

# 大学生の社会的スキルとスポーツ経験および運動有能感に関する研究

## The Relation of Experience in Sports, Sports Competence, and Social Skills in College Students

須田 和也  
Kazuya SUDA

### 概要

本研究の目的は大学生の社会的スキルに及ぼす運動経験と運動有能感の効果であった。相川（2005）成人用ソーシャルスキル自己評定尺度、運動経験、岡澤ら（1996）の運動有能感尺度の測定を行なった。ソーシャルスキル自己評定尺度得点について、下位尺度別に運動経験要因2（所属者、非所属者）水準×運動有能感T要因3（低群、中群、高群）水準の2要因被験者間計画の分散分析を行なった。交互作用の分析と多重比較、要因別主効果の検討を行なった。結果を要約すると以下ようになる。ソーシャルスキル尺度の全ての下位尺度において、運動系のサークル・運動部の所属者と非所属者の有意差は認められなかった。ソーシャルスキル尺度の「感情統制」以外の尺度において、運動有能感得点の相違による有意差が0.1%水準で認められた。交互作用が有意であったのは「関係開始」、「主張性」、「記号化」、「ソーシャルスキルT」であった。多重比較を行ったところ、所属者において「関係開始」と「ソーシャルスキルT」では運動有能感の効果は認められたが、「主張性」と「記号化」については効果が認められず、運動有能感による効果は認められなかった。ソーシャルスキル得点に及ぼす運動有能感の影響は、所属者と非所属者で異なることが明らかとなった。以上、大学生のソーシャルスキル得点に及ぼす運動経験と運動有能感の影響力は、尺度ごとに異なることが明らかとなった。

**キーワード：**社会的スキル、運動経験、運動有能感

### Abstract

The purpose of this study was to examine of both the influence experience in sports and perceived sports competence (Okazawa et al., 1996) on social skills containing 6 subscales (Aikawa, 2005) in college students. College students recorded scales of social skills and perceived sports competence and their experience in sports. Two-way ANOVA (independent variables: experience in sport, sports competence; dependent variables: 6 subscales contained in social skills and their total score) was executed. The result revealed

that there was significant interaction on building relationships, assertiveness, encoding, and total score. The results of multiple comparison indicated that there were significant difference on building relationships and total score but not on assertiveness and encoding in regular exercise. There was no significance on main effect of experience in sports for all subscale, but on main effect of sports competence except for emotional regulation.

**Keywords:** social skills, experience in sports, sports competence

## 1. はじめに

現代社会では対人関係を構築・維持する能力を身につける仕組みや働きが低下し、その結果様々な就労上の不適應現象が生じている。実社会に出て行くなりいきなり一年で退職してしまう新卒者や、上司や同僚とうまく付き合えない新入社員の増加など、新卒者の会社組織への心理社会的不適應の問題が取りざたされている。

その原因には若者をめぐる様々な生活環境の変化がある。地域社会の教育力の低下、家庭での親や兄弟などと触れ合う機会の減少は早くから指摘されている。また、小子化とともに大学進学率が約50%になり、大学の入試制度は多様化し、大学への門は以前と比べ物にならないくらい緩やかなものとなった。時に私達の生きる成熟社会は、努力しなくても「なんとかやっていける」生活を社会人になる前から実感できるようになってしまったのかもしれない。一方で「どうせ・・・してもムダ」という、自己実現に対する無力感も現代社会の若者の特徴である。いわゆるあきらめが早い、粘れない、などである。この背景には雇用情勢の悪化をはじめとする、日々増大する社会不安があることは否定できない。楽観性と不安、無力感が混在するアンビバレントさが現代の若者の特徴として見受けられる。アンビバレントがゆえに「どうしたらいいかわからない」、その結果コミュニケーションの希薄さが表面上の問題として浮かび上がっているように思える。

厚生労働省（2004）の若年者の就職基礎力に関する調査では、企業が大学生採用時に重視する能力、および大学生が習得することにより採用可能性が高まる能力の第一位はコミュニケーション能力という結果を得ている。また、経済産業省（2006）は職場や地域社会で多くの人々と接しながら仕事をしていくために必要な能力を「社会人基礎力」と名付け、その能力要素として1. 前に踏み出す力、2. 考え抜く力、3. チームで働く力をあげている。チームで働く力の内容は、自分の意見をわかりやすく伝える力（発信力）、相手の意見を丁寧に聞く力（傾聴力）、意見の違いや立場の違いを理解する力（柔軟性）、自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力（状況把握力）、社会のルールや人との約束を守る力（規律性）などである。一方、文部科学省（2004）は、小学生、中学生、高校

生の職業観・勤労観を育む学習プログラムの枠組みを組むにあたり、職業的（進路）発達にはいくつか段階と課題があり、これが職業的（進路）発達課題と呼ばれるもので、学習成果をみる基準として活用することを関係各機関に期待している。大学については文部科学省（2009）が、学士過程教育充実のための具体的な取り組みのひとつとして、学位授与の方針の明確化をあげ、方針に対する国によって行われるべき支援・取り組みとして学士過程共通の学習成果の参考方針を挙げている。1. 知識、2. 汎用的技能、3. 態度・志向性である。これらのうちの態度・志向性の内容は「他者と協調・協働して行動できる。また、他者に方向性を示し、目標の実現のために動員できる」という社会性・コミュニケーション能力に関わるものであった。

以上のような国の施策は、先に述べた若者の様々な就労上の心理社会的不適応の対応策として位置づけられる。若者のコミュニケーション能力に関わる社会性の育成は、義務教育機関だけでなく、高等学校や大学を始めとする高等教育機関における、特に就労問題解決のための、緊急の取り組むべき課題といえよう。

わが国において社会性の獲得に及ばず体育・スポーツ活動の研究は、運動経験がパーソナリティへ及ぼす影響という枠組みの中で1950年代後半より進められてきた。花田（1957）はY-G性格検査を用いて、運動選手は一般的活動性が高く外向的であるとの報告をしている。花田ら（1963）、丹羽ら（1963）、竹村ら（1963）、花田ら（1966）における一連の研究以後、「スポーツマン的性格」の研究が数多くされてきたが、岡澤（1989）は過去の研究を概観し、運動によるパーソナリティの形成と変容の効果は、一様ではないと述べている。また船越（1987）もパーソナリティ変容あるいは形成について、スポーツマン的性格と称される明朗・積極・忍耐力のような性格特性の出現は、それが純粋にスポーツによって培われたのかどうかは疑問の余地があるとしている。中込（2000）も同様の見解を得ている。

社会性の獲得にとって注目を集め、その有用性が検討されているものが「社会的スキル<sup>注1)</sup>：social skill)」である。社会性や人間関係に関わる心理的課題は、学習により解決可能であるとする立場をとり、相川（2000）はソーシャルスキルとは「対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的対人行動と、そのような対人行動の実現を可能にする認知過程との両方を包含する概念」と定義している。

運動やスポーツ活動によってパーソナリティの変容が検討されるなら、「運動やスポーツ活動が社会的スキルの獲得に貢献する」という命題について近年論じられるようになってきた（市村と中川、2002）。時に経済産業省（2006）は若者の社会人基礎力の水準のばらつきの原因として、その背景には家庭や社会の教育力の低下とともに大学時代に部活動やサークル活動に全く参加していない学生が約4割強存在していることを指摘している。これは社会人として基礎的能力の養成をサークルや部活動に期待していることを意味し、

時代の要請に対応していくことは大学教育の最重要課題といえる状況である。これらの要請に答えるべく、中川と新井（2008）は中学生を、松野ら（2010）、青木（2005）、上野と中込（1998）は高校生を、そして杉山（2004）、石黒（2008）、島本と石井（2009）は大学生を対象に、運動経験と社会的スキル関係について検討している。おおよそ運動経験は社会的スキルに獲得に有効であるという結果を得ている。

ところで運動やスポーツ活動は、からだを通して技能を獲得するという身体的な努力の過程に特徴がある。運動やスポーツ活動に期待される効果には、その活動を通じて得られる、先のスポーツマン的性格にみられるような日常生活における自己の行動や言動に関する有能感<sup>注2)</sup>という側面がある。この日常生活における有能感と近い関係にあると推察されるのが運動やスポーツ活動に対する有能感である。それが日常生活へ般化することが前提とされているため、運動やスポーツ活動に社会性の獲得を含む教育的効果が期待されているとあってよいだろう。しかしながら、運動有能感が社会的スキルに及ぼす影響についての研究は殆どされていない。

以上のことより、本研究の目的は大学生の社会的スキルに及ぼすスポーツ経験と運動有能感の影響について明らかにすることとした。

## 2. 方法

2.1 調査年月：2010年4月に実施した。

2.2 調査対象と実施方法：埼玉県 K 大学、神奈川県 Y 大学、東京都 T 大学の体育実技あるいはスポーツ関連授業を履修した学生を対象に、一回目の授業で集団法により実施・回収した。回答数は 430 名で有効回答は 372 名（86.5%）であった。有効回答のうち運動系のサークル、運動部所属者は 98 名（26.3%）、非所属者は 274 名（73.7%）であった。男子は 297 名（79.8%）、女子は 75 名（20.2%）であった。平均年齢は 19.40 歳、標準偏差は 2.15 歳であった。

### 2.3 調査項目

#### 1) フェース項目

(1) 調査日、(2) 性別、(3) 学年、(4) 年齢、(5) スポーツの好き嫌い、(6) スポーツ系クラブの所属の 6 項目であった。本研究ではこれらの中から (6) のスポーツ系クラブの所属「あなたは現在スポーツ系の運動部、サークルに所属していますか」という質問項目に対して、適否を二者択一方式で問うもので、日常の運動・スポーツ活動の指標とした。

## 2) 相川 (2005) の「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」

社会的スキルの階層構造については、スキルの上位レベルに文化や社会への交流・適応に関わるストラテジー、その下に社会的相互作用といったソーシャルスキル、そして最下位に直接的コミュニケーションのレベルが想定されるため、数多くの尺度が開発されている(藤本と大坊、2007)。相川(2005)の「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」はコミュニケーションスキルと対人スキルを包括的に捉え汎用性あるものとして開発されており、大学生の卒業後の社会的適応を前提とした研究に有用と考え、本研究において用いることとした。この尺度は全 35 項目 6 つの下位尺度を持つ。

- (1) 関係開始：他者とスムーズに対人関係をつくるきっかけや関係をもつスキル 8 項目
- (2) 解 読：他者の気持ちを顔色やしぐさから察するスキル 8 項目
- (3) 主 張 性：自己の意見や考えを他者に適切に伝えるスキル 7 項目
- (4) 感情抑制：気持ちや感情を抑えるスキル 4 項目
- (5) 関係維持：他者の立場や気持ちを踏まえて考えて適切な行動をするスキル 4 項目
- (6) 記 号 化：気持ちや感情を適切に表現するスキル 4 項目

回答における反応カテゴリーは「1. ほとんどあてはまらない」から「4. かなりあてはまる」までの 4 件法とした。分析には 6 つの下位尺度とそれらの合計点(以下ソーシャルスキル T と略)を用いた。

## 3) 岡澤ら (1996) の「運動有能感尺度」

体育やスポーツ活動の動機づけ研究において、身体能力の認知に関わる有能感については櫻井(1983)の「認知されたコンピテンス測定尺度」の下位尺度としての「身体の運動有能感」が従来から用いられていた。しかし岡澤ら(1996)は従来の有能感の考え方では身体的能力が重要視されており、それだけでは運動能力が低い児童・生徒を内発的な動機づけに関して探ることが出来ないという立場から「身体的有能さの認知」に加え「統制感」「受容感」という下位尺度を備えた新たな尺度を開発した。スポーツ活動が行われる環境は単に物理的な身体的能力だけが関与しているわけではなく、指導者や仲間といった対人環境や、対課題遂行に関する統制感なども動機づけにとっては重要である。本研究において運動の有能感の測定は、岡澤(1996)の尺度を用いることとした。運動有能感尺度は全 12 項目、以下の 3 つの下位尺度から構成されている。

- (1) 身体的有能さの認知：自己の運動能力、運動技能に対する肯定的認知に関する 4 項目
- (2) 統制感：自己の努力や練習によって運動をどの程度コントロールできると認知しているかに関わる 4 項目
- (3) 受容感：運動場面で教師・指導者や仲間から受け入れられているという認知に関わる 4 項目

回答における反応カテゴリーは「1. ほとんどあてはまらない」から「5. かなりあては



まる」までの5件法とした。分析には3つの下位尺度の合計点（以後運動有能感 T と略）を採用した。

### 2.4 統計処理

運動経験と運動有能感が社会的スキルにどのような影響を及ぼしているか明らかにするために、ソーシャルスキル尺度の6つの下位尺度得点、及びソーシャルスキル T 得点を従属変数とし、運動経験と運動有能感 T を独立変数とした分散分析を行った。分析に先立ち運動有能感 T 得点について、四分値領域により全体の25%以下を低群、25～75%を中群、75%以上を高群とし、運動経験要因2（所属、非所属）水準×運動有能感 T 要因3（低、中、高）水準の2要因被験者間計画の分散分析を行なった。

分散分析の事後処理については、交互作用優先の分析を行った。交互作用が有意の場合、運動経験要因あるいは運動有能感要因が双方に及ぼす影響の大きさが一様でない、または、要因がお互いに及ぼす影響の方向が一様でないことを意味しており、したがって主効果を取り上げて意味をなさない（田中・山際、1989）。この場合は要因別単純効果の分析の後、多重比較（LSD法）を行った。

なお以上の統計処理は統計パッケージ SPSS15.0J によって行った。

### 3. 結果

表1に運動経験要因2（所属、非所属）水準×運動有能感 T 要因3（低群、中群、高群）水準の2要因被験者間計画の平均値と標準偏差および分散分析の結果を示した。

表1. ソーシャルスキル得点に及ぼす運動経験と運動有能感の効果

		所 属			非所属			分散分析の結果		
		運動有能感 T			運動有能感 T			主効果		交互作用
		低群	中群	高群	低群	中群	高群	所属・非所属 F 値 (df = 1, 366)	運動有能感 F 値 (df = 2, 366)	F 値 (df = 2, 366)
	N	16	60	22	77	137	60			
関係開始	M	15.81	18.43	19.05	14.73	18.08	21.33	0.27 n.s.	27.26 ***	3.47 *
	SD	4.21	3.72	3.88	4.06	4.17	4.14			
解 読	M	19.75	21.22	22.41	19.86	21.37	24.85	2.63 n.s.	16.11 ***	1.93 n.s.
	SD	4.39	3.76	4.08	4.88	3.91	3.70			
主張性	M	17.50	17.67	18.32	16.62	18.01	20.67	1.47 n.s.	8.31 ***	3.57 *
	SD	3.90	3.33	3.51	4.08	3.55	3.81			
感情統制	M	9.75	9.45	10.64	9.75	9.77	9.77	0.31 n.s.	1.19 n.s.	1.16 n.s.
	SD	2.89	2.26	2.50	2.77	2.26	2.42			
関係維持	M	10.94	11.73	12.18	10.70	11.71	12.63	0.06 n.s.	13.50 ***	0.66 n.s.
	SD	1.98	1.46	1.94	2.19	1.80	1.76			
記号化	M	10.13	10.90	11.36	9.69	10.96	12.65	0.84 n.s.	13.30 ***	2.4 †
	SD	2.92	2.37	1.89	2.90	2.28	2.35			
ソーシャル スキル T	M	83.88	89.40	93.95	81.35	89.91	101.90	1.36 n.s.	27.20 ***	3.37 *
	SD	11.10	11.31	13.23	14.43	12.28	11.90			

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

交互作用が有意であったのは「関係開始」、「主張性」、「ソーシャルスキル T」であった。「記号化」は有意傾向、「解読」、「感情統制」、「関係維持」については有意ではなかった。交互作用が有意傾向以上であった「関係開始」、「主張性」、「記号化」、「ソーシャルスキル T」については、要因別単純効果の検討と多重比較を行った。

「関係開始」について単純効果を分析した結果、運動経験要因は運動有能感 T-低および運動有能感 T-中においては有意でなかったが、運動有能感 T-高において有意であった ( $F(1,366)=5.77, p<.05$ )。運動有能感 T 要因においては所属において有意であった ( $F(2,366)=6.56, p<.01$ )。また非所属においても有意であった ( $F(2,366)=24.17, p<.001$ )。多重比較の結果は図 1 に示した。

「解読」については図 2 に示した。

「主張性」について単純効果を分析した結果、運動経験要因は運動有能感 T-低および運動有能感 T-中においては有意でなかったが、運動有能感 T-高においては有意であった ( $F(1,366)=7.42, p<.01$ )。運動有能感 T 要因においては所属において有意でなかったが、非所属において有意であった ( $F(2,366)=11.38, p<.001$ )。多重比較の結果は図 3 に示した。

「感情統制」については図 4 に示した。

「関係維持」については図 5 に示した。

「記号化」について単純効果を分析した結果、運動経験要因は運動有能感 T-低および運動有能感 T-中においては有意でなかったが、運動有能感 T-高においては有意であった ( $F(1,366)=5.04, p<.05$ )。運動有能感 T 要因については所属において有意でなかったが、非所属において有意であった ( $F(2,366)=13.36, p<.001$ )。多重比較の結果は図 6 に示した。

「ソーシャルスキル T」について単純効果を分析した結果、運動経験要因は運動有能感 T-低および運動有能感 T-中においては有意でなかったが、運動有能感 T-高においては有意であった ( $F(1,366)=7.32, p<.01$ )。運動有能感 T 要因においては所属において有意であった ( $F(2,366)=5.89, p<.01$ )。また非所属においても有意であった ( $F(2,366)=24.68, p<.001$ )。多重比較の結果は図 7 に示した。

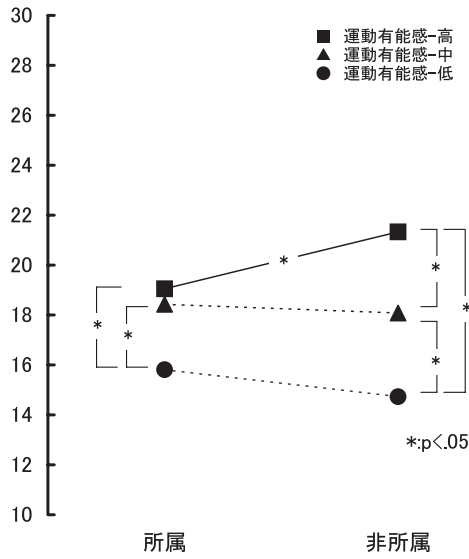


図1. 関係開始に及ぼす運動経験と運動有能感の影響

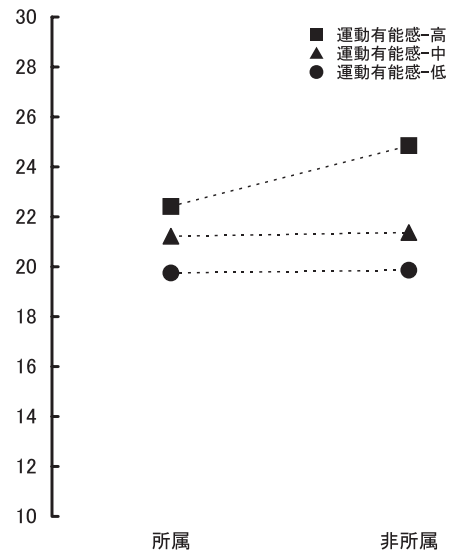


図2. 解釈に及ぼす運動経験と運動有能感の影響

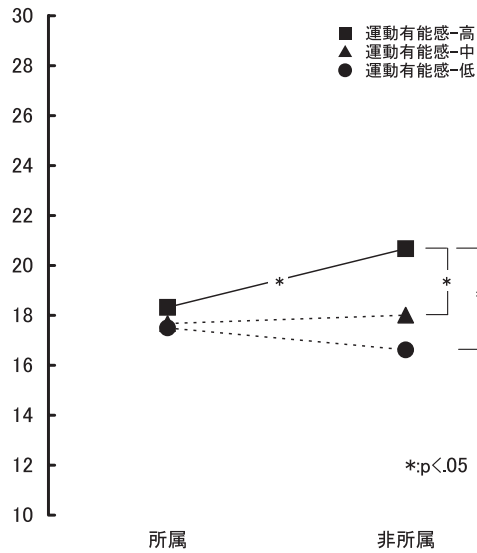


図3. 主張性に及ぼす運動経験と運動有能感の影響

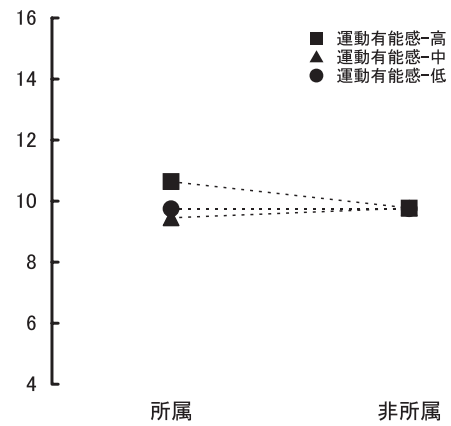


図4. 感情統制に及ぼす運動経験と運動有能感の影響

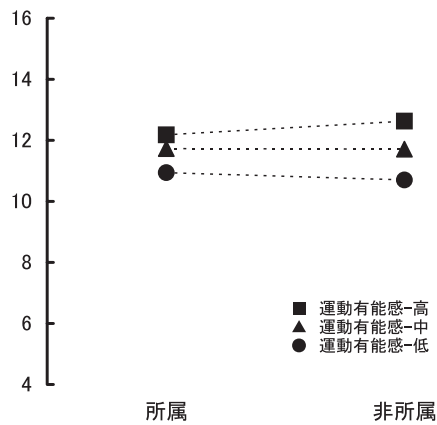


図5. 関係維持に及ぼす運動経験と運動有能感の影響

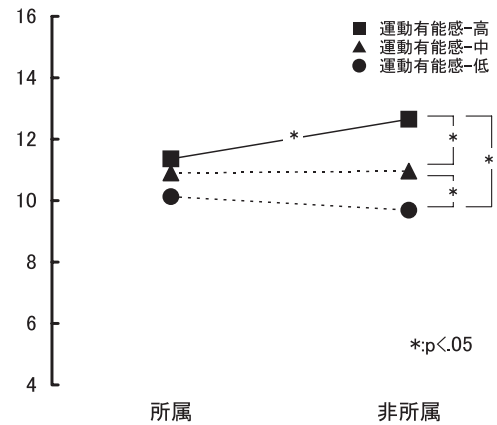


図6. 記号化に及ぼす運動経験と運動有能感の影響



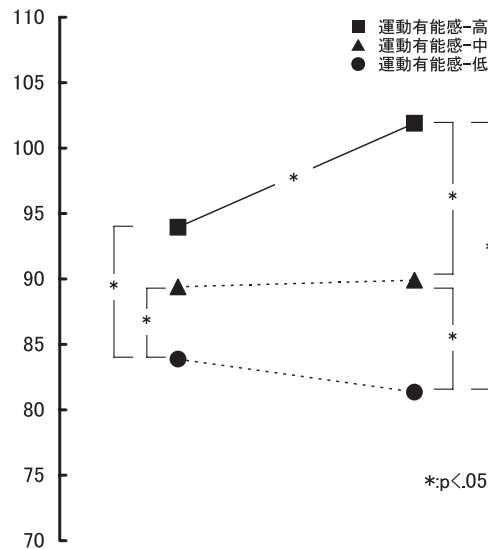


図7. ソーシャルスキルT得点に及ぼす運動経験と運動有能感の影響

運動経験の主効果についてはソーシャルスキルすべての尺度において有意ではなかった。運動有能感の主効果については、「感情統制」以外の尺度において0.1%水準で有意であった。交互作用が有意でなかったのは「解釈」と「感情統制」および「関係維持」であった。これらの尺度のうち「解釈」と「関係維持」は運動経験の主効果はなく、運動有能感の主効果は有意であった。「感情統制」については運動経験および運動有能感の何れもが関係ないという結果であった。交互作用の有意差が認められた「関係開始」、「主張性」、「記号化」、「ソーシャルスキルT」について多重比較を行ったところ、非所属者と所属者にはそれぞれ特徴的なパターンが得られた。非所属者については「関係開始」、「主張性」、「記号化」、「ソーシャルスキルT」全ての尺度について運動有能感の効果が認められた。しかし、所属者においては「関係開始」と「ソーシャルスキルT」では運動有能感の効果が認められたが、「主張性」と「記号化」については効果が認められず、運動有能感による群差が認められなかったことが注目される。

#### 4. 考察

##### 4.1 ソーシャルスキル得点に及ぼす運動経験の効果について

ソーシャルスキル全ての尺度において、運動経験の主効果は有意ではなかった。つまり、これらの尺度にみられるスキルと運動・スポーツ活動とは関係ないという結果であった。杉山ら(2008)は、スポーツ場面で学習された心理社会的スキルが日常生活に般化されてライフスキル<sup>注3)</sup>となるということはしばしば指摘されているが、これはどのようなスキルを対象としているかによって異なると述べている。運動経験が社会性の向上に貢献する

ことを支持する研究としては、上野と中込（1998）が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）とライフスキルとの関係に着目し、独自の「対人スキル」と「個人的スキル」の両者において運動部活動への参加による有意差を報告している。青木（2005）は菊池（1988）の「社会的スキル尺度（KiSS-18）」を用いて運動部員は文化部と無所属よりも有意に高得点であったことを報告している。一方、杉山（2004）は「ノンバーバルスキル尺度」を用いて授業毎の比較を行っているが、得点の変化はみられず、コミュニケーションの要素が強いスキルに関しては、運動経験の効果はみられないのではないかと考察している。つまり用いる尺度により測定されるスキルは異なっていることが、過去の研究とは異なる結果を得たものと考えられる。しかしながら、相川（2005）の尺度の特徴はコミュニケーションの過程と対人場面で実際必要とされる具体的なスキル、すなわち対人スキルを包括的にとらえることができるという点で、過去の研究で用いられた尺度より、運動と社会的スキルの関係を推定するためには適した尺度といえる。

西田と橋本（2005）は大学生の生涯スポーツ教育授業で、毎回コミュニケーションを促進するためのテーマを設定し、ショートレクチャーを行った結果、共感・援助的スキルの獲得の効果を認めている。また、松野ら（2010）は大学野球部を対象に目標設定やその自己評価などのライフスキル教育に基づくチームビルディングを実施しライフスキル向上に一定の効果を認めている。運動経験が社会的スキルに般化するかどうかの問題に対して杉山ら（2008）が指摘するように、単にスポーツをしているだけで社会性が身につくわけではなく、何らかの条件が必要のようである。本研究において運動経験は所属の有無によってみているだけであり、同好会やサークル、競技性の強い運動部も同一に扱っている。また、どれくらいの頻度で運動・スポーツ活動を実践しているか、先の研究にみられるような指導者の積極的な関わりがあるかどうか不明である。スポーツ活動に社会スキル獲得を期待するには、サポートする組織や指導者の意識的な関わり方が重要であると思われる。

#### 4.2 ソーシャルスキル得点に及ぼす運動有能感の効果について

運動有能感の主効果は「感情統制」を除き、ソーシャルスキル全ての尺度において有意であった。つまり運動有能感の向上は部分的に社会的スキルの向上に効果的であることを意味するものであった。運動有能感はまぎれもなく運動経験によって獲得される。よって、所属者は自分が所属する運動サークルや部活動での経験やその他の活動が、ソーシャルスキル尺度向上に有効に働いている。一方、非所属者は何らかの過去の運動経験により獲得された運動有能感がソーシャルスキル得点を向上させていることを支持する結果といえる。

しかしながら、「感情統制」については有意ではなかった。岡澤（1989）は身体活動が

パーソナリティに与える一般的な傾向に関する結論として「たしかにスポーツ活動をすることによって行動や態度は変化する部分があることは認めなければならないが、パーソナリティの内層的な部分までに影響を与えるとは考えない方が妥当のように思える」と述べている。「感情統制」は学習により獲得可能なスキルレベルより、性格特性、それも比較的神経生理学的領域に関わる特性を測っているものと思われる。近年スポーツ選手のメンタルトレーニングの技法において、呼吸法や心身調整法などの各種リラクゼーション技法が注目されている（山中、2005）。単に運動経験を積むだけでは「感情統制」のスキルを獲得できないのであれば、リラクゼーション技法を取り入れた運動やスポーツ活動が、ソーシャルスキルとしての「感情統制」スキルを獲得することに繋がると考えられる。

#### 4.3 ソーシャルスキルに及ぼす運動経験と運動有能感の作用について

図1、図3、図6、図7に示されたように、これら交互作用が認められた尺度における多重比較の結果、平均値において非所属者では4つの尺度全て運動有能感の効果は認められるが、所属者において運動有能感の効果が認められたのは「関係開始」、「ソーシャルスキルT」であり、「主張性」と「記号化」については効果が認められなかったことが特徴的である。また、運動有能感の影響力が運動経験によって異なり、非所属者の運動有能感による群差が所属者の群差より大きいということである。そして、先の交互作用が有意でなかった尺度における運動有能感の主効果の結果を合わせてみると、非所属者については「感情統制」以外の尺度に運動有能感が有効に作用しているが、所属者においては「主張性」、「記号化」が運動有能感によって日常生活に般化していないことを示している。

上野（2006）、上野（2007）は社会的スキル獲得に対する信念や価値意識が、島本と石井（2008）は部活動に対する専心度により運動経験が社会的スキルに及ぼす影響は異なることを報告している。本研究の結果はこれら一連の研究と同様に、運動経験と社会的スキルの間には調整変数（堀毛、1989）としての運動有能感の存在を明らかにしたものといえる。しかし一方で、島本と石井（2009）は運動部所属者においては間接変数としての「現状満足度」を介すると、運動経験のライフスキルに及ぼす効果は顕著に減少すると報告しているように、本研究における調整変数としての運動有能感が社会的スキルに、特に所属者において影響を及ぼさない場合があることを示すものでもあった。

それでは所属者の特徴として浮かびあがった、運動有能感が調整変数として機能していない「主張性」と「記号化」は、社会的スキルの全体構造からみると、どのような位置づけや機能があるものなのであろうか。藤本と大坊（2007）によると、社会的スキルは深い階層構造をもち、基本的にはその国の文化・風習・価値観などの上位レベルの影響を受けつつも、比較的それらの影響がない共通の能力であるコミュニケーションスキルがソーシャルスキルの下位に位置すると述べている。そして、コミュニケーション行動の基本と

なる言語的な能力としての基本スキル（自己統制、表現力、解読力）と、基本的スキルとより高次のソーシャルスキルの間に位置づけられる対人スキル（自己主張、他者理解、関係調整）を仮定している。そして、自己主張は表現力の上位カテゴリーとして“表出系”、他者理解は解読力の上位カテゴリーとしてこれらを“反応系”、また、自分の内面と他者との関係という方向性の違いはあるものの、マネージメントするという共通する行動特性を持つ自己統制と関係調整を“管理系”として分類している。

本研究で用いた相川（2005）の尺度の意味を藤本と大坊（2007）のモデルにあてはめると、「記号化」は基本スキルの表現力に、「主張性」は対人スキルの自己主張に相応する。そして「記号化」は「主張性」の下位カテゴリーに位置しており“表出系”に属するスキルである。所属者においては運動有能感が“表出系”へ影響しないことを意味しているようである。

檜塚ら（2005）はハンドボールU-18、U-20、ナショナルチーム選手を対象に、交流分析で性格の構造分析で用いられるエゴグラム（新里ら、1986）の測定を行った。競技経験が長くなるに従い、一方向の増減がみられた尺度はFC: Free Child（自由奔放さ）とAC: Adapted Child（いい子度）の尺度であった。平均値においてFCは年代が高くなるにつれて減少し、一方ACは増加するという結果であった。競技年数が長くなるにつれて周囲の他者に対して自己を出すことを抑えるようになり、従順になる傾向があることを意味している。

「記号化」はノンバーバルコミュニケーションを含む、自己の感情や思考を表現する能力に関わるスキルであった。「主張性」は社会的な文脈の中で障害があっても、自己の考えや意見を的確に伝えるスキルであった。運動やスポーツ活動は個人で行うことはまれで、多くの他者との関係性の上に成立する。競技性が強いスポーツ活動においては、自己を減してチームのために、あるいは指導者やチームメイトとの関係性を維持するためには従順性が心理的な成長課題として要求されるようになる。つまり、本研究で所属者において運動有能感が“表出系”に効果がなかったことは、運動やスポーツ活動で学習したスポーツ活動において必要とされるスキルが、日常生活においては協調性と自己抑制という形で般化している、換言すれば日常生活におけるスキルとしての社会性の発揮を、性格特性レベルで抑制していることを説明しているように考えられる。このような日常と競技場面における性格の相違・二面性について津田（2003）は、お互いが矛盾することはなく、あえて二面性あることが正常に自我を保つことに貢献していると考察しており、運動やスポーツ活動に関わることによって得られる心理的な特徴を示しているものとも考えられる。

一方、非所属者においては次のように解釈できる。いふなれば運動やスポーツ活動に深く関わらなければ、先のエゴグラムにみられるような性格特性への影響は少ない。また、運動やスポーツ活動では他者との関係において、練習や試合の場面で自己のプランや作戦



に基づいて、自己のプレーをすることに徹しなければ勝利という目標に近づくことはできない。主体的に行動して、自己の身体技能の向上や体力の向上の努力の過程が要求される活動である。特にスポーツ経験の少ない者にとっては、このような日常体験できない新規な経験は、運動有能感の獲得が性格特性の影響を受けずに、「主張性」と「記号化」という“表出系”へダイレクトに般化するものと考えられる。

#### 4.4 社会的スキルの獲得のための運動有能感の向上に向けて

運動経験とソーシャルスキルには関係がみられなかったが、運動有能感とソーシャルスキルとの関係は「感情統制」を除き認められた。前述のごとく、まぎれもなく運動有能感とは運動経験によって獲得されるものである。所属者および非所属者ともに運動有能感を高める運動経験のあり方が社会的スキル向上において有効になると思われる。

本研究で用いられた運動有能感尺度は(1)「身体的有能さの認知」(2)「統制感」、(3)「受容感」の3つの尺度により構成されている。主に体育の授業における動機づけ機能の側面から運動有能感の研究は行われており、指導上の工夫がこれら尺度にどのような影響を与えているかの検討が行われている。岡澤ら(1999)は中学生を対象に剣道よりも型にはまらず、より打ち合いの楽しさを重視したスポーツチャンバラの効果を検討している。単元前後で「運動有能感合計点」と「受容感」に有意な差を認めているが、「身体的有能さの認知」、「統制感」については有意ではないと報告している。小畑ら(2010)は攻撃の機会が多くなり、ドリブルを使わずパスだけでゲームが進められるように工夫された、「かべパスバスケットボール」を教材の効果を検討しているが、「運動有能感合計点」と「受容感」については運動有能感が低い者に授業の効果を認めているが、「身体的有能さの認知」と「統制感」については有意差を認めていない。北見と吉野(2008)は児童の教えあい学びあい活動を単元計画に盛り込んだ授業において、全ての運動有能感尺度について向上を認めているが、特に「受容感」については顕著であり、運動有能感が低い者のほかに強くその傾向が見られたと報告している。小畑ら(2007)児童を対象に技能的にもやさしく一人ひとりに重要な役割があるフラッグフットボールの授業において、全ての尺度において効果を認めており、特に運動有能感が低い者に顕著であったと報告している。小畑(2009)は「できた」という自己評価を生徒に多く行わせることにより、全ての尺度が誘引向上したと報告している。以上の研究をまとめると、もともと運動有能感が低い者には「統制感」と「身体的有能さの認知」よりも、「受容感」と「運動有能感合計点」に運動・スポーツ活動は顕著な効果があるようである。

本研究の結果も合わせて考えると、非所属者においては体育実技などの機会に、身体的有能さの認知(課題に対して「できた」という感じを味あうことができる)工夫や、統制感(課題に対して「できる」という課題達成に対する肯定的な可能性)を高める工夫が、

社会的スキル全般の獲得に有効と考えられる。

一方、スポーツ系サークルや運動部、特に運動経験が長く競技性が高い部活動に所属する学生にとっても運動有能感全般を高める指導をすることは必要であるが、それと同時に、競技場面は特殊な場面であり、日常生活との差別化の認識を持たせるなどの指導上の工夫が必要と考えられる。

最後に本研究ではスポーツ経験をサークルや運動部の所属・非所属という切り口でしか検討できなかった。また、運動有能感尺度の3つの下位尺度別に社会的スキルに及ぼす影響は検討していない。どのような運動やスポーツへの関わり方が、また、どのような運動スポーツ種目が運動有能感の向上に効果的か、さらにそれがどのような社会的スキルに効果的か検討することは今後の課題である。特に「感情統制」のような、より性格特性に関わる側面へ働きかける運動有能感の高め方に関する授業展開や、スポーツ指導法の実践的研究が必要となろう。統計分析手法としては相関・重回帰分析や共分散構造分析などのような多変量解析を用いて、大学生の社会的スキル向上に関する心的現象の因果関係を包括的に探りたいと考えている。

## 5. まとめ

本研究の目的は大学生の社会的スキルに及ぼす運動経験と運動有能感の効果であった。

相川（2005）成人用ソーシャルスキル自己評定尺度、運動経験、岡澤ら（1996）の運動有能感尺度の測定を行なった。ソーシャルスキル自己評定尺度得点について、下位尺度別に運動経験要因2（所属者、非所属者）水準×運動有能感T要因3（低群、中群、高群）水準の2要因被験者間計画の分散分析を行ない事後処理として要因別主効果の検討と水準別多重比較を行なった。

ソーシャルスキル尺度の全ての下位尺度において、運動経験の効果は認められなかった。ソーシャルスキル尺度の「感情統制」以外の尺度において、運動有能感の効果が0.1%水準で認められた。交互作用が認められたのは「関係開始」（5%水準）、「主張性」（5%水準）、「記号化」（有意傾向）、「ソーシャルスキルT」（5%水準）であった。水準別多重比較を行ったところ、非所属者においては、この4つの尺度全てにおいて運動有能感の効果が認められた。一方所属者においては「関係開始」と「ソーシャルスキルT」では運動有能感の効果は認められたが、「主張性」と「記号化」については効果が認められず、運動有能感の効果が限定的であることが特徴的であった。つまり、ソーシャルスキル得点に及ぼす運動有能感の影響は、所属者と非所属者で尺度毎に異なることが明らかとなった。



- 注1) 社会的スキルは階層的な構造をなすものであり、その基本要因は、自分のメッセージを適切に表現し（記号化）、他者のメッセージを的確に把握できる（解読）、コミュニケーション・スキルに求められる。このコミュニケーション・スキルを基礎として、特定の対人的な機能を達成するためのスキル（特定スキル：関係開始・維持、自己開示・提示、親和促進、リーダーシップの発揮など）があり、さらに、一時的ではなく継続的な働きかけを要する、集団運営、異文化適応、不適応の改善などの目的が特化された目的的技能がある（大坊、2008）。本研究においてソーシャルスキルと称しているのは相川（2005）の尺度を示している。
- 注2) 有能感：competence とは、有機体が環境に対して効果的に相互交渉できる能力のこと（White, 1959）で、有能感とは有能さを感じている程度のことをいう。運動やスポーツ活動では運動課題がうまくできるかどうかを感じている程度のことをいう。
- 注3) WHO（1997）はライフスキルを社会的スキルを包含した心理社会的能力と位置づけ、「日常生活で生じる様々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」と定義している。

#### 〔引用・参考文献〕

- 相川 充（2000）社会的スキルという考え方『人づきあいの技術－社会的スキルの心理学－』サイエンス社：1－21.
- 相川 充・藤田正美（2005）成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成．東京学芸大学紀要1部門，56：87－93.
- 青木邦夫（2005）高校運動部員の社会的スキルとそれに関する要因．国立オリンピック記念青少年総合センター研究紀要，5：25－34.
- 石黒正人（2008）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－．早稲田大学大学院スポーツ科学研究科スポーツ科学先行コーチング科学研究領域修士論文.
- 市村操一・中川 昭（2002）体育と社会的スキル教育．市村操一・阪田尚彦・賀川昌明・松田泰定編『体育授業の心理学』大修館書店：104－109.
- 上野耕平（2006）運動部活動への参加による目標設定スキルの獲得と時間的展望の関係．体育学研究，51：49－60.
- 上野耕平（2007）運動部活動への参加を通じたライフスキルに対する信念の形成と時間的展望の獲得．体育学研究，52：49－60.
- 上野耕平・中込四郎（1998）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．体育学研究，43：33－42.
- 岡澤祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎（1996）運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究．スポーツ教育学研究，16（2）：145－155.
- 岡澤祥訓・辰巳喜之・竹住和宏・河野成伸（1999）体育授業におけるスポーツチャンバラの有効性の検討．教育実践研究指導センター研究紀要，8：81－88.
- 岡澤祥訓（1989）身体活動と人格形成．松井匡治・円田善英編『体育心理学』建帛社：175－195.
- 小畑 治・岡澤祥訓・石川元美（2007）運動有能感を高める体育授業に関する研究－フットボールの授業実践から－．教育実践総合センター研究紀要，16：123－130.
- 小畑 治・岡澤祥訓・石川元美・森本寿子（2009）運動有能感を高める鉄棒授業の授業づくり．教育実践総合センター紀要，18：91－99.
- 小畑 治・岡澤祥訓・石川元美・森本寿子（2010）体育授業における「かべパスバスケットボール」の有効性の検討－ゲームパフォーマンス及び運動有能感の視点から－．教育実践総合センター紀要，9：119－127.
- 檜塚正一・綱野央子・伊達萬里子・田嶋恭江（2005）ハンドボール女子代表選手の新版エゴグラム検査による考察（第一報）．武庫川女子大紀要（人文・社会科学），53：9

- 16.

- 菊池章夫(1988) 社会的スキルのこと『思いやりを科学する—向社会的行動の心理とスキル—』川島書店：187-204.
- 北見 裕・吉野聡(2008) 器械運動の授業における教え合い学び合い活動が生徒の運動有能感に及ぼす影響—中学校校体育における実践事例の分析を通して—。茨城大学教育実践研究, 27: 77-90.
- 経済産業省(2006) 社会人基礎力に関する研究会—「中間取りまとめ」—。
- 厚生労働省(2004) 若年者の就職能力に関する実態調査結果。
- 桜井茂男(1983) 認知されたコンピテンス測定尺度(日本語版)の作成。教育心理学研究, 31(3): 60-64.
- 島本好平・石井源信(2008) 運動部活動におけるスポーツ経験がライフスキルに与える影響 活動へのコミットメントの差異からの検討。日本教育心理学会総会発表論文集, 50: 722.
- 島本好平・石井源信(2009) 体育授業におけるスポーツ経験がライフスキルの獲得に与える影響—運動部所属の有無からの検討—。スポーツ心理学研究, 36: 127-136.
- 新里里春・水野正憲・桂戴作・杉田峰康(1986)『交流分析とエゴグラム』チーム医療。
- 杉山佳生(2004) 体育授業におけるコミュニケーションスキル向上の可能性。日本体育学会大会号, 55: 223.
- 杉山佳生・渋谷宗行・西田 保・伊藤豊彦・佐々木万丈・磯貝浩久(2008) 学校体育授業を通じたライフスキル教育の現状と展望。健康科学, 30: 1-9.
- 大坊郁夫(2008) 社会的スキルの階層概念。対人社会心理学研究, 8: 1-6.
- 竹村 昭・丹羽邵昭・藤原瑞子・花田敬一(1963) 運動部経験者の性格特性についての研究。体育学研究, 7(1): 12.
- 田中 敏・山際雄一郎(1989) 実験計画法と分散分析『ユーザーのための教育・心理統計と実験計画—方法から論文の書き方まで—』教育出版: 82-175.
- 中央教育審議会答申(2009) 学士過程の構築に向けて。
- 津田忠雄(2003) スポーツ選手の性格の二面性。近畿大学健康スポーツ教育センター研究紀要, 2(1): 27-40.
- 中川靖彦・新井 肇(2008) 「生きる力」を育てる中学校運動部活動の教育的機能に関する研究。日本教育心理学会総会発表論文集, 50: 546.
- 中込四郎(2000) 運動とこころの健康「身体」から「こころ」へ。杉原隆・船越正康・工藤孝幾・中込四郎編著『スポーツ心理学の世界』福村出版: 184-198.
- 西田順一・橋本公雄(2005) 対人コミュニケーション能力の支援を意図した生涯スポーツ教育実践による社会心理的効果の検証。日本体育学会大会予稿集, 56: 188.
- 丹羽邵昭・藤原瑞子・花田敬一・竹村 昭・(1963) 運動経験者の性格特性に影響する要因の分析的研究。体育学研究, 7(1): 13.
- 花田敬一(1957) 運動選手の性格についての一考察 第一報。体育学研究, 2(7): 127-128.
- 花田敬一・竹村 昭・丹羽邵昭・藤原瑞子(1963) 運動部経験者の性格特性についての追跡的研究。体育学研究, 7(1): 14.
- 花田敬一・藤善尚憲・河瀬雅夫(1966) スポーツマン的性格について。体育学研究, 11(1): 9-16.
- 藤本 学・大坊郁夫(2007a) コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み。パーソナリティ研究, 15(3): 347-361.
- 船越正康(1987) 運動とパーソナリティ。松田岩男・杉原隆編著『新版運動心理学入門』大修館書店: 203-228.
- 堀毛一也(1989) 社会行動とパーソナリティ。大坊郁夫・安藤清志・池田謙一編『社会心理学パースペクティブ1—個人から社会へ—』誠信書房: 207-232.
- 松野光範・来田宣幸・横山勝彦(2010) 「ライフスキル教育」開発プロジェクトの実践と課

題一「硬式野球部」の取り組みを事例として一. 同志社スポーツ健康科学, 2: 61-72.

文部科学省 (2004) キャリア教育の推進に関する総合的調査研究協力者会議報告書.

山中 寛 (2005) リラクゼーション技法. 日本スポーツ心理学会編『改定増補版 スポーツメンタルトレーニング教本』大修館書店: 96-100.

White, R. W. (1959) Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66: 297-333.

WHO 編 川畑徹朗・西岡伸紀・高石昌弘・石川哲也監訳 (1997) 『WHO ライフスキル教育プログラム』大修館書店: 9-26.