

大学生におけるスポーツ実施者のライフスキル発揮に関する研究
— 集団スポーツ実施者と個人スポーツ実施者の比較 —
A study for life-skills of college sports players:
Comparison analysis of team sports and individual sports

1K08B208

指導教員 主査 作野 誠一 先生

村山 隼平

副査 木村 和彦 先生

【目的】

スポーツはいったい我々に何をもたらしているのだろうか。人々は生活のなかで、スポーツをすること、観ること、支えることを通じて充足感や生きがいを感じている。我々はスポーツによって感動、喜び、人との交流、友情、絆、健康、人格形成への寄与など多くのものを得ていると言っても過言ではないだろう。スポーツには身体的な体力・機能向上以外にも心理的、精神的な状態をよりよいものとする役割を担っている。とりわけ青少年にとってのスポーツは、学校体育や部活動などを通じて、心身ともに鍛え、人格陶冶の役割を担っている。スポーツを行うことによる心理的影響に関してはこれまで多くの研究がなされてきた。しかし、集団スポーツと個人スポーツに焦点を当て、日常生活場面での心理的影響について検討した研究はほとんどみられない。集団スポーツと個人スポーツでは、競技特性はもちろんのこと、練習や試合の取り組み方も異なるが、本研究では集団スポーツと個人スポーツによってもたらされるものの間にどのような心理的差異があるのかを明らかにし、それぞれが持つ人格形成の役割について明らかにすることを目的とする。

【方法】

本研究では、島本ら(2006)が作成した「日常生活スキル(大学生版)」をもとに、早稲田大学の体育各部及びサークルに所属するスポーツ実施者を対象としてアンケート調査を行った。回収されたアンケート結果は統計ソフト「SPSS」を用いて、分析を行った。

【結果】

集団スポーツ実施者と個人スポーツ実施者では、「親和性」において集団スポーツ実施者の方が個人スポーツ実施者よりも平均値が有意に高かった($p < .001$)。また、「リーダーシップ」「情報要約力」「対人マナー」に関しても、集団スポーツ実施者の方が個人スポーツ実施者よりも平均値が有意に高かった($p < .05$)。さらに、「感受性」以外の「計画性」「自尊心」「前向きな思考」の平均値に関しては、有意差は認められなかったものの、集団スポーツ実施者の方が個人スポーツ実施者よりもやや高い値となった。対人スキル(「親和性」「リーダーシップ」「感受性」「対人マナー」の合計変数)に関しては、集団スポーツ実施者は個人スポーツ実施者よりも有意に高く($p < .001$)、個人スキル(「計画性」「情報要約力」「自尊心」「前向きな思考」の合計変数)に関しても集団スポーツ実施者の方が有意に

高かった($p < .05$)。8尺度(「親和性」「リーダーシップ」「感受性」「対人マナー」「計画性」「情報要約力」「自尊心」「前向きな思考」)の総合点でも、集団スポーツ実施者の平均値が個人スポーツ実施者の平均値よりも有意に高かった($p < .001$)(表1)。

【考察】

本研究で、集団スポーツ実施者と個人スポーツ実施者のライフスキルに関して有意差が認められた。岡本ら(2007)によると、「自己実現能力」を除くすべての心理的競技能力において集団種目競技者が個人種目競技者を上回ったが、本研究の結果と照らし合わせてみると、集団スポーツ実施者は、競技場面で獲得した心理的競技能力を、日常生活場面でも活用し、高いライフスキルを発揮していることが伺える。特に、集団スポーツは他者と共同してスポーツを行うという特性をもつことから、「親和性」「リーダーシップ」「対人マナー」などの対人スキルにおいて個人スポーツ実施者よりも高いライフスキルを発揮しているものと思われる。

本研究を通じて、集団スポーツ実施者が個人スポーツ実施者よりも高いライフスキルを日常生活場面で発揮していることが明らかになったが、青少年の人格陶冶の手段として、集団スポーツの方が個人スポーツよりも有効であることを示していると思われる。

表1 集団スポーツ実施者と個人スポーツ実施者のライフスキルの比較

ライフスキル項目	スポーツの種類	MEAN	SD	t-VALUE
親和性	集団スポーツ実施者(n=82)	9.91	1.78	3.84 ***
	個人スポーツ実施者(n=75)	8.85	1.67	
リーダーシップ	集団スポーツ実施者(n=82)	8.09	1.77	2.51*
	個人スポーツ実施者(n=75)	7.35	1.93	
感受性	集団スポーツ実施者(n=82)	8.70	1.87	-.134 N.S.
	個人スポーツ実施者(n=75)	7.75	1.82	
対人マナー	集団スポーツ実施者(n=82)	10.31	1.51	2.26*
	個人スポーツ実施者(n=75)	9.76	1.58	
計画性	集団スポーツ実施者(n=82)	7.74	2.18	1.26 N.S.
	個人スポーツ実施者(n=75)	7.32	2.03	
情報要約力	集団スポーツ実施者(n=82)	8.21	1.69	2.05*
	個人スポーツ実施者(n=75)	7.64	1.85	
自尊心	集団スポーツ実施者(n=82)	8.27	1.76	1.41 N.S.
	個人スポーツ実施者(n=75)	7.85	1.92	
前向きな志向	集団スポーツ実施者(n=82)	9.15	2.12	1.10 N.S.
	個人スポーツ実施者(n=75)	8.75	2.41	
対人スキル	集団スポーツ実施者(n=82)	37.17	1.78	3.74 ***
	個人スポーツ実施者(n=75)	34.45	1.67	
個人スキル	集団スポーツ実施者(n=82)	33.20	5.27	2.27*
	個人スポーツ実施者(n=75)	31.28	5.38	
総合点	集団スポーツ実施者(n=82)	70.38	8.54	3.66***
	個人スポーツ実施者(n=75)	65.65	7.57	

注) ***: $p < .001$ * : $p < .05$
MEAN: 平均値 SD: 標準偏差