

〈論文〉

スポーツ・キャリアパターンが 特性的自己効力感の形成に及ぼす影響

宇 惠 弘*, 辰 本 頼 弘**

A study of the effect of sports career patterns on
the formation of general self-efficacy

Hiroshi Ue and Yoshihiro Tatsumoto

要約：本研究の目的は、運動・スポーツの継続性と特性的自己効力感との関連を検討することであった。大学生 605 名を対象として調査を実施した。その結果、①大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生は実施していない学生よりも特性的自己効力感が高い値を示した。②大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生は、特性的自己効力感が大学入学以前のキャリアパターンにより異なることが確認できた。しかし、特性的自己効力感を向上させるキャリアパターンを特定することはできなかった。③一方、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生でも高等学校まで同一種目を継続している場合に特性的自己効力感がキャリアパターンにより異なること、さらに女子学生は男子学生よりも特性的自己効力感が高くなることを確認できた。

Abstract : The purpose of this study was to clarify the relationship between career patterns of participation in sports and general self-efficacy (GSE). The subjects were 605 university students. The results were as follows : (1) Students who engaged in sports at university showed a higher GSE than students who did not ; (2) Students who did not engage in sports at university showed different levels of GSE according to their pre-university career patterns of participation in sports, although no specific career patterns that resulted in improved GSE were identified ; (3) However, it was noted that students who did not engage in sports at university but who continued a single sport throughout their pre-university school years showed a relatively higher GSE, among which female students were identified as showing an even higher GSE.

Key words : 特性的自己効力感 general self-efficacy スポーツ・キャリア sports career patterns

受付日 2016. 6. 24 / 掲載決定日 2016. 11. 9

*関西福祉科学大学 心理科学部 教授

**追手門学院大学 基盤教育機構 教授

問 題

運動やスポーツを経験することによって、身体が鍛えられるだけでなく、忍耐力や思考力、人間関係などさまざまな学びにつながることに異論はないであろう。新本 (2012) もその緒言で「スポーツを実施していることで、自己を肯定し、他のことに対しても積極的に自信を持って取り組むような行動をとることに繋がっていることは、容易に想像されることである。」と述べている。

運動やスポーツの実施とその心理的効用について検討した先行研究を概観すると、理論モデルとして社会的学習理論を採用していることが多い。本研究では、社会的学習理論の中核概念である自己効力感について取り上げることから、まず、自己効力感の定義、規定要因、測定方法について順に述べることにする。

Bandura (1977) によって提唱された社会的学習理論 (後に、社会的認知理論) の中核概念に自己効力感 (self-efficacy) がある¹⁾。自己効力感とは「適切な行動をうまくできるかどうかの予期」、「ある状況において必要な行動を効果的に遂行できるという確信」(祐宗・原野・柏木・春木、1985, pp.36-37) である。

社会的学習理論では、人間の行動の先行要因として「結果予期」と「効力予期」の2種類の予期機能が考えられており、「効力予期」のことを自己効力感と呼んでいる。運動やスポーツ場面に例にあげて考えると、「結果予期」とは、日頃の練習の量や質によりその成果 (結果) を予想することである。一方、「効力予期」とは、毎回の練習内容の達成の程度を予想することである。練習量が多ければ好記録が期待できるが、そのための練習内容をこなす自信がない場合は、「結果予期」は強いが「効力予期」が弱いと言える。逆に練習内容はこなすことができそうだが、好記録は期待できない場合は、「効力予期」は強いが「結果予期」は弱いと考えられる。

Bandura (1977) によれば、自己効力感の規定要因、すなわち自己効力感を高める要因は、「遂行行動の達成」「代理経験」「言語的説得」「生理学的状態 (情動喚起)」の4点が考えられている。例えば、運動やスポーツ場面を想定すると、これら4点の要因は次のように説明できる。日々の練習の成果が得られることは「遂行行動の達成」であり、自己効力感を高めるために最も有効な要因と考えられる。「代理経験」とは、同様の運動やスポーツを実施している競技者の練習や成果を見聞することであり、「言語的説得」とは、練習や成果に対する指導者等からの助言である。「生理学的状態」とは、パフォーマンス前後での発汗や心拍数の増減など自律神経系の身体反応である。

自己効力感には2つの水準があると考えられている。その1つは、ある課題やある場面に特異的に影響を及ぼす自己効力感と、別の1つは、課題や場面に依存しない、より日常的、一般的な自己効力感である。前者の例では、学習場面や運動場面での自己効力感があげられる。後者は、人格特性的な側面が含まれることから、特性的自己効力感 (generalized self-efficacy) と呼ばれている (成田・下伸・中里・河合・佐藤・長田、1995)。三好・大野 (2011) は、前者の自己効力感の研究は歴史が深いことから研究数も多く、歴史が浅い後者は研究数が少ない点を指摘している。また、特性的自己効力感についての研究史を詳述し、抑うつ傾向や精神的健康との間に関連が見られること、職業満足度や職業選択との関連や、その変化や般化の過程について検討されていることに触れている。一方、その形成過程についての研究はほとんど行われていない点も指摘している。

運動やスポーツの実施と自己効力感との関連を検討した先行研究においても上記の2水準が反映された測定尺度が用いられている。運動やスポーツ場面に特化した自己効力感の測定には、岡 (2003) が作成した「運動セルフ・エフ

「イカシー尺度」が最も利用されている。この尺度は、定期的に運動していく上で障害となる状況を提示し、提示された状況においても定期的な運動をする自信があるかを尋ねている。4項目に対して5段階で評定する。一方、日常的、一般的な自己効力感の測定には、坂野・東條(1986)が作成した「一般性セルフ・エフィカシー尺度」、あるいは本研究で採用した成田ら(1995)が作成した「特性的自己効力感尺度」(尺度の内容については方法を参照)が利用されている。「一般性セルフ・エフィカシー尺度」は、個人の行動に長期的な影響を及ぼす自己効力感を測定する、「行動の積極性」「失敗に対する不安」「能力の社会的位置づけ」の3因子16項目からなる尺度であり、2段階で評定する。

ところで、運動やスポーツの実施と自己効力感との関連を検討した先行研究を概観すると、運動やスポーツの活動歴を分析対象とした研究と実践的・介入的な研究の2つに大別できる。

体育の授業以外に定期的実施していた運動やスポーツの活動歴をスポーツ・キャリアパターン(以下、キャリアパターン)と呼ぶ。学校の運動部や地域スポーツ活動などがこれに含まれる。このキャリアパターンと自己効力感との関連を検討した4点の研究を以下に通覧する。

筒井・杉原・加賀・石井・深見・杉山(1996)は、キャリアパターンを規定する心理学的要因を明らかとするために、大学生を対象として、5つのキャリアパターンとスポーツの結果予期、ならびに運動に対する有能感との関連を検討している。その結果、継続型(小学校から大学まで定期的なスポーツを実施している学生)のキャリアパターンは肯定的結果予期(例：上手になれると思う)と有能感(例：運動は得意、運動が好き)の得点が高く、不参加型(小学校から大学まで定期的なスポーツを実施していない学生)は否定的結果予期(例：しばらく続けるとあきてしまうと思う)の得点が高い点を報告している。また、否定的結果予期と有能感については性差があり、男子学生は女

子学生よりも得点が高い結果が示されている。植田・近藤・佐々木・山内・村山・小森・上向・田中(2000)は、大学生を対象として、4つのキャリアパターンと「活動性・自信」(自己効力感と同義の質問項目)との関連を検討し、大学入学以後運動を継続する、あるいは運動を再開した学生の「活動性・自信」得点が高いことを報告している。安田・遠藤・下川・布施・袴田・伊藤(2008、2009)は、大学生を対象として、4つのキャリアパターンと自己効力感(特性的自己効力感とスポーツ場面における自己効力感)との関連を検討し、大学群(中学校から大学まで運動部活動している学生)に自己効力感が高いこと、チームや家族からのサポートが自己効力感の向上につながることを報告している。富永・田口(2014)は、大学生を対象として、4つのキャリアパターンと特性的自己効力感、運動に対する有能感、スポーツの結果予期の3要因との関連を検討し、同一種目継続型(小学校から大学まで定期的なスポーツを実施している学生)は離脱型(大学までに運動やスポーツの定期的な実施を止めた学生)よりも、3要因全てにおいて高い得点を示したと報告している。

以上のように、キャリアパターンと自己効力感との関連を検討した先行研究に共通しているのは、大学入学以後も継続的に運動やスポーツを実施している場合、継続実施していな場合にくらべて自己効力感が高くなるという点である。

次に、運動やスポーツの実施と自己効力感との関連を検討した研究には、体育の授業や運動プログラムを実施した前後での自己効力感を測定し、その変動を検討した実践的・介入的な研究も多く見られる。実践的・介入的な研究は、本研究で取りあげる運動やスポーツの継続性とはテーマが異なるが、運動やスポーツの実施と自己効力感との関連を理解する上ではキャリアパターン研究と同様に重要である。そこで、以下に実践的・介入的な研究5点を通覧する。

荒井 (2010) では、体育授業のような一過性の運動に伴う感情が運動に関する自己効力感へ影響するのかを検討している。大学生を対象とした 12 週にわたる授業の後に運動に関する自己効力感を測定した結果、授業中に高揚感 (活性化した肯定的感情) を得ることが重要であると報告されている。加藤・村山・須田・村松 (2011) では、大学での 3 ヶ月程度の体育実技科目を履修することによって、一般性自己効力感の向上が示されている。この変容には、スポーツに対する「活動性 (スポーツに対する自信や好感度)」「必要性 (スポーツ活動を必要と考えている度合い)」などの意識の変化が関係すると述べている。村山・加藤・須田・村松・野口 (2013) では、体育実技の履修学生に対して、春学期と秋学期のそれぞれの学期の最初と終わりの 2 回にわたって一般性自己効力感の調査を実施した。いずれの学期においても、最初にくらべ終わりの自己効力感の得点が高い値を示した。三橋・山田・海野 (2011) では、中高年を対象にして、2 ヶ月 10 回にわたるテニス教室を実施し、初回と最終回での特性的自己効力感に変動が見られるのかを検証している。荒井・竹中 (2010) では、大学生を対象として、一過性の運動、具体的にはサイクリング運動を実施し、運動前にくらべ運動後に自己効力感が向上することを示している。

以上のように、体育の授業や運動プログラムを実施した前後での自己効力感を測定し、その変動を検討した実践的・介入的な研究に共通している結果は、介入後の自己効力感が向上している点である。

研究の目的 ここまで運動やスポーツの実施と自己効力感との関連を検討した先行研究を概観してきたが、先行研究における問題点を 3 点指摘しておきたい。

第 1 はキャリアパターンの分類についてである。岡 (2003) は、運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーとの関連を検討し、維持期 (現在、定期的に運動をしている。また、6

か月以上継続している) の対象者のエフィカシー得点が高く、無関心期 (現在、運動をしていない。また、これから先もするつもりはない) の対象者のエフィカシー得点が低いことを示しており、赤井・山川 (2015) は、1 日の運動によるエネルギー消費量が多い対象者の運動セルフ・エフィカシーが高いことを示している。岡 (2003) や赤井・山川 (2015) の研究結果から、調査時点 (大学入学以後) に運動やスポーツを実施していることこそが自己効力感を高める要因であり、大学入学以後に運動やスポーツを実施していない場合には、自己効力感の様相が異なるのではないかと考えられる。第 2 は実施していた運動やスポーツの種目についてである。筒井ら (1996) と富永・田口 (2014) は、同一種目の運動やスポーツの継続と異種目の継続を分けて分析をしているが、種目について分析した研究は他に見られない。筒井ら (1996) は、同一の種目を継続することと、種目を変更することに心理学的な違いがあると考えているが、仮説を支持する結果は得られていない。第 3 は性差についてである。新本 (2012) や富岡 (2013) は小学生を対象とした調査から性差は見られないことを、岡沢・北・諏訪 (1996) や筒井ら (1996) は大学生を対象とした調査から男性が女性よりも効力感や有能感が高いことをそれぞれ報告している。しかし、性差を扱った研究も少なく、情報の蓄積が必要である。

以上の問題点を踏まえ、本研究では、運動やスポーツの継続性と特性的自己効力感との関連を検討する。スポーツ・キャリアとして幼少期から大学までの運動やスポーツの経験を尋ね、連続して運動やスポーツを実施していた期間によって特性的自己効力感が異なるのかを検討する。

具体的には、以下の 4 点について検証をすすめる。①大学入学以後も運動やスポーツを実施した学生と実施していない学生とでは自己効力感が異なるのか。②運動やスポーツを継続実施することにより、自己効力感の向上は確認でき

るのか。③同一種目を継続している場合と、継続しているが種目は異なる場合では自己効力感に違いがあるのか。④性別により自己効力感が異なるのか。

方 法

調査対象者と調査方法

大阪府下の4年制私立大学2校の学生605名を対象として、2012年6月と11月に調査を実施した（Table 1）。授業時間中に調査用紙とマークシートを配布し回収した。

調査項目

運動・スポーツの実施状況と健康に関する意識調査 「運動・スポーツの実施状況と健康に関する意識調査」として「過去の運動・スポーツ歴」「現在の運動・スポーツ歴」「運動・スポーツの意義」「運動・スポーツの気分」「運動・スポーツの対人関係への影響」「現在の健康状態」について尋ねた。本研究では、この中から「過去の運動・スポーツ歴」「現在の運動・スポーツ歴」を主な分析の対象とし、「過去の運動・スポーツ歴」では、幼稚園・保育園から高等学校までに実施していた運動・スポーツの種目と継続期間を、「現在の運動・スポーツ歴」では、大学入学以後の運動・スポーツの種目と継続期間を尋ねた。

特性的自己効力感尺度 成田ら（1995）により作成された特性的自己効力感尺度（以下、GSE）に回答を求めた。成田ら（1995）は、自己効力感の研究分野には2つの水準が指摘されていることに注目し、立ち遅れている基礎的研究の分野から、人格特性的な認知傾向とみなす

ことができる自己効力感を特性的自己効力感と名づけ、その測定尺度の作成を試みた。

問題でも述べたように、特性的自己効力感に対して、課題や場面を特定した課題特異的自己効力感（task specific self-efficacy）と呼ばれる自己効力感もさまざまな研究で取り上げられているが、本研究では、特定の課題や場面よりも運動・スポーツを経験することによる人格特性面への影響を検討することが目的であるため、成田ら（1995）の尺度を採用した。

GSEは5件法で回答する23項目からなる尺度である。合計得点を算出し、得点が高いほど特性的自己効力感が高いことを示す。

倫理的配慮

調査用紙の表紙に、個人情報保護とデータ保管のルールについて明記した。

結 果

GSEの大学間の差と性別による差

GSEの合計得点の平均が対象とした2校の大学間で差があるのか、また、性別により差があるのかを検討するため、大学間、性別それぞれに t 検定を行ったところ、有意差は見られなかった（A校の平均 67.63 ± 11.98 、B校の平均 66.22 ± 12.34 , $t(603) = 1.40$, ns ；男子学生の平均 67.11 ± 11.86 、女子学生の平均 67.01 ± 12.50 , $t(594) = .101$, ns ）。

幼少期から高等学校までのキャリアパターン

幼少期から高等学校までの期間を「幼稚園・保育園」「小学校」「中学校」「高等学校」の4期間に分けた。4期間の組み合わせから、キャ

Table 1 調査対象者の人数と年齢

	男子学生		女子学生		性別・年齢不明	合計	
	人数	平均年齢	人数	平均年齢	人数	度数	平均年齢
全体	303	19.25 (1.36)	281	19.13 (1.24)	21	605	19.19 (1.35)
A 大学	223	19.35 (1.42)	117	19.11 (1.15)	14	354	19.27 (1.34)
B 大学	80	18.98 (1.12)	164	19.15 (1.46)	7	251	19.09 (1.36)

注) 括弧内標準偏差

リアパターンは 17 通りに分類できる。Table 2 に各パターンの人数を示した。4 期間一貫して地域や個人で運動・スポーツを実施していた場合は「地域・個人」に、4 期間一貫して運動・スポーツを実施していない場合は「非実施」にそれぞれ分類した。なお、Table 2 の人数には、大学でも運動・スポーツを実施している学生と

大学では運動・スポーツを実施していない学生が含まれている。

Table 2 の人数を見ると、「非実施」が最も多く 125 名 (20.7%)、次いで「小中高」が 124 名 (20.5%)、「中」が 72 名 (11.9%) と続いている。一方、「幼小」や「高」はそれぞれ 17 名 (2.8%)、15 名 (2.5%) と人数が少ない。

Table 2 幼少期から高等学校までのスポーツ・キャリアパターン

パターン番号	継続期間	人数	割合	集約継続期間	人数	集約継続期間割合
1	幼小中高	41	6.8	4 期間継続	41	7.2
2	幼小中	29	4.8	3 期間継続	153	26.7
3	小中高	124	20.5			
4	幼小	17	2.8			
5	小中	57	9.4	2 期間継続	128	22.3
6	中高	54	8.9			
7	小	39	6.4	1 期間のみ	126	22.0
8	中	72	11.9			
9	高	15	2.5			
10	非実施	125	20.7	非実施	125	21.8
	小計 1	573	94.7		573	100.0
11	幼小高	1	0.2	分析対象外		
12	幼中高	2	0.3			
13	幼中	4	0.7			
14	幼高	0	0.0			
15	幼	5	0.8			
16	小高	11	1.8			
17	地域・個人	9	1.5			
	小計 2	32	5.3			
	合計	605	100.0			

注) 幼：幼稚園保育園、小：小学校、中：中学校、高：高等学校

Table 3 幼少期から高等学校までのスポーツ・キャリアと GSE の平均

継続期間	集約継続期間	全体	男子学生	女子学生
幼小中高	4 期間継続	67.96 (10.85)	66.32 (8.26)	71.88 (15.39)
幼小中 小中高	3 期間継続	70.20 (13.21)	68.60 (9.91)	71.80 (16.26)
		68.59 (12.30)	66.73 (11.38)	72.44 (13.59)
幼小 小中 中高	2 期間継続	64.73 (12.80)	71.00 (15.97)	62.45 (11.47)
		65.00 (12.20)	62.32 (11.41)	68.11 (12.65)
		64.00 (13.14)	61.50 (10.53)	66.35 (15.14)
小 中 高	1 期間のみ	66.30 (11.31)	66.25 (12.18)	66.33 (11.05)
		68.12 (11.24)	68.85 (12.28)	67.47 (10.39)
		59.80 (15.33)	64.50 (2.12)	58.63 (17.14)
非実施	非実施	64.10 (12.61)	64.03 (13.00)	64.13 (12.50)

注 1) 幼：幼稚園保育園、小：小学校、中：中学校、高：高等学校

注 2) 括弧内標準偏差

以後の分析では、「継続期間」の人数が一桁であるか、あるいは「継続期間」に連続性のないキャリアパターンの合計7パターン32名 (Table 2の「パターン番号」11から17) については分析の対象外とした。以後の分析対象者は573名となる。また、分析対象の10のキャリアパターンについても、「継続期間」の連続性の観点から、「4期間継続」から「1期間のみ」と「非実施」の合計5つのパターンに再分類した (Table 3)。

大学入学以後の運動・スポーツ歴と特性的自己効力感との関係

キャリアパターンを扱った先行研究 (筒井ら、1996；植田ら、2000；安田ら、2008、2009；富永・田口、2014) は、大学入学以後の運動・スポーツの継続も含めスポーツ・キャリアとして分析している。しかし、問題で指摘したとおり、調査時点 (大学入学以後) に運動・スポーツを実施していることが自己効力感を高める要因であり、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない場合とは、自己効力感の様相が異なるのではないだろうか。そこで、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生と実施している学生によって GSE が異なるのかを確認した。

「現在、運動やスポーツを1週間に1回以上実施していますか。(学校の体育授業は除く)」という質問に対して「はい」「いいえ」の2件法で回答を求め、現在の運動やスポーツの実施の有無による GSE の差について t 検定を行った。その結果、統計的な有意差が見られ、「はい」と回答した学生 (173名、平均 69.65 ± 11.48) が「いいえ」と回答した学生 (400名、平均 65.98 ± 12.36) よりも GSE の高いことがわかった ($t(571) = 3.33, p < .01$)。すなわち、大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生の方が高い GSE を示す結果となった。

上記の結果から、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生と、大学入学以後に

運動・スポーツを実施している学生とでは、GSE の様相が異なると予想される。そこで以下の分析では、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生 400名と、実施している学生 173名を分けて検討した。

幼少期から高等学校までのスポーツ・キャリアと特性的自己効力感との関係

先に示したように、幼少期から高等学校までのキャリアパターンを、「4期間継続」から「1期間のみ」と「非実施」の5パターンに分類した (Table 3)。Table 4には、大学入学以後の運動・スポーツ実施・未実施別に、5つのキャリアパターン毎の GSE の平均を示した。

大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生を対象として、幼少期から高等学校までのキャリアパターンと性別によって GSE が異なるのかを検討するため二元配置の分散分析を行なった。その結果、キャリアパターンに主効果が見られ ($F(4,384) = 2.84, p < .05$)、下位検定 (TukeyHSD 法) により、GSE の平均は「3期間継続」と「非実施」との間に有意傾向の差が見られた ($p < .10, MSe = 150.31$)。性別の主効果とキャリアパターンと性別との交互作用は見られなかった (順に、 $F(1,384) = 2.59, ns$ ； $F(4,384) = 1.18, ns$)。Table 4の「大学入学以後の運動・スポーツを未実施・全体」の平均から、運動・スポーツの継続期間が短くなるにしたがってその値は低くなる傾向が見られる。統計的には有意な結果ではないが、運動・スポーツの継続期間によって GSE に相違のあることが示された。

次に、大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生を対象として同様の分析をした。その結果、主効果、交互作用ともに見られなかった (順に、キャリアパターン： $F(4,160) = 0.97, ns$ ；性別： $F(1,160) = 0.23, ns$ ；交互作用 $F(4,160) = 0.73, ns$)。

Table 4 スポーツ・キャリアの継続性と GSE の平均

継続期間	集約 継続期間	大学入学以後に運動・スポーツを未実施					大学入学以後に運動・スポーツを実施				
		全体	男子学生	男子学 生人数	女子学生	女子学 生人数	全体	男子学生	男子学 生人数	女子学生	女子学 生人数
幼小中高	4 期間継続	67.96(10.85)	66.32(8.26)	19	71.88(15.39)	8	69.79(13.22)	69.90(15.14)	10	69.50(8.34)	4
幼小中 小中高	3 期間継続	69.06(12.50)	67.16(10.96)	43	72.19(14.36)	26	70.45(11.00)	70.86(11.12)	64	69.05(10.78)	19
幼小 小中 中高	2 期間継続	64.58(12.52)	62.83(11.54)	42	66.15(13.26)	47	69.16(12.06)	68.87(12.27)	23	69.60(12.14)	15
小 中 高	1 期間のみ	66.70(11.86)	67.88(11.87)	41	65.84(11.88)	56	66.58(10.87)	64.29(11.22)	14	69.25(10.26)	12
非実施	非実施	64.10(12.61)	64.03(13.00)	36	64.13(12.50)	76	74.22(14.06)	80.67(17.67)	3	71.00(12.42)	6

注 1) 幼：幼稚園保育園、小：小学校、中：中学校、高：高等学校

注 2) 括弧内標準偏差

Table 5 同一種目、あるいは異種目のスポーツ・キャリアの継続性と GSE の平均

継続期間	大学入学以後に運動・スポーツを未実施				大学入学以後に運動・スポーツを実施			
	同一種目		異種目		同一種目		異種目	
	男子学生	女子学生	男子学生	女子学生	男子学生	女子学生	男子学生	女子学生
小中高	68.29(9.71)	83.25(8.99)	64.92(15.06)	70.67(12.10)	71.06(9.67)	76.20(5.26)	67.23(15.88)	67.67(14.22)
	21	4	12	9	32	5	13	3
小中	66.32(9.49)	73.56(13.87)	62.81(11.36)	68.14(13.70)	68.86(14.85)	61.60(5.36)	71.83(7.08)	65.83(8.81)
	19	9	21	21	14	5	6	6
中高	63.80(10.00)	68.41(14.65)	62.14(7.12)	61.40(17.82)	70.18(11.47)	70.87(12.46)	77.50(9.00)	61.50(6.36)
	20	22	7	5	28	15	4	2
非実施	64.03(13.00)	64.13(12.50)	64.03(13.00)	64.13(12.50)	80.67(17.67)	71.00(12.42)	80.67(17.67)	71.00(12.42)
	36	76	36	76	3	6	3	6

注 1) 小：小学校、中：中学校、高：高等学校

注 2) 括弧内標準偏差、下段人数

注 3) 「非実施」の種目別男女別の対象者は同一のため数値も同一となる

同一種目、あるいは異種目のキャリアパターンと特性的自己効力感との関係

小学校から高等学校にかけて同一種目の運動・スポーツを継続的に実施している場合、キャリアパターンによって GSE が異なるのか、また、異種目を継続的に実施している場合 GSE が異なるのかを検討した。

小学校、中学校、高等学校の 3 期間に、同一種目、あるいは異種目の運動・スポーツを 2 期以上連続して継続したキャリアパターンは「小中高」「小中」「中高」の 3 通りに分類できる。Table 5 には、大学入学以後の運動・スポーツ実施・未実施別に、3 つのキャリアパターン毎の GSE の平均を示した。

大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生を対象として、キャリアパターンと性別によって GSE が異なるのかを検討するため二元配置の分散分析を行った。その結果、同一種目の運動・スポーツについてはキャリアパターンと性別にそれぞれ主効果が見られ（キャリアパターン： $F(3,199) = 4.53, p < .01$ ；性別： $F(1,199) = 8.20, p < .01$ ）、下位検定（Tukey HSD 法）により、「小中高」と「非実施」との間に有意傾向の差が見られ（ $p < .10, MSe = 147.66$ ）、女子学生の平均が男子学生よりも高い値を示した。交互作用は見られなかった（ $F(3,199) = 1.85, ns$ ）。一方、異種目の運動・スポーツについては主効果、交互作用ともに見

られなかった（キャリアパターン： $F(3,179) = 0.73, ns$ ；性別： $F(1,179) = 0.99, ns$ ；交互作用： $F(3,179) = 0.61, ns$ ）。Table 5の「大学入学以後に運動・スポーツを未実施・同一種目」の平均から、運動・スポーツの継続期間に小学校と中学校をとともに含む「小中高」や「小中」の値にくらべて「中高」や「非実施」の値は低くなる傾向が見られる。また、全ての継続期間について「女子学生」の方が「男子学生」よりも平均が高い値を示している。以上のように、同一種目の運動・スポーツを継続的に実施している場合、女子学生のGSEが男子学生よりも高くなることが示され、統計的に有意な結果ではないが、運動・スポーツの継続期間によってGSEに相違のあることが示された。

次に、大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生を対象として同様の分析をした。その結果、異種目の運動・スポーツについて性別に有意水準10%であるが主効果が見られた（ $F(1,35) = 2.97, p < .10$ ；男子学生平均74.30、女子学生平均66.50）。同一種目の運動・スポーツにおけるキャリアパターンと性別の主効果、交互作用、および異種目の運動・スポーツにおけるキャリアパターンの主効果、キャリアパターンと性別の交互作用は見られなかった（同一種目キャリアパターン $F(3,100) = 2.03, ns$ ；同一種目性別 $F(1,100) = 0.84, ns$ ；同一種目交互作用 $F(3,100) = 1.23, ns$ ；異種目キャリアパターン： $F(3,35) = 0.71, ns$ ；異種交互作用： $F(3,35) = 0.52, ns$ ）。

考 察

本研究の結果をまとめると、①大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生は実施していない学生よりも特性的自己効力感が高い値を示した。②大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生は、特性的自己効力感が大学入学以前のキャリアパターンにより異なることが確認できた。しかし、特性的自己効力感を向上させるキャリアパターンを特定することは

できなかった。③一方、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生でも高等学校まで同一種目を継続している場合に特性的自己効力感がキャリアパターンにより異なること、さらに女子学生は男子学生よりも特性的自己効力感が高くなることを確認できた。

大学入学以後の運動・スポーツ歴と特性的自己効力感との関係

本研究の結果から、大学入学以後に運動・スポーツを実施している場合は、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない場合にくらべて、特性的自己効力感が高くなることが示された。では、大学入学以後に運動・スポーツを実施すると特性的自己効力感が高くなる理由を2点あげてみたい。

まず、大学入学以前から運動・スポーツを実施していた結果、高い特性的自己効力感が維持されていると考えることができるだろう。あるいはまた、生来、特性的自己効力感が高い学生が大学入学を機に運動・スポーツを始めた可能性も考えられる。実際、大学入学以後から運動・スポーツを始めた学生が9名（Table 4参照；男子学生3名、女子学生6名）おり、彼らの特性的自己効力感の平均は 74.22 ± 14.06 と高い値を示していた。いずれの理由によるのかは本研究の結果からでは判断できないが、今後、特性的自己効力感の発達の変化を追う研究ができれば、その理由を明らかとすることができるだろう。

次に、問題で指摘した、データを分析する際の問題点について触れておきたい。大学入学以後に運動・スポーツを実施している方が実施していない場合よりも特性的自己効力感が高いことから、調査時点（大学入学以後）に運動・スポーツを実施していることが自己効力感を高める要因の1つと考えられ、大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生を含めると尺度得点の平均が引き上げられることになる。先行研究での運動・スポーツの継続群には、大学入

学以後も運動・スポーツを実施しているケースを含んでいることから、運動を継続している場合に自己効力感が高いという結果が示されたのではないだろうか。藤田・西種子田・長岡・飯干・前田・高岡・森口・佐藤 (2010) は、大学入学以後に運動をしていない対象者は環境の変化の影響を受けている可能性があるため、運動有能感の測定時期について問題点を指摘している。この指摘からも、大学入学以前のキャリアパターンが大学入学以後の特性的自己効力感への程度影響しているのかを検討するためには、大学入学以後に運動・スポーツを実施しているケースと実施していないケースを分けて検討する必要があるだろう。

幼少期から高等学校までのスポーツ・キャリアと特性的自己効力感との関係

本研究の結果では、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない場合、大学入学以前のキャリアパターンによって特性的自己効力感は異なることが示されたが、特性的自己効力感を向上させるキャリアパターンを特定することはできなかった。特定できなかった理由を 2 点あげてみたい。第 1 は、大学入学以後に運動・スポーツを実施している学生と実施していない学生を分けて分析した点、第 2 は、キャリアパターンの分類が先行研究と異なる点である。

第 1 点と 2 点について説明を加える。本研究と筒井ら (1996) のキャリアパターンの分類を比較すると Table 6 のようになるが、本研究でのキャリアパターンは筒井ら (1996) の離脱型に当たる。筒井ら (1996) において有能感や結果予期とキャリアパターンとの関係が見られたのは「同一種目継続型・異種目継続型」であり、分析の対象としたキャリアパターンが本研究とは異なる。この分析対象の違いが先行研究との結果の相違に現れたのではないか。

Table 6 本研究と筒井ら (1996) のキャリアパターンの比較

本研究	筒井ら (1996)	
大学入学以後も 運動・スポーツ実施	4 期間継続	同一種目継続型・ 異種目継続型
	3 期間継続	
	2 期間継続	中断復帰型
	1 期間のみ	
大学入学以後は運動 ・スポーツ未実施	4 期間継続	離脱型
	3 期間継続	
	2 期間継続	
	1 期間のみ	
非実施	不参加型	

次に、大学入学以後に運動・スポーツを実施していない学生では高等学校まで同一種目を継続している場合に特性的自己効力感がキャリアパターンにより異なること、女子学生は男子学生よりも特性的自己効力感が高くなることについて考察する。筒井ら (1996) と富永・田口 (2014) は、同一種目と異種目の運動・スポーツの継続について分析しているが、両研究とも運動に対する有能感には同一種目と異種目間で差を見出していない。本研究のように、大学入学以後の運動・スポーツを実施している学生と実施していない学生を分けることにより、同一種目を継続実施することの意味が浮き彫りとなった。同一種目の運動・スポーツを実施することは、さまざまな種目を実施するよりも達成感や充実感があり、特性的自己効力感に影響を与えるのかもしれない。

運動・スポーツの実施と特性的自己効力感や運動に対する有能感に関する研究で性差を取り扱った研究は少なく、新本 (2012) や富岡 (2013) は小学生を対象とした調査から性差は見られないことを、岡沢ら (1996) や筒井ら (1996) は大学生を対象とした調査から男性が女性よりも効力感や有能感が高いことをそれぞれ報告している程度である。岡沢ら (1996) は性差の見られる理由として、生理学的な差や運動が男性的であるという性役割による差につい

て言及しているが、本研究の結果は岡沢ら(1996)の結果とは一致しておらず、性差に関する情報も少ないことから、詳細な考察は今後の課題である。

最後に、特性的な自己効力感を対象としたことから、発達の観点から本研究の結果を眺めてみたい。本研究の結果では、特性的自己効力感を向上させるキャリアパターンを特定することはできなかったが、大学入学以前のキャリアパターンによって特性的自己効力感は異なることが示された。Table 4やTable 5の「継続期間」を見ると、キャリアパターンが長い場合は、小学校や中学校の時期が含まれていることが多いことが分かる。森本(1999)と三好(2008)は、エリクソンの心理社会的発達理論の第IV段階(学童期にあたる生産性対劣等感の段階)が青年期の自己効力感に影響していることを述べている。大隈(2013)は、中学校での運動部所属経験がエリクソンの心理社会的発達段階と関連があることを示している。本研究の結果は、森本(1999)、三好(2008)、大隈(2013)の主張を強力に支持するとは言えないまでも、学童期から思春期の時期に運動・スポーツを継続実施することの意義について今後検討する余地を与えたと言えるだろう。

注

- 1) self-efficacy という用語について竹中・上地(2002)は、本来 Bandura の造語であることから、セルフ・エフィカシーと片仮名で使用されることが多くなっていると述べている。日本語で 사용되는場合「自己効力感」や「自己効力」と訳されることが多いが、用語の統一ははかられておらず、本稿では測定に使用した尺度の名称に従い「自己効力感」と統一して記載した。

引用文献

- 赤井クリ子・山川正信(2015). 女子大生の身体活動状況と運動セルフエフィカシーおよび運動意思決定バランス 園田学園女子大学論文集, 49, 1-8.
- 荒井弘和(2010). 大学体育授業に伴う一過性の感

- 情が長期的な感情○および運動セルフ・エフィカシーにもたらす効果 体育学研究, 55, 55-62.
- 荒井弘和・竹中晃二(2010). 一過性運動に伴う感情セルフ・エフィカシーとの関連および感情間の関連性 体育学研究, 55, 111-123.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. Psychological Review, 84, 191-215.
- 藤田 勉・西種子田弘芳・長岡良治・飯干 明・前田雅人・高岡 治・森口哲史・佐藤善人(2010). 大学生を対象とした運動有能感下位尺度の検討 鹿児島大学教育学部研究紀要. 人文・社会科学編, 61, 73-81.
- 加藤大仁・村山光義・須田芳正・村松 憲(2011). 学生の成長に寄与する体育科目の再構築に向けた基礎的検討—一般性自己効力感, 社会的スキルの変化に着目して— 体育研究所紀要, 50, 9-22.
- 三橋大輔・山田幸雄・海野 孝(2011). テニス教室への参加が中高年者の日常生活活動と自己効力感および社会スキルに与える影響について 東海保健体育科学, 33, 27-34.
- 三好昭子(2008). 人格特性的自己効力感の形成に影響を及ぼす要因についての探索的検討 Rikkyo Psychological Research, 50, 11-24.
- 三好昭子・大野 久(2011). 人格特性的自己効力感研究の動向と漸成発達理論導入の試み 心理学研究, 81, 631-645.
- 森本昭子(1999). 特性的自己効力感と自我心理学における自我発達の概念との関連 Rikkyo Psychological Research, 42, 75-82.
- 村山光義・加藤大仁・須田芳正・村松 憲・野口和行(2013). 体育実技履修学生の社会的スキルおよび自己効力感の水準に関する基礎的検討 体育研究所紀要, 52, 21-31.
- 成田健一・下仲順子・中里克治・河合千恵子・佐藤真一・長田由紀子(1995). 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.
- 新本惣一郎(2012). 小学生のスポーツ実施状況の違いが特性的自己効力感に及ぼす影響 発達発達研究, 57, 1-9.
- 岡浩一郎(2003). 中年者における運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーの関係 日本公衛誌, 50, 208-215.
- 岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎(1996). 運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究

- スポーツ教育学研究, **16**, 145-155.
- 大隈節子(2013). 学校運動部への所属経験が大学生のアイデンティティに及ぼす影響 三重大学教育学部研究紀要, **64**, 125-133.
- 坂野雄二・東條光彦(1986). 一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み 行動療法研究, **12**, 73-82.
- 祐宗省三・原野広太郎・柏木恵子・春木 豊(1985). 社会的学習理論の新展開 金子書房
- 竹中晃二・上地広昭(2002). 身体活動・運動関連研究におけるセルフエフィカシー測定尺度 体育学研究, **47**, 209-229.
- 富岡比呂子(2013). 児童の自己概念と自己効力感 - 学校適応感との関連性について - 創大教育研究, **22**, 79-93.
- 富永徳幸・田口節芳(2014). 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 近畿大学工学部紀要. 人文・社会科学篇, **44**, 27-38.
- 筒井清次郎・杉原 隆・加賀秀夫・石井源信・深見和男・杉山哲司(1996). スポーツキャリアパターンを規定する心理的要因 - Self-efficacy Model を中心に - 体育学研究, **40**, 359-370.
- 植田史生・近藤明彦・佐々木玲子・山内 賢・村山光義・小森康加・上向貴志・田中伸明(2000). 学生の運動実施キャリアパターンと運動・スポーツ活動に対する意識 体育研究所紀要, **39**, 29-37.
- 安田 貢・遠藤俊郎・下川浩一・布施 洋・袴田敦士・伊藤潤二(2008). 大学生の運動部活動に関する回顧調査 - 高校時代のストレス, サポート, 自己効力感に注目して - 山梨大学教育人間科学部紀要, **10**, 118-128.
- 安田 貢・遠藤俊郎・下川浩一・布施 洋・袴田敦士・伊藤潤二(2009). 大学生の運動部活動に関する回顧調査 - 中学時代のストレス, サポート, 自己効力感に注目して - 教育実践学研究, **14**, 95-105.