

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書 (Web 公開用)

申請者 (ふりがな)	神崎由奈美 (かんざき ゆなみ)
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	人間科学研究科修士課程 1 年
発表年月 または事業開催年月	2024 年 9 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	認知・行動療法学会
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	神崎由奈美
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	共食の充実度とダイエット行動, ACT の変数の関連
発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)	
<p>【問題と目的】摂食障害患者に共通して見られる行動である過度なダイエットに関して、アクセプタンス&コミットメント・セラピー (Acceptance and Commitment Therapy : 以下, ACT) による介入研究が行われている。また、外見や体重に価値を置く自己評価の信念は、過度なダイエット行動と正の相関を持つことが示されている (松本, 1996)。一方で、誰かと共に食事をする共食について楽しいと感じることや共食中会話が多いなど、充実度の高い共食の機会が増加するほど、ダイエット行動が抑制されることが明らかになっている (千須和也, 2014)。したがって、過度なダイエット行動など摂食行動の異常の改善や予防に対し、充実度が高い共食の活用が有効であると考えられる。上記を踏まえ本研究では、家族や友人との食事において、共食の充実度の高さと、ダイエット行動、自己評価の信念、ACT のコアプロセスとの関連を検討することを目的とする。</p> <p>【方法】早稲田大学の大学生、大学院生 159 名を対象に調査を実施した。調査材料は、①フェイスシート②共食の質尺度 (大村他, 2018) ③体型や食事に関する信念尺度 (松本他, 2001) ④ダイエット行動尺度 (松本, 1995) ⑤日本語版 Acceptance and Action Questionnaire-II (嶋他, 2013) ⑥日本語版 Cognitive Fusion Questionnaire (嶋他, 2016) ⑦気分調査票の第一因子と第二因子 (坂野他, 1994) を用いた。【結果】各変数間での順位相関分析の結果、非構造的ダイエットと、家族との共食充実度および、友人との共食充実度との間に有意な相関は示されなかった。また、自己評価の信念と家族との共食充実度および、友人との共食充実度の間にも有意な相関は示されなかった。その一方で、AAQ-II, CFQ と家族との共食充実度および、友人との共食充実度、さらには自己評価の信念の間には有意な相関が示された。目的変数を非構造的ダイエット、説明変数を家族との共食充実度および友人との共食充実度、調整変数を AAQ-II とした重回帰分析を行った結果、目的変数を非構造的ダイエット、説明変数を家族との共食充実度と、AAQ-II とした場合、家族との共食充実度は非構造的ダイエットを有意に正に予測したが ($b = .116, p < .05$), AAQ-II は非構造的ダイエットを有意に予測しなかった ($b = .076, p = .148$)。また、交互作用は有意ではなかった ($b = .004, p = .411$)。目的変数を非構造的ダイエット、説明変数を友人との共食充実度と AAQ-II とした場合、友人との共食充実度は非構造的ダイエットを有意に予測せず ($b = .116, p = .172$), AAQ-II も非構造的ダイエットを有意に予測しなかった ($b = .061, p = .262$)。また、交互作用も有意ではなかった。 ($b = .000, p$</p>	

=.971)。目的変数を非構造的ダイエット，説明変数を自己評価の信念，CFQとして重回帰分析を行った結果，自己評価の信念は非構造的ダイエットを有意に正に予測したが ($b = .363, p < .01$)，CFQは非構造的ダイエットを有意に予測しなかった ($b = -.035, p = .451$)。また，交互作用も有意ではなかった ($b = -.012, p = .114$)。

【考察】本研究の結果より，共食の充実度と非構造的ダイエットには有意な関連がないことが示された。また，共食の充実度と非構造的ダイエットの関係において，AAQ-IIの調整効果がないことが明らかとなった。さらに，自己評価の信念と非構造的ダイエットの関係において，CFQの調整効果がないことが示された。一方で，AAQ-II，CFQは，共食の充実度，自己評価の信念，構造的ダイエットと有意な関連を持ち，構造的ダイエットは非構造的ダイエットと有意な関連を持つため，ACTのコアプロセスが共食の充実度とダイエット行動の関係を媒介している可能性があり，今後の検討課題とされた。

※無断転載禁止