

昭和49年9月第2号

体育心理学専門分科会シンポジウムに寄せて

筑波大学体育科学系 加賀秀夫

今年の学会では、体育心理学専門分科会のシンポジウムは「体育における態度変容の問題」を取りあげることになりました。小生が司会役をおおせつかっておりますが、実は、小生自身、寝耳に水のようなご指名で、どこから取りついたらよいか暗中模索の状態です。幸い、多年にわたって、「態度変容」の問題を検討してこられたる人の優れた研究者であり、また、実際の指導者でもある先生方に、演者として登壇して頂けることになりましたので、小生としては、大方の肩の荷は降りました。

さて、小生自身、この領域については無知そのものなのですが、関心の持たれ方（問題意識とその背景）、とりあげている態度の種類や、方向、研究の方法、被験者、既に明らかにされている態度変容の機序、関与する要因、等々が、まことに多様で、一筋縄ではいかなないように思われます。なによりも、「体育における」という修飾句の意味からして、かなり難解です。「体育の場において生じる」ということなのか、「体育活動を道具とした」のか、あるいは、「体育に対する」なのか、この他にも、まだまだ考えられそうです。シンポジウムを、小ざっぱりとした要領のよい

形にまとめて、一応の成果を挙げるには、どこかで問題を仕切って、演者とフロアラーが、狭い共通の土俵上で討議するのが賢明だと思えます。しかし、今回は、敢えてその道をとりませんでした。というのは、シンポジウムで、「態度変容」の問題を取りあげるのは、近来にないことなのに、問題としては、体育にとって、他にないくらいの大問題ともいえるからです。

多少まとまりは悪くとも、いろいろな方向からおおぜいでつづいて、問題の所在や性質を明らかにすることに力を注いでみたほうがよいのではないかというわけです。そのためには、百家騒鳴、いろいろな先生方から、大胆な意見を出して頂いて、一時はテンヤワンヤになっても、そこから、参加した先生方ひとりひとりが新しい問題意識や展望を拓かれる可能性がでてくるのではないか、などという、とても司会者などという肩書きの人間が口にすべきでない太平楽を並べている次第です。

演者として登壇して下さる先生方の発言主旨は、別掲の通りですが、大会プログラム所載のように、(1)理論的、実験的関心から、(2)教育現場的関心から、(3)臨床心理学的関心か

ら、それぞれに接近法して頂くようお願いしました。しかし、これらの先生方にも、いざディスカッションが始ったら、ご自分の持ち場にこもって狭い範囲での詳細精緻な論証をして頂くよりは(「よりは」というのは、不穏当ですが)、相互の領域に大胆に踏み込んで頂き、スペキュレーションでよろしいから、理論と実践の接合点や相互補完性を見出す試みをして頂こうと思っております。今回

のシンポジウム設営に当って、懇篤なご教示を頂いた小林篤先生の表現を借用すれば、「「研究のわかる実践家」と「実践のわかる研究者」との相互協力を生み出す」ということとなりますが、その足がかりが、いくらかでも作れば、みんなで「大成功」と叫んでもよいのではないかと考えているところです。皆様のお力添えをお願いします。

身体運動が感情や認知に及ぼす影響

— 態度変容における均衡理論の立場から —

奈良女子大学 文学部 体育 丹羽 昭

目的 身体的運動や身体的技術が重要な媒体となる文化を運動文化と呼ぶならば、体育では運動文化を介して行為者の態度が変容している。その場合、態度に影響する主要因を、運動文化の(I)身体運動性 (II)運動の場や集団の力 (III)文化性 の三つと考える。一方、態度変容における均衡理論の立場からは、①認知 ②感情 ③行為 の「態度の3成分」が態度変容と関係すると思われる。そして①認知と②感情の各成分を変化させることによって態度変容を起こすことは実証されてきたが、③行為的成分の操作による態度変容の研影は未開拓である。しかし体育では、行為的成分(身体運動)が態度を変容させるメカニズムの解明は重要である。そこで身体運動の負荷

による感情と認知の2成分への変化過程をみた資料を提示して、均衡理論の立場から体育における態度変容の問題を検討したい。

方法 女子大の2回生171名に、①体力診断テスト ②Circuit Training(以下、C.T.と略す)の概念・目的・方法の説明 ③各自のC.T.における運動負荷量の決定(運動負荷量は各自の体力診断テストの6種目の結果に応じて6種類の運動量を決め、それを3setでできるだけ早く正確にやらせる) ④C.T.を2人1組で交互に行ない、運動に要した時間を測定(Xは約4分30秒) ⑤1週間後、認知・感情の両成分を測定する調査用紙に回答させ、その後準備運動とC.T.を行う。⑥同じことを5回(5週間)くり返し、その

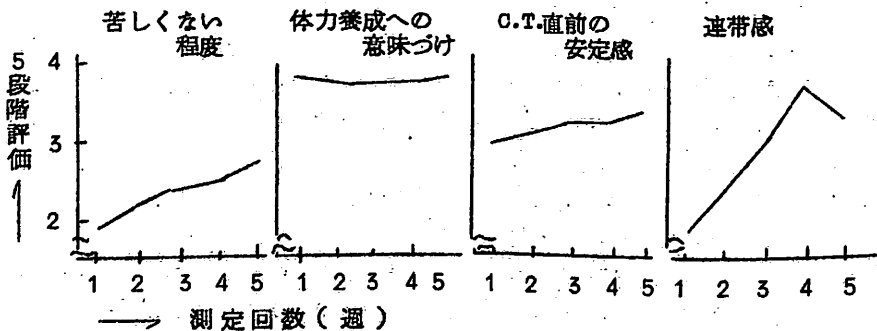


図1 全体の傾向

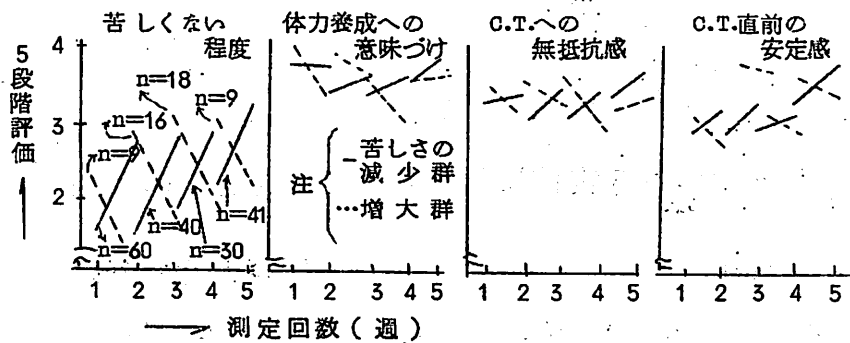


図2 苦しみの程度が変わった学生群の認知・感情の変化

間、認知的・感情的成分に影響するようなC.T.に関する説明や暗示は一切与えないよう注意した。

要するに、各自の体力に応じた運動負荷を与え、それによっておこる認知・感情の変化を1週間に1回測定し、それを5回くり返した。認知・感情に関する変化は、6項目を5段階で測定し、30項目からなる生活感情調査(SD法で作成された)も併せて実施した。結果 I 全体的傾向(全体の平均値の比較)

C.T.が楽になるにつれて、C.T.直前の安定感も増大しているように見えるが、C.T.が体力養成に意味があるという認知は殆んど変化なく、共通の体験のためか被験者全体の連帯感が高まっていくように見える。

II 苦しみの程度が1段階以上増減した学生群の傾向(苦しみが変化した同一学生群の追跡)

図2から、苦しくなった人たちは、概して

認知の面でもC.T.に対して低い評価を与えがちになり、C.T.への抵抗感を増し、C.T.直前における安定感もやや減少するように見える(ただし、いずれも有意差なし)。

また、苦しさが1段階以上減った人たちは、概して、体力養成への意味を認め、C.T.への抵抗感が減少し、C.T.直前における安定感も増大しているようである(安定感のみ1~2, 2~3, 4~5の各週の平均対間に $1.0 > P > .05$ 程度の差がある)。

III 苦しみの程度が変わらない学生群の傾向(苦しみが変化しなかった同一学生群の追跡)

図3から、苦しみの変わらなかった学生群は、C.T.に関する認知的成分も感情的成分も変わっていない。

結論 ①以上の結果からは明確な結論は出せないが、強制された身体運動(行為的成分)の辛さを基準にして認知的・感情的成分を変

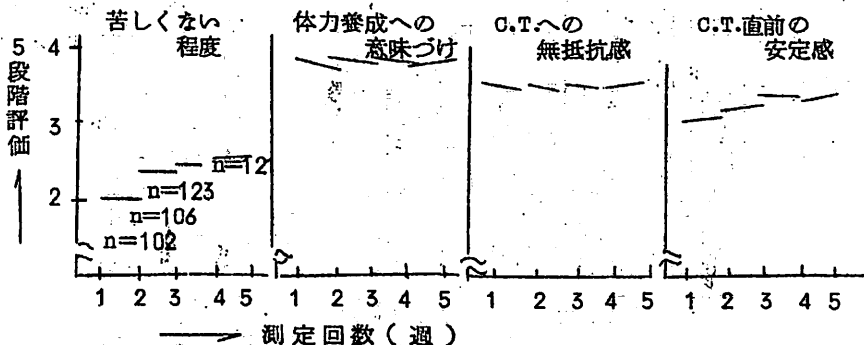


図3 苦しみの程度が変わらなかった学生群の認知・感情の変化

化させ、態度の3成分間の一貫性(均衡)を保持する傾向のあることを示唆する。②したがって体育では、運動文化の文化内容、集団、

身体運動が認知・感情・行為の各成分に影響し、その結果、態度を変容していると考えられる。

学生の体育実技に対する態度変容とその要因

九州大学教養部 徳永幹雄

本シンポジウムで筆者は教育現場の関心から問題提起せよとのことである。そこで、これまで手がけてきた大学生を対象とした態度尺度による測定資料を中心にまとめてみたい。

1. なぜ態度の測定を行なうのか。

態度は人間の行動を規定する主体的条件であるといわれている。体育実技の授業を通して学生の態度を好意的に育てることは体育の目標の1つである。学生の態度が好意的になれば授業の効果は高まるであろうし、授業以外の場でも身体活動が増すであろう。また態度測定によって授業を診断することができるし、それらの要因を分析していけば授業を改善してゆく手がかりになるであろう。

2. どんな方法で行なうのか

質問表尺度による態度測定法では、まず体

育実技に対する態度尺度をつくらねばならない。実技についてのいろいろな意見を集め、態度尺度化法の手続きを経て体育実技に対する態度測定票を作成する。そして、この調査票を授業のはじめとおわりに行なう。ただし、おわりの調査では態度を規定すると思われる要因や授業内容についての調査などを含んだ調査票も作成して調査を行ない、態度得点の変化とその要因の関係を分析する。この種の研究では米国のO.L.Wear(1951)が発端といわれているが、わが国でも岡野、小林などの研究がある。中でも小林篤氏(名古屋大学)は体育に対する態度構造の分析や態度測定による授業診断などですぐれた報告をされている。

3. どんな結果が得られたのか。

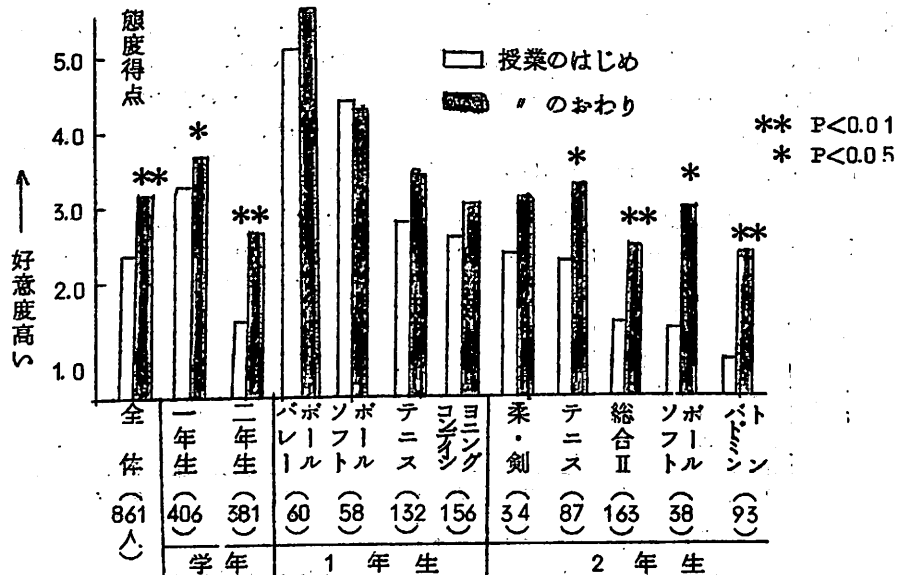


図1. 小林の態度調査を用いての態度得点の比較(合計得点)

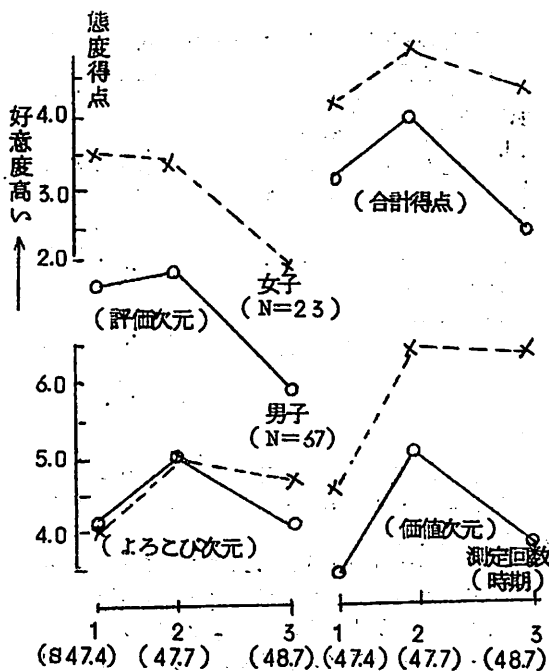


図2. 態度得点の縦断的变化

- (注) 1. 高校体育の経験にもとづいて
 2. 大学前期体育授業の経験にもとづいて
 3. 小学～大学までの体育授業の経験にもとづいて

図1, 2はおもな結果である。学生の態度には学年差, 性差, 開講コースによる差がみられる。態度変容は開講コース別にみるとはじめの得点の低い2年生のコースにのみ有意な変化が認められた。縦断的变化をみると前期授業で高められた態度は2年生の前期終了時点では好意度が低下しており, その傾向は評価次元に著しく, 性別では男子に著しい, などである。

4. なにが問題なのか。

(1) 現状では個々の研究者によって作成された態度尺度が, それぞれに使用されている。体育実技の授業に対する態度測定の方法が標準化されると, 体育にとっても新しい方向が開けるであろう。

(2) 態度得点の変化が意味することはなにか, このことを分析しておかねばならない。授業で高められた態度得点が高まればそのことが身体活動とどのような関係になるのか, などにより態度そのものの本質が問われよう。

(3) 授業分析の方法としてもっと利用されてよいのではないか。大学の授業では受講コースの選択性が多い。態度からみても, 各コースに種々の特徴がみられるし, そのことを分析しておくことは授業のポイントになる。態度得点の変化とその要因を分析すれば, 各コースごとの態度変容のための指導法が確立され, さらに体育授業そのものの問題点や課題が分析されるであろう。

自己認知の変容—スポーツ臨床心理学の立場から—

青山学院大学 文学部 心理学 長谷川 浩 一

目的: 体育における態度変容の問題を, 外的対象に対する態度に関してではなく, 自己に対する態度の変容という観点から明らかにする。

アプローチ: 現代の心理学における臨床理論は, さまざまな立場, 学説の発展を示している。それらは強調点や研究の方法の相違はありながらも, 自己あるいは自我の成長または変容を基本的原理としている。本論においては, 体育における態度変容を, 臨床心理学の理論にのっとって考察を進める。

自己に対する態度あるいは自己認知の変容を, 身体運動の経験によってひき起こされる

結果としてだけ考えるのではなく, 自己に対する態度や認知の変化が身体運動における学習やその遂行に影響を与える過程についても検討する。

資料: (1) 臨床理論 ①精神分析学では無意識の心的過程を重視し, 自我・超自我・イドの精神力動によって, 個人の心理現象や行動を理解しようとする。自我防衛の機制やコンプレックスの概念は, 態度変容を考えるとときに重要なものである。②現象学的心理学を代表するRogers, C. は自己概念の変容を心理治療の過程と考え, 自己理論を提唱し, 個人にとっての現象学的世界を問題としている。

③行動療法の立場は現代の学習心理学の理論を基礎として行動の変容を捉えるが、この立場では自己認知などを重視していないが、運動学習においては個々の分割された運動の学習より以上に全体の協応や連けが重要であり、それらのまとまりの学習として自己態度が考えられよう。

(2) 体育における自己概念の要素 ①自己の身体像 ②運動能力・技能 ③身体感覚・運動感覚 ④競技の遂行・成績に関する動機づけ ⑤他者の自己に対する関心・期待 ⑥相手・他チーム ⑦チーム・メイト ⑧競技場 ⑨観衆、これらの諸要素についての認知が自己認知、自己態度の決定因となり、それらの認知が変容するような内的・外的条件の生起が、自己認知を変容させる。それらの変容の表われのあるものは、臨床心理学的適応異常・異常行動として見られることもある。

(3) 運動選手の“あがり”の認知自己の心身の状態の認知とそれによる現在の自己の在り方についての態度が形成、変容する例として、運動競技における“あがり”の認知について考察する。

運動選手、監督、コーチらを対象とした臨床心理学的診断面接の結果、選手達は実際に“あがり”を経験しており、その影響をこうむっておりながら、“あがり”の認知はきわめてあいまいで自己の明確な認知が欠けているということが出来る。また“あがり”の意味づけ、すなわち特殊な自己の認知の仕方もきわめて多様である。①抑圧され否定されるべき現象としての“あがり” ②競技の不成功、失敗の合理化の過程で認知される“あがり” ③競技にとって必要な状態として認知されている“あがり” ④競技に先立つ予感としての“あがり” ⑤自己の精神的コンディションの悪い状態を指す“あがり”。

(4) イメージ・トレーニングによる運動技能学習、競技に対する心理的コンディションとしては、一般的心理要因とともに、身体運動に対する主体のかかわりの問題が指摘しうる。運動技術の学習の過程において、身体運動動作に対する自己のコントロールの機能を発展させていく経過に重点をおくのである。臨床心理学の新しい展開である動作心理学の見解によれば、運動競技においても、競技のつまづきから混乱を生じ、その後コントロールが不十分となり失敗する。また“あがり”によ

る動作の不確実さも、コントロール機能の獲得により克服しうる。身体運動の認知を媒介とした運動動作訓練によって自己認知が変容するが、その変容を受容しうるような臨床心理学的な指導をも加えることによって、心身両面からの自己コントロールの能力が高められる。イメージとしては、催眠イメージ、自律訓練法イメージなどが、臨床心理学的にも有効である。

(5) 体育活動・運動競技選手生活を通じての自己認知の変容、体育やスポーツの適応に及ぼす影響は、個人の自己認知の変換を中心軸として効果をもつ。

文献：

あがりの防止対策研究班（班長 松田岩男）
昭和46・47年度日本体育協会スポーツ科学研究报告

NoⅣ あがり防止法についての研究—スポーツにおける心理的コンディショニング—

NoⅦ あがり防止の臨床心理学的研究—イメージ・トレーニングによる運動技能学習を中心として

—運動技能の実行プランに対するイメージ・トレーニングの適用

お知らせ

1. 昭和49年度総会について

体育心理専門分科会の総会を、学会第2日（10月6日）11時30分より、発表に引きついでその会場（第4新館222教室）にて行いますので、多数御出席下さい。議題は会計報告、体育学研究編集委員選出などです。

2. 9月研究会の開催について

9月24日（火曜日）5時より、東京教育大学体育学部会議室にて研究会を開催します。くわしくは別便にてお知らせします。

体育心理学研究会会報

「曲り角」

昭和49年9月1日 発行

代表 松田岩男

編集 松田岩男

杉原隆

連絡先 東京渋谷区西原1丁目40番地

東京教育大学体育学部 体育心理学研究

室内体育心理専門分科会事務局

電話 (460)0511(代)(内)36