

価値が明確な 大学生アスリートは幸せか？

○荒井弘和 法政大学
深町花子 日本スポーツ協会
榎本恭介 法政大学大学院・院



HEARSPO (アスポ)
スポーツで世界を健康に
Health, Earth, Sports

Key words: 嫌悪的な随伴性, 障害, デュアルキャリア

スポーツにおける2つの「価値」

(1) スポーツが関わる人に与える影響

(2) スポーツに取り組むアスリートが持っている価値



今日は (2) を扱います

「価値」とは何か？ (吉岡, 2006を一部改変)

- 価値 = 個人に人生の全般的な目標を提供し、その目標に向けた**一貫性のある行動を導くルール**
- 第2期スポーツ基本計画 (2017) の基本方針
「**スポーツの価値**」という語が含まれている
- オリンピック精神の中心的な価値 (IOC)
「卓越」「友情」「敬意／尊重」
- ▼ パラリンピックの価値 (IPC)
「**勇気**」「**決断**」「**平等**」「**鼓舞**」



しかし、アスリートは、多様な価値を持っているはず
社会は変化している...過去を参照するだけでは不十分
現代のアスリートが持つ価値を把握するべき

アスリートの価値の多様性

- 2020東京大会では...

スポーツの数ある価値の中で

「**勝利**」という価値が強調されすぎてしまう？

- 勝利は最も重要な価値の一つ

しかし、**全てに優先される価値とは限らない**

- 痛恨事 (円谷幸吉さん) を繰り返してはならない

スポーツの多様な価値を許容する

雰囲気醸成することが必要

「**勝ちも大事、価値も大事**」 (金澤, 2018)



大学生アスリートの「価値の明確化」支援

- **大学生アスリート**自身が考える価値
青年期は価値が揺らぐ時期
入学後に**成人**になることで責任も増す
自律的にスポーツに関わる者も多い
- 「スポーツを通じた大学の資金調達力向上」
「大学スポーツの産業化」 「**UNIVAS**創設」
勝利や金銭を追求するアスリートが増える？



「アスリート自身が**自らの価値を明確化**する」
そして、オリンピック精神にとどまらず、
新たなスポーツの価値を生み出す

積極的に、価値に迫る

- **アクセプタンス&コミットメント・セラピー**
ACTは第3世代の認知行動療法と呼ばれる
6つのコア・プロセスの1つに **価値の明確化**
- 価値の明確化とは...
生きてゆく「方向」や「ぶれない中心」を
言語化すること (熊野, 2018)

大学生アスリートを対象に、**価値に関連する要因**と
主観的幸福度・協調的幸福感との関連を検討する

対象者・調査方法・調査内容

- 対象者は、4年制大学の1—4年生の**大学生アスリート**
- 調査時期は、2018年6—10月
集合調査法、もしくは、縁故法によって質問紙の配布・回収
- 調査内容
 - (1) 人口統計学的データ
 - (2) **主観的幸福度** (内閣府, 2012)
 - (3) **協調的幸福感** (Hitokoto and Uchida, 2014)
対人関係の調和に関連する幸福感を測定
他者との協調性と他者の幸福・人並み感・平穏な感情状態
...に焦点を置く



価値に関連する調査内容 1) PVQ -II (土井ほか, 2014)

1) Personal Values Questionnaire-II : **価値と価値に沿った行動**を測定する尺度

「**価値の選択**」因子 : 価値の方向を決め選択する状態を測定

項目例 : この価値はあなたにとってどのくらい大切ですか

「**嫌悪的な随伴性**」因子 : 嫌悪的な随伴性 (負の強化や罰を含む) によって価値が動機づけられているか測定

項目例 : この価値が自分にとって大切でないと考えたら、周りの人は落胆すると思うから

この価値が自分にとって大切でなかったとしたら、私は罪悪感を抱いたり、恥を感じるから

「**価値に沿った行動**」因子 : 価値に沿って行動する状態を測定

項目例 : 生活の中でこの価値に対してどれくらいコミットしていますか



価値に関連する調査内容 2) VCQ (齋藤ほか, 2017)

2) 価値の明確化尺度：価値とコミットされた行為を測定する尺度



「動機づけ」因子：価値に沿った行動への動機づけを測定

項目例：この価値に向かって行動することは、自分の人生に意味や目的を与えてくれそうだ

「行動継続」因子：困難な場合でも価値に沿った行動が継続することを測定

項目例：この価値に向かうために、自分で始めたことに真面目に取り組んでいる

「強化の自覚」因子：価値に沿った行動に随伴する行動内在性強化の自覚を測定

項目例：この価値に向かって行動していると、以前よりも心に余裕が持てるようになった

価値に関連する調査内容 3) VQ (土井ほか, 2017)

3) Valuing Questionnaire：人生領域を包括した形式で価値に沿った生活の程度を測定する尺度

「前進」因子：個人的に重要なことを明確に自覚している程度を測定

項目例：やる気を感じていなくても、自分の目標に向かって取り組んでいる

「障害」因子：価値の軽視あるいは他の心理的体験への注目によって、望まない体験を回避し、価値から気をそらしてしまうために、価値に沿った生活がどの程度崩れているかを測定

項目例：思考、感情、記憶が邪魔をして、本当にやりたいことができないときがある

自分にとって重要であることを意識せずに、ただ「形だけやっている」ようなときがある



価値に関連する要因と主観的幸福度・協調的幸福感との関連

尺度	因子	主観的幸福度	協調的幸福感
PVQ-II	価値の選択	.302	.251
		<.001	<.001
	嫌悪的な随伴性	.034	.035
		.541	.529
	価値に沿った行動	.251	.348
		<.001	<.001
VCQ	動機づけ	.350	.241
		<.001	<.001
	行動継続	.397	.397
		<.001	<.001
	強化の自覚	.415	.400
		<.001	<.001
VQ	障害	-.052	-0.119
		0.352	0.033
	前進	.444	.461
		<.001	<.001

価値に関連する要因と主観的幸福度・協調的幸福感との関連

尺度	因子	主観的幸福度	協調的幸福感
PVQ-II	価値の選択	.302	.251
		<.001	<.001
	嫌悪的な随伴性	.034	.035
		.541	.529
	価値に沿った行動	.251	.348
		<.001	<.001
VCQ	動機づけ	.350	.241
		<.001	<.001
	行動継続	.397	.397
		<.001	<.001
	強化の自覚	.415	.400
		<.001	<.001
VQ	障害	-.052	-0.119
		0.352	0.033
	前進	.444	.461
		<.001	<.001

(1) 価値に関連する要因は、幸福と中程度に関連する

(2) 「嫌悪的な随伴性」と「障害」得点は、幸福と関連しない

「嫌悪的な随伴性」の項目例：

この価値が自分にとって大切でないと考えたら、周りの人は落胆すると思うから

「障害」の項目例：

思考、感情、記憶が邪魔をして、本当にやりたいことができないときがある

今後の展望／謝辞

●今後の展望

- (1) アスリートが自分の価値に気づき、価値が明確になることで、**価値にコミットした行動**を増やせるような支援が期待される
- (2) 価値に関連する要因と、幸福感との関係性の中に存在する、**媒介変数や介在変数**は何か？

●謝辞

本研究は、科学研究費補助金 基盤研究 (C)「大学生アスリートの価値の明確化を促す心理サポートプログラムの開発」から援助を受けました。関係各位に感謝申し上げます。また、調査実施にご協力くださった小林未希代先生 (大阪大谷大学)・内田遼介先生 (流通科学大学) に厚く御礼申し上げます。

