

# 2012 年度研究助成 研究成果報告書(HP掲載用)

研究課題名：子どもの肥満に対する介入における行動科学的指標に関する検討

早稲田大学大学院人間科学研究科

長野 恭子・蓑崎 浩史・山下 歩

## 【研究要旨】

認知行動療法の考え方を基盤とした生活習慣の指導が、子どもの肥満改善に効果をあげているが、従来の研究では、BMI 等のアウトカム変数の評価が中心となっており、プロセス変数に関する十分な検討は行われていない。本研究では、BMI に影響する子どもの生活習慣に関する行動や、子どもの生活習慣行動に対する養育者の効力感について検討した。その結果、子どもの生活習慣に関する行動が子どもの BMI と影響すること、子どもの生活習慣行動と養育者の効力感が関連することが示唆され、これらの変数がプロセス変数として評価可能である可能性が示された。

## 【研究目的】

BMI 等のアウトカム変数の改善を予測しうるプロセス変数について、子どもの生活習慣に関する行動および子どもの生活習慣に関する行動に対する養育者の効力感から記述を行う。具体的には、「子どもの生活習慣に関する行動」「子どもの生活習慣行動に対する養育者の効力感」を測定する尺度（ともに自己報告式）を作成し、子どもの BMI との関連を検討する。

## 【研究方法】

先行研究を踏まえ、子どもの生活習慣に関する行動を測定する尺度および子どもの生活習慣行動に対する養育者の効力感を測定する尺度を作成し、中学 1～3 年生 329 名とその養育者を対象に子どもの BMI と併せて調査を行った。

## 【研究結果】

因子分析を行い、固有値の推移および解釈の可能性から、因子構造を判断した。また、 $\alpha$ 係数を算出したところ、本尺度は比較的高い内的整合性を有することが確認された。BMI 値の高低によって、作成された尺度の得点を比較したところ、BMI 値が高い子どもは、生活習慣に関する適応的な行動が少なく、不適応的な行動が多いことが示された。また、子どもの生活習慣に関する行動とそれに対する養育者の効力感が関連していることが示された。

## 【考察】

本研究で測定された子どもの生活習慣に関する行動が、子どもの肥満を予測しうる可能性が示唆された。また、子どもの生活習慣に関する行動には、子どもの生活習慣行動に対する養育者の効力感が影響している可能性が示唆された。特に幼児期や児童期においては、子どもに対する養育者の態度や行動が、子どもの行動形成に重要な意味を持つ。したがって、子どもに対する直接的にアプローチするだけでなく、養育者に対してもアプローチすることで、子どもの肥満に対する効果的な指導が提供できると考えられる。

## 【結論】

認知行動療法の考え方を基盤とした生活習慣の指導の効果を検証する際に、BMIの改善等のアウトカム変数だけでなく、指導によって直接的に変容が期待される生活習慣に関する子どもの行動および子どもの生活習慣行動に対する養育者の効力感をプロセス変数として評価することで、指導の有効性を従来よりも精緻に検証できるようになると考えられる。また、指導対象となる子どもの生活習慣に関する行動やそれらに対する養育者の効力感の状態を事前にアセスメントすることで、その子どもおよび養育者の状態に合致したプログラムを構成することが可能となり、効率よく効果的な指導を提供することにつながると考えられる。

また、心理学においては、「潜在的認知」（特定の刺激や概念に対する意識できない態度）が、行動の生起を強く予測するとされている。このような潜在的認知のあり方（個人差）によって、指導対象となる生活習慣に関する行動の改善の生じやすさが異なると考えられる。今後は、子どもの生活習慣行動に関連する潜在的認知（たとえば、「食べること・身体を動かすことに関する概念」と「快－不快の概念」との結びつきの強さ）といった側面からも、プロセス変数を検討し、アセスメントと効果評価の指標の開発を行うことが望まれる。