

部活動集団風土と適応感が運動部員のストレスに与える影響

The Effects of athletic club climate and adjustment on stress among athletic club members

杉 本 好 永

1. はじめに

部活動は、中学生や高校生にとって学校生活の中でも特に大きなウエイトを占めるものである。全日本中学校長生徒指導部（2002）の調査によると、中学生の90.4%が部活動に加入しており、そのうち約4分の3の生徒が運動系の部活動に所属しているという。運動部活動に参加することは、身体能力の向上や将来の生涯スポーツ参加の動機づけになる（杉原，1997）ばかりではなく、子どものコミュニケーション能力の向上、ライフスキル獲得（上野・中込，1998）など、好ましい人格形成のためにも大きな意味を持っているといえる。

しかし、運動部に入部して活動をしていたものの、途中で退部してしまう生徒も多い。実際に退部を経験した高校生を対象にした青木（1989）の調査では、「指導者とうまくいかない」や、「部員とうまくいかない」といった「人間関係のあつれき」が最も大きな退部理由であることが明らかにされている。Olick（1974）によれば、一度ドロップアウトした者の多くは再び競技しようとならないという。さらに、ドロップアウトした者の約3割はレクリエーション的スポーツにすら参加しないと報告されている。

以上より、離脱の原因と成りうる部活動内の人間関係における問題や課題の解決を図り、部活動中途退部する者の減少を目指すことは、生涯スポーツ社会の実現のためにも重要であると考えられる。

これまでにおいても、部活動集団についてはさまざまな角度から研究が行われてきた。その中に、組織風土という観点から部活動を調査した研究が

みられる。組織風土とは、「必ずしも客観的にとらえることはできないが、成員が心理的に体験しているその組織独自の雰囲気」（梅澤，1988）と定義されている。永田ら（1992）は、組織風土と競技成績との関連について大学の運動部員を調査し、意見を率直に言える雰囲気にすることは運動の種目に関係なく競技成績を高めるということを示した。また、樋口（1996）は組織要因と部員の達成動機の関連について女子大学生を対象に調査し、自由に意見を交わすことができ、かつ変革を積極的に受け入れようとするなど風通しがよく、伸び伸びと挑戦的に行動できる風土の中で、部員はクラブ活動を通じて自分を向上させることに対する動機を高めることを報告している。しかし、組織風土は部活動集団のみを対象に作られた尺度ではなく、部活動集団の風土を具体的に明らかにできる尺度はみられない。

教育心理学の分野では、学級風土についての研究が多くみられる。学級風土とは、学級全体の持つ雰囲気や様子、個性のことである。伊藤・松井（2001）は、「学級への関与」、「生徒間の親しさ」、「学級内の不和」、「学級への満足感」、「自然な自己開示」、「学習への志向性」、「規律正しさ」、「学級内の公平さ」の8尺度57項目から成る学級風土質問紙を作成した。伊藤はこの質問紙を用い、生徒が感じている学級の様子を明らかにすることで、生徒達の実感と教師の目指す学級像との比較を行った。また、学級が抱える問題や課題を明らかにし、それらの改善に努めた。

本研究では、上記の学級風土質問紙の尺度を「部活動への関与」、「部員間の親しさ」、「部活内の不和」、「学級への満足感」、「自然な自己開示」、「部活への志向性」、「規律正しさ」、「部活内の公

平さ」というように置き換え、各項目の表現を部活動場面に対応するように変化させ、部活動集団風土質問紙を作成することによって、部活動風土について明らかにしたいと考えた。

さらに、部活動風土は部員のストレスや適応感とも関連があると考えられる。よって本研究では部活動集団風土質問紙を作成することと、部活動集団風土と部活動適応感がストレスに及ぼす影響について明らかにすることを目的とする。

2. 方法

1) 調査対象

運動部に所属している中学生289名(男子120名, 女子169名), 高校生340名(男子156名, 女子184名), 合計629名

2) 調査期間

平成20年6月～8月

3) 調査方法

各学校の校長や体育主任教諭を介して、各部活動の顧問教諭に調査用紙配布を依頼した。

4) 調査内容

対象者全員に学校・学年・種目・性別・部活動集団風土・部活動適応感・心理的ストレスを調査した。

(1) 部活動集団風土に関する尺度項目

学級風土質問紙(伊藤, 2001)を参考に、各項目の内容を部活動に適するように置き換えて46項目に設定した。各項目に対し、回答者の所属する部活動を5段階(「とてもそうである」から「まったくそうでない」)で評価させた。

(2) 部活動適応感に関する尺度項目

青木・松本(1997)の「部活動適応感測定項目」(19項目)を使用した。各項目に対し、5段階(「とてもそうである」から「まったくそうでない」)で評価させた。

(3) 心理的ストレス反応に関する尺度項目

渋谷・小泉(1999)の「高校運動部員用ストレス反応尺度」(32項目)を使用した。各項目の事柄を、最近部活においてどの程度経験したかを5段階(「だいたいいつもあった」から「まったくなかった」)で評価させた。

5) 群分け

部活動風土得点と部活動適応感得点を、それぞれ平均値を中心に高群と低群に分けた。

3. 結果及び考察

1) 因子分析

(1) 方法

部活動集団風土質問紙46項目間の相関行列に基づき、因子数が3から6までの場合を順次検討し、解釈可能性において最も優れていた3因子解を採用した。抽出された3因子の全分散に対する寄与率は、40.5%であった。さらに抽出された因子行列にKaiserの正規化を伴わないバリマックス法による回転を施した。その結果、表1の因子行列を得た。

表1 部活動集団風土質問項目の回転後因子行列

	因子		
	F1 肯定感	F2 関与	F3 不和
9 この部活が気に入っている	.660	.273	.203
8 この部活は心から楽しめる	.642	.274	.270
29 この部活で誰を合わせるのが楽しみだ	.839	.223	.284
47 部活に限らず個人的にも仲がよい	.606	.254	.220
10 自分の気持ちを自然に言い合える	.586	.207	.269
55 個人的な問題を安心して話せる	.576	.160	.147
25 お互いのことをよく知っている	.575	.269	.137
54 この部活に入ってよかったと思っている	.575	.338	.160
30 この部活は楽しいが多い	.565	.113	.061
11 先生がそばにいてもえんりよく話せる	.562	-.004	.056
31 自分たちの気持ちを素直に先生にみせる	.546	.034	.040
5 友達同士、助け合う	.445	.403	.355
24 部活がうまくいかないとき皆が心配する	.403	.291	.036
14 守るべき規律がはつきりと示されている	.129	.697	.064
60 この部活は練習熱心だ	.134	.683	.128
32 この部活の皆はよく練習する	.270	.626	.129
40 この部活は先生の指示にすばやくしたがう	.038	.622	.151
34 この部活は規則を守る	.173	.586	.143
12 部活中よく集中している	.421	.592	.064
44 部活に多くのエネルギーをそそぐ	.438	.551	.017
3 部活のことをよく考える	.425	.539	-.001
2 試合のとき、やる気のある人が多い	.283	.511	.177
1 練習など部活動に一生懸命取り組む	.422	.503	.010
42 誰かが部活全体のことを考えている	.326	.487	.242
42 練習に自分からすすんで参加する	.447	.487	.029
13 この部活は成績を競い合っている	.100	.458	-.032
22 先生に言われた以上に練習をする	.301	.404	-.084
36 自分の意見を押し通そうとする人が多い	-.009	-.101	.599
27 重苦しい雰囲気になることがある	.082	-.109	.549
6 もめごとを起こす人はいない	.144	.230	.525
28 お互いにきらいている人が多い	.182	.119	.521
7 グループ同士の対立はない	.195	.248	.512
4 この部活は皆仲がよい	.370	.292	.505
51 他の人とは一緒にいたくないというグループがある	.189	.128	.495
50 部活全体がよいやな雰囲気になることがある	.005	-.016	.484
49 この部活はもめごとが多い	.187	.165	.463
45 この部活では仕切ろうとする人が多い	-.192	-.299	.436
46 この部活ではお互いにとても親切だ	.410	.261	.425
35 何かを決めるときに強い力を持つ人が多い	-.070	-.376	.410
23 試合前には、準備や練習をたぐんする	.323	.399	-.083
15 誰の意見も平等に扱われる	.312	.388	.351
26 部活がうまく進むか気がかかる	.286	.299	-.215
39 この部活は落ち着いて静かだ	-.114	.008	.094
58 反対意見があっても黙っている人が多い	.049	.095	.374
31 みんな成績にはあまりこだわらない	-.072	.129	-.041
16 みんなが逆えない人が多い	.080	-.211	.351

(2) 因子の解釈

因子の解釈及び命名は、因子負荷量.40以上の項目を取り上げ、それらの項目に共通する内容を推定しながら行った。

第1因子に高い因子負荷量を示した項目は、「この部活が気に入っている」、「この部活は心か

ら楽しめる」など、部活動に関する肯定的な感情を表す項目内容（12項目）であった。そこで、「肯定感」と命名した。第2因子は、「守るべき規律がはっきりと示されている」、「この部活は練習熱心だ」など、部活に対する態度や規則に関する項目内容（14項目）であった。そこで、「関与」と命名した。第3因子は、「自分の意見を押し通そうとする人がある」、「重苦しい雰囲気になることがある」など、部活内の仲の悪さや人間関係に関する内容（12項目）であった。そこで、「不和」と命名した。

なお、第1因子「肯定感」と第2因子「関与」については、複数の内容で構成されていたため因子ごとに再度因子分析を行った。その結果を表2、表3に示す。

表2 肯定感因子項目の回転後因子行列

	肯定感因子	
	F1 親和性	F2 満足感
29 この部活で顔を合わせるのが楽しんだ	.665	.368
47 部活に限らず個人的にも仲がよい	.663	.316
25 お互いのことをよく知っている	.650	.228
5 友達同士、助け合う	.574	.318
30 この部活は笑いが多い	.544	.241
55 個人的な問題を安心して話せる	.537	.320
10 自分の気持ちを自然に言い合える	.484	.472
32 この部活の皆はよく練習する	.484	.472
9 この部活が気に入っている	.433	.248
8 この部活は心から楽しめる	.347	.768
54 この部活に入ってよかったと思っている	.404	.603
11 先生がそばにいてもえんりよく話せる	.285	.358

表3 関与因子項目の回転後因子行列

	関与因子	
	F1 熱心さ	F2 規律正しさ
1 練習など部活動に一生懸命取り組む	.780	.189
3 部活のことをよく考える	.701	.260
12 部活中よく集中している	.636	.411
42 練習に自分から進んで参加する	.580	.353
44 部活に多くのエネルギーをそそぐ	.574	.419
2 試合のとき、やる気のある人が多い	.494	.359
22 先生に言われた以上に練習をする	.416	.258
40 この部活は先生の指示にすばやくしたがう	.169	.687
60 この部活は練習熱心だ	.304	.636
34 この部活は規則を守る	.264	.599
14 守るべき規律がはっきりと示されている	.359	.581
43 誰もが部活全体のことを考えている	.340	.500
31 自分たちの気持ちを素直に先生にみせる	.282	.118
13 この部活は成績を競い合っている	.308	.316

(3) 因子分析のまとめ

最終的に抽出された因子は親和性、満足感、熱心さ、規律正しさ、不和の5因子である。したがって、部活動集団風土に関する質問項目数は、5尺度35項目とした。

2) 性・風土・適応感別にみた心理的ストレス比

較心理的ストレス反応5下位尺度（抑うつ・不安、不機嫌・怒り、焦燥、無気力、引きこもり）それぞれの平均ストレス得点について、性別、風土別（高・低）、適応感別（高・低）に、3要因の分散分析を行った。

(1) 性の主効果

抑うつ・不安、不機嫌・怒り、焦燥得点において有意差がみられ、女が男よりも高いストレス得点を示した。女子は同調的で情緒的な傾向が強く、集団における人間関係において、絶えず他者の影響を受けて不安定な状況に陥りやすい（青木・松本,1997）ため、部内での些細な出来事に対して一過性の不安や怒りを抱くことが多いと考えられる。

(2) 風土の主効果

不機嫌・怒り、焦燥、無気力、引きこもり得点において有意差がみられ、風土低群が風土高群よりも高いストレス得点を示した。部活動集団風土得点が低いということは、部員の仲が悪い、まじめに活動しない、規律を守らない、指導者との関係が悪いなど、部活動内に人間関係に関するストレス要因が存在している。それがストレス反応として表れていると考えられる。

(3) 適応感の主効果

ストレス5下位尺度すべてにおいて有意差がみられ、適応感低群が適応感高群よりも高いストレス得点を示した。適応している状態というのは、「個人がその環境との相互作用において、苦痛・不安・緊張・葛藤等の心理的不安定感を感じず、精神的に健康な状態にあり、その環境の中において、自己実現の可能性を認め、それに向けて行動していると感じていること」（桂・中込, 1990）と定義されている。適応感が高い子どもにとっては、部活動が自己実現の可能性を感じ、安心して活動できる場所になっているため、ストレスを感じにくいと考えられる。

(4) 性×風土の交互作用（図1）

不機嫌・怒り、引きこもり尺度において、性と風土の交互作用が有意であった。風土低群では男女に差はなく、ともに高いストレス反応を示した。部活動集団は成員の人数が少なく閉鎖的であるという特徴があると考えられる。また、練習や試合

などの状況を考えると、仲がよい相手とだけ行動するといったことも難しい。そのため、部内に人間関係における問題があったとしても、それを無視したりそれから逃げたりすることができず、強い不機嫌さを示したと考えられる。さらに、集団の関係を重視すると言われている女子だけでなく、男子も同じように高いストレスを示したことから、部活動においては男女関係なく集団の雰囲気を良くしていき、良好な風土を形成することが大切であると推察される。

(5) 性×適応感の交互作用 (図2)

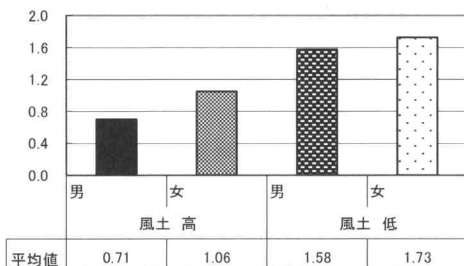


図1 性と風土別にみた、不機嫌怒り得点

不機嫌・怒り尺度において性と適応感の交互作用が有意であった。適応感高群では男女に差はなく、ともにストレス得点が低かった。

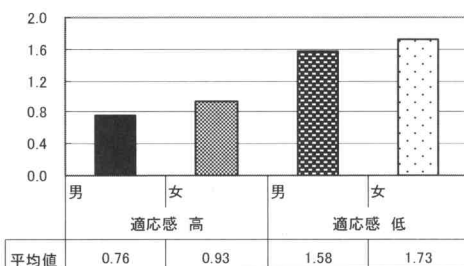


図2 性と適応感別にみた、不機嫌怒り尺度得点

(6) 風土×適応感の交互作用 (図3)

不機嫌・怒り尺度において、風土と適応感の交互作用が有意であった。適応感低群では風土の高低で差がみられず、ともに高いストレス反応を示した。このことから、部活動集団風土よりも適応感の方が部員のストレスに対してより大きな影響を与えることが示唆された。どのような風土で活動していたとしても、不適応感を抱えている部員は強い不機嫌さを感じてしまうと推察される。

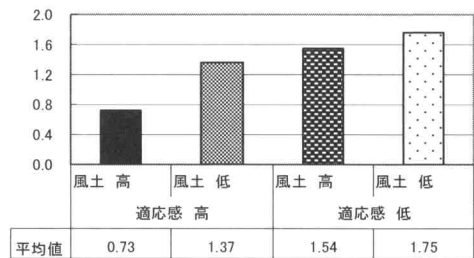


図3 風土と適応感別にみた、不機嫌怒り得点

4. まとめ

風土と適応感がストレスに与える影響については、風土、適応感ともに得点が高いとストレスを感じにくいという結果であった。さらに、風土の高低にかかわらず、適応感が低い部員は強いストレスを抱えてしまうことが示唆された。

部内にいる不適応部員の存在を見逃さずサポートし、さらに部活動の風土を良くしていくための方法を考えなければならない。生徒が自分たちで問題解決を行えるように、指導者が日ごろから指導を行うことが大切であるが、OBや保護者など、部の状況を客観的に見ることができる立場の者が、適切なサポートや指導を行っていくことも同時に求められる。特に中高生の部活動経験は、生涯スポーツへの移行においても重要な要素となると言われているため、部活動が生徒にとって有意義なものとなるよう、周りが協力して運営していくことが大切である。

5. 参考文献

- 青木邦男・松本耕二 1997 高校運動部員の部活動適応感に関連する心理社会的要因 体育学研究, 42, 215-232
- 樋口康彦 1996 スポーツ集団における組織要因とメンバーの達成動機との関連について 実験社会心理学研究 1996 36巻 1号 42-55
- 伊藤亜矢子・松井仁 2001 学級風土質問紙の作成 教育心理学研究, 49, 449-457
- 洪倉崇行・小泉昌幸 1999 高校運動部員用ストレス反応尺度の作成 スポーツ心理学研究, 26, 1, 19-28