重要度及び好嫌度の認知が自己効力の般化に及ぼす影響

Effects of Recognizing the Degree of Task-Importance and
Task-Preference upon the Generalization of Self-efficacy

小 田 成 一 : Seichi ODA¹
吉 村 功 : Koh YOSHIMURA²

1 岡山市立岡北中学校 : Okakita Junior High School. 1-1-1 Tsushimahigashi,
Okayama, 700-0081

2 北海道教育大学函館校 : Hakodate Campus, Hokkaido University of Education.
1-2 Hachiman-cho, Hakodate, 040-8567

Abstract

The purpose of this study was to examine how much the recognition of the degree of task-importance and task-preference had an effect upon the generalization of self-efficacy. To evaluate the generalization of self-efficacy, the following three dependent variables were used : (a) self-efficacy predicting the present performance, (b) "future" self-efficacy predicting a performance after ten basketball lessons, and (c) volition including attitudes and interests to the task. The results were follows : (1) The more importantly the task was recognized with the self-efficacy being enhanced by training, the more strongly the "present" and "future" self-efficacy were generalized in the other tasks. (2) The more preferably the task was recognized with the self-efficacy being enhanced by training, the more strongly the self-efficacy was generalized in terms of volition in the other tasks. (3) The degree of the generalization of self-efficacy differed from task to task.

はじめに

人がある課題に直面したときに、何を考えるであろうか。おそらく多くの人は、その課題をやり遂げることへの自分自身の可能性、すなわち自信の程度について考えるであろう。そして、直面した課題に積極的に取り組もうとするか、あるいは、すぐに諦めたり、初めから取り組もうともしないかの違いは、この自信の程度が強く影響していると思われる。

Bandura¹⁾ は、このように課題遂行の可能性についての自己の判断や評価が、課題の遂行に対

する意思決定に影響することに着目し、「ある状況における行動を遂行できるかどうかという確信」のことを自己効力 (self-efficacy) と定義づけた。そして、課題遂行に先行して認知された自己効力により、課題への取り組み方が異なり、自己効力を引き上げることで、課題の遂行成績を上げることができると主張した。また、自己効力は個人の行動を変化させ、思考パターン、行動の選択、努力量などに影響を及ぼすと言及している²⁾。

近年、この自己効力に関する様々な研究がなされており、そのほとんどが Bandura の理論を支持する結論を出している。臨床的問題を取り扱っ

た研究の中では、禁煙行動に関する研究があり、喫煙を再開するかどうかを予測する上で、自己効力が有効な概念であることが示されている^{6),8)}。同様の結果が、減量⁹⁾や出産時の痛みのコントロール¹⁴⁾などの自己制御に関する研究からも得られている。日常生活の具体的場面における問題について検討した研究には、進路・職業選択^{4),11)}、スポーツ^{3),13)}やピアノ演奏⁷⁾に関するものがあり、各々の研究から所与の課題に対する自己効力が、後の実際の行動をうまく予測できることが実証されている。

Banduraによれば、自己効力は水準 (level)、強さ (strength)、一般性 (generality) の3つの次元にそって変容すると言われている。この3つの次元をバスケットボールで当てはめてみよう。ゴールから1~10mの1m刻みの距離からセットシュートを打つという課題で、それぞれの距離からのシュートが成功するかどうかを5段階(全く不可能と思えば1、絶対にできると思えば5)で測定した場合、2以上の値(全く不可能ではないことを意味する)に評定した課題の総数が、水準の次元の自己効力である。つまり、課題の困難度が階層的に設けられていることから考えると、水準の次元の自己効力は、その人がどれくらい困難なレベルの課題までできているかを示すものである。一方、強さの次元の自己効力は、各水準の課題をどのくらい確実に成功させることができるかという確信の程度である。そして、ランニングシュートやパスなど、別の課題で測定した水準あるいは強さが一般性の次元である。

この一般性の概念は、自己効力が1つの課題に対して固有に変容するのではなく、異なる課題に対しても変容する可能性を示唆している。これは、蓑内¹⁵⁾も指摘するように、教育場面において非常に重要な意義を持つと考えられる。なぜならば、ある課題において引き上げられた自己効力は、他の様々な課題の自己効力に般化し、それにともなって、学習者は新たな課題に対してより積極的に取り組むようになっていられるからである。体育場面において、習得しなければならない全てのことを均等に学ばせようとするれば、時間的制限により、1つひとつの内容を深く掘り下げることが難しくなる。その結果、学習者の理解や楽しさが稀薄に

なってしまう、現在の体育が重視している「運動の楽しさ」を味わせることは困難になるであろう。そこで、自己効力の般化を活用して、内容のある程度限定して、集中的に学習させることが有効になる。蓑内は中学1年生を対象に、バスケットボールのパスの自己効力を引き上げることによるシュート、ドリブルへの自己効力の般化について研究し、自己効力の一般性を支持する報告をしている。しかし、自己効力の一般性を扱った研究は少なく、竹綱ら¹⁸⁾も指摘するように、多くの課題が残されていると思われる。

ところでBrodyら⁵⁾は、課題の類似性によって自己効力の般化の大きさが異なると述べた上で、これには個人差も見られると指摘している。これに対して、前述した蓑内の研究では、自己効力が般化する際の個人差を課題に対する認知の違いによるものと捉え、課題に対する重要度の認知の違いによる影響について検討を行っている。その結果、ある課題に対して重要と認知している者は、重要でないとして認知している者よりも、その課題の自己効力を引き上げた際の他の課題の現在自己効力、将来自己効力、及び意欲レベルの般化が強い傾向が見られることや、重要ではないとして認知している課題の遂行がマイナスに作用することを報告している。これらのことから、内容を限定して集中的に学習させる際のポイントとして、次の2つが考えられる。1つ目は、学習する課題に対する重要度の認知を高めることである。しかしながら、学習者の課題に対する価値基準は千差万別であり、指導者がすべての学習者に対して重要度の認知を高めさせるには限界があると思われる。そこで2つ目として、学習者自身に課題を選択させる方法が考えられる。学習者自身による課題選択は、めあて学習や選択制授業、クラブ活動、生涯スポーツなどで実際に行われており、とりわけ、めあて学習や選択制授業では、自主的・自発的な学習活動が見受けられる。この方法は、学習者が自分にとって重要と認知している課題を選択することを前提にしている。また、中ら¹⁷⁾の研究によると、青年期の運動実施理由として、「心身の健康を保つ上で重要だから」というのと同じくらい、「スポーツが好きだから」ということが増加しており、個人的嗜好、すなわち好嫌度についても、学習者

の課題選択にかかわる重要な要因と思われる。ただし、両者、すなわち重要度と好嫌度の関連性をとらえておかなければならない。したがって、学習者に課題を選択させることの有効性を実証するには、課題に対する重要度と好嫌度の認知的な独立性を明らかにした上で、両者の視点から自己効力の般化を検討する必要があると考えられる。

また、養内の研究では、課題の技術的な関連性（類似性）が高いほど自己効力の般化の影響が大きくなるという、Brody らと同様の結果を報告している。しかしながら、被験者自身の課題の技術的な関連性に対する認知は確かめられておらず、被験者が中学 1 年生ということから、課題の技術的な関連性に対する認知にはばらつきがあったことも予想される。したがって、課題の技術的な関連性を検討しようとするならば、ある程度その点を正確に認知できる被験者を対象にし、同時に認知の程度を確かめることも必要となるであろう。そこで本研究では、保健体育科専攻あるいは運動部に所属している大学生を対象とし、課題の技術的な関連性を調査することを付加した上で、養内の研究に対する追試的研究を試みた。さらに養内は、将来の自己効力への影響についても調査しているが、これは課題遂行と自己効力の関係を長期的に捉えるための試みであり、自己効力が行動の選択や努力、ストレスに対する耐性に長期的に作用するという Bandura らの示唆に基づいている。福島¹⁰⁾も、自己効力が現在と将来の 2 つの側面を持つことを示唆している。しかし、将来という言葉はあまりにも抽象的表現であり、イメージとしては捉えづらい。そこで本研究では、教育場面での自己効力の長期的な作用を調査するため、将来を 10 時間の授業後、すなわち単元終了時と想定し、その際の自己効力の測定も行うことにした。また養内は、意欲も学習効果を高めるという視点から、意欲の側面も含めて検討を試みており、本研究においても同様の視点から意欲の測定も行うことにした。

重要あるいは好きと認知された課題の自己効力を高めることで、他の課題、とりわけ関連性の高い課題の現在自己効力、将来自己効力、あるいは意欲がより高まることが実証されれば、内容を限定して集中的に学習させることだけでなく、学習

者自身に課題を選択させることの有効性をも支持することになるであろう。

以上のことを踏まえ、本研究は次の仮説について検証し、重要度あるいは好嫌度の認知の違いが自己効力の般化に及ぼす影響について検討を行った。

仮説

- 1) 重要と認知された課題において引き上げられた自己効力は、他の課題、とりわけ関連性の高い課題の自己効力を引き上げるであろう。
- 2) 好きと認知された課題において引き上げられた自己効力は、他の課題、とりわけ関連性の高い課題の自己効力を引き上げるであろう。

また、将来自己効力や意欲への自己効力の般化においても同様の傾向が見られるであろう。

方 法

1. 被験者

H 大学の保健体育専攻の学生及び運動部に所属し、かつバスケットボール部活動経験者を除く学生 86 名に、バスケットボールの 5 つの技術に対する重要度と好嫌度の認知についての予備調査を行った。これは、ドリブル、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの 5 つの技術について、重要度はゲームでよい成績を上げるために重要と思う技術から順に、好嫌度は、好きな技術から順に 1～5 の番号をつけるものであった。これらの番号をもとに、重要度と好嫌度がともに高い者（重要度；1～2，好嫌度；1～2）、重要度は高く好嫌度が低い者（重要度；1～2，好嫌度；4～5）、重要度は低く好嫌度が高い者（重要度；4～5，好嫌度；1～2）、重要度と好嫌度がともに低い者（重要度；4～5，好嫌度；4～5）を分類した。本研究では課題に対する重要度及び好嫌度の認知の違いによる自己効力の般化の検討を行うため、重要度と好嫌度の認知が適度に分散している課題が望まれる。この点を考慮し、ドリブルについて重要度と好嫌度がともに高い者（12 名）、重要度は高く好嫌度が低い者（11 名）、重要度は低く好嫌度が高い者（14 名）、重要度と好嫌度がともに低い者（12 名）の中から、被験者として承諾の得られた 7 名ずつ、計 28 名を本研究

の被験者とした。

2. 実験課題

複数の課題の自己効力への般化を検討するため、明確に分類ができる技術を持つバスケットボールを実験課題として用いることにした。バスケットボールは、攻撃にも守備にも多彩な技術を含んでいるが、般化の可能性を確保するため、技術的な関連性を考慮した結果、ボールを保持している時の技術の中から、ドリブル、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの5つの技術を課題として取り上げた。

これら5つの技術に関する重要度と好嫌度の認知について、上述の予備調査により、自己効力を引き上げる課題としてドリブルを適用した。そして、自己効力の般化の程度を調べるために、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの各技術に対する認知的側面（現在自己効力、将来自己効力、意欲）の調査を行った。

3. 測定尺度

①技能テスト：被験者が要求された認知的側面への判断の手掛かりを呈示するために、ドリブル、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの5つの技術の技能テストを行った。ドリブルは、15秒間で通過したコーンの数、ボールハンドリングは、股の下で8の字にボールを回転させる技術について20秒間に行った回数、ランニングシュートとセットシュートは、30秒間で成功したゴールの回数、パスは、30秒間で正確に投げられたパスの回数（女子は的までの距離を男子より2割程度短くした）を測定した。

②現在自己効力：現在自己効力の測定尺度は、ドリブル、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの5つの技能テストを再度行った場合の得点について予測させるものであった。各課題ごとに一点刻みで階層的に並べられた得点について、それぞれ、成功する確信の程度を5件法で測定した。

③将来自己効力：将来自己効力については、将来を体育授業でのバスケットボールの学習と想定して、1時間弱のバスケットボールの練習を10回行った後の技能テストの得点について予測させ、現在自己効力と同じ方法で測定した。

④意欲：意欲については、ドリブル、ボールハ

ンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの5つの技術についての意欲、興味、努力に関して5件法で測定を行った。

4. 自己効力の得点化

本研究の自己効力の測定は、等間隔に並べられた水準（得点）について、自己効力の強さを問う形式で行った。したがって、自己効力の強さは、水準が上がるに従い、段階的に低下するようになる。そこで、自己効力の強さについて「5分5分である」と解答した水準の中で最も高い水準を自己効力の得点とした。

5. 実験手順

事前測定では、被験者に自己のパフォーマンスレベルを理解してもらうため、ドリブル、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの技能テストを行い、次いで、現在及び将来の自己効力と意欲の測定を行った。トレーニングでは、ドリブルの自己効力を引き上げるため、1日30分程度のドリブルのみの練習を5日間行った。練習内容は、実験者とバスケットボール部員数名の指導のもとで、ドリブルの基礎練習、及びドリブルをしながらのリレーや鬼ごっこといったレクリエーション的練習であった。事後測定では、技能測定はドリブルについてのみ行った。その後、現在及び将来の自己効力と意欲の測定を再度行った（図1参照）。

図1 実験手順

結果と考察

1. 重要度と好嫌度の独立性

本研究では、重要度と好嫌度の2変数を取り上げたが、両変数が被験者にとって独立した認知であることが望まれる。これは、被験者の抽出及び自己効力を引き上げる課題の決定に際し、前述のように、両変数の認知が適度に分散している課題を設定したことから、ある程度、独立性が保証されていると考えられる。なぜならば、例えば重要かつ好きと認知している者もいれば、重要だが嫌いと認知している者も存在するからである。これを明らかにするために、重要－好き（12名）と重要－嫌い（11名）、非重要－好き（14名）と非重要－嫌い（12名）、同様に、重要－好き（12名）と非重要－好き（14名）、重要－嫌い（11名）と非重要－嫌い（12名）のそれぞれについて χ^2 検定を行った結果、人数の偏りはいずれも有意ではなく、両変数の独立性が確かめられたと言える。

2. ドリブルと各技術の関連性

本実験の技能テストで行われた動作を考えると、ドリブルのテストはボールを操作する技術と、走りながら方向転換を行う技術を測定するものであり、5日間のドリブルのトレーニングもこれらの技能を高める内容であった。ボールハンドリングのテストは、ボールを操作する技能が求められており、ドリブルとの技術的な関連性が非常に高いと思われる。ランニングシュートのテストでは、目標物にボールを投げる技能が求められたが、シュート後に元の位置に素早く方向転換して戻らなければそこでの時間が多く費やされ、シュートできる回数が少なくなる。また、シュートするまでにワンドリブルをいれたため、ボールを操作する技能も要求されることになる。したがって、ドリブルとの技術的な関連性は、ボールハンドリングに次いで高いものと思われる。これに対して、パスのテストとセットシュートのテストでは、目標物に正確にボールを投げる技能が要求されており、ドリブルとの技術的な関連性は、ボールハンドリングやランニングシュートに比べて低いと思われる。すなわち、ドリブルとの技術的な関連性は、ボールハンドリング、ランニングシュート、パス、セットシュートの順に高いものと考えた。実験後、各

被験者にドリブルと他の課題の技術的な関連性の認知を個別に口頭で質問した。これは、ドリブルとの技術的な関連性が高いものから順に番号をつけてもらうものであった。Friedman 法に基づいて順位の一致度を検定した結果、本実験の被験者は保健体育科専攻もしくは運動部に所属している大学生であったことから、ほとんどの被験者が上記の関連性の順番とほぼ同様な認知をしていたことが確認され ($X=60.2$, $p<0.01$)、課題の関連性については、以降、この順番に基づいて言及する。

3. ドリブル課題のトレーニング効果

ドリブル課題のトレーニングにより、ドリブルの技能、及びドリブルに関する認知的側面（現在自己効力、将来自己効力、意欲）が高められたかどうかを検証するために、これらについて、全被験者を対象に事前測定と事後測定によるt検定を行った。その結果、これら全ての尺度について有意であった（技能テスト： $t=11.162$, $df=27$, $p<0.01$ 、現在自己効力： $t=8.588$, $df=27$, $p<0.01$ 、将来自己効力： $t=7.262$, $df=27$, $p<0.01$ 、意欲： $t=2.264$, $df=27$, $p<0.05$ ）。したがって、ドリブルに関する技能的側面、及び認知的側面での本トレーニングの効果が確認された。そこで、これらの効果が他の課題の認知的側面にも影響を及ぼすかどうかについて、課題の技術的な関連性を考慮した上で、重要度及び好嫌度に関する群間での各測定尺度の得点の比較・検討が以下でなされた。

4. 重要群と非重要群の比較

ドリブルに対する重要度の認知の違いによる、他の課題の自己効力への般化の影響を検討するため、ドリブルに対して重要かつ好きと認知している者、及び重要であるが嫌いと認知している者を合わせた14名を重要群とし、重要ではないが好きと認知している者、及び重要でなく嫌いと認知している者を合わせた14名を非重要群として、認知的側面の各尺度の事前・事後測定での得点について2要因の分散分析を行った。但し、両群の事前測定をt検定し、有意であった尺度については共分散分析を行った（表1, 2, 3参照）。

ドリブル技能 { $F=122.593$ ($df=1/26$, $p<0.01$)、重要群：事前； $M=15.6$ (1.69)、事後； $M=19.1$ (1.86)、非重要群：事前； $M=15.3$ (2.30)、事後；

M=19.2 (1.89)}, 及びドリブルに関する各認知的側面は、いずれの尺度も事前・事後での主効果が有意であり、両群とも得点の向上を示していた。さらにこれは、交互作用が有意でなかったことから、非重要群においても重要群と同様の得点の向上が示されたことになる。つまり、ドリブルが重要でないと思っていても、ドリブルのトレーニングを行ったことで技能が高まり、自信、ひいては意欲までも向上していたことになる。

さて、ドリブル以外の各認知的側面についてはどうであろうか。まず事前・事後の主効果をみると、現在自己効力についてはボールハンドリング、ランニングシュート、パス、将来自己効力についてはボールハンドリング、ランニングシュート、意欲についてはボールハンドリングで有意であり、これらについて両群とも得点の向上が示された。次に交互作用をみると、ボールハンドリングの現在自己効力では有意な傾向、将来自己効力では有意であり、重要群がより得点の向上を示していた。このボールハンドリングは他の課題よりも最もドリブルとの関連性が高いことを踏まえると、仮説1、すなわち、重要群は非重要群よりも、他の課題、とりわけドリブルと関連性の高い課題での認知的側面をより高めることが一部支持されたと考えられる（意欲については交互作用が認められなかった）。

Eccles⁹⁾ は、ある行動の結果の価値について、利用価値、誘因価値、獲得価値、代償の4つの成

分に分類している。利用価値とは個人の長期的・短期的な目標への到達を助長するような価値のことであり、誘因価値とは課題の遂行による喜び・興味や外的報酬といった即効的な報酬の価値である。獲得価値とは自分自身の確立のために大切な個人的価値・必要性のことであり、代償とは不安・失敗恐怖など負の側面である。蓑内¹⁰⁾ は、バスケットボールの技能の重要性は、利用価値にあたりと述べており、本研究のドリブル技能の重要性も利用価値にあたるものと思われる。そして、ドリブルの利用価値を高く認知していた被験者は、ドリブル技能がドリブルとの技術的な関連性の高い課題においても利用可能だと認知していたと考えられる。そのため、関連性の高い課題における認知的側面に関し、重要群が非重要群よりも得点の上昇に有意な違いが認められたものと思われる。

5. 好き群と嫌い群の比較

ドリブルに対する好嫌度の認知の違いによる、他の課題の自己効力への般化の影響を検討するため、ドリブルに対して重要かつ好きと認知している者と重要でないが好きと認知している者を合わせた14名を好き群とし、重要だが嫌いだと認知している者と重要でなく嫌いだと認知している者を合わせた14名を嫌い群として、各尺度の事前・事後測定での得点について2要因の分散分析を行った。但し、両群の事前測定をt検定し、有意であった尺度については共分散分析を行った（表1、2、3参照）。

表1. 現在自己効力の各測定尺度の平均と標準偏差及び分散分析の結果

		ドリブル	ボールハンドリング	ランニングシュート	パス	セットシュート
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
重要群	事前測定	18.0 (2.42)	19.5 (1.61)	7.3 (1.77)	10.9 (2.97)	7.2 (2.67)
	事後測定	21.9 (2.24)	21.5 (2.18)	9.0 (1.84)	12.4 (2.65)	7.8 (2.83)
非重要群	事前測定	19.6 (3.90)	20.4 (3.67)	7.8 (2.69)	12.9 (2.30)	8.1 (2.32)
	事後測定	23.7 (2.46)	21.2 (3.53)	9.0 (2.86)	13.4 (2.50)	7.8 (2.08)
F 検定 (df=1/26)	群間の主効果	3.192 (†)	0.075	0.090	2.485	0.304
	前後の主効果	71.086 (**)	19.118 (**)	24.693 (**)	7.971 (**)	0.065
	交互作用	0.023	3.059 (†)	0.720	2.460	1.220
好き群	事前測定	19.4 (3.69)	19.4 (3.27)	7.6 (2.79)	12.0 (2.77)	7.8 (2.61)
	事後測定	23.3 (2.67)	21.2 (3.42)	9.3 (2.87)	13.4 (2.85)	8.4 (2.47)
嫌い群	事前測定	18.2 (2.83)	20.5 (2.25)	7.5 (1.65)	11.9 (2.93)	7.6 (2.47)
	事後測定	22.4 (2.27)	21.5 (2.35)	8.7 (1.77)	12.4 (2.24)	7.1 (2.32)
F 検定 (df=1/26)	群間の主効果	1.160	0.479	0.149	0.396	0.807
	前後の主効果	71.273 (**)	18.182 (**)	24.693 (**)	7.787 (**)	0.066
	交互作用	0.091	1.636	0.720	1.805	1.650

** : p<0.01 * : p<0.05 † : p<0.10

ドリブル技能 { $F=122.593$ ($df=1/26$, $p<0.01$), 好き群：事前； $M=15.5$ (1.91), 事後； $M=19.4$ (2.10), 嫌い群：事前； $M=15.4$ (2.14), 事後； $M=18.9$ (1.56)}, 及びドリブルに関する各認知的側面は、いずれの尺度も事前・事後での主効果が有意であり、両群とも得点の向上を示していた。重要群と非重要群を比較した時と同様に、いずれの尺度も事前・事後での主効果が有意であり、両群とも得点の向上を示していた。そして交互作用が有意でなかったことから、ドリブルが嫌いであっても、ドリブルのトレーニングを行ったことで技能が高まり、自信、ひいては意欲までも向上するという結果が得られたことになる。前述の重要度における結果と加えて言及すると、重要度、好嫌

度に関するネガティブな認知（非重要、嫌い）が、技能の向上を媒介として、自信や意欲に関するポジティブな認知にいかに変容したか、今後の課題となった。

次に、ドリブル以外の各認知的側面についてはどうであろうか。まず事前・事後の主効果をみると、現在自己効力についてはボールハンドリング、ランニングシュート、パス、将来自己効力についてはランニングシュート、意欲についてはボールハンドリングで有意であり、これらについて両群とも得点の向上が示された。次に交互作用をみると、パスでの将来自己効力で交互作用が有意であり、嫌い群よりも好き群の得点が、より向上していたと言える。しかしなぜこの尺度だけが有意で

表 2. 将来自己効力の各測定尺度の平均と標準偏差及び分散分析の結果

		ドリブル	ボールハンドリング	ランニングシュート	パ ス	セットシュート
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
重要群	事前測定	20.2 (2.58)	21.6 (2.85)	8.8 (1.85)	14.9 (3.47)	9.0 (3.01)
	事後測定	23.4 (2.74)	23.8 (2.89)	10.0 (1.75)	14.7 (2.61)	9.6 (3.23)
非重要群	事前測定	21.4 (3.78)	23.4 (4.74)	9.6 (2.95)	13.8 (3.38)	10.6 (3.06)
	事後測定	25.4 (3.63)	23.2 (4.95)	10.4 (2.79)	13.2 (2.91)	10.0 (2.75)
F 検定 ($df=1/26$)	群間の主効果	1.992	0.211	0.596	1.631	0.801
	前後の主効果	52.251 (**)	3.298 (†)	4.598 (*)	0.489	0.009
	交互作用	0.752	4.863 (*)	0.309	0.101	2.666
好き群	事前測定	21.2 (3.68)	21.9 (4.43)	9.4 (2.90)	14.1 (3.92)	8.6 (2.41)
	事後測定	25.4 (3.57)	23.3 (4.18)	10.4 (2.50)	14.9 (3.34)	8.8 (2.08)
嫌い群	事前測定	20.4 (2.76)	23.1 (3.47)	9.1 (2.02)	14.6 (2.95)	11.0 (3.28)
	事後測定	23.4 (2.82)	23.7 (3.93)	9.9 (2.13)	13.0 (1.84)	10.9 (3.37)
F 検定 ($df=1/26$)	群間の主効果	1.625	0.316	0.246	0.504	共分散分析 0.169 $df=1/25$
	前後の主効果	53.454 (**)	2.817	4.554 (*)	0.586	
	交互作用	1.368	0.359	0.056	5.273 (*)	

** : $p<0.01$ * : $p<0.05$ † : $p<0.10$

表 3. 意欲の各測定尺度の平均と標準偏差及び分散分析の結果

		ドリブル	ボールハンドリング	ランニングシュート	パ ス	セットシュート
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)
重要群	事前測定	43.9 (8.23)	37.4 (11.06)	46.4 (6.71)	41.6 (8.01)	46.5 (6.72)
	事後測定	47.2 (6.92)	41.4 (9.60)	48.1 (6.26)	43.9 (8.74)	48.1 (5.95)
非重要群	事前測定	41.3 (4.10)	36.5 (8.54)	45.4 (6.45)	42.6 (6.62)	45.4 (9.57)
	事後測定	41.9 (5.80)	40.5 (9.41)	44.9 (6.53)	42.8 (5.67)	45.0 (7.71)
F 検定 ($df=1/26$)	群間の主効果	3.009 (†)	0.066	0.861	0.001	0.565
	前後の主効果	5.458 (*)	12.477 (**)	0.428	1.020	0.486
	交互作用	2.744	0.001	1.246	0.700	1.489
好き群	事前測定	41.4 (6.51)	36.5 (10.32)	44.9 (6.26)	42.9 (7.14)	47.3 (5.89)
	事後測定	44.2 (8.25)	43.1 (8.91)	47.9 (6.06)	44.1 (7.26)	47.1 (6.24)
嫌い群	事前測定	43.7 (6.55)	37.4 (9.42)	46.9 (6.79)	41.3 (7.50)	44.6 (9.94)
	事後測定	44.9 (5.36)	38.7 (9.55)	45.1 (6.79)	42.6 (7.44)	45.9 (7.76)
F 検定 ($df=1/26$)	群間の主効果	0.373	0.253	0.041	0.386	0.488
	前後の主効果	5.106 (*)	15.977 (**)	0.541	0.993	0.473
	交互作用	0.893	7.294 (**)	8.398 (**)	0.001	0.739

** : $p<0.01$ * : $p<0.05$ † : $p<0.10$

表4. 重要・好き群, 重要・嫌い群, 非重要・好き群, 非重要・嫌い群の各測定尺度の平均と標準偏差及び分散分析の結果

			重要・ 好き群	重要・ 嫌い群	非重要・ 好き群	非重要・ 嫌い群	F 検定 df は上から3/24, 1/24, 3/24		
現在 自己 効力	ド リ ブ ル	事前:M(SD)	19.0 (2.31)	17.0 (2.24)	19.9 (4.88)	19.4 (2.99)	群間の主効果	1.749	
		事後:M(SD)	22.9 (2.67)	21.0 (1.29)	23.7 (2.81)	23.7 (2.29)	前後の主効果	65.905(**)	
	ボ ー ル ハンドリング	事前:M(SD)	19.9 (1.95)	19.1 (1.22)	18.9 (4.34)	21.9 (2.27)	交互作用	0.042	
		事後:M(SD)	21.9 (2.55)	21.1 (1.86)	20.6 (4.24)	21.9 (2.86)	群間の主効果	0.824	
	ランニング シュート	事前:M(SD)	7.4 (2.30)	7.1 (1.22)	7.7 (3.40)	7.9 (2.04)	前後の主効果	20.339(**)	
		事後:M(SD)	9.4 (2.15)	8.6 (1.51)	9.1 (3.63)	8.9 (2.12)	交互作用	2.305	
	パ ス	事前:M(SD)	11.1 (3.24)	10.7 (2.93)	12.9 (2.12)	13.0 (2.65)	群間の主効果	0.102	
		事後:M(SD)	13.4 (2.94)	11.4 (2.07)	13.4 (2.99)	13.3 (2.14)	前後の主効果	23.456(**)	
	セ ッ ト シュート	事前:M(SD)	8.0 (2.94)	6.4 (2.30)	7.6 (2.44)	8.7 (2.22)	交互作用	0.460	
		事後:M(SD)	8.9 (3.24)	6.7 (2.06)	8.0 (1.53)	7.6 (2.64)	群間の主効果	1.063	
	将来 自己 効力	ド リ ブ ル	事前:M(SD)	20.7 (6.23)	19.7 (2.63)	21.7 (4.68)	21.0 (2.94)	前後の主効果	8.222(**)
			事後:M(SD)	13.4 (2.94)	11.4 (2.07)	13.4 (2.99)	13.3 (2.14)	交互作用	1.786
ボ ー ル ハンドリング		事前:M(SD)	8.0 (2.94)	6.4 (2.30)	7.6 (2.44)	8.7 (2.22)	群間の主効果	0.961	
		事後:M(SD)	8.9 (3.24)	6.7 (2.06)	8.0 (1.53)	7.6 (2.64)	前後の主効果	0.065	
ランニング シュート		事前:M(SD)	20.7 (6.23)	19.7 (2.63)	21.7 (4.68)	21.0 (2.94)	交互作用	1.065	
		事後:M(SD)	24.6 (2.51)	22.1 (2.55)	26.1 (4.45)	24.6 (2.70)	群間の主効果	1.220	
パ ス		事前:M(SD)	22.6 (3.60)	20.6 (1.51)	21.3 (5.35)	25.6 (3.05)	前後の主効果	51.020(**)	
		事後:M(SD)	24.7 (3.04)	22.9 (2.61)	21.9 (4.88)	24.6 (5.00)	交互作用	0.707	
セ ッ ト シュート		事前:M(SD)	9.1 (2.41)	8.4 (1.13)	9.6 (3.51)	9.7 (2.56)	群間の主効果	1.564	
		事後:M(SD)	10.4 (1.81)	9.6 (1.72)	10.4 (3.21)	10.3 (2.56)	前後の主効果	3.170(↑)	
意 欲		ド リ ブ ル	事前:M(SD)	14.7 (3.77)	15.1 (3.44)	13.6 (4.28)	14.0 (2.52)	交互作用	1.887
			事後:M(SD)	15.6 (3.16)	13.9 (1.77)	14.3 (3.64)	12.1 (1.57)	群間の主効果	0.343
	ボ ー ル ハンドリング	事前:M(SD)	7.9 (2.19)	10.1 (3.44)	9.3 (2.56)	11.9 (3.13)	前後の主効果	4.255(↑)	
		事後:M(SD)	8.6 (2.82)	10.7 (3.45)	9.0 (1.16)	11.0 (3.56)	交互作用	0.115	
	ランニング シュート	事前:M(SD)	43.9 (8.42)	43.9 (8.71)	39.0 (2.71)	43.6 (4.12)	群間の主効果	0.681	
		事後:M(SD)	48.0 (7.90)	46.4 (6.32)	40.4 (7.19)	43.3 (4.07)	前後の主効果	0.544	
	パ ス	事前:M(SD)	37.0(12.87)	37.9 (9.96)	36.0 (8.04)	37.0 (9.63)	交互作用	1.684	
		事後:M(SD)	43.7(10.89)	39.0 (8.25)	42.6 (7.25)	38.4(11.37)	群間の主効果	1.910	
	セ ッ ト シュート	事前:M(SD)	45.0 (8.33)	47.9 (4.85)	44.9 (3.93)	45.9 (8.61)	前後の主効果	0.008	
		事後:M(SD)	48.9 (7.31)	47.3 (5.47)	47.0 (4.90)	42.9 (7.65)	交互作用	0.928	
	ドリブル技能	ド リ ブ ル	事前:M(SD)	42.9 (9.44)	40.3 (6.78)	42.9 (4.60)	42.3 (8.58)	群間の主効果	1.426
			事後:M(SD)	45.0 (8.64)	42.7 (9.38)	43.1 (6.12)	42.4 (5.65)	前後の主効果	5.231(*)
ボ ー ル ハンドリング		事前:M(SD)	46.6 (7.98)	46.4 (5.86)	48.0 (3.22)	42.9(13.13)	交互作用	1.182	
		事後:M(SD)	48.9 (7.45)	47.3 (4.46)	45.4 (4.69)	44.6(10.31)	群間の主効果	0.099	
ランニング シュート		事前:M(SD)	43.9 (8.42)	43.9 (8.71)	39.0 (2.71)	43.6 (4.12)	前後の主効果	14.756(**)	
		事後:M(SD)	48.0 (7.90)	46.4 (6.32)	40.4 (7.19)	43.3 (4.07)	交互作用	2.250	
パ ス		事前:M(SD)	37.0(12.87)	37.9 (9.96)	36.0 (8.04)	37.0 (9.63)	群間の主効果	0.355	
		事後:M(SD)	43.7(10.89)	39.0 (8.25)	42.6 (7.25)	38.4(11.37)	前後の主効果	0.532	
セ ッ ト シュート		事前:M(SD)	45.0 (8.33)	47.9 (4.85)	44.9 (3.93)	45.9 (8.61)	交互作用	3.287(*)	
		事後:M(SD)	48.9 (7.31)	47.3 (5.47)	47.0 (4.90)	42.9 (7.65)	群間の主効果	0.160	
ドリブル技能		事前:M(SD)	42.9 (9.44)	40.3 (6.78)	42.9 (4.60)	42.3 (8.58)	前後の主効果	0.942	
		事後:M(SD)	45.0 (8.64)	42.7 (9.38)	43.1 (6.12)	42.4 (5.65)	交互作用	0.218	

** : p<0.01 * : p<0.05 † : p<0.10

表 5. 重要・好き群と非重要・嫌い群における各尺度の平均と標準偏差及び分散分析（交互作用）の結果
～有意差の認められた尺度について～

	ボールハンドリング の現在自己効力		ボールハンドリング の将来自己効力		パスの 将来自己効力		ボールハンドリング の意欲		ランニングシュート の意欲	
	事前測定 M(SD)	事後測定 M(SD)	事前測定 M(SD)	事後測定 M(SD)	事前測定 M(SD)	事後測定 M(SD)	事前測定 M(SD)	事後測定 M(SD)	事前測定 M(SD)	事後測定 M(SD)
重要・好き群	19.9(1.95)	21.9(2.55)	22.6(3.60)	24.7(3.04)	14.7(3.77)	15.6(3.16)	37.0(12.87)	43.7(10.89)	45.0(8.33)	48.9(7.31)
非重要・嫌い群	21.9(2.27)	21.9(2.86)	25.6(3.05)	24.6(5.00)	14.0(2.52)	12.1(1.57)	37.0(9.63)	38.4(11.37)	45.9(8.61)	42.9(7.65)
交互作用(df=1/12)	5.600(*)		4.197(†)		3.787(†)		4.826(*)		8.862(*)	

*: p<0.05 †: p<0.10

あったのかという理由を解釈することは難しく、今後の課題が残されたことになる。但し、この尺度の嫌い群について事前・事後の t 検定を試みたところ、有意でなかったことから、当然ながら上述の結果は、好き群と嫌い群の比較によるものであり、単に嫌い群の得点低下に原因が追及されるものではない。

さて意欲に関する交互作用をみると、ボールハンドリング、及びランニングシュートで有意であり、好き群が嫌い群よりも得点の向上を示していた。この 2 つの課題は他の課題よりもドリブルとの関連性が高いことを踏まえると、仮説 2、すなわち、好き群は嫌い群よりも、他の課題、とりわけドリブルと関連性の高い課題での認知的側面をより高めることが一部支持されたと考えられる（現在・将来自己効力は殆ど有意ではない）。

これらの結果をどのように考察できるであろうか。まず、自己効力の側面では、飯田ら¹²⁾は、情動的喚起は、成功に対する予期を高め、一般性自己効力を向上させると述べている。本研究における好嫌度の認知的要因は、情動的喚起との関連が高いと考えるならば、好き群の自己効力の般化がより強くなるはずである。しかし本研究結果は、それを支持していない。考えられる理由の 1 つとして、以下のことがあげられる。つまり、本研究で設定された好き群と嫌い群には、重要群と非重要群がそれぞれ半数ずつ含まれており、ドリブルに対する利用価値の認知には、基本的に差がないものと思われる。そのため、技術的に関連性の高い課題であっても、自己効力への般化が同程度になったものと考えられる。

次に、意欲の側面では、本研究のドリブルに対する好嫌度は、Eccles の分類でいうと、誘因価

値に相当すると思われる。誘因価値の高い課題を遂行すれば、喜びや興味といった個人の情動的側面に影響し、意欲を高めることが予想される。したがって、好き群は嫌い群よりも誘因価値の高い課題に関する意欲が向上したのと考えられる。

これらを踏まえると、好嫌度の認知的要因は、情動的側面に関わることであり、それが現在・将来自己効力や意欲にどのように影響を及ぼすかについては、利用価値と誘因価値の問題を同時に捉えた上で、検討を試みる必要があると考えられる。

6. 重要度と好嫌度の認知による影響

重要度と好嫌度の両側面による認知が、自己効力の般化に及ぼす違いについて検討するため、重要・好き群、重要・嫌い群、非重要・好き群、非重要・嫌い群の 4 群（各群 7 名）で、2 要因の分散分析を行った（事前測定の両群比較では全て有意ではなかった）。その結果、表 4 に示したように、ランニングシュートに関する意欲尺度の交互作用が有意であったものの、それ以外の尺度では、違いは認められなかった。

しかしながら、4 群間で特に関心が持たれるのは、重要・好き群と非重要・嫌い群の比較、及び重要・嫌い群と非重要・好き群の比較であろう。つまり前者は、自己効力や意欲の般化に影響を及ぼすと仮定される 2 側面（重要、好き）の併合が、影響力の少ないと仮定される 2 側面の併合よりも、実際にどの程度異なるのかを検証するものである。そして後者は、自己効力や意欲の般化に影響を及ぼすと仮定される 2 側面のどちらの影響力が強いのかを検証するものである。そこで、前者及び後者における各尺度ごとに分散分析を試みた（事前測定の両群比較は全て有意ではなかった）。まず、重要・好き群と非重要・嫌い群の比較では、ボー

ルハンドリングの現在自己効力、ボールハンドリングとパスの将来自己効力、及びボールハンドリングとランニングシュートの意欲において、交互作用が有意、あるいは有意な傾向であった（表5参照）。したがって、課題に対して重要かつ好きと認知している者は、非重要かつ嫌いと認知している者よりも、その課題との関連性の高い課題への般化が強いということが確認された。次に、重要・嫌い群と非重要・好き群の比較についてみると、いずれの尺度についても交互作用は有意ではなかった。すなわち、本結果からは、課題に対する認知の2側面の違いより、自己効力や意欲への般化の差異はなかったと言える。

総 括

本研究は、課題に対する重要度と好嫌度の認知の違いが、自己効力の般化に及ぼす影響を検討した。その結果、重要あるいは好きと認知している課題の自己効力を引き上げることで、他の課題、とりわけ関連の高い課題への般化がより強く認められた。そしてこれは、重要度の認知は特に自己効力の側面に、好嫌度の認知は特に意欲の側面に影響することが明らかにされ、利用価値と誘因価値の観点からも考察が加えられた。

本研究結果を踏まえると、学習者自身に重要あるいは好きと認知している課題を選択させ、それを集中的に学習させることにより、他の課題に対しても積極的に取り組ませることができることを示唆している。また逆に、学習している課題の価値を理解させたり、その楽しさを味合わせるような指導により、同様の効果が得られる可能性をも示唆するものと思われる。しかし、本実験は種目内の課題間での自己効力の般化しか扱っていない。種目や領域からの選択が取り入れられている現在の体育を考えると、今後、種目内だけではなく種目間での自己効力の般化にも焦点を当てる必要がある。

また本研究は、中学1年生を対象にした養内の研究結果が、大学生においても認められるかどうかについて調査することも目的としていた。その結果、大学生においても自己効力が般化することや、般化の際に課題に対する重要度及び好嫌度の

認知が影響を及ぼすことが明らかにされた。しかし、養内の研究では、非重要群において自己効力の般化が認められていないのに対して、本実験では非重要群においてもいくつかの尺度で得点の上昇が認められていた。これは、本研究の被験者が体育科もしくは運動部に所属していることと関係があると思われる。すなわち、本研究の被験者のドリブル課題に対する重要度あるいは利用価値の認知が比較的高かったためであろう。したがって、他の集団においても本研究での結果がそのまま当てはまるとは言い難く、他の学生を対象に再度調査する必要があると思われる。また、トレーニングにより、ドリブルに対する技能や認知的側面が向上したことで、重要度及び好嫌度の認知自体が変容したかどうか今後の課題としてあげられる。

文 献

- 1) Bandura,A. (1977), Self-efficacy : Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review* : 84, pp.191-215.
- 2) Bandura,A., Adams,N.E., Hardy,A.B. and Howells,G.N. (1980), Tests of the generality of self-efficacy theory. *Cognitive Therapy and Research* : 4, pp.39-66.
- 3) Barling,J. and Abel,M. (1983), Self-efficacy beliefs and tennis performance. *Cognitive Therapy and Research* : 7, pp.265-272.
- 4) Betz,N.E. and Hackett,G. (1981), The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college women and men. *Journal of Counseling Psychology* : 28, pp.399-410.
- 5) Brody,E.B., Hatfield,B.D.and Spalding,T.W. (1988), Generalization of self-efficacy to a continuum of stressors upon mastery of a high-risk sport skill. *Journal of Sport and Exercise Psychology* : 10, pp.32-44.
- 6) Condiotte,M.M. and Lichtenstein,E. (1981), Self-efficacy and relapse in smoking cessation programs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* : 49(5), pp.648-658.
- 7) Craske,M.G. and Craig,K.D. (1984), Musical

- performance anxiety: The three-systems model and self-efficacy. *Behavior Research and Therapy* : 22, pp.267-280.
- 8) DiClemente, C. C. (1981), Self-efficacy and smoking cessation maintenance : A preliminary report. *Cognitive Therapy and Research* : 5, pp.175-187.
- 9) Eccles,J.S. (1987), Gender roles and women's achievement related decisions. *Psychology of Women Quarterly* : 11, pp.135-172.
- 10) 福島脩美 (1985), Self-Efficacy (自己可能感) の形成と変動の過程に関する研究. 昭和58～59年度文部省科研費研究成果報告書
- 11) Hackett,G. (1985), The role of mathematics self-efficacy in the choice of math-related majors of college women and men: A path analysis. *Journal of Counseling Psychology* : 32, pp.47-56.
- 12) 飯田 稔・関根章文 (1992), キャンプ経験が児童の一般性自己効力に及ぼす効果. 筑波大学体育科学系紀要 : 15, pp.93-102.
- 13) Lee,C. (1982), Self-efficacy as a predictor of performance in competitive gymnastics. *Journal of Sport Psychology* : 4, pp.405-409.
- 14) Manning,M.M. and Wright,T.L. (1983), Self-efficacy expectancies, outcome expectancies, and the persistence of pain control in childbirth. *Journal of Personality and Social Psychology* : 45, pp.421-431.
- 15) 養内 豊 (1993), 課題の重要度の認知が自己効力の般化に及ぼす影響. 教育心理学研究 : 41(1), pp.57-63.
- 16) Mitchell,C. and Stuart,R.B. (1984), Effect of self-efficacy on dropout from obesity treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* : 52, pp.1100-1101.
- 17) 中比呂志・出村慎一 (1992), 青年期男子学生のスポーツ実施及び体力に影響を及ぼすスポーツ意識・スポーツ条件の検討. 体育学研究 : 37(3), pp.269-282
- 18) 竹綱誠一郎・鎌原雅彦・沢崎俊之 (1988), 自己効力に関する研究の動向と問題. 教育心理学研究 : 36(2), pp.172-184.

平成9年3月21日受理