

大学生アスリートの摂食障害予防に向けた基礎研究

—大学生アスリートとその親、コーチの完全主義がアスリートの摂食障害症状に与える影響—

栗林 千聡*, **

武部 匡也*** 岸田広平**, **** 佐藤 寛*

抄録

本研究は、アスリート、親、コーチの完全主義とアスリートの摂食障害症状との関連を検討することを目的とした。体育会系部活動に所属している大学生72名（男性31名、女性41名、平均年齢19.72歳、 $SD=1.31$ 歳）を分析対象とし、Eating Disorder Diagnostic Scale DSM-5 version 日本語版と Multidimensional Perfectionism Scale 日本語版 (MPS) を使用した質問紙調査を行った。

共分散構造分析を行った結果、アスリート、親、コーチの完全主義と摂食障害症状との関連は認められなかった。次に、多母集団同時解析を行った結果、男性アスリートにおいては、完全主義の形成にコーチの完全主義が影響していたが、親の完全主義の影響は受けていなかった。一方、女性アスリートにおいては、完全主義の形成に親の完全主義が影響していたが、コーチの完全主義の影響は受けていないことが明らかになった。得られた結果をもとに、アスリートの摂食障害の予防について議論された。

キーワード：摂食障害、アスリート、完全主義、コーチ、親

* 関西学院大学 〒662-8501 兵庫県西宮市上ヶ原一番町 1-155

** 日本学術振興会特別研究員 〒102-0083 東京都千代田区麴町 5-3-1

*** 立正大学 〒141-8602 東京都品川区大崎 4-2-16

**** 同志社大学 〒〒610-0394 京都府京田辺市多々羅都谷 1-3

Fundamental research for prevention of eating disorders in university student athletes

—The effect of athletes, parents, and coach's perfectionism on eating disorder symptoms in athletes—

Chisato Kuribayashi ^{*,**}
Masaya Takebe^{***} Kohei Kishida^{** ,****} Hiroshi Sato^{*}

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between athletes, parents' and coach's perfectionism and athletes' eating disorder symptoms. University athletes (31 male, 41 female, $M = 19.72$, $SD = 1.31$) were asked to complete the Japanese version of the Eating Disorder Diagnostic Scale - DSM-5 version and the Multidimensional Perfectionism Scale (MPS).

A structural equation modeling (SEM) was conducted, and no associations were found between athletes, parents, and coach's perfectionism and eating disorder symptoms. A multi-group SEM indicated that male athletes' perfectionism was affected by the coach's perfectionism, but not by parental perfectionism. On the other hand, female athletes' perfectionism was affected by parental perfectionism, but not by the coach's perfectionism. Based on the results, prevention of eating disorders in athletes is discussed.

Key Words : eating disorder, athlete, perfectionism, coach, parent

* Kwansei Gakuin University, 1-1-155 Uegahara, Nishinomiya, Hyogo 662-8501

** Japan Society for the Promotion of Science Kojimachi Business Center Building, 5-3-1 Kojimachi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0083

*** Rissho University, 4-2-16 Osaki, Shinagawa Ward, Tokyo 141-8602

**** Doshisha University, 1-3 Tatara Miyakodani, Kyotanabe-shi, Kyoto-fu 610-0394

1. はじめに

アスリートの競技人生に悪影響を与えるメンタルヘルスの問題の一つに、摂食障害がある。摂食障害は食行動の異常を問題とした精神疾患であり、アスリートの摂食障害は一般学生よりも有病率が高い。また、摂食障害の有病率には男女差が存在し、一般的には女性アスリートにおいて有病率が高いことが指摘されている (Bratland-Sanda & Sundgot-Borgen, 2013)。摂食障害の罹患は本人の望まない競技引退に直結することや、競技引退後の人生においても大きな影響を与えることから、発症前の予防的な支援が求められる (Joy et al., 2016)。

アスリートの摂食障害の発症に影響するリスク要因として完全主義が挙げられる。完全主義とは、過度に完全性を追求するパーソナリティであり (Flett & Hewitt, 2002)、近年では、完全性を自己に求める、自己志向的完全主義 (self-oriented perfectionism)、完全性を他者に求める、他者志向的完全主義 (other-oriented perfectionism)、完全性を他者から求められていると感じる、社会規定的完全主義 (socially prescribed perfectionism) の3次元で捉えられている。完全主義はアスリートの摂食障害の発症に影響を与えるリスク要因であることが報告されており (Haase et al., 2002)、完全主義に焦点を当てたアプローチが求められている。

アスリートの完全主義の形成や摂食障害の発症には、アスリートにとって重要な他者である親とコーチの影響が関連している。アスリートの完全主義に着目し、その形成過程を検討した Appleton et al. (2010) は、親を完全主義であると認知しているアスリートほど、完全主義傾向が強いことを報告している。コーチから受ける体型や体重に関するプレッシャーは、アスリートの摂食障害の発症に影響することや (Swoap & Murphy, 1995)、コーチからの批判的なコメントを受けたアスリートはそうでないアスリートと比べて食行動の異常を報告している (Kerr et al., 2007)。このようにアスリートの完全主義や摂食障害には、親やコーチの影響が強いことが考えられる。しかしながら先行研究では、親やコーチによって形成された完全主義とアスリートの摂食障害症状との関連については明らかにされていない。

2. 目的

本研究は、アスリートの摂食障害と完全主義との関

連について明らかにし、アスリートの摂食障害への予防的な示唆を得ることを目的とする。具体的には、(1) アスリートの完全主義と、(2) 親とコーチの完全主義 (親とコーチが完全主義であるとアスリートが認識している程度) を測定し、(1)、(2) の変数とアスリートの摂食障害症状との関連を明らかにする。さらに、摂食障害の男女差に着目し、性差についても検討を行う。

3. 方法

調査対象者

体育会系部活動に所属している大学生 125 名 (男性 58 名, 女性 67 名, 平均年齢 19.78 歳, $SD = 1.17$ 歳) を対象に実施した。対象者のうち、回答ミスや記入漏れがあったものを除いた 72 名 (男性 31 名, 女性 41 名, 平均年齢 19.72 歳, $SD = 1.31$ 歳) の回答を対象とした。分析対象者の所属クラブは、サッカー部 37 名 (51%), チアリーディング部 30 名 (42%), アイスホッケー部 4 名 (6%), テニス部 1 名 (1%) であった。

調査方法と倫理的配慮

2018 年 9 月 - 10 月に、運動部活動の責任者に研究趣旨を説明した後、調査協力に了解が得られた部活動には質問紙と依頼書を配布した。倫理的配慮として、対象者には研究趣旨、データの処理方法、個人情報への守秘、調査協力の任意性について書面又は口頭で説明を行い、同意した者のみ質問紙に回答してもらった。本研究は、第一著者の所属先の大学内研究倫理委員会の承認を得て実施した。

調査材料

(a) フェース項目 (性別, 年齢, 競技種目)

(b) 摂食障害症状

Eating Disorder Diagnostic Scale DSM-5 version 日本語版 (Kuribayashi et al., 2018) を使用した。EDDS DSM-5 version 日本語版は、DSM-5 に基づいて作成された摂食障害症状を測定するための自己評価式の質問紙である。23 項目で構成され、信頼性と妥当性が確認されている。

(c) 完全主義傾向

Multidimensional Perfectionism Scale 日本語版 (MPS; 大谷・桜井, 1995) を使用した。MPS は自己志向的完全主義, 他者志向的完全主義, 社会規定的完全主義の 3 因子 45 項目からなる自己評価式の質問紙であり、信頼性と妥当性が確認されている。コーチおよび親の完全主義を測定するために、Appleton et al., (2010) を参考にして教示および項目の一部を修正し

て使用した (例:「することは、完璧にしないと安心できない。」→「することは、完璧にしないと安心できないとコーチは思っている。」)。

4. 結果

アスリート、親、コーチの完全主義と摂食障害症状、Body Mass Index (BMI) との関連を検討するために、各変数間の相関係数を算出した。全体の相関行列を Table 1, 男女別の相関行列を Table 2 に示す。相関係数を算出した結果、アスリート、親、コーチの完全主義と摂食障害症状および BMI との関連は認められなかった (摂食障害症状: $r = .07 \sim .09$; BMI: $r = .04 \sim .17$)。男性においては、BMI が高いほど摂食障害症状が高まる可能性が示された。

Table 1
本研究で用いられた尺度の相関行列

	摂食障害 症状	アスリート の完全主義	コーチの 完全主義	親の 完全主義	BMI
摂食障害症状	-				
アスリートの完全主義	.09	-			
コーチの完全主義	.08	.13	-		
親の完全主義	.07	.38**	.26*	-	
BMI	.02	.04	.10	.17	-

注)
* $p < .05$, ** $p < .01$

Table 2
本研究で用いられた尺度の男女別の相関行列

	摂食障害 症状	アスリート の完全主義	コーチの 完全主義	親の 完全主義	BMI
摂食障害症状	-	.16	.19	.06	.32†
アスリートの完全主義	.04	-	.52**	.34†	.04
コーチの完全主義	-.02	-.12	-	.62***	.15
親の完全主義	.13	.41**	.04	-	.16
BMI	.13	.10	.18	.09	-

注)
上段 = 男性, 下段 = 女性
† $p < .10$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

親とコーチの完全主義がアスリートの完全主義を形成し、摂食障害症状に影響するかを検討するために共分散構造分析を行った (Figure 1)。パラメータの推定には最尤推定法を使用し、適合度指標には Goodness of fit index (GFI), Comparative fit index (CFI), Root mean square error of approximation (RMSEA) を用

いた。分析の結果、親の完全主義はアスリートの完全主義に有意な正の標準化係数を示した ($\beta = .37, p < .05$)。しかしながら、アスリート、親、コーチの完全主義は摂食障害症状に影響していなかった。モデルの適合度は GFI = 1.00, CFI = 1.00, RMSEA = .11 であった。

このパスモデルの性別による違いの有無を検討するために、多母集団同時解析を用い、男性と女性の対象者をそれぞれグループ化した上で、親とコーチの完全主義がアスリートの完全主義を形成し、摂食障害症状に影響するかを検討した (Figure 2)。分析の結果、男性においてはアスリートの完全主義の形成にコーチの完全主義が影響していたが ($\beta = .41, p < .05$)、親の完全主義の影響は受けていなかった。一方、女性においては、アスリートの完全主義の形成に親の完全主義が影響していたが ($\beta = .50, p < .05$)、コーチの完全主義の影響は受けていないことが明らかになった。モデルの適合度は GFI = 1.00, CFI = 1.00, RMSEA = .11 であった。なお、パラメータ間の差の検定を行ったところ、コーチの完全主義からアスリートの完全主義へのパスについて男女のパス係数の間に有意差が認められた ($p < .01$)。

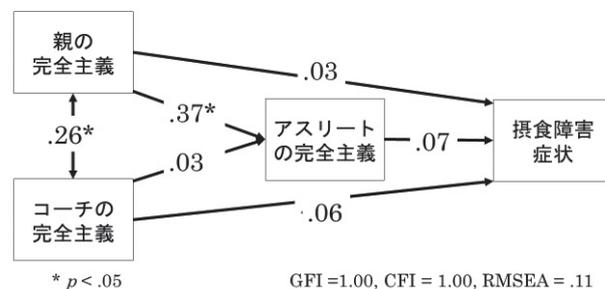


Figure 1 アスリートと親およびコーチの完全主義と摂食障害症状との関連 (全対象者)

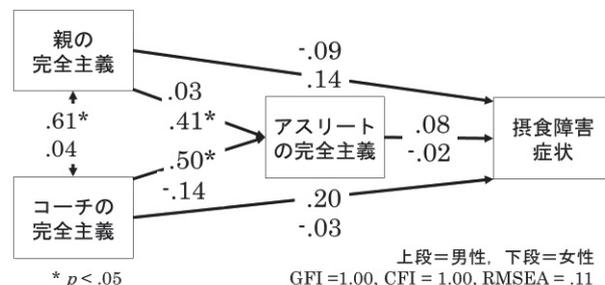


Figure 2 アスリートと親およびコーチの完全主義と摂食障害症状との関連 (男女別)

5. 考察

本研究の目的は、アスリート、親、コーチの完全主

義とアスリートの摂食障害症状との関連性を検討することであった。本研究の結果から、アスリート、親、コーチの完全主義と摂食障害症状および BMI との関連性は認められなかった。男女差を検討したところ、男性アスリートの完全主義の形成にはコーチの完全主義が影響していたが、親の完全主義の影響は受けていなかった。一方、女性アスリートの完全主義の形成には親の完全主義が影響していたが、コーチの完全主義の影響は受けていないことが明らかになった。

本研究において、アスリートの完全主義と摂食障害との関連性は認められないことが明らかになった。Haase et al. (2003) は、アスリートの完全主義と摂食障害の関連性を検討し、完全主義は摂食障害を予測することを示しており、本研究の結果とは相違が認められた。結果が異なった要因として、摂食障害の症状を測定する尺度の差異が考えられる。従来、摂食障害症状を測定する尺度としては *Eating Attitude Test-26* (EAT-26; 馬場・坪井, 1993) などが多く用いられてきたが、スクリーニングを目的として作成された質問紙が多く、診断基準を査定することはできない。本研究で使用した EDDS DSM-5 version 日本語版は DSM-5 に基づく摂食障害の症状を測定するものであったことから、臨床群に対する測定精度が高い尺度であった可能性があり、先行研究の結果とは異なった可能性が考えられる。

親とコーチの完全主義がアスリートの完全主義を形成し、摂食障害症状に影響するかを検討したところ、男女によって相違が認められた。女性アスリートにおいては、完全主義の形成に親の完全主義が影響していることが明らかになった。これまで、親の完全主義はアスリートの完全主義の形成に関連していることが示されており (Appleton et al., 2010)、本研究の結果は先行研究の結果を支持した。一方で、男性アスリートにおいては完全主義の形成にコーチの完全主義が影響していることが明らかになった。コーチの存在は、スポーツ特異的なプレッシャーになることが指摘されており、アスリートのボディーサイズや体重、理想とする体型などに影響を与えていることが示されている (Choate, 2015)。男性アスリートにおいては、コーチとの関係性を考慮し、完全主義が過度にならないように支援をしていくことが望まれる。

最後に、本研究の限界点について考察する。第1に、競技種目や競技レベルなどを考慮できていない点が挙げられる。パフォーマンスを高めるために痩せることが求められる競技を行うアスリートは、摂食障害のリスクが高まることが指摘されている (Nichols et al.,

2006)。また、競技レベルによって食行動異常と完全主義の関連の強さが異なることが報告されている (Hopkinson & Lock, 2004)。実際、本研究の結果では男女に差がみられているものの、対象者の女子は主にチアリーディング部であり、男子は主にサッカー部から構成されている。つまり、本研究の結果は、男女に差ではなく、競技種別の差である可能性を否定できない。そのため、今後は競技種目や競技レベルなどの個人特性を考慮した、より詳細な検討が求められる。

第2に、本研究では親とコーチの完全主義の測定をアスリートが認知した完全主義として測定しており、実際に親とコーチ本人には質問紙調査を行っていない。親やコーチ本人の完全主義がアスリートの完全主義や摂食障害症状に影響するか否かについては、今後検討していく必要がある。

第3に、本研究ではさまざまな摂食障害症状を合わせて扱っており、より詳細な症状ごとの比較検討は行っていない。摂食障害は神経性やせ症 (Anorexia Nervosa: AN)、神経性過食症 (Bulimia Nervosa: BN)、過食性障害 (Binge-Eating Disorder: BED) といった下位分類が存在する。そのため、今後は摂食障害の下位分類によって完全主義とどのような関連があるのかを検討することで、より個々のアスリートの症状に合わせた支援の提案を行うことが可能になる。

6. まとめ

本研究では、アスリートの摂食障害と完全主義との関連について明らかにし、アスリートの摂食障害を予防するための基礎研究を行った。その結果、アスリート、親、コーチの完全主義と摂食障害症状および BMI との関連性は認められなかった。男女差を検討したところ、男性アスリートの完全主義の形成にはコーチの完全主義、女性アスリートの完全主義の形成には親の完全主義が影響していることが明らかになった。

今後は、摂食障害症状の下位分類やアスリートの特性 (競技種目、競技レベル)などを考慮して完全主義と摂食障害症状の関連を検討することで、個々の選手に合わせた支援を提案していくことが期待される。

【引用文献】

Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill, A. P. (2010). Family patterns of perfectionism: An examination of elite junior athletes and their parents. *Psychology of Sport and Exercise, 11*, 363-371.

- 馬場謙一・坪井さとみ (1994). EAT-26 の有効性 厚生省特定疾患 神経性食欲不振症調査研究班平成4年度報告書, 80-86.
- Bratland-Sanda, S., & Sundgot-Borgen, J. (2013). Eating disorders in athletes: overview of prevalence, risk factors and recommendations for prevention and treatment. *European Journal of Sport Science*, *13*, 499-508.
- Choate, L. H. (2015). *Eating Disorders and Obesity: A Counselor's Guide to Prevention and Treatment*. John Wiley & Sons, 251-253.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett, & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research and treatment*, pp. 5-32. Washington: American Psychological Association.
- Haase, A. M., Prapavessis, H., & Owens, R. G. (2002). Perfectionism, social physique anxiety and disordered eating: A comparison of male and female elite athletes. *Psychology of sport and Exercise*, *3*, 209-222.
- Hopkinson, R. A., & Lock, J. (2004). Athletics, perfectionism, and disordered eating. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, *9*, 99-106.
- Joy, E., Kussman, A., & Nattiv, A. (2016). 2016 update on eating disorders in athletes: A comprehensive narrative review with a focus on clinical assessment and management. *British Journal of Sports Medicine*, *50*, 154-162.
- Kerr, G., Berman, E., & Souza, M. J. D. (2006). Disordered eating in women's gymnastics: Perspectives of athletes, coaches, parents, and judges. *Journal of Applied Sport Psychology*, *18*, 28-43.
- Kuribayashi, C., Takebe, M., Ueda, S., Stice, E., & Sato, H. (2018). Development of the Japanese Version of the Eating Disorder Diagnostic Scale—DSM-5 and Prevalence Estimation of Eating Disorders in Japan. The 52st Association for Behavioral and Cognitive Therapy Annual Convention.
- Nichols, J. F., Rauh, M. J., Lawson, M. J., Ji, M., & Barkai, H. S. (2006). Prevalence of the female athlete triad syndrome among high school athletes. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, *160*, 137-142.
- 大谷 佳子・桜井 茂男 (1995). 大学生における完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係 心理学研究, *66*, 41-47.
- Swoap, R. A., & Murphy, S. M. (1995). Eating disorders and weight management in athletes. *Sport psychology interventions*, 307-329.

この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。



笹川スポーツ財団
SASAKAWA SPORTS FOUNDATION