

大学生アスリートの持つ人間力の特徴

—情動知能尺度(EQS)からみた—考察—

高木英樹¹⁾, 緒形ひとみ²⁾, 真田 久²⁾, 坂入洋右²⁾, 嵯峨 寿¹⁾

A study about a feature of the human qualities for collegiate athletes.

Hideki TAKAGI¹, Hitomi OGATA², Hisashi SANADA²,
Yousuke SAKAIRI², Hisashi SAGA¹

The present study was conducted to obtain basic information about "human qualities" of collegiate athletes, using the emotional intelligence scale. Subjects were 101 undergraduate students (63 males, 38 females and 18.7 ± 1.0 years) who had taken a course named "Human qualities of the sportsman" in Tsukuba University. The subjects were divided into corresponding two groups, i.e. athlete and non-athlete, male and female, team sport and individual sport, higher performance and lower performance, then we compared the emotional intelligence score for each group.

As results we obtained following several findings for the "human qualities" of sportsman,

- 1) The athlete students scored significantly higher than the general students on the emotional intelligence scale.
- 2) The male athletes indicated a significant higher score in the intrapersonal factors than the female athletes.
- 3) The athletes belonging to team sports indicated a significant higher score in the situational factors than the athletes belonging to individual sports.
- 4) The high-achieving athletes scored significantly higher than the low-achieving athletes on the emotional intelligence scale.

In conclusion, these results revealed that sports activity would improve the "human qualities".

Key words : human quality, athlete, emotional intelligence, EQS

1) 筑波大学体育センター

2) 筑波大学大学院人間総合科学研究科

1. 緒言

我が国において，“人間力向上”の必要性が叫ばれて久しい^{4), 5), 6), 7)}。しかしながら実際には、「人間力」そのものの定義が曖昧である上に、「人間力」を一朝一夕に向上させる手段が確立されているとは言いがたい。そのような状況下、「人間力」を向上させるための1つの方策として、「スポーツ活動を通じた働きかけが有用である」とする考え方は多くの人が認めるところである。たとえば柔道における「精力善用」「自他共栄」の精神には、まさしく柔道を通して「人間力」そのものを鍛えようとする先達の願いが込められている。柔道の例に留まらず、スポーツ活動には、「人間力」を高める効能が内在されている⁸⁾とされている。

スポーツ活動に内在する効能の例として「負けの効用」を挙げることができよう。スポーツ活動において“敗北”はあらかじめプログラムされた既定事実である。たとえば、全国高等学校野球選手権（いわゆる甲子園）には全国から4000校以上が参加するが、地方の予選大会で大多数の学校が負けて、ふるいにかげられる。晴れて甲子園に出場できたとしても、決勝まで勝ち進み、“優勝”を手にするのはたった1校だけで、残りはすべて“負け”を経験することになる。すなわち、スポーツ活動はたった一握りの勝者と大多数の敗者によって営まれるわけで、総体的には勝つことよりも負けることで、挫折への対処法を学び、実社会で生き抜く「人間力」が涵養されるのであろう。「負けの効用」以外にも、チームで一つの目標に向かって協調する「チームワークの効用」により、他者とのコミュニケーションスキルやリーダーシップの発揮方法を身に付け、人生を豊かにする「人間力」を向上させることができると思われる。

このようにスポーツ活動には様々な効能があることは知られているが、スポーツ活動に

よって「人間力」を構成するどの要因が高まったのかを検証可能な方法で議論した研究は数少ない。僅かな研究例として高木ら¹⁰⁾は、高い競技実績を有するスポーツ指導者を対象として、内山ら⁹⁾が開発した情動知能尺度(EQS)を用いて「人間力」の分析を試みている。その結果、優れたスポーツ指導者は「対人対応」や「状況対応」に関して高い能力を有していることを明らかにし、情動知能尺度(EQS)を用いてスポーツマンの「人間力」を評価することの妥当性を示した。

しかし高木ら¹⁰⁾の報告では、分析対象者が既にスポーツ競技を引退した者であること、あるいは標本数が少数例で性差等も考慮されていないなど、スポーツ活動と「人間力」向上との因果関係を議論するには不十分である。

そこで本研究では、情動知能尺度(EQS)を用いることで「人間力」が客観的に評価可能であると仮定し、現役の大学生アスリートを対象として、情動的知能検査を実施し、一般学生等と比較検討することで、大学生アスリートの情動的知能に関する特徴を明らかにすることを第1の目的とする。さらに得られたデータより、スポーツ活動が「人間力」向上におよぼす影響について考察を試みる。

2. 方法

2.1 調査対象

筑波大学において平成18年度1学期に開講された総合科目「人間力のスポーツ学」を履修した学部大学生101名(男性63名、女性38名、年齢 18.7 ± 1.0 歳)を調査対象者とした。本総合科目は、スポーツ活動と「人間力」との関連を計10回の授業を通して多角的に考察することを目的としている。なお調査は、第1回の授業時に実施し、各調査対象者のスポーツ活動に関する情報も収集した。回収した調査用紙の内、性別や年齢などの基本情報および各アンケート項目について正しく記入されているもののみを分析対象とした。

2.2 調査・分析方法

本研究では、内山ら⁹⁾が開発した情動知能尺度(EQS)を用いた調査を実施した。情動知能尺度(EQS)とは、情動的知能指数(EQ)を評価するために標準化の手続きを経て一般に市販されている心理検査である。調査に先立って、対象学生に対して書面によって本調査の意義およびデータの活用方法を説明し、調査に参加する同意を得た上で、調査用紙(実務教育出版)を配布した。この情動知能尺度(EQS)は、自己対応(intrapersonal)、対人対応(interpersonal)、状況対応(situational)の3領域から構成されている。各質問項目の回答に当たっては、各質問に対して最も当てはまる回答に○印を付記させた。

採点は、下位因子ごとに項目の合計点を算出し、さらに算出した下位因子得点を対応する因子ごとにまとめて、対応因子得点を算出した。最後に、対応因子得点を「自己対応」、「対人対応」、「状況対応」の3つの領域ごとに合計し、各領域得点を算出した。採点・集計後、下位因子得点、対応因子得点、領域得点、総得点(領域得点の合計)のそれぞれについて、EQSマニュアル⁹⁾に掲載されている大学生の平均値と本調査対象学生の平均値、指導者(元アスリート)¹⁰⁾と大学生アスリート、アスリートの中での性差、種目様式の違い(個人 vs. 団体)、競技成績の違い(県大会ベスト8以上 vs. 県大会ベスト8以下)でそれぞれ2群に分類し、各領域得点を比較した。

すべての結果は、平均値±標準偏差で表した。平均値の差の検定には、先行研究との比較では臨界比(critical ratio: cp)法を用い、その他の比較では対応のないt検定を用いた。いずれの検定法も危険率(p)が5%以下を有意とした。

本研究では、調査対象者をグループ分けする際、各カテゴリーを以下のように定義し、比較検討を行った。

1) アスリート…小学校または中学校から高

等学校または大学まで競技を継続している人

2) 個人種目…陸上競技、水泳競技、柔剣道、テニス、バドミントン、卓球

3) 団体種目…野球、サッカー、バレーボール、バスケットボール、ハンドボール、ラグビー

3. 結果および考察

3.1 大学生間の比較 EQS標準値 vs. 本調査対象学生

本調査対象学生の特徴を検討するため、EQSマニュアル⁹⁾に掲載されている大学生のデータを標準値とし、本調査対象学生の各領域における平均得点の偏差値を求めた。その結果、全体、男性、女性とグループ分けした場合、すべてのグループおよび領域において本調査対象学生の偏差値は57を越え、標準値を上回っていた(図1参照)。

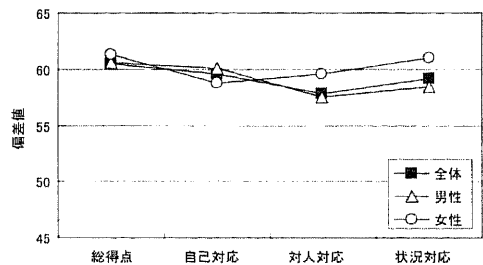


図1 大学生の比較 EQS標準値 vs. 本調査対象学生

この結果から、本調査対象学生は全般的に同年代の集団と比較して情動的知能指数が高いと言える。対象とした107名中、92名がアスリートという構成であったことを考慮すると、情動的知能指数に対するスポーツ活動のポジティブな影響がうかがえる。

スポーツ活動が情動的知能指数におよぼす影響をさらに考察するため、以降はアスリート92名のみを対象として比較検討を進める。

3.2 先行研究との比較

これまで情動知能尺度(EQS)を用いた研究で、スポーツ選手を対象とした結果はほとんど公表されていない。そこで現在スポーツ活

動を継続している大学アスリートの特徴を明らかにするため、指導者(元アスリート)15名を調査対象とした高木ら¹⁰⁾の結果と比較した(図2, 3, 4参照)。

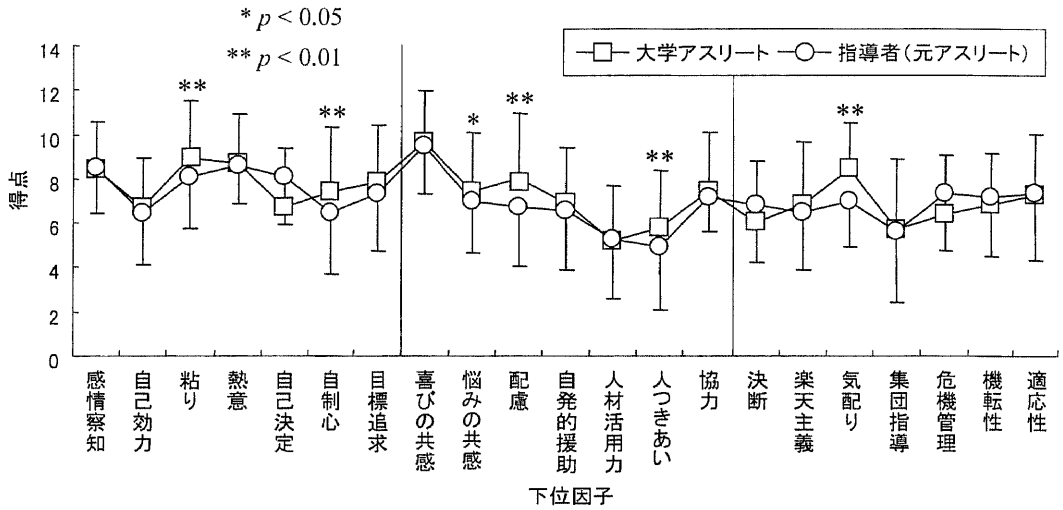


図2 指導者 vs. 大学アスリート — 下位因子得点 —

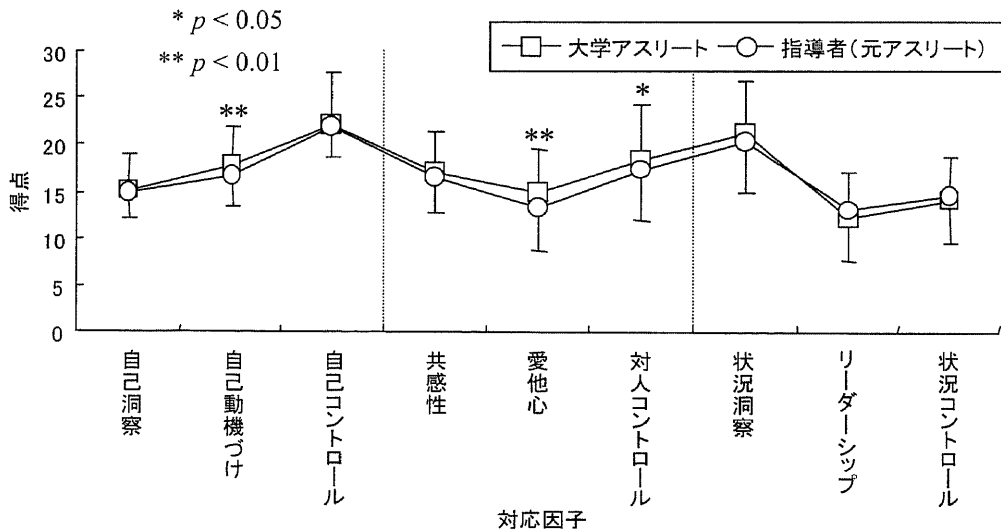


図3 指導者 vs. 大学アスリート — 対応因子得点 —

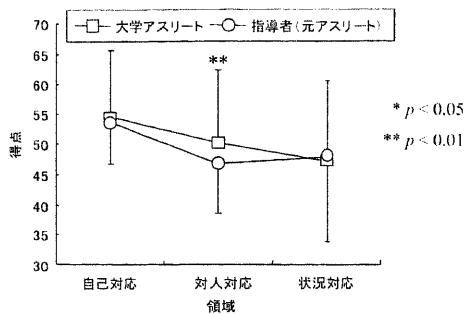


図4 指導者 vs. 大学アスリート
—領域得点—

その結果、領域では対人対応($cr=3.98, p<0.01$)、対応因子では自己動機づけ($cr=2.81, p<0.01$)、愛他心($cr=3.40, p<0.01$)、対人コントロール($cr=1.97, p<0.05$)、下位因子では粘り($cr=3.59, p<0.01$)、自制心($cr=3.29, p<0.01$)、悩みの共感($cr=1.99, p<0.05$)、配慮($cr=4.85, p<0.01$)、人つきあい($cr=2.85, p<0.01$)、気配り($cr=6.24, p<0.01$)の各項目に関して大学アスリートの方が指導者(元アスリート)より有意に高い値を示した。一方、有意な差は認められなかったものの、自己決定、決断、危機管理の項目に関しては、逆に大学アスリートよりも指導者の方が高い傾向を示した。

当初は高い競技実績を有し、人生経験を積んだ指導者(元アスリート)の方が大学アスリートより情動的知能指数に関して全般的に高い値を示すものと予想されたが、「対人対応」領域において大学アスリートの方が指導者(元アスリート)より高い値を示したことは意外であった。この理由として、「対人対応」領域に含まれる下位因子の「配慮」「人つきあい」「気配り」の項目について両群間で顕著な差が認められたことが影響していると思われる。本研究で調査対象とした大学アスリートの多くは大学1年生(下級生)であった。大学入学後、多数の上級生に囲まれた新たな人間

関係の中に対象者の多くは身を置くことになる。このことが起因して、「配慮」「人つきあい」「気配り」の項目に関して特に意識が高くなったのではないかと推察される。

一方「自己決定」「決断」「危機管理」の下位項目に関して、日常的に指導や管理を業務として行っている指導者(元アスリート)の方が高い得点傾向を示したことについては、経験値の差がそのまま反映された妥当な結果と思われる。

3.3 大学生アスリート内での比較

3.3.1 男女差

大学生アスリート(92名)を男性アスリート(60名)と女性アスリート(32名)の2つのグループに分け、EQSの各項目に関する平均値及び標準偏差を表1に示す。本調査対象学生の男女を比較した結果、対応因子として(a)自己洞察と(b)状況洞察、下位因子として(c)自己効力、(d)自己決定において男性アスリートの方が女性アスリートより有意に高い値を示した(それぞれ、(a) $t=2.164, df=90, p=0.033$ 、(b) $t=2.119, df=90, p=0.037$ 、(c) $t=2.774, df=90, p=0.007$ 、(d) $t=2.104, df=90, p=0.038$)。なおEQSマニュアル⁹⁾における大学生標準値においては、「状況対応」領域に有意な男女差が存在したが、本研究においては認められなかった。

本研究では、主に「自己対応」領域に男女差が認められた。「自己対応」領域とは、「もっばら自己の心の働きについて知り、行動を支え、効果的な行動をとる能力⁸⁾」のことである。高得点ほど、自己内部の感情過程について全般に高い能力をもち、自己に関することに限って安定した確実な生活を送れる能力があることを表す⁹⁾とされる。よって男性アスリートの方が女性アスリートより内省的であることがうかがえる。一方、有意ではないが「対人対応」領域に関しては、女性アスリートの方が男性アスリートより得点が高い傾向を

表1 本学アスリート内での比較 一男女差一

領域	対応因子	大学アスリート (n = 92)	男性アスリート (n = 60)	女性アスリート (n = 32)
	下位因子			
自己対応	自己洞察	54.72±10.85	56.18±10.54	51.97±11.05
	感情察知	15.12±3.90	15.75±3.81	13.94±3.85 *
	自己効力	8.45±2.09	8.62±2.11	8.13±2.04
	自己動機づけ	6.67±2.25	7.13±2.14	5.81±2.24 **
	粘り	17.62±4.26	17.87±4.30	17.16±4.22
	熱意	8.95±2.55	9.12±2.46	8.63±2.71
	自己コントロール	8.67±2.27	8.75±2.32	8.53±2.20
	自己決定	21.98±5.60	22.57±5.68	20.88±5.36
	自制心	6.72±2.65	7.13±2.72	5.94±2.35 *
	目標追求	7.41±2.88	7.38±2.86	7.47±2.95
対人対応	共感性	7.85±2.54	8.05±2.66	7.47±2.27
	喜びの共感	50.17±12.05	49.40±12.64	51.63±10.89
	悩みの共感	17.03±4.27	16.92±4.55	17.25±3.76
	愛他心	9.63±2.27	9.50±2.49	9.88±1.79
	配慮	7.40±2.64	7.42±2.70	7.38±2.57
	自発的援助	14.83±4.58	14.23±4.83	15.94±3.90
	対人コントロール	7.99±2.89	7.70±3.08	8.53±2.45
	人材活用力	6.84±2.52	6.53±2.51	7.41±2.49
	人づきあい	18.32±5.76	18.25±5.90	18.44±5.58
	協力	5.17±2.43	5.03±2.38	5.44±2.55
状況対応	決断	5.72±2.59	5.68±2.75	5.78±2.32
	楽天主義	7.42±2.65	7.53±2.45	7.22±3.02
	気配り	47.18±13.46	48.63±13.54	44.47±13.09
	リーダーシップ	21.18±5.36	22.03±5.57	19.59±4.61 *
	集団指導	5.99±2.78	6.37±2.86	5.28±2.50
	危機管理	6.80±2.85	7.17±2.90	6.13±2.66
	状況洞察	8.39±2.06	8.50±2.19	8.19±1.82
	機転性	12.03±5.03	12.42±5.24	11.31±4.60
	適応性	5.65±3.19	5.75±3.39	5.47±2.84
	状況コントロール	6.38±2.61	6.67±2.37	5.84±2.97
総得点		13.97±4.52	14.18±4.21	13.56±5.10
		7.22±2.74	7.30±2.61	7.06±3.02
総得点		152.08±31.42	154.22±31.92	148.06±30.54

* $p < 0.05$

** $p < 0.01$

示した。「対人対応」領域とは、「他者の感情に関する認知や共感をベースに、他者との人間関係を結び維持することのできる能力⁸⁾」のことである。よって女性アスリートは、どちらかと言えば自己と向き合うより他者との人間関係を重要視する傾向にあると言える。

3.3.2 種目様式別(個人 vs. 団体=31(10) vs. 61(22), ()内は女性の数)

種目様式別(個人種目vs. 団体種目、複数している場合は、最も競技歴が長いものを採用)に各項目の得点について比較検討した(図5、6、7参照)。その結果、個人種目アスリートよりも団体種目アスリートの方が総合点($t=-2.06$, $df=90$, $p=0.042$)と状況対応($t=-2.781$, $df=90$, $p=0.007$)領域において、有意に高い値を示した。また対応因子については、(a)対人コントロール、(b)状況洞察、(c)リーダーシップ、(d)状況コントロールの4項目に有意な差が認められ、団体種目アスリートがより高い値を示した(それぞれ、(a)

$t=-2.057$, $df=90$, $p=0.043$, (b) $t=-2.621$, $df=90$, $p=0.01$, (c) $t=-2.335$, $df=90$, $p=0.022$, (d) $t=-2.508$, $df=90$, $p=0.014$)。さらに下位因子においても、(i)悩みの共感、(ii)人つきあい、(iii)楽天主義、(iv)危機管理、(v)適応性に有意な差が認められ、団体種目アスリートがより高い値を示した(それぞれ、(i) $t=-1.993$, $df=90$, $p=0.049$, (ii) $t=-2.282$, $df=90$, $p=0.025$, (iii) $t=-2.209$, $df=90$, $p=0.03$, (iv) $t=-2.136$, $df=90$, $p=0.035$, (v) $t=-2.995$, $df=90$, $p=0.004$)。

「状況対応」とは、「自己を取り巻く、あるいは自己と他者を含む集団を取り巻く状況の変化に耐える力、リーダーシップ、また自己対応領域と対人対応領域の各種能力や技量を状況に応じて適切に使分けける統制力⁸⁾」である。高得点ほど、変化する状況を次々と乗り切っていかなければならない集団のリーダーとして必要な能力がある⁸⁾と言われている。

団体種目では、集団を取り巻く状況の変化に適切かつ迅速に対応することが常に求めら

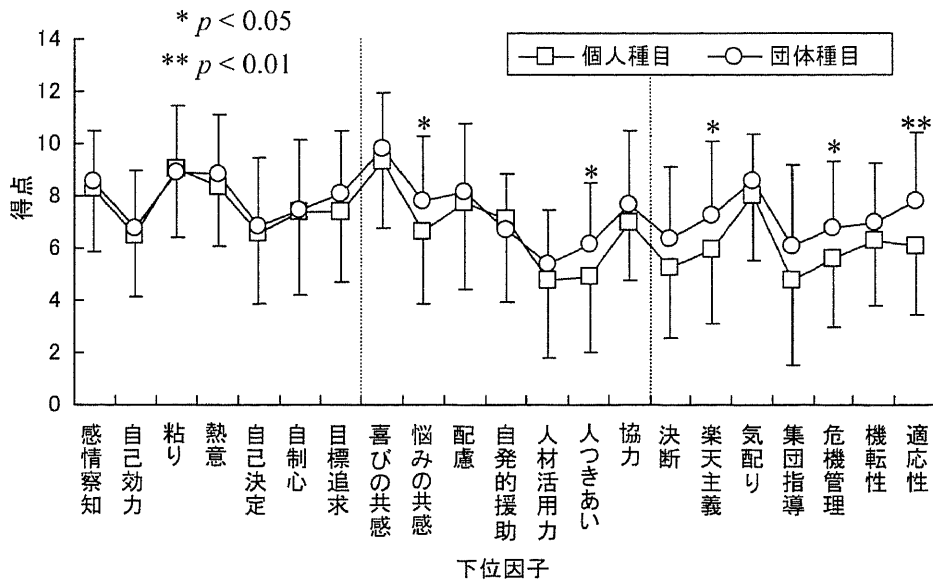


図5 個人種目 vs. 団体種目 一下位因子得点一

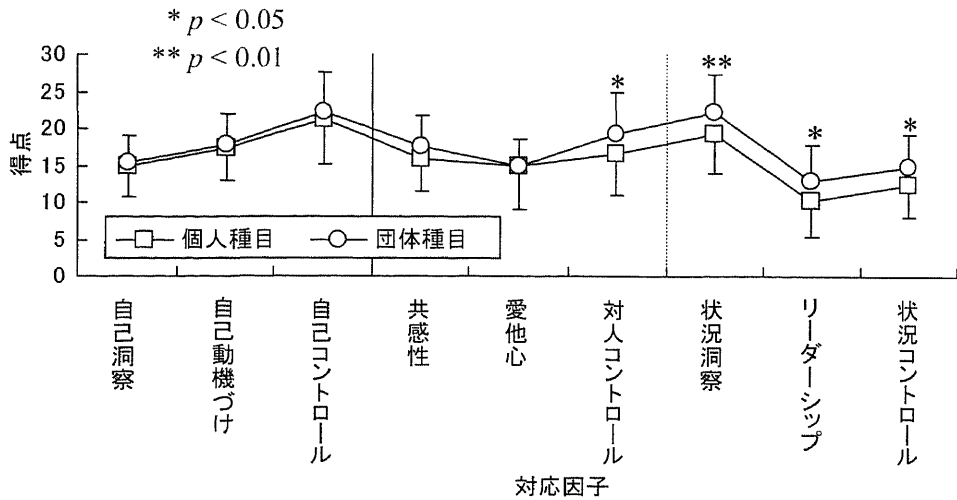


図6 個人種目 vs. 団体種目 — 対応因子得点 —

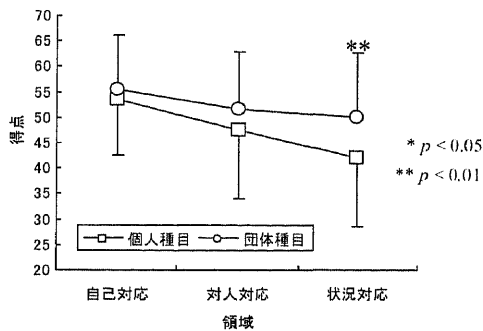


図7 個人種目 vs. 団体種目 — 領域得点 —

れる。特にチームとしての目標を達成するためには、「リーダーシップ」や「状況コントロール」は、必須の能力と考えられる。よって団体種目アスリートが「状況対応」領域において個人種目アスリートより高い値を示したのは妥当な結果と思われる。

3.3.3 競技成績別(良い vs. その他=42 (13)vs. 50(19), ()内は女性の数)

競技成績別に各項目の得点について比較検討した(図8, 9, 10)。その結果、競技成績が良い(県大会ベスト8以上)アスリートの方

が競技成績の劣るアスリートに比べて総合点($t=2.610$, $df=90$, $p=0.011$)と状況対応($t=-3.023$, $df=90$, $p=0.003$)の領域で、有意に得点が高いという結果を示した。また対応因子についても(a)対人コントロール, (b)状況洞察, (c)リーダーシップ, (d)状況コントロールの4項目に関して、競技成績上位アスリートの方がその他のアスリートより有意に高い値を示した(それぞれ, (a) $t=2.218$, $df=90$, $p=0.029$, (b) $t=2.848$, $df=90$, $p=0.005$, (c) $t=2.508$, $df=90$, $p=0.014$, (d) $t=2.749$, $df=90$, $p=0.07$)。さらに下位因子については(i)協力, (ii)楽天主義, (iii)集団指導, (iv)機転性, (v)適応性の5項目に関して有意な差が認められ、競技成績上位アスリートがより高い値を示した(それぞれ, (i) $t=2.194$, $df=90$, $p=0.031$, (ii) $t=3.262$, $df=90$, $p=0.002$, (iii) $t=2.321$, $df=90$, $p=0.023$, (iv) $t=2.949$, $df=90$, $p=0.004$, (v) $t=2.005$, $df=90$, $p=0.048$)。

本分析において、競技成績上位者の方が一般的に情動的知能指数が高い傾向を示したことは大変興味深い。このことは、スポーツパ

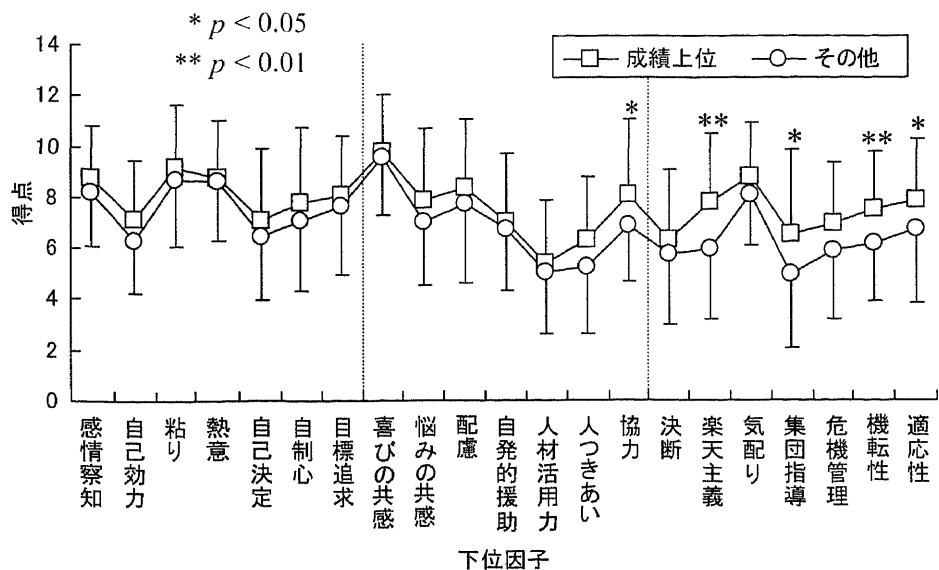


図8 競技成績上位 vs. それ以外の成績 —下位因子得点—

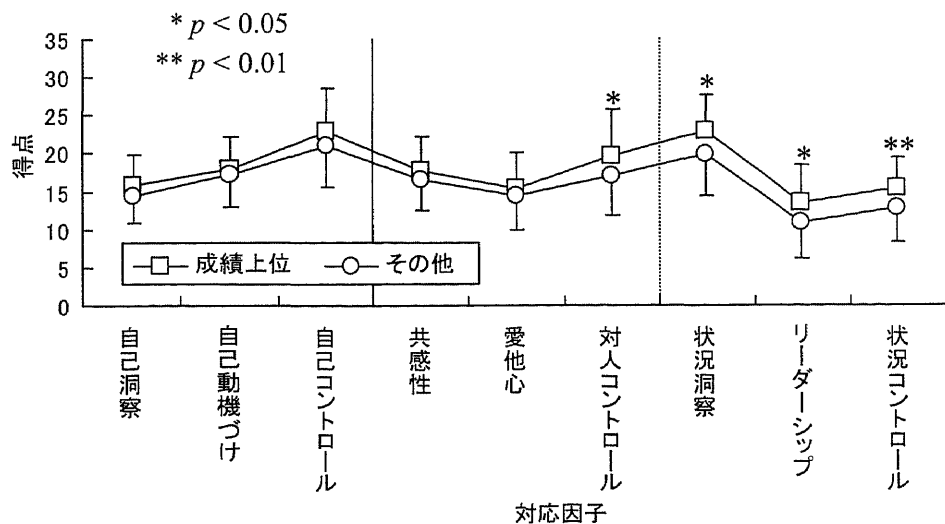


図9 競技成績上位 vs. それ以外の成績 —対応因子得点—

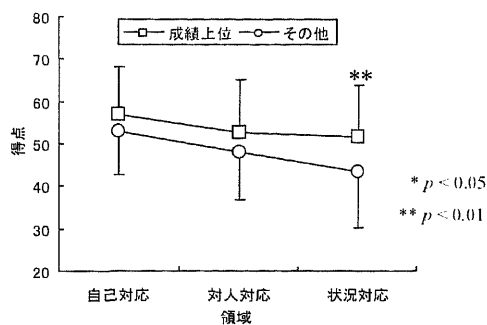


図10 競技成績上位 vs. それ以外の成績
—領域得点—

パフォーマンスと情動的知能指数との関連を示唆するものである。現段階では、高い競技成績を獲得する過程で情動的知能指数が向上したのか、あるいは高い情動的知能指数を持っていたから優れた競技成績が納められたのかを判断することはできない。しかしながら両者の間には、なんらかの関連性があることが明らかとなった意義は大きく、今後さらに研究を進める必要があると思われる。

以上、これまでの結果を総括すると、ESQを用いることで大学生アスリートの情動的特徴をある程度把握することができたと言える。情動的知能指数と「人間力」を同符号(=)で結ぶことはできないが、情動的知能指数と「人間力」は関連が深いという前提に立てば、大学生アスリートが一般学生に対してすべてのESQの得点において高い値を示したという結果は、スポーツ活動が「人間力」に与えるプラスの影響を示唆するものである。また団体種目アスリートが「状況対応」能力に関して個人種目アスリートより高得点を示したと言う結果から、実施するスポーツ活動の種目様式によって、向上する「人間力」の要因が異なることが判明した。さらに競技成績上位アスリートが総合点で競技成績に劣るアスリートを上回っていた結果から、スポーツ活動に精進し優れた実績を上げることで「人間力」がさらに高まる可能性を示した。

しかしながら、以上の考察は依然仮説の域を出ておらず、普遍化するためにはさらにデータを積み重ね、検証する必要がある。特に本分析対象者には競技種目に偏りがあり、採点競技を専門とするアスリートは含まれていなかった。よって今後は、種目や競技レベルの異なるより多くのアスリートを分析対象として標本数を増やす必要がある。また本EQS調査を同一の被験者に対して継続して行うことも重要と考えられる。今回調査に協力した学生の感想として、「自分自身を見つめ直すよい機会となった」とか「他人と比べることによって自分の足りない点があった」などの意見も寄せられており、縦断的に調査することで体力・技能面だけでなく情動面における自らの変化をとらえことができるであろう。それによってスポーツ活動が「人間力」におよぼす影響をより客観的に評価することが可能になると思われる。

4. まとめ

本研究では、情動知能尺度(EQS)を用いて、大学生アスリートの情動的知能に関する特徴を明らかにすることを目的として調査をおこない、以下のような結果を得た。

- 1) 本研究の対象となった大学生アスリートは一般学生と比較して、すべてのEQS項目において有意に高い値を示した。
 - 2) 男子アスリートは、女子アスリートと比較して「自己対応」領域の対応因子得点において有意に高い値を示した。一方女子アスリートは、男子アスリートより「対人対応」領域の得点が高い傾向にあった。
 - 3) 団体種目アスリートは、個人種目アスリートと比較して「状況対応」の領域得点において有意に高い値を示した。
 - 4) 競技成績に優れたアスリートは、その他のアスリートと比較して総合点において有意に高い値を示した。
- 以上の結果から、スポーツ活動によって

「人間力」が高まる可能性とともに、スポーツ活動の種類によって異なる「人間力」が向上する可能性も示唆された。

5. 謝辞

本研究プロジェクトは、日本学術振興会科学研究費基盤研究A(16200041)の助成を得て実施した。

文献

- 1) ダニエル・ゴールドマン：EQこころの知能指数。土屋京子(訳)，講談社：東京，1996.
- 2) カール・グスタフ・ユング：分析心理学。みすず書房：東京，1976.
- 3) ジョセフ・チャロスキー，ジョセフP. フォーガス，ジョンD.メイヤー：エモーションナル・インテリジェンス。中里浩明，島井哲志，大竹恵子，池見陽(訳)，ナカニシヤ出版：京都，2005.
- 4) 社団法人日本青年会議所：人間力大賞(青年版国民栄誉賞)
<http://www.ningenryoku.org/index.html>
- 5) 厚生労働省職業安定局：若チャレ！(若者の人間力を高めるための国民運動)<http://www.wakamononingenryoku.jp/index.php>
- 6) 人間力戦略研究会：人間力戦略研究会報告書 若者に夢と目標を抱かせ、意欲を高める～信頼と連携の社会システム～
www5.cao.go.jp/keizai1/2004/ningenryoku/0410houkoku.pdf
- 7) 文部科学省：教育改善 人間力向上のための教育改善の推進。
http://www.mext.go.jp/b_menu/soshiki2/08.htm
- 8) 大野木裕明：情動知能指数(EQS)と自我態度スケール(EAS)および短縮版ネオ人格目録改訂版(NEO-FFI)間の相関的関連性。福井大学教育地域科学部紀要(教育科学)，60：1-8，2004.
- 9) 内山喜久雄，島井哲志，宇津木成介，大竹恵子：EQSマニュアル。実務教育出版：東京，2001.
- 10) 高木英樹，真田久，坂入洋右，嵯峨寿：スポーツマンに必要な人間力とは何か？，大学体育研究，28：33-42，2006.