

(論文 様式)

トップレベル競技者におけるライフスキルと
キャリア形成の関連
：レスリング競技者を対象として

スポーツ科学研究科 スポーツ科学専攻

学 籍 番 号 214D05 氏 名 清水 聖志人

研 究 指 導 土屋 裕睦 教授

序 章 本研究の意義と問題の背景

- 1.1 研究の背景
- 1.2 先行研究の問題点と本研究の目的
- 1.3 本研究で用いたライフスキル評価尺度
- 1.4 本研究の構成

第 2 章 4 年間にわたるライフスキル獲得レベルの経時的変化と進路決定の関連

- 2.1 はじめに
- 2.2 方法
 - 2.2.1 調査対象者
 - 2.2.2 調査時期
 - 2.2.3 調査内容
 - 2.2.4 手続き
 - 2.2.5 統計処理
- 2.3 結果
 - 2.3.1 4 年間にわたるライフスキル獲得レベルの経時的変化
 - 2.3.2 対処レベル高群と低群の各時点におけるライフスキル獲得レベルの差異
- 2.4 考察
 - 2.4.1 大学 4 年間の運動部活動を通じたライフスキル獲得レベルの経時的変化
 - 2.4.2 ライフイベントへの対処レベル高群と低群のライフスキル獲得レベルの差異
- 2.5 本章のまとめ

第3章 大学卒業後の雇用状態とライフスキルの関連

3.1 はじめに

3.2 方法

3.2.1 調査対象者

3.2.2 調査時期と手続き

3.2.3 調査内容

3.3 結果及び考察

3.3.1 大学卒業後における雇用状態の推移

3.3.2 希望就職獲得の状況

3.3.3 ライフスキル尺度の尺度得点と主要ライフスキルの下位尺度得点の経時的変化

3.3.4 卒業後4年間にわたる主要ライフスキルの個人平均値上位下位得点者のキャリア形成の実態

3.4 今後の主な課題

3.5 本章のまとめ

第4章 ライフスキルプログラムを活用した教育プログラムの可能性

4.1 はじめに

4.2 方法

4.2.1 調査対象者と調査時期

4.2.2 手続き

4.2.3 調査内容

4.2.4 分析方法

4.3 結果

4.3.1 各世代における育成キャンプの短期的検証

4.3.2 カデット世代，ジュニア世代における育成

キャンプ中期的検証

4.4 考察

4.4.1 各世代におけるライフスキルの獲得レベル

4.4.2 育成キャンプがライフスキル獲得に与える
短期的効果

4.4.3 育成キャンプがライフスキル獲得に与える
中期的効果

4.4.4 性差によるライフスキル獲得レベルの差異

4.5 本章のまとめ

第5章 総括と展望

5.1 本研究のまとめ

5.2 今後の課題

序 章

本研究の意義と問題の背景

1.1. 研究の背景

我が国におけるエリートアスリートのキャリア形成問題が叫ばれて久しい。清水ほか（2010）は、スポーツ推薦制度により大学に入学した大学生トップアスリートを対象とした調査から、週の大半をトレーニングに充てなければならないため学業や就職活動に時間的制約が生じ、競技引退後のキャリア^{注1)}をスムーズに獲得することが困難となるケースが少なくないことを明らかにしている。

海外においては、時間的制約がアスリートのキャリア形成に負の影響を与えていると、指摘されている（Martens and Lee, 1998）。2009年にEUの基本条約である「リスボン条約」にスポーツが明記されて以降、欧州においては、トップアスリートとしてのアスリートライフに必要な環境を確保しながら、競技引退後のキャリア形成に必要な教育や職業訓練を受けさせ、将来に備えるという「Dual Career」への取り組みが始められている（European Commission, 2011）。我が国においても2012年に策定されたスポーツ基本計画において、「国は、トップアスリートや、スポーツ指導者、スポーツ団体に対して、トップアスリートとしてのアスリートライフに必要な環境を確保しながら、現役引退後のキャリアに必要な教育や職業訓練を受け、将来に備えるという「デュアルキャリア」について意識啓発を行うとともに、独立行政法人日本スポーツ振興センター、スポーツ団体、大学等と連携し、競技引退後の奨学金等による支援や企業、総合型クラブ、学校等への紹介・あっ旋等のアスリートのスポーツキャリア形成のための支援を推進する。」と明記している（文部科学省, 2012）。

米国においては、Danish et al. (1995) によって、Life Development Interventions (以下, LDI) モデルと呼ばれる、アスリートの生涯発達を促す介入モデルが紹介されている。この LDI モデルでは、スポーツ場面における怪我等の危機的な経験を人生における重要な出来事（ライフイベント）としてとらえ、さらにそれを成長の機会としてもとらえている。この LDI モデルにおいて中心的な概念として位置づけられているのが、「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」（WHO, 1997）等と定義される「ライフスキル」である。

ライフスキルは広義な概念であり、例えば、WHO (1997) はライフスキルの構成要素として「意志決定」や「問題解決」、「共感性」、「創造的、批判的思考」、「情動、ストレスへの対処」等の10の側面を提示している。また、島本ほか (2013) はアスリートに求められるライフスキルとして、「目標設定」や「考える力」、「コミュニケーション」、「礼儀・マナー」、「体調管理」等の10側面を提示している。

これら具体的な構成要素からも、ライフスキルは人々にとって普遍的な能力であるとともに、ライフスキルの獲得はアスリートをはじめとした、さまざまな専門的（職業的）な立場での成長やパフォーマンスの発揮を支える能力としての役割が期待されている。関連して、スポーツ政策に関する調査研究機関である笹川スポーツ財団 (2011) は、その政策提言の中で、アスリートが競技の第一線から退いた後もスムーズに実社会に受け入れるように、日本のスポーツ環境や教育環境などを鑑みたくえでライフスキルの獲得を目指した日本独自のライフスキルプログラムを作成し、少年期から習熟する体制を構築することが求められるとしている。

ライフスキルは日々の生活におけるさまざまな問題や、人生において遭遇するライフイベントへの対処に役立つとされている (Danish et al., 1995; 上野, 2005) ことから、ライフスキルは大学生トップアスリートの直近のライフイベントである就職獲得を促す 1 つの要因となりうる可能性がある。事実、清水・島本(2014)や Shimizu et al. (2015) は、上記の可能性を支持する調査結果を報告している。清水・島本(2014)は、大学の男子レスリング競技者を対象とした縦断調査を通じて、1) 設定した目標を確実に達成するための心理、行動特性を表す「目標設定」、主体的に物事を考え、最善と思われる解を見出すための心理特性を表す「考える力」、そして、辛い状況の中でも努力し続けられる行動特性を表す「最善の努力」というライフスキルのレベルは、大学における高度なレベルでの競技活動を通じて経時的に向上している、2) 上記の 3 つのライフスキルと、職業キャリアへの関心性、自律性、計画性を表すキャリア成熟度 (坂柳, 1999) との間には、中程度の正の相関関係が認められる、という 2 点を明らかにしている。

Shimizu et al. (2015) は、大学を卒業した元男子レスリング競技者を対象として、卒業時点のライフスキルのレベルと卒業後の早期の就職獲得との関連性を、1年間の追跡調査を通じて検証している。その結果、卒業後1年以内に就職を獲得できた個人はそうでない個人に比べ、先述の「目標設定」のレベルが有意に高かったことを示している。これらのことから、「目標設定」や「考える力」、そして、「最善の努力」というライフスキルは、大学卒業後のキャリア形成に正の影響を及ぼしている可能性が示唆される。

他方、上野(2005)は、ライフスキルプログラムの開発にあたっては、その内容を競技能力の向上やチームの勝利に多少なりとも関係させる必要性に言及している。なぜなら、アスリートはライフスキルを学ぶためにスポーツをしているのではないからである。

清水・島本(2012)が大学生トップレベルレスリング競技者を対象に行った研究によると、競技成績とライフスキルのなかでも「目標設定」「考える力」「最善の努力」には正の相関が見られたことが報告されている。つまりライフスキルにフォーカスしたキャリア形成プログラムの開発は、これまで二律背反として扱われることが多かった「競技成績の向上」と「キャリア形成」の双方に寄与する可能性が期待される。加えて、競技成績にも好影響を与えるプログラムの開発は、アスリートの育成や強化現場にてプログラムを効果的に運用するために肝要な視点であると考えられる。

1.2. 先行研究における問題点と本研究の目的

スポーツとライフスキル獲得との関係性については、未だ不明な点が多い。Allen and Cronin (2015) は、今後の研究の方向性として、スポーツがどのようにライフスキルの獲得を促すのか検証する必要性に言及している。先に記した大学運動部活動に関する研究結果 (Hirai et al., 2012; Shimamoto and Ishii, 2009, 2010) は、横断調査または数ヶ月間の縦断調査から導かれたものである。

ライフスキルを活用したキャリア形成プログラムにつながる知見を得るためには、競技生活を終えた後を含め、長期にわたるキャリア形成の実態とライフスキルとの関係性を厳密に明らかにしていくことが肝要となる。加えて、在学期間中に競技活動を通じて獲得されたライフ

スキルのレベルが，大学卒業後どのように推移するのも未だ明らかにされてはいない．しかしながら，トップアスリートの引退後における雇用状態の実態を長期的にモニタリングした研究や報告は見当たらない．トップアスリートのキャリア形成問題の改善に寄与する知見を得るためには，学校から社会への直後の就職獲得の状況を把握することに加え，卒業後から長期的に雇用状態をモニタリングしていく視点が求められる．

清水ほか（2010）によると，競技団体や競技種目，競技レベル等により，アスリートを取り巻く環境は必ずしも同一とは限らず，就職，進学へ向けた具体的な解決策を検討する際には，特定の競技種目を対象とすることが推奨されている．

そこで本研究では，オリンピック競技大会においてヘルシンキ大会（1957）からロンドン大会（2012）までの15大会連続でメダルを獲得し，ロンドン大会では金メダルを含む3個のメダルを獲得する等，日本国内の競技レベルが非常に高度であると考えられる男子レスリング競技者を対象とした．

本研究においては，高度なレベルで展開される大学運動部活動とライフスキル獲得レベルの推移を長期縦断調査から明らかにすることに加え，競技引退・卒業後の進路決定に関するライフイベントに焦点を当て，進路を決定できた群（以下，対処レベル高群）と決定に至らなかった群（以下，対処レベル低群）に対象者を群分けし，運動部活動を通じたライフスキル獲得レベルの経時的変化から，2群のライフスキル獲得レベルの差を時期的に検討することを第1の目的とした．

第2の目的として，大学卒業後のキャリア形成の実態調査に加え，卒業後のライフスキルのレベルの変動，及びライフスキルのレベルの高低と大学卒業後の長期に渡るキャリア形成との関連を明らかにするため，大学を卒業した元大学生トップアスリートを対象として4年間にわたる縦断調査を実施することにした．

第3の目的として，上記にて抽出した知見を基に，キャリア形成プログラムを開発し，ユース世代を対象として介入を行い，その効果を検証した．

ライフスキルとは，その定義とそのスキルの内容からも，獲得することによってキャリア形成の不適應の「予防」に役立つと考えられるものであり，本研究の結果から得られる知見は，トップレベル競技者のライフスキル獲得へ向けた効果的な教育実践への示唆を提供してくれるものと期待される．

1.3 本研究で用いたライフスキル評価尺度

本研究におけるライフスキル獲得レベルの評価には，島本ほか（2013）による大学生アスリート用ライフスキル評価尺度を用いた．本尺度は，「日本一」等の優秀な競技成績を達成した一流のスポーツ指導者たちの実践的な経験をもとに開発されたものであり，アスリートに求められるライフスキルを，「ストレスマネジメント（例：悩み事を一人で解決できない時には，誰かに相談するようにしている）」，「目標設定（例：目標を達成するための計画を具体的に立てている）」，「考える力（例：成功や失敗の原因を自分なりに分析してみることができる）」，「感謝する心（例：お礼の言葉は，はっきりと声を出して伝えている）」，「コミュニケーション（例：同学年だけでなく，先輩や後

輩，指導者ともうまく付き合っている)」，「礼儀・マナー (例：感情的な挑発行為や言動は行わない)」，「最善の努力 (例：単調な作業の繰り返しでも，地道に取り組むことができる)」，「責任ある行動 (例：同じような失敗を二度繰り返さないようにしている)」，「謙虚な心 (例：いつも自分が絶対に正しいとは思わないようにしている)」，「体調管理 (例：適度な睡眠をとり，次の日に疲れを残さないようにしている)」という計 10 側面から評価することができる．項目の評定は 4 段階 (1：ぜんぜん当てはまらない—4：とても当てはまる) の自己評定で行い，評定値が高いほどライフスキル獲得レベルが高いと解釈される．なお，本尺度の信頼性ならびに妥当性は，島本ほか (2013) による大学生アスリート全般を対象とした検証により確認されている．

本尺度の質問項目一覧を Table1.1 に示す．

脚注

注 1) 文部科学省 (2011) は，人が生涯の中で様々な役割を果たす過程で，自らの役割の価値や自分と役割との関係を見出して行く連なりや積み重ねが、「キャリア」の意味するところであると述べている．

Table 1.1 島本（2013）の質問項目一覧

下位尺度	項目
ストレスマネジメント	悩み事は包み隠さず相談相手に打ち明けようとしている 悩み事は相談相手に素直に打ち明けている 悩み事を一人で解決できない時には、誰かに相談するようしている 悩み事はきちんと話を聞いてくれる人に打ち明けている
目標設定	強く意識しつづけるために、目標をノートやスケジュール帳に書き込んでいる 目標は考えるだけでなく、紙に書き込むようしている 一週間や一カ月、半年単位と、ある期間ごとに目標を立てている 目標を達成するための計画を具体的に立てている
考える力	あれこれと指示を受けなくても、次にどうすればよいか考えることができる 成功や失敗の原因を自分なりに分析してみることができる 問題や課題への解決方法を、自分自身で見出すことができる 周囲の人の考えをもとに、自分なりの答えを導き出すことができる
感謝する心	「ありがとう」の気持ちを素直に表現することができる お礼の言葉は、はっきりと声を出して伝えている 自分のことを支えてくれている人への感謝の気持ちを、いつも胸に留めている 家族や親しい友人であっても、感謝の気持ちはきちんと伝えている
コミュニケーション	チームのメンバーとは誰とでもコミュニケーションがとれている 同学年だけでなく、先輩や後輩、指導者ともうまく付き合っている チームのメンバーの前では本当の自分を表現することができる チームのメンバーとは、プライベートも含め幅広く交流するようしている
礼儀・マナー	試合中に悪質なヤジを飛ばすようなことはしない 対戦相手や審判に失礼になるようなことはしない 反則されても仕返すようなことはしない 感情的な挑発行為や言動は行わない
最善の努力	なかなか周囲に認められなくても、辛抱強く努力しつづけることができる なかなか成果が出ない時でも、自分を信じて努力しつづけることができる 単調な作業の繰り返しでも、地道に取り組むことができる 目標の達成に向けて、一步一步着実に努力していくことができる
責任ある行動	同じような失敗を二度繰り返さないようしている ここぞという場面では、持てる力を全部出し切るようしている 失敗をした時には、すぐにその分を取り返そうと努力する 失敗から得た教訓を今後活かしている
謙虚な心	たとえほめられたとしても、いつまでもその事で浮かれることはない 過去の栄光や成功にいつまでもとらわれないようしている 調子に乗りそうな時でも、その気持ちをうまく抑えている いつも自分が絶対に正しいとは思わないようしている
体調管理	用もないのに夜更しをしている (R) 同じような物ばかり食べていて、食生活が偏食気味である (R) 適度な睡眠をとり、次の日に疲れを残さないようしている 食事は自分に必要な栄養素を考えながら摂取している

注1) (R) : 逆転項目

1.4 本論文の構成

本研究の構成は,5章から構成される。第1章の序論においては,アスリートのキャリア形成の現状に触れ,米国を中心に展開されている「ライフスキル教育」に言及した。そして,ライフスキル獲得レベルの高低と競技成績の獲得の関する研究(清水・島本2012)を概観することでライフスキルにフォーカスしたキャリア形成プログラムの開発が,これまで二律背反として扱われることが多かった「競技成績の向上」と「キャリア形成」の双方に寄与する可能性について述べた。

そして,ライフスキルとキャリア形成の関連を明らかにするうえでの課題について言及し,長期縦断調査により検証する必要性を指摘した。そして,学校から社会人へ移行するトップレベルの大学生レスリング競技者を対象に,「ライフスキルの獲得過程」,「大学卒業時点の就職獲得とライフスキルの関係」,「大学卒業後のキャリア形成とライフスキルの関連」を明らかにすることでキャリア形成プログラムを開発し,ユースアスリートを対象として介入をおこないその効果を検証するというという本研究の目的を述べた。

第2章では,4年間にわたるライフスキル獲得レベルの経時的変化と進路決定の関連について,第3章においては卒業後の雇用状態とライフスキルの関連について述べた。

第4章においては,第3章と第4章にて得られた知見を基に開発されたキャリア形成プログラムをユース世代のトップアスリートを対象に介入を行い,その効果を検証した。

第5章では,第2章から第4章までを振り返りながら全体を総括し,本研究における目的がどの程度達成されたかを検証し,今後の課題と展望について述べる。

なお,本論文の構成を Figure1. 1 に示す。

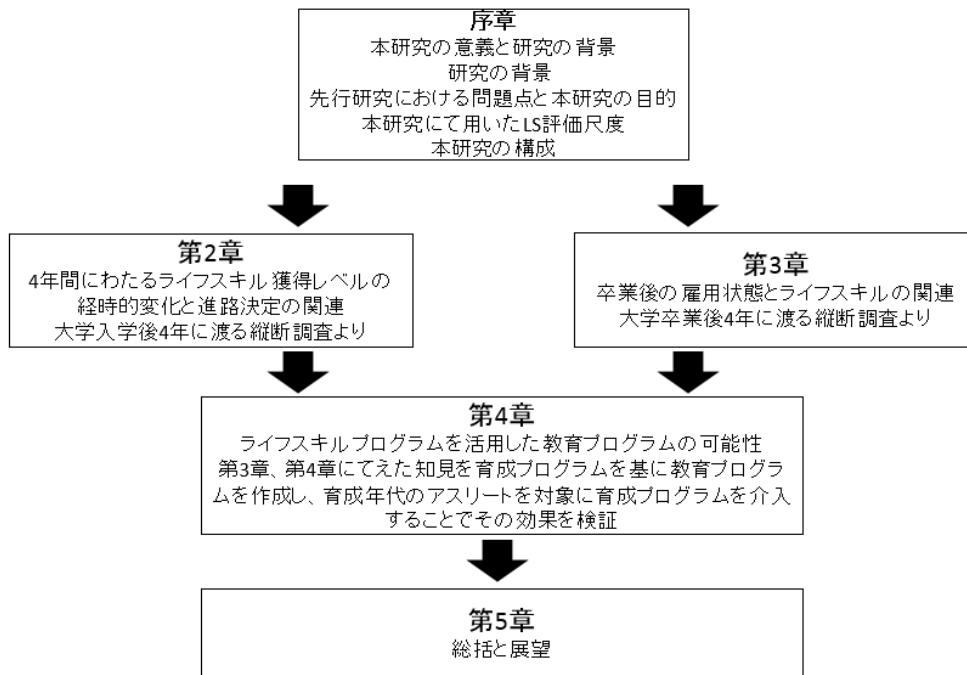


Figure 1.1 本研究の構成

第2章 ライフスキル獲得レベルの経時的変化と進路決定の関連
(関連論文: Changes in Life Skills of Top College Athletes over Four Years and Its Relation to Career Outcomes)

2.1 はじめに

2012年8月に開催された第30回オリンピック競技大会（英国・ロンドン）に日本代表として派遣された293名中、大卒および大学在学中の選手は199名であり、全体の約70パーセントを占めた。このことから、日本国内における大学の運動部は、オリンピック等の国際競技舞台で活躍をするエリートアスリートを育成するうえで大きな役割を担っているといえる。

2020年の夏季オリンピック・パラリンピック競技大会を東京で行うことが決定したことで文部科学省は、スポーツに関する競技水準を向上させ、アスリートが国際競技大会等で最高のパフォーマンスを発揮できるよう、環境の整備を推進している。文部科学省の競技力向上推進プログラム予算は、平成26年度は、8,348,000,000円であり、平成27年度は、11,629,000,000円と約33億円増加している（文部科学省,2015）ことから、2020年のターゲット年代である大学生アスリートへの競技力向上推進が加速していくと考えられる。同時に、このように国費を投じて育成した稀有な人的資源が競技引退後も社会で活躍できる設えを構築することは、今後のスポーツ政策を推進する上で重要な課題といえる。

しかしながら、高度なレベルで競技を行う過程にてどのような経験やスキルが獲得され、大学卒業後の社会生活に活かされているのか明確にした調査や研究は少ない。

大学の運動部にてオリンピック等をはじめとする高度な成績を得ることを目的として、競技を行う中で獲得している可能性のある能力の1つとしてライフスキルが挙げられる。これら能力としての具体的側面とその定義からも、ライフスキルとは個人の身体的、精神的、社会的健康を促すとともに、人間としての健全な成長を促進するものとして理解することができる。

ライフスキルにおける重要な性質の1つである「学習可能」という点に着目すると、大学生トップアスリートは、卓越をめざし、日々、自らの限界に挑み続けている過程にてライフスキルを十分に獲得している可能性があると言える。そのことを支持するように、大学の運動部に参加している個人とそうでない個人とでは、前者の方がライフスキルの獲得レベルは有意に高いことが示されている（平井ほか 2012; 島本・石井, 2009）。また、島本・石井(2010)は、縦断調査にもとづく検証から、大学の運動部活動における「自己開示」という経験が、対人的なライフスキルの獲得を促すという因果関係を推定している。

一方で、スポーツとライフスキル獲得との関係性については、未だ不明な点が多いのも事実である。Allen and Cronin (2015)は、今後の研究の方向性として、スポーツがどのようにライフスキルの獲得を促すのか検証する必要性に言及している。先に記した大学運動部活動に関する研究結果（平井ほか 2012; 島本・石井, 2009, 2010）は、横断調査または数ヶ月間の縦断調査から導かれたものである。したがって、同活動とライフスキル獲得という関係性の全体像を明らかにするためには、大学生活全体を対象とした長期的な検証が必要であると言える。先行研究を踏まえた仮説として、「ライフスキルのレベルは競技継続とともに漸増する」と考えられる。そこで、本研究では、高度なレベルで展開される大学運動部活動とライフスキル獲得との関係性を、

大学 4 年間を対象とした長期縦断調査から明らかにすることを第 1 の目的とした。

第 2 の目的としては、4 年間にわたるライフスキル獲得レベルの経時的变化と進路決定というライフイベントへの対処の関連について検討を試みる。Shimizu et al. (2015) は、大学卒業時点で就職を獲得できていない元男子レスリング競技者を対象に追跡調査を行い、卒業後の就職獲得の時期とライフスキルとの関連を検証している。その結果、卒業時点において「目標設定」というライフスキルの獲得レベル高い個人は、そうでない個人に比べ、卒業後、早期に就職を獲得できていることを明らかにしている。一方で、Shimizu et al. (2015) による結果は、大学卒業時のみのライフスキル獲得レベルをもとにした検討であるため、就職獲得に関するライフイベントに効果的に対処することができた個人とそうでない個人、両者における「目標設定」獲得レベルの差は、大学在学中のどの時点から顕在化しているのかは不明である。差が顕著に現れてくる時期を明らかにすることができれば、時間的制約が伴う大学生トップアスリートに対する、タイミングを考慮した効果的なライフスキル獲得に関する支援を実施することが可能となるだろう。

そこで、本章では、競技引退・卒業後の進路決定に関するライフイベントに焦点を当て、進路を決定できた群（以下、対処レベル高群）と決定に至らなかった群（以下、対処レベル低群）に対象者を群分けし、運動部活動を通じたライフスキル獲得レベルの経時的变化から、2 群のライフスキル獲得レベルの差を時期的に検討することを第 2 の目的とした。

以上、本研究では、大学生トップアスリートに対する長期縦断調査を通じて、以下の 2 点を明らかにすることを目的とする。第 1 に、同対象の大学 4 年間の運動部活動を通じたライフスキル獲得レベルの経時的变化を明らかにする。第 2 に、競技引退・卒業後の進路決定に関するライフイベントへの対処レベル高群と低群における 4 年間を通じたライフスキル獲得レベルの経時的变化から、2 群の同レベルの差異が顕著となる時期を明らかにする。

なお、清水ほか(2010)によると、競技団体や競技種目、競技レベル等により、アスリートを取り巻く環境は必ずしも同一とは限らず、就職・進学へ向けた具体的な解決策を検討する際には、特定の競技種目を対象とすることが推奨されている。そこで本研究では、オリンピック競技大会においてヘルシンキ大会(1957)からロンドン大会(2012)までの 15 大会連続でメダルを獲得し、ロンドン大会では金メダルを含む 3 個のメダルを獲得する等、日本国内の競技レベルが非常に高度であると考えられる男子レスリング競技者を対象とした。当該競技種目におけるオリンピック競技大会日本代表選手は、2004 年のアテネ大会から 2012 年のロンドン大会までの過去 3 大会は全て大卒の選手であり、大学運動部での強化が国際競技力向上に大きな役割を果たしていると考えられる。

2.2 方法

2.2.1 調査対象

調査協力者は、2011 年 4 月に大学に入学した男子レスリング競技者 30 名（初回調査実施時点の平均年齢 18.2±0.4 歳，競技継続年数 7.1

±4.1年)である。これら調査協力者は、「全国高校総体」や「国民体育大会」等の高校生年代における全国規模での主要な大会において優秀な成績を収めており、スポーツ推薦制度を利用して大学に入学した競技レベルの高い競技者である。

日々の練習時間に生活環境、所属クラブの競技レベルを可能な限り統一することを目的に、東日本レスリング連盟1部所属の私立大学(計5大学、1大学あたり3-7名)に在籍する競技者を調査対象とした。Table 2.1には調査対象となった男子レスリング部の詳細を示す。

2.2.2 調査時期

調査は2011年4月の大学入学時(以下、1時点目)、2012年4月の2年生スタート時(以下、2時点目)、2013年4月の3年生スタート時(以下、3時点目)、2014年4月の4年生スタート時(以下、4時点目)、そして、2015年3月の大学卒業時(以下、5時点目)において実施した。分析はすべての調査に不備なく回答した23名を対象として行った(有効回答率76.7%)。

2.2.3 調査内容

大学生アスリート用ライフスキル評価尺度 すべての時点におけるライフスキル獲得レベルの評価には、島本ほか(2013)による大学生アスリート用ライフスキル評価尺度を用いた。大学卒業時点における進路情報 5時点目の最終調査において、競技引退・卒業後の進路情報を、「1:正規採用」、「2:非正規採用」、「3:進学」、「4:進路未決定」の選択肢から回答を求めた。「1」または「2」を選択した場合は、具体的な職種も記入してもらった。

2.2.4 手続き

調査実施に際し、事前に各大学のレスリング部の監督やコーチに対して調査の趣旨説明を行い、調査実施の許可を得た。各々の調査とも、研究実施者が各大学のレスリング道場を訪問し、調査協力者に十分な説明を行った後に調査票を配布し、一斉法による実施後その場で回収した。また、すべての調査は記名式により実施された。なお本研究は大阪体育大学倫理審査委員会による倫理審査を受け、承認を得ている(承認番号:14-20)。

2.2.5 統計処理

4年間にわたるライフスキル獲得レベルの経時的変化の検証

ライフスキル全体の得点(尺度得点)の計5時点4年間にわたる経時的変化を、反復測定分散分析により検証した。

ライフイベントへの対処レベル高群と低群の各時点におけるライフスキル獲得レベルの差異の検証

最終調査において収集した大学卒業時点の進路情報をもとに、対象者をライフイベントへの「対処レベル高群(n=18:正規採用14名、非正規採用3名、進学1名)」と「対処レベル低群(n=5)」に群分けした。そして、「目標設定」、「考える力」、「最善の努力」という3つのライフスキルの得点を対象に、時期とライフイベントへの対処レベ

ルを要因とする，混合計画による 2 要因の分散分析を行った．

なお，上記の 3 つのライフスキルに個別に焦点を当てた理由は，男子大学生レスリング競技者を対象とした先行研究から，これらが全国規模の大会での上位の競技成績の達成（清水・島本 2012），および大学卒業後の早期の就職獲得（Shimizu et al., 2015）と密接に関連する，同競技者にとって重要なライフスキルであることが示されているからである．

すべての分析には IBM SPSS Statistics 20.0 を使用した．

Table2.1 調査対象となった男子レスリング部の詳細

大学	所在地	練習時間	生活環境	所属リーグ
A	神奈川県			
B	神奈川県	週6日間		
C	東京都	(1日あたり早朝約1時間と 午後約2時間半)	全員が運動部の 寮で生活	東日本レスリング連盟1部
D	東京都			
E	東京都			

2.3 結果

2.3.1 4年間にわたるライフスキル獲得レベルの経時的変化

Figure2. 1及びTable2.2は、ライフスキル全体の得点の反復測定分散分析の結果である。時期による主効果は有意となり（ $F=13.06$, $p<.001$ ）、Bonferroni法による多重比較を行った結果、1時点目と4時点目ならびに5時点目の間に、2時点目と4時点目ならびに5時点目の間に、3時点目と5時点目の間に、そして、4時点目と5時点目の間にそれぞれ有意差が認められ、いずれも後者における得点が高いことが示された。すなわち、トップレベルにある大学レスリング競技者のライフスキル全体の獲得レベルは、高度なレベルで日々展開される競技活動を通じて、年々増加していつていることが示された。

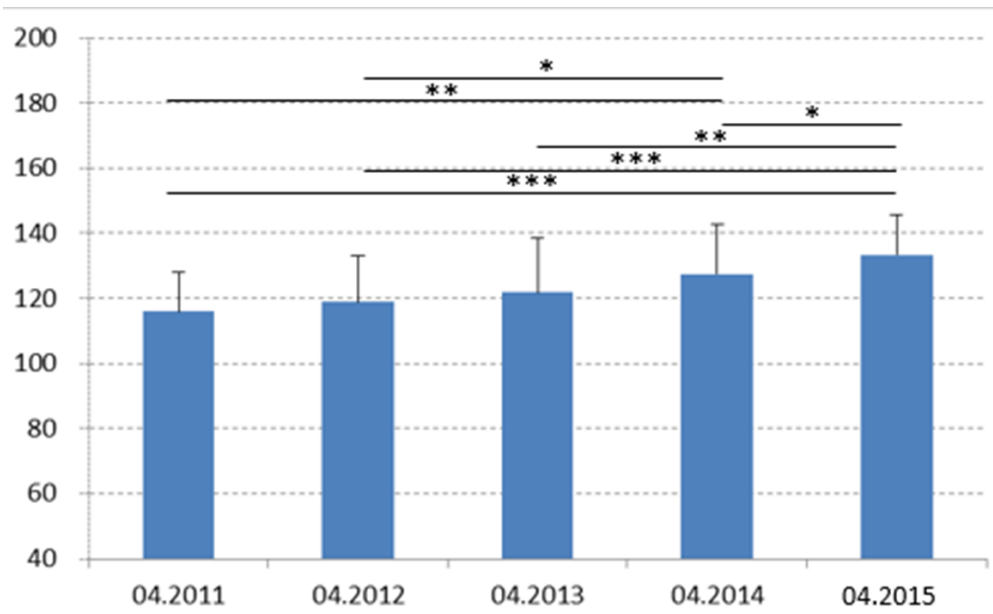


Figure 2.1 4年間にわたるライフスキルの平均値の経時的変化
 * p<.05, ** p<.01, *** p<.001

Table 2.2 4年間にわたるライフスキルの平均値の経時的変化の記述統計量

調査時期	度数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
4. 2011	23	91	139	116.04	12.047
4. 2012	23	88	138	118.91	14.324
4. 2013	23	83	158	121.83	16.751
4. 2014	23	97	152	127.39	15.293
4. 2015	23	111	154	133.30	12.301
有効なケースの数 (リストごと)	23				

2.3.2 対処レベル高群と低群の各時点におけるライフスキル獲得レベルの差異

Table 2.3 ならびに Figure 2.2—2.4 は、個別に焦点を当てた 3 つのライフスキルの 2 要因分散分析の結果である。それによると、「目標設定」と「考える力」、「最善の努力」ともに交互作用は認められなかった。時期による主効果が認められたのは「考える力」と「最善の努力」であった。Bonferroni 法による多重比較を行った結果, Figure 2.3, Figure 2.4 に示すように、前者の得点では 1 時点目と 5 時点目の間に有意差が ($p < .01$)、後者の得点では 1 時点目と 5 時点目の間に有意傾向がそれぞれ認められた ($p < .10$)。このことから、特に主体的に物事を「考える力」は、高度なレベルで展開される競技活動を通じて向上していることが示された。

また、ライフイベントへの対処レベルで主効果が見られたのは「目標設定」であった。「目標設定」そのものは、大学卒業後の早期の就職獲得と密接に関連する能力とされているが (Shimizu et al., 2015)、本研究の場合も同様の結果が得られた。

なお、Table 2.3 に示されている主要 3 ライフスキルの得点範囲において、2 群の間に大きな差異はなく、対処レベル低群は人数が少数ではあるが ($n=5$)、大学生トップアスリートの中での特殊な集団ではないと考えられる。また、対処レベル高群と低群の学生時代における競技成績について確認したところ、両群に顕著な差異は認められなかった。

Table 2.3 5時点における主要3ライフスキルの分散分析の結果

調査時期	対処レベル高群 (n=18)		対処レベル低群 (n=5)		交互作用 (F値)	主効果 (F値)	
	平均値 (最高値-最低値)	標準偏差	平均値 (最高値-最低値)	標準偏差		群	時期
目標設定	04.2011	8.56 (5-16)	2.68	8.00 (6-9)	1.55	5.05*	1.39
	04.2012	10.44 (6-16)	3.15	8.00 (6-10)			
	04.2013	10.67 (5-15)	2.57	9.00 (5-13)			
	04.2014	10.94 (6-14)	2.88	8.00 (5-10)			
	03.2015	11.44 (9-16)	2.68	7.60 (5-11)			
考える力	04.2011	11.22 (7-14)	1.90	11.00 (9-13)	1.41	1.35	4.03*
	04.2012	12.22 (9-15)	2.10	11.80 (9-14)			
	04.2013	12.28 (9-16)	2.24	12.00 (8-14)			
	04.2014	13.06 (11-16)	1.55	11.60 (9-14)			
	03.2015	14.00 (11-16)	1.64	12.00 (10-14)			
最善の努力	04.2011	11.17 (8-15)	1.95	10.80 (8-16)	1.49	1.93	2.85*
	04.2012	12.06 (7-16)	2.41	11.40 (8-13)			
	04.2013	11.78 (5-16)	2.71	11.60 (9-14)			
	04.2014	13.28 (10-16)	2.14	11.40 (9-12)			
	03.2015	14.17 (11-16)	1.92	11.60 (10-12)			

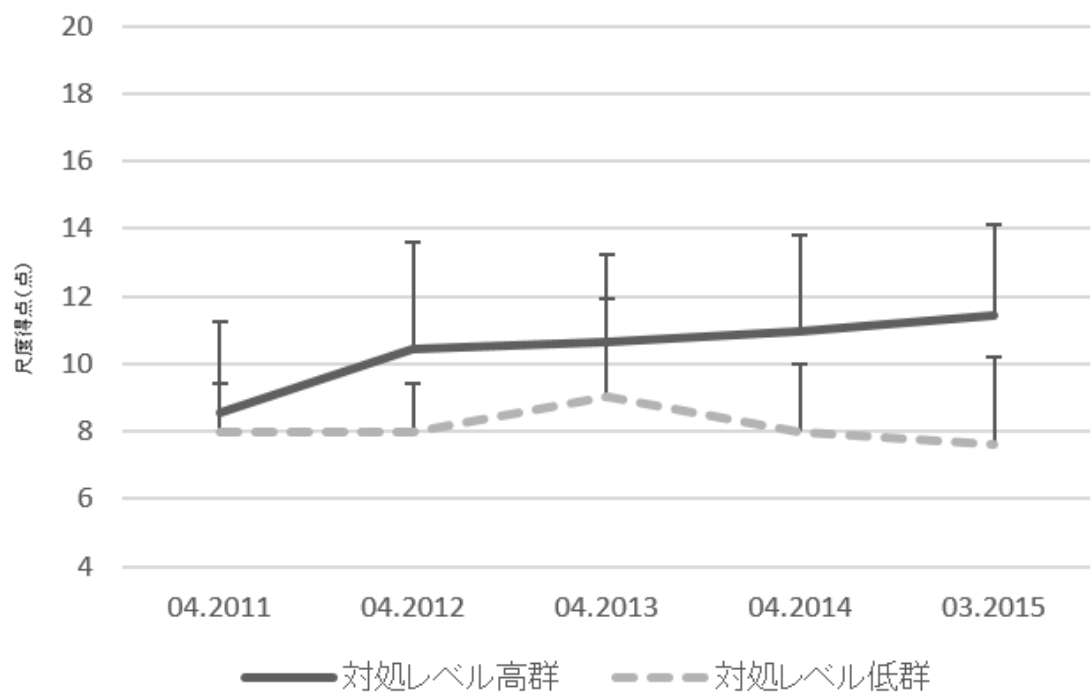


Figure 2.2 目標設定における 2 群間の比較

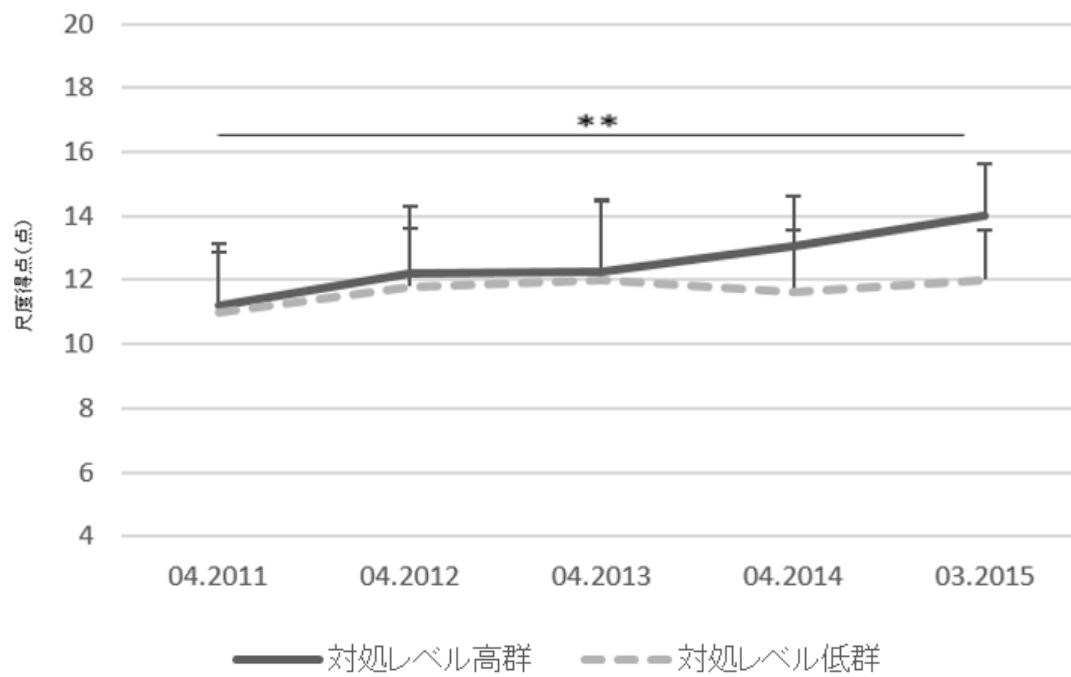


Figure 2.3 考える力における 2 群間の比較

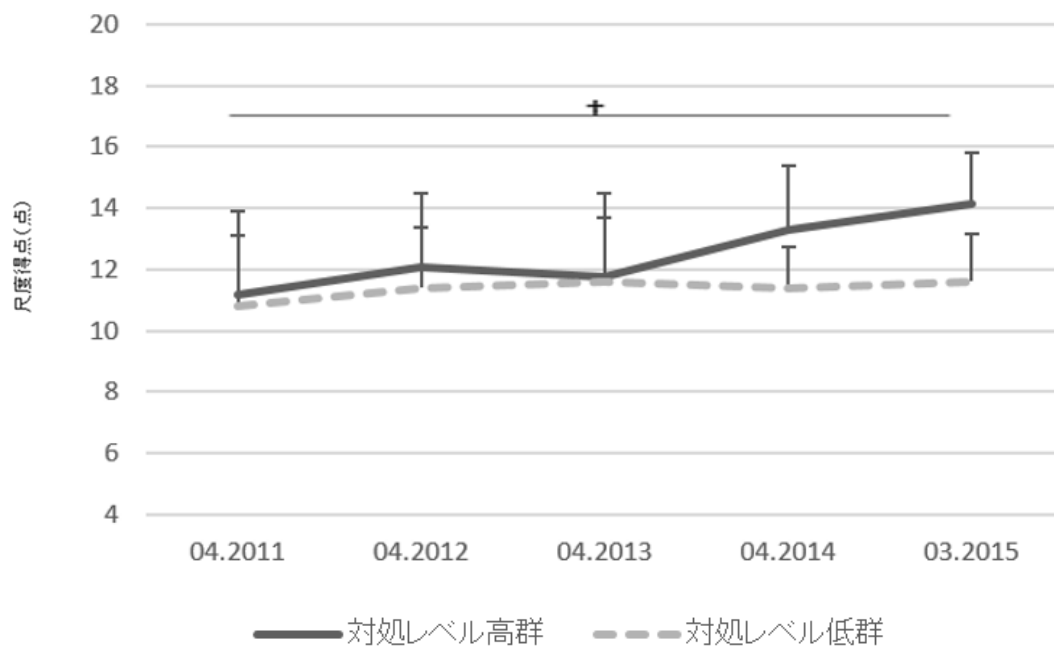


Figure 2.4 最善の努力における 2 群間の比較

2.4 考察

2.4.1 大学4年間の運動部活動を通じたライフスキル獲得レベルの経時的変化

大学4年間にわたりライフスキル全体の獲得レベルの変動をモニタリングした結果、本研究で対象とした大学生トップアスリートである男子レスリング競技者は、卓越をめざし、日々、自らの限界に挑み続ける過程にてライフスキルを獲得していることが示された。本論文の冒頭で述べたように、日本のレスリング競技は、大学運動部による強化が国際競技力向上に大きな役割を担っており、大学生が全日本選手権で優勝し世界選手権の代表になるなど大学レスリングのレベルが非常に高度である。本研究の対象者にも全日本選手権優勝者等を含んでおり、非常に高度な環境で勝ち抜く為の活動は、島本ほか(2013)によるアスリートに求められるライフスキルを総合的に獲得することにつながる可能性が示唆される。また、本研究結果を支持するように、Murakami et al. (2004)は、「ナショナルレベル」と「一般レベル」とでは、前者のアスリートの方がライフスキルの獲得レベルは有意に高いことを示している。

加えて、有意差が認められた時点間の期間に着目すると、1年間で有意差が認められたのは4時点目と5時点目の間のみであった。このことは、「ライフスキルの獲得は時間の経過とともに起こる」と述べられているように(Gould and Carson, 2008)、高度なレベルで展開される競技を通じたライフスキル獲得の過程を厳密に明らかにするためには、1年以上の縦断調査による検証が必要であることを示唆していると言えよう。

本研究のように、大学生トップアスリートにおけるライフスキル獲得レベルの変動を、大学生生活全体(4年間)を通じて明らかにした研究や報告は未だ見当たらない。大学の運動部にてオリンピック等をはじめとする高度な成績を得ることを目的として、競技を行う中で獲得しているライフスキルの実態を明らかにできたことは独創的な点であり、大学生トップアスリートの競技引退後の社会での活躍をも視野に入れた、今後のスポーツ政策に活用しうる資料を得たと言える。スポーツ政策の調査研究機関である笹川スポーツ財団(2011)は、アスリートがスポーツの活動を通じて獲得してきていると考えられる普遍的な能力(ライフスキル)の、自己の能力資源としての活用を意識させることの重要性を指摘している。したがって、今後は、競技活動を通じたライフスキル獲得の過程を示す本研究結果を、選手ならびにその指導者たちに対して広く情報発信していくことが求められるだろう。

一方で、本研究では統制群を設定できていないため、ライフスキルの獲得レベルが向上した理由を、高度なレベルで展開されるスポーツ活動のみに明確に求めることはできない。今後は、一般の競技レベルの大学生アスリートならびにノンアスリートも対象に含めながら縦断調査を実施していく必要がある。

2.4.2 ライフイベントへの対処レベル高群と低群の各時点におけるライフスキル獲得レベルの差異

先行研究(清水・島本 2012; Shimizu et al., 2015)より、男子レスリング競技者にとって重要なライフスキルと考えられる「目標設定」、

「考える力」, 「最善の努力」に焦点を当て, 対処レベル高群と低群における 4 年間を通じたライフスキル獲得レベルの経時的変化から, 両群のライフスキル獲得レベルの差異が顕著となる時期について検討を行った。

その結果, 3つのライフスキルとも, 大学生活全体を通じて「対処レベル低群」が「対処レベル高群」の得点を上回ることはなかった。4年間を通じて両群の得点差が大きいのは「目標設定」であり, その獲得レベル自体には, 大学入学時において既に明確な個人差が生じている可能性が示された。また, 目標は人間の行動を動機付ける源である (Danish et al., 1993) という, 目標そのものの特性を考えると, 進路を決定するという, 自らが自発的に行動を起こすことを多大に求められるイベントへの対処と「目標設定」との間に, 明確な関連性が見出されたことは妥当な結果であるといえる。

2.5. 本章のまとめ

男子レスリング競技者に対するキャリア形成プログラムの開発と展開に向け, 最後に, 本研究の結果をもとに, 男子レスリング競技者に対する, 競技引退・卒業後のキャリア形成を促す「キャリア形成プログラム」のあり方について検討を行う。

まず, 対象とするライフスキルとしては, 「対処レベル高群」と「対処レベル低群」の得点差が学年全体を通じて顕著であった「目標設定」に焦点を当てることが望ましいと言える。この点は Danish (1996) による, 青少年のライフスキルの獲得を促すプログラム (SUPER Program) の場合と同様であると言える。また, プログラムの実施時期としては, 高学年からではなく, 低学年の段階からとすることが求められるだろう。その理由は, Figure 2.2 から Figure 2.4 までの分散分析の結果からも, 「目標設定」は「考える力」や「最善の努力」に比べ, 高学年になっても獲得レベルがそれほど伸びておらず, 選手たちが競技を通じて自発的に「目標設定」を獲得することは容易ではないと考えられるからである。

加えて, 上位の競技成績の達成と関連する (清水・島本 2012) 「目標設定」に焦点を当てることで, 上位の競技成績の達成を最大の目標として日々競技に専念する男子レスリング競技者に対して, 低学年の段階からでもスムーズにプログラムを展開していくことが可能になると考えられる。

第3章 卒業後の雇用状態とライフスキルの関連

(関連論文：大学生トップアスリーの卒業後における
雇用状態とライフスキルの関連：
卒業後4年間に渡る縦断調査の結果より)

3.1 はじめに

第2章において、大学に在学中のアスリートを4年間に渡ってモニタリングすることで、ライフスキルの経時的変化と就職というライフイベントへの対処の関連について明らかにした。一方で、第2章の研究モデルは卒業時点のライフイベントへの対処とライフスキルの関連について検討したものであり、長期にわたると思われるキャリア形成の実態とライフスキルとの関係性を明らかにしていくためには、少なくとも数年以上にわたる縦断調査からの検証が必要であると言えるだろう。加えて、在学期間中に競技活動を通じて獲得されたライフスキルのレベルが、大学卒業後どのように推移するのかも未だ明らかにされてはいない。大学生トップアスリートのキャリア形成問題の改善に寄与する知見を得るためには、大学卒業直後の就職獲得の状況を把握することに加え、卒業後から長期的に雇用状態^{注1)}をモニタリングしていく視点が求められる。しかしながら、大学生トップアスリートの引退後における雇用状態の実態を長期的にモニタリングした研究や報告は見当たらない。

以上のことを踏まえ本章においては、大学卒業後のキャリア形成の実態調査に加え、卒業後のライフスキルのレベルの高低や変動と大学卒業後長期にわたるキャリア形成との関連を明らかにすることを目的とした。本研究にて抽出された知見によりライフスキルを活用したキャリア形成プログラム開発に寄与することが期待される。

本章においても第2章と同様、日本国内の競技レベルが非常に高度であると考えられる男子レスリング競技者を対象とした。

3.2. 方法

3.2.1 調査対象者

調査対象者は、2011年3月に大学を卒業した元男子レスリング競技者24名（卒業時点の初回調査の平均年齢 22.0 ± 0.2 歳、競技継続年数 7.1 ± 4.1 年）である。これら調査協力者は、「全国高校総体」や「国民体育大会」等の高校生年代における全国規模での主要な大会において優秀な成績を収めており、スポーツ推薦制度を利用して大学に入学した競技レベルの高い競技者である。日々の練習時間に生活環境、競技レベルをある程度統一することを目的に、東日本レスリング連盟1部所属の私立大学に在籍する競技者（計5大学、1大学あたり3~7名）を調査対象として選定した。分析自体は、後述するすべての調査に不備なく回答した21名を対象として行った（有効回答率87.5%）。残りの3名は3回目調査時点にて継続調査への不承諾を示したため、対象から除外された。

3.2.2 調査時期と手続き

調査は5時点（2011年、2012年、2013年、2014年、2015年のいずれも春期）、すなわち、調査対象者の大学卒業時とその後4年間にわたり毎年実施された。初回調査時に、各大学のレスリング部の監督やコーチに対し、調査の趣旨説明を行い、調査実施の許可を得た。2回目以降の調査実施に係る調査票の配付と回収は郵送により行った。また、すべての調査は記名式により実施された^{注2)}。

なお、本研究は筆者が所属する大学の倫理審査委員会による倫理審査を受け、承認を得ている（承認番号：14-20）。

3.2.3 調査内容

①大学生アスリート用ライフスキル評価尺度

島本ほか（2013）が「日本一」等の優秀な競技成績を達成した、一流のスポーツ指導者たちの実践的な経験をもとに開発した尺度を用いた。各々の調査とも、回答に際しては「日々の生活場面における様子についてお聞きします。以下の各項目について、現在の自分に最も当てはまる選択肢の数字 1 つに丸印を付けて下さい」との教示を行い、調査実施時点における様子について回答してもらった。本尺度はすべての調査において継続的に実施された。なお、下位尺度「コミュニケーション」と「礼儀・マナー」においては、それぞれ競技場面での行動を問う項目が複数含まれており、競技引退後の立場では回答の際に困難が生じてしまうことから、本研究では対象から除外することにした。

②雇用状態を問う項目

調査実施時点における雇用状態について、「1：正規雇用」、「2：非正規雇用」、「3：アルバイト等（就職活動を含む）」の選択肢から該当するものを選択してもらった。「1」または「2」を選択した場合は、具体的な職種についても回答してもらった。本項目はすべての調査において継続的に実施された。また、大学卒業時点の初回の調査に限り、「最終的に就きたい職業」について記入を求めた。

3.2.4 分析の視点

本研究ではライフスキルを活用したキャリア形成プログラム開発に関する知見を抽出するために、以下の 3 つの視点をもとに分析を行った。分析には IBM SPSS Statistics 20.0 を使用し、有意水準は 5% とした。

- (1) 元大学生トップアスリートの大学卒業後における、職種を含めた雇用状態の推移を明らかにする。
- (2) ライフスキル尺度の尺度得点（8 側面の合計得点）平均値に加え、大学卒業後のキャリア形成に正の影響を及ぼす可能性がある主要ライフスキル（目標設定、考える力、最善の努力）の下位尺度得点の、大学卒業後における経時的変化を反復測定分散分析により明らかにする。
- (3) 個人レベルからみた主要ライフスキルの 4 年間にわたる平均値の上位下位に着目し、その各々におけるキャリア形成の実態を明らかにする。

3.3 結果および考察

3.3.1 大学卒業後における雇用状態の推移

大学卒業後 4 年間に渡る雇用状態の推移を Figure 3.1 に示した。卒業時点の正規雇用獲得者は 7 名（33.3%）であった。清水ほか（2010）

の報告によると、2008年と2009年に卒業した大学生レスリング競技者113名の正規雇用獲得率は57.0%であり、本研究の対象者は、先行研究と比較し、さらに正規雇用獲得率が低かったことが明らかとなった。加えて、2011年に大学を卒業した大学生全体の正規雇用獲得率は65.5%であり、大学卒業時点における同競技者の正規雇用獲得率は、大学生全体のそれを大きく下回っていた。

しかしながら、1年後には10名(47.6%)、2年後には13名(61.9%)、3年後には16名(76.1%)、4年後には17名(81.0%)と経時的に正規雇用を獲得していることが明らかとなった(Figure 3.1)。厚生労働省(2011)によると2011年に卒業した新規学卒者全体の離職率は32.4%であった。同省のデータと本研究のデータを比較すると、大学生トップレベルレスリング競技者の卒業時点の正規雇用獲得者は21名中7名しか正規雇用を獲得していなかったものの、経時的に正規雇用を獲得しているという特徴が明らかとなった。加えて、労働政策研究・研修機構による若者の雇用関連データ(2012)においては、フリーターとなって3年以内に正社員へ転職した者は男性で6割程度に留まることが報告されている。これらのことから卒業時の正規雇用獲得率と離職率は新規学卒者全体とは正反対の状況であることが明らかにされた。

Table 3.1は、具体的な職種を含め卒業後4年間に渡る雇用状態の推移を個別に示したものである。初回調査時点にて正規雇用を獲得した7名は、卒業から5年後も正規雇用の状態にあった。その中で転職したものは1名(ID6)であった。ID6は、大学卒業時点より、起業することを目指しており、大学卒業から3年後に起業し、会社経営者となっていた。

卒業時点で非正規雇用であった6名のうち卒業から4年後時点にて、4名(ID8, 9, 10, 11)が正規雇用を獲得していた。その中の3名(ID8, 9, 11)は、大学の職員や高校の常勤教員として勤務した後、正規の職員や教員として採用されていた。1名(ID10)は、市の臨時職員として3年間勤務した後、就職活動に専念し、正規雇用(小売店)を獲得していた。残り2名に関しては、ID6のように大学の期限付き職員(大学レスリング部のコーチ)として勤務したのち、高校の常勤講師(期限付き)に転職した者や、ID18の様に、いったんは正規雇用を獲得したものの学校事務やサービス業等の非正規雇用の職業に転職する者が存在した。

卒業時点にてアルバイト等であった8名は、4年経過時点にて6名(ID12, 13, 14, 15, 16, 17)が正規雇用を獲得していた。残り2名中1名が非正規雇用(中学校常勤講師)の状態にあり(ID20)、1名がアルバイト等の状態を維持していた(ID21)。ID21は、アルバイト等の状態のままであったが、4年終了時点にて、公務員になる為、専門学校へ進学を決めていた。

Table 3.1 卒業後4年間にわたる雇用状態の推移（職種込み）

ID	最終的に希望する職業 (1回目回答)	卒業時点 (2011年)	1年後 (2012年)	2年後 (2013年)	3年後 (2014年)	4年後 (2015年)
1	未定	自衛官	→	→	→	→
2	教員	スポーツメーカー	→	→	→	→
3	食品メーカー	食品メーカー	→	→	→	→
4	居酒屋経営	スポーツメーカー	→	→	→	飲食業
5	公務員	警備職	→	→	→	→
6	独立起業希望	サービス業	→	→	会社経営(起業)	→
7	歯科業界	歯科関係(営業職)	→	→	→	→
8	教員	高校常勤教員	→	高校教員	→	→
9	教員	高校常勤教員	→	→	高校教員	→
10	警察官	臨時職員	→	→	アルバイト等	小売店
11	大学職員	大学職員	→	→	→	→
12	未定	アルバイト等	飲食店	→	→	→
13	スポーツ業界	アルバイト等	→	営業職	→	→
14	未定	アルバイト等	→	飲食店	→	→
15	未定	アルバイト等	→	営業職	→	→
16	公務員	アルバイト等	→	IT関連	→	→
17	公務員	アルバイト等	→	→	飲食店	飲食店
18	公務員	卸売業	卸売業	→	学校事務	サービス業
19	消防士	大学期限付き職員	→	→	高校常勤教員	→
20	消防士	アルバイト等	中学校常勤講師	→	→	→
21	消防士	アルバイト等	→	→	→	アルバイト等(専門学校)

正規雇用
非正規雇用
アルバイト等(就職活動含む)

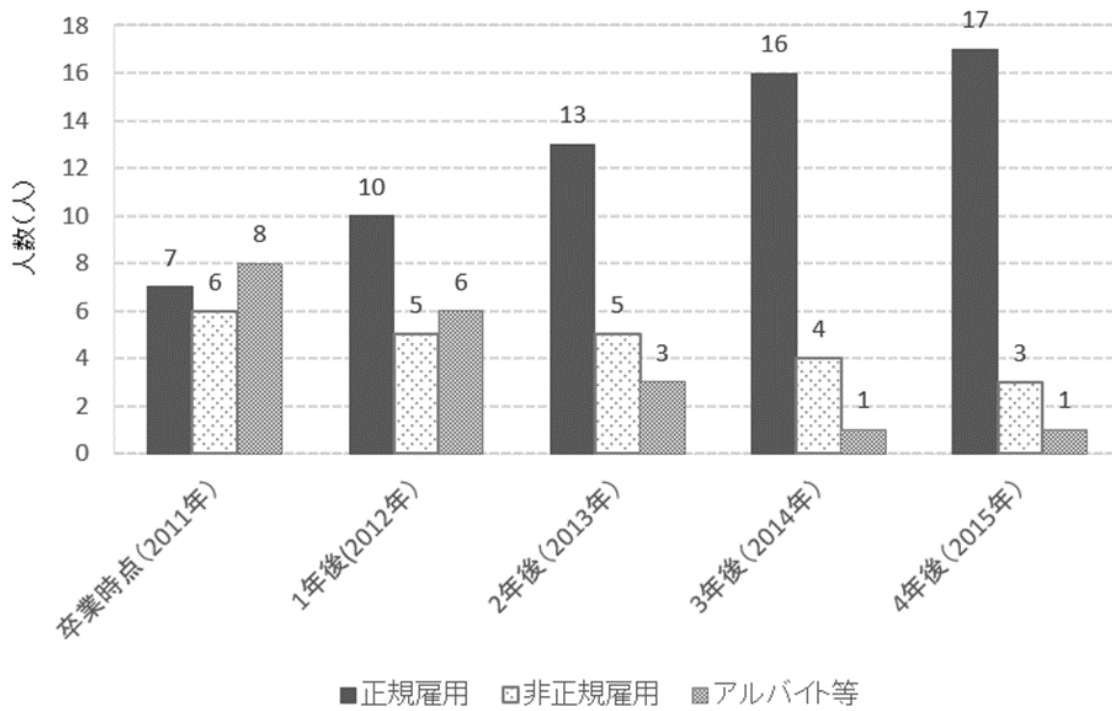


Figure3.1 卒業後4年間にわたる雇用状態の推移
(n=21)

3.3.2 希望就職獲得の状況

大学卒業時点（初回調査）にて回答を求めた最終的に就きたい職業を獲得している者が、大学卒業から4年時点で6名存在した（Table 3.1: ID3, 4, 6, 8, 9, 11）。ID3は、食品メーカーに就職することを希望し、卒業時点より正規雇用にて同職種に就いていた。希望就職を獲得した6名は、職業選択に関する目標が明確であり、希望する職業の獲得に向けて、中長期的な計画を立て実行してきたと考えられる。

希望する職業によっては、大学卒業時点でその職業に就くことが難しいものがある。例えば、ID6に関しては、卒業時点にて将来起業することを目指しているものの卒業時点で起業することは困難であることから、大学を卒業し、3年間、職業経験を積みながら資金を集め、実際に会社経営者となっている。ID11は、卒業時点にて大学の契約職員として雇用されていたが、同職場の中で正規雇用を獲得していた。また、ID8, ID9は、卒業時点にて高校の教員になることを希望していた。いずれも高校の常勤講師（期限付き講師）の状態で、教員としての経験を積みながら、教員採用試験合格に向けた準備をし、高校の教員として正規雇用を獲得していた。

3.3.3 ライフスキル尺度の尺度得点と主要ライフスキルの下位尺度得点の経時的変化

分析の結果、尺度得点をはじめ、「目標設定」、「考える力」、そして、「最善の努力」ともに下位尺度得点の時期による主効果は見られず（順に $F=1.56$, $F=.48$, $F=.30$, $F=1.51$, いずれも *n. s.*）、対象者全体の平均で見た場合、大学卒業時点におけるライフスキルのレベルは、キャリア形成とともにその後4年間にわたり維持されていることが示された（Figure 3.2）。

大学卒業時点におけるライフスキルのレベルがその後4年間にわたり維持されているという本研究の結果は、大学での競技活動を通じて獲得したライフスキルは、競技引退とともに役割を終えるのではなく（ライフスキルのレベルの漸減）、WHO(1997)による「日々の生活の中で生じるさまざまな問題や要求への効果的な対処を促す」というライフスキルの定義からも、卒業後は環境の変化への適応を促すとともに、ライフスキルは主に力を発揮する場面を競技場面から仕事場面へと変えて、新たなステージでの充実した日々の実現に貢献していることが示唆される。このことは、卒業後における離職率の低さ、ならびに正規雇用率が漸増していること（Figure 3.1）にも現れていると言える。

一方で、主要ライフスキルの獲得を一斉に図るには、男子レスリング競技者の主要ライフスキルのレベルは、大学での競技継続とともに向上しているという報告と併せても（清水・島本, 2012）、大学での競技活動期間が効果的であることが示唆された。学生アスリートが競技引退後、社会人としてより充実した日々を送るための1つの鍵は、ライフスキルの獲得を促すプログラムを、競技者として活動する期間中の限られた時間の中でいかに効果的に提供できるかであると言えよう。

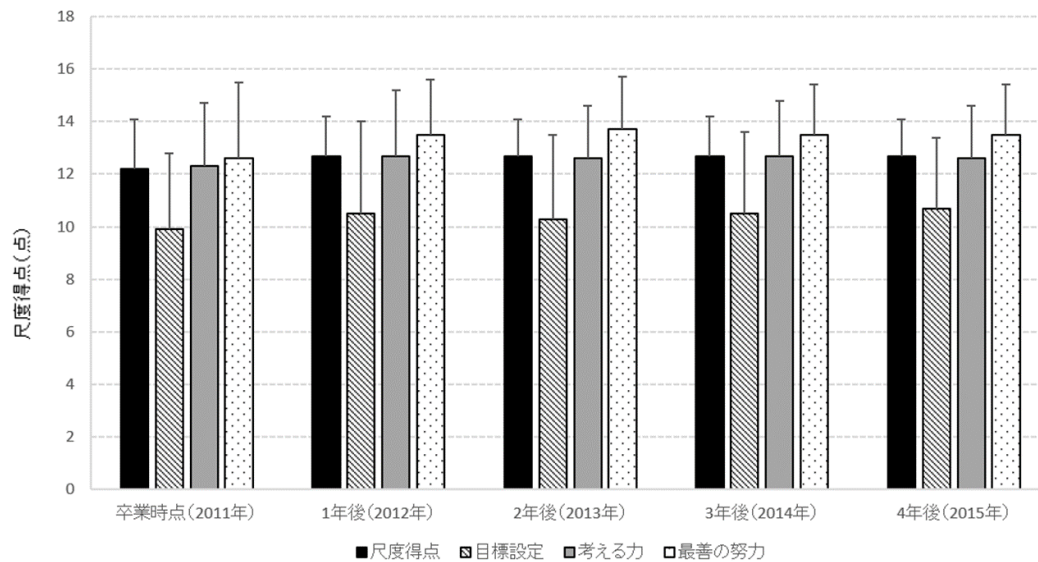


Figure 3.2 ライフスキル尺度の尺度得点と主要ライフスキルの下位尺度得点の経時的変化

(n=21)
 注) ライフスキル尺度の尺度得点は1下位尺度当たりの平均値に換算している

3.3.4 卒業後4年間にわたる主要ライフスキルの個人平均値上位 下位得点者のキャリア形成の実態

Table 3.2 に、5 時点にわたる主要ライフスキルの個人平均値上位得点者（平均値に○を併記）と下位得点者（平均値に▼を併記）をそれぞれ 2～3 名抽出し、卒業後 4 年間にわたるキャリア形成の実態に着目した。

「目標設定」における上位得点者は最上位の得点より順に ID6, 11, 2 であり、下位得点者は最下位の得点より順に ID16, ID15, ID17 であった。傾向として、上位得点者は、卒業時点または 1 年後に正規雇用を獲得し、4 年間にわたり同雇用状態を維持していた。下位得点者は、卒業後 2 年間はアルバイト等の状態を余儀なくされていた。

「考える力」における上位得点者は最上位の得点より順に ID11, ID6, ID13, 下位得点者は最下位の得点より順に ID15, ID21, ID18 であった。特に下位得点者の実態に言及すると、4 年間アルバイト等の状態にある者、途中で離職を経験する者、多数の職業を移り変わるという不安定な雇用状態を示す者が見られた。

「最善の努力」における上位得点者は最上位の得点より順に ID11, ID6, ID9 であり、下位得点者は最下位の得点より順に ID18, ID21 であった。

以上の結果を整理すると、ID6 と 11 は、3 ライフスキルとも上位得点者であった。両者ともに卒業する時点にて希望する職業を獲得していた。先述の様に、ID11 は卒業時点にて大学の契約職員として雇用されていたが、同職場の中で正規雇用を獲得していた。ID6 に関しても、卒業時点にて将来起業することを目指し大学卒業後から 3 年間、職業経験を積みながら資金を集め、会社経営者となっていた。

一方、ID15 は「目標設定」と「考える力」において下位得点者であった。ID15 の雇用状態の推移をみると、2 年間に渡り就職活動を行ったうえで、現在は営業職を得ている。卒業時点で実施した最終希望職の調査では「未定」と記入しており、自身の職業に関して明確な目標がないことが見て取れる。

また、ID18 と 21 は、「考える力」と「最善の努力」において下位得点者であった。ID18 は卒業時点での最終希望職の調査では「公務員」と記入しているものの、卸売業（非正規→正規）、学校の事務職（非正規）、サービス業（非正規）と離職と就職を繰り返していた。ID21 は、卒業時点での最終希望職の調査では「消防士」と記入しているものの、大学卒業から一貫してアルバイト等の状態にあった。

以上、雇用状態の推移や最終希望職の獲得状況及び、主要ライフスキルの得点を総合すると、卒業後のキャリア形成と主要ライフスキルとの間には、正の関連性が存在することが示唆された。

Table 3.2 卒業後4年間における主要ライフスキル下位尺度得点の個人平均値と上位・下位得点者のキャリア形成の様子

ID	目標設定 個人平均値	考える力 個人平均値	最善の努力 個人平均値	卒業後4年間のキャリア形成の様子 (上位・下位得点の個人のみ)
1	10.2	13.2	12.0	
2	○13.2	12.0	11.4	大学卒業時から正規雇用
3	11.8	11.4	11.8	
4	12.0	13.6	15.0	
5	12.6	12.8	14.4	
6	○14.8	○14.4	○15.6	大学卒業時の希望であった起業を大学卒業から3年目に達成
7	11.2	10.2	13.4	
8	10.0	11.2	13.6	
9	10.2	13.4	○15.6	卒業時点より高校教員(非正規)として勤務3年より正規雇用へ
10	10.4	14.2	14.8	
11	○14.0	○15.8	○15.8	卒業時より最終希望職種に就職
12	9.0	12.0	11.4	
13	10.6	○14.4	13.6	卒業後2年間の就職活動の後に正規雇用
14	9.8	14.2	14.8	
15	▼6.0	▼9.2	11.4	卒業後2年間のアルバイト等の後に正規雇用
16	▼5.8	12.2	12.4	卒業後2年間のアルバイト等の後に正規雇用
17	▼6.6	14.2	14.0	卒業後2年間のアルバイト等の後に非正規雇用
18	9.0	▼9.8	▼10.4	卒業後4年間で3つの職種を経験. 途中, 非正規→正規→非正規
19	7.2	12.6	13.6	
20	12.6	14.2	14.4	
21	11.4	▼9.2	▼11.2	卒業後4年間はアルバイト等
全体平均値	10.4	12.6	13.3	

注) 当該側面の得点範囲は4-16. また, 経時的個人平均値上位得点は○, 下位得点は▼を表す.

3.4 まとめ

本研究においては、ライフスキルを活用したキャリア形成プログラムの開発に求められる知見を抽出するため、大学生トップアスリートの卒業後におけるライフスキルのレベルの変動、雇用状態の推移、最終希望職獲得の動向を4年間にわたりモニタリングを行った。その結果、大学卒業後のキャリア形成の実態に加え、ライフスキルのレベルの変動、及び同レベルの高低と大学卒業後の長期に渡るキャリア形成との関連の一端を示すとともに、以下の知見を得ることができた。

- 1) 卒業時点にて正規雇用を獲得している者は21名中7名(33%)しかないものの、卒業から4年後には17名(81%)が正規雇用を獲得していた。
- 2) 大学卒業時点にて最終希望職を獲得していたのは21名中6名(29%)であった。
- 3) 大学卒業後、ライフスキルのレベルは大きく変動せず、ライフスキルは競技引退後のキャリア形成を支えていることが示唆された。
- 4) 大学卒業後の雇用状態及び最終希望職の獲得と主要ライフスキル(目標設定、考える力、最善の努力)は、正に関連することが示唆された。

今後は以上の知見をもとに、実際に主要ライフスキルの獲得に主眼を置いたトップレベル競技に対するキャリア形成プログラムを作成し、その効果を検証していくことが肝要となる。

脚注

注1) 本研究では、清水・島本(2014)に倣い、雇用の状態を「正規雇用」、「非正規雇用」、「アルバイト等(就職活動を含む)」の3つの形態からとらえている。

注2) 本研究は、Shimizu et al. (2015)における調査対象者をさらに3年間に渡り継続調査したものであり卒業時点のデータのみ、Shimizu et al. (2015)のデータと同じものを使用している。

第4章 ライフスキルプログラムを活用した教育 プログラムの可能性

4.1 はじめに

第2章及び第3章において、キャリア形成には、「目標設定」「考える力」「最善の努力」の獲得レベルが密接に関係することに加え、先行研究にて得られた知見を併せると「目標設定」を中心としたプログラム構成が望ましいことが示唆された。

そこで、本章においては、「目標設定」スキル獲得を促す様構成された教育プログラムを育成年代の日本トップレベルタレントへ展開することで、その介入効果を検証した。

(公財)日本レスリング協会(以下、JWF)は、2012年2月より2016年3月の期間、文部科学省委託事業独立行政法人日本スポーツ振興センター再委託事業であるタレント発掘・育成システム構築事業を受託し、恒常的にメダルポテンシャルアスリートを輩出するシステム構築を推進した。

これらの事業にて、ジュニア世代(U-20)世代からの一貫指導体制をさらに拡充・洗練させるため、U-12世代、U-15世代、カデット世代(U-17世代)、ジュニア世代(U-20)世代を一貫した事業において、JWF独自の発掘・育成・強化システムの構築を目指している。

近年のエリートレベルの闘いにおいては、アスリートやコーチの努力だけで勝利することが難しく、医科学サポート等を能動的に活用できる能力を有する知的なアスリートが有利な時代であることは論を待たない。コンソーシアム事業は、「インテリジェントレスラーの育成」を理念としている(Figure 4.1 インテリジェントレスラーの概念と理念を参照)。本事業により、ハイパフォーマンスレベルで勝利し、引退後のキャリアも自ら切り開いていける(「Dual Career」を実現できる)アスリートの育成を目指している。

以上のことから、多様なライフスキルの中でも競技引退後のキャリア形成および競技成績との間に正の関連が見られる「目標設定」スキルの獲得を核にした教育プログラムを開発し、Shimizu et al. (2016)による縦断調査の結果を参考にユース年代(U-12, U-15, カデット世代, ジュニア世代)を対象とした育成キャンプ内にて展開した。なお、当事業の育成キャンプにおいては、2泊3日にて下記のプログラムを提供している。

1. 高品質なコーチング
2. 形態・フィットネス測定
3. 形態・フィットネスデータのフィードバックとカウンセリング
4. 教育プログラム

育成キャンプは、「教育プログラム」のみならず多様なプログラムをパッケージにすることで、ライフスキルの獲得を一層促進できるよう構成している(Figure 4.2 育成キャンプイメージ図を示す)。なお、2014年度と2015年度に実施した教育プログラムの内容をTable 4.1とTable 4.2に示した。

これまでの研究において、知的なアスリートになるための教養を提供する教育プログラムならびに育成キャンプを開発し、ユース世代のトップレベル競技者を対象にその教育的効果を検証した研究は見当たらない。

本研究では新たに開発したモデルを実践現場に導入することで、ラ

イフスキル獲得における上述の育成キャンプの介入効果を，探索的かつ短期的，中期的期間からそれぞれ検証することを目的とした．

日本レスリング協会の発掘・育成の理念

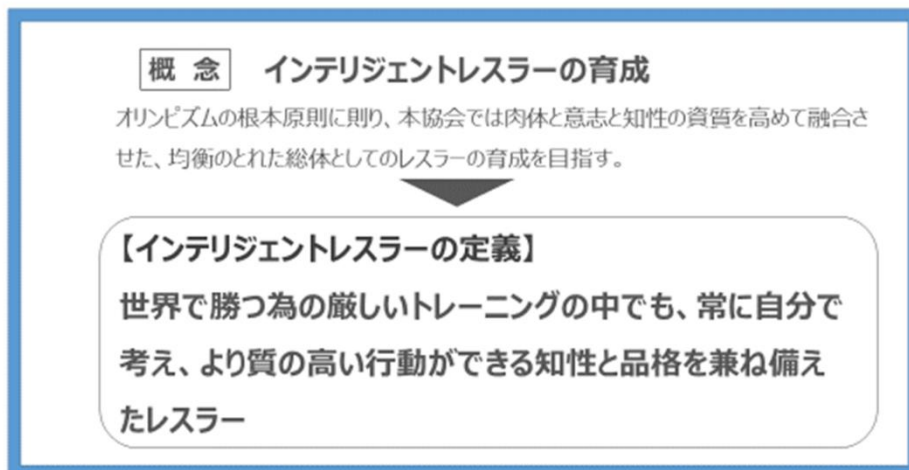


Figure 4.1 インテリジェントレスラーの定義

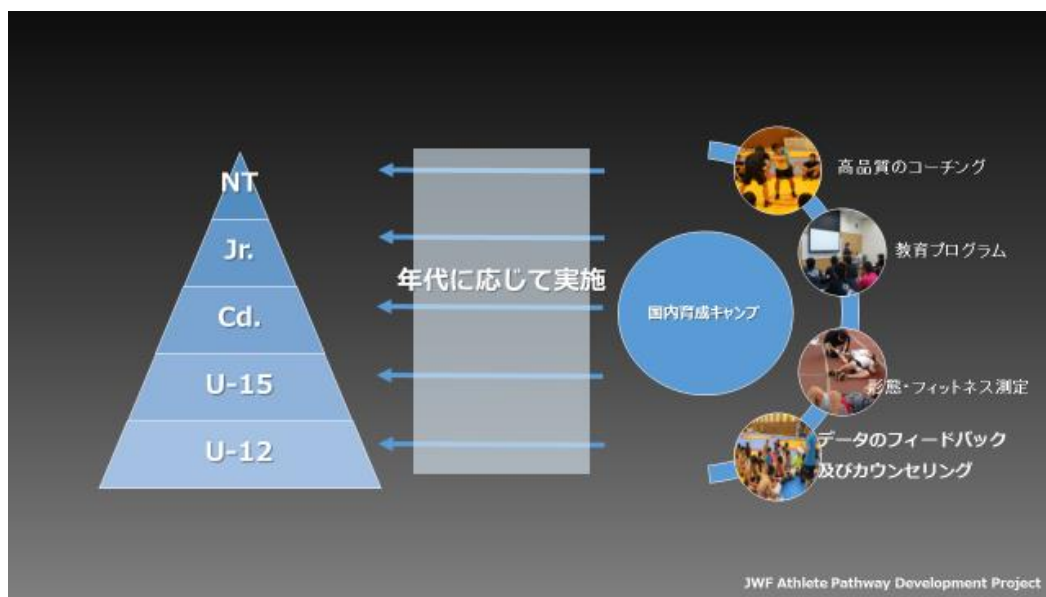


Figure 4.2 国内育成キャンプのイメージ図

Table 4.1 2014年に実施したカデット世代・ジュニア世代の
育成キャンプにおける教育プログラム概要

世代	プログラム名	講師属性	実施時間	形式
カデット世代	メンタルトレーニングに挑戦	研究者(スポーツ心理)	1時間半	グループワーク形式
	状況に応じた栄養摂取	研究者(スポーツ栄養)	1時間半	講義・ディスカッション形式
ジュニア世代	アンチドーピングについて考える	日本アンチドーピング機構	1時間半	講義形式
	アスリートのライフスタイルについて考える	研究者(情報戦略)	1時間半	講義・ディスカッション形式

Table 4.2 2015年に実施した各世代の育成キャンプにおける教育プログラム概要

世代	プログラム名	講師属性	実施時間	形式
U-12世代	目標達成までのプロセスについて考える	五輪金メダリスト	1時間半	グループワーク形式
	データの活用について考える	研究者(バイオメカニクス)/ ナショナルチームコーチ	1時間半	講義・ディスカッション形式
U-15世代	目標達成までのプランニング	研究者(スポーツ心理)	1時間半	グループワーク形式
	メンタルトレーニングに挑戦	研究者(スポーツ心理)	1時間半	講義・ディスカッション形式
カデット世代	情報の活用について考える	研究者(情報戦略)	1時間半	グループワーク形式
	オリンピズムについて考える (オリンピック教育)	研究者(スポーツ哲学)	1時間半	講義・ディスカッション形式
ジュニア世代	メディアトレーニング	タレント/元アナウンサー	1時間半	グループワーク形式
	セルフコンディショニングを考える	理学療法士	1時間半	講義・ディスカッション形式

4.2 方法

4.2.1 調査協力者と調査時期

調査対象者は、2015年度に育成キャンプに参加した各世代のトップレベル競技者計139名（U-12世代：男性10名11.4±0.6歳，女性10名11.1±0.5歳．U-15世代：男性13名14.1±1.1歳，女性13名13.6±1.0歳．カデット世代：男性30名15.7±1.0歳，女性13名16.0±0.9歳．ジュニア世代：男性37名18.5±0.8歳，女性13名17.8±0.9歳）であった．

育成キャンプの招集者は、各世代の主要大会をプロジェクトメンバー及び各スタイルの強化スタッフと視察し、試合結果と内容を基に決定している．対象者には、各世代の世界選手権優勝者や2016年リオデジャネイロオリンピックの代表選手等を含んでおり、非常に高度なレベルで競技活動を展開しているアスリートである．

4.2.2 手続き

調査実施に際し、事前に各所属クラブの監督・コーチ及び保護者に対して調査の書面による趣旨説明を行い、保護者による承認を得た（同意書を得た）．各調査とも、対象者に十分な説明を行った後に調査票を配布し、一斉法による実施後その場で回収した．また、すべての調査は記名式により実施された．なお本研究計画は大阪体育大学倫理審査委員会による倫理審査にて承認を得た（承認番号：14-20）．

4.2.3 調査内容

ライフスキルの評価には、先行研究（清水・島本，2011，2012；Shimizu et al.，2015，2016）と同様に島本ほか（2013）による尺度を使用した．本尺度はアスリートに求められるライフスキルを、先述の「目標設定」や「考える力」、「コミュニケーションスキル」等の10側面から評価可能である．項目の評定は4段階（1：ぜんぜん当てはまらない，2：あまり当てはまらない，3：わりと当てはまる，4：とても当てはまる）の自己評定で行い、評定値が高いほどライフスキルの獲得レベルが高いと解釈される．各々の調査とも、回答に際しては「競技場面を含めた日常生活全体における様子についてお聞きします．以下の各項目について、現在の自分に最も当てはまる選択肢の数字1つに丸印を付けて下さい」との教示を行い、調査実施時点における様子を回答してもらった．

本尺度は大学生アスリートのデータをもとに開発されているが、評価されるライフスキルはアスリート全般に求められるものであること（島本・米川，2014），また、そのようなライフスキルを一度に幅広く評価可能であることから本尺度を採用した．

4.2.4 分析方法

本研究では以下のように、2015年度の育成キャンプの効果に着目した研究1と、2015年度と同様のパッケージにて実施された2014年度の育成キャンプの効果に着目した研究2より、ライフスキル獲得における育成キャンプの効果を検証した．教育プログラムのイメージ図はFigure4.3.に示す．

なお、分析にはIBM SPSS Statistics 20.0を使用し、t検定を行った．有意水準は5%とした．

研究 1. 2015 年度の育成キャンプ事前・事後データの比較による短期的検証（各世代にて実施）

研究 2. 2014～2015 年度育成キャンプ継続参加者を「介入群」、2015 年度のみ参加者を「未介入群」とし、2 群を対象とした 2015 年度育成キャンプ事前データの比較による中期的検証（介入から約 1 年後の効果検証）

※対象世代はカデット世代，ジュニア世代の男女において実施した．

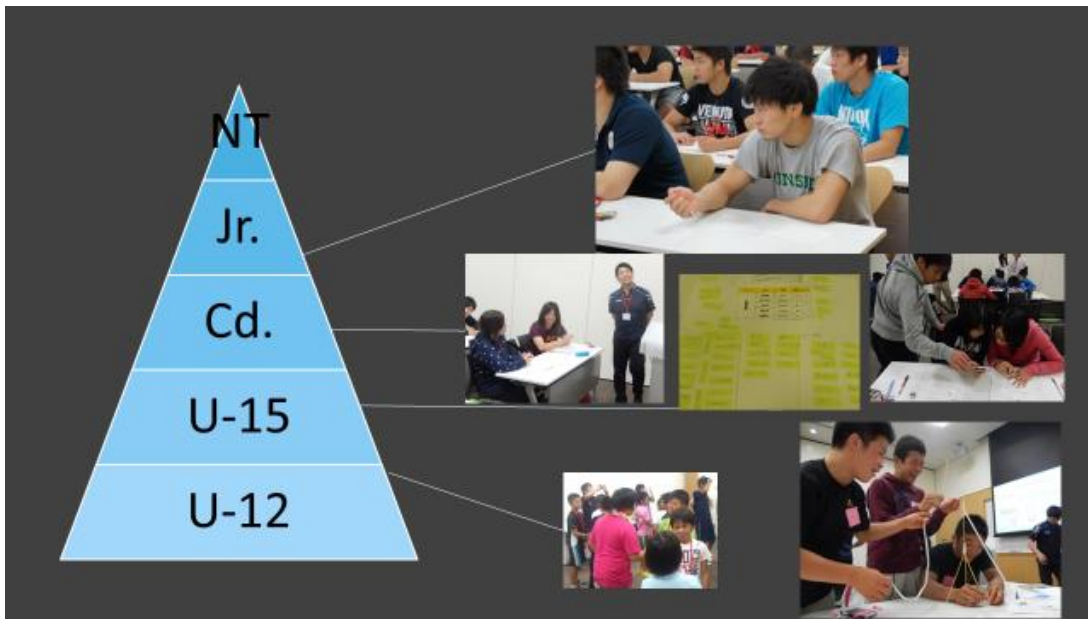


Figure 4.3 教育プログラムイメージ図

4.3 結果

4.3.1 各世代における各育成キャンプの短期的検証

Table 4.3 と Table 4.4 に、男女それぞれの育成キャンプ事前事後におけるライフスキルデータの比較結果を示す。

・男子

U-12 世代

平均値が有意に向上した側面は見られなかったが、「教育プログラム」を中心として獲得を目指した「目標設定」に加え、「コミュニケーション」「責任ある行動」「謙虚な心」「体調管理」の5側面において、平均値の向上が見られた。「考える力」においては維持されていた。その他の側面においては、平均値が低下していた。

U-15 世代

平均値が有意に向上した側面はなく、獲得を目指した「目標設定」に加え、「ストレスマネジメント」「考える力」「感謝する心」「礼儀・マナー」「責任ある行動」の6側面にて平均値の向上が見られた。その他の側面においては、低下していた。

カデット世代

「考える力」「最善の努力」「体調管理」の3側面において平均値の有意な向上が見られた。「責任ある行動」では平均値は有意に低下し、「ストレスマネジメント」「礼儀・マナー」においては有意ではないものの平均値は低下していた。

ジュニア世代

「コミュニケーション」「最善の努力」「責任ある行動」「体調管理」の4側面において平均値の有意な向上が見られた。「謙虚な心」を除くその他5側面においても有意ではないものの平均値は向上していた。

・女子

U-12 世代

獲得を目指した「目標設定」を含め、平均値が有意に向上した側面は見られなかったが、「ストレスマネジメント」「感謝する心」「礼儀・マナー」「責任ある行動」「謙虚な心」の5側面において平均値の向上が見られた。一方、「考える力」では平均値は有意に低下していた。「コミュニケーション」においては事前調査時点のレベルを維持しており、その他の側面においては、事前調査時点よりスキルレベルが低下していた。

U-15 世代

獲得を目指した「目標設定」をはじめ、「礼儀・マナー」「最善の努力」「責任ある行動」「謙虚な心」「体調管理」の6側面において有意に平均値は向上していた。その他の4側面においても有意ではないものの平均値の向上が見られた。

カデット世代

10 側面中，有意に平均値が向上した側面は「礼儀・マナー」のみであったものの，その他 9 側面すべてにおいて平均値は向上していた。

ジュニア世代

10 側面中，有意に平均値が向上したのは「目標設定」のみであったが，その他 7 側面では平均値は向上していた。「コミュニケーション」においては変化が見られず，「体調管理」では平均値は低下していた。

Table 4.3 各世代男子の短期介入効果測定データ（事前事後比較）

	ジュニア男子			カデット男子			U-15男子			U-12男子		
	事前 (n=37)	事後 (n=37)	t 値	事前 (n=30)	事後 (n=30)	t 値	事前 (n=13)	事後 (n=13)	t 値	事前 (n=10)	事後 (n=10)	t 値
ストレスマネジメント	13.14 (2.77)	13.41 (2.50)	.97	11.97 (2.47)	11.83 (2.90)	.39	12.62 (2.69)	13.00 (2.12)	.67	12.80 (2.78)	12.60 (3.47)	.28
目標設定	10.65 (2.21)	10.92 (2.36)	.82	11.00 (2.60)	11.37 (2.57)	1.41	11.69 (1.80)	12.85 (2.08)	1.90	11.90 (2.08)	13.10 (1.97)	1.81
考える力	12.89 (1.85)	13.16 (1.77)	1.02	12.70 (1.82)	13.43 (1.59)	2.67*	12.15 (2.03)	12.46 (2.03)	.44	13.80 (1.14)	13.80 (1.23)	0.00
感謝する心	14.05 (1.97)	14.30 (1.85)	1.25	14.57 (1.68)	15.07 (1.46)	2.06*	14.08 (1.50)	14.15 (1.21)	.20	14.50 (1.18)	14.40 (1.96)	.23
コミュニケーション	13.46 (2.02)	14.16 (1.80)	2.38*	14.60 (1.50)	14.80 (1.47)	.92	14.23 (2.59)	14.15 (1.95)	.21	13.20 (2.62)	13.30 (2.31)	.15
礼儀・マナー	13.70 (2.22)	14.30 (2.03)	1.79	14.73 (1.28)	14.23 (1.74)	1.80	14.54 (1.05)	14.92 (1.44)	.84	14.80 (1.69)	14.60 (1.71)	.48
最善の努力	12.46 (1.99)	13.46 (1.89)	3.33**	13.33 (1.81)	13.53 (1.98)	.92	13.62 (1.26)	13.54 (1.39)	.32	15.00 (1.49)	14.50 (1.43)	1.00
責任ある行動	13.35 (1.99)	14.03 (1.76)	4.35***	14.43 (1.48)	14.10 (1.84)	2.07*	13.92 (1.50)	14.08 (1.55)	.38	14.40 (1.17)	14.50 (1.35)	.25
謙虚な心	13.70 (1.78)	13.57 (1.91)	.45	13.23 (1.50)	13.40 (1.59)	.80	13.62 (1.26)	13.46 (1.51)	.34	14.10 (1.29)	14.30 (1.77)	.69
体調管理	12.24 (1.91)	13.51 (2.23)	5.14***	12.90 (1.83)	13.47 (1.98)	2.10*	12.85 (2.30)	12.38 (2.33)	.82	13.80 (1.75)	14.10 (2.02)	.45

note) * p<.05 ** p<.01 *** p<.001

Table 4.4 各世代女子の短期介入効果測定データ（事前事後比較）

	ジュニア女子			カデット女子			U-15女子			U-12女子		
	平均値 (SD)		t値	Mean value (SD)		t値	Mean value (SD)		t値	Mean value (SD)		t値
	事前 (n=13)	事後 (n=13)		事前 (n=13)	事後 (n=13)		事前 (n=10)	事後 (n=10)		事前 (n=10)	事後 (n=10)	
ストレスマネジメント	12.85 (2.58)	13.08 (2.50)	.56	13.69 (2.53)	13.54 (2.30)	.41	13.54 (2.18)	13.92 (2.47)	.73	14.20 (3.65)	14.70 (3.77)	2.24
目標設定	11.38 (2.40)	12.15 (2.19)	2.38*	13.00 (2.24)	13.23 (2.65)	.82	11.38 (3.01)	14.31 (1.70)	4.46**	11.60 (1.58)	10.70 (2.16)	1.59
考える力	11.54 (1.85)	12.15 (2.64)	.98	13.08 (2.02)	13.38 (2.06)	1.08	11.77 (2.62)	12.85 (1.07)	1.75	12.80 (1.81)	12.00 (1.89)	2.75*
感謝する心	13.92 (1.66)	14.31 (2.06)	1.16	14.62 (2.06)	15.23 (1.30)	1.48	13.77 (2.09)	14.46 (2.15)	2.00	14.60 (1.35)	15.20 (1.14)	2.25
コミュニケーション	12.69 (1.70)	12.69 (2.18)	0.00	14.46 (2.44)	14.54 (1.98)	.23	13.69 (1.93)	14.00 (1.87)	.84	14.10 (0.74)	14.10 (1.66)	0.00
礼儀・マナー	14.23 (2.39)	14.62 (1.76)	.53	14.69 (1.55)	15.46 (1.39)	2.74*	14.15 (2.64)	15.23 (1.42)	2.50*	13.70 (2.26)	15.00 (0.82)	1.57
最善の努力	12.69 (1.32)	13.23 (2.13)	1.40	13.54 (2.18)	13.85 (2.34)	1.30	13.08 (2.40)	14.00 (1.83)	2.22*	13.70 (2.45)	13.40 (1.96)	.50
責任ある行動	12.77 (1.48)	13.23 (1.59)	1.59	14.00 (1.96)	14.23 (2.05)	1.00	12.77 (1.09)	14.38 (1.26)	7.58***	13.60 (1.07)	13.90 (1.91)	.52
謙虚な心	13.46 (1.33)	13.77 (1.59)	.81	13.92 (1.44)	14.31 (1.49)	1.59	13.15 (1.63)	14.46 (1.27)	2.85*	13.20 (1.69)	13.50 (1.51)	1.15
体調管理	12.31 (1.97)	12.15 (1.99)	.49	14.00 (2.12)	14.46 (1.45)	1.59	13.00 (1.87)	13.92 (1.89)	2.52*	13.70 (1.34)	13.50 (1.51)	.31

note) * p<.05 ** p<.01 *** p<.001

4.3.2 カデット 世代・ジュニア 世代における育成キャンプの 中期的検証

介入群と未介入群の育成キャンプ事前におけるライフスキルデータの比較結果を、Table. 4.5（カデット世代・ジュニア世代）に示す。

・男子

カデット世代

「責任ある行動」において介入群のほうが有意に平均値が高いという結果であった。有意ではないものの「目標設定」「考える力」「感謝する心」「コミュニケーション」「礼儀・マナー」「最善の努力」「体調管理」の8側面において介入群の平均値が高いという結果が得られた。

ジュニア世代

「考える力」において介入群のほうが有意に平均値が高いという結果であった。有意ではないものの「目標設定」「感謝する心」「コミュニケーション」「礼儀・マナー」「最善の努力」「謙虚な心」の8側面において介入群の平均値が高いという結果が得られた。

・女子

カデット世代

「最善の努力」において介入群のほうが有意に平均値が高いという結果であった。有意ではないものの「ストレスマネジメント」「考える力」「感謝する心」「コミュニケーション」「責任ある行動」「謙虚な心」「体調管理」の7側面において介入群の平均値が高いという結果が得られた。

ジュニア世代

「考える力」と「謙虚な心」において介入群のほうが有意に平均値が高いという結果であった。有意ではないものの「目標設定」「礼儀・マナー」「最善の努力」「責任ある行動」の4側面において介入群の平均値が高いという結果が得られた。

Table 4.5カデット世代・ジュニア世代における中期介入効果測定データ
(継続参加群と初参加群の比較)

	カデット男子			ジュニア男子			カデット女子			ジュニア女子		
	初参加群 (n=9)	継続参加群 (n=21)	t値	初参加群 (n=12)	継続参加群 (n=29)	t値	初参加群 (n=6)	継続参加群 (n=7)	t値	初参加群 (n=4)	継続参加群 (n=9)	t値
ストレスマネジメント	12.11 (3.55)	11.90 (1.95)	.21	12.92 (3.23)	13.24 (2.59)	.33	13.17 (2.04)	14.14 (2.97)	.68	14.25 (1.71)	12.22 (2.73)	1.35
目標設定	10.22 (3.73)	11.33 (1.96)	.84	9.83 (1.95)	11.04 (2.26)	1.58	13.17 (1.94)	12.86 (2.61)	.24	11.00 (2.94)	11.56 (2.30)	.37
考える力	11.89 (1.62)	13.05 (1.83)	1.64	12.17 (2.48)	13.24 (1.39)	1.69+	12.50 (0.55)	13.57 (2.70)	1.03	10.25 (0.96)	12.11 (1.90)	1.82+
感謝する心	14.22 (1.79)	14.71 (1.65)	.73	13.67 (2.67)	14.24 (1.56)	.69	14.00 (2.28)	15.14 (1.86)	1.00	14.25 (2.06)	13.78 (1.56)	.46
コミュニケーション	14.56 (2.07)	14.62 (1.24)	.10	12.83 (2.76)	13.76 (1.54)	1.32	14.17 (1.83)	14.71 (2.98)	.39	13.00 (1.63)	12.56 (1.81)	.42
礼儀・マナー	14.67 (1.50)	14.76 (1.22)	.18	13.08 (2.75)	14.00 (1.91)	1.18	15.00 (1.10)	14.43 (1.90)	.65	13.00 (3.56)	14.78 (1.64)	1.27
最善の努力	13.11 (1.69)	13.43 (1.89)	.44	12.08 (2.64)	12.64 (1.63)	.79	12.33 (0.82)	14.57 (2.51)	2.23+	12.50 (1.29)	12.78 (1.39)	.34
責任ある行動	13.56 (1.67)	14.81 (1.25)	2.28*	12.67 (2.10)	13.68 (1.89)	1.47	13.33 (1.37)	14.57 (2.30)	1.15	12.75 (1.71)	12.78 (1.48)	.03
謙虚な心	13.33 (1.50)	13.19 (1.54)	.24	13.50 (2.02)	13.80 (1.68)	.48	13.50 (1.05)	14.29 (1.70)	.98	12.50 (1.29)	13.89 (1.17)	1.92+
体調管理	12.56 (1.74)	13.05 (1.88)	.67	12.33 (1.61)	12.20 (2.06)	.20	13.33 (1.51)	14.57 (2.51)	1.05	12.75 (1.89)	12.11 (2.09)	.52

note) + p<.10 * p<.05

4.4 考察

4.4.1 各世代におけるライフスキルの獲得レベル

本研究においては島本ほか（2013）が開発したライフスキル評価尺度を用い、各年代のトップレベルレスリング競技者を対象として育成キャンプの短期的ならびに中期的な介入の効果検証を実施した。その結果、ライフスキルの側面によっては、男女ともU-12世代やU-15世代の方が、カデット世代及びジュニア世代よりも平均値が高い結果となった（Table 4.3・Table 4.4）。

この結果自体は、経験の差異が影響していると考えられる。すなわち、カデット世代及びジュニア世代の競技者は、数多くの実戦を経験することにより、相対的に自己の多様な能力を正確に把握しており、その分、回答の際の評価基準が厳しくなっている可能性があるだろう。このようなことより、ライフスキルの平均値を年代間で比較することは、必ずしも有益な知見に結びつくわけでないと言える。また、先述のとおり、島本ほか（2013）による尺度はアスリート全般に求められるライフスキルを評価できる一方で、下の年代の競技者は尺度における個々の質問の意味を、部分的に正しく理解できていなかった可能性もあると言える。そのため、以下では、カデット世代とジュニア世代における短期的検証および中期的検証の結果について考察を行う。

4.4.2 育成キャンプがライフスキル獲得に与える短期的効果

男女におけるカデット世代、ジュニア世代の4世代において、事前事後のライフスキルデータを比較したところ概ね育成キャンプを通じて平均値が向上しているという結果が示された（Table 4.3・Table 4.4）。これらのことから、「高品質なコーチング」「形態・フィットネス測定」「測定データのフィードバック」「教育プログラム」という各プログラムから構成される育成キャンプは、ライフスキルの獲得に有効であった可能性が示唆された。

レスリング競技者を対象とした先行研究（清水・島本 2012; Shimizu et al., 2015, 2016）より、上位の競技成績の達成、ならびに競技引退後のキャリア形成と正に関連することが示されているライフスキルである「目標設定」への効果に着目すると、育成キャンプを通じて平均値が有意に向上していたのは女子ジュニア世代のみであった。しかしながら、男子ジュニア世代では平均値は10.65から10.92へと向上しており、女子カデット世代においても若干ではあるが13.0から13.23へと平均値が向上していた。教育プログラムに限って言えば、これら2つの世代におけるプログラムは、U-12、U-15世代のように直接的に「目標設定」スキルの獲得を目指したものではなかったが（Table 4.1）、レスリング競技者にとって重要なライフスキルの獲得に正の影響を及ぼしていることが確認された。この結果自体は、「Dual Career」を実現できるアスリートの育成を目指す上で、本事業における教育プログラムおよび育成キャンプが、妥当であることを示唆していると言えるだろう。今後は、「目標設定」スキルの獲得に結びついた経緯について、インタビュー調査等をもとに詳細に検討していく必要があると言える。

4.4.3 育成キャンプがライフスキル獲得に与える中期的介入効果

男女におけるカデット世代，ジュニア世代ともに，全体的に介入群の方がライフスキルの獲得レベルは高く，「考える力」等の特定の側面では有意差が認められた．このことから，前年度に実施された育成キャンプのライフスキル獲得における効果は，一定の期間を経ても維持されている可能性が示唆された．無論，本結果を過大に評価することは控えなければならないが，ライフスキル獲得を促す育成キャンプは早い年代から実施されることが，「*Dual Career*」を実現できるトップアスリート育成の面でも望ましいことを示唆していると言えよう．

日本レスリング協会では，U-20 からとしていた一貫指導体制をさらに拡充・洗練させるため，選手指導の時期を U-12 からに変更しているが，その方向性自体は妥当であると言えるだろう．

4.4.4 性差によるライフスキル獲得レベルの差異

本事業においてカデット世代，ジュニア世代の育成キャンプは男女別にて実施しているものの，育成キャンプの構成や教育プログラムについては男女同様の内容にて実施している．

しかしながら，短期的検証では，有意に平均値が向上した側面で男女共通のものは見られなかった．中期的検証においても，カデット世代では介入群において有意に平均値が高かった側面は男女で異なった．今後，男女それぞれにおける，ライフスキル獲得に向けた効果的な介入方略を検討していく上でも，育成キャンプによるライフスキル獲得の効果に性差が見られるというのは重要な知見であると言える．一方で，本研究の結果のみから，ライフスキル獲得における効果に性差が見られる原因を特定することはできない．今後は，育成キャンプ参加の目的意識や，同キャンプにおける目標設定の内容に男女差が見られるか等について検討していく必要があるだろう．

本研究では，育成キャンプによるライフスキル獲得の効果を探索的に検証したが，今後は，育成キャンプを通じたライフスキル獲得のプロセスについて，性別や年代ごとに検討を行っていくことが肝要となる．

4.5 本章のまとめ

本章の目的は，第2章及び第3章にて抽出された知見より，多様なライフスキルの中でも競技引退後のキャリア形成および競技成績との間に正の関連が見られる「目標設定」スキルの獲得を核にした教育プログラムを開発し，Shimizu et al. (2016) による縦断調査の結果を参考にユース年代（U-12, U-15, カデット世代, ジュニア世代）を対象とした育成キャンプ内にて展開し，その介入効果を，短期的かつ中期的視点から探索的に検証することであった．

育成キャンプに参加した4世代のトップレベルレスリング競技者計139名に対してプログラムを展開し，キャンプの事前事後に島本ほか（2013）によるライフスキル評価尺度による介入効果の検証（短期効果測定）に加え，カデット世代，ジュニア世代においては同尺度を用いて介入から約一年後のフォローアップ調査を実施した．その結果，男女における4世代において，事前事後のライフスキルデータを比較したところ概ね育成キャンプを通じて平均値が向上しているという結果が示された．

「目標設定」に着目すると育成キャンプを通じて平均値が有意に向上していたのは女子ジュニア世代のみであった。しかしながら、男子ジュニア世代では平均値が向上しており、女子カデット世代においても若干ではあるが平均値が向上していた。

男女におけるカデット世代、ジュニア世代ともに、全体的に介入群の方がライフスキルの獲得レベルは高く、「考える力」等の特定の側面では有意差が認められた。このことから、前年度に実施された育成キャンプのライフスキル獲得における効果は、一定の期間を経ても維持されている可能性が示唆された。

無論、本結果を過大に評価することは控えなければならないが、ライフスキル獲得を促す育成キャンプは早い年代から実施されることが、「Dual Career」を実現できるトップアスリート育成の面でも望ましいことを示唆していると言えよう。

最後に、育成キャンプの構成や教育プログラムについては男女同様の内容にて実施しているものの、短期的検証では、有意に平均値が向上した側面で男女共通のものは見られなかった。中期的検証においても、カデット世代では介入群において有意に平均値が高かった側面は男女で異なった。

第2章、第3章の調査は、全て男性を対象に行った研究であり、今後、男女それぞれにおける、効果的な介入方略を検討していく上でも、育成キャンプによるライフスキル獲得の効果に性差が見られるというのは重要な知見であると言える。

第 5 章 総括と展望

5.1 本研究のまとめ

本研究の目的は、高度レベルにて競技を行うアスリートを対象としたライフスキルを活用したキャリア形成プログラムの開発を行い、その効果を検討することであった。具体的には、大学生のトップレベルレスリング競技者及び大学を卒業したレスリング競技者を対象としてそれぞれ4年間に渡る縦断調査を行い、ライフスキルの獲得過程及びライフスキルとキャリア形成の関連について明らかにしたうえで、キャリア形成プログラムを開発し、ユース年代のトップレベルレスリング競技者にプログラムの受講機会を提供することでその介入効果を実証的に検討した。

本研究にて得られた結果は、以下に整理された。

第2章では、大学生アスリートの入学時点から卒業時点まで計5時点の縦断調査を実施した。本調査より大学運動部における高度な競技活動により、ライフスキルを獲得していることに加え、ライフスキルの中でも「目標設定」においてキャリアイベント(大学から社会への移行)への「対処レベル高群」と「対処レベル低群」の得点差が学年全体を通じて顕著であるという知見が得られた。

第3章においては、学生トップアスリートの卒業後4年間に渡りライフスキル獲得レベルの変動、雇用状態の推移、最終希望職獲得の動向についてモニタリングを行った。その結果、大学卒業後のキャリア形成の実態に加え、ライフスキルのレベルの変動、及び同レベルの高低と大学卒業後の長期に渡るキャリア形成との関連の一端を示すとともに、以下の知見を得ることができた。1)卒業時点にて正規雇用を獲得している者は21名中7名(33%)しかいないものの、卒業から4年後には17名(81%)が正規雇用を獲得していた。2)大学卒業時点にて最終希望職を獲得していたのは21名中6名(29%)であった。3)大学卒業後、ライフスキルのレベルは大きく変動せず、ライフスキルは競技引退後のキャリア形成を支えていることが示唆された。4)大学卒業後の雇用状態及び最終希望職の獲得と主要ライフスキル(目標設定、考える力、最善の努力)は、正に関連することが示唆された。

第4章においては、第2章と第3章の知見に加え、先行研究の結果からライフスキルの中でも「目標設定」を中心としたプログラムを開発し、ユース世代のトップレベルレスリング競技者に介入することでその効果の検証を試みた。その結果、「目標設定」に着目すると育成キャンプを通じて平均値が有意に向上していたのは女子ジュニア世代のみであった。しかしながら、男子ジュニア世代では平均値が向上しており、女子カデット世代においても若干ではあるが平均値が向上していた。男女におけるカデット世代、ジュニア世代ともに、全体的に介入群の方がライフスキルの獲得レベルは高く、「考える力」等の特定の側面では有意差が認められた。このことから、前年度に実施された育成キャンプのライフスキル獲得における効果は、一定の期間を経ても維持されている可能性が示唆された。

以上を基に、結論としては、キャリア形成とライフスキルの中でも「目標設定」とは、密接にかかわるといふ新たな知見が得られ、先行研究においては、「目標設定」と競技成績との正の相関が明らかにされていることから、「目標設定」を中心としたキャリア形成プログラムは、キャリア形成と競技成績の双方に有益である可能性が考えられた。またユース世代のトップレベルレスリング競技者を対象として「目標設定」を中心としたプログラムを導入したところ、男女における4世代において、事前事後のライフスキルデータを比較したところ概ね平均値が向上しているという結果が示された。加えて、プログラム介入から約1年後における中期的な介入効果測定においては、男女におけるカデット世代、ジュニア世代ともに、全体的に介入群の方がライフスキルの獲得レベルは高く、「考える力」等の特定の側面では有意差が認められ、プログラムの介入効果は一定の期間を経ても維持されている可能性が示唆された。

ライフスキルを獲得することによってキャリア形成の不適應の「予防」に役立つと考えられるものであり、本研究の結果から得られる知見は、トップレベル競技者のライフスキル獲得へ向けた効果的な教育実践への示唆を提供してくれるものと期待された。

競技引退・大学卒業後の進路を決定していく上で、時間的な制約を受けている大学生トップアスリートに対しては、限られた時間の中で展開される、エビデンスにもとづいた効果的なキャリア形成プログラムが求められている。今後、男子レスリング競技者に限らず、多様な種目の大学生トップアスリートを対象として本研究と同様の調査を積み重ねることにより、プログラムの一般化可能性について検討していく必要があると言える。

5.2 今後の主な課題

本研究は、下記の課題を残している。

本研究は調査対象者を可能な限り統制するため、大学において高度なレベルにて競技を行う男子レスリング競技者にフォーカスし、単一競技を扱ったものである。大学生アスリートのキャリア形成プログラムを開発する場合、本研究の知見を基に、他競技に関しても対象の幅を広げることが求められる。

また、正規雇用の獲得や希望就職の獲得には、本人の意思やライフスキル獲得レベル以外に、社会情勢（例えば雇用政策）の他、企業側の経営状況といった、個人ではコントロールが難しい事項の影響を受けると考えられる。今後は、本研究の知見とこれらの側面を含めて検討することが課題となろう。

また、第4章の実証的な研究においては、ライフスキルの獲得を促す様複数のプログラムより構成した育成キャンプの介入効果を、短期的かつ中期的視点から探索的に検証することが目的であった。その結果、いずれの視点からも一定の介入効果が見られた。しかしながら、今回の量的検証には以下の限界が考えられる。

育成キャンプ自体は、世代による教育プログラムの内容の差異を除けば、共通したパッケージにより実施されている。一方で、育成キャ

ンプに参加するスタッフの構成は毎回異なっているため、キャンプ中の選手への言葉かけやコーチングの影響は必ずしも共通であるとは言えない。

今後は、ライフスキル獲得における参加スタッフの影響について可能な限り統制していくとともに、育成キャンプの介入がライフスキル獲得につながるプロセスについても質的な研究モデルにて検証していくことが求められよう。また、育成キャンプを通じたライフスキルの獲得が、タレントの行動変容に与える影響に加え、その後の優秀な競技成績の達成、ならびに競技引退後のキャリア形成にどのように影響するのかについても、長期的な視点で継続調査を実施していくことが求められる。

最後に、本研究において使用したライフスキル評価尺度（島本ほか, 2013）は、大学生アスリートのデータをもとに開発された尺度であることから、特に下の年代（U-12，U-15世代）の対象者においては、個々の質問の意味を正しく理解できていなかった可能性がある。「*Dual Career*」を実現できるアスリートの育成に向けて、ライフスキル獲得に関する研究を発達段階的に体系的に進めていくためには、ユース年代用のライフスキル評価尺度の開発について、検討を進めていくことが肝要となろう。

文献

- Allen, B. J. and Cronin, D. L. (2015) Developmental experiences and well-being in sport: The importance of the coaching climate. *The Sport Psychologist*, 29: 62-71.
- Danish, S. J., Petitpas, A. J., and Hale, B. D. (1993) Life development intervention for athletes: Life skill ライフスキル through sports. *The Counseling Psychologist*, 21 : 352-385.
- Danish, S. J., Petitpas, A. J., and Hale, B. D. (1995) Psychological interventions: A life development model. In : Murphy, S. M. (Ed.) *Sport psychology interventions*. Human Kinetics: Champaign, IL, pp.19-38.
- Danish, S. J. (1996) Intervention for enhancing adolescent' s life lskills. *The Humanistic Psychologist*, 24 (3) : 365-381.
- 独立行政法人労働政策研究報告書(2012) , 「大都市の若者の就業行動と意識の展開—「第3回若者のワークスタイル調査」から—」, 148, 72.
- European Commission(2011) Erasmus for ALL EU長期政策文章.
http://europa.eu/rapid/press-release_IP-11-1398_en.htm?locale=fr (参照日 2015年12月2日)
- Gould, D. and Carson, S. (2008) Life skill ライフスキル development through sport: current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1): 58-78.
- 平井博志・木内敦詞・中村友浩・浦井, 良太郎 (2012) 大学期における課外活動の種類とライフスキルの関係. *大学体育学*, 9: 117-125 .
厚生労働省, 新規学卒者の離職状況 (平成 23 年 3 月卒業者の状況).
2016 年 3 月 25 日アクセス.
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000062635.html>.

- Martens, P. and Lee, K. (1998) Promoting life-career development in the student athlete: how can career centers help? *Journal of Career Development*, 25(2): 123-134.
- 文 部 科 学 省 (2011) キ ャ リ ア 教 育 .
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/career/index.htm (参 照 日 2017 年 1 月 10 日).
- 文 部 科 学 省 (2012) ス ポ ー ツ 基 本 計 画 .
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/plan/, (参 照 日 2015 年 12 月 2 日).
- 文 部 科 学 省 (2015) 平 成 27 年 度 予 算 案
http://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/__icsFiles/afie/ldfile/2015/01/14/1354480_1.pdf
- 坂柳恒夫 (1999) 成人キャリア成熟度尺度 (ACMS) の信頼性と妥当性の検討. *愛知教育大学研究報告*, 48 : 115-122.
- 笹川スポーツ財団 (2011) 政策提言 : 国民が生涯を通じて, それぞれが望むかたちでスポーツを楽しみ, 幸福を感じられる社会の形成, 35-38.
- 島本好平・石井源信 (2009). 体育授業におけるスポーツ経験がライフスキルの獲得に与える影響—運動部所属の有無からの検討—. *スポーツ心理学研究* 36(2): 127-136 .
- 島本好平・石井源信 (2010). 運動部活動におけるスポーツ経験とライフスキル獲得との因果関係の推定. *スポーツ心理学研究* , 37(2): 89-99 .
- 島本好平・東海林祐子・村上貴聡・石井源信 (2013) アスリートに求められるライフスキルの評価—大学生アスリートを対象とした尺度開発—. *スポーツ心理学研究*, 40 (1) : 13-30.
- 島本好平・米川直樹 (2014) 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.

- 清水聖志人・高橋義雄・河野一郎（2010）大学運動部の指導, 運営内容
差異による就職状況の比較—レスリング競技者を対象として—. ス
ポーツ産業学研究, 20(1): 119-129.
- 清水聖志人・島本好平（2012）男子大学生レスリング競技者におけるラ
イフスキルと競技成績との関連. 体育経営管理論集, 4(1): 47-53.
- 清水聖志人・島本好平（2014）大学トップアスリートにおけるキャリア
教育プログラム作成に向けた縦断的検討. SSF スポーツ政策研究, 3
(1): 48-53.
- Shimizu, S., Shimamoto, K., and Tsuchiya, H. (2015) The
Relationships between Life Skill ライフスキル and Post-
graduation Employment for Top College Student Wrestlers in
Japan. International Journal of Sport and Health Science, 13:
17-22.
- Shimizu, S., Shimamoto, K., Kukidome, T., and Tsuchiya, H.
(2016) Changes in Life Skill ライフスキル of Top College
Athletes over Four Years and Its Relation to Career Outcomes.
International Journal of Sport and Health Science, 14.
- 上野耕平（2005）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.
- WHO（1997）WHO ライフスキル教育プログラム. 川畑徹朗・西岡伸紀・
高石昌弘・石川哲也（監訳） 大修館書店.

謝辞

2007年4月、筑波大学大学院体育研究科修士課程スポーツ健康システム・マネジメント専攻に入学しアスリートのキャリア形成に関する研究をスタートして10年の時が経過した。研究活動開始から大阪体育大学大学院に博士論文を提出する過程において多くの機関や研究者よりご支援やご指導を賜った。

大阪体育大学大学院博士後期課程の指導教官である土屋裕睦教授には、研究に関して丁寧にご指導いただいたことはもとより、発掘・育成システム構築事業にも多大なご尽力をいただいた。アスリートへの教育プログラムやコーチングの現場を共有するなかでスポーツ心理学者としての支援の在り方について学ぶことができ、私自身も先生の心理的サポートによって導かれ本稿の完成に至った。心より感謝を申し上げたい。

博士論文の副査をお引き受けいただいた大阪体育大学大学院の荒木雅信教授、岡村浩嗣教授に感謝の意を述べたい。本稿を精査いただいたうえでご専門の立場よりご意見を頂戴した。先生方に審査いただいた過程は、研究者として深く考える時間であった。

大阪体育大学大学院スポーツカウンセリング研究室の助手である山口大輔先生には感謝を申し上げたい。拙稿を執筆する過程にて多大なご支援をいただいた。

兵庫教育大学大学院の島本好平特任准教授には、共同研究者として長年にわたりご教示を賜った。ここに記して感謝を申し上げたい。

専修大学の久木留毅教授にも深謝したい。筆者の競技者時代よりスポーツ科学についてご教示いただいたことがこの道を志す出発点となり、これまでの過程にて多くのご支援をいただいた。

専修大学の相澤勝治准教授には、仕事と併行して研究を進める中で

常に励ましの言葉をいただき、研究に関しても多くの示唆をいただきました。心より感謝を申し上げます。

また、発掘・育成システム構築事業を共に推進した東都リハビリテーション学院の河野隆志講師にご支援により、事業を推進することができ、本稿の執筆に至ることができた。ここに記して深謝申し上げます。

筑波大学大学院修士課程時代の指導教官である筑波大学名誉教授の河野一郎教授には、2016年東京オリンピック・パラリンピック招致の事務総長という激務の中で修士論文のご指導をいただいた。修士論文最終稿を東京都庁にて精読いただいたことは今でも深く記憶に刻まれている。修士課程修了後のご支援にも深く感謝を申し上げます。同じく、修士課程にてご指導いただいた筑波大学体育系の菊幸一教授、山口香准教授に心より感謝申し上げます。競技者として活動しながら修士論文に取り組む筆者を親身にサポートいただいたことに加え、現在も多くのご支援をいただいている。

東京大学・日本体育大学名誉教授であり、元国立スポーツ科学センター長の浅見俊雄教授にも心から感謝申し上げます。自身のキャリア移行期に多大なご支援をいただいたことに加え、学位の取得に関しても多くの示唆を賜った。「まあ頑張りなさいよ」の言葉にいまも励まされている。

4年間に渡る縦断調査にご協力いただいた大学生アスリート、所属の監督・コーチ及び各世代のトップレベルレスリング競技者に感謝申し上げます。皆様のご協力なくして本研究を遂行することはできなかった。また、(公財)日本レスリング協会の事務局、強化スタッフ、発掘・育成事業にご助力いただいた皆様に深謝申し上げます。

本稿を提出する節目の年に第一子が誕生した。家庭の環境が大きく変わる中で妻の多大な支援に加え、愛息の笑顔にはいつも励まされ

た．ここに記して感謝の意を述べるとともに, 今後は支援者としての役割を担っていきたいと思う．

本稿は, 笹川スポーツ財団より 2013 年及び 2014 年度度笹川スポーツ研究助成の交付を受けて実施した．記して謝意を表したい．本稿が日本スポーツの発展に僅かでも貢献することを願っている．