

運動部活動内における人間関係が部員の自己肯定感に及ぼす影響 —対人関係での出来事に着目して—

発表者 水落 渉
指導教員 加藤 敏弘

キーワード：運動部活動、人間関係、自己肯定感

1. 緒言

中学および高校時代の運動部活動は、多くの生徒が参加する学校での活動の1つである。2014年に行われた文部科学省による調査結果では、運動部に所属している生徒は中学生で約63%、高校生で約43%であったという。少子化の影響などで運動部に所属する生徒の数は減少傾向にあるが、その活動は豊かな学校生活を営む上で重要な役割を果たすと考えられている¹⁾。また、文部科学省では、「運動部活動は、スポーツに興味と関心を持つ同好の生徒が、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を体験する活動であるとともに、体力の向上や健康の増進にも極めて効果的な活動である。」と運動部活動を位置づけている²⁾。このように運動部活動は、中高生が有意義な学校生活を送るために重要なものである。

しかし、運動部活動は、同時に生徒にとってストレスをもたらす主要な要因の1つでもあり、ストレス症状に直接影響を及ぼす要因は、運動部活動の内容そのものより部内の友人関係のあり方である。例えば、中学生が中途退部の理由として挙げる割合が高いものは人間関係で、運動部活動を継続するか否かは部内の人間関係によって大きく左右されている³⁾。

また、先行研究によると、自尊感情が対人関係能力に影響し、中でも自尊感情の一因子である自己肯定感の高い者は学校での他者とのかかわりや出来事への不安が生じにくいことが指摘されている⁴⁾。また、自己肯定感という概念は、「自己を肯定する」力として、近年注目されており、対人スキルについて深い関係を持っている⁵⁾。

自己肯定感に関する先行研究では、学校や日常生活に関する研究が多く行われているが、運動部活動との関連に着目した論文は少ない。そこで本研究では、運動部活動内における対人関係での出来事が、部員の自己肯定感にどのような影響を与えているのか、また、その関係を明らかにすることを目的とする。

2. 研究方法

2-1 調査対象者

1 大学に所属する体育会運動部活動所属者男子81名、女子52名、計133名を対象とした。

2-2 調査方法

調査は無記名自記式の質問紙により実施した。調査期間は、2015年12月18日～2016年1月13日であった。

2-3 調査項目

1) 基本属性(性別、競技名、競技歴、競技成績)

2) 自己肯定意識尺度

「自己への態度の望ましさ」である自己肯定性次元を明らかにする目的から作成された自己肯定意識尺度全41項目を用いた。この自己肯定意識尺度は、対自己領域と対他者領域に二分され、対自己領域の低位成分は「自己受容」「自己実現的態度」「充実感」、対他者領域の低位成分は「自己閉鎖性・人間不信」「自己表現・対人積極性」「被評価意識・対人緊張」から成立している。41項目それぞれで「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」「どちらともいえない」「どちらかといえばあてはまらない」「あてはまらない」の5段階評定で回答し、得点はそれぞれ順に5点、4点、3点、2点、1点の配点し、単純加算して尺度得点とする。

3) 自尊感情尺度

ローゼンバーグ(1965)により作成された、自身で自己への尊重や価値を評価する自尊感情尺度の10項目を、山本・松井・山成が邦訳したもの(1982)を用いた。10項目それぞれについて「あてはまる」「ややあてはまる」「どちらともいえない」「ややあてはまらない」「あてはまらない」の5段階評定で回答する。得点はそれぞれ順に5点、4点、3点、2点、1点の配点とし、回答得点を単純加算する。

4) 対人関係での出来事

現在までの運動部活動経験の中で自分にとって良かった対人関係での出来事、自分にとって悪かった対人関係での出来事(自由記述式)についての質問を行った。

2-4 分析方法

自由記述の回答はKJ法を用いてカテゴリーを生成した。その際、4名で検討を重ねながらその妥当性を検討した。各尺度についてはExcelで集計し、有意水準5%以下として検定を行った。

3. 結果と考察

3-1 基本属性による比較・検討

1) 男女で自己肯定意識尺度、自尊感情尺度を比較したところ、自己肯定意識尺度の「充実感」と「自己実現的態度」、自尊感情尺度において、男子のほうが有意に高かった。

2) 運動部活動を集団競技群、個人競技群に分け、競技特性で自己肯定意識尺度、自尊感情尺度を比較したところ、自己肯定意識尺度の「自己実現的態度」においては、個人競技群のほうが有意に高く、「被評価意識・対人緊張」においては、集団競技群のほうが有意に高かった。

競技特性において「自己実現的態度」で個人競技群が高かったのは、個人競技は集団競技と比べ、周りからの影響を受けにくく、自分の課題や動き

にすることができるからであると考えられる。「被評価意識・対人緊張」で集団競技群が高かったのは、集団競技は個人競技と比べ、他の部員と関わる機会が多い分、周りの目を気にするようになるからではないかと考えられる。

3-2 カテゴリーの作成、比較・検討

1) 表 1・2 は回答者から得られた対人関係の出来事の内容を、KJ 法によってカテゴリーした表である。良かった出来事と悪かった出来事はそれぞれ 5 つのカテゴリーが生成された。() 内は各カテゴリーに該当する自由記述の回答数である。

2) 悪かった出来事について集団競技、個人競技の 2 群に分けて単純集計し、さらに母比率の差で検定を行った結果、集団競技のほうが「いじめなどがあったこと」を悪かった出来事としてとらえている人が有意に多かった。

集団競技は、プレーの中でのチームメイトとのかかわりが必須である。人それぞれで人の好き嫌いや合う、合わないがあるため、嫌いな人間や合わない人間に対して排斥しようとする心理がはたらくため、「いじめなどがあったこと」を悪かった出来事としてとらえている人が多かったのだと考えられる。

3-3 対人関係の出来事と尺度の比較・検討

1) 良かった出来事に部員が関わっていた群（以下部員群とする）と指導者が関わっていた群（以下指導者群とする）で自己肯定意識尺度、自尊感情尺度において検定を行った結果、自己肯定意識尺度の「自己実現的態度」と「充実感」、「被評価意識・対人緊張」で部員群が有意に高く、「自己閉鎖性・人間不信」で指導者群が有意に高かった(表 3)。

「自己実現的態度」で部員群が有意に高かったのは、同じ目標に向かって部員と協力し、切磋琢磨して競技に打ち込んだという経験があるからではないかと考えられる。

「充実感」で部員群が有意に高かったのは、中高の運動部時代に部員と良好な関係を築き、充実した学校生活を送ったという経験があるからではないかと考えられる。

「被評価意識・対人緊張」で部員群が有意に高かったのは、部員群が、部員との出来事の中で嬉しく思ったり、自信を持った経験が多いからであるといえる。褒められることは基本的に指導者よりも部員からのほうが多いため、部員に褒められたりした経験があった後から部員の評価を気にするようになった可能性があると考えられる。

2) 良かった出来事が中学時代にあった人の群（以下中学群とする）と高校時代にあった人の群（以下高校群とする）で自己肯定意識尺度、自尊感情尺度において検定を行った結果、自己肯定意識尺度の「充実感」、「自尊感情尺度」では高校群が有意に高く、「自己閉鎖性・人間不信」では中学群が有意に高かった(表 4)。

「充実感」、「自尊感情尺度」で高校群が有意に高かったのは、中学群と比べ、より最近に良い出来事があり、良かったと感じた感情が鮮明に残っているからではないかと推測される。

3) 悪かった出来事があった時期において、中学群と高校群で自己肯定意識尺度、自尊感情尺度にお

いて検定を行った結果、自己肯定意識尺度の「自己実現的態度」で、中学群が有意に高かった(表 5)。

「自己実現的態度」で中学群が有意に高かったのは、高校群が中学群と比べ、より最近に悪い出来事があり、嫌だったと感じた感情が鮮明に残っているからではないかと推測される。

4. まとめ

今回の研究では、運動部活動における対人関係の出来事のカテゴリーがそれぞれ明らかになり、その出来事は、競技成績よりも部員の自己肯定感に影響を与えているということが分かった。

5. 文献

- 1) 文部科学省 2015
- 2) 文部科学省 2013 文部科学白書 第 2 部
- 3) 吉村 齊 1997 学校適応における部活動とその人間関係のあり方—自己表現・主張の重要性— *Japanese Journal of Educational Psychology*, 45, 337-345
- 4) 久芳美恵子 竹村美砂 2004 自己肯定感と人とのかかわり *東京女子体育大学* 第 39 号
- 5) 野中一成 2014 部活動での人間関係が部活動の継続と日常生活スキル向上に及ぼす影響 『*国際人間学フォーラム*』第 10 号
- 6) 堀洋道 2005 心理測定尺度集 I 人間の内面を探る〈自己・個人内過程〉 pp16-22
- 7) 堀洋道 2005 心理測定尺度集 I 人間の内面を探る〈自己・個人内過程〉 pp29-31
- 8) 平石賢二 1993 青年期における自己意識の発達に関する研究(Ⅱ)—重要な他者からの評価との関連 *名古屋大学教育学部紀要—教育心理学科*, 第 40 号, pp99-125

他 3

表 1 良かった出来事のカテゴリー

1	団結したこと(42)
2	支えられたこと(41)
3	激励されたこと(14)
4	期待されたこと(12)
5	環境が変化したこと(4)

表 2 悪かった出来事のカテゴリー

1	揉めたこと(41)
2	理不尽な指導をされたこと(38)
3	いじめなどがあったこと(17)
4	不信感を抱いたこと(7)
5	環境が変化したこと(3)

表 3 良かった出来事に関わった人による尺度の比較

	部員群(61)		指導者群(40)		有意確率 (両側)
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
対自己領域自己実現的態度	26.87	5.23	24.08	7.21	0.026304
充実感	31.25	6.14	27.2	7.81	0.007288
対他者領域自己閉鎖性・人間不信	16.79	6.73	21.25	9.39	0.006504
被評価意識・対人緊張	23.13	7.81	19.88	6.58	0.026563

表 4 良かった出来事があった時期による尺度の比較

	早い群(32)		遅い群(83)		有意確率 (両側)
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
対自己領域充実感	25.47	6.5	30.42	6.61	0.000467
対他者領域自己閉鎖性・人間不信	22.47	9.12	16.55	8.43	0.000182
自尊感情尺度	27.71	8.85	33.88	6.97	0.00204

表 5 悪かった出来事があった時期による尺度の比較

	早い群(35)		遅い群(80)		有意確率 (両側)
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
対自己領域自己実現的態度	28.25	4.31	24.91	6.38	0.005921