

スポーツ経験のある大学生における活動-状態指向性が

レジリエンスに及ぼす影響についての研究

スポーツ経営組織学ゼミナール 1316033 高根 海斗

1. 研究動機・研究目的

研究の動機は、大きく分けると二つある。一つ目は、やるべきことに対し、すぐ行動に移すタイプとそうでないタイプについて関心があったからだ。私たちの日常にはやらなくてはいけないことが溢れている。やるべきことの優先順位があるはずなのに、時たまそれを無視し、宿題や、仕事を面倒くさいが為、後回しすることがある。私もやるべきことがあるにも関わらず、面倒くさいとやるべきことを後回しにし、自らストレスフルな状況に陥ることがある。それに対し、自分のやるべきことをしっかり選定し、目標に向けてすぐ行動に移せる人がある。そういった人は、ミスが少ない上、常に余裕を持つことで他の事にも目を向けれることがあるように思われる。目標に対して行動に移すのが苦手な人は、課題や目標に追われることが多い為、ストレスを感じる人が多いと思われる一方、すぐ行動に移せる人は、目標に対し時間的余裕や、気持ち的な余裕があるため、感じるストレスも少ないように思われる。その為、私自身この行動に移せるタイプと行動になかなか移せないタイプのストレス脆弱性の関連性について興味をもった。すぐ行動に移せない人と行動に移せる人についての先行研究を調べていると活動-状態指向性に関する日本語版 ASC90 の尺度を知ることができた。しかし、この ASC90 の尺度を使った研究はほとんどされていない。その為、この活動-状態指向性を主な内容として研究したいとおもったことが第一の理由である。

二つ目は、上記で示した活動指向傾向のある人と状態指向傾向のある人におけるストレスの脆弱性は、どのように関連しているのかを研究したいと思ったからだ。先行文献を見ていた際に、ストレスの脆弱性について、レジリエンスが注目されている。しかし、レジリエンスは多くの研究者間で未だに一致したものがない。大学生用レジリエンス尺度（斎藤,2010）の下位因子の中の肯定的評価と ASC90 の下位尺度である P 尺度は似ている特性であったため、活動-状態指向性は、レジリエンスを図るひとつの指標になるのではないかと思い、その関連性を明らかにしたい。

2. 研究方法

2019年10月から11月中旬にかけて調査を行った。調査対象校が1校だと回答に偏りが出ると考えたため、二校の私立大学に在籍している部活動経験のある1年生から4年生（年齢を問わず）を調査対象とした。調査方法は、協力を得られた大学の授業時間の一部を利用して、質問用紙を配り、翌週に回収する方法で行った。質問紙は紙媒体で調査を行った。対象とした大学生の167名のうち、有効回答数は、105名分（有効回答率62.8%）であった。

3. 主な結果と考察

日本語版 ACS 尺度と大学生用レジリエンス尺度による相関分析の結果、相関は、見られなかった。しかし、活動-状態志向性は、レジリエンスの下位因子の「コンピテンス」と「肯定的評価」においては、小さい相関関係が示された。二つの尺度の関連性が示されなかったこ

との背景として、今回使用したレジリエンスの尺度には、「個人要因」と「獲得される要因」が混在していたため、「個人要因」を示す活動-状態指向性との相関が出なかったと考えられる。今後の課題として、レジリエンスの要因を整理し、関連性を示すべきである

4. 結論

本研究では、活動-状態指向性がレジリエンスに及ぼす影響を明らかにすることを目的としてアンケート調査を行った。今回は、167名しか集計することができなかったがさらに多くのサンプル母数を得ることで、本研究より信憑性の高い結果が得られることが考えられる。また今後の課題としては、レジリエンスの要因の分類には様々な解釈が可能であるため、「個人要因」と「獲得される要因」の両者がある程度分けて、捉える必要がある。また両者を分けて捉える基準を持って線を引くことが求められる。

日本語版 ACS 尺度に関しては、1997年に作られた尺度であり、質問内容からも時代に合わせて改善する必要がある。この尺度利用した研究は本邦では一件と少ない問題点があげられる。一方で、国内外に目を向けると ASC 尺度を使った研究は多かったため、上記で示した尺度自体の検討も含め、この尺度を利用した研究が必要であることが考えられる。

5. 卒業論文の執筆を終えて

本論文の執筆するにあたり、スポーツ経営組織学ゼミナールの研究の皆様には、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、温かいお言葉や気遣いのお陰で論文を完成することができました。本当に感謝しています。

そして、アンケートに協力してくださった芳地泰幸准教授を始め、日本女子体育大学の方々、順天堂大学の方々の皆様には多大なご協力を頂きました。皆様のご協力がなければ、この論文を完成させることはできませんでした。アンケート実施を快く承諾してくださった皆様にも心よりお礼申し上げます。

最後になりますが、本論文の執筆にあたり、ご協力いただいた方々、ご指導、ご鞭撻いただいた方々に改めて意を表し、謝辞とさせていただきます。本当にありがとうございました。