

# 「ライフスキル教育」開発プロジェクトの実践と課題

## — 硬式野球部の取り組みを事例として —

松野 光範<sup>1</sup>, 来田 宣幸<sup>2</sup>, 横山 勝彦<sup>3</sup>

## The practice and problem of “Life skill programs” for the student athlete

Mitsunori Matsuno<sup>1</sup>, Noriyuki Kida<sup>2</sup>, Katsuhiko Yokoyama<sup>3</sup>

Maladaptive of society and action with problem happens frequently in youth. The approach on “Life skill education” started for these problem solving. In this article, the authors reported the team building program for the Doshisha University baseball club based on life skill education. In the approach, the goal setting, the self-evaluation and the plan-do-check-action (PDCA) cycle etc. were executed through the team-building meeting. Moreover, the team mission (principle) and the code of good practice were established, and the team rule was made. It was suggested that these approaches improved the life skill of communication skill, creative thinking, critical thinking for student athletes.

【Keywords】 Student athlete, Life skill programs, Program development for life skill

最近では、青少年の社会への不適応や問題行動が多発し、青少年期における人格形成教育が問われている。これらの問題解決の手段として、教育現場やスポーツ団体では、ライフスキルと呼ばれる概念に立脚した教育への取り組みが始められている。そこで、本稿では同志社大学硬式野球部を対象としたライフスキル教育に基づくチームビルディングプログラムの取り組みを報告し、その成果と課題を整理した。取り組みでは、ミーティングにおいて目標設定や自己評価、PDCA サイクルなどを実施した。また、チーム理念や行動規範を定め、チーム規則を制定した。このような取り組みによって、野球部員のコミュニケーションスキルや創造的思考、批判的思考などのライフスキルなどが向上する可能性が示唆された。

【キーワード】 学生スポーツ選手、ライフスキル教育、プログラム開発

## I. はじめに

### 1. 背景：スポーツ選手の不幸事

現代の日本社会においては、核家族化の進行や共同体としての地域の崩壊、コミュニケーション能力の低下などを背景にして、青少年の社会への不適応や問題行動が多発し、青少年期における人格形成教育が問われている。このことは、スポーツマンシップという言葉に象徴されるように、一般的には社会のロールモデルと認識されているスポーツ選手についても例外ではなく、たとえば大麻の使用や栽培、集団での暴行事件などの不幸事や大学での授業についていくことができ

ない学生スポーツ選手の現状がマスメディア等において取り上げられている。

これらの問題を解決するための手段として、教育現場やスポーツ団体では、ライフスキルと呼ばれる概念に立脚した教育への取り組みが始められている。しかし、現在実施されている取り組みは各チーム単位での個別の対応にとどまり、地域社会全体をカバーする横断的・包括的なネットワークを形成するまでに至っていないのが実情である（横山ほか、2009）。

### 2. 全人的教育の実践

ライフスキルの定義については、コーネル大学のボドウィン（1997）による「複雑で困難な課題に満ち

1 同志社大学ライフリスク研究センター（Life Risk Research Center, Doshisha University）

2 京都工芸繊維大学大学院工芸科学研究科（Graduate School of Science and Technology, Kyoto Institute of Technology）

3 同志社大学スポーツ健康科学部（Faculty of Health and Sports Science, Doshisha University）

た社会の中で成功し、直面する多くの問題を効果的に取り扱うのに必要とされる一般的な個人および社会的な能力」が一般的とされる。

また、世界保健機構（WHO）の精神保健局ライフスキルプロジェクトでは、「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心理社会能力」とされ（WHO, 1997）、次のような具体的なテーマが掲げられている。すなわち、①自己認識、②共感性、③効果的コミュニケーション、④対人関係スキル、⑤意思決定スキル、⑥問題解決スキル、⑦創造的思考、⑧批判的思考、⑨感情対処、⑩ストレス対処である。

ライフスキルは、上述したように人間としての精神的な成長と社会性を促す幅広い諸スキルの総称と捉えられる。しかしながら、現実には、社会環境の変容にともなう外的な要因や生活習慣上ともかかわりの深い、薬物使用、未成年者の飲酒や喫煙、いじめなどに対応する課題や、思春期妊娠、エイズなどのヘルスプロモーション、あるいは知的能力の向上といった個別的な対応にとどまっている状況と考えられる。

### 3. 大学の対応

大学における体育会運動部の活動は、課外活動の一環という位置づけであり、人材・予算・教育機会などの点において、正課教育と比較すると大学からの支援は十分とはいえない現状にある。しかしながら、運動部において一旦不祥事が発生した際には、その責任が強く追及され、当該部員のみならず運動部の休部や廃部などの厳しい処分が下される場合も見られる。学生スポーツ選手に対して、競技力向上に関する支援だけでなく、ライフスキル教育の観点からも組織的、計画的な支援の必要性が高いと言える。また、学生スポーツ選手が高いライフスキルを身につけることによって、社会のロールモデルとしての役割も果たし、青少年における人格形成にも貢献することができる可能性が考えられる。

そこで、本稿は、スポーツが有する人格陶冶の機能を体現すると期待されるスポーツ選手を対象としてライフスキル教育の実践を試み、そのプロセスを振り返ることによって、次への課題を明らかにし、社会的な問題となっている青少年の人格形成に寄与する一助となることを目的とする。

## Ⅱ. 硬式野球部での取り組み

### 1. 経緯

2008年4月、同志社大学硬式野球部（以下、野球部）において練習中にある不祥事が発生し、2008年7月にその不祥事に関する報告書が提出された。報告書の

中で、再発防止策として、学生に対する教育、指導体制の改善、寮生活の指導の観点から様々な取り組みの実施が明記された。

不祥事に対する上述した治療的および予防的取り組みだけでなく、チームとしてのプレゼンス向上を目標として、野球部の部長が中心となり、教育的介入の視点に立ったチームビルディングに取り組んだ。その際、ライフスキル教育の観点に基づいたチームビルディングを進めるため、ライフスキル研究会に取り組みに対する協力が依頼された。ライフスキル研究会は、京都の大学教員が中心となってライフスキル教育の実態解明、教育プログラムの体系化、教育プログラムの実践などを行っており、ライフスキル研究会としては、野球部との共同研究を進める形で野球部の支援を実施した。

### 2. 実施体制

ライフスキル研究会に所属する3名（以下、LS指導者）が、支援スタッフとして野球部のチームビルディングとしての取り組みに参加した。LS指導者は、競技力向上と組織としてのチーム力向上を目指し、包括的な心理的および社会的サポートを行った。

野球部の取り組みは、10名程度が参加するミーティングを中心に実施された。ミーティングへの参加者は、

表1 ミーティングのスケジュール

No.	月日	場所	内容
1	2008/11/22	今出川	学生中心ミーティング
2	2008/12/23	今出川	学生中心ミーティング
3	2009/1/10	京田辺	学生中心ミーティング
4	2009/1/17	京田辺	学生中心ミーティング
5	2009/1/23	京田辺	学生中心ミーティング
6	2009/2/14	京田辺	学生中心ミーティング
7	2009/3/1	京田辺	学生中心ミーティング
8	2009/3/23	京田辺	学生中心ミーティング
9	2009/4/7	京田辺	学生中心ミーティング
10	2009/4/23	今出川	スタッフミーティング
11	2009/5/7	京田辺	学生中心ミーティング
12	2009/5/14	今出川	スタッフミーティング
13	2009/6/4	京田辺	学生中心ミーティング
14	2009/6/18	京田辺	学生中心ミーティング
15	2009/6/26	今出川	第1回戦略会議
16	2009/7/16	京田辺	学生中心ミーティング
17	2009/8/6	今出川	第2回戦略会議
18	2009/9/11	京田辺	学生中心ミーティング
19	2009/10/1	今出川	第3回戦略会議
20	2009/10/7	京田辺	学生中心ミーティング
21	2009/11/12	今出川	学生中心ミーティング
22	2009/11/19	今出川	第4回戦略会議

部長、副部長、主将、主務、各ポジションのリーダー、マネージャーらであった。また、野球部 OB 会会長、副会長、連盟常任理事らが参加する場合もあった。今回の取り組みは、チームの選手全員に対してサポートを実施する直接的アプローチ法ではなく、チームの中心メンバーに対して指導することを通して、チーム全体としての競技力向上を目指す間接的アプローチ法であった。

ミーティングで議論する内容は野球部に関わることで全般であり、議論を通してチームの課題を抽出し、その課題を解決する方策を検討するものであった。ミーティングでは、宿題という形で学生らに取り組むべき課題を与え、次のミーティングにおいて、取り組んだ結果を作成した資料に基づいて発表し、さらに議論を深めていく形式をとった。ミーティングの進行は、部長がつとめ、2009 年 9 月以降に実施された学生中心のミーティングでは監督が進行をつとめた。

ミーティングの開催日は、表 1 に示した通りであった。第 1 回のミーティングは、新チームがスタートした直後である 2008 年 11 月 22 日に開催され、月に 1

回から 3 回程度の頻度でミーティングを行った。日程は事前に予定を全て組んで定期的実施するのではなく、学生らに与えられた課題等を考慮に入れて、適宜、次の日程を決めて実施した。1 回あたりのミーティング時間は 90 分間として、大学内の教室や会議室にて実施した。

### 3. 内容

#### 1) 目標設定

最初の取り組みとして、競技意欲を高めることを狙いとした目標設定を実施した。LS 指導者は、ミーティングにおいて目標設定の意義と効果的な方法を説明し、宿題として学生らにチームと各ポジションの目標を立てさせ、目標を達成するためにすべきプロセス目標を考えさせた(11 月 22 日)。学生は次のミーティングまでに各自が担当するセクションの目標を設定し、1 年間の計画を立てた。また、チームとしてのスローガンや組織図、年間スケジュール等を考えた。

表 2 は 2 回目(12 月 23 日)のミーティングにおいて提示された資料の一部である。本稿では外野手セクションが作成した資料を具体例に取り上げて示すこと

表 2 ミーティング資料の一部(12 月 23 日)

1. 年間通じての役割としての目標
  - ・長打の少ない守備
  - ・攻撃的走塁
  - ・最後まで諦めない熱い集団
2. 目標に対してのプログラム
  - ・体力強化期間は走ること、遠投に力を入れる。
  - ・実践練習、オープン戦ではミスを怖がらずに挑戦する。
  - ・チームで統一された走塁。ミーティングにより徹底、練習で確認。
  - ・試合後、練習後、その都度外野手によってミーティングを行う。
  - ・常に問題意識、方向性を確認する。
  - ・甘い気持ち、考えのある選手がいる場合、自分たちの判断でも除外できる環境。

表 3 ミーティング資料の一部(1 月 17 日)

- 強み
- ・リーグ戦を経験している選手が残っている。
  - ・例年よりもゴロ捕球からのバックホームが安定している。
  - ・元気があり、盛り上げられる。
  - ・選手数が多い。
  - ・細かい攻めを積極的に行う選手が多い。
- 弱み
- ・肩が弱く長打が多い。
  - ・下級生の守備に対する意識が上級生に比べて低い。
  - ・チーム全体、走れる選手が少ない。
  - ・まだ外野手グループとしてはまとまっていない。
  - ・右バッターが少ない。
- 課題
- ・肩・足の強化。
  - ・下級生に対しての、守備への意識付け。
  - ・意見交換ができる機会作り。
  - ・外野手グループとしてまとまる。
  - ・様々な状況を想定した練習。

とする。ミーティングでは、担当した学生が資料に基づいて補足説明を行い、その後、全体で議論を行った。その際、目標や課題が抽象的で漠然としていると議論になり、その理由は自己分析が出来ていない可能性が指摘された。そこで、LS指導者が目標設定や計画立案、評価のポイントを具体的に指導し、自己分析を行い、達成期限を定めた目標を建てることを宿題として指示した。

宿題への取り組み具合を観察しながら、1月10日にLS指導者より、現状を把握するための自己分析として長所と短所を記述し、期日を区切った3月2日までに達成すべき課題を具体的に挙げるようアドバイスを学生に与えた。

表3は1月17日のミーティングにおいて提示された資料の一部である。ミーティングにおいて、さらに具体的な行動として何をすべきかまで考えた方が良い

表4 ミーティング資料の一部(1月23日)

- ・全員集まって意思疎通してからノックに入る。
- ・普段正面だけのノックなので試合に近い形式で実施する。

表5 チーム全体ミーティングでの資料の一部(2月1日)

#### 1. 現状

(1) 人数…21名(3回生7名, 2回生5名, 1回生9名)

(2) 強み

- ・リーグ戦を経験している選手が残っている。
- ・例年よりバックホームが安定している(ゴロ)。
- ・元気のある選手がいる。
- ・選手数が多い。
- ・細かいプレーを積極的に行う選手が多い。

(3) 弱み

- ・肩が弱い。
- ・長打が多い。
- ・下級生の守備に対する意識がまだ低い。
- ・外野としてまだまとまってない。
- ・右バッターが少ない。

(4) 現状に対するまとめ

第一に秋の紅白戦でも挙げられた長打の多さを解消していきたい。そのためにはフィジカル面では「肩」の強化が必要である。また広い守備範囲を守るのだから当然「足」も必要不可欠であるのでこの冬、春を通して強化していきたい。またリーグ戦を経験している者からの意見を聞き、全体に役立てたい。バックホームの安定感は昨年度から少し力を入れて行っていることでもあり、改善が見られるのでこれからも継続し高めていきたい。

話し合いが少なかったこともあり、それぞれバラバラの意識の下、取り組んでいるため守備に対する意識の差に繋がっていると考える。話し合いを推し量って闘う集団を形成して行くつもりだ。

#### 2. 目標

(1) 長期目標

- ・長打の少ない守備。
- ・走れる外野手。
- ・諦めを知らない熱い集合団体。

(2) 短期目標

- ・意思あるポジショニング。
- ・幅広い状況を体験する。
- ・ミーティングでは進んで意見を出す。
- ・80%正確なスローイング
- ・キャッチャーが取り損ねたら走る

(3) 目標設定にあたって

長所と短所を見つめ、同志社大学の外野手のカラーとして打ち出していくために掲げたのが長期目標である。この長期目標は今年度のシーズンが終了時点で振り返り達成できたか否か確認したい。今シーズンの課程の中で達成することが望ましいのが短期目標で挙げた3点である。短期の達成するために取り組み、結果的に長期目標が達成されるのが望ましい。

#### 3. 目標を達成するために

- ・遠投。
- ・走塁、スタートの練習。
- ・ポジション別ノックの時に行う状況を確認。
- ・ミーティングの体制作り。

#### 4. 最終目標

「神宮出場」外野手がプレーと元気の両面からチームを牽引することでチームの目標が達成されと考えている。



という指摘があり、さらに目標と計画の精度を上げることが宿題となった。表4は1月23日のミーティングにおいて提示された資料の一部であり、実際の練習で取り組む内容など少しずつ具体的な記述ができるようになっていくことがうかがえる。

このようなやりとりを通して、「同志社大学硬式野球部2009年度活動方針」「組織図」「年間スケジュール」をまとめ、冊子として部員全員に配布し、部員全員が参加するミーティングを開催した(2月1日)。表5は2月1日に学生に配布した資料の一部である。2ヶ月ほどの期間をかけて、少しずつ記述内容も豊富になっていった様子がうかがえる。

## 2) 計画に対する評価

2月1日に設定した目標に対応する形で、目標の達成度の評価に取り組んだ。2月14日のミーティングでは2週間の取り組みをふり返り、計画の達成具合を自己評価によって確認した。また、次の自己評価は2週間後の3月1日に実施することとし、1ヶ月間の取り組みを、①具体的な成果、②成果には表れていないが頑張った点、③具体的な改善点、④改善点がクリアされると達成される将来の展望という4観点によって自己評価を行った。表6は3月1日のミーティングにおいて提示された資料の一部である。ただ単に良かった、悪かったという表現だけでなく、具体的な成長や自分自身が行った取り組みに対してふり返ることが少しずつできるようになってきている。しかし、まだ「意識を高めたい」など抽象的な目標や自己評価なども多く見られる。

3月1日からオープン戦が始まり、4月からはリーグ戦が開幕する。そこで、目標の達成度を毎日、行動

レベルで自己評価し、目標を意識するため、○×式で評価するチェックリストを作成した。チェック項目については、リーグ戦終了まで同じ項目で継続するのではなく、不具合が生じてきたときには変更するようにした。すなわち、チェック項目は最初から完成されたものを目指すのではなく、オープン戦やリーグ戦を通して精度を高めていくこととした。3月13日から3月22日まで生活、態度、体調に絞ってチェック表形式の自己評価(表7)を実施し、そのチェックリストに基づいてミーティングを行った(3月23日)。リーグ戦中もチェックを継続し、4月7日、5月7日のミーティングで達成状況を確認した。

## 3) サポートスタッフ(マネージャー陣)の充実

ミーティングでは、競技力向上に直接的に関係する技術的な側面だけでなく、学業や生活、日常態度など広くチームの課題を検討し、学生を支援する体制の整備も目指した。学生支援を充実させるためには、チームの運営スタッフとしてマネージャーが果たす役割が非常に重要となる。そこで、マネージメントスタッフを効果的に機能させるために取り組む必要のある課題を整理し、その対策を共有した(4月7日)。その上で、マネージャーの仕事内容を整理し、業務内容や役割分担を明確にした(5月7日)。

学業と競技の両立を支援するために、2008年度秋学期の取得単位数および入学以来の総取得単位数の調査を実施した。マネージャーが中心となって個人別の情報を整理し、卒業に必要な残り単位数を語学や専門そのほかに分けて、個人別一覧表を作成した(4月7日)。このデータに基づき部員の学業面における状況を把握し、履修に関する指導を行った。

表6 ミーティング資料の一部(3月1日)

### 1. 具体的な成果

- ・守備に対する意識が高くなった。                      ・下からの意見が出てくるようになった。
- ・中継まで投げる距離が伸びている。                      ・練習の目的が明確になったため説明しやすい。

### 2. 成果には表れていないが頑張ったところ

- ・走塁に関してのミーティングを行った。                      ・柔軟を強制的に取り入れた。

### 3. 具体的な改善点

- ・走塁に関して積極的に口を出していきたい。                      ・キャッチボールの意識をもっと高めたい。
- ・練習でのプレッシャーのかけ方。

### 4. 改善点がクリアされると達成される将来の希望

- ・基本ができてくれば無駄なミスが減少する。                      ・走塁は波がないのでうまいチームは必ず強い。
- ・柔軟性が高まることで今以上に体を上手に使えるようになる。
- ・プレッシャー慣れすることによっていざというときも普段の動きができる。

表7 チェックリスト

(全ポジション共通)	
1. 練習の10分前に集合する	
2. 病気で練習欠席者ゼロ	
3. 練習開始1時間前までに朝食	
4. 帰宅後ストレッチを行う	
5. 部屋の整理整頓ができています	
6. 球場付近にゴミが落ちていない	
7. 挨拶がしっかりできた	
8. 道具を大切に使う	
9. 靴、スリッパを揃える	
10. 練習に忘れ物なし	
(主将)	
11. アップから元気がある	
12. ランニングメニューもしっかりこなせている	
(投手)	
11. 試合前日、当日にしっかり調整できたか	
12. 試合で目標を設定し、反省できたか	
13. 投げ込みができていたか	
14. ランニングを手を抜かず走ったか	
(捕手)	
11. ケガをしない	
12. ランニングで全力を出す	
13. ホームベース周辺の整備が万全	
(内野手)	
11. 低い送球を意識する	
12. 低い打球を意識する	
13. 緩慢なプレーを注意する	
14. 自分のポジションを整備する	
15. 試合に向けてのモチベーションアップ	
(外野手)	
11. 外野陣でミーティングをする	
12. 逆方向への打球の意識	
13. ノック時に全員、打球を目で追う	
14. 練習後に肩のケアをする	
15. リーグ戦に向けてのモチベーションアップ	

また、春学期における部員の授業登録状況も調査し、全選手の時間割を把握した。時間割表に基づき練習に参加できる時間帯を整理し、曜日時間帯別の練習参加者一覧を作成し、練習プログラム作成の参考にした(5月7日)。

#### 4) チーム組織作り

野球部の部員は110名を越えており、監督や少数のコーチで全部員に対応することは困難である。グラウンドでの技術や戦術の指導は監督やコーチが行い、マネージャーだけでなくチーム全体を支える組織が重要にある。そこで、学生中心の取り組みだけでなく、部長、副部長、監督、OB会が一体となり、チームを組織的に支援する仕組みづくりを検討した(4月23日)。

野球部の組織としては、野球部長をトップに置き、その下に選手やマネージャー、コーチ陣を配置し、全ての責任の所在を明らかにし、学生支援を行う組織の枠組みと役割を明確にしたものを作成した(図1)。

執行部は、野球部の最高意思決定機関であり、部長、副部長、監督、監督補佐、コーチ、トレーナーから構成され、各ブロックに執行の指示をする。今回、本大学職員2名を新たに副部長とし、運営に携わるようにした。

戦略会議は、執行部、OB会会長、副会長、主将、主務、アドバイザーボードで構成され、今後の硬式野球部の方針を執行部とともに検討する。月に1回程度のペースで戦略会議を開催した。各ブロックは主体

的に学生支援を進め、戦略会議では、各ブロックの活動状況が報告され、進捗状況を共有し、チームの課題を洗い直して解決策を講じた。

リクルートブロックは、野球部の目標に合致した形で選手のリクルートを担当する組織である。また、大学入学後の新人教育も担当する。競技力向上ブロックは、バイオメカニクスや運動生理学、スポーツ心理学等の科学的手法によって競技力の向上を図る。主力メンバーの社会人チームへの練習参加や早期引退制度等も検討している。

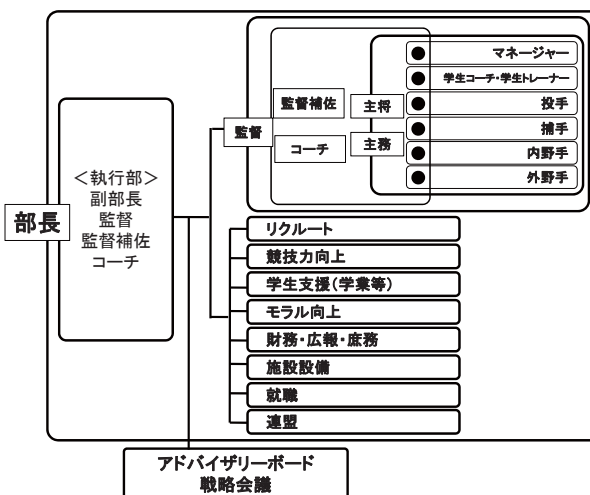


図1 チーム組織図

学生支援ブロックは、学業面を中心とした学生生活全般を支援する組織である。登録単位、修得単位・修得科目を把握し、登録科目の相談に応じる。個人別学生カルテを作成し、各人の人生目標・競技目標を明確にし、部員との面談等を計画している。モラル向上ブロックでは、ルール違反者に対するペナルティーの手続きを確立するとともに、モラルの向上をはかる講習会の開催、寮規則の完成とその徹底等の方策を行い、硬式野球部憲章を実体化する組織である。

財務・広報・庶務・渉外ブロックは、正確な計算書類や経理規程を整理し、各年度の事業計画の作成と年度終了後の検証を行うとともに、少年野球教室や地域社会との連携推進、学内高校対抗戦の活性化を行う。

施設設備ブロックは、競技力向上のために施設設備の整備を実施する。就職ブロックは、OB会の協力も得ながら、卒業後もプロ野球や社会人野球などで選手として現役継続を希望する者への支援だけでなく、一般就職志望者に対しても就職ネットワークを構築し、

学生を支援していく組織である。連盟ブロックは、関西学生野球連盟との連携をはかり、連盟常任理事や学生委員がブロック員になり連携調整にあたる。

#### 5) チーム理念・行動指針・規約の明文化

チーム組織作りと同時に、野球部のチーム理念およびチーム規約作りにも取り組んだ。チーム理念としては、2008年7月に制定された同志社大学硬式野球部憲章に則り、単なる野球技術の向上だけではなく、知育・徳育・体育のバランスのとれた人材を養成することをチームの最高目標とし、「日本学生野球のロールモデル、かつ、同志社大学体育会のロールモデルの構築」をチーム理念とした（表8）。

また、この理念を具体的な行動として示したものを行動指針として、①4年間での卒業、②高い競技力の養成、③一般学生の規範となるようなモラルを持った行動と社会貢献を目指すことの3点を挙げた（4月7日、4月23日）。この3点は野球部憲章の本文として目標とする具体的な行動が規定されている（資料1）。

表8 チーム理念・行動指針

【チーム理念】：憲章前文、規約第1条：日本学生野球のロールモデルを構築  
 【行動指針】：憲章本文、規約第5条  
 ①4年間での卒業  
 ②高い競技力の養成  
 ③一般学生の規範となるようなモラルをもった行動と社会貢献

資料1 野球部憲章

#### 同志社大学体育会硬式野球部憲章

(2008年7月22日制定)

(2009年11月19日改正)

私たち同志社大学体育会硬式野球部は、全国大学野球選手権大会ならびに明治神宮野球大会での優勝を目指すとともに、日本学生野球の規範となる活動を行い、野球をとおして学生を教育し良き社会人を育成し、「日本学生野球のロールモデル、かつ、同志社大学体育会のロールモデルを構築する」ことを目的とする。そのために、下記項目を順守する。

一、同志社大学全学生の模範となる人物像を目指す。

一、文武両道を旨とする。

一、勝利に対する高い意識を持つ。

一、同志社大学の学生であること及びアスリートであることの自覚を常に持ち、社会規範を尊重し法令を順守する。

一、同志社大学硬式野球部員としての誇りを常に持ち、ひたむきにそして謙虚な姿勢で部活動に励む。

一、上回生は責任と思いやりを持って下回生を指導・教育し、下回生は尊敬をもってその指導・教育を受けるよう心がける。

一、部員相互の尊厳を認め合うとともに、各個人がそれぞれの責任を果たすことで、一つの集団としての協調を図る。

一、決して現状に満足することなく、理想の実現に向けて、部員や関係者で積極的に話し合い、常に改善策を考え実行する。

以上

## 資料2 野球部規約

## 同志社大学硬式野球部規約

(2009年11月19日制定施行)

(目的)

第1条 同志社大学体育会硬式野球部憲章の前文で示されたとおり、同志社大学体育会硬式野球部は、全国大学野球選手権大会ならびに明治神宮野球大会での優勝を目指すとともに、日本学生野球の規範となる活動を行い、野球をとおして学生を教育し良き社会人を育成することを目的とする。

(名称)

第2条 同志社大学体育会硬式野球部と称する。

(所在地)

第3条 〒610-0394 京田辺市多々羅都谷1-3 同志社大学体育ハウス2

(会員)

第4条 同志社大学体育会硬式野球部部員で構成する。

2 執行部として、部長1名、副部長数名、監督1名、主将1名、主務1名を置く。また、必要に応じてその他の役員を置くことができる。

3 入部、退部、休部を希望する者は、各届出書を監督を通じて部長に提出し、その承認を得るものとする。

4 4回生は、納会を持って引退とする。ただし、4回生春シーズン終了後、もしくはそれ以前に、監督は本人の希望を確認し、引退することを認める。

(行動指針)

第5条 硬式野球部部員は、「同志社大学体育会会員憲章」「同志社大学体育会硬式野球部憲章」を遵守して行動する。

2 硬式野球部部員は、①4年間での卒業②高い競技力の養成③一般学生の規範となるようなモラルを持った行動と社会貢献を目指す。

(規則)

第6条 硬式野球部部員は、目的達成のために次の規則を遵守する。

2 暴力行為ならびに体罰は厳禁する。

3 学内試験における不正行為は厳禁する。

4 硬式野球部の内部情報を漏洩しないこと。

5 常に全力プレーとフェアプレーを遂行すること。

6 挨拶を徹底し、執行部、OB、上回生に対して正しい敬語を使用すること。

7 時間を厳守すること。

8 体育会員にふさわしい頭髪、服装をすること。なお、茶髪、パーマ、髭、ピアスは厳禁する。また、パフォーマンスが低下するような長髪は慎むこと。

9 無断で試合、義務付けられた試合観戦、練習を欠席、遅刻、早退しないこと。やむを得ない事情で欠席、遅刻、早退をする場合は、必ず監督または主務に連絡すること。

10 未成年部員の飲酒、喫煙は禁止する。成年部員についても、飲酒、喫煙によりパフォーマンスが低下するようないかなうように慎むこと。なお、原則としてクラブ活動中の喫煙は禁止する。

11 アルバイトはクラブ活動に支障のない範囲で行うこと。

12 その他、硬式野球部員としてさらには、同志社大学の学生としてふさわしくない行動を取らないこと。

13 第2、3、4、12項については、引退した4回生にも適用するものとする。

(年度ならびに活動方針)

第7条 硬式野球部の事業年度および会計年度については、1月1日から12月31日までとする。

2 各年度初めに理念、目標、スローガン、行動方針、運営体制等を明確にした年度活動方針を定めるものとする。

(部員の処分)

第8条 部員の処分として、退部処分、休部処分、戒告処分を置く。



- 2 部員を処分する際には、当該の部員に十分な弁明の機会を与えなければならない。
- 3 処分は、当該部員に告知するとともに、部室に掲示する。
- 4 処分内容に不服のある部員は、1週間以内に執行部会議に対して異議を申し立てることができる。

(退部処分)

第9条 下記の場合は、執行部会議の議を経て退部処分に処する。

- 2 刑事処分に問われた場合
- 3 大学から停学以上の処分に問われた場合
- 4 休部処分を重ねた場合
- 5 その他、硬式野球部員としてあるまじき行為を行った場合

(休部処分)

第10条 下記の場合は、執行部会議の議を経て休部処分に処する。なお、休部期間は、実状に応じて執行部会議で決定する。

- 2 大学からけん責処分に問われた場合
- 3 学内試験において不正行為があった場合
- 4 硬式野球部の内部情報を漏洩した場合
- 5 学業成績が著しく不良である場合
- 6 戒告処分を重ねた場合
- 7 その他、硬式野球部員としてあるまじき行為を行った場合で、第9条第5項に該当しない場合

(戒告処分)

第11条 下記の場合は、監督が判断し戒告処分とする。なお、その度合いにより試合出場停止処分に処する場合もある。

- 2 第6条第5項から第10項に違反する行為を行った場合
- 3 その他、硬式野球部員としてあるまじき行為を行った場合で、第9条第5項および第10条第7項に該当しない場合

(表彰)

第12条 下記の場合は、執行部会議の議を経て表彰する。

- 2 関西学生野球六大学リーグ戦で表彰選手、ベストナインに選出された場合
- 3 全日本大学野球代表選手に選出された場合
- 4 クラブ活動に熱意を持って参加し、かつ4年次生春学期末の通算 GPA が3.0 以上の場合
- 5 その他、同志社大学学生として本学の名誉を高める行為を行った場合

さらに、行動指針に基づいて、12項目からなる野球部規則を制定した(資料2)。一連の作業は、部長や監督が中心となって実施し、選手に対してもミーティングを通して意見を聞き、全体での合意を得るように心がけ、指導者だけでなく、学生と共に築き上げていく手順を踏んだ。

### Ⅲ. 考 察

#### 1. 理論的背景および教育プログラム

##### 1) 理論的背景

Danish and Hale (1981) によってライフスキルという概念が紹介されて以降、スポーツ心理学などの分野においてスポーツ選手を対象としたライフスキル教育に関する研究が多く行われている。ライフスキル教育の理論的背景には、ライフスキルは学習によって獲得可能であるという考え方があり、これはバンデューラ(1979)による社会的学習理論に基づくと考えられる。社会的学習理論では、日常生活への不適応や問題行動の原因をパーソナリティや環境に求めるのではなく、個人の能力やスキルの欠如として捉え、教示やモデリング、フィードバックといった方法によって学習され

るとする。

今回の硬式野球部における取り組みでは、LS指導者を始め、野球部長や副部長、監督らが学生と関わることによって、適切な行動を促進させるよう指示やフィードバックを与えた取り組みであったといえる。特に、ミーティングにおいて目標設定や自己評価を実施する際には、学生に対して自らの頭で考えるよう指示した上で、適切な目標設定が達成されたか否かについて即時フィードバックを与えた。LS指導者は、フィードバックを与える際、曖昧な表現はできるだけ避け、良い悪いについての確に伝えるよう心がけた。

## 2) ライフスキル教育プログラム

ライフスキルの教育プログラムには、国内外を問わず多くの実践が報告されている。それらのプログラムは、一般の人を対象としたプログラムとスポーツ選手を対象としたプログラムとに大きく分けることができる。一般の人を対象としたプログラムにはライオンズクラブによる「思春期のライフスキル教育プログラム」やJKYB (Japan Know Your Body) ライフスキル教育研究会によるプログラム、GOALプログラムなどがある。スポーツ選手を対象としたプログラムには、「学生アスリートのためのライフスキル研究会」によるプログラムやSUPERプログラム、Play It Smartプログラムなどがある。今回の取り組みはスポーツ選手を主な対象としたものであり、後者の範疇に相当する。

また、スポーツ選手を対象とした教育プログラムの中にも、競技以外の場面（日常生活場面）における人間的、社会的成長をめざすプログラムと競技力向上に直結する形でライフスキルの獲得を促進させるプログラムとに分けることが出来る。今回の取り組みは、競技力向上のための様々な活動を通して、社会に出てから必要とされるスキルを学生に獲得させるよう実施したものであり、学生のライフスキル獲得のみを目標とした取り組みではなかった。

近年、ライフスキル教育の重要性は認識されるようになってきたが、学生スポーツ界では、生きる力やモラルといった日常生活でのライフスキルのみを教育する際、スキル獲得について学生への動機付けが難しい場合もある。今回の事例のように、競技力向上を中心に据えつつ、ライフスキルの獲得や向上を目指すことは、学生に対して取り組みへの動機付けを高めるために有効な手法の1つと考えられる。そのような観点からも、スポーツ競技を通したスポーツ場面でのライフスキルの獲得、および日常生活への汎化の実態とそのメカニズム解明については、今後の研究が大いに期待される分野といえる。

## 3) 直接的アプローチと間接的アプローチ

スポーツメンタルトレーニングのチーム指導におい

て、選手個人に直接働きかける方法を直接的アプローチ法といい、一方、コーチや一部の選手に対して指導を行い、その指導がチーム全体へ波及することを期待する方法を間接的アプローチ法という（来田ほか、2006）。今回の取り組みにおいて、ミーティングに参加したのは主将や主務、各ポジションのリーダーや野球部の一部の部員であった。ミーティング参加者に対する介入としては直接的アプローチ法であったが、チーム全体に対する介入としては間接的アプローチ法であったといえる。

一般的に、直接的アプローチの方が高い成果が得られると考えられるが、100名以上の部員に対してLS指導者や野球部長らが十分な指導を行うには時間的にも限界がある。したがって、少ない時間で同じだけの成果を上げられるようにするための努力が必要であり、間接的アプローチ法はその1つと考えられる。しかし、1年間の取り組みを通して、直接的アプローチ法によって介入した選手とそれ以外の選手において、成果の差が観察される場合もあり、チーム全体への浸透の度合いについては十分とはいえない状況であった。この点については、今後の課題といえる。

## 4) 介入モデル

ライフスキル教育における介入モデルには、治療的介入モデル、予防的介入モデル、発達の介入モデルがある。治療的介入モデルとは、問題行動が発生した後に対処するものであり、予防的介入モデルとは、予防医学における第一次予防の概念であり、問題発生を抑制することに重点を置く。一方、発達の介入モデルでは、人生における連続した人間としての成長の観点から、ライフサイクルにおける経験によって個人の能力やスキルの向上を重視する。

今回の取り組みは、野球部内で発生した不祥事がきっかけとなって実施されたものであるが、問題発生の原因を硬式野球部内の問題のみと考えるのではなく、野球界やスポーツ界全体に染みついた根の深い問題であると捉え、新しいロールモデルの構築を目指して実施された。その点において、単なる事後対応や再発予防といった治療的、予防的介入だけではなく、発達のモデルとして人間力の向上を目指した取り組みであったといえる。

## 2. 取り組みの成果および今後の課題

### 1) 自ら考える力の醸成

野球部は、2008年4月に野球部で発生した不祥事に対して、単なる部員の個人的な問題であるという認識はせず、野球界やスポーツ界に特有の体質が不祥事の背景の1つにあると考えた。その体質とは、監督やコーチといった指導者や上級生には絶対的に従わなけ

ればならないという風潮であり、そのことが原因で、自分の頭で考えず、自分自身で問題を解決しようという選手になり、言われたとおりに動けば良いという受け身になるため批判的思考や効果的コミュニケーションといったライフスキルが欠如していると考えた。

そこで、この問題を解決するために、今回の取り組みでは部員に対して宿題を与え、自分で考える時間を作り、文章として資料を作成する形式を取った。すなわち、今回実施したミーティングとは、一般的なスポーツメンタルトレーニングで実施されているコミュニケーション実習やワークショップが中心となるミーティングとは異なり、日常的な取り組みの成果を発表し、議論する場所と位置づけた。

今回は一定期間の取り組みを資料としてまとめ、選手が発表した上で質疑応答により進行する形式であり、学生から出された課題に対して、その解決策を提案し、共に解決していく形式であった。すなわち、学生に対して自分自身で考える癖を身につけさせようとするものであった。このような取り組みを通して、WHO が示すライフスキルのうち、意志決定スキルや効果的コミュニケーション、批判的思考、創造的思考の獲得につながるよう試みた。

また、今回の取り組みでは、LS 指導者や野球部長らから部員に対しての押しつけはできるだけ行わないよう心がけた。LS 指導者らは取り組みの意図をことある事に説明し、部員の理解度を確認しつつ、全員が出来る限り納得の上、進めていくよう配慮した。したがって、時間をかけた取り組みとなった。このような取り組みを行うためには、指導者側の姿勢として、すぐに答えを求めるのではなく、相手が考え、成長するのを待つことも重要といえる。

このような取り組みを通して、徐々にではあるが、ミーティングにおいて自分自身の言葉で議論ができるようになっていった。日頃、何気なく繰り返していた練習内容に対して、自ら評価し、次の課題を設定するプロセスであり、一般的に、計画 (Plan) - 実行 (Do) - 確認 (Check) - 改善 (Action) から成り立つ PDCA サイクルが練習姿勢の中に生まれてきた。このことは、「自分で改善できる」「次は自分でできる」という自己統制感を高め、自己有能感、すなわち自信につながっていくと考えられる。

## 2) 学生への支援

今回の取り組みは、学生への指導だけでなく、学生を取り巻く支援体制の整備として野球部長、副部長、OB 会など大人も加わって、課題解決に対して一緒に取り組んだ。松野ほか (2009) が指摘しているように、大学として学生を多角的にサポートする仕組み作りが

重要であり、その土台作りと仕組み作りを支援する形で実施された。予算や決算の仕組みの整備は、財政的基盤を整えるためであり、単位修得状況の把握などは、学習面での支援体制を構築するためであった。

一方で、単なる学生支援だけでなく、チームの憲章を定め、憲章に則った行動規範を明確にすると同時に、チームの規約を制定し、ルールを守ることの徹底も試みた。NCAA などではルールが明確に規定されているが、日本の学生スポーツ界では明確なルールの規定が不十分であり、競技団体や大学による規定が非常に少ない。そこで、野球部憲章および野球部規約を制定した。しかし、規則が定められている意図が不明確であると、規則のための規則となり、有効なチーム運営とはいえない。

そこで、チーム理念としての憲章を制定し、チーム理念を行動レベルに具体化したものを行動指針として明文化し、行動指針に基づき規則を制定する形を取った。すなわち、日本学生野球のロールモデルになるというチーム理念 (ミッション) を定め、その理念を達成するための行動レベルでの方針として、学業、競技力、人間性の3つを兼ね備えた人間を目指すことを明記した。その上で、より具体的な目標となる行動として野球部憲章の8か条を定めた。また、その行動が達成されているか否かを判定するために規約を制定し、これを遵守するようにした。

このようにチーム理念 - 行動規範 - 規則の順に具体化することによって、チーム内の規律を構築するよう試みた。中央教育審議会の「我が国の高等教育の将来像 (平成17年1月28日)」では、高等教育機関に対して、どのような学生を受け入れるか (アドミッション・ポリシー)、どのような教育を行うか (カリキュラム・ポリシー)、どのような人材として社会に送り出すか (ディプロマ・ポリシー) は、その高等教育機関の個性・特色の根幹をなすものであり、明確にすべきであると指摘している。野球部の改革の取り組みは、硬式野球部においてどのような選手を受け入れるか、野球を通してどのように学生を心身共に教育するか、どのような人材として社会に送り出して行くかというチーム理念を構築する試みといえる。

チームの理念を構築することによって、課外活動を通した教育力を高める可能性があるといえる。ただし、そのためには、しくみ作りや関わる人の情熱が必要である。この1年間の取り組みにおいて、チーム理念から規則までを作ることは達成された。しかし、現状ではチーム全体に浸透しているとはいえない。今後は、チームの方針等を浸透させ、徹底させることが課題である。また、学生スポーツの場合は、毎年、一定の割合で新しいメンバーが加わると同時に抜けていく。メ

ンバーが入れ替わったとしても貫かれるものがチームの伝統であり、今後、チーム理念が組織として浸透することによって、学年が進行したとしても持続可能性の高い組織になると考えられる。

#### IV. 展望と課題

本稿では、2008年11月から1年間にわたって同志社大学硬式野球部において実施されたチームビルディングの取り組み内容を整理し、学生スポーツにおける人格形成と競技力向上に果たすライフスキル教育の役割を検討した。教育プログラムとしての評価を実施する場合には、対照群を設定することが時間的にも倫理的にも困難であり、事例を詳細に検討することによって新たな知見を得ることが多い。今回の事例についても、競技力としての向上が垣間見られる場面がいくつかあったが、どの取り組みによって選手やチームに変化が生じたかを特定することは困難である。また、学生のコミュニケーションスキルや共感性などライフスキルの獲得や向上の程度を定量化することも困難である。今後、質的な研究手法なども用いて、チームビルディングにおける取り組みとライフスキル獲得の関係についてより精度の高い仮説を導くことが期待される。

なお、本稿は大学コンソーシアム京都ライフスキルシンポジウム（2009年11月7日）におけるキーノートレクチャーを加筆修正したものである。

また、同志社大学硬式野球部より許可を得た上で、本文中において同志社大学硬式野球部の名称を記載している。

#### 参考文献

- アスリートのためのライフスキルプログラム研究会編、アスリートのためのライフスキルプログラム スポーツを通じた人づくり スタート教材, 2007
- バンデューラ, 原野広太郎監訳, 社会的学習理論, 金子書房, 1979
- Botvin GJ, Prevention of adolescent substance abuse through the development of personal and social competence. National Institute on Drug Abuse Research Monograph, 47, 115-140, 1983
- Danish SJ, Hale BD, Toward an understanding of the practice of sport psychology. Journal of Sport Psychology, 3, 90-99, 1981
- 来田宣幸, 西貝雅裕, 田口耕二, 小田伸午. 現場の指導者が果たす役割に注目したスポーツメンタルトレーニングの実践研究. 京都体育学研究, 22, 33-47, 2006
- 松野光範, 横山勝彦「ライフスキル教育」開発プロジェクトの必要性—スポーツ選手を視点に—, 同志社スポーツ健康科学, 1, 1-8, 2009
- 上野耕平, 体育・スポーツ心理学領域におけるライフスキル研究の背景, 鳥取大学教育センター紀要, 5, 175-188, 2008
- 横山勝彦, 来田宣幸（編）「ライフスキル教育—スポーツを通して伝える「生きる力」」昭和堂, 2009
- WHO 編, 川畑徹朗ほか監訳, WHO・ライフスキル教育プログラム, 大修館書店, 1997