

スキー技術習得と性格特性に関する研究（第2報）

渡 辺 隆 嗣・中 山 勝 広

I は じ め に

人の性格を調べる方法は数多くあるが、著者達は、「内田クレペリン精神作業検査」を用いて、スキー実習参加学生の性格調査を行っている。この調査から、スキー実習が学生に与える精神的効果、スキー技術習得に悪影響を及ぼしていると思われる性格上の問題点、さらに個々の性格に適した指導上の留意点などが見つければ幸いと考えている。

今回は、前回の反省点をもとに、対象者の増加、精神が安定していると思われる時期の検査を追加し、より内容の充実した調査にしようと思がけた。

以上の結果、上記の課題について若干の知見を得ることができたのでここに報告するとともに、今後のスキー指導に役立てようとするものである。

II 方 法

1 対 象

スキー実習参加男子学生 108 名のうち、初心者47名を対象とした。

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。）
- b 「矢田部ギルフォード性格検査」（以下「Y-G検査」と略称する。）
- c 行動観察

特徴のある行動が観察された場合、ノートにメモをとった。

- d 個人日誌

学生に日誌を配布し、半日毎の身体、精神の状態、技術習得の状況を個別に記録させた。

3 期日、場所

昭和55年2月中～3旬月初旬にかけて、志賀高原熊の湯スキー場において実施した。

III 結果と考察

1 精神健康度及び性格類型

実習参加学生の精神健康度と性格類型は、表1に示したようである。この調査は、実習以前に八王子校舎において行ったもので、より正確に学生の性格を知ろうとしたものである。

表1 スキー実習参加学生の精神健康度と性格類型

精神健康度	高 度	中 等 度	低 度	計
人 数	28	68	12	108
%	25.9	63.0	11.1	

性格類型	おだやか	神経質	朗らか	じっくり	温和	地道粘り	内的安定	分裂	自己顕示	粘着	計
人 数	8	1	2	26	5	11	5	30	3	17	108
%	7.4	0.9	1.9	24.6	4.6	10.2	4.6	27.8	2.8	15.7	

精神健康度は、高度28名、中等度68名、低度12名となっている。これが、一流の運動選手あるいは学業優秀者の集団になると、高度に多く低度に少なくなるが^{1),2),3),4),5)}、今回の精神健康度分布は、ごく普通といえる。

性格類型は、前回の調査⁵⁾、他大学工科系の調査^{7),8),9)}と同じく、「分裂型」、「じっくり型」、「粘着型」に多く見られる。

以上の結果から、実習参加学生の行動について考えられることは、次のようである。

- (1) 精神健康度低度（12名）の学生の中には、技術習得に手間のかかる、いわゆる「おちこぼれ」となる学生が出て来そうである。
- (2) 性格類型からは、気の向いたことには凝って熱中する「分裂型」、口数少なくじっくり努力する「じっくり型」、こつこつ努力し、たまにカッと爆発する「粘着型」、それに頑固さがプラスされる「地道粘り型」、おとなしく素直な「おだやか型」と「温和型」、元気はあるが少しおっちょこちょいの「朗らか型」、器用貧乏などところも見られる「内的安定型」、目立ちたがり屋の「自己顕示型」、人はいいが消極的な「神経質型」といった学生集団であることがわかる。全体としては、おとなしく静かで、こつこく努力する学生の中に元気のある目立ちたがり屋が少しいるといった集団である。

2 初心者の精神健康度と性格類型

当面の調査対象であるスキー初心者の精神健康度と性格類型は、表2に示したようである。

表2 スキー初心者の精神健康度と性格類型

精神健康度		高 度	中 等 度	低 度	計
人 数 (%)	第1日目	7 (14.9)	30 (63.8)	10 (21.3)	47
	第5日目	11 (23.4)	28 (59.6)	8 (17.0)	

性格類型	おだやか	じっくり	温和	地道粘り	内的安定	分裂	自己顕示	粘着	計
人 数	4	11	2	5	1	18	1	5	47
%	8.6	23.4	4.3	10.6	2.1	38.3	2.1	10.6	

精神健康度を実習第1日目と第5日目（最終日）で比較すると、多少の増減はみられるが、あまり変わっていないことがわかる。このことは、前回の調査結果（実習第5日目の方が、全体に精神健康度が高くなった。）と違うが、スキー実習を終えての心身の疲労状態を考えれば、良い結果であり、スキー実習の成果と考えられる¹⁰⁾。

性格類型は、「分裂型」、「じっくり型」に多く、他の類型が少ないのが特徴である¹¹⁾。すなわち、今回の初心者集団は、「人づきあいをあまり好まず、自分で気の向いたことに熱中し、論理的、理想的、無感動、ぼんやり、引込思案である。」という「分裂型」と、「口数少なくおっとりして、辛抱強く1つのことに粘るが、ときに憂うつになる。」という「じっくり型」の混成といえる。

3 初心者の精神健康度と技術習得

初心者の精神健康度（第5日目）と技術習得については、表3のようである。

表3 スキー初心者の精神健康度（第5日目）と技術習得

精神健康度	技術習得		計
	上達した	あまり上達しない	
高 度	10	1	11
中 等 度	26	2	28
低 度	1	7	8
計	37	10	47

グレンデにおける行動観察から、スキー技術習得が上手にできた学生とそうでない

学生を、「上達した」「あまり上達しない」の2グループに分類した。その結果、精神健康度の高度、中等度の学生は、技術習得が上手にできたようである。「あまり上達しない」グループの精神健康度は、低度に多く見られる。やはり前回と同じく、技術習得を上手に行う学生は、精神健康度が高く、情緒も安定しているといえる¹²⁾。

「上達した」グループで精神健康度低度の学生1名と、「あまり上達しない」グループで精神健康度高度の学生1名については、後の「個人例」で述べることにする。

4 初心者性格類型と技術習得

性格類型と技術習得については、表4に示すようである。

表4 スキー初心者の性格類型と技術習得

性格類型 \ 技術習得			計
	上達した	あまり上達しない	
お だ や か	4		4
じ っ く り	7	4	11
温 和	2		2
地 道 粘 り	4	1	5
内 的 安 定	1		1
分 裂	13	5	18
自 己 顕 示	1		1
粘 着	5		5
計	37	10	47

ほとんどの学生が上達した中で、「あまり上達しない」グループの性格類型は、「じっくり型」、「地道粘り型」、「分裂型」である。以上の類型に見られる性格特徴で、スキー技術習得に悪影響を及ぼしていると思われる特徴は、次のようである。

「じっくり型」の場合

- 仕事への適応が遅い。
- 筋道を通してからことにあたる。
- 気が重く、神経症的にものごとが苦になったりする。
- 片意地、偏くつ、強情、頑固なところがある。

「地道粘り型」

- 仕事へのとりつきに手間がかかる。
- 融通性に欠けるところがある。

- 適応がおそく、柔軟性が不足する。
- 無口、自己中心、頑固、強情、つむじ曲り、短気などところがある。

「分裂型」

- 仕事への適応が遅く、選択性が強い。
- 考え方が、理想的、形式的であり、自己中心的な傾向も生まれやすい。
- 作業障害があって機能がすぐ発動しない。
- 無口、孤独、ひとりよがり、無精、ものぐさ、強情、ぼんやり、むら仕事をすところがある。

5 性格特徴と指導法

今回の調査で観察できた個々の性格類型について、スキー技術指導の留意点は次のようである。

「おだやか型」

一般的性格特徴は、「素直で人がよく、仕事は、慎重、細心でやることは確実である。しかし、積極的な気力に欠けやすい難点がある。引込思案、自信喪失といった面が出て来ることもある。」である。

ゲレンデにおける指導上の注意点は、1つ1つ出来た技術に自信をもたせ、激励し力づけてやることであろう。

「じっくり型」

一般的性格特徴は前に述べたので省略する。

指導法は、相手が明るくなるような言葉を使い、個人のテンポを重視して、むやみにせかせては良い結果は出て来ないといえる。

「温和型」

「明るく、陽気で、仕事によく順応してそれを消化する柔軟性もある。しかし、ことんまで粘りぬく気迫には欠けるところがあり、気力不足となることもある。消極、悲観、苦労性などところもある。」

積極的に練習する態度を指導するのがよい。

「地道粘り型」

性格特徴は前述したので省略する。

ものごとを納得させるのに時間をかけ、1つ1つ技術を積みかさねさせる。臨気応変に斜面に対処できないので、あわてさせてはいけない。

「内的安定性」

「適応性、柔軟性、確実性、粘り強さなどを適度に持ち、それらがよく調和してい

る。積極性に欠け、消極、無口となることがある。」

内面的に鈎合いがよくとれているので、とりたてて言うことはないが、練習（技術習得）をすすんで行く態度を養ってやるとよい。

「分裂型」

性格特徴は省略する。

技術のつながり、動作等を理論的に説明する。映画・ビデオの使用もよい方法である。本人のペースを重視して練習をさせ、動作をいそがせない。食事の時などに、よく本人と雑談し、考えていることを理解してあげることも必要である。

「自己顕示型」

「人の先に立って目立ちたがる傾向がある。仕事は、えり好みをし、とりつきの速いときも遅いときもある。強気、出しゃばり、みせかけ、お天気となりやすい。」

全員の前で、模範演技等をやらせて、本人を満足させながら指導するとよい。

「粘着型」

「こつこつと手間ひまかけて技術習得に努力する。頑固、短気、強情になることもある。」

時間をかけてゆっくり技術の練習をさせ、いおがせてはいけない。1つのことに偏るから、ものごとを広く関係づけて考えるような態度を養ってやる。

6 個人例

次に、個々の学生の「U-K検査」、「Y-G検査」をながめながら、それらの行動特徴、スキー技術習得について語ることにする。

例 1

この学生の「U-K曲線」、「Y-G検査」は、図1に示すようである。

「U-K曲線」は、前期作業に1行の飛び上りと誤答頻発、後期作業1行目の落ち込みといったような不自然なところが目につく「自己顕示型」で、精神健康度は低度である。「Y-G検査」は、右によったB'タイプである。

この学生は、休み時間にテレビゲームを仲間の中心になって行い、ゲレンデにおけるビデオ撮りのカメラに向かってバンザイをするとといったような目立つ行動をとった。スキー技術は、がむしゃらに物事に向って行く性格に助けられたせいか、斜面に強い滑りでとにかく転倒をあまりしないものであった。

例 2

「U-K曲線」、「Y-G検査」は図2に示すようである。

「U-K曲線」は、全体に動きの幅が狭く出入りのこまかさがみられる「おだやか

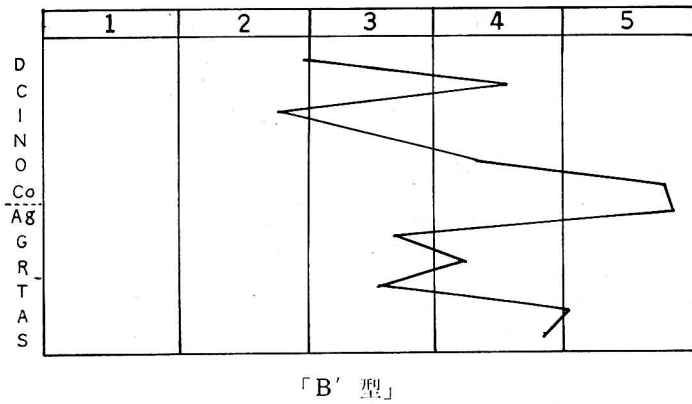
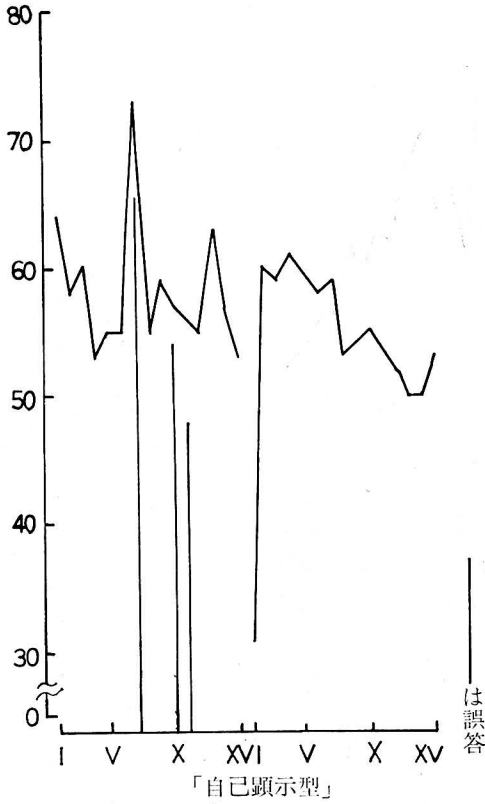


図 1 例 1 の「U-K 曲線」・「Y-G 検査」

型」で、精神健康度は中等度の上といったところである。「Y-G 検査」は、真中よりの E' タイプである。

この学生は、「U-K 曲線」からうかがえるとおりの、おとなしく、素直で、言われ

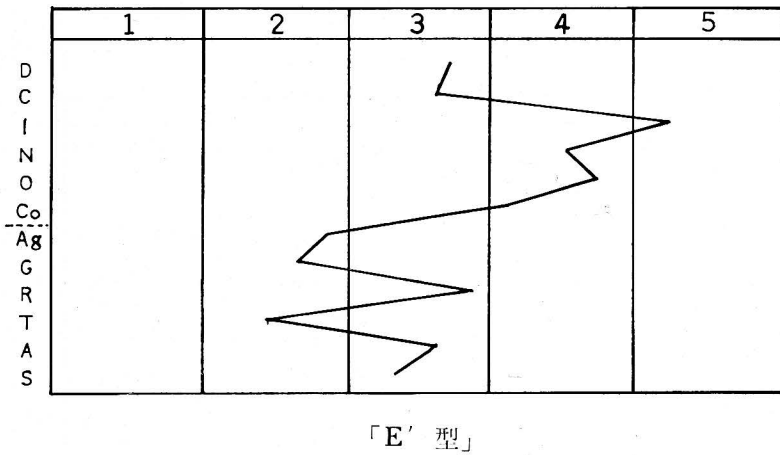
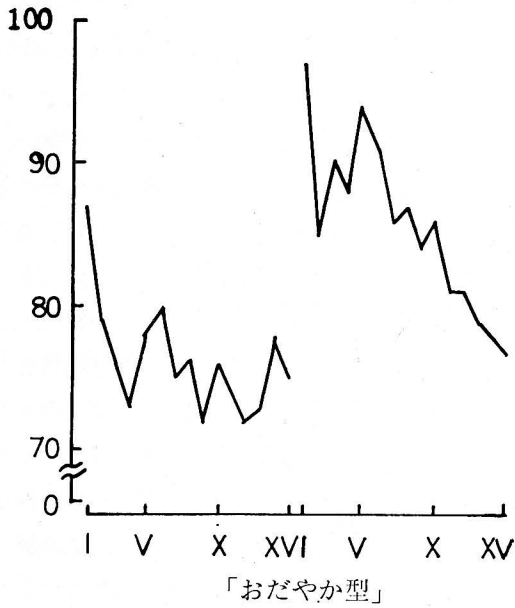


図 2 例 2 の「U-K 曲線」・「Y-G 検査」

たことを真面目に練習していた。スキー技術は上達したが、練習に積極的に関与し
てもらいたいと考えている。

例 3

「U-K 曲線」、「Y-G 検査」は、図 3 に示すようである。

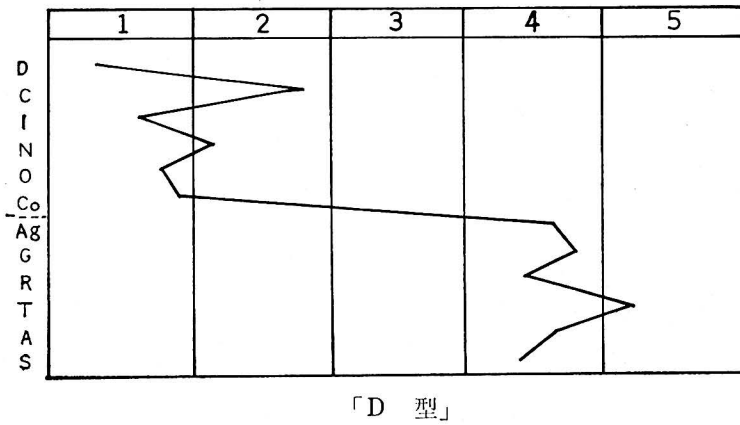
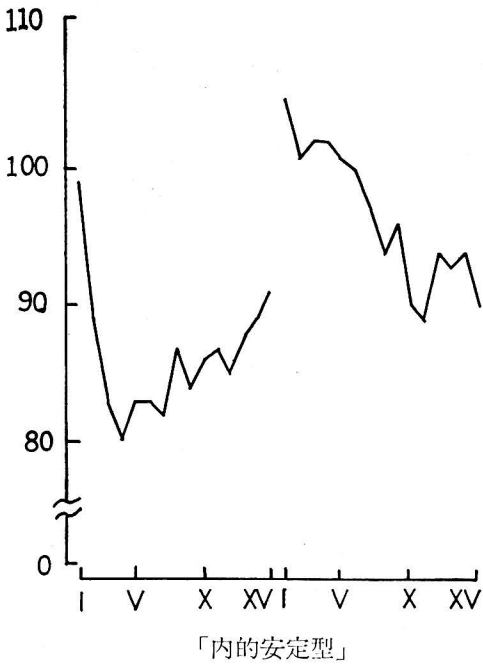


図 3 例 3 の「U-K 曲線」・「Y-G 検査」

「U-K 曲線」は、後期作業の後半が少し下り気味ではあるが、全体に上昇傾向をもち上下への動きの幅が狭い「内的安定型」で、精神健康度は中等度である。「Y-G 検査」は、右下りの D タイプである。

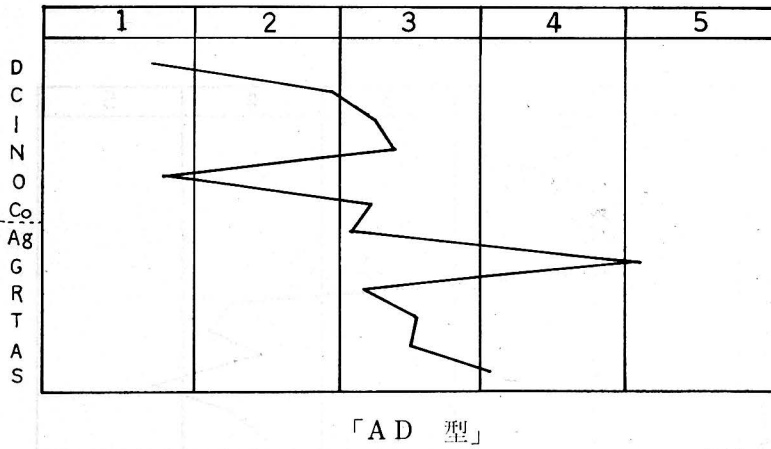
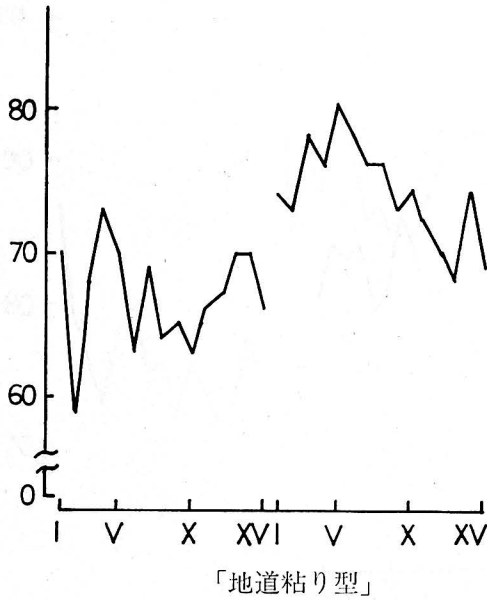


図 4 例4の「U-K曲線」・「Y-G検査」

スキー実習ではグループの班長として皆をよくまとめていた。スキー技術は、緩斜面では抜群の滑りであったが、中・急斜面では積極性に乏しくなって腰の引けた滑りであった。

以上の3例は、「上達した」グループのものである。次に、「あまり上達しない」グ

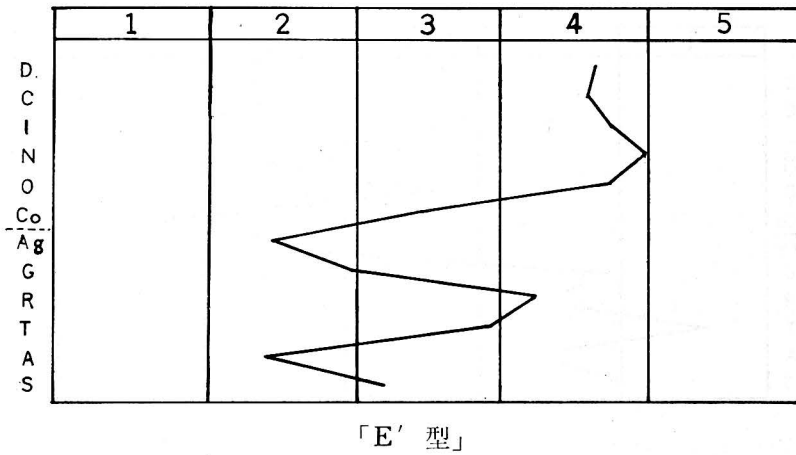
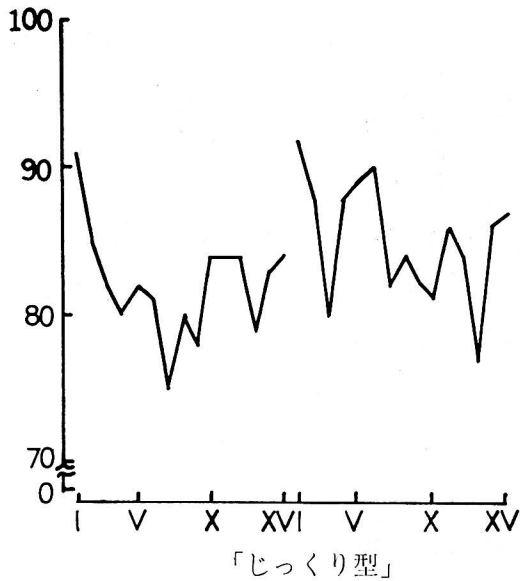


図 5 例 5 の「U-K 曲線」・「Y-G 検査」

ループの中から 3 名を選んで語ることにする。

例 4

この学生の「U-K 曲線」、「Y-G 検査」は、図 4 の通りである。

「U-K 曲線」は、後期初頭が出ず、そのあとに盛り上りのみられる「地道粘り型」

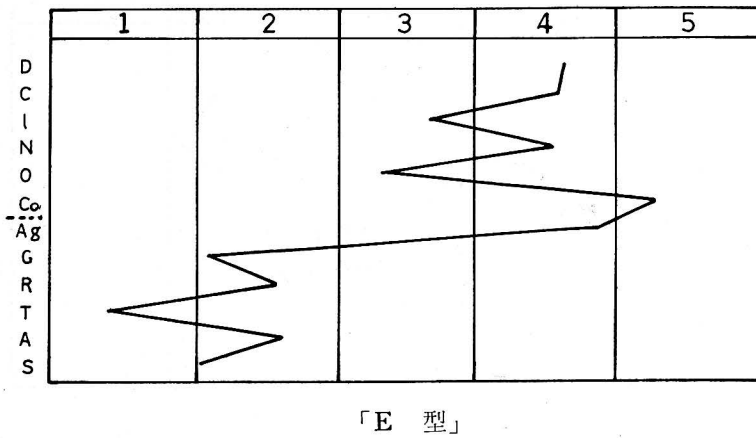
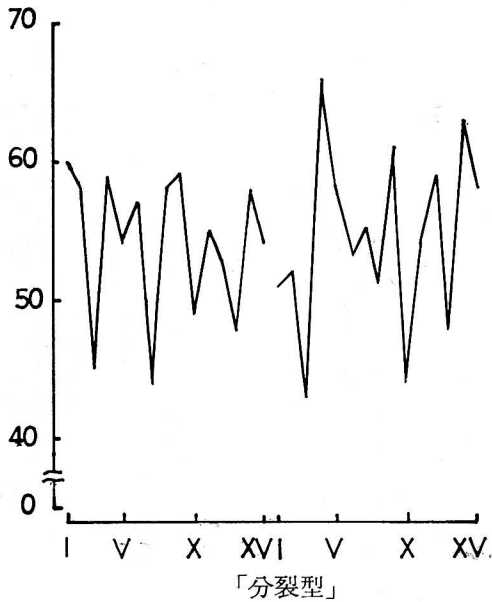


図 6 例 6 の「U-K 曲線」・「Y-G 検査」

で、精神健康度は中等度である。「Y-G 検査」は、AD タイプである。

スキー技術が上達しない原因は、この型の持つ性格特徴（とりつきの遅さ、適応の悪さ、柔軟性の不足）にあると考えられる。身体機能は、「体力診断テスト」の総合評価が C となっており普通といえる。実習期間を長くすれば、スキー技術も上達する

と考えられる。

例 5

「U-K曲線」、「Y-G検査」は、図5に示すようである。

「U-K曲線」は、全体に尻上りで凸凹がみられる「じっくり型」で、精神健康度は中等度の上である。「Y-G検査」はE'タイプである。

この学生も例4の場合と同じく、本人の持つ性格特徴（仕事への適応の遅さ、気の重さ）が、スキー技術上達を遅くした原因と考えられる。例4・例5の学生に対しては、本人のペースを見守り、励ましながらか技術指導をすることが必要であろう。

例 6

「U-K曲線」、「Y-G検査」は、図6に示すようである。

「U-K曲線」は、鋭い出入のある「分裂型」で、精神健康度は中等度である。「Y-G検査」は、左下りのEタイプである。

この学生は、身体のバランスが悪く変な転倒をよくしていた。動作にもたつきが多く、皆についてくるのがやっとの状態であったが、自分のペースを守りながら頑張っていた。もう少し落つかせて技術指導をすればよかったと反省している。とにかく本人のペースで練習をさせることが、技術習得への近道であろう。

IV ま と め

スキー初心者性格調査の結果は以下のようなものである。

- (1) スキー初心者は、かなりの満足感、充実感を得て実習を終えている。
- (2) スキー初心者の技術習得は、精神健康度が高く、情緒の安定している学生が上手に行ったといえる。
- (3) 「じっくり型」、「地道粘り型」、「分裂型」の性格特徴を持つ学生の中に、技術習得が上手にできなかった学生が出て来た。
- (4) 性格類型によって、指導上の留意点も違うようである。
- (5) (1)～(4)は、「第1報」⁶⁾と同じ結果であり、スキー初心者の特徴といえる。
- (6) 技術指導においては、学生の性格特徴にもとづいて、その精神健康度を高めるような指導が有効であると思われる。

最後に、本調査を進めるにあたり、御指導いただきました、東京工業高等専門学校竹信武先生に深謝致します。

参 考 文 献

- 1) 渡部岑生・小林晃夫：「運動選手の精神特性について（サッカー選手について）」日本体

渡 辺 隆 嗣・中 山 勝 広

- 育学会第22回大会号、p. 122、1971.
- 2) 渡部岑生・小林晃夫：「運動選手の精神特性（ラグビー選手の技術上達を中心として）」日本体育学会第24回大会号、p. 84、1973.
 - 3) 星野隆助：「柔道選手の精神特性」明治大学体育研究紀要、p. 76～100、1974.
 - 4) 渡辺隆嗣・小林晃夫・他4名：「運動選手の精神特性（バスケットボール）」日本体育学会第26回大会号、p. 217、1975.
 - 5) 竹信武：「学業成績と性格」曲線型第2巻、東京心理技術研究会、p. 58～63、1976.
 - 6) 渡辺隆嗣・中山勝広：「スキー技術習得と性格特性に関する研究」工学院大学研究論叢第17号、p. 209～228、1979.
 - 7) 小林晃夫：「人間の理解」東京心理技術研究会、p. 210、1971.
 - 8) 竹信武：「高等専門学校卒業生の進路と性格」曲線型第1巻、東京心理技術研究会 p. 34～45、1975.
 - 9) 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. 53～62、1979.
 - 10) 新井節男・伊藤文雄・高橋治男：「性格特性の変化からみたスキー実習の成果」体育学研究、第14巻第5号、p. 317、1970.
 - 11) 藤田厚・吉本俊明：「スキー選手の性格特性」体育の科学第19巻第12号、p. 776～781、1969.
 - 12) 同上(7)、p. 212.
 - 13) 東京心理技術研究会編：「内田・クレベリン精神検査法と矢田部ギルフォード性格検査法との関係について」東京心理技術研究会、1972.
 - 14) 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. 10～57、1976.

（わたなべ たかし 本学助手 保健体育科）

（なかやま かつひろ 本学助手 保健体育科）