体育授業におけるストレスコーピングとハーディネス発達の関係

―性別に注目して―

小山寅春（香川大学）

１．目的

本研究の目的は、体育授業におけるストレスコーピングとハーディネス発達の関係について性別に注目して明らかにすることである。

２．研究方法

１）対象者：K 大学附属 T 中学校に通う男子生徒 148 名、女子生徒 157 名の計 305 名

２）調査方法：対象者の基本属性（学年，性別）を問う質問のほかに，佐々木（2001）が作成したストレスコーピングに関する質問と多田・濱野（2003）が作成した個人のストレスに対する性格特性を測るハーディネス尺度から構成された質問用紙による調査。

３）分析方法：ストレスコーピングの下位尺度（ストラテジー追及.認知的回避・行動.内面安定）を説明変数，ハーディネスの下位尺度（チャレンジ.コミットメント.コントロール）を目的変数とする重回帰分析を行った。

３．結果と考察

男女間においてストレスコーピングがハーディネスに及ぼす影響には差が見られた。

１）ストレスコーピングがチャレンジに及ぼす影響

男子においては認知的回避・行動が負の影響を与えていた。女子においてはストラテジー追及と内面安定が正の影響を与えていた。

２）ストレスコーピングがコミットメントに及ぼす影響

男子においてストレスコーピングはコミットメントに影響を与えていなかった。女子においてはストラテジー追及が正の影響を与えていた。

３）ストレスコーピングがコントロールに及ぼす影響

男子においては認知的回避・行動が負の影響を、内面安定が正の影響を与えていた。女子においてはストラテジー追及が正の影響を与えていた。

４．結論

総じてみると、男子のハーディネス発達には認知的回避・行動が負の影響を強く与えていた。これを言い換えれば諦めたりごまかしたりしないということであり、ストレス耐性を評価しているハーディネスの下位尺度とは親和性が高いため至極当然な結果であった。女子のハーディネス発達にはストラテジー追及が正の影響を与えていた。この結果については、調査対象校が男女共習の形態をとっていたことで身体能力の高い生徒の動きから学ぶ機会を多く得ていたことが結果に影響したと考えられた。

５．主な参考文献

佐々木万丈（2001）中学生用体育学習ストレスコーピング尺度(SCS-PE)の開発と標準化．教育心理学研究，49，69-8.

多田志麻子・濱野惠一（2003）ハーディネス尺度の信頼性と妥当性の検討.ノートルダム清心大学紀要，27，56-62