

大学院生プロジェクト型研究・研究成果報告書

研究代表者：佐野 なな子（臨床心理学コース）

■ 研究題目
自己臭関係付け症の予防に関するボディイメージの観点からの検討
■ 研究代表者・分担者（氏名、コース）
佐野 なな子（臨床心理学コース・博士課程前期 2 年）（代表者） 古賀 輝実（教育情報アセスメントコース・博士課程前期 2 年）
■ 研究成果概要（目的、実施内容、結果、今後の課題など）
<p style="text-align: center;">問題と目的</p> <p>自己臭関係付け症 (olfactory reference disorder;以下, ORD) とは, 不快なニオイを放っているというとらわれを有することを特徴とする強迫症および関連症群の一種である (American Psychiatrist Association, 2022)。ORD 症状は個人の精神的健康や社会生活に否定的な影響を及ぼすとされるため (Greenberg et al., 2016; Phillips & Menard, 2011), 症状の予防が喫緊の課題となっている。</p> <p>予防に取り組むためには, リスク要因の同定が必要とされるが, ORD 症状のリスク要因に関しては, ほとんど明らかになっていない。しかし, ボディイメージの歪みとして知られる摂食症や身体醜形症では (Henn et al., 2019), 社会的に魅力的とされる体型や外見になることのプレッシャーを受けることと, そうした理想を内在化することが病理の深刻さと関連することが報告されている (e.g., Cafri et al., 2005; Thompson & Stice, 2001)。ボディイメージは, 身体に対する考えや感情, 行動と定義され (e.g., Cash et al., 2004), 自分の身体のニオイについて悩む ORD もボディイメージの歪みに関連する疾患の一つと考えられる。よって, ORD においても, 社会的に理想とされる「無臭」や「不快ではないニオイ」 (Lazakis, 2019) になることのプレッシャー, 並びにそうした社会的な理想を自分の理想として内在化することが, 過度にニオイにとらわれることのリスク要因となっている可能性がある。</p> <p>また, 予防においては保護要因の同定も重要である。近年, ボディイメージの歪みの特徴とする疾患において, ボディ・アプリシエーションが保護要因として着目され</p>

ている。ボディ・アプリシエーションとは、自身の身体を受容し、好ましい意見を持ち、尊重することを意味する (Avalos et al., 2005)。先行研究では、メディアからのプレッシャーを感じている程、瘦身理想を内在化し、それが食行動異常の増加に繋がるという関係がみられたものの、その関係をボディ・アプリシエーションが調整していたことが報告されている (Jankauskiene & Baceviciene, 2022)。

このように、ORD 症状のリスク要因や保護要因の存在が推察され、これらを明らかにすることは予防プログラムを検討する上で重要であるにもかかわらず、その検討は十分とはいえない。そこで本研究では、ニオイのとりわれと関連する社会文化的要因の検討、並びに社会文化的要因がニオイのとりわれに及ぼす影響をボディ・アプリシエーションが調整するという調整媒介モデルの検証を目的とする。なお、ORD の発症年齢は 20 代前半であるという報告が多く (Begum & McKenna, 2011; Greenberg et al., 2016; Sofko et al., 2020)、予防教育の実践は若者に行うことが適切と考えられる。よって本研究では、深刻な病理を引き起こす ORD に対する予防プログラムの開発の第一歩として、ボディイメージの観点を取り入れ、以下の仮説を若者を対象に検証する。

仮説 1: 社会的に理想とされるニオイになることに関する周囲からのプレッシャーを知覚している者ほど、ニオイへのとりわれが高い。

仮説 2: 社会的に理想とされるニオイになることを内在化している者ほど、ニオイへのとりわれが高い。

仮説 3: ボディ・アプリシエーションの低い者においては、理想のニオイになることに関する周囲からのプレッシャーを知覚している者ほど、ニオイへのとりわれが高く、この関係はニオイ理想の内在化の高さを介してみられるが、ボディ・アプリシエーションが高い者においてはそのような関係はみられない。

方法

1) 調査時期

2024 年 12 月～2025 年 1 月

2) 調査対象者

18 歳以上 30 歳未満の日本語が読める者 400 名 (男性 155 名, 女性 241 名, その他 4 名, 平均年齢 25.85 歳, $SD = 2.73$) が本調査の対象となった。

3) 調査手続き

インターネット調査

4) 質問紙の構成

デモグラフィック変数 年齢と性別を尋ねた。

自分のニオイについての考えを尋ねる項目 自分のニオイの満足度, 自分のニオイの認識, 自分のニオイを変える願望について, 生田目他 (2022) を参考に尋ねた。

Sociocultural Attitudes Towards Odor Questionnaire (以下, SATOQ) 社会的に理想とされるニオイを内在化している傾向とそうした理想のニオイになることのプレッシャーを周囲から感じている傾向を評価する尺度を作成した。尺度は、外見に関する理想の内在化やプレッシャーを評価する **Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4** (Schaefer et al., 2015; Yamamiya et al., 2016) 等を参考に、申請者らがニオイ版の項目を作成した。作成後は、大学生、並びに自己臭恐怖の専門家からの確認を受け、妥当性を検討し、必要な修正を加えた。尺度は 31 項目 5 件法であった。

SATOQ の分かりやすさを尋ねる項目 本研究で作成する SATOQ の分かりやすさを尋ねるための項目を 1 項目尋ねた。

自我漏体験質問紙 自分の心身で生じていることが言わずとも周囲に伝わり、ネガティブな結果が予測されるという健常範囲で体験される自我漏洩体験を尋ねる尺度である (松下・宮成, 2010)。本研究では、自己臭恐怖項目 7 項目と醜形恐怖項目 8 項目を用い、5 件法で回答を求めた。自己臭恐怖は、ORD 症状と共通の疾患単位を有するとされており (Suzuki et al., 2004)、本尺度は健常群を対象に開発されているため、ニオイのとらわれを評価する質問紙として用いた。醜形恐怖項目は共変量として使用するために尋ねた。

Body Appreciation Scale-2 日本語版 生田目他 (2017) によって翻訳されたボディ・アプリシエーションを評価する尺度を用いた。10 項目 5 件法で構成されている。

ニオイの理想や悩みに関する質問 仮説モデルの検証結果を考察するために、無臭理想や不快なニオイを放たない理想が達成可能であるか、並びに ORD 症状の有無に関する 2 項目を Greenberg et al. (2016) に準拠し、尋ねた。

5) 倫理的配慮

東北大学大学院教育学研究科倫理審査委員会の承認を得た (ID: 24-1-063)。

結果

対象者の自分のニオイについての考え

対象者の自分のニオイについての認識として、「無臭」と回答した者が最も多く、46.75%であった。自分のニオイに対する満足度は、「どちらともいえない」と回答した者が最も多く、38.50%であった。自分のニオイを変えたいかに関しては、変えたいと思う者が計 50.00%、変えたいとは思わない者が 32.00%であった。

ニオイの理想に関しては、身体が無臭であることが自分にとって達成可能と回答した者は計 53.75%であった。身体に不快なニオイがないことが自分にとって達成可能と回答した者は計 62.75%であった。なお、ORD 症状を有している可能性があることと示唆されたのは、108 名 (27.00%) であった。

リスク要因の検討

仮説検証の前に、SATOQ の因子構造、及び信頼性の検討を実施した。項目分析や探索的因子分析の結果、並びに因子の解釈可能性等をふまえ、「メディアからのプレッシャー」を評価する 7 項目と「無臭理想の内在化」を評価する 5 項目を尺度項目として採用することとした。12 項目 2 因子モデルを想定した確認的因子分析の結果を Table 1 に示す。適合度は、comparative fit index が .91, Tucker-Lewis index が .89, root mean square error of approximation が .13, standard root mean square residual が .10 であった。信頼性係数 (α 係数) は「メディアからのプレッシャー」項目では .96, 「無臭理想の内在化」項目では .82 であった。なお、「メディアからのプレッシャー」の因子得点に関しては、7 項目の合計得点を各対象者において算出した結果、最低点である 7 点の者が最も多く、床効果が生じていた。しかし、一つひとつの項目における得点範囲は全て 1-5 となっており、1 つの選択肢に 4 割以上の回答が集中するような項目は存在せず、ヒストグラムの結果からニオイのとらわれ度合いによる分布の違いを検討できる可能性があると考えられたため、尺度に残すこととした。

周囲から理想のニオイになることのプレッシャーを知覚している者ほど、ニオイのとらわれが高いという仮説 1 においては、相関係数の算出が適切ではないと考えられたため、検証は実施しなかった。ただ、探索的にメディアからのプレッシャー得点が ORD 症状を有している可能性がある群とない群とで異なるかを検討することとした。ORD 症状を有している可能性は、ORD 症状の有無に関する 2 項目 (Greenberg et al., 2016) をもとに判断した。メディアからのプレッシャー因子の合計得点 (最小 7 点, 最大 35 点) の中央値を算出した結果、ORD 症状を有していると考えられる群は 22.5 点 ($n=108$), ORD 症状を有していないと考えられる群では 14 点であった ($n=292$)。ウィルコクソンの順位和検定を実施したところ、両群の分布に違いがみられ、ORD 症状を有していると考えられる群の方がメディアからのプレッシャーをより感じていることが示唆された ($W=20901, p < .001, r = .25$)。

社会的に理想とされるニオイになることを内在化している者ほど、ニオイへのとらわれが高いという仮説 2 を検証するために、無臭理想の内在化と自己臭恐怖との間のピアソンの積率相関係数を算出した。その結果、中程度の正の相関がみられた ($r = .39, p < .001$)。そこで、醜形恐怖の影響を除いた偏相関係数を算出したところ、無臭理想の内在化と自己臭恐怖との間の相関は弱い正の値を示した ($r = .28, p < .001$)。

保護要因の検討

「メディアからのプレッシャー」項目を用いて調整媒介分析を実施することは適切ではないと考えられたため、仮説 3 の検証は実施しなかった。代わりに、無臭理想の内在化と自己臭恐怖の関係をボディ・アプリシエーションが調整するかを探索的に検討した。

検討にあたっては、従属変数を自己臭恐怖、独立変数を無臭理想の内化、調整変数をボディ・アプリシエーション、共変量を醜形恐怖とした重回帰分析を行った。その結果、無臭理想の内化の高さは自己臭恐怖の高さを予測したが ($\beta = .25, 95\%CI [0.16, 0.34]$), 両者の関係におけるボディ・アプリシエーションの調整効果はあるとはいえなかった ($\beta = -.02, 95\%CI [-0.09, 0.05]$)。重回帰モデルの自由度調整済み決定係数は .30 であった ($p < .001$)。

Table 1

Sociocultural Attitudes Towards Odor Questionnaire の確認的因子分析の結果

項目	F1	F2
第1因子：メディアからのプレッシャー		
メディア（テレビなど）から、身体の不快なニオイをもっと無くすよう勧められる	.93	
メディア（テレビなど）から、身体の不快なニオイを無くすようにというプレッシャーを受けている	.92	
メディア（テレビなど）から、体臭を改善するよう勧められる	.91	
メディア（テレビなど）から、自分の身体のニオイに気を配れというプレッシャーを受けている	.90	
身体から不快なニオイが出ないよう対策しろというプレッシャーをメディア（テレビなど）から受けている	.85	
メディア（テレビなど）から、口臭を改善するよう勧められる	.82	
第2因子：無臭理想の内化		
自分の身体が無臭であって欲しい		.84
自分の身体が無臭であることは、自分にとって大切だ		.84
自分の身体が無臭だと思われたい		.79
自分の身体が無臭であるかどうかについてよく考える		.49
自分の身体が無臭だと思われているかについてよく考える		.45

注) F = 因子負荷量

考察

本研究の目的は、ORDの予防を視座におき、若者を対象にニオイのとりわれに関するリスク要因、保護要因についてボディイメージの観点から検討することであった。本研究ではリスク要因として、社会的に理想とされるニオイを内化すること、及び理想のニオイになることに対する周囲からのプレッシャーを知覚していること、保護要因としてボディ・アプリシエーションが高いことを想定した。本研究の結果、若者全体としては本研究で尋ねた「メディアからのプレッシャー」を知覚している者は少ないことが明らかとなった。一方で探索的な検討の結果、ORD症状を有していると考えられる群とそうでない群とで回答傾向に違いがあり、ORD症状を有していると考えられる群の方がメディアからのプレッシャーをより知覚している可能性が示唆された。ボディイメージの先行研究では、メディアからのプレッシャーが歴史的にも特に着目されており (Schaefer et al., 2015), メディアからのプレッシャーを知覚している者ほど、食行動異常が強い傾向が報告されている (Jankauskiene & Baceviciene, 2022)。

本研究の結果は、身体のニオイの悩みにおいても、メディアからのプレッシャーがリスク要因として機能する一つの可能性を示唆している。

また、「身体が無臭である」という社会的な理想を内在化することの影響に関しては、無臭理想を内在化している者ほど、自己臭恐怖が高いことが示され、仮説2が支持された。これまでのボディイメージ研究では、瘦身理想という多くの者にとって達成が困難な理想を内在化することが、摂食異常行動をはじめとしたボディイメージの障害を生じさせると考えられてきた (Thompson et al., 1999)。しかし、本研究の結果は達成可能と考えられやすい「無臭理想」のような理想であっても、内在化することが悪影響を及ぼす可能性を示唆している。本研究では、約半数の者が自分の身体のニオイを「無臭」と認識しており、身体が無臭であることや身体に不快なニオイがないことが自分にとって達成可能と回答した者も半数以上存在した。このことから、多くの者が身体が無臭であることは達成できると考えていることが窺える。達成可能と考えられやすい点がニオイへのとらわれの強さにどのように影響しているのかについては、更なる検討が必要である。なお、自己臭恐怖と無臭理想の内在化の関連は強いとはいえず、自己臭恐怖には無臭理想の内在化以外の要因も関連していることが考えられ、他のリスク要因の可能性についても今後の検討が期待される。

本研究では、分析に適用可能な周囲からのプレッシャーに関する項目が作成できず、仮説3を通して保護要因を検討することはできなかった。ただ、探索的に無臭理想の内在化が高いほど、自己臭恐怖が高いという関係におけるボディ・アブリュエーションの調整効果を検討したところ、調整効果はあるとはいえなかった。よって、自分の身体を尊重していることが必ずしも ORD 症状の予防に繋がるとはいえない可能性が考えられた。こうした結果は、体型に焦点をあてた先行研究 (Jankauskiene & Baceviciene, 2022) とは一致しない結果であり、ニオイという側面の特性もふまえ、今後の更なる検討が必要といえる。

以上より、本研究の結果は、ボディイメージの領域で指摘されてきた社会的な理想の内在化や周囲からのプレッシャーが身体のニオイという文脈においても、否定的な影響を及ぼす可能性を示唆した。ORD に対する予防支援においては、これらの要因に着目することが有益となる可能性がある。しかし、本研究は横断調査であるため、因果関係に関する結論を出すことはできない。よって、社会文化的要因とニオイのとらわれとの関係性については質的研究や縦断研究を用いた更なる検討が求められる。また、本研究では臨床的な ORD 症状ではなく、健常範囲でも体験されうる自己臭恐怖をもとに、リスク要因や保護要因の検討を行った。そのため、今後は臨床群を対象にリスク要因、保護要因を検討することも期待される。さらに、本研究で作成した SATOQ は床効果が生じた下位尺度も存在し、因子構造の適合度、並びに妥当性の検討も十分とはいえない。本尺度の今後の適用可能性に関しては、より一層の検討が期待される。

文献

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed., text rev.). Author.
- Avalos, L., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image, 2*(3), 285–297. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.06.002>
- Begum, M., & McKenna, P. J. (2011). Olfactory reference syndrome: A systematic review of the world literature. *Psychological Medicine, 41*(3), 453–461. <https://doi.org/10.1017/S0033291710001091>
- Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., & Thompson, J. K. (2005). The influence of sociocultural factors on body image: A meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice, 12*(4), 421–433. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi053>
- Cash, T. F., Jakatdar, T. A., & Williams, E. F. (2004). The Body Image Quality of Life Inventory: Further validation with college men and women. *Body Image, 1*(3), 279–287. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00023-8](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00023-8)
- Greenberg, J. L., Shaw, A. M., Reuman, L., Schwartz, R., & Wilhelm, S. (2016). Clinical features of olfactory reference syndrome: An internet-based study. *Journal of Psychosomatic Research, 80*, 11–16. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2015.11.001>
- Henn, A. T., Taube, C. O., Vocks, S., & Hartmann, A. S. (2019). Body Image as well as eating disorder and body dysmorphic disorder symptoms in heterosexual, homosexual, and bisexual women. *Frontiers in Psychiatry, 10*, 531. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00531>
- Jankauskiene, R., & Baceviciene, M. (2022). Media pressures, internalization of appearance ideals and disordered eating among adolescent girls and boys: Testing the moderating role of body appreciation. *Nutrients, 14*(11), 2227. <https://doi.org/10.3390/nu14112227>
- Lazakis. (2019). The taboo of body odor medical conditions and ecological counternarratives. *Ethics and the Environment, 24*(1), 19. <https://doi.org/10.2979/ethicsenviro.24.1.02>
- 松下 姫歌・宮成 祐輔 (2010). 自我漏洩体験の概念と構造に関する研究——自我漏洩体験質問紙作成の試みを通して—— 広島大学大学院教育学研究科紀要, 第三部, 59, 93-102. <https://doi.org/10.15027/31074>
- 生田目 光・宇野 カオリ・沢宮 容子 (2017). ポジティブボディイメージを測定する BAS-2 の日本語版作成 心理学研究, 88, 358–365. <https://doi.org/10.4992/jjpsy.88.16216>
- 生田目 光・八島 禎宏・沢宮 容子 (2022). 児童のポジティブボディイメージを育成す

るプログラムの効果 教育心理学研究, 70, 205-220.
<https://doi.org/10.5926/jjep.70.205>

- Phillips, K. A., & Menard, W. (2011). Olfactory reference syndrome: Demographic and clinical features of imagined body odor. *General Hospital Psychiatry, 33*(4), 398–406.
<https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2011.04.004>
- Schaefer, L. M., Burke, N. L., Thompson, J. K., Dedrick, R. F., Heinberg, L. J., Calogero, R. M., Bardone-Cone, A. M., Higgins, M. K., Frederick, D. A., Kelly, M., Anderson, D. A., Schaumberg, K., Nerini, A., Stefanile, C., Dittmar, H., Clark, E., Adams, Z., Macwana, S., Klump, K. L., ... Swami, V. (2015). Development and validation of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4). *Psychological Assessment, 27*(1), 54–67. <https://doi.org/10.1037/a0037917>
- Sofko, C., Tremont, G., Tan, J. E., Westervelt, H., Ahern, D. C., Menard, W., & Phillips, K. A. (2020). Olfactory and neuropsychological functioning in olfactory reference syndrome. *Psychosomatics, 61*(3), 261–267. <https://doi.org/10.1016/j.psym.2019.12.009>
- Suzuki, K., Takei, N., Iwata, Y., Sekine, Y., Toyoda, T., Nakamura, K., Minabe, Y., Kawai, M., Iyo, M., & Mori, N. (2004). Do olfactory reference syndrome and jiko-shu-kyofu (a subtype of taijin-kyofu) share a common entity? *Acta Psychiatrica Scandinavica, 109*(2), 150–155. <https://doi.org/10.1046/j.1600-0447.2003.00195.x>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association.
- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-Ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science, 10*(5), 181–183. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00144>
- Yamamiya, Y., Shimai, S., Schaefer, L. M., Thompson, J. K., Shroff, H., Sharma, R., & Ordaz, D. L. (2016). Psychometric properties and validation of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4) with a sample of Japanese adolescent girls. *Body Image, 19*, 89–97. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.006>