

学生アスリートのライフスキルに関する研究

——場面によるスキル発揮の差異に着目して——

コーチング科学研究領域
5007A003-8 石黒正人

研究指導教員： 堀野博幸准教授

I. 緒言

スポーツを離れた日常生活場面において必要となる心理的なスキルとして、ライフスキルがある。ライフスキルは日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力であり(WHO,1997)、スポーツ活動を通じて獲得し、向上させることができると考えられている。

本研究は、大学アスリートのライフスキルの特徴、及びスポーツ場面とその他の場面のライフスキルの発揮状況を分析、検討することを目的とした。

II. 方法

1. 調査対象

早稲田大学スポーツ科学部に所属する大学生 661名(男子 440 名, 女子 221 名:平均年齢 19.7 ± 1.45 歳)を対象者とし、現在最も力を入れて取り組んでいる活動がスポーツであり、尚且つ競技レベルが高校時代および大学時代に日本代表経験のある学生(J 群)、現在最も力を入れて取り組んでいる活動がスポーツであり、尚且つ競技レベルが高校時代および大学時代に日本代表経験のない学生(NJ 群)、現在最も力を入れて取り組んでいる活動がスポーツ以外である学生(NS 群)に群分けを行った。

2. 調査方法

質問紙は、島本ら(2006)によって作成された「日常生活スキル尺度(大学生版)」を使用し、場面を特定せずにライフスキルを測定する質問項目、及び現在最も力を入れて取り組んでいる活動場面とその他の活動場面に分けて、同様の「日常生活スキル尺度(大学生版)」を使用して場面ごとのライフスキルを測定する質問項目によって構成されている。

「日常生活スキル尺度(大学生版)」は親和性、リーダー

シップ、計画性、感受性、情報要約力、自尊心、前向きな思考、対人マナーの 8 スキルで構成されている。

III. 結果

1. ライフスキル

ライフスキル(8)×群(3)の 2 要因分散分析を行った結果、交互作用が有意($F(14, 1272)=1.90, p<.05$)であったため、単純主効果検定を行い以下のような結果を得た。

J 群が NS 群に対して有意に高い親和性の得点を示していた。

2. 場面ごとのライフスキル

ライフスキル(8)、群(3)、学年(4)及び場面(2)を要因として 4 要因分散分析を行った結果、交互作用が有意であったのは、ライフスキルと場面($F(7,557)=4.75, p<.001$)、群と学年と場面($F(6,563)=2.60, p<.05$)であった。そこで、単純主効果検定を行い以下のような結果を得た。

1) ライフスキルと場面

親和性、リーダーシップ、計画性、情報要約力は、最も力を入れて取り組んでいる活動場面はその他の活動場面に対して有意に高い得点が認められた。

2) 群・場面におけるライフスキル

J 群と NJ 群はそれぞれ 0.1%水準で、最も力を入れて取り組んでいる活動場面がその他の活動場面に対して有意に高い得点が認められた。

3) 群・学年・場面におけるライフスキル

スポーツ場面において、J 群は 2 年生が 1 年生に、NJ 群は 4 年生が 1 年生、3 年生に対して有意差に高い得点が認められた。

また、その他の活動場面において、NJ 群は、4 年生と 3 年生に有意差が認められた。

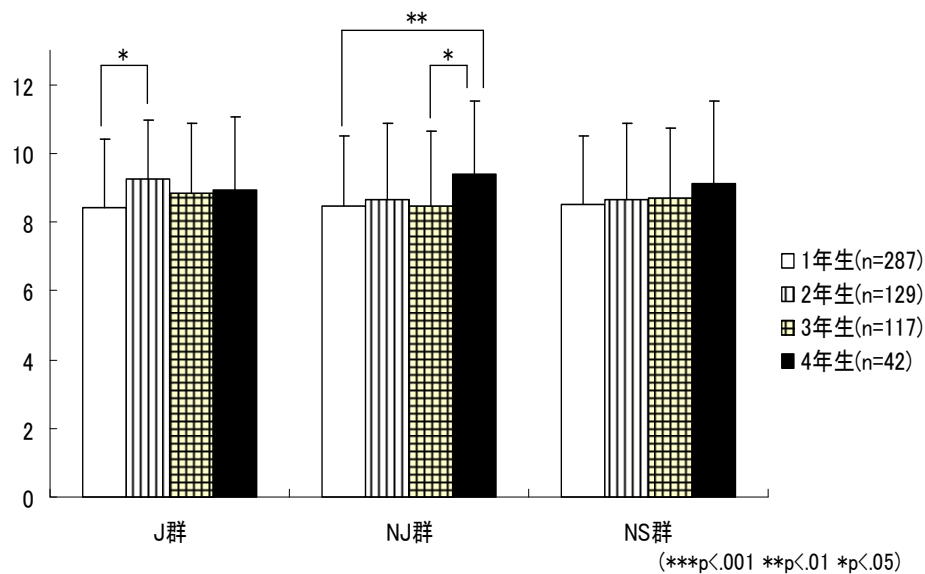


図1 最も力を入れて取り組んでいる活動場面の学年別ライフスキル

J 群の 2 年生と 4 年生, NJ 群の 3 年生と 4 年生は, スポーツ場面が他の場面より有意に高かった.

NS 群の 3 年生は最も力を入れて取り組んでいる活動

場面のライフスキルが, 他の活動場面に対して有意に高かった.

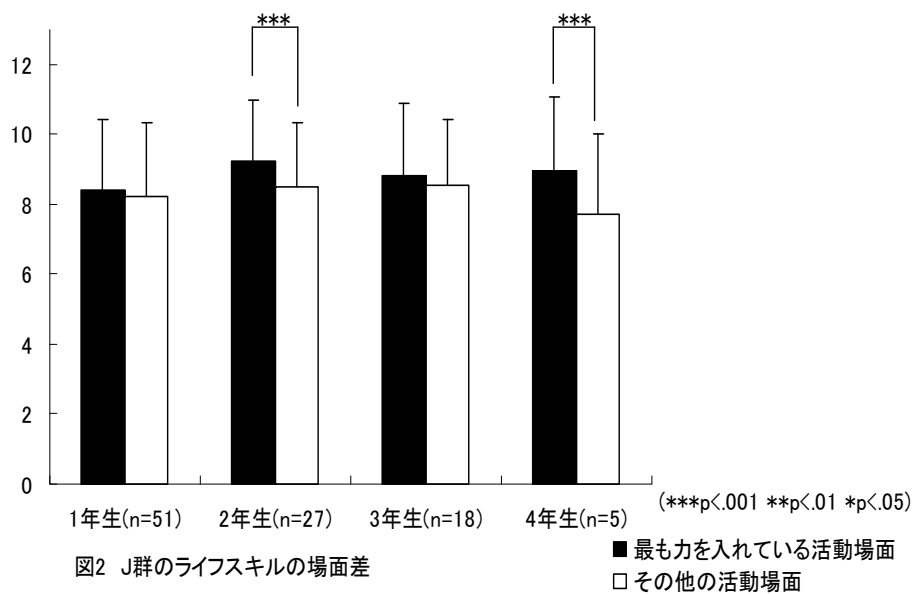


図2 J群のライフスキルの場面差

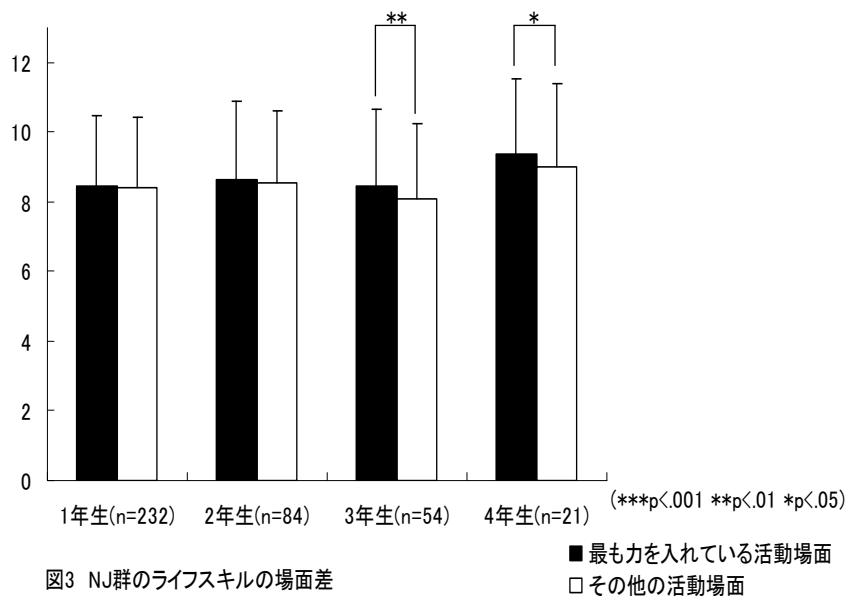


図3 NJ群のライフスキルの場面差

IV. 考察

1. トップアスリートのライフスキルの特徴

トップアスリートは、高い親和性を有するが、スポーツ活動場面と他の場面においては発揮状況が異なり、スポーツ活動場面の親和性が、他の場面と比較して高いことが明らかになった。この結果から、トップアスリートはパフォーマンスの向上を優先した生活を送っているため、関係の深いスポーツ活動場面の関係者に高い親和性を抱いている反面、他の場面における他者との親和性が低いという特徴を有していると考えられた。

2. 場面によるライフスキルの発揮状況

計画性や情報要約力のような実務的なスキルは、場面差が生じやすいが、対人マナーと感受性は場面差が生じにくいことが明らかになった。対人マナーと感受性に関しては、大学生活による環境要因を考慮する必要があるが、人間的成長や礼儀を重要視するスポーツ指導が、スポーツ活動場面だけではなく広い場面における発揮に効果的であることが示唆された。

また、J群とNJ群においては場面によるライフスキルの発揮状況に差異が存在し、スポーツ場面に対してスポーツ以外の場面のライフスキルが低かったことから、

スポーツ場面で獲得、発揮しているライフスキルが、そのままスポーツ以外の場面においても発揮されるわけではないことが明らかとなった。

3. スポーツ場面のライフスキル発揮

J群とNJ群のスポーツ場面におけるライフスキル発揮の背景と転換点が異なっていることから、ライフスキルの発揮には、自身が置かれている環境要因と、スキルの獲得水準という2つの要因が考えられる。環境要因には、抑制要因と促進要因が内包されており、個人内要因にはスキルレベルが内包されていると考えられる。

4. 学年によるライフスキルの場面差

スポーツ参加者は、上級生においてライフスキルの発揮に場面差が生じることが明らかになった。その背景としては、学年の経過とともにスポーツを優先した生活を送ることが考えられた。

5. 今後の課題

今回は一大学を対象としていたことから、複数の大学のアスリートを対象とすることが今後の課題として挙げられる。