

<原著>

体育系大学生におけるライフスキルと学業成績との関連

山本 浩二¹⁾・島本 好平²⁾

The relationship between life skills and academic performance of physical education university students

Koji YAMAMOTO・Kohei SHIMAMOTO

The purpose of this study was to investigate the relationships between the life skills and academic performance of physical education university students. In this study, there was a clear time lag between these two variables. Further, 79 physical education students at a private university in Kansai district participated in this study. Research on life skills was conducted using a questionnaire-the Daily Life Skills Scale (College Student Form)-in early April of 2015. Research on academic performance of students it was the target of the previous year results of fiscal 2015. In this case, GPA (Grade Point Average) was used as an indicator for performance evaluation of students. The relationship between the life skills and academic performance of students was verified by one-way analysis of variance.

Initially, on the basis of academic performance, students were classified into three groups: a "High Result Group (HRG, n=31)", a "Middle Result Group (MRG, n=28)", and a "Low Result Group (LRG, n=20)". The results of analysis of variance using the life skills data obtained before April in 2015 showed that: (1) On the level of planning ($F(2,76) = 3.47$, $\eta^2 = .08$), HRG is significantly higher than MRG and LRG; (2) On the level of interpersonal manner ($F(2,76) = 4.63$, $\eta^2 = .11$) and interpersonal situation ($F(2,76) = 3.43$, $\eta^2 = .08$), HRG is significantly higher than LRG. Thus, a positive relationship was observed between the life skills and academic performance of university students.

The results of this study should be considered in order to prevent and suppress the increasing problem of student maladaptation to college life. Thus far, it is the one study to confirm the need for life skills education.

Key words : physical education university students, daily life skills scale, life skills program, academic performance
体育系大学生、日常生活スキル尺度、ライフスキルプログラム、学業成績

I 問題と目的

近年、青少年を取り巻く環境は劇的に変化し、それに伴い、いじめや不登校、少年犯罪

といった問題行動が増加傾向にあることが指摘されており¹⁾、心身の発達に悪影響を及ぼしている。そして、社会人への最終の準備段階である大学生においても、現代の社会情勢

1) 神戸医療福祉大学 (Kobe University of Welfare) 〒679-2217 兵庫県神崎郡福崎町高岡1966-5

2) 兵庫教育大学大学院 (Graduate school of education, Hyogo university of teacher education) 〒673-1494 兵庫県加東市下久米942-1

の著しい変化の中でさまざまなストレスを抱えながら日常生活を過ごしていると考えられる。また、大学生の時期はライフスタイルが大きく変化すると考えられ、不安や気分の落ち込みなどの心理的状態の多様な変化を経験する時期であることが予想される。齋藤²⁾は、大学生のストレスコーピングの不適切さやストレス耐性および対人関係能力が低下していることを指摘しており、各大学に設置されているカウンセリングルーム等に来談する学生数は増加傾向にあることを報告している。また、大学生の実態について調査した内田³⁾によれば、勉学意欲の喪失や単位不足等の「消極的理由」や「精神障害」を理由に、留年や休・退学をした学生は年々増加していることを明らかにしている。同様に、学生の健康白書⁴⁾においても学生の休・退学率の増加が指摘されており、メンタルヘルスの問題が学業不振の要因の1つとして報告されている。このように、大学生の心理的・社会的問題傾向に対して、教育を行う大学側は積極的・多面的に働きかけ支援を行うなどして、人間的成長を促進していく必要があると考えられる。また、大学生は自らの状態を把握した上で、社会人として自立していくために必要な能力を高めていくことが求められ、学生の人間形成は大学にとって早急に対処すべき課題であるといえる。そのような背景を踏まえ、学生の問題行動の予防・抑制を目指して、学校教育での育成が強調されている「生きる力」に極めて近い概念と考えられている「ライフスキル (Life-Skills)」獲得の重要性が注目されている⁵⁾。

ライフスキルは、「日常生活で生じるさまざまな問題や欲求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な(心理社会的)能力⁶⁾」や、「人々が現在の生活を自ら統制し、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⁷⁾」と定義されている。また、ライフスキルの「スキル」は、学習し、経験し、練習することによって獲得可能な能力とされ⁵⁾、島本・石井¹⁾はライフスキルが社会的スキルを包括する広義な概念であるとしており、今日のライフスキル教育の重要性を指摘している。そして近年、このライフスキル獲得に着目した教育プログラムの開発および実践が国内外において活発に展開されている。

わが国の体育・スポーツ心理学領域では、大学体育実技や運動部活動といったスポーツ活動がライフスキルに正の影響を与えていることがこれまで多数報告されてきた^{8) 9) 10)}。その中で、スポーツ競技場面の行動だけでなく、それ以外の日常生活場面における行動が競技成績や能力を左右するとの指摘から¹¹⁾、ライフスキルとスポーツ選手の経験、競技成績といった変数との関連性の検証も報告されている^{12) 13)}。また、ライフスキルを測る尺度としては、飯田ほかの一連の研究において小学校から高等学校までの生徒を対象に「学校生活スキル尺度」(小学生版¹⁴⁾、中学生版¹⁵⁾、高校生版¹⁶⁾) がそれぞれ開発されている。一方、大学生においては「日常生活スキル尺度¹⁾」や「ライフスキル尺度¹⁰⁾」がある。これらの研究成果をもとに、ライフスキルと身体活動との関連性に着目し、スポーツを通じてライフスキルの獲得を目指した「ライフスキルプログラム(以下、LSP)」が実施されている。そのLSPについて、上野¹⁷⁾は未だ構造的なプログラムの構築には至っていないと述べているものの、サッカーやラグビーなど各競技種目においてLSPの実践が試みられている^{18) 19) 20)}。以上のように、ライフスキルの概念は欧米のみならず我が国においても、その研究成果が報告・蓄積されてきており、多くの競技種目にも広く適用可能であることが示されている。

ところで、大学生の主な学生生活は講義や実技・演習といった授業を日々受講し各科目で学ぶ十分な知識を身に付け、単位を取得することである。そして、大学を卒業するためには、各科目の単位を積み重ね卒業要件を満たすことが必要不可欠である。個々の単位を取得するためには、毎回の授業に出席し意欲的な態度や姿勢で受講していくことにより、自らの知識を深め、定期試験に合格することが求められる。しかしながら、冒頭で述べたように、学習意欲喪失等の消極的理由や精神障害を理由に、留年や休・退学をした学生は年々増加傾向であると報告されていることから²⁾、授業を中心として日々の学生生活を充実させていく必要があると考えられる。そのためには、教育を実施する大学側が学生に生じやすい不安や悩み等に対して積極的に働きかけを行っていくとともに、学生自身の日常生活に必要な能力、ライフスキルを高めていく必要があるといえる。そのライフスキルを高めるための基礎的研究として「ライフスキルと学業成績との関連」を検討する。先述のように、これまでの研究においてはライフスキルとスポーツ活動や競技成績との関連を検討した研究は少なからず報告されているが、大学生の本分となる学業成績との関連について言及された研究はほとんどみられない。また、学生生活の大きな割合を占める授業を通じて単位を取得していくなどして学業成績を充実させることは、大学生の学生生活を充実させる一要因であると考えられるため、ライフスキルとの関連を検討していくことは意義のある試みと言え、大学生の人間形成を促進していく上での重要な示唆を与えるものといえよう。

そこで本研究では、体育・スポーツ系に所属する大学生を対象にライフスキルの特徴について検討し、体育系大学生が有するライフ

スキルと学業成績との関連を両変数間に時間差を含めた形で検討し明らかにすることを目的とした。なお、本研究において調査協力者を体育系大学生に設定したのは、体育系大学生は学業と競技の両側面で悩みを抱えやすく、特にスポーツ推薦入試制度を利用して入学した学生は、学業成績が不振に陥りやすいと報告されていることから²⁾、本研究では体育系大学生を対象とした。

Ⅱ 研究方法

1. 調査協力者

調査協力者は、関西地区に所在する体育・スポーツ系の学科に所属する大学2回生の79名（男子：66名、女子13名）であった。調査協力者の全員が調査票に不備なく回答したため、79名をそのまま分析対象とした。また、調査協力者の多くが、中学校や高等学校まで運動部活動を経験しており、大学においても運動部に所属していた。

2. 調査時期と手続き

協力者のライフスキルの調査は、2015年の4月初旬のスポーツ科学に関する第1回目の講義時に本研究者によって実施された。また、本調査は、調査協力者（学生個人）のライフスキルの状態と前期の学業成績とを個人レベルで対応させることから、調査は記名式で行われた。そのため、調査実施の際、本研究者が直接調査協力者に研究内容や方法について十分な教示・説明を行い、調査に対して共通理解を得た。その後、調査票を配布し、集合調査法による実施後、その場で回収した。

一方、学業成績については、2015年度前期における学生の成績状況を調査するため、前期試験終了後の8月中旬に追加調査を実施した。なお、本研究の調査は個人の学業成績という重要なデータを取り扱うことから、当該

協力校の研究倫理委員会の承認を得て実施された。

3. 調査内容

1) フェイスシート

調査票冒頭のフェイスシートは、性別・学年、中学校や高等学校までの運動部活動経験およびスポーツ経験について回答を求めた。

2) 日常生活スキル尺度 (大学生版)

島本・石井¹⁾がライフスキルを「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や内面的な心の働き」と定義し開発した尺度である。本尺度は、大学生の社会的スキルを内包するライフスキルを「自尊心」、「親和性」、「リーダーシップ」、「計画性」、「感受性」、「情報要約力」、「自尊心」、「前向きな思考」、「対人マナー」の8側面から評価することができる。また、これらの8側面は、個人場面で展開される「個人的スキル (計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考)」と、対人場面で展開される「対人スキル (親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー)」というように、高次の側面からもとらえることができる。項目の評定は「1: ぜんぜんあてはまらない」から「4: とてもあてはまる」の4段階の自己評定で行い、評定値が高いほどスキルの獲得レベルが高いと解釈される。回答に際して、「みなさんの日常生活全体の様子についてお聞きます。以下の各文章を読んで、現在の自分に最もあてはまる選択肢の数字の1つに丸印を付けてください」という教示が示された。逆転項目の評定値は当該下位尺度得点算出の際に反転処理された。なお、本尺度の信頼性と妥当性については、島本・石井¹⁾によって確認されている。

3) 学業成績

調査協力者の大学で導入されている成績評価指標のGPA (Grade Point Average) の値を本研究における学業成績の基準とした。

GPAとは、諸外国や国内の大学で採用されている制度であり、国際的な成績評価システムである²²⁾。具体的には、科目毎の評点 (優: 80-100点・良: 70-79点・可: 60-69点・不可: 59点以下) をそれぞれ4段階評価 (A・B・C・F) とし、4-0までの点数に置き換えて単位数を掛け、その総和を履修登録単位数の合計で割った平均点のことである。本研究では、調査協力者の2015年度前期の学業成績を対象としてライフスキルとの関連を検討した。

4. 統計処理

はじめに、本研究における調査協力者の学業成績に基づく群分けについて述べる。まず、本研究の協力者におけるGPAの値が3.00以上の協力者を成績「上位群 (n=31、男子21名・女子: 10名)」、2.00-2.99までの協力者を成績「中位群 (n=28、男子25名・女子: 3名)」、1.99以下の協力者を成績「下位群 (n=20、男子20名・女子: 0名)」とそれぞれ命名し分析を実施した。

分析については、本研究の協力者である体育系大学生のライフスキルの特徴を把握するために、全体の記述統計量を算出した。また、男女のライフスキル獲得状況の差異を検討するため、対応の無いt検定を実施した。次いで、体育系大学生のライフスキルと学業成績との関連を検討するため、学業成績 (上位群・中位群・下位群) を独立変数、日常生活スキル評価尺度の各下位尺度得点を従属変数とした一元配置分散分析を実施した。競技成績による主効果が認められた際にはTurkeyのHSD法による多重比較を行った。その際、効果量 (Effect Size) を算出し、検定における効果の大きさをCohen²³⁾が示した基準に基づいて判断した (t検定の効果量d: 小 = .10、中 = .50、大 = .80; 分散分析の効果量 η^2 : 小 = .01、中 = .06、大 = .14)。水本・竹内²⁴⁾は、

調査のサンプルサイズが大きくなれば、統計的に有意になりやすいという問題を指摘しており、p値のみを用いて有意差を報告することに警鐘を鳴らしている。このことから、グループ間に統計的な違いがみられるかを証明するためには、効果量を用いて実質的效果の大小を示すことによって検証することが推奨されているため、本研究において採用することとした（グループ間に有意差がなくても効果量を算出することも推奨されている）。なお、本研究における全ての分析は、統計ソ

フトのSPSS22.0Jを用いて行い、有意水準は5%とした。

Ⅲ 結果

1. 調査協力者全体の結果

表1には、本研究の調査協力者全体の結果と島本・石井¹⁾が一般大学生を対象として実施した単純集計の結果をそれぞれ示している。それによると、本研究の体育系大学生は、自らが所属する集団の活動に積極的に関わっ

表1 本研究と島本・石井（2006）の調査協力者全体におけるライフスキルの記述統計量

下位尺度	項目	本研究		島本・石井 (2006)	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
親和性	困った時に、友人らに気軽に相談することができる	2.75	1.02	3.18	.83
	親身になって友人らに相談に乗ってもらうことができる	2.66	1.01	3.12	.87
	どんな内容の事でも友人らと本音で話し合うことができる	2.78	1.09	3.20	.89
リーダーシップ	話し合いのときにみんなの意見を1つにまとめることができる	2.59	.88	2.38	.81
	集団で行動をするときに先頭に立ってみんなを引っ張っていくことができる	2.41	.93	2.35	.81
	自分が行動を起こすことによって、周囲の人を動かすことができる	2.52	.90	2.49	.72
計画性	先を見通して計画を立てることができる	2.63	.89	2.54	.81
	課題が出ると、提出期限等を自ら決めるなどの工夫をしてやる気を出す	2.63	.96	2.38	.95
	やるべきことをテキパキと片づけることができる	2.65	.93	2.53	.85
感受性	困っている人を見ると援助をしてあげたくなる	2.82	.92	2.95	.77
	他人の幸せを自分のことのように感じることができる	2.68	1.03	2.71	.84
	悲しくて泣いている人を見ると、自分も悲しい気持ちになる	2.68	.93	2.94	.85
情報要約力	手に入れた情報を使って、より価値の高いものを生み出せる	2.51	.93	2.33	.68
	数多くの情報の中から、本当に必要な情報を手に入れることができる	2.52	.80	2.65	.66
	多くの情報を基に自分の考えをまとめることができる	2.49	.81	2.57	.73
自尊心	自分のことが好きである	2.42	.97	2.54	.83
	自分の今までの人生に満足している	2.56	1.02	2.57	.88
	自分の言動に対して自信をもっている	2.51	.92	2.38	.74
前向きな思考	嫌なことがあっても、いつまでもくよくよと考えない	2.47	1.01	2.47	.94
	困った時でも「何とかなるだろう」と楽観的に考えることができる	2.63	1.00	2.94	.92
	何かに失敗した時に、すぐ自分はダメな人間だと思ってしまう（R）	2.38	.77	2.33	.95
対人マナー	目上の人の前では礼儀正しく振る舞うことができる	2.92	1.07	3.23	.68
	年上の人に対しては敬語を使うことができる	2.95	1.20	3.37	.71
	初対面の人に対しては言葉遣いに気を配ることができる	2.67	.94	3.39	.71

注1) (R)は逆転項目

注2) 色付きの因子は個人的スキル、そうでない因子は対人スキルを示す

表2 調査協力者の性別におけるライフスキル各側面へのt検定の結果 (n=79)

	男子 (n=66)		女子 (n=13)		t 値 (77)	d
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差		
親和性	7.65	2.62	9.31	2.21	2.13*	.66
リーダーシップ	7.20	2.36	8.31	1.75	1.61	.51
計画性	7.79	2.47	8.54	2.11	1.03	.31
感受性	7.88	2.38	9.77	1.92	2.69**	.84
情報要約力	7.45	2.28	7.85	1.68	.59	.19
自尊心	7.41	2.48	7.85	2.19	.59	.18
前向きな思考	7.85	2.15	7.38	2.57	.69	.21
対人マナー	8.32	3.22	10.38	2.22	2.21*	.70
個人的スキル	30.50	7.85	31.62	6.09	.48	.15
対人スキル	31.05	8.84	37.77	5.90	2.62*	.84

注1) * $p < .05$, ** $p < .01$

注2) t 値の () 内の数値は自由度を示す

注3) 効果量 d の目安 (水本・竹内, 2008): $d = .10$ (効果量小), $d = .50$ (効果量中), $d = .80$ (効果量大)

ていこうとする「リーダーシップ」や、先見的なスキルを示す「計画性」において一般大学生よりも各スキルの項目全てで高い結果が得られている。一方で、一般大学生は、友人との親しい友人関係を形成・維持していることを示す「親和性」や、相手に対する感情移入をしているスキルである「感受性」、相手に対して好ましい印象を与えようと意識していることを示す「対人マナー」のそれぞれの項目全てで高い得点が得られた。これらの結果は、体育系大学生の特徴として、自らが物事の時間的展望や優先順位を踏まえて行動し、集団内においてもリーダーシップを発揮していることが見出された結果となった。

2. 調査協力者の性別におけるt検定の結果

以下の表2には、ライフスキル各側面における基本統計量と性差を検討するため実施したt検定の結果を示している。その結果、女子は「親和性 ($t(77) = 2.13, p < .05, d = .66$)」や「対人マナー ($t(77) = 2.69, p < .01, d$

$= .84$)」、相手の気持ちに対して感情移入しようとする「感受性 ($t(77) = 2.21, p < .05, d = .70$)」において男子よりも有意に得点が高かった。さらに、ライフスキルの高次の側面である「対人スキル ($t(77) = 2.62, p < .05, d = .84$)」においても女子の得点が男子よりも有意に高かった。また、ライフスキルの他の側面においても有意差は認められなかったが、女子の得点が男子よりも概ね高い結果が示された。

3. 学業成績の各群における一元配置分散分析の結果

まず、調査協力者の学業成績の群分けについて述べると、上位群 (GPA = 3.00以上) が31名 (男子21名・女子: 10名)、中位群 (GPA=2.00—2.99) が28名 (男子25名・女子: 3名)、下位群 (GPA=1.99以下) が20名 (男子20名・女子: 0名) であった。表3には、学業成績の各群 (上位・中位・下位) を独立変数、日常生活スキル尺度の各下位尺度得点を

表3 学業成績の各群における一元配置分散分析と多重比較の結果 (n=79)

	①：上位群 (n=31)		②：中位群 (n=28)		③下位群 (n=20)		F 値 (2,76)	η^2	多重比較
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差			
親和性	8.45	2.47	8.07	2.67	6.90	2.59	2.28	.06	
リーダーシップ	7.81	2.01	7.25	2.34	6.90	2.65	1.01	.03	
計画性	8.77	1.75	7.32	2.58	7.30	2.69	3.47*	.08	① > ②, ③
感受性	8.81	1.72	8.00	2.69	7.50	2.76	1.97	.05	
情報要約力	8.10	1.60	7.29	2.29	6.95	2.69	1.96	.05	
自尊心	8.10	2.09	7.36	2.44	6.70	2.75	2.12	.05	
前向きな思考	7.81	2.24	7.75	2.27	7.74	2.20	.06	.00	
対人マナー	9.87	2.49	8.25	3.31	7.35	3.35	4.63*	.11	① > ③
個人的スキル	32.77	5.77	29.71	7.79	28.80	9.12	2.09	.05	
対人スキル	34.94	6.38	31.57	9.11	28.65	10.33	3.43*	.08	① > ③

注1) * p < .05

注2) F 値の () 内の数値は自由度を示す

注3) 効果量 η^2 の目安 (水本・竹内, 2008): $\eta = .01$ (効果量小), $\eta = .06$ (効果量中), $\eta = .14$ (効果量大)

従属変数とした一元配置分散分析の結果である。それによれば、下位尺度の「計画性 (F (2,76) = 3.47, $\eta^2 = .08$)」、「対人マナー (F (2,76) = 4.63, $\eta^2 = .11$)」、各下位尺度の高次の側面である「対人スキル (F (2,76) = 3.43, $\eta^2 = .08$)」に主効果が認められた (いずれも p < .05)。その後の多重比較の結果、「計画性」において学業成績の上位群は中位・下位群の両群よりも、「対人マナー」と「対人スキル」において上位群は下位群よりもそれぞれ有意に得点が高いことが示された。

IV 考察

本研究では、体育系大学生を対象としてライフスキルの特徴を検討し、その獲得と学業成績との関連を両変数間に時間差を含めた形で検討を行い、学生の人間的成長を促進するための支援等について有効な基礎資料を得ることを目的とした。まず、本研究の調査協力者となった体育系大学生と島本・石井¹⁾が

調査した一般大学生との単純集計における比較であるが、体育系大学生は「リーダーシップ」と「計画性」において一般大学生よりも高い得点が得られた。このことは、体育系学生が集団内での活動に積極的に関わりリーダーシップを発揮するためのスキルや、時間的展望や物事の優先順位を考慮した先見のスキルを一般学生よりも獲得している傾向にあることが示唆された。体育系学生の多くが中学校や高等学校まで運動部活動経験者であり、運動部活動でのスポーツ活動や、チームメイトおよび指導者といった他者との交流などの経験、具体的には、日々の部活動の練習中に自らの役割について考え集団内でリーダーシップを発揮することや目標とする試合に向けた練習の方法を計画的に構築するなどの活動がスキル獲得に好影響を及ぼしたと考えられる。これらの結果は体育・スポーツ活動による経験がライフスキル獲得に正の影響を及ぼしているという島本ほかの一連の研究^{8) 9)}で得られた知見と一致していると考えられた。

次に、ライフスキルの各側面の性差については、「親和性」や「感受性」、「対人マナー」、さらにはライフスキルの高次の側面である「対人スキル」において女子の方が男子よりも有意に得点が高く、ライフスキルの側面を獲得していることが示された。このことから、女子は男子よりも仲間内での親しい関係を構築・維持することや相手の気持ちに対して共感する、さらには目上の人に対する言葉遣いやマナーを守るといった対人関係に関するスキルが高いことが示唆された。柏木²⁵⁾や佐々木²⁶⁾は青年期の女子の心理的特徴について、「女子は対人的・社会的要因が自己評価の大きなウェイトを占める」と述べており、本研究の調査協力者である体育系の女子においても、一般的な女子の青年期における心理的特徴が反映されたと考えられる。また、本研究における女子の学業成績においては、GPAの値が1.99以下に該当する学生はおらず、反対にGPAの値が3.00以上の学生が多くみうけられたため、女子の方が男子よりも学業成績が高く、ライフスキルの獲得レベルも高いことが示された。以上のことから、性別においてライフスキルと学業成績との間に正の関連性が示されたと考えられる。

続いて、学生のライフスキルにおける各側面について学業成績各群（上位・中位・下位）との比較を行ったところ、「計画性」において上位群は中位・下位群に、「対人マナー」と「対人スキル」は上位群と下位群の間にそれぞれ正の関連性が示された。以下に、ライフスキルの各側面と学業成績との関連性が示された背景について考察を行う。

「計画性」と学業成績との関連について

大学における授業内では、各科目においてレポート等のさまざまな課題が課され、学生はその課題を行い、その後の定期試験に合格するために自ら計画を立て学習を実施する必

要がある。本研究における「計画性」は、時間的展望と物事の優先順位を考慮した先見的なスキルである⁷⁾。前述のように、各科目においてさまざまな課題が課され、定期試験に合格するための学習が必要である。したがって、計画性のスキルレベルが高い学生は、定期試験の合格に向け、授業を受講し計画的に準備していたことが推察され、学業成績も良好であったと考えられた。また、先行研究において計画性は学習意欲と正の関連性が示されており¹⁾、計画性のスキルを獲得している学生は意欲的に学習に取り組み、優秀な学業成績を収めていることが示唆される。したがって、学業成績授業の課題や試験の合格には、その場しのぎの学習ではなく計画的な準備が必要とされ、そのスキルを獲得している学生は学業成績も良好である可能性が示唆された。

「対人マナー」と学業成績との関連について

大学の講義における授業場面においては、授業を担当する教員が1人であるのに対し、受講者の人数が時には100人を超える場合もみうけられる。そのため、担当教員が学生個人をそれぞれ認識することは困難であると予想される。このような状況の中で、学生は各講義を受講し高い学業成績を収めるためには、多くの受講者の中でもより積極的に講義や実技に取り組むなどして、教員から認識される学生になる必要がある。それにより、他の受講者よりも教員からの支援を受ける機会が増加すると考えられ、より効果的な学習が可能になると考えられる。本研究における「対人マナー」は、主に目上や年上の人に対して好ましくない印象を与えないような関係づくりを意識し、展開されるスキルである⁷⁾。上述のように、大学では講義や実技を担当する教員との良好な人間関係が必要と考えられるため、学業成績の良い学生は目上の教員に対

して適切な言葉遣いや礼儀正しい振る舞いをし、コミュニケーションをうまく図りながら授業内容を教授してもらうなどして、自らの成績評価を高めていると考えられる。また、当該スキルを獲得している学生は、同科目を受講している学生とも同様に、適切なコミュニケーション方法を用いるなどして、お互いに学び合い、学習意欲を高めていることが示唆されることから、課題や試験の合格に向けた学習を行っていることが推察される。

「対人スキル」と学業成績との関連について

主に対人場面で展開される「対人スキル」は、学生生活の中で教員や学生間でコミュニケーションを円滑に行うために必要な「親和性」や「リーダーシップ」、「感受性」および「対人マナー」という下位尺度を包含する高次元側面のスキルである。したがって、学業成績の優秀な学生は、教員や友人と良好なコミュニケーションを図りながら、お互いに密接な関係を形成・維持することによって、学生同士の学び合いを積極的に行うことや教員に対しても主体的に関わり、学習内容について質問し自らの知識を深めるなどして、効果的に学習を行っていることが推察された。したがって、このスキルを獲得している学生は、対人関係に関わる能力を発揮し良好な学業成績を収めた可能性があると考えられる。

一方で、有意差が認められなかったライフスキルの他の側面においては、「情報要約力」や「自尊心」等の主に個人場面で展開されるスキルを示す「個人的スキル」の一部に学業成績との関係性がみられなかった。関係性がみられなかった個人的スキルには、現在の自分自身を肯定的に捉えることができる「自尊心」や、自らが困難に遭遇した時に前向きに考えることができる「前向きな思考」があった。これらのスキルは学校生活への適応や対人関係に望ましい影響を与えるとの報告があ

ることから^{1) 27)}、学生生活の主となる授業に取り組むことができず、学業成績も低いことが推察される。このような課題を持つ学生に対しては、教員をはじめとした大学側が積極的に関与し、問題解決のために面談を実施するなどしていく必要があるだろう。

以上ここまで、体育系大学生におけるライフスキルについて、その特徴と学業成績との関連性を検討してきた。その結果、体育系大学生の「計画性」や「対人マナー」、高次の側面である「対人スキル」において学業成績との関連性がみられた。本研究において得られた結果は、近年の学習意欲喪失等や精神障害を理由に、留年や休・退学する学生が増加傾向にあるといった問題に対する予防策の1つになるとともに、現代社会を生きる学生の心理社会的な問題を解決するための一資料となるであろう。また、本研究においてライフスキル教育の意義や必要性を再認識できたことにより、今後ライフスキルプログラムの開発や実践を展開することにより、学生の人間の成長を促進していくことが可能になるであろう。

参考文献

- 1) 島本好平・石井源信：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(2)211-221、2006
- 2) 齋藤憲司：学生相談 - 最近の傾向1999-2001-、学生相談研究、23、105-114、2002
- 3) 内田千代子：大学における休・退学、留年学生に関する調査 - 第31報 -、第32回全国大学メンタルヘルス研究会報告書、80-95、2011
- 4) 国立大学法人保健管理施設協議会：学生の健康白書、2010、

- http://www.healthcarecenter.osaka-u.ac.jp/kyougikai/06_files/hakusyo2010/hakusyo2010.pdf
- 5) 川畑徹朗：21世紀の健康教育とライフスキル教育－ライフスキルの定義と、その教育意義について－、学校保健のひろば、5、88－91、1997
 - 6) WHO：WHO ライフスキル教育プログラム。川畑徹朗・西岡伸紀・高石昌広・石川哲也監訳、大修館書店、東京、11－30、1997
 - 7) Danish, S. J and Petitpas, A. J and Hale, B. D：A developmental-educational intervention model of sport psychology. *The Sport Psychologist*, 6, 403－415, 1992.
 - 8) 島本好平・石井源信：体育の授業におけるスポーツ経験が大学生のライフスキルに与える影響、スポーツ心理学研究、34(1) 1－11、2007
 - 9) 島本好平・石井源信：大学生における運動部活動経験評価尺度の開発、スポーツ心理学研究、35(2)27－40、2008
 - 10) 上野耕平・中込四郎：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(1)33－42、1998
 - 11) 長谷部誠：心を整える－勝利をたくり寄せるための56の習慣－、幻冬舎、東京、2011
 - 12) Kakita, K and Shimamoto, K：Investigation the characteristics of life skills of judo practitioners. The 7th ASPASP International Congress, 2014
 - 13) 島本好平・米川直樹：高校生ゴルフ競技者におけるライフスキルと競技成績との関連、体育学研究、59(2)817－827、2014
 - 14) 山口豊一・飯田順子・石隈利紀：小学生の学校生活スキルに関する研究－学校生活スキル尺度（小学生版）の開発－、学校心理学研究、5、49－58、2005
 - 15) 飯田順子・石隈利紀：中学生の学校生活スキルに関する研究－学校生活スキル尺度（中学生版）の開発－、教育心理学研究、59(2)225－236、2002
 - 16) 飯田順子・石隈利紀・山口豊一：高校生の学校生活スキルに関する研究－学校生活スキル尺度（高校生版）の開発－、学校心理学研究、9(1)25－35、2009
 - 17) 上野耕平：体育・スポーツ心理学領域におけるライフスキル研究の背景、鳥取大学教育研究センター紀要、5、175－188、2008
 - 18) 上野耕平：ユース選手を対象としたライフスキルプログラム、体育の科学、55(2) 101－105、2005
 - 19) 島本好平：ジュニアアスリートのためのライフスキルプログラム、*Sportsmedicine*、20(9) 38－39、2009
 - 20) 東海林祐子・堀越正巳：子どもに夢を持つことの大切さを伝えたい－熊谷ライオンズクラブ45周年事業にて－、*Sportsmedicine*、23(4)29－33、2011
 - 21) 大江篤志：成績分析からみた大学教育の研究（3）入学類型と全学共通科目の学業成績との関係を中心に、東北学院大学教育研究所報告集、3、1-57、2003
 - 22) 九州大学高等教育機構：新しい成績評価制度（GPA 制度）の導入について <http://133.5.31.239/youkou/19gpa.html>
 - 23) Cohen, J.：Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.) . Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, 1988
 - 24) 水本篤・竹内理：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、31、57－66、2008
 - 25) 柏木恵子：子どもの「自己」の発達、東京大学出版会、92、1983
 - 26) 佐々木万丈：中学生の体育授業における

社会的スキルの分析－性、学年、体育授業
への適応感に着目して－、体育学研究、49
(5)、423－434、2004

- 27) 松山安雄・秋葉秀則・北村絹江：児童
の自己概念と学校に対する態度について、
大阪教育大学紀要（第Ⅳ部門）30、115－
126、1981