

# 大学生陸上競技者におけるアスリート満足度と自己効力感

スポーツマネジメントゼミナール 1414059 宮崎 浩輔

## 1. 研究動機・研究目的

大学陸上において、選手が競技力の高い一流競技者であるほど、学費免除や金銭的援助など、多岐にわたり手厚い支援を受けている。国際大会や全国大会、箱根駅伝等に出場する大学の一流大学生陸上競技者は一般の大学生陸上競技者と比べると全く別格な扱い方をされている。また、一般的な大学生陸上競技者の中には、モチベーションが低下から部をやめてしまう者も中にはいる。

そこで、大学生陸上競技者のアスリート満足度とスポーツ場面における自己効力感の関係を明らかにし、アスリート満足感と自己効力感の関係を考察することで、競技パフォーマンスの改善、競技に対するモチベーションの改善に役立つ方法を提言することが必要であると考え、本研究に着手することとした。

## 2. 研究方法

- 1) 調査対象者：J 大学陸上競技部の男子部員 108 名、女子部員 28 名の合計 136 名
- 2) 調査方法：グーグルフォームで作成した web アンケートによって質問紙調査
- 3) 調査期間：2017 年 10 月 17 日～10 月 31 日の 2 週間
- 4) 調査項目：(1)個人属性（性別、学年、学科、競技レベル）  
(2)目標達成に関する満足度  
(3)シーズン全体に関する満足度  
(4)サポートに対する満足度  
(5)アスリート満足度（15 因子 56 項目）  
(6)特性的自己効力感（1 因子 23 項目）

## 3. 主な結果と考察

アスリート満足度の 15 因子の学年間における分析をした結果、「トレーニングと指導」「チーム課題への貢献」「医療人事」の因子において有意な差がみられた。この結果から、学年が上がるにつれて、コーチに与えられるトレーニングや指導に満足度を示すことが明らかになった。学年が上がるにつれて、自らの競技に対する考えを監督・コーチに伝えることができ、円滑にコミュニケーションが取れるようになることが要因であると考えた。

アスリート満足度の 15 因子の競技レベル間における分析をした結果、「能力の活用」「戦術戦略」「個人の扱い」「チームの社会的貢献」「医療人事」「学術的な支援」「外部の支援」の 7 因子について有意な差がみられた。「個人の扱い」については、仮説に反して、競技力の高い人方が低いアスリート満足度を示す結果となった。高い競技力の人ほど現状の指導、コーチングには満足せず、もっとレベルの高いものを求めているのではないかと考えた。「能力の活用」については、仮説に反して、競技力の低い人の方が高いアスリート満足度を示す結果となった。競技力の高い人は自分の才能がまだまだ活かされてい

ないと感じており、もっと成長できると感じているのではないかと考えた。また、競技力別に因子をみると、トップチーム、上位程度は全体的なアスリート満足度は低くなっていた。これは現状には満足することなく、もっと良いものを求める向上心が高いこと、また、自身に厳しく、シビアに競技に打ち込んでいることが要因であると考えた。

アスリート満足度の 15 因子の個人目標達成度間における分析をした結果、「個人パフォーマンス」「チームパフォーマンス」「能力の活用」「個人の貢献」において有意な差がみられた。「個人パフォーマンス」に注目すると、個人目標を達成していれば、個人のパフォーマンスに対するアスリート満足度は高くなった。次に、「能力の活用」の因子に注目すると、個人目標が達成されているほど、コーチが選手の能力を活かし、最大限に発揮しているかに対するアスリート満足度が高くなっていることが明らかになった。

次に特性的自己効力感においては、競技レベルが高い方が、特性的自己効力感は高くなるという仮説に反して、個人目標達成度別に分析したものみに有意差がみられた。個人目標を達成することで、競技に対して自信や有能感を持てることが明らかになった。

最後にアスリート満足度の 15 因子と特性的自己効力感について、分析をした結果、本研究においては相関関係をみることができなかった。アスリート満足度、特性的自己効力感ともに平均値が低かったことが原因ではないかと考えた。

#### 4. 結論

全体としてアスリート満足度の 15 因子においては、「個人パフォーマンス」「能力の活用」「個人の扱い」「トレーニングと指導」「個人貢献」などの個人や指導者に関わる因子に対して高い満足度を示した。このことから J 大学陸上競技部においては、チームの目標達成のためというよりも個人が自らの目標達成のために競技をしており、自分自身のために競技をしていることが明らかになった。

また、特性的自己効力感においては、個人の目標を達成している者が高い特性的自己効力感を得ていることからチームの目標達成よりも、個人の目標達成が自信や有能感の獲得につながっていることが明らかになった。

以上のことから指導者が各個人に合った指導をし、そして、個人それぞれが目標を達成し、アスリート満足度や自己効力感を高めることがモチベーションの向上や競技パフォーマンス改善につながるのではないかと考えた。また、個人が目標を達成していくことで、チーム全体の競技レベルの向上やチーム目標達成に影響するのではないかと考えた。個人を高めることでチーム自体も高めることができるのではないかと考えた。

#### 5. 卒業論文の執筆を終えて

今回調査をして、J 大学陸上競技部員の、特性的自己効力感の低さが非常に目立ったように感じた。卒論論文執筆にあたり、最後までやり切ることができてよかった。本研究を行うにあたり、ご指導いただいた小笠原悦子教授、アンケート調査に快く答えてくださった J 大学の陸上競技部員の皆様に心から感謝の意を表したい。