

大学体育会テニス部員の競技力に影響を与えるライフスキルと集団凝集性に関する調査研究

健康マネジメント研究科スポーツマネジメント専修

修士2年 酒井 絵梨

活動目的

本研究の目的は、大学体育会に所属するテニス選手を対象に「ライフスキル*1」「集団凝集性*2」と「競技力」の関係性を調査することである。本調査研究の結果から、「ライフスキル」「集団凝集性」と「競技力」についての知見が得られれば、競技力向上を検討する選手自身の考えや、コーチングスキルに、技術や体力の強化だけでなく新たな活動指針の必要性を提示することができる。

*1 ライフスキルとは、「日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」と定義されている。(WHO, 1997)

*2 集団凝集性とは、「集団のメンバー間が引き合う魅力を維持する社会的な力であり、集団を分裂される力に抵抗する力」と定義されている(Carron, A, V, 1982)。チームのまとまりの程度を認識する概念である。

活動概要

【調査方法・対象】

質問紙調査を実施した。関東大学テニス連盟所属大学における硬式テニス部員（関東リーグ1・2部校24部）。質問紙の回収率79%で425名から回答が得られ、最終有効回答率69%合計373名分を分析対象とした。

【回答協力者】

早稲田大学、明治大学、専修大学、駒澤大学、青山学院大学、亜細亜大学、筑波大学、慶應義塾大学、法政大学(男子部)、中央大学(男子部)、日本大学(男子部)、上武大学(男子部)、山梨学院大学(女子部)、立教大学(女子部)のテニス部員のみなさま。

【調査内容】

質問紙は「フェイスシート」「練習環境」「ライフスキル評価」「集団凝集性評価」を調査項目として構成した。競技力は、大学での最高戦績を5群（関東大会1次予選出場、関東大会2次予選出場、関東大会本戦出場、全国大会本戦出場、全国大会ベスト16以上）に分けて調査。ライフスキル評価は、大学生アスリート用ライフスキル尺度（島本ら, 2013）を使用、集団凝集性評価は集団凝集性測定尺度（阿江, 1986）を使用した。

【分析方法】 構造方程式モデリング、一元配置分散分析、t検定

結果

調査内容を分析した結果を以下に示す。

- ・競技戦績に直接影響を与えるのは、自己実現に関わるライフスキル（最善の努力、考える

力、目標設定、責任ある行動、体調管理)と集団凝集性である。

- ・競技戦績の高い選手及び、高校から大学で戦績を維持・向上させた選手は、競技戦績が低い選手や高校から大学で戦績が低下した選手よりも自己実現に関わるライフスキルが高い。
- ・全国上位進出選手は所属部に対する集団凝集性が高い。
- ・対人関係に関わるライフスキル(謙虚な心、感謝する心、礼儀マナー、ストレスマネジメント、コミュニケーション)は、競技戦績に直接影響を与えるわけではないが、自己実現に関わるライフスキルと集団凝集性へ寄与している。
- ・全国大会出場者は、関東大会出場レベルよりも「最善の努力」「責任ある行動」「目標設定」のライフスキルが高い。
- ・高校と比較して大学で戦績が維持・向上群はライフスキルの中でも「責任ある行動」「最善の努力」「感謝する心」が高い。

考察

大学体育会に所属するテニス選手は、高校まで環境から大学のテニス環境は激変する。指導者からの指導時間の減少、公私ともに自立の必要性、チームの一員としての活動時間の増加など、自ら強い意志を持って競技に向かわなければ、競技に集中しより高い目標を追いかけるモチベーションを保つことが難しいと考えられる。そのため、調査の結果から示される通り自己実現ライフスキルの獲得の有無が戦績に影響すると考えられる。さらにテニスは個人競技ではあるが、部活動に対しての集団凝集性が高まることで団体戦だけでなく、個人戦の戦績向上に繋がるということが明らかになった。信頼するチームメンバーと切磋琢磨しながら、競合校を倒すべく同じ目標を追いかけ、大学部活動に所属すること自体に誇りを持つことが、競技へのモチベーションアップに繋がることが考えられる。また対人ライフスキルが向上することで、周囲のメンバーや指導者との信頼関係が深められることが予想される。自立が求められる中、周囲との関係性を良好に保ち、問題を一人だけでなく協力して解決する基盤となる。対人ライフスキルを獲得が、自己実現ライフスキルと集団凝集性を高め、競技へ向かうモチベーションの根幹を担う重要な因子であると言える。これらのことから、大学体育会テニス選手にとって、コート外でのライフスキル強化やチーム力強化活動も戦績を向上へ繋げる重要な活動であるといえる。

研究成果の活用

本調査及び研究で得られた結果をもとに、ライフスキルと集団凝集性の競技戦績への影響について、今後全国の体育会テニス部に対して発信し、技術・体力だけでなく個人・集団のライフスキルやメンタル・思考のトレーニングが競技力向上に繋がることを広く伝えてくことを考えている。この研究結果は、体育会テニス部における競技力向上の新たな知見であり、具体的な能力開発プログラムや指導方法を明示し、どういった活動がライフスキルや集団凝集性の向上に繋がるのか合わせて提示が必要とも考える。特にこの結果を体育会部活動の指導者に理解してもらうことは重要である。指導者がライフスキルと集団凝集性に目を向けた指導を積極的に取り入れれば、体育会は競技を実施する場というだけでなく、これまで以上にスポーツを通じてより人間性を成長させ、社会での活躍が期待される人材育成の実践的教育現場となるのが期待できる。