

シリーズ 私の一冊の本

経営情報学部 山崎真理子 先生

中島義明・今田純雄 著

『人間行動学講座 第2巻 たべる ―食行動の心理学―』

谷田図書館 140.18/N76 2 朝倉書店 出版

私が学部3年生時に読んだ1冊です。現在、私は経営情報学部にも所属していますが、専門は心理学です。卒業論文では青年期女性の食行動に焦点を当て、社会的な食事環境が摂取量に及ぼす効果を検討しました。研究活動を進めるなかで、執筆者の先生方数名ともご縁ができました。私にとって思い出深い1冊で、今も研究室の本棚に大切に置いてあります。

ぱらぱらとページをめくると、結果の図、実験条件を整理した表などが掲載され、動物実験からヒトを対象とした調査まで、様々な研究が紹介されています。食の心理学というと、摂食障害(神経性大食症や神経性無食欲症など)の治療のイメージが強いかもしれませんが、病理の解明は非常に重要ですが、その手掛かりを得るには、普段の行動理解も実は必要です。行動の生起過程の謎に挑む基礎研究の成果が、臨床現場に課題解決の手掛かりをもたらす得るのです。

たとえば第10章では、食物の好みと嫌悪の形成過程について解説があります。

何かを食べて食あたりを起こし、それからその食べ物を口にするとなんとなく気持ち悪くなるため避けている。そういった経験はありませんか？この現象は、学習心理学の専門用語では、味覚嫌悪条件づけと呼ばれています。Matsuzawa & Hasegawa(1983)はニホンザルを対象に、味覚嫌悪条件づけを投薬によって人工的に引き起こす実験を実施しました。その結果、食物の新奇性(つまり食経験の有無の違い)によって、食あたり経験後の食物の回避行動が異なる可能性が示唆されています。

上記実験では、食あたり症状の誘発に、シクロフォスファミドという薬を用いました。有効な抗がん剤として、癌治療に用いられているようです。この抗がん剤は副作用のひとつとして、吐き気・嘔吐をもたらすことが指摘されています。抗がん剤治療中の患者さんが病院食を摂る際にこの薬品を投与された場合、味覚嫌悪条件づけが成立したらどのような結果が予測されるのでしょうか？実際に、入院食を拒否するケースは報告されており、現場では問題解決が必要とされている課題のひとつといえるでしょう。

このように、臨床心理士には臨床心理学の知識はもちろん必要ですが、たとえば学習心理学など他領域の研究成果が、臨床現場の難題を紐解く重要な手掛かりを提供することがあります。他領域にも目を向けることが必要という点では、研究者にも臨床家にも共通して当てはまります。学びの大切さを、日々、感じています。