

2020年度 若手・女性研究者奨励金 レポート

研究課題	思春期・青年期の摂食障害発症リスクの 共通性と個別性 —発達段階で一貫した予防モデルの構築—
キーワード	①摂食障害、②予防、③発達段階によるリスクの異同

研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏名	タケベ マサヤ 武部 匡也	所属等	立正大学 心理学部 助教
プロフィール	好発期とされる大学生年代の摂食障害予防研究を実施している。摂食障害の発症リスクを心理社会的要因から検討し、それらを低減させるプログラムを提供している。本研究課題では、大学生よりも前の段階（中高生）で予防を提供し、早期発見・予防の基礎研究となることを目指した。今後は、大学生アスリートといった特定のリスクが高い集団を対象に研究を進める構想を練っている。		

1. 研究の概要

当該研究の目的は、申請者が女子大学生を対象にして構築してきた摂食障害の統合的予防モデルを、思春期にあたる女子中高生まで適用範囲を広げて、各発達段階の共通性と個別性を明らかにすることであった。まず共通性を明らかにするために、女子中学・高校・大学生を対象に質問紙調査を行い、発達段階で一貫した統合的予防モデルが構築できることを示す。そして、各発達段階の個別性を明らかにするために、食行動異常に最も強い影響を及ぼすリスク要因をそれぞれの発達段階で特定する。

各発達段階の共通性が明らかになることによって、現在女子大学生で有効とされている摂食障害予防プログラムが女子中高生に対しても適用できる可能性を示せる。また、個別性が明らかになることによって、女子大学生で有効であったプログラムをそのまま女子中高生に適用するのではなく、女子中高生のリスク要因に合わせた摂食障害予防プログラムの開発に貢献できる。

2. 研究の動機、目的

申請者は、摂食障害予防研究の最先端をいく研究者である Eric Stice 博士と連携しながら、予防プログラムを本邦に導入するための研究を実施してきた。女子大学生（青年期）を対象にプログラムを実施してきた中で、家族や友人、メディアからの悪影響が参加者から報告されてきた（例：小さい時から家族に「脚が太い」と言われてきた＝体型に対する不満の高まり）。それは、女子大学生の時ではなく、中学生や高校生時における体験の語りが頻出していた。申請者は、その多さに驚くとともに、思春期の女性ならではの体型や体重に対するこだわりや周囲からの評価の敏感さを感じてきた。

申請者は、「**摂食障害の予防は、その成否を決める上で中高生年代（思春期）が大きな分岐点となる**」とプログラムの実践経験から感じた。実際に、海外の研究では思春期年代（13-16歳）で発症リスクが高まることが指摘されており（Rohde et al., 2015）、上記の体験は実証的にも支持されている。思春期年代からの予防に取り組むため、本研究では中学生・高校生・大学生を比較し、その共通性と個別性を明らかにすることを目的とした。

3. 研究の結果

新型コロナウイルス感染症の影響で、実地での調査を行うことができず、大幅なスケジュールの変更を迫られた。調査データの収集と分析が遅れてしまったため、現時点で完了している作業について記述する。

女子中学生・高校生・大学生のそれぞれの発達段階で300名のデータを収集し、全体で約900名のデータを揃えることができた。そのデータを分析した結果、女子中学生・高校生・大学生に共通した予防モデルを適応することが可能となった。つまり、女子大学生で有効とされた予防プログラムが女子中学生・高校生の年代でも適用できる可能性を示唆した。今後は、この研究知見を基にして、女子中学生・高校生に対して予防プログラムを実施し、実際に摂食障害の発症リスクを低減できるか確認していきたい。

また、各発達段階の個別性については、今回のデータでまだ未検討の部分である。各年代で特に高いリスクがある場合には、そのリスクを重点的に予防プログラムの中で扱うなど、よりプログラムを洗練させていくことも視野に入っている。今後の課題として残っているため、より詳細なデータの分析をしていきたい。

4. 研究者としてのこれからの展望

私は、個人で実施する研究の限界を感じています。個人レベルでは小規模の研究に留まり、介入技術を開発しても、それを安心して届ける・受けるまで至らず、普及がなかなか進みません。一方で、大規模な研究を進めようとしても、現状では人材・時間・研究費の不足に直面してしまいます。発症後の悪影響が指摘されている摂食障害を予防するためにも、この課題を乗り越えていける、以下のような研究者を目指したいと思います。

・周囲と連携し、より大きな成果を成し遂げる研究者

より大規模な試験を進めるには、研究計画の立案に関わる多領域の共同研究者や、介入実施者・効果評価者・日程調整等を務めるマネージャーなど運営面を担うスタッフとのやり取りを円滑に行うことが必須です。それらの関係者と良好な関係を築き上げ、一つの目標に向かってチームを方向づけられる研究者を目指しています。

・自らの研究推進・成果還元と後進の育成を兼ねる研究室を持つ研究者

将来的には自らの研究室を持ち、その中で研究を進めていきたいと考えています。自分の研究の中に研究室のメンバー（学部生・大学院生・研究員など）を参加させて後進の育成を兼ねることで、新しい研究者・実践家を育てていきたいです。育成した研究者・実践家が新しい研究テーマに臨み、さらに、彼らと共同研究を進めていくなど、研究と実践、教育の好循環を生み出す研究室を作っていくのが理想です。

個人で研究を実施する経験を少しずつ積み上げながら、将来的には大きなチームを構築して研究していきたいです。特に摂食障害は、心理学だけで対応することは不可能で、精神医学や女性心身医学、栄養学といったさまざまな領域での対応が必須とされています。専門である心理学領域の専門家として、他領域の専門家や当事者の方と一緒に摂食障害の問題を解決に導く一人の研究者を目指していきます。

5. 社会（寄付者）に対するメッセージ

寄付していただいたみなさま、誠にありがとうございました。若手・女性研究者奨励金を受け取ることができ、研究者としてまた一步成長した実感があります。具体的には、どのような状況の中でも研究活動をしていく姿勢について考えることができました。新型コロナウイルス感染症の影響によって、これまでの研究手法（紙による質問紙調査の実施や対面でのプログラムの提供など）が採用できなくなる事態に陥りました。特に私が専門とする心理学は、人間を対象とする研究分野であり、少なからず打撃を受けました。

このような状況の中で若手・女性研究者奨励金を受けていることで、研究手法の選択肢が広がりました。調査会社を利用した WEB 調査が代表的な例です。個人で WEB 調査の委託費を賄うのは困難で、研究費が必要となります。今までは WEB 調査という選択肢は私の中にはなかったのですが、この機会で新たな手法にチャレンジすることができ、研究者としての幅が広がったように感じます。このような機会をいただけたことに対して、寄付者のみなさまに感謝申し上げます。WEB 調査の他にも、テレビ会議システムを利用したプログラムの提供など、以前とは異なった手法で研究をしていく姿勢が生まれ、状況に対する柔軟性や対応力が身につきました。今回の成長を糧にして、今後も社会問題の解決に貢献できる研究者を目指していきたいと思っております。