運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究

上野耕平¹⁾* 中込四郎¹⁾A study on the acquisition of life skills through
the participation in athletic clubKouhei Ueno^{1)*} and Shiro Nakagomi¹⁾

Abstract

A number of studies have already been done on the relationship between sport and personality development. However, few studies have examined the aspect of life-span development. As experiences which affect personality development, we examined the relationship between psycho-social skills (athletic situational skills) which are acquired in sport and the skills (life skills) which are essential in our daily life. This study was carried out under the assumption that athletic situational skills can be generalized into life skills, and that the generalization can be influenced by coaches in athletic situations. In Study 1, a survey was conducted of 361 freshmen at universities who had belonged to athletic clubs while attending high school. Consequently, a scale of athletic situational skills and life skills was prepared. In Study 2, another survey was carried out on 435 high school students who belonged to athletic clubs and 349 students who did not belong to any clubs. The scale devised in Study 1 and a questionnaire about coaches were used in this survey. From the results, it was clarified that students who participated in athletic clubs acquired more life skills which are similar to athletic situational skills than students who did not participate in any clubs. Furthermore, with regard to possible generalization between the two kinds of skills, it was considered that students who have acquired athletic situational skills can generalize them into life skills with suitable advice (for interpersonal skills: advice about its value; for intrapersonal skills: advice about its practice) from their coaches.

Key words: life skills, life-span development, athletic club

(Japan J. Phys. Educ. 42: 33-42, May, 1998)

キーワード：ライフスキル、生涯発達、運動部活動

序 論

スポーツ競技者としての経歴は社会から積極的な期待を受けることが多い。しかしそうした期待とは裏腹に、自分自身を過小評価する競技者も見受けられる。米国代表を経験したことのある競技者を対象に行われた調査は、彼らの多くが競技場

面以外での自分に対して自信がなく、役に立たないと感じていることを明らかにしている¹⁾。実際、スポーツを通して社会で役に立つ能力を獲得することは不可能であるのか。それとも、経験の内容によるのか。これらの疑問を検討することは、スポーツ場面におけるどのような経験が、いかなる過程を経て人格形成に結び付くのかといった、心理的メカニズムの解明に通じる。

1) 筑波大学体育科学系
〒305-8574 茨城県つくば市天王台 1-1-1
* 現 阿南工業高等専門学校
〒774-0017 徳島県阿南市見能林町青木265

1. Institute of Health and Sports Sciences, University of Tsukuba
1-1-1, Tennoudai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8574
Anan College of Technology
265, Aoki, Minobayashi-cho, Anan-shi, Tokushima 774-0017

スポーツ経験と人格形成の関係は体育・スポーツ心理学領域における古典的テーマであり、過去に多数の研究がなされている。そしてその多くは、スポーツ経験が人格形成に及ぼす影響の確認を目的としたものであった¹⁹⁾。またこれまで、競技者の生涯を明確に視野に入れスポーツ経験と人格形成の関係を扱った研究は少ない。このことは対象となる競技者が異なる発達段階にあるにも関わらず、どの年代においても同様な変数（パーソナリティ要因）を用いた研究が行われていることから明らかである。これまでの発達心理学がそうであるように²⁴⁾、青年期の終わりまでを範疇とする発達観からは、スポーツ経験が競技者の生涯発達に及ぼす影響を正確に把握することはできない。スポーツ経験と人格形成の関係を明らかにするためには、人間の一生のなかでスポーツ経験を捉える、つまり人生における成長や変化を連鎖的なものとするライフサイクルの視点から、スポーツ経験を見直す必要がある^{注1)}。中込¹⁵⁾は、Erikson の発達理論を下敷きに青年期後期におけるスポーツ競技者の同一性形成に注目して研究を行い、スポーツ場面における危機への対処様式が、青年期の発達課題である同一性形成の解決においても繰り返されるとし、スポーツ経験と人格形成の関係についてライフサイクルの視点からまとめている。しかしそこでは人格変容要因がスポーツ経験のなかでも特に危機経験に限定(特定化)されており、競技者が日常的に経験するスポーツ経験と人格形成の関係についてはさらに多方面から検討される必要がある。この問題に関する研究には、スポーツ場面における経験が現在の生活や将来遭遇するライフイベント（人生における重要な出来事）への対処にどのような影響を及ぼすのか、また競技者の生涯発達においてどのような意味を持つのかを明らかにすることが求められている。

そこで本研究では人格形成に影響を及ぼすスポーツ経験として、スポーツ場面において獲得される心理・社会的スキル（競技状況スキル）と、スポーツを離れた日常生活場面で必要とされるスキル（ライフスキル：Life Skills）^{8,9)}との関係に注

目した。

競技スポーツにおいては様々なスキルが要求される。それには身体的なスキルだけではなく、勝利に向かって目標を設定し、練習メニューを立て、体調を管理するスキルや、チームメイトのよいプレーを見習ったり、お互いに情報を交換しあうなどの心理的スキルも含まれる。Smith et al.¹⁸⁾は、スポーツ特有の心理的スキルとして7つのスキルを挙げ、それらがパフォーマンスの向上やけがへの対処に大きく関係するとしている。これらは全て、競技者が競技活動が続けていくなかで獲得可能な競技場面に限定されたスキルである。それらをここでは競技状況スキルとする。競技状況スキルと同種の側面（内容）は日常生活場面において必要とされるライフスキルにも認めることができる。例えば練習メニューを作成するスキルは、計画的にことを進めるスキルであり、試合に向けて体調を整えるスキルは、自己管理スキルである。そして、競技状況スキルをライフスキルに般化させることができるならば、現在の生活及び将来遭遇するライフイベントにもうまく対処できると考えられる⁵⁻⁷⁾。

本研究では、スキル獲得過程の説明に Bandura の社会的学習理論を援用している。競技場面におけるスキルの獲得は、チームメイトや指導者の行動を注意深く観察し、それを正確に模倣することによりなされていく。そこでは、他者の行動を観察する過程が重要な意味を持つと考えられる。社会的学習理論は主に観察学習の視点から人間行動を説明している理論であり、学習過程に、注意、保持、運動再生、動機付けとする4つの下位過程を想定している³⁾。このような学習過程を競技者の周囲の人間が認識し応用することにより、競技者のスキル獲得を促すことが可能であると考えられる。例えば、競技者に対して個々のスキルに言及することにより注意を引き、スキル獲得状況を随時評価、フィードバックすることにより記憶の保持、再生を促し、実際にスキルを利用するよう働きかけることにより動機付けを高めることができる、と置き換えられる。つまり学習を支援する側に対しても社会的学習理論の援用は可

能であると考えられる。そしてこの一連のプロセスにおける指導者の存在は重要であると考えられ、指導者がそれぞれの過程における学習を促進する働きかけを行うことにより、競技者のライフスキル獲得は促進されることが考えられる。

ところで、本研究はスポーツ経験として高校運動部活動を扱っている。現在、高校運動部活動は生徒の生涯的な発達を志向する立場から取り組まれており、とりわけ生涯スポーツとの関わりが重視されているようである。そして言うまでもなく、その活動は技術を習得したりスポーツの楽しさを味わうといった、生涯スポーツの実施に向けた活動に限定されるものではなく、生徒の人格的な生涯発達を視野に含めたものである。Danish et al.¹⁰⁾はライフスキルを、人々が現在の生活を自ら管理・統制し、将来のライフイベントをうまく乗り切るために必要な能力と定義している。つまり生涯発達の観点から見た場合、ライフスキルの獲得につながる運動部活動は生徒の日常生活、さらには人格形成に影響を及ぼすと考えられる。また落合¹⁶⁾は、青年期にあたる年代では自らの行為と自分の真の生き方との関連を知りたがる傾向が強いことを指摘し、青年期における運動指導は技術のみの指導ではなく、運動の価値や意義についても指導するべきであるとしている。青年期にあたる高校生を対象とする運動部活動においては、生涯スポーツの実践を通して、スポーツ経験が生徒の生涯発達において果たす役割やその意義について指導する必要があるだろう。

本研究は2つの研究から構成されており、まず研究1では、競技状況スキルと、ライフスキルの獲得状況を明らかにするための尺度作成を行う。そして研究2ではその尺度を利用して高校運動部活動における生徒のライフスキル獲得及び、それに関わる指導者の働きかけについて分析、検討する。

研究1 測定尺度の開発

目 的

研究1では、競技場面において獲得可能なスキルとライフスキルの関係について検討するため

に、競技状況スキル尺度及びライフスキル尺度の作成を行う。

方 法

1) 調査対象者

高校時に運動部活動に参加していた361名の大学1年生を対象に調査を行った。その結果、307名（男子131名、女子176名）から有効回答を得た。

2) 質問紙

質問紙は運動部活動に関する調査（競技状況スキル尺度の作成を目的とした調査）と、当時の日常生活に関する調査（ライフスキル尺度の作成を目的とした調査）の、2種類の調査からなっていた。

運動部活動に関する調査は、先行研究^{10,11,22)}を参考に6カテゴリー（目標設定、自己管理、時間管理、他者受容、組織性、他者とのコミュニケーション）、24項目から構成された。各質問については、運動部活動への参加を通して獲得可能であり、ライフスキルと共通性があると考えられるスキルであることを念頭に作成された。

日常生活に関する調査は、先行研究^{1,23)}を参考に6カテゴリー（運動部活動に関する調査と同様）、24項目から構成された。各質問についてはDanish et al.によるライフスキルの定義をもとに、生徒の日常生活場面を想定して作成された。

両調査とも、質問に対して正確な想起を期すために入学後間もない時期に行われた^{註2)}。各項目への回答は「(1)まったくあてはまらない」から「(7)大変あてはまる」までの範囲の7件法により実施された。また、調査は原則的に集合調査法により実施された。

結果と考察

1. 競技状況スキル尺度について

調査から得られたデータの分析に先立ち、各質問項目の平均値と標準偏差の確認を行い、評定尺度上の標本分布に著しい偏りがあった7項目については以後の分析から削除した。

競技場面において獲得可能なスキルの構造を明

表1 競技状況スキル尺度の項目及び因子負荷量

item No.	質 問 項 目	因子負荷量		
		F1	F2	共通性
9	試合ごとになんらかの目標を持って出場していた。	.668	.248	.508
2	普段から体調に気を配っていた。	.643	-.021	.413
17	試合にベストの状態で見込めるように、試合の日から逆算して練習を調整していた。	.642	.139	.431
21	「したい」ではなく、「必ず達成する」気持ちで目標を設定していた。	.637	.222	.454
3	日々の練習は特に目標をもたずに行っていた。(R)	.598	.257	.423
15	できるだけ具体的な目標(例えば回数、高さ、早さ、距離等)を持っていた。	.593	.232	.406
14	準備運動は簡単にすませていた。(R)	.507	.072	.262
8	日々の厳しい練習に備えてできるだけ休息を取っていた。	.480	-.036	.232
5	だらだらやらず、時間を決めて練習していた。	.442	.260	.263
7	チームメイトからのプレーに対するアドバイスを受け入れていた。	.006	.755	.570
1	チームメイトのプレーの良いところを見習っていた。	.014	.699	.489
22	試合に出場できない時はベンチワーク(例えば、応援や選手の世話等)で貢献していた。	.062	.665	.446
13	相手選手のプレーから何かを学ぼうとしていた。	.317	.517	.368
23	特に用がなくとも練習の集合時間は守っていなかった。(R)	.347	.418	.295
24	チームメイトと練習方法について情報を交換していた。	.354	.375	.266
18	けがをかくさずに話せる人を探していた。	.100	.359	.139
4	一度決まったチームの練習方針には従っていた。	.143	.354	.146
寄与率(%)		20.30	15.66	
固有値		4.502	1.609	
Cronbach の α 係数		.765	.653	

R=反転項目

らかにするために、17項目について因子分析(主成分分析、バリマックス回転)を行った。固有値の大きさと因子の解釈のしやすさを基準に分析を重ねた結果、因子として解釈可能な2因子を抽出した(表1)。

第1因子に負荷が高かった9項目は、目標の達成を目指す過程における個人の自主的な取り組みを通じて獲得するスキルである。従って第1因子を「個人的スキル」因子と解釈した。第2因子に負荷が高かった8項目は、スポーツ場面における他者との関係を通して獲得可能なスキルである。従って第2因子は「対人スキル」因子と解釈した。また、各因子の内的整合性を検討するために Cronbach の α 係数を算出した結果、第1因子は $\alpha=.765$ 、第2因子については $\alpha=.653$ ^{註3)}の値を得た。

2. ライフスキル尺度について

本調査においてもデータの分析に先立ち、各質問項目の平均値と標準偏差の確認を行い、評定尺度上の標本分布に著しい偏りがあった6項目については以後の分析から削除した。

高校運動部活動に参加している生徒が持つライフスキルの構造を明らかにするために、18項目について因子分析(主成分分析、バリマックス回転)を行った。競技状況スキル尺度の作成と同じ基準により分析を重ねた結果、因子として解釈可能な2因子を抽出した(表2)。

第1因子に負荷が高かった8項目は、日常の様々な出来事に対処する過程における個人の自主的な取り組みを通じて獲得可能なスキルである。従って第1因子を日常生活における「個人的スキル」因子と解釈した。第2因子に負荷が高かった10項目は、社会における他者との関わりを通して獲得可能なスキルである。従って第2因

表2 ライフスキル尺度の項目及び因子負荷量

item No.	質問項目	因子負荷量		
		F1	F2	共通性
11	定期テストの日付に合わせて、逆算して計画的に学習していた。	.713	-.042	.510
21	できるだけ具体的な目標（例えば点数、順位、正答数等）を持っていた。	.706	-.077	.505
15	長期的な目標と短期的な目標を持っていた。	.626	.177	.423
17	できるだけ最初に決めた期間内に目標を達成していた。	.510	.163	.287
3	「したい」ではなく、「必ず達成する」気持ちで目標を設定していた。	.507	.207	.300
20	大事なイベント（例えば旅行、試験等）に備えて体調を整えていた。	.493	.278	.321
23	テストが始まる前には時間的な余裕を持っていた。	.470	.095	.230
5	家庭学習は特に時間を決めずに行っていた。（R）	.417	-.084	.181
16	クラスの行事には協力的でなかった。（R）	.115	.639	.421
13	友達の趣味や性格には特に関心がなかった。（R）	-.177	.638	.439
1	友達の良いところを見習っていた。	.153	.526	.300
18	悩みができて友達に相談することはなかった。（R）	-.140	.517	.287
4	クラス内での自分の役割（例えばまとめ役、ムードメーカー等）を認識していた。	.268	.509	.331
10	一度決まったクラスの方針には従っていた。	.160	.495	.271
22	集団行動においてはリーダーの方針に従っていた。	.226	.492	.293
6	同じクラスの色々な友達と話をしていた。	-.083	.482	.239
19	友達からの授業に対するアドバイスを受け入れていた。	.305	.383	.240
12	自分のことを理解してくれる人を探していた。	.172	.366	.163
寄与率（%）		16.22	15.67	
固有用		3.668	2.072	
Cronbach の α 係数		.705	.700	

R=反転項目

子は日常生活における「対人スキル」因子と解釈した。また、各因子の内的整合性を検討するために Cronbach の α 係数を算出した結果、第1因子は $\alpha=.705$ 、第2因子については $\alpha=.700$ の値を得た。

以上のように、競技状況スキル尺度及び、ライフスキル尺度が作成された^{註4)}。両尺度の項目は、競技状況スキルがライフスキルと共通性があり同種の側面（内容）を持つとする枠組みのもと、同様のカテゴリーからそれぞれ選択されたものであった。そして今回の因子分析の結果、競技状況スキル尺度と同様な解釈が可能な2因子が抽出され、両尺度とも個人的スキル及び対人スキルという2つのカテゴリーに統合された。

本研究の結果、互いに対応する2因子から構成され状況のみが異なる2つの尺度が作成され

た。そこで以下の分析ではこれらをもとに、競技状況で獲得されたスキルが状況を異にした日常生活場面において、ライフスキルとしてどの程度発揮されるのかを明らかにする。さらに、競技状況スキルの日常生活への般化を促進する1つの要因として想定した指導者の役割を明らかにしていく。

研究2 ライフスキル獲得に関わる要因の検討

目 的

研究2では、運動部活動に参加している生徒の競技状況スキル及びライフスキル獲得状況と、スキル獲得に関わる指導者の働きかけについて分析、検討する。

方 法

本研究では、運動部活動に参加している生徒を対象に「運動部活動の影響に関する調査」（競技状況スキル尺度、ライフスキル尺度、指導者に関する調査）、全く部活動に参加していない生徒を対象に「日常生活に関する調査」（ライフスキル尺度）を実施した。「日常生活に関する調査」は運動部活動に参加している生徒（以下、部活動参加者とする。）が獲得している、競技状況スキルと同種の側面（内容）を持つライフスキルを評価するために行う調査であり、その性質上本研究では、全く部活動に参加していない生徒を一般的な高校生（以下、一般生徒とする。）として統制群と位置づけている。

1. 運動部活動の影響に関する調査

1) 調査対象者及び調査期間

I県内の県立または私立高校に通う生徒のなかで、運動部活動に参加している435名の生徒を対象に行った。その結果421名（男子315名、女子106名）から有効回答を得た。

2) 質問紙

質問紙は、運動部活動場面についての調査と、日常生活についての調査及び、指導者から受けた働きかけに関する調査の3種類の調査から構成されていた。

運動部活動場面についての調査は、研究1において作成された競技状況スキル尺度（2 カテゴリー、17項目）に、項目数を揃える目的で新たに3項目を加えて尺度化した質問紙を用いて実施された^{注5)}。新たに加えられた3項目は、「自分のプレーについてチームメイトに意見を求めている」「練習や試合後、お互いのプレーについてチームメイトと話し合っている」（以上対人スキル）、「指導者のアドバイスを参考に、自分自身で目標を設定している」（個人的スキル）であった。

日常生活についての調査は、研究1において作成されたライフスキル尺度（2 カテゴリー、18項目）に、項目数を揃える目的で新たに2項目を加えて尺度化した質問紙を用いて実施された^{注6)}。新たに加えられた2項目は、「栄養の過不足を考えながら食事を取っている」「親や先生で

はなく、自分で決めた目標を持っている」（いずれも個人的スキル）であった。

指導者から受けた働きかけに関する調査は2 カテゴリー（対人スキル、個人的スキル）、8項目から構成されており、その内容は運動部活動中に指導者から受けた働きかけに関するものであった^{注7)}。各質問項目は、指導者が部活動中に対人スキル及び個人的スキルを取り上げ、スキルが日常生活において持つ価値について（価値の指導）、自分自身が持っているスキルの獲得状況について（現状の指導）、スキルを日常生活でも利用することについて（実践の指導）、指導してくれるのかをそれぞれ問うものであった。これらの質問は、スキルに注意を向け、スキルの記憶保持及びフィードバックを行い、スキル利用を動機付ける指導として、それぞれ社会的学習理論における学習過程を反映させて作成された。

各調査とも、項目への回答は「(1)まったくあてはまらない」から「(7)大変あてはまる」までの範囲の7件法により実施された。また、調査は集合調査法により実施された。

2. 日常生活に関する調査

1) 調査対象者及び調査期間

I県内の県立高校に通う生徒のなかで、部活動に全く参加していない354名の生徒を対象に調査を行った。その結果、349名（男子160名、女子189名）から有効回答を得た。

2) 質問紙

本調査は、部活動参加者と一般生徒のライフスキルについて比較・検討する目的で行われた。そのため質問紙は、部活動参加者に対して実施された「日常生活についての調査」に用いられたのと同じ質問紙（ライフスキル尺度）を使って実施された。

各項目の回答は「(1)まったくあてはまらない」から「(7)大変あてはまる」までの範囲の7件法により実施された。調査は集合調査法により実施された。

結果と考察

1. 部活動参加者のライフスキル獲得状況につ

表3 運動部活動参加者と不参加者のライフスキル得点の平均値と標準偏差

	df	部活動参加者 (N=421) M (SD)	部活動不参加者 (N=349) M (SD)	t
対人スキル	768	49.72(7.43)	45.38(7.53)	8.021**
個人的スキル	768	42.31(8.95)	40.52(8.73)	2.790**

**p<.01 (両側検定)

いての検討

部活動参加者が一般生徒と比較して、競技状況スキルと同種の側面(内容)を持つライフスキルをどの程度獲得しているのかを確かめるために、それぞれのライフスキル得点についてt検定を行った。その結果、部活動参加者は一般生徒よりも対人スキル及び、個人的スキルを獲得している程度が高いことが明らかになった(表3)。ライフスキルの獲得につながる様々な経験(目標設定、体調管理、他者とのコミュニケーション等)が運動部活動に内包されていることを考慮するならば、本結果から、運動部活動に参加することにより競技状況スキルと同種の側面(内容)を持つライフスキルの獲得が可能であると推察できる。例えば勝利を目指して努力する過程においては、必ず最終目標となる試合や技術を設定し、それに合わせて練習計画を立て実行する。その過程では他者の練習方法を参考にしたり、自分の欠点を仲間にアドバイスしてもらうなどのコミュニケーション能力も必要となるであろう。こうしたプロセスは将来遭遇するライフイベントへの対処においても非常に重要である。このように日常生活に般化可能な経験がスポーツ経験に含まれていることは、競技者のライフスキル獲得に大きく影響すると考えられる。

本結果は、青年期におけるスポーツ経験を生涯的な発達のなかで捉えることにより、スポーツ経験と人格形成の関係に対して新しいアプローチが可能であることを示している。

2. 部活動参加者のライフスキル獲得を説明する要因についての検討

1) 競技状況スキル獲得の程度及び指導による影響

表4 ライフスキルを説明する各独立変数の標準偏回帰係数

	対人スキル		個人的スキル	
	M (SD)	β	M (SD)	β
競技状況スキル	53.96 (8.36)	.410**	50.17 (9.17)	.416**
指導者の働きかけ	50.81 (16.40)	.195**	52.67 (15.68)	.145**
重相関係数		.515**		.499**

N=421

**p<.01

競技状況スキル獲得の程度及び指導者の働きかけが生徒のライフスキル獲得に及ぼす影響を明らかにするために、競技状況スキル及び指導者から受けた働きかけを独立変数、ライフスキルを従属変数として重回帰分析を行った。その結果、重回帰分析は有意(対人スキル: $F(2,418)=75.267$, $p<.01$ ・個人的スキル $F(2,418)=69.369$, $p<.01$)であり、部活動参加者の対人スキル、個人的スキルの獲得は、共に競技状況スキルの獲得程度の影響を受けるが、指導者から受けた働きかけの影響はわずかであることが明らかになった。このことから、競技状況スキルと同種の側面(内容)を持つライフスキルを獲得するためには、まず競技場面においてその基となるスキルを獲得しておくことが必要であると考えられる(表4)。

そこで競技状況スキルを獲得している生徒を対象に競技状況スキル及び指導者から受けた働きかけを独立変数、ライフスキルを従属変数としてさらに重回帰分析を行った。対象者は競技状況スキルについて算出したZ得点が0.5以上の生徒とした。その結果、重回帰分析は有意(対人スキル:

表5 競技状況スキル獲得者のライフスキルを説明する各独立変数の標準偏回帰係数

	対人スキル		個人的スキル	
	M (SD)	β	M (SD)	β
競技状況スキル	63.09 (3.04)	.153 [†]	60.70 (3.77)	.155 [†]
指導者の働きかけ	58.19 (19.72)	.299**	60.90 (14.06)	.235**
重相関係数		.361**		.318**
対人スキル N=126		**p<.01	†p<.10	
個人的スキル N=129				

F (2,123)=9.244, $p<.01$ ・個人的スキル F (2,126)=7.072, $p<.01$) であり, 競技状況スキルを獲得していた生徒の対人スキル及び, 個人的スキルの獲得は, 共に指導者から受けた働きかけの影響を最も受けることが明らかになった (表5).

本結果から, 部活動参加者の競技状況スキルと同種の側面 (内容) を持つライフスキルの獲得には競技状況スキルの獲得が前提条件ではあるものの, スキルの般化に対する指導を欠く状況ではライフスキルの獲得は進みにくいことが明らかになった. 競技状況スキルは「高い水準の技能や記録に挑戦するなかでスポーツを楽しむ」¹⁴⁾という運動部活動本来の目的のもとに, 生徒が主体的に活動することにより獲得可能であると考えられる. しかし生徒がそれをライフスキルとして獲得するためには, さらにスキル般化を促進するための指導を行う必要があると言える. 内海²¹⁾は, 生徒主体の運動部活動ではいかなる能力を身に付けさせるかが重要であり, 放任しておいて能力が結果的に獲得されるものではないとして, 指導者の重要性を示唆している. 運動部活動を通して獲得可能な能力について指導者が日常生活との関わりのなかで言及することは, 生徒のライフスキル獲得に少なからず影響を与えると考えられる.

2) 指導内容の違いによる影響

指導者から受ける働きかけの違いが生徒のライフスキル獲得に及ぼす影響を明らかにするために, 競技状況スキルを獲得している生徒を対象

表6 競技状況スキル獲得者のライフスキルを説明する各独立変数 (指導要因) の標準偏回帰係数

	対人スキル		個人的スキル	
	M (SD)	β	M (SD)	β
価値の指導	20.92 (5.78)	.392*	21.74 (4.97)	-.131
現状の指導	17.83 (5.90)	.010	18.21 (5.27)	.001
実践の指導	19.44 (6.01)	-.088	20.95 (4.97)	.380*
競技状況スキル	63.09 (3.04)	.161 [†]	60.70 (3.77)	.164 [†]
重相関係数		.384**		.349**
対人スキル N=126		**p<.01	*p<.05	†p<.10
個人的スキル N=129				

に, 競技状況スキル及び指導者から受けた3種類の働きかけを独立変数, ライフスキルを従属変数として重回帰分析を行った. その結果重回帰分析は有意 (対人スキル: F (4,121)=5.222, $p<.01$ ・個人的スキル F (4,124)=4.287, $p<.01$) であり, 対人スキルについてはスキルの価値についての指導が, 個人的スキルについてはスキルの実践についての指導がライフスキルの獲得を最も説明することが明らかになった (表6). 本結果は, 生徒がライフスキルを獲得するためには, それぞれのスキルに対応した適切な指導が行われる必要があることを示している.

対人スキルに対しては, 生徒に注意を促すスキルの価値についての指導が影響していた. 人が日常接しているおびたしい情報のなかで, 何を注意深く観察するのかは注意過程に依存しており, そこでは際だった特徴のある行動がよく学習される⁴⁾. ところが対人スキルは, 仲間と意見や情報を交換する, 仲間のよいところを見習う等普段から何気なく用いられている. こうした状況において, 日常生活における対人スキルの価値について指導することは, 注意をスキルに向けさせることになり, スキル獲得を促進すると考えられる.

個人的スキルは効率よく計画を遂行する際に必ず必要とされるスキルであり, スポーツ及び日常

生活場面のどちらにおいても非常に重要とされている。しかし実際のスポーツ場面では、目標設定や自己管理といった個人的スキルは、その結果として習得した技術や戦術による成功の影に隠れてしまい、成功に対する影響の確認が困難である。人は習得した行動によって価値のある結果が得られる時には行動を実行するが、そうでなければ行動を起こさない傾向がある²⁾。スキルの利用に対する直接的な働きかけは、生徒の動機付けを高めたりスキル利用の機会を示すことになり、ライフスキルの獲得に影響すると考えられる。

松田¹²⁾は、「スポーツ経験の人間形成への関わりは、スポーツという限られた場におけるものであって、それがそのまま、その人の全ての行動に及ぶものではない。望ましい人間形成を目指すならば、それに対する方向づけが必要であり、スポーツ経験をその人の全体行動のなかに位置づけるような指導がなされなければならない。」と、スポーツ経験と人間形成の関係における指導の重要性について示唆している。運動部活動の指導においては、スポーツ経験と社会との連関を生徒に気づかせ、その活動に彼らの人生における意義づけを、自ら見出させるように働きかけていく必要がある。

ま と め

本研究は、人格形成に影響を及ぼすスポーツ経験として、ライフスキルの獲得という新しい角度からアプローチを試みた。その結果、部活動参加者は一般生徒よりも競技状況スキルと同種の側面(内容)を持つライフスキルを獲得しており、その程度は競技状況スキル獲得の程度と、部活動中に指導者から受ける働きかけの影響を受けていることが明らかになった。また指導者からの働きかけについては、対人スキルの獲得には価値の指導が、個人的スキルの獲得には実践の指導がそれぞれ影響を及ぼすことが明らかになった。

結論として、競技状況スキルがライフスキルに般化可能であるとする視点からは、運動部活動に参加するなかで競技状況スキルを獲得している生徒は指導者からの適切な働きかけを受けることに

より、そのスキルをライフスキルとして般化させることが可能であると推察された。今後はスキルの般化を促進する他の多くの要因を特定すること及び、スポーツ経験を通しての獲得が困難なライフスキルを明らかにしていくことが課題となる。

注

- 注1) 発達段階によって形成されるべき人格特性があるとするならば、対象者の発達段階を考慮したパーソナリティ変数の選択を行う必要がある。中高年者の研究に端を発する生涯発達心理学は、若者に用いるのと同様の尺度で中高年者の有能さを測定することの不適切さを指摘し²⁰⁾、今後の発達研究に対して方法論的な示唆を行っている。ライフサイクルの視点からスポーツ経験を見直すためには、各発達段階におけるスポーツ経験を論じるための新たな変数選択が必要とされている。
- 注2) 被験者が運動部活動場面と日常生活場面とを混同することへの配慮から、質問紙には両調査がそれぞれの場面における活動に対して回答を求めるものであることを明記し、口頭でも説明した。
- 注3) Mehrens et al.¹³⁾は、一応の目安であるとしながらも、集団間の差を測る目的で利用する尺度の信頼性については、 α 係数が.650以上であることが一般的基準であるとしている。本研究において作成する尺度は個人能力の診断を目的としたものではないため、やや低い値ではあるが尺度として利用可能であると判断した。
- 注4) 両尺度について性差の検討を行ったところ、因子間に若干の項目の移動が確認されたが因子の解釈への影響はほとんどなかったため、性差に関係なく用いることとした。
- 注5) 質問項目の追加にあたっては各カテゴリーの因子構造を配慮しながら本研究者が素案を作成し、それについて本研究者と共同研究者の2名で合議するかたちで行われた。さらに、解釈を容易にするために18番と23番の質問項目については意味を損なわない範囲で、文章に若干の修正を加えた。また研究2では高校生を調査対象者とするため、各質問項目の語尾については過去形のものを現在形に置き換えた。
- 注6) ライフスキル尺度についても、競技状況スキル尺度の作成と同様の手順により質問項目の追加及び、語尾の調整が行われた。また17番と23番の質問項目については、文章に若干の修正を加えた。
- 注7) 研究1における競技状況スキル尺度作成の際に行った因子分析の結果抽出された2因子の解釈に

もとづき、対人スキル及び、個人的スキルとして妥当と考えられる8項目を示し、本文に挙げた3側面から、指導者が個々のスキルに対してどの程度働きかけてくれるのかについて質問した。

文 献

- 1) 相川 充・佐藤正二・佐藤容子・高山 巖 (1993) 社会的スキルという概念について：社会的スキルの生起過程モデルの提唱。宮崎大学教育学部紀要，社会科学 74: 1-16.
- 2) Bandura, A. (1965) Influence of models' reinforcement control of generalized imitation in young children. *J. Pers. Soc. Psychol.* 1: 589-595.
- 3) バンデュラ：原野広太郎監訳 (1979) 社会的学習理論。金子書房：東京。
- 4) Bandura, A., Grusec, J. E. and Menlove, F. L. (1966) Observational learning as a function of symbolization and incentive set. *Child Development* 37: 499-506.
- 5) Danish, S. J. and D'Augelli, A. R. (1980) Promoting competence and enhancing development through life development intervention. In: Bond, L. A. and Rosen, J. C. (Eds.) *Primary Prevention of Psychopathology*, 4: Hanover, NH, University Press of New England: pp. 105-129.
- 6) Danish, S. J., D'Augelli, A. R. and Ginsberg, M. R. (1984) Life development intervention: Promotion of mental health through the development of competence. In: Brown, S. D. and Lent, R. W. (Eds.) *Handbook of counseling psychology*. New York: pp. 520-544.
- 7) Danish, S. J., Galambos, N. L. and Laquatra, I. (1983) Life development intervention: Skill training for personal competence. In: FeLner, R. D., Jason, L. A., Moritsugu, J. and Farber, S. S. (Eds.) *Preventive Psychology: Theory, Research and Practice*. Elmsford, NY, Pergamon: pp. 49-66.
- 8) Danish, S. J., Petitpas, A. J. and Hale, B. D. (1992) A developmental-educational intervention model of sport psychology. *The Sport Psychologist* 6, 403-415.
- 9) Danish, S. J., Petitpas, A. J. and Hale, B. D. (1993) Life development intervention for athletes: Life skills through sports. *The Counseling psychologist* 21: 352-385.
- 10) Danish, S. J., Petitpas, A. J. and Hale, B. D. (1995) Psychological interventions: A life development model. In: Murphy, S. M. (Eds.) *Sport Psychology Interventions*. Human Kinetics: pp. 19-38.
- 11) Mahoney, M. J., Gabriel, T. J. and Perkins, T. S. (1987) Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist* 1: 181-199.
- 12) 松田岩男 (1985) スポーツを通しての人間形成。健康と体力 10: 7-10.
- 13) Mehrens, W. A. and Lehmann, I. J. (1978) *Measurement and evaluation in education and psychology*. 2nd ed. Holt, Rinehart and Winston.
- 14) 文部省 (1989) 高等学校学習指導要領解説 保健体育編。東山書房：京都。
- 15) 中込四郎 (1993) 危機と人格形成。道和書院：東京。
- 16) 落合 優 (1993) 運動の指導。松田岩男・杉原隆 (編著) 新版運動心理学入門。大修館書店：東京，pp. 155-159.
- 17) Petitpas, A. J., Danish, S. J., Mckelvain, R. and Murphy, S. M. (1992) A career assistance program for elite athletes. *Journal of Counseling and Development* 70: 383-386.
- 18) Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L. and Ptacek, J. T. (1995) Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *J. Sport. Exerc. Psychol.* 17: 379-398.
- 19) 鈴木 壮・中込四郎 (1988) スポーツ経験による人格変容に関する研究展望。岐阜大学教育学部研究報告 (自然科学) 12: 59-72.
- 20) 高橋恵子・波多野誼余夫 (1990) 生涯発達心理学。岩波書店：東京。
- 21) 内海和雄 (1995) 生徒が主人公のスポーツ部活を。体育科教育 5: 29-32.
- 22) Vealey, S. R. (1988) Future directions in psychological skills training. *The Sport Psychologist* 2: 318-336.
- 23) 和田 実 (1992) ノンバーバルおよびソーシャルスキル尺度の改訂。東京学芸大学紀要 1 部門 43: 123-136.
- 24) 矢野喜夫 (1995) 発達概念の再検討。無藤 隆・やまだようこ (編) 講座生涯発達心理学 1。金子書房：東京，pp. 37-56.

(平成9年9月8日受付)
(平成10年1月24日受理)