

冒険キャンプがサッカーユニアユース選手の自己効力感に与える影響

河本 稔 (生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)
指導教員 黒澤 毅

キーワード：冒険キャンプ サッカーユニアユース選手 自己効力感

1. 序論

近年の日本サッカー協会 (JFA) では、個の育成を目標に挙げ、技術・体力の向上だけでなく、感性や道徳性の成長が選手の育成に欠かせないものとし注目されている³⁾。一方、「ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまくおこなうことができるかという確信」¹⁾のことをセルフエフィカシーといい、冒険キャンプでは、自然に挑む冒険性を強調し、人間関係の技能に関して気づきが多く含まれることから自律性の高まり、人間形成に多大な影響を与えるとしている。また、情報源が冒険教育プログラムの場において存在し、重要な役割を果たす²⁾ことから、多感であるサッカーユニアユース年代の選手に情報源が向上するような冒険キャンプを体験させることは意義あると筆者は考える。

そこで本研究では、冒険キャンプがサッカーユニアユース選手の自己効力感に与える影響を明らかにすることを目的とする。

2. 研究方法

【被験者】総合型地域サッカークラブのBサッカークラブに所属する中学生34名のうち、2011年8月23日から26日まで行われた冒険キャンプに参加した32名を対象とした。主なキャンププログラムは、1日目の仲間作り野外ゲーム、班別対抗カヤックポロ、2日目の沢登り、人工壁ロッククライミング、3日目の武奈ヶ岳・サバイバル登山、4日目の武奈ヶ岳登山など、冒険教育要素のある内容であった。

【調査用紙及び手続き】自己効力感を測定するため、坂野ら⁴⁾が作成した一般性セルフエフィカシー尺度を使用した。自己効力感の向上に必要とされる4つの情報源をキャンプ中のふりかえりに用い、また各選手のサッカー場面に関する変化について、筆者が独自に作成した用紙をコーチ2名に実施した。各調査時期を表1に示した。尚、統計処理にt検定及び分散分析、相関分析を使用した。

表1 調査時期

	pre 1ヶ月前	camp1	camp2	camp3	camp4	post 1ヶ月後
自己効力感	○	—	—	—	—	○
情報源 (ふりかえり)	—	○	○	○	○	—
サッカー場面に関するアンケート	—	—	—	—	—	○

3. 結果と考察

キャンプ1ヶ月前から1ヶ月後の自己効力感(全体)は向上しなかったが、下位因子では、「能力の社会的位置づけ」に有意な向上がみられた。自らを取り巻く環境がストレスのある状況であったにもかかわらず、直面する困難な課題に対して、仲間との協力や自己との挑戦、他者の成功観察などにより、自身の能力を奮起させたことが課題解決につながり、ストレス状況を克服

して不安を解消したと考えられる。また、情報源においては「言語体験」と「高揚体験」に有意な向上がみられた。集団生活の場で、自分が遂行する課題に対する努力や結果を他者・信頼できる人によって評価を受けること、また評価し合うフィードバックがその人の情報源の強化につながったと考えられる。分析の結果を表2に示した。

表2 自己効力感と下位因子の分析結果

	pre		post		t値
	M	SD	M	SD	
「自己効力感」	47.41	7.13	46.94	6.06	.553
「行動の積極性」	22.00	4.02	21.63	4.47	.76
「失敗に対する不安」	14.19	3.44	13.28	3.90	1.63
「能力の社会的位置づけ」	10.66	2.48	11.78	2.45	-3.53 **

**p<.01

下位因子と情報源の相関関係は、2年生における「能力の社会的位置づけ」因子と「言語体験」に正の相関がみられた($\rho=.624$)。その要因として、困難な状況を共に乗り越えるためには選手同士の会話が特に必要であり、2年生がいつも以上にリーダーシップを発揮し、積極的に言葉がけを行ったことがその要因と考えられる。「失敗に対する不安」を恐れずに何事に対しても「積極的な行動」をとることがサッカー場面に限らず大切である。体験自体が自信となることで、周囲の人に言葉がけやコミュニケーションを多く取ることが重要であると考えられる。

指導者はキャンプ1ヶ月後の選手について、「キャンプ中に仲間と協力して行動することや、一人で克服困難な課題に対して班員と話し合い、何事もひたむきに取り組む体験が自己を形成しつつある」と述べ、以前に比べて学年を問わず会話を図る機会が増えたことや、意欲を感じられなかった選手が積極的になったこと、指導者の話を聞く姿勢にも変化がみられたと高く評価していた。

4. まとめ

キャンプを経験したサッカー選手の自己効力感には向上しなかったが、ふりかえりシートからは自己効力の変容とみられる様子が伺え、冒険的要素を含むキャンプがサッカーユニアユース選手の自己効力感に影響を与えることが示唆された。今後、さらなる自己効力と情報源との関連性、情報源一つ一つに焦点を当て冒険キャンプを行う必要性があり、また統制群を用いて短期キャンプや長期キャンプでの調査を行っていく必要がある。

引用文献

- Bandura, A. (1977): Self-Efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, pp191-215
- 伊原久美子(2002): キャンプにける冒険教育プログラムが小中学生のセルフエフィカシーに及ぼす影響 野外教育研究 第7巻第2号
- 日本サッカー協会(2005): キャプテンズ・ミッション
- 坂野雄二・前田基成(1987): セルフエフィカシーの臨床心理学 北大路書房