

修士論文（要旨）
2026 年 1 月

団体競技における感謝の
スポーツ組織市民行動に対する効果の検討

指導 石川 利江 教授

国際学術研究科
国際学術専攻
心理学実践研究学位プログラム ポジティブ心理分野
224J2057
小林 優乃

Master's Thesis (Abstract)
January 2026

Examining the Effects of Gratitude on Sports Organizational Citizenship
Behavior in Team Sports

Yuna Kobayashi
224J2057
Master of Arts Program in Positive Psychology
Master's Program in International Studies
International Graduate School of Advanced Studies
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Rie Ishikawa

目次

第1章	研究背景	1
第2章	感謝に関する研究の動向	2
2.1	感謝の役割	2
2.2	感謝の先行研究	3
2.3	海外の先行研究	3
2.4	感謝の介入研究	4
2.5	感謝の定義	4
2.6	感謝とスポーツ組織市民行動	5
2.7	チームメンタルモデル	5
2.8	Grit	6
第3章	本研究の目的と意義	6
3.1	本研究の目的	6
3.2	本研究の意義	7
3.3	本研究の構成	7
第4章	調査方法	7
4.1	調査対象者	7
4.2	調査の手続き	8
4.3	調査項目	8
4.4	分析方法	9
4.5	倫理的配慮	9
第5章	結果	10
5.1	対象者の内訳	10
5.2	基礎統計量と信頼性係数	11
5.3	性別による違い	12
5.4	学年による違い	14
5.5	部活動による違い	16
5.6	因子間相関	18
5.7	感謝高群・低群の各変数の差	20
5.8	モデルの作成	22
第6章	考察	23
6.1	考察	23
6.2	研究の限界と今後の課題	25
	謝辞	
	引用文献	

第1章 背景

近年では、部活動の衰退や大学生の健康度の低さが問題になっている(笹川スポーツ財団, 2024;徳永, 2002)。運動部活動による運動の継続は、大学生における健康の維持増進に効果的なものとして関与している(松田, 2018)こと、大学生の時期から運動部に所属しスポーツ参加を行うことは、サークルに所属するよりもその後の生涯スポーツの実践に大きく寄与することが分かっている(蔵元, 2006)。

大学生において、高校で部活動に所属していた人の約 4 割が大学で運動部活動に所属しておらず(須崎ら, 2016)、人間関係でつまづきが見られることから、運動部活動の継続において良好な人間関係が重要であると考えられる。

第2章 目的

本研究では、大学で団体競技に所属する学生を対象に、感謝がスポーツ組織市民行動およびチームメンタルモデルに与える影響について、部活動の満足度や Grit, および社会的望ましさを考慮した上で検討することを目的とする。

仮説：感謝が SOCB を媒介して TMM や満足度、Grit に影響を与える。

第3章 感謝

近年、感謝は他者の貢献や支援を認識し、向社会的行動を促進する道徳的感情として注目されており、スポーツ領域においても、レジリエンスの向上やチーム満足度との関連が示されている。しかし、感謝は文化差があると指摘されており、日本のアスリートを対象とした感謝と満足度や、向社会的行動、チームの凝集性やチームの風土などとの関係性についても十分な検討がなされていない。

第4章 方法

調査対象は、大学の団体競技に所属する学生 213 名であった。Web 質問紙調査を実施し、Gratitude Questionnaire-20 Items の日本語版尺度、スポーツ組織市民行動尺度、チームの共通理解尺度、Short Grit 尺度、部活動満足度、日本語版 BIDR(社会的望ましさ尺度)を用いて質問を行った。本研究の統計解析には統計分析には IBM SPSS Statistics 30.0 および IBM SPSS Amos 30.0 を用いた。

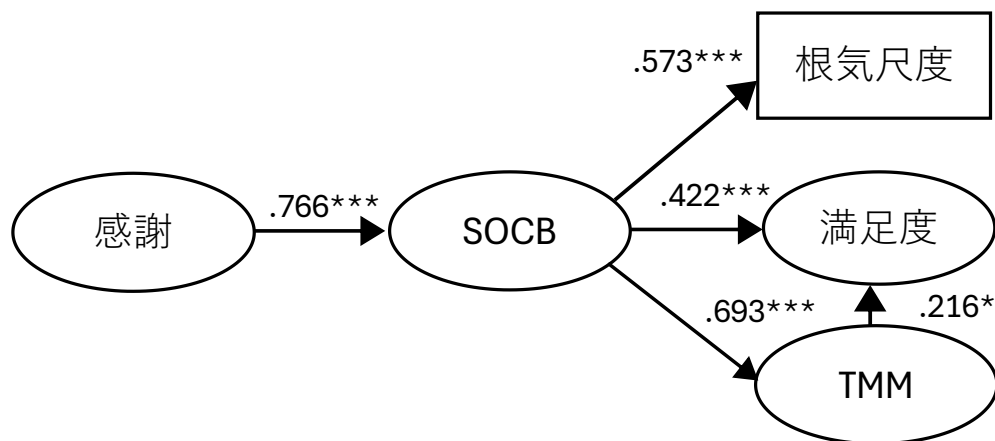
第5章 結果

構造方程式モデリングを行い、分析データのモデルの当てはまりを検討するため適合度指標を算出した。社会的望ましさの自己欺瞞因子を統制変数として SEM に投入するとモデル適合度が悪化し、また媒介モデルの推定が不安定になった。これは、社会的望ましさを投入することでモデルの自由度が低下し、推定の安定性に影響を及ぼした可能性が考えられる。しかし、主要なパス係数の大きさや有意性には大きな変化は見られなかった。したがって、本研究における感謝と SOCB および TMM の関連は社会的望ましさによる影響のみで説明される結果ではないと判断し、最終モデルから除外した。

その結果、GFI=.885, AGFI=.835, CFI=.909, RMSEA=.095 と一定の適合度が得られ、関係モデルは分析データに当てはまることが示された。各パス係数をみると、感謝から SOCB へのパス係数は.766, SOCB から TMM へのパス係数は.693, TMM から満足度へのパス係数は.216, SOCB から満足度へのパス係数は.422, SOCB から Grit の下位因子である根気尺度へのパス係数は.573 であり、すべてのパス係数が有意であった。感謝から TMM, 根気への直接パスはいずれも有意ではなく、SOCB を介した経路のみが有意であったことから、本研究のモデルにおいては、SOCB が感謝と各結果変数との関係を完全に媒介していることが示唆された。

そこで、ブートストラップ法(5000 回)を用いて間接効果の検定を行った結果、感謝が SOCB を媒介して TMM に与える効果(推定値 = .468, $p < .001$), 感謝が SOCB を媒介して満足度に与える効果(推定値 = .279, $p < .001$), 感謝が SOCB を媒介して根気尺度に与える効果(推定値 = .313, $p < .001$)のすべてにおいて有意な間接効果が認められ、95%信頼区間の下限と上限の間に 0 を含まなかった。各パス係数は Figure2 に示した。

Figure2 仮説モデルのパス解析結果



$p^{***} < .001$, $p^{**} < .01$, $p^* < .05$

GFI = .885, AGFI = .835, CFI = .909, RMSEA = .095

第6章 考察

本研究の目的は、大学の団体競技部活動に所属する学生を対象に、感謝が SOCB および TMM にどのように関連するかを満足度や Grit といった個人特性や社会的望ましさを考慮した上で検討することであった。

調査の結果、感謝が SOCB を完全媒介し、TMM や満足度、Grit の下位因子である根気を向上させていることが明らかとなった。

本研究の結果から、感謝が組織内の向社会的行動や個人の役割の認識や規範に対する意識を促進し、部員内での相互交流が盛んに行われ、長期的な目標に対する情熱(根気)とチームの共通理解(TMM)が高まり、部活動の満足度にも繋がることが明らかになった。

これは、単に感謝をするだけでは不十分であり、SOCB としてチームの為の行動として表

出されることで初めて、TMM や Grit、満足度が向上することを示唆している。

本研究は、大学スポーツにおける感謝の意義を実証的に示した点に意義がある。一方で、横断研究である点や自己報告尺度に依存している点が課題であり、今後は縦断的・介入的研究による検討が求められる。

引用文献

- Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006) . Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological Science*, 17, 319–325.
- Gloria Bernabe-Valero · José S. Blasco-Magraner · Marianela R. García-March (2020). Gratitude Questionnaire–20 Items (G20): A Cross-Cultural, Psychometric and Crowdsourcing Analysis. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–9
- Jones, G. (2002) . Performance excellence: A personal perspective on the link between sport and business. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 268–281.
- 河津慶太・杉山佳生・中須賀巧 (2012) . スポーツチームにおける組織市民行動, チームメンタルモデルとパフォーマンスの関係の検討—大学生球技スポーツ競技者を対象として—. *スポーツパフォーマンス研究*, 4, 117–134.
- 河津慶太・杉山佳生・中須賀巧 (2011) . スポーツチームにおけるメンバーの共通理解尺度の作成. *九州体育・スポーツ研究*, 26, 27–35.
- 蔵元健太・菊池秀夫 (2006) . 大学生の組織スポーツへの参加動機に関する研究—体育会運動部とスポーツサークル活動参加者の比較—. *中央大学体育学論叢*, 47, 37–48.
- 松田亮・田村孝洋・湯浅理枝 (2018) . 大学生の体力・運動能力に関する考察—経年変化と運動部活動の継続がもたらす差について—. *広島経済大学研究論集*, 41, 129–138.
- 文部科学省 (2013) . 運動部活動での指導のガイドライン (平成 25 年 5 月) .
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/detail/_icsFiles/afieldfile/2018/06/12/1372445_1.pdf
- 持田和明・高見和至・島本好平 (2016) . スポーツ組織市民行動尺度の作成. *コーチング学研究*, 30, 15–27.
- 中須賀巧・阪田俊輔・杉山佳生 (2016) . 運動継続のための大学運動部活動における動機づけ雰囲気, 自己開示, 満足感の関係. *スポーツパフォーマンス研究*, 8, 1–13.
- 西川一二・奥上紫緒里・雨宮俊彦 (2015) . 日本語版 Short Grit (Grit-S) 尺度の作成. *パーソナリティ研究*, 24, 167–169
- 笹川スポーツ財団 (2024) . 子ども・青少年のスポーツライフ・データ 2023.
https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports_life/datalist/2024/
- スポーツ庁 (2024) . 令和 5 年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」の結果を公表します. https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/jsa_00167.html
- 須崎康臣・入部祐郁・杉山佳生・斉藤篤司 (2016) . 大学における運動部の実態調査：入部・不継続理由について. *九州大学健康科学編集委員会紀要*, 38, 33–41.
- 徳永幹雄・橋本公雄 (2002) . 健康度：生活習慣の年代的差異及び授業前後での変化. *健康科学*, 24, 57–73.
- 谷伊織 (2008) . バランス型社会的望ましさ反応尺度日本語版 (BIDR-J) の作成と信頼性・妥当性の検討. *パーソナリティ研究*, 17, 18–28