慶應義塾大学学術情報リポジトリ
Keio Associated Repository of Academic resouces

Title	体育実技履修学生の社会的スキルおよび自己効力感の水準に関する基礎的検討
Sub Title	Social skills and self-efficacy in university students taking physical education classes
Author	村山, 光義(Murayama, Mitsuyoshi) 加藤, 大仁(Kato, Hirohito) 須田, 芳正(Suda, Yoshimasa) 村松, 憲(Muramatsu, Tadashi) 野口, 和行(Noguchi, Kazuyuki)
Publisher	慶應義塾大学体育研究所
Publication year	2013
Jtitle	体育研究所紀要 (Bulletin of the institute of physical education, Keio university). Vol.52, No.1 (2013. 1) ,p.21- 31
JaLC DOI	
Abstract	Focusing on students taking physical education classes in university, we conducted a preliminary study of two test conditions using Kikuchi's Social Skill Scale (KiSS-18) and the General Self-Efficacy Scale (GSES). The primary results of this study were as follows : 1) At the start of the first semester, we observed a significant difference between students who were 18–20 years of age and those who were 21 years of age in KiSS-18 and GSES scores, as well as a significant difference between 1st/2nd and 3rd year students, suggesting that both greater age and education level are related to higher scores on both measures. 2) In most subjects, KiSS-18 and GSES scores in the first semester were higher than the norm of these tests. 3) KiSS-18 scores tended towards a normal distribution, while GSES scores did not fall into a normal distribution. 4) Overall, KiSS-18 and GSES scores improved at the end of each semester, which we calculated by comparing the scores from the beginning and end of the first semester, and those from the beginning and end of the second semester. Students who took the classes in only one semester showed no improvement in scores from the beginning to the end of either semester. According to the above results, social skills and self-efficacy improved during the experiment according to age and amount of physical education training.
Notes	
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00135710-00520001-0021

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

体育実技履修学生の社会的スキル
および自己効力感の水準に関する基礎的検討

村山　光義 *　　加藤　大仁 **　　須田　芳正 **
村松　　憲 **　　野口　和行 **

Social skills and self-efficacy in university students taking physical education classes

Mitsuyoshi Murayama[1], Hirohito Kato[2], Yoshimasa Suda[2]
Tadashi Muramatsu[2], Kazuyuki Noguchi[2]

Focusing on students taking physical education classes in university, we conducted a preliminary study of two test conditions using Kikuchi's Social Skill Scale (KiSS-18) and the General Self-Efficacy Scale (GSES).
The primary results of this study were as follows:

1) At the start of the first semester, we observed a significant difference between students who were 18–20 years of age and those who were 21 years of age in KiSS-18 and GSES scores, as well as a significant difference between 1st/2nd and 3rd year students, suggesting that both greater age and education level are related to higher scores on both measures.
2) In most subjects, KiSS-18 and GSES scores in the first semester were higher than the norm of these tests.
3) KiSS-18 scores tended towards a normal distribution, while GSES scores did not fall into a normal distribution.
4) Overall, KiSS-18 and GSES scores improved at the end of each semester, which we calculated by comparing the scores from the beginning and end of the first semester, and those from the beginning and end of the second semester. Students who took the classes in only one semester showed no improvement in scores from the beginning to the end of either semester.

According to the above results, social skills and self-efficacy improved during the experiment according to age and amount of physical education training.

キーワード：社会的スキル，自己効力感，体育実技
Key words：Social skills, Self-efficacy, Physical education class

Ⅰ．はじめに

近年，いじめや不登校，少年犯罪といった青少年の問題行動の増加を受け，「生きる力」の育成の必要性が強調されて久しい。大学生においても，対人関係能力の低下，ストレスに対する耐性の低さやその対処の不適切さが指摘され，大学の学生相談室等に寄せられる相談件数は全国的に増加の傾向にあるといわれている（齋藤2002）。こうした傾向を受け，大学教育において学生の人間形成を支援していくことは重要な検討課題であると考えられる。

筆者らは，この課題検討の取り組みとして，社会的ス

* 慶應義塾大学体育研究所教授
** 慶應義塾大学体育研究所准教授
1) Professor, Institute of Physical Education, Keio University
2) Associate professor, Institute of Physical Education, Keio University

キルと自己効力感に着目し大学生に対する調査研究を試みた（加藤ら 2011）。ここで，社会的スキルとは，一般に円滑な人間関係を形成・維持するために必要な行動と言われている（菊地 1988，庄司 1991）。また，日常生活の中で求められる社会的スキルやライフスキルの欠如は，青年の反社会的傾向や孤独感・うつ傾向等に影響を与えていることが指摘されている（飯田と石隈 2003）。一方，自己効力感は，Bandura（1977）によって提唱された概念であり，行動の遂行可能性の認知を示している。過去の成功体験に基づいて持たれている通常の「自信」に対して，自己効力感とは，「ある課題を達成するために必要な行動をどの程度うまく実施できるかの確信」としている。Bandura & Woods（1989）は，自己効力感の高い人間は，低い人間と比べて高い目標を設定する傾向があると指摘している。この社会的スキルと自己効力感には関連性が認められており（戸ヶ崎と坂野 1997，野崎ら 2002），近年，その変容が教育現場で注目されてきている。筆者らは，この社会的スキルと自己効力感の変容に関して，特に体育実技の実施の有無に注目し，その変化を検討した（加藤ら2011）。その結果，体育実技を履修していたグループで，自己効力感が有意な向上を示し，その変容には，スポーツに対する「活動性」「必要性」「共同」などの意識の変化が関係していた。社会的スキルは，全体に学期終了時点で得点が上昇する傾向はみられたものの，体育実技履修の有無による有意差は認められなかった。

自己効力感がスポーツ，運動実施の鍵になることを指摘した報告は数多くあり，スポーツ，運動実施のキャリアパターンが自己効力感と深く関わっているという報告もある（近藤 2001，高井と中込 2003）。また，磯貝（2005）は大学生におけるスキー実習において，自己効力感をスキーに対する自己効力感，身体的自己効力感，一般性自己効力感に分けて検討しており，実習後にスキーに対する効力感と身体的自己効力感のみが向上するという報告をしている。このように，自己効力感を構成する要素は一様ではなく，体育の実施に関係してその向上を目指す上では，さらなる検討が必要である。

一方，体育・スポーツ活動への参加を通じた社会的スキルの獲得に関する研究も増えている。例えば，大学の体育実技の前後で社会的スキル得点低群において得点が向上したこと（石倉 2000，2001）や，スキー実習への参加前後で，「関係開始」「関係維持」といった対人関係に関する尺度の得点が向上する傾向にあったこと（竹田と石倉 2001）が報告されている。また，渋倉と小泉（2003）は，体験学習（津村 2001）の手法に基づき，大学１年生を対象に人間関係トレーニングを含む体育授業を実施している。その結果，肯定的ストローク（周囲の人を愉快に，楽しくさせる行為，言動，行動）の総受信量が増加することを報告している。さらに西田と橋本（2009）は，共感・援助や協力などを授業のテーマとして設定した上で，鬼ごっこやバレーボールを教材として，参加者の社会的スキルの改善・向上を意図とした授業を実施している。その結果，授業への参加を通じて，共感・援助のスキル得点が向上することを明らかにしている。先の筆者らの報告（加藤ら2011）では，体育実技実施に関わらず社会的スキルは向上したが，上記の報告を勘案すると社会的スキルを構成する要素も多様であることが伺え，引き続き検討する必要があると考えられる。

以上のように，体育の教育的効果と自己効力感や社会的スキルの向上を論ずる上では，まだ基礎的研究が必要である。特に，自己効力感や社会的スキルの評価法も多様なことから，これまでの研究を発展させる上では，評価に用いるテストについて基礎的検討をすることが重要と考えられる。筆者らの用いたテストは，菊地（2007）によって開発された社会的スキルテスト（以下 KiSS-18）と坂野・東條（1986）が作成した一般的セルフ・エフィカシー尺度（General Self Efficacy Scale：以下 GSES）であった。KiSS-18，GSES のいずれも大学生の基準値が示されており，先行研究に用いられているテストである。しかし，慶應義塾大学（以下本塾とする）の学生の傾向は基準値に比較してどうなのか，また大学入学時と卒業時ではその水準に違いがないか，等の基礎的検討からその特徴を押さえておくことは，学生に対する教育を実施するにあたって，必要な資料となると考えられる。そこで，本研究では，本塾における体育実技履修者を対象に，KiSS-18及び GSES を実施し，特に，年齢・学年の差，得点の分布の実態，春学期と秋学期の変化の有無に関して基礎的検討を行うことを目的とする。

Ⅱ．方　　法

１．調査用紙

調査用紙（付表１）は，①個人プロフィール（学年，性別，生年月日，これまでの身体活動の有無，体育実技履修コマ数），②社会的スキルテスト，③自己効力感テストを含む構成とした。

付表１．調査用紙

自己評価アンケート　　**以下の項目に、記入、または〇をつけて、ご回答ください。**

学年：　　性別：　　生年月日：

履修授業：　　曜日　　時限　科目名（種目名）　　年　男・女　西暦　　年　　月　　日

これまで体育の授業以外で身体活動を行っていましたか。
1. はい　　2. いいえ

今年度、体育実技の履修数を記入してください。
春学期＿＿＿コマ　秋学期＿＿＿コマ

他人と話していて、あまり会話が途切れないほうである。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
他人にやってもらいたいことを、うまく指示することができる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
他人を助けることを、上手にやれる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
相手が怒っているときに、うまくなだめることができる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
知らない人とでも、すぐに会話を始められる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
まわりの人たちとの間にトラブルが起きても、それを上手に処理できる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
こわさや恐ろしさを感じたときに、それにうまく対処できる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
気まずいことがあった相手と、上手に和解できる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
仕事をするときに、何をどうやったらよいか決められる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
他人が話しているところに、気軽に参加できる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
相手から非難されたときにも、それをうまく片付けることができる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
仕事の上で、どこに問題があるかすぐに見つけることができる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
自分の感情や気持ちを、素直に表現できる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
あちこちから矛盾した話が伝わってきても、うまく処理できる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
初対面の人に、自己紹介が上手にできる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
何かに失敗したときに、すぐに謝ることができる。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
まわりの人たちが自分とは違った考えをもっていても、うまくやっていける。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない
仕事の目標を立てるのに、あまり困難を感じないほうだ。	いつもそうだ	たいていそうだ	どちらともいえない	たいていそうでない	いつもそうでない

何か仕事をするときは、自信を持ってやるほうである。	はい	いいえ
過去に犯した失敗や嫌な経験を思い出して、暗い気持ちになることがよくある。	はい	いいえ
友人より優れた能力がある。	はい	いいえ
仕事を終えた後、失敗したと感じることのほうが多い。	はい	いいえ
人と比べて心配性なほうである。	はい	いいえ
何かを決めるとき、迷わずに決定するほうである。	はい	いいえ
何かを決めるとき、うまくいかないのではないかと不安になることが多い。	はい	いいえ
引っ込み思案なほうだと思う。	はい	いいえ
人より記憶力がよいほうである。	はい	いいえ
結果の見通しがつかない仕事でも、積極的に取り組んでいくほうだと思う。	はい	いいえ
どうやったらよいか決心がつかずに仕事にとりかかれないことがよくある。	はい	いいえ
友人よりも特に優れた知識を持っている分野がある。	はい	いいえ
どんなことでも積極的にこなすほうである。	はい	いいえ
小さな失敗でも人よりずっと気にするほうである。	はい	いいえ
積極的に活動するのは、苦手なほうである。	はい	いいえ
世の中に貢献できる力があると思う。	はい	いいえ

ご協力ありがとうございました。

社会的スキルテストは，菊池（2007）によって開発されたKiSS-18を用いた。このテストは18項目からなり,「強くそう思う・そう思う・どちらでもない・そう思わない・全くそう思わない」で回答する。回答は５段階評定で得点化され，一般人，大学生の男女別で平均値と標準偏差が示されている。本研究では，大学生の男女別で集計を行った。

自己効力感に関しては一般的セルフ・エフィカシー尺度（GSES）（坂野・東條 1986）を用いた。このGSESは，16項目からなり，「はい・いいえ」で回答する。各質問によって「はい・いいえ」のいずれかが得点に該当するようになっており，合致した合計得点（０～16点）をさらに標準値（Tスコア）化して評価するものである。学生（男女一緒），成人男性，成人女性ごとに評価表があり，本研究では，学生（男女一緒）の評価表にあわせて男女の区別なく集計を行った。

２．調査時期及び方法

本研究は本塾総合研究推進機構研究倫理委員会倫理審査委員会の承認を受け実施された。調査対象は体育実技の履修者であり，学期の最初と終わりの比較を行うため春学期と秋学期それぞれ２回実施した。調査時期は，春学期は平成23年度の４月下旬と６月下旬～７月上旬，秋学期は９月下旬と１月中旬であった。いずれも授業時間内に実施し，１回目の回答は承諾書の得られた者のみに求め，２回目は１回目の回答者のみを対象とした。調査を実施した授業は，サッカー，バスケットボール，バレーボール，テニス，卓球，エアロビクス，ボディーメイクエクササイズ，体力UPコース，フライングディスク，ニュースポーツであった。

３．分　析

KiSS-18，GSESそれぞれのデータについて，以下の基礎的検討を行った。

１）各得点の学年，年齢による差の検討

KiSS-18，GSESのいずれも大学生の評価表が一般成人と区別されている。これは，大学生を対象とした結果から算定されていると考えられる。しかしながら，大学生の時期には様々な社会体験を受容する機会が増え，社会的スキルや自己効力感が変化する可能性がある。例えば高等学校卒業したての１年生と成人を経てアルバイトや就職活動を経験した上級生では差のある可能性がある。従って，大学生を平均化して評価することが妥当であるか，については疑問が残る。この点についてKiSS-18，GSESのスコアの年齢別，学年別の比較を行った。

２）ヒストグラムによる得点分布ならびに平均値とテストの標準値との比較

KiSS-18，GSESいずれも標準値が示されている。しかし，社会的スキルや自己効力感は学力テストの結果のように正規分布しているのか疑問も生ずる。そこで，得点分布を確認するとともに，本塾の水準について標準値と比較を行った。

３）春学期と秋学期の比較

我々の先行研究（加藤ら 2011）では，社会的スキルおよび自己効力感は春学期の開始に対して終了時において有意に向上した。この向上に体育実技履修が関与する可能性を指摘したが，それ以外にも日常生活の中にこのことに寄与する要因があることは否めない。それを考慮すると，２か月にわたる夏季休業を経た秋学期の開始時および学年末終了時が，春学期と比較してどのように異なるかについては興味深い。そこで，春学期と秋学期を連続している者のデータ，両学期で別の者のデータについて比較を行った。

４．統計処理

統計処理にはエクセル統計2010を用い，有意水準は５％とし，以下の項目について検定を行った。

３．１）の年齢別，学年別の得点の比較には，１回目，２回目別に分散分析を行い,有意差が認められた場合は，さらにFisherの最小有意差法による検定を行った。

３．２）の正規性の検定には，歪度の検定，尖度の検定，度数分布の適合度検定を行った。

３．３）の春学期，秋学期の比較には分散分析を行い，有意差が認められた場合は，さらにFisherの最小有意差法による検定を行った。

Ⅲ．結　　果

春学期，秋学期ともに，学期の最初と終了時２回ともに欠損値のないものを有効回答とした。その結果，得られたデータ数は春学期534名，秋学期371名，その内，両学期連続の履修者（計４回に回答）は97名であった。

１．年齢および学年別の比較

春学期１回目の回答から得られた，KiSS-18男子，KiSS-18女子，GSESの得点について，年齢別に比較したものを，それぞれ，図１-１～１-３に示した。グラフは平均値と標準偏差を示し，22歳以上はover21としてまとめた。図１-１に示したKiSS-18男子では，21歳が18，19，20歳に対して有意に高い得点を示した。

図１-２に示したKiSS-18女子では，over21が18，19，20歳に対して，さらに21歳が18歳に対して有意に高い得点を示した。図１-３に示したGSESでは，21歳とover21がいずれも，18，19，20歳に対して有意に高い得点を示した。この結果をまとめると，21歳もしくはover21が予め高い得点を示す傾向があるが，少なくとも18～20歳については差がないことがいえる。

一方，同様に各得点を学年別に比較したものが，図２-１～２-３である。大学院生は１つのまとまりとした。図２-１に示したKiSS-18男子では，３年生が１，２，４年生に対して有意に高い得点を示した。図２-２に示したKiSS-18女子では，４年生が１，２年生に対して有意に高い得点を示した。図２-３に示したGSESでは，１年生が，他の学年に対し有意に低い得点を示し，２年生も１年生に対しては有意に高いものの他の上級学年に対して有意に低い得点となった。従って，年齢別の比較と類似し，学年が上がると高い得点を示す傾向があった。またKiSS-18では男女とも１，２年生には差がないのに対し，GSESは１，２年生にも差が示された。

上記のように，年齢別では18～20歳と21歳およびover21，学年別では１，２年生と３年生以上に差があることが示された。これには，回答者の人数比率も関与する。そこで，各年齢，学年別の人数，平均値および標準偏差をまとめたものが表１-１，１-２である。その結果，18～20歳が286名，１，２年生が292名と，両者はほぼ同じ回答者であると推測された。

2. 得点の平均値およびヒストグラムとその正規性の検定

図３-１～３-３は，春学期１回目の回答から得られた，KiSS-18男子，KiSS-18女子，GSESの得点をヒストグラムで示したものである。また，図４-１～４-３は，それぞれについて18～20歳のみを対象に示したものである。なお，図には示さないが，１，２年生のみを対象としたヒストグラムも図４-１～４-３に極めて類似した結果となった。図３と図４の比較では，図４で21歳以上のデータが除かれ，人数は減るが，グラフの形状としてはKiSS-18，GSESとも大きな違いは見られなかった。21歳以上の割合は13.8％であり，比較的得点の高い方に分布しているが，これを除いても全体としての変化は小さかった。

次にこれらの平均値および正規性の検定に関する結果をまとめたのが表２-１～２-３である。表２-１はKiSS-18男子，表２-２はKiSS-18女子であるが，平均値では，全体（男子61.8±9.7，女子62.8±8.9），18-20歳（男子60.9±9.5，女子62.0±8.7），１，２年生（男子61.0±9.4，女子62.0±8.7）いずれも女子の方が高いことがわかる。この平均値は，KiSS-18の標準とされる大学生の平均値（男子：56.4±9.64，女子：58.35±9.02）よりも高かった。またGSESの得点はＴスコア化されているので，50点が平均であるが，これも全体で54.6，18-20歳および１，２年生でも53点台と平均を上回った。ヒストグラムの正規性の検定については，KiSS-18男女，GSESのいずれも，全体，18-20歳，１，２年生の区別において検定結果に違いはなかった。

KiSS-18は男女とも尖度の検定ではＰ値が５％水準以下となり，「分布は正規分布である」という帰無仮説が棄却されたが，歪度の検定及び適合度検定では５％水準を下回らなかった。従って，尖度としては中央に分布が凸となっているが，歪度と適合度から見ると正規性がある分布と判断できた。一方，GSESの分布は，尖度に加え適合度検定でもＰ値が５％水準以下となった。グラフから見ても，50点の前後に２つのピークがあり，さらに65点付近にももう１つのピークが示されるという特殊な分布であることがわかる。従って，GSESの分布には正規性が認められなかった。

３．春学期及び秋学期にわたる４回の回答の変化

本研究では，春学期の開始時と終了時，秋学期の開始時と終了時の合計４回の調査を行った。履修者を対象としているので，同学期内の１回目と２回目には対応があるが，春学期と秋学期においては，連続して履修している者とそうでない者がいる。学期内の変化では，個々の対応が重要であるが，学期開始時の準備状態として，夏季休業期間を経た秋学期の一般的状況を春学期と比較することも意味がある。そこで，まず，これらを全部含め，のべ回答者として，４回の得点を比較したのが，図５-１～５-３である。また，対象を18～20歳に絞り込んで，のべ回答者として比較したものが，図６-１～６-３である。分散分析の結果，全体および18～20歳のKiSS-18男子，女子，GSESのすべてに有意差があり，Fisherの最小有意差法による検定を行った。

KiSS-18の男子に関する図５-１，６-１では，春の１回目が有意に低い傾向が示された。18～20歳では，春１回目と秋１回目の差はなくなったが，春２回目，秋１回目，秋２回目には差がないことから，春１回目に対して，その後は向上し，維持される傾向が示された。次にKiSS-18女子に関する図５-２，６-２である。こちらは，全体，18～20歳いずれも，春の１回目が他の回数の得

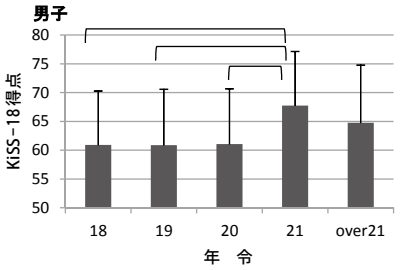

図1-1.
KiSS-18（男子）の年齢別得点（春学期1回目）
実線 p＜0.01

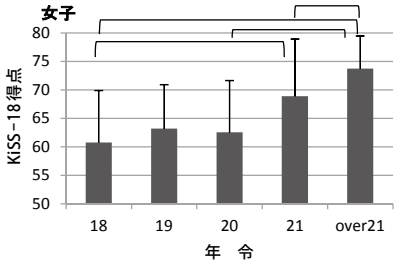

図1-2.
KiSS-18（女子）の年齢別得点（春学期1回目）
実線 p＜0.01

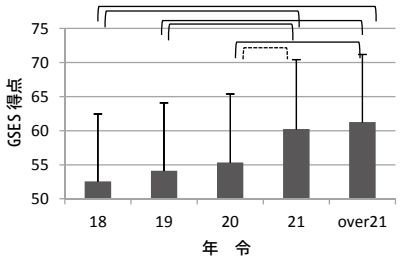

図1-3.
GSES の年齢別得点（春学期1回目）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

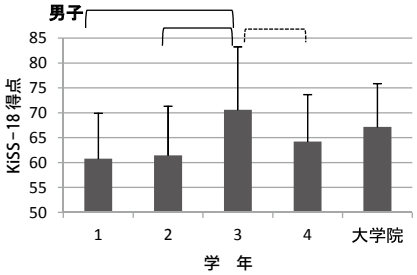

図2-1.
KiSS-18（男子）の学年別得点（春学期1回目）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

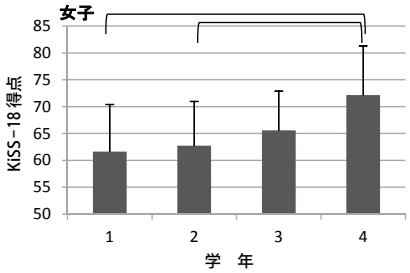

図2-2.
KiSS-18（女子）の学年別得点（春学期1回目）
実線 p＜0.01

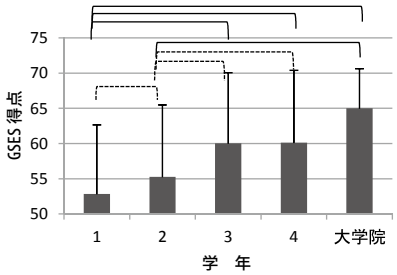

図2-3.
GSES の学年別得点（春学期1回目）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

表１－１．各スコアの年齢別データの比較

	KiSS-18　男子			KiSS-18　女子			GSES		
年齢	人数	平均	S D	人数	平均	S D	人数	平均	S D
18	120	60.9	9.4	81	60.8	9.1	201	52.6	9.9
19	128	60.9	9.7	72	63.2	7.7	200	54.1	10.0
20	38	61.1	9.6	22	62.5	9.1	60	55.3	10.0
21	31	67.7	9.4	9	68.9	10.0	40	60.3	10.2
over21	25	64.8	10.0	8	73.8	5.7	33	61.3	9.9
18-20	286	60.9	9.5	175	62.0	8.6	461	53.6	10.0
18-20*	284	60.9	9.5	170	62.0	8.7	454	53.5	9.9

* 三田を除く

表１－２．各スコアの学年別データの比較

	KiSS-18　男子			KiSS-18　女子			GSES		
学年	人数	平均	S D	人数	平均	S D	人数	平均	S D
1	185	60.8	9.1	119	61.6	8.8	304	52.8	9.8
2	107	61.5	9.8	53	62.7	8.2	160	55.3	10.2
3	15	70.6	12.6	7	65.6	7.3	22	60.0	10.0
4	29	64.2	9.4	13	72.2	9.1	42	60.1	10.3
大学院	6	67.2	8.7				6	65.0	5.6
1, 2	292	61.0	9.4	172	62.0	8.6	464	53.7	10.0
1, 2 *	289	61.0	9.4	168	61.9	8.7	457	53.6	10.0

* 三田を除く

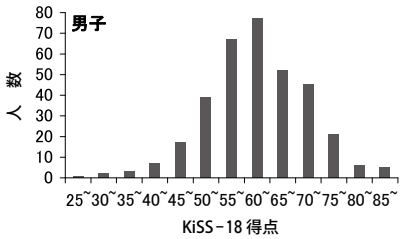

図3-1.
KiSS-18（男子）の得点度数分布（春学期1回目）

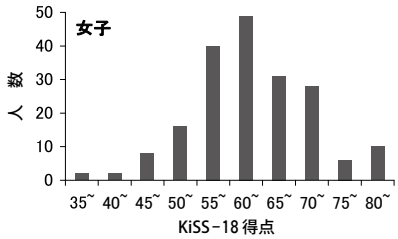

図3-2.
KiSS-18（女子）の得点度数分布（春学期1回目）

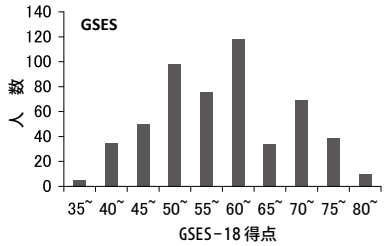

図3-3.
GSESの得点度数分布（春学期1回目）

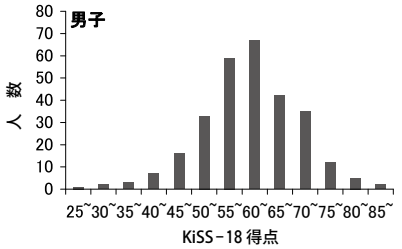

図4-1.
KiSS-18（男子）の得点度数分布（春学期1回目）

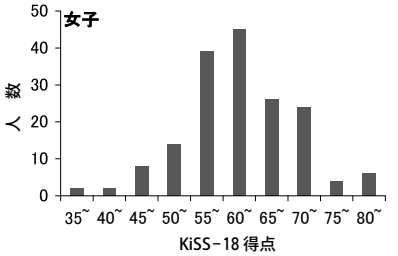

図4-2.
KiSS-18（女子）の得点度数分布（春学期1回目）

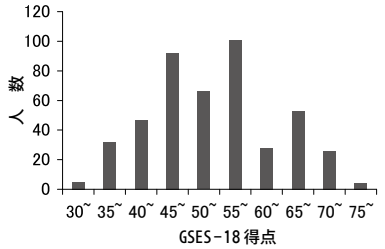

図4-3.
GSESの得点度数分布（春学期1回目）

表2-1．正規性の検定　KiSS-18　男子

** p＜0.01

KiSS-18 男子	基礎データ		歪度による検定		尖度による検定		適合度検定	
	平均値	SD	歪度	P値	尖度	P値	χ^2値	P値
全　　体	61.82	9.74	-0.093	0.454	3.597	4E-06**	13.916	0.177
18-20歳	60.92	9.53	-0.200	0.154	3.653	2E-06**	13.770	0.184
1,2年生	61.02	9.42	-0.275	0.057	3.640	4E-07**	15.579	0.112

表2-2．正規性の検定　KiSS-18　女子

** p＜0.01

KiSS-18 女子	基礎データ		歪度による検定		尖度による検定		適合度検定	
	平均値	SD	歪度	P値	尖度	P値	χ^2値	P値
全　　体	62.79	8.94	0.024	0.887	3.175	6E-09**	13.987	0.051
18-20歳	62.04	8.67	-0.001	0.994	3.358	2E-07**	13.448	0.062
1,2年生	61.95	8.67	0.019	0.914	3.374	2E-07**	13.704	0.057

表2-3．正規性の検定　GSES

** p＜0.01

GSES	基礎データ		歪度による検定		尖度による検定		適合度検定	
	平均値	SD	歪度	P値	尖度	P値	χ^2値	P値
全　　体	54.61	10.22	-0.055	0.574	2.273	1E-04**	153.433	5E-25**
18-20歳	53.53	9.94	-0.016	0.882	2.303	9E-05**	58.317	3E-10**
1,2年生	53.61	9.98	-0.017	0.875	2.303	9E-05**	58.109	4E-10**

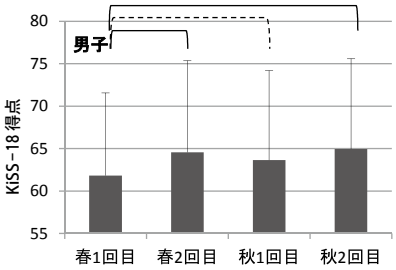

図5-1.
KiSS-18（男子）の4回の平均値（回答者のべ）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

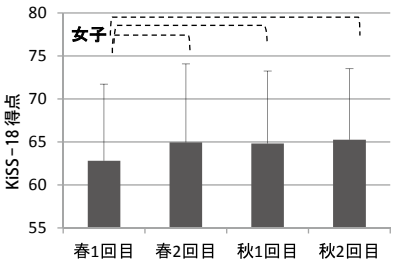

図5-2.
KiSS-18（女子）の4回の平均値（回答者のべ）
点線 p＜0.05

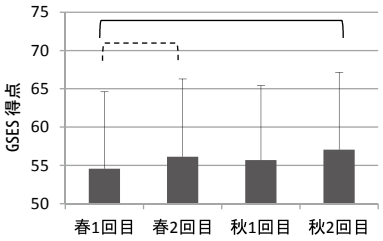

図5-3.
GSESの4回の平均値（回答者のべ）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

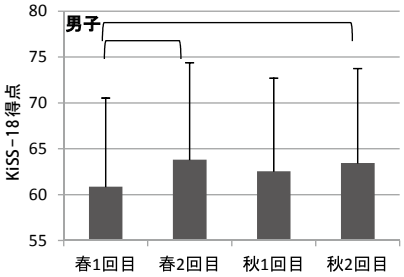

図6-1.
KiSS-18（男子）の4回の平均値（回答者のべ）
実線 p＜0.01

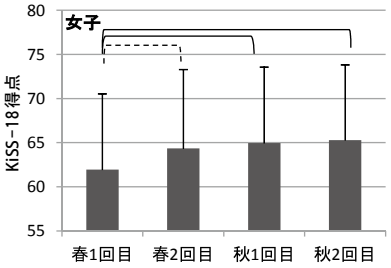

図6-2.
KiSS-18（女子）の4回の平均値（回答者のべ）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

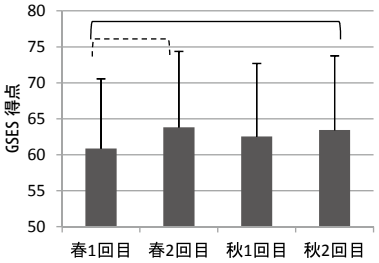

図6-3.
GSESの4回の平均値（回答者のべ）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

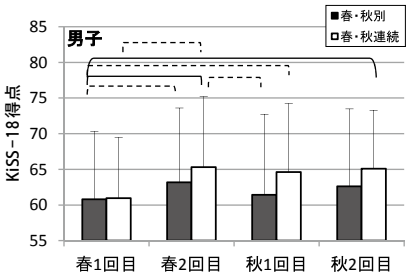

図7-1.
KiSS-18（男子）の4回の平均値（春・秋学期別、連続）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

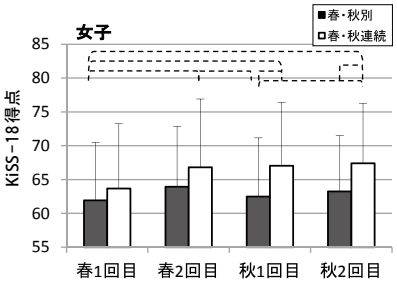

図7-2.
KiSS-18（女子）の4回の平均値（春・秋学期別、連続）
点線 p＜0.05

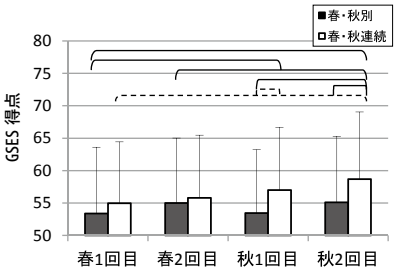

図7-3.
GSESの4回の平均値（春・秋学期別、連続）
実線 p＜0.01　点線 p＜0.05

点よりも有意に低い結果となった。男子同様に，春１回目に対して向上し維持される傾向が示された。最後に，GSES に関する図５-３，６-３について，全体，18～20歳いずれも，春１回目が春２回目と秋２回目に対して低い結果が示された。ここでは，春１回目と秋１回目に差はなかった。つまり，両学期とも学期終了時に春学期最初の水準を上回る変化を示した。

以上のように，のべ回答から２学期に分かれている１年間を概観すると，春学期の最初の水準は低いが，秋学期の開始時点では，春学期に高められた水準のままスタートし，さらに秋学期の終わりに向上する。しかしながら，この結果は春学期，秋学期連続の者と春学期，秋学期のみ回答した者が混在した結果である。そこで，春学期のみ，秋学期のみ，春秋連続の３群の比較を試みた（以下，春単独群，秋単独群，連続群とする）。上記，のべ回答者の結果では，全体と18～20歳で大きな傾向の違いはなかったため，ここでは18～20歳に限定して図７-１～７-３に示した。いずれも分散分析の結果，有意差が示されたのでFisherの最小有意差法により，各群の比較を行った。KiSS-18男子，女子（図７-１，７-２）を見ると，春１回目に関して，春単独群と連続群間に有意差は認められない。しかし，男女とも春単独群の１回目が，春学期２回目以降の連続群に対して有意に低かった。秋単独群の１回目も，女子では連続群の春２回目以降に対して有意に低く，男子では連続群の春２回目と有意差が示された。その他，男子では，連続群の春学期１回目と２回目に有意差があり，女子では秋学期２回の両群に有意差が認められた。最後に，図７-３に示した GSES であるが，連続群の秋学期２回目が，春単独群の１・２回目，秋単独群の１・２回目，連続群の春学期２回目に対して有意に高い値を示した。また，春単独群の１回目は，連続群の秋学期１回目とも有意差が示された。さらに，秋学期２回の両群間に有意差が認められた。

Ⅳ．考　　察

１．年齢および学年別の比較

本研究で用いている KiSS-18の男女，GSES のいずれも大学生の標準値が示されている。しかしながら，大学入学時と卒業時では，学生の生活経験にはかなり差があることが予想される。また，１年生の時点でも，浪人して入学する者が少なくない。従って，同じ１年生でも，高校生からストレートで入学した者とそうでない者との社会経験の差が，各テストに影響する可能性もある。そこで，まず，年齢および学年間の違いを押さえておくことは重要である。その結果，図１-１～１-３では，21歳以上で得点が高い傾向が示されたが，18-20歳の間には差がなかった。人数構成から検討した結果，18-20歳はほぼ１，２年生に含まれていることが言え，同一学年の中にも浪人などが混在していることは明らかであった。こうした中，21歳や３年生を境界として得点が高くなることは興味深い。

社会的スキルに関連する概念として，「ライフスキル」というものがある。これは，人々が現在の生活を自ら管理・統制し，将来のライフイベントをうまく乗り切るために必要な能力（Danish et al. 1995），日常生活で生じるさまざまな問題に対して，建設的かつ効果的に対処するために必要な能力（WHO 1997）などと定義されている。また，効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動（Brooks 1984）とも言われ，その獲得には様々な経験による学習が不可欠である。このことからも，上級生になるにつれ，社会的スキルや自己効力感を高めるための学習効果が得られることは考えられることであろう。学生生活の節目から見れば，３年生は日吉キャンパスから三田・矢上などの他キャンパスに移動するとともに，ゼミナールに所属する（所属するための活動を経ている），就職活動への意識が高まるなど，１，２年生と差が生じる要素は多い。

一方，今回の調査対象として体育実技を履修する者は圧倒的に１，２年生であり，３年生以上の人数は少ない。そうした中で，体育実技を上級生になっても履修する者が特に得点が高い可能性もある。統計的に見れば，少なくとも，18-20歳の間に有意差が認められていないことから，今回の調査対象において，18-20歳と21歳以上では，予め特徴が異なる集団と考えるべきであろう。しかしながら，図２-３の GSES の学年別比較を参照すれば，１，２年生の間に有意差が認められ，図１-３においても，年齢が上がるに従い平均得点が上がっている。従って，特に自己効力感に関しては，相対的に学年や年齢が上がるにつれて高くなることも考えられる。

２．得点の平均値およびヒストグラムとその正規性の検定

本研究の結果，本塾生の KiSS-18，GSES に関して，いずれも標準値の水準より高いことが示された。これは，18-20歳，１，２年生のみの集計（表２-１～２-３）でもそうであり，単に上級生が得点を引き上げたわけでは

ないことがわかる。得点の分布においては，KiSS-18で適合度検定から正規性が示された。尖度からみると中央への偏りが強いが，歪度では一様の分布がなされている。標準値（男子：56.4±9.64，女子：58.35±9.02）と比較した場合，標準偏差に大きな開きはなく，平均値が4点ほど高い方にシフトした分布といえる。一方，GSESは分布からみても明らかに正規性が示されなかった。平均値では50点の水準を上回ったものの，分布上のピークは18-20歳において45-50点，55-60点，65-70点に示された（図4-3）。GSESが低い場合，うつ病などのリスクが高まる（坂野と東條，1986）ことから，分布に関しては正規性がなくとも，極端に得点の低いものが少ないことが望ましい。本結果では，45-50点にもピークが示され，平均値では50点を上回っても，2極化の様相を呈しているといえる。従って，GSESの低い者の分布にも気を配る必要があろう。こうした視点で，このテストを有効活用していく事も今後の課題である。

3．春学期及び秋学期にわたる4回の回答の変化

本調査では，春学期2回に加え，秋学期も開始時と終了時の調査を試みた。夏季休業をはさみ，秋学期の開始時と終了時が，春学期と比較してどのように変化するかという点は興味深い。図5-1～5-3はこの点について，全回答をまとめた結果であり，春学期と秋学期を連続で履修した者が重複した「のべ回答」である。さらに，図6-1～6-3はこれらを18-20歳に絞って見た結果であり，どちらもほぼ同じ結果であった。すなわち，KiSS-18，GSESいずれも春学期1回目が低く，春学期終了時に有意に向上した。秋学期はこの向上した水準がほぼ保たれ，秋学期2回目も維持，または，わずかながらさらに向上する傾向が見て取れる。我々は，春学期における体育実技の履修の有無による自己効力感と社会的スキルの変化について調べ，自己効力感は体育実技履修者のみ向上し，社会的スキルは履修の有無にかかわらず学期末に向上することを報告した（加藤ら，2011）。本結果においても，春学期の開始時を基準とすれば，体育実技履修学生の社会的スキルや自己効力感は向上し，先行研究と同様の傾向と言える。

次に，図7-1～7-3では，春・秋連続の者と春・秋単独の者に分けて比較を行った。しかし，単独群と連続群については，その集団の特性の把握に注意が必要である。実際には，秋単独群にも春学期に本調査を実施していない体育実技履修者がいた可能性があるからである。そこで，プロフィール欄から春，秋学期の体育実技の履修について調べた。18-20歳においては，春単独群では約6.5割（198名中137名）の者が秋学期も履修していると回答し，秋単独群においても約7割（107名中73名）が春学期も履修していると回答していた。この回答のみで，確実に履修したかは確定できないが，少なくとも，連続群と合わせて履修者の大多数は春・秋連続で体育実技履修を申し込んでいたこととなる。従って，単独群はあくまで，連続で各テストへの回答が得られなかった者を春・秋別で集計した群と捉える必要があろう。この前提を踏まえ，図7-1～7-3を見ると，連続群では，春学期に向上が示され，秋学期はKiSS-18ではその水準が維持され，GSESではさらに向上した。この連続群の変化パターンは，のべ回答（図6-1～6-3）と類似しており，のべ回答の結果には連続群の高値が強く影響していると考えられる。

一方，春・秋単独群は，秋学期開始時の得点が，春学期同様に低く，有意差はないものの秋学期2回目に向上を示した。つまり，春・秋単独群は類似したパターンを示し，春学期，秋学期ともに，1回目の時点では社会的スキルや自己効力感は低く，学期末に向上した。単独群は，連続で回答を得られなかった群であるが，春も秋も類似してまさにそれぞれが独立しているように見え，また連続群は単独群よりも明らかな向上を示していることは興味深い。春学期1回目には単独群と連続群に差はないが，春2回目以降，連続群が高値を示している。春単独群の中にも秋にテストに回答していないだけで連続履修した者もいる可能性はある。しかし，春2回目の時点でKiSS-18は連続群と有意差が生じた。さらに秋単独群には春学期の体育実技の影響がなかったとは言えないが，秋学期1回目は春学期1回目と差がない。従って，連続で確実に授業を経た者に得点の向上が示されたことは，少なくとも体育実技がこれらのテストに影響を与えたことを意味すると考えられる。本結果の範囲からその影響を明確に示すことは難しいが，春学期の取り組みや意識において連続群と単独群とで異なるものがあったとも考えられる。特にGSESは秋学期にさらに向上を続けており，自己に対する自信がまず春学期に高まり，夏季休業を経てさらにそれを高め続けられるようなサイクルに乗れたのではないかと推察される。いずれにしても，体育実技の実施により社会的スキルや自己効力感は高まり，それは連続履修によって強められる可能性が示唆された。

V．まとめ

本研究では，大学における体育実技履修者を対象に，社会的スキルテスト（KiSS-18）および一般性自己効力感テスト（GSES）を実施し，２つのテストに関する基礎的検討を行った。その結果，以下のことが明らかとなった。

１）春学期開始時の KiSS-18，GSES において，18-20歳と21歳および１，２年生と３年生との間に有意差があり，高年齢，上級生の得点が高かった。

２）本塾の体育実技履修者において，春学期開始時の KiSS-18，GSES の得点は，標準値を上回る高い水準であった。

３）KiSS-18の分布には正規性が認められたが，GSES は正規分布しなかった。

４）春学期の開始時と終了時，秋学期の開始時と終了時の調査から，両学期とも２回目の終了時に KiSS-18，GSES の向上がみられた。その内，両学期を連続で履修した者の向上が著しく，秋学期においても維持または向上した。一方，両学期を単独で履修した者に関しては，１回目の開始時に差がなく，２回目の向上も同程度であった。

以上から，社会的スキルや自己効力感は経年による経験の影響，さらには体育実技の実践およびその繰り返しによって向上する可能性があることが示唆された。

参考文献

Bandura A（1977）Self-efficacy : Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review. 84, 191-215

Bandura A & Woods RE（1989）Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision-making. Journal of Personality and Social Psychology. 56, 805-814

Brooks, D.K., Jr.（1984）A life-skills taxonomy: Defining elements of effective functioning through the use of the Delphi technique. Unpublished doctoral dissertation. University of Georgia, Athens.

Danish, S. J., Sherrod, D. R. & Hale, B., D.（1995）Psychological interventions: A life development model. In S. M. Murphy（Eds.), Sport psychology interventions. Champaign, IL: Human Kinetics. pp. 19-38.

飯田順子・石隈利紀（2003）中学生のスキルを測定する尺度の開発に関する研究の動向．筑波大学心理学研究．26, 213-228

石倉忠夫（2000）体育実技受講生における大学１年生の社会的スキルと孤独感の関係．同志社保健体育．39, 61-77

石倉忠夫（2001）学部１年生体育実技ゴルフ受講者の社会的スキルと孤独感．同志社保健体育．40, 129-137

磯貝浩久（2005）スキー実習が学生の自己効力感に及ぼす影響．大学体育学．2, 25-36

金子元久（2007）大学の教育力―何を教え，学ぶか．ちくま新書

加藤大仁，村山光義，須田芳正，村松憲（2011）学生の成長に寄与する体育科目の再構築に向けた基礎的検討―　一般性自己効力感，社会的スキルの変化に着目して―．慶應義塾大学体育研究所紀要．50（1），9-22

菊池章夫（1988）思いやりを科学する．川島書店

菊池章夫編著（2007）社会的スキルを測る：KiSS-18ハンドブック．川島書店

近藤明彦（2001）人文・社会科学的アプローチからの報告－研究の発端と展開．慶應義塾大学体育研究所プロジェクト研究報告2000, 25-36

西田順一・橋本公雄（2009）初年次学生の社会的スキル改善・向上を意図した大学体育実技の心理社会的有効性．大学体育学．6, 91-99

野崎智恵子・布佐真理子・三浦まゆみ・千田睦美（2002）１年間の経過からみた看護大学生の社会的スキルと自己効力感，生活体験の関連．東北大医短部紀要．11, 237-243.

齋藤憲司（2002）学生相談―最近の動向1999～2001―．学生相談研究．23，105-114.

坂野雄二・東條光彦（1986）一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み．行動療法研究. 12, 73-82

坂野雄二・前田基成編著（2002）セルフ・エフィカシーの臨床心理学．北大路書房

渋倉崇行・小泉昌幸（2003）スポーツ活動を素材とした人間関係トレーニングの実施とその効果. 新潟工科大学研究紀要. 8, 117-124

庄司一子（1991）社会的スキルの尺度の検討．教育相談研究．29, 18-25.

高井和夫・中込四郎（2003）中高年者の健康運動キャリアパターンと心理的要因の関連性．筑波大学体育科学系紀要．26, 87-97

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

戸ケ崎泰子・坂野雄二（1997）児童のセルフ・エフィカシーと社会的スキルの関係．日本教育心理学会総会発表論文集．39, 295.

津村俊充（2002）ラボラトリ・メソッドによる体験学習の社会的スキル向上に及ぼす効果―社会的スキル測定尺度 KiSS-18を手がかりとして．アカデミア 人文・社会科学編．74, 291-320

WHO・川畑徹朗他（監訳）（1997）WHO ライフスキル教育プログラム．大修館書店