

運動部活動の一環として実施される郵便アルバイトへの参加を通じた  
ライフスキルに対する信念の形成と時間的展望の獲得

上野 耕平

**The adoption of a belief in life skills and acquisition of time perspective  
through a part-time job at the post office as a part of athletic club activities**

Kohei Ueno

**Abstract**

The purpose of this study was to clarify the mechanism of the adoption of a belief in life skills and the acquisition of time perspective through a part-time job at the post office (hereafter JOB) as a part of athletic club activities. In study 1, the investigation was carried out on 6 high school students who participated in the JOB personally and 23 high school students who participated in the JOB as a part of baseball club activities. From the result of study 1, what they experience in the JOB and their interpretations of them was clarified. It also seemed that students who participated in the JOB as a part of baseball club activities recognize the experiences by reference to similar experiences in the club. Furthermore, it was considered that a belief of propriety and cooperation were enhanced through the useful experiences in the JOB. In study 2, an intervention program which consisted of 4-hours of lectures and surveys was introduced to 18 high school students who participated in the JOB as a part of baseball club activities. An analysis of the results was based on their answers to the belief in life skills questionnaire and the experimental time perspective scale, a short report and an interview. From the result of study 2, it was recognized that a belief of positive thinking and endurance were enhanced through the insight into self-experiences in athletic clubs. Additionally, it was suggested that the efforts which create the positive meaning of the experiences in baseball club with the JOB as a start, lead to the development of time perspective.

Consequently, it was suggested that (1) the JOB as a part of athletic club activities with suitable lecture facilitates the adoption of a belief in life skills, (2) a belief in life skills leads to the development of time perspective through an affirmative interpretation of experiences at the athletic club.

**Key words : youth development, interpersonal skills, intrapersonal skills, baseball**

## はじめに

スポーツ選手としての経歴は、社会から積極的な期待を受けてきた。この期待は、スポーツ活動への参加を通じて人生を生き抜いていく上で必要とされる様々な能力が身に付くとする、経験的な知識に基づいている。しかし、スポーツ活動への参加と参加者の人間的な成長に関して、スポーツ心理学分野には多くの先行研究が認められるものの、両者の関係は依然として不明確である（中込，2007）。他方、本テーマに関する研究では、従属変数として各種パーソナリティ変数（自己概念など）が選択されることが多かったことから、スポーツ場面における具体的経験とパーソナリティ形成の関係を理解するためには、相応の知識に基づく思索が必要とされた。

そこで本研究者は、Danish et al. (1995) の研究を参考に、スポーツ活動への参加を通じて獲得可能な目標設定や時間管理といったスキルと、日常生活場面において必要とされる同種の能力（ライフスキル）との関係に注目した。そして、スポーツ活動への参加を通じて獲得可能な能力は、ライフスキルとして日常生活場面に般化可能であるとして、スポーツ活動への参加を通じてライフスキルの獲得に結びつくメカニズムの解明を目的に研究を行ってきた。そこでは、スポーツ経験として運動部活動を取り上げ、運動部活動参加者は全く部活動に参加していない生徒と比較してライフスキルを獲得していることを明らかにした他（上野・中込，1998）、ライフスキル（目標設定スキル）の獲得は、基礎的認知能力の向上を通じて、時間的展望の獲得に影響を及ぼすことを、実践研究に基づいて明らかにした（上野，2006）。パーソナリティ変数ではなく、スキルを従属変数として用いることにより、スポーツ場面における経験が日常生活場面に活かされる過程に対する理解が容易になった。また、スキルの獲得に伴って変化すると考えられる認知的側面（時間的展望）をも視野に含めることで、単なるスキルの獲得に止まらず、スキルの獲得をきっかけに認知的側面における変化が生じる可能性があることを示した。

一方、Petitpas et al. (1992) が、スポーツ経験を通じてライフスキルを獲得していたとしても、それがライフスキルとして社会で利用可能であることを認識していないスポーツ競技者が少なくないことを示唆していることから、ライフスキルの獲得とは別に、ライフスキルの獲得に関する信念の形成過程についても調査を実施した。その結果、後述する通り、ライフスキルに対する信念の形成から時間的展望の獲得に至る過程についての仮説モデルを提示した（上野，2007）。そして本研究では、郵便局における短期アルバイトを利用し、上記仮説モデルに基づいた実践研究を実施する。

郵便局では、年始に年賀状の配達業務が集中することから、年末年始の期間に短期アルバイト（以下、アルバイトとする）を募集している。アルバイトは全体で約 10 日間程度実施され、郵便物の配達、局内における郵便物の仕分けなどの業務が割り当てられる。多くの高校では、一般的なアルバイトは学校による許可制もしくは原則禁止とされるなか、郵便局におけるアルバイトは学校を通じて募集が行われる、公認された活動である。アルバイトを通じては、手紙を確実に届ける、通信の秘密を守るなどの任務を遂行する上で責任感が、配達先での対応では礼儀が必要とされるようである（日本郵政公社，2006）。例えばアルバイトであっても、社会の一端を垣間見ることは、自らの将来を自分で選び取っていく段階にある高校生にとって、意味のある経験となりえる。そして、運動部活動に参加している生徒にとっては、普段のスポーツ場面における経験が、社会においてどのように活かされるのかを実体験する機会とすることができる。

上野（2007）は「スポーツ経験を通じて獲得可能である心理社会的能力は、日常生活に般化可

能であるとする信念」をライフスキルに対する信念と定義し、積極的思考及び忍耐力に対する信念の形成には、部活動経験を振り返る作業が、協調性及び礼儀に対する信念の形成には、実際に役に立った経験が関係することを明らかにしている。さらに、ライフスキルに対する信念をきっかけに、運動部活動経験をライフスキルが獲得できた有意義な経験（過去）、将来において役立つ経験（未来）、自分の未来につながる経験（現在）とする意味づけを導くことを通じて、時間的展望に影響を及ぼすとする仮説モデルを提示している（図1）。アルバイトに参加することによって、運動部活動を通して身につけた礼儀や協調性が、社会においてどの程度役に立つのかを理解することができる。また、アルバイトを続ける上で積極的思考や忍耐力が求められる場面に遭遇した際に、運動部活動場面における同種の経験を振り返ることによって、運動部活動経験に対する理解を深めることができる。つまりアルバイトへの参加は、ライフスキルに対する信念の形成を促進するだけでなく、運動部活動経験に対する肯定的解釈を通じて、生徒らの時間的展望の獲得につながると考えられる。

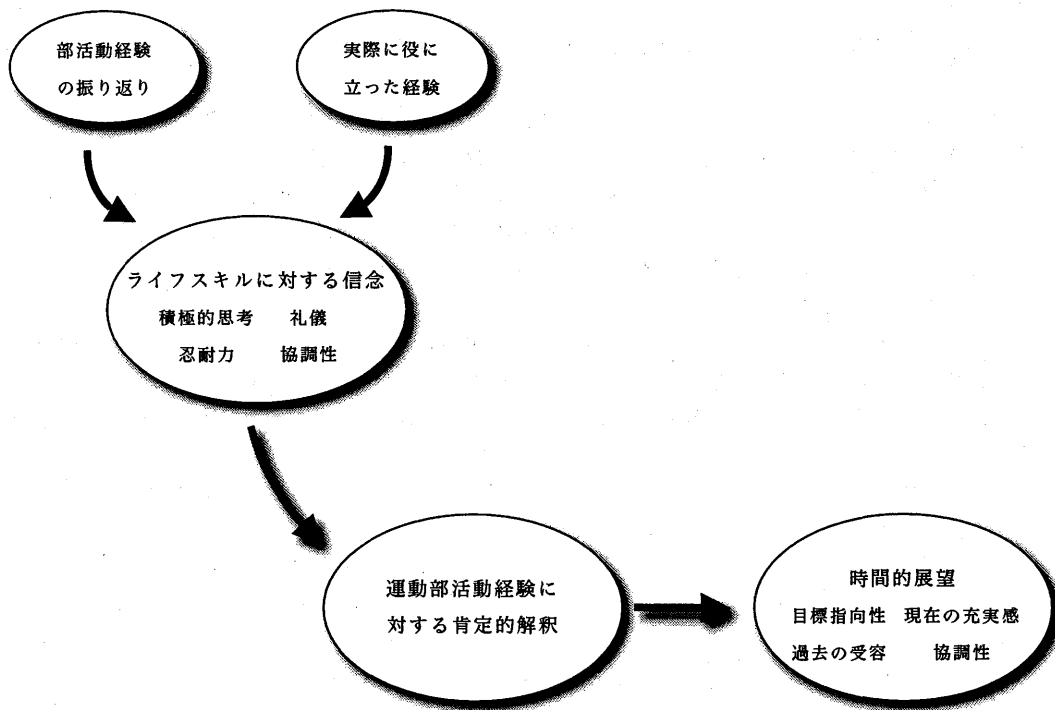


図1 本研究の仮説モデル

本研究は2つの研究から構成される。まず研究1では、アルバイトに個人として参加した生徒及び、運動部活動の一環として部活動全体で参加した生徒を対象に調査を行う。アルバイト収入を目的に参加する場合と、いわゆる社会経験を目的に参加する場合では、同じ経験であっても、その解

積には違いが認められると考えられる。ここでは郵便アルバイトにおいて経験される内容を明らかにすると共に、運動部活動の一環として実施される郵便アルバイトへの参加と、ライフスキルに対する信念の形成の関係について検討する。そして研究2では、運動部活動の一環としてアルバイトを実施している高校運動部の協力のもと、仮説モデルに基づいた介入を実施し、運動部活動の一環として実施されるアルバイトへの参加を通じた、ライフスキルに対する信念の形成と時間的展望の獲得過程について検討する。

## 研究1

### 1. 目的

研究1では、郵便アルバイトにおいて経験される内容を明らかにすると共に、運動部活動の一環として実施される郵便アルバイトへの参加と、ライフスキルに対する信念の形成の関係について検討する。

### 2. 方法

#### 1) 個人として郵便アルバイトに参加した生徒に対する調査(調査1)

##### (1) 対象者

県立A高校に通う生徒で、アルバイトに参加した男子生徒6名(2年生2名, 1年生4名)であり、いずれも学校を通じて行われたアルバイトの募集に応募した生徒であった。まず、本研究者は郵便局のアルバイト募集担当者に、高校のアルバイト担当教諭の紹介を依頼した。そして、紹介を受けたA高のアルバイト(生活指導)担当教諭に調査の主旨を説明し、教諭を通じてアルバイトに参加した生徒に調査への協力を依頼したところ、上記6名から応諾が得られた。

##### (2) アルバイト内容

アルバイトは年末に実施される配達見習いと年始業務から構成され、全体で約10日間程度実施される。時間は午前10時から午後3時までで、主な作業内容は、郵便物の配達、局内における郵便物の仕分け、駐車場における郵便物の受け取り、駐車場整理などである。今回のアルバイトでは全員が配達業務を割り当てられていた。なお期間中1日の休みを除いては、毎日出勤しなければならない。また仕事量によっては、残業を求められることもある。アルバイトに対する期間中の報酬は、合計4万円程度である。

##### (3) 調査内容

アルバイトにおける経験内容を調査する目的で、アルバイト終了後の1月下旬に、半構造化形式のインタビューが1人15分程度実施された。インタビューでは、アルバイトを申し込んだ動機、感想、経験内容、アルバイトを通じて理解したこと、アルバイト報酬の使い道などについて回答を求めた。インタビューにあたっては、研究目的と守秘義務に関する説明を行うと共に、ICレコーダーを用いた会話の録音及び論文での発表に関する承諾を得た。

#### 2) 運動部活動の一環としてアルバイトに参加した生徒に対する調査(調査2)

##### (1) 対象者

県立B高校硬式野球部(以下、B部とする)に所属している男子生徒25名(2年生7名, 1年生18名)であった。このうち全ての調査に参加できなかった2名を除く、23名を分析対象者とした。

## (2) アルバイト内容

本調査を実施した B 部では顧問教員の指導のもと、部活動の一環として男子部員全員がアルバイトに従事した。アルバイトの主たる目的は、野球部におけるトレーニング費用の捻出にあったが、社会経験を通じて生徒の人間形成を促す狙いも含まれていた。今回のアルバイトでは全員が配達業務を割り当てられた。アルバイトに対する報酬は、トレーニング費用の一部として保護者に渡すよう、顧問教員より指導されている。なお、アルバイト期間中は野球の練習は行われていない。

## (3) 調査内容

アルバイト経験とライフスキルに対する信念の形成との関係を明らかにする目的で、アルバイト実施前後、及び約半年後の 3 回にわたって調査が実施された。調査では、ライフスキルに対する信念尺度（上野，2007：以下，BLS 尺度とする）が毎回用いられた他、表 1 に示した内容のインタビューがアルバイト実施後及び約半年後に実施された。BLS 尺度は積極的思考、忍耐力、礼儀、協調性の 4 つの下位尺度から構成されており、上記の能力が日常生活において必要であり、価値を持つと考える信念の強さを測定する尺度である。BLS 尺度の各質問項目に対する回答は、1)「あてはまらない」から、5)「あてはまる」までの 5 件法により実施された。なお、インタビューにあたっての手続きは調査 1 と同様に行われた。

**表 1 B部に所属する生徒に対するインタビュー内容**

1. 野球部での経験について質問します
・ 入部後これまでの経験について、率直な感想を聞かせて下さい？
・ これからの人生において、野球部の経験はどのような意味を持つと思いますか？
・ なぜ、そう思うようになりましたか？
2. アルバイトでの経験について質問します
・ 郵便局でのアルバイト経験について、率直な感想を聞かせて下さい？
・ 今でも印象に残っている経験について教えて下さい
・ 郵便局でのアルバイトに参加して、何か分かった（理解した）ことがありますか？
・ 郵便局でのアルバイトは、あなたにとってどのような経験だったと思いますか？

## 結果と考察

### 1. 郵便アルバイトにおける経験内容の確認

両調査に参加した生徒に対するインタビュー内容をもとに、アルバイトにおける経験内容を確認した結果、表 2 に示すような具体的経験が認められた。

個人として参加した生徒らが挙げた経験内容では、「配達るとき雪とか雨、そういうのがやっぱ厳しくて、すごく寒くて、もう手はかじかんでるなか、配るのがやっぱ大変でした（事例 AF）」、「郵便物が濡れたりしたらいけないって言われてたんで、あの、雨が降ってる時とかは、雨に濡れないように配るのが大変です（事例 AB）」、「最初の方は道順とかも覚えてなくて、道が入り組んでいたりしていたので大変だった（事例 AD）」など、苦労や困難を感じる経験がほとんどであった。そしてアルバイト経験を通じて理解した内容として、「郵便物を大切に運ぶこととかがどれほ

ど大切なのがよくわかりました（事例 AB）」、「やっぱ最後までやり遂げなきゃ、途中で止めたりしたらだめなんだっていう・・・、あの一、僕が配達しなかったら迷惑がかかるんで、担当の人に、だから全部配りきらないといけないと思いました（事例 AE）」など、郵便配達という仕事の大変さと共に、仕事をやり通す責任感が挙げられていた。

一方で、部活動の一環として参加した生徒らは「担当地区の家を覚える苦勞」、「雨や雪の寒さ」など個人的に参加した生徒らと同種の経験と共に、「配達をしていて、だんだん家を覚えていってスムーズに運べるようになったときは嬉しかったです（事例 BE）」や「家とかに（手紙を）入れる前に、その家の人が出て来られて、「ありがとう」とか「おつかれさん」とか言われたのがちょっと嬉しかったです（事例 BO）」など、仕事の楽しさを実感する経験もしていることが窺えた。そしてこうした経験を通じて、「仕事の大変さと責任感」の他に「やっぱりルールですかね。あの、郵便局でもなんか先輩後輩の関係っていうよりも、年齢差関係なしにどんどんつつこんでいくっていうか、厳しい、駄目なことは駄目ってつつこんでいくとことか・・・」、「やっぱり風邪とかひいたりしたら、一日のその流れが、まあ本当は自分がやらなきゃいけないことを自分が休むことによって、んでまあ迷惑をかけちゃうっていうことで・・・（事例 BA）」など組織内でのルール・協調性の重要性に気づいたようである。また、「郵便を持って行ったらとても喜んでくれる人もいたので、そういうところはやりがいがあると思います（事例 BG）」や、「なんか挨拶するとやっぱりなんか結構明るい声とかで「ああどうもー、頑張ってるね、ご苦労さん」みたいな感じで、「年賀状待ってるからね」みたいな感じで会話が生まれて、ああこういう待ってる人がおるんだな、こっちも誤配（配達ミス）をせずにまあ配らないけんなって感じで、それでまあ頑張らないけんと思う感じでした（事例 BH）」など、挨拶が他者との交流を促すだけでなく、仕事のやりがいに通じることを理解したようである。

仕事の辛さや楽しさに関する報告内容は、アルバイトの実施説明会における、郵便物を正確・確実に届けることの重大性についての指導と関係すると推測される。「軍手を取って（雨を）絞る、絞ってもうそれでもどうにか乾かして、もう上手くちょっとでも少しでも濡れてないところで、こう配って行くっていう感じですね（事例 AF）」、「手紙を間違えたらだめとかそういうのがあるんで、まあ確実というか正確に、見てやらないといけない（事例 BV）」などの発言に認められるように、生徒らの多くは指導を真摯に受け止めている様子が窺える。こうした実体験を通じて「仕事の大変さと責任感」に気づいていくようである。また、困難な状況に対応できるようになっていく過程において、仕事の楽しさや責任を果たせることの嬉しさを感じるようである。配達先や地域の人からの応援に関しては、生徒らが野球部の帽子とジャンパーを着用していたことから、話のきっかけが生まれ、コミュニケーションがより円滑に行われたようである。

ところで、個人として参加した生徒と部活動の一環として参加した生徒の間には、アルバイト経験を通じて理解した内容に違いが認められた。次節で取り挙げる B 部における経験内容についてのインタビュー内容からは、B 部での経験を通じて礼儀や団体行動で必要とされる能力が養われたと、生徒らが考えていることが窺える。そして、B 部に所属する生徒は部活動の一環としてアルバイトに参加している。従って個人的に参加している生徒とは異なり、B 部に所属する生徒は、アルバイト活動をそれまでの野球部での経験に照らして理解することから、あいさつやルール遵守の重要性に気づいたのではないかと推測された。

表2 郵便アルバイトにおける具体的経験と気づいた内容

対象	具体的経験	件数	まとめ	気づいた内容	件数	まとめ
個人	雨雪が寒い	3	仕事の辛さ	手紙の大切さ	2	仕事の大変さと責任感
	雨で郵便物が濡れない配慮	3		仕事の大変さと責任感	2	
	家・名前を覚える苦勞	2		お金を稼ぐ大変さ	1	
	坂道の辛さ	1		仕事の大変さと親の気持ち	1	
	長い距離の辛さ 他	3		合計	6	
	地域の人からの差し入れ	1	仕事の楽しさ			
	合計	13				
部活動	家・名前を覚える苦勞	9	仕事の辛さ	仕事の大変さと責任感	7	仕事の大変さと責任感
	雨雪が寒い	5		金儲けの大変さ	1	
	配達の責任感	4		仕事の正確性・確実性	1	
	配達のかり返しが退屈	1		人の話をよく聞くこと	1	
	苦しい状況での仕事の継続	1		仕事場のルール徹底ぶり	2	
	距離が苦痛 他	5	仕事の楽しさ	時間の厳守	1	集団内でのルール協調性
	スムーズに配れる楽しさ・嬉しさ	5		体調管理(他者への迷惑)	1	
	晴れの日の嬉しさ	2		喜んでくれるやりがい	2	
	金儲けの嬉しさ	1	仕事の楽しさ 嬉しさ	挨拶の大切さ	3	挨拶・他者との交流
	責任ある仕事の嬉しさ	1		人の心の温かさ	1	
	配達先の感謝の言葉の嬉しさ	3	他者との交流	朝早くの出勤と朝礼	1	その他
	地域の人のかえかけの嬉しさ	2		特になし 他	3	
	合計	39		合計	24	

## 2. 郵便アルバイト経験と BLS 尺度得点の変化との関係

調査の時期(プログラム実施前, 実施後, 半年後)を独立変数, BLS 尺度に含まれる各下位尺度の得点, 及びその合計得点を従属変数とし, 反復測定による分散分析を行った。その結果, 忍耐力 ( $F(2,22)=4.11, p<.05$ ), 協調性 ( $F(2,22)=15.06, p<.001$ ) 及び合計得点 ( $F(2,22)=6.57, p<.01$ ) において条件の効果は有意であった。そこで, アルバイト実施前との変化に注目し, 多重比較 (scheffe 法) を行ったところ, 忍耐力 (実施前と半年後,  $p<.10$ ), 協調性 (実施前と実施後, 実施前と半年後, いずれも  $p<.01$ ), 合計得点 (実施前と半年後  $p<.01$ ) のそれぞれにおいて, 各条件間に有意差もしくは有意な傾向が認められた。

図2に明らかなように, 積極的思考及び忍耐力に対する信念については, アルバイトへの参加によると推測される変化は認められなかった。本仮説モデルでは, 積極的思考及び忍耐力に対する信念の形成には, 部活動における経験を振り返る作業が関係するとされている。B 部の活動に参加している生徒の多くは, 「最終的には楽しかったですけど, あのこういうボールを使わず走りこみの時期になったら, もう本当にきつかったです (事例 BE)」, 「冬場とか走ったりするトレーニングが中心になってくるんで, そういうところがやっぱえらいです (事例 BQ)」など, 経験内容として冬場の長距離走や体力作りのトレーニングメニューといった, 苦しい練習を挙げている。しかし B 部の生徒らは, 苦しい練習に耐えてきた経験を, アルバイトにおける苦勞と重ね合わせられなかったか, 洞察を深められなかったことから, 積極的思考及び忍耐力に対する信念の強さに変化が認められなかったと推測された。なお, 半年後に実施された調査において認められる, 両信念における大きな肯定的変化には, 質問紙調査の前に実施されたインタビューが契機となり, 積極的思考

及び忍耐力に対する振り返りを促したことが、一部に影響しているのではないかと考えられた。

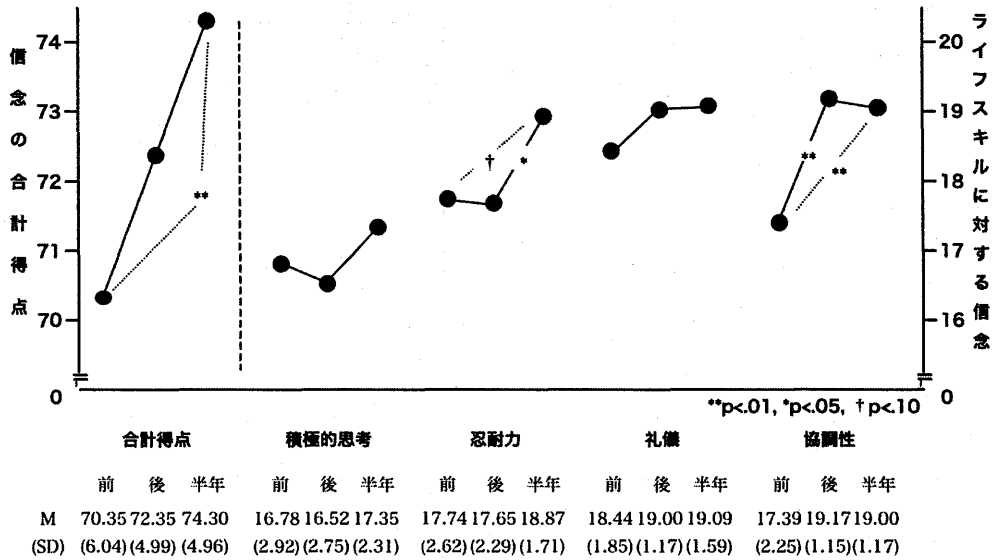


図2 B部生徒のBLS尺度得点の変化

礼儀及び協調性に対する信念については、アルバイトへの参加によると推測される変化が認められ、半年後まで持続していた。「礼儀とかを学んだとこだと思うんで、やっぱり地域とかに帰っても、やっぱり挨拶とかができるようになりました、今まで以上に（事例 BS）」、「団体行動をする上でなんか大事なことみたいなのが野球部でなんか培われるっていうか・・・、普通の練習のときとかでも時間を守ったり、そういうのは、はい、あります（事例 BP）」などの発言に認められるように、B部における活動を通じて、生徒らは礼儀や協調性に関わる経験を重ねていることが理解できる。ただし、礼儀については、これまでの活動を通じて相当に強い信念が形成されており、当初から数値が高かったことが、統計的に意味のある変化に至らなかった理由と考えられる。本研究の仮説モデルでは、礼儀や協調性に対する信念の形成については、実際に役に立った経験が関係するとされている。野球部での活動を通じて身につけた礼儀や協調性を活かす場面がアルバイト活動に認められたことが、これら信念の形成に影響を及ぼしたと推察された。

研究Iの結果、郵便アルバイトにおける生徒らの経験内容及び、経験に対する解釈の内容が明らかになった。そして、運動部活動の一環として参加している生徒は、運動部活動における経験に照らして、経験内容を理解すると推察された。また、運動部活動の一環として実施される郵便アルバイトへの参加は、生徒らが部活動を通じて獲得したとする協調性や礼儀などが社会において役に立つことを実体験することにより、ライフスキルに対する信念を強化すると推察された。一方で積極的思考、忍耐力に対する信念の形成については、経験内容を振り返る作業の必要性を示唆する結果となった。



## 研究 2

### 1. 目的

研究 2 では、運動部活動の一環として実施される郵便アルバイトへの参加を通じた、ライフスキルに対する信念の形成と時間的展望の獲得過程について検討する。

### 2. 方法

#### 1) 対象者

私立 C 高校硬式野球部（以下、C 部とする）に所属している男子生徒 22 名（2 年生 15 名、1 年生 7 名）であった。このうち全ての調査に参加できなかった 4 名を除く、18 名を分析対象者とした。

#### 2) 手続き

C 部では顧問教員の指導のもと、部活動の一環として毎年男子部員全員が郵便アルバイトに従事している。そこで本研究者は C 部に研究への協力を依頼し、アルバイト実施前にライフスキルに対する信念の形成及び時間的展望の獲得に関する 4 時間の講義への参加と、アルバイト実施前後及び半年後に実施する調査への回答を求めた。

##### (1) 郵便アルバイト

研究 1 の対象者同様に、C 部の生徒らもまた、年末年始に郵便局で募集されるアルバイトに応募した。但し生徒らが従事した作業には、郵便物の配達だけでなく、駐車場における郵便物の受け取り、駐車場整理なども含まれていた。C 部におけるアルバイトの主たる目的は、アルバイト経験を通じて生徒の人間形成を促すことであった。なおアルバイトにかかる報酬は、部活動における遠征費用の一部として、保護者に渡すよう顧問教員より指導された（確認は行われぬ）。また、アルバイト期間中は野球の練習は行われなかった。

##### (2) 事前講義

講義内容は本研究の仮説モデルを参考に、ライフスキルに対する信念の形成を通じて、野球部における経験に対する肯定的な解釈を促し、生徒らの時間的展望の獲得を導くことを目的として構成された（表 3）。講義はアルバイト実施前の調査も含め 4 日間（1 日 60 分程度）で実施する予定であったが、実施予定日が荒天であったため 2 日間（1 日 60 分程度×2 回）に短縮して実施された。

##### (3) 調査内容

郵便アルバイトの影響を調査する目的で、アルバイト実施前後及び約半年後の 3 回にわたって、調査が実施された。BLS 尺度と時間的展望体験尺度（白井, 1994）が毎回の調査で実施された他、プログラム実施後には 200 字程度の感想文の作成を依頼し、半年後の調査では B 部に対して行われたのと同じ内容のインタビュー調査が行われた。また、アルバイト活動を振り返る機会を設ける目的で、アルバイトに関する質問を印刷した郵便ハガキ 3 通を各生徒に配布し、年末までに 1 通、年始に 2 通、本研究まで送付するよう要請した。

時間的展望体験尺度は目標指向性、現在の充実感、過去の受容、希望の 4 つの下位尺度から構成され、時間的展望の感情的側面である時間的態度を測る目的で作成された尺度である。白井（1995）は時間的態度を「過去・現在・未来に対する感情的評価、あるいは将来または過去の事象に対する肯定的あるいは否定的評価の総体」と定義しており、本研究で扱われる時間的展望はこ

の時間的態度の定義に基づいている。BLS 尺度及び時間的展望体験尺度の各質問項目に対する回答は、1)「あてはまらない」から5)「あてはまる」までの5件法により行われた。また、郵便ハガキに印刷されたアルバイトに関する質問は、1)「アルバイトに参加して嬉しかったことや苦しかったことなど、あなたにとって印象に残ったことを書いて下さい」、2)「その経験はあなたの人生にどのような影響を持つと思いますか？自分なりに分析して下さい」、の2つであった。期日を過ぎたり、一部のはがきを送付しなかった生徒も認められたが、大半の生徒からアルバイトにまつわるエピソードと感想が寄せられた。

**表3 講義における指導内容**

- 
1. ライフスキルへの気づき
    - 1) 野球を通じて学べること
    - 2) 野球を通じて身に付く能力の正体
    - 3) ライフスキルの利用例
  2. 人生における野球経験の意味
    - 1) これまでの野球経験の意味
    - 2) 現在の野球経験の意味
    - 3) 未来における野球経験の意味
    - 4) 経験の意味を捉える視点
  3. 人生における見通し
    - 1) 過去を振り返る
    - 2) 未来を見据える
    - 3) 現在に取り組む
- 

## 結果と考察

### 1. 郵便アルバイト経験と BLS 尺度得点の変化との関係

調査の時期（プログラム実施前、実施後、半年後）を独立変数、BLS 尺度に含まれる各下位尺度の得点、及びその合計得点を従属変数とし、反復測定による分散分析を行った。その結果、積極的思考 ( $F(2,17)=2.98, p<.10$ )、忍耐力 ( $F(2,17)=5.68, p<.01$ )、協調性 ( $F(2,17)=9.03, p<.001$ ) 及び合計得点 ( $F(2,17)=8.73, p<.001$ ) において条件の効果が有意もしくは有意傾向であった。そこで、アルバイト実施前との変化に注目し、多重比較 (scheffe 法) を行ったところ、忍耐力 (実施前と実施後,  $p<.10$ , 実施前と半年後,  $p<.01$ )、協調性 (実施前と実施後,  $p<.05$ , 実施前と半年後,  $p<.01$ )、合計得点 (実施前と実施後,  $p<.10$ , 実施前と半年後,  $p<.01$ ) のそれぞれにおいて、各条件間に有意差もしくは有意な傾向が認められた (図3)。以上の結果から、ライフスキルに対する信念の形成に関して、事前講義等を含むアルバイト経験は効果があると推察された。

研究1の結果、部活動経験を振り返る機会が用意されていなかった B 部の生徒らには、アルバイト活動への参加によると推測される積極的思考及び忍耐力に対する信念の変化は認められなかった。そこで研究2では、参加者にアルバイトにおける経験を野球部における経験と比較させたり、それぞれの人生におけるアルバイト経験の意味づけを促すなどの働きかけが行われた。その結果、

積極的思考に関しては統計的に意味のある差ではなかったものの、両信念共にアルバイトへの参加によると推測される肯定的な変化が認められ、半年後まで持続していた。事例 CI は最初全く分からなかった配達先の地理が理解できるようになった経験を挙げ、「野球でも最初は分からなかったりできないかも知れないが、毎日継続することでできるようになりました」と、諦めず継続する気持ちを野球部での経験と重ねて理解している。また、事例 CH は「アルバイトを通じて忍耐力というのを学びました。なぜかという、アルバイトなら本当はどこでもいいのに、あえて監督さんは郵便局を選んだということは何らかの意味があるからだと思います。そして、自分はアルバイトをやっていくうちに、その意味が分かったと思いました」と記し、野球部における活動の一環として行われたアルバイトに、指導者が託した思いを付度している。それぞれの生徒がアルバイト経験を通じて学んだ内容について振り返る作業が、積極的思考及び忍耐力に対する信念の形成につながったと推察された。

協調性に対する信念については、研究1と同様にアルバイトへの参加によると推測される変化が認められ、半年後まで持続していた。一方で礼儀に関しては、アルバイトへの参加によると推測される変化は認められなかった。このことは、単に礼儀に対する信念がもともと高かったことだけではなく、生徒らが部活動を通じて学んだ礼や挨拶の仕方と、社会で求められるそれに、質的な差異が認められることが関係していると考えられた。事例 CL はチューターである郵便局員の礼の仕方について「カギを返す際に「お疲れ様でした」と言われた時の礼の仕方がとても上手でした。社会人の礼の仕方と自分たちの礼の仕方に差を感じました」と言及している。挨拶や礼は、場面や相手に応じて声量や姿勢を適切に変更しなければならない。C部の生徒らが、運動部活動場面における挨拶と会社での挨拶の質的な差異を感じたことから、信念の強化につながらなかったのではないかと推察された。

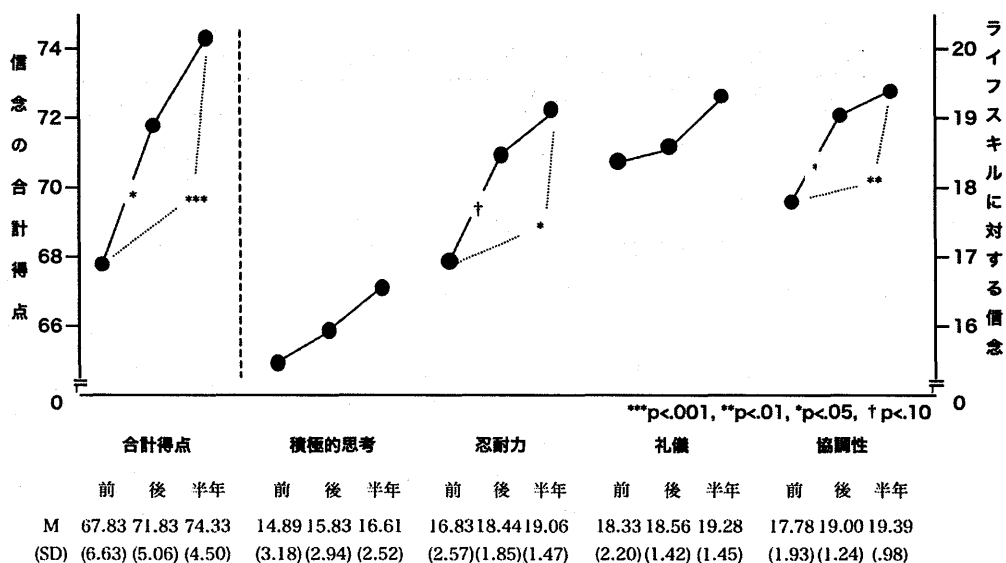


図3 C部生徒のBLS尺度得点の変化

## 2. 郵便アルバイト経験と時間的展望の変化との関係

### 1) 質問紙による調査結果の統計的分析

調査の時期（プログラム実施前、実施後、半年後）を独立変数、時間的展望体験尺度に含まれる各下位尺度の得点を従属変数とし、反復測定による分散分析を行った。その結果、現在の充実感 ( $F(2,17)=6.52, p<.01$ ) のみにおいて条件の効果が有意であった。そこで多重比較 (scheffe 法) を行ったところ、実施前と半年後 ( $p<.01$ )、実施後と半年後 ( $p<.10$ ) のそれぞれにおいて、各条件間に有意差もしくは有意な傾向が認められた。

時間的展望体験尺度を構成する各下位尺度の得点に関して、アルバイトへの参加によると推測される変化は統計的に有意ではなかった。しかし先述した通り、ライフスキルに対する信念の形成に関しては、事前講義を含むアルバイト経験の効果が確認されている。従って本研究の仮説モデルに従えば、ライフスキルに対する信念が形成されたにもかかわらず、ライフスキルが培われた経験として運動部活動経験を肯定的に解釈できなかったことが関係するのではないか、と考えられた。

### 2) 感想文及びインタビュー内容等に基づく分析

運動部活動経験に対する解釈と時間的展望の関係を確認する目的で、時間的展望体験尺度を構成する各下位尺度の得点と、アルバイト実施後に記された感想文の内容の関係性について検討した。その結果、現在の充実感を除く各下位尺度において、得点の向上が認められた生徒の少なくとも半数には、アルバイト経験を運動部活動経験と関連させた内容の記述が認められたのに対して、得点の向上が認められなかった生徒の感想文には、そうした記述はほとんど認められなかった。試みに直接確率計算を行ったところ、目標指向性及び過去の受容においては人数の偏りが有意であった (表4)。そこで以下では、アルバイト経験の解釈の仕方に焦点を当て、時間的展望の獲得に至った生徒2名及び、獲得できなかった生徒1名の事例について、得られた感想文及びインタビューの内容等に基づいて紹介する。

表4 C部生徒の感想文における野球部に関する記述の有無と時間的展望の関連性

	現在の充実感			目標志向性*			過去の受容*			希望		
	↑	→	↓ 合計	↑	→	↓ 合計	↑	→	↓ 合計	↑	→	↓ 合計
記述有り	4	2	6	6	0	6	5	1	6	3	3	6
記述無し	5	7	12	5	7	12	3	9	12	2	10	12
合計	9	9	18	11	7	18	8	10	18	5	13	18

\* $p<.05$  (人)

#### (1) 時間的展望の獲得に至った事例1 (CJ)

CJ はアルバイト期間中に著者に郵送したハガキにおいて、雪や雨の日の大変さや苦しさや配達先に笑顔で迎えられた経験を報告している。そしてこうした経験に対して、「ものすごい(手が)痛いのを我慢したことは、今後の試合などの忍耐力につながると思う」、「何度も(郵便物の重みで自転車)倒れても、それでもまだまだと思う気持ちは、積極的思考につながると思う」などと、今後の人生や野球の試合で活かされる場面を想像しつつ、振り返っていたことが窺える。また、今回のアルバイトが昨年に引き続き2回目であることから、配達する際に何時までに配り終えるという目標を立てていたようである。そしてアルバイト後の感想文では「目標の達成には移動時間の短

縮が大切であり、野球にもつながっていると思った。メニューの切り替えの速さで練習の効率が上がる。そうすれば自然と質に目を向けることができると思った」と、アルバイト経験をまさに野球部における活動と関係づけて解釈している。さらに半年後のインタビューでは、配達先の子供からみかんをもらった場面について「あーってというか、疲れてて、自分との戦いの時に子供に無邪気に話しかけられて、心が和んだというか・・・」と報告しており、アルバイトに対して真剣に取り組んでいたことが感じ取れた。そして「野球と関係しているってというか、挨拶も関係しているんですけど、諦めない心ってというか、それを確認できました」とする感想からは、半年後においても野球部における活動との関係からアルバイト経験を振り返っていることが確認された。CJ の尺度得点は、BLS 合計得点 (アルバイト前: 76・アルバイト後: 78・約半年後: 76, 以下同様)、目標指向性 (17, 22, 15), 希望 (15, 20, 19), 現在の充実感 (17, 19, 22), 過去の受容 (10, 20, 17) であった。

### (2) 時間的展望の獲得に至った事例 2 (CP)

CP のハガキによる報告には、多くの生徒らが経験する、悪天候のなかでの配達経験や、毎日手紙を配り続ける地道な作業に苦しんだ経験が綴られていた。そしてこれらの経験を将来の仕事内容に照らし、「大変な仕事を任せられた時にその仕事をやりきる (力が身に付く)」と解釈しており、ライフスキルに対する信念が強化されていると考えられた。またアルバイト後の感想文には、「社員も自分が普段しているように、大きな声で挨拶をしていたことから、社会に出ても、野球部みたいな大きな声での挨拶が当たり前だと思った」と記述しており、野球部での経験に沿ってアルバイト経験を解釈していることが窺えた。さらに半年後のインタビューにおいても、上司が部下である局員を指導していた場面に遭遇した経験をもとに、野球部における監督と選手の関係との類似性について言及していた。そして最後に「(配達を) あきらめても誰も助けてくれないし、配らないと帰れないし、全力を尽くすってというか・・・、もう駄目だって思っても最後までやろうっていう・・・、あきらめないことは野球がもともになっています」と述べ、アルバイト経験を通じて野球部における経験を肯定的に解釈していた。CP の尺度得点は、BLS 合計得点 (76, 77, 76), 目標指向性 (9, 16, 25), 希望 (8, 17, 16), 現在の充実感 (13, 22, 25), 過去の受容 (12, 13, 18) であった。

### (3) 時間的展望の獲得に至らなかった事例 (CE)

CE が返送してきたハガキには、その日に印象に残った経験とそれを自分なりに分析した内容が、小さな字で詳しく記載されていた。そこには、駐車場で年賀状を来客から預かる際に激励されたことや、単調な仕事の繰り返しに苦しんだことなどと共に、そうした経験を通じて仕事に対する責任感や集中力などが養えたとする感想が記されていた。そしてアルバイト後には、「お金を稼ぐ大切さを知った。与えられた仕事に責任を持って取り組めた。相手を思いやる気持ちを持って取り組めた。みんなと協力する大切さが分かった」など、人生において大切とされる信念や価値観の形成につながる経験をしたことが感想文に表現されていた。しかし、時間的展望の獲得に至った事例 CJ, CP とは異なり、信念の形成につながった経験として野球部における活動を振り返った様子は見当たらない。半年後のインタビューにおいても、アルバイト経験は社会勉強であったとの意味づけにとどまっており、野球部における経験について再解釈する機会にはならなかったようである。野球部における経験が現実社会における仕事の一端であるアルバイト経験にいかに関与するのか、またアルバイト経験と野球部における経験の相違点について振り返ることにより、これまでの野球部における経験の意味を人生全体のなかで位置づけることができると考えられる。アルバイト経験

は、人生において重要とされる信念や価値観に気づく経験となりえる。しかし、時間的展望の獲得に結びつけるためには、アルバイト経験をきっかけに運動部活動における経験の意味を振り返る必要があると推察された。なお、CE の尺度得点は、BLS 合計得点 (60, 75, 77)、目標指向性 (13, 15, 16)、希望 (9, 9, 9)、現在の充実感 (14, 8, 13)、過去の受容 (15, 8, 7) であった。

上記3名の事例からは、アルバイト経験をきっかけに運動部活動経験の意味づけを行うことが、時間的展望の獲得に関係していることが窺えた。運動部活動への参加を通じて獲得した能力が、人生において必要とされるライフスキルであるとする信念は、ライフスキルが獲得できた有意義な経験(過去)、将来において役立つ経験(未来)、自分の未来につながる経験(現在)とする意味づけを可能にし、運動部活動経験の意義を自らの人生全体のなかで位置づける視点、つまり時間的展望の獲得につながると推察された。

### まとめ

本研究では、上野(2007)が示した仮説モデルに基づき、運動部活動の一環として実施されるアルバイトへの参加を通じて、ライフスキルに対する信念の形成と時間的展望の獲得過程について検討した。研究1の結果、アルバイトにおける生徒らの経験内容及び、経験に対する解釈の内容が明らかになった。そして、運動部活動の一環として参加している生徒は、運動部活動における経験に照らして、アルバイト経験を理解すると推察された。また、運動部活動を通じて獲得したとする協調性や礼儀などが社会において役に立つことを実体験することにより、ライフスキルに対する信念が強化されると推察された。研究2の結果、自らの運動部活動経験を振り返ることによって、積極的思考及び忍耐力に対する信念が強化されることがほぼ確認された。そして、事例の検討を通じて、アルバイト経験をきっかけに運動部活動経験の意味づけを行うことが、時間的展望の獲得に関係すると示唆された。結論として、仮説モデルに基づき構成された活動を含む郵便アルバイトは、ライフスキルに対する信念の形成を促すと共に、信念の形成をきっかけに、運動部活動経験に対する肯定的解釈を通じて、時間的展望の獲得を導くと推察された。

### 付記

本研究は、平成17-19年度文部科学省科学研究費補助金(若手研究(B):課題番号17730501)の配分を受けて行われました。

### 文献

- 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.
- 中込四郎(2007)スポーツとパーソナリティ. 中込四郎ほか著 スポーツ心理学. 培風館:東京, pp.171-196.
- 日本郵政公社(2006)ゆうメイトのみなさんへ. 日本郵政公社中国支社郵便事業部.

Petitpas, A.J., Danish, S.J., Mckelvain, R., and Murphy, S.M. (1992) A career assistance program for elite athletes. *Journal of Counseling and Development*, 70 : 383-386.

白井利明 (1994) 時間的展望体験尺度の作成に関する研究. *心理学研究*, 65 : 54-60.

白井利明 (1995) 時間的展望と動機づけ-未来が行動を動機づけるのか-. *心理学評論*, 38 : 194-213.

上野耕平 (2006) 運動部活動への参加による目標設定スキルの獲得と時間的展望の関係. *体育学研究*, 51 : 49-60.

上野耕平 (2007) 運動部活動への参加を通じたライフスキルに対する信念の形成と時間的展望の獲得. *体育学研究*, 52 : 49-60.

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 : 33-42.

(2007年10月1日受理)