

女性が痩身願望を抱く要因に関する研究

1230559 吉岡優

指導教員 林一夫

研究背景

日本の若い女性は、自身の体型が標準、もしくは、やせ体型であっても、今より「痩せたい」気持ちを持つ女性が多い。現代の日本ではやせた女性を美しいとする風潮があり、若年女性の痩身願望が過度なものへと移行することは、健康障害を引き起こし、妊孕率の低下や低出生体重児が生まれるなど、次世代の問題にも繋がる社会的な問題である。

研究目的

女性が痩身願望を抱く要因について明らかにし、健康的な範囲での痩身願望を抱く要因と、病的な痩身願望を抱く要因について検討する。それらの結果をもとに、女性の痩身願望が病的なものへと移行しない対策について提言する。

研究方法

女性が痩身願望を抱く要因として、理想体型の時代変遷やメディアの影響などの社会文化的な要因を調査し、次に性格特性などの個人心理的要因を明らかにした。さらに、海外の現状と比較することで、女性の痩身願望が病的なものへと移行しない対策について検討した。

分析結果

痩身願望の発生には、外的要因であるやせを美德とする社会文化的要因と、内的要因である性格特性などの個人心理的要因がある。外的要因からの影響を受け、多くの人が痩身願望を抱く。内的要因を抱える人の一部は、痩身願望が過度なものへと移行してしまう。個人心理的要因をコントロールすることによって、過度な痩身願望への移行を抑制できると考えられる。海外の例では、女性管理職率と肥満率には相関が見られ、女性管理職率が高い欧米では肥満率が高く、肥満率が低い、日本や韓国は女性管理職が低い。このことから各個人が体型以外で自身が満足できる「自己の価値を見出す」ことができれば、やせを賞賛する社会の風潮だけに左右されることがなく、健康的な範囲でのダイエットを行うことができると考えられる。しかし、やせを美德とする社会の風潮がある限り、女性が痩身願望を抱き続けるため、外的要因に対しては、女性の美の象徴であるファッションモデルの BMI に下限を設けることや、「やせ」の健康障害の認知を高めるといった抑制施策を提言した。

考察・結論

過度な痩身願望への移行を防ぐには、個人心理的要因への抑制施策が有効であるが、社会風潮が変わらなければ、女性は痩身願望を抱き続けるため、両要因への対策を行うことが重要である。本研究では「自己の価値を見出す」必要性を論じたが、その手段は、仕事以外にも趣味など、体型以外で自身が満足できることを見つけることが、各個人の課題といえる。そのためにも、若いうちに多くの経験を積み、自己の価値を見出す機会を増加させることが望ましいと考えられる。