様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成　24　年　6　月　7　日現在

機関番号：24506
研究種目：若手研究（B）
研究期間：2009　～　2011
課題番号：21700623
研究課題名（和文）　完全主義傾向の検討および心理的スキルトレーニングの　効果

研究課題名（英文）　Perfectionism in sport and psychological skills training.

研究代表者
荒木　香織（ARAKI　KAORI）
兵庫県立大学・環境人間学部・准教授
研究者番号：30409700

研究成果の概要（和文）：スポーツおける完全主義傾向を測る尺度開発を中心とし、アスリートの心理的特徴について検討した。結果、スポーツ完全主義尺度の完成および、妥当性と信頼性を確立した。スポーツ完全主義尺度（SPS）は合計29項目からなり、ライカートスケール1（全く当てはまらない）-5（非常に良く当てはまる)によって対象者に回答を求める形式とした。
下位尺度・項目数・信頼度（α)は次のとおりである。高い基準7項目.82 、相違感5項目.69 、失敗をおそれる8項目.75 、周りの期待9項目.82。

研究成果の概要（英文）：The purpose of the present study was to develop and validate a questionnaire which measure perfectionism in sport. The sport perfectionism (SPS) consists with 29 items with four subscales. The subscales, item number, and reliabilities are: High standard (7 items) .82, Discrepancy (5 items) .69, Fear of failure (8 items) .75, Expectations from others (9 items) .82. Further validation may be needed.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
21 年度	1,300,000	390,000	1,690,000
22 年度	1,200,000	360,000	1,560,000
23 年度	800,000	240,000	1,040,000
年度			
年度			
総　計	3,300,000	990,000	4,290,000

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・スポーツ科学
キーワード：完全主義

１．研究開始当初の背景

(1)　運動・スポーツの環境では、タイムや得点などはすべて最高点や満点を基に評価がなされている．参加者・競技者は高い目標を設定し、やるからにはミスのないよう最高点や満点をめざして、運動・スポーツに取り組む．国外ではこのような傾向を完全主義ととらえている（Gould et al., 1996; Dunn et al, 2002; Hall et al, 1998).

(2)　運動・スポーツ以外の環境における完全主義は主として普遍的なパーソナリティ特性として捉えられている（Flett & Hewitt, 2002). しかしながら、著名な社会心理学者 Kurt Lewin (1935)は環境と人間の特性、あるいはその相互関係が人間の行動に大きく影響すると提唱した.

(3)　以上のことより運動・スポーツという環境や参加者・競技者の特性を理解した上で、完全主義の概念の構築にとりくむべきであるとスポーツ·健康心理学の分野では考えられている(Dnn et al, 2002, 2004；Gill, 2008；Gill et al., 1997; Martens, 1979； Vealy, 1986).

(4)　日本のスポーツ心理学の分野において、完全主義についての研究は全くされてないことからも、日本人の社会・文化的特徴にそった 完全主義の概念の構築および、質問紙の作成が強く必要と考えられる.

2．研究の目的

本研究の大きな目的は、以下の４つの項目であった.

（1） 運動・スポーツにおける完全主義傾向の概念を構築すること.

（2） 完全主義傾向の質問紙を作成すること.

（3） 質問紙の妥当性及び信頼性を検討すること.

（4） 研究の過程で、完全主義傾向（特にネガティブな完全主義）が強いと判断された対象者に対しては、心理的スキルトレーニングによる介入を行い、運動・スポーツにおける行動の変容を促す. この後、再び質問紙を用いて完全主義傾向を再評価し、心理的スキルトレーニングの効果を数値化する.

3．研究の方法

研究１：内容的妥当性の確立（運動・スポーツにおける完全主義の概念の確立および、それを基にした下位尺度の決定）

研究２：外的妥当性、一般化妥当性、及び予測的妥当性を含む構成概念妥当性の確立・尺度の完成

研究３:完全主義傾向にある被験者への心理的スキルトレーニングの介入

4．研究成果

研究１：運動スポーツにおける完全主義の概念は､国内では確立していない.このため、国内外における完全主義についての先行研究(Gould et al., 1996; Hewitt & Flett, 2002; 大谷・桜井、1995；小堀・丹野、2004）をもとに概念を検討した.

（1）内容的妥当性の検証：スポーツにおける完全主義を「スポーツにおいて、自分自身はたはパフォーマンスへの基準を高く定め、欠陥のさいパフォーマンスを求める傾向」とした.

（2）表面的妥当性の検証：日本人研究者による表面的妥当性の評価を再依頼した結果、上記の概念に対する同意を得ることができた. ５つの下位尺度には、「高い基準」、「相違感」、「失敗をおそれる」、「周りからの期待」、「周りからの評価」が含まれた.

（3）完全主義傾向を測るため、下位尺度5つによる、 63項目の質問紙が完成した.

（4）大学生167名（男子116名、女子51名）を対象に質問項目の読みやすさおよび信頼性の検討をした. Item-total correlation

がく.30の項目を削除した結果、項目数は46項目となった.下位尺度数およびα係数は以下の通りである.高い基準(n=14, α=.89)、相違感（n=10, α=.76）、失敗をおそれる（n=7, α=.81）、周りからの期待（n=5, α=.84）. 下位尺度の周りからの評価については、充分な信頼度を得ることができなかったため、10項目をそのまま残した.

研究２：

(1) 研究１において作成した運動スポーツ完全主義尺度の構成概念妥当性の確立のため、46 項目の質問紙をもって、大学生 298 名（男子 207 名、女子 91 名）に回答を依頼した. Maximum likelihood factor analysis (ML)の varimax ローテーションによりファクターを 5 と限定し解析を行った. 結果、５つのファクターは見つかったが、予測される下位尺度にあてはまらなかった項目を削除した. よって、下位尺度は 4 となり、26 項目が残った. 次に、Maximum likelihood factor analysis (ML)の promax ローテーションによりファクターを 4 と限定し解析を行った. その結果４つのファクターによる 36.20%の全分散が認められた. 全ての項目は予測される下位尺度に当てはまった. 最後に下位尺度の信頼性を検討し、24 項目の尺度が完成した. 下位尺度数およびα係数は以下の通りである. 高い基準（n=10, α=.84)、相違感（n=5, α=.70)、失敗をおそれる（n=5, α=.73)、周りからの期待（n=3, α=.80).

(2) 22年度に完成した尺度を使用し大きく2つの調査を行った. 研究１においては、ラグビー選手の完全主義傾向と心理的スキルの関係について調査した. 研究２においては、完全主義傾向を図る尺度の妥当性を確立するとともに、社会志向性を含む達成動機との関係について調査した.

①ラグビー選手の完全主義傾向と心理的スキルの関係について:358名の大学男性ラグビー選手（年齢m＝19.55歳）を対象とし、完全主義傾向と心理的スキルの関係について調査した. 完全主義傾向を図るため. スポーツ完全主義尺度31項目版を使用した. また、心理的スキルを図るため、Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28: Smith et al., 1995) の日本語版を使用した. 28項目を7 つの下位尺度 に分類し、選手の心理的スキルを評価した. また、MPS (Sakurai & Otani, 1997)及び HMPS (Hewitt & Flett, 1991)を使用し、ポジティブとネガティブの完全主義傾向の分類についても調査した. 結果、ポジティブな傾向は、高い基準（n=9, α=.88)、と周りからの期待（n=3, α=.65)、そしてネガティブな傾向は相違感（n=3, α=.60）及び失敗をおそれる（n=7, α=.71）で構成した. ポジティブな完全主義傾向は、目標設定、メンタル的な準備、自信、及び達成動機と有意に関係を示した. また、ネガティブな傾向は不安を制御するスキル、注意集中力、そしてコーチの教授を受けるスキルが低いことと有意に関係を示した.

②大学生アスリートの完全主義傾向と達成動機との関係について：平均年齢19.8歳の大学生アスリート226名（女性n=92、男性n=134）を対象とした. アイススケート、硬式野球、サッカー、水泳、ソフトテニス、バスケットボール、陸上競技の合計7種目を対象とした. 達成目標志向性を測る尺度としてSport Orientation Questionnaire日本語版 (SOQ: Araki, Toji, & Nishigaki, 2009) を用いた. 完全主義傾向を測る尺度としてSport Perfectionism Scale-Japanese (SPS-J: Araki, 2011) を用いた. 社会目標志向性を測る尺度として Social Motivational

Orientations Scale for Sport 日本語版(SMOSS: Allen, 2003) を用いた. 正準相関分析を行った. 結果、高い基準、失敗を恐れる、及び周りの期待が低いとき、社会承認志向性、自我目標志向性、及び課題目標志向性も低くなる関係が明らかとなった(variance31.92%). また、相違感及び失敗を恐れることが高いとき、自我目標志向性が高く、課題目標志向性が低くなる関係が明らかとなった (variance9.49%).

スポーツ完全主義尺度の完成：合計29項目、ライカートスケール1 (全く当てはまらない) -5 (非常に良く当てはまる)

下位尺度・項目数・信頼度（α）：高い基準7項目.82 、相違感5項目.69 、失敗をおそれる8項目.75 、周りの期待9項目.82

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３件)

①荒木香織　「スポーツにおける完全主義傾向について」日本体育学会体育心理学専門分科会会報　第22号　pp.43、2010年８月　査読あり

②荒木香織　「演者報告（キーノート２　スポーツにおける完全主義傾向について)」日本体育学会体育心理学専門分科会会報　第22号　pp.20、2010年８月　査読あり

③Araki, K., Toji, H. & Nishigaki, T. (2009). An exploratory study of perfectionism and sport orientation among Japanese Track and Field athletes. Journal of Physical Exercise and Sports Science, 15, 25-34.　査読あり

〔学会発表〕(計２件)

①Araki, K. (2011, May).Perfectionism in football. The 7th World Congress on Science & Football, Nagoya, Japan.

②荒木香織　(2010年９月)キーノート２　第61回日本体育学会体育心理分科会
「スポーツにおける完全主義傾向について」
中京大学

〔図書〕(計１件)

①Araki, K., & Gill, L. D. (2012). Development and validation of the Sport Perfectionism Scale. Athletic Insight’s Writings in Sport Psychology. Nova Publishers.

〔産業財産権〕
○出願状況（計０　件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

○取得状況（計０件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕
ホームページ等

６．研究組織
(1)研究代表者
荒木　香織（ARAKI KAORI）
兵庫県立大学・環境人間学部・准教授
研究者番号：30409700

(2)研究分担者
（　　）

研究者番号：

(3)連携研究者
（　　）

研究者番号：