

スポーツにおける目標志向性と原因帰属が特性的自己効力感に及ぼす影響

スポーツビジネス領域
5007A026-8 早乙女 誉

研究指導教員：木村 和彦 教授

第1章 序論

スポーツがライフスキルの獲得や向上に貢献する場として期待されている。ライフスキルとは「日常生活で生じる様々な問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するための必要な能力」(WHO,1997)であり、具体的な心理・社会的スキルで構成されている。近年では、スポーツ場面で獲得可能な心理・社会的スキルは、ライフスキルそのものと見なすことも可能であるという視座から、スポーツ場面におけるライフスキルについて論議されるようになった(杉山,2004)。スポーツ活動への参加が、ライフスキルの獲得や向上を経て、日常生活における行動変容を促進することが解明されれば、スポーツや運動を続けることに大きな意義と意味を与えるであろう。

そこで本研究では、スポーツ場面での心理要因が、日常生活の行動変容を促進する心理要因に及ぼす影響について検討した。

第2章 研究

1. 目的

研究では、どのような達成目標を設定するかという個人の傾向である目標志向性が、日常生活の行動をやり遂げる確信、いわゆる特性的自己効力感(以下GSEとする)に及ぼす影響を明らかにする。

2. 方法

関東大学アイスホッケーリーグに所属する選手を対象に、質問紙調査を行った(有効回答数 261 名)。調査項目は、目標志向性尺度 18 項目(成績目標 11 項目、熟達目標 7 項目)と GSE 尺度 18 項目、競技レベル、競技歴である。

3. 結果

競技レベルの高低と競技歴の長短で 4 群に分類した。競技レベルは、関東大学アイスホッケーリーグ・トップディビジョン・グループAの選手を上位群、その他のカテゴリーの選手を下位群とした。それぞ

れの群内で、競技歴の中央値を基準として、中央値以下の者を短期群、中央値より上の者を長期群とした。

競技レベル上位群では、競技歴の両群において、目標志向性が GSE に対して有意な説明力を有していることが明らかになった。

次に、競技レベル下位群では、目標志向性が GSE に対して有意な説明力を有していたのは競技歴の短期群だけで、熟達目標の GSE に対する影響力が確認された。

	N	M	SD	Min	Max
Total	261	10.5	4.99	1	19
競技レベル 高群 競技歴 上位群	59	16.0	1.06	15	19
下位群	108	12.1	1.67	6	14
競技レベル 低群 競技歴 上位群	40	8.8	2.86	5	14
下位群	54	2.4	1.19	1	4

図2-1 群ごとの競技歴平均値

4. 考察

目標志向性のうち熟達目標だけが GSE に影響を及ぼすことが明らかとなった。これは、スポーツ場面で自分の能力が伸びることに楽しみや喜びを感じている選手ほど、日常場面における行動を達成する確信が強いことを意味している。

一方の成績目標は、GSE への直接効果が確認されなかった。この結果から、スポーツ場面で「相手に勝ちたい」という相対的な目標達成だけに楽しみや喜びを感じることは、日常場面の行動をやり遂げる確信の強さにはつながらないと考えられる。

競技レベル下位群の競技歴長期群では、目標志向性と GSE の間に有意な関連性が認められなかった。目標志向性尺度および GSE 尺度の測定値には、他の群との間に有意な差が認められなかったため、熟達目標の達成度が影響していると考えられる。



図2-2 研究の分析モデル

第3章 研究

1. 目的

スポーツ活動における成功事態と失敗事態のそれぞれで、原因の帰属のさせ方が、日常生活における行動を遂行する確信に及ぼす影響について検討する。

2. 方法

研究の競技レベル上位群を対象に、平成21年度関東大学アイスホッケーリーグ戦の終了後に質問紙調査を実施した(有効回答数167名)。調査項目は、自分のパフォーマンスに対する満足度とチームの結果に対する満足度、研究で使用したGSE尺度(分析ではポストGSEとする)、原因帰属尺度の7項目(能力、努力、運、体調、相手、指導者、チームメイト)である。

3. 結果

「自分のパフォーマンスに対する満足度」の質問で、「全くそう思わない(1点)」「そう思わない(2点)」を選んだ118名を失敗事態、「そう思う(3点)」「非常にそう思う(4点)」を選んだ49名を成功事態に分類した。

成功事態においては、能力帰属と相手帰属の2帰属因が、ポストGSEに対して30%($p<.001$)の説明力を有していることが明らかになった。能力帰属は、ポストGSEに対して有意な正の影響が確認された。相手帰属は、ポストGSEに有意な負の影響があることがわかった。

失敗事態においては、7帰属因はポストGSEに対する有意な説明力を有していないことが明らかになった。

研究で測定した、リーグ戦期間中のGSEの測定値であるプレGSEがリーグ戦終了後の自分のパフォーマンスに対する満足度に及ぼす影響について探索的に検討した。なお、分析には正選手118名のデータを用いた。プレGSEとチームの結果に対する満足度は、自分のパフォーマンスに対する満足度に対して16%($p<.001$)の説明力を有していることが明らかになった。また、2つの独立変数はそれぞれパフォーマンスに対する満足度に影響することが確認された。

4. 考察

成功事態では、能力帰属がポストGSEに対して、有意な正の影響力を有し、相手帰属が有意な負の影響力を有していたことから、スポーツ場面では成功の原因を、「相手が弱かったから」といった外的で不安定な原因に帰すよりも、「自分の能力のおかげだ」と認知するほうが、日常場面における行動を達成する確信を強化するためには有効であると考えられる。

失敗事態においては、7帰属因はポストGSEに対して有意な説明力を有していないことから、スポーツ場面で失敗と認知した場合は、原因の帰属のさせ方が、日常生活の行動を達成する確信には影響を及ぼさないことが示唆された。

最後に、プレGSEから自分のパフォーマンスに対する満足度への直接効果が認められた。これより、チームの結果に対する満足度の影響を除けば、日常場面における行動を達成する確信が強い選手ほど、スポーツ活動の後に自分は満足できるパフォーマンスができたと振り返る傾向が示された。

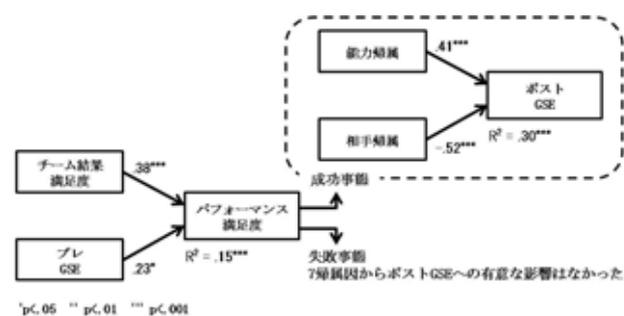


図3-1 研究の分析モデル

第4章 全体的考察

研究では、自分の成長にスポーツをする楽しさや喜びを感じることは、日常生活の行動を遂行する確信を強めることが明らかとなった。研究では、スポーツ場面で自分は上手にできたと判断した選手は、その原因を「自分の能力のおかげ」と認知することで、日常生活の行動を遂行する確信を強化することが明らかとなった。しかしながら、本研究ではスポーツ場面の心理要因と日常生活の心理要因の関連について検討したに留まっている。したがって、この両者の関係にライフスキルを加え、今後は、ソフト(心理要因)とハード(行動とスキル)という視点から、スポーツ活動、ライフスキル、日常生活の関係について検討していく必要がある。