

# 武道経験と礼の価値の内在化の関係

徳永彩花\*・上地広昭

Relationship between Budo and internalization of rei

TOKUNAGA Ayaka and UECHI Hiroaki

(Received September 30, 2011)

## 緒言

わが国では、平成24年度より、中学校の1, 2学年を対象に、「武道」の必修化が完全実施される。この背景には、子どもたちの道徳性が揺らいでいる現代において、武道教育を通して子どもたちの心を育てるというねらいがある<sup>1)</sup>。武道には、外来スポーツにはない日本固有の文化的本質が内在しているという考えがあり<sup>2)</sup>、中でも修行を通して修身や礼節を涵養することは、武道のもっとも重要な教育的効用の一つとして位置づけられている。実際に、少年柔道に携わっている指導者を対象とした意識調査においても、「柔道初心者に最も指導したい項目」として「礼法」が挙げられている<sup>3)</sup>。

もちろん、外来のスポーツにおいても礼に類した行為は存在する。たとえば、試合の後の握手や抱擁によりお互いを称え合うような「マナー」がこれに当たる。しかし、杉山<sup>2)</sup>は、武道における「礼」と外来のスポーツに見られる「マナー」との相違点について「相手を尊重する謙虚な心を持つ」という点では同様だが、礼は「自己を制御する克己心の育成」の役割も果たしている点で異なることを指摘している。つまり、武道においては、礼を外来のスポーツのマナーのように人間関係上の問題として捉えるだけではなく、厳格な形式に従うことにより自己を高める手段としても位置づけている。

しかし、現代の武道における礼は、勝利至上主義や礼の意義の忘却などにより形式のみを重視する「虚礼化」、もしくは「形骸化」の傾向を示しているとの指摘もある<sup>4)</sup>。元来、「礼」という用語自体は中国から導入されてきたものであるが、中国においては「礼」それ自体の定義は明確に示されておらず、孔子の『論語』の中などでも「あらゆる物事の正しいということが礼である」といった哲学的思考にとどめられていた<sup>5)</sup>。日本では、その「礼」の概念を日本固有の思想と融合させ、より実践的、行動的に捉え発展させてきた経緯がある<sup>4)</sup>。たとえば、新渡戸<sup>6)</sup>は『武士道』の中で「礼は他を思いやる心（ここでは仁や義を指す）が外に表れたものでなければならぬ」と記し、小笠原<sup>5)</sup>も「礼とは抽象的な概念ではなく、行動に生きる心そのものである」と述べ、礼は心と行動が調和した状態でなければならぬことを強調している。

上記のように、礼の本質的意義に沿えば、礼とは相手に対する敬意や感謝、あるいは自己を制御する克己心から個人の内より自然発生的に生じ、行動として表出されるべきものである。そのためには、個人が礼の価値を理解し、その価値を個人のうちに内在化させる必要がある。現在の礼の乱れの背景は、この礼の価値の内在化が行われていない可能性が考えられる。つま

---

\*鷗州コーポレーション

り、個人が礼の価値を理解せず他者からの圧力により他律的に行っていることが、礼の虚礼化や形骸化にほかならないのではないだろうか。そのため、この礼の乱れを正すためのひとつのアプローチとして、礼を行うことの価値をいかに個人のうちに内在化させるかについて焦点を当てることが有効ではないかと考える。

現在、心理学の分野において、行動の価値の内在化に関する理論として、自己決定理論が注目を集めている<sup>7)</sup>。この理論は、人の行動の動機づけを扱ったものであり、動機づけを「非動機づけ（行動する理由・意味が分からず、動機づけられていない）」、「外発的動機づけ（何らかの目的を果たすための手段として行動している）」、および「内発的動機づけ（行動自体を目的として行っている）」の三つに分類している。さらに、外発的動機づけについては、行動の価値の内在化の過程における自己決定（自律性）の度合いにより、「外的調整（行動の価値を理解しておらず、強制されて行っている）」、「取り入的調整（行動の価値を理解しているが、義務的に行っている）」、「同一視的調整（行動の価値を自分の価値観とし、重要性を理解して行っている）」、「統合的調整（行動の価値が他の価値観と競合することなく、自然に行っている）」の四つの自己調整スタイルに分類している。

一般的に、武道の教育的効用のひとつとして、修行を通して礼を行うことの価値を内在化し、日常生活場面においても自然発生的に心と行動が調和した状態で礼が表出するようになることが期待されている。これを自己決定理論に照らし合わせて考えると、武道経験は、礼の動機づけの自律性の高い自己調整スタイル（統合的調整や同一視的調整）と関連することが予想される。しかし、これまで、武道の教育的効用について経験的には数多く語られているが、このような形で心理学的文脈から実証的に検討された例は少ない。

そこで、本研究では、武道経験と礼の動機づけの関係について検証し、さらに礼の動機づけ（礼の価値の内在化）が対人関係能力とどのような関連を持つのかについて検証する。

## 方法

### 1) 調査対象

中国地方の国立大学の学生268名を対象に質問紙調査を行った。質問紙の回収後、記入漏れや記入ミスのある回答を除外し、最終的に267名（男子84名、女子183名：平均年齢20.2歳:有効回答率99.6%）の回答を分析対象とした。

### 2) 調査期間

2010年10月中旬から11月中旬に実施した。

### 3) 調査内容

(1) フェイスシート：対象者の属性として、年齢、性別、および武道・スポーツ経験の有無などの項目を準備した。なお、本研究では、武道の種目として、柔道、剣道、相撲、空手道、合気道、弓道など、日本（琉球を含む）古来の武芸全般を想定し調査を行った。

#### (2) 礼の動機づけ

礼の動機づけを測定するために、礼動機づけ尺度を使用した（付録参照）。本尺度は、Deci et al.<sup>7)</sup>の提唱する自己決定理論に基づき、礼の動機づけを「非動機づけ」、「外発的動機づけ」、および「内発的動機づけ」の三つに分類し、さらに、外発的動機づけについては、礼の価値の内在化の過程における自己決定（自律性）の度合いにより、「外的調整」、「取り入的調整」、および「統合・同一視的調整」の三つの自己調整スタイルに分類した（本研究では、先行研究<sup>7)</sup>に従い、同一視的調整と統合的調整は一つの調整スタイルとして扱った）。礼動機づけ尺度の

項目内容に関しては、自己決定理論に基づき作成された既存の尺度（たとえば、松本ほか<sup>8)</sup>、藤田ほか<sup>9)</sup>など）の項目を参考に、日常生活の礼の場面に適したものを設定した。回答形式は、「全くあてはまらない」「あまりあてはまらない」「どちらともいえない」「少しあてはまる」「かなりあてはまる」の五件法を採用した。なお、本研究では、礼を「日常生活における他者への挨拶や返礼といった道徳的行動全般」と定義し教示した。

本尺度における各下位尺度の $\alpha$ 係数は、内発的調整が.64、統合・同一視的調整が.73、取り入れ調整が.63、外的調整が.72、および非動機づけが.90であり、内発的調整および取り入れ調整においてはやや低い数値であったものの、一応の内部一貫性が認められたものと判断した。また、本尺度の構成概念妥当性についても、検証的因子分析を行った結果、誤差間にいくつかのパスを想定したものの、モデルが礼動機づけ項目間の相関行列の全分散を説明する程度を表す適合度指標は、いずれも高い値を示した（GFI = .900, AGFI = .864, CFI=.928, RMSEA =.058）。このことから、礼動機づけ尺度の構成概念妥当性の一部が認められたものとした。

### (3) 対人関係能力

対人関係能力については、西田<sup>10)</sup>が作成した心理的 well-being 尺度の中の下位尺度である「積極的な他者関係」を用いた。回答形式は、「全く当てはまらない」「あまりあてはまらない」「どちらかといえばあてはまらない」「どちらかといえばあてはまる」「ややあてはまる」「非常にあてはまる」の六件法を採用している。

### 4) 分析方法

武道・スポーツ経験の性差については $\chi^2$ 検定により検討した。さらに、礼の動機づけについて武道経験による差異を検討するために、礼動機づけ尺度の五つの下位尺度（内発的動機づけ、統合・同一視的調整、取り入れ調整、外的調整、非動機づけ）を従属変数、性別（男女）および武道・スポーツ経験（武道経験者群、スポーツ経験者群、および武道・スポーツ未経験者群）を独立変数とする二元配置の分散分析を行った。また、対人関係能力（積極的な他者関係）と礼の動機づけの五つの下位尺度について相関分析を行い両者の関連を検証した。

## 3. 結果および考察

### 1) 武道・スポーツ経験の性差について

本研究の対象者267名中、武道経験者は57名（21.3%：平均修行年数6.5年）、スポーツ（武道以外）経験者は161名（60.3%：平均練習年数6.6年）、武道およびスポーツ未経験者は49名（18.4%）であった（表1）。なお、武道およびスポーツの両方を経験しているものについては、武道経験者として分類した。男女別に比較した結果、男子は女子に比べて武道経験者の割合が高いことが明らかになった（男子33.3% vs 女子15.8%,  $\chi^2=11.65, p < .01$ ）。これについては、幼少期における習い事の内容からも予想され、女子はピアノや習字など文化的活動を習っている可能性が高く妥当な結果であるといえる。

表1 武道・スポーツ経験の性差

	武道経験者	スポーツ経験者	武道・スポーツ 未経験者
人数	28	46	10
男子 パーセンテージ(%)	(33.3)	(54.8)	(11.9)
調整済み残差	3.2	-1.3	-1.8
人数	29	115	39
女子 パーセンテージ(%)	(15.8)	(62.8)	(21.3)
調整済み残差	-3.2	1.3	1.8

$\chi^2=11.65, p < .01$

2) 武道・スポーツ経験と礼の動機づけの関係について

「性別」および「武道・スポーツ経験別」による礼の動機づけの差異を検討した結果を表2に示した。内発的動機づけおよび非動機づけについては、武道・スポーツ経験の有無による有意な主効果および交互採用は認められなかった。統合・同一視的調整については、「武道・スポーツ経験の有無」による有意な主効果が認められ ( $F(2/259)=3.70, p<.05$ ), 武道経験者群は武道・スポーツ未経験者群に比べ有意に高い得点を示した。つまり、武道経験者は、武道・スポーツ未経験者に比べ、自律的に礼を行っていることが明らかになった。また、取り入れ的調整および外的調整においては、有意な「武道・スポーツ経験の有無」の主効果が認められ (取り入れ的調整:  $F(2/159)=6.18, p<.01$ ; 外的調整:  $F(2/259)=6.76, p<.001$ ), 両自己調整スタイルともに、武道経験者群はスポーツ経験者群よりも有意に高い得点を示した。これは、武道経験者は、非武道経験者よりも、より義務的・他律的に礼を行っていることを示している。性差については、取り入れ的調整および非動機づけについて有意な性の主効果が認められた (取り入れ的調整:  $F(1/259)=5.43, p<.01$ ; 非動機づけ:  $F(1/259)=5.22, p<.05$ )。女子は、男子に比べ、礼を行うことの意味を理解しているが、義務的に礼を行っていることが明らかになった。

表2 性別および武道・スポーツ経験別の礼動機づけ尺度得点の平均値および標準偏差

動機づけのスタイル	性別	武道・スポーツ経験			性の主効果 F	武道・スポーツ経験の主効果 F	交互作用 F
		武道経験者	スポーツ経験者	武道・スポーツ未経験者			
		(平均値)	(標準偏差)	(標準偏差)			
内発的	男子	14.33 (2.72)	13.46 (3.13)	13.10 (3.44)	1.93	.74	.64
	女子	14.27 (2.37)	14.33 (2.69)	14.10 (2.44)			
統合・同一視的	男子	15.14 (2.82)	14.46 (2.98)	13.20 (3.22)	3.63†	3.70*	.48
	女子	15.86 (1.99)	14.83 (2.75)	14.61 (2.73)			
取り入れ的	男子	14.77 (2.06)	13.48 (2.65)	11.60 (3.13)	5.43**	6.18**	2.44†
	女子	15.03 (2.39)	13.73 (3.09)	14.23 (2.74)			
外的	男子	13.25 (2.87)	11.46 (3.25)	11.60 (3.16)	1.10	6.76**	.08
	女子	13.55 (2.66)	11.85 (2.97)	12.41 (2.89)			
非動機	男子	6.96 (3.11)	6.66 (2.98)	8.00 (3.59)	5.22*	.84	.77
	女子	5.93 (2.40)	6.28 (2.77)	6.33 (2.61)			

男子武道経験者27名、男子スポーツ経験者45名、男子未経験者10名、女子武道経験者29名、女子スポーツ経験者115名、女子未経験者39名

( ) 内は標準偏差

†p<.10, \*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

3) 礼の動機づけと対人関係能力の関係について

礼の動機づけと対人関係能力との関係について明らかにするために男女別に相関分析を行った結果が表3である。男女ともに礼の動機づけの下位尺度のうち内発的動機づけおよび統合・同一視的調整が、積極的な他者関係との間に正の相関を示すことが明らかになった ( $r = .40 - .23$ )。これは、自律的に礼を行うものほど良好な他者関係を築いていることを示している。さらに、男子においては外的調整が、女子においては取り入れ的調整が積極的な他者関係と有意な正の相関を示した (女子においては非動機づけと積極的な他者関係の間に極めて弱い負の相関がみられる)。これらの義務的・他律的な動機づけについても積極的な他者関係の構築に役

立つ可能性が示された。

表3 礼の動機づけと積極的他者関係の相関関係

		動機づけのスタイル				
		内発的動機づけ	同一視的調整	取り入れの調整	外的調整	非動機づけ
積極的な他者関係	男子	.42***	.40***	.13	.24*	-.21†
	女子	.23**	.27***	.21**	.13†	-.17*

†p<.10, \*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

### 総合論議

本研究の結果、武道経験者は、武道・スポーツ未経験者に比べ、礼をより自律的に行っていることが明らかになった。武道経験者は、武道経験を通して礼の価値を理解し、日常生活においても自発的に礼を行う習慣が身につけており、この結果は世間の武道教育に対する期待に沿うものであった。これは、今後、中学校において施行される武道必修化についても好ましい成果が期待できることを示した極めて重要な結果であるといえる。ただし、この結果は武道修行の効用だけではなく、個人の特性や家庭の環境なども強く関連している可能性がある。つまり、もともと日本の文化や礼節に興味もつ者が武道を始めたり、礼節を重んじる家庭の子どもが親の意向によりお稽古事として武道を習っていた場合も多いはずである。その点では、今後、これらの個人特性や家庭環境を考慮した検証が求められる。礼の自律的な動機づけに関するスポーツ経験者との比較においては、武道経験者のほうがより高い「統合・同一視的調整」得点を示してはいたが有意な差は認められておらず、スポーツにおいても、武道ほど顕著ではないが礼の価値を内在化させる教育的効用があるのかもしれない。

また、武道経験は自律的な礼の動機づけと関連すると同時に、他律的・義務的な動機づけ（外的調整および取り入れの調整）とも関連することが示されており、これは、武道を学んでも礼の表面的な部分だけを取り入れ、礼の価値を理解して（深く内面化して）いない可能性も示唆している。つまり、武道経験者の中には、礼の価値を内在化させ自律的に礼を行っているものがある一方で、礼の価値を理解せず、他律的・義務的に礼を行っているものが存在することが明らかになった。他律的・義務的な動機づけを長期的に放置することは、礼の形骸化・虚礼化の蔓延につながり危惧すべき傾向といえる。

ただし、これについては、小笠原<sup>5)</sup>も「礼法の型ばかりを稽古しても、心と体が修まらなければ、思慮浅く軽々しい所作になり、穏やかで慎み深い所作とは言いがたい慇懃な虚礼となる」と礼の形骸化に警鐘を鳴らしながらも、「ふさわしい作法を繰り返し稽古することにより、徐々に内面の品格を身につけることが重要である」とも述べており、他律的・義務的であっても礼の作法をまず身につけ、日々の稽古の中で繰り返し行うことにより、自律的な礼につながる可能性を指摘している。

武道においては、礼法に限らず技法においても、まず形から入り、形を堅守することにより、修行の過程において徐々にその価値を内在化させていく指導形態を採用することが多い。特に、子どもに対して、はじめから礼の価値（意義）を理解させることは極めて困難な作業であり、まずは形から入らせることも一つの教育的手段ではないかと考える。むしろ指導者が、長期的

な視点で、子どもの礼の価値の内在化を期待し、適切な指導を続けることが肝要なのではないだろうか。

もう一点、自律的な礼（内発的動機づけおよび統合・同一視的調整）は積極的な他者関係と極めて好ましい関連を示していたが、他律的・義務的な礼であっても積極的他人関係に好ましい関連を持つ可能性が示された。これは、他律的・義務的に礼を行うことは少なからず人間関係を保つために必要なスキルとして役立つことを示しており、どのような動機であっても行動としての礼が良好な他人関係につながることは非常に興味深い結果であった。

## 限界

以下に本研究の限界を述べる。まず、本研究では、中学や高校の体育授業で武道を経験したものは「武道経験者」には含めなかった。この理由として、体育授業における武道は週1回半程度のもが多く、武道が礼の動機づけに果たす役割をより明確に見るためには期間が短すぎる（練習量が少なすぎる）と判断したためである。

また、武道経験者の修行年数を分けての比較を行っておらず、修行年数の違いにより動機づけに変化が見られるかについて検証できていない。これは、対象者の数によりものであり、今後は対象者数を増やし、修行年数ごとに礼の動機づけが異なるかを検討する必要がある。

最後に、本研究では、武道経験者をひと括りにまとめて検討したが、実際には武道クラブごとに指導方針、練習内容、競技レベルがかなり異なる。指導者の方針により、競技志向のクラブもあれば、礼儀を重視するクラブもある。今後、クラブの指導方針を考慮したより詳細な検討が期待される。

## まとめ

本研究で明らかになったことを簡潔にまとめる。(1) 武道を経験することにより、礼を行うことの自律的な動機づけが高まる可能性が示された。(2) ただし、武道経験による礼の動機づけの促進は、自律的なものだけでなく、他律的・義務的なものも含まれていた。(3) 武道経験により礼の動機づけを高める（もしくは礼の価値を内在化させる）ことは積極的な他人関係と結び付く可能性が示された。

## 引用文献

- 1) 木村昌彦：武道で育てる子どもの心。児童心理, 62(14), 1404-1408, 2008.
- 2) 杉山重利：武道論十五講。不味堂出版, 2002.
- 3) 山口香ほか：スポーツ環境指導システムの構築—初心者指導の体系化—, 日本武道学会第37回大会発表論文集, 2004.
- 4) 末次美樹：武道における礼の教育的価値—礼の本質論についての研究—, 駒澤大学総合教育研究部紀要, 3: 305-325, 2009.
- 5) 小笠原清忠：武道の礼法。日本武道館, 2000.
- 6) 新渡戸稲造：武士道。PHP研究所, 2003.
- 7) Deci EL, et al.: The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychol. Inq., 11(4) : 227-268, 2000.
- 8) 松本裕史ほか：自己決定理論に基づく運動継続のための動機づけ尺度の開発—信頼性および妥当性の検討。健康支援, 5(2) : 120-129, 2003.

- 9) 藤田勉ほか：自己決定理論に基づく運動に対する動機づけの検討 鹿児島大学教育学部研究紀要, 61: 61-71, 2010.
- 10) 西田裕紀子：成人女性の多様なライフスタイルと心理的well-beingに関する研究. 教育心理学研究, 48 : 433-443, 2000.

付録 礼動機づけ尺度

		全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	すこしあてはまる	かなりあてはまる
内発的	1 礼を行うことで自分自身が満足するから	1	2	3	4	5
	2 礼を行うことで謙虚な気持ちになれるから	1	2	3	4	5
	3 礼を行うことですがすがしい気持ちになれるから	1	2	3	4	5
	4 礼は自分により影響を与えるから	1	2	3	4	5
統合・同一視的	5 礼をすることは自分にとって重要なことだから	1	2	3	4	5
	6 礼は自分自身を成長させてくれるものだから	1	2	3	4	5
	7 礼を行うことで心が引きしまるから	1	2	3	4	5
取り入札的	8 礼は大切なことであり、行うべきだから	1	2	3	4	5
	9 礼を行わないと罪悪感を感じるから	1	2	3	4	5
	10 礼を行わないと大学生として恥ずかしいから	1	2	3	4	5
	11 礼を行わないと人として失格だから	1	2	3	4	5
外的	12 礼を行わないと自分が失礼な人間に感じるから	1	2	3	4	5
	13 礼を行わないと相手が怒り出しそうだから	1	2	3	4	5
	14 礼を行わないと親、先生、先輩などに怒られるから	1	2	3	4	5
	15 礼を行うように道徳的に定められているから	1	2	3	4	5
非動機	16 親、先生、先輩などに「礼をしなければならぬ」と教わったから	1	2	3	4	5
	17 なぜ礼を行うのか分からない	1	2	3	4	5
	18 礼を行う必要性が分からない	1	2	3	4	5
	19 礼を行う意味が分からない	1	2	3	4	5
	20 礼には意味がない	1	2	3	4	5