

食事を介した親子間の相互作用

— 幼児・青年は家庭の食事から何を摂取しているか —

The Feeding Interaction between Parent and Child as a Influencing Factor on the Children's Social Skill Development or on the Self-Esteem Construction in Adolescence

伊東 暁子 (Akiko Ito) 指導：鈴木 晶夫教授

【序論】

近年わが国では、家族で共に食べる「共食」が推進されている。家族での共食が望ましい食事スタイルであろうことは一般に経験的な共通認識としてあることは想像に難くない。それでは一体、家族と共に食事をするということは人に何をもたらすのであろうか。

序論では、まず心理学の主要分野で行なわれている食行動研究のレビューを行ない、さらに発達に焦点をあてた先行研究を振り返った。次に家庭の食事場面が持つ家族の凝集性に注目し、親子関係と食事を関連づけた先行研究を挙げ、概観した。

なお、本研究では、子どもが家庭の食事から何を受け取り、それが発達のどのような意義をもつのか、Eriksonの発達段階説を理解の枠組みとして、調査研究とフィールド研究の二側面から検討した。

【調査1】

調査1では、青年期女子大生を対象とした質問紙調査を行ない、食習慣と問題食（極端なダイエット等）の現状、過去の食習慣と現在の食習慣の関連、食が子ども自身の自己認知（自尊感情）の発達や親子関係にどのように関わるかを検討した。

食習慣や意識の実態としては、積極的に調理をしていないことや瘦身願望のあること、また、これまでの家庭での食習慣が現在の食習慣・食の意識に影響を及ぼしていることが明らかになった。また、食事が親子のコミュニケーションの場であり、しつけなどが行なわれていることが推察された。更に、食事を通してコミュニケーションを行なっているか、どのような躰がなされたかなど、食事のあり方が父子関係・母子関係に影響している可能性が示唆された。

【調査2】

調査2では、青年期男女大学生を対象とした質問紙調査を行なった。調査1との比較に加え、親から与えられた食事に対する評価と食事の食べ方の行動との関連、幼少期の弁当の経験が現在の食意識や親子関係にどのように影響しているかを検討した。

幼少期と高校時代の弁当の評価が共に低い群は高い群と比較して、食事を合理化・簡便化すること、幼少期の弁当の評価の高さが家庭で共食する食事スタイルと関連のある

こと、家庭で共食する食事スタイルが親への尊敬、親密さなどの同一化感情へ影響していることが示唆された。

【フィールド研究】

幼稚園で園児を対象としたインタビュー・観察を行ない、幼児の食行動、食環境の現状、弁当を介した親子の交流、幼児の食のスキル発達の様子について検討した。

園児は家事の手伝いや食事マナーの習得、珍しい食の体験などを通して、自己効力を高めることがうかがえ、食事場面での親の関わり方と子どもの自己認知の発達との関連が示唆された。

親子の交流については、調査1・調査2では、主に親から子どもへの影響に焦点をあて検討したが、フィールド研究では、親から子どもへの作用だけではなく、弁当の食べ方や、弁当に関する会話などによる、子どもから親への影響が示唆された。

フィールド研究のまとめとして、幼少期の食行動の発達モデルの提示を行ない、親子関係と家庭環境、子どもの食環境の関連について発達の観点から検討した。

【総合考察】

家庭の食事は、言葉や物のやりとりだけではなく情緒的交流をも可能にすることが推測された。食行動と親子関係の関連についてEriksonの発達段階説に照らして検討すると、食事が子どもにとって「情緒的交流を介した、基本的信頼感醸成の場、あるいはその信頼感を基盤とした自己や親に対する認知の調整・再形成の場」であると言えるだろう。具体的には、親に対する認知形成には、幼児期の食事の評価が大きく影響を与え、食事の評価がひいては自己認知や能動的な食行動へつながると考える。

日常生活の中で、親子の関わりあいの場は食事場面だけではない。しかし、親子の「心のふれあい」の場として食事場面がとりわけ注目されるのはなぜだろうか。これを食事場面特有の相互作用という側面から検討し①食事場面は子どもの発達段階に関わらず、家族の凝集性が他の場面と比較して高いこと②生理的欲求の充足と親子の二者関係を同時に強く感じ得ることなどを食の特徴として挙げた。特に基本的な欲求を満たす存在としての親の影響力は強いと考えられ、この影響力の強さこそが、他の生活場面に比べて食事場面が重要視される原因の一つであると考えられる。