

Locus of Control が Grit(やり抜く力)に及ぼす影響

—大学運動部を対象として—

スポーツ経営組織学ゼミナール 1315043 中野 壮磨

1. 研究動機・研究目的

近年、成功や達成の要因として物事に対して最後まで情熱を持ってやり抜く力である、Grit が注目されている。それは長期的な目標の達成に向けて、たとえ途中で失敗や逆境、困難な場面を乗り越えて、力強く追求する能力である。Grit は遺伝によってのみ規定されるのではなく、様々な経験を積むことによって強化することが可能であるとされている (Duckworth, 2007)。

そしてこの経験にはスポーツによる経験も当てはまると言える。秋葉(2015)は、Grit はアスリートが、競技目標を達成するために主体的に競技に取り組むことで養われる能力であると明らかにした。一方で、長期的な目標の過程の中では、突然の怪我や記録の停滞など、思いがけない挫折を経験する可能性も大いに考えられる。挫折によってストレス要因が表面化することで、バーンアウトなどの精神的問題、摂食障害などの行動的問題、オーバートレーニングなどの身体的問題が生じるという報告もある(土屋・中込, 1998)。しかしながら、スポーツ選手全員が、挫折や困難な経験をすることで自身に何らかの問題が発生するわけではない。挫折や壁に立ち向かって解決に取り組むことで、自らの成長の糧にしながらか目標達成に向けて再度努力をする選手もいる(高野・山岸, 2014)。

このように、人はその体験を通して学習してきた固有の問題解決の仕方を何にでも適用しようとし、それが通用すると期待する。この期待は、行動を予測する上で重要な媒介概念であるとして、Locus of Control(統制の所在)と呼ばれる(Rotter, 1966)

Locus of Control には内的統制型と外的統制型が存在する。次良丸(1986)によると、内的統制型は、自己に対しての自信や忍耐力が高く、社会的な適応力があるとする一方、外的統制型の人には、不合理な価値観、気分障害、不適応指標が高いことなどを指摘している。

以上の事から Locus of Control という性格特性によって Grit にも違いがみられる推測される。また Grit がもたらす成果や重要性については、明らかになっているものの、Grit と関連性がある性格特性については、ほとんど明らかになっていない。そこで本研究では大学運動部に所属する学生を対象として、Locus of Control と Grit について、関連を明らかにすることを研究目的とする。

2. 研究方法

2018年10月18日から11月1日にかけて、4大学の体育会運動部活動に所属する大学1年生から4年生の大学生、計318名を調査対象とした。調査した318名のうち、有効回答数は293名(有効回答率92.13%)であった。

本研究では、質問紙調査法として、Locus of Control 尺度と Grit 尺度の項目を使用した。Locus of Control 尺度の回答方法は4件法(①そう思う、②ややそう思う、③ややそ

う思わない、④そう思わない) である。日本語版 Grit 尺度の回答方法は 5 件法(①あてはまらない、②あまりあてはまらない、③どちらともいえない、④ややあてはまる、⑤あてはまる)である。本研究においては、現在の環境要因も尺度の得点に影響を与えている可能性があるため、フェイスシートにおいて質問事項を追加して調査を行った。

また運動部に所属する学生はスポーツ場面において挫折を経験することが多い。その際の解決への取り組み方には内的統制型の学生と外的統制型の学生に違い見られ、Grit にも影響を及ぼす可能性がある。本研究では、内的統制型と外的統制型の特徴を明らかにするために、スポーツ場面における困難に対する解決への取り組み方に関して自由記述欄を設けて調査した。

3. 主な結果と考察

本研究では、Locus of Control 尺度と日本語版 Grit 尺度の相関分析、ならびに Locus of Control 得点によって低群、中群、高群の 3 群に分類しこれらを独立変数として、日本語版 Grit 尺度の得点、および下位尺度の「根気」「一貫性」一元配置分散分析を行った。その結果、Locus of Control 得点によって分類された内的統制の高い学生は、低い学生よりも Grit 得点が有意に高いことが示された。

自由記述欄での困難な場面の解決への取り組み方において、高群は「明るい未来をイメージしながら練習する」といった困難な場面をまずはポジティブに捉えようとする試みを行い、のちに目標の達成や課題の解決に向けて努力をしていく学生が見受けられた。これは、内的統制型は情緒の安定と社会適応力が高いことと関連しているのではないかと考えられる。一方低群は、「一度競技から離れる。」「先輩や監督に相談する」といった方法で困難な場面を解決する学生が多く見受けられた。外的統制型の人が問題焦点対処行動を取ると、解決よりもストレス反応が多く現れることが明らかとなっている。低群に属する学生はそのことを避けるために、競技から距離を置くことや、他者の協力を得る傾向に見られるのではないかと考えられる。

4. 結論

大学運動部に所属する学生を対象として、Locus of Control と Grit について、関連を明らかにするために、Locus of Control 尺度の合計得点と日本語版 Grit 尺度の合計得点における相関分析を行った結果、内的統制型の人ほど、Grit は高くなる傾向にある。外的統制型の人ほど、Grit は低くなる傾向にある。

5. 卒業論文の執筆を終えて

本論文の執筆にあたり、多くの皆様のご指導ならびにご支援賜りましたことを心より感謝申し上げます。指導教官である水野基樹先任准教授には、本研究に関して、本日に至るまで大変親切かつ細やかなるご指導を頂きました。そしてスポーツ経営組織学ゼミナールの研究室の皆様には、テーマの設定から詳細な書き方まで丁寧なアドバイスを頂きました。また、お会いするたびに進行状況を気にかけてくださり、温かいお言葉やお気遣いのおかげで卒業論文を完成することが出来ました。ご協力いただいた方々、ご指導・ご鞭撻いただいた方々に心よりお礼申し上げます。誠にありがとうございました。