

# 大学生アスリートにおける社会性・情動コンピテンス尺度の開発と妥当性の検討

Well-being の促進に向けた社会性と情動の学習 (SEL) 理論からのアプローチ

○八田直紀 (国際基督教大学大学院)・邑木隆二 (駿河台大学)・下嶽進一郎 (千葉商科大学)・笹尾敏明 (国際基督教大学)

キーワード: 社会性・情動コンピテンス, 社会性と情動の学習 (SEL), 大学生アスリート, 尺度開発

## 目的

大学の運動部に所属する大学生アスリートの well-being の低下が懸念されている (Martin & Anderson, 2014)。その背景には、大学生とアスリートという 2 つの役割を持つことに起因する葛藤や (Harris, et al., 2003)、競技を行う上での心理的ストレスなどが挙げられる (Maniar, 2009)。スポーツが大学の経営戦略として位置づけられることもある昨今 (友添, 2006)、大学生アスリートの支援は、高等教育において解決が期待される課題の一つである (Mckenna & Dunstan-Lewis, 2004)。

大学生アスリートへの支援として well-being の促進を意図した場合、ポジティブ感情や価値観、人生の意味や希望などに着目するポジティブ心理学的アプローチが有効であると考えられる。また、そのような態度や価値観にも言及する理論的フレームワークの一つとして、社会性と情動の学習 (Social and Emotional Learning: SEL) が挙げられる。

SEL とは、「自己への気づき」「セルフマネジメント」「社会への気づき」「関係づくりスキル」「責任ある意思決定」の 5 つの社会性・情動コンピテンス (Social and Emotional Competence: SEC) を獲得するために必要なスキル、態度、価値観を発達させる過程である (Elias, 1997; Weissberg et al, 2015)。SEL モデルに基づく介入プログラムは主に幼児から高校生を対象に行われており (Durlak et al., 2015)、その有効性が報告されてきた (Taylor et al., 2017)。しかし、高等教育の文脈では、SEL に関する研究はほとんど行われていない (Conley, 2015)。そこで本研究では、介入プログラムの開発および実施に先立ち、CASEL の 5 つの SEC モデル (CASEL, 2003) に基づき、大学生アスリートの SEC を評価するための尺度を開発することを目的とした。

## 方法

大学生アスリートを対象に、質問紙調査を縦断的に 2 回実施した。1 回目と 2 回目の期間は、約 2 ヶ月であった。1 回目の調査の参加者をサンプル 1 (421 名) とし、2 回目の調査の参加者をサンプル 2 (333 名) とした。さらに、2 回とも調査に参加した大学生アスリートをサンプル 3 (227 名) とした。探索的因子分析にはサンプル 1 を、検証的因子分析にはサンプル 2 を、基準関連妥当性の検証にはサンプル 1 と 2 を、再テスト信頼性の検証にはサンプル 3 を用いた。なお本研究では、回答の自由を保障し、研究以外には回収したデータを用いないことなどを、書面および口頭にて説明した上で、参加者の同意を得た。

## 結果

サンプル 1 を用いた探索的因子分析の結果、5 因子構造 (24 項目) が抽出された。信頼性係数は、「社会への気づき ( $\alpha = .85$ )」「自己への気づき ( $\alpha = .83$ )」「関係づくりスキル ( $\alpha = .70$ )」「責任ある意思決定 ( $\alpha = .83$ )」「セルフマネジメント ( $\alpha = .78$ )」を示した。また、サンプル 2 を用いた検証的因子分析では、1 次因子モデルおよび 2 次因子モデルの適合度指標は統計的基準を満たした (表 1)。

表 1 検証的因子分析における適合度指標 (N=333)

| モデル      | $\chi^2$ | df  | TLI | CFI | SRMR | RMSEA |
|----------|----------|-----|-----|-----|------|-------|
| 1 次因子モデル | 392.06   | 226 | .95 | .96 | .04  | .05   |
| 2 次因子モデル | 410.85   | 231 | .95 | .96 | .04  | .05   |

次に、サンプル 1 およびサンプル 2 を用いた相関分析の結果、各 SEC と「心理的 well-being」には正の相関 (サンプル 1:  $r = .33 - .52$ , サンプル 2:  $r = .39 - .57$ )、各 SEC と「抑うつ・不安」には負の相関が見られた (サンプル 1:  $r = -.14 - -.26$ , サンプル 2:  $r = -.19 - -.28$ ) ( $p < .001$ )。最後に、再検査信頼性を検討した結果、1 回目と 2 回目の各 SEC の得点には中程度の相関が見られた ( $r = .48 - .61, p < .001$ )。

## 考察

分析結果により、SEL モデルが日本の大学生アスリートの文脈にも適応可能であることが示唆された。SEL アプローチはどの対象にも有効であると考えられているが (Greenberg et al., 2003; Taylor et al., 2017)、本研究も先行研究を支持する結果となった。また、SEL はポジティブなアウトカムの促進とネガティブなアウトカムの低減の両方に有効であると考えられている (Taylor et al., 2017)。本研究でも両種類の変数と統計的に有意な相関が見られたものの、ポジティブな変数との関連の方が強いことが推察された。そのため、大学生アスリートを対象とした SEL アプローチは、集団のすべての人を対象とする、普遍的な介入プログラムとして効果的であることが示唆された。

## 謝辞

本研究は JSPS 科研費 JP16J11135 の助成を受けたものです。利益相反開示; 発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

(HATTA Naoki, MURAKI Ryuji, SHIMOTAKE Shinichiro, SASAO Toshiaki)