

SCUBA Divingにおける初心者の心の変化 —不安と満足感に着目して—

寶関 千裕 (生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)
指導教員 黒澤 毅

キーワード: ダイビング, 心の変化, 不安, 満足感

1. 序論

スクーバダイビング(SCUBA Diving:以下, ダイビング)は,個人個人の目的や年齢・性別・体力・経験によってダイビング計画を立てて行うことができ,それぞれが最高の満足度を得られ,十分にリフレッシュすることができる(芝山,2000).しかし,その一方で,ダイビングには,特有の不安要因があり(永嶋ら,1998),これらによってストレスや不安感を強く感じることもある.このことからダイビングを行うにあたり,不安を感じることも,それらを克服して満足感を得ることの間には,深い関係があると考えられる.

そこで本研究は,スクーバダイビングにおける初心者の心の変化について不安と満足感に着目し明らかにすることを目的とする.

2. 研究方法

【対象者】B大学のマリンスポーツで,2014年6月28日~29日に,和歌山県白浜町にて実施された,ダイビングCカードの取得を目指す実習に参加した2~4回生の計20名を対象者とした.

【調査方法】

①不安調査:肥田野ら(2000)の新版 STAI-from JYZの特性不安尺度と,永嶋ら(1998)のダイビング不安尺度の6因子を基に,筆者が独自に作成したダイビングに対する事前アンケートを,実習前に行った.

②満足感調査:松村ら(2011)のスクーバダイバーの満足度尺度を基に,筆者が独自に加筆,修正を加えたもの(6因子23項目)を,実習後に行った.

③インタビュー調査:調査対象者(Informant:以下 Inf.)を特性不安の得点から,3グループに分類し,その中から男女各1名,計6名を抽出し,1人15分~25分程度(1対1形式)の半構造化インタビューで実施した.発話内容はグラウンデッド・セオリー・アプローチに基づき,データを切片化,コード化,カテゴリー化し,「各 Inf.の心の変化」(モデル)を導き出した後,カテゴリーの比較,修正,検討によって精緻化し,「スクーバダイビング初心者の心の変化」(モデル)を作成した.

④振り返りシート:各 Inf.の様子について,独自に作成した振り返りシートを,担当インストラクターに回答してもらった.

3. 結果と考察

①ダイビングに対するイメージを特性不安別にみると,高グループは他の2つのグループに比べ,ネガティブに捉えている記述の割合が高かった.高グループは,ダイビングのイメージにも不安を抱いたため,ネガティブなイメージが増えたと考える.

②各グループの満足度得点を分散分析・多重比較を行った結果,第6因子(実施行程)の高・低グループ間のみ有意な差がみられた($z=-2.15, p<.05$).

その要因として,第6因子は自ら体験し様々な経験をすることで満足感を得ることができる.高グループはダイビングを経験することに満足感を得ているのに対し,低グループは経験を通じた学びから満足感を得ていた.

③インタビュー調査の結果では,Inf.6人から『前向きな意気込み』→『不安を克服するための要素』→『獲得した満足感』→『不安の変化』→『今後に向けた気持ち・期待』という語りの特徴がみられた.モデルを図1に示した.

特徴である『不安を克服するための要素』,『獲得した満足感』,『不安の変化』,『今後に向けた気持ち・期待』には,特性不安による違いがあることが分かった.ダイビング初心者は,不安の克服と満足感の獲得を繰り返すことで,ダイビングの魅力を感じると考えられる.

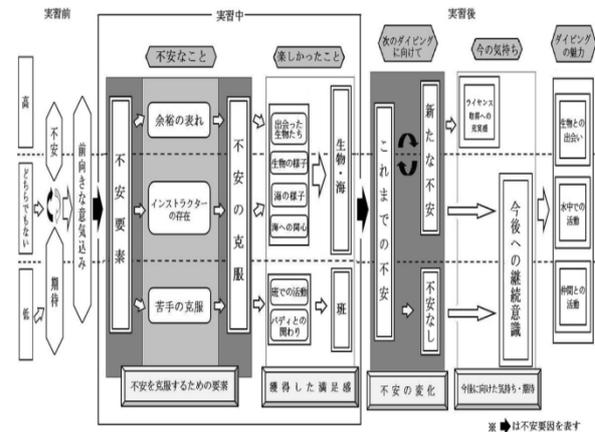


図1 スクーバダイビング初心者の心の変化

4. まとめ

ダイビング初心者は期待を持ってダイビングに挑み,特性不安に違いはあるものの,不安の変化や満足感を得ることが,心の変化に大きく影響し,ダイビングの魅力へと導かれることが分かった.

引用文献

- 肥田野直, 福原真知子, 岩脇三良, 曾我祥子, Charles D. Spielberger (2000): 新版 STAI マニュアル第1版, 実務教育出版, pp. 1~29
 松村雄樹, 長ヶ原誠 (2011): 初期実施におけるスクーバダイバーの満足度尺度の開発, 体育・スポーツ科学第20巻, 兵庫体育・スポーツ科学学会, pp. 15~20
 永嶋秀敏, 千足耕一, 川田儀博 (1998): スクーバダイビングにおける不安に関する調査研究, 国土館大学体育学部附属体育研究所報第17巻, 国土館大学体育学部附属体育研究所, pp. 89~95
 芝山正治 (2006): スクーバダイビング実施に伴うストレス変動と安全管理, 駒沢女子大学研究紀要第13号, 駒沢女子大学, pp. 137~146