

# 大学生のボディイメージと精神保健（その1）

## －健康群・半健康群の比較研究－

南 里 裕 美・香 川 香  
大 槻 奈 穂・原 田 剛 志

### 【はじめに】

ボディイメージは、日常生活においてわれわれがあまり意識しない領域である。しかし、ボディイメージがわれわれの精神発達や人格、自己概念、適応といった問題と密接な関係があるということ Schilder (1935) や Fisher ら (1958) の研究をはじめとして、これまでも取り上げられてきた。

ボディイメージの概念は、現在まで確立された定義があるとはいいたいが、本研究では、ボディイメージを単なる身体の問題ではなく、自己概念・身体概念として深く人格に関わる現象であり、身体を媒介にした適応や精神的健康の問題に関わっているものとして捉えたいと思う。そして、発達課題上、いろいろな問題や心身の悩みを抱えるものが多いと推測される大学生を対象にボディイメージと精神的健康の問題との関連について検討した結果を報告する。

### 【目的】

#### 1. 対 象

大阪府下の4年制大学に在籍中の大学生168名（男子120名、女性48名）を対象とした。本研究の目的と方法を説明したのち、調査協力の同意を得た者のみを対象とした。

#### 2. 調査内容

精神的健康度を調べるために、葉賀 (1988)

によって作成された KDCL (Kyoto Depression Check List) の短縮版を使用した。KDCL の短縮版は、身体症状・精神症状の27項目から構成されている。これを解析することによって、対象を健康群と半健康群とに判別した。ここで健康群に対して半健康群としたのは、諸症状があっても大学などに通学しているような状態を予防医学や心身医学の立場では半健康 (東洋医学における未病) と呼んでいるためであり (今西、2001)、その名称を用いることにする。

ボディイメージについては、ボディイメージテスト [HABIT (Haga body image test)] を用いた。HABIT は葉賀 (1988) によって作成されたボディイメージテストで、身体の形態的な面と機能的な面に関する50項目の質問から構成されており、5段階評価法による自己評定尺度である。因子分析の結果から、第1因子から第5因子までを採用し、それを本研究で用いる尺度とした。すなわち、1) プロポーション、2) 内臓機能、3) 一般的健康、4) 性的成熟・魅力、5) 容貌・毛髪の5尺度である。これらの5因子を下位尺度として用いることによって、被験者のボディイメージに関するプロフィールを描き出すものである。

#### 3. 調査方法

以上の質問項目からなる調査用紙を調査協力の同意を得た者に対して配布し、その場で回収した。いずれも自己記入によった。

KDCL によって判別された健康群と半健康群そ

それぞれの HABIT の 5 尺度を比較し、統計的有意差を t 検定によって求め、精神的健康度とボディイメージとの関連について分析と考察をおこなった。

## 【結果】

### 1. KDCL による判別結果

KDCL (短縮版) を数量化Ⅱ類の技法によって健康と半健康群の 2 群に判別した結果を表 1 に示した。対象者 168 名のうち健康群は 96 名 (男性 72 名、女性 24 名)、半健康群は 72 名 (男性 48 名、女性 24 名) であった。

表1. KDCL による判別結果

	健康群	半健康群	合計
男性	72 (60.0)	48 (40.0)	120 (100.0)
女性	24 (50.0)	24 (50.0)	48 (100.0)
合計	96 (57.1)	72 (42.9)	168 (100.0)

( )内は%

### 2. KDCL による判別結果と HABIT の結果

KDCL による判別結果と HABIT の 5 尺度ごとの平均値と標準偏差をクロス集計し、表 2 に示した。

表2. KDCL による2群の HABIT 下位尺度の平均値・標準偏差及び群間の差

	健康群(n=96)	半健康群(n=72)	t-test
プロポーション	2.97 (0.91)	2.64 (0.83)	*
内臓機能	3.49 (0.76)	3.27 (0.68)	+
一般的健康	2.97 (0.73)	2.73 (0.70)	*
性的成熟・魅力	2.98 (0.74)	2.64 (0.71)	**
容貌・毛髪	2.94 (0.68)	2.79 (0.72)	n.s

+...p<.10\*...p<.05\*\*...P<.01n.s...有意差なし

その結果、プロポーション、一般的健康、性的成熟・魅力の尺度において半健康群に比べ健康群で高い値を示しており、有意な差が認められた ( $p<.01$ ,  $p<.05$ )。また、内臓機能については、やはり半健康群に比べて健康群で高く、

有意な差のある傾向が認められた ( $p<.10$ )。5 尺度のうち、容貌・毛髪については唯一有意な差は認められなかった。

### 3. HABIT 下位尺度における男女別結果

さらに、KDCL による判別結果と HABIT の 5 尺度ごとの平均値と標準偏差を男女別にクロス集計した結果を、それぞれ表 3、4 に示した。

表3. HABIT 下位尺度の平均値・標準偏差及び群間の差の検定(男性)

	健康群(n=72)	半健康群(n=48)	t-test
プロポーション	2.84 (0.84)	2.64 (0.78)	n.s
内臓機能	3.50 (0.77)	3.08 (0.67)	**
一般的健康	2.88 (0.70)	2.59 (0.68)	*
性的成熟・魅力	2.81 (0.61)	2.51 (0.61)	**
容貌・毛髪	2.86 (0.60)	2.58 (0.56)	**

+...p<.10\*...p<.05\*\*...P<.01n.s...有意差なし

表4. HABIT 下位尺度の平均値・標準偏差及び群間の差の検定(女性)

	健康群(n=24)	半健康群(n=24)	t-test
プロポーション	3.35 (1.03)	2.65 (0.92)	*
内臓機能	3.45 (0.74)	3.45 (0.67)	n.s
一般的健康	3.27 (0.77)	3.00 (0.68)	n.s
性的成熟・魅力	3.46 (0.88)	2.90 (0.84)	*
容貌・毛髪	3.19 (0.85)	3.23 (0.81)	n.s

+...p<.10\*...p<.05\*\*...P<.01n.s...有意差なし

男女別にみても、女性ではプロポーションと性的成熟・魅力の尺度に有意差がみられ ( $p<.05$ )、半健康群に比べて健康群で高い値を示した。その他の尺度では、有意差は認められなかった。一方、男性ではプロポーションを除く内臓機能、一般的健康、性的成熟・魅力、容貌・毛髪のすべての尺度で有意差がみられ ( $p<.05$ ,  $p<.01$ )、半健康群に比べて健康群で高い値を示した。

## 【考察】

本研究では、ボディイメージを身体を媒介

にした適応や精神的健康の問題にかかわるものとして捉え、健康群と半健康群の2群に分けて比較検討した。その結果について、HABITの下位尺度ごとに、そして上述の結果より男女差が重要であると考えられたので、男女差を考慮に入れながら考察を加えていきたいと思う。

### (1) プロポーシオン

プロポーシオン尺度では、女性のみ有意差がみられ、健康群に比べ、半健康群で得点が低かった。これは半健康群でのプロポーシオンに対する評価が、負の価値観と結びついていると考えられる(秋山、1987)。プロポーシオンに関しては、男性に比べ女性のほうが気にする傾向があるものと考えられる。岸川ら(2003)も指摘しているように、若い女性は、男性に比べても自己の体型を過大評価し、やせていなければ美しくないという信念をもたされている。そのような中で、プロポーシオンに対する評価の低さは、自己評価の低さやそのことに由来すると考えられる抑うつ感に結びついてくると考えられる。本研究で得られた結果は、社会的な風潮に大きく起因するものと考えられる。

### (2) 容貌・毛髪

プロポーシオンと同じく見た目に関連している容貌・毛髪尺度では、女性では有意差はみられず、男性のみ有意差がみられた。見た目に関連した両尺度で男女差がみられた理由として次のことが推測される。

プロポーシオンは容易に変化させることはできないが、容貌については、女性のほうが化粧や衣服などのファッションによって、また毛髪については、美容室を利用することで、思い思いの髪型やカラーリングが可能であり、容易にさまざまに変化をつけることができるといえる。男性においても、近年ファッションも幅が広がり、髪型を変えたりカラーリングが可能になり

つつあるが、それでも女性に比べると手段が少なく、容貌を自分の思ったように“良く”みせることが難しいものと考えられる。その結果、男性にとっては自身の容貌そのものが女性に比べて、負の価値観に結びつきやすいのではないかと考えられる。

### (3) 内臓機能と一般的健康

内臓機能と一般的健康の尺度についても、容貌・毛髪尺度と同様、男性のみ有意差がみられた。両尺度に表されているような身体的健康は、女性よりも男性に対して労働の担い手として従来から言われてきた“男性らしさ”を象徴するものとして、社会的にも求められているものと考えられる。したがって、身体的な不調が、女性よりも男性にとって負の価値観と結びつきやすく、その結果として身体的健康度すなわち病気をしないことが男性の精神的健康度にも影響を及ぼしているものと考えられる。

### (4) 性的成熟・魅力

性的成熟・魅力尺度は、男女ともに有意差がみられた。大学生年代に相当する青年期後期の発達課題として、これまで以上に異性との関係が重要になってくること、そして異性から自分がどのように評価されているかということに対する自己評価や満足感が精神的健康にも影響を及ぼしていると考えられる。同時に、この時期の青年にとって、性的成熟度に対する評価が、みずからの女性性や男性性といった性的役割をどの程度受容することができているか、といった問題にも関連していると考えられ、その性同一性の獲得如何が青年期の精神的健康度に影響を及ぼしているものと推察される。

以上本研究で示したように、ボディーイメージは、単なる身体の問題にとどまるものではなく、身体概念として適応や精神的健康とも関わりのある概念であることが示唆された。それは、

いわばこころとからだの中間に位置する概念なのかもしれない。大学生の精神保健を考えるにあたって、彼らの身体に関連した訴えを単なる身体の問題として片付けてしまうのではなく、こころの問題にも通じるものとして援助していくことが必要であると考えられる。今後は、青年期に限らず、中年期や更年期、老年期など年齢の幅を広げてボディーイメージと精神的健康との関連についての研究を進めていきたい。

## 【まとめ】

ボディーイメージを身体を媒体にした適応や精神的健康の問題にかかわるものとして捉え、健康群と半健康群の2群に分けて比較した。

1. 大学生のボディーイメージと精神的健康とは関連があることが明らかとなった。
2. ボディーイメージは、男女間でばらつきがあることが示唆された。つまり、発達途上にある青年にとってはボディーイメージがどのように精神的健康の問題に関わっているのかは男女で異なっているものと考えられる。その背景には、その社会や文化における価値観といった社会的要因も絡んでい

ることが示唆された。

3. 青年期では、その発達課題上、異性との関係が重要になってくることから、それに関連した自己評価や満足感が特に精神的健康度に影響を及ぼしていることが示唆された。

## 文 献

Fischer S, Cleveland SE. 1958 Body Image and Personality. Van Nastrand.

葉賀弘 1988 うつ病チェックリスト (KDCL) の作成とその臨床的応用に関する研究京都府立医科大学雑誌, 97, 125-141

今西二郎 2001 未病の概念別冊医学のあゆみ「未病の医学」, 1-5

岸川雄介他 2003 女子高校生のボディーイメージに関する実証的研究—摂食態度・自己概念との関係から—心療内科, 7 (4), 350-354

Schilder. P The image and appearance of the human body (秋本辰雄、秋山俊夫編訳身体心理学：身体のイメージとその現象 星和書店 1987)