解離の弁証法. 精神神経学雑誌, 97, 1-30.
- 早野洋美. (2002). 男子大学生の摂食障害傾向に関する心理学的研究. 心理臨床学研究, 20, 44-51.
- 久松由華・坪井康次・筒井末春・篠田知璋. (2000). 一般女子大学生に対する摂食障害の一次スクリーニング法についての検討. 心身医学, 40, 326-331.
- 小林由美子・松岡恵子・栗田広. (1999). 女子高校生における摂食障害傾向と環境要因との関連. 精神医学, 41, 821-829.
- 松木邦裕. (1997). 摂食障害の治療技法——対象関係論からのアプローチ. 東京: 金剛出版.
- 皆川邦直. (1993). 神経性無食欲症患者の自己不信. 精神科治療学, 8, 407-416.
- Minuchin, S., Rosman, B., & Baker, L. (1978). *Psychosomatic families: Anorexia nervosa in context*. Cambridge: Harvard University Press.
- 盛岡多佳. (2001). 過食行動の最中に体験される意識の変容に関する研究. 心理臨床学研究, 19, 160-170.
- 中井義勝・濱垣誠司・高木隆郎. (1998). 大食症質問表 Bulimic Investigatory Test, Edinburgh (BITE) の有用性と神経性大食症の実態調査. 精神医学, 40, 711-716.
- 野上芳美・矢花英美子. (1991). 気晴らし食い (Binge Eating) について. 下坂幸三 (編), 過食の病理と治療 (pp.13-32). 東京: 金剛出版.
- 野上芳美. (1998). 摂食障害とは何か——最近の傾向をどうとらえるか. 野上芳美 (編), こころの科学セレクション——摂食障害 (pp.1-13). 東京: 日本評論社
- 小澤夏紀・富家直明・宮野秀市・小山徹平・川上祐佳里・坂野雄二. (2005). 女性誌への曝露が食行動異常に及ぼす影響. 心身医学, 45, 522-529.
- Parazzoli, M. S. (1978). *Self-Starvation*. New York: Aronson.
- 齊藤千鶴. (1999). 青年期女子のやせ希求行動——性役割同一性との関連. 白百合女子大学発達臨床センター紀要, 3, 24-34.
- 齊藤千鶴. (2004). 女子大学生の摂食障害傾向に及ぼす家族の食事文化の影響. 家族心理学研究, 18, 43-55.
- 下坂幸三. (1961). 青春期やせ症 (神経性無食欲症) の精神医学的研究. 精神神経学雑誌, 63, 1041-1049.
- 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.
- 鈴木幹子・伊藤裕子. (2001). 女子青年における女性性受容と摂食障害傾向——自尊感情, 身体満足度, 異性意識を媒介として. 青年心理学研究, 13, 31-46.
- 高木州一郎. (1999). 食の精神医学. 精神医学レビュー, 32, 5-17.
- 田中有可里. (2001). 高校生における食行動異常と痩せ願望. カウンセリング研究, 34, 300-310.
- 遠山尚孝・馬場健一. (1989). 過食の精神病理と精神力動. 季刊精神療法, 13, 202-210.
- 筒井末春・中野弘一・坪井康次・中島弘子. (1993). 大学生の食習慣及び食行動異常に関する検討. 厚生省特定疾患神経性食欲不振症調査研究班平成4年度報告書, 75-79.

付 記

本研究は広島大学大学院教育学研究科の倫理審査委員会の審査を受け、承認された。本調査のデータ分析にあたり、ご協力いただいた小嶋由香さん、山田みきさん、また、快く調査にご協力いただきました皆様に心より感謝申し上げます。

(2006.11.9 受稿, 2008.6.6 受理)