

サッカー経験者の自己管理スキル獲得に関する研究 ―中学生を対象として―

A study on the acquirement of self-management skill for junior-high school soccer players

1K05B017

石黒 祥樹

指導教員

主査 作野誠一先生

副査 堀野博幸先生

【緒言】

優れたスポーツ選手を育成するためには望ましい人格形成がなされるべきである。スポーツと人格形成については、ここまで主として危機経験に注目した研究がなされている。そこでは、自我同一性形成過程に注目したエリクソンの発達理論を下敷きにし、スポーツへの主体的な関与が自我同一性形成に好ましい影響を与えること示唆している。しかし、この研究は自我の獲得がスポーツ場面での危機経験に限定されており、通常のスポーツ経験がどのように人格形成に影響するかについては言及されていない。

近年、スポーツとライフスキルという概念に注目が集まっている。スポーツ場面で獲得される競技状況スキルのライフスキルへの般化可能性が示唆されている。しかし、ライフスキルという概念は曖昧で統一された定義がない、測定尺度の項目が多いなどの欠点がある。

そこで注目するのが自己管理スキルである。スポーツを行う上で自分自身の心身を管理することは重要な能力であり、日常生活においても求められる。本研究では、東京近郊の中学校のサッカー部とクラブチームを対象に、自己管理スキルと自己管理行動の関係を明らかにし、さらにそれらの獲得に学年や所属チームなどの諸条件がどのように影響を及ぼしているかを明らかにする。

【研究方法】

上記の目的を明らかにするために、東京近郊の部活動2チーム及びクラブチーム4チームの中学生 182 人を対象に無記名自記式質問紙法に

よる調査を実施した。質問調査票に含まれる主な質問項目は、1. 属性、2. 自己管理スキル尺度、3. 自己管理行動尺度である。さらに、上記の項目では測れないスポーツとスキルに関する中学生の認識を調べるため、4. 自由記述を設けた。これらの質問から、①自己管理スキルは属性の違い(学年、所属、意識、経験)によってどのように影響を受けるか、②自己管理行動は属性の違いによってどのように影響を受けるか、③自己管理スキルと自己管理行動にはどのような関係があるのかを検討する。

【結果と考察】

①属性によって自己管理スキル得点(項目の素点総和)がどのような影響を受けるかを調べるため、分散分析及び多重比較検定を行った。その結果、学年間、所属チーム間、サッカーへの意識別で有意な差が認められた。

また、自己管理スキル尺度の因子分析を行ったところ、「事前準備因子」「思考管理因子」「自律性因子」が抽出された。これらの因子について属性の影響を調べるため、分散分析及び多重比較検定を行った。その結果、「思考管理因子」は所属チーム、サッカーへの意識、経験年数によって有意な差があることが認められた。

②属性によって自己管理行動得点がどのような影響を受けるかを調べるため、分散分析及び多重比較検定を行った。その結果、意識、経験年数の違いで有意な差が認められ、さらにクラブ所属者が部活動所属者より高い得点を示した。

また、自己管理行動尺度の因子分析を行った

ところ、「日常生活での自己管理因子」「サッカーにおける自己管理因子」が抽出された。これらの因子について属性の影響を調べるため、分散分析及び多重比較検定を行った。それにより、「サッカーにおける自己管理因子」得点は学年によって有意差があり、「日常生活での自己管理因子」得点はクラブ所属者、「サッカーがうまくなりたい」群、サッカー経験年数「長期群」がそれぞれ高い値を示した。また、「日常生活での自己管理因子」を所属別、意識別に分析するとクラブチーム所属者は意識に関係なく高い値を示し、部活動参加者は「サッカーがうまくなりたい」群が高い値を示した。

以上の結果より、属性の違いによって獲得する自己管理スキル及び自己管理行動に影響があることが示唆された。

③自己管理スキルと自己管理行動の関係を調

べるため相関分析を行ったところ、相関が認められた。また、自己管理行動因子が自己管理スキルに与える影響を調べるため、重回帰分析を行った。その結果、「日常生活での自己管理因子」「サッカーにおける自己管理因子」共に自己管理スキル得点に影響を与えることが認められた。これにより、スポーツの自己管理行動が自己管理スキル獲得に影響を与えることが示唆された。

【まとめ】

本研究では、自己管理スキル及び自己管理行動の獲得には学年、所属、意識、経験年数が影響すること、クラブチーム所属者が日常生活から高い意識を持って自己管理行動を行い、部活動所属者では「サッカーがうまくなりたい」群が他の群より、高い意識を持って自己管理行動に取り組んでいることなどが明らかとなった。