

高校生のボディイメージとセルフエスティームとの関連

梅木 彰子*・中島 千晴**・中山 佳織**・綿島 光智子**
前田 由紀子*・木子 莉瑛*・木原 信市*

Relationship between the Body image and Self-Esteem among Senior High School Students

Shoko UMEKI and Chiharu NAKASHIMA and Kaori NAKAYAMA and Michiko WATAJIMA
and Yukiko MAEDA and Rie KIGO and Shinichi KIHARA

Abstract

The purpose of the present study is to investigate the relation between the body image and Self-esteem and to examine the ideal way of the health education to the object that is at adolescence. A questionnaire on satisfaction with one's physique, Self-esteem and was given to 220 students in the high school.

The one when it wasn't compared with a stranger was higher than the case that it was compared with a stranger, and it was shown by the result of the investigation that the girl's degree of satisfaction was lower than a boy in some thought as for the target's degree of degree of satisfaction with one's physique when it was seen in the sex. It was shown in the degree of satisfaction with one's physique and the relation of Self-esteem that considerable positive correlation had it. There were most "looks", and a tendency by the subjective judgment was seen with the standard to evaluate its figure with the man and woman as well. It has an affirmative body image, and it can think about the guidance to recognize a proper figure again with the necessity from the result done like this from the point of view of more wholesome adult's raising as well.

緒 論

今日、若年女性は容姿を気にしてやせることに執着する傾向にあり¹⁾、また近年若年男性においても男性化粧品や男性用エステの普及、やせ願望など容姿をより気にする傾向がある。このような容姿に基づく行動には、その人のボディイメージが関連していると考えられる。身体組成の実態とは別に、個人の中に形成されたボディイメージは過度なダイエット行動などを生起させ、身体に悪影響を及ぼしていることも報告されている²⁾。

思春期では、二次性徴の出現、性成熟、またアイデンティティの確立が成され、精神的に不安定な時期であり、特に外見的な容姿に対して敏感に

なり、他人と比較して悩むことも少なくない。自己の身体への関心が強まる一方、理想の自己への願望を抱くことから葛藤が生じることも多いが、自己の身体を受け入れていくために、この時期においてボディイメージをいかに獲得していくかが重要な課題であると思われる。

栗岩は自己の体型認識と標準体型のずれが生じる一因として、やせ願望が考えられると述べている³⁾。自己の体型評価を行う際、他人と自分を比べない時の方が比べて評価した時より正しい評価をする人が多く、また自分の体型を正しく認識している人の方が過大に認識している人よりもセルフエスティームが高いことも明らかにされており⁴⁾、ボディイメージに影響を与える因子として、痩せていることを良いとする社会の風潮の他に、正しい自己評価を行う資質が不足していることが考えられ、セルフエスティームが重要な意味を持

* 熊本大学教育学部特別看護科

** 熊本大学医学部附属病院

つと考えられる。Lernerは、セルフエスティームと体型認識に関連する研究で、身体満足度の低さはセルフエスティームの低さと相関することを報告している⁵⁾。現時点では高校生を対象としたボディイメージとセルフエスティームの関連性や、ボディイメージにおける性差の研究報告は見当たらない。そこで本研究では、高校生のボディイメージの満足度とセルフエスティームの関連性に注目した。

そこで本研究では、ボディイメージのうち身体満足度を上げてセルフエスティームとの関連を明らかにし、思春期にある対象のボディイメージの満足度、またセルフエスティームを向上させる援助のあり方と、健康教育を行う上での具体的な示唆を得ることを目的とした。

研究方法

1. 調査対象

本調査は、A高校普通科1年～2年の生徒男女を対象として行った。回収人数305名（回収率100%）のうち有効回答は220名（有効回答率72.1%）であった。

2. 調査期間

本調査は平成17年7月25日に実施した。

3. 調査方法

質問紙によるアンケートに回収を依頼し調査を行った。

4. 調査内容

(1) 基本的属性

年齢、学年、性別、身長、体重に関する項目を設定した。

(2) セルフエスティーム

ローゼンバーグによる、セルフエスティーム尺度を用い、10の質問項目に対して、それぞれ非常にそう思う（4点）、まあそう思う（3点）、あまりそう思わない（2点）、全くそう思わない（1点）とし、スケールを得点化した。得点範囲は10点～40点であり、高得点ほどセルフエスティームが高いことを示す。

(3) 身体満足度

RosenとRossの作成したBody Cathexis Scale⁶⁾を基にした25の質問項目の中で6項目プロポーション、頭髮、肌のつや、筋肉の状態、容姿、あご先を改修し、新たに髪、肌、筋肉、容姿全体、姿勢、体毛に関する項目を設定した。さらに顔に対する項目を追加し、合計26項目について測定する。各項目に対して、他人と比較

した場合と他人と比較しない場合について、それぞれ非常に満足（4点）、まあ満足（3点）、やや不満（2点）、かなり不満（1点）とし、それぞれのスケールを得点化した。得点範囲は26点～104点であり、高得点ほどボディイメージの満足度が高いとみなす。また、他人とは、憧れの人を対象とし、以下の文章中での説明は省略する。

(4) 体型評価基準

多川らの先行研究⁷⁾を参考に選択肢5つ、見た目、体重、体格指数（BMIなど）、体脂肪率、他人の指摘を設定し、自分の体型を評価する時に一番影響するものを一つ選択する。

5. 分析方法

得られたデータは、身体満足度の得点・セルフエスティーム得点においてはt検定を用いて検討を行った。さらに、セルフエスティーム得点を低得点群（19点以下）、中得点群（20～29点）、高得点群（30点以上）に分け、それぞれの群において、他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度合計得点の平均値の一元配置分散分析を行った。

6. ボディイメージの概念および定義・意味

(1) ボディイメージの概念

ボディイメージは、自己の体に関する知覚や感情・評価が統合された心理像であり、自分の体をどのように認知し把握し理解しているかを現しているとされている⁸⁾。またボディイメージは自分の身体の高さや機能、外観、可能性に対する現在及び過去の感じ方と感情を含むとし、自分の身体に関係する知覚と経験によって形成され、相互作用の中で絶えず修正・変化するとしている⁹⁾。ボディイメージの形成には、他人、とりわけ大切な人が自分の姿を見てからの反応も、影響を与えるとされている¹⁰⁾。

このようにして形成されたボディイメージは、自己の体型を正しく評価する資質の有無や、周囲の他者や、憧れとする他者との比較により、その満足度が変化する。

(2) ボディイメージの定義・意味

ボディイメージとは、他者との関わりと自己の経験・知覚・感情によって形成・変化する自己の身体イメージ。

結 果

1. 基本的属性およびセルフエスティーム得点

回答者220名中、男子119名 (54.1%)、女子101名 (45.9%) であった。年齢は、男子が15.9±0.7歳、女子が15.9±0.7歳であった。身長は、男子が170.3±5.5cm、女子が158.3±4.9cmであり、体重は、男子が58.1±6.7kg、女子が48.9±5.1kgであった。身長、体重の測定結果を厚生省の調査による思春期 (15~17歳) の男女のそれぞれの身長、体重の全国平均と比較した結果、全国の平均は男子が169.7cm、女子が157.9cmであり、本研究の対象者は標準的な集団であると考えられる。セルフエスティームの質問10項目の合計得点は、全体で24.0±4.9点、男子24.4±5.2点、女子23.5±4.4点であり、全体かつ男女間での有意差は認められなかった ($p>0.05$) (表1)。

2. 対象者の身体満足度

ボディイメージに関する26項目について、他人と比較した場合と他人と比較しない場合について得点化した。

他人と比較した場合は、全体で56.2±11.8点、男子59.6±12.2点、女子52.24±10.0点であった。他人と比較しない場合では、全体で59.3±12.4点、男子62.7±12.7点、女子55.1±11.4点であった。他人と比較した場合と他人と比較しない場合の合計点の差は、合計で3.0±6.0点、男子が3.2±7.1点、女子が2.9±5.7点であった。

t検定にて有意差の検討をおこなったところ、本研究の対象者は、男女とも他人と比較しない場合の合計点数が他人と比較した場合の合計点数より、有意に高いという結果であった ($p<0.05$)。つまり、本研究の対象者は、男女とも、他人と比較しない時の方が身体満足度が高いという結果を得た。他人と比較した場合と、比較しない場合の得点の性差をt検定を用いて検討したところ、どちらの場合においても、男子の得点が女子より有意に高い ($p<0.001$) という結果を得た。

さらに項目別にみると、他人と比較した場合、各項目の平均得点で高かったものは、全体では「首 (2.5±0.7点)」「耳 (2.5±0.8点)」、男子では「足首 (2.6±0.7点)」「首 (2.5±0.7点)」、女子では「首 (2.4±0.8点)」「耳 (2.4±0.8点)」であった。低かった項目は全体では「容姿全体 (1.9±0.7点)」「顔 (1.9±0.7点)」、男子では「顔 (2.0±0.7点)」「容姿全体 (2.0±0.7点)」、女子では「太もも (1.5±0.6点)」「脚の形 (1.7±0.7点)」であった (図1・2・3)。

他人と比較しない場合では各項目の平均得点で高かったものは、全体では「首 (2.6±0.7点)」「耳 (2.5±0.7点)」、男子では「首 (2.7±0.7点)」「手 (2.6±0.8点)」「足首 (2.6±0.7点)」、女子では「身長 (2.5±0.8点)」「首 (2.5±0.7点)」であった。低かった項目は全体では「太もも (2.0±0.8点)」「顔 (2.0±0.7点)」、男子では「容姿全体 (2.2±0.7点)」「顔 (2.2±0.8点)」、女子では「太もも (1.6±0.6点)」「ヒップ (1.8±0.8点)」であった (図1・2・3)。つまり、男女とも身体満足度得点の高い項目は、他人と比較した場合、比較しない場合の両方で類似しており、首、耳、足首などが挙げられる。

3. 体型評価基準

自分の体型を評価する時に一番影響するものとして見た目、体重、体格指数 (BMIなど)、体脂肪率、他人の指摘の5つの選択肢を設定した。自分の体型を評価する時に一番影響するものは、全体では、「見た目」が196名 (89.1%)、「体重」が29名 (13.2%)、「体脂肪率」が25名 (11.4%)、「体格指数」が19名 (8.3%)、「他人の指摘」が16名 (7.3%) の順であった。性別にみると、男子は「見た目」が65名 (54.6%)、「体脂肪率」が19名 (16%)、「体格指数」が14名 (11.8%)、「他人の指摘」が12名 (10.1%)、「体重」が9名 (7.6%) の順であった。女子は「見た目」が66名 (63.3%)、「体重」が20名 (19.8%)、「体脂肪率」が6名 (5.9%)、「体格指数」が5名 (5%)、

表1 基本的属性・セルフエスティーム得点

	男子		女子	
	平均値	S.D	平均値	S.D
年齢	15.9	0.7	15.9	0.7
身長	170.3	5.5	158.3	4.9
体重	58.1	6.7	48.9	5.1
セルフエスティーム得点	24.4	5.2	23.5	4.4

高校生のボディイメージとセルフエスティームとの関連

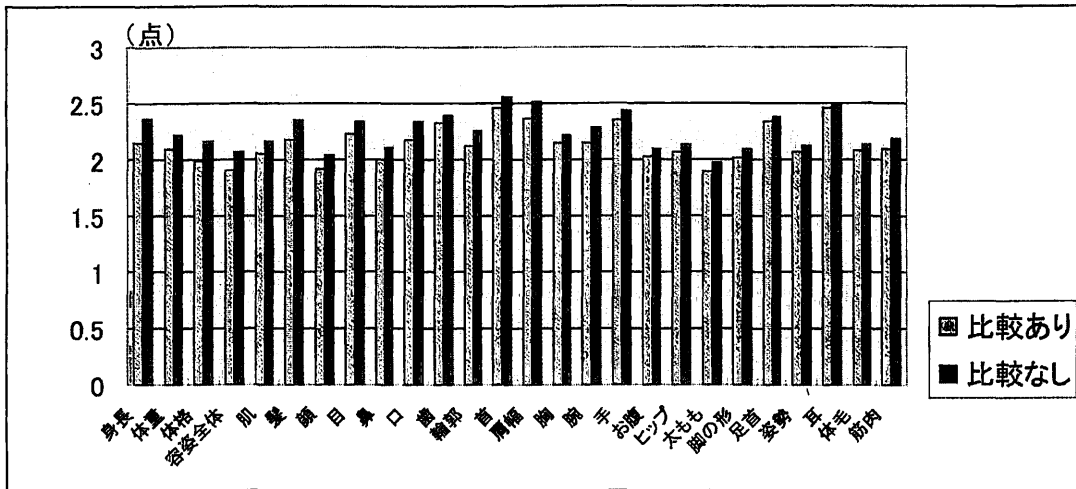


図1 ボディイメージの項目別平均得点 (全体)

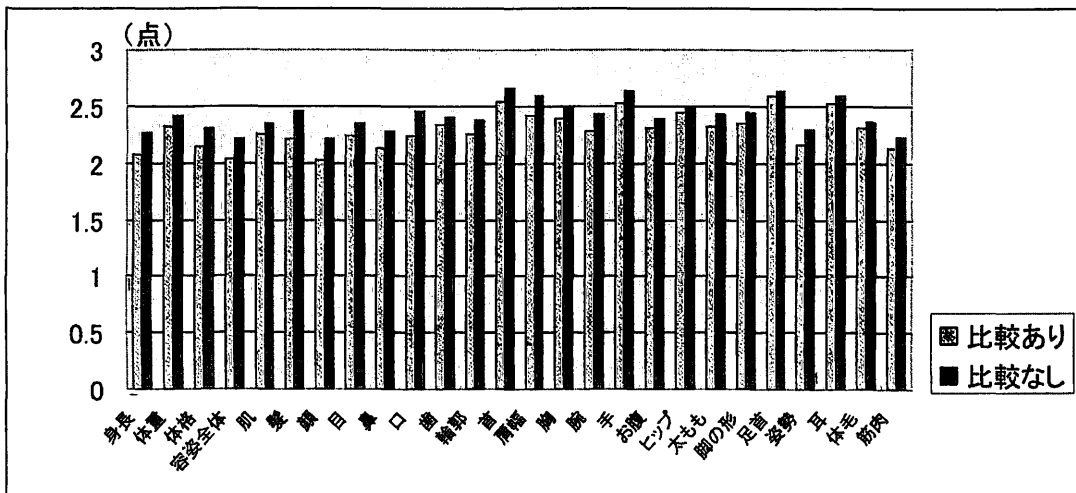


図2 ボディイメージの項目別平均得点 (男子)

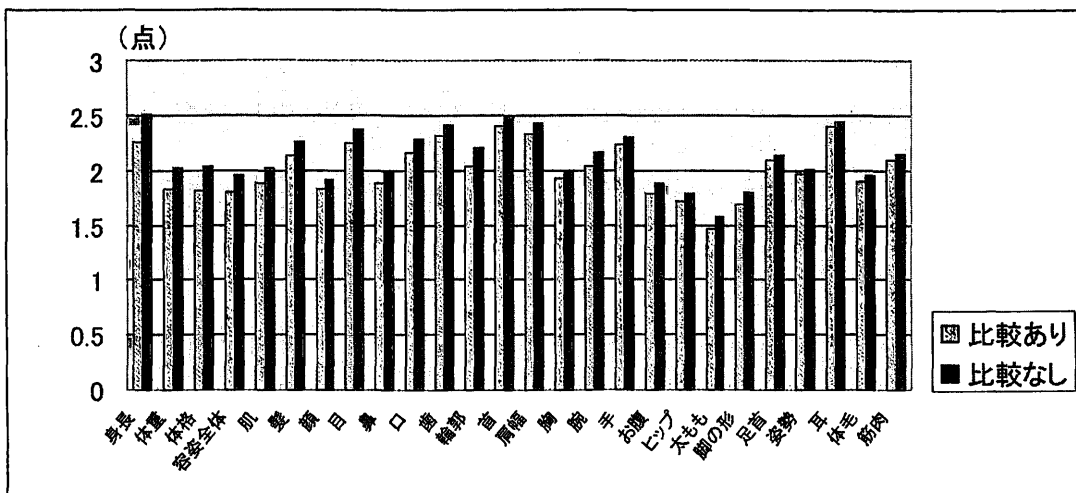


図3 ボディイメージの項目別平均得点 (女子)

「他人の指摘」が4名(4%)であった。男女共に、自分の体型の評価基準は「見た目」が多くを占めている。

4. セルフエスティームと身体満足度の関連

(1) セルフエスティームと身体満足度合計得点の関連

身体満足度とセルフエスティームがどのように関連しているかを検討するために、セルフエスティームの合計点を低得点群(19点以下)、中得点群(20~29点)、高得点群(30点以上)に分け、それぞれの群における身体満足度合計得点の平均値の一元配置分散分析を行った。低得点群は、男子20名(16.8%)、女子16名(15.8%)、中得点群は、男子83名(69.7%)、女子74名(73.3%)、高得点群は、男子16名(13.5%)、女子11名(10.9%)であった。

さらに、他人の存在がボディイメージに影響を与えているかを検討するために、他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度得点の差を算出し、セルフエスティーム低得点群、中得点群、高得点群のそれぞれの群における、他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度得点の差において一元配置分散分析を行った。

1) 他人と比較した場合

男子の身体満足度の合計点数はセルフエスティーム低得点群が53.0±11.0点、中得点群が59.0±11.2点、高得点群が70.4±11.7点であった。女子は低得点群が43.3±9.2点、中得点群が52.5±8.7点、高得点群が63.0±8.5点であった。男女ともに、セルフエスティームの低得点群、中得点群、高得点群において、身体満足度の合計得点で高い有意差が認められた($p < 0.001$)。つまり、本研究の対象者は、男女ともセルフエスティームが高いほど、他人と比較した場合の身体満足度が高いという結果を得た。

2) 他人と比較しない場合

男子の身体満足度合計点数はセルフエスティーム低得点群が52.8±12.1点、中得点群が63.1±10.5点、高得点群が73.4±12.2点であった。女子は低得点群が44.8±9.9点、中得点群が55.4±10.0点、高得点群が68.2±7.3点であった。男女ともに、セルフエスティームの低得点群、中得点群、高得点群において、身体満足度の合計得点で高い有意差が認められた($p < 0.001$)。つまり、本研究

の対象者は、男女ともセルフエスティームが高いほど、他人と比較しない場合においても身体満足度が高いという結果を得た。

他人と比較した場合より他人と比較しない場合の方が、より有意差が認められた。

3) 他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度得点の差

男子の他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度得点の差は、セルフエスティーム低得点群が0.15±6.9点、中得点群が4.1±6.8点、高得点群が2.9±8.6点であった。女子は低得点群が0.18±2.6点、中得点群が2.8±5.7点、高得点群が5.27±7.8点であった。男女ともに、セルフエスティームの低得点群、中得点群、高得点群において、他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度合計得点の差で有意差は認められなかった。つまり、セルフエスティーム得点は、他人と比較した場合と他人と比較しない場合の身体満足度の差と関連がないという結果を得た。

(2) セルフエスティームと身体満足度各項目の関連

身体満足度のどの項目が、セルフエスティームと強く関連しているかを検討するために、他人と比較した場合と他人と比較しない場合のそれぞれにおいて、身体満足度の全ての項目の合計得点とセルフエスティーム、また身体満足度の各項目とセルフエスティームの相関分析を行った(表2)。

1) 他人と比較した場合 * () は相関係数

身体満足度の全ての項目の合計得点とセルフエスティームの相関係数は、男子が0.42、女子が0.50であった。身体満足度と各項目とセルフエスティームの相関分析の中で、かなり相関関係が認められた項目は、男子では「顔(0.51)」「容姿全体(0.50)」で、女子では「容姿全体(0.47)」「顔(0.43)」「お腹(0.42)」であった。

ほとんど相関関係が認められなかった項目は、男子では「身長(-0.01)」「手(0.15)」「目(0.15)」「足首(0.16)」「腕(0.19)」「体毛(0.19)」で、女子では「胸(0.03)」「首(0.08)」「身長(0.09)」「手(0.12)」「姿勢(0.15)」「足の形(0.18)」「口(0.19)」「足首(0.19)」であった。

2) 他人と比較しない場合

身体満足度の全ての項目の合計得点とセル

表2 身体満足度の各項目とセルフエスティームの相関

	相関係数			
	男子		女子	
	比較あり	比較なし	比較あり	比較なし
身長	-0.01	0.06	0.09	0.08
体重	0.22	0.20	0.28	0.26
体格	0.36	0.39	0.32	0.29
容姿全体	0.50	0.53	0.47	0.54
肩幅	0.28	0.31	0.28	0.29
姿勢	0.23	0.33	0.15	0.23
体毛	0.19	0.34	0.27	0.33
筋肉	0.37	0.29	0.32	0.28
肌	0.31	0.35	0.34	0.36
髪	0.33	0.30	0.26	0.30
顔	0.51	0.54	0.43	0.48
目	0.15	0.19	0.22	0.29
鼻	0.34	0.31	0.21	0.21
口	0.22	0.30	0.19	0.21
歯	0.16	0.15	0.33	0.34
輪郭	0.32	0.46	0.38	0.47
耳	0.23	0.23	0.28	0.36
胸	0.29	0.37	0.03	0.10
腕	0.19	0.29	0.23	0.33
手	0.15	0.26	0.12	0.20
お腹	0.34	0.44	0.42	0.46
ヒップ	0.25	0.45	0.32	0.41
太もも	0.31	0.36	0.27	0.34
脚の形	0.20	0.34	0.18	0.30
足首	0.16	0.29	0.17	0.36
首	0.21	0.36	0.08	0.20
BI合計	0.42	0.53	0.50	0.54

フェスティームの相関係数は、男子が0.53、女子が0.54であった。身体満足度と各項目とセルフエスティームの相関分析の中で、かなり相関関係が認められた項目は、男子では「顔 (0.54)」「容姿全体 (0.53)」「輪郭 (0.46)」「ヒップ (0.45)」「お腹 (0.43)」で、女子では「容姿全体 (0.54)」「顔 (0.48)」「輪郭 (0.47)」「お腹 (0.46)」「ヒップ (0.41)」であった。

ほとんど相関が認められなかった項目は、男子では「身長 (0.06)」「歯 (0.15)」「目 (0.19)」で、女子では「身長 (0.08)」「胸 (0.10)」「首 (0.20)」であった。

以上の結果より、他人と比較した場合より他人と比較しない場合の方が、セルフエスティームとの強い相関を示した。

3) セルフエスティームと体型評価基準の関連
体型評価基準の項目では、セルフエスティームの得点別にみると、男子では、「見た目」と答えた者は低得点群が12名 (60.0%)、中得点群が45名 (54.2%)、高得

点群が8名 (50.0%) であり、セルフエスティームの得点に関わらず見た目と答えた者が最も多かった。「見た目」「体重」「他人の指摘」という誤った判断をしやすい項目においては低得点群が15名 (75.0%)、中得点群が60名 (72.3%)、高得点群が11名 (68.8%) であり、セルフエスティームの得点が高くなるにつれて、見た目、体重、他人の指摘と答えた者はやや少なくなる傾向があった (図4)。女子では「見た目」と答えた者は低得点群が12名 (75.0%)、中得点群が46名 (62.2%)、高得点群が8名 (72.7%) であり、セルフエスティームの得点に関わらず、見た目と答えた者が最も多かった。「見た目」「体重」「他人の指摘」という誤った判断をしやすい項目の合計において低得点群が14名 (87.5%)、中得点群が67名 (90.5%)、高得点群が8名 (72.7%) であった (図5)。

考 察

今回、思春期の男女高校生を対象に、身体満足度、セルフエスティーム等に関するアンケート調査を行い、ボディイメージとセルフエスティームの関連について検討を行った。

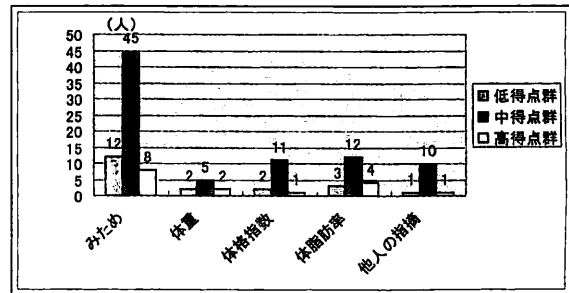


図4 体型評価基準 (男子) とセルフエスティーム得点

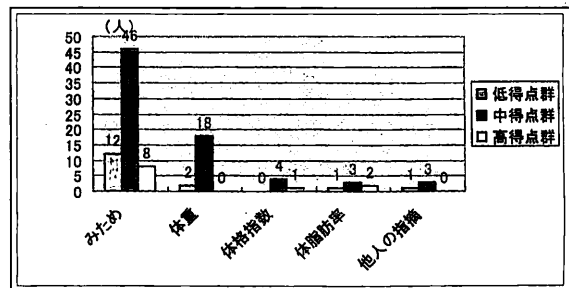


図5 体型評価基準 (女子) とセルフエスティーム得点

1. ボディイメージの検討

藤崎はボディイメージとは自分のからだに関する知覚や感情・評価が統合されたものと考え、実際の身体のあり方（現実体）に大きく影響されるが、必ずしも現実体の客観的評価とは一致しないとしている¹¹⁾。今回、自己の身体に関する認知と理想像の相違から生じる身体満足度からボディイメージを検討した。その結果、対象者のボディイメージは、他人と比較しない場合の方が、他人と比較した場合より有意に高い ($p < 0.05$) ことが明らかになった。これは多川ら¹²⁾の報告と同様であり、他人と自分を比べないときの方が比べて評価したときより正しい評価をする人が多いとの結果が得られた。また、身体満足度のすべての項目において、他人と比較しない場合の方が、他人と比較した場合より満足度の平均得点が高いことが明らかとなり、本研究では、他人と比較しない場合の方が、他人と比較した場合より肯定的なボディイメージを持つ者が多いという結果が得られた。これは他人と比較して評価をすることにより、ボディイメージの評価の基準が変化するためだと考えられる。ゴーマンの「体型認識は無意識のうち他人の評価などの外部からの情報によって変わる可能性がある」という指摘からもうなずける傾向である¹³⁾。また、斉藤¹⁴⁾によれば、ボディイメージとは自分の身体を認知したもので、その形成に影響を与える要因には ①親や他人が与える評価・反応・印象 ②青年自身のパーソナリティ ③社会的文化要因が示され、今回の結果から、他人の評価などの外部からの影響を受けることが支持されたと思われる。

身体満足度を性別にみると、他人と比較した場合も、比較しない場合においても、男子より女子の満足度が有意に低いことが示された。今回、浦田の研究¹⁵⁾と同様に、男女差がみられ、男子が女子よりも自己の身体について肯定的な評価をしているという傾向がうかがわれた。ゴーマン¹⁶⁾は「男性は女性よりも自分の身体の特徴が一カ所ぐらい魅力を欠いていてもそれを受け入れるが、一方女性は、男性に比べて、身体の様々な部分に対する満足度をありのまま受け入れようとはしない」と述べていることから、女子の方がより容姿にこだわる傾向にあると考えられた。また、この背景には雑誌やメディアなどの影響で、特に若い女性の間で容姿の美しさが重要視されていることが考えられる。また溝口ら¹⁷⁾は女子の痩せ願望の存在を示唆している。二次性徴の出現から性成熟を経、男子では皮下脂肪が薄くなり、筋肉が

強大するのに対し、女子では乳房や臀部に皮下脂肪が蓄積するといった体型変化を通し、より痩せ願望が強くなると考えられることに加え、異性の目を意識するといった心理的変化が、その影響を助長し、女子の方がより容姿にこだわる傾向にあるのではないかと考察される。

2. ボディイメージとセルフエスティームの関連

身体満足度とセルフエスティームの関連性では、男女とも、他人と比較した場合と比較しない場合の双方において、ボディイメージの満足度とセルフエスティームにはかなり正の相関関係があることが示された。またセルフエスティーム得点群別（高得点群、中得点群、低得点群）に身体満足度得点をみると、男女ともに、他人と比較した場合と、他人と比較しない場合の両方において、3群間で高い有意差が認められ、セルフエスティーム高得点群では、身体満足度が高い者の割合が多いことが明らかとなった。つまり高校生においても、身体満足度と、セルフエスティームには重要な関連があると考えられる。また、多川らや二渡、栗岩、溝口らは女子のみにおいて、ボディイメージとセルフエスティームの関連を指摘しているが、本研究の結果より、男子においても同様に、身体満足度と、セルフエスティームには重要な関連があると考えられる。

セルフエスティーム得点と、他人と比較した場合、比較しない場合の身体満足度得点の差の関連では、セルフエスティーム低得点群、中得点群、高得点群の間で、有意差は認められなかった。セルフエスティームが低いほど自己に対する評価が低く、他人と比較した場合と、比較しない場合の身体満足度の差は広がるという予測¹²⁾⁴⁾に反する結果となった。

身体満足度の各項目とセルフエスティームの関連では、まず、身体満足度の各項目のうち、得点が高い項目には「首」「耳」「足首」「手」「身長」等が含まれており、これらの項目の満足度は高いことが明らかとなった。また得点が高い項目は、他人と比較した場合と比較しない場合との両方において類似しており、また男女間でも類似した結果を示した。

身体満足度の各項目のうち、得点が低い項目は、男子では「顔」「容姿全体」「輪郭」であり、女子では、「太もも」「脚の形」「ヒップ」、次いで「お腹」「顔」「容姿全体」「輪郭」であり、男女とも、他人と比較した場合と、比較しない場合で類似していた。男子において満足度の低い項目は全て、

セルフエスティームとかなり相関関係が認められた。女子においては満足度の低い項目のうち、「ヒップ」「容姿全体」「顔」「お腹」「輪郭」は、セルフエスティームとかなり相関関係が認められ、また「太もも」「脚の形」においても、やや相関関係が認められていた。男女ともに、身体満足度が低い項目は、特にセルフエスティームとの関連性が強く示唆されたことから、自分の身体に対する否定的な感情が、セルフエスティームと強く関連していることが示唆された。思春期には自分の身体への関心が強まる一方で、理想とするボディイメージと自己のボディイメージとにギャップが生じることから自分に対して否定的な感情を抱く傾向がみられる。池田は¹⁰⁾、思春期の子どもたちは「やせ」を礼賛する社会的風潮やマスメディアから発信される情報がある現代の社会環境では、低いボディイメージが生じやすいと述べている。体型評価の基準としては、6割以上が「見た目」といった主観的に外見上で判断する傾向がみられ、青年期において、社会的な外見がボディイメージを構築する一つの要因であることが示唆された。ボディイメージの肯定性をいかに保持あるいは高めていくかが課題となるが、学校での保健学習を通して肯定的認識を高めていくような働きかけが必要であると考えられる。より肯定的なボディイメージを構築させていくためには、過度の情報に流されず適性な判断に結びつけるような内容や方法を検討するなど健康教育の充実が重要であると思われる。

結 論

1. ボディイメージの満足度は、男女とも他人と比較した場合の方が他人と比較しない場合に比べて有意に低い。またボディイメージの満足度は、他人と比較した場合でも比較しない場合においても男子より女子の方が有意に低い。
2. ボディイメージの各項目のうち、満足度が高い項目は他人と比較した場合と比較しない場合、また男女間でも類似しており「首」「耳」「足首」「手」「身長」であった。一方、ボディイメージの各項目のうち満足度が低い項目も、他人と比較した場合と比較しない場合とで類似しており、男子では「顔」「容姿全体」「輪郭」、女子では「太もも」「脚の形」「ヒップ」であった。
3. 男女ともボディイメージの満足度は、他人と比較した場合においても比較しない場合においても、セルフエスティームとかなり正の相関関係が認められた。

4. ボディイメージの各項目のうち満足度が高い項目は、セルフエスティームとほとんど相関関係が認められなかった。一方、男子においてボディイメージの各項目のうち満足度が低いものは、セルフエスティームとかなりの負の相関関係が認められ、また女子において「太もも」「脚の形」「ヒップ」に次いで満足度の低い項目は「お腹」「顔」「容姿全体」「輪郭」であり、これらの項目のうち「ヒップ」「お腹」「顔」「容姿全体」「輪郭」はセルフエスティームとかなりの負の相関関係が認められた。
5. 男女ともに満足度が低く、セルフエスティームとかなりの相関関係が認められたボディイメージの項目は「容姿全体」「顔」「輪郭」であり、男女とも、ボディイメージ全体の満足度より、「容姿全体」「顔」「輪郭」のみの満足度の方がセルフエスティームとより強い正の相関関係を示した。
6. 自分の体型を評価する際の基準は男女とも「見た目」が最も多く、主観的判断による傾向がみられた。

謝 辞

本研究に快く御協力下さいましたA高校の諸先生方、並びに生徒の皆様は厚くお礼申し上げます。

おわりに

本研究野の質問用紙では「他人」を「憧れの人」に限定し、他人と比較した場合と、比較しない場合のボディイメージを把握したものの、憧れの人が、身近に存在する人であるか、またはメディア等を通して憧れを抱いている人であるのかは明確ではない。ボディイメージを評価する際に、憧れとする人を身近に存在する人とした場合と、メディアを通じた人とした場合では、ボディイメージの評価に影響する情報の質、量ともに差が生じると考えられる。メディアや、身近な人の存在がボディイメージに与える影響も今後さらに検討すべき課題であると言える。ボディイメージは周囲の人の影響を受けるため、体型が標準的または肥満での集団では、セルフエスティームとボディイメージの関連において、本研究と異なる結果が得られる可能性もあると考えられる。今後は対象者を増やし、研究結果の一般化を図り、結果を検証する必要がある。

文 献

- 1) 二渡玉江他：青年期・壮年期女性の保健行動とボディイメージ，自尊感情との関連，看護技術，Vol.50, No.4, 328-331, 2004.
- 2) 栗岩瑞生他：思春期女性のボディ・イメージと体型に関する縦断的研究，小児保健研究 Vol.59, No.5, 596-601, 2000.
- 3) 2) と同掲.
- 4) 多川真澄他：体型認識とセルフエスティームとのかわり，学校保健研究42；413-422, 2000.
- 5) Lerner, R., Karabenik, S., Stuart, J.: Relationship among physical attractiveness, body attitude, and self-concept in male and female college students, J. Psychol. 85: 119-129, 1973.
- 6) Secord P. F. & Jourard S. M.: The appraisal of body-cathexis: Body-Cathexis and the self. Journal of Consulting Psychology, 17 (5): 343-347, 1953.
- 7) 4) と同掲.
- 8) 河野友信：からだところの関係からみたボディイメージ，看護技術，Vol.43 No.1, 9-13, 1997.
- 9) 藤崎郁：ボディイメージの障害を持つ患者のアセスメント，看護技術，Vol.43 No.1, 19-26, 1997.
- 10) 2) と同掲.
- 11) 9) と同掲.
- 12) 4) と同掲.
- 13) W.ゴーマン著：ボディ・イメージ 心の目でみるからだと脳 (村山久美子訳)，誠信書房，東京，18-30, 1981 (原著：Gorman. W., Body image and the image of the brain. Green, St. Louis. 1969)
- 14) 齊藤誠一：身体認知，宮沢・二宮・大野木 (編) ぱーじょんあつぷ，自分でできる心理学，ナカニシヤ出版，55-59, 1997.
- 15) 浦田秀子：女子学生の体型と身体満足度，学校保健研究 43, 139-148, 2001.
- 16) 13) と同掲.
- 17) 溝口全子他：女子大学生のダイエット行動に及ぼす影響要因，日本看護科学会誌，Vol.20 No.3, 92-102, 2000.
- 18) 池田かよ子：思春期女子のやせ志向と自尊感情との関連，思春期学，Vol.24 No.3, 473-482, 2006.