

他者の評価が自己不全感および自己呈示において 女子大学生の瘦身願望に与える影響

高 萍

(2022年度修了生)

大 杉 尚 之

(文化システムプログラム)

現在、日本社会では痩せたいという願望を持っている人、痩せるための行動を行う人が多くいる。特に、若い女性は、実際には太っていないにもかかわらず、自分が太っていると感じ、過度のダイエット行動による痩せすぎ、摂食障害の問題などが生じている（令和元年「国民健康・栄養調査」（厚生労働省）参照）。そこで、本研究では若い女子大学生の痩せたいという願望（瘦身願望）に注目する。尚、馬場・菅原（2000）に従い、本研究も瘦身願望を「自己の体重を減少させたり、体型をスリム化しようとする欲求であり、絶食、エステなど様々なダイエット行動を動機づける心理的要因」と定義する。

瘦身願望に関する心理学研究では、若い女性の個人特性や身近な他者の観点から瘦身願望に対する社会・文化的な影響について検討されてきた。馬場・菅原（2000）は、自己に対する評価的な感覚であり、自分の基本的な価値を認識することを意味する「自尊感情」、他者からより高い評価を得ようとする「賞賛獲得欲求」、他者からの否定的評価を回避しようとする「拒否回避欲求」などの個人特性と瘦身願望との関係を検討した。その結果、瘦身願望は、自尊感情と負の相関、賞賛獲得欲求と拒否回避欲求とは正の相関が示された。この結果について、馬場・菅原（2000）は自己不全感（自己に対する不全感）と、自己呈示（相手に望ましい印象を与えようとすることを意図的に振る舞うこと）の2つの観点から説明をした（尚、馬場・菅原（2000）では自己顕示欲求という用語が用いられていたが、後続研究（e.g., 鈴木、

2012）との連続性を考え、自己呈示とした）。まず、自己不全感から発する瘦身願望については、自尊感情が低く、日常生活で空無感が高い人が、Body Mass Index（BMI）が高いという要因が加わると、この自己不全感の原因を肥満体型に求め、「今の体型では幸せになれない」といった感情を抱くことになる。そして、この現在の体型へのデメリット感から、瘦身のメリットを意識し、瘦身願望を抱くようになると説明した。すなわち、自己に対する不全感が高い個人が、自己の評価を回復するための手段として瘦身を用いようとすることで、瘦身願望が高まる。一方、自己呈示から発する瘦身願望については、賞賛獲得欲求「女性としての魅力をアピールしたい」という呈示性の高さにBMIが高い（今の自分は太っている）という要因が加わることで、瘦身に呈示性を満足させるための手段としての意味が強まり、「痩せれば今より良いことがある」という瘦身によるメリット感が高まって瘦身願望に影響するとした。

馬場・菅原（2000）で示された自己不全感と自己呈示の2つの観点による説明は、これまでの研究で概ね一致する結果が示されている。例えば、自己不全感について、自尊感情に注目した先行研究（Tiggemann, 1994；竹内他, 1991；田崎・今田, 2004；田崎, 2006, 2007；浦上他, 2013；清原他, 2012）では、一貫して自尊感情が低いほど瘦身願望が高いという負の相関が示されている。特に、女性は男性に比べて自分が実際よりも太っていると評価し、瘦身願望の上昇と自尊感情の低下が起りやすいと考えられている（Tiggemann,

1994;竹内他, 1991)。また, 自己呈示に関しては, 賞賛獲得欲求と拒否回避欲求はともに瘦身願望と正の相関がある(馬場・菅原, 2000; 浦上他, 2013)が, 賞賛獲得欲求は間接的な影響または弱い影響だけがあり, 拒否回避欲求は, 直接的にも間接的にも影響が示されないことも報告されている(馬場・菅原, 2000; 浦上他, 2013)。すなわち, 賞賛獲得欲求と拒否回避欲求は別の要因を媒介して瘦身願望に影響することが想定されている。具体的には, 瘦身に対するメリット感や, 現体型に対するデメリット感(馬場・菅原, 2000; 清原他, 2012), 瘦身によりポジティブな評価が得られるとする予期(体型ポジティブ印象予期)と現在の体型(非瘦身)によりネガティブな評価が得られるとする予期(体型ネガティブ印象予期)(鈴木, 2012)がある。鈴木(2012)では, 構造方程式モデリングを用いた分析の結果, 賞賛獲得欲求が体型ポジティブ印象予期に, 拒否回避欲求が体型ネガティブ印象予期に対して直接の正の影響を与えており, 体型ポジティブ印象予期と体型ネガティブ印象予期から瘦身願望への正の影響があることを報告した。すなわち, 賞賛獲得欲求が体型ポジティブ印象予期を経由して瘦身願望に影響するルートと, 拒否回避欲求が体型ネガティブ印象予期を経由して瘦身願望に影響するルートが存在すると考えられている。

以上の自己不全感と自己呈示の観点による説明は, 個人属性と瘦身願望の関係を調べる研究で提案・支持されてきた。しかし, 瘦身願望は個人属性だけで決まるのではなく, 他者の存在といった状況要因からも影響を受ける。釜谷・藤島(2010)は, 「一緒にいる他者が自分以外の女性のスタイルを褒める場面」で身近な他者の言葉が瘦身願望に与える影響について検討した。その結果, 血縁関係のあり(親)・なし(友人)と性別の違い(男性・女性)の組み合わせの効果がみられ, 異性友人の言葉は同性友人の言葉に比べて瘦身願望が高くなった。また, 高・大杉(2021)では, 「もっと痩せた方が良い」と直接的に体型を指摘された

場合の瘦身願望への影響を検討した。他者の性別(異性, 同性)と指摘の有無(指摘あり, 指摘なし)の要因を操作した結果, 指摘あり条件は指摘なし条件に比べて瘦身願望が高かった。他者の性別の効果, 指摘の有無 × 他者の性別の組み合わせの効果は示されなかった。すなわち, 直接的な指摘をされた場合には, 性別によらず瘦身願望が高くなることが示された。

他者からの指摘のような状況要因が瘦身願望に与える影響についても, 自己不全感と自己呈示の2つの観点で説明ができる可能性があるが, 十分に検討されていない。例えば, 自己不全感に関しては, 自己の体重に対するネガティブフィードバック(実験者が, 実際よりも15kg重い体重を伝える操作)を与えた場合に不安感が高まることや, 自身をより太っていると感じることは示されたものの, 状態自尊感情への影響は示されなかった(Mills & Miller, 2007)。自己呈示に関しては, 場面の違い(買い物場面, 海水浴場面)が, 体型印象管理予期および瘦身願望に及ぼす影響は示されている(鈴木, 2015)が, 指摘の有無は操作されていない。

目 的

本研究の目的は, 自己不全感と自己呈示の2つの観点(e.g., 馬場・菅原, 2000)において, 他者からの指摘が女子大学生の瘦身願望に与える影響について明らかにすることである。この目的のために, 高・大杉(2021)と同様に他者から体型に関する直接的な指摘をされる場面想定実験を行ない, 瘦身願望に加えて, 状態自尊感情, 状態承認欲求, 体型印象管理予期を測定した。実験1では, 自己不全感が生じることで瘦身願望が上昇する可能性を検討するため, 自己不全感の要素の1つであり, 自己の不全という評価的な側面を反映する自尊感情を追加の指標として用いた。また, 自己呈示に関して検討した実験2では, 鈴木(2012)に基づき, 承認欲求, 体型印象管理予期を追加の指標とした。このように, 自己不全感と自己呈示

の2つの観点での検討を2つの実験でそれぞれ検討した。瘦身願望の予測については高・大杉(2021)と同様に、他者からの指摘により瘦身願望が高まると予想した。状態自尊感情については、多くの個人属性に関する研究(e.g., 馬場・菅原, 2000)で瘦身願望と負の相関が示されることから、他者の指摘により低下する可能性がある。一方で、Mills & Miller (2007)のネガティブフィードバック実験のように、他者の指摘の効果が示されない可能性もある。体型印象管理予期は、瘦身願望への直接的な影響があることから(鈴木, 2012; 2017)、瘦身願望の上昇と連動して、上昇する可能性が考えられる。一方で、鈴木(2012)で間接的な影響しか示されていない状態承認欲求については、指摘によって変わらない可能性もある。

尚、本研究では高・大杉(2021)と同様に女性参加者のみを分析対象とした。また、「現在、痩せたいと思っています」の質問項目への回答(「はい」, 「いいえ」, 「むしろ太りたい」)から特性としての瘦身願望を測定し、痩せたい女性グループ(「はい」と回答)と、痩せたくない女性グループ(「いいえ」と回答)に分けて分析を行なった。

実験 1

実験1の目的は、他者からの指摘が女子大学生の瘦身願望、自己不全感(状態自尊感情)に与える影響について明らかにすることであった。他者の性別(同性・異性)と指摘の有無(指摘あり・指摘なし)を独立変数、瘦身願望、状態自尊感情を従属変数とした。

方 法

実験参加者 大学生143名が実験に参加した。データの削除希望者が1名いたことから、142名のデータの属性を示す(女性88名, 男性44名, 未回答は10名 平均年齢19.493歳, SD=1.912)。サンプルサイズは、高・大杉(2021)を参考とし、痩せたい女性と痩せたくない女性に分けて分析した際に、いずれのグループも20名を下回らないよ

うにした。山形大学人文社会科学部倫理委員会による許諾(承認番号2019-2)を受けた上で実験を実施した。

要因計画 2要因参加者内計画を用いた。独立変数は他者の性別(異性, 同性)と指摘(指摘なし, 指摘あり)であり、組み合わせて4つの場面を設定した(場面1: 異性・指摘なし, 場面2: 同性・指摘なし, 場面3: 異性・指摘あり, 場面4: 同性・指摘あり)。従属変数は瘦身願望と状態自尊感情であった。それぞれ瘦身願望尺度(馬場・菅原, 2000)と状態自尊感情尺度(阿部・今野, 2007)を使用した。

手続き 実験の実施プログラムはlab.js(Henninger et al., 2022)で作成した。サーバーにインストールした実験プログラムや参加者管理を担うソフトウェアであるJATOS(Lange et al., 2015)上でlab.jsで作成したプログラムを動かし、オンラインで実験を実施した。

実験はフルスクリーンで実施されるよう設定した。はじめに実験の事前説明を行った上で、インフォームドコンセントを取得した。その後、年齢と性別の入力、他者の評価が瘦身願望及び状態自尊感情に及ぼす影響に関する実験(全部で4つの場面)、身長と体重に関する回答と痩せたいことの確認の順番で実験が行われた。

他者の評価が瘦身願望に及ぼす影響に関する実験では、以下の4つ場面について場面想定をさせた上で瘦身願望と状態自尊感情を測定した。「以下の場面を想像してください。」という文章の後に以下のいずれかの文章が表示され、「次へ」のボタン押すまで呈示されていた。

- あなたは、異性の友人と一緒に食事に行きました(場面1: 異性・指摘なし)。
- あなたは、同性の友人と一緒に食事に行きました(場面2: 同性・指摘なし)。
- あなたは、異性の友人と一緒に食事に行きました。あなたは、その友人から「もっと痩せた方が良い。」と言われました(場面3: 異性・指摘あり)。

- あなたは、同性の友人と一緒に食事に行きました。あなたは、その友人から「もっと痩せた方が良い。」と言われました（場面4：同性・指摘あり）。

尺度 各設定場面における瘦身願望を測定するために、馬場・菅原（2000）が作成した瘦身願望尺度計11項目を使用した。各項目について「あてはまる」（5点）から「あてはまらない」（1点）の5段階による自己評定を求めた。具体的項目は、「体重が増えるのが怖い」、「もっと痩せたいという思いで頭がいっぱいだ」、「体重にとらわれている」、「何が何でも体重を減らしたい」、「もっと痩せていたらと悔やむことが多い」、「体力が落ちてもとにかく痩せたい」、「少しでも早く痩せたい」、「痩せられると聞けば何でもする」、「自分が痩せることを考えるとわくわくする」、「体重を量ったときに減っているとうれしい」、「今、痩せることに一番興味がある」という質問項目であった。次に、「もう一度、以下の場면을想像してください。」という文章と、上記の場面想定文が呈示された。各設定場面における状態自尊感情尺度を測定するために、阿部・今野（2007）が作成した状態自尊感情尺度計9項目を使用した。具体的項目は、「いま、自分は人並みに価値のある人間であると感じる」、「いま、自分には色々な良い素質があると感じる」、「いま、自分は失敗者だと感じる（逆転項目）」、「いま、自分は事物を人並みにうまくやれていると感じる」、「いま、自分には自慢できる場所がないと感じる（逆転項目）」、「いま、自分に対して肯定的であると感じる」、「いま、自分にほぼ満足を感じる」、「いま、自分はだめな人間であると感じる（逆転項目）」、「いま、自分は役に立たない人間であると感じる（逆転項目）」という質問項目であった。各項目について「あてはまる」（5点）から「あてはまらない」（1点）の5件法の選択肢を設けた。

さらに、次の画面では身長と体重について入力を求める質問が表示された。尚、身長と体重はBMIを算出するために取得した（BMI=体重kg

÷（身長m）²）。身長と体重の回答は強制ではなかった。同じ画面内で「現在、痩せたいと思っています」という質問項目に対し、「はい」、「いいえ」、「むしろ太りたい」という選択肢を設けた。以上のオンライン実験の最後の画面で、実験中に生じたトラブルやデータ除外の有無を答える質問画面を表示した。質問への回答後、実験を終了した。

結果

統計解析にはHAD（清水，2016）を用いた。性別回答で女性と答えたデータのみを分析した（N=88）。身長と体重の入力があった76名の女性の平均BMIは20.783（SD=2.806）であった。以下、痩せたい女性（N=64）と痩せたくない女性（N=24）に分けて分析を行った。尚、「むしろ太りたい」と回答した女性はいなかった。条件ごとの瘦身願望得点、状態自尊感情得点はTable 1に示した。各尺度の内的整合性は十分に高かった（痩せたい女性における4つの場面の瘦身願望（ $\alpha > .800$ ）と状態自尊感情（ $\alpha > .900$ ）、痩せたくない女性における4つの場面の瘦身願望（ $\alpha > .800$ ）と状態自尊感情（ $\alpha > .900$ ））。

痩せたい女性の瘦身願望得点について2（他者の性別：異性・同性）×2（指摘の有無：指摘あり・指摘なし）の参加者内分散分析を行った結果、指摘の有無の主効果（ $F(1,63)=32.52, p<.001, \eta^2=.340$ ）と交互作用（ $F(1,63)=5.16, p=.027, \eta^2=.076$ ）は有意であった。他者の性別の主効果は有意ではなかった（ $F(1,63)=1.36, p=.247, \eta^2=.021$ ）。下位検定の結果、同性（ $F(1,126)=34.78, p<.001, \eta^2=.356$ ）および異性（ $F(1,126)=9.67, p=.002, \eta^2=.133$ ）の指摘の有無の単純主効果が有意であり、指摘ありが指摘なしよりも高かった。また、他者の性別の単純主効果は指摘なし条件では有意であり、異性が同性よりも高かったが（ $F(1,126)=5.94, p=.016, \eta^2=.086$ ）、指摘あり条件では有意ではなかった（ $F(1,126)=0.64, p=.427, \eta^2=.010$ ）。痩せたくない女性では、指摘の有無の主効果は有意であり（ $F(1,23)=$

Table. 1 実験1における条件ごとの瘦身願望および状態自尊感情得点

	指摘なし		指摘あり	
	異性	同性	異性	同性
痩せたい女性				
瘦身願望	34.5	32.1	38.1	38.9
状態自尊感情	29.5	30.1	26.0	26.6
痩せたくない女性				
瘦身願望	18.7	16.3	29.2	26.5
状態自尊感情	32.8	33.0	27.6	26.6

33.22, $p < .001$, $\eta_p^2 = .591$)。他者の性別の主効果 ($F(1, 23) = 3.98$, $p = .058$, $\eta_p^2 = .147$)、交互作用 ($F(1, 23) = 0.01$, $p = .925$, $\eta_p^2 < .001$) は有意ではなかった。以上の結果より、痩せたい女性、痩せたくない女性ともに他者の指摘は有意に瘦身願望を増加させることが示された。

痩せたい女性の状態自尊感情について瘦身願望と同様の分析を行った結果、指摘の有無の主効果は有意であり ($F(1, 63) = 23.67$, $p < .001$, $\eta_p^2 = .273$)、他者の性別の主効果 ($F(1, 63) = 1.19$, $p = .280$, $\eta_p^2 = .018$)、交互作用 ($F(1, 63) < 0.01$, $p = .986$, $\eta_p^2 < .001$) は有意ではなかった。痩せたくない女性も同様に、指摘の有無の主効果は有意であり ($F(1, 23) = 15.21$, $p = .001$, $\eta_p^2 = .398$)、他者の性別の主効果 ($F(1, 23) = 0.68$, $p = .417$, $\eta_p^2 = .029$)、交互作用 ($F(1, 23) = 1.97$, $p = .174$, $\eta_p^2 = .079$) は有意ではなかった。以上の結果より、痩せたい女性と痩せたくない女性ともに他者の指摘は有意に状態自尊感情を減少させることが示された。

考 察

実験1の目的は、他者からの指摘が女子大学生の瘦身願望と自己不全感に与える影響について明らかにすることであった。痩せたい女性と痩せたくない女性のいずれも、他者から体型に関する指摘をされることで瘦身願望が高くなることが示された。この結果は、高・大杉 (2021) や、釜谷・藤島 (2010) と一致する。ただし、痩せたい女性で指摘の有無と他者の性別間の交互作用があった。

また、他者の指摘の有無の差分を同性と異性とで比較したところ、同性の差分 ($M = 6.8$, $SD = 9.4$) が異性の差分 ($M = 3.6$, $SD = 9.1$) よりも有意に大きかった ($t(63) = 2.27$, $p = .036$)。このように指摘の効果の大きさが同性の方が大きくなることはいずれの研究とも異なっていた。この理由として、指摘なしの時の異性の瘦身願望が同性よりも高かったのが、指摘ありの時には変わらない(またはわずかに同性の方が高い)傾向にあったことが考えられる。指摘されない場合でも異性との会話場面を想像することで瘦身願望が高まったのかもしれないが、同様の傾向は高・大杉 (2021) で示されていないこともあり、頑健に生じる効果ではないと考えられる。

また、状態自尊感情については、痩せたい女性、痩せたくない女性のいずれも、性別の違いによらず指摘による状態自尊感情の低下が示された。以上より、他者からの指摘は瘦身願望を上昇させるとともに、状態自尊感情を低下させることが示された。この結果は、自尊感情と瘦身願望の負の相関を示す多くの個人属性に関する研究 (e.g., 馬場・菅原, 2000) と一致する。すなわち、他者の評価が自己不全感を生じさせることによって瘦身願望を高めることが支持された。

実験2

実験2の目的は、他者からの指摘が女子大学生の瘦身願望、自己呈示 (状態承認欲求、体型印象管理予期) に与える影響について明らかにすることであった。瘦身願望に加えて、2種類の状態承

認欲求（状態賞賛獲得欲求，状態拒否回避欲求），体型印象管理予期（体型ポジティブ印象予期，体型ネガティブ印象予期）を従属変数とした。

方 法

実験参加者 大学生90名が実験に参加した。サンプルサイズは実験1と同じ基準で決定した。データの削除希望者が1名いたことから，89名のデータの属性を示す（女性60名，男性23名，未回答は6名 平均年齢20.022歳，SD= 1.859）。

要因計画，手続き，尺度 要因計画と手続きは下記の点を除いては実験1と同じであった。実験2では自尊心尺度の代わりに状態承認欲求尺度（鈴木・本田，2011），体型印象管理予期尺度（鈴木，2015a）を測定した。4つの場面でそれぞれ，瘦身願望尺度への回答，状態承認欲求尺度への回答，体型印象管理予期尺度への回答を求めた。各場面で，瘦身願望，状態承認欲求，体型印象管理予期の順番で回答した。状態承認欲求尺度計6項目（状態賞賛獲得欲求3項目，状態拒否回避欲求3項目）（鈴木・本田，2011）を使用した。状態賞賛獲得欲求の具体的項目は，「褒められたい」，「尊敬されたい」，「認められたい」，状態拒否回避欲求の具体的項目は，「否定されたくない」，「嫌がられたくない」，「拒否されたくない」という質問項目であった。各項目について「非常にあてはまる」（6点）から「まったくあてはまらない」（1点）の6件法であった。また，体型印象管理予期（体型ポジティブ印象予期・体型ネガティブ印象予期）尺度計2項目（鈴木，2015）を使用した。体型ポジティブ印象予期の項目は，「やせていたら良い印象を持ってもらえる」，体型ネガティブ印象予期の項目は，「今の体型だと良い印象をもってもらえない」という質問項目であった。各項目について「とてもそう思う」（7点）から「まったくそう思わない」（1点）の7件法であった。

結 果

性別回答で女性と答えたデータのみを分析した

（N=60）。身長と体重の入力があつた54名の平均BMIは20.969（SD=3.386）であつた。痩せたい女性（N=36），痩せたくない女性（N=21）に分けて分析を行った。「むしろ太りたい」と回答した女性データ（N=3）は分析から除外した。条件ごとの瘦身願望得点，状態承認欲求（状態賞賛獲得欲求，状態拒否回避欲求）得点，体型印象管理予期（体型ポジティブ印象予期・体型ネガティブ印象予期）得点はTable 2に示した。各尺度の内的整合性は十分に高かつた（痩せたい女性における4つの場面の瘦身願望（ $\alpha_s > .850$ ）と状態承認欲求（ $\alpha_s > .800$ ），痩せたくない女性データにおける4つの場面の瘦身願望（ $\alpha_s > .700$ ）と状態承認欲求（ $\alpha_s > .850$ ））。体型印象管理予期は2項目であり，別因子であることから α 係数は算出しなかつた。

瘦身願望得点について実験1と同様の分析を行った結果，痩せたい女性では，指摘の有無の主効果（ $F(1,35) = 21.94, p < .001, \eta_p^2 = .385$ ）。他者の性別の主効果（ $F(1,35) = 8.75, p = .006, \eta_p^2 = .200$ ）が有意であつた。交互作用は有意ではなかつた（ $F(1,35) = 0.33, p = .567, \eta_p^2 = .009$ ）。痩せたくない女性では，指摘の有無の主効果は有意であり（ $F(1,20) = 11.42, p = .003, \eta_p^2 = .363$ ），他者の性別の主効果（ $F(1,20) = 0.27, p = .611, \eta_p^2 = .013$ ），交互作用（ $F(1,20) = 2.10, p = .163, \eta_p^2 = .095$ ）は有意ではなかつた。以上より，痩せたい女性，痩せたくない女性ともに他者の指摘は有意に瘦身願望を増加させることが示された。また，痩せたい女性では同性よりも異性と一緒にいる場面での瘦身願望が高くなる傾向も示された。

状態賞賛獲得欲求では，痩せたい女性における指摘の有無の主効果（ $F(1,35) = 0.18, p = .678, \eta_p^2 = .005$ ），他者の性別の主効果（ $F(1,35) = 0.49, p = .487, \eta_p^2 = .014$ ）は有意ではなかつた。交互作用（ $F(1,35) = 5.25, p = .028, \eta_p^2 = .130$ ）は有意であつた。下位検定の結果，同性（ $F(1,70) = 1.92, p = .170, \eta_p^2 = .052$ ）および異性（ $F(1,70) = 0.40, p = .528, \eta_p^2 = .011$ ）の指摘の有無の単純主効果，

Table.2 実験2における条件ごとの瘦身願望, 状態賞賛獲得欲求, 状態拒否回避欲求, 体型ポジティブ印象予期, 体型ネガティブ印象予期得点

	指摘なし		指摘あり	
	異性	同性	異性	同性
痩せたい女性				
瘦身願望	36.4	35.1	41.4	39.4
状態賞賛獲得欲求	13.5	13.8	13.8	13.1
状態拒否回避欲求	15.6	14.9	15.3	14.3
体型ポジティブ印象予期	5.6	4.9	5.8	5.5
体型ネガティブ印象予期	4.5	4.0	5.2	5.0
痩せたくない女性				
瘦身願望	16.9	16.0	24.1	26.0
状態賞賛獲得欲求	12.6	12.6	11.8	12.7
状態拒否回避欲求	14.2	13.6	13.2	14.7
体型ポジティブ印象予期	3.7	3.2	4.5	4.6
体型ネガティブ印象予期	2.7	2.3	3.6	3.8

および指摘なし条件 ($F(1,70) = 0.40, p = .531, \eta_p^2 = .011$), 指摘あり条件 ($F(1,70) = 3.30, p = .073, \eta_p^2 = .086$) における他者の性別の単純主効果も有意ではなかった。以上より, 交互作用は示されたが, 頑健な効果ではなく, 状態賞賛獲得欲求に与えた影響は微弱であると考えられる。痩せたくない女性については, 指摘の有無の主効果 ($F(1,20) = 0.40, p = .533, \eta_p^2 = .020$), 他者の性別の主効果 ($F(1,20) = 0.53, p = .475, \eta_p^2 = .026$), 交互作用 ($F(1,20) = 1.17, p = .292, \eta_p^2 = .055$) の全てが有意ではなかった。以上の結果より, 痩せたい女性と痩せたくない女性ともに指摘により状態賞賛獲得欲求は変化しないことが示された。

状態拒否回避欲求では, 痩せたい女性における他者の性別の主効果 ($F(1,35) = 13.65, p = .001, \eta_p^2 = .281$) は有意であった。指摘の有無の主効果 ($F(1,35) = 1.82, p = .186, \eta_p^2 = .049$), 交互作用 ($F(1,35) = 0.33, p = .572, \eta_p^2 = .009$) は有意ではなかった。痩せたくない女性については, 指摘の有無の主効果 ($F(1,20) < 0.01, p = .967, \eta_p^2 < .001$), 他者の性別の主効果 ($F(1,20) = 0.50, p = .489, \eta_p^2 = .024$) は有意ではなく, 交互作用 ($F(1,20) = 7.46, p = .013, \eta_p^2 = .272$) は有意であった。下位検定の結果, 同性 ($F(1,40) = 2.48, p = .123,$

$\eta_p^2 = .110$) および異性 ($F(1,40) = 2.27, p = .140, \eta_p^2 = .102$) の指摘の有無の単純主効果, 指摘なし条件における他者の性別の単純主効果 ($F(1,40) = 0.92, p = .343, \eta_p^2 = .044$) は有意ではなく, 指摘あり条件における他者の性別の単純主効果のみが有意であった ($F(1,40) = 4.51, p = .040, \eta_p^2 = .184$)。指摘なし条件では, 同性は異性よりも高くなることが示された。以上の結果より, 痩せたい女性では指摘により拒否回避欲求は変化せず, 痩せたくない女性では異性に指摘された時に比べ, 同性に指摘された場合に状態拒否回避欲求が上昇する傾向が示された。

体型ポジティブ印象予期では, 痩せたい女性における指摘の有無の主効果 ($F(1,35) = 6.66, p = .014, \eta_p^2 = .160$) と他者の性別の主効果 ($F(1,35) = 10.61, p = .002, \eta_p^2 = .233$) が有意であった。交互作用は有意ではなかった ($F(1,35) = 1.32, p = .258, \eta_p^2 = .036$)。痩せたくない女性については, 指摘の有無の主効果は有意であった ($F(1,20) = 6.20, p = .022, \eta_p^2 = .237$)。他者の性別の主効果 ($F(1,20) = 0.26, p = .616, \eta_p^2 = .013$), 交互作用 ($F(1,20) = 2.32, p = .143, \eta_p^2 = .104$) は有意ではなかった。以上の結果より, 痩せたい女性, 痩せたくない女性ともに指摘は体型ポジ

タイプ印象予期を増加させること、痩せたい女性では同性よりも異性と一緒にいる場面において体型ポジティブ印象予期が高まることが示された。

体型ネガティブ印象予期では、痩せたい女性における指摘の有無の主効果 ($F(1,35) = 13.57, p = .001, \eta_p^2 = .279$), 他者の性別の主効果 ($F(1,35) = 4.34, p = .045, \eta_p^2 = .110$) が有意であった。交互作用は有意ではなかった ($F(1,35) = 1.08, p = .307, \eta_p^2 = .030$)。痩せたくない女性についても指摘の有無の主効果は有意であった ($F(1,20) = 11.51, p = .003, \eta_p^2 = .365$)。他者の性別の主効果 ($F(1,20) = 0.08, p = .784, \eta_p^2 = .004$), 交互作用 ($F(1,20) = 2.79, p = .110, \eta_p^2 = .123$) は有意ではなかった。以上より、痩せたい女性、痩せたくない女性ともに指摘は体型ネガティブ印象予期を増加させること、痩せたい女性では同性よりも異性と一緒にいる場面において体型ネガティブ印象予期が高まることが示された。

考 察

実験2の目的は、他者からの指摘が女子大学生の瘦身願望および自己呈示に与える影響について明らかにすることであった。痩せたい女性と痩せたくない女性のいずれも、他者から体型に関する指摘をされると瘦身願望が高くなることが示された。この結果は実験1とも同様であり、高・大杉 (2021) や、釜谷・藤島 (2010) と一致する。また、本実験では、痩せたい女性において同性よりも異性と一緒にいる場面での瘦身願望が高くなる傾向が示された。性別に関連した効果が実験ごとに異なる理由は明らかではないが、本実験では自己呈示に関する質問を加えたことで自己意識が高まり、異性に対する瘦身願望が上昇した可能性も考えられる。

他者の性別と他者の指摘は、状態賞賛獲得欲求および状態拒否回避欲求は変化せず、体型ポジティブ印象予期および体型ネガティブ印象予期のみを上昇させることが示された。状態承認欲求では、部分的な交互作用効果は示されているものの、

痩せたい女性と痩せたくない女性で一貫しているわけではなく、頑健な傾向ではないと考えられる。一方で、体型印象管理予期については、指摘により、一貫して上昇しており、他者の指摘により瘦身願望と連動して変化する要因であると考えられる。

総合考察

自己不全感と自己呈示の観点による説明 (e.g., 馬場・菅原, 2000) は、個人属性と瘦身願望の関係を調べる研究で提案・支持されてきたが、他者の評価といった状況要因においても、その説明が当てはまるのかは明らかではなかった。そこで本研究は、自己不全感と自己呈示の2つの観点 (e.g., 馬場・菅原, 2000) において、他者の指摘が女子大学生の瘦身願望に与える影響について明らかにすることを目的とした。実験1では、他者からの体型に関する直接的な指摘が女子大学生の状態自尊感情および瘦身願望に与える影響、実験2では状態承認欲求、体型印象管理予期および瘦身願望に与える影響について検討した。その結果、他者の指摘は瘦身願望の上昇とともに状態自尊感情の減少を生じさせること (実験1)、状態承認欲求を変化させずに体型印象管理予期を上昇させること (実験2) が示された。以上より、他者の評価により自己不全感が生じる、または自己呈示による予期を生じさせることによって、瘦身願望を高めることが示された。すなわち、他者の評価といった状況要因においても自己不全感と自己呈示の観点による説明が当てはまることが示された。

本研究では、性別の違いによらず他者の指摘は瘦身願望が高まり、状態自尊感情が低くなることが示された。この結果は、自尊心 (自尊感情) と瘦身願望の間の負の相関関係を示す多くの研究 (e.g., 馬場・菅原, 2000) と一致する。すなわち、馬場・菅原 (2000) が想定した自己不全感に基づき瘦身願望が上昇するルートについて、個人属性だけでなく、他者からの指摘という状況要因についても示すことが出来た。体型に対して直接的に

指摘された場合には、自己不全感を生じさせる原因を瘦身という手段によって解決することができるため、多くの参加者の自尊感情の低下（自己不全感の上昇）が瘦身願望の上昇につながったと考えられる。ただし、本研究の結果は Mills & Miller (2007) のネガティブフィードバック実験とは一致しなかった。この実験では、自己の体重に対するネガティブフィードバックが与えられたが、状態自尊感情は低下しなかった。この操作では、「痩せた方が良い」と直接的に指摘されたわけではないため、自己不全感を感じるほどの影響はなかったのかもしれない。一方で、本研究のように「もっと痩せた方が良い」と直接的に体型を指摘された場面では、大きなストレスとなり、状態自尊感情が低下した可能性が考えられる。

また、他者の指摘は状態承認欲求を変化せず、体型印象管理予期のみを上昇させることが示された。これは、鈴木 (2012) の個人属性に関する研究で、瘦身願望に直接的な影響を及ぼすのは体型ポジティブ印象予期、体型ネガティブ印象予期であったことと一致する結果である。鈴木 (2012) では、賞賛獲得欲求が体型ポジティブ印象予期を経由して瘦身願望に影響するルートと、拒否回避欲求が体型ネガティブ印象予期を経由して瘦身願望に影響するルートがあることを提案している。他者の指摘は、このルートの承認欲求に関連する部分には影響せず、印象予期に関連する部分以降に影響を与え、瘦身願望を上昇させたと考えられる。

また、本研究の結果は、場面想定法を用いた鈴木 (2015) とも一致する。鈴木 (2015) では、買い物場面に比べて、海水浴場面で、体型印象管理予期および瘦身願望が高くなることが示された。海水浴場面では自分の体型を意識することで、他者の印象を管理するためのポジティブまたはネガティブな予期が高まり、それが体型に対する良い評価を得たいという瘦身願望につながったと説明されている。同様に、本研究では他者から直接的な体型に関する指摘が引き金となり、自己の体型

に対する意識が引き起こされ、印象管理予期および瘦身願望の上昇につながったと考えられる。

以上のように、本研究では他者から直接的な体型に関する指摘をされた場面を想定するように求めた実験により、他者からの指摘は、状態自尊感情が低くなること（実験1）、状態賞賛獲得欲求および状態拒否回避欲求を変化させず、体型印象管理予期を増加させること（実験2）が示された。他者の評価により自己不全感が生じる、または自己呈示による予期を生じさせることによって、瘦身願望を高めると考えられる。ただし、本研究では以下のような限界も考えられる。本研究は「場面想定」を用いていることから、本研究の知見は実生活での瘦身願望が上昇する状況の推定に留まっている。今後は、本研究で推定されたような瘦身願望が高まる状況が、現実場面において起こり得るのかについて検証が必要になる。また、今後の展望として、本研究の成果は自己不全感の解決策、または自己呈示の手段として過度のダイエット行動を行わないように介入する研究につながる可能性がある。自己不全感や印象管理への予期にとらわれてダイエット行動を行わないように、瘦身行動の目的について正しい認識を持つことにも役立つだろう。

引用文献

- 阿部美帆・今野裕之 (2007). 状態自尊感情尺度の開発 パーソナリティ研究, 16, 36-46.
- 馬場安希・菅原健介 (2000). 女子青年における瘦身願望についての研究 教育心理学研究, 48, 267-274.
- Henninger, F., Shevchenko, Y., Mertens, U. K., Kieslich, P. J., & Hilbig, B. E. (2022). lab.js: A free, open, online study builder. *Behavior Research Methods*, 54, 556-573.
- 釜谷真理恵・藤島喜嗣 (2010). 他者の言葉が女子大学生の瘦身願望へ及ぼす影響 学苑人間社会学部紀要, 832, 10-15.
- 清原直彦・檜山美希・本田未菜美・西村太志 (2012).

- 男女大学生における瘦身願望に影響を与える心理的諸要因の検討 広島国際大学心理臨床センター紀要, 11, 11-20.
- 高萍・大杉尚之 (2021). 他者の評価が女子大学生の瘦身願望に与える影響 山形大学大学院社会文化創造研究科社会文化システムコース紀要, 18, 1-8.
- 厚生労働省 (2019). 令和元年度国民健康・栄養調査結果の概要.
- Lange, K., Kühn, S., & Filevich, E. (2015). "Just Another Tool for Online Studies" (JATOS): An Easy Solution for Setup and Management of Web Servers Supporting Online Studies. *PloS One*, 10, e0130834.
- Mills, J. S., & Miller, J. L. (2007). Experimental effects of receiving negative weight-related feedback: A weight guessing study. *Body image*, 4, 309-316.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD: 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- 鈴木公啓 (2012). 瘦身願望および瘦身希求行動の規定要因—印象管理の観点から— 心理学研究, 83, 389-397.
- 鈴木公啓 (2015). 体型印象管理予期と他者の親密度および性別—瘦身を望む若年女性において— 実験社会心理学研究, 55, 50-59.
- 鈴木公啓 (2017). 痩せという身体の装い: 印象管理の視点から ナカニシヤ出版
- 鈴木公啓・本田周二 (2011). 特性承認欲求の安定性の確認, および, 状態承認欲求の行動規定因としての性質についての予備的検討 東洋大学大学院紀要, 47, 29-43
- 竹内聡・早野順一郎・神谷武・堀礼子・向井誠時・藤波隆夫 (1991). ボディイメージとセルフイメージ (第1報) —中学生712名におけるアンケート調査 心身医学, 31, 367-373.
- 田崎慎治・今田純雄 (2004). 大学生男女における自尊感情と瘦身願望の関係 広島修大論集, 45, 17-37.
- 田崎慎治 (2006). 痩せ願望と食行動に関する研究の動向と課題 広島大学教育学研究科紀要, 55, 45-52.
- 田崎慎治 (2007). 大学生における瘦身願望と主観的健康感, および食行動との関連 健康心理学研究, 20, 56-63.
- Tiggemann, M. (1994). Gender differences in the interrelationships between weight dissatisfaction, restraint, and self-esteem. *Sex roles*, 30, 319-330.
- 浦上涼子・小島弥生・沢宮容子 (2013). 男女青年における瘦身理想の内在化と瘦身願望との関係についての検討 教育心理学研究, 61, 146-157.

The effects of Friends' Weight-Related Criticisms on Japanese Female Undergraduates' Desire to Lose Weight in Self-inadequacy and Self-presentation

GAO Ping

OSUGI Takayuki

Previous studies have examined the relationship between the desire to lose weight and personal attributes, such as the influence of feelings of self-deficiency and self-presentation. However, it is not only personal attributes that influence the desire to lose weight but also situational factors, such as other people's comments. It remains unclear whether one's desire to lose weight is influenced by the effects of negative opinions expressed by others about their body. This study consists of two experiments. In Experiment 1, female undergraduate students were asked to imagine their male and/or female friends pointing out their weight-related physical flaws. The participants then completed a questionnaire regarding their desire to lose weight (11 self-rated items) and state self-esteem (9 self-rated items). In Experiment 2, a different group of participants was asked to imagine the same situation and complete a questionnaire regarding the need for approval as a state (6 self-rated items) and body outcome expectancy (2 self-rated items). The results revealed that other people's negative opinions about one's body increased their desire to lose weight and body outcome expectancy, while decreasing their state self-esteem. These findings suggest that other people's negative opinions contribute to an increased desire to lose weight due to a sense of self-inadequacy arising from the criticism of others and expectations related to self-presentation.

