

スキー技術習得と性格特性に関する研究

渡 辺 隆 嗣

中 山 勝 広

I. は じ め に

スキーは、今やウィンタースポーツの花形として、世界中、老若男女を問わず盛んに行われている。特に日本では、シーズンを迎えると、狭いゲレンデがカラフルなスキーウェアで、うめつくされる昨今である。

本学においても、ここ20数年にわたり体育実技の一環として、スキー実習が行われてきているが、この実習の目標は、

- ① 冬の自然に親しむ
- ② スキー実習を通して新しい友を得る
- ③ 団体生活の意義を学ぶ
- ④ 正しいスキー技術を学ぶ

ことにある。

ここでいうスキーとは、一般に基礎スキーと呼ばれているもので、ある程度整地された斜面を安全に、合理的に、そしてスピーディに滑ることを目指している。この基礎スキーについては¹⁾、4年毎に開催されている『国際スキー指導者会議』において、世界各国の代表者が、科学的裏付けのある合理的なスキー技術と、その指導法について発表し合い、今日まで発展し続けている。

さて、著者達は、いろいろなスキー指導者講習会に参加して学んだ指導法と、長年にわたり試行錯誤して得た指導法の両面より、学生に正しいスキー技術の伝達をしようとして心にかけているわけであるが、指導をうけた学生のスキー技術をみると、他のスポーツ種目の場合と同様にまちまちで、著者達、指導する者の頭を悩ましていたのが実状である。このような技術の習得に影響を及ぼしている要因として、過去をふりかえってみると、個々人の体力、運動能力といったことを重要視して来たように思われるが、個人の性格ということも、技術の習得に少なからず影響を及ぼしている一つの要因ではないかと考えられる。

今回、昭和53年度のスキー実習受講生を対象に、技術の習得と性格とについて観察と調査を試みた。(対象は、初心者男子学生37名である。)

今回の調査より、技術の習得と性格特性に関し、若干の知見を得たのでここに報告をしたい。また、個人の性格と行動特徴の面から、著者達が指導する上でのポイントについても2,3つかみ得たので、併せてここに報告し、今後のスキー指導に役立てようとするものである。

II. 研 究 方 法

1. 対象者

昭和53年度の本学スキー実習参加学生のうち男子初心者37名を対象とした。

- ・前期スキー (I部学生対象) 20名
- ・後期スキー (II部学生対象) 17名

2. 調査項目

- a. 内田・クレペリン精神作業検査 (以下U-K検査と略称する。)

小林の判定法により²⁾、性格10類型と精神健康度は、高度、中等度、低度の3区分とした。

- b. 矢田部・ギルフォード性格検査

U-K検査による性格10類型、精神健康度の判定の参考とする。

- c. スキー実習に関するアンケート調査

実習目標の達成度を、実習参加動機、友人作り、合宿生活等の観点から調査したもので、詳しくは後で述べる。

- d. 行動観察

行動観察ノートを作り、各個人について半日ごとに行動のメモをとった。

3. 期間・日時・場所

期間、日時は表1の通りである。

場所は、志賀高原、熊の湯スキー場である。

4. 指導法及び技術評価

- a. 指導法

『日本スキー教程』³⁾をもとに指導。

- b. 技術評価

緩斜面でのパラレル・ターンの連続を技術目標として、3段階に評価した。詳しくは後で述べる。

スキー技術習得と性格特性に関する研究

表1 昭和53年度スキー実習日程

日 数	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
前期スキー	2/19	2/20	2/21	2/22	2/23	2/24
後期スキー	2/26	2/27	2/28	2/29	3/ 1	3/ 2
午前 9:30~11:30		レッスン	レッスン	レッスン	レッスン	レッスン
午後 14:00~16:30	集 合 レッスン	レッスン	レッスン	レッスン	レッスン	解 散
夜 19:00~20:30	U-K検査 ミーティング グ	映 画 ミーティング グ	Y-G検査 ミーティング グ	ビ デ オ ミーティング グ	U-K検査 アンケート ミッティング グ	

c. 指導スタッフ

前期・後期を通して、同じスタッフで指導した。

III. 調査結果と考察

1. 精神健康度及び性格類型

実習参加学生の性格類型と第1日目の精神健康度の分布は、表2の通りである。これによると、性格の分布は、じっくり型、分裂型にそれぞれ10名、地道粘り型に9名、粘着型に5名、他におだやか型、あっさり実行型、内的安定型に1名づつみられる。星野によれば、明治大学工学部の性格の分布は、表3の通りで⁴⁾、ほぼ本学スキー実習参加初心者の場合と似ている。表2、表3から工科系の学生の性格特徴について簡単に述べると、分裂型については、『人づきあいをあまり好まず、自分で気の向いた仕事には凝って、これに熱中し、いわゆる名人肌である。ものの考え方は、論理的・理想的であって、ややもすれば現実から遊離しやすい。感情は、表面に出てこない。』⁵⁾ というものであるし、じっくり型、地道粘り型、粘着型については、『慎重、

表2 初心者の性格類型分布と精神健康度

性格類型 精神健康度	じっくり型	分裂型	地道粘り型	粘着型	おだやか型	あっさり実行型	内的安定型	計(人数)
高 度	1		3	1				5
中 等 度	8	8	6	4	1	1	1	29
低 度	1	2						3
計	10	10	9	5	1	1	1	37
%	27.0	27.0	24.4	13.5	2.7	2.7	2.7	

表 3 明治大学工学部性格類型分布

性格 類型 人数	おだやか 型 温 和 型	神経質型	朗らか型 強気 敢行型 あっさり 実行型	じっくり 型	地道 粘り型	粘 着 型	分 裂 型	内的 安定型	自己 顕示型
466	68	5	16	62	59	86	137	20	13
%	14.6	1.0	3.4	13.3	12.7	18.5	29.4	4.3	2.8

確実、緻密』⁹⁾といったような事が言えるであろう。

次に、精神健康度の方に目を向けると、高度に5名、中等度に29名、低度に3名といった分布がみられる。松田は、精神が健康な人間の行動特徴を次のようにいっている⁷⁾。

1. 安定感がある。
2. 緊張や不安から比較的解放されている。
3. 自己の価値の意識がある。(自己信頼感がある。)
4. 現実を建設的に処理する能力がある。
5. 人とのつき合いを楽しむことができる。
6. 社会的関係において相互に満足できる。
7. 社会的に有用な価値の認識。
8. 自己に対する自信と、よろこんで他人の援助をうける態度のバランスがとれている。
9. 愛情を与えたり受けたりする能力がある。
10. 敵愾心を創造的建設的な面に方向づけられる。
11. 将来のことを考えて現在の欲求不満を克服できる。
12. 自発性がある。
13. 生活をエンジョイすることができる。

これらは、いずれも健康な精神生活をしている人が持ち合わせている特徴であるといえることができる。(なお、精神健康度については、本学論叢第13号、p.46～48に詳しく述べてあるので、参照していただければありがたい。)

以上のことから、スキー実習第1日目の初心者者の精神状態についてまとめてみると、次のようになる。

- (1). 性格タイプの分布から、全体に慎重で、確実にこつこつ、といったような学生の行動が予想される。また、感情も表面にはあまり現われそうにない。
- (2). ほとんどの学生の精神健康度が、中等度以上にあることから、これからスキーを

習って上手になろう、新しい友人をみつけて楽しい実習生活を送ろう、といった心構えが多少なりともうかがえる。

(3). 精神健康度が低度という学生が3名いるが、これらについて観察されたことを少し述べてみると、

◦じっくり型1名と分裂型1名について

この2名の学生は、スキー装着の際に他の学生よりかなり手間どり、遅れをとってしまった。そのことをせかされたために、自分のペースがつかめないままに第1日目が過ぎてしまったので、スキー意欲が半減してしまったようである。

各性格類型の一般的特徴については、後に詳しく述べることとして、ここにでてきた2人についてみると、

2人共、動作へのとりつきが遅い、マイペースで仕事にあたる、といった行動特徴を持つために観察されたことで、動作をせかせたり、あわてさせるような指導は、かえって逆効果であると考えられる。

◦分裂型の他の1人について

この学生は、スキーを履いての歩行中に転倒し、膝を打ったことで恐怖心が身についたようである。

このことも、前の2人と同様に、動作へのとりつきの遅さ、もたつき、ということが影響しているものと思われる。

以上のまとめから、指導上留意すべき事項を挙げてみると、

(1). 各人各様のペースがあるので、あまり動作をせかせたりしてはいけないようである。

(2). 今回は、確実にこつこつと努力するような集団であったことから、激をとばしたりしないで、あたたかく見守るような指導態度が必要であった。

すなわち、集団の性格特徴をつかんでおく必要があると考えられる。

(3). 怪我に対する注意、防止法を徹底させる。

ということになる。

次に、第5日目（実習の終わる前日の夜）の調査結果をみることにする。

最初に、アンケート調査の結果に目を向けることにする。（このアンケート調査は、実習目標がどの程度達成されているかをみようとしたものである。）

<アンケート>

1. スキー実習参加の動機について、該当する項目の番号に、◎、○、△の順で記入して下さい。（体育実技の単位取得は別とする。）注、ここでの集計は、◎印だけのもの

のとした。

- | | |
|-------------------|-----|
| ① スキーを経験してみたい。 | 34名 |
| ② スキーで運動不足を解消したい。 | 1名 |
| ③ 友人にさそわれて。 | 0名 |
| ④ 積極的に友人を作りたい。 | 0名 |
| ⑤ 合宿生活を経験したい。 | 0名 |
| ⑥ 学外で行う種目だから。 | 0名 |
| (スキーでなくてもよい。) | |
| ⑦ 雪景色がみたい。 | 2名 |
| ⑧ その他(具体的に) | 0名 |

2. 本学スキー実習の日程について。

- | | |
|-----------|-----|
| ① 長すぎる。 | 0名 |
| ② ちょうどよい。 | 24名 |
| ③ 短い。 | 13名 |

3. 集合、解散の方法は。

- | | |
|------------------|-----|
| ① 現地集合、現地解散でよい。 | 26名 |
| ② 皆とバス等で一緒に行動する。 | 11名 |
| ③ その他(具体的に) | 0名 |

4. 自分なりにうまく滑れるようになったと思うか。

- | | |
|----------|-----|
| ① 思う。 | 33名 |
| ② 思わない。 | 1名 |
| ③ わからない。 | 3名 |

5. 今後もさらにスキーを続けたいか。

- | | |
|-------------|-----|
| ① 続けたい。 | 36名 |
| ② もうやりたくない。 | 0名 |
| ③ わからない。 | 1名 |

6. 新しい友人はできたか。

- | | |
|----------|-----|
| ① できた。 | 35名 |
| ② できない。 | 1名 |
| ③ わからない。 | 1名 |

7. 実習期間中に部屋等で、他の人とスキー、その他のことで話をしたか。

- | | |
|------------|-----|
| ① よく話し合った。 | 35名 |
|------------|-----|

スキー技術習得と性格特性に関する研究

② あまり話しはしなかった。 2名

③ 全く話さなかった。 0名

8. 合宿生活は楽しかったか。

① 楽しかった。 25名

② 普通であった。 12名

③ つまらなかった。 0名

9. 最後に、スキー実習に参加した感想は。

① 非常によかった。 25名

② まあよかった。 12名

③ あまりよくなかった。 0名

④ つまらなかった。 0名

以上のアンケート調査の結果から、次のことがまとめられる。

(1). 第1日目のまとめと重複することであるが、アンケート項目1の実習参加動機の調査結果から、各個人がスキーを経験したい、習ってうまく滑れるようにになりたい、と思って参加していたようである。

(2). アンケート項目4～9の調査結果から、ふだんの授業では体験できない合宿生活を楽しく過ごし、新しい友人を作り、スキーの技術も習得し、今後さらにスキーを続けたいなど、本学スキー実習の目標は、殆んど達成されているようである。

(3). 調査結果の中に、多くの人とちがった解答をしている学生が1～2名みられるが、これらはすべて分裂型の性格特徴をもつ学生である。分裂型のもつ性格特徴である「人嫌い、自己中心的で独り居の傾向がある、協調性に欠けやすい。」といったことのゆえんであろう。

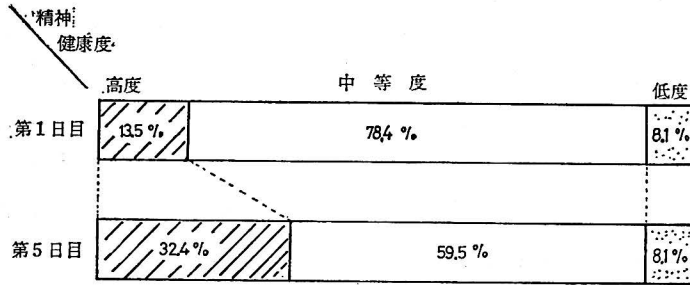
次に、U-K検査の結果をみると表4の通りである。この表4と表2の精神健康度、

表4 第5日目の性格類型と精神健康度

性格類型 精神健康度	じっくり型	分裂型	地道型	粘着型	おだやか型	あっさり実行型	内的安定型	計 (人数)
高度	2	1	4	4	1			12
中等度	6	8	5	1		1	1	22
低度	2	1						3

すなわち、第5日目と第1日目の精神健康度の比較を百分比で示したのが図1である。ここで目につくことは、精神健康度が高度の学生が第1日目の5名(13.5%)から第5日目は12名(32.4%)と2倍以上の数になっていることである。また全体とし

図1 精神健康度の比較（百分比）



て精神健康度をみれば、第1日目より第5日目の方が高くなっているといえる。

最後に、表4と技術評価の関係についてみたものが表5である。この技術評価は、初心者の技術目標を緩斜面でのパラレルターンの連続において3段階とし、指導者の視覚観察法評価によるものである。

・技術評価の基準

・技術評価A

緩斜面でパラレルターンの連続ができる。

・技術評価B

シュテムターンからなかなか脱け出すことができない。

・技術評価C

プルークボーゲンしかできない。

表5 性格類型・精神健康度と技術評価について

技術評価	精神健康度	性格類型								小計	計(人数)
		じっくり型	分裂型	地粘り型	道型	粘着型	おだやか型	あり実行型	内的安定型		
A	高	1	1	2	2					6	12
	中	2	3						1	6	
	低										
B	高	1		2	2	1				6	14
	中	3		3	1		1			8	
	低										
C	高										11
	中	1	5	2						8	
	低	2	1							3	
		10	10	9	5	1	1	1		37	

この表5から、性格類型、精神健康度、技術評価について、次のことがいえる。

- (1). 精神健康度が高度の学生は、技術評価AかBに位置する。
- (2). 精神健康度が低度の学生は、いずれも技術評価はCである。
- (3). 精神健康度が中等度で技術評価Cの学生は、7名いるがこのうち5名までが分裂型の性格特徴をもつものである。
- (4). 分裂型の学生は、技術評価AかCと両極端である。

以上のことと、指導法との問題に目を向けると

1. 精神健康度が高度で、じっくり型、分裂型、地道粘り型、粘着型の学生については、今まで通りの指導法で、指導者も学生も満足のいく結果が得られると思われる。
2. 精神健康度が中等度から低度における、じっくり型・分裂型・地道粘り型の学生については、指導法を考え直す必要がある。

といったことがいえる。

いままで述べて来たことで、いろいろわかったことと問題点等が出て来たが、それらを個人例としてとり上げて述べることにする。

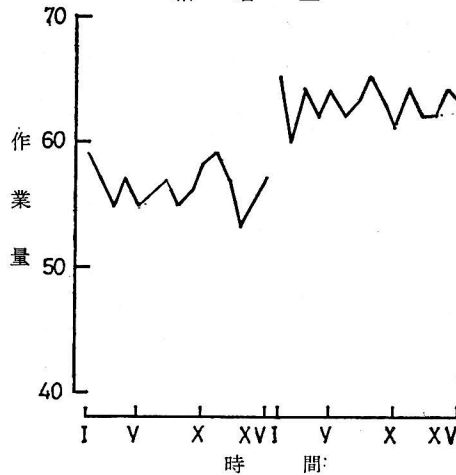
2. 個人例

スキー技術の習得と性格類型、精神健康度の関係については、これまでいろいろと述べて来たが、ここでは技術評価A群の中から3名、C群の中から4名、他に特に目についた行動特徴を持つ者1名について、個人的に指導法も加味しながら検討してみることとする。

個人例1

U-K 曲線は、全体的に平坦傾向で上下への動きの幅が狭い粘着型で、精神健康度は高度と思われる。この粘着型の一般的な性格特徴を簡単に述べると、「健康時は、几帳面、きまじめで粘り強い努力家、元気で明るく、積極的、活動的となる。健康度が下がると、消極、無口、気がきかない、頑固、腰が重い、固執性が強くて融通がきかないなど同類型にあっても行動は正反対になる。」⁹⁾ といったもので、この例1の学生は、ゲレンデにおいてはあまり目立たないが、いざさがしてみるといつも指導者の近くに居て、技術の説明、注意事項等に耳をかたむけて、いかにも静かな努力家といったものであった。スキーの滑りは、1回1回滑るたびに上達がみられ、最終日にはウェーデルンのリズムも出て、すばらしい滑りをみせてくれた。しかしながら、融通性が乏しいといった性格特徴から、初めて滑る斜面では、こわごわ滑るといったような弱い面も観察できた。技術評価はAで、今後も努力を続けて、すばらしいスキーになってもらいたいものである。

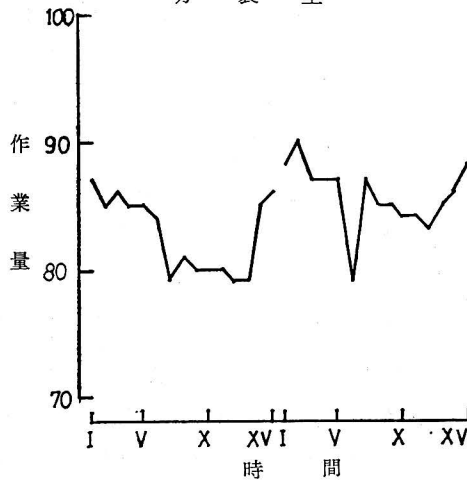
図2 個人例1のU-K曲線(5日目)
粘着型



個人例2

U-K曲線は、変化に乏しく、のっぺりしている分裂型の中の無関心型で、精神健康度は中等度くらいである。この分裂型についての一般的な性格特徴は、前に少し述

図3 個人例2のU-K曲線(5日目)
分裂型



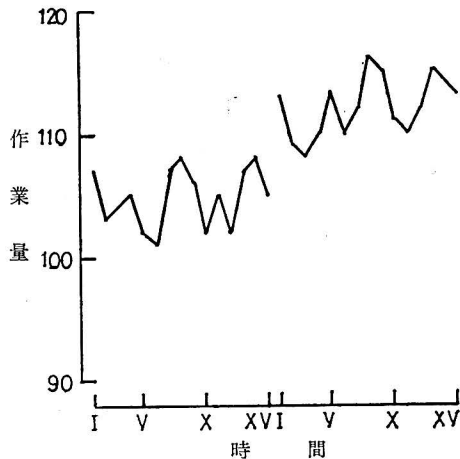
べたがもう一度確認すると、「人づきあいをあまり好まず、自分で気の向いた仕事は凝って熱中し、各人肌である。論理的、理想的であって現実からややもすれば遊離しやすい。感情は表面に現われない。」といったものであるが、この無関心型にはさらに、「冷静、沈着、思索的といった印象をつけ加えることができる。」そしてこの無関心型の健康度が下がると、「無関心、無感動、冷淡、無情、ものぐさ」⁹⁾といったよう

な動きのない行動が現われてくるのが特徴である。この例2の学生についての印象は、非常にスキー技術の理論を知りたがるといったもので、ミーティングでの説明に耳を傾けてメモをとり、自分で理解できるまで首を傾けながら質問をして来た。第4日目に自分の滑りをビデオで観て、指摘されていたことが理解できたのか、次の日からはみちがえるほど良い滑りをした。それでいてスキー実習のガイダンスには欠席するといった、一面どうでもいいといったところもあった。技術評価はAである。この学生については、自分の納得のいくまでのスキー理論について勉強してもらいたいと思う。

個人例3

U-K曲線は、丸味を帯びた凸凹をもち、尻上り傾向をもったじっくり型で、精神健康度は高度と思われる。じっくり型の一般的な特徴は、「健康時は口数が少なくお

図4 個人例3のU-K曲線（5日目）
じっくり型



っとりとした態度で、腰を落ちつけてじっくり筋道を通してものごとにあたる。」といったもので、これが不健康になると、「だまりや、ぐず、片意地、偏屈などの印象を与えるようになる。」¹⁰⁾というものである。この学生について観察されたことは、あまり目立つことはしない。おとなしい。自分のペースを守る。といった感じで特に語ることはない。滑りは、少し弱い感じはするものの、くせのないものであった。技術評価はAで、とにかく自分のペースで努力する人間らしい。

以上3例は、現在行なっている指導法で技術評価Aを受けたものである。次に、技術評価Cの学生についてみることにする。

個人例4

U-K曲線は、鋭い出入りが所どころに目立つ分裂型で、精神健康度は図5（1日目）で低度、図6（5日目）で中等度である。この分裂型の一般的な性格特徴は、例

図5 個人例4のU-K曲線(1日目)
分裂型

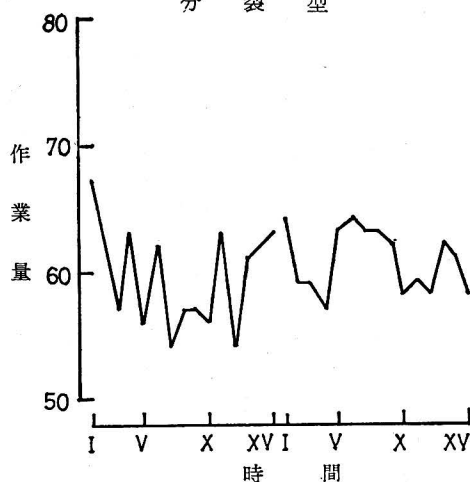
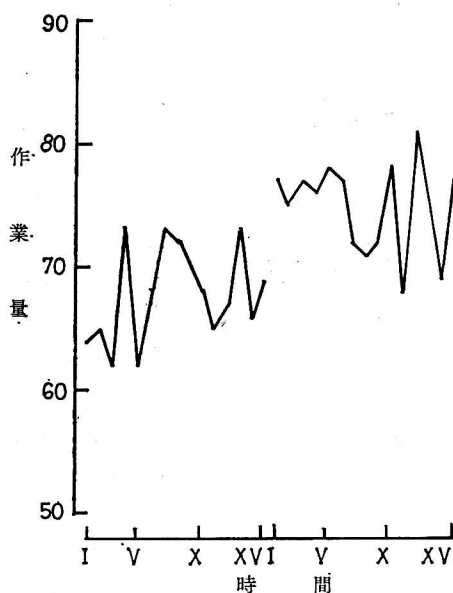


図6 個人例4のU-K曲線(5日目)
分裂型



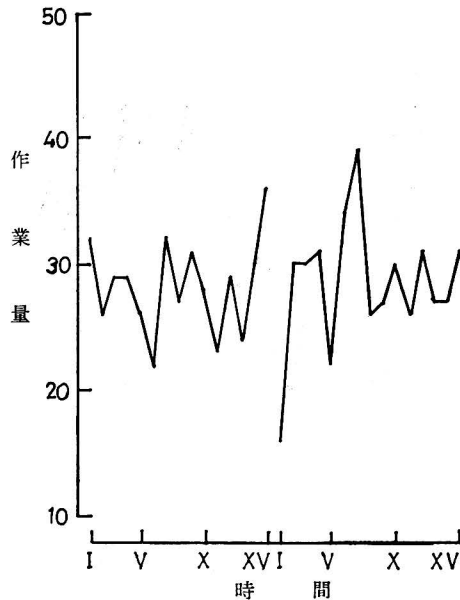
2で述べたのでここでは省略する。この例4の学生については、前に少しふれたと思うが、第1日目にスキーの装着に手間どり、スキーを履いての歩行練習中に転倒し、膝を強打して恐怖心が身についたものである。第1日目のU-K曲線は、その影響を

うけたのか図5に示す通り精神健康度の低いものである。また、この学生のゲレンデでのスタイルは、実習期間中、常に腰のひけた、こわごわとしたものであった。転んで自分の使っているストックを曲げてしまっても表情を変えることなく居たり、自分の腰の引けた滑りをビデオで観ても、どうということはないといった表情であった。これらの行動特徴は、分裂型の者が示すものごとへのとりつきの悪さ、表情の乏しさ、といった性格特徴の現われであろう。技術評価はCである。

個人例5

このU-K曲線も例4と同じく分裂型で、作業量段階も非常に低く、精神健康度は

図7 個人例5のU-K曲線（5日目）
分 裂 型



低度である。この学生は、何をするにも、もそもそとしていて他の人の半分のことしか同じ時間内ではすることができないといった、行動へのとりつきの悪さが目立った。いろいろ注意を与えたり、教えたりしても表情に変化はみられないし、質問に対する返答も、身体ににあわず小さな声で、何を言っているのかわからないことがたびたびで、自己の中へこもるような感じであった。スキーは何となく滑っているようで、技術の進歩も遅かった。技術評価はCである。

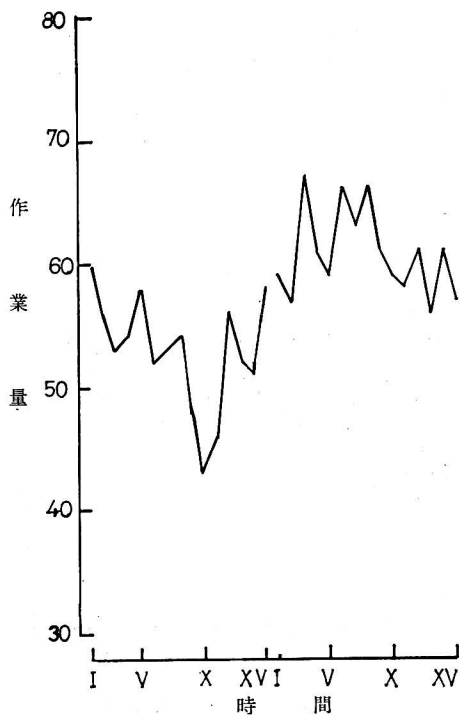
これら2名の学生にもっとスキー技術習得への意欲を出させるには、精神健康度を高めてやる必要があるであろう。例4の学生には動作をせかせかせたりしないで、気長に見守り、うまくできた時には、良くできたと本人に感動を体験させて自信をつけさせ

ることが良い方法であろう。例5の学生には、自分の思っていること、考えていることなどを口に出して話をさせてみるのが一番であろう。場所を考えて本人に話をさせることで少しでも積極性が出てくればしめたものである。

個人例 6

U-K曲線は、やや鋭い凸凹をもち、後期の初頭の出が悪く、一旦盛り上りをみる地道粘り型で、精神健康度は中等度である。この類型の性格特徴は、「健康時は、地

図8 個人例6のU-K曲線(5日目)
地道粘り型

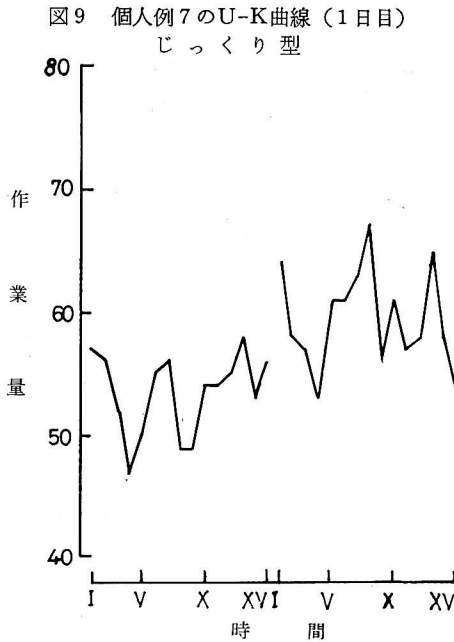


味ではやくはないが、きまじめに黙々と粘ってやり通すところがあり不健康になると、きまじめさは多少残るが、もたつき、無口、気がきかない、頑固、強情といったような徴候が現われてくる。』¹¹⁾といったものである。この学生は、非常に努力するがうまく滑れないのである。何か心の準備みたいなものが出来ないうちにスキーが勝手に滑り出してしまうといった感じであった。集合時間にもたもたして15分位遅れたり、コブのある斜面で平地と同じ滑りをしてコブに飛ばされたり、レッスンが終って解散しようとするれば、もう一度滑りたいといった頑固なところも現われてきて、精神健康度の低くなりつつあるこの類型の典型を見たようであった。このような学生に

は、あまりこまごまとした説明をしないで、本人の納得いくまで練習させて、それを静かに見守りながら助言を与えるような指導が良いと思われる。技術評価はCである。

個人例7

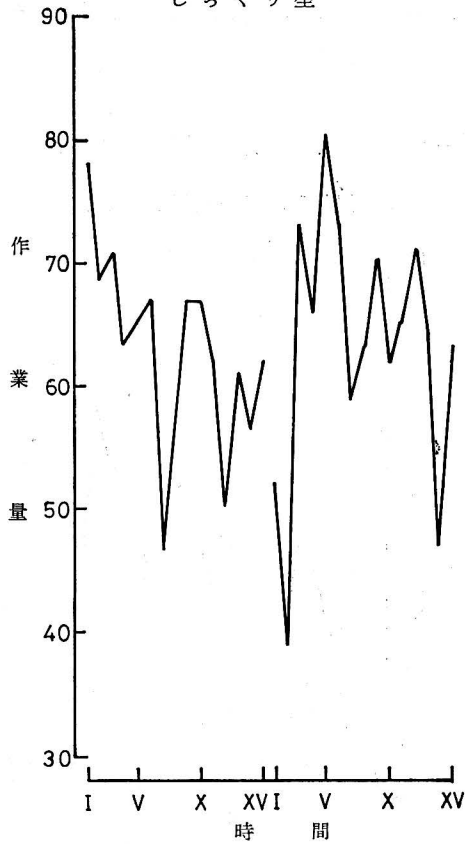
この2つの曲線は同一人物のもので、図9は第1日目、図10は第5日目のものである。



る。図10の検査の時の本人の心身状態は、非常に疲れているというもので、わかりにくい曲線である。この学生の性格は、図9からみて、じっくり型である。精神健康度は第1日目が中等度で、第5日目は低度である。この学生は、少し動作がのろいために周囲からせかされ自分のペースが乱されてしまったことと、第4日目の午前中に、スキーを木にぶつけてこわしてしまったために、かなりショックを受けたようで、スキー技術もこの時を境に、後退して進歩はみられなくなった。ここで図9と図10をもう一度みていただければわかるように、じっくり型の人間は、自分のペースを乱されたり、精神的にショックを受けたりすると、曲線も全くちがったものになるようである。この学生の技術評価はCであるが、指導面で注意しなくてはいけないこととして、じっくり型の学生には、本人のペースを守ってやる、精神的に強いショックを与えないようにする、といったことが挙げられる。

最後に、特に目についた行動特徴をもつ者として、個人例8をみることにする。

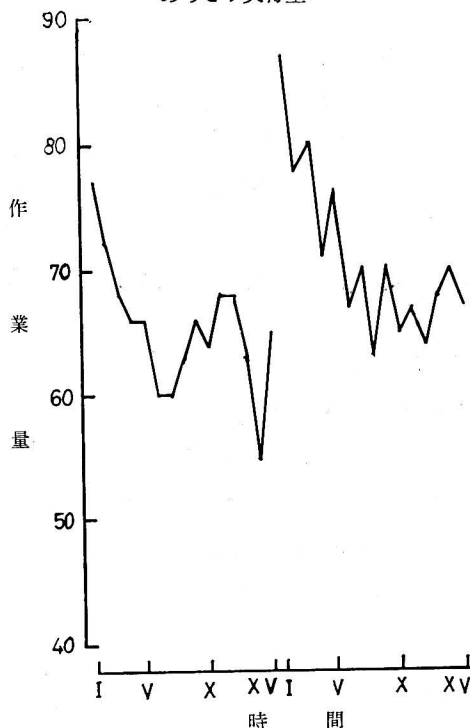
図10 個人例7のU-K曲線（5日目）
じ っ く り 型



個人例 8

U-K曲線は、初頭の出は良いが、あと大きく下降し、曲線上の凸凹が比較的大きくかつ鋭い感じのあっさり実行型である。精神健康度は、中等度である。一般的な性格特徴は、「精神が健康であると、開けっぱなしで、あっさりしていて淡白。仕事へのとりつきは、早いがやってのけることも早く、即断即決式である。ただし、切り上げが早く、とことん粘り抜く点には欠けやすい。これが不健康になると、ブレーキ不足の傾向が頭をあげてきて、出しゃばり、おっちょこちょい、投げやり、出たらめ、無鉄砲、暴力などの傾向が現われてくる。」¹²⁾といったものである。この学生の生活態度は、皆の先頭に立ってものごとにあたり、活動的であった。ミーティングでは、自分の思ったことはどんどん発言していた。ゲレンデにおいては、滑り出したら止まらないといった感じで、トレーンでは後方にいたはずなのにいつのまにか皆を抜いて先頭に出て来て転んだりしていた。しかし、皆の知っている前での技術練習では、なかなか

図11 個人例8のU-K曲線（5日目）
あっさり実行型



か良い滑りをしていた。技術評価はBである。ここではこのタイプの性格的難点であるブレーキ不足といったことが技術習得に大きく影響しているようである。このブレーキ不足を直すには、ものごとをする前に、まず良く考えてから行動するといった態度を養う必要がある。

以上8例の他に、この調査に現われた、おだやか型、内的安定型については、一般的な性格特徴を述べるだけとし、今回現われなかった他の類型ともども今後の調査にまかせることにする。

おだやか型の一般的な特徴は、「精神が健康なときは、おだやか、素直、従順、まじめといったところがあるが、健康を損うにつれて消極、無口、引込思案、くよくよといった徴候が現われてくる。」¹³⁾というものである。

次に内的安定型についてであるが、「この型は一言でいうと、いわゆる中庸を得ている性格といえる。表立って多くの人と交わりはしないが協調性に富む。仕事ぶりは遅からず速からず、ものの考え方も中庸を得ていて一方に偏らず、感情もはしゃいだり、暗くなったりしないで安定している。」¹⁴⁾といったことになる。

IV. ま と め

最後に、いままで述べて来たことから次のことが言える。

(1). 初日に比べ、最終日の方が精神健康度は高くなっている。人間は、ある仕事をなしとげ、満足し、これからの仕事に意欲を燃している状態では、精神健康度は高くなると思われる。このことから、スキー実習は学生にすばらしい体験をさせているといっているであろう。

(2). 精神健康度の高い学生は、スキー技術の習得において精神健康度の低い学生よりすぐれているようである。

(3). 技術の習得を性格類型別にみると、

① じっくり型、地道粘り型、粘着型

これら3類型の学生には急速な技術の進歩はみられないが、こつこつと努力をつみ重ねて少しずつ技術を自分のものとしているようである。このことは、3類型に共通してみられる『仕事へのとりつきの遅さ、腰の重さ、確実さ』といったことに影響されているものと考えられる。

② 分裂型

この類型の学生は、技術習得がうまくできたか、全くだめかの両極に分かれてしまった。これは、分裂型の持っている『仕事への選択性の強さ、要するに自分で気の向いたことは凝って熱中するし、そうでなければ見向きもしない』といったことや『無関心、ものぐさ、気よわ』によるものと考えてよいであろう。

(4). 指導法について

① じっくり型

腰を落ちつけて、じっくり仕事にあたるために、各個人のペースを守って、はげましながら指導する。強い語調でせかせかせたり、ショックを与えたりしては技術の進歩は望めないようである。

② 地道粘り型

努力は人1倍するが、融通があまりきかないために技術の進歩が遅れる学生が出て来た。1つ1つの努力が、本人の自信につながるように気長に見守り、助言を与えるうとが必要であろう。

③ 粘着型

技術を確実に自分のものとしていたが、進歩はあまり速くない。今回現われたこの類型については、あまり語ることはない。

④ 分裂型

指導の面で一番大変な類型であった。自分の納得のいくまで技術の理論を知りたがったり、もそもそしていて何を考えているかがわからなかったり、自分には関係ないといった態度をみせたりした。これらのことは、『論理的、理想的で感情は表面に現われないが、腹の中では敏感に反応している。』といった分裂型のもつ性格特徴がわかれば、うなづけることばかりである。理論については、本人の理解できるまで説明し、映画、ビデオの使用もよい方法であろう。もそもそとか無関心といった学生には、動作をせかせかせないで本人のペースで仕事をやらせ、自分の考えていることを口に出して話をさせるように努めることが必要なことであろう。

(5). アンケート調査の結果から、全体としては、スキー実習に参加して満足している状態であるが、分裂型の学生の中には、自分の中に閉じこもって、友人を作るチャンスのをがしてしまった学生もいた。人との交わりは、あまり好きでない性格特徴を持つからかもしれないが、著者達としては非常に残念である。友人作りについても、今後の課題になりそうである。

(6). 学生の中には、いろいろな性格の持ち主がいるので、それらの性格特徴を十分に見定めた上での指導が必要であることを、痛感させられた調査であった。

以上のまとめは、今回の調査に現われた性格特徴についてのみ報告できることで、他の類型については今後の調査にまかせることにする。

非常に少ないデータであることと、まだまだ検討すべき点が多いことから、スキー指導に即、活用するには無理であるが、少なくとも学生の性格特徴を知ること、指導法も多少変わって来そうな感じである。それだけに、今後も調査、研究を続けたいと考えている。

最後に、本研究を進めるにあたり、御指導いただきました、本学小倉清教授に深謝致します。

参 考 文 献

- 1) 全日本スキー連盟 世界のスキー技術と指導 スキージャーナル p.4~14 1977
- 2) 小林晃夫 人間の理解 東京心理技術研究会 p.18~98 1970
- 3) 全日本スキー連盟 日本スキー教程 スキージャーナル 1977
- 4) 星野隆助 明治大学々生の性格特徴について 曲線型第4巻 東京心理技術研究会 p.60 1979
- 5) 小林晃夫 精神健康度の意義とその判定法 曲線型第2巻 東京心理技術研究会 p.41 1977
- 6) 同上5) p.27, p.34, p.54~55
- 7) 松田岩男 現代スポーツ心理学 日本体育社 p.274 1964

- 8) 同上2) p.98
- 9) 小林晃夫 無関心型論(その1) 曲線型第1巻 東京心理技術研究会 p.12~13 1976
- 10) 同上2) p.66
- 11) 同上2) p.74
- 12) 同上2) p.76~77
- 13) 同上2) p.58
- 14) 同上2) p.80

(わたなべ たかし 本学助手 保健体育)

(なかやま かつひろ 本学助手 保健体育)