

---

# 大学生のスポーツキャリアパターンを 規定する心理的要因

富永徳幸, 田口節芳

## The psychological factors determining the sports career pattern of the university student

Noriyuki TOMINAGA, Setsuyoshi TAGUCHI

### 1. 緒言

スポーツ活動に参加することは幼児から高齢者に至るまで広く推奨されている。一般的に、多くの青少年は学齢期の学校体育（部活動）や地域クラブがスポーツ活動の契機となり、個々のスポーツキャリアを形成する。主に小学校・中学校時代に開始するこのキャリアは様々である。また、質・量ともに異なる。このことはスポーツの適性（技術・体力）をはじめとして開始時期、環境条件（施設設備、指導者、地域性等）、ケガの有無、進学（進路決定）といった要因ばかりでなく、個々人の心理的要因と無関係ではない。即ち、一般的な個人的特性やスポーツに対する意識・態度などである。筒井ら（1996）は、大学生のスポーツキャリアパターンを規定する心理学的要因として結果予期、運動に対する有能感、勝敗に対する態度を挙げている<sup>1)</sup>。また、運動（身体活動）をどのように捉えているかも考慮すべきである。

ところで、青少年のスポーツキャリアの差異はこのような心理的要因ばかりではなく、日常生活における様々な活動を継続する個人的特性により少なからず影

響を受けるのではないだろうか。「一度始めたことは最後までやり抜く」、また「問題や障害が発生してもうまく対処できる」といった自分の遂行力への自信や信念の強さは、青少年のスポーツ活動において遭遇が予想される様々な障害（身体的・心理的・社会的）への対処において有効に機能するであろう。このような視座で青少年のスポーツキャリアの差異と心理的要因との関連性を分析することは興味深い。

以上のような関心から、本論では大学生のスポーツキャリアパターン（継続・離脱）と心理的要因との関連性を分析検討することを目的とした。

## 2. 方法

### 2.1 分析の視点

青少年のスポーツキャリアは様々な要因によって形成されると思われる。本論では心理的要因に着目して、一般的な個人的特性やスポーツ活動に対する意識・態度とスポーツキャリアパターンとの関連性について分析した。なお、本論では、スポーツ活動開始後のキャリア形成（あるいは中途離脱）と心理的要因との関連性を分析することを目的としているため、スポーツキャリアのない学生（所属経験のない学生）は分析から除外した。

### 2.2 諸概念

#### 2.2.1 スポーツキャリアパターン

小学校・中学校・高校・大学について、体育授業以外での定期的な運動・スポーツ活動（学校運動部、スポーツ少年団、スポーツ教室、スポーツクラブなど）の経歴である。本論では、小学校開始あるいは中学校開始を対象とした上で、①同一種目を継続している型（以下、同一種目継続型）、②異種目ではあるが継続している型（以下、異種目継続型）、③いずれかの時期にやめた型（以下、離脱型）に分類した。

#### 2.2.2 自己効力感

「挑戦したことは最後まであきらめない」「突然起こった問題でもうまく処理できると思う」など、自分の行動を自分で統制し、必要な行動を効果的にできるという可能性の認知および信念のことを自己効力感という。自己効力感とは、ある状況において必要な行動を自分で効果的に遂行できるという信念のことである<sup>2)</sup>。

一般的に人が何か行動を起こす際には、その効果的な遂行の可能性を考えた上で行動を起こす。そして遂行を完了するまでの側面としては、何かに取り組もうとする意志、完了しようとする意志、困難や障害に耐える意志が必

要とされよう。成田ら（1995）は、日常場面における行動に影響する自己効力感（特性的自己効力感）の尺度測定について報告している<sup>3)</sup>。本論では、この尺度項目を援用して個人的特性を測定した。

### 2.2.3 スポーツ活動に対する態度・意識

スポーツにおける勝利志向（勝敗に対する態度）、結果予期、運動に対する有能感はスポーツキャリアの形成との関連が指摘されている<sup>4)</sup>。本論ではそこで用いられた要因を援用した上で、さらに運動（身体活動）の効果の捉え方や大学でのスポーツに対する評価を加えてスポーツ活動に対する態度・意識とした。

## 2.3 研究仮説

前節を踏まえて本論では次の仮説を導いた。

仮説1：スポーツキャリアパターンによって自己効力感に差異がある。

仮説2：スポーツキャリアパターンによって勝利志向に差異がある。

仮説3：スポーツキャリアパターンによってスポーツの結果予期に差異がある。

仮説4：スポーツキャリアパターンによって運動に対する有能感に差異がある。

仮説5：スポーツキャリアパターンによって運動（身体活動）への態度に差異がある。

仮説6：スポーツキャリアパターンによって定期的運動への評価に差異がある。

仮説7：スポーツキャリアパターンによって大学スポーツへの評価に差異がある。

## 2.4 分析の方法

### 2.4.1 調査

(1) 調査方法 質問紙による配票調査法

(2) 調査時期 平成24年10月15日から30日まで

(3) 調査対象 広島県内の大学生 226名

(4) 調査内容 スポーツキャリア（部活動経歴）、自己効力感、スポーツ観（勝利志向）、運動の有能感、結果予期、運動への態度、定期的な運動の評価、大学スポーツの評価

### 2.4.2 データの分析

#### (1) 自己効力感

成田ら（1995）の尺度項目<sup>5)</sup>を参考に8項目で構成した。表1は質問項目を示す。各質問に対して「大いにそう思う」から「まったくそう思わない」までの5段階尺度で回答を得た。さらに肯定の度合いが強い順に「5」から「1」へ得点

化し, 8項目の合計得点を自己効力感スコアとした. Q2, 4, 6, 8, 10, 12 は逆転項目である. このスコアが高いほど自己効力感を強く持っていることを示す.

表1 自己効力感に関する質問項目

* 1	しなければならないことがあっても, なかなかせりかからない
2	初めはうまくいかない仕事でも, できるまでやり続ける
* 3	新しい友達を作るのが苦手だ
* 4	重要な目標を決めても, めったに成功しない
* 5	何かを終える前にあきらめてしまう
6	会いたい人を見かけたら, 自分からその人の所へ行く
* 7	困難に出会うのを避ける
* 8	非常にややこしく見えることには, 手を出そうとは思はない

\* は逆転項目

## (2) 勝利志向

筒井ら (1996) が用いた項目<sup>6)</sup>を参考に 12項目で構成した. 表2は質問項目を示す. 前項と同様に得点化し, 8項目の合計得点を勝利志向スコアとした. Q1, 3, 4, 5, 7, 8 は逆転項目である. このスコアが高いほどスポーツにおける勝利志向を強く持っていることを示す.

表2 勝利志向に関する質問項目

1	スポーツは勝つことに意義がある
* 2	スポーツは汗を流してストレス解消になればよい
* 3	スポーツは余暇をたのしむためにやるものである
4	スポーツは勝つからこそ喜びが生まれるものである
* 5	スポーツは大切なものを犠牲にしてまで勝とうとするべきではない
6	スポーツの魅力は勝負があるからである
* 7	スポーツは健康の保持増進のために行うものである
8	スポーツで勝ったときの感激は何ものにもかえがたい
9	スポーツで悔しい思いをしたくないので, ぜひ勝とうとする
* 10	スポーツは気のあった者同士で仲良くできればよい
* 11	スポーツは苦しい思いをしてまで勝とうとする必要はない
* 12	スポーツはただ純粋に楽しむものである

\* は逆転項目

(3) 運動の有能感

筒井ら（1996）が用いた項目<sup>7)</sup>を参考に9項目で構成した。表3は質問項目を示す。前項と同様に得点化し、9項目の合計得点を有能感スコアとした。このスコアが高いほどスポーツにおける有能感を強く持っていることを示す。

表3 運動の有能感に関する質問項目

1	体力はある
2	健康には自信がある
3	運動は得意
4	すぐにうまくなる
5	運動が好き
6	仲間と仲良く運動ができる
7	挑戦するのが好き
8	楽しめる
9	活動的

(4) スポーツの結果予期

表4 スポーツの結果予期に関する質問項目

1	上手になれると思う
2	体力を高めることができると思う
3	気分転換やストレスの発散ができると思う
4	多くの友人がつくれると思う
5	チーム内で認められる人間になれると思う
6	楽しんでやれると思う
7	健康の増進に役立つと思う
8	就職に有利になると思う
* 9	しばらく続けるとあきてしまうと思う
* 10	自分には何の役にもたないと思う
* 11	お金や時間の無駄になると思う
* 12	やりたいことができなくなると思う

\* は逆転項目

筒井ら (1996) が用いた項目<sup>8)</sup>を参考に 9 項目で構成した。表 4 は質問項目を示す。前項と同様に得点化し, 9 項目の合計得点を結果予期スコアとした。Q9, 10, 11, 12 は逆転項目である。このスコアが高いほどスポーツにおける結果予期がより肯定的であることを示す。

#### (5) 運動への態度

徳永ら (1976) の項目<sup>9)</sup>を参考に 8 項目で構成した。表 5 は質問項目を示す。前項と同様に得点化し, 9 項目の合計得点を運動への態度スコアとした。Q2, 4, 5, 6 は逆転項目である。このスコアが高いほど運動に対する態度がより肯定的であることを示す。

表5 運動への態度に関する質問項目

1	何日も運動をしないと、手足がムズムズするなど、何か運動をしたくなる
* 2	運動をすると疲れがひどいので、あまりしないことにしている
3	人が運動をしている姿をみると、自分も何か運動をしなければと思う
* 4	運動では苦しいめにあうことが多いので、あまりしたくない
* 5	運動はなにかにつけ、準備が面倒臭いので、あまりする気がしない
* 6	運動すると、他の事がおろそかになるので、あまりしないことにしている
7	運動をする話がでると、「やってみるか」という気持ちになることが多い
8	できるだけ時間をみつけて、運動をするように心がけている

\* は逆転項目

#### (6) 定期的な運動の評価

岡ら (2003) の尺度項目<sup>10)</sup>を参考に 10 項目で構成した。表 6 は質問項目を示す。前項と同様に得点化し, 9 項目の合計得点を定期的運動の評価スコアとした。Q1, 4, 7, 9 は逆転項目である。このスコアが高いほど定期的な運動をより肯定的に評価していることを示す。

#### (7) 大学スポーツの評価

徳永ら (1967) が用いた項目<sup>11)</sup>を援用 (9 項目) した。表 7 は質問項目を示す。前項と同様に得点化し, 9 項目の合計得点を大学スポーツの評価スコアとした。Q2, 4, 6, 7, 8 は逆転項目である。このスコアが高いほど大学スポーツをより肯定的に評価していることを示す。

表6 定期的な運動の評価に関する質問項目

* 1	定期的に運動することは、仕事の邪魔になる
2	定期的に運動すると、ぐっすりと眠ることができる
3	定期的に運動すると、自分自身の身体(肉体)をより好きになる
* 4	運動すると暑くて汗をかくので、あまり心地よさを感じない
5	定期的に運動すると、あまりストレスを感じない
6	定期的に運動すると、仲間付き合いが活発になる
* 7	定期的に運動すると、時間が無駄になる
8	定期的な運動は、私の人生に肯定的な見通しを立てることに役立つ
* 9	定期的な運動をすると、あまりにもお金がかかりすぎる
10	定期的に運動すると、痩せたり、身体が丈夫になり、体力がつく
* は逆転項目	

表7 大学スポーツの評価に関する質問項目

1	スポーツは学生生活における不可欠の要素である
* 2	大学ではスポーツなど、やりたい人がやればよい
3	私の生活からスポーツを除いたら、耐えられないであろう
* 4	大学は学問の場であり、スポーツなどどうでもよい
5	スポーツは学生生活のオアシスである
* 6	一般にスポーツ、スポーツとさわぎすぎる
* 7	大学でスポーツをするなんて時間の無駄だ
* 8	スポーツをしなくても別にどうということはない
9	スポーツ活動は学生生活をより豊かにする
* は逆転項目	

本論では、キャリアパターン（3群：同一種目継続型、異種目継続型、離脱型）を独立変数とし、従属変数である自己効力感、勝利志向、運動の有能感、スポーツの結果予期、運動に対する態度、定期的な運動の評価、大学スポーツの評価との関連性について検討（一元配置分散分析による）した。統計解析には SPSS12.0J for windows を使用した。なお、分析に用いた3群のサンプル内訳は、同一種目継続型 70、異種目継続型 43、離脱型 113 であった。

### 3. 結果

#### 3.1 自己効力感について

表8 分散分析の結果（自己効力感）

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	25.44	4.28				
異種目継続型	23.88	4.42	8.44	2,223	***	同 > 離
離脱型	22.79	4.14				

\*\*\*  $p < .001$

表8は自己効力感スコアの平均値における3群比較（一元配置分散分析）の結果を示す。平均値における3群間の差異は有意（ $F(2, 223, 0.001) = 8.44$ ）である。多重比較によれば、同一種目継続型が離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型の学生は離脱型の学生より自己効力感が強いことが示唆される。これは仮説1を支持するものである。

#### 3.2 勝利志向について

表9 分散分析の結果（勝利志向）

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	40.36	5.13				
異種目継続型	36.26	5.43	22.27	2,223	***	同 > 異, 離
離脱型	34.59	6.11				

\*\*\*  $p < .001$

表9は勝利志向スコアの平均値における3群比較（一元配置分散分析）の結果を示す。平均値における3群間の差異は有意（ $F(2, 223, 0.001) = 22.27$ ）である。多重比較によれば、同一種目継続型が異種目継続型および離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型の学生は異種目継続型および離脱型の学生より勝利志向が強いことが示唆される。これは仮説2を支持するものである。

#### 3.3 運動の有能感について

表10は運動の有能感スコアの平均値における3群比較（一元配置分散分析）の結果を示す。平均値における3群間の差異は有意（ $F(2, 223, 0.001) = 23.24$ ）である。多重比較によれば、同一種目継続型および異種目継続型が離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型および異種目継続型の学生は離脱型の学生より運動の有能感が強いことが示唆される。これは仮説3を支持するものである。



表10 分散分析の結果 (運動の有能感)

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	33.81	5.78				
異種目継続型	31.77	5.57	23.24	2,223	***	同, 異> 離
離脱型	27.37	7.09				

\*\*\* p<.001

### 3.4 結果予期

表11 分散分析の結果 (スポーツの結果予期)

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	47.93	5.56				
異種目継続型	44.63	8.57	14.72	2,223	***	同>異, 離
離脱型	42.42	6.48				

\*\*\* p<.001

表 11 はスポーツの結果予期スコアの平均値における 3 群比較 (一元配置分散分析) の結果を示す。平均値における 3 群間の差異は有意 ( $F(2, 223, 0.001) = 14.72$ ) である。多重比較によれば、同一種目継続型が異種目継続型および離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型の学生は異種目継続型および離脱型の学生よりスポーツの結果をより肯定的に予期していることが示唆される。これは仮説 4 を支持するものである。

### 3.5 運動への態度

表12 分散分析の結果 (運動への態度)

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	30.69	4.33				
異種目継続型	29.51	5.11	21.15	2,223	***	同, 異> 離
離脱型	25.89	5.55				

\*\*\* p<.001

表 12 は運動への態度スコアの平均値における 3 群比較 (一元配置分散分析) の結果を示す。平均値における 3 群間の差異は有意 ( $F(2, 223, 0.001) = 21.15$ ) である。多重比較によれば、同一種目継続型および異種目継続型が離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型および異種目継続型の学生は離脱型の学生より運動 (身体活動) に対する態度がより肯定的であることが示唆される。これは仮説 5 を支持するものである。

### 3.6 定期的な運動の評価

表13 分散分析の結果 (定期的な運動の評価)

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	36.64	4.73				
異種目継続型	36.14	5.91	3.89	2,223	*	同 > 離
離脱型	34.58	5.07				

\*  $p < .05$

表 13 は運動への態度スコアの平均値における 3 群比較 (一元配置分散分析) の結果を示す。平均値における 3 群間の差異は有意 ( $F(2, 223, 0.05) = 3.89$ ) である。多重比較によれば、同一種目継続型が離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型の学生は離脱型の学生より定期的な運動をより肯定的に評価していることが示唆される。これは仮説 6 を支持するものである。

### 3.7 大学スポーツの評価

表14 分散分析の結果 (大学スポーツの評価)

	Mean	SD	F	df		多重比較
同一種目継続型	30.19	4.69				
異種目継続型	29.53	4.85	12.20	2,223	*	同 > 離
離脱型	26.83	4.80				

\*  $p < .05$

表 14 は運動への態度スコアの平均値における 3 群比較 (一元配置分散分析) の結果を示す。平均値における 3 群間の差異は有意 ( $F(2, 223, 0.05) = 12.20$ ) である。多重比較によれば、同一種目継続型が離脱型より有意に高いことから、同一種目継続型の学生は離脱型の学生より大学スポーツをより肯定的に評価していることが示唆される。これは仮説 7 を支持するものである。

## 4. 考察

前節 (結果) で述べたように、自己効力感、勝利志向、運動の有能感、スポーツの結果予期、運動への態度、定期的な運動の評価、大学スポーツの評価とスポーツキャリアパターンとの関連性が示唆された。即ち、本論における 7 仮説は支持された。

概括すれば、同一種目継続型は離脱型に比較して自己効力感、勝利志向、運動の有能感が有意に強く、スポーツの結果予期、運動への態度、定期的な運動の評価、大学スポーツの評価が有意に肯定的であった。

一方、同一種目継続型と異種目継続型との差異については、勝利志向（同一種目継続型＞異種目継続型）とスポーツの結果予期（同一種目継続型＞異種目継続型）の2要因にとどまり、そして異種目継続型と離脱型との差異も同様に、運動の有能感（異種目継続型＞離脱型）と運動への態度（異種目継続型＞離脱型）の2要因に認められたにとどまった。

従って、自己効力感、勝利志向、運動の有能感、スポーツの結果予期、運動への態度、定期的な運動の評価、大学スポーツの評価とスポーツキャリアパターンとの関連性は示唆されるものの、これら諸要因によってスポーツキャリアパターンを明確に区別することはできない。しかしながら、種目を不問とし、継続型（同種目か異種目）と離脱型との2群比較に着目すれば、すべての要因で区別可能である。本論では同一種目継続型、異種目継続型、離脱型の3群を諸要因との関連性において明確な差異を示すには至らなかったが、スポーツ活動を継続している学生といずれかの時期に離脱した学生との差異は指摘することができよう。

## 5. 結語

本論は大学生のスポーツキャリアパターン（継続・離脱）と心理的要因との関連性を検討（一元配置分散分析）することを目的とした。広島県内の大学生226名を対象として、質問紙を用いた配票調査を実施した。その結果は次のように整理される。

- (1) 同一種目継続型の学生は、離脱型の学生より自己効力感が強い。
- (2) 同一種目継続型の学生は、異種目継続型および離脱型の学生より勝利志向が強い。
- (3) 同一種目継続型および異種目継続型の学生は、離脱型の学生より運動の有能感が強い。
- (4) 同一種目継続型の学生は、異種目継続型および離脱型の学生よりスポーツの結果予期が肯定的である。
- (5) 同一種目継続型および異種目継続型の学生は、離脱型の学生より運動（身体活動）に対する態度が肯定的である。
- (6) 同一種目継続型の学生は、離脱型の学生より定期的な運動を肯定的に評価している。
- (7) 同一種目継続型の学生は、離脱型の学生より大学スポーツを肯定的に評価している。

以上のことから、本論においては自己効力感、勝利志向、運動の有能感、スポーツの結果予期、運動への態度、定期的な運動の評価、大学スポーツの評価とスポーツキャリアパターンとの関連性が示唆される。

## 「謝辞」

本論の調査実施（データ収集）は学生諸君（塚澤君, 堂前君, 徳丸君）の協力を仰ぐことにより実現しました。末尾ではありますが、ここに深謝します。

## 「参考文献」

- 1) 筒井他, スポーツキャリアパターンを規定する心理学的要因:Self-efficacy Modelを中心に, 体育学研究, 40, 359-370, 1996
- 2) 堀他, 人間の内面を探る<自己・個人過程>, サイエンス社, 27, 2001
- 3) 成田他, 特性的自己効力感尺度の検討-生涯発達の利用の可能性を探る, 教育心理学研究, 43, 306-314, 1995
- 4) 同上 1)
- 5) 同上 2), 39-41
- 6) 同上 1), 366
- 7) 同上 1), 362
- 8) 同上 1), 364
- 9) 徳永幹雄, 体育・スポーツの心理尺度, 不昧堂出版, 32, 2004
- 10) 岡浩一郎他, 中年者における身体不活動を規定する心理的要因-運動に関する意思決定のバランス-, 行動医学研究, 9, 23-30, 2003
- 11) 同上 9), 29