

2020 年度 修士論文

異なる対象への Grit に関する研究
ー学生アスリートとその競技成績に着目してー

早稲田大学 大学院スポーツ科学研究科

スポーツ科学専攻 スポーツクラブマネジメントコース

5 0 2 0 A 3 0 5 - 1

岩尾敬太

研究指導教員： 間野 義之 教授

目次

第一章 序論

第一節 研究の背景と問題の所在

第二節 先行研究

第三節 研究の目的

第二章 本論

第一節 研究の方法

第二節 結果

第三節 考察

第三章 結論

第一節 まとめ

第二節 研究の限界

第四章 引用・参考文献

第一章 序論

第一節 研究背景と問題の所在

近年、アスリートのセカンドキャリアは様々な議論の対象となってきた。現代社会が多様化していくと同時に、元アスリートのセカンドキャリアもまた、多様化しているのである。例えば自身の培った技術や経験を基に指導者への道を志す姿は、古今東西でアスリートの引退と深く結びつくあり方の一つである。また、アスリートとしての知名度を活用して、政治家や芸能人、また近年で特に大きな影響力を持つこととなった YouTuber なども選択肢として挙げられる。一方で、アスリートとしての知名度が犯罪や不祥事に対する印象を大きくし、誌面を騒がす事態も度々見受けられる。このような、良くも悪くも注目を浴びるセカンドキャリアや、引退してもなお、アスリートとしての在り方を支えにするセカンドキャリアを過ごす者は、“トップ”アスリートの引退後の姿としては散見されるものである。しかし、多くの、例えば学生アスリートなどは、スポーツの世界とはかけ離れた一般職に就くことが多々ある。勿論トップアスリートにおいても、そのような生き方を選択することもある。

このように全てのアスリートは、いつか現役生活を終わらせる必要がある。しかし、その「終わらせる」ことは、とても難しい。特に学年で区切られた学生アスリートではない、社会人アスリートに関してはその傾向が顕著に感じられる。中でもアスリートである自分を振り返り、そこでの未練から引退に踏み切ることのできないというケースが多いだろう。豊田(2012)はその原因の一つに、高い目標や様々な競争の中で培った「アイデンティティ（自己同一性）」を失いたくないという心的傾向を挙げている。スポーツで培った技術や、それが高く評価される世界が自身を作り上げたという思考が、そこから離れることを拒絶してしまうのである。そのようにアスリートとしてのアイデンティティが強すぎると、「キャリアトランジション」に直面した際にアスリートではない自分への不安が生まれ、キャリアトランジションがうまくいかない場合もある。

そのような問題背景の中、日本スポーツ振興センター(2014)が実施した「デュアルキャリアに関する調査研究」の結果からは、アスリートの「デュアルキャリア」の過程において、特に保護者と指導者が、アスリートの競技継続、進学先の決定、将来の設計も含めたキャリア形成に対する影響力が大きいことが実証されている。アスリートのセカンドキャリアを考えるとすることは、いまやアスリート自身の問題ではなく、スポーツ界全体の課題ともいえるものなのである。

しかし、円滑なキャリアトランジションを達成することはとても難しい。なぜなら目の前の目標に対して全身全霊を懸けて取り組むことが、成功を収めることの出来る手段だと言うことを、アスリートはしばしば考えがちだからである。また勝利することによってアスリートとしていられる期間は伸び、同時に大きな勝利は引退後の人生を左右するほどの栄光をもたらすということも、アスリートはしばしば考えがちであろう。勿論そのようなスポーツへの取り組みにはリスクが伴う。現にそのようなスポーツへの取り組みを推奨するアスリートは、アスリートとしての将来を想像することは容易だが、アスリートではない自分を想像することが難しくなり、キャリアトランジションにもよくない影響を与える事も考えられる。

アスリートのキャリアを支援するアスナビではアスリートを「アスリートは常に高い目標に挑戦し続け、逆境でも決してあきらめない姿勢、集中力、礼儀正しさ、チームワークなど、ビジネス社会でも大いに適用する企業人としての資質が備わっています」と評している。その言葉は、アスリートの勝利を目指した取り組みによって得た「競技スポーツのための資質や能力」が、社会においても十全に発揮されると示唆したものと言える。言い換えれば、アスリートがスポーツに全力で取り組むことは、社会人としての資質を形成することと深く関わる事が前提とされているのである。勿論希望する職種に向かうための勉強や準備は必要だが、この言葉からは、アスリートとしての自分から社会人としての自分への転化に不安を持つことなく、スポーツに邁進することを推奨しているように取ることもできよう。このような背景を踏まえて本研究では、「競技で培ったスキルは本当にビジネス社会でも活かすことが出来るのか」という疑問を解明していくこととする。

第二節 先行研究

キャリアトランジションに関する研究は多くあるが、その中でも藤井(1999)は学生のキャリアトランジションに直面した際に生じる不安感を「就職不安」とし、その内容を「職業決定及び就職活動段階において生じる心配や戸惑い、ならびに就職決定後における将来に対する否定的な見通しや絶望感」と定義している。就職不安はアスリートのみではなくすべての学生に通ずる問題であるが故に、その研究範囲は広範であり、同時に重視すべきものと言えよう。一方田中(2009)は、アスリートの現役引退時に伴う特有の心理的問題を次のように挙げている。

- ① 競技そのものから得られたさまざまな価値の消失に対する失望感
- ② これまでの自己アイデンティティを消失したと思ってしまう寂寥感
- ③ 引退せざるを得なくなった場合の外的環境に対する怒り
- ④ 将来への漠然とした不安
- ⑤ 選手という特別なステイタス消失に対する失望感

学生のキャリアトランジションも単に就職不安からのみ生じる問題ではないが、例えば「アスリートの現役引退時に伴う特有の心理的問題」で上述した、②の「自己アイデンティティを消失したと思ってしまう寂寥感」や、③の「引退せざるを得なくなった場合の外的環境に対する怒り」が生じることはないだろう。一重にキャリアトランジションとして着目してみても、アスリートとしてのキャリアトランジションはまた異なる視点からの考察が必要である。本研究では④の「将来への漠然とした不安」を軸に、②の「自己アイデンティティを消失したと思ってしまう寂寥感」や、⑤の「選手という特別なステイタス消失に対する失望感」に対するアプローチを行う。アスリートが競技で身に着けた資質や能力が社会においても有用に活用されることが明らかとなれば、キャリアトランジションに直面するアスリートが抱く不安を解消することに寄与するだろう。

大江（2003）はスポーツ推薦等の推薦入試制度を利用して大学に入学した一部の学生に学業不振がみられることを指摘している。アスリート学生の大多数は高校時代に優秀な成績を残すことにより、「質の高い学生」と判断されスポーツ推薦等の入試制度を利用して大学に入学している。大学側はスポーツでの「質の高い学生」であることを望んでいるし、学生自身も自分の学生での価値はスポーツでの活躍であると感じている。それは一つの問題ではあるが、そのような背景からスポーツ推薦で入学した学生に学業不振が見られることは必然であると考ええる。

日常生活場面で必要とされているスキルの1つにライフスキルがある、ライフスキルとは「日常生活で生じるさまざま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に必要な能力」（WHO, 1997）と定義している。上記の定義から推測するに、日常生活に必要なスキルと言える。アスリートは、競技を通じて経験を経て、様々なスキルを獲得し、向上させることが指摘されている（徳永, 2001）が、それらの獲得・向上させたスキルは日常生活でも活かせる能力として、スポーツとライフスキルの研究が行われている。杉山によれば、ライフスキルはスポーツ活動を通じて獲得し、向上させることが出来

るものである(杉山, 2005)。上記のスキルは日常生活に必要なスキルであるが、社会人・企業人としてのスキルは、アスリートとしての生活の中では身につくことが出来ないのだろうか。

さて、その手掛かりとして近年、社会で成功する能力として「Grit」が注目されている。Grit とは、目標を達成するために必要な「やり抜く力」や「耐える力」を指す言葉であり、英単語として「(歯を) 食いしばる」と言った意味も持つことから、困難や苦難に耐え抜き成功を目指す事を示すものである。例えば 2020 年東京六大学秋季リーグ優勝の早稲田大学野球部のチームスローガンにも「Grit」が掲げられ注目を集めた。

Grit は Duckworth et al (2007)が、米国陸軍士官学校の入学者を対象として「どのような士官候補生が、最後まで過酷な訓練に耐えるのか」という調査を行った際に注目された概念である。その調査では全士官候補生のうち、およそ 5 人に 1 人の割合で中退者が出る事となったが、入学時の審査項目では中退者を予測することはできなかった。そこで Duckworth らは Grit スケールを用いて、過酷な訓練の脱落者と過酷な訓練を耐え抜いたグループでの Grit スコアを調査した。結果として、訓練を耐えたグループと脱落したグループでは Grit スコアに有意な差が生まれる結果となった。

さらに Duckworth et al (2007)は同研究中で、Grit スコアを用いて英単語のスペルの正確性を競うコンテストで勝ち進む子どもを予測したことが報告されている。また、Donna O'Connor et al (2016) は、オーストラリアのエリートユースサッカー選手を対象に Grit スコアを調査し、Grit が高い選手ほど状況判断についてパフォーマンスが高いことを示した。上記 2 つの研究では、コンテストで優秀な成績を収める子どもやパフォーマンスの高い選手を Grit スコアにより予測することが可能であることを証明したが、果たしてスプリングコンテストでな成績を収める子どもと高いパフォーマンスのアスリートでは Grit(やり切る力)の内容が異なるのではないだろうか。

反対に、秋葉ら (2016) は大学アスリートと一般学生を対象に Grit 調査を行い、Grit 得点はアスリート学生と一般学生、アスリートにおける性差、総実施時間、競技成績では顕著な差がみられないと示した。先ほどの研究と同様に、一般学生とアスリート学生では Grit(やり切る力)の内容が異なるのではないか。アスリートが競技中心に行う生活の中で培われた Grit(やり切る力)と、非アスリートでは違うプロセスで培った Grit を一概に 1 つのスケールのみで比べてしまうことに問題を感じた。

Danielle (2019)はアスリート学生に対し、一般的な Grit スケール、アスリートとして

の Grit スケール、学業についての Grit スケールを設定し調査を行い、アスリートの Grit が高いことを示した。今まで使用されていた、Duckworth et al (2007)が開発したスケールの文頭に「アスリートに対する～」・「学業に対する～」とつけることで Grit をドメイン別に設定した。同研究内で、競技を中心とした生活を送る学生アスリートのアスリート Grit が高い理由として、大学まで競技を継続するためには、高いアスリート Grit を持つことが必要だったと推測している。

第三節 研究の目的

本研究は Grit 能力の本来的な性質を明らかにし、それを基に学生のキャリア選択への一助となることを目的とするものである。その試みは、今まで Grit そのものが個人に備わっていた能力であるとした先行研究を捉えなおすものともなる。例えば、先行研究でもサッカー選手やスペルコンテストで成績優秀だった者の Grit 能力の調査は行われているが、両者ともに Duckworth et al (2007)の Grit 尺度が用いられている。しかし、スポーツにおける Grit 能力と、スペルコンテストにおける Grit 能力は果たして同じ性質を有するものなのだろうか。また個人に備わるとされている Grit 能力は、その個人の身体能力や思考力に影響を受けることなく、その双方に同じ Grit スコアを発揮することが出来るのだろうか。以上の疑問は、Grit 能力をドメイン別に調査することによって明らかとなるだろう。

第二章 本論

本研究では、競技を生活の中心とした学生アスリートの Grit（やり切る力）を 3 種類のドメイン別（標準の Grit、スポーツの Grit、学業の Grit）に調査し、下記の RQ を設定する。

RQ：1 学生アスリートのドメイン別 Grit スコアは差が生まれるのか。

RQ：2 ドメイン別 Grit スコアは競技成績に影響を及ぼすのか。

第一節 研究の方法

1、手続き

調査はグーグルフォームを使用して、7つの大学柔道部を対象実施し、回答内容に極端な欠損または、Grit スコアについて欠損または異常が見られない学生294名を対象とした。

2、評価尺度

2-1 対象者

本研究では、すべての対象者に年齢、競技継続年数、競技成績について質問した。競技成績は、全国大会出場経験無し、全国大会出場経験有り、全国大会入賞経験有りの3群に分け分析を行った。

2-2 Grit スケール

本研究では、Duckworth et al (2007)が開発した Grit 尺度を竹橋ら (2019) が日本語に訳し検討を行い作成した、日本語版 Grit 尺度を用いた。

2-3 ドメイン設定

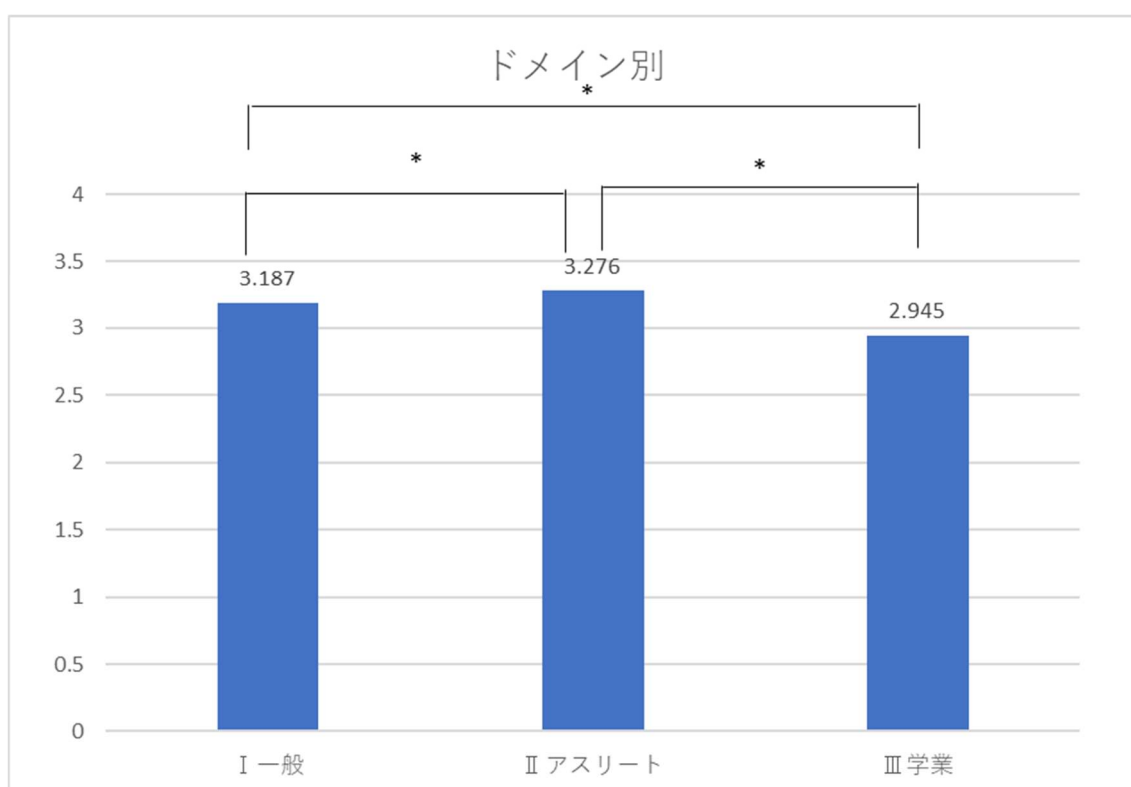
Danielle et al(2019)を参考に Grit 尺度のドメイン設定を行った。①一般的な Grit、②アスリートとしての Grit、③学業についての Grit、と項目ごとに教示し、①全く当てはまらない、②あまり当てはまらない、③少し当てはまる、④かなり当てはまる、⑤非常に当てはまる、の5件法で回答を求めた。質問項目は12問であり、得点は出た得点を平均し、最大5点である。

第二節 結果

- 1、ドメイン別の Grit スコアの差を検討するために、反復測定分散分析を行った。分析の結果、ドメイン別の Grit スコアに有意な差が見られた ($F(1.564, 458.170) = 83.052, p < .001$)。多重比較 (Bonferroni 法、5%水準) を行ったところ、すべてのドメイン別 Grit スコアの間で有意な差が見られた。ドメイン別 Grit スコアの点数の推移をみると、アスリート Grit が一般 Grit・学業 Grit より平均点が有意に高かった。また一般 Grit は学業 Grit より平均点が有意に高かった。

	Mean	SD	比較	
I 一般	3.187	0.031	II > I *	I > III *
II アスリート	3.276	0.028	II > III *	
III 学業	2.945	0.041		

* $p < .001$, ** $p < .01$, *** $p < .05$,



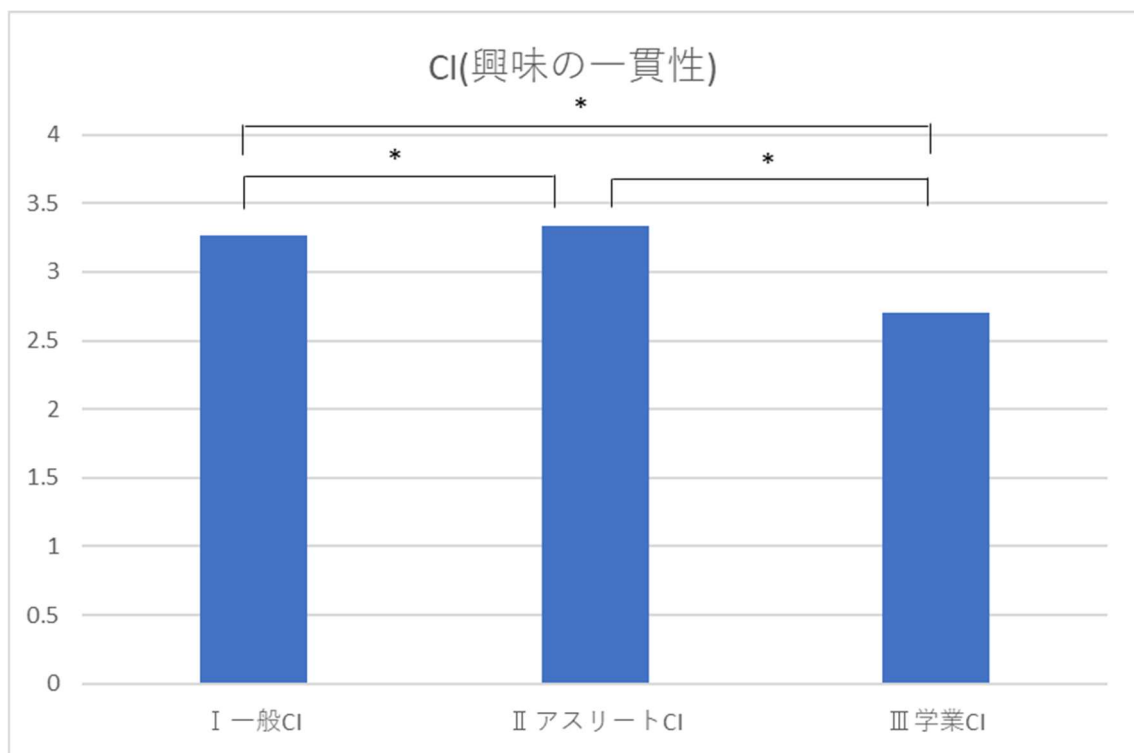
2、ドメイン別 Grit スコアの下位概念、CI（興味の一貫性）・PE（努力の粘り強さ）2つの因子の差を検討するために、反復測定分散分析を行った。分析の結果、CI（興味の一貫性）・PE（努力の粘り強さ）ともに有意な差が見られた。

・CI（興味の一貫性）($F(1.338, 391.968) = 154.682, p < .001$)、多重比較（Bonferroni法、5%水準）を行ったところ、すべてのドメイン別 Grit スコアの間に有意な差が見

られた。ドメイン別 CI スコアの点数の推移をみると、アスリート CI が一般 CI ・ 学業 CI より平均点が有意に高かった。また一般 CI は学業 CI より平均点が有意に高かった。

	Mean	SD	比較
I 一般CI	3.268	0.035	II > I * I > III *
II アスリートCI	3.334	0.041	II > III *
III 学業CI	2.706	0.045	

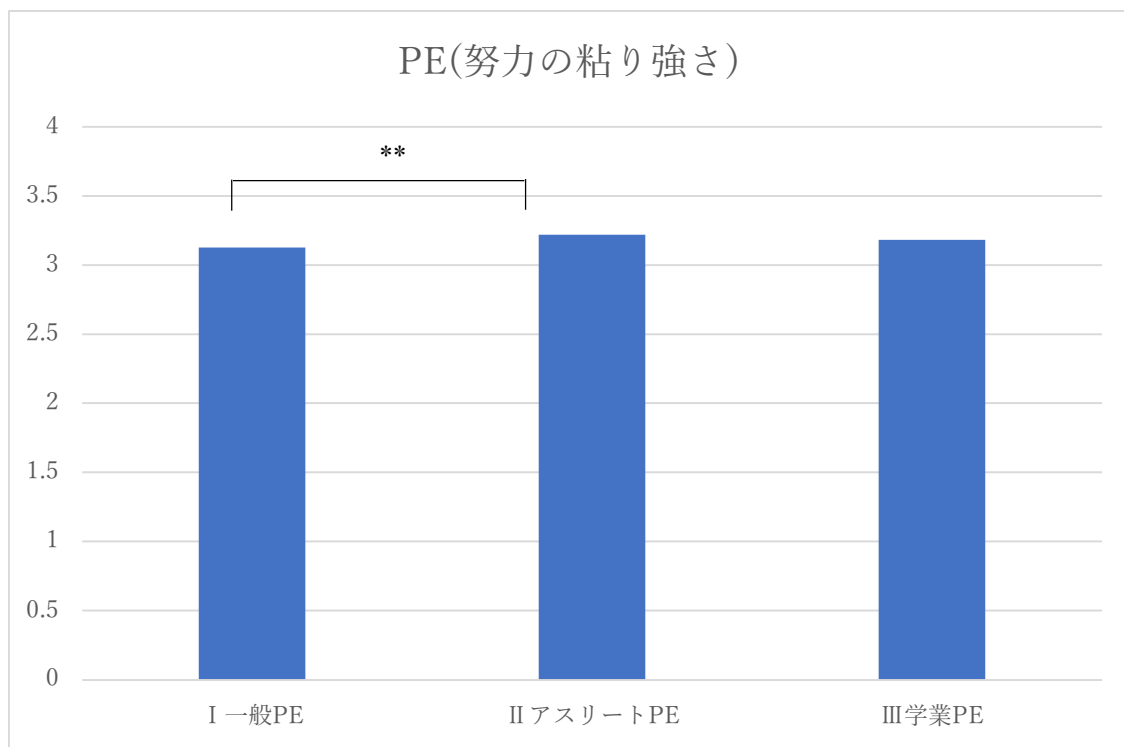
* $p < .001$, ** $p < .01$, *** $p < .05$,



・ PE (努力の粘り強さ) ($F(1.903, 557.557) = 3.668, p < .05$)、多重比較 (Bonferroni 法、5%水準) を行ったところ、一般 PE とアスリート PE には有意な差が見られたが、学業 PE に対しては一般 PE ・ アスリート PE とともに有意な差が生まれなかった。点数の推移をみると、アスリート PE は一般 PE より平均点が有意高かった。

	Mean	SD	比較
I 一般PE	3.126	0.032	II > I **
II アスリートPE	3.218	0.037	
III 学業PE	3.183	0.036	n.s.

* $p < .001$, ** $p < .01$, *** $p < .05$,



3、ドメイン別の Grit スコアにおける競技成績の影響を分析するために分散分析を行った。その結果、競技成績はドメイン別の Grit スコアに対し有意であった。

3-1 一般 Grit スコア

一般 Grit スコアは競技成績に対し有意であった。 $(F(2,49.926)=12.480, p<.001)$ 、多重比較 (Games-Howell 法、5%水準) を行ったところ、すべての競技成績で有意であった。

3-2 アスリート Grit スコア

アスリート Grit スコアは競技成績に対し有意であった。 $(F(2,58.817)$

=16.453, $p < .001$)、多重比較 (Games-Howell 法、5%水準) を行ったところ、すべての競技成績で有意であった。

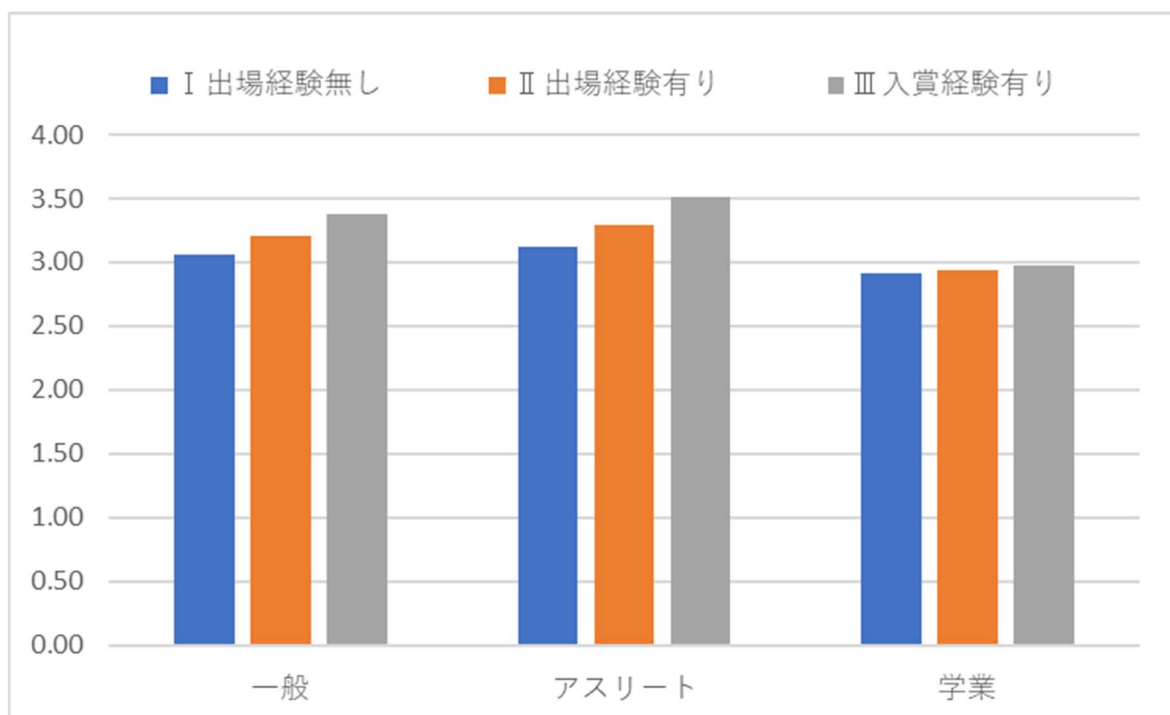
3-3 学業 Grit スコア

学業 Grit スコアは競技成績に対し有意な差は生まれなかった。F (2,48. 456) =.679, $p > .001$)

- ・一般 Grit スコアとアスリート Grit スコアには競技成績に対し有意であったが、学業 Grit スコアでは有意な差が見られなかった。

	I 出場経験無し (n = 105)		II 出場経験有り (n = 128)		III 入賞経験有り (n = 61)		F	多重比較		
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD				
一般	3.06	0.355	3.20	0.402	3.37	0.454	12.48	III > II *	II > I **	III > I ***
アスリート	3.12	0.375	3.30	0.442	3.51	0.473	16.453	III > II *	II > I **	III > I ***
学業	2.91	0.381	2.93	0.433	2.98	0.393	0.679	n.s.		

* $p < .001$, ** $p < .01$, *** $p < .05$,



第三節 考察

1、RQ1

今回の結果によって一般 Grit、アスリート Grit、学業 Grit すべてに有意な差があることが明らかとなり、それは Danielle et al(2016)の先行研究と同様の結果であった。また三つのドメインを比較したところ、有意にアスリート Grit が高い結果となったが、その要因として、競技力向上を目指し、競技を中心とした生活を送る学生アスリートは、高い水準でアスリートの Grit を持つことを求めている（求められていた）のではないかと推測した。

ドメイン別の Grit に有意な差が出ることは上述の通りだが、その要因となる下位概念に着目してみると、PE（努力の粘り強さ）に関しては全てのドメインにおいて差が生まれなかった。一方、CI（興味の一貫性）については、アスリートが最も高く、次に一般、最も低い結果が学業となり、全てのドメインにおいて有意な差が確認された。この結果から分かることは、PE（努力の粘り強さ）に関しては他の分野への転用が可能だが、CI（興味の一貫性）によって対象への Grit 値が低い水準へと変化することである。言い換えれば、柔道競技者のアスリートとしての Grit 能力の、他の分野への転用は限定的なものなのである。特に学業に対しては、Grit の粘り強さはある程度転用できているが、興味を持てないことが Grit 能力の転用を妨げており、アスリートの Grit 能力の他分野への転用は限定的と言える。

2、RQ2

ドメイン別 Grit スコアを従属変数に設定し、競技成績を独立変数とした解析の結果、一般 Grit とアスリート Grit は競技成績に比例して高くなることが確認された。高い Grit スコアによって競技の成績が上がっていくのか、競技の成績が上がっていくことによって Grit スコアが高まっていくのかといった因果関係は今後の研究の課題であるが、今回の研究の結果からは特定の目標に対し、対応したドメインで Grit を測定することにより、一定の結果を予測し得る事を証明した。一方、一般 Grit とアスリート Grit に対して、学業 Grit は競技成績に対して有意な差がみられなかった。この結果からは、競技スポーツを目的として進学した学生アスリートにとって学業が興味を惹くもので

はなく、そのため競技における Grit が他のドメインに適用しないことの証明ともなった。

一般の Grit に関しては、競技成績の優劣に比例して、数値が高くなることが分かったが、その要因としてはアスリート GRIT と混同して回答していることが予測できる。この問題は研究の手法を工夫することによって改善可能な点なので、今後の研究の課題としたい。

本研究結果は、アスリートがスポーツに全力で取り組むことが社会人としての資質を形成する一助となるという論説を一部否定するものとなった。しかしドメイン間の横断性が、限定的ではあるが下位概念の PE（努力の粘り強さ）に確認されたことは本研究の功績とも言える。つまり、CI（興味の一貫性）の横断が可能となる対象に対しては、「アスリート生活で培った Grit 能力」を発揮する可能性が多いに期待されることである。言い換えればアスリート自身が興味を持つ対象を選択し、その分野に飛び込むことによって、アスリートのスポーツ活動はキャリアトランジションを支える大きな要因となり得るのである。

第三章 結論

第一節 まとめ

2つの RQ による調査により、以下の通り本研究の目的である「競技を生活の中心とした学生アスリートがドメイン別に Grit を測定した際に差が生まれるのか、さらにそれは競技成績に関連するのか」といった疑問を明らかにすることが出来た。

RQ：1 アスリートの Grit スコアは競技以外に転用されないが、下位概念の PE（努力の粘り強さ）に関しては全てのドメインでアスリートの値と同等の数値が確認された。

RQ：2 競技成績に比例してアスリートの Grit スコアが高くなることが明らかとなったが、他のドメインへの転用に関しては CI（興味の一貫性）の喚起、すなわち動機付けに着目する必要がある

本研究の成果と今後の発展は、「キャリアトランジション」に直面したアスリートの

不安を軽減するものともなろう。スポーツに邁進することによって、社会生活を営む上で重要なスキルが育まれているという仮説は、今後の研究の課題であると同時に、スポーツ界全体の課題であるアスリートのセカンドキャリアに着目するものなのである。

第二節 研究の限界

先述の通り本研究では、スポーツ Grit と一般 Grit や学業 Grit の相関関係を解明するには至らなかった。それは Grit の形成過程を考察するものであり、異なるアプローチをかける必要があると考えられる。今後の展望としては小学生、中学生、高校生といった異なる領域における Grit スコアの調査から、スポーツの Grit が形成される時期や要因を調査していきたい。

第四章 引用・参考文献

- Danielle L. Cormier, John G.H Dunn, Janice Causgrove Dunn. Examining the domain specificity of grit, *Personality and Individual Differences*, Vol.139, pp.349-354, March 2019.
- Donna O'Connor, Paul Larkin , Does Grit Influence Sport-Specific Engagement and Perceptual-Cognitive Expertise in Elite Youth Soccer? , *Journal of applied sport psychology*, Vol.28(2), pp.129-138, April 2016.
- Duckworth, A. L., C. Peterson, M. D. Matthews and D. R. Kelly, Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.92(6), pp.1087-1101, 2007.
- World Health Organization, Life skills education for children and adolescents in schools. World Health Organization, 1994, Retrieved from <http://apps.who.int/iris/handle/10665/63552> (February 3, 2016) (川畑 徹朗, 高石昌弘, 西岡伸紀, 石川哲也, JKYB 研究会(訳), WHO・ライフスキル教育プログラム, 大修館書店, 1997)
- 秋葉茂季, 角田直也, 大学生アスリートにおける Grit に関連する要因, *国土舘大学紀要*, 35, pp.63-66, 2016.
- 大江篤志, 成績分析からみた大学教育の研究 (3) 入学類型と全学共通科目の学業成績

との関係を中心に, 東北学院大学教育研究所報告集, 3, pp.1-57, 2003.

- ・ 田中ウルヴェ京, 選手のキャリアに対するメンタルサポート, 臨床スポーツ医学, 文光堂, 26(6), pp.683-689, 2009.
- ・ 島本好平, 石井源信, 体育授業におけるスポーツ経験がライフスキルの獲得に与える影響 運動部所属の有無からの検討, スポーツ心理学研究, 36(2), pp.127-136, 2009.
- ・ 島本好平, 石井源信, 運動部活動におけるスポーツ 経験とライフスキル獲得との因果関係の推定, スポーツ心理学研究, 37(2), pp.89-99, 2010.
- ・ 島本好平, 東海林祐子, 村上貴聡, 石井源信, アスリートに求められるライフスキルの評価 大学生アスリートを対象とした尺度開発, スポーツ心理学研究, 40(1), pp.13-30, 2013.
- ・ 杉山佳生, スポーツによるライフスキルとソーシャルスキル, 体育の科学, 55, pp.92-96, 2005.
- ・ 竹橋洋毅, 樋口収, 尾崎由佳, 渡辺匠, 豊沢純子, 日本語版グリット尺度の作成および信頼性・妥当性の検討, 心理学研究, 86(6), pp.580-590, 2019
- ・ 友添秀則, 大学スポーツを取り巻く問題, 現代スポーツ評論, 14, pp.11-12, 2006.
- ・ 徳永幹雄, スポーツ選手に対する心理的競技能力の評価尺度の開発とシステム化, 健康科学, 23, pp.91-102, 2001.
- ・ 豊田則成, トップアスリートのキャリアトランジション, 体育の科学, 62(8), pp.590-594, 2012.
- ・ 日本スポーツ振興センター, 『デュアルキャリアに関する調査研究』報告書, 日本スポーツ振興センター, 2014.
- ・ 藤井義久, 女子学生における就職不安に関する研究, The Japanese Journal of Psychology, 70(5), pp.417-420, 1999.