

摂食行動の認知

中 里 浩 明
滝 野 匡 悦

Summary

Social Perception of Eating Behavior

Hiroaki Nakazato

Masayoshi Takino

Eighty female subjects were asked to read a food diary attributed to male and female targets, who were portrayed as eaters of either small meals or large meals. Then they were required to estimate the target on the impression judgement scales. The subjects considered that both male and female targets who ate large meals were significantly more masculine, and more likely to possess stereotypically instrumental personality traits (competitiveness, self-confidence, feelings of superiority, etc.). On the other hand, the targets of small meals were seen to be thinner, more concerned about her/his appearances, and more prone to dieting, in spite of their similar age, height and weight. We have come to the conclusion that the food amount eaten would more strongly affect subjects' inferences about the female targets, consistent with the Chaiken & Pliner's (1987) hypothesis.

ここ何年か前から、わが国を含めて工業化の進んだ社会では、摂食行動、体形や身体像、体重の増減、ダイエットやシェイプ・アップなど、食物と身体をめぐる関係に、人々の、多大の関心が向いている。各種のスポーツやフィットネスクラブが競い立ち、健康産業が隆々たる地歩を築きつつあるかに見える。

盛り上がった関心という訳であるが、その強度には、かなりの性差が認められるようだ。欧米の知見を、ここで、少し要約しよう。

女性とは、男性と比較して、①体重とその減少、食物や食事摂取に高い関心を持っている (Garner, Garfinkel, Schwartz & Tompson, 1980; Silverstein, Perdue, Peterson & Kelly, 1986; Silverstein, Perdue, Peterson, Vogel & Fantini, 1986), ②自らの身体や体形に、大いなる不満を示している (Cash, Winstead & Janda, 1986), ③自分を太り過ぎだと嘆きがちである (Polivy, Garner & Garfinkel, 1986), ④ダイエットを頻繁に繰り返している (Rodin, Silverstein & Striegel-Moore, 1985), ⑤摂食障害 eating disorders (神経性無食欲症 anorexia nervosa, 大食症 bulimia) の罹患率が高い (Bruch, 1978; Garfinkel & Garner, 1982)。この点は、邦文献にも詳しく記述されている (下坂, 1983; 末松・河野・玉井・馬場, 1985)。

身体—女らしさの関連についても、幾つかの研究が見受けられる。

例えば、(a)身体的魅力と女らしさの認知の側面では、女性は、自らの外見に一層配慮し、得意になったり、嘆息を漏らしたりする。また、身体的魅力に富む女性は、より女らしい、と評定されていた (Gillen, 1981)。(b)体重と魅力との関連では、審美的基準で女性を評定すると、痩せ型、がっちり型、肥満型、の順に、好感が持たれていた (Stewart, Tutton & Steele, 1973)。(c)理想の体形や、異性から見て好ましいと思う体形は、当該女性の現実の体形より、遙かに細身であった (Fallon & Rozin, 1985), 等々である。

さて、Chaiken & Pliner (1987) は、このような、身体—摂食—女らしさにまつわる関心や研究の奔流のなかで、特に、食事量と性別役割の関係の認知について、次のような仮説を立てた。

食物摂取と体重に対する関心の高まり、それは、女性のために文化的に規定された属性を所有したり、その手の行動を取りたいとの、女性の願望を、ある程度、反映している。「食事を軽く」が、女性の性別役割に適切な行動であり、その結果、少量の食物をとる女性は、多量の食物摂取者よりも、一層女性的だと認知されるであろう。こういうことである。

そこで、われわれは、Chaiken & Pliner (1987) の仮説なり発見結果が、わが国において、果して、妥当するものかどうかを検討しようと試みた。いわば、準拠研究ではあるが、単なる追試ではないものを狙っている。

方 法

被験者

3 グループで、実験を実施。女子学生80名。4 条件（刺激人物の男女×食事量の多少）に、20名ずつ均等配分した。平均の、年齢は、19.68 歳、身長・体重は、158.84 cm、50.41 kg であった。

手続きと測定用具

現代人の摂食行動（食の心理と行動）について調べていると説明して、4 頁の小冊子を被験者に配布した。1 頁目は、『食事日誌』と表題し、昨日の朝食・昼食時に、食べたり飲んだりしたものを、ドレッシングなども含めて、自由に記述してもらった。併せて、被験者確認用のペンネーム、性別、年齢、体重を、記入する箇所を設けて置いた。この『食事日誌』は、後に続く、刺激人物の『食事日誌』の信憑性を保証せんとするとともに、事情に通じてもらっておこうとの主旨を秘めていた。

2 頁目からが、本来の調査票である。「どんな食べ物を、どの程度とるかということのなかに、その人らしさが表れている場合もあります。」と述べ、次頁の『食事日誌』を読んで、記載者のイメージを形成してもらったのである。その際、ペンネームを、判断の材料にすることを差し控えてもらう旨の教示を与えた。

3 頁目には、問題の『食事日誌』を挟んだ。体裁は、先程、被験者本人に記入してもらっていたのと同じである。ペンネームとしては、さゆり、マドンナ、ひがし、ロッキーなどを用いた。年齢は、19と20歳であった。身長・体重は、刺激人物が女性の場合、平均、159.5 cm、47.5 kg、男性の場合、169.5 cm、59.5 kg とした。いずれも標準的で、被験者集団とだいたい類似しているように心掛けた。

食事量の条件であるが、これは、少食と多食に2分割した。少食は、朝・昼食ともに少なく、多食は、ともに多く摂取していた。各条件とも、4 種用意し、洋風と和風に分かれていた。

少食条件の朝食は、「クロワッサン、レモンティー」、または、「ごはん、みそ汁、焼きのり」、昼食は、「ピザトースト、オレンジジュース」、または、「ざるそば、ウーロン茶」であり、これらを組み合わせて、少食の刺激人物、男女2人ずつを作成した。朝・昼食のカロリーは、500 kcal 以下に抑えた。

対して、多食条件の朝食は、「バタートースト2枚、コーンスープ、オムレツ（ベーコン、玉葱のみじんぎり入り）、野菜サラダ・マヨネーズ、グレープフルーツ半分・砂糖かけ、コーヒークリーム」、または、「ごはん、赤出し、ハムエッグ、焼き魚（アジ）、煮豆、漬物」であった。昼食は、「天丼（えび2,）、だしまき、おひたし、アイスクリーム、ミックスサンド（ツナ、ハム、玉子入り）、ミルク」、または、「トンカツランチ、野菜サラダ（フレンチドレッシング）、コーラ、アイスクリーム、チョコレートケーキ、ポテトチップス少々」、というものであった。これらを組み合わせて、こちらも、多食の男女刺激人物を2人ずつ作成した。1500 kcal は超えていると思われる。

4 頁目には、「記載者を、どんな人物だと思うか」と尋ねるための用具、つまり、印象判断用の尺度を並べた。これは、25項目からなる、5段階の、単極性尺度で、2部分から構成されていた。

その一つは、Spence & Helmreich (1978) の手になる、個人的属性質問紙 (Personal Attributes Questionnaire) の、東・小倉訳 (1984) の修正版であった。男性度と女性度、より正確には、道具性 (instrumentality) と表出性 (expressiveness) を測定せんとしたものである。この尺度は、元来、双極性ではあるが、反応の出やすさを考慮して、関連する、一方の属性のみを残し、作成した。道具性関連項目には、「自立的な、能動的な、競争的な、決断の速い、簡単にあきらめない、自信のある、優越感を持つ、圧力に耐える」の、8つがあった。また、表出性関連項目には、「感情的な、献身的な、おとなしい、人を援助する、親切的な、人の気持ちに心を配る、人を理解する、人に温かく接する」の、8つがあった。

これら16項目に加えて、「男らしい、女らしい、大食家の、容姿に気を配る、すらりとした、健康的な、欲求不満のある、ダイエットしている、好感の持てる」の、9項目、計25項目で、印象判断のための尺度は構成してあった。

結 果

実験操作のチェック

データは、まず、2 (刺激人物の性別) × 2 (食事量の多少) の分散分析で処理した。刺激人物の摂取食物量が正確に認知されているか否かは、チェックポイントの要所である。少量摂取条件に想定した人物は、多量摂取条件の人物よりも、摂取された食事量は有意に少ないと評定されていた [$M = 1.45$ vs 4.08 , $F(1,76) = 238.31$, $p < .001$]。従って、実験操作は、うまくいったと言える。

男らしさと女らしさの認知

食事の量と男らしさ、女らしさの認知を見ることにしよう。まず、男らしさとの関係では、男女とも、多量摂取者のほうが、少量摂取者よりも、より男らしい (男性的) と見なされていた [$M = 2.93$ vs 2.05 , $F(1,76) = 15.08$, $p < .001$]。また、当然ながら、男性のほうが、女性よりも、男らしいと評定されていた [$M = 2.85$ vs 2.13 , $F(1,76) = 10.36$, $p < .01$]。

女らしさとの関係では、食事の量は、余り目立った差異を生まず、むしろ、女性であるから、男性と比べて、より女らしい (女性的) と、単純に判定されているかのようであった [$M = 3.63$ vs 2.40 , $F(1,76) = 28.57$, $p < .001$]。

道具性と表出性の認知

①個人的属性質問紙 (PAQ) のうち、道具性8項目、表出性8項目に対する評定を、それぞれ合算し、指標化した。道具性に関して、多量摂取の人物ほど、少量摂取の人物よりも、一層、道具的であると判断された [$M = 27.25$ vs 22.65 , $F(1,76) = 27.50$, $p < .001$]。また、女性、特に多量摂取の女性は、とりわけ、道具的であると評定されていた [$M = 29.60$ で、最高値]。

他方、表出性に関しては、有意な差異は全く認められなかった。

②尺度の信頼性を吟味するため、16項目に対する反応の因子分析を実施した。固有値は、第1因子が3.85、第2因子が3.45であり、第3因子は1.30であった。第2因子までの累積寄与率は45.60%で、第3因子以降の寄与率が著しく低下していたため、意味のある因子は、第2因子までと判断した。主因子解の後、ヴァリマックス回転をして、因子の内容を捕捉しやすくした。

第1因子は、「親切的な、人を理解する、人を援助する、人の気持ちに心を配る、人に温かく接する」の負荷量の高さから（いずれも、.65以上）、やはり、〈表出性〉と見なし得よう。

第2因子は、「自信のある、競争的な、優越感を持つ」の数値の高さから（いずれも、.65以上）、〈道具性〉関連次元と推察された。「決断の速い、能動的な」という項目も、この次元にまつわりついているようだ。

他の項目は、訳語の故か、曖昧かつ不適切な現れ方をしているため、それらを削除して、以上の10項目を基に、摂食行動と、道具性・表出性の認知との関係を、再検討することにした〔註1〕。

今回も、道具性に関して、男女とも、多量摂取者は、少量摂取者よりも、一層道具的だと見なされていた [$M = 17.45$ vs 13.83 , $F(1,76) = 36.15$, $p < .001$]。傾向は、前述と同様だが、一層、すっきりした形になってきたと言える。他方、表出性に関しては、相変わらず、差が見出されなかった。

③個人的属性質問紙（PAQ）の、個々の項目について、概略的に見てみよう。まず、道具性関連項目で、男女とも、多量摂取者が、少量摂取者よりも、「競争的な」 [$M = 3.30$ vs 2.33 , $F(1,76) = 19.10$, $p < .110$]、「優越感を持つ」 [$M = 3.40$ vs 2.98 , $F(1,76) = 14.95$, $p < .001$]、「自信を持つ」 [$M = 3.63$ vs 3.00 , $F(1,76) = 10.25$, $p < .01$] 人物だと、明確に判断されていた。「決断の速い」も、その方向に沿った現れ方をしていた [$M = 3.55$ vs 3.13 , $F(1,76) = 3.85$, $p < .10$]。

なかでも、女性の多量摂取者は、最も自信に富み [$M = 4.05$ で、最高値]、優越感を持っている [$M = 3.85$ で、最高値]、しかも、「圧力に耐える」 [$M = 3.50$, $F(1,76) = 4.04$, $p < .05$, 交互作用]と認知されていた。「簡単にあきらめない」も、多量摂取の女性で、最も高い数値になっている [$M = 3.90$]。しかし、この項目では、女性を該当とする性差の主効果 [$F(1,76) = 8.60$, $p < .01$] も、多量摂取者を該当とする食事量の主効果 [$F(1,76) = 11.57$, $p < .01$] も、ともに見出された。同様のことは、「自立的な」という項目にも当てはまり、多量摂取の女性で最高値である [$M = 3.50$]。とはいえ、なぜか、女性を該当とする主効果も見出されている [$F(1,76) = 7.21$, $p < .01$]。

他方、表出性関連項目では、総じて、顕著な傾向が窺いにくかった。ただ、男女とも、少量摂取者のほうが、多量摂取者よりも、「おとなしい」 [$M = 3.35$ vs 2.10 , $F(1,76) = 35.66$, $p < .001$] と見なされていた。また、女性のほうが、男性よりも、「献身的な」 [$M = 2.88$ vs 2.33 , $F(1,76) = 6.91$, $p < .05$] 人物だと判断されていた。

「感情的な、親切的な、人の気持ちの心を配る、心を理解する、人に温かく接する」に関しては、

いずれの効果も出なかった。「人を援助する」では、摂取量の多少に差異がみられ、多量摂取者の数値のほうが、予測とは逆に高かった [$M = 3.00$ vs 2.55 , $F(1,76) = 4.71$, $p < .05$]。

容姿へのこだわりの認知

少量摂取者が、多量摂取者よりも、一層、該当すると認知されていた項目には、まず、「容姿に気を配る」 [$M = 4.00$ vs 2.78 , $F(1,76) = 24.41$, $p < .001$] がある。この項目には性差もあり [$F(1,76) = 4.48$, $p < .05$]、併せると、女性の少食者が、最も該当すると見られているようである [$M = 4.25$ で、最高値]。

同様の傾向は、「すらしとした」、「ダイエットしている」でも見受けられる。すらしとした人物は、男女とも、少食者に該当し [$M = 3.95$ vs 2.93 , $F(1,76) = 16.54$, $p < .001$]、性差もあることで [$F(1,76) = 6.15$, $p < .05$]、とりわけ、女性の少食者に当てはまるようだ、交互作用までは見られないけれども。

ダイエットしている人物に関しては、性差はなく、食事量の差のみ見出された [$M = 3.50$ vs 1.33 , $F(1,76) = 108.87$, $p < .001$]。女性の少食者の数値が、なかでも、最も高い [$M = 3.75$]。

その他の指標（健康・欲求不満・好感評定）

「健康的な」人物だと目されているのは、やはり、多量摂取者である [$M = 4.30$ vs 2.85 , $F(1,76) = 37.60$, $p < .001$]。それも、女性の多量摂取者が、特に、健康的だと認められている [$M = 4.75$ で、最高値。交互作用, $F(1,76) = 5.41$, $p < .05$]。

「欲求不満のある」人物だと、やや見られがちなのは、少食の女性であった [$M = 3.25$ で、最高値。食事量の主効果と交互作用、どちらも, $F(1,76) = 5.88$, $p < .05$]。

「好感の持てる」のは、多食の刺激人物に対してであり [$M = 3.67$ vs 2.75 (少食者), $F(1,76) = 21.03$, $p < .001$]、とりわけ、その範疇の女性に対してであった [$M = 3.90$ で、最高値]。これには、中程度が多かったという、女性被験者本人の摂食行動が、なにほどこか、影響しているのかも知れない。

考 察

概括しよう。

①食事の量が多いと、その人物は、男らしい（男性的）と認知されている。これに対して、食事の量が少ないと、その人物は、女らしい（女性的）と見られると予測したのであるが、結果は明瞭ではなかった。

②食事の量が多いと、それだけで、他の条件は同一にもかかわらず、道具的であろう、即ち、競争的で、優越感を持ち、自信に富んでいて、決断も速いのではないかと認知されていた。しかも、その人物が女性の場合には、この事情は特に該当し、なおかつ、圧力に耐え、簡単にはあきらめないようだとも推断されている。加えて、おとなしいとも見られていないのである。

③身長・体重は同量だったのであるが、『食事日誌』に記載された食事量が少ないだけで、特に女性の場合、容姿に気を配り、すらしとしていて、ダイエットの最中であると見なされてい

た。

④多量摂取者、とりわけ、女性の多量摂取者は、健康的であり、好感が持てると、印象判断されていた。

ということであるが、要は、女性は、男性と比較して、食物摂取量の多寡に基づいて、ステレオタイプの判断や推論を下される傾向が一層強い、と結論することができる。われわれの被験者は、女性ばかりであったが、男性をまじえても、僅少な相違は出るにしろ、Chaiken & Pliner (1987) のごとく、類似した結果をみたことであろう [註 2]。

いずれにしろ、女性が軽い食事をしている場合には、いかにも「女らしいという社会的アイデンティティ」が、周りに、放射されるのであろう。その結果、女らしさにまつわる性格特性が、どんどん付与されてくる。逆に、大食らいであると知られては、殊のほか、女らしさを欠くことになり、それは、不適切な行動であり、風変りな女性ではないかと即断されてしまいかねない。

容姿に気を配り、すらりとしていることが、社会規範として、特に、求められてきている以上、女性にとっては、節食や食事制限が、必然、眼前の課題とならざるを得ないようである。

とはいえ、「軽い食事をとることと、重い食事をとることとは、両性に対して、分化的に適用可能な行動次元である」(Chaiken & Pliner 1987, p. 172) とまでは、われわれの、今回の結果からは断定できない。重ねて言えば、女性に対しては、より極端な反応がなされているとはいいながら、食事量が、男女の性別役割を截然と切り分けている、とまでは窺い得なかった。方法に帰せられるべきものか、文化差なのか、判然とせず、この点は、保留しておくしかないそうだ [註 3]。

引き続く研究のなかで、Mori, Chaiken & Pliner (1987) は、初対面の、魅力的な男性と同席した女性は、望ましくない男性とか、気の置けないであろう、女性と同席した場合よりも、卓上のナッツやスナックフードの消費量が著しく少なかった、という結果を見出している。この例では、刺激人物に対する認知ではなく、被験者本人の行動が問題とされ、女らしさの自己呈示のありようが、はしなくも覗いている。ここいらは、追試を待つまでもなく、わが文化においても、十分に妥当する行動様式であろう。

ともあれ、「摂食規制と女らしさの自己呈示」に関する模索を、われわれは、現在継続中であり、本編を、その第一報としたい。

註

1. 実際のところ、この尺度には、必ずしも適切とは言えない箇所がある。意味内容を、より明確にして、例えば、次のごとくに是正すべきであろう。自立的な→人に頼らない、または、独立心の強い、感情的な→感情を表に出す、能動的な→活動的な、おとなしい→優しい、簡単にあきらめない→簡単にはギブアップしない、圧力に耐える→圧力に屈しない。
2. われわれの実験では、Chaiken & Pliner (1987) ほど、摂食量と女らしさの認知との間に、すっきりした結果を見なかった。種々の原因が想定されるが、一つには、摂食量の多少の違いがある。彼女らの場合、Large が 2142.0 kcal, Small が 333.5kcal と設定され、両者の開きが大きいので

ある。二つには、日米の摂食文化の違いが考慮される。

3. 被験者こげ：「食べ方を見ないと、なかなか、印象判断しにくい。」、という事情もある。

引用文献

- 東清和・小倉千加子 (1984). 性役割の心理 大日本図書
- Bruch, H. (1978). *The golden cage: The enigma of anorexia nervosa*. Cambridge: Harvard University Press. (ブルック 岡部祥平・溝口純二訳 1979 思春期やせ症の謎—ゴールデンケージ—星和書店)
- Cash, T. F., Winstead, B. A., & Janda, L. H. (1986). The great American shape-up. *Psychology Today*, April, 30-37.
- Chaiken, S., & Pliner, P. (1987). Women, but not men, are what they eat: The effect of meal size and gender on perceived femininity and masculinity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 13, 166-176.
- Fallon, A. E., & Rozin, P. (1985). Sex differences in perceptions of disirable body shape. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 102-105.
- Garfinkel, P. E. & Garner, D. M. (1982). *Anorexia nervosa: A multi-dimensional perspective*. New York: Brunner/Mazel.
- Garner, D. M., Garfinkel, P. E., Schwartz, D., & Thompson, M. (1980). Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports*, 47, 483-491.
- Gillen, B. (1981). Physical attractiveness: A determinant of two types of goodness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 177-281.
- Mori, D., Chaiken, S., & Pliner, P. (1987). "Eating lightly" and the self-presentation of femininity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 693-702.
- Polivy, J., Garner, D. M. & Garfinkle (1986). Causes and consequences of the current preference for thin female physiques. In C. P. Herman, M. P. Zanna, & E. T. Higgins (Eds.), *Physical appearance, a stigma and social behavior: The Ontario Symposium* (Vol. 3, pp. 89-112). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Rodin, J., Silberstein, L., & Striegel-Moore (1985). Women and weight: A normative discontent. In T. B. Sonderegger (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 32. Psychology and gender* (pp. 267-307). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Silverstein, B., Perdue, L., Peterson, B., & Kelly, E. (1986). The role of the mass media in promoting a thin standard of bodily attractiveness for women. *Sex Roles*, 14, 519-532.
- Silverstein, B., Perdue, L., Peterson, B., Vogel, L., & Fantini, D. (1986). Possible causes of the thin standard of bodily attractiveness for women. *International Journal of Eating Disorders*, 5, 907-916.
- 下坂孝三編 (1983). 食の病理と治療 金剛出版
- Spence, J. T., & Helmreich, R. L. (1978). *Masculinity and femininity*. Austin: University of Texas Press.
- Stewart, R. A., Tuttle, S. J., & Steel, R. E. (1973). Stereotyping and personality: Sex differences in perception of physiques. *Perceptual and Motor Skills*, 36, 811-814.
- 末松引行・河野友信・玉井一・馬場謙一編 (1985). 神経性食思不振症 医学書院

(原稿受理 1988年11月28日)