

## 会食恐怖傾向者の認知的要因に関する質的研究

## Qualitative Study on the Cognitive Factors regarding the Fear of Eating with Others

百瀬 若菜 (Wakana Momose) 指導：野村 忍

## 問題と目的

社会不安が高まりやすい場面として、社交不安障害の下位分類には、会食恐怖がある (American Psychiatric Association, 2013)。会食恐怖とは、会食時の過緊張とそれに伴う精神的苦痛を訴える病態を指す (中村・西村, 2000)。中村・西村 (2000) 他の症例から、会食恐怖は学業や職業の放棄にもつながりかねないことが報告されており、会食恐怖における認知的要因について明らかにすることは重要な課題だといえる。そこで本研究は、会食に不安を感じる者への介入に向けた基礎的知見の一助とするために、研究1では、一般の大学生の、他者との食事場面における不安および回避の状況や理由について、質的手法を用いて検討を行った。研究2では、研究1の結果をもとに対象者を選定し、質的研究によって会食恐怖傾向者の認知的要因のモデルを生成することを目的とした。

## 研究1

## 1. 方法

調査対象者：首都圏の大学に在籍する大学生344名 (男性151名, 女性191名, 性別不明2名, 平均年齢 $20.39 \pm 1.40$ 歳) を対象とした。

調査時期：2014年7月下旬から10月下旬に実施した。

調査方法：質問紙調査法 ①フェイスシート (性別・年齢), ②Liebowitz Social Anxiety Scale日本語版 (以下日本語版LSAS) (朝倉他, 2002), ③会食場面で感じたことのある不安・回避に関する自由記述

分析方法：KJ法 (川喜多, 1987)

## 2. 結果と考察

日本語版LSASの平均点は $53.17 \pm 23.40$ であり、中等度のSAD症状という先行研究と同様の結果が得られた。また、日本語版LSASの会食恐怖に関する項目の内訳から、公共の場での食事・飲酒、いずれにおいても約4割程度の者が不安や回避を経験していることが示され、大学生が食事場面对する不安をもつことが少なからずあることが示唆された。

自由記述については、得られた回答をKJ法によってカテゴリーに分類した結果、会食時の不安の内容について、“同席者との関わりにおける不安”と“他者から見られることへの不安”の大きく2つに分類された。

## 研究2

## 1. 方法

調査対象者：研究1の結果をもとに選定した会食時に不安を感じる大学生10名 (男性4名, 女性6名, 平均年齢 $19.9 \pm 1.45$ 歳) を対象とした。

調査期間：2014年9月上旬から11月中旬に実施した。

調査方法：30～60分の半構造化面接を1人1回実施した。

分析方法：修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (木下, 2003)

## 2. 結果

会食恐怖傾向者の食事場面における認知的要因について、32の概念、5つのサブカテゴリー、8つのカテゴリーが生成された。

<会食恐怖を発症しうる素因>をもつ者が、会食に関する不快な<過去の経験>をすることによって、<個人の持つ思い込み>を形成し、<会食恐怖の症状>の発症とそれに伴う<会食恐怖による困りごと>を経験することが示された。【会食場面の回避】を行うことで、再び症状や困りごとが生じる一方で、<<食事場面における一時的な対処>>は、症状を抱えながらも食事場面に参加し続けることが可能な対処であった。<症状理解の難しさ>からは、自分だけで抱え込み症状が維持することが示された。一方で、【自分だけではないことへの気付き】や【変化への意欲】といった<軽快への変化>が、症状から抜け出す第一歩となることが推測された。

## 3. 考察

会食場面特有の不安に関する知見として、3点のことが示唆された。

まず、素因に関して、会食恐怖傾向者は、食事場面において意図せず普段見せていない自分の姿が表出する不安をもつことが示唆された。次に、会食場面は他者から“汚い”と評価される可能性があり、これは食事場面特有の評価懸念の内容だと考えられる。最後に、会食場面に不安を感じたことがある者は4割程度いるものの、会食恐怖の症状は十分に認知されているとはいえない。このような現状も会食恐怖傾向者が悩みを抱え、食事場면을回避する悪循環から抜け出せない一因となっていると考えられる。

本研究で生成されたモデルによって、以上のような会食場面特有の要因やターゲット行動を早い段階で特定し、支援することが可能になるだろう。