様式Ｃ-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成 22 年 5 月 31 日現在

研究種目：基盤研究（C）
研究期間：2006～2009
課題番号：１８５００４６９
研究課題名（和文）　身体に関する自己概念の発達

研究課題名（英文）　Development of Physical Self-Concept

研究代表者
蓑内　豊（MINOUCHI YUTAKA）
北星学園大学・文学部・教授
研究者番号：50239331

研究成果の概要（和文）：
自尊感情や身体的自己概念が発達・変化する過程を明らかにすることを目的として，多面的階層性モデルに基づいた一連の調査・研究を行った。子ども，大学生，高齢者を対象として，キャンプや通学合宿，スポーツ体験と自尊感情・身体的自己概念の関係を調べた。その結果，身体的自己概念を想定することで，体力と自尊感情の関係性を説明できることがわかった。自尊感情や自己概念の変容につなげるには，自分自身の変化や成長を気づくことが重要であることが示唆された。また，トップダウン型とボトムアップ型のモデルを想定し，両方のモデルとも有効であることがわかった。

研究成果の概要（英文）：
A series of research based on the multi-dimensional hierarchical model was conducted to clarify the changing process of physical self-concept and self-esteem. As a result, it is understood to be able to explain the relationship between physical fitness and the self-esteem by assuming physical self-concepts between them. It is also suggested that it is important to notice own changes or growth to link to the changes of self-concepts and self-esteem. Moreover, the top-down type model and the bottom-up type model are assumed, and it is clarified that both models hypothesized are effective.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2006 年度	500,000	0	500,000
2007 年度	500,000	150,000	650,000
2008 年度	500,000	150,000	650,000
2009 年度	600,000	180,000	780,000
年度			
総　計	2,100,000	480,000	2,580,000

研究分野：　スポーツ心理学
科研費の分科・細目：　健康・スポーツ科学・身体教育学
キーワード：　身体的自己概念，多面的階層性モデル，自尊感情，変化

様式Ｃ-19

科学研究費補助金研究成果報告書

１．研究開始当初の背景

近年，いじめ，虐待，引きこもりなどが社会的な問題として注目されている。これらはいずれも，人間関係の不全，コミュニケーション能力の不足，心身のアンバランスな発達などに由来するものと思われる。この心身の適切な発達には，その成長過程において，多様な，そして，適切な実体験（体験学習）を経験することが大切と考えられる。

そこで本研究では，こころの健全な発達を促す身体活動（体験活動やスポーツ活動）の意義やあり方について，自尊感情や自己概念（主に身体的自己概念）の観点からとらえることを目的とする。具体的には，自尊感情や自己概念の発達・変化において，どのようなメカニズムで身体に関する自己概念影響するのか，そして，どのような身体活動や体験が自尊感情・自己概念の変容のメカニズムに影響するするのかについて考察する。

２．研究の目的

本研究では，自尊感情とそれを構成する自己概念の中から，特に，身体的自己概念に焦点を当てて，両者の関係性から自尊感情の変化をとらえたい。これまでの先行研究から，総括的な自己概念や自尊感情の形成にとって，身体的自己概念が主要な役割を演じることが示されてきた。この身体的自己概念と自尊感情の関係は，自尊感情を頂点として，その下に身体的自己概念が存在するという自己概念の多面的階層性モデルを用いることが主流になってきた。しかしながら，このモデルの構造や中身は研究者や研究対象によって若干異なっており，さらなる検討が求められている。

身体的自己概念と自尊感情との関係性をみる研究的手法としては，その多面的階層性の構造をとらえるために，多くは重回帰分析が用いられてきた。しかし，近年の統計ツールの改良から，共分散構造分析を用いたモデルの検証も行われるようになってきた。このような研究環境の変化は，より多量な変数を同時に扱うことを可能とし，より多面的な角度から自己概念，自尊感情の変化をとらえることが可能になってきた。

また，従来の研究では横断的な調査研究が多く，身体的自己概念の観点から，実際に何かを働きかけた変化をとらえた介入研究や長期的な銃弾研究は数少ないのが現状である。

このような研究目的や問題を解決するために，以下のような研究課題を設定した。

（1）　縦断的な研究：　自尊感情や自己概念の発達・変化をとらえるために，同じ対象者の変化を追跡する縦断的な研究手法を用いる。キャンプ体験やスポーツ活動を通した変化をとらえてみる。

（2）　尺度の整理と作成：　これまでに行ってきた研究成果より，身体的自己概念尺度（15 項目），改正版身体的自己概念尺度（21 項目），運動・スポーツに対する自己効力感尺度（11 項目），運動・スポーツへの重要性尺度（5 項目）を作成してきた。また，自尊感情を測る尺度として，Rosenberg(1965)の短縮版（10 項目）を使用してきた。身体的自己概念尺度などを大学生以外にも実施し，他の年代にも適応できるかなど，測定尺度を整理する。

（3）　媒介変数の整理：　自尊感情や身体的自己概念の変容に影響する要因について，整理し検討する。これには様々な年齢や職業の人を対象に，アンケートの実施とインタビューを実施する。

（4）　モデルの構築：　欧米の研究で示されたモデルや，私の従来の研究成果から導かれたモデルは存在するが，これらのモデルでは，自己概念の変容過程を十分に説明していない。また，本研究では，従来の変数に加え，新しい変数を数多く導入しようとしている。そのため，従来のモデルとは異なるモデルの構築が必要となろう。このモデルの検証では共分散構造分析を用いる予定である。

（5）　調査対象の拡充：　身体的自己概念に関連する従来の研究の多くは，そのデータの取りやすさからか，大学生を対象としたものが多かった。そのため，本研究では，より幅の広い年齢層を対象とした調査を実施し，自己概念の発達的変容についても考察する。とりわけ，子ども（小学生・中学生）や中高年のデータも集めたい。

（6）　資料収集：　自己概念の多面的階層性モデルや自尊感情を育むことをねらいとした研究は，近年，欧米を中心として，日本国内でも様々な分野で取り上げられつつある。これまでにも先行研究を精査してきたが，今一度，最新の情報を収集し，国内外の研究動向を把握する。

３．研究の方法

自尊感情と身体的自己概念の関係，および，それらが変容する過程について調査することを目的として，以下の方法にて研究を進め

ることとした。
（1）変数の整理：　身体活動と身体的自己概念や自尊感情を結ぶ媒介変数を整理する。変数には，体力，身体活動の量・質・強度・頻度，身体活動に対するコミットメント・評価，自己効力感，重大な出来事，指導者の態度，社会からの承認などが考えられる（インタビュー，アンケートによる質的検討）。

（2）モデルの構築：　上記の媒介変数を含む新しいモデルを構築し，それらの影響力や影響課程を探る（共分散構造分析，量的検討）。

（3）年代による差異の検討：　小学生・中学生～中高齢者までを対象としてデータを収集し，年代による相違を把握する（共分散構造分析，年代別モデルの構築，量的検討）。

（4）介入調査：　縦断的調査から，自己概念の発達に影響する身体活動や，自己概念の変容過程を検討する(量的検討)。さらにその中から，代表的な変容を示したものなどを抽出し（事例調査），インタビューによる調査も実施し，変容過程や影響を考察する（質的検討）。

４．研究成果

（1）　小学生を対象とした 6 泊 7 日の通学合宿を 2006 年～2009 年にかけて計 4 回実施した。この間，合宿初日，合宿最終日，合宿終了後１ヶ月に渡り身体的自己概念，自尊感情などに関する調査を実施した。対象となった人数はのべ 73 名であった。主な結果としては，身体的自己概念の下位尺度のうち「運動・スポーツ」の項目を除いて，合宿前と比べて合宿後の得点が向上していたが，変化の程度は大きなものではなかった。個別に見ると，大きく向上している者がいれば，低下している者もあり一様に変化しているわけではないことが伺えた。

（2）　子ども用（小学生・中学生）身体的自己概念尺度の作成を行った。子ども用の身体に関する自己概念尺度の質問項目は，身体全般，筋力，運動，健康，体型（各３項目：3～12 点）の計 15 項目から構成された。この尺度を夏休み長期キャンプ（20 日間）に参加した子ども 33 名，および，通学合宿に参加した子ども 63 名に対して実施した。それまで使用していた大人用の尺度では，質問の表現が難しく子どもにとって理解しづらいものであったが，子ども用尺度ではそれらが改善された。

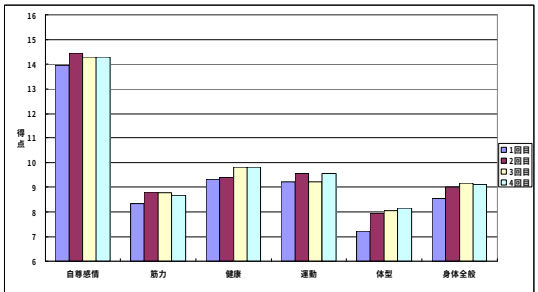

図2 自己概念の変化 全体の平均（2006）

（3）　自己概念や自尊感情が変容する過程（プロセス）や変容に影響する要因について検討した。初めて長期キャンプの指導スタッフとして活動を行った大学生 3 名（女性）を対象として，自尊感情，および，身体的自己概念を測定し，キャンプ前・中・後でどのようにこれらが変化をするのかについてとらえることを試みた。その結果，キャンプでの指導経験は次のような過程を経て自尊感情や自己概念の変容に影響することが考えられた。「ストレス状況への直面」→「ストレス状況への働きかけ」→「ストレス状況の克服」→「変化・成長の自覚」→「自尊感情・自己概念の変容」。つまり，キャンプ中の経験を自尊感情や自己概念の変容につなげるには，キャンプ終了後に自分自身の変化や成長を気づくような過程が含まれることが重要であると考えられた。

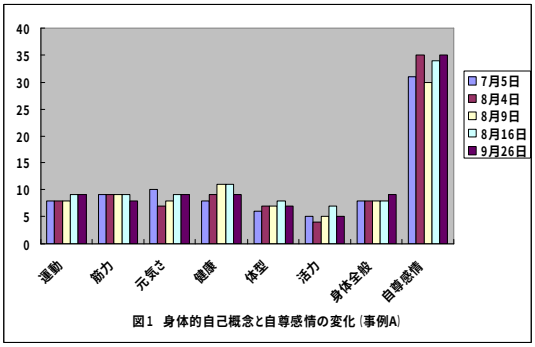

図1 身体的自己概念と自尊感情の変化（事例A）

（4）　自尊感情の多面的階層性モデルに基づき，トップダウン型モデルとボトムアップ型モデルを想定し，共分散構造分析から両者のモデルを比較検討した。大学生 626 名（男子 301 名，女子 325 名）を対象として質問紙調査を実施し，共分散構造分析を用いて２つのモデルの有効性や相違を検証した。その結果，両方のモデルが有効であることが分かった。両者のモデルの比較から，トップダウン型モデルの方が影響力が強いことがわかった。これらのことから，自尊感情と自己概念は一方的な影響ではなく，両方向で影響しあうことが示唆された。

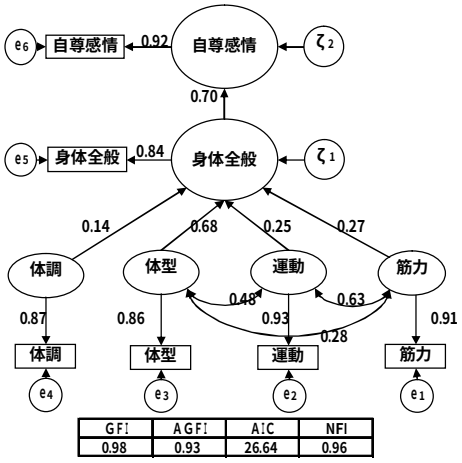

図2 「身体的自己概念」→「自尊感情」のモデルの分析結果
ボトムアップモデル

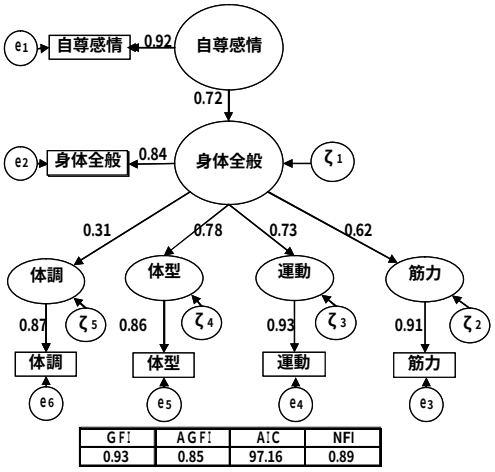

図3 「自尊概念」→「身体的自己概念」のモデルの分析結果
トップダウンモデル

（5） 高齢者運動教室に通う 65 歳以上の高齢者 367 名（男性 82 名，女性 285 名）を対象として，体力テストおよび各種質問紙を実施した。しかし，分析には全ての項目を遂行した 195 名（男性 44 名；女性 151 名）を対象とした。重回帰分析により，自己概念の多面的階層性モデルについては部分的に支持された。体力と自尊感情との関係性については直接的な影響はあまりみられなかったが，中間に身体的自己概念を想定することで，間接的には関連性のあることが示唆された。

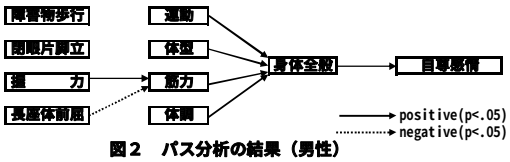

図２　パス分析の結果（男性）

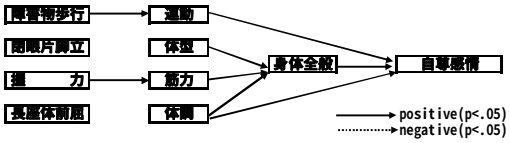

図３　パス分析の結果（女性）

（6） 自尊感情や身体に関する自己概念の発達や変化についてこれまでの先行研究を概観した。そして自尊感情と対極的な考えである他尊感情との関わりについて説明を加えた。自尊感情の向上に影響する運動・身体要因としては，大事な試合での勝利や活躍，チーム内での承認や必要とされているという知覚，スポーツ活動への専心性・重要性，自分のプレーに対する自信の向上，体力向上の知覚などが考えられた。一方，他人を尊ぶ他尊感情を育むことも，自尊感情を高めることにつながることが示唆された。

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計５件）

① 蓑内豊，自尊感情と身体的自己概念の関係性について－ボトムアップモデルとトップダウンモデル－，北星論集（北星学園大学　文学部），査読無，第 47 巻，2 号，2010，13-19
http://ci.nii.ac.jp/naid/110007541829

② 蓑内豊，自尊感情と他尊感情，体育の科学，査読無，第 60 巻，1 号，2010，29-32
http://ci.nii.ac.jp/naid/40016905994

③ 蓑内豊，自尊感情，身体的自己概念の変容に影響する要因－長期キャンプ指導者としての体験から－，北星論集（北星学園大学　文学部），査読無，第 45 巻，2 号，2008，33-41
http://ci.nii.ac.jp/naid/110006610380

④ 蓑内豊，星野宏司，高齢者運動教室参加者の体力，身体的自己概念，自尊感情の関係，北海道体育学研究，査読有，第 41 巻，2006，1-8

⑤ 蓑内豊，通学合宿への取組み　－大谷地東チャレンジ合宿－，北星論集（北星学園大学　文学部），査読無，第 44 巻，1 号，2006，153-161
http://ci.nii.ac.jp/naid/110006541669

〔学会発表〕（計５件）

① 蓑内豊，野外キャンプ中における自尊感情・自己概念変容過程のモデルについて，第60回日本体育学会，2009年8月25日，広島大学
② 蓑内豊，自尊感情，自尊感情と自己概念の関係性について，第 7 回スポーツ動機づけ研究会，2009 年 5 月 23 日，名古屋大学
③ 蓑内豊，自尊感情，身体的自己概念の変容に影響する要因‐長期キャンプ指導者としての体験から‐，第 6 回スポーツ動機づけ研究会，2008 年 5 月 24 日，名古屋大学
④ 蓑内豊，身体的自己概念・自尊感情の変容とその要因について‐子ども長期キャンプ参加者の調査から‐，第 5 回スポーツ動機づけ研究会，2007 年 5 月 12 日，名古屋大学
⑤ 蓑内豊，子どもの身体に関する自己概念について‐子どもの身体的自己概念尺度の試作‐，第 4 回スポーツ動機づけ研究会，2006 年 8 月 28 日，名古屋大学

〔図書〕（計１件）

① 蓑内豊，中西出版，運動・スポーツとこころの健康（基礎から学ぶスポーツ心理学第 14 章），2009，　pp.167-174

６．研究組織

(1)研究代表者

蓑内　豊（MINOUCHI YUTAKA）
北星学園大学・文学部・教授
研究者番号：50239331

(2)研究分担者　　なし
（　　）

研究者番号：

(3)連携研究者　　なし
（　　）

研究者番号：