

# 競技スポーツにおける目標志向と

## 自己能力認知との相互関係

— 練習意欲、内発的動機づけ、競技不安との関連から —

杉 浦 健

### 問 題

スポーツに参加するとき、人はそれぞれ自分なりの目標を持ち、それを成し遂げたいと思っているだろう。ある人は少しでもテニスがうまくなりたいと思い、またある人は競技会で良い成績を上げたいと思っているだろう。Deci (1975) の内発的動機づけ理論によると、人は自分が有能であることを確認できるような行動を行うという。スポーツに参加している者も、それぞれ自分が有能であることを確認できるような目標を持ち、その目標を達成するために行動を行っていると思われる。

近年の達成動機づけ研究は、様々な達成目標を比較する事によって、その違いが感情や認知、動機づけに異なった影響を与えることを明らかにしてきた。これまでの研究で、達成目標は自我関与的 (ego-involved) と課題関与的 (task-involved) (Jagacinski & Nicholls, 1984; Nicholls, 1979)、成績志向 (performance oriented) と学習志向 (learning oriented) (Dweck, 1986)、能力重視 (ability focused) と習得重視 (mastery focused) (Ames & Ames, 1984) など、大きく2つに分かれることが明らかになっている。Ames & Archer (1988) は、これらの達成目標がその概念的類似性から、成績目標 (performance goals) と習得目標 (mastery goals) の2つの目標志向 (goal orientations) に収束すると述べた。成績目標を志向する者は自分の能力を評価することに関心を持ち、成功によって他の人よりも秀でることを目標とする。それに対して、習得目標を持つ者は自分の技能や能力を向上させることを重要視し、努力し向上すること自体を目標とする。

これまで学習場面における研究では、成績目標が挑戦や努力の回避、否定的感情の表明、無力感など不適応的な動機づけパターンをもたらすのに対して、習得目標は挑戦に対する高い意欲や努力に対する肯定的な感情、失敗に直面したときの高い耐性など適応的な動機づけを促進

することが明らかになっている (Dweck, 1986)。

また本研究で問題とするスポーツ場面においても、これまでいくつかの研究が行われてきた。例えば Duda (1989) は、スポーツ参加者、不参加者、及びスポーツからドロップアウトした者を対象にいくつかのスポーツでの達成場面をシナリオで提示し、それについてどう考えるかを調べ (注1)、スポーツ不参加者、ドロップアウト者が習得目標を重視していないことを明らかにした。Lochbaum & Roberts (1993) は、習得目標が自発的な練習態度や競技に対する満足度と正の相関をする事、それに対して成績目標は練習の回避につながる事を明らかにした。しかしながら、スポーツ場面においては、習得目標が適応的な動機づけを、成績目標が不適応的な動機づけをもたらすという結果が常に得られてきたわけではない。例えば、前述の Lochbaum & Roberts (1993) では、成績目標が競技に対する満足度と正の相関をする事が明らかになっているし、White & Duda (1993) も、高いレベルの競技選手は他の選手に比べて成績目標の得点が高いことを報告した。また Duda & Nicholls (1992) は、学業場面とスポーツ場面における目標志向の一貫性についての調査を行い、学業場面においては内発的な満足が習得目標によって規定されるのに対して、スポーツ場面においては、習得目標よりもむしろ他者と比べて自分に能力が有るかどうかの認知 (自己能力認知, perceived ability) が内発的な満足を左右することを明らかにした。

これらの研究から考えると、スポーツ場面においては、動機づけに対して目標志向の与える影響が一貫していないようであって、特に成績目標については、学業場面でのようなネガティブな影響を必ずしも与えていないように思われる。スポーツ場面、特に競技スポーツ場面においては、他者と競争して勝つことを目指すことはそもそも本来的な目的と考えられ、他者との比較によって自分の能力を評価しようとする成績目標は必ずしも不適応的な動機づけをもたらすとは限らないと言える。これに関連して Harackiewicz & Elliot (1993) は、成績目標はいつでも不適応的な動機づけパターンをもたらすわけではなく、自己能力認知が高い場合には成績目標はむしろ内発的動機づけを増加させることを明らかにした。このことは、成績目標の影響が自己能力認知によって大きく異なってくることを示唆している。しかしながら、これまでのスポーツ場面における目標志向の研究において、そのような自己能力認知と目標志向との相互作用について扱った研究は見られなかった。

本研究の目的は、競技スポーツ場面における目標志向が動機づけに与える影響を自己能力認知との関係から明らかにすることである。そのために本研究では、スポーツ場面における目標志向尺度を作成し、自己能力認知の違いによって目標志向が様々な側面から見た動機づけ (内

発的動機づけや練習意欲、競技不安など)にどのような影響を与えるのかを調べる。仮説として、自分に能力が無いと感じている者で成績目標を持つ場合には、練習意欲が低い、競技不安が高いなどの不適応的な動機づけパターンが見られるのに対して、自分に能力があると認知している者で成績目標を持つ場合には、むしろ高い練習意欲と低い競技不安が見られるのではないかと考えられた。また習得志向が高い場合には、能力認知の高低に関わらず、高い練習意欲や低い競技不安が見られるのではないかと思われた。

## 方 法

### 被調査者

9つの国立、私立大学の陸上競技部に所属する選手346名(男子301名、女子45名)であった。調査質問紙はマネージャーを通して配布、回収してもらった。

### 調査内容

1. **プロフィール** 性別、年齢、経験年数、種目、自己記録、これまでに出場した最もレベルの高い大会などに答えてもらった。
2. **自己能力認知** 被調査者が自分の能力をどのように認知しているのかを調べた。質問は1項目で、「自分と同じ種目を行っている人と比べて自分に能力がどのくらいあるか」を「非常に能力がある」から「全く能力が無い」までの7段階で評定してもらった。他者との比較による能力評価を指定したのは、能力を評価する際には過去の自己と参照する方法と他者と比較する方法があり、成人では一般的に自己の能力を評価するときには他者比較を使用する(Jagacinski & Nicholls, 1984)ためである。
3. **スポーツにおける目標志向尺度** Duda & Nicholls (1992)、Treasure & Roberts (1994)などを基に、成績目標と思われる7項目と習得目標と思われる7項目を作成した。質問はDuda & Nicholls (1992)、Treasure & Roberts (1994)と同様、「私が最も成功したと感じるのは…した時だ」という形式をとった。
4. **内発的動機づけ** 筒井(1986)が作成した競技に対する内発的動機づけを形容詞対で測定する尺度を使用した。具体的には、(自分の競技生活が)「恥ずかしい-誇らしい」、「満足だ-不満だ」、「つまらない-おもしろい」、「楽しい-楽しくない」(今後、競技を)「続けたい-続けたくない」の5項目であった。
5. **練習意欲自己評定** 練習意欲を形容詞対で自己評定してもらった。形容詞対は、例えば、

(練習に対して)「意欲がある－意欲がない」「積極性がある－積極性がない」「意志が強い－意志が弱い」などで、川瀬(1991)の「やる気のある子」の行動特徴についての調査などを参考に13項目を作成した。

6. 競技不安 目標志向と競技不安との関係を調べるため、TSMI (Taikyo Sport Motivation Inventory) (松田他, 1981)の下位尺度である「失敗不安(7項目)」「緊張性不安(7項目)」を実施した。失敗に対する不安は不適応的動機づけパターンの一つとされ、Ames & Archer (1988)やDweck (1986)は、成績目標が失敗に対する不安を引き起こす可能性があることを示唆している。

調査3から6はすべて「かなりあてはまる」から「ほとんどあてはまらない」までの5段階評定で行った。内発的動機づけ、TSMIについては本来4段階評定であったが、被調査者の混乱を避けるため、本研究では5段階評定に統一した。

## 結果と考察

### 因子分析の結果

目標志向尺度について 主因子法、バリマックス回転による因子分析の結果、2因子が抽出された。因子負荷量、40以上の項目をそれぞれの因子項目として採用した。第1因子は成績目標として作成した7項目に因子負荷が高く、成績目標と命名した。第2因子は習得目標を表す7項目に因子負荷が高く、習得目標と命名した (Table 1)。クロンバックの $\alpha$ 係数は成績目標が $\alpha = .88$ 、習得目標が $\alpha = .82$ であった。

これらの結果は、目標志向が成績目標と習得目標に大きく分けられるとしたAmes & Archer (1988)の主張と一致しており、またそれぞれの尺度も十分な信頼性を有していることから、本尺度はスポーツにおける目標志向尺度として使用できるであろうと思われた。なお、成績目標と習得目標の尺度得点の相関は $r = .21$  ( $P < .01$ )であった。

内発的動機づけについて 因子分析の結果、1因子が得られた。しかし「続けたい－続けたくない」については、共通性が低く ( $= .17$ )、また他の項目が競技に対する今現在の感情を表しているのに対して、「続けたい－続けたくない」については未来の競技の継続の意志を示しており、概念的に異なると思われたため、この項目を「(競技)継続意志」、他の4項目を「内発的動機づけ」と命名した。内発的動機づけの $\alpha$ 係数は $\alpha = .76$ であった。

練習意欲について バリマックス回転での因子分析の結果、因子負荷量の独立性が低かったた

Table 1 スポーツにおける目標志向尺度因子分析結果

(私が最も成功したと感じるのは)			
第1因子 成績目標 ( $\alpha = .88$ )	I	II	説明率
他の人よりも優れた能力を持てた時だ	0.67	0.15	0.47
他の人ができないことができた時だ	0.52	0.26	0.34
他の人より高い順位を取った時だ	0.80	0.06	0.64
一番になった時だ	0.68	0.04	0.47
ライバルよりもうまくできた時だ	0.79	0.19	0.65
他の人を負かした時だ	0.83	0.01	0.70
他の人よりも良い成績を上げた時だ	0.79	0.01	0.62
第2因子 習得目標 ( $\alpha = .82$ )			
困難を克服した時だ	0.18	0.66	0.47
技能や能力が向上した時だ	0.13	0.62	0.41
一生懸命練習が続けられた時だ	-0.05	0.49	0.25
自分の弱点を克服した時だ	0.04	0.72	0.52
新しい技能のこつをつかんだ時だ	0.00	0.63	0.39
前よりも高いレベルの能力を持てた時だ	0.25	0.59	0.41
今までできなかったことができるようになった時だ	0.15	0.77	0.62
固有値	3.90	3.06	6.96
寄与率	0.36	0.21	0.57

め、プロマックス回転を行い、解釈可能性の高い2因子解、因子負荷量.40以上の項目を採用した。第1因子は「意欲がある－意欲がない」、「やる気がある－やる気がない」など、文字どおりやる気や意欲を表す5項目に因子負荷が高く、「練習意欲」と命名した。 $\alpha$ 係数は、 $\alpha = .90$ であった。第2因子は「根気がある－根気がない」、「ムラがある－ムラがない（逆転項目）」など、練習をコンスタントに続けられることを表す7項目に因子負荷が高く、「練習に対する根気（以下、練習根気と略す）」と命名した（Table 2）。 $\alpha$ 係数は $\alpha = .85$ であった。

以上の各尺度及び自己能力認知について、項目の得点を合計することによって尺度得点を算出した。また失敗不安、緊張性不安についても合計点を算出し、尺度得点とした（Table 3）。各尺度は得点が高いほどその尺度の表す傾向が高いことを示している。なお、以下内発的動機づけ、練習意欲、競技不安をあわせて述べるときには、競技に対する動機づけ（以下「動機づけ」と略す）という語を使用する。

#### 目標志向が動機づけに与える影響

まず、成績目標、習得目標がそれぞれ動機づけ得点にどのような影響を及ぼしているのかを見るため、成績目標、習得目標を説明変数とし、それぞれの動機づけ尺度を目的変数とした重

Table 2 練習意欲自己評定因子分析結果

(私は練習に対して)			
第1因子 練習意欲 ( $\alpha = .90$ )	I	II	共通性
意欲がある－意欲が無い	0.90	-0.13	0.68
やる気がある－やる気がない	0.82	-0.05	0.63
積極性がある－積極性がない	0.71	0.13	0.63
ファイトがある－ファイトがない	0.58	0.16	0.49
自主性がある－自主性がない	0.53	0.20	0.44
第2因子 練習根気 ( $\alpha = .85$ )			
意志が強い－意志が弱い	0.31	0.53	0.59
辛抱強い－辛抱ができない	0.20	0.53	0.45
根気強い－根気がない	0.36	0.49	0.58
計画的だ－計画的でない	0.23	0.45	0.39
ルーズである－ルーズでない(*)	0.04	-0.65	0.39
むらがある－むらがない(*)	0.09	-0.68	0.39
いい加減だ－いい加減でない(*)	-0.04	-0.70	0.53
固有値	6.41	1.27	7.68
寄与率	0.46	0.09	0.55

(\*) 逆転項目

Table 3 各尺度の平均と標準偏差

	M	SD	得点範囲
年齢	20.23	1.43	
経験年数	6.27	2.65	
能力認知	3.54	1.28	(1-7)
成績目標	26.20	5.53	(7-35)
習得目標	28.93	4.03	(7-35)
内発的動機づけ	15.01	3.12	(4-20)
継続意志	4.06	1.01	(1-5)
練習意志	17.90	3.88	(5-25)
練習根気	21.06	5.29	(7-35)
失敗不安	19.69	6.29	(7-35)
緊張性不安	18.81	5.39	(7-35)

回帰分析を行った。その結果、習得目標は内発的動機づけ、継続意志、練習意欲、練習根気、失敗不安、緊張性不安に対して正の因果関係を示した。成績目標については、内発的動機づけと負の因果関係、失敗不安と正の因果関係の傾向を示した (Table 4)。

次に、目標志向が動機づけに与える影響が成績目標、習得目標それぞれの強度の組み合わせ

Table 4 目標志向を説明変数とした重回帰分析

	成績目標	習得目標	F 値
内発的動機づけ	-0.05.	0.16**	7.87**
継続意志	0	0.04**	4.79**
練習意欲	0.04	0.27**	16.70**
練習根気	0.05	0.27**	8.79**
失敗不安	0.11.	0.18*	4.84*
緊張性不安	0.04	0.18*	3.79*

+ P < .10 \* P < .05 \*\* P < .01

に左右される（渡辺，1990）ことを考慮に入れ、両尺度の得点の高低によって被調査者を4群に分け、動機づけ得点の比較を行った。成績目標、習得目標についてそれぞれ中央値を算出し（成績目標27点、習得目標29点）、両尺度とも中央値よりも高い者をPM群（Performance Mastery群）、成績目標が低く習得目標が高い者をpM群、成績目標が高く習得目標が低い群をPm群、両尺度ともに低い群をpm群とした。各群の平均値と一要因独立の分散分析及びチューキー法による多重比較の結果をTable 5に示した。

Table 5 目標志向の違いによる動機づけの比較

	PM(n=100)	pM(n=58)	Pm(n=57)	pm(n=88)	F値(3,299)	多重比較
内発的動機づけ	15.49	15.84	13.82	14.56	5.56**	PM, pM > Pm
継続意志	4.29	4.10	3.77	3.89	4.22**	PM > Pm, pm
練習意欲	19.07	18.33	17.21	16.66	7.02**	PM > Pm, pm
練習根気	22.26	21.31	20.07	19.93	3.83*	PM > pm
失敗不安	20.64	19.47	19.26	19.36	0.95	
緊張性不安	19.67	18.84	18.18	18.41	1.28	

\* P < .05 \*\* P < .01

これらの結果を見ると、成績目標、習得目標とも高いPM群が、習得目標の低いPm群やpm群に対して、継続意志や練習意欲が高い。また、成績目標が低く習得目標が高いpM群も、習得目標の低い群に対して内発的動機づけが高く、習得目標が動機づけを高める傾向が見て取れる。

これらの結果は、これまでの研究（Duda, 1989 ; Lochbaum & Roberts, 1993）と同様、習得目標が適応的な動機づけのために重要な役割を担っていることを示唆している。勝つことを目指す競技スポーツにおいても、内発的動機づけや継続意志を保つためには、社会的な成功や勝利とは別に、個人の能力や技能の向上に対して成功感を感じる必要があるであろう。

また、練習意欲や練習に対する根気が勝つための必要条件であるという常識的な考え方からすれば、社会的な成功や勝利のためにも、習得目標は必要だといえるだろう。

ただし、競技不安に関しては、習得目標が不適応的な動機づけである失敗不安や緊張性不安を高めるという重回帰分析の結果が見られた。だが、分析を進めたところ、この結果は主に能力を低く認知している群に特徴的であることが明らかになった。すなわち、自己能力認知について中央値を算出し(中央値=4)、評定値が中央値より低い群を能力認知低群、高い群を能力認知高群とし、それぞれ習得目標と競技不安との相関を見たところ、能力認知高群(n=94)では、習得目標と失敗不安、緊張性不安とに相関がなかったのに対して、能力認知低群(n=174)では、習得目標と失敗不安とに $r = .17$  ( $P < .05$ )、緊張性不安とに $r = .22$  ( $P < .01$ )の相関が見られたのである。また、能力認知低群では同時に成績目標と失敗不安とに $r = .19$  ( $P < .05$ )、緊張性不安とに $r = .15$  ( $P < .05$ )の相関も見られた。

興味深いことに、能力認知高群においては、競技不安は練習意欲と負の相関関係にあり、練習意欲と失敗不安、練習意欲と緊張性不安との間にともに $r = -.21$  ( $P < .05$ )の相関が、練習根気と失敗不安、練習根気と緊張性不安との間にやはりともに $r = -.24$  ( $P < .01$ )の相関があった(能力認知低群では、それらの相関は見られなかった)。

これらのことから、自己の能力を高いと認知している者と低いと認知している者とは、競技不安の起こる原因が異なっていることが示唆される。能力を低く認知している者は、成績目標、習得目標どちらを持つに関わらず、達成動機が高い方が競技不安が高まるように思われる。これに対して、能力を高く認知している者は、練習意欲が低いために、能力にみあった結果が得られないかもしれないという気持ちを持ち競技不安を感じているのではないか。このように、能力認知の違いによって競技不安の原因が異なるということは非常に興味深い結果である。今後、研究を進めることによって競技不安の解消や予防に役立つのではないかとと思われる。

さて、次に成績目標についてであるが、重回帰分析の結果、成績目標は動機づけ得点をほとんど説明せず、わずかに内発的動機づけを低める、失敗不安を高めるなどの傾向が見られただけであった。また、目標志向の違いによる群間差の分析でも、成績目標の異なる群間の動機づけ得点に有意差は見られなかった。このことは、競技スポーツ場面においては成績目標の動機づけに対する影響力がそれほど大きくないことを示唆する。

これまで学業場面の研究においては、競争場面におかれ、成績目標を強く意識している子どもは、失敗不安の増加や内発的動機づけの減少、失敗の能力帰属などの不適応的動機づけを示した(Dweck, 1986)。だが、スポーツ場面での研究では、本研究と同様、成績目標が動機づ



けに与える影響はそれほど明確ではなかった（例えば、Lochbaum & Roberts, 1993 ; White & Duda, 1993）。競技スポーツは、本来的に勝つことを目標にしていると言ってよく、競技スポーツに参加している者は、そのような競争的な文脈を受け入れ、適応しているために、成績目標のネガティブな影響をあまり受けないのではないだろうか。むしろ本研究では、成績目標、習得目標とも高い者（PM 群）の動機づけ得点が最も高く、習得目標が高い時にはむしろ成績目標は動機づけに対してポジティブに働くようであった。ただし、このような結果は本研究の被験者が大学生であったことが影響しているかもしれない。彼らは平均で6.27年の競技経験があり、それだけの期間競技スポーツを継続してきたことによって、競技スポーツに内在する成績目標的な状況により適応していたのかもしれない。

しかしながら、そのように適応的でいられるのも、自分が成績目標を満足させられるような可能性がある場合に限られるかもしれない。つまり、自分に他者に勝つための能力が無いと認知している場合には、成績目標は動機づけに対してネガティブな影響を与えるかもしれないということである。そこで、次に自己能力認知の高低によって、成績目標や習得目標がどのような影響を与えているのかについて分析を行った。

#### 能力認知と目標志向との相互作用

自分に能力があると認知している者と能力が無いと認知している者とで、成績目標の動機づけに与える影響が異なるかどうかを見るため、中央値を基準に能力認知高低と成績目標高低で4群に分け、動機づけ得点の比較を行った。能力認知はA（Ability）で表し、能力認知が高く成績目標も高い群をAP群、能力認知が低く成績目標が高い群をaP群、能力認知が高く成績目標の低い群をAp群、能力認知も成績目標も低い群をap群とした。各群の平均と分散分析、多重比較の結果をTable 6に示した。

Table 6 能力認知と成績目標の相互作用

	AP(n=55)	aP(n=75)	Ap(n=32)	ap(n=95)	F値(3,253)	多重比較
内発的動機づけ	16.24	14.28	16.09	14.73	5.45**	AP>aP, ap ; Ap>aP
継続意志	4.00	4.21	4.13	4.03	0.64	
練習意欲	20.05	17.60	18.94	16.91	9.07**	AP>aP, ap ; Ap>ap
練習根気	23.15	20.43	22.91	20.15	5.48**	AP>aP, ap
失敗不安	19.07	20.63	18.69	19.63	1.00	
緊張性不安	17.33	20.56	16.56	19.44	6.37**	aP>AP, Ap ; ap>Ap

\*\* P < .01

Table 6 を見ると、能力認知の高い AP 群や Ap 群が、能力認知の低い aP 群や ap 群に比べて内発的動機づけや練習意欲、練習根気が高く、また緊張性不安が低いなど、能力認知の高い者が適応的な動機づけを持っていることを示している。この結果は、スポーツにおいて自己能力認知が動機づけに対して強い影響力をもつとした Duda & Nicholls (1992) の結果と一致する。これに対して、成績目標は能力を低く認知している場合でも不適応的な動機づけをもたらすとは言えず、能力を高く認知している場合にはむしろ適応的な動機づけをもたらすようであった。競技スポーツにおいては、自分に他者と比べて能力が無いと考えることが直接動機づけに対してネガティブな影響を与えるのであり、その影響は成績目標が高かろうと低かろうとそれほど変わらないと思われる。

だが、それでは自分に他者と比べて能力があると思わなければ、動機づけは高まらないのであろうか。実際に能力が低い者は、動機づけを高めることはできないのであろうか。もちろんそうではない。Table 7 には、能力認知高低×習得目標高低の4群の動機づけ得点の比較を行った結果が示されている。やはり中央値を基準に、能力認知が高く習得目標も高い群が AM 群、能力認知が低く習得目標が高い群が aM 群、能力認知が高く習得目標の低い群が Am 群、能力認知も習得目標も低い群が am 群である。

Table 7 能力認知と習得目標の相互作用

	AM(n=40)	aM(n=80)	Am(n=47)	am(n=63)	F値(3,236)	多重比較
内発的動機づけ	16.60	15.36	15.57	13.30	10.58**	AM, aM, Am > am
継続意志	4.08	4.38	4.04	3.70	5.96**	aM > am
練習意欲	20.70	18.18	18.83	15.83	15.08**	AM > aM ; AM, aM, Am > am
練習根気	25.30	20.93	21.26	19.17	12.04**	AM > aM, Am, am
失敗不安	18.90	20.79	19.38	19.21	1.29	
緊張性不安	17.08	20.81	17.00	19.37	7.58**	aM, am > AM

\*\*P < .01

これを見ると、能力は低いと認知しているけれども習得目標が高い者 (aM 群) は、能力認知も習得目標も低い者 (am 群) に比べて内発的興味や継続意志、練習やる気や練習根気が高く、能力認知が高く習得目標の低い者 (Am 群) と比べても、緊張性不安を除いてほぼ同様の動機づけレベルにあった。このことは、習得目標の高さはいわば低い能力認知を補償して動機づけを高める働きがあることを示している。すなわち、たとえ能力レベルが低くとも、個人の能力や技能の向上を目標にする事で十分な動機づけレベルが保てるということである。

このような習得目標が持つ能力に対する補償作用は、競技スポーツを続けていくにあたって、ある意味では能力以上に重要な働きを持っていると思われる。なぜなら、本当の意味で他者より優れることができるのはごく一握りの者だけであり、残りの多くの者は、他者との比較による能力評価によっては十分な動機づけを得ることができないからである。また、たとえ他者より高い能力を持てたとしても、その状態がずっと続くとは限らず、自分よりも優れた者が現れた場合やスランプやケガなどによる成績の低下によって、能力の動機づけに与える効果は容易に失われてしまうからである。それに対して、習得目標は、能力認知のように他者の存在やスランプやケガなどの不確定要素によって左右されず、コンスタントに動機づけに対してポジティブな効果を与え続けることができるのである。その意味で、習得目標は能力が高い者にとっても、能力が低い者にとっても、また、勝利を目指す者にとっても、参加することに意義を感じる者にも、必要不可欠な目標であるといえるのではないだろうか。

#### まとめと今後の課題

本研究は、競技スポーツにおいて、目標志向が動機づけに対してどのような影響を持っているかを、自己能力認知との関連から明らかにすることを目的に行われた。その結果、他者と比べて能力が高いと認知することは、動機づけに対してポジティブな影響を強く与えているが、たとえ能力が低いと認知していても、習得目標が高いことによって適正な動機づけが保たれることが明らかになった。また、成績目標はそれほど不適応的な動機づけをもたらさないことが明らかになった。しかしながら、これらの結果についての一般化には幾分か注意が必要であると思われる。本研究の被験者は比較的競技経験の長い大学生であって、競技経験の少ない中学生や高校生においては、成績目標は不適応的な動機づけにより強い影響を与えるかもしれない。また、陸上競技の様な個人スポーツとチームスポーツとでは、目標志向の持つ影響が異なってくるかもしれない。例えば、チームスポーツにおいては、能力が低い者は試合に参加できないわけで、個人の向上を目指す習得目標の効果が薄れてしまうかもしれない。今後、多くの年齢、多くの種目にわたる調査を行うことが必要であろう。

ともあれ、本研究においては、先行研究と同様、習得目標が適応的な動機づけに与える影響が大であった。今後の研究をより発展的なものにするためには、どのような要因が習得目標の重視をもたらすのかについての研究を進めることが必要であると思われる。

#### (注1)

例えば、「ある選手が自らの興味に従い、ある技能を身につけようと努力しています。今日、彼（彼

女)はその技をうまくやり遂げました。」というシナリオに対して、自分がそのような選手になりたいかどうかを9段階で答えてもらった。

## 文 献

- Ames, C. & Ames, R. (1984) Competitive versus individualistic goal structures: The salience of past performance information for causal attributions and affect. *Journal of Educational Psychology*, **73**, 411-418.
- Ames, C & Archer, J. (1988) Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, **80**, 260-267.
- Deci, E. L. (1975) Intrinsic motivation. Plenum Press, New York. (デシ: 安藤延男・石田梅男訳 (1980) 内発的動機づけ。誠信書房: 東京、p. 64-65.)
- Duda, J. L. (1989) Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology*, **20**, 42-56, 1989.
- Duda, J. L. & Nicholls, J. G. (1992) Dimensions of Achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, **84**, 290-299.
- Dweck, C. S. (1986) Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, **41**, 1040-1048.
- Harackiewicz, J. M. & Elliot, A. J. (1993) Achievement goals and intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**, 904-915.
- Jagacinski, C. M. & Nicholls, J. G. (1984) Conceptions of ability and related affects in task involvement and ego involvement. *Journal of Educational Psychology*, **76**, 909-919.
- 川瀬良美 (1991) 教師が認知した 'やる気のある子' の行動の特徴 日本教育心理学会第33回総会発表論文集、383-384。
- Lochbaum, M. R. & Roberts, G. C. (1993) Goal orientations and perceptions of the sport experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **15**, 160-171.
- 松田岩男・猪俣公宏・落合優・加賀秀夫・下山剛・杉原隆・藤田厚・伊藤静夫 (1981) スポーツ選手の心理的適性に関する研究—第3報—。昭和56年度日本体育協会スポーツ科学研究報告。
- Nicholls, J, G. (1979) Quality and equality in intellectual development: the role of motivation in education. *American Psychologist*, **34**, 1071-1084.
- Treasure, D. C. & Roberts, G. C. (1994) Cognitive and affective concomitants of task and ego

goal orientations during the middle school years. *Journal of Sport and Exercise Psychology*,  
16, 15-28.

筒井清次郎（1986）陸上競技選手の記録の変化と学習性無力感との関係。愛知教育大学体育研究紀要、  
11、41-45。

渡辺弥生（1990）クラスの学習目標の認知が生徒の学業達成におよぼす影響について。教育心理学研究、  
38、198-204。

White, S. A. & Duda, J. L. (1993) The relationship of gender level of sport involvement, and  
participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport  
Psychology*, 25, 4-18.

（平成9年4月30日受理）