

〔原 著〕

部活動が高校生のライフスキル獲得に及ぼす影響

東川 安雄¹・房野 真也¹・河野 喬¹・森木 吾郎¹・前田 一篤²

The Effect of Club Activities on the Life Skills of High School Students

Yasuo HIGASHIKAWA, Shinya BONO, Takashi KAWANO, Goro MORIKI, and Kazuma MAEDA

The purpose of this study was to clarify the effect of club activities on the life skills of high school students. The results of analyzing the survey results for high school students are as follows.

1. Regarding the relationship between club activity experience and position experience and life skills, in addition to the experience of joining club activities, members with regular positions or positions had higher life skills than those without experience. In addition, members belonging to the sports club were higher in score of the life skill scale than those belonging to the cultural club.

2. As a result of reviewing the specific efforts in club activities, the members of clubs that were able to switch between exercises and other exercises had high skills while pursuing their goals.

Keywords

Club Activities(部活動), Life Skills(ライフスキル), High School Students(高校生)

緒 言

米国において、学生たちによりよく生きるためのスキルや力を身に着けさせることを目的としてスポーツを通じたライフスキル教育が開発される¹⁾など、スポーツを通してライフスキルを獲得することへの可能性が示唆されている。我が国の青少年の自己肯定感が諸外国に比べ低いと指摘され、打たれ弱い青年の増加が懸念されている²⁾が、そのなかでも体育会系の学生は「打たれ強い」「就職活動に有利」と好印象を挙げられることがある。スポーツ活動を通して、ライフスキルを身につけた結果がこのような好印象につながっている

ものと考えられる。

教員の立場からみても、学校教育における運動部活動は「挨拶をする」「時間を守る」等、規範的な行動を習得できる場であると認識される³⁾と同時に、スポーツを通じてフェアプレー精神といった倫理観、協力や助け合いの気持ち、相手を尊ぶ気持ち、奉仕の気持ち、コミュニケーション力などを培う場でもあると認識されてきた。

しかし実際は、スポーツ活動にはライフスキルの獲得につながる場面が含まれているという漠然とした信念に基づき、特別な指導を行わないことがほとんどで、ライフスキル獲得を意図する活動が行われることは少ない⁴⁾と指摘されている。し

¹ 広島文化学園大学 人間健康学部 (Faculty of Human Health Science, Hiroshima Bunka Gakuen University)

² 徳山大学経済学部 (Faculty of Economics, Tokuyama University)

たがって、学生時代のスポーツへの取り組み方、指導者や学校団体の関わり方から見直すことで、より高いライフスキルを獲得し、より充実した生活を送ることができると考えられる。

これまで、スポーツ活動への参加とライフスキル獲得との因果関係を探る研究が複数なされており、スポーツを通してライフスキルの獲得が促進されると考えられてきた。上野・中込⁵⁾は、運動部に所属している高校生運動部員の心理社会的スキルと、運動部に所属していない高校生の心理社会的スキルとの関連性を調査した。その結果、運動部に所属している高校生の方が、所属していない高校生よりも、心理社会的スキルが高い結果を示したことを報告している。また杉山⁶⁾は、競技的社会スキル尺度を用い、スポーツ場面における社会的スキルと日常場面において望まれる社会的行動である向社会的行動との関連性の検討を行い、スポーツ場面において自分の考えや気持ちを他者に伝えることが得意な者は、日常場面においても適切な社会的行動を積極的に行うことができることを報告している。さらに、国立青少年教育振興機構⁷⁾はライフスキルを測る尺度として、「へこたれない力」「コミュニケーション力」「意欲」「自己肯定感」の4要因20項目を設定して調査し、過去のさまざまな経験との関連性を追求している。そして、中学校の運動部活動を多く行った人ほど「へこたれない力」が身についていることを明ら

かにした。しかし、これまでの研究では部活動参加者の経験内容との関連性については確認されておらず、スポーツ活動におけるどのような内容がライフスキル獲得に有意であるかについては明らかにされていない。

以上をふまえ、本研究では、高校生の部活動に着目し、彼らの部活動への参加と取り組み方がライフスキルの獲得にどのような影響を及ぼしているかを明らかにすることを目的とした。

方 法

1. 調査対象者及び調査方法

調査は、H県内高等学校普通科及び総合学科（計6校）の1,2年生（各1クラス）を対象に実施した。高等学校6校に対し調査票を送付し、クラス担任の教師より調査の趣旨を説明させ、生徒の承諾を得た上で調査を実施した。有効回収数は449部であった。回答者の学年比は1年生51.0%（N=229）、2年生49.0%（N=220）、男女比は男子46.5%（N=209）、女子53.5%（N=240）とおおよそ半々であった。また、6割弱が学校内の運動部に所属していた。

2. 調査内容

調査票は、ライフスキル、高等学校における部活動への加入状況及び取り組み方に関する19項目

表1 ライフスキルの構成項目

<p style="text-align: center;">〔へこたれない力〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何事も前向きに取り組むことができる ・どんなに難しいことでも、努力をすれば自分の力でやり遂げられる ・厳しく叱られてもくじけない ・失敗してもあきらめずにもう一度挑戦することができる ・ひどく落ち込んだ時でも、時間をおけば元気にふるまえる 	<p style="text-align: center;">〔意欲〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・分からないことはそのままにしないで調べる ・いつも新しいことに挑戦している ・人任せにせず何でも自分でやっている ・人がやりたがらないことは自分から進んでやるようにしている ・常に目標を持って行動している
<p style="text-align: center;">〔コミュニケーション力〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の意見や考えを言葉でうまく表現できる ・自分の気持ちを表情やしぐさでうまく表現できる ・初めて会った人とでもすぐに話ができる ・人の気持ちや微妙な表情の変化を読み取れる ・相手の立場に立って物事を考えられる 	<p style="text-align: center;">〔自己肯定感〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今の自分が好きだ ・体力には自信がある ・人よりも仕事や勉強ができる方だ ・自分には自分らしさがある ・友だちは多い方だ

で構成した(資料参照)。なお、ライフスキルについては、国立青少年教育振興機構が行った調査を参考に、表1のような4つの尺度で捉えることとした。各尺度とも5項目で構成され、それぞれについて「あてはまる」「少しあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」の4段階評定尺度で回答を得た。部活動への取り組み方については、週の活動時間、目標、部の雰囲気等8項目を設定した。

3. 統計処理

ライフスキル尺度それぞれの評価は、構成する各項目への回答を4段階評価(あてはまる→4点、少しあてはまる→3点、あまりあてはまらない→2点、あてはまらない→1点)に換算し、各項目評価点の合計点(20点満点)を基準に行った。また、ライフスキル尺度毎の合計得点の平均値(M)及び標準偏差(SD)を基準に「高群」(M+SD/2)、「中群」(M-SD/2以上 M+SD/2未満)、「低群」(M-SD/2)に分類し、部活動加入状況や取り組み方との関連性についてカイ二乗検定を行って分析した。さらに、活動日数を独立変数、ライフスキル各尺度の合計点を従属変数として一元配置の分散分析による多重比較(Turkey HSD)を行った。全ての統計処理は統計解析ソフト(SPSS 11.0J)を用いて行い、統計的有意水準は5%未満に設定した。

結 果

1. 部活動経験とライフスキルの関係

1) 部活動加入経験

部活動加入経験とライフスキル獲得の関連性を検討するため、高校時代の部活動加入経験について「ずっと所属している」と「所属していたが途中でやめた」を部活動経験群、「最初から所属していなかった」を部活動非経験群に分類した。その結果、部活動経験群は363名であり、部活動非経験群は85名であった。表2のように、部活動経験群の「へこたれない力」は 15.48 ± 2.79 であるのに対して、部活動非経験群は 13.97 ± 3.23 と統計的に有意な差がみられた($p < 0.01$)。「意欲」についても、部活動経験群 13.94 ± 2.92 に対し、部活動非経験群 12.35 ± 3.62 という結果であった($p < 0.01$)。さらに、「自己肯定感」でも有意な差が認められた($p < 0.05$ 、部活動経験群 12.78 ± 3.03 / 部活動非経験群 11.62 ± 3.51)。一方、「コミュニケーション力」に関しては、統計的な有意差は認められなかった。

2) 運動部と文化部の比較

部活動に参加している生徒のうち、運動部と文化部という活動内容の違いからライフスキル獲得状況を検討した。回答者のうち運動部に所属している者は255名であり、文化部に所属している者は108名であった。表3のように「意欲」を除き、「へこたれない力」($p < 0.01$)と「コミュニケーション力」($p < 0.01$)、「自己肯定感」($p < 0.001$)にお

表2 部活動加入経験とライフスキルの関係

項目	Group (N)	Mean	SD	t値	p
へこたれない力	部活経験群 (363)	15.48	2.79	2.99	**
	部活非経験群 (85)	13.97	3.23		
コミュニケーション力	部活経験群 (363)	14.75	2.80	1.41	n.s
	部活非経験群 (85)	14.03	3.42		
意欲	部活経験群 (363)	13.94	2.92	2.98	**
	部活非経験群 (85)	12.35	3.62		
自己肯定感	部活経験群 (363)	12.78	3.03	2.12	*
	部活非経験群 (85)	11.62	3.51		

(*:p<0.05, **:p<0.01)

いて有意な差がみられ、いずれの尺度も運動部に所属している生徒が高い値を示す結果となった。特に、「自己肯定感」では、運動部 13.24 ± 2.96 に対し、文化部 11.96 ± 2.87 とより顕著な差があらわれた。

3) 役職経験とレギュラー経験

部活動加入経験に関して、部長等の役職経験の有無とライフスキルとの関係を検討した結果が表4である。役職経験群 (N=86) と役職非経験群

(N=277) を比較すると、役職経験群の方が「へこたれない力」(p<0.05) と「意欲」(p<0.05) において統計的に有意に高い値を示したが、それほど顕著な差ではなかった(へこたれない力：役職経験群 16.16 ± 2.92 / 役職非経験群 15.43 ± 2.67 , 意欲：役職経験群 14.56 ± 2.97 / 役職非経験群 13.74 ± 2.90)。

また、表5のように、レギュラー(「いつもレギュラー」と「時々レギュラー」) 経験のある部員

表3 運動部と文化部の比較

項目	Group (N)	Mean	SD	t値	p
へこたれない力	運動部 (255)	15.90	2.68	2.70	**
	文化部 (188)	15.07	2.68		
コミュニケーション力	運動部 (255)	14.96	2.75	2.64	**
	文化部 (188)	14.13	2.77		
意欲	運動部 (255)	14.00	2.98	0.48	n.s
	文化部 (188)	13.83	2.80		
自己肯定感	運動部 (255)	13.24	2.96	3.81	***
	文化部 (188)	11.96	2.87		

(**.:p<0.01, ***.p<0.001)

表4 役職経験とライフスキルの関係

項目	Group (N)	Mean	SD	t値	p
へこたれない力	役職経験群 (86)	16.16	2.92	2.16	*
	役職非経験群 (277)	15.43	2.67		
コミュニケーション力	役職経験群 (86)	14.92	3.13	0.75	n.s
	役職非経験群 (277)	14.66	2.67		
意欲	役職経験群 (86)	14.56	2.97	2.29	*
	役職非経験群 (277)	13.74	2.90		
自己肯定感	役職経験群 (86)	12.85	2.90	0.14	n.s
	役職非経験群 (277)	12.80	3.06		

(*:p<0.05)

表5 レギュラー経験とライフスキルの関係

項目	Group (N)	Mean	SD	t値	p
へこたれない力	レギュラー (140)	16.11	2.60	4.01	***
	非レギュラー (213)	14.93	2.86		
コミュニケーション力	レギュラー (140)	15.04	2.86	2.73	**
	非レギュラー (213)	14.19	2.87		
意欲	レギュラー (140)	14.42	3.00	3.74	***
	非レギュラー (213)	13.21	2.91		
自己肯定感	レギュラー (140)	13.27	2.98	3.30	**
	非レギュラー (213)	12.16	3.21		

(**.:p<0.01, ***.p<0.001)

(N=140)は「へこたれない力」「コミュニケーション力」「意欲」「自己肯定感」の全ての尺度において非レギュラー（レギュラーではない、N=213）より高い値を示した。特に、「へこたれない力」(p<0.001)と「意欲」(p<0.001)に関しては両群間に顕著な差が見られた（へこたれない力：レギュラー 16.11±2.60／非レギュラー 14.93±2.86, 意欲：レギュラー 14.42±3.00／非レギュラー 13.21±2.91）。

2. 部活動における取り組み内容とライフスキルの関係

1) 活動日数

週の活動日数とライフスキルの関係を検討した

結果が表6である。学期中の週当たりの活動日数を、「1～3日」(N=68),「4～5日」(N=116),「6～7日」(N=179)の3群に分類し、活動日数の3群を独立変数、ライフスキル各尺度の合計点を従属変数として一元配置の分散分析を行った結果、「へこたれない力」と「コミュニケーション力」、「自己肯定感」において有意差が認められたため、多重比較を行った。週「1～3日」群と比較して「4～5日」や「6～7日」と週の半分以上部活動に参加している群の方が、「へこたれない力」(p<0.05),「コミュニケーション力」(p<0.05),「自己肯定感」(p<0.05)のそれぞれにおいて高い値を示した。しかし、「4～5日」と「6～7日」の間には統計的に有意な差は認められなかった。

表6 活動日数とライフスキルの関係

	1～3日	4・5日	6・7日	F値	多重比較結果
へこたれない力	14.61 2.78	15.89 2.59	15.80 2.78	4.021*	1～3日<4・5日, 6・7日 p<0.05
コミュニケーション力	13.79 2.89	14.77 2.81	15.01 2.89	3.706*	1～3日<4・5日, 6・7日 p<0.05
意欲	13.28 3.01	13.92 3.11	14.12 2.95	1.692	
自己肯定感	11.37 2.90	12.94 2.93	13.26 3.15	11.033*	1～3日<4・5日, 6・7日 p<0.05

上段：平均値，下段：標準偏差 *：p<0.05

表7 部の雰囲気とライフスキルの関係 (%)

		練習中も、練習でないときも厳しい	練習中は厳しいが、練習でないときはなごやか	練習中も、練習でないときもなごやか	その他	p
へこたれない力	高群 (128)	6.2	48.1	44.2	1.6	***
	中群 (161)	2.5	37.3	54.0	6.2	
	低群 (69)	0.0	33.8	47.9	18.3	
コミュニケーション力	高群 (133)	3.7	44.8	47.8	3.7	*
	中群 (150)	4.6	41.7	47.7	6.0	
	低群 (76)	0.0	29.9	55.8	14.3	
意欲	高群 (160)	3.8	44.0	48.4	3.8	n.s.
	中群 (124)	4.0	42.1	46.8	7.1	
	低群 (75)	1.3	29.9	55.8	13.0	
自己肯定感	高群 (149)	4.0	47.7	46.4	2.0	***
	中群 (135)	3.0	41.4	48.9	6.8	
	低群 (75)	2.6	24.4	56.4	16.7	

(*:p<0.05, ***:p<0.001)

2) 部の雰囲気

部の雰囲気とライフスキルの関係を検討した結果が表7である。「へこたれない力」($\chi^2=29.175$, $df=6$, $p<0.001$), 「コミュニケーション力」($\chi^2=15.268$, $df=6$, $p<0.05$), 「自己肯定感」($\chi^2=24.479$, $df=6$, $p<0.001$)において統計的な有意差が認められた。「へこたれない力」の高群(N=97)では、「練習中は厳しいが、練習でないときはなごやか」(48.1%) > 「練習中も、練習でないときもなごやか」(44.2%) > 「練習中も、練習でないときも厳しい」(6.2%)の順であるが、低群(N=29)では、「練習中も、練習でないときもなごやか」(47.9%) > 「練習中は厳しいが、練習でないときはなごやか」(33.8%)と続き、「練習中も、練習でないときも厳しい」と回答した部員は一人もいなかった。「自己肯定感」では、低群(N=30)の半数以上(56.4%)の部員が「練習中も、練習でないときもなごやか」と回答しており、次いで割合の高い選択肢が「練習中は厳しいが、練習でないときはなごやか」(24.4%)と、厳しい環境で練習をしている生徒は3割にも満たない結果となった。

3) 活動姿勢

部員自身が考え、部員主体の活動を展開するこ

とがライフスキル獲得に有効であると考え、実際の活動の中で、どのようにして練習に取り組んでいるかという活動姿勢とライフスキルの関係を検討した。表8をみると、「へこたれない力」($\chi^2=15.223$, $df=6$, $p<0.05$), 「コミュニケーション力」($\chi^2=21.922$, $df=6$, $p<0.05$), 「自己肯定感」($\chi^2=27.770$, $df=6$, $p<0.001$)において統計的な有意差が認められ、それぞれの高群ほど「仲間と考えたり、工夫しながら練習するタイプ」と回答している傾向にあった。

4) 部会の進め方

部会(ミーティング)の進め方とライフスキルとの関係を検討した結果が表9である。統計的に有意な差が得られたのは、「へこたれない力」($\chi^2=15.617$, $df=6$, $p<0.05$), 「意欲」($\chi^2=21.321$, $df=6$, $p<0.01$), 「自己肯定感」($\chi^2=16.498$, $df=6$, $p<0.05$)の3尺度であった。それぞれの尺度において「監督や上級生の話を聞き、みんなで話し合う場」と答えた割合に注目してみると、「へこたれない力」では高群22.7% > 中群17.4% > 低群10.1%, 「意欲」では高群23.1% > 中群16.9% > 低群8.0%, 「自己肯定感」においても高群23.5% > 中群17.0% > 低群8.0%となり、3尺度すべてで高群 > 中群 > 低群の順となった。

表8 活動姿勢とライフスキルの関係 (%)

		部員一人ひとりが考えたり、工夫しながら練習するタイプ	仲間と考えたり、工夫しながら練習するタイプ	顧問や監督が決めた活動(練習)計画にそって練習するタイプ	その他	p
へこたれない力	高群 (128)	18.9	63.8	15.7	1.6	*
	中群 (161)	17.4	50.9	24.8	6.8	
	低群 (69)	18.3	47.9	21.1	12.7	
コミュニケーション力	高群 (133)	18.8	60.2	18.8	2.3	*
	中群 (150)	16.6	52.3	26.5	4.6	
	低群 (76)	21.1	50.0	13.2	15.8	
意欲	高群 (160)	18.2	60.4	18.9	2.5	n.s
	中群 (124)	16.0	55.2	20.8	8.0	
	低群 (75)	22.4	42.1	25.0	10.5	
自己肯定感	高群 (149)	22.1	55.0	22.1	0.7	***
	中群 (135)	13.3	60.0	20.7	5.9	
	低群 (75)	19.7	44.7	18.4	17.1	

(*:p<0.05, ***:p<0.001)

表9 部会の進め方とライフスキルの関係 (%)

		監督や上級生の話を聞く場	みんなで話し合う場	監督や上級生の話を聞き、みんなで話し合う場	その他	ミーティングがないのでわからない	p
へこたれない力	高群 (128)	35.9	27.3	22.7	3.9	10.2	*
	中群 (161)	40.4	25.5	17.4	2.5	14.3	
	低群 (69)	34.8	33.3	10.1	11.6	10.1	
コミュニケーション力	高群 (133)	37.6	24.8	22.6	4.5	10.5	n.s
	中群 (150)	38.0	29.3	17.3	4.7	10.7	
	低群 (76)	38.2	28.9	10.5	5.3	17.1	
意欲	高群 (160)	32.5	28.1	23.1	3.1	13.1	**
	中群 (124)	45.2	25.8	16.9	2.4	9.7	
	低群 (75)	37.3	29.3	8.0	12.0	13.3	
自己肯定感	高群 (149)	39.6	21.5	23.5	4.0	11.4	*
	中群 (135)	38.5	28.9	17.0	3.0	12.6	
	低群 (75)	33.3	37.3	8.0	9.3	12.0	

(*:p<0.05, **:p<0.01)

考 察

1. 部活動経験とライフスキルの関係

部活動経験とライフスキルの関係に関して、まず部活動加入経験との関係について分析・検討したところ、「コミュニケーション力」を除く「へこたれない力」「意欲」「自己肯定感」の3尺度において、部活動加入経験のある生徒ほどが高い値を示す傾向にあった。また、運動部に加入している生徒と文化部に加入している生徒を比較したところ、運動部に加入している生徒の方が「意欲」を除く「へこたれない力」「コミュニケーション力」「自己肯定感」の3尺度において高い値を示した。全体的には、運動部に加入することがライフスキルの獲得に貢献する可能性が高いことを指摘した上野・中込の研究など、従来の研究結果を確認することができた。

さらに活動経験の内容を詳細に検討するために、部長等の役職経験やレギュラー経験の有無とライフスキルの関係を検討したところ、役職経験やレギュラー経験のある部員ほど、「へこたれない力」や「意欲」の尺度において有意に高い値を示す傾向にあった。つまり、単に部員として活動するだけでなく、何らかの役割を担うことがライ

フスキルの獲得につながる可能性があることを示唆するものである。安部⁸⁾は、企業におけるビジョン実現に当たって、ビジョン策定にメンバーを参画させ、全員に徹底して当事者意識を抱かせることの重要性を指摘している。運動部活動においても、さまざまな役割を部員に担わせることにより、部への帰属意識が芽生え、自分たちの部をより良いものにしようというエネルギーを生み出すようになると思われる。また、我が国の運動部では富士山型のスポーツ観が根強く、学校の運動部も1クラブ=1チームという制度が定着している。トップになれる者は限られ、多くの部員は下積みのみで終わることもある。レギュラーの経験がライフスキル獲得に貢献する可能性がうかがわれた今回の研究結果から見ると、多くの部員がそれぞれの目標や技量に基づいて「だれでもレギュラーになれる」仕組み、いわゆる連峰型のスポーツ観⁹⁾に基づく運動部の運営が必要になると思われる。このような部へのかかわり方を充実させることで、単に技能面の向上だけでなく、ライフスキルの獲得を促すことに繋がるものと考えられる。

2. 活動における取組内容とライフスキルの関係

活動日数とライフスキルの関係を検討した結果、週の半分以上部活動に参加している生徒の方が「へこたれない力」や「コミュニケーション力」、「自己肯定感」が高く、「へこたれない力」はその差が顕著であった。継続的な活動がライフスキル獲得にとって重要であることを示唆する結果であるといえる。しかし、週の半分以上活動している群のうち、4・5日と6・7日で比較検討しても有意な差は認められなかった。一般的に、過剰な活動量は身体に疲労を蓄積させ、怪我等スポーツ障害の要因となる可能性がある。また、運動部活動に極端に偏ることで、高校卒業後にスポーツは行わないといういわゆるバーンアウトの一因ともなりかねない。中込¹⁰⁾は、バーンアウトしたスポーツ競技者の特徴として、競技状況への過剰適応が原因となり、競技状況での主体的な関わりが低く、またスポーツ競技生活の中でのみ形成された同一性を早くから持っていたことを明らかにしている。また、この限定されたスポーツ状況から得られる「スポーツ競技者の同一性」が原因で、スポーツ競技者の同一性形成は、同世代の者と比較して、選択・模索経験が少ないことが懸念されている¹¹⁾。このことから極端に多い活動日数は、生徒の同一性獲得を妨げる可能性が示唆される。部員の健康管理や指導者の働き方改革の視点から運動部活動に適切な休日を設定することが求められている¹²⁾が、ライフスキル獲得の観点からも重要な取り組みであると言える。

部の雰囲気とライフスキルの関係では、練習中は厳しく、それ以外は切り替え、メリハリのある雰囲気が作れている部の部員ほど「へこたれない力」「コミュニケーション力」と「自己肯定感」が高い傾向にあった。これは、厳しい練習の中で、思い通りにいかないことや、指導者に叱責される等の失敗経験を積むことができ、それが「へこたれない力」を育むと推察できる。さらに、厳しい練習を乗り越えた自分や、そこで培った体力に自信を持つことで「自己肯定感」を高めることにつながるものと思われる。「コミュニケーション力」

に関しては、「なごやかな雰囲気」は会話を活発化させ、コミュニケーション力の獲得に効果があると予測した。しかし、他の尺度同様に、「練習中は厳しいが、練習でないときはなごやか」と、メリハリのある活動をしている部員の方がスキルも高いという結果であった。このメリハリこそが、荒井¹³⁾が提唱する「コートの外」の存在である。練習や試合を行う「コートの中」では厳しく活動をするが、ひとたび活動が終わるとなごやかな雰囲気に戻り、指導者や仲間とコミュニケーションを図ったり、自分のメンテナンスを行ったりする時空間が必要である。しかし、練習中もそれ以外もなごやかな雰囲気であると、「コートの中」と「コートの外」の境界が曖昧になる。荒井は、「コートの中」とその前後の「コートの外」が対照的な気分であってこそ、選手は競技や練習に集中でき、「コートの外」で自ら工夫したり、考える選手が本番で力を発揮していると指摘しており、このような時空間の確保とそこでのかかわり方がライフスキル獲得を促進すると思われる。

自らが主体となり能動的に関わることがアイデンティティの確立において重要¹⁴⁾であるとの指摘をふまえ、活動姿勢や部会の進め方とライフスキルの関係を検討した。活動姿勢と部会の進め方のいずれにおいても「へこたれない力」「コミュニケーション力」や「自己肯定感」の尺度で「仲間と考えたり、工夫しながら練習するタイプ」の活動姿勢を示す者が多く、「監督や上級生の話を聞き、みんなで話し合う場」として部会の進め方を位置づける傾向にあった。青年期の自己形成について、加藤ら¹⁵⁾はその特徴が主体性と能動性にあるとし、その過程は「つくられた性格」から「つくりだす性格」への重要な移行であり、他者の意見や判断ではなく、自らの目標や価値などを判断基準として、自らの行いを決定する心理的自立の歩みであると示唆している。日頃の練習や部会等の活動において、部員である生徒をどのようにかかわらせるかがライフスキル獲得のカギを握っていることがうかがえた。

以上の結果から、部活動に加入するだけではな

く、その活動内容も重要であるということが明らかになった。生徒が主体となって活動をしていくためには、指導者が正しく働きかけ、運動部活動の経験を生徒自らの人生に意味づけていく作業と環境作りが必要である。例えば、自ら高い目標を掲げ、その目標に向かい、計画を立て、時に仲間と話し合い、計画を修正していくことで、計画性やコミュニケーション能力の獲得に繋がり、成功体験を積み上げていくことで自己肯定感を高める結果につながる経験となる。この経験を通して獲得される能力の多くは、運動部活動の中で必要とされるだけでなく、学校生活を含む生活全般において求められるライフスキルとして考えることができる。このように、ライフスキルの獲得を目的とした運動部活動を行うことで、その経験をスポーツ競技の中だけにとどまらず、学校生活や自らの人生と関係を持たせることができると考えられる。

結 語

本研究では、高校生の部活動に着目し、彼らの部活動への参加と取り組み方がライフスキルの獲得にどのような影響を及ぼしているかを明らかにすることを目的とした。高校生を対象とした調査結果を分析し明らかになった結果は次のとおりである。

1. 部活動加入経験や役職経験の有無等とライフスキルとの関係を考察したところ、部活動への加入経験に加え、役職経験やレギュラー経験がある部員は、経験のない者に比べ高いライフスキルを保有していた。また、運動部に所属する者の方が文化部に所属する者よりもライフスキル尺度の得点が高かった。
2. 部活動における具体的な取り組み内容を検討したところ、目標を追求しつつも、「練習時は厳しいが、練習でないときはなごやか」といった切り替えができていく部の部員が高いスキルを保有していた。活動日数に関しては、活動日数が多いことが必ずしもライフスキル獲得に有意とはいえ

ず、逆にスポーツ障害やバーンアウトの可能性が懸念されることが示唆された。

今回は部活動における取り組み内容とライフスキルとの関係について、運動部と文化部の比較等まで深めることができなかった。今後の課題としたい。

引用及び参考文献

- 1) 横山勝彦・榊原大輔・辻浅夫・大八木淳史・吉田良治・松野光範・真山達志・黒澤寛己・新川達郎・来田宣幸・石井智(2009)ライフスキル教育—スポーツを通して伝える「生きる力」—. 昭和堂：1-2.
- 2) 内閣府政策統括官(2013)我が国と諸外国の若者の意識に関する調査. http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf_index.html
- 3) 中澤篤史(2005)学校運動部活動の現在と未来(19)生徒理解・生徒指導の観点から見た運動部活動と学校教育の結び付き—顧問教師へのインタビュー調査の分析をもとに. 月刊トレーニング・ジャーナル 27(4):46-50.
- 4) 上野耕平(2008)青年期における運動部活動経験—生涯発達の視点からの検討—, 鳥取大学生涯教育総合センター研究紀要, 5:198.
- 5) 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.
- 6) 杉山佳生(2004)競技社会的スキル及びスポーツにおける個人・社会的志向性と日常場面での向社会的行動との関係. 健康科学, 26:41-48.
- 7) 国立青少年教育振興機構(2017)子供の頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究報告書.
- 8) 安部哲也(2004)カルロス・ゴーン流リーダーシップ・コーチングのスキル. あさ出版:119-123.
- 9) 荒井貞光(2003)クラブ文化が人を育てる—学校・地域を再生するスポーツクラブ論—. 大修館書店：85-104.

- 10) 中込四郎 (1992) スポーツ競技者の同一性形成過程とスポーツ場面での危機様態における相互性の関連. 筑波大学博士 (体育科学) 学位論文 (未公刊) : 584-586.
- 11) 高見和至 (1990) 青年期のスポーツ経験と自我同一性形成の諸相. 体育学研究, 35(1): 29-39.
- 12) 文部科学省 (2017) 運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン. www.mext.go.jp/sports/b_menu/.../1402624_1.pdf.
- 13) 荒井貞光 (1987) コートの外より愛をこめ. 遊戯社 : 65-84.
- 14) 前掲書 1 : 305-325.
- 15) 加藤隆勝・加藤厚 (1988) 青年の性格形成. 青年心理学ハンドブック. 福村出版.
- 16) 雨宮怜・清水安夫 (2012) 運動部活動におけるソーシャルスキル要因の探索的研究—大学生運動部員版ソーシャルスキル尺度の開発と基本的属性による検討—. 学校メンタルヘルス, 15:87-100.
- 17) Danish et al. (1990) Sport as a context for developing competence, *Developing social competency in adolescence*. Sage: Thousand Oaks, CA, Vol3, pp.169-194.
- 18) Mahoney, Stattin (2000) Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context.
- 19) 文部科学省 (2008) 高等学校学習指導要領解説 保健体育編. 東洋館出版.
- 20) 吉田良治 (2013) ライフスキル・フィットネス—自立のためのスポーツ教育—. 岩波ジュニア新書.
- 21) WHO (1997) ライフスキル教育プログラム. 大修館書店.

- (12) あなたが所属している部は、主として何を目標として活動していると思いますか。
1. 厳しく徹底して結果を残すことを目指している
 2. どちらかといえば結果を残すことを目指している
 3. どちらかといえば楽しく活動することを目指している
 4. 結果よりも楽しく活動することを目指している
- (13) あなたが所属している部は、主にどのような雰囲気（ムード）や人間関係ですか。
1. 練習中も、練習でないときも厳しい
 2. 練習中は厳しいが、練習でないときはなごやか
 3. 練習中も、練習でないときもなごやか
 4. その他
- (14) あなたの所属している部の指導者（顧問や監督の先生）は、部活動にどのように関わっていますか。
1. いつも出てきて、どんどん教える
 2. いつも出てきて、少し教える
 3. いつも出てきて、ほとんど自分たちにまかせる
 4. 時々出てきて、どんどん教える
 5. 時々出てきて、少し教える
 6. 時々出てきて、ほとんど自分たちにまかせる
 7. あまり出てこないで、ほとんど自分たちにまかせる
 8. わからない
- (15) あなたが所属している部は、ふだんどのように活動（練習）するタイプですか。
1. 部員一人ひとりが考えたり、工夫しながら活動（練習）するタイプ
 2. 仲間と考えたり、工夫しながら活動（練習）するタイプ
 3. 顧問（監督）が決めた計画にそって活動（練習）するタイプ
 4. その他
- (16) あなたが所属する部のミーティングや部会はどのような場が多いですか。
1. 顧問（監督）や上級生の話を聞く場
 2. みんなで話し合う場
 3. 顧問（監督）や上級生の話を聞き、みんなで話し合う場
 4. その他
 5. ミーティングがないのでわからない
- (17) あなたが所属している部の活動や練習には、部員の意見が反映されていると思いますか。
1. 十分に反映されている
 2. ある程度は反映されている
 3. 少しは反映されている
 4. ほとんど反映されていない

5. 全く反映されていない

(18) あなたは、所属している部での活動が将来のために役立つと思いますか。

1. 大いに役立つ
2. ある程度は役立つ
3. どちらともえない
4. ほとんど役立たない
5. 全く役立たない

(19) 最後に聞きます。あなたは、現在の部活動に満足していますか。

1. とても満足している
2. 満足している
3. どちらでもない
4. あまり満足していない
5. ぜんぜん満足していない