

スポーツ演習による受講生の社会的スキル向上効果に関する検討

上野, 雄己 / UENO, Yuki / NAKAZAWA, Tadashi / 中澤, 史

(出版者 / Publisher)

法政大学スポーツ研究センター

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

Bulletin of sports research center, Hosei University / 法政大学スポーツ研究センター紀要

(巻 / Volume)

34

(開始ページ / Start Page)

1

(終了ページ / End Page)

4

(発行年 / Year)

2016-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00012934>

スポーツ演習による受講生の社会的スキル向上効果に関する検討

Effects of a sports and health science class on the social skill enhancement of college students

中 澤 史 (法政大学国際文化学部)

Tadashi Nakazawa

上 野 雄 己 (桜美林大学大学院国際学研究科・日本学術振興会特別研究員 DC1)

Yuki Ueno

要 旨

本研究では授業の開講学期および性別に焦点付け、半期で15回実施するスポーツ演習の授業プログラムが、受講生の社会的スキル向上に資する効果について検討した。調査対象者は前期授業が96名(男性40名, 女性56名, 平均年齢 18.16 ± 0.37 歳), 後期授業が92名(男性39名, 女性53名, 平均年齢 18.6 ± 1.34 歳)であった。各授業に対する介入前後での変化を検討するためにKikuchi's Scale of Social Skills(菊池, 1998, 以下KiSS-18)の総得点および3つの下位尺度(問題解決, トラブル処理, コミュニケーション)を従属変数とした性別(男性・女性)×測定時期(授業前・授業後)の二要因分散分析を行った。その結果, 前期授業, 後期授業ともに測定時期においてKiSS-18の総得点および3つの下位尺度で有意な主効果が確認され, 授業前より授業後のほうが総じて高い値を示した。この結果から, 本研究で試みたスポーツ演習の授業プログラムが開講学期および性別に関係なく, 受講生の社会的スキル向上に資する可能性が示唆された。

キーワード: 社会的スキル, スポーツ演習, 心理的效果

Key words: Social skills, Sports and health science class, Psychological effect

I. はじめに

体育関連の授業場面では各競技種目特有の運動スキルの学習が主目的となることが多い。しかしながら, 昨今では体育関連の授業を心理社会的スキルのトレーニングの場と位置付けた試みが行われている。この背景には, 体育・スポーツ活動は参加者や指導者との対人関係が不可避となる多くの社会的場面を含むため種々の心理社会的スキルの獲得に適した環境となるという指摘(杉山, 2005)や, 体育・スポーツ場面で獲得したコミュニケーション等の心理社会的スキルは家庭, 学校, 職場といった他の日常一般の場面においても役立つという先行研究(例えば, Smith, 1999, Orlick, 2002, Danish, 2002)の存在がある。

バージニア州立大学ライフスキルセンターではSUPERプログラム(Danish et al., 2002), またアメリカンフットボールの分野ではPlay It Smartプログラム(Petitpas, 2001)等が実施され, 各プログラムを通して参加者のコミュニケーションの重要性に対する理解度の深化や社会奉仕活動時間の増加といった社会的側面の改善効果が報告されている。わが国においても, 体育関連の授業への参加経験と心理社会的スキル獲得の関連を扱った研究報告が蓄積されつつある。例えば大学生を対象として, 西田ら(2002)は組織キャンプ, 竹田・石倉(2001)や中澤ら(2014)はスキー実習, また中澤ら(2015)は通信教育のスクーリングにおいて社

会的スキルの向上を目的とした授業プログラムを試み, 各プログラムが受講生の社会的スキルの変化にポジティブな影響をもたらしたと報告している。島本・石井(2007)は, 大学の体育授業の経験が参加者の自尊心, 親和性, リーダーシップ, 感受性にポジティブな影響を及ぼすと主張している。さらに島本(2013)は, 大学の体育授業における社会的スキルの獲得には, 自らの思いや考えを相手に伝える自己開示のスキルが重要な役割を果たす可能性についても触れている。

このように体育・スポーツ活動が心理社会的スキルの促進に資する場となりうることに鑑みると, 大学の正課授業として位置付けられる体育関連の授業にこのような役割を積極的に果たしていくことが期待される。そこで本研究では, 初年次の必修科目として開講するスポーツ演習の授業プログラムが, 新入生の社会的スキルの向上に資する効果について検討する。

なお, ライフスキル, 社会的スキル, 心理的スキルといった心理社会的スキルに関連する概念や用語の用いられ方は各分野によって異なる。そのため, ここでは大学生の対他者関係に焦点づけた研究に取り組むことから, 対人関係や個人と集団との相互作用に関連するスキルとして扱われる社会的スキルを取り上げる。また本研究における社会的スキルは, 他者との関係や相互作用を巧みに行うために練習

して身につけることが可能なスキル（相川，2000），人間関係を構築し，維持・発展させるためのスキル（島本，2013）と定義する。

II. 方法

1. 調査時期

前期授業：X 年 4 月～7 月

後期授業：X 年 9 月中旬～X + 1 年 1 月上旬

授業の実施方法：毎週 1 回（90 分）・合計 15 回開講

2. 調査場所

首都圏の 4 年制私立大学

3. 調査対象者

調査対象者は，前期授業の受講生が 96 名（男性 40 名，女性 56 名，平均年齢 18.16 ± 0.37 歳），後期授業の受講生が 92 名（男性 39 名，女性 53 名，平均年齢 18.6 ± 1.34 歳）であった（表 1）。

表 1 調査対象者の内訳

	前期授業	後期授業
男 性	40 名	39 名
女 性	56 名	53 名
合 計	96 名	92 名
平均年齢	18.16 ± 0.37 歳	18.6 ± 1.34 歳

4. 調査方法

KiSS-18 を用いた集合調査法による質問紙調査を授業前と授業後の計 2 回実施した。KiSS-18 への回答時間は約 5 分であり，回答終了後直ちに回収した。調査対象者には，守秘義務の厳守および得られたデータは成績評価には全く影響しないことを説明し，研究へのデータ使用の了承を得た。なお，各授業の概要は表 2 のとおりであった。

各スポーツ実習では，毎回異なるメンバーによるチーム

を編成し，メンバー間の自己紹介，ローカルルールの制定，プレー中のタッチング行動の促進，反省会の実施，実習後の自己・他者の評価等に取り組んだ。

5. 測定尺度

KiSS-18 は，総得点および問題解決，トラブル処理，コミュニケーションの 3 つの下位尺度で構成され，日常生活で必要とされる社会的スキルの診断を目的とした質問紙である。18 の質問項目に 5 件法（いつもそうでない：1 点～いつもそう：5 点）で回答することにより 5 分程度で完成することから多くの先行研究（例えば，中澤ら，2014）で用いられている。

6. 統計解釈

各授業に対する介入前後での変化を検討するために KiSS-18 の総得点および 3 つの下位尺度を従属変数とした性別（男性・女性）×測定時期（授業前・授業後）の二要因分散分析を行った。なお，有意な主効果または交互作用が認められた場合には，事後検定として Bonferroni 法による多重比較を行った。統計学的有意水準は全て 5% とした。

III. 結果

前期授業では，性別と測定時期との交互作用が確認されなかった。また測定時期において，KiSS-18 の総得点および 3 つの下位尺度で有意な主効果が認められたため事後検定を行った結果，授業前よりも授業後のほうが有意に高い値を示した。性別においては，コミュニケーションで有意な主効果が認められたため事後検定を行った結果，男性よりも女性のほうが有意に高い値を示した（表 3）。

後期授業では，トラブル処理で性別と測定時期との交互作用が確認された。そのため，単純主効果の検定を施した結果，女性において授業前よりも授業後のほうが有意に高い値が示され，授業後において男性よりも女性のほうが有意に高い傾向の値が示され，また男性において授業前より

表 2 主な授業概要

1 回目	ガイダンスおよび講義「スポーツとコミュニケーション」 KiSS-18：1 回目の実施
2 回目	体力測定
3 回目	トレーニング演習
4 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習①（バレーボール）
5 回目	講義「健康と体力」および体力測定に関するレポート課題
6 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習②（バレーボール）
7 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習③（バレーボール）
8 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習④（バドミントン）
9 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習⑤（バドミントン）
10 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習⑥（バスケットボール）
11 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習⑦（卓球）
12 回目	社会的スキルの促進を目的としたスポーツ実習⑧（卓球） KiSS-18：2 回目の実施
13 回目	講義および実習「スポーツとパーソナリティ」
14 回目	講義および実習「自己理解の促進」
15 回目	総括および社会的スキルに関するレポート課題

も授業後のほうが有意に高い傾向の値が示された。測定時期において、問題解決、コミュニケーションおよび総得点で有意な主効果が認められたため事後検定を行った結果、授業前よりも授業後のほうが有意に高い値を示した（表 4）。

IV. 考察

前期授業、後期授業ともに測定時期において、KiSS-18 の総得点および 3 つの下位尺度で有意な主効果が確認され、授業前より授業後のほうが総じて高い値を示した。このことから、本研究で試みた授業プログラムが、開講学期および性別に関係なく、新入生の社会的スキル向上に資する可能性が示唆された。各スポーツ実習時に課した自己紹介、プレー中のタッチング行動、振り返り作業などの取り組みは、島本（2013）が指摘する自己開示の作業に相当するものと考えられる。この自己開示のスキルが社会的スキルの促進に寄与するとの指摘（島本，2013）を踏まえるならば、各スポーツ実習時に課したこの作業が、受講生間における

新規の人間関係の構築や相互理解の促進に寄与する一助になったものと思われる。

前期授業では、コミュニケーションにおいて男性よりも女性のほうが有意に高い値を示した。これには受講生の約 6 割が女性であったことが少なからず影響しているように思われる。つまりこの数的優位性が、女性にとって新規の人間関係の構築等に求められるコミュニケーションスキルを発揮しやすい環境作りに貢献していたと考えられるのである。

後期授業のトラブル処理では、女性において授業前よりも授業後のほうが有意に高い値が示され、さらに授業後において男性よりも女性のほうが有意に高い傾向の値が示された。このことについても、先の女性の多さという環境要因がかかわっているものと推測される。前期授業同様、後期授業でも約 6 割の受講が女性であった。このことが女性に安心感をもたらしており、スポーツ実習時における反省会等の場面において女性主導の会話形態の促進に寄与して

表 3 性別ごとの授業プログラム実施前後の KiSS-18 得点の変化（前期）

下位尺度	授業前		授業後		主効果			多重比較
	男性 (n=40)	女性 (n=56)	男性 (n=40)	女性 (n=56)	時期	性別	交互作用	
問題解決	20.31 (3.69)	19.83 (3.32)	22.28 (3.47)	22.06 (3.19)	8.37**	0.37	0.07	授業前 < 授業後 **
トラブル処理	16.26 (2.72)	15.94 (2.95)	17.13 (2.77)	18.19 (3.08)	17.81***	0.08	2.10	授業前 < 授業後 ***
コミュニケーション	23.31 (5.39)	23.77 (6.98)	25.23 (4.23)	25.51 (4.54)	5.83*	4.80*	0.13	授業前 < 授業後 *, 男性 < 女性 ***
総得点	59.87 (10.59)	59.55 (10.29)	64.64 (8.81)	65.76 (9.04)	14.24***	0.24	0.60	授業前 < 授業後 ***

Note)

値は平均得点（標準偏差）、主効果および交互作用は F 値

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

表 4 性別ごとの授業プログラム実施前後の KiSS-18 得点の変化（後期）

下位尺度	授業前		授業後		主効果			多重比較
	男性 (n=39)	女性 (n=53)	男性 (n=39)	女性 (n=53)	時期	性別	交互作用	
問題解決	20.53 (3.05)	20.77 (3.35)	21.45 (2.93)	21.88 (3.12)	45.04***	0.30	0.16	授業前 < 授業後 ***
トラブル処理	16.78 (2.87)	16.14 (2.96)	17.70 (2.71)	18.04 (3.35)	24.43***	0.51	4.74*	授業後：男性 < 女性†， 男性：授業前 < 授業後†， 女性：授業前 < 授業後 ***
コミュニケーション	24.03 (5.38)	25.46 (3.94)	25.18 (4.48)	27.02 (4.42)	10.90**	0.14	0.03	授業前 < 授業後 **
総得点	61.33 (9.75)	62.38 (8.51)	64.33 (8.45)	66.93 (9.07)	44.82***	0.24	0.60	授業前 < 授業後 ***

Note)

値は平均得点（標準偏差）、主効果および交互作用は F 値

† $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

いたものと考えられる。ただし、男性においても授業前よりも授業後のほうが有意に高い傾向の値が示されたことから、本授業プログラムは男性のトラブル処理スキルの促進にも影響を及ぼしたようである。

本研究での取り組みを通して受講生の社会的スキル向上効果を認めたが、今回の試みはスキー実習のような合宿形式ではなかったため、受講生の社会的スキルの促進に授業プログラムの効果のみが反映されたとは言い難い。特に1週間に1回のペースで開講される通常授業では、他の授業、サークル活動、アルバイト等の他の要因の影響力が排除できないと指摘(中澤ら, 2014)されることから、今後は各要因の社会的スキルへの影響力について検討する必要がある。また「スポーツ経験を通して獲得された社会的スキルの他の場面への転移は自然には起こらない」との指摘(Danish, 2002)を踏まえるならば、授業を通して促進された社会的スキルの一般化の課題についても検討する必要がある。

V. 文献

1. 相川 充 (2000) 人づきあいの技術—社会的スキルの心理学. サイエンス社.
2. Danish, SJ et al (2002) Teaching life skills through sport : Community-based programs to enhance adolescent development, pp269-288. In : Van Raalte, JL, et al Eds, Exploring Sport and Exercise Psychology(2nded.), American Psychological Association.
3. Danish, SJ (2002) Teaching life skills through sport, pp49-60. In : Gats M, et al Eds, Paradoxes of Youth and Sport. State University of New York Press.
4. 菊池章夫 (1998) また / 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 ,pp.226.
5. 中澤 史・麓 正樹・谷木龍男・山崎雅幸 (2014) スキー実習による受講生の社会的スキル向上効果. 法政大学スポーツ研究センター紀要, 32: 9-13.
6. 中澤 史・林 容市・上野雄己 (2015) 短期集中型のスポーツ演習による受講生の社会的スキル向上効果. 法政大学スポーツ研究センター紀要, 33 : 1-5.
7. 西田順一・橋本公雄・徳永幹雄・柳 敏 (2002) 組織キャンプ体験による児童の社会的スキル向上効果. 野外教育研究, 5:5-54.
8. Orlick, T (2002) Enhancing children's sport and life experiences, In: Smoll FL and Smith RE(Eds.), Children and youth in sport: A biopsychosocial perspective(2nd ed.), Kendall/Hunt Publishing, Dubuque, pp. 465-474.
9. Petitpas, A (2001) National Football Foundation's Play It Smart program. 10th World Congress of Sport Psychology: Programme and Proceedings, Vol.2:316-317.
10. 島本好平・石井源信 (2006) 大学生における日常生活スキル尺度の開発. 教育心理学研究, 54:8-25.
11. 島本好平 (2013) 大学体育授業におけるスポーツ経験と社会的スキル獲得との因果関係の推定. 日本スポーツ心理学会第 40 回大会研究発表抄録集, 120-121.
12. Smith, RE (1999) Generalization effects in coping skills training, Journal of Sport and Exercise Psychology, 21: 189-204.
13. 杉山佳生 (2005) スポーツによるライフスキルとソーシャルスキル. 体育の科学, 55 (2): 92-96.
14. 竹田正樹・石倉忠夫 (2001) 学内授業と4泊5日のスキー実習が受講生の社会的スキルに及ぼす影響. 同志社保健体育, 40:121-128.