

# 東邦大学学術リポジトリ

Toho University Academic Repository

タイトル	思春期における摂食障害傾向に着目した自己受容促進プログラムの開発および有用性の検討
作成者（著者）	中村, 裕美
公開者	東邦大学
発行日	2023.09
掲載情報	東邦大学大学院看護学研究科 博士論文 内容の要旨及び審査結果の要旨.
資料種別	学位論文
内容記述	主査：岸恵美子 / タイトル：思春期における摂食障害傾向に着目した自己受容促進プログラムの開発および有用性の検討 / 著者：中村裕美 /
著者版フラグ	none
報告番号	32661甲第1090号
学位授与年月日	2023.09.25
学位授与機関	東邦大学
メタデータのURL	<a href="https://mylibrary.toho u.ac.jp/webopac/TD28223585">https://mylibrary.toho u.ac.jp/webopac/TD28223585</a>

## 博士論文要旨

看護学研究科看護学専攻 国際・広域看護学 分野	学籍番号 ND20001 氏名 中村 裕美
論文題目	思春期における摂食障害傾向に着目した自己受容促進プログラムの開発および有用性の検討
<p><b>【研究目的】</b></p> <p>近年、摂食障害を取り巻く課題として発症の低年齢化が指摘されている。中学生においては学年が上がるにつれ摂食障害傾向が強くなるということが明らかとなっており、思春期の身体的、心理的特徴を踏まえた予防的介入が必要であると考えられる。しかし、学校現場においてその必要性は認識されているにもかかわらず、具体的な支援方法は十分に確立されていないのが現状である。そこで、摂食障害の好発年齢である中学生を対象とした、摂食障害傾向に着目した自己受容促進プログラムの開発およびその有用性の検討を本研究の目的とした。なお、このプログラムには、摂食障害の発症と関連があるとされている、社会文化的要因および心理的要因や痩せ理想の内面化に効果があるとされている認知的不協和理論にも着目することとした。</p> <p><b>【研究方法】</b></p> <p>第1段階では、摂食障害の発症要因について、社会文化的側面や心理学的側面の影響の程度についての示唆を得ることを目的とし、摂食障害と診断されてから10年以上が経過し現在は回復している者に面接調査を実施した。分析方法は質的統合法(KJ法)を用いた。続いて第2段階では、第1段階で得られた、摂食障害発症要因に関する示唆に加え、自己受容の概念分析の結果や、国内外の摂食障害予防に関する先行研究および認知的不協和理論に関する先行研究を参考にし、プログラムの内容を検討した。また、プログラムの構成として、グループワーク等の相互対話形式を取り入れた。第3段階として、この摂食障害予防プログラムを健常な中学生を対象に実施し、その効果について実施前後で比較検討を行った。有用性を検討する評価指標は、摂食行動、痩身理想の内面化、体型不満、自己受容に関する尺度を用いた。各評価指標における介入前と介入直後および介入3か月後の効果の比較検討については、正規性の有無に従い、反復測定分散分析または Friedman 検定を行い、有意差が認められた評価指標について、全ての時点の組み合わせに対して Bonferroni の補正による多重比較を行った。さらに、評価指標の平均値の推移が性別間で傾向が異なるものについては、反復測定分散分析にてそれぞれの時点での比較を行った。なお、第1段階および第3段階ではいずれも東邦大学看護学部研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。</p>	

### 【結果】

第1段階の対象者は中学生または高校生で摂食障害と診断された女性4名であった。分析の結果、摂食障害の発症は、《周囲からの評価に対する過剰な反応》と《ありのままの自分を認めてもらえない家庭環境への葛藤》が影響していた。その結果痩せていく中で《満たされぬ気持ちと深刻な心身の不調》だけが浮き彫りとなり過酷な闘病体験をしていた。しかしそのような中で《寄り添おうとする家族の変化》が徐々に回復へと導き、信頼できる人々の存在が《摂食障害と対峙する精神的な支え》となった。これらを通して《自己の行動変容と相手を受け容れる努力》を培うとともに、《摂食障害から回復したからこそ抱く思い》を実感していた。したがって、摂食障害の発症は、社会文化的要因と心理的要因の双方が大きく影響をしていることが明らかとなり、周囲の評価および自己受容の程度が関連していたことから、適切なメディアリテラシーの習得や自己受容に関する予防的介入の必要性が示唆された。

第2段階では、これらの示唆に加え、先行研究および自己受容の概念分析の結果を参考に介入プログラムを開発した。

第3段階の対象者は、関東近郊の中学1、2年生35名であり、そのうち全ての介入プログラムに参加した31名を分析対象とした。介入効果については、体型不満スクリーニング尺度全体において有意な効果が認められた( $F(2,90)=10.52, p<0.001$ )。多重比較を行ったところ、介入前と比較し、介入直後、3か月後に有意な低減がみられた( $p=0.003, p=0.008$ )。中学生用自己評価尺度全体で有意な効果が認められ( $F(2,90)=9.75, p<0.001$ )、多重比較を行ったところ、介入前と比較し、介入直後、3か月後に有意な得点の上昇がみられた( $p<0.001, p=0.019$ )。この自己受容については性別で異なる傾向がみられ、下位尺度の性格的自己において有意な効果が認められた( $F(2,66)=16.19, p<0.001$ )。また、摂食行動および痩身理想の内面化は統計的に有意な差は認められなかったが、対象者からは、理想の体型と健康的な体型は異なることや痩せすぎることへのリスクに関する発言がみられた。

### 【考察】

本プログラムによる介入により、摂食障害傾向および自己受容の促進に一定の効果があったことが示唆された。本介入で、自己を肯定する経験や同年代の仲間とともに自己および他者を認め合うという経験が中学生の「自分らしさ」や「強み」に気付く契機となったと考える。一方で、自己受容についてなど、性別で異なる傾向が認められた項目もあったことから、性別ごとの介入方法および効果維持の検討も必要である。また、本プログラムのような精神保健における予防的介入は、専門的立場による教育現場への精神疾患、精神保健に関する適切な知識の提供やサポート等の連携の強化が、体系化および効果維持には重要であることが示唆された。