

報告番号	甲 乙 第 号	氏 名	野沢 絵梨
<p>主 論 文 題 名： テニス選手が競技生活を通して獲得したライフスキルについて</p>			
<p>(内容の要旨)</p> <p>本研究は、研究の方向性を確認する目的で行った研究1と、確認した方向で主たる研究として行った研究2・3の3つの研究から構成されている。</p> <p>【背景と目的】</p> <p>近年日本のスポーツ界では、選手指導の在り方が注目されている。特に選手の人間的な成長を促す指導の在り方については、その重要性は認識されながらも、技術・体力・戦略の指導と比較すると指導内容は指導者個人の道徳観や倫理観に依存し、科学的な根拠に基づいた指導は浸透していると言いがたい。このようなスポーツ界の課題に対して、国内では2000年代に入り、スポーツを通じたライフスキル育成の必要性が検討され、研究やスポーツ現場での実践が徐々に進んでいる（島本, 2008; 上野, 2011; 関子, 2014）。ライフスキル（以下LS）とは、「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., 1992）」と定義される社会心理的能力である。中でもスポーツ場面で育成されるLSは「人として・アスリートとしての成長を促す能力（島本ほか, 2013）」であると示されている。スポーツを通じたLSの育成については徐々に研究の数が増えているが、一般的な指導者においてはLSへの関心が広がっていると言いがたい。その理由として考えられることは三点ある。一点目はLSと競技力の間に関連性があることの認識が広がっていないこと、二点目はLSが可視化されにくいものであること、三点目はいったいどのようなLSの育成指導をすればよいかのかわかりにくいことが挙げられる。そのような現状をふまえ、本研究は以下の4項目を目的とした。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①選手のLSと競技成績の間関係性を明らかにすること ②成績の高い選手が獲得するLSを明らかにすること ③成績の高い選手のLSの獲得過程における経験の内容を明らかにすること ④競技成績の高い選手が獲得したLSが競技パフォーマンスに望ましい影響を与える理由を検討すること <p>本研究の意義としては、選手のLS育成の必要性に関する認識を広げられること、選手にとって有益なLSがどのようなもので、それらはどのように獲得することができるのかを検討することが可能となること、日本スポーツ界においてエビデンスに基づく選手の人間的成长を目指したLS育成方法の検討の一助になること、などが考えられる。</p> <p>【研究1】</p> <p>研究1では、さまざまなレベルの大学テニス部に所属するテニス選手を対象に、選手の「競技成績」「集団凝集性」「LS」に関する調査を行い、それらの関係性を明らかにすることを目的とした。研究方法は対象者の高校・大学での競技成績とLS尺度、集団凝集性尺度を使用した質問紙調査を対象者541名に行い、373名（有効回答率68.9%）の回答データから潜在クラス分析を行った。その結果、選手を合理的に4つのクラスに分けることができ、クラス1は「集団凝集性・LS高水準」（24.7%）、クラス2は「集団凝集性高水準、考える力不足」（31.0%）、クラス3は「集団凝集性低水準、コミュニケーションスキル不足」（17.9%）、クラス4は「集団凝集性・LS低水準」（26.4%）という特徴を持っていた。中でもクラス1には、全国トップレベルの選手と、大学で高校より戦績が向上した選手が集まる傾向があることが示された。一方クラス4には、競技成績が低い選手が集まる傾向があった。それらの傾向から「競技成績」「集団凝集性」「LS」が正の関連性を持つ可能性が示された。</p>			

また、各クラスの集団凝集性とLSの特徴を考察し、クラス毎の指導方針を提案できた。

【研究2】

研究1の結果を踏まえて、研究2・3では学生全国大会（大学生対象の全国大会）でトップレベルの競技成績を残した元学生テニス選手9名を対象に、テニス選手がスポーツ経験を通して獲得したLSと、そのLS獲得に関わる経験の内容を明らかにすること、また対象者らのLSの獲得経験が、パフォーマンスに望ましい影響を与える要因について検討をすることを目的とした。なお、LSは他者との関わりによって獲得される「対人スキル」と、個人の自主的な取り組みによって獲得される「個人的スキル」に大別されるが(上野・中込, 1998), 研究2ではチームという集団の中で、他者との関わりによって獲得される「対人スキル」に着目した。対象者9名に半構造化面接によるインタビュー調査を実施し、質的データ分析を用いて分析した。その結果、意味単位は17のサブカテゴリーに分類され、最終的に「意思表示」「他者感情の思慮」「ミーティング」「役割遂行」「組織貢献」の5つのカテゴリーにまとめることができた。カテゴリー内にまとめられた複数のサブカテゴリーが、「LS獲得経験の一部」を示していることから、各カテゴリーは、対象者らがLSを獲得した経験で構成されていることになる。そこでカテゴリーの名称は、対象者らの経験によって構成された「獲得したLSの名称」と位置付けた。この結果から5つの対人スキルが獲得されていたことが示され、対人スキルの獲得に結びつく経験の内容も明らかになった(第3章表3-4, 3-5参照)。対象者らが獲得したLSがパフォーマンスに影響する要因を検討したところ、チームとして仲間と共通の目標に向かう中で「意思表示」「他者感情の思慮」「ミーティング」の3つのLSの獲得が良好なコミュニケーションを促し、それが「役割遂行」「組織貢献」のLSの獲得に影響を与えていると推測できた。さらに「役割遂行」「組織貢献」LSの獲得が、競技に対する他者志向的動機の強化に繋がり、それが選手のパフォーマンスへ望ましい影響を与えるという仮説を提示できた(第3章図3-1参照)。

【研究3】

研究3では研究2と同じインタビューデータの質的分析から、特にテニス競技で競技成績との関係性が明らかにされている「個人的スキル」(上野・中込, 1998)の獲得について検討した。研究2同様の分析を行い、その結果、意味単位は18のサブカテゴリーに分類され、最終的に「内省」「逆境抵抗」「目標設定」「課題解決」「自律的指導受容」の5つのカテゴリーにまとめることができた。この結果から、研究2と同様に5つの個人的スキルを獲得していたことが示され、その獲得に結びつく経験の内容も明らかになった(第4章表4-4, 4-5参照)。各LSは主に自己決定により獲得されており、それにより自己効力感を向上させていることが考えられた。また「自己変容」「逆境抵抗」はレジリエンスを高め、「目標設定」「課題遂行」は自己調整学習によって効率的に課題の達成を促していると考えられた。これらの結果からLSの獲得が選手のパフォーマンスへ望ましい影響を与える仮説を提示できた(第4章図4-1参照)。

【まとめ】

研究1-3の結果から、大学テニス選手において、競技成績の高い選手や大学で競技成績を向上させた選手は、自身が所属するチームの集団凝集性が高いと認知している傾向が明らかになり、また様々なLSが高い傾向があることを明らかにした。そのことから、テニスの様な個人競技においても、所属するチームに対する集団凝集性の認知の度合いと競技成績に正の関わりがある可能性を示した。また、大学全国トップクラスの競技成績を残したテニス選手が、スポーツ経験を通して獲得したLSには、個人的スキルの「内省」「逆境抵抗」「目標設定」「課題解決」「自律的指導受容」の5つ、対人スキルの「意思表示」「他者感情の思慮」「ミーティング」「役割遂行」「組織貢献」の5つがあることを示し、それらのLS獲得に関わる経験の具体的内容を明らかにした。さらに、選手が獲得したこれら10のLSが、パフォーマンスの向上に関係する理由を検討できた。これらの研究成果は、選手や指導者が、獲得を検討すべきLSの種類や、その獲得法を検討するための新たな根拠となると考えられる。一方で本研究には比較対象となるコントロール群が存在しないことや、指導に当たった指導者へのインタビューをしていない点などの限界があり、今後の課題である。