

発表概要

問 題

食物関連刺激に曝された際に、自身ではコントロールが困難な「食べたい」という欲求である接近的態度が強い者は、過食行動が引き起こされることが指摘されている (Schumacher et al., 2016)。しかしながら、接近的態度の軽減による過食行動の改善の効果は一貫していない。その理由として、先行研究では接近的態度の軽減操作が有効な状態像を考慮していなかった可能性が考えられる。過食行動に関連のある食行動傾向の中でも、食物の見た目や匂いに誘発されて摂食行動に至る外発的摂食傾向が高い者は、接近的態度が強いことが指摘されている (Kakoschke et al., 2017)。したがって、外発的摂食傾向の高い者は、他の食行動傾向を示す者と比較して、潜在的態度の変容によって過食行動が改善すると考えられるが、実証的には明らかにされていない。

そこで本研究では、食行動傾向を考慮して、潜在的態度の変容が過食行動の改善に及ぼす影響を検討することを目的とした。

方 法

20歳以上の大学生および大学院生男女 53名を、接近的態度の軽減操作を行う介入群 35名 (男性 14名, 女性 21名, 平均年齢 21.5 ± 1.0 歳) と比較手続きを行う対照群 18名 (男性 8名, 女性 10名, 平均年齢 21.7 ± 0.8 歳) に無作為に振り分けた。実験は2日間にかけて行い、食行動傾向、食物への接近的態度、チョコレートクッキーの摂取量を介入前後にそれぞれ測定した。なお、本研究は「人を対象とする研究に関する倫理審査委員会」の承認を得て実施された (承認番号: 2018-110)。

結 果

群と時期を独立変数、接近的態度、摂取量をそれぞれ従属変数とする2要因分散分析を行った結果、いずれも有意な交互作用はみられなかった。そこで、各群の接近的態度および摂取量の介入前からの変化量、食行動傾向との相関分析を行った結果、介入群において、外発的摂食傾向と接近的態度の変化量の間には有意な正の相関がみられた ($r = .37, p < .05$)。しかしながら、各群の接近的態度および摂取量の介入前からの変化量との相関分析を行った結果、両群ともに有意な大きさの相関係数はみられなかった。

考 察

データ分析の結果、接近的態度の軽減操作によって、外発的摂食傾向が高い者は、接近的態度が軽減することが示された。したがって、接近的態度の軽減操作は外発的摂食傾向の高い者に対して有効である可能性が示唆された。しかしながら、接近的態度の軽減に伴う摂食行動の改善は示されなかったことから、潜在的態度の変容は摂食行動の改善に直接的につながらないことが示唆された。今後は、接近的態度だけではなく、摂食行動に影響を与える他の要因との関連性を考慮して検討していく必要があるだろう。

本研究は、接近的態度の軽減操作は外発的摂食傾向が高い者に対して有効であるという状態像を示唆できた点が、臨床的意義であるといえる。(1192字)

(日本語 1200字以内)

採用された方についてはウェブページ等で内容が公開される場合があります。

The Effect of Reducing Implicit Approach toward Foods on Eating Behavior.

○Marise Ishikawa¹⁾, Midori Takesawa¹⁾, Yuki Tanaka²⁾, Kazutaka Nomura³⁾, Hironori Shimada³⁾

¹⁾ Graduate School of Human Sciences, Waseda University

²⁾ Faculty of Humanities, Wayo Women's University

³⁾ Faculty of Human Sciences, Waseda University

Introduction

Recent studies have suggested that when exposed to food-related stimuli, those who are rated high on implicit approach toward foods tend to overeat. However, it is not clear whether reducing implicit approach will improve eating behavior. Some research has shown that external eating in response to external food stimuli is associated with high implicit approach, among eating style relating to binge eating. Therefore, we suggest that reducing implicit approach may be effective for external eaters in improving their eating behavior. The present study aims to examine whether reducing implicit approach improves eating behavior, with regard to the eating style.

Method

Fifty-three students who were 20 years or older were randomly assigned to the experimental group, in which treatment: designed to reduce implicit approach toward foods was provided, or the control group. The experimental group consisted of 14 men and 21 women with a mean age of 21.5 years (SD = 1.0). The control group consisted of 8 men and 10 women with a mean age of 21.7 years (SD = 0.8). Experiments were conducted over two days, in which eating style, implicit approach toward foods, and chocolate cookie consumption were measured. The method was approved by the local ethical committee.

Results

Eating style, implicit approach, and consumption were analyzed using 2×3 mixed factorial ANOVA (group: experimental, control by time: pre, post, follow-up). Correlation coefficients between the variations in implicit approach, consumption from pre-training to post-training, and eating style were calculated. In both groups, the variation in implicit approach did not correlate with the variation in consumption. However, in the experimental group, external eating was positively correlated with the variation in implicit approach toward foods ($r = .37, p < .05$).

Discussion

The results of the data analysis revealed that external eaters experienced reduced implicit approach toward foods following the treatment. Therefore, there is evidence to suggest the treatment is effective in reducing implicit approach for external eating behavior. However, eating behavior did not improve as implicit approach reduced, suggesting that reduced implicit approach does not directly improve eating behavior. Future studies may consider other factors in addition to implicit approach which affect eating behavior.

What are the potential implications for the everyday clinical practice of CBT?

The results of the present study suggest that reducing implicit approach which is defined as the uncontrollable desire to eat may not be effective for all binge eaters; rather, it is specific to external eaters.