

思春期女子のやせ志向と情緒的サポート、 体型および初潮との関係

池 田 かよ子

新潟青陵大学看護学科

Between the Slimness orientation among early Adolescent females Emotion-support, Form, and First period

Kayoko Ikeda

NIIGATA SEIRYO UNIVERSITY
DEPARTMENT OF NURSINGS

Abstract

This research was created for the adolescence females. " It becomes thin and is an intention measure. I considered about emotion-support, a form, and the first period with slimness orientation scale. Subjects were 615 girls ranging from the fifth year of primary school to the third year of junior high school. The following results were obtained. Between slimness orientation and the emotion-support from a family, " denial of one's own body shape" of slimness orientation was found . Those who evaluate themselves as "fat" or "pudgy" persons and those who think that I want to become slimness very or slimness strong relate to all factors, which is " benefits of being thin " " denial of one's own body shape " " resistance to sexual maturation " " awareness of members of the opposite sex. " Between slimness orientation and First Period, it was clear that first period fell " benefits of being thin" " denial of one's own body shape".

Key words

Adolescence females , Slimness orientation scale , Emotion-support , Form , First period

要 旨

思春期女子を対象に作成した「やせ志向尺度」を用いて、やせ志向と情緒的サポート、体型および初潮との関連について検討した。分析対象は、小学5年生から中学3年生の615名である。家族からの情緒的サポートとやせ志向との関連では、やせ志向の「否定感」に有意な関連がみられた。自分の体型を「太っている」「少し太っている」と主観的評価をする人と、現在の体型より「すごくやせたい」「やせたい」と思っている人は、やせ志向の「メリット感」「否定感」「異性意識」「抵抗感」すべての因子と強い関連があった。やせ志向と初潮との関連では、既潮者に「メリット感」や「否定感」が強いことが明らかになった。

キーワード

思春期女子 やせ志向尺度 情緒的サポート 体型 初潮

はじめに

思春期は急激な身体発育や性的成熟によって、自己の身体を強く意識しはじめるとともに、急速に身体への関心を高めていく時期である。それにより自分の容貌や体型を過度に気にしたり、他者と比較した自己像に劣等感¹⁾を持ったり、他者からの社会的評価を自己の身体的要因に過度に帰属させてしまうことが多く生じる²⁾など、他者との関係の中で自分を強く意識するようになる。また、この時期は、子どもたちを取り巻く環境の中で、親子関係や友人関係が大きく変化する時期でもある。

親子関係は、直接的・具体的な関係から間接的な関係へ、さらに独立と依存という形に変化し、友人関係は遊びの仲間集団から慰安や安定に寄り添える形に変化していく。特に、親子関係において思春期は、親からの独立を試み、純粋な正義感や価値観を持つようになり、親の言動に批判したり、親の欠点を指摘したりする。その反面、思春期は強い依存への欲求もっており、依存と独立のアンバランスを示し、親子関係に危機的な状況をもたらすことになる³⁾。

このような変化の激しい時期にある思春期の子どもたちに、近年、摂食障害の増加が問題となっており、さらに低年齢化も進んでいると言われている。その背景に、やせ願望の多くがやせた体型を望ましいとする社会的礼讃やマスメディアの影響、やせ願望に基づくボディイメージの歪んだ認識や身体意識のとらわれ、さらに身体的外見に対する不満が、自尊感情や自己肯定感、女性性受容と関連があることが指摘されている。これらの研究から、現代は「やせている」ことに女性の魅力の価値が置かれていることをすでに低年齢の子どもたちも受け入れつつある。

そこで、思春期女子が何故やせたいと思うのか、「やせ志向」の構造を明らかにし、筆者が作成した「やせ志向尺度」⁴⁾を用いて、やせ志向と関連すると思われる要因について検討した。その際、関連する要因として、思春期を取り巻く環境として身近な存在である家族や友人関係、自己の体型や性的成熟の指標として初潮の発来との関連についていくつか

の示唆を得たので報告する。

尚、本研究では、情緒的サポートについて、社会心理学の領域で3つの次元に分類されているうちの「知覚されたサポート」(perceived support)が、他者から援助を受ける可能性に対する期待、あるいは援助に対する主観的評価⁵⁾であるということから、やせ志向と関連すると思われる要因とした。

さらに、本研究では「やせ志向」を、成長発達過程の思春期の女子においては、「自己の体重を増やさないようにしたい、あるいは体型をスリムにしたい」というはっきりとした方向性」と定義した。また、「志向」については、「指向」が一般にある方向を目指して向う性質をさすが、心理学的用語としては「志向」と同義⁶⁾にとる場合があることから「志向」とする⁷⁾。

研究方法

1. 調査対象

対象は、新潟市内の公立小学校3校の5、6年生538名、新潟市内の公立中学校2校の1、2、3年生778名であり、本研究では女子のみを分析対象とした。その内訳は、小学校3校に在学する小学5年生121名、6年生133名、中学校2校に在学する中学1年生117名、2年生132名、3年生120名、合計623名であった。有効回答数は小学生254名中251名、中学生364名の合計615名(98.7%)であった。尚、調査は、男子にも回答できるように一部改変して実施した(今回の分析からは除外)。

2. 調査時期

2004年9月下旬から10月下旬

3. 調査方法

調査方法は、各クラスに担当教員を通じて、授業中に質問用紙を配布し、記述後その場で回収してもらった(回収率100%)。調査所要時間は、約20分であった。尚、質問紙は小学校、中学校の教師に協力を得て、難しいと思われる漢字に振り仮名をつけた。

4. 調査内容

(1) やせ志向尺度

思春期女子のやせ志向の構造を明らかにするために因子分析を行い、表1に示すように4因子を抽出し、第1因子はやせの「メリット感」、第2因子は自己の体型への「否定感」、第3因子は性的成熟への「抵抗感」、第4因子は「異性意識」と命名し、「やせ志向尺度」を作成したものを用いた。(表1)

(2) 家族からの情緒的サポート

家族からの情緒的サポートについては、久田・千田・箕口の学生用ソーシャル・サポート尺度 (SESS; The Scale of Expectancy for social Support) を用いた。本尺度は「ふだんから自分をとりまく重要な他者に愛され大切にされており、もし何か問題が起こっても援助してもらえらという期待の強さ」によって、ソーシャル・サポートの程度を測定するものである。また、回答方法が容易であり、サポート源を父親、母親、兄弟、学校の教師、友

達と分けて測定できるという特徴をもっている。質問項目は16項目のうち、家族からの情緒的サポートとして適切と思われる項目10項目を選択し、4件法による回答形式で行った。選択肢は、「そう思う」「少しそう思う」「あまりそう思わない」「そう思わない」の4件法で問うように設定し、各々4～1点が配されており、得点の高い方を「そう思う」と判定する。

(3) 友人からの情緒的サポート

友人からの情緒的サポートについては、家族からの情緒的サポートと同様に久田・千田・箕口の学生用ソーシャル・サポート尺度 (SESS; The Scale of Expectancy for social Support) を用いた。質問項目は、家族からの情緒的サポートと同じ項目として8項目、また友人からの情緒的サポートとして適切と思われる2項目を選択し、10項目とした。4件法による回答形式で行った。選択肢は、「そう思う」「少しそう思う」「あまりそう思わな

表1 思春期女子のやせ志向尺度の因子分析 (斜交回転: コバリミン法)

N = 615

質問項目	1因子 メリット感	2因子 否定感	3因子 異性意識	4因子 抵抗感	共通性
17 やせている方がおしゃれを楽しむことができる	-0.74	0.17	0.21	-0.08	0.71
20 やせている方がかわいい服がきられる	-0.71	0.16	0.20	0.00	0.66
3 やせている方がどんな服を着ても似合いそう	-0.61	0.27	0.15	-0.13	0.55
14 やせている方が体の動きが軽い	-0.65	-0.02	-0.02	0.21	0.50
12 やせている方がかわいい	-0.65	0.17	0.31	-0.07	0.65
18 くびれのある体型になりたい	-0.46	0.37	0.20	-0.20	0.47
7 やせていると自信がもてる	-0.45	0.28	0.40	-0.05	0.55
2 鏡にうつった自分の体型がいやだ	-0.05	0.82	0.12	-0.01	0.70
10 自分の体 (腕、足、尻など) で気に入らないところがある	-0.15	0.76	0.07	-0.02	0.65
16 自分のスタイルに自信がない	-0.13	0.75	0.10	0.02	0.63
1 スタイルをもっとよくしたい	-0.25	0.69	0.09	-0.05	0.61
11 やせれば、男の子につきあってほしいと言える	-0.15	0.09	0.78	-0.06	0.66
6 やせれば、男の子とうまく話ができる	-0.05	0.16	0.77	0.00	0.63
15 やせれば、男の子からつきあってほしいと言われてもらえる	-0.22	-0.04	0.74	-0.04	0.64
9 やせれば、男の子とつきあうことに不安がなくなる	-0.22	0.15	0.70	-0.04	0.62
5 やせている方がおとなっぽ	-0.44	0.15	0.49	-0.05	0.55
8 子どもの体のままでいたい	0.02	-0.14	-0.01	0.70	0.49
13 胸やお尻に脂肪のついた大人の女性の体になりたくない	-0.37	0.03	-0.10	0.57	0.51
4 女らしい体になると人の目が気になる	0.23	0.27	0.32	0.50	0.46
19 胸やお尻が大きいと、体育の時恥ずかしい	-0.15	0.30	0.25	0.36	0.40

因子間の相関係数行列

因子	1)	2)	3)	4)
1)	1.00	-0.18	-0.19	-0.15
2)	-0.18	1.00	0.01	0.05
3)	-0.19	0.01	1.00	0.18
4)	-0.15	0.05	0.18	1.00

い」「そう思わない」の4件法で問うように設定し、各々4～1点が配されており、得点の高い方を「そう思う」と判定する。

(4) 自己の体型に対する主観的評価

自己の体型や身長をどうとらえているかという主観的評価については、深谷⁸⁾の評価項目を参考にした。また、自己の希望する体型や身長についても尋ねた。

(5) 初潮の有無

性的成熟の指標として、初潮の有無について尋ねた。

5. 倫理的配慮

質問紙調査の実施と回収は各クラスの担任が行ったが、倫理的配慮として調査は無記名であり、回答も自由であること、さらに調査の目的以外には使用しないことの説明をお願いした。

研究結果

1. やせ志向に関連する要因

(1) やせ志向に関連する尺度の検討

「やせ志向」に関連すると思われる「家族からの情緒的サポート」「友人からの情緒的サポート」について尺度の検討を行った。

1) 家族からの情緒的サポート

「家族からの情緒的サポート」10項目についての尺度構成の結果、表2に示すように、いずれも総得点との相関は高く($r = .67 \sim .79$) かつ主成分も高かった($r = .66 \sim .79$) 係数は、 $= .91$ であった。(表2)

2) 友人からの情緒的サポート

「友人からの情緒的サポート」10項目についての尺度構成の結果、表3に示すように、いずれも総得点との相関は高く($r = .66 \sim .79$) かつ主成分も高かった($r = .65 \sim .80$) 係数は、 $= .91$ であった。(表3)

(2) やせ志向に関連する要因の発達過程

やせ志向に関連する要因として、「家族からの情緒的サポート」「友人からの情緒的サ

表2 家族からの情緒的サポートの尺度構成

項 目	単相関	主成分
1. あなたがする話には、いつもたいてい興味をもって耳を傾けてくれる	0.74	0.75
2. 1人では終わらせられない仕事があった時、こころよく手伝ってくれる	0.67	0.66
3. 良いところも、悪いところも、すべてふくめて、あなたの存在を認めてくれる	0.73	0.74
4. あなたが元気がないと、すぐ気づいて気づかってくれる	0.77	0.76
5. あなたが何かをなしとげたとき、心からおめでとうと言ってくれる	0.79	0.79
6. ふだんから、あなたの気持ちをよく理解してくれる	0.79	0.79
7. あなたがミスをしても、そっとカバーしてくれる	0.78	0.78
8. あなたに何かうれしいことがおきたとき、それをわがことのように喜んでくれる	0.78	0.78
9. あなたが学校の人間関係で悩んでいると知ったら、いろいろと解決方法をアドバイスしてくれる	0.73	0.72
10. あなたを心から愛してくれる	0.75	0.75
主成分の2乗和		5.68
寄与率		56.77%

表3 友人からの情緒的サポートの尺度構成

項 目	単相関	主成分
1. あなたに何かうれしいことがおきたとき、それを我がことのように喜んでくれる	0.73	0.73
2. あなたがする話には、いつもたいてい興味をもって聞いてくれる	0.75	0.76
3. あなたが落ち込んでいると、元気づけてくれる	0.76	0.77
4. ふだんからあなたの気持ちをよく理解してくれる	0.79	0.80
5. 1人では終わらせられない仕事があった時、こころよく手伝ってくれる	0.69	0.69
6. あなたが学校の人間関係で悩んでいると知ったら、いろいろと解決方法をアドバイスしてくれる	0.75	0.74
7. 日頃からあなたの実力を評価し、認めてくれる	0.72	0.72
8. あなたがミスをしても、そっとカバーしてくれる	0.74	0.75
9. 良いところも、悪いところも、すべてふくめて、あなたの存在を認めてくれる	0.74	0.74
10. あなたが不満をぶちまけていときは、はけ口になってくれる	0.66	0.65
主成分の2乗和		5.42
寄与率		54.20%

サポート」について、発達過程を明らかにするために一要因分散分析を行った。

1) 「家族からの情緒的サポート」

家族からの情緒的サポートは、10項目の合計点を用いて一要因の分散分析を行った。その結果、表4と図1に示すように、学年進行とともに下降傾向であり、群間の比較では、中学3年生では小学5、6年生よりも家族からの情緒的サポートを受けていないと感じていることが明らかになった ($p < .001$)。 (表4・図1)

2) 「友人からの情緒的サポート」

友人からの情緒的サポートは10項目の合計点を用いて一要因の分散分析を行った。その結果、表4と図2に示すように、年齢による変化はみられなかった (表4・図2)。これらの結果より、「家族からの情緒的サポート」は、発達段階による変化が見出されたが、「友人からの情緒的サポート」には変化はみられなかった。

2. やせ志向とそれに関する要因との関係

やせ志向の4因子と家族および友人からの

情緒的サポートとの関連を明らかにするために相関をみた。

家族からの情緒的サポートは、表5に示すように、やせ志向の「否定感」との関連が有意であり、強い相関がみられた ($r = -.22$, $p < .001$)。このことは、家族からの情緒的サポートの認知が低下すると、自己の体型への「否定感」が強くなるといえる。一方、やせ志向の4因子と友人からの情緒的サポートとの関連はみられなかった。(表5)

3. やせ志向と体型との関係

やせ志向と体型にどのような関連があるのかを明らかにするために、やせ志向と体型との関連、やせ志向とローレル指数 (体格指数) との関連、さらに性的成熟の指標として初潮とやせ志向との関連について検討した。

(1) やせ志向と体型との関連

1) 自己の体型の主観的評価および希望する体型

自己の体型の主観的評価および希望する体型について、全体をとらえるためにカテゴリ度数を求めた。

表4 やせ志向に関連する要因の発達段階別得点の平均値とS.Dおよび分散分析

小：小学生 中：中学生 N=615

		小5 n=121	小6 n=130	中1 n=115	中2 n=130	中3 n=119	F値	級間比較
サ 情 ボ ー ト 的	家族	32.0 (6.63)	31.0 (6.29)	30.8 (6.27)	30.2 (6.71)	28.2 (7.06)	5.679***	中3<小5、小6
	友人	30.5 (6.40)	32.0 (4.97)	30.8 (5.77)	31.6 (5.28)	31.8 (6.58)	1.580	

上段は平均値、下段()内はS.D

*** p < .001

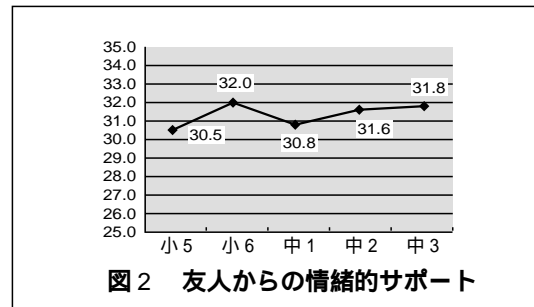
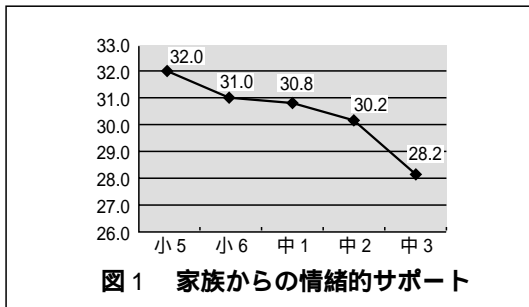


表5 やせ志向と情緒的サポートとの関連

	情緒的サポート	
	家族	友人
メリット感	-0.06	0.00
否定感	-0.22***	-0.06
異性意識	-0.04	0.00
抵抗感	0.06	0.00

*** p < .001

自己の体型の主観的評価

自分の体型の主観的評価は、「太っている」「少し太っている」「ふつう」「少しやせている」「やせている」の5段階とし、中学生と小学生とで比較した。図3のように、自己の体型の主観的評価は、「ふつう」と評価している者が、中学生46.6%、小学生41.8%と最も多かった。次に「少し太っている」「太っている」を合わせると、中学生48.5%、小学生41.4%であり、中学生の方が若干太っていると評価していた。(図3)

自己の希望する体型

自己の希望する体型は、「すごくやせたい」「やせたい」「いまのままでいい」「で

きればやせたい」の4段階とし、中学生と小学生とで比較した。図4のように、体型の希望は「すごくやせたい」「やせたい」を合わせると中学生67.7%、小学生58.6%で、現在の体型より「やせたい」と希望していた。(図4)

2) やせ志向と自己の体型の主観的評価との関連

やせ志向と自己の体型の主観的評価との関連について明らかにするために一要因の分散分析を行った。(表6)

やせ志向の「メリット感」「否定感」「異性意識」「抵抗感」のすべての項目と体型の主観的評価との関連に有意差がみられた(p < .001)。つまり体型が「太っている」「少し太っている」と評価している人は、「メリット感」「否定感」「異性意識」「抵抗感」を強く感じていた。

3) やせ志向と自己の希望する体型との関連

やせ志向と自己の希望する体型との関連について明らかにするために一要因の分散分析を行った。(表7)

やせ志向の「メリット感」「否定感」「異性意識」「抵抗感」のすべての項目と希望する体型との関連に有意差がみられた(p < .001)。このことは、自己の体型の主観的評価と同様に、現在の体型より「すごくやせたい」「や

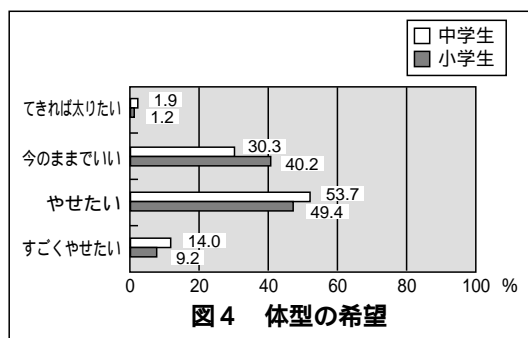
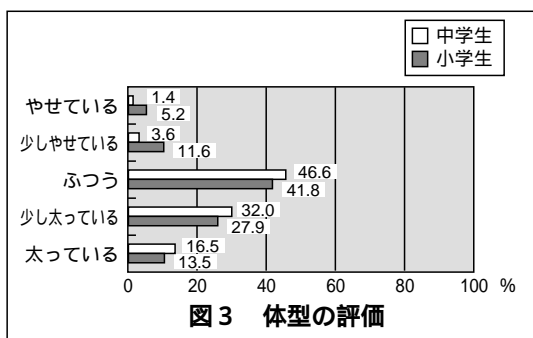


表6 やせ志向と自己の体型との主観的評価との関連

N=614

	太っている 少し太っている n=280	ふつう n=274	少しやせている やせている n=60	F値	群間比較
メリット感	20.9 (4.67)	17.2 (4.65)	17.8 (4.39)	45.50 ***	ふつう<太っている やせている<太っている
否定感	13.1 (2.45)	10.4 (2.85)	9.6 (2.80)	91.15 ***	ふつう<太っている やせている<太っている
異性意識	10.6 (3.34)	9.0 (2.94)	9.0 (2.34)	19.04 ***	ふつう<太っている やせている<太っている
抵抗感	9.9 (1.98)	9.0 (2.49)	9.4 (2.15)	12.10 ***	ふつう<太っている

上段は平均値、下段()内はS.D

*** p < .001

表7 やせ志向と希望する体型との関連

N=604

	すごくやせたい n=74	やせたい n=319	今のままでいい n=211	F値	群間比較
メリット感	23.6 (4.21)	19.7 (4.30)	16.2 (4.61)	86.44 ***	すごくやせたい>やせたい、今のままでいい
否定感	15.0 (1.38)	12.2 (2.40)	9.4 (2.72)	172.10 ***	すごくやせたい>やせたい、今のままでいい
異性意識	11.6 (3.91)	10.1 (3.00)	8.6 (2.75)	28.54 ***	すごくやせたい>やせたい、今のままでいい
抵抗感	10.1 (2.05)	9.6 (2.00)	8.8 (2.16)	15.10 ***	すごくやせたい>やせたい、今のままでいい

上段は平均値、下段()内はS.D

*** p < .001

せたい」と思っている人は、「メリット感」「否定感」「異性意識」「抵抗感」を強く感じていた。

なお、身長に対する主観的評価、希望する身長については、やせ志向との関連は全くみられなかった。

(2) やせ志向とローレル指数との関連

1) 各学年のローレル指数について

各学年のローレル指数の平均と標準偏差を求めた。ローレル指数は体重 g / 身長cm³で

算出され、100以下をやせ、101~115をやややせ、116~145をふつう、146~159を太っている、160以上を太りすぎとした。結果は、表8に示したように、小学生では、やややせが43.8%と最も多く、中学生ではふつう60.9%と最も多かった。小学生の平均は117.5とやややせであり、中学生の平均は122.6とふつうの体格であった。(表8)

2) やせ志向とローレル指数との関連

やせ志向とローレル指数について明らかにするために、学年全体と小学生および中学生

表8 ローレル指数の人数と平均

N=546

	~ 99 n = 33	100 ~ 115 n = 195	116 ~ 145 n = 282	145 ~ 159 n = 26	160 ~ n = 10	平均
小学生 n = 226	25 (11.1) 94.6 (2.9)	99 (43.8) 107.9 (4.3)	87 (38.5) 127.3 (8.7)	9 (4.0) 151.7 (3.3)	6 (2.7) 178.7 (6.9)	117.5 (17.4)
中学生 n = 320	8 (2.5) 96.0 (2.1)	96 (30.0) 108.9 (4.0)	195 (60.9) 126.9 (7.6)	17 (5.3) 150.9 (3.3)	4 (1.3) 170.4 (10.6)	122.6 (14.1)

上段は人数、()内は% 下段はローレル指数の平均値、()内はS . D

それぞれにおいて相関をみた。

学年全体では、表9に示すように、やせ志向の「メリット感」($r = .10, p < .05$)「否定感」($r = .12, p < .01$)「異性意識」($r = .09, p < .05$)との関連で有意であり、相関がみられた。(表9)学年別にみると小学生では、表10に示すように、やせ志向の体型への「否定感」のみ相関がみられた($r = .19, p < .01$)。(表10)また、中学生では表11に示すように、「異性意識」のみ相関がみられた($r = .11, p < .05$)。(表11)

このことは、ローレル指数が大きくなればなるほど、全体ではやせ志向の「メリット感」「否定感」「異性意識」が有意に高くなり、小学生では自己の体型への「否定感」が、中学生では「異性意識」がそれぞれ有意に高った。

(3) 性的成熟とやせ志向との関連

1) 初潮とローレル指数との関連

性的成熟の指標として、初潮の発来をみると、既潮者は374名(65.3%)であった。初潮とローレル指数との関連を明らかにするためにt検定を行った。初潮については、表12に示すように、既潮者と未潮者に分け、ローレル指数の正常値に分類しその関連をみた。ローレル指数が101~115やややせ($p < .05$)、146~159太っている($p < .05$)の値で、初潮の既潮者と未潮者とで有意差がみられた。(表12)

2) 初潮とやせ志向との関連

初潮とやせ志向との関連を明らかにするためにt検定を行った。

初潮の有無とやせ志向は、表13に示すように、「メリット感」($p < .01$)「否定感」

表9 やせ志向と学年全体のローレル指数との関連

N=615

	ローレル指数
メリット感	0.10 *
否定感	0.12 **
異性意識	0.09 *
抵抗感	0.05

* $p < .05$ ** $p < .01$

表10 やせ志向とローレル指数との関連

<小学生>

N=251

	ローレル指数
メリット感	0.12
否定感	0.19 **
異性意識	0.04
抵抗感	0.10

** $p < .01$

表11 やせ志向とローレル指数との関連

<中学生>

N=364

	ローレル指数
メリット感	0.06
否定感	0.05
異性意識	0.11 *
抵抗感	0.03

** $p < .05$

($p < .001$) に有意差がみられた。このことから、既潮者の方がやせの「メリット感」や

体型への「否定感」が強いことがいえる。(表13)

表12 初潮とローレル指数との関連

N=608

	既潮者 (n=374)		未潮者 (n=234)		t値
	平均	S. D	平均	S. D	
100以下	95.16	2.59	94.91	3.01	0.21
101 ~ 115	109.10	4.20	107.73	4.12	2.29*
116 ~ 145	127.30	7.69	126.34	8.72	0.93
146 ~ 159	151.70	3.29	147.43	0.97	2.20*
160以上	170.57	10.59	180.22	7.36	1.68

* $p < .05$

表13 初潮とやせ志向との関連

N=608

	既潮者 (n=374)		未潮者 (n=234)		t値
	平均	S. D	平均	S. D	
メリット感	19.4	5.02	18.12	4.79	3.12**
否定感	12.14	2.92	10.66	3.02	6.02***
異性意識	9.71	3.22	9.7	3.12	0.07
抵抗感	9.28	2.31	9.63	2.21	1.89

** $p < .01$ *** $p < .001$

考 察

本研究の目的は、やせ志向の構成概念を明らかにし、作成した「やせ志向尺度⁴⁾」を用い、やせ志向とそれに関連すると思われる情緒的サポートとの関係、またやせ志向と実際の体型との関連、さらに初潮との関連について検討した。

1. やせ志向と関連する要因

やせ志向に関連する要因として、情緒的サポートの発達過程と、やせ志向との関係について述べる。

(1) 情緒的サポートの発達過程

ソーシャル・サポートは、「ふだんから自分を取り巻く重要な他者に愛され大切にされており、もし何か問題が起こっても援助してもらえらという期待の強さ⁷⁾」を測る尺度である。つまり、実際に受けた援助ではなく、さ

まざまな場面において、サポートを受けられるという主観的な認知である。

家族からの情緒的サポートは、年齢とともに下降傾向であり、中学3年生が最も低かった。これは家族からのサポートの内容に変化はなくても、自我の高まりとともに、サポートを受ける側の受け止め方によってその主観的な認知が変わっていくと考えられる。家族とくに親子関係は、思春期を境に大きく変化する。マラー⁹⁾は、乳幼児が母子一体的な共生段階を経てそれを脱皮し、母親から分離していく現象を「分離 - 個体化期」と呼んだ。プロスは、親から精神的に離れ自我を確立していく青年期に応用して「第2の分離 - 個体化」とし、そのプロセスを平井は、「分化期」「練習期」「再接近期」「個体化期」「親を全体対象として、とらえる時期」の5段階について説明している。10~12歳の「分化期」は、

二次性徴が発現する前の段階とし、児童期の親の保護や愛情に依存していた自分から、身体の急激な変化に伴う自己イメージの変化、自我の目覚めが経験される。

12～15歳の「練習期」は、勉強や学校の規則の遵守を指導されるものの自主性をもって動くことが許され、また望まれる時期である。自らの行動範囲が広がり、家族以外の人々とのかわりによって、親との区別や自分なりの価値観が徐々に出来上がり分離を支えていくことになる。このような強まった自我の意識や独立心のため、親のしつけや期待といった束縛が窮屈となり、親や社会への批判や反抗を徐々にはじめる。しかし、それと平行して、受験勉強や友人関係などのストレスから、母親に甘えや依存を求めて、不安定な自己を支えようとすることも多くなる時期である。また、親の庇護から飛び立とうとする一方、依存心もつよく、相反する心理状態が共存し、葛藤する時期でもある。

このような思春期の特徴から、思春期は、親のサポートが期待する内容と違ったり、時には過剰に、または不足に感じたりと、認識の違いやタイミングの関連により低下していくのではないかとと思われる。

一方、友人からの情緒的サポートは、年齢による発達的变化はみられなかった。友人関係も家族との関係と同様、思春期を境に変化し、遊び仲間から、特定な親友という形にシフトしてくる。そのつきあい方も親密になっていく。また、親からの分離は期待と不安があり、時には孤独を感じる体験である。その体験を共有し、一緒に歩いていくのが友人であり、親からの心理的自立を進める上で、重要な役割を果たすことになる。しかし、青年期における友人とのつきあい方は、親子関係や教師と生徒の関係と違って、友人関係は対等な関係である。どちらかが一方的に支えたり、配慮してくれる関係ではない。そのため、友人とどのように付きあえばよいか迷っている青年もいる。¹¹⁾中学生では「みんなと同じようにしようとするつきあい方」や「誰とも仲良くしていきたいというつきあい方」が多くみられると述べている。¹¹⁾また、岡安・嶋田・坂野¹²⁾は、中学生におけるソーシャル・サポート

の学校ストレス軽減効果においては、友だちサポートは母親サポートに次いで高く期待されているが、他のサポート源と比べてあまり有効でないとしている。

これらより、小学生、中学生の段階では、人間関係の中心は親子関係であるため、家族からの情緒的サポートの認知度は高いが、友人との人間関係の構築は発達途上であることを踏まえると、その認知度は低いのではないかと考える。

(2) やせ志向との関連

情緒的サポートとやせ志向との関連では、家族からの情緒的サポートと体型への「否定感」と関連のみに有意な関係が見られた。「否定感」は、「自分のスタイルに自信がない」「自分の体（腕、足、尻など）で気に入らないところがある」という自己の体型に対する不満感などの否定的な感情である。思春期は、二次性徴を迎え、自己の身体に意識が向うことにより、自分の体型に敏感になっていく。同時に人からどう見られるかといった他者の目に映る自分を基準にして自己を評価することになる。また、女子にとって親とくに母親は一般に最も身近な同性であり、プラスにするマイナスにしる一つの生き方モデルである。¹³⁾その同性モデルとして伊藤¹⁴⁾は、母親像や父親像について、一般に心理的離乳に伴ない否定的になってくるが、そのことが自分の身体への満足度と結びついていくと述べている。すなわち思春期は、急激な身体発育と性的成熟によって、自分の身体を強く意識し始め、急速に身体への関心が高まってくる時期である。それによって、自分が女性であることを認知していき、受け入れていくことになる。その過程で、自己の体型を評価していく際に、親との関係や両親の夫婦関係のあり方が関係してくると思われる。本研究で、親からの情緒的サポートの認知が低いと、自分の体型に否定感を持ちやすいという結果を得たことは、親子関係のあり方を表わしているといえよう。

2. やせ志向と体型

やせ志向と体型および性的成熟として初潮との関連について述べる。

(1) やせ志向と体型

自己の体型をどうとらえているかという主観的な評価と、希望する体型について検討した。自己の体型をどうとらえているかという主観的な評価は、中学生、小学生ともに約半数近くが「太っている」と評価していた。実際のローレル指数と比較すると、小学生で8割、中学生で9割が、「やややせ」または「ふつう」の範囲であった。希望する体型は「すごくやせたい」「やせたい」を合わせると、中学生の約7割、小学生の約6割が、現在の体型より「やせたい」と希望し、ふつうの体型でありながら太っていると認識している。これは及川¹⁵⁾、片山・松橋・清水¹⁶⁾の研究結果からも、女子の半数が「太っている」と評価し、60.3%が「やせたい」と答えており、本研究と一致していた。

次に、やせ志向と主観的な評価および希望する体型との関連では、やせ志向の「メリット感」「否定感」「異性意識」「抵抗感」のいずれの項目とも強い関係がみられた。このことは、やせ志向と体型が密接に関連していると考えられる。

学年全体のローレル指数とやせ志向との関連では、「メリット感」「否定感」「異性意識」に関連があり、特に小学生では「否定感」に、中学生では「異性意識」にそれぞれ関連がみられた。

小学生に体型への「否定感」と関連がみられたのは、思春期の始まりの低年齢化をあげることができる。前思春期にあたる小学校3～4年生頃から、二次性徴は発現しなくても、すでにホルモン分泌などの前駆的变化は開始している。5～6年生ともなると、女子では身長伸びが最大になり、飛躍的に成長する時期になる。抽象概念の操作が可能になるなど認知機能の発達も相まって、自己を対象化し始める時期ともいえることから、変化していく自分の体型に対して否定的な感情をもつと考えられる。

一方、中学生は、「異性意識」と関連がみられた。この場合も、思春期女子は、身体

發育や性的成熟を反映して、性的成熟の受けとめ方や異性への関心に関係してくることが考えられる。

これらより体型への「否定感」「異性意識」は、やせ志向の背景として重要な因子であると考えられる。

(2) やせ志向と初潮との関連

性的成熟の指標の一つとして、初潮の有無について検討した。わが国での平均初潮年齢は12.3歳である。初潮発来前の1～1年半ころから、身長や体重が急速に増加する12歳の段階で約6割が初潮を経験し、14歳までには9割を越える¹⁸⁾。本研究では、小学生と中学生合わせて65.3%が初潮を経験しており、平均に比して少ない傾向であった。

やせ志向と初潮との関連は、未潮者に比べて既潮者の方に、「否定感」「メリット感」に強く関係がみられた。初潮とやせ願望の関連では、池永・切池・岩橋が、小学4年生から中学3年生までを対象にした調査で、やせ願望は年齢が高くなるにつれて高率になっており、また初潮前後で比較すると、初潮前では53%であったのが、初潮後では76%と有意に増加していると報告している。Simmons et al.,²⁰⁾は、既潮者の特徴を、自己の身体に対する意識、すなわちボディイメージは高まっており、体型満足度は高いが、身長と体重の満足度は低く、身長と体型への関心が高くなっていると述べている。一般に、初潮に対する典型的な情緒的反応は、ポジティブな感情とネガティブな感情の両方を含むアンビヴァレントなものであるといわれる。つまり、初潮は成長した証やおとなの女性の仲間入りなど肯定的な感情である反面、月経は、身体への苦痛や不快感が多く、また生活上の制限が加わるなど、否定的な経験として受けとめられることが少なくない。さらに、初潮や月経にはこのような感情的側面だけでなく、Simmons et al.,²¹⁾が指摘しているように、身体意識を高め、異性への関心や関係を変え、親からの独立を促すことと関連していると述べている。

これらより、性的成熟がもたらすこのような変化が、体型への「否定感」に関係しているのではないかと考える。

一方、「メリット感」と初潮との関連は、初潮を迎えたということが、おとなの仲間入りをしただけでなく、生殖機能の発達した女性というカテゴリに属することになる。それにより日常のさまざまな場面で、性的存在としての自己を自覚することになり、丸みを帯びた体型になることよりも、逆にやせていることが女性としての魅力²³⁾をアピールすることにつながると考えられる。

これらのことより、社会的風潮として、「やせている」ことに女性の魅力の価値が置かれていることを、すでに低年齢の子どもたちは受入れているといえよう。

おわりに

本研究は、作成した「やせ志向尺度」を用いて、やせ志向と関連するいくつかの要因との関連について検討し、以下のことが明らかにされた。

1. やせ志向と関連すると思われる要因として、「家族からの情緒的サポート」「友人からの情緒的サポート」が考えられ、発達の变化がみられたのは、「家族からの情緒的サポート」であった。
2. やせ志向と関連があった要因は、「家族からの情緒的サポート」であった。親からの情緒的サポートの認知が低いと、自分の体型に対して「否定感」をもちやすい。
3. 自分の体型の主観的評価と希望する体型にはギャップがあり、それがやせ志向の「否定感」「異性意識」と関連していた。
4. 初潮の既潮者の方に、やせ志向の「否定感」「メリット感」との関連がみられた。

謝辞

本研究をまとめるにあたり、調査に快く応じてくださった小学生、中学生のみなさん、ご多忙中にもかかわらず、調査項目のご検討、調査用紙の配布と回収を引き受けてくださった5校の校長先生方をはじめ諸先生方に厚くお礼を申し上げます。

引用・参考文献

- 1) 丸野俊一 児童・青年期における自己と社会 小嶋秀夫・三宅和夫 発達心理学 放送大学教育振興会, 1999; 94-115.
- 2) 青木紀久代 肥満とやせ 久世敏雄・斎藤耕二 青年心理学辞典 福村出版2001: 99.
- 3) 佐藤勝利 青年期の人間関係 堀の内敏(編著) 青年心理学, 福村出版, P1983; 84.
- 4) 池田かよ子 思春期女子のやせ志向 - 自尊感情および情緒的サポートとの関連 - 聖徳大学大学院修士論文要旨集, 平成16年度; 6: 264-267.
- 5) Barrera, M., Jr. Distinction between social support concepts, measures, and models. American Journal of Community Psychology, 1986; 14: 413-445.
- 6) 金子隆芳・台利夫・穂山貞登 多項目心理学事典 教育出版, 1996; 58, 116.
- 7) 久田 満・千田茂博・箕口雅博 学生用ソーシャル・サポート尺度 2002 堀洋道(監)松井豊(編) 心理測定尺度集 サイエンス社, 1989; 44-46.
- 8) 深谷和子 小学生に増える「痩せ願望」 - ストレスとの関連か - Kellogg's Update 61, 日本ケロッグ株式会社, 2002.
- 9) マーラー, M.S. 高橋雅士(訳) 1981 乳幼児の心理的誕生 黎明書房, 1975.
- 10) 平井誠也(編) 青年心理学要論 北大路書房, 1989.
- 11) 落合良行・佐藤有耕 青年期における友達とのつきあい方の発達の变化 教育心理学研究, 1996; 44: 55-65.
- 12) 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果 教育心理学研究, 1993; 41: 302-312.
- 13) 岡本佑子・松下美智子編 女の子から女性へ - 思春期 新・女性のためのライフサイクル心理学, 2002; 64-125.
- 14) 伊藤裕子 青年期における性役割観の形成 風間書房, 2001; 1-48.
- 15) 及川研 子どものダイエット 児童心理, 2002; 56: 106-112.
- 16) 片山美香・松橋有子・清水凡生 思春期の身体意識度に関する発達の研究 思春期学, 2001; 19: 105-114.
- 17) 高石恭子 思春期の成長における危機 - つまづきと迷い 真仁田 昭・深谷和子・

- 有村久春・沢崎達夫 児童心理, 2000 ; 54-58 .
- 18) 齋藤益子・木村好秀 思春期女子の性機能 思春期学, 2004 ; 22 : 221-226 .
- 19) 齋藤誠一 青年心理へのアプローチと課題
落合良行・伊藤裕子・齋藤誠一 ベーシック現代心理学 青年の心理学 (改定版) 有斐閣, 2002 ; 31-35 .
- 20) 池永桂司・切池信夫・岩橋多加寿他 小学生および中学生におけるやせ願望について 臨床精神医学, 1993 ; 22 : 1455-1461 .
- 21) Simmmmons,R.G.,Blyth, D.A.&Mckinney,K.L. The social and psychological effects of puberty on white females. In J.Brooks-Gunn&A.C. Petersen(Eds.), Girls at puberty:Biological and psychosocial perspectives. New York:Plenum Press. 1983 ; 229-272.
- 22) Brooks-Gunn,J. Pubertal processes: Their relevance for developmental research. In V. B. Van Hasselt, & M. Hersen (Eds.), Handbook of adolescent psychology. Pergamon.1986 ; 111-130 .
- 23) 馬場安希・菅原健介 好青年における瘦身願望についての研究 青年心理学研究, 2000 ; 48 : 267-274.