

### スポーツ演習の授業プログラムと受講生の社会的スキルの関連

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)

35

(開始ページ / Start Page)

1

(終了ページ / End Page)

5

(発行年 / Year)

2017-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00013824>

## スポーツ演習の授業プログラムと受講生の社会的スキルの関連

### The influence a program of sports and health science class exerts on social skill improvement of class members

中 澤 史 (法政大学国際文化学部・大学院スポーツ健康学研究科)

Tadashi Nakazawa

上 野 雄 己 (日本学術振興会特別研究員 PD)

Yuki Ueno

#### 要 旨

本研究では、スポーツ演習の授業プログラムと受講生の社会的スキル向上との関連について検討した。社会的スキルの尺度として Kikuchi's Scale of Social Skills (菊池、1998、以下 KiSS-18) を用い、50 名の受講生 (男性 21 名、女性 29 名、平均年齢  $18.18 \pm 0.56$  歳) を対象に社会的スキル向上に影響すると思われる環境諸要因と KiSS-18 との関連について統計的分析を施した。種々の環境要因と KiSS-18 との関連を検討するために Pearson の積率相関係数 ( $r$ ) を算出した結果、スポーツ演習の授業プログラムと KiSS-18 の総得点 ( $r = .38, p < .01$ )、問題解決 ( $r = .28, p < .05$ )、トラブル処理 ( $r = .32, p < .05$ )、コミュニケーション ( $r = .33, p < .05$ ) との間で有意な正の相関が確認された。また、大学での交友関係と KiSS-18 の総得点 ( $r = .46, p < .001$ )、問題解決 ( $r = .42, p < .01$ )、コミュニケーション ( $r = .47, p < .001$ ) との間で有意な正の相関が確認された。さらに、家族関係と KiSS-18 のトラブル処理 ( $r = .47, p < .10$ ) との間で有意な正の相関の傾向が確認された。このことから、スポーツ演習の授業プログラムも受講生の社会的スキル向上にポジティブな関連があ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、心理的効果

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

#### I. はじめに

社会的スキルの欠如は、対人関係のトラブル、引きこもり、目標の喪失、学校不適応などの問題を生じる要因となる (Asher & Hymel, 1981; Cohen, Sherrod, & Clark, 1986; Parker & Asher, 1987; 池田・吉武, 2005)。このような現状に鑑み、大学教育においてもスポーツ・体育関連の授業を通じた社会的スキルの向上効果に注目が集まっている (例えば、竹田・石倉, 2001; 中澤・上野, 2016 など)。この背景には、スポーツ・体育関連の授業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、その授業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エビデンスが Smith (1999)、Orlick (2002)、Danish (2002) によって示されたという事実がある。

国内で試みられた先行研究を概観すると、例えば木庭・東原 (1976)、東原 (1979)、西田・橋本・徳永・柳 (2002) は、大学生を対象としたキャンプ体験が望ましい人間関係の醸成や友人関係における親密性の促進に有効であるなど、実習体験前後での人間関係の変化にポジティブな効果を認めたと報告している。また、竹田・石倉 (2001)、中澤・麓・谷木・山崎

(2014) は、合宿形式で行うスキー実習が受講生の社会的スキルにポジティブな影響を与えたと報告している。

合宿形式以外の授業では、島本・石井 (2006)、島本 (2013)、加藤・島本 (2013)、東海林・長野・加藤・佐々木・島本 (2013) は、学期期間内に実施した通常の体育授業が大学生のライフスキルの獲得に貢献したと報告している。また、中澤・林・上野 (2015)、中澤・上野 (2016) は、大学生の初年次教育の一環として毎週 1 回・半期 15 回実施したスポーツ演習の授業が受講生の社会的スキル向上に有効であると報告している。しかしながら、1 週間に 1 回を基本とした通常の授業形式では受講生の社会的スキル向上に資する他の環境要因の影響力が無視できない。

そこで、本研究では次の 2 つの目的について検討することとした。目的 1 では、先の中澤・上野 (2016) に倣い、半期で毎週 1 回・合計 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改めて検証する。目的 2 では、目的 1 の受講生の社会的スキル向上に影響すると思われる種々の環境要因と社会的スキルとの関連について検討する。特に目的 2 の解明により、通常のスポーツ演習の授業プログラムと受講生の社会的スキル向上との関連が明らかとなる。

## II. 方法

### 1. 調査時期

X 年 9 月中旬～X + 1 年 1 月上旬

半期・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

調査対象者はすべて大学 1 年生であり、表 1 の通りであった。

### 4. 調査方法

1) 目的 1: KiSS-18 を用いた集合調査法による質問紙調査を第 1 回目の授業時 (以下、Pre) と第 12 回目の授業後 (以下、Post) に実施した。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。

表 1 調査対象者の内訳

|      |   |              |
|------|---|--------------|
| 男    | 性 | 21 名         |
| 女    | 性 | 29 名         |
| 合    | 計 | 50 名         |
| 平均年齢 |   | 18.18±0.56 歳 |

2) 目的 2: 受講生の社会的スキルに影響を与えた環境要因に関する調査を実施するにあたり、本授業プログラムを含む諸要因が、受講生の社会的スキルに与えた影響力を診断する質問紙調査を実施した。本質問紙への回答時間は約 5 分であり、回答終了後直ちに回収した。

各質問紙調査にあたり、受講生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、受講生は毎回異なる

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

1) 目的 1: 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ており、18 の質問項目に 5 件法 (いつもそうでない: 1 点～いつもそうだ: 5 点) で回答する質問紙である。

2) 目的 2: ここで用いた質問紙は、受講生の社会的スキルに対する環境要因の影響力の診断を目的としており、全 7 要因 (1. 本授業、2. その他の授業、3. サークル・クラブ活動、4. 大学での交友関係 (サークル・クラブ活動を除く)、5. 大学以外での交友関係、6. 家族関係、7. アルバイト) で構成される。受講生には、7 つの要因に 11 件法 (影響を与えなかった: 0 点～影響を与えた: 100 点) で回答するよう依頼した。なお本質問紙は、前年度の授業時に「社会的スキルに与える要因」について自由記述形式で回答を求めたアンケート調査の結果に基づき作成された。

### 6. 統計解釈

1) 目的 1: 本授業プログラムにおけ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 つの下位尺度の平均値の差について対応のある  $t$  検定を用いて分析を行った。

2) 目的 2: 社会的スキルに影響を与えた環境要因と KiSS-18 との関連を検討するために Pearson の積率相関係数 ( $r$ ) を算出した。なお、KiSS-18 と環境要因のデータは Post で収集した資料を使用した。

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)  |
| 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) |
| 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                     |

表 3 Pre と Post における対応のある  $t$  検定の結果

|           | Pre   |      | Post  |      | $t$ 値    | $df$ | Glass's $\Delta$ |
|-----------|-------|------|-------|------|----------|------|------------------|
|           | Mean  | SD   | Mean  | SD   |          |      |                  |
| 総得点       | 58.44 | 8.57 | 62.66 | 8.17 | 4.01 *** | 49   | 0.49             |
| 問題解決      | 19.96 | 3.04 | 21.32 | 2.82 | 3.23 **  | 49   | 0.45             |
| トラブル処理    | 15.62 | 2.80 | 16.88 | 2.49 | 3.08 **  | 49   | 0.45             |
| コミュニケーション | 22.82 | 4.60 | 24.66 | 3.92 | 3.62 *** | 49   | 0.40             |

(Note)

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ Glass's  $\Delta$ : Small=0.20, Medium=0.50, Large=0.80 (水本・竹内, 2008)表 4 KiSS-18 と環境諸要因との Pearson の積率相関係数 ( $r$ ) の算出結果

|            | 総得点     | 問題解決   | トラブル処理 | コミュニケーション |
|------------|---------|--------|--------|-----------|
| 本授業        | .38 **  | .28 *  | .32 *  | .33 *     |
| その他の授業     | .17     | .11    | .12    | .13       |
| サークル・クラブ活動 | .11     | .10    | .11    | .10       |
| 大学での交友関係   | .46 *** | .42 ** | .25    | .47 ***   |
| 大学以外での交友関係 | .22     | .23    | .06    | .24       |
| 家族関係       | .13     | .24 †  | .05    | .11       |
| アルバイト      | .16     | .15    | .00    | .23       |

(Note)

† $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ アルバイトのみ  $n = 49$  であった。

### Ⅲ. 結果

#### 1. 目的 1 について

表 3 の通り、対応のある  $t$  検定の結果、「総得点 ( $t(49) = 4.01, p < .001, \Delta = 0.49$ )」「問題解決 ( $t(49) = 3.23, p < .01, \Delta = 0.45$ )」「トラブル処理 ( $t(49) = 3.08, p < .01, \Delta = 0.45$ )」「コミュニケーション ( $t(49) = 3.62, p < .001, \Delta = 0.40$ )」において Post の方が、Pre と比較して有意に得点が高い結果が示された。

#### 2. 目的 2 について

表 4 の通り、KiSS-18 と環境要因との関連を検討するために Pearson の積率相関係数 ( $r$ ) を算出した結果、本授業プログラムと KiSS-18 の総得点 ( $r = .38, p < .01$ )、問題解決 ( $r = .28, p < .05$ )、トラブル処理 ( $r = .32, p < .05$ )、コミュニケーション ( $r = .33, p < .05$ ) との間で有意な正の相関が見られた。また、大学での交友関係と KiSS-18 の総得点 ( $r = .46, p < .001$ )、問題解決 ( $r = .42, p < .01$ )、コミュニケーション ( $r = .47, p < .001$ ) との間で有意な正の相関が確認された。さらに、家族関係と KiSS-18 のトラブル処理 ( $r = .47, p < .10$ ) との間で有意な正の相関の傾向が見られた。

### Ⅳ. 考察

#### 1. 目的 1 について

表 3 の通り KiSS-18 の総得点ならびに 3 つの下位尺度の得点において介入前後で有意な変化を認めた。また、有意水準とサンプルサイズに影響されない効果量について分析した結果、総得点ならびに 3 つの下位尺度において Medium に近い効果量が認められた。これらのことから本研究で試みた授業プログラムは、中澤・上野 (2016) の研究報告と同様、受講生の社会的スキル向上にポジティブな影響を与えたようである。

島本 (2013) が指摘するように、自己開示の一環として試みた各スポーツ実習時の自己紹介、プレー中のタッチング行動、反省会、振り返り作業などの取り組みが受講生間における新規的人間関係の構築や相互理解の促進に貢献したものと考えられる。しかしながら、中澤・上野 (2016) が指摘する通り、1 週間に 1 回のペースで開講される通常授業では、サークル活動やアルバイトといった他の環境要因の影響力が排除できないため、受講生の社会的スキル向上に影響すると推測される環境要因と KiSS-18 との関連について検討する必要があると残された。

## 2. 目的2について

表4の通り、本授業プログラムならびに大学での交友関係とKiSS-18との間で有意な正の相関が認められた。日々の学生生活において顔を合わせる機会が多い学内の友人たちは、必然的に種々の情報交換や交友関係の拡大に資する存在となるため、受講生の社会的スキル向上に最も影響力を与える要因となったようである。

ここで注目すべきは、本研究で取り組んだ授業プログラムが総得点と3つの下位尺度において弱いながらも正の相関が認められたことである。最も影響力がある大学での交友関係においてさえトラブル処理の尺度では有意な相関が見られなかったことを踏まえると、本授業プログラムが社会的スキルの全項目に対してポジティブな影響を与えたことは興味深い。Balen, Fielding, & Lewis (1998) は、スポーツは挑戦的な活動を含む体験であり、また他の受講生との共同・協調を伴う体験となりうると指摘している。また島本・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。これらのことに鑑みると、本授業は、日々の生活において体験することのないゲーム感覚を包含する挑戦的且つ共同・協調を伴う非日常的な経験となっており、受講生の社会的スキルにポジティブな影響を与える好機となっていたと推測される。

## V. まとめ

本研究では、まず中澤・上野(2016)の追試を行うことによって、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可能性を確認した。次に、本授業プログラムを含む7つの環境要因が社会的スキル向上に与える影響について検討した結果、大学での交友関係に加え本授業プログラムも受講生の社会的スキルにポジティブな影響を与えることが示された。しかしながら、本研究で見られた社会的スキルの向上は一過性のものであるため、Danish(2002)が指摘する通り、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取り組む必要がある。また、本研究では“環境要因が社会的スキルに及ぼす影響”について検討したが、今後は“本授業プログラムが他の場面における社会的スキルの促進にどの程度影響したか”についても検討する余地が残された。

## VI. 文献

1. Asher, S. R. & Hymel, S. (1981) Children's social competence in peer relations : Sociometric and behavioral assessment. Wine, J.D. & Smye, M.A. (Eds.) Social Competence. Guilford Press, New York: pp.125-157.
2. Balen, R., Fielding, D. & Lewis, I.J. (1998) An activity week for children with cancer: Who wants to go and why? Childcare, Health Development, 24 (2) :169-177.
3. Cohen, S., Sherrod, D.R. & Clark, M.S. (1986) Social skills and the stress protective role of social support. Journal of Personality and Social Psychology, 50: 963-973.
4. Danish, S.J. (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.
5. 池田忠義・吉武清賓(2005) 予防教育としての講義「学生生活概論」の実践とその意義. 学生相談研究, 26 : 1-12.
6. 加藤友里恵・島本好平(2013) 大学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—ライフスキル獲得パターンからの検討—日本スポーツ心理学会第40回大会研究発表抄録集, 138-139.
7. 木庭修一・東原昌郎(1976) 本学学生のキャンプ実習における人間関係についての研究—そのⅠ. 東京学芸大学紀要5部門美術・体育, 28 : 234-241.
8. 菊池章夫(1998) また / 思いやりを科学する—一向社会的行動の心理とスキル—. 川島書店.
9. 水本 篤・竹内 理(2008) 研究論文における効果量の報告のために—基礎的概念と注意点—. 英語教育研究第31巻, 57-66.
10. 中澤 史・麓 正樹・谷木龍男・山崎将幸(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第32号, 9-13.
11. 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第33号, 1-5.
12. 中澤 史・上野雄己(2016) 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. 法政大学スポーツ研究センター紀要第34号, 1-4.
13. 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 : 45-54.
14. Orlick, T. (2002) Enhancing children's sport and life experiences, In: Smoll, F.L. and Smith, R.E. (Eds.) , Children and youth in sport: A biopsychosocial perspective (2nd ed.) . Kendall/Hunt Publishing, Dubuque, pp. 465-474.
15. Parker, J.G. & Asher, S.R. (1987) Peer relations and later personal adjustment: Are low-accepted children at risk? Psychological Bulletin, 102 : 357-389.
16. 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.
17. 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.
18. 清水裕士(2016) フリーの統計分析ソフトHAD—機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—. メディア・情報・コミュニケーション研究第1巻, 59-73.
19. Smith, R.E. (1999) Generalization effects in coping skills training. Journal of Sport and Exercise Psychology, 21: 189-204.



20. 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.
21. 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.
22. 東海林祐子・長野智久・加藤貴昭・佐々木三男・島本好平 (2013) 大学体育授業がライフスキルに与える影響—单元前の学生のスキルレベルに着目して—. KEIO SFC JOURNAL, 12(2) : 89-108.
23. 東原昌郎 (1979) 本学学生のキャンプ実習における人間関係についての研究—その V—. 東京学芸大学紀要 5 部門美術・体育, 31, 237-244.