

スポーツチームにおけるソーシャルサポートと心身の健康に関する日米比較

萩原悟一* ***

Lance G. Bryant** Claudia Benavides Espinoza** 磯貝浩久***

抄録

本研究の目的は、スポーツチームにおけるソーシャルサポートとスポーツ実施に関する精神的健康との関連を検討すること、および、日本と米国のスポーツ実施者の差異を比較することであった。調査対象者は日本人大学生スポーツ実施者 123 名、および、米国人大学生スポーツ実施者 115 名であった。なお、調査対象者は大学の運動部活動、または、サークル活動に参加している者であった。本研究では、質問紙調査を実施し、ソーシャルサポートの提供および受領の程度および、スポーツ実施に関する抑うつ傾向を測定した。スポーツチームにおけるソーシャルサポートのバランス状態を測定するために、萩原・磯貝（2014）のスポーツチームにおけるソーシャルサポート受領・提供尺度を援用した。また、スポーツ実施に関する抑うつ傾向を測定するために、煙山（2013）の尺度を援用した。

本研究の結果、米国の大学生スポーツ実施者は日本の大学生に比べ、チームメイトに対してソーシャルサポートを提供していることが示された。また、ソーシャルサポートのバランス状態とスポーツ実施に関する精神的健康の検討を行った結果、日本と米国で差異が見受けられた。日本の大学生スポーツ実施者は、チームメイトとのソーシャルサポートのバランス状態が過小利得状態、および、過大利得状態の際、抑うつ傾向が高いことが示された。米国の大学生スポーツ実施者については、日本人と比べスポーツ実施に関する抑うつ傾向が低いことを示し、また、チームメイトとのソーシャルサポートのバランス状態と抑うつ傾向には関連がないことが示された。本研究で得られた知見は、日本と米国の大学生スポーツ実施者のより深い理解につながる重要な一資料となりうるであろう。

キーワード：ソーシャルサポート，国際比較，スポーツ実施，大学生競技者

* 日本経済大学 〒818-0197 福岡県太宰府市五条 3-11-25

** アーカンソー州立大学 2105 E Aggie Road, Jonesboro, AR, U.S.A 72401

*** 九州工業大学 〒808-0196 福岡県北九州市若松区ひびきの 2-4

Examining the Relationships between Social Supports in Sports Team and Mental Health

—The Cross Cultural Comparison of Japan and United States—

Goichi Hagiwara * **

Lance G. Bryant** Claudia Benavides Espinoza** Hirohisa Isogai***

Abstract

The purpose of this study was to examine the relationships between social supports in sports team and mental health, and to compare with Japanese and American sports participants. The subjects were 123 collegiate sports participants from Japan and 115 from United States. They participated organized sports activities in their college (including intramural and varsity level). The participants completed questionnaires measuring the providing and receiving social supports, and depression for sport participation. Providing and Receiving Social Support Scales for Sports Team (Hagiwara & Isogai, 2014) were adopted to investigate degree of balance of social support in sport team. In addition, the Stress Response Scale for Athletes (Kemuriyama, 2013) was adopted to measure the degree of depression for sport participation. The results of comparing Japan and United States indicated that American students provided more social supports for teammates than Japanese. In the results of the relationships between social supports and mental health for sport participation, there were significant differences between Japanese and American students. Japanese demonstrated higher depression when they assessed under and over benefited social supports from their teammates. American indicated lower depression for sports participation than Japanese, and there were no significant differences between depression and balances of social supports in teammates. The present findings might be an important material to better understand Japanese and American collegiate sports participants.

Key Words: social support, cross-cultural study, sports participation, college athlete

* Japan University of Economics 3-11-25 Gojo, Dazaifu-shi, Fukuoka 818-0197

** Arkansas State University 2105 E Aggie Road, Jonesboro, AR, U.S.A 72401

*** Kyushu Institute of Technology 2-4 Hibikino, Wakamatsu-ku, Kitakyushu, Fukuoka 808-0196

1. はじめに

青年期のスポーツ活動の経験が、生涯スポーツの実施・継続を促進することが指摘されている (Tammelin, 2003)。特に、部活動やサークル活動によるスポーツ経験が将来的なスポーツ参加に強く影響していることが明らかにされており (Curtis et al., 1999)、わが国における将来的な運動・スポーツ実施率の維持及び増加には、青年期におけるスポーツ活動に関する検討が必要である。

近年、スポーツ実施および習慣化を説明する社会的要因の一つとして、ソーシャルサポートが注目されている (Alexandris et al., 2002; Hardy et al., 1991; 菅ほか, 2011; Noblet et al., 2003)。ソーシャルサポートは、一般的に「個人を取り巻くさまざまな他者や集団から提供される心理的・実体的な援助 (久田, 1987)」と定義されている。また、ソーシャルサポート研究の基本的な視点は「他者から得られる様々な形の援助が、その人の健康維持や増進に重大な役割を果たすこと (久田, 1987)」とされていることから、スポーツ科学分野においても、ソーシャルサポートと心身の健康に着目した研究が進められている (Barefield and McCallister, 1997; Bianco, 2001; Malinauskas, 2008)。例えば、ソーシャルサポートが競技スポーツ実施者のスポーツ実施・継続に対するストレスや心配を軽減すること (Noblet et al., 2003; Hardy et al., 1991)、家族などの重要な他者からのサポートを認知することが、スポーツ実施者の心の支えとなり、スポーツ実施行動を促進していること (Felton and Parson, 1994) などが明らかにされている。また、わが国でも菅ほか (2011) がソーシャルサポートの認知とスポーツ実施に関して検討を行った結果、スポーツ実施率の高い人ほど他者から得られるサポートを認知していることを明らかにし、萩原・磯貝 (2013) は、大学生スポーツ実施者を対象とし、ソーシャルサポートとスポーツへの傾倒について検討を実施した結果、家族などの重要な他者からソーシャルサポートを受けている人ほどスポーツへ傾倒している可能性を示唆している。このように、ソーシャルサポートはスポーツ実施に関して重要な要因の一つであることが伺える。

近年、ソーシャルサポートは対人関係を通じてやり取りされる行動であるという観点から、個人はサポートを受ける側であると同時に、サポートを送る側の立場にもあるという、ソーシャルサポートの互惠性に着目した視点から検討が行われている (Lu and Argyle, 1992; 福岡, 1997; 磯谷・岡林, 2012)。ところで、ソーシャルサポートの互惠性とは、「励ましや助言、具体的な助力など相手を支えるような

サポートを身近な他者から“してもらうこと”と身近な他者に“してあげること”のバランス (福岡, 2003)」であると説明がなされている概念である。ソーシャルサポートの互惠性について検討した Rook (1987) は、ソーシャルサポートの互惠性を3つの状態に分類し、サポート提供とサポート受領の量が等しい状態を互惠状態、サポート提供がサポート受領の量を上回る状態を過小利得状態、そして、サポート受領がサポート提供の量を上回る場合を過大利得状態とし、特にソーシャルサポートの状態が互惠にある場合、心身の健康が促進されることを示している。わが国でも、周・深田 (1996) が、ソーシャルサポートのバランスと心身の健康状態の関連を検討した結果、ソーシャルサポートが互惠状態にある場合、精神的健康をより維持していることを示している。このように、ソーシャルサポートの授受に焦点を当てた研究が進められている (Buunk et al., 1993; Brown et al., 2003; 山本ほか, 2007; 谷口・田中, 2011)。

スポーツ科学分野においても、萩原・磯貝 (2014a) がスポーツチームにおけるチームメイトとのソーシャルサポートの授受を測定するための尺度を開発し、ソーシャルサポートのバランスとスポーツ実施に関する心身の健康状態の関連を検討した結果、サポート提供とサポート受領の量が相対的なバランス状態にある互惠状態であることが、スポーツ実施者のスポーツ実施・継続に関する精神的健康を保っている可能性を示している。また、萩原・磯貝 (2014b) は大学生競技者を対象にソーシャルサポートとスポーツへの傾倒プロセスの関連を検討した結果、チームメイトに対して、アドバイスや賞賛などのソーシャルサポートを提供していることが、自身の競技者としての役割を自覚させ、スポーツへの傾倒を示すことを示唆している。このように、スポーツ科学分野においてもソーシャルサポートの授受とスポーツ実施に関する検討が進められているものの、未だその知見は十分なものではないと思われる。

以上のことを踏まえ、本研究では、これまでの先行研究で示されてきた知見をさらに深めていくために、スポーツチームや運動部活動で発生するチームメイトや友人とのソーシャルサポートの授受とスポーツ実施および継続に関する心理的状态との関連について検討を実施することとした。また、他国との国際比較研究は、「各国間のスポーツにみられる類似性や相違点を明らかにすることにより、わが国のスポーツの実態を踏まえてその経験の利用可能性を考察すること (多々納, 1988)」であり、自国の現実を理解するうえで、非常に有用な手段であることから、日本と米国における大学生スポーツ

実施者を対象とし、スポーツチーム内で起こるソーシャルサポート授受の差異を検討する。日米におけるスポーツチーム内の関係性を示すことで、わが国のスポーツ実施に関する特性を理解する一考察を得ることができるといえる。

2. 目的

本研究の目的は、スポーツチームにおけるソーシャルサポート提供・受領尺度(萩原・磯貝, 2014)を用い、日本と米国の大学生スポーツ実施者を対象に調査を実施し、スポーツ実施・継続に関する心身の健康との関連を明らかにし、また、日米の差異から、わが国のスポーツ実施者の特性を明らかにすることとした。

3. 方法

3. 1 調査対象者

調査対象者は日本(大学生:123名,男性:72名,女性:49名,無回答2名)、米国(大学生:115名,男性:77名,女性38名)のスポーツ実施者の計236名であった。なお、日本は九州地区に所在する総合大学でスポーツ科学部に所属する競技実施者、米国では中南部地区であるアーカンソー州に所在する総合大学でスポーツ科学を専攻する競技実施者を対象とした。対象者の平均年齢は日本が20.24歳(±1.24)、米国は20.62歳(±2.01)であり、スポーツ実施歴については、日本が平均で10.15年(±3.75)、米国が12.94年(±4.27)であった。調査対象者が実施しているスポーツ種目は、陸上競技37名、野球34名、アメリカンフットボール34名、バスケットボール34名、サッカー23名、バレーボール17名、水泳競技15名、ハンドボール10名、体操競技9名、ラグビー6名、テニス5名、スカッシュボール4名、ゴルフ3名、バドミントン3名、ボウリング1名であった。また、本研究におけるスポーツの位置づけを「大学においてチームに所属し活動を行っているスポーツ競技」とし、現在、運動部やサークル活動に参加し、活動している者のみを調査対象者とした。さらに、国際比較を行う際、調査対象者の個人的属性および、社会的環境を等しくする必要のあること(真鍋, 1999)から、調査対象者の選択には米国のスポーツ科学専門家(2名)および、日本のスポーツ科学専門家(3名)で話し合いを行い、日本・米国で調査対象者の属性を概ね等しくなるように配慮を行った。

米国での調査対象大学の運動部活動は全米大学体育協会(NCAA)のディビジョンIで活動を行って

おり、選ばれた種目および選ばれた者以外は大学の公認する運動部(全選手が全国レベルで奨学金が配分されている)に所属することができないため、運動部での活動ができない者は、大学の公認するサークル活動でスポーツ競技に参加することになる(他大学との対外試合などを行うことができる)。一方、日本の場合、大学運動部への所属は基本的に個人の自由であり、同じチーム内であっても、奨学金を配分されて全国レベルで活躍する者とそうでない者が混在しており、競技レベルが異なることが予想される。すなわち、大学の公認する運動部であっても、米国におけるサークル活動で活動する者と同等レベル者が所属していると思われる。以上のことを加味し、米国・日本のスポーツ科学専門家で話し合いを行った結果、調査対象者の属性を概ね均等にするため、米国における対象者は大学の公認する運動部および、サークル活動に参加している者とし、日本では大学公認の運動部活動に参加している者とした。

3. 2 調査内容(測定指標)

3. 2. 1 スポーツチームにおけるソーシャルサポート提供・受領尺度(萩原・磯貝, 2014)

競技スポーツ実施に関するスポーツチームにおけるソーシャルサポートの授受を測定するため、それぞれ6項目1因子のスポーツチームにおけるソーシャルサポート受領および、提供尺度(萩原・磯貝, 2014)を援用した。質問は、「落ち込んでいるとき、元気づけてくれる(元気づけている)」「不安になっているとき、励ましてくれる(励ましている)」「あなたを仲間の一員として尊重し、評価してくれる(チームや仲間の一員として尊重し、評価している)」「技術面でわからないことを教えてくれる(教えている)」などの項目で構成される。ソーシャルサポート受領尺度は「あなたの所属するチームのチームメイトや仲間は…」という冒頭文に続いて質問項目が続き、提供尺度は「あなたは所属するチームのチームメイトや仲間に対して…」という冒頭文から始まる。回答は「全くそう思わない(得点1)」から「とてもそう思う(得点5)」の5段階で評価を行った。また、米国での調査を実施するため、萩原・磯貝(2014)によって作成された尺度を訳し戻し法を用い英語翻訳を実施した。翻訳はカクタス・コミュニケーションズ株式会社に委託し、スポーツ科学分野を専門とする翻訳者によって実施された。

3. 2. 2 スポーツ選手用ストレス反応尺度(煙山, 2013)

スポーツ選手が競技におけるストレス反応を測

定する 5 因子 15 項目で構成される尺度であり、十分な尺度の信頼性 (内的一貫性) および、妥当性 (構成概念妥当性) が確認されている (煙山, 2013)。本研究では、スポーツ実施者の心身の健康状態を測定するため、その中から「抑うつ」因子を援用した。「あなたは、最近 2-3 か月の間に、以下の項目にある状態を、どのくらい経験しましたか」という冒頭文に続いて、「次々とよくないことを考えてしまう」、「気分が落ち込んでいる」などの質問項目を続けた。回答は「全くなかった (得点 1)」から「とても多くあった (得点 5)」の 5 段階で求めた。なお、米国での調査を実施するため援用した尺度項目についても同様の手順で訳し戻し法を用い英語翻訳を実施した。

3. 3 分析方法

使用したすべての尺度の信頼性を検討するため、クロンバックの α 係数を算出し、尺度項目の内的一貫性を確認した。また、妥当性の検討には検証的因子分析を実施し、因子の妥当性を確認した。なお、適合度指標は Goodness of Fit Index (GFI)、Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)、Comparative Fit Index (CFI)、Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) を使用した。

日本および米国の大学生スポーツ実施者におけるソーシャルサポート受領および提供の程度を国別に比較するため対応のある t 検定を行った。また、ソーシャルサポートの受領・提供の程度を日米で比較するために対応のない t 検定を用い分析を実施した。さらに、日米におけるソーシャルサポートのバランス状態とスポーツ実施に関する心身の健康状態を検討するため、国×ソーシャルサポートのバランス状態の二元配置分散分析を行った。なお、ソーシャルサポートのバランス状態を算出するために、ソーシャルサポートの互惠性について検討を行っている先行研究 (福岡, 1997, 1999; 山本ほか, 2007; 谷口・田中, 2011; Buunk and Prins, 1998; 萩原・磯貝, 2014) に準拠し、提供、受領サポート別にソーシャルサポートの総得点を標準化した得点の差 (サポート受領標準得点 - サポート提供標準得点) を算出し、それをソーシャルサポートのバランス状態の得点とした。得点が 0 であれば、互惠状態であり、マイナス (-) であれば、サポート提供がサポート受領の量を上回る状態である過小利得状態、そして、得点がプラス (+) であれば、サポート受領がサポート提供の量を上回る過大利得状態と群分けを行った。統計解析パッケージは IBM SPSS Statistics Advanced 19.0 および AMOS 20.0 を使用

した。

3. 4 倫理的配慮

本研究はアーカンソー州立大学の Institutional Review Board (IRB) の認証 (認証番号: 655401-1) を受け実施された。調査用紙配布前に、本研究の意図を説明し、調査内容については統計的処理により、個人を特定できない状態で進められること、および、任意での参加であることを口頭および書面にて説明を実施した。承諾できる場合にのみ Informed Consent (同意書) に署名をしてもらい調査を実施した。

4. 結果及び考察

4. 1. 1 スポーツチームにおけるソーシャルサポート提供・受領尺度の信頼性・妥当性の検討

異文化間での対応性を確定する際には、尺度の等価性を検証する必要性が指摘されている (磯貝, 1996)。さらに、多々納 (1988) は、スポーツにおける国際比較研究を実施する際には、比較すべき国家間において尺度に一定の共通性を持たせることで、尺度構成および内容を等価にすることが必要であるとしている。そこで、本研究では文化間で異なる事象そのものよりも、それが文化の中で果たしている機能に注目するため、採用した尺度に対して、検証的因子分析を実施し、尺度の構成概念妥当性を検討した。また、クロンバックの α 係数で尺度の内的整合性を確認することとした。

スポーツチームにおけるソーシャルサポート提供・受領尺度の構成概念妥当性を検討するため、検証的因子分析を行った結果、ソーシャルサポート提供尺度の日本語版は、GFI=.982、AGFI=.945、CFI=1.000、RMSEA=.014)、英語版 (GFI=.981、AGFI=.934、CFI=.998、RMSEA=.031) で良好な値を示し、クロンバック α 係数は日本語版 .91、英語版 .84 となり、ソーシャルサポート提供尺度については両尺度ともに信頼性・妥当性は十分であると考えられる。ソーシャルサポート受領尺度については、日本語版 GFI=.979、AGFI=.936、CFI=.998、RMSEA=.037)、英語版 (GFI=.972、AGFI=.926、CFI=.993、RMSEA=.051) となり良好な値を示した。また、クロンバックの α 係数については日本語版 .92、英語版 .88 となりソーシャルサポート受領尺度についても両尺度ともに十分な信頼性・妥当性を有していると判断される。

今後、わが国のみならず、スポーツチームにおけるチームメイト同士のソーシャルサポートのバランス状態を検討する際に援用されることが期待さ

れる。また、国際比較研究において一定の共通性を持つ標準化された尺度として援用されることも期待される。

4. 1. 2 ソーシャルサポート受領・提供の程度の比較

日本および米国の大学生スポーツ実施者におけるソーシャルサポート受領および提供の程度を国別に比較するため対応のあるt検定を実施した結果、日本では、ソーシャルサポート受領の程度 (M=24.30, SD=4.46) が提供 (M=23.88, SD=3.98) に比べ有意に高く ($t=1.63, p<.001$)、米国ではソーシャルサポート提供 (M=26.57, SD=3.15) の程度が受領 (M=25.01, SD=4.00) よりも有意に高いことを示していた ($t=6.53, p<.001$) (図1・2)。

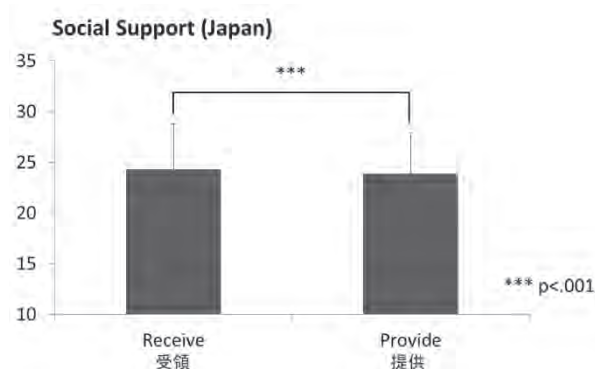


図1 ソーシャルサポートの程度 (日本)

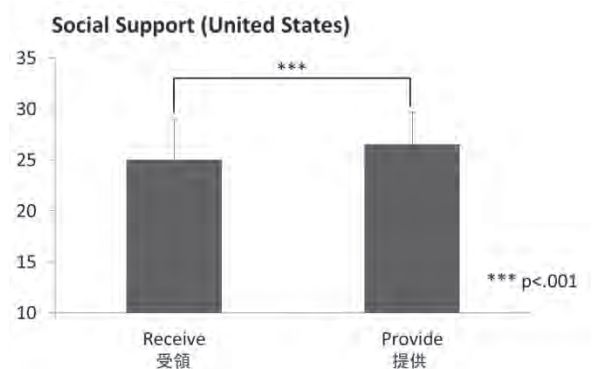


図2 ソーシャルサポートの程度 (米国)

ソーシャルサポートの受領・提供の程度を日米で比較するために対応のないt検定を用いた分析を実施した結果、ソーシャルサポート受領の程度では日米で有意差は認められなかった ($t=1.28, n. s.$) (図3)。一方、ソーシャルサポート提供の程度においては、米国は日本に比べ、有意に高いことを示していた ($t=5.74, p<.001$) (図4)。

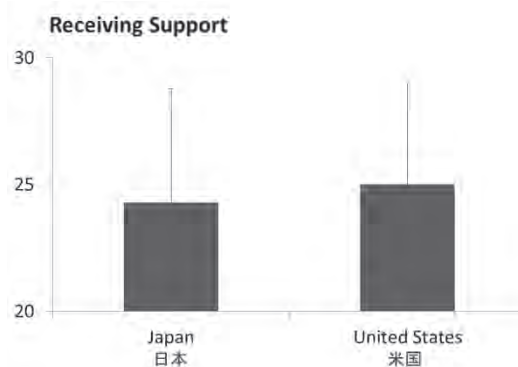


図3 ソーシャルサポート受領の程度 (日米比較)

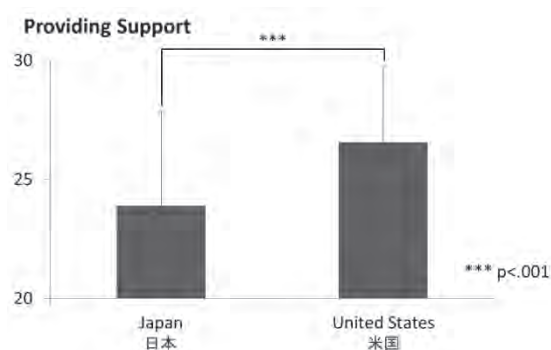


図4 ソーシャルサポート提供の程度 (日米比較)

以上の結果から、日本の大学生スポーツ実施者は米国の大学生スポーツ実施者と比較するとスポーツ実施の際にチームメイトに対して、アドバイスや賞賛、または、指導や評価など、相手に対してソーシャルサポートを提供していないことが考えられる。すなわち、自らが積極的にチームメイトに対してアプローチする機会が米国に比べると少ないことが伺える。

Klopt and Cambra (1979) は日本人と欧米人の差異について検討を行った結果、日本人の特徴の一つとして、他者とコミュニケーションをとる際に欧米人と比較すると、あまり主体的にならず、自己の主張を積極的に行なわない傾向にあることを示している。また、玉瀬ほか (2001) は日本人が自主的にコミュニケーションをとらない要因の一つとして、日本人は他者との関係性に配慮するあまりに相手の立場を考えすぎ、必要な自己表現までも抑制している可能性を指摘している。すなわち、日本人は欧米人と比べ、他者関係を重視するあまり、自らが積極的に相手に対してアプローチする機会が少なくなるのであろう。以上のことから、日本の大学生スポーツ実施者は米国のスポーツ実施者と比べ、チームメイトとの関係性に配慮するあまりに必要な自己表現を抑制しており、相手に必要なソーシャルサポートの提供までも抑制している可能性が考えら

れる。

4. 1. 3 ソーシャルサポートのバランス状態と心身の健康状態の日米比較

日本の大学生スポーツ実施者におけるソーシャルサポートのバランス状態を確認すると、過小利得状態の者が38名、互惠状態の者が36名、過大利得状態の者が49名であった。また、米国では過小利得状態の者が68名、互惠状態の者が35名、過大利得状態の者が12名であった。

日米におけるソーシャルサポートのバランス状態とスポーツ実施に関する抑うつ傾向を検討するため、国要因×ソーシャルサポートのバランス状態の二元配置分散分析を行った結果、交互作用 ($F=1.86$, n. s.) およびソーシャルサポートのバランス状態の主効果 ($F=2.95$, n. s.) は認められなかったが、国要因における主効果が認められた ($F=75.56$, $p<.001$) (図4)。また、日本において、ソーシャルサポートのバランス状態の単純主効果が有意であり ($F=6.09$, $p<.001$)、互惠状態にある者は過小利得状態および過大利得状態の者に比べ抑うつ傾向が有意に低いことを示した。一方、米国では認められなかった ($F=.06$, n. s.)。また、ソーシャルサポートのバランス状態では過小利得状態 ($F=49.59$, $p<.001$)、互惠状態 ($F=14.68$, $p<.001$)、過大利得状態 ($F=23.53$, $p<.001$) のそれぞれにおいて、国要因の単純主効果が有意であった。米国の大学生スポーツ実施者は日本と比べ、全てのソーシャルサポートのバランス状態において、抑うつ傾向が有意に低いことを示していた。

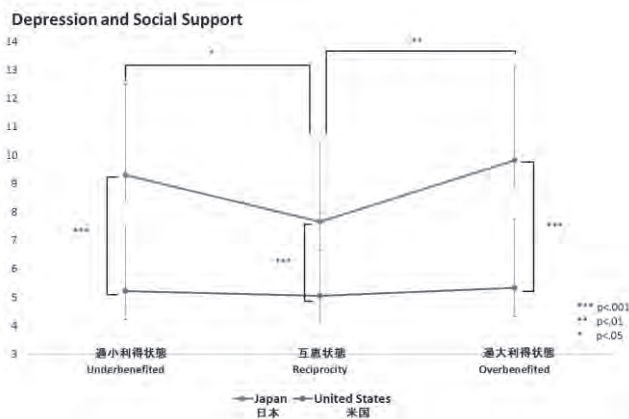


図5 ソーシャルサポートのバランス状態と抑うつ傾向の日米比較

以上の結果から、日本の大学生スポーツ実施者はチームメイトとのソーシャルサポートのバランスが互惠状態の場合、過小利得状態、過大利得状態に比べると、不安などの抑うつ傾向が低いことが示さ

れた。すなわち、チームメイトとのソーシャルサポートの授受がバランスよく行われている場合、スポーツ実施における心身の健康状態は良好であることが伺える。これは、先行研究(萩原・磯貝, 2014)で示されていた結果を概ね支持する結果になったと考えられる。一方、米国の大学生スポーツ実施者の場合、チームメイトとのソーシャルサポート授受のバランス状態において抑うつ傾向に差異は認められなかった。すなわち、チームメイトとの関係性におけるソーシャルサポートの授受のバランスが保たれていなくとも、心身の健康に影響は与えていないということを示唆している。また、米国のスポーツ実施者は日本と比べると、スポーツ実施に関する抑うつ傾向が低いことが示された。スポーツ実施に関して、米国の大学生は日本の大学生に比べ、不安な気持ちやネガティブな感情を抱いていないと考えられるが、これらの説明をする際、前述した日本人と欧米人の差異が関連しているのではないかと思われる。

日本人は欧米人と比べ、他者とのコミュニケーションをとる際に相手との関係性を重視して行動していることが示されている(Kloft & Cambra, 1979)。この背景には、日本人と欧米人における自己と他者との関係性の捉え方の違い、つまり文化的自己観の違いが影響していると推察される。文化的自己観とは、「ある文化において歴史的に形成され、社会的に共有された自己(北山, 1997)」と定義される欧米と日本の文化の相違を説明するための重要な概念である。また、Markus and Kitayama (1991)は文化的自己観を「相互協調的自己観」と「相互独立的自己観」に区別し、米国をはじめとする欧米文化では、他者と自己を区別し、他者とは異なる独自の自己を見出すことで自己表現を行う相互独立的自己観が優勢であり、日本をはじめとする東洋文化では、周囲との関係性において、他者とのつながりや協調性を重視することで自己表現を行う相互協調的自己観が優勢であると説明している。さらに、文化的自己観と抑うつとの関連について、日本人大学生を対象に検討を行った黒田ほか(2004)は、日本人において優勢であるとされる相互協調的自己観と抑うつでは正の相関関係を示し、欧米人に優勢とされる相互独立的自己観では負の相関関係を示した。すなわち、他者との協調性や結びつきを重視する者ほど抑うつ傾向が高いことを示唆しており、また、自己と他者を明確に区別している者ほど抑うつ傾向が低いことが推察される。同時に黒田ほか(2004)では、文化的自己観および、親友関係と抑うつとの関連について検討を行った結果、相互協調的自己観の高い者で友人関係がうまくいっていると評価して

いる者ほど、抑うつ傾向が低いことを示していた。一方、欧米に見受けられる相互独立的自己観の高い者においては、他者との関係性の良し悪しの評価は、抑うつに影響を及ぼさない可能性が示唆されている（黒田ほか、2004）。すなわち、日本人のように他者との関係性を重視する相互協調的自己観を優勢にしている者は、人間関係がうまくいっている場合、抑うつ傾向が低くなり、欧米人のように他者とは異なる自己を見出す者は、他者との関係性の評価は心身の健康には影響を与えていないと考えられる。それらを踏まえると、本研究で得られた結果は、先行研究と概ね同様の知見を示したといえる。日本人の大学生スポーツ実施者はチームメイトとの関係性を重視する故に、ソーシャルサポートのバランスが均一でない場合、チーム内での関係性がうまくいっていないと判断し、抑うつが高くなる傾向になるのではないかと思われる。一方、米国の大学生スポーツ実施者は、相互独立的自己観を重視し、自己とチームメイトを明確に区別しているため、ソーシャルサポートのバランス状態に関係なく、抑うつ傾向が低いと考えられる。つまり、米国のスポーツ実施者は自己と他者という関係性においては、自身の精神的健康を規定しないのであろう。

本研究は、日本と米国の大学生スポーツ実施者を対象に調査を実施し、競技スポーツ継続に関する心身の健康との関連から、日米の差異を説明した。このような知見は今後、わが国のスポーツ実施者の特性を理解する上で重要な視点であると思われるが、本研究で得られた知見から、日米の差異を明確に説明することは難しい。今後、サンプル数を大幅に増やすことや研究データを蓄積することで、さらなる検討を実施することが必要であるといえる。また、日本と米国のスポーツ実施者の差異をより詳細に説明するためには、文化的自己観を踏まえた包括的な検討が必要であらう。

5. まとめ

本研究では、スポーツチームにおけるチームメイトとのソーシャルサポート授受のバランスと抑うつとの関連を明らかにし、また、日本と米国の大学生スポーツ実施者の差異を明らかにした。

日本の大学生スポーツ実施者は、米国に比べるとチームメイトに対してソーシャルサポートを提供する機会が少ないことが示された。また、日本のスポーツ実施者は、他者との関係性を重視することから、チームメイトとのソーシャルサポート授受のバランスが均等であることがスポーツ実施に関する抑うつ傾向を抑制する可能性を示した。一方、米国

のスポーツ実施者はソーシャルサポート授受のバランスは抑うつ傾向に影響を与えないことを示した。

参考文献

- Alexandris, K., Zahariadis, P., Tsoarbatzoudis, C., and Grouios, G. (2002) Testing the sport commitment model in the content of exercise and fitness participation. *Journal of Sport Behavior*, 25(3): 217-230.
- Barefield, S. and McCallister, S. (1997) Social support in the athletic training room: Athletes' expectations of staff and student athletic trainers. *Journal of Athletic Training*, 32(4): 333-338.
- Bianco, T. (2001) Social support and recovery from sport injury: Elite skiers share their experiences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72(4): 376-388.
- Brown, S.L., Nesse, R.M., Vinokur, A.D., and Smith, D.M. (2003) Providing social support may be more beneficial than receiving it: results from a prospective study of mortality. *Psychological Science*, 14(4): 320-327.
- Buunk, B.P., Doosje, B.J., Jans, L.G.J.M., and Hopstaken, L.E.M. (1993) Perceived reciprocity, social support, and stress at work: The role of exchange and communal orientation. *Journal of Personality and Social Psychology* 65(4): 801-811.
- Curtis, J., McTeer, W., and White, P. (1999) Exploring effects of school sport experiences on sport participation in later life. *Sociology of Sport Journal*, 16: 348-365.
- Felton, G. and Parson, M. (1994) Factors influencing physical activity in average-weight and overweight young women. *Journal of Community Health Nursing*, 11: 109-119.
- 福岡欣二 (1997) 友人関係におけるソーシャル・サポートの入手と提供—認知レベルと実行レベルの両面からみた互惠性とその男女差について. *対人行動科学研究*, 15: 1-13.
- 福岡欣二 (2003) ソーシャル・サポートの互惠性に関する考察—認知レベルと実行レベルの区別に焦点を当てて. *行動科学*, 42: 103-108.
- 福岡欣治 (1999) 友人関係におけるソーシャル・サ

- ポートの入手—提供の互恵性と感情状態—知覚されたサポートと実際のサポート授受の観点から—。静岡県立大学短期大学部研究紀要, 13(1), 57-70.
- 萩原悟一・磯貝浩久 (2013) スポーツ・コミットメントの形成に関する競技者アイデンティティとソーシャルサポートの検討。スポーツ産業学研究, 23(2): 227-239.
- 萩原悟一・磯貝浩久 (2014a) スポーツチームにおけるソーシャルサポート提供・受領尺度作成の試み。スポーツ産業学研究, 24(1): 40-62.
- 萩原悟一・磯貝浩久 (2014b) ソーシャルサポートの授受と競技者アイデンティティの関連に着目したスポーツ・コミットメント形成モデルの検討。運動とスポーツの科学, 20(1): 67-75.
- Hardy, C. J., Richman, J. M., and Rosenfeld, L. B. (1991) The role of social support in the life stress/injury relationship. *The Sport Psychologist*, 5(2): 128-139.
- 久田満 (1987) ソーシャルサポート研究の動向と今後の課題。看護研究, 20: 170-179.
- 磯貝浩久 (1996) スポーツ心理学における異文化間研究の動向と課題。九州工業大学情報工学部紀要, 9: 123-134.
- 磯谷俊仁・岡林秀樹 (2012) 大学生の友人関係におけるソーシャルサポートの授受と自我同一性との関連。明星大学心理学年報, 30: 7-16.
- 煙山千尋 (2013) スポーツ選手用ストレス反応尺度の開発。岐阜聖徳学園大学紀要, 52: 31-38.
- 北山忍 (1997) 文化心理学とは何か。柏木恵子・東洋・北山忍編著, 文化心理学—理論と実証—。東京大学出版: 東京, p25.
- Klopf, D. and Cambra, R. (1979) Communication apprehension among college students in America, Australia, Japan, and Korea. *Journal of Psychology*, 102: 27-31
- 黒田祐二・有年恵一・桜井茂男 (2004) 大学生の親友関係における関係性高揚と精神的健康との関係—相互協調的—相互独立的自己観を踏まえた検討—。教育心理学研究, 52: 24-32.
- Lu, L. and Argyle, M. (1992) Receiving and giving support: Effects on relationships and well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, 5: 123-133.
- Malinauskas, R. (2008) College athletes' perceptions of social support provided by their head coach before injury and after it. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 48(1): 107-112.
- Markus, H. R. and Kitayama, S. (1991) Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98: 224-253.
- Noblet, A., Rodwell, J., and McWilliams, J. (2003) Predictors of the strain experienced by professional Australian footballers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(2): 184-194.
- Rook, K. S. (1987) Reciprocity of social exchange and social satisfaction among older women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52: 145-154.
- 周玉慧・深田博己 (1996) ソーシャル・サポートの互恵性が青年の心身の健康に及ぼす影響。心理学研究, 67: 33-41.
- 菅宏規・庄子博人・岡浩一郎・中村好男・間野義之 (2011) スポーツソーシャルサポート尺度の開発—信頼性および妥当性の検討—。スポーツ産業学研究, 21(2): 169-177.
- 多々納秀雄 (1988) スポーツ活動の実態と価値意識に関する国際比較研究(1): 「日本のスポーツ」論の認識論的・方法論的諸課題。健康科学, 10: 91-101.
- 玉瀬耕治・越智敏洋・才能千景・石川昌代 (2001) 青年用アサーション尺度の作成と信頼性および妥当性の検討。奈良教育大学紀要, 50(1): 221-232.
- Tammelin, T., Nayha, S., Hills, A. P., and Jarvelin, M. R. (2003) Adolescent participation in sports and adult physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 24(1): 22-28.
- 谷口弘一・田中宏二 (2011) サポートの互恵性と精神的健康に関する縦断的研究(3)—小学生の友人関係初期に着目して—。長崎大学教育実践総合センター紀要, 10: 27-31.
- 山本友美子・堀匡・石垣琢磨・大塚泰正 (2007) 大学生におけるソーシャルサポートの互恵性変化と抑うつとの関連—性別およびサポート機能別の検討—。広島大学心理学研究, 7: 245-253.

この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。