



## 大学生アスリートの学業不振と心理的競技能力との 関連性 : 大学生競泳選手を対象とした後方視的研究

著者	栗木 明裕, 岡村 尚昌, 津田 彰
雑誌名	筑紫女学園大学研究紀要
号	15
ページ	195-203
発行年	2020-01-31
URL	<a href="http://id.nii.ac.jp/1219/00001024/">http://id.nii.ac.jp/1219/00001024/</a>

# 大学生アスリートの学業不振と心理的競技能力との関連性

— 大学生競泳選手を対象にした後方視的研究 —

栗木 明裕・岡村 尚昌・津田 彰

The Relationship Between Academic Failure and Psychological  
Competitive Ability of University Student-Athletes

— A Retrospective Study of University Student-Swimmers —

Akihiro KURIKI, Hisayoshi OKAMURA, Akira TSUDA

キーワード：大学生競泳選手、学業不振、主観的幸福感、心理的競技能力、後方視的研究

## 1. 背景

大学生アスリートは、競技力向上を目的とする競技生活に注目される傾向にあるが、一般の大学生と同様に学業や就職活動といった学生生活も同時に送っており、一般大学生よりも多くのストレスに晒されている。そのため、大学生アスリートには、ストレスフルな生活の中で様々な心理的葛藤が見受けられる。

大学生アスリートが活躍する大学体育会部活動は、課外活動であり、正規の教育課程ではない活動であることから、大学教育とは一線を引かれた様相であった。しかし、部活動が大学教育の一部であるか否かの議論は数多くなされ、近年では、この課外活動を「大学の教育活動の一環」と位置付ける見解が定着しているようである（長倉，2011）。また、スポーツ先進国の米国において大学スポーツ支援を行う全米大学体育協会（National Collegiate Athletic Association：NCAA）は、その使命（mission）に「スポーツを通じた人材の育成」を掲げており、これは「スポーツと学業の両立」を意味する（齋藤，2018）。本邦においても、2019年3月に設立された一般社団法人大学スポーツ協会（Japan Association for University Athletics and Sport：UNIVAS）の事業内容には、学びの環境を充実させる内容が明記されており、スポーツと学業の両立に対する大学やスポーツ団体の責任は大きくなってきている。

このような大学スポーツにおいて、アスリートの中には、学習意欲が極端に低かったり、スポーツ活動に過度に傾注したりすることで、学業不振を招いているケースは少なくない（津田，2007；荒井ら，2018）。また、過度な競技生活への集中によって引退後の人生で必要となる様々な技能（ライフスキル）の形成が十分ではないといった問題が引き起こされている（齋藤，2018）。サッカー元日本代表キャプテンの長谷部（2011）は、その著書の中で、日々の過ごし方や考え方について、

競技以外の普段の生活における行動が競技に影響することを述べている。このように、日常生活と競技生活が相互に影響していると推察される中で、学業不振の選手が、競技生活において心理社会的な問題を抱えている可能性は高く、その問題を把握することは、学生生活と競技生活をそれぞれに充実させるための一助となるであろう。そこで、本研究は、学業不振の大学生アスリートの競技生活における心理社会的問題を検討し、大学生アスリートを包括的にサポートするための基礎資料を得ることを目的とした。本研究の仮説は次の通りである。

仮説1：学業不振の選手は、他の選手と比べて主観的幸福感が低い。

仮説2：学業不振の選手は、他の選手と比べて心理的競技能力が低い。

仮説3：学業不振の選手は、他の選手と比べて学業などのストレスを感じている。

## 2. 用語の定義

本研究では、被験者が所属する水泳部部則の就学規定に定められている単位修得要件（例えば第3学年時に卒業単位の4分の3以上を習得しなければならない等）を踏まえて、以下の4つの条件に当てはまる選手を「学業不振」選手と定義した。

- (1) 単位修得要件を満たすことに難渋した選手
- (2) 単位習得要件を満たせなかった選手
- (3) 卒業単位修得に難渋した選手
- (4) 卒業単位不足のために留年した選手

## 3. 方法

### 3.1 対象と手続き

全日本学生選手権出場レベルのA大学体育会水泳部に所属する男子競泳選手21名（ $19.8 \pm 1.3$ 歳）を対象に実施した。対象者には、事前に十分な説明を行った後、日本版主観的幸福感尺度（Subjective Happiness Scale：SHS）、心理的競技能力診断検査（DIPCA.3）、大学生アスリートの日常・競技ストレス尺度の調査用紙を記入させた。調査は2017年8月に行い、2019年10月（およそ2年後）の時点で対象者の中から、前述の学業不振の条件に該当した選手を抽出した。その結果、条件(1)に該当した選手3名、条件(2)に該当した選手1名、条件(3)に該当した選手1名、条件(4)に該当した選手1名の合計6名を学業不振群とした。一方、学業に関して問題のなかった他の選手15名をコントロール群とし、両群の差異を後方視的に比較検討した。

### 3.2 質問紙の構成

#### (1) 主観的幸福感

大学生競泳選手が、学生生活と競技生活を主体的に楽しみ、幸福を感じているかを把握する指標としてSHSを用いた（島井ら、2004）。この尺度は、4項目から構成されており、7件法で回答す

る自己評価尺度である。4項目の平均得点が高いほど主観的幸福感が高いことを示す。SHSはどのような状況下であっても幸福であり続ける人々がどのような特徴を持っているかという一連の研究で用いられており、再テスト信頼性、収束の妥当性、弁別的妥当性ともに高いことが確認されている（島井ら、2004）。

## (2) 心理的競技能力

大学生競泳選手の心理的な競技能力の指標としてDIPCA.3を用いた（徳永ら、2001）。この検査法は、「競技意欲」（忍耐力、闘争心、自己実現意欲、勝利意欲）、「精神の安定・集中」（自己コントロール能力、リラックス能力、集中力）、「自信」（自信、決断力）、「作戦能力」（予測力、判断力）、「協調性」（協調性）の5因子に含まれる12の下位尺度、52の質問項目（4問のLie scaleを含む）で構成されている。5件法で回答を求め、得点が高いほど心理的競技能力が高いことを示す。

## (3) 日常・競技ストレス

大学生競泳選手のストレスを評価するために大学生アスリートの日常・競技ストレス尺度（以降、ストレス尺度）を用いた（岡ら、1998）。本尺度は、「日常・競技生活での人間関係」、「競技成績」、「他者からの期待・プレッシャー」、「自己に関する内的・社会的変化」、「クラブ活動内容」、「経済状態・学業」の6因子35項目からなる尺度である。各ストレスの経験頻度（「全くなかった（0点）」から「かなりあった（3点）」）と嫌悪度（「何ともなかった（0点）」から「非常につらかった（3点）」）を4件法で回答を求め、得点は経験頻度と嫌悪度を掛け合わせたものを採用した。得点が高いほどストレスを認知していることを示す。

## 3.3 倫理面への配慮

本研究は、筑紫女学園大学人を対象とする研究倫理審査委員会の承認を得た。研究結果のデータは、本研究の目的以外には利用しないこと、プライバシーを厳守することを対象者に説明し、同意を得た。

## 4. 統計解析

主観的幸福感と心理的競技能力、日常・競技ストレスとの直接的な関連の比較には、Pearsonの積率相関係数を算出した。また、学業成績不振群とコントロール群との各尺度平均値の比較には、対応のないt検定を行った。有意水準はどちらも5%以下とした。

## 5. 結果と考察

### 5.1 主観的幸福感と心理的競技能力、日常・競技ストレスとの関連性

SHSは、DIPCA.3総合得点、下位尺度の競技意欲、自信との間に有意な正の相関が認められた（各々 $r=.53, p<.05$ ;  $r=.50, p<.05$ ;  $r=.48, p<.05$ ）（表1）。また、SHSは、ストレス尺度の日常・競技生活での人間関係、他者からの期待・プレッシャー、自己に関する内的・社会的変化との間に

有意な負の相関が認められた（各々  $r = -.54, p < .05$ ;  $r = -.64, p < .01$ ;  $r = -.48, p < .05$ ）（表2）。

SHS と DIPCA.3 総合得点との間に正の関連が認められたが、詳細を検討するために有意差が認められた下位尺度（競技意欲、自信）について考察する。本研究の結果は、主観的幸福感の高い選手は、競技意欲や自信が高いことを示している。幸福感の一つの側面としてのポジティブ感情は、内発的動機づけを高めることが報告されている（岡田, 2008; 磯貝, 2012）。つまり、アスリートは競技における成功体験によって喜びや誇りを感じ、競技意欲や興味が増すことは十分に考えられるが、ポジティブ感情の高いアスリートは、外発的な動機づけに関わらず競技活動そのものを有意義に楽しむことが可能であり、競技意欲を高めることができることを示唆している。また、ポジティブ感情は外交性を高め、良好な対人関係の構築に寄与することが報告されている（Lucas and Baird, 2004）。さらに、伊藤（2004）は、良好な人間関係は、チーム内の協調性を高め、存在を互いに認め合い、切磋琢磨できる環境において選手の意欲が高まると述べている。これらは、ポジティブ感情が高いことは本人のみならずチームにも影響を及ぼし、チーム内の人間関係を良好にすることで競技意欲を高める可能性を示唆している。

また、自信と関連が強い自尊感情は、現在の自分自身をどのように受け入れているかといった主観の評価によってなされるものであり（蓑内ら, 2006）、この自尊感情が高いと自分自身を肯定的に捉え、それが自信へとつながる。島井ら（2004）は、SHS 得点が高い者は自尊感情が高い傾向にあることを報告しており、本研究の結果は、主観的幸福感自信と正の関連を示しており、先行研究を支持する結果を示した。以上の結果より、主観的幸福感が高いことは、大学生アスリートの心理的競技能力を高める重要な特性の一つであることが示唆された。

SHS と ストレッサー尺度との負の関連において、有意差が認められた日常・競技生活での人間関係、他者からの期待・プレッシャー、自己に関する内的・社会的変化について考察する。岡ら（1998）は、本研究で用いたストレス尺度とメンタルヘルスとの関連を分析した結果、日常・競技での人間関係や自己に関する内的・社会的変化が、抑うつに強い影響を及ぼすことを報告している。また、島井ら（2004）は、SHS が抑うつと負の関連にあることを示しており、その理由として幸福な集団が積極的なコーピング（対処）を取る可能性を理由として挙げている。このコーピングについて、Fredrickson & Joiner（2002）は、ポジティブ感情は認知の柔軟性と創造性を増加させ、ストレスフルな出来事に対して、柔軟に複数の対処法を考案することができると報告している。これはポジティブ感情により、ストレス対処のレパートリーを広げることが可能であることを意味している。競技生活では、バーンアウトに代表される抑うつ症状や逆境場面など様々なスト

表1 主観的幸福感と心理的競技能力診断検査との相関係数 (r)

	DIPCA.3総得点	競技意欲	精神の安定・集中	自信	作戦能力	協調性
主観的幸福感	.53*	.50*	.36	.48*	.42	.39

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

表2 主観的幸福感と日常競技ストレス尺度との相関係数 (r)

	日常・競技生活 での人間関係	競技成績	他者からの期待・ プレッシャー	自己に関する 内的・社会的変化	クラブ活動 内容	経済状態・ 学業
主観的幸福感	-.54*	-.15	-.64**	-.48*	-.32	-.25

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

レジャーへの対処が求められる。このように大学生競泳選手のストレスマネジメントにおいて、ポジティブ感情の役割は有用であり、主観的幸福感を高めるアプローチは重要であることが推察された。

## 5.2 主観的幸福感 (表3)

主観的幸福感において、両群間に有意差は認められなかったが、学業不振群が低い値を示す傾向が認められた ( $p=.104$ ,  $d=.82$ )。幸福感とは、ある個人の置かれている状況を全体的に、主観的にその個人が幸福と感じる程度と定義される。選手たちの幸福感は、競技の成功体験によって高まるが、競技スポーツではいつも成功するとは限らない。アスリートとして重要なことは、望ましい結果を出せなかった時に、どのように対処するかであり、これが競技生活を有意義なものとする。前述のように、主観的幸福感は自尊感情と正の関連があり、幸福感の一つの側面であるポジティブ感情は、ストレス対処や対人関係を促進する機能がある。本研究で調査した選手たちの主観的幸福感は、学生生活や競技生活を含む生活全般の影響を反映しており、様々な要因が相互に関連していることから、学業不振の選手は、これらに関する何らかの心理社会的な問題を抱えている可能性が推察される。

## 5.3 心理的競技能力 (表3)

DIPCA.3総得点と下位因子得点において、両群間に有意差は認められなかったが、下位因子の中の「作戦能力」において学業不振群が低値を示す傾向が認められた ( $p=.310$ ,  $d=.50$ )。徳永ら(2001)は、スポーツ場面で発揮される心理的スキル(心理的能力)を心理的競技能力と定義し、本尺度を開発したが、この能力は日常生活に置き換えると、ライフスキルと類似した能力を示している。ライフスキルとは、WHO(1997)において「日常生活で生じる様々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」と定義されており、具体的なスキルとして、10のスキルが提示されている(表4)。本邦においても様々な定義が報告されており(上野・中込, 1998; 島本・石井, 2006)、「日常生活を建設的かつ効果的に過ごすために必要な能力」という点で共通している。これらのライフスキルを踏まえてDIPCA.3の各項目を概観すると、競技意欲は「忍耐力」、「闘争心」、「自己実現意欲」、「勝留意欲」で構成されており、主体性を持って自己実現のために粘り強く積極的に取り組むスキルと換言できる。精神の安定・集中は「自己コントロール能力」、「リラックス能力」、「集中力」で構成されており、自己認知、情動のコントロール(情緒対処)、ストレス対処のスキルと換言できる。自信は「自信」、「決断力」で構成されており、自尊感情や意思決定のスキルと換言できる。作戦能力は「予測力」、「判断力」で構成されており、目標設定、問題解決、創造的思考、批判的思考のためのスキルと換言できる。協調性は効果的コミュニケーション、対人関係、共感性のスキルと換言できる。

前述のライフスキルを踏まえてDIPCA.3の結果を考察すると、学業不振選手は、「作戦能力」得点が低い傾向にあることから、目標設定、問題解決、創造的思考、批判的思考などのスキルが低いことが推察される。村上(2002)は、DIPCA.3とスポーツ選手のメンタルヘルスの関係について、作戦能力と自己理解(例えば、自分のやるべき練習が自分でわかっている等)、危機回避能力

(例えば、調子が悪い時でも、悪いなりに自分のプレイをすることができる等)、個性の発揮(例えば、みんなと同じ練習以外に自分なりの練習をしている、自分の個性を生かして競技を行なっている等)と強く関連していることを示している。大学生活では自ら時間割を作成し、レポートなどの様々な課題や試験に合格するために、計画を立てて学習しなければならない。一方で、競技生活では、自身のパフォーマンスを分析して目標を設定し、トレーニング計画を立案・実行・修正しながら継続的に取り組んでいく必要があり、取り繕ったその場しのぎのトレーニングや作戦では好ましい成果は期待できない。つまり、学業不振の選手は、競技生活において自己を理解し、優先順位を考慮した先見的なスキルが低い可能性が推察される。

#### 5.4 日常・競技ストレス(表3)

学業不振群が「経済状態・学業」の項目において有意に高値を示した( $p<.05$ ,  $d=1.35$ )。また、「日常・競技での人間関係」において、学業不振群が高い値を示す傾向が認められた( $p=.052$ ,  $d=1.00$ )。これは学業不振群がコントロール群と比べてこれらのストレスを感じているということであり、学業不振群のSHS得点が低い傾向を示した結果(5.2)との関連が推察される。

「経済状態・学業」は、4つの質問項目で構成されているが、その中の「単位を落とす、留年するなど学業のことで失敗した」の質問において学業不振群が有意に高値を示した( $p<0.01$ ,  $d=1.70$ )、また「クラブ活動のための出費(遠征費、部費など)があった」、「自分の勉強、試験、卒業などがうまくいかない」の質問において有意差は認められなかったが、高い値を示す傾向が認められた(各々  $p=.135$ ,  $d=0.75$ ;  $p=.097$ ,  $d=0.84$ )。「日常・競技での人間関係」は8つの質問項目で構成されているが、その質問の中で「クラブの同僚や同級生と議論、不和、対立があった」において有意差が認められた( $p<0.05$ ,  $d=1.10$ )。また、「クラブの先輩や後輩と議論、不和、対立があった」、「競技活動で、先輩や後輩に裏切られたような感じがした」の質問において、高い値を示す傾向が認められた(各々  $p=.117$ ,  $d=0.79$ ;  $p=.233$ ,  $d=0.86$ )。

これらの結果より、学業不振の選手は、学業に関するストレスを早い段階から感じていることが明らかとなった。アスリートとして活躍するためには、このような不要なストレスは早急に対処することが重要である。しかし、本研究は後方視的な研究であることから、学業不振の選手は、学業にストレスを感じていたにも関わらず、結果的に有効な対処をすることができずに学業不振を招いたことを示している。これには、対処方法や遂行能力に関する問題が考えられる。

次に、人間関係に関するストレスについて考察する。良好な人間関係の構築には、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)が重要である。この対人スキルと学業成績について、山本ら(2015)は、学業成績の優秀な学生は、周囲と良好なコミュニケーションを図りながら主体的に関わり、効果的に学習を行っている可能性を報告している。学業不振選手は、このようなスキルが低い可能性が推察される。また、良好な人間関係から生まれるソーシャルサポートは、ストレスマネジメントのコーピング資源としての機能を有しており、多くのサポートを有するものほど、ストレスを緩衝し、心身の健康状態が良好であると報告されている(嶋、1992)。大学生アスリートは、人間関係や生活時間の大半をクラブ活動と密接に関連しているため、

クラブ内での人間関係は競技生活のみならず、学生生活においても影響を及ぼしている可能性が十分に考えられる。したがって、これらの問題に対するアプローチには、選手個人に一任するのではなく、チームとして適切な取り組みが必要であろう。そして、彼らの経験するストレスは独立したものではなく複数のストレスが相互に関連している可能性が高いため、今後は因果関係に関する検討が必要である。

表3 各尺度の群別得点

(mean ± SD)

	学業成績不良群	コントロール群	t 値	効果量 (d)
主観的幸福感 (点)	4.33 ± 0.93	5.10 ± 0.93	-1.707	0.82
心理的競技能力 (点)	164.00 ± 18.34	169.47 ± 34.52	-0.364	0.18
競技意欲	61.83 ± 12.06	61.13 ± 9.96	0.137	0.07
精神の安定・集中	42.50 ± 12.24	42.13 ± 10.83	0.068	0.03
自信	24.33 ± 4.37	26.87 ± 6.29	-0.897	0.43
作戦能力	21.17 ± 4.54	24.60 ± 7.45	-1.044	0.50
協調性	14.17 ± 2.56	14.73 ± 3.45	-0.362	0.17
日常・競技ストレス (点)				
日常・競技生活での人間関係	15.50 ± 6.44	8.40 ± 7.36	2.062	1.00
競技成績	22.17 ± 15.69	20.60 ± 12.53	0.241	0.12
他者からの期待・プレッシャー	9.00 ± 14.35	5.93 ± 7.45	0.651	0.31
自己に関する内的・社会的変化	10.17 ± 7.76	9.13 ± 8.14	0.266	0.13
クラブ活動内容	9.83 ± 7.14	10.60 ± 7.93	-0.205	0.10
経済状態・学業	17.33 ± 6.77	7.87 ± 7.08	2.800*	1.35

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

表4 WHO のライフスキル10項目

Decision making	意思決定
Problem solving	問題解決
Creative thinking	創造的思考
Critical thinking	批判的思考
Effective communication	コミュニケーション
Interpersonal relationship skills	対人関係スキル
Self-awareness	自己認知
Empathy	共感
Coping with emotions	情動対処
Coping with stress	ストレス対処

(原文を参考に筆者訳)

## 6. まとめ

本研究は、学業不振の大学生アスリートの競技生活における心理社会的問題について検討することを目的とした。学業不振選手は、主観的幸福感と心理的競技能力の作戦能力が低い傾向にあり、人間関係や学業に関するストレスを感じていることが明らかとなった。これらの結果は、仮説1～



3を概ね支持し、選手たちの普段の学生生活と競技生活が相互に影響している可能性を示している。

心理的競技能力にみられる心理的スキルとライフスキルとの関係について、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多数報告されており（上野・中込、1998；島本・石井、2007、2008）、スポーツ場面において利用される目標設定やコミュニケーションなどのスキルは、日常生活場面でもライフスキルとして般化可能なスキルであるとされている。大学生アスリートは、大学生でありながら、アスリートでもあるため、一般の学生と同様に学生生活を送りながら競技生活を送っている。彼らの競技生活をサポートするためには、学生生活を含めた普段の生活を包括的に捉えていくことが重要である。各々の生活を負担として捉えるのではなく、各々の生活から得られる利点を生かしながら、充実した学生生活と競技生活につなげることを選手自身のみならず、チームとしても考えていく必要がある。スポーツと学業の両立、そしてデュアルキャリアの支援が求められている近年のスポーツ界において、スポーツと学業の両立への取り組みは今後より重要となっていくであろう。

## 7. 研究の限界

本研究は、学業不振学生の特徴を捉えるための後方視的研究であるため、被験者のパーソナリティなどの心理社会的な要因が十分に反映されたものではない。また、SHSと他尺度との関連は、相関研究であるため因果関係を解明するに至っていない。今後、データの蓄積とともに、より多くの観点を含めた調査を進めていく必要がある。そして、本研究の知見が競泳競技以外の大学生アスリートに一般化が可能かどうかについても検討が必要である。

本研究は、平成30年度筑紫女学園大学特別研究助成事業（一般研究）の助成を受けて実施したものの一部である。

## 引用文献

- 荒井弘和, 深町花子, 鈴木郁弥, 榎本恭介 (2018) 大学生アスリートのスポーツ・ライフ・バランスに関連する要因—デュアルキャリアの実現に向けて. スポーツ産業学研究, 28 (2), 149-161.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002) Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13:172-175.
- 長谷部誠 (2011) 心を整える—勝利をたくり寄せるための56の習慣—. 幻冬舎.
- 磯貝浩久 (2012) 自己決定理論：やる気の連続性. 中込四郎ほか編著, よくわかるスポーツ心理学, ミネルヴァ書房, pp.84-85.
- 伊藤豊彦 (2004) 運動行動の始発動機と継続性. 調枝孝治先生退官記念論文集刊行会編, 運動心理学の展開, 遊戯社, pp.148-162.
- Lucas, R. E., & Baird, B. M. (2004) Extraversion and emotional reactivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 473-485.
- 蓑内豊・星野宏司 (2006) 高齢者運動教室参加者の体力, 身体的自己概念, 自尊感情の関係. 北海道体育学研究 41: 1-8.

- 村上貴聡 (2002) スポーツ選手のメンタルヘルス. 徳永幹雄編著, 健康と競技のスポーツ心理, 初版, 不味堂, pp144-155.
- 長倉富貴 (2011) 学生アスリートの学習支援について: 山梨学院大学とアメリカの大学の事例. 山梨学院大学経営情報学論集, 17: 109-112.
- 岡浩一郎・竹中晃二・松尾直子・堤俊彦 (1998) 大学生アスリートの日常・競技ストレス尺度の開発およびストレスの評価とメンタルヘルスの関係. 体育学研究, 43 (5-6): 245-259.
- 岡田涼 (2008) 親密な友人関係の形成・維持過程の動機づけモデルの構築. 教育心理学研究, 56: 575-588.
- 齋藤裕志 (2018) 日本版 NCAA の前途~大学スポーツを考える~. 東洋大学「経済論集」43 (2): 147-185.
- 嶋信宏 (1992) 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果. 社会心理学研究, 7 (1) 45-53.
- 島井哲志・大竹恵子・宇津木成介・池見陽・Sonja Lyubomirsky (2004) 日本版主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale: SHS) の信頼性と妥当性の検討. 日本公衆衛生誌, 51 (10): 845-853.
- 島本好平・石井源信 (2006) 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.
- 島本好平・石井源信 (2007) 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.
- 島本好平・石井源信 (2008) 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.
- 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.
- 徳永幹雄・吉田英治・重枝武司・東健二・稲富勉・斉藤孝 (2000) スポーツ選手の心理的競技能力にみられる性差, 競技レベル差, 種目差. 健康科学, 22: 109-120.
- 徳永幹雄 (2001) スポーツ選手に対する心理的競技能力の評価尺度の開発とシステム化. 健康科学, 23: 91-102.
- 津田忠雄 (2007) 大学教育と競技スポーツを通じての教育—大学生アスリートとライフスキル教育プログラムの展開—. 近畿大学健康スポーツ教育センター研究紀要6 (1): 13-25.
- 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 (1) 33-42.
- 山本浩二・島本好平 (2015) 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. 神戸医療福祉大学紀要, 16 (1): 93-103.
- WHO (1997) LIFE SKILLS EDUCATION FOR CHILDREN AND ADOLESCENTS IN SCHOOL, WHO document no. WHO/MNH/PSF/93.7A.Rev.2.

(くりき あきひろ: 現代社会学科 准教授)

(おかむら ひさよし: 久留米大学高次脳疾患研究所 講師)

(つだ あきら: 久留米大学 教授)

