

博士学位論文審査要旨

2013年1月9日

論文題目： 食行動における潜在的態度及び行動傾向の役割について

学位申請者： 山中 祥子

審査委員：

主査： 心理学研究科 教授 青山 謙二郎

副査： 心理学研究科 教授 佐藤 豪

副査： 心理学研究科 教授 中谷内 一也

要 旨：

現在、肥満や摂食障害への対策は「人は正しい情報や動機づけを与えれば、行動を自分でコントロールできる」ということを前提とした栄養教育が中心である。しかし、実際には食行動は常に意識的に統制されているわけではない。本論文では、意識的な意図を必要としない潜在的態度および潜在的行動傾向の観点から食行動について検討することを目的とした。

第1章では従来の潜在的態度の研究の概要を解説し、特に食物に対する潜在的態度（快あるいは不快）を測定する研究および食物に対する潜在的な行動傾向（接近あるいは回避）を測定する研究の全体像を記述している。そこから食行動の制御が容易ではない理由として、顕在的態度と潜在的態度の矛盾だけでなく、潜在的な行動傾向との矛盾も存在する可能性を指摘している。

第2章では食行動に関わる顕在的な態度を検討している。研究1では、女子大学生を対象に、食物に対する顕在的態度とダイエット行動との関係について調査を実施したが、多くの項目では有意な関係は認められなかった。研究2では、管理栄養士を対象として調査を行ない、栄養指導分野において心理学的技法が受け入れられる可能性が示唆された。

第3章では、食物に対する潜在的態度と潜在的行動傾向を Implicit Association Test (IAT)により測定し、潜在的にネガティブな態度と潜在的に接近的な行動傾向という、矛盾した態度と行動傾向が見出されるか否かを検討した。研究3では女子大学生を対象とし、参加者の高脂肪及び低脂肪食品に対する潜在的態度と潜在的行動傾向を測定した。その結果、高脂肪食品に対し潜在的にネガティブな態度が示されたが、潜在的に接近的な行動傾向は示されなかった。そこで研究4では、食品刺激の提示方法を文字から写真へと変更した。その結果、高脂肪食品に対して潜在的にネガティブな態度と潜在的に接近的な行動傾向がみられ、態度と行動傾向に矛盾があることが示された。

第4章では、大学生を対象に、日常生活におけるチョコレートの摂取頻度とチョコレートに対する潜在的態度の関係を研究5で、チョコレートに対する潜在的な行動傾向との関係を研究6で検討した。その結果、有意傾向ではあるが、潜在的な行動傾向が接近的な群の方が回避的な群よりも摂取頻度が高い傾向が見出された。潜在的な態度と摂取頻度の間には関係が見られなかった。

第5章では、研究7において、女子大学生を対象に実験室での摂食量と潜在的態度との関係を検討した。その結果、潜在的態度が明白にポジティブな群の方が、明白にネガティブな群よりも摂食量が多いことが示された。

第6章では、これらの研究結果を受け、潜在的態度および行動傾向と食行動の関係が体系的に論じられた。さらに、潜在的な態度および行動傾向を考慮した今後の栄養指導場面における方向性が示された。

本論文では、潜在的態度と潜在的行動傾向の關係に注目し、食行動研究に有益な前進をもたらしたと評価できる。よって、本論文は、博士（心理学）（同志社大学）の学位を授与するにふさわしいものであると認められる。

総合試験結果の要旨

2013年1月9日

論文題目： 食行動における潜在的態度及び行動傾向の役割について

学位申請者： 山中 祥子

審査委員：

主査： 心理学研究科 教授 青山 謙二郎

副査： 心理学研究科 教授 佐藤 豪

副査： 心理学研究科 教授 中谷内 一也

要 旨：

上記審査委員3名は、2012年12月27日午後4時30分から約3時間にわたり、学位申請者に面接試験を実施した。提出論文に対する質疑において、学位申請者より適切な応答がなされ、本論文の学術的価値が確認された。さらに学位申請者は食行動に関する社会心理学的な研究はもとより、心理学全般についても専門的な知識を十分に有することが確認された。また、引き続き行った語学試験（英語）についても十分な学力を確認することができた。

よって、総合試験の結果は合格であると認める。

博士學位論文要旨

論文題目： 食行動における潜在的態度及び行動傾向の役割について
氏名： 山中 祥子

要旨：

現在、肥満および摂食障害の2つがわれわれの食行動に関する重要な問題となっている。これらの背景にあるのは食行動の自己制御という問題であるが、食行動の自己制御はたいてい容易ではない。現在、肥満や摂食障害への対策は、「人は正しい情報や動機づけを与えれば、行動を自分でうまくコントロールすることができる」ということを前提とした栄養教育が中心である。しかし、実際にはわれわれの食行動は常に意識的に統制されているわけではない。Cohen & Farley (2008)は、このような観点から食を意識的な行動として捉えるだけではなく、本人の意識的関与を必要としない行動という側面を持つということも考慮すべきであると主張している。

われわれの行動が、意図的、意識的といった特徴をもつ顕在的態度と、意識的な意図を必要としないといった特徴をもつ潜在的態度の両方から影響を受けるということは、すでに様々な研究により明らかにされている(例えば Greenwald & Banaji, 1995)。そこで Roefs & Jansen (2002)は、肥満者は高脂肪食品に対し、顕在的にネガティブな態度であっても、潜在的にポジティブな態度であるために高脂肪食品を食べないようにすることが難しいのではないか、ということ仮定し、肥満者の高脂肪食品に対する態度を検討した。しかし、肥満者の高脂肪食品に対する態度は、顕在的にも潜在的にもネガティブであり、肥満者が高脂肪食品に対し潜在的にポジティブな態度であるという予測は支持されなかった。食に限らず、喫煙や飲酒行動の分野においても、同じように態度対象に対する顕在的態度と潜在的態度の不一致があるために、行動変容が容易ではないと仮定した研究がなされてきたが、喫煙者や飲酒者がたばこやアルコールに対し潜在的にポジティブな態度であることを示す一貫した結果は得られていない。そこで、新たに検討されるようになってきたのが接近・回避という次元を用いた、潜在的な行動傾向の検討である。潜在的な行動傾向の検討では、その態度対象に対する liking (好み) などのポジティブな評価ではなく、態度対象に対する wanting (欲求) が、行動の決定に重要な役割を果たすと仮定している (Parfai & Ostafin, 2003)。そこで本論文では食行動の変容が容易ではないことの背景に、顕在的態度と潜在的態度の不一致に加え、ポジティブ・ネガティブといった「好み」などに関するヴェイレンスの次元で測定される潜在的態度と、「欲求」に関する接近・回避の次元で測定される潜在的な行動傾向の間に不一致が生じている可能性があるのではないかと仮定し、検討を行った。

本論文の前半部分においては、顕在指標を用いた研究を行い、後半部分では主に潜在指標を用いた研究を行った。まず研究1では女子大学生102名を対象に、食物に対する顕在的態度とダイエット行動との関係について検討した。食物に対する顕在的態度としては、どのような基準で日常食べるものを選ぶかを問う食物選択動機調査票や健康的な食生活についての質問票等により調査した。そして、実際にダイエットを行っているかどうかで参加者をダイエットあり群となし群に分け、比較を行った。その結果、ダイエットあり群ではダイエットなし群よりも有意に食物選択動機において「低カロリー」を重視することが示されたが、それ以外の項目では両群の間に違いはみられなかった。続いて研究2では、栄養指導現場における現状を把握するために管理栄養士を対象として調査を行った。近年、栄養指導場面における食行動変容に認知心理学などの知見が応用されていることから、これらの心理学的技法の導入状況、および心理学的技法に対する関心についても質問した。質問紙が回収できた22名のデータを分析した結果、患者の食生活が改善されない理由として、「改善しようという意思はあるが、アルコールや菓子など患者本人が

わかっていてもやめられないものがある」ことが挙げられた。また、「今後、栄養指導に心理学的技法を取り入れてみたいか」という問いに対し、78%の参加者が「取り入れてみたい」と回答していた。したがって今後、栄養指導分野においても心理学的技法が受け入れられる可能性が示唆された。

次に後半部分では顕在的指標に加え、潜在的指標を用いた検討を行った。まず、これまで日本では検討されてこなかった食物に対する潜在的態度と潜在的な行動傾向を Implicit Association Test (IAT; Greenwald, McGhee, & Schwartz, 1998)により測定した。研究3では、女子大学生52名を対象とした。参加者の高脂肪及び低脂肪食品に対する顕在的態度は、好み等を質問紙により測定し、潜在的態度はヴェイレンス次元を用いた IAT、潜在的な行動傾向は接近・回避の次元を用いた IAT により測定した。その結果、高脂肪食品に対し、顕在的にも潜在的にもネガティブな態度が示されたが、一方の潜在的な行動傾向については高脂肪食品に対する接近的な傾向は示されなかった。よって高脂肪食品に対する潜在的な態度はネガティブであるが、行動傾向は接近的であるという仮説は支持されなかった。研究4では、食品刺激の提示方法を文字から写真へと変更し、さらに摂食抑制の意図の有無を要因に加え、女子大学生57名を対象とし、高脂肪及び低脂肪食品に対する顕在的態度、潜在的な態度及び行動傾向を測定した。その結果、高脂肪食品に対する態度は顕在的にも潜在的にもネガティブであり、一方の潜在的な行動傾向は高脂肪食品に対し接近的であるという結果が示されたことから、仮説を支持したと考えられた。なお、摂食抑制の意図の要因の効果については、いずれの測度に対してもみられなかった。

次に、ある食物に対する潜在的な態度や行動傾向とその食物の日常的な摂取頻度の相関について、研究5及び6で検討した。従来の IAT で測定しているのは、例えば「チョコレート・果物」という対になる概念と「快・不快」といった帰属属性との相対的な連合の強さであり、それぞれの概念に対する絶対的な連合の強さを測定しているわけではない(Karpinski & Steinman, 2006)。そこで、例えば「チョコレート」という概念が「快」または「不快」という帰属属性と、それぞれどの程度強く連合しているのかをみるために改良されたのが Single Category-IAT (SC-IAT; Karpinski & Steinman, 2006)である。研究5では、参加者のチョコレートに対する潜在的態度により、チョコレートの摂取頻度が異なるかについて検討した。チョコレートに対する潜在的態度は「快・不快」の帰属属性を用いた SC-IAT により測定した。また潜在的態度測定後、1週間のおやつの内容を参加者に毎日記録してもらい、その記録においてチョコレートを食べた日数を摂取頻度とした。実験には大学生41名が参加したが、このうち1週間のおやつ記録が回収できた30名(男性、女性各15名ずつ)を分析対象とした。その結果、チョコレートに対する潜在的態度がポジティブである群とネガティブな群の間で、チョコレートの摂食頻度に有意な差はみられなかった。次に研究6では、研究5で用いた SC-IAT の「快・不快」の帰属属性を「接近・回避」に変更し、参加者のチョコレートに対する潜在的な行動傾向を測定した。さらに研究5と同様に、参加者には行動傾向の測定後1週間のおやつの内容を毎日記録してもらった。実験に参加した大学生49名のうち、おやつ記録が回収できた27名(男性9名、女性18名)を分析対象とした。その結果、有意傾向ではあるが、チョコレートに対し潜在的に接近的な群が、回避的な群よりもチョコレートの摂食頻度が多いことが示された。よって食物に対する潜在的に接近的な傾向が、食物の摂取頻度を予測する可能性が示唆された。

最後に研究7では、食物に対する潜在的態度と実験室における食物の摂取量の関係について、女子大学生46名を対象として検討した。チョコレートに対する潜在的態度は SC-IAT により測定した。参加者には味覚評定として、紙皿に用意したチョコレート(110g)を5分間自由に摂食させ、その摂食量を測定した。その結果、チョコレートに対する潜在的態度と摂食量の間には正の相関は見られず、直線的な関係は示されなかった。しかし潜在的態度が明らかにネガティブな群と明らかにポジティブな群で摂食量を比較すると、明らかにネガティブな群の摂食量が有意に少ないことが示された。この結果から、チョコレートに対する潜在的態度と実験室での摂食量との

間には関係があることが示唆された。

本研究では食物に対する顕在的態度と潜在的な態度及び行動傾向について検討してきた。その結果、態度対象に対する潜在的態度がネガティブであっても、潜在的な行動傾向は接近的である、というような矛盾が生じている場合があることが示された。また、食物に対する潜在的態度と摂取頻度では、ポジティブ群の方がネガティブ群よりも摂取頻度が高いことは示されなかったが、一方の潜在的な行動傾向では接近的な群で、回避的な群よりも摂取頻度が高い傾向が示された。この結果から、潜在的な行動傾向が潜在的態度よりも、ある食物の摂取頻度を予測する可能性が示唆された。しかし、本研究では潜在的な態度や潜在的な行動傾向の操作を行っておらず、食物に対する潜在的な態度や行動傾向と食物の摂取頻度や摂食量との相関関係をみたにすぎない。したがって今後は、食物に対する潜在的態度及び行動傾向を操作することで、食行動がどのように変化するかといった因果関係についても検討する必要があると考えられる。