

目標志向性と動機づけ雰囲気は体育の授業における 動機づけと心理的ストレスに及ぼす影響

The Effects of Goal Orientation and Motivational Climate on Motivation and Psychological stress in Physical Education Class

手 嶋 いなみ

I. 動機・目的

文部科学省が行った平成19年度体力・運動能力調査によると、ほとんどの種目において昭和60年ごろから現在まで低下傾向が続いている。一方、身長・体重などの体格について比較すると、現在の子どもたちがその親の世代を上回っている。このように、体格が向上しているにもかかわらず、体力・運動能力が低下しているということは、それが深刻な状況であることを示している。子どもの体力の低下は、将来的に考えると国民全体の体力低下につながり、生活習慣病の増加やストレスに対する抵抗力の低下などを引き起こすことが懸念され、社会全体の活力が失われるという事態につながる可能性が考えられる。そのため、体力の向上に向けて学校・家庭・地域が運動実施頻度を上げる取り組みをする必要があると指摘されている。

このような状況の中、平成20年3月に改定された小学校新学習指導要領体育編では、子どもたちが運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動・スポーツに親しんでいく態度を培う授業を営むことが求められている。また、体育の授業時間も増加され、より一層の体育の時間の充実が叫ばれている。小学生の体育の授業経験が後の運動参加に及ぼす影響については、加賀ら（1993）も学生時代の体育授業における肯定的な運動経験が、中高年者の運動参加に影響を及ぼすと指摘している。

ところで、体育の授業に進んで参加する子どもがいる一方で、参加する環境にあっても消極的である子どももいる。そのような子どもの動機づけ

に影響を及ぼす要因の1つとして、個人が何を目的として学習するのかという達成目標が重要とされている。達成目標とは、スポーツのような達成場面で個人が達成しようとする目標のことである。

Nicholls et al. (1985) は達成目標を個人の特性としての目標志向性としてとらえ、大きく2つに分けた。1つは、何かに熟達することや能力を伸ばすことなど学習やプロセスそのものを重視する課題志向性である。もう1つは、能力に価値をおき、他者より優れていることを誇示したり、周囲から高い評価を得ることを目的とする自我志向性である。

細田・杉原（1999）は、中学生を対象に体育場面における目標志向性と内発的動機づけの関連を検討した。その結果、課題志向性を持つ方が、自我志向性を持つよりも動機づけが高まることが明らかになった。

個人の目標志向性を問題にする一方、先生や児童によってつくられた集団の目標志向性についての研究も行われてきた。これらは動機づけ雰囲気の研究とよばれる。動機づけ雰囲気とは、動機づけにおける環境要因のことであり、クラスやスポーツチームなどといった集団の目標志向性の認知という観点からとらえられている。どのような目標が、クラスや授業の中で重要とされているかによって大きく2つに分けられている。1つは先生やクラスメートは、努力や個人の上達を強調しており、それらが高く評価されていると学習者が知覚しているという熟達雰囲気である。もう1つは、先生やクラスメートは競争で他人に勝つことを強調しており、不平等な評価がなされ、失敗す

ると非難されると学習者が知覚している競争雰囲気である。Papaioannou (1994) は、中学生を対象に体育の授業場面における動機づけ雰囲気の違いが内発的動機づけに及ぼす影響を検証し、熟達雰囲気の授業は競争雰囲気の授業よりも内発的動機づけを高めることを明らかにした。また、伊藤 (1996) は、自分の所属しているスポーツチームの雰囲気を熟達雰囲気であると知覚している選手は、競争雰囲気であると知覚している選手に比べてチームへの適応感が高く、さらに課題志向性を持つ傾向が高いと報告している。このようなことから、ひとりひとりの動機づけを高めるためには、クラスやチームという集団に、熟達雰囲気があることが望ましいと考えられる。

これらの研究より、体育の授業に対する動機づけに影響を及ぼす要因として、個人の特性として目標志向性やクラスの動機づけ雰囲気が関連していることが明らかにされている。しかし、体育の授業は、それぞれの目標志向性を持った子どもたちがクラスという集団で行なうことから、個人の目標志向性と動機づけ雰囲気が相互に影響する可能性があると考えられた。そこで本研究では、個人の目標志向性とクラスの動機づけ雰囲気の2つが体育の授業の動機づけと心理的ストレスに及ぼす影響を明らかにすることを目的とする。

II. 研究方法

調査対象：5つの小学校の5・6年生538名（男子279名、女子259名）を調査対象とした。

調査期間：2008年7月～10月

調査内容：

1. 目標志向性

細田・杉原 (1999) の特性としての目標志向性尺度を使用した。「練習に一生懸命取り組めたとき」など、学習過程を重視する課題志向性について8項目、「試合で人よりも活躍できた時」など、他人との比較を重視する自我志向性について8項目の計16項目。

2. 動機づけ雰囲気

J.Seifrizら (1992) のPerceived Motivational Climate in Sport Questionnaireを参考に作成した。「ひとりひとりがうまくなることが大切だ」な

ど学習過程を重視する熟達雰囲気について5項目、「他の子より活躍することが大切だ」など他人との比較を重視する競争雰囲気について5項目の計10項目。

3. 内発的動機づけ

Ntoumanis (2001) のIntrinsic Motivationを参考にした。「体育の授業はおもしろい」など4項目。

4. 体育の授業の心理的ストレス

佐々木 (1998) の体育の授業における中学生用心理的ストレスレベル尺度を参考にした。「まわりの人よりも足が遅い」など18項目。

5. 体育の学習意欲

西田 (1989) の体育における学習意欲検査を参考にした。「あれこれと考えるよりも、とにかく何回も練習するほうだ」など28項目。

回答方法：それぞれの項目に対して4段階で回答させた。「そう思う」を4、「ややそう思う」を3、「あまりそう思わない」を2、「ほとんどそう思わない」を1として回答を求めた。

III 結果

1. 群分け

個人の目標志向性とクラスの動機づけ雰囲気が体育の授業の動機づけに及ぼす影響を検討するために以下のような群分けを行なった。まず、目標志向性においては、課題志向性得点、自我志向得点の平均値を基準として、両志向性ともに平均値以上を示した群（以下、目標両高群）、課題志向性のみ平均値以上を示した群（以下、課題高群）、自我志向性のみ平均値以上を示した群（以下、自我高群）、両志向性とも平均値未満を示した群（以下、目標両低群）の4群に分割した。目標両高群が234人（43.5%）、課題高群が80人（14.9%）、自我高群が62名（11.5%）、目標両低群が162人（30.1%）であった。

動機づけ雰囲気においても、熟達雰囲気得点、競争雰囲気得点の平均値を基準として、両志向性ともに平均値以上を示した群（以下、雰囲気両高群）、熟達雰囲気のみ平均値以上を示した群（以下、熟達高群）、競争雰囲気のみ平均値以上を示

した群（以下，競争高群），両方とも平均値未満を示した群（以下，雰囲気両低群）の4群に分割した。雰囲気両高群が122人（22.7%），熟達高群が137人（25.5%），競争高群が83名（15.4%），雰囲気両低群が196人（36.4%）であった。

2. 目標志向性と動機づけ雰囲気が内発的動機づけに及ぼす影響

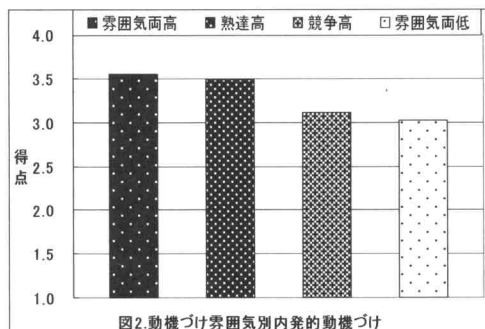
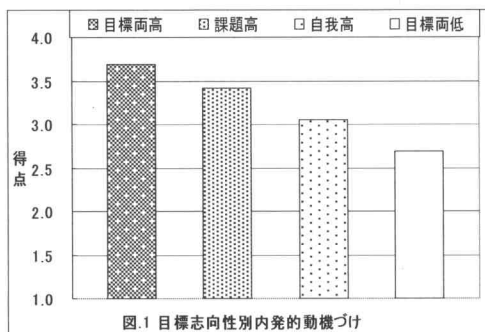


図1は，内発的動機づけについて，目標志向性別の平均得点を，図2は内発的動機づけについて動機づけ雰囲気別の平均得点をそれぞれグラフに示したものである。

内発的動機づけの平均得点についての2要因の分散分析の結果，目標志向性 ($F=9.479, d.f.=3, p<0.01$) の主効果と動機づけ雰囲気 ($F=3.105, d.f.=3, p<0.05$) の主効果で有意差がみられた。また，交互作用(目標志向性×動機づけ雰囲気 $F>1.0, d.f.=9, p>0.05$) は有意ではなかった。そこで多重比較を行なったところ，個人の目標志向性でみると，それぞれの内発的動機づけに差がみられた。またクラスの動機づけ雰囲気で見ると，雰囲気両高群・熟達高群が競争高群・雰囲気両低群に比べて高かった。

3. 目標志向性と動機づけ雰囲気が心理的ストレスに及ぼす影響

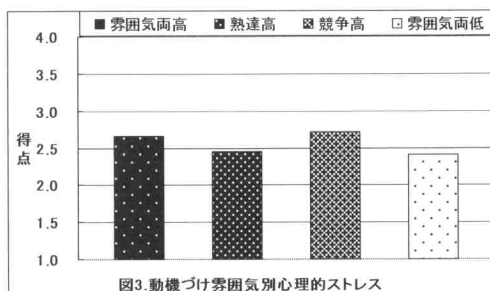


図3は心理的ストレスについて動機づけ雰囲気別の平均得点グラフに示したものである。

心理的ストレスの平均得点の分散分析の結果，動機づけ雰囲気 ($F=6.524, d.f.=3, p<0.01$) の主効果で有意差がみられた。目標志向性の主効果 ($F<1.0, d.f.=3, p>0.05$) と交互作用(目標志向性×動機づけ雰囲気 $F=1.732, d.f.=9, p>0.05$) は有意ではなかった。そこで多重比較を行なったところ，動機づけ雰囲気で見ると，競争高群・雰囲気両高群が熟達高群・雰囲気両低群に比べて心理的ストレスが高かった。

4. 目標志向性と動機づけ雰囲気が体育の学習意欲に及ぼす影響

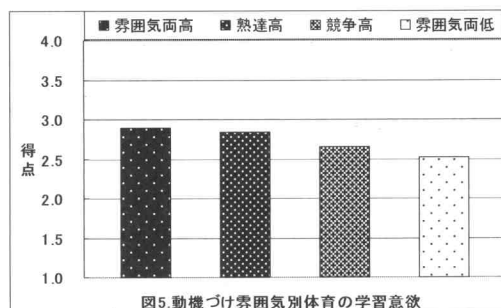
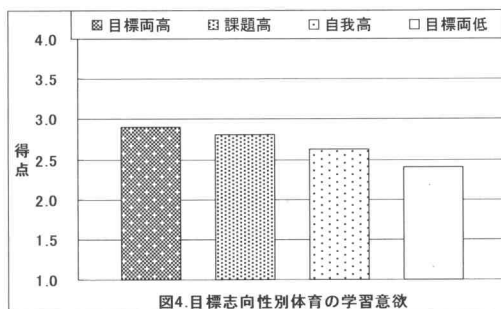


図4は体育の学習意欲について目標志向性別の平均得点を、図5は体育の学習意欲について動機づけ雰囲気別の平均得点をグラフに示したものである。

体育の授業に対する学習意欲の平均得点の分散分析の結果、目標志向性 ($F=13.962$, $d.f.=3$, $p<0.01$) の主効果と動機づけ雰囲気 ($F=3.439$, $d.f.=3$, $p<0.05$) の主効果で有意差がみられた。交互作用 (目標志向性 \times 動機づけ雰囲気 $F>1.0$, $d.f.=9$, $p>0.05$) は有意ではなかった。そこで多重比較を行なったところ、目標志向性でみると、課題志向の高い2群は、課題志向性の低い2群に比べて体育の学習意欲が高く、動機づけ雰囲気で見ると、熟達志向の高い2群が熟達志向の低い2群に比べて体育の学習意欲が高かった。

IV. 考察

1. 個人の目標志向性が体育の授業における動機づけに及ぼす影響

内発的動機づけについて、個人の目標志向性別にみると目標両高群が課題高群・自我高群・目標両低群に比べて高かった。また、課題高群が自我高群・目標両低群に比べて高かった。そして、自我高群が目標両低群に比べて高かった。

課題志向性が高い群が、自我志向性が高い群に比べて内発的動機づけが高いという結果は、細田・杉原(1999)の研究とほぼ同様であったが、体育の授業において、努力を重ねることによって目標を達成することが望ましいという指導がなされているのではないかと推察される。また、課題志向性のみが高い場合には、他者からの評価がどうであれ、練習すること自体がたのしみとなり、内発的動機づけが高まるのではないかと考えられる。

体育の学習意欲について、目標志向性別にみると、目標両高群と課題高群が自我高群と目標両低群に比べて高かった。また、自我高群が目標両低群に比べて高かった。

このことから、自我志向性の高低に関わらず、課題志向性が高い場合には、体育の学習意欲が高まるということが明らかになった。これは自分がうまくなるためには教師の指示をきくことや、ク

ラスメートのうまいやり方を真似することなどが必要であると感じるからではないかと考えられる。

2. クラスの動機づけ雰囲気が体育の授業の動機づけと心理的ストレスに及ぼす影響

内発的動機づけについて、クラスの動機づけ雰囲気別にみると、雰囲気両高群と熟達高群が競争高群と雰囲気両低群に比べて高かった。

このことから、競争雰囲気の高低に関わらず、熟達雰囲気が高い場合には内発的動機づけが高まることが明らかになった。これは、クラスが一人一人の進歩を認めてくれる雰囲気であると感じることで、勝ち負けやクラス内の順位などに関係なく、練習自体に意欲的に取り組めるようになるからではないかと考えられる。

体育の学習意欲についてクラスの動機づけ雰囲気別にみると、雰囲気両高群と熟達高群が競争高群と雰囲気両低群に比べて高かった。また、競争高群が雰囲気両低群に比べて高かった。

このことから、競争雰囲気の高低に関わらず、熟達雰囲気が高い場合には体育の学習意欲が高まることが明らかになった。これは、教師がそれぞれの練習のやり方やそれによって上達したことなどを認めてくれると感じるため、積極的に練習に取り組もうとする意欲が高まるからではないかと考えられる。

心理的ストレスについて動機づけ雰囲気別にみると、雰囲気両高群と競争高群が熟達高群と雰囲気両低群に比べて高かった。

このことから、熟達雰囲気の高低に関わらず、競争雰囲気が高い場合には心理的ストレスが高まることが明らかになった。これは、体育の授業は他の教科よりも失敗や能力の低さが見えやすいため、競争雰囲気が高いと認知した場合、失敗した時に教師やクラスメートから非難されることなどを恐れることから、ストレスが高くなるのではないかと考えられる。

3. 個人の目標志向性とクラスの動機づけ雰囲気が体育の授業における動機づけと心理的ストレスに及ぼす影響

個人の目標志向性と動機づけ雰囲気は、体育の授業参加に相互には影響していなかった。

これは、課題志向性と自我志向性の相関が高く ($r=0.64$)、個人の目標志向性の影響が少なかったためではないかと推察される。

以上のことから、体育の授業場面において、個人の目標志向性が課題志向性と自我志向性のどちらであっても、教師はクラスでは熟達雰囲気強調していくことが重要であると考えられた。指導を行なう際には、一人一人の能力を把握し、以前よりもどれだけ進歩したかをしっかりと観察し、平等に評価することを心がけることが大切であると考えられる。課題志向性の高い児童に対しては、今はできなくても練習を重ねて少しでも上達していくことが大切であること、自我志向性の高い児童に対しては、他のクラスメートよりうまくできるようになるために努力を重ねることが大切であるという実感を持たせることが重要であると考えられる。

V. 主な参考文献

- Duda, J.L. (1988) The relationship between goal perspective, persistence and behavioral intensity among male and female recreation sport participants. *Leisure Science* 10:95-106
- Dweck, C.S. (1986) Motivational processes affecting learning. *American Psychologist* 41: 1040-1048
- 細田朋美・杉原隆 (1999) 体育の授業における特性としての目標志向性と有能さの認知が動機づけに及ぼす影響 *体育学研究* 44: 90-99
- 伊藤豊彦 (1996) スポーツにおける目標志向性に関する予備的検討 *体育学研究* 41: 261-272
- 加賀秀夫・石井源信・喜戸 修・菊 幸一・杉原隆・長見 新・深見和夫・宮内孝知・雨宮輝也 (1993) 中高年のスポーツ参加に関する社会的・心理学的研究—第2報. 平成4年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告
- 文部科学省統計 (2008) 体力・運動能力調査
- Nicholls, J.G. (1984) Achievement Motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task Choice, and Performance *Psychological Review*. 91, No.3, 328-346
- Nicholls, J.G., Patashnick, M., and Nolen, B. (1985)

Adolescents' theories of education. *Journal of Education Psychology* 77: 683-692

西田保 (1988) 体育における学習意欲検査 (AMPET) の標準化に関する研究—達成動機づけ論的アプローチ—*体育学研究* 34: 45-62

Papaianou, A. (1994) Development of a Questionnaire to Measure Achievement Orientation in Physical Education. *Research Quarterly for Exercise and Sports*, 65:11-20

佐々木万丈 (2002) 中学生用体育学習心理的ストレスレベル測定尺度短縮版の開発と標準化 *体育学研究* 47: 383-394

Seifriz, J., Duda, J. L., & Chi, L. (1992) The Relationships of Perceived Motivational Climate to Intrinsic Motivation and Beliefs About Success in Basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 14: 375-391