

体育心理学専門領域 (No. 2)

阿江美恵子 (東京女子体育大学)

1. あらまし

体育心理学は技能獲得に関わる運動学習、臨床スポーツ心理、スポーツ社会での人間行動心理、健康にかかわる心理などを研究対象としています。今回のコラムでは、スポーツ社会での人間行動を研究するスポーツ社会心理学について紹介します。と言っても、すべての研究を網羅できないので、自分の研究を中心に紹介します。

まず、スポーツ社会心理学はどのような研究領域かというところから始めましょう。社会心理学は、人間の対人行動や集団行動、つまり社会的行動に関する心理学的法則を解明する学問(池上・遠藤、1998)ですから、スポーツ社会心理学は「スポーツ社会」を対象としています。日本のスポーツ人口は学校体育のおかげで増え続け、スポーツ社会特有の視点で語るができるようになりました。競技スポーツ、体育集団、健康スポーツが中核になります。

2. 内外の研究動向

筆者は大学院で「スポーツ集団」に興味を持ち、「集団凝集性」について修士論文をまとめました。ちょうどカナダのキャロン博士の研究グループにより集団凝集性 (group cohesiveness) と生産性 (パフォーマンス、競技成績) の関係についての一連の研究 (のちに、Carron ほか、1998 として、本にまとめられました) が行われていました (残念ながらキャロン博士は 2014 年 6 月に亡くなりました)。集団魅力-個人魅力次元、課題凝集-社会凝集次元、という考え方は、スポーツ集団の心理的な状況を分析するための新しい視点を示すものでした。しかし、パフォーマンスに直接結びつくという結果が得られなかったため、スポーツ集団の研究はそこで足踏みしたと言えるでしょう。集団の凝集性を測定する尺度を検討しましたが (阿江、1987)、アメリカの結果とは異なり、指導者行動への反応が突出しました。これは日本的な学校運動部の指導環境が、アメリカのスポーツとは全く異なっていたことを示していました。2000 年以降、集団凝集性の研究が再び出てきたことから (内田ほか、2014)、流行の研究というものがあること、流行だけが研究ではないこと、古くて新しい研究などがあることが分かります。

3. 科学的知見の応用の状況

集団に関する研究は、リーダーシップやチームワークへの関心などに関連しますが、研究者が少なく知見が十分に蓄積されているとは言えません。研究室で研究できない内容が多いので、研究室を飛び出したい研究者にはお勧めです。

4. 学校体育や大学体育に活かすべき最新知見

スポーツ社会心理学の研究は、集団凝集性以外に、自己概念や自己認知、社会的アイデンティティ、動機づけ、態度、人間関係、ストレスコーピング（対処）、ソーシャル・サポートなどのキー概念をあげることができます。研究には質問紙調査法を用いることが多く、結果は数量的に分析されることが多いです。尺度の作成に関する研究も多く、人間の複雑な心の一部分を客観的に示すための指標は、競技スポーツの場面、健康スポーツの場面だけでなく、教育現場で用いられるものもあります。子どものやる気に関連する「有能感」という概念は、過去の体験から影響されて心の中にできあがる能力と考えられており、教育内容だけでなく、個人の個性も教育効果に影響することを示しています。同時に、過去の教育が子どもに与えた影響にも言及するので、教育に役立つと言えます。

5. 若手研究者へのメッセージ

研究者の業績の数と研究の社会的貢献が、自分のためだけの研究で良いと考えていた研究者の意識を変えつつあります。筆者は20年も前に終了した研究で思わぬ社会貢献をすることになりました（ニュースに出演する、雑誌に書く、新聞記事になるなど）。女子学生が殴られることは許さない、という義憤が研究の発端でした（体罰問題）。なぜデータを示さなければならないかに、意義と面白さを感じてほしいと思います。一つ研究すると一つ仕事が増えるので、それを励みにしてください。

それから、広く情報に触れてほしいと思います。地球環境や古代の歴史にもスポーツは関わっているはずです。スポーツの将来へのヒントが隠されているかもしれないのです。

6. 引用文献

阿江美恵子（1987）集団凝集性尺度の再検討、スポーツ心理学研究 13-1：116-118.

Carron,A.V. and H.A.Hausenblas(1998) Group Dynamics in Sport(2nd Ed.),Fitness Information Technology; Morgantown,WV.

池上知子・遠藤由美（1998）グラフィック社会心理学、サイエンス社：東京、p.1.

内田遼介ほか（2014）スポーツ集合的効力感尺度の改訂・邦訳と構成概念妥当性の検討、体育学研究 59-2：841-854.

（2016年9月9日執筆）