

# 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～

Retrospective Research about Sports Activities on University Student

～Focused on Stress, Support and Self-efficacy in High School Days～

安田 貢\* 遠藤俊郎\*\* 下川浩一\*\*\*

Mitsugu YASUDA Toshiro ENDO Kouichi SHIMOKAWA

布施 洋\*\*\* 袴田敦士\*\*\* 伊藤潤二\*\*\*

Hiroshi FUSE Atsushi HAKAMADA Junji ITOH

## I 緒言

世界保健機構（WHO）は、ライフスキルを「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」と定義している。このようにライフスキルはメンタルヘルスを維持・増進し、生活の質（Quality of Life）を向上させるために有効なスキルであると考えられる。そのためライフスキル獲得に向けたトレーニングは臨床、福祉、医学、企業、教育など様々な分野で盛んに行なわれている。杉山（2005）は青少年のライフスキル習得の重要性を主張し、体育やスポーツはライフスキル教育という新たな役割を担うべき存在となっていることを述べている。さらに競技スキルがライフスキルに般化する（上野・中込，1998 村上他，2002）ことから、若者にとって競技スキルを習得する主な機会のひとつである運動部活動が続けることは意義がある。しかしながら、運動部活動が続けることそのものに注目し、特化した研究は安田他（2009）の中学時代に焦点をあてた研究を除いてほとんど見られないのが現状である。また、中学から高校に進学するに伴い運動部活動に所属する割合が減少傾向にあることがうかがえる（文部省，1997 安田，2008）。スポーツ活動における不適応行動の発生はストレスと密接に関わっている（渋谷，2005）。一方、高校生の特徴としてスポーツに最も熱中する時期と言われている（片山，2000）。従って中学時代に引き続き、中学・高校・大学で運動部活動が続けている大学生の高校時代に注目し運動部活動が続けていることの諸要因を明らかにすることは多くの指導者にとって関心事のひとつであると思われる。

そこで本研究では、中学時代・高校時代・大学時代に運動部活動に所属している大学生（大学群）474人、中学時代・高校時代に運動部活動に所属していた大学生（高校群）160人、高校時代に運動部活動を退部した大学生（退部群）28人の3群間の高校時代に注目した。さらに本研究では、運動部活動を継続するための問題事象と考えられるストレス、享受したサポートの満足度、自己効力感に関する3群間の相違を明らかにし、どのような特性を持った部員が大学においても運動部活動を続けているのか、その諸要因を抽出し継続した運動部活動を志向する指導の一資料を得ることを目的とした。

## II 研究方法

### 1. 調査期間

2007年7月11日～2007年10月11日

---

\*医学工学総合教育部博士課程 \*\*保健体育講座 \*\*\*教育学研究科修士課程

## 2. 調査対象

K大学およびYG大学の運動部に所属する男女大学生、S大学に在籍する体育学部の男女大学生、Y大学に在籍する男女大学生のうち、各尺度項目について無回答項目のあったもの及び全項目同一ポイントに回答した者を分析対象から除外した。

また、中学時代・高校時代・大学時代で運動部活動に所属、かつ、退部経験がない大学生を「大学群」、中学時代および高校時代に運動部活動に所属、かつ、退部経験がない大学生を「高校群」、高校時代に運動部活動に所属、かつ、退部経験があり大学時代は運動部活動に所属していない大学生を「退部群」とした。この3群以外の運動部活動キャリアパターンにある大学生は様々な要因が複雑に絡み合い、分析結果を歪める懸念があるため本研究の分析から除外した。

さらに、高校時代に他の運動部活動へ転籍（トランスファー）した大学生は調査結果が転籍前あるいは転籍後どちらの運動部活動に所属していた記述であるのか不明確なため、分析から除外した。最終的には662名（男子：498名 女子：164名）が本研究の対象者である。

## 3. 調査方法および調査項目

調査に対する協力を得た各大学に調査者が質問紙を持参して調査を実施、あるいは郵送法のいずれかの方法を取った。いずれの場合もインフォームド・コンセントについての教示を与え、本調査の主旨に対する理解を得た者のみ回答するように指示した。調査の実施場所と時間は調査対象者の事情に合わせて任意に決定させた。なお分析に用いる調査データは大学生を対象とした高校時代の部活動に関する回顧調査（質問紙）である。

### （1）フェイスシート

・性別 ・退部意識（表2参照） ・他部への興味関心（「退部意識」と同様の質問内容） ・指導者の技術指導（表4参照） ・指導者の生活指導（表5参照）

### （2）部活動ストレス尺度

渋谷・小泉（1999）が開発した高校運動部員用ストレス尺度を用いた。「指導者」「練習時間」「競技力」「仲間」「怪我・病気」の5因子から、それぞれ因子負荷量が高い3項目（合計15項目（5因子×3項目））を本研究では採用する事にした。

回答方法は、ストレス項目に対してその出来事を経験した頻度（「全然なかった（0）～「よくあった（3）」）とその嫌悪度（「嫌でなかった（0）」～「非常に嫌だった（3）」）を4件法で評定するように求めた。ストレス得点は経験頻度と嫌悪度を乗じたものを用いた。高得点者ほどストレスが高くなることを示している。

### （3）ソーシャル・サポート尺度

土屋・中込（2004）がスポーツ選手を対象に作成したソーシャル・サポート尺度を用いる事にした。具体的なサポート内容は「理解・激励サポート」「尊重・評価サポート」「直接援助サポート」「情報提供サポート」「娯楽関連サポート」である。ただし、「娯楽関連サポート」は一時的な対処であり、問題解決に向けた根本的な方略ではないものと判断し、本研究では採用しない事にした。

回答方法は、「大変不満である（1）」～「どちらでもない（4）」～「大変満足である（7）」の7件法である。高得点者ほどソーシャル・サポート満足度が高いことを示している。

### （4）ソーシャル・サポート期待尺度

サポート提供者（指導者、チームメイト、両親）それぞれとの関わりや援助に対する期待度について

て対象者をカテゴライズするために筆者が作成した。

回答方法は、「ほとんど期待していなかった」「あまり期待していなかった」「少し期待していた」「かなり期待していた」の 4 件法である。

#### (5) 特性自己効力感 (GSE) 尺度

山口 (2006) は特性自己効力感尺度 (成田他,1995) を用いて運動部活動に所属する大学生を対象に調査を行なっている。運動部員の特徴を表わす項目を抽出するために筆者が改めて山口 (2006) の調査データを基に主因子法、およびプロマックス回転による探索的因子分析を行なった。固有値 1.0 以上、因子負荷量 .50 以上を基準とし、6 因子 12 項目を本研究では採用する事とした。なお、6 因子の具体的な内容の一部は「新しい友人を作るのが苦手だ (反転項目)」「面白くないことをする時でも、できるまでやり続ける」「困難に出会うのを避ける (反転項目)」「重要な目標を決めても、めったに成功しない (反転項目)」「思いがけない問題が起こったとき、それをうまく処理できない (反転項目)」「何かをしようと思ったら、すぐにとりかかる」である。

回答方法は、「そう思わない (1)」～「そう思う (5)」の 5 件法である。ただし、逆転項目は 1 点⇔5 点、2 点⇔4 点に換算 (3 点はそのまま) とし、各項目を単純加算した。高得点者ほど日常場面における自己効力感が高いことを示している。

#### (6) スポーツ場面における自己効力感 (SSE) 尺度

岡 (2000) が邦訳したスポーツコンフィデンス尺度を用いて筆者が Y 大学運動部に所属する大学生 (男子 68 名 女子 27 名) に予備調査を実施した。主因子法およびプロマックス回転による探索的因子分析を行ない 2 因子 (第 1 因子固有値: 8.04 第 2 因子固有値: 1.09) を抽出した。本研究では第 1 因子にある 6 項目を採用する事にした。また、邦訳であるため質問内容が伝わりにくい表現、9 件法では選択肢が多すぎるとの意見が予備調査で寄せられた。そこでスポーツ心理学に精通した研究者と協議した結果、表現方法を一部訂正、回答方法は「全く自信がない (1)」～「普通 (4)」～「非常に自信がある (7)」の 7 件法に改めることにした。高得点者ほどスポーツ場面における自己効力感が高いことを示している。

### Ⅲ 結果および考察

図 1 より、ストレッサーはストレス反応を引き起こす可能性がある事象にすぎない。そこで運動部活動退部意識レベルをストレス反応としてストレッサー得点に意味づけをする必要がある。そこで運動部活動退部意識レベル別 (ストレス反応) にストレッサー得点に差が見られるのか確認するために一要因分散分析を行なった (表 1)。指導者、練習時間、競技力、チームメイトに関するストレッサーの各項目において主効果が有意であった。さらに Tukey 法により多重比較を行なって検討した。「指導者」「練習時間」「競技力」「チームメイト」の各ストレッサー得点はストレス反応レベルに比例していた。したがって、本研究ではストレッサー得点をストレス反応として同定できる。しかし、「怪我・病気」ストレッサーは他のストレッサーと性質を異にする結果であった。怪我や病気は肯定的な事象でないにも関わらず、ストレッサー得点がストレス反応に比例していなかったことは怪我や病気を治すといった問題自体を解決する問題焦点型コーピングが行われていたことがうかがえる。したがって、怪我・病気に関するストレッサー得点をストレス反応として同定することはできない。

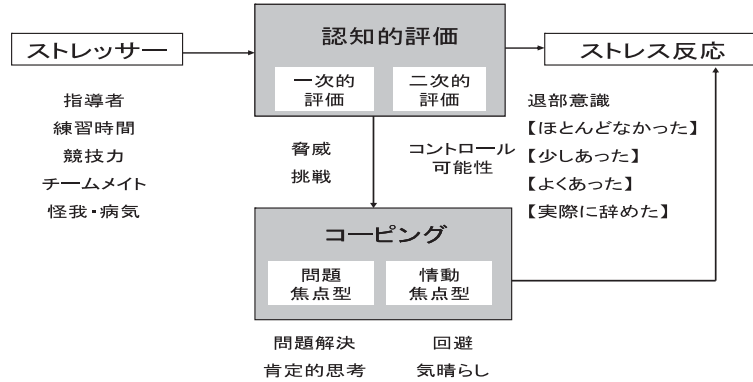


図1 心理的ストレスモデル（渋谷・森，2004に筆者が加筆・訂正）

表1 中学・高校・大学の各時代で運動系特別活動を続けている者の高校時代のストレスラー得点の平均値およびストレス反応別一要因分散分析の結果

項目名	ストレス反応	N	M	SD	F値	多重比較
指導者 ストレスラー	ほとんどなかった	264	4.14	6.90	11.27***	「ほとんどない」 < 「よく」 「少し」 < 「よく」
	少しあった	203	5.08	7.32		
	よくあった	120	8.86	9.58		
	実際に辞めた	10	9.20	11.17		
練習時間 ストレスラー	ほとんどなかった	264	3.69	5.38	63.70***	「ほとんどない」 < 「少し」 「ほとんどない」 < 「よく」 「ほとんどない」 < 「辞めた」 「少し」 < 「よく」
	少しあった	203	7.00	7.12		
	よくあった	120	14.09	9.17		
	実際に辞めた	10	11.60	7.60		
競技力 ストレスラー	ほとんどなかった	264	11.54	7.19	5.97**	「ほとんどない」 < 「少し」 「ほとんどない」 < 「よく」
	少しあった	203	13.54	7.88		
	よくあった	120	14.69	7.81		
	実際に辞めた	10	15.40	7.03		
チームメイト ストレスラー	ほとんどなかった	264	4.36	5.65	5.80**	「ほとんどない」 < 「よく」
	少しあった	203	5.74	6.34		
	よくあった	120	7.24	8.22		
	実際に辞めた	10	4.40	5.08		
怪我・病気 ストレスラー	ほとんどなかった	264	8.81	8.23	1.62	
	少しあった	203	8.08	7.98		
	よくあった	120	7.88	7.84		
	実際に辞めた	10	3.70	5.01		

\*\*p<.01 \*\*\*p<.001

「少し」：少しあった 「よく」：よくあった 「辞めた」：実際に辞めた

1. 部員の他部への興味・関心および退部意識について

高校群と大学群における運動部活動に対する意識レベルの群間差を明らかにするためにWilcoxonの順位和検定を行った。その結果、2群間に他の部に対する興味や関心といった意識レベルの割合に有意な差は見られなかった。しかし、表2に示したように高校群と大学群に退部意識レベルの割合に有意な差が見られた。初歩的なスポーツ技能を習得する段階である中学時代（宮丸,1998）を経験し同時に様々な模索活動を展開した結果、高校では自らの意思で興味や関心がある運動部活動に入部したこ

とが他の部への興味や関心が低く、高校群と大学群に差が見られなかったものと思われる。また大学群の方が高校群よりも退部意識レベルの割合が低かったことから、それら諸要因を模索することが必要である。

表 2 運動部活動退部意識における大学群と高校群間の割合の検定

区分	退部意識		
	ほとんどなかった	少しあった	よくあった
大学群	214	163	96
高校群	56	64	40

(人)

$p < .05$

## 2. ストレスについて

安田他 (2009) は回顧調査から本研究における対象者の中学時代のストレス状況について報告している。本研究における対象者のストレス得点は高校時代の方が中学時代よりも高かった。進学に伴い多様なストレスを経験することから高校生の方が中学生よりも強いストレス反応を示す (近藤・平井, 2002) ことに起因しているものと思われる。これを踏まえて高校時代の部員のストレス状況を把握することにする。

運動部活動キャリアパターン別 (大学群、高校群、退部群) にストレス得点に差が見られるのか確認するために一要因分散分析を行なった (表 3)。指導者および練習時間に関するストレスは主効果が有意であった。さらに Tukey 法により多重比較を行なって検討した。その結果、大学群および高校群は退部群よりも指導者および練習時間に関して有意に低いストレスであった。しかし、高校群と大学群の 2 群間に有意な差は見られなかった。

これは高校生の心理的特徴として指導者の存在が重要な意味をもっている (勝部, 1996) ことから、高校時代に運動部活動を行っていた高校群および大学群は退部群よりも指導者に関するストレスが有意に低かったものと思われる。また、運動学習理論の視点から中学時代と高校時代を捉えれば、中学時代が初歩的なスポーツ技能を習得する段階 (宮丸, 1998)、高校時代はスポーツ技能を正確に遂行するために反復練習を長期間続けることによって運動が安定してくる定着の段階 (杉原, 2003) である。つまり高校時代は長時間の練習を行うことを余儀なくされ、「練習時間が長い」「休日が少ない」といった練習時間に関する不満が退部行動に至ったものと考えられる。

そして高校時代はスポーツに最も熱中する時期であることから (片山, 2002)、高校生活という枠組みにおいて運動部活動を続けていた高校群と大学群の部員間にストレスによる差が見られなかったものと思われる。

## 3. 指導者の技術指導および生活指導について

高校生の心理的特徴として指導者の存在が重要な意味をもっている (勝部, 1996) ことから、指導者からの技術面および生活面の指導が量的に高校群と大学群の 2 群間で差があると認知しているか把握するために Wilcoxon の順位和検定を行った。その結果、大学群の方が高校群よりも指導者からの技術指導 (表 4) および生活指導 (表 5) がともに多いと認知している割合が高かった。

インターハイや全国高校野球選手権大会に代表されるように各競技種目で全国規模の競技大会が多く開催されている。高校の運動部活動は勝利することを目標のひとつに掲げ、競技志向性が高いことがうかがえる。加えて、長期にわたる部活動経験、多くの対外試合経験、厳しい練習経験により競技志向性が高まる (石井, 1986) ことから、大学での運動部活動はさらに競技志向性が高いことがうかがえる。

える。競技力向上には指導が不可欠であり、大学でも運動部活動に所属している大学群の部員は必要としている指導者からの技術指導を高校時代から敏感にキャッチし、高校群の部員よりも技術指導を享受していると認知している割合が高かったものと思われる。また、高校以降も高い競技性を目指すことになる大学群の部員は指導者からの生活指導が「よくあった」と認知している割合（75.2%）が非常に高く、指導者からの生活指導が重要であることが示唆された。これは指導理念の一端として、勝つに相応しい選手になるためには人づくりが勝利に結びつくように方向づける必要があるが、そのため指導者は人づくりのための躰、礼儀、成功哲学について整理することを求められる（能勢，2007）ことがうかがえる結果であったと思われる。

表3 ストレス得点の平均値およびキャリア区分別一要因分散分析の結果

ストレス項目	キャリア区分	N	M	SD	F値	多重比較
指導者	大学群	474	5.42	7.81	5.03**	大<退 高<退
	高校群	160	6.26	8.14		
	退部群	28	10.21	10.54		
練習時間	大学群	474	7.07	7.97	5.14**	大<退 高<退
	高校群	160	7.89	7.82		
	退部群	28	11.92	9.87		
競技力	大学群	474	12.53	7.69	1.03	
	高校群	160	13.23	7.55		
	退部群	28	14.21	7.49		
チームメイト	大学群	474	5.42	6.60	2.12	
	高校群	160	5.91	7.28		
	退部群	28	8.07	8.93		

\*\*\* p < .001

大：大学群 高：高校群 退：退部群

表4 指導者の技術指導における大学群と高校群間の割合の検定

技術指導 区分	ほとんどなかった	少しあった	よくあった
大学群	50	91	333
高校群	29	30	101

p<.05

表5 指導者の生活指導における大学群と高校群間の割合の検定

生活指導 区分	ほとんどなかった	少しあった	よくあった
大学群	31	86	357
高校群	18	44	98

p<.001

#### 4. 部員の日常場面における自己効力感（GSE）およびスポーツ場面における自己効力感（SSE）について

自己効力感とは文脈や状況に極めて依存している性質があるため、日常場面およびスポーツ場面における自己効力感を設定し調査を行なった。そこで運動部活動キャリアパターン別（大学群、高校群、退部群）に自己効力感得点に差が見られるのか確認するために一要因分散分析を行なった（表6）。GSEおよびSSE得点はそれぞれ主効果が有意であった。さらにTukey法により多重比較を行なって検討した。その結果、大学群は高校群および退部群よりもGSE得点、SSE得点ともに有意に高い値であった。これは自己効力感を高く認知することが遂行行動に対する積極性を高める（bandura,1977）ことに起

困しているものと思われる。

また安田他 (2009) は、回顧調査から本研究の対象者の中学時代に関する SSE および GSE について報告している。SSE について、高校群の高校時代 ( $22.84 \pm 7.58$ ) と中学時代 ( $22.86 \pm 7.91$ ) は同様の得点を示し、大学群の高校時代 ( $26.08 \pm 7.92$ ) は中学時代 ( $24.37 \pm 8.40$ ) よりも高い得点を示していた。これは高校群の部員は中学時代と高校時代において SSE に変化が見られなかったものの、大学群の部員は中学時代よりも高校時代の SSE が高まったことを意味している。競技志向性が高まる中で大学群の部員は高校時代に運動部活動場面で自己効力感が高まる要因とされる 1) 技能が上手くできた成功体験、2) 技能が上手くできた他者を観察する代理体験、3) 指導者などから技能が遂行された時に「できたじゃないか」などの言葉かけ、4) 心拍数が上昇し苦しかった活動が楽に感じるようになった生理的反応への気づき (bandura, 1997) を多く経験していたことがうかがえる。

同様に回顧調査 (安田他, 2009) から、GSE について高校群および大学群の各々の中学時代 (高校群  $37.35 \pm 8.18$  大学群  $40.57 \pm 7.85$ ) と高校時代 (高校群  $36.79 \pm 8.20$  大学群  $40.90 \pm 7.77$ ) に変化が見られなかった。佐々木 (2005) は看護実習の前後で看護における自己効力感の上昇したものの GSE は変化しなかったことを報告している。このように GSE は変化しにくい概念なのか、自己効力感が高い方が常に有益ではない (鈴木・吉川, 2006) ように中学生や高校生にとっては適切な GSE を推移していたのか、GSE を高める阻害要因があったのか、判断することは不可能であり本研究の限界である。しかし高校時代の大学群、高校群、退部群各々の 1 項目あたりの GSE 得点 (「普通」3 点) は順に 3.41 点、3.07 点、2.85 点であったことから、自らの GSE 認知レベルが普通レベルに達していなければ退部行動に至り、普通レベルよりもさらに高ければ大学進学後も運動部活動に所属していることがうかがえた。

表 6 自己効力感得点の平均値およびキャリア区分別一要因分散分析の結果

効力感区分	キャリア区分	N	M	SD	F 値	多重比較
GSE	大学群	474	40.90	7.77	23.28***	大 > 高
	高校群	160	36.79	8.20		大 > 退
	退部群	28	34.25	6.88		
SSE	大学群	474	26.08	7.92	13.77***	大 > 高
	高校群	160	22.84	7.58		大 > 退
	退部群	28	21.25	7.34		

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

大：大学群 高：高校群 退：退部群

##### 5. 部員のサポート満足度について

部員には指導者、両親、チームメイト各々のサポート満足度に関する調査を行なった。そして、サポートを期待している部員のみを本研究の分析対象とした。その理由として、サポートを期待しているか否かによって同じサポート満足度得点であっても全く意味合いが異なり、結果を歪めてしまうことが払拭できないためである。

運動部活動キャリアパターン別 (大学群、高校群、退部群) にサポート満足度得点に差が見られるのか確認するために一要因分散分析を行なった (表 7)。指導者、両親、チームメイト各々のサポート満足度に主効果が有意であった。さらに Tukey 法により多重比較を行なって検討した。その結果、大学群は退部群よりも指導者からの理解・激励や尊重・評価といった情緒的サポート、尊重・評価や情報提供といった間接的サポートに関する満足度が有意に高く、チームメイトからの尊重・評価サポートや直接援助サポートに関する満足度も有意に高かった。

これらは高校時代は指導者の存在も重要であること（勝部,1996）、家族の重要性を維持しながら高校から大学にかけて情緒的な側面を中心として徐々に友人の重要性が高まること（西川,2000）が反映しているものと思われる。高校時代に退部行動に至らないための具体的なサポートがうかがえたもの

表7 サポート満足度得点の平均値およびキャリア区分別一要因分散分析の結果

サポート提供者	サポート種類	キャリア区分	N	M	SD	F値	多重比較
指 導 者	理解・激励	大学群	360	5.49	1.52	3.98*	大>退
		高校群	100	5.23	1.50		
		退部群	9	4.22	1.72		
	尊重・評価	大学群	360	5.92	1.31	9.12***	大>退 高>退
		高校群	100	5.56	1.43		
		退部群	9	4.22	1.72		
	直接援助	大学群	360	5.36	1.56	2.17	
		高校群	100	5.23	1.40		
		退部群	9	4.33	1.94		
	情報提供	大学群	360	5.73	1.40	3.22*	大>退
		高校群	100	5.59	1.46		
		退部群	9	4.56	2.13		
両 親	理解・激励	大学群	354	6.20	1.22	5.98**	大>高
		高校群	77	5.68	1.29		
		退部群	13	5.92	0.76		
	尊重・評価	大学群	354	6.44	1.01	3.92*	大>高
		高校群	77	6.09	1.11		
		退部群	13	6.15	0.80		
	直接援助	大学群	354	6.04	1.27	7.37***	大>高
		高校群	77	5.43	1.38		
		退部群	13	5.69	1.18		
	情報提供	大学群	354	5.86	1.33	3.62*	大>高
		高校群	77	5.43	1.31		
		退部群	13	5.54	1.05		
チームメイト	理解・激励	大学群	386	5.75	1.33	3.39*	
		高校群	124	5.54	1.39		
		退部群	20	5.05	1.43		
	尊重・評価	大学群	386	6.02	1.17	5.15**	大>退
		高校群	124	5.85	1.15		
		退部群	20	5.20	1.40		
	直接援助	大学群	386	5.73	1.31	5.02**	大>退
		高校群	124	5.52	1.34		
		退部群	20	4.85	1.27		
	情報提供	大学群	386	5.65	1.31	2.38	
		高校群	124	5.60	1.30		
		退部群	20	5.00	1.03		

\* p<.05 \*\* p<.01 \*\*\* p<.001

大：大学群 高：高校群 退：退部群



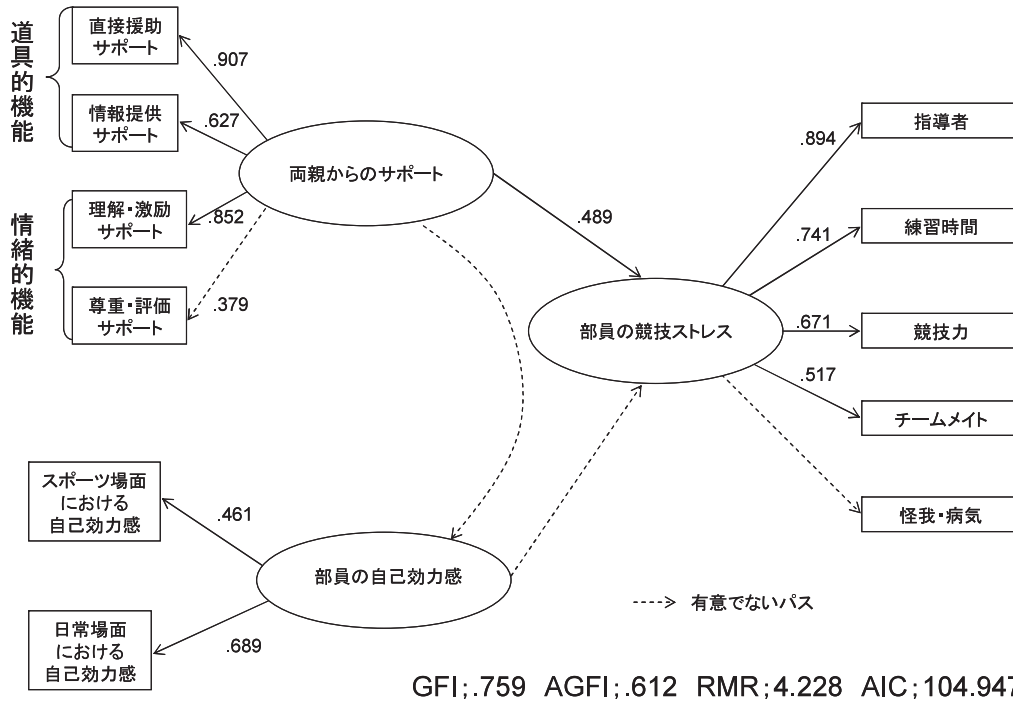


図 2 両親からのサポートを期待している高校群女子部員の両親サポート、自己効力感、競技ストレス共分散構造分析結果

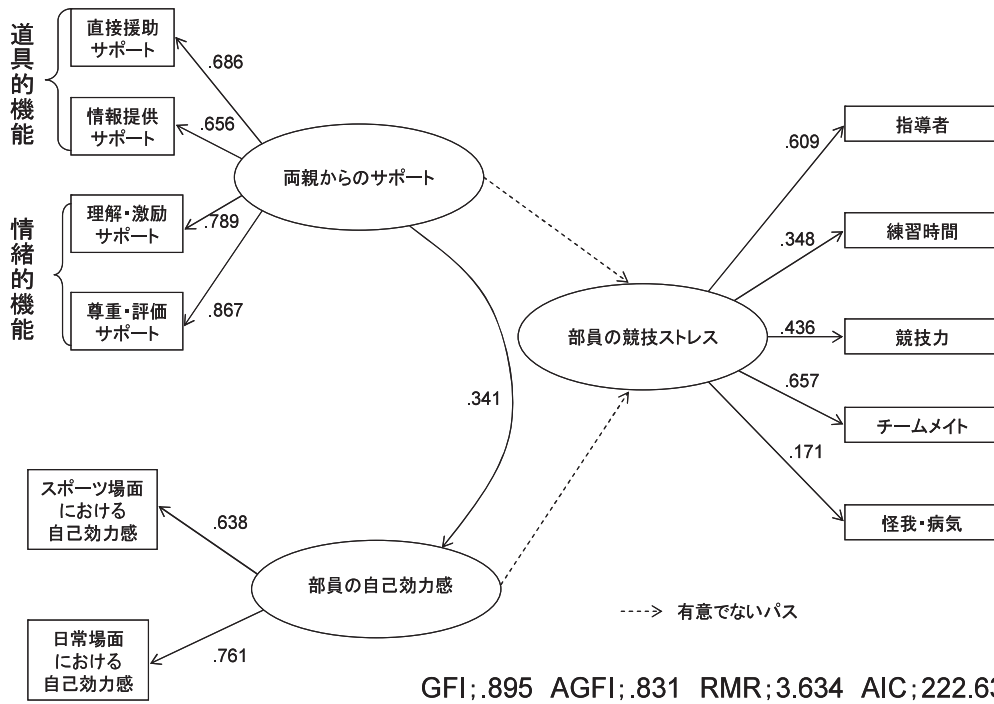


図 3 両親からのサポートを期待している大学群男子部員の両親サポート、自己効力感、競技ストレス共分散構造分析結果

と思われる。

さらに大学群は高校群よりも両親からの全てのサポート（理解・激励、尊重・評価、直接援助、情報提供）に関する満足度が高かった。両親からのサポート満足度は高校群でも決して低くはないものの、高校以降も大学で運動部活動を続けるうえで重要な意味をもっていることが示唆された。そこで男女別に「両親からのサポート」「部員の自己効力感」「部員のストレス」について、仮説モデルを検討するために共分散構造分析を行なった（図2、3）。その結果、両親からのサポートを期待している高校群の女子部員は両親からの理解・激励や直接援助といった直接的サポートが競技ストレスを促進していた（図2）。また、両親からのサポートを期待している大学群の男子部員は両親からの理解・激励や尊重・評価といった情緒的サポートが部員の日常場面における自己効力感を促進していた（図3）。ストレスを直接低減するまでには至っていないが自己効力感を高く認知することが遂行行動に対する積極性を高める（Bandura, 1977）ことから意味ある結果が得られたものと思われる。なお、大学群の女子部員および高校群の男子部員についても同様の分析を行なったがモデルの適合率が適切ではなかった。

#### IV 結論

学校教育における特別活動として位置づけられている運動部活動を中学から大学まで続ける、続けないなど、様々なキャリアパターンが出現している。そこで本研究では高校時代の運動部活動に注目し、中学時代・高校時代・大学時代に運動部活動に所属している大学生（大学群）、中学時代・高校時代に運動部活動に所属していた大学生（高校群）、高校時代に運動部活動を退部した大学生（退部群）の3群間に運動部活動場面における部員のストレス、享受したサポート満足度、自己効力感の相違を明らかにし、どのような背景を持った部員が大学でも運動部活動を続けていけるのか、その諸要因を抽出し、継続した運動部活動を志向する指導の一資料を得ることを目的とした。

結果として以下の知見を得た。

- 1) 中学時代に運動部活動を経験した高校群の部員と大学群の部員では高校時代に他の部活動への興味や関心といった意識レベルに差は見られなかった。しかし、退部意識レベルは大学群の部員の方が高校群の部員よりも有意に低かった。
- 2) 競技志向性が高まる高校運動部活動において競技力に関するストレスは大学群の部員、高校群の部員、退部群の部員ともに高いことがうかがえた。しかし、高校時代に退部行動に至る懸念を示したストレスは指導者や練習時間に関するものであった。また高校群の部員と大学群の部員の2群間にこれらストレスによる差は見られなかったものの、大学群の部員の方が高校群の部員よりも指導者からの技術指導や生活指導を享受したと認知していた割合は高かった。
- 3) 大学でも運動部活動を続けている大学群の部員は高校群の部員や退部群の部員よりもスポーツ場面や日常場面における自己効力感が高かった。しかし、適切な自己効力感の閾値については今後の検討課題である。
- 4) サポートを期待している部員にとって、指導者からの理解・激励、尊重・評価、情報提供といったサポート、そしてチームメイトからの尊重・評価や直接援助といったサポートが大学でも運動部活動に所属するか、高校で退部行動に至るか、そのサポート満足度レベルに差がある事が示唆された。
- 5) さらに両親からのサポートを期待している部員に注目すると、結果として女子部員は両親からの

直接援助サポートが競技ストレスを促進し、大学では運動部活動に所属していない。また男子部員は両親からの情緒的サポートが自己効力感を向上させ、大学でも運動部活動に所属していることが示唆された。

#### <参考・引用文献>

- ・青木邦男(1989) 高校運動部員の部活動継続と退部に影響する要因 体育学研究 89-100
- ・Bandura.A(1977) Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. Psychological review, 84,195-215
- ・Bandura.A(1997) Self-efficacy: The exercise of control. New York: W.H.Freeman and Company
- ・石井源信・岩本良裕・古屋正俊(1986) 体育・スポーツに対する態度および志向性を規定する要因(2) 東京工業大学人文論業 41-48
- ・片山陽仁・中雄勇(編)(2002) スポーツ心理学 嵯峨野書院 74-104
- ・勝部篤美(1996) C級スポーツ指導員教本(財)日本体育協会 59-67
- ・児玉昌久・城圭子・村上真美・進藤由美(1995) スポーツの指導法と選手の認識との関係 早稲田大学体育学研究紀要 63-69
- ・近藤正子・平井タカネ(2002) 青年前期におけるストレス反応に関する調査研究 奈良女子大学スポーツ科学研究紀要vol4 62-68
- ・宮丸凱史(1998) 運動能力の発達バランス 体育の科学(9月号) 669-705
- ・文部省体育局(1997):中学生・高校生のスポーツ活動に関する調査報告
- ・村上貴聡・徳永幹雄・橋本公雄(2002) スポーツ選手のライフスキル獲得に関する研究 日本体育学会第52回大会予稿集 249
- ・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) 特性自己効力感尺度の検討 日本教育心理学 306-314
- ・西川正之(2000) 援助とサポートに社会心理学 北大路書房 10-23
- ・能勢康史(2007) アスリートのためのライフスキル教育 日本スポーツ心理学会 第34回大会研究発表抄録集 16-17
- ・岡浩一郎・上田雅夫(監修)(2000) スポーツ心理ハンドブック 実務教育出版 247-251
- ・佐々木和義・坂野雄二・前田基成(編)(2005) セルフ・エフィカシーの臨床心理学 北大路書房
- ・洪倉崇行・小泉昌幸(1999) 高校運動部員用ストレス反応尺度の作成 スポーツ心理学研究 第26巻第1巻 19-28
- ・洪倉崇行・森恭(2004) 高校運動部員の心理的ストレスに関する検討 体育学研究 535-545
- ・杉原隆(2003) 運動指導の心理学 大修館書店
- ・杉山佳生(2005) 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 杏林書院 P92-96
- ・鈴木徳子・吉川政夫(2006) 運動・スポーツ場面における原因帰属様式が自己効力感とメンタルヘルスに及ぼす影響について 日本スポーツ心理学会第33回大会研究発表抄録集 228-229
- ・土屋裕睦・中込四郎・徳永幹雄(著)(2004) 体育・スポーツの心理尺度 不昧堂出版 163
- ・上野耕平・中込四郎(1998) 運動部活動参加による部員のライフスキル獲得に関する研究 体育学研究 33-42
- ・WHO(世界保健機構) [http://www.ask.or.jp/a-h-c/www/semi\\_whats\\_lifeskill.htm/](http://www.ask.or.jp/a-h-c/www/semi_whats_lifeskill.htm/)
- ・山口裕子(2006) 大学生スポーツ競技者におけるセルフ・ハンディキャッピングの研究 山梨大学大学院教育学研究科修士論文
- ・安田貢(2008) 運動部活動継続に影響を及ぼす心理社会的要因に関する研究 山梨大学大学院教育学研究科修士論文
- ・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～ 山梨大学教育人間科学部附属教育実践センター紀要(印刷中)