

中国大学生におけるダイエット行動に関連する心理・社会的要因についての検討

○呉媛靖¹・上市秀雄²

¹筑波大学大学院システム情報工学研究群・²筑波大学システム情報系

背景

- 現代社会は、男女ともに、やせていることが賞賛されると考える傾向がある(王, 2018)
- 中国の調査では、7割以上の大学生はダイエット経験があり、その中約9割は食事制限をしたことがあった(人民日報, 2019)
- 極端な食事制限を行うことは、身体または心理の健康に様々な悪影響を与える恐れがある(中井, 2002)

ダイエットに悪影響を及ぼす要因を解明する必要がある

目的

- 異なる性別や体型の大学生のダイエット行動に影響を及ぼす要因を検討
- 外的要因、個人特性、身体意識、個人属性・経験の4つの側面から、それぞれの要因とダイエット行動との関連性を考察

方法

● 調査対象者

中国地方部にある大学の中国大学生510名(男性69名, 女性441名, 平均年齢19歳)を対象に, 2021年11月上旬にWeb調査を実施した

● 質問項目

(1) 外的要因

- メディアプレッシャー(Chen et al., 2012) 6項目
“テレビと雑誌からのプレッシャーを感じて、完璧な容姿や容貌が欲しい”
- 社会文化プレッシャー(Chen et al., 2012) 6項目
“家族から自分の容姿や容貌を変えなければいけないというプレッシャーを感じる”

(2) 個人特性

- ファッションへの関心 1項目 “ファッションへの関心の程度はどのくらいでしょうか”
- 自尊感情(Rosenberg, 1965) 6項目 “私にはけっこう長所があると感じている”
- 自己意識(菅原, 1984) 15項目 “自分が他人にどう思われているのか気になる”
- 異性意識(鈴木, 2001) 5項目 “異性がそばにいとドキドキする”

(3) 身体意識

- 自分の体型評価 1項目 “自分の体型についてどう思うか”
- やせ願望 1項目 “もっと痩せたいと願いがあるか”
- 身体満足度(鈴木, 2001) 3項目 “自分の身体が好き”

(4) 個人属性

- 性別、体重と身長を求め、
- 経験 BMI(Body Mass Index=体重(kg)/身長(m)²)を算出
(BMI18.5未満をやせ群, BMI24.0以上を肥満群, その他を標準群)
- ダイエット経験 1項目
“あなたはダイエットする経験があるか”
- ダイエットの接触頻度 1項目
“ダイエットに関連する記事や製品に触れるか”

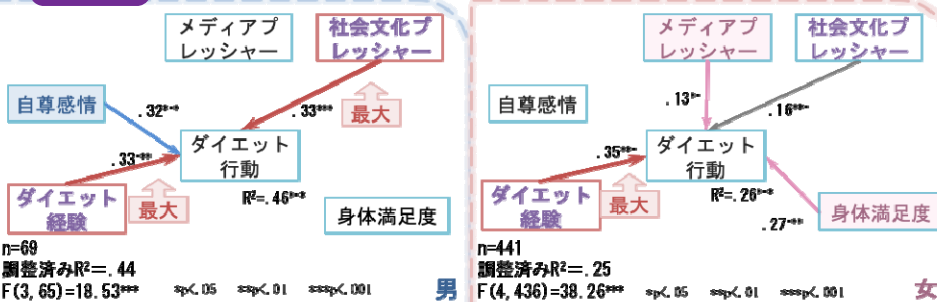
(5) ダイエット行動

- (山蔦ら, 2009) 6項目
“食べる量を極端に少なくしている”

➡ 各項目は5段階で評定した(1:あてはまらない~5:あてはまる)

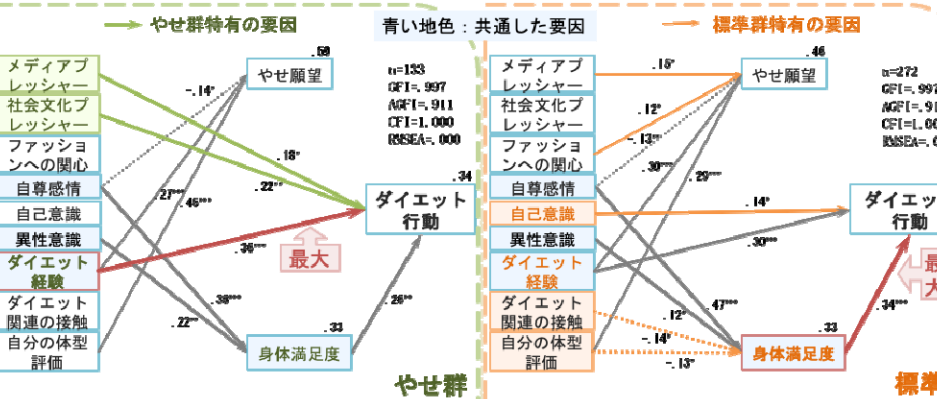
結果

● 男女による関連性の差異

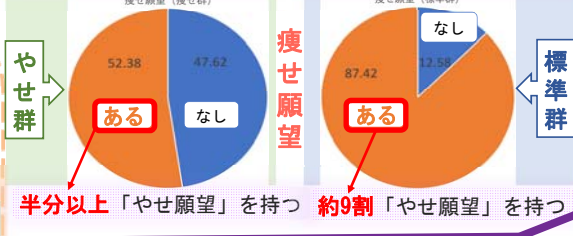
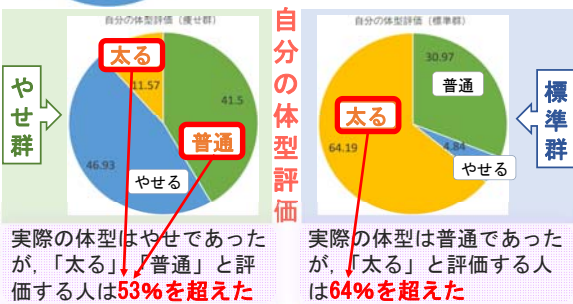
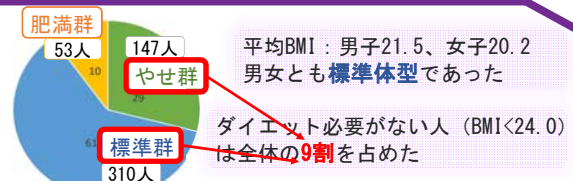


- 男女問わず共通して影響を及ぼした要因は、社会文化プレッシャーとダイエット経験であった
- 男女差については、自尊感情が男性のダイエット行動に影響し、メディアプレッシャーと身体満足度が女性のダイエット行動に影響する

● 体型による関連性の差異



- やせ群、標準群に共通して、自尊感情と異性意識が身体満足度を介して、ダイエット行動に影響する。ダイエット経験は直接ダイエット行動に影響している。
- やせ願望はダイエット行動と明確な関連性はなかった
- 体型別差については、メディアプレッシャーと社会文化プレッシャーがやせ群のダイエット行動に影響し、自己意識、ダイエットの接触と自分の体型評価が標準群のダイエット行動に影響する



考察

- 過去のダイエット経験は大学生のダイエット行動への影響が大きい
 - 大学生は自分を太っていると評価する傾向があり、自分の体型について、他人からの評価を気にする。よって、
- 自分を否定しないような教育が求められる
特にやせた人に対しては、メディアから感じる瘦身プレッシャーを防ぐために、メディアリテラシー教育が必要である

引用文献
・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.
・山蔦圭輔・中井義勝・野村忍(2009). 食行動異常傾向測定尺度の開発および信頼性・妥当性の検討. 心身医学, 49(4), 315-323.
・Chen, H., & Jackson, T. (2012). Gender and age group differences in mass media and interpersonal influences on body dissatisfaction among Chinese adolescents. Sex Roles, 66(1-2), 3-20.