

〔共同研究：大学サッカー選手のコンディショニングに関する研究〕

## 大学サッカー選手のコンディショニングに 関する研究（第2報）

### WCCL（Way of Coping Checklist）と SCI（Stress Coping Inventory）を利用した ストレスコーピングの特徴

松 本 直 也  
松 浦 義 昌  
出 村 慎 一  
平 井 博 志  
川 野 裕 姫 子  
竹 内 靖 子

#### 要約

本研究は、大学サッカー選手と運動習慣のない一般大学生のストレスコーピングを比較・検討することを目的とした。対象者はM大学の男子サッカー選手114名と近畿圏に在籍する運動習慣のない男子大学生128名であった。対象者には WCCL（Way of Coping Checklist）と SCI（Stress Coping Inventory）を行った。WCCL の6対処要因の内、積極的認知対処は一般大学生よりサッカー選手が有意に高かった。両群において、好ましいコーピング機能である「問題解決」、「積極的認知対処」及び「ソーシャルサポート」要因間に有意な関係が認められた。サッカー選手は、好ましくないコーピング機能である「自責」、「希望的観測」及び「回避」間には有意な関係を示したが、一般大学生は、希望的観測と回避間のみ有意な関係を示した。

SCI の8要因の内、社会的支援模索型、自己コントロール型及び逃避型の3要因は一般大学生よりサッカー選手の方が有意に低かった。WCCL と SCI によるサッカー選手のストレスコーピングは異なる評価がなされ、また同年代の一般大学生とも異なる傾向が確認された。

## 1. はじめに

トップアスリートを目指すスポーツ選手は、日常生活場面以外の試合や練習において、様々なストレスを抱えていることが予想される。サッカー選手の場合も勝利のために仲間との連携が不可欠であり、他のスポーツ選手と同様、練習や試合において、過度の様々なストレスを受け、それらのストレスに対処していると考えられる。よって、サッカー選手は、同年代の一般人に比べ、ストレスに対する対処能力に優れていると仮定される。

ストレス対処に関する研究は古く、コーピング（対処方略）を脅威事態に対応するために行われる意識化された行動としてとらえ、ストレスとの関係を調べようとする流れが生まれた（Sidle, et al.1969）<sup>1)</sup>。その後、Forkman と Lazarus (1984)<sup>2)</sup> は、コーピングを“重荷に感じ、自己の能力を超えていると感じる環境または自己の内界に起きる問題に対して、絶えず行われている精神的あるいは行動による努力”として定義した。日本では小杉（2002）<sup>3)</sup> や中野（2013）<sup>4)</sup> により、ストレスコーピングは、ストレスを処理する過程、およびストレスへの対処の過程と定義された。その後、Way of Coping Checklist（以下 WCCL）や Stress Coping Inventory（以下 SCI）を用いたストレスコーピングに関する様々な研究が国内外で行われてきた<sup>5-12)</sup>。

黒川ら（2005）<sup>13)</sup> は、高校女子バスケットボール部員を対象に、WHO の精神健康調査（12項目）を行い、得点が4点未満をメンタルヘルス「健常群」、4点以上をメンタルヘルス「不全群」とし、対象者のストレスコーピングを評価した。不全群は「責任受容型」得点が有意に高かったことから、自罰的な姿勢が強く、精神的側面から健康を損なう可能性があると考えし、多様な対処法を取り入れる必要性があると報告している。山田ら（2006）<sup>14)</sup> は、大学運動選手を対象とし、コーピングの性差と競技種目差を検討し、選手の用いるコーピングは男女あるいは競技種目により異なること、男女の個人種目と団体種目の群間では種目及び性に関係なく共通に採用するコーピングが認められることを報告している。

煙山と尼崎（2015）<sup>15)</sup> は20歳から49歳の女性スポーツ選手を対象に、Female Athlete Triad（FAT: 利用可能エネルギー不足、無月経、骨粗鬆症の症状）の有無の影響を検討し、FATを発症している場合は楽観的コーピングを用い、発症していない場合は、ハラスメントや差別に関するストレスを知覚すると回避的コーピングを選択しやすいことを明らかにしている。

阪田と杉山（2018）<sup>16)</sup> は、体育授業におけるストレス・マネジメントや人間関係を構築するような心理社会的スキルは、日常生活における困難性を効果的に対処するストレスコーピングスキルと異なることを指摘している。また、両者の共通性や因果関係を検討することによって、大学体育・スポーツが大学生のメンタルヘルス改善や Well-being の向上に効果的であると報告している。

本研究では、関西学生サッカーリーグに所属する大学サッカー選手と、運動習慣のない一

般大学生を対象とし、両者のストレスコーピングの特徴を、WCCL 及び SCI の構成 (対処) 要因の差及び構成要因の関係の比較から検討することを目的とする。

## 2. 方 法

対象者はM大学の男子サッカー選手 (以下、サッカー選手と略す) 114名 (平均年齢18.8歳) と近畿圏に在籍する8大学の特に運動習慣を持たない男子大学生 (以下、一般大学生と略す) 128名 (平均年齢19.2歳) であった。年齢に有意差はなかった。M大学は関西学生サッカーリーグの1部校で、在学中あるいは卒業後に日本のプロサッカーチームに多くの選手を輩出している。

対象者には WCCL (Way of Coping Checklist) コーピング調査とラザルス式 SCI (Stress Coping Inventory) を行った。WCCL と SCI は、ストレスコーピングの生みの親として知られる Folkman and Lazarus (1984) によって作成された調査で、数多くの研究で利用されている。WCCL<sup>2,4)</sup> は、問題解決、積極的認知対処、ソーシャルサポート、自責、希望的観測、および回避の6対処要因からなる。前者3対処要因は好ましいコーピング機能であり、後者3対処要因は好ましくないコーピング機能と考えられている。WCCL は、47質問項目に対して、3:いつも用いる、2:時々用いる、1:あまり用いない、0:まったく用いない、の4件法で回答する。評価は、6対処要因別に各要因の該当項目得点を加算し、各項目数で除した値を用いる。好ましいコーピングである問題解決、積極的認知対処及びソーシャルサポートは2以上、好ましくないコーピングである自責、希望的観測、及び回避は2以下であれば、ストレスに対して良い対処方略を用いていると評価される。WCCL は、一般的に汎用性が高い調査で、その利用範囲は広く、自己診断が可能で、無料で利用することができる。

一方、SCI<sup>3,17)</sup> は、問題解決型と情動中心型の項目に記入された1~32項目 (左側) と33~64項目 (右側) の合計点を加算した得点を、1. 計画型、2. 対決型、3. 社会的支援模索型、4. 責任受容型、5. 自己コントロール型、6. 逃避型、7. 離隔型及び8. 肯定評価型の8対処要因に記入する。SCI は64の質問項目に対して、「あてはまる (2点)」、「少しあてはまる (1点)」、「あてはまらない (0点)」の3件法で回答し、8対処要因別に加算し、各要因の項目の合計点を求める。8対処要因別の得点評価表により、5. 「その特性傾向が非常に強いといえる」~1. 「その傾向がほとんど認められない」の5段階で評価される。

SCI は、研究用の調査で、主に企業での組織的なメンタルヘルス、各種病院・福祉施設等での臨床用、学生相談、産業カウンセリングの資料として用いられ、心理学の知識と専門的な訓練・経験を持った方に限定されており、調査用紙は有料である。

### 統計解析

サッカー選手と一般大学生の WCCL と SCI を構成する対処要因の平均差は、対応のない t 検定により検討した。対処要因間の関係は、ピアソンの積率相関係数より求めた。本研究

における統計的仮説検定の有意水準は5%とし、ボンフェローニの方法により有意水準は管理された。

### 3. 結 果

表1は、サッカー選手と一般大学生における WCCL, 6 対処要因間の基礎統計値と検定結果を示している。6 対処要因の内、積極的認知対処にのみ有意差は認められ、一般大学生よりサッカー選手が高かった。他の5 対処要因に有意差はなかった。

表1 サッカー選手と一般大学生における WCCL, 6 対処要因間の基礎統計値と検定結果

	サッカー選手 (n=114)				一般学生 (n=128)				t	p	d
	M	SD	MAX	MIN	M	SD	MAX	MIN			
問題解決	1.82	0.44	2.93	0.29	1.68	0.51	3.00	0.14	2.236	0.026	0.29
積極的認知対処	1.93	0.04	3.70	0.80	1.71	0.50	3.00	0.40	3.632	0.000*	0.47
ソーシャルサポート	1.89	0.73	3.00	0.00	1.81	0.79	3.00	0.00	0.858	0.392	0.10
自責	1.57	0.71	3.00	0.00	1.73	0.80	3.00	0.00	1.690	0.092	0.21
希望的観測	1.35	0.59	3.00	0.00	1.35	0.67	2.83	0.00	0.020	0.984	0.00
回避	1.08	0.48	2.57	0.00	1.13	0.54	2.57	0.00	0.781	0.436	0.10

\*p<a'=0.05/6

表2は、サッカー選手と一般大学生における WCCL, 6 対処要因間の相関係数を示している。好ましいコーピング機能の問題解決, 積極的認知対処及びソーシャルサポート間の相関係数は、いずれも両群ともに有意な関係を示したが、その関係は、サッカー選手 (0.204-0.484)の方が一般大学生 (0.506-0.590)より有意に低かった。しかし、回避とソーシャルサポート及び希望的観測の相関係数に差が認められ、サッカー選手が有意に高かった。また、好ましくないコーピング機能の自責, 希望的観測及び回避間の相関係数は、サッカー選手はいずれも有意な関係を示したが、一般大学生は、希望的観測と回避の関係のみ中程度の有意な関係を示した。さらに、サッカー選手はソーシャルサポートと希望的観測及び回避と低い有意な関係を示しているが、一般大学生では、積極的認知対処と低い有意な関係が示され、

表2 サッカー選手と一般大学生における WCCL, 6 対処要因間の相関係数

	サッカー選手 (N=114)					一般大学生 (N=128)				
	問題解決	積極的認知対処	ソーシャルサポート	自責	希望的観測	問題解決	積極的認知対処	ソーシャルサポート	自責	希望的観測
問題解決										
積極的認知対処	0.484*					0.590*				
ソーシャルサポート	0.204*	0.363*				0.506*	0.508*			
自責	0.320*	0.099	0.127			0.131	0.011	0.155		
希望的観測	-0.080	-0.066	0.226*	0.313*		0.046	0.222*	0.088	0.153	
回避	-0.108	0.043	0.351*	0.208*	0.647*	0.102	0.214*	0.111	0.054	0.470*

\*: p<0.05

希望的観測と回避との関係は両群で異なった。

表3は、サッカー選手と一般大学生におけるSCIの8因子間の基礎統計値と検定結果を示している。8因子の内、一般大学生よりサッカー選手の方が社会的支援模索型、自己コントロール型及び逃避型の3因子は有意に低かった。

表3 サッカー選手と一般大学生におけるSCI, 8要因間の基礎統計値と検定結果

	サッカー選手		一般学生		t	p	d
	M	SD	M	SD			
計画型	8.6	3.4	9.2	3.5	1.333	0.184	0.18
対決型	6.0	2.5	7.0	3.3	2.695	0.008	0.36
社会的支援模索型	4.4	3.0	6.4	3.4	4.526	0.000*	0.60
責任受容型	8.4	3.5	9.4	2.8	2.386	0.018	0.32
自己コントロール型	7.8	2.9	9.2	3.2	3.306	0.001*	0.44
逃避型	5.7	2.6	7.2	3.1	3.924	0.000*	0.52
離隔型	7.6	3.0	8.7	3.3	2.555	0.011	0.34
肯定評価型	9.3	3.6	10.0	3.6	1.328	0.185	0.18

\* $p < \alpha' = 0.05/8$

表4は、サッカー選手と一般大学生におけるSCI, 8要因間の相関係数を示している。サッカー選手は、社会的支援模索型と計画型及び肯定評価型以外、一般大学生は、全ての要因間で有意な関係を示した。また、関係性は、全体的に一般大学生の方が高かったが、両群の相関係数に有意差は認められなかった。

表4 サッカー選手と一般大学生におけるSCI, 8要因間の相関係数

	サッカー選手 (N=114)							一般学生 (N=128)						
	計画型	対決型	社会的支援模索型	責任受容型	自己コントロール型	逃避型	離隔型	計画型	対決型	社会的支援模索型	責任受容型	自己コントロール型	逃避型	離隔型
計画型														
対決型	0.353*							0.536*						
社会的支援模索型	0.147	0.330*						0.442*	0.601*					
責任受容型	0.507*	0.280*	0.260*					0.500*	0.460*	0.278*				
自己コントロール型	0.516*	0.332*	0.243*	0.465*				0.570*	0.477*	0.347*	0.402*			
逃避型	0.184*	0.367*	0.476*	0.306*	0.323*			0.350*	0.568*	0.374*	0.281*	0.371*		
離隔型	0.267*	0.290*	0.289*	0.210*	0.383*	0.380*		0.386*	0.391*	0.371*	0.323*	0.417*	0.484*	
肯定評価型	0.685*	0.395*	0.182	0.461*	0.654*	0.248*	0.387*	0.709*	0.413*	0.236*	0.576*	0.521*	0.360*	0.463*

\*:  $p < 0.05$

#### 4. 考 察

WCCLによるストレスコーピングは、サッカー選手が一般大学生より6対処要因の中で積極的認知対処のみ有意に高かった。積極的認知対処は、「ストレスとなる出来事であって

も、その出来事における何か自分にとって好ましい一面を見出し、注目することが抑うつ感や不安感を減少させる」<sup>4)</sup>である。すなわち、ストレスとなる出来事を自分のプラスにする能力と考えられる。本研究の対象者であるサッカー選手は、練習や試合において、常に自らのポジションの役割と責任を果たすことが必要とされる。よって、サッカー選手は、日々の練習の中で、与えられたポジションにおける攻守の際に、常に冷静かつ攻撃的に対処する能力を身につけていると考えられる。阪田(2012)<sup>18)</sup>は、大学運動部員が競技や練習場面で習得したチームワーク等の信頼関係に関するストレスコーピングを日常場面におけるストレスコーピングに効率的に活用していると述べている。本研究のサッカー選手も同様に、積極的認知対処要因が高かった背景には、試合や練習で体得したコーピングが日常において利用されていると推察される。

WCCL, 6 対処要因間の関係では、両群とも好ましいコーピングである「問題解決」, 「積極的認知対処」及び「ソーシャルサポート」間で関係が認められたが、関係の程度は一般大学生の方が高かった。また、好ましくないコーピングである「自責」, 「希望的観測」及び「回避」は、サッカー選手ではいずれも相互に関係が認められたが、一般大学生では希望的観測と回避間のみ認められた。さらに、サッカー選手はソーシャルサポートと希望的観測及び回避間に関係が認められ、一般大学生は積極的認知対処と希望的観測及び回避間に関係が認められた。つまり、好ましくないコーピング間の関係は両群間で異なった。

ソーシャルサポート<sup>4)</sup>は、他の人からの支えを求める行動的努力であり、他者に相談したり、他者から助言を受け解決するコーピングである。希望的観測は、現在の自分の境遇への強い不満からくるマイナス思考のコーピングである<sup>4)</sup>。回避は、現実から精神的あるいは行動的に逃げることで、好ましくないコーピングに分類されるが、非常事態時等が生じた場合、回避することが有効な場合もある<sup>4)</sup>。すなわち、現実的に想定外のことが生じた場合は、逃げることも必要である。好ましいコーピング(問題解決, 積極的認知対処, 及びソーシャルサポート)と好ましくないコーピング(自責, 希望的観測, 及び回避)要因間関係が高いのは、一般的に矛盾することである。Matsuuraら(2015)<sup>19)</sup>は、ソーシャルサポートと自責, 希望的観測及び回避間関係は有意であったことを報告している。人は日常生活において一般的に他人の援助を受けながらも、あることには自分を責めたり、逃げたりすることがある。サッカーは、集団スポーツであり、チームメイト間のソーシャルサポートを常に必要とする。一方、自分のミスでチームメイトに迷惑をかけたりする場面もあり、その際には自分自身に対し強い不満を抱くこともある。さらに、ボールが相手に奪われるような危機的状況に曝される場合にはパスをしてその危機的状況から回避することもある。よって、サッカー選手は、ソーシャルサポートと希望的観測及び回避との関係が認められたものと推察される。

一方、一般大学生は、積極的認知対処と希望的観測及び回避の関係が認められた。一般学生の積極的認知対処は、WCCL, 6 対処要因間の比較においても、サッカー選手より有意に低かった。すなわち、一般大学生はサッカー選手より精神的に努力する能力が低く、ストレ

スとなる出来事に対して自分自身で解決することができない自分に強い不満を持ち、また、苦難に直面した際には、逃げることによって自分自身の身を守ろうとする傾向が強いのかも知れない。よって、一般大学生は、ソーシャルサポートとの関係より、積極的認知対処との関係が高くなったものと推察される。

また、回避とソーシャルサポート及び希望的観測の関係は、サッカー選手が高かった。サッカー競技は試合中に、瞬時に攻守が入れ替わり、想定外のことがしばしば起きる。サッカー選手は想定外のことが生じたときに、瞬時に適応する必要がある、そのことが回避とソーシャルサポート及び希望的観測の関係の程度の違いに反映したものと推察される。

両群 SCI、8 対処要因の内、社会的支援模索型、自己コントロール型及び逃避型は、一般大学生よりサッカー選手が低かった。SCI 要因は、得点が高いほど、その特性傾向が高いと解釈される。社会的支援模索型は、他人への依頼心が強い、甘えがある及び自己判断に自信がない、逃避型は、困難が来ると放り出す、悪いことを他人のせいにする、また自己コントロール型は、冷静さがある、対人的トラブルを起こさない等の特性傾向が強い<sup>17)</sup>。社会的支援模索型と逃避型についてみると、サッカー選手は、一般大学生より自分への甘えが少なく、自己判断に自信があり、困難に対して放り出さずことが少ないと評価される。サッカー選手は日々の練習や試合において、社会的支援模索型と逃避型の対処要因が培われたものと推察される。しかし、自己コントロール型の結果は、冷静に判断することや対人的トラブルを起こさない傾向が少ないと評価される。この背景には、サッカーの試合中に、選手がイエローカードやレッドカードを受けることがあり、場面によっては冷静な判断ができず、対人的なトラブルを起こす一面があると推察される。また、試合中には、常にイレギュラーな場面が多々あり、そのような場面では、個人が想定外の行動にでることによって得点に結びつくことがある<sup>20, 21)</sup>。前述の如く、試合における体験がサッカー選手の自己コントロールに影響し、一般大学生より低かったのかもしれない。

SCI、8 対処要因の内、サッカー選手は、社会的支援模索型と計画型及び肯定評価型(0.182) 要因間に有意な関係はなかった。また、サッカー選手と一般学生の社会的支援模索型と計画型及び肯定評価型の相関係数間に有意差はなかった。SCI 共通マニュアル資料<sup>17)</sup>に記載されている大学生480名を対象とした8 要因間の相関係数は、 $-0.090 \sim 0.437$ でいずれも有意で、社会的支援模索型と離隔型要因間は負の関係であったが、サッカー選手と一般大学生ではそれらは正の関係であった。相関係数の有意性<sup>22)</sup>は、標本の大きさに関係し、標本が110~130では  $r=0.175$  程度で、標本が480では  $r=0.088$  程度で有意となる。関与率は  $r=0.175$  の場合 3% ( $r^2=0.031$ )、 $r=0.088$  の場合僅か0.8% ( $r^2=0.007744$ ) 程度である。相関係数は有意性と関与率で解釈される。よって、 $r=0.175$  以下は、有意でも殆ど無視される関係と考えられる。また、SCI 共通マニュアル資料<sup>17)</sup>は1994年に実施した調査であり、本研究は2016年で、およそ25年間の開きがある。1994年当時の大学生と2016年の大学生では、道具や社会的価値観が異なることが考えられる。係数の違いは、対象とした被験者数や被験

者の特性,あるいは時代背景の違いも影響しており,今後,検討が必要であろう。

WCCL と SCI は, ストレスコーピング調査であるが, コーピングの構成要因及び項目の内容はかなり異なる。WCCL は, 一般的に汎用性が高い調査で利用範囲も広い。一方, SCI は, 研究用の調査で, その利用は心理学の知識と専門的な訓練・経験を持った対象者に限定され, カウンセリング等の臨床用に使われる。従って, WCCL と SCI は, ストレスコーピングを目的とした調査ではあるが, WCCL より SCI の方が, より専門的であると言える。しかし, 競技スポーツ選手と一般大学生は, 質的に異なる日常生活を送っているため, 本研究では WCCL と SCI のいずれかより, 両調査結果から検討するのが適切と考えた。結果として, WCCL と SCI 調査では一部異なる結果が確認された。今後, レジリエンス検査<sup>23, 24)</sup> や心理的競技能力診断検査 (DIPCA.3)<sup>25, 26)</sup> 等の指標も加えて, 総合的に検討することによって, 選手のコンディショニングが適切に評価されると考える。

## 5. ま と め

以上, サッカー選手と一般学生の WCCL と SCI によるストレスコーピング評価は異なり, また両調査構成要因及び項目内容がかなり異なることもあり, 必ずしも同じスコア評価がされないと判断される。目的や競技種目特性を考慮して適切な調査を利用することが望ましいと考える。

\*本稿は, 2015-17年度桃山学院大学共同研究プロジェクト「大学サッカー選手のコンディショニングに関する研究」(15共245) の研究成果のひとつである。

## 引用・参考文献

- 1) Sidle A, Moos R, Adams J, Cady P. (1969) Development of a coping scale. *Archive General Psychiatry*, 20, 226-232.
- 2) Folkman S and Lazarus RS. (1984) *Stress, appraisal, and coping*. New York. Springer. p 141.
- 3) 小杉正太郎. (2002) *ストレス心理学*, 川島書店, 東京, pp 418.
- 4) 中野敬子. (2013) *ストレス・マネジメント入門ー自己診断と対処法を学ぶー*, 金剛出版, 東京, p 189.
- 5) 関山徹. (2003) 高校生における強迫現象の因子構造についてー特性不安, 抑うつおよびストレス・コーピングとの関連ー. *鹿児島大学教育学部教育実践研究紀要*. 13, 169-176.
- 6) 長谷川純, 小澤由嗣, 森川早苗, 松森直美, 沖貞明, 島谷康司. (2012) 保健福祉職をめざす学生を対象としたコミュニケーション講座の効果. *人間と科学*, 県立広島大学保健福祉学部誌, 12(1), 79-90.
- 7) 傳法勇. (2012) 教師のストレスに関する研究ーパーソナリティーとストレスコーピングの関連についてー, *青森県総合学校教育センター研究紀要*, 213-220.
- 8) Shimizutani M, Odagiri Y, Ohya Y, Shimomitsu T, Kristensen TS, Maruta T, Iimori M. (2008) Relationship of nurse burnout with personality characteristics and coping behaviors. *Industrial Health*, 46(4), 326-335.

- 9) 齊藤瑞希, 菅原正和. (2007) ストレスとストレスコーピングの実効性と志向性. 岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要. No. 6, 231-243.
- 10) 秋元世志枝, 宮岡佳子, 加茂登志子. (2009) 月経前症候群, 月経前不快気分障害の女性の臨床的特徴とストレスコーピングについて. 跡見学園女子大学文学部紀要, 43, 45-60.
- 11) Amirkhan, JH. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1066-1074.
- 12) Crumlish CM. (1994) Coping and emotional response in cardiac surgery patients. *West J Nurs Res*. Feb, 16 (1), 57-68.
- 13) 黒川ら (2005) 高校生女子バスケットボール部員におけるストレスコーピングと精神的側面からの健康に関する調査. *日本臨床スポーツ医学会誌*, Vol. 13, No. 3, 429-438.
- 14) 山田ら (2006) 運動選手の用いるストレスコーピングの共通性に関する研究—性差と競技特性に着目して—, *順天堂大学スポーツ健康科学研究*, 第10号, 21-28.
- 15) 煙山千尋, 尼崎光洋 (2015) 女性スポーツ選手の競技ストレスモデルの構築—Female athlete triadの有無による影響性の差異の検討—. *岐阜聖徳学園大学紀要教育学部編*, 54, 137-142.
- 16) 阪田ら (2018) 大学体育・スポーツにおけるストレスコーピングスキル教育の課題. *健康科学*, Vol. 40, 15-31.
- 17) 日本健康心理学研究所 (2011) ストレスコーピングインベントリー, 自我態度スケール共通マニュアル. 実務教育出版, 第1章, 3-18.
- 18) 阪田俊輔 (2012) 大学運動部員の競技・日常場面におけるストレスコーピング過程. 九州大学人間環境学府修士論文.
- 19) Matsuura Y, Demura S, Tanaka Y. (2015) Stress Coping Strategies of Persons With Congenital Physical Disabilities Who Depend on Wheelchairs. *International Journal of Scientific Research*, Vol. 4(3), 138-140.
- 20) 国際スポーツ医科学研究所 (2015) スポーツコンディショニングの基礎理論. 西東社.
- 21) ビル・ベスウィック著, 石井源信, 加藤久監訳 (2010) サッカーのメンタルトレーニング. 大修館書店.
- 22) 出村慎一, 山次俊介 (2011) 健康・スポーツ科学のためのやさしい統計学. 杏林書院, 176-177.
- 23) 祐宗省三 (2007) S-H 式レジリエンス検査手引書. 竹井機器工業株式会社, pp 1-12.
- 24) 山本勝昭, 今村律子, 山崎多瑛, 徳島了, 千葉寛子, 栗田健児 (2008) 大学生の運動・スポーツ実施とレジリエンスに関する研究, *九州体育・スポーツ学研究*, 第23巻, 第1号, 63.
- 25) 徳永幹雄 (2015) T.T 式メンタルトレーニングの進め方 (改訂版)—動きを直せば, 心は変わる—. トーヨーフィジカル社, 第2章, 8-15.
- 26) 松山博明, 関口潔, 松竹貴大, 土屋裕睦 (2017) アジアサッカー育成年代選手の競技力向上に関する研究—3カ国による U-14 代表選手の競技力の実態調査から—. *大阪体育学研究*, VOL. 55, 49-57.

(2019年3月29日受理)

Study on Conditioning of University Soccer Players  
(Second Report)  
Characteristics of the Stress coping based on  
WCCL (Way of Coping Checklist) and  
SCI (Stress Coping Inventory)

MATSUMOTO Naoya  
MATSUURA Yoshimasa  
DEMURA Shinichi  
HIRAI Hiroshi  
KAWANO Yukiko  
TAKEUCHI Yasuko

This study aimed to compare the characteristics of the Stress coping of university soccer players and general university students using Way of Coping Checklist (WCCL) and Stress Coping Inventory (SCI).

Subjects were 114 soccer players playing in the first league in M University and 128 general university students in Kinki area.

They carried out WCCL (Way of Coping Checklist) and SCI (Stress Coping Inventory).

Among 6 WCCL factors, a positive cognitive coping factor was significantly higher in soccer players than in general students.

Three factors of “problem solving”, “positive cognitive coping”, and “seeking social support” included in the desirable coping strategy showed significant relationships each other in both groups.

Three factors of “Self-blame”, “wishful thinking”, and “avoidance” included in the undesirable coping strategy showed significant relationship each other in soccer players, but only between “wishful thinking” and “avoidance” factors in general students did.

Among 8 SCI factors, three factors of “seeking social support”, “self-controlling”, and “escape-avoidance” were significantly lower in the soccer players than in general students.

It was confirmed that evaluation on stress coping in soccer players is different valuation by the WCCL and SCI and their stress coping has different tendency from that of general students of the same age.