

《論文》

# スポーツにおけるコミュニケーション「I message」と 「You message」に関する調査研究 —Lineの文面を手がかりに—

松田 哲

Research on communication “I message” and “You message” in sports

—Focused on online communication tool “LINE” —

Tetsu MATSUDA

キーワード：スポーツ，コミュニケーション，I message，You message，Line

Key Word：Sports, Communication, I message, You message, Line texts

## 要旨

本研究は、スポーツ経験者とスポーツ未経験者のコミュニケーションアプリ「Line」の文面から、「I message」と「You message」に当たる文章をカウントしてその出現数を比較したものである。人間関係上の上下関係や関係勢力が顕著であるスポーツ界に身を置き、対人関係でもしばしば支配と服従の関係に陥りやすい環境にある者(スポーツ経験者)は、スポーツ未経験者に比べ、支配的メッセージが強い「You message」が多く出現することを仮説として、大学生を対象に調査を試みた。しかし分析の結果、仮説は覆えりスポーツ経験者の方が「I message」を使う割合が高いことが明らかになった。

## 1. はじめに

スポーツにおける人間関係には、指導者と競技者(学校の部活動などでは先生と生徒)、先輩と後輩といった上下の関係がある。コミュニケーション状況においても目上の人に敬語や丁寧語を使うことは勿論、目上の方との話のなか

では「はい」という返事のみで応答することも見受けられる。このような人間関係の中では、しばしば支配と服従の関係にも陥りやすくなる。学校教育の運動部活動を対象とした研究では、城丸(1980)はその封建的な集団特性と上下関係的な集団特性を指摘し<sup>1)</sup>、山本(1986)は運動部の集団について、絶対的服従の態度の要求

があることに言及している<sup>2)</sup>。

最近のスポーツ界では指導者や多くの決定権や権力を持った人物によるパワーハラスメント、またコーチと選手間の体罰容認など、その体質や関係性について疑問視されるケースが多くみられるようになってきている。そのようなスポーツのなかで、言葉遣いやメッセージの伝達について具体的にデータに基づく分析は余り多くはなく、人間関係上の上下関係や関係勢力、または敬語の有無などに焦点化したものが見られる程度である。

そこで今回は、メッセージにおける「I message」と「You message」に着目して、その頻度について、スポーツ経験者とスポーツ未経験者に分けて分析を試みた。今回は話し言葉ではなく、大学生が日常的なコミュニケーション手段として最も多く使用している「Line」の文章から最近20回のやり取りを抽出し「I message」と「You message」の文章をカウントしてもらうことにした。「Line」は対話型のコミュニケーションアプリであり、主語が省略していても読み直すことで「I message」か「You message」か判別しやすいことから今回の分析対象とした。一説には日本語での会話の場合74%の主語が省略されているという報告があるが、同様に「Line」でも主語が省略されているケースが多くみられることから会話に近いやりとりであることが伺える。

## 2. 「I message」と「You message」

対人コミュニケーションでは、「I message」は、話している人の感情、信念、価値などに關する主張であり、「私は～」「ボクは～」「先生

は～」など私を主語として一般に英語で言う「I」という単語で始まる文として表現されるものである。

一方「You message」は主語が英語で言う「you」という単語で始まり、「あなたは～」「お前は～」など相手を主語とするコトバから始まる会話を言う。

Gordon, Thomasは、1960年代に子どもたちと遊び療法をしているときに「I message」という用語を作り出し<sup>3)</sup>1970年の「P.E.T.: Parent Effectiveness Training」(1970)にその概念を追加している<sup>4)</sup>。Gordonは著書「Teaching Children Self-Discipline」(1990)で、「あなたメッセージ (You message) は、非難、善悪の判断、価値判断、批判、強制をたっぷり含んでいる。」と指摘している<sup>5) 6)</sup>。また近藤 (1995) も著書の中で、You message (文章中では「あなたメッセージ」としている) を使う効果について次のように指摘している。①相手の自尊心を傷つけ罪悪感を持たせるので、関係が傷つくおそれがある。②相手の反発と抵抗を生むので、相手の行動の変化という目的は達成され難い。③自分が何を考えているのか、どう困っているのか、自分のことは何も相手に伝わらない。④自分の感情に自分で責任を持つ行動ではない<sup>7)</sup> スポーツでの上下関係は近藤の指摘する①の「関係が傷つくおそれがある」と②の「相手の反発と抵抗を生む」ということに対して、どちらのリスクも軽減される土壌がある。つまり、上位に位置づく立場の者 (例えば指導者や先生、先輩など) が、たとえ「You message」を多用しても、下位に位置づく者 (例えば選手や生徒、後輩など) との「関係が傷つくおそれ」は少ないと考えるであろう。また同じ

ように下に位置づく者からの「反発や抵抗」についても、それを前提にしている者は少ないと推測される。

このような背景から、スポーツ経験者はスポーツ未経験者に比べて、無意識のうちに「You message」を多用していることが考えられる。それによって支配と服従の関係をより強化しているのではないだろうか。今回の調査ではこのことを仮説として検証することにする。

### 3. 調査の概要

【実施期間】 2018年12月～2019年7月

【調査対象・実施人数】

スポーツ系学部の1～4年生(N=338人)

【調査内容】

対象学生各自のLineから、スポーツ経験者とスポーツ未経験者の相手を選び、最近20回のlineのメッセージのやりとりから、その主語が「I message」のものとして「You message」のものとして分けて、それぞれカウントした。

【設問項目】

Q 1. 現在スポーツをやっている方のライン内容で、Iメッセージはいくつありましたか?

※Iメッセージとは、主語を入れたとき「私は」や「オレは」「ボクは」が主語になる文章です。

1. 16個以上
2. 10～15個
3. 5～9個
4. 1～4個
5. 0個

Q 2. 現在スポーツをやっている方のライン内容で、Youメッセージはいくつありましたか?

※Youメッセージとは、主語を入れたとき

「あなたは」や「オマエは」「キミは」が主語になる文章です。

1. 16個以上
2. 10～15個
3. 5～9個
4. 1～4個
5. 0個

Q 3. スポーツ経験の無い方のライン内容で、Iメッセージはいくつありましたか?

※Iメッセージとは、主語を入れたとき「私は」や「オレは」「ボクは」が主語になる文章です。

1. 16個以上
2. 10～15個
3. 5～9個
4. 1～4個
5. 0個

Q 4. スポーツ経験の無い方のライン内容で、Youメッセージはいくつありましたか?

※Youメッセージとは、主語を入れたとき「あなたは」や「オマエは」「キミは」が主語になる文章です。

1. 16個以上
2. 10～15個
3. 5～9個
4. 1～4個
5. 0個

Q 5. スポーツ経験のある方のスポーツ歴は何年くらいですか?

1. 20年以上
2. 15～19年
3. 10～14年
4. 5～9年
5. 4年未満

【調査ソフト】SPSS Statistics version23を使用

【仮説】

上下関係などの集団特性があるスポーツ経験者は、スポーツ未経験者に比べて「You message」を使う割合が高くなる。

## 4. 分析結果

図1 スポーツ経験者のI message数

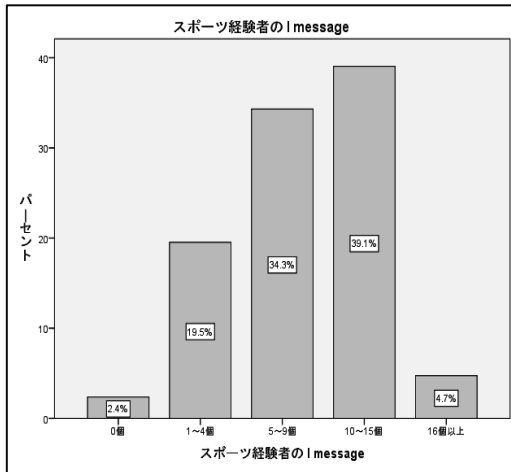


図2 スポーツ経験者のYou message数

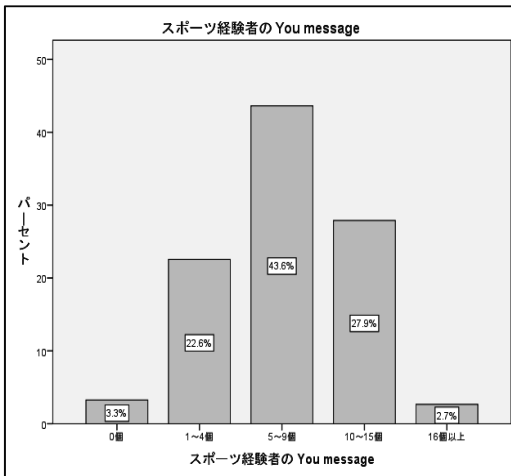


図1はスポーツ経験者の「I message」の割合である。10個以上が43.8%になる。一方、図2はスポーツ経験者の「You message」の割合であるが、10個以上が30.6%になる。10個以上の比較で見ると「I message」の割合が高くなっている。

図3 スポーツ未経験者のI message数

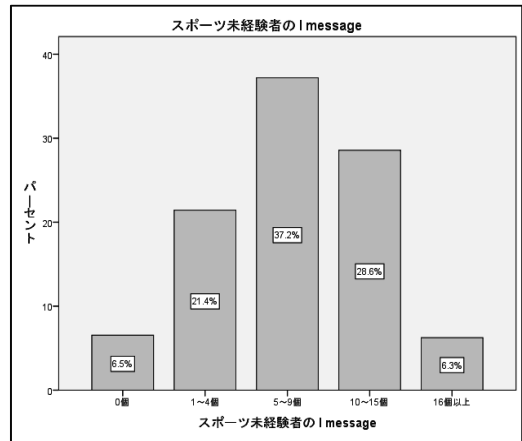
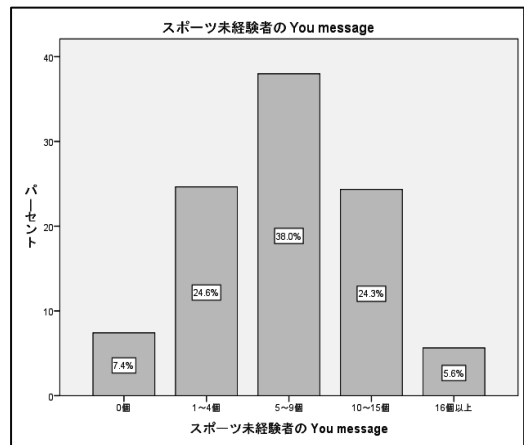


図4 スポーツ未経験者のYou message数



次に図3はスポーツ未経験者の「I message」の割合である。10個以上が34.9%になる。そして図4はスポーツ未経験者の「You message」の割合であるが、10個以上が29.9%になる。10個以上の比較で見るとこちらも「I message」の割合が高くなっている。

### (1) スポーツ経験者の「I message」と「You message」のt検定

スポーツ経験者の「I message」の平均は

2.75, それに対して「You message」の平均は2.96と、「I message」を使用する割合が高くなっている。さらに表1は、スポーツ経験者の「I message」と「You message」の平均のt検定の結果であるが、この両者には有意な差(p<.01)がみられた。

**(2) スポーツ未経験者の「I message」と「You message」のt検定**

スポーツ未経験者の「I message」の平均は2.93, それに対して「You message」の平均は3.04と、「I message」を使用する割合が高くなっているが、表2通りスポーツ未経験者の「I message」と「You message」の平均のt検

定の結果ではこの両者に有意な差はみられなかった。

**(3) スポーツ経験者とスポーツ未経験者の「I message」のt検定**

スポーツ経験者の「I message」の平均は2.76, それに対してスポーツ未経験者の「I message」の平均は2.93と、スポーツ経験者の方が「I message」の使用する割合が高くなっている。表3は、スポーツ経験者とスポーツ未経験者の「I message」の平均のt検定の結果であるが、この両者には有意な差(p<.01)がみられた。

表1 対応サンプルの検定

|  | 対応サンプルの差 |      |              |           |       | t 値    | 自由度 | 有意確率<br>(両側) |
|--|----------|------|--------------|-----------|-------|--------|-----|--------------|
|  | 平均値      | 標準偏差 | 平均値の<br>標準誤差 | 差の95%信頼区間 |       |        |     |              |
|  |          |      |              | 下限        | 上限    |        |     |              |
| ベ<br>ア<br>1<br>スポーツ経験者の<br>I message—スポーツ<br>経験者のYou message | -2.05    | .998 | .054         | -3.12     | -0.98 | -3.765 | 336 | .000         |

表2 対応サンプルの検定

|   | 対応サンプルの差 |       |              |           |      | t 値    | 自由度 | 有意確率<br>(両側) |
|---|----------|-------|--------------|-----------|------|--------|-----|--------------|
|   | 平均値      | 標準偏差  | 平均値の<br>標準誤差 | 差の95%信頼区間 |      |        |     |              |
|   |          |       |              | 下限        | 上限   |        |     |              |
| ベ<br>ア<br>1<br>スポーツ経験者の<br>I message—<br>スポーツ未経験者の<br>You message | -1.07    | 1.141 | .062         | -2.30     | .015 | -1.721 | 335 | .086         |

表3 対応サンプルの検定

|   | 対応サンプルの差 |      |              |           |       | t 値    | 自由度 | 有意確率<br>(両側) |
|---|----------|------|--------------|-----------|-------|--------|-----|--------------|
|   | 平均値      | 標準偏差 | 平均値の<br>標準誤差 | 差の95%信頼区間 |       |        |     |              |
|   |          |      |              | 下限        | 上限    |        |     |              |
| ベ<br>ア<br>1<br>スポーツ経験者の<br>I message—<br>スポーツ未経験者の<br>I message | -1.70    | .952 | .052         | -2.72     | -0.68 | -3.268 | 335 | .001         |

#### (4) スポーツ経験者とスポーツ未経験者の「You message」の t 検定

スポーツ経験者の「You message」の平均は2.96, それに対してスポーツ未経験者の平均は3.04と, スポーツ経験者の方が「You message」の使用割合が高くなっている。表4は, スポーツ経験者とスポーツ未経験者の「You message」の平均の t 検定の結果であるが, この両者には有意な差がみられなかった。

#### (5) スポーツ経験者の「I message」とスポーツ未経験者の「You message」の t 検定

スポーツ経験者の「I message」の平均は2.75, それに対してスポーツ未経験者の「You message」の平均は3.04とスポーツ経験者が「I message」の使用割合が高くなっている。表5は, スポーツ経験者の「I message」とスポーツ未経験者の「You message」の平均の t 検定の結果であるが, この両者には有意な差 ( $p<.01$ ) がみられた。

#### (6) スポーツ経験者の「You message」とスポーツ未経験者の「I message」の t 検定

スポーツ経験者の「You message」の平均は2.95, それに対してスポーツ未経験者の「I message」の平均は2.93と, スポーツ未経験者が「I message」の使用割合が若干高くなっているが, 表5の通りスポーツ経験者の「I message」とスポーツ未経験者の「You message」の t 検定結果では, この両者には有意な差はみられなかった。

#### (7) 10年以上と9年未満のスポーツ経験者の「I message」と「You message」の比較

今回のアンケートでは, スポーツ経験者の経験年数を聞いている。表7はスポーツ経験年数別者の「I message」の平均を表したものである。これによると, 20年以上の経験者が「I message」を使用する割合が最も多く, 経験年数が少なくなるに従い「I message」の使用割合が低くなっていることになる。

表4 対応サンプルの検定

|   | 対応サンプルの差 |       |              |           |      | t 値    | 自由度 | 有意確率<br>(両側) |
|---|----------|-------|--------------|-----------|------|--------|-----|--------------|
|   | 平均値      | 標準偏差  | 平均値の<br>標準誤差 | 差の95%信頼区間 |      |        |     |              |
|   |          |       |              | 下限        | 上限   |        |     |              |
| ペア1<br>スポーツ経験者の<br>You message—<br>スポーツ未経験者の<br>You message | -.083    | 1.067 | .058         | -.198     | .031 | -1.431 | 335 | .153         |

表5 対応サンプルの検定

|   | 対応サンプルの差 |       |              |           |       | t 値   | 自由度 | 有意確率<br>(両側) |
|---|----------|-------|--------------|-----------|-------|-------|-----|--------------|
|   | 平均値      | 標準偏差  | 平均値の<br>標準誤差 | 差の95%信頼区間 |       |       |     |              |
|   |          |       |              | 下限        | 上限    |       |     |              |
| ペア1<br>スポーツ経験者の<br>I message—<br>スポーツ未経験者の<br>You message | -.279    | 1.017 | .055         | -.388     | -.170 | 5.033 | 336 | .000         |

表6 対応サンプルの検定

|   | 対応サンプルの差 | t 値   | 自由度  | 有意確率<br>(両側) |       |      |              |           |    |
|---|----------|-------|------|--------------|-------|------|--------------|-----------|----|
|   |          |       |      |              | 平均値   | 標準偏差 | 平均値の<br>標準誤差 | 差の95%信頼区間 |    |
|   |          |       |      |              |       |      |              | 下限        | 上限 |
| ペア1<br>スポーツ経験者の<br>You message—<br>スポーツ未経験者の<br>I message | .015     | 1.025 | .056 | -.095        | -.125 | .267 | 334          | .790      |    |

表7 スポーツ経験年数別 I message と You message の平均

| スポーツ経験年数 | I message<br>の平均値 | You message<br>の平均値 | 度数  | 標準偏差 |
|----------|-------------------|---------------------|-----|------|
| 20年以上    | 2.66              | 2.86                | 169 | .938 |
| 15～19年   | 2.86              | 3.08                | 85  | .875 |
| 10～14年   | 2.79              | 3.00                | 52  | .825 |
| 5～9年     | 2.90              | 3.00                | 30  | .885 |
| 4年未満     | 3.50              | 4.00                | 2   | .707 |
| 合計       | 2.76              | 2.96                | 338 | .902 |

表8 スポーツ経験年数別（20年以上と19年以下）I message と You message の平均のクロス集計

| スポーツ経験 | I message<br>の平均値 | You message<br>の平均値 | 度数  | 標準偏差 |
|--------|-------------------|---------------------|-----|------|
| 20年以上  | 2.66              | 2.86                | 169 | .938 |
| 19年未満  | 2.85              | 3.05                | 169 | .857 |
| 合計     | 2.76              | 2.96                | 338 | .902 |

表8は、表7の度数分布から「20年以上」のスポーツ経験者と「19年以下」のスポーツ経験者に分けて、「I message」の平均と「You message」の平均をクロス集計したものである。「20年以上」のスポーツ経験者の「I message」と「You message」を比較すると、「I message」の使用が多く、「20年以上」のスポーツ経験者と「19年以下」のスポーツ経験者の「I message」を比較すると、「20年以上」のスポーツ経験者の方が「I message」の使用が多くなっている。これらの経験年数別で分散分析を行ったところ両者に有意な差はみられなかった。

## 5. まとめと今後の課題

本研究では、「上下関係などの集団特性があるスポーツを経験してきた者は、スポーツ未経験者に比べて「You message」を使う割合が高くなる」ことを仮説として、Lineの文章を手がかりに調査を行い検証したが、結果は仮説が棄却されることになった。むしろスポーツ経験者の方が「I message」を使用する割合が高く、スポーツ未経験者が「I message」を使用する割合や「You message」を使う割合よりも有意に高くなっていた。スポーツの経験年数（20年以上と19年以下）による有意な差はみられな

かったが、スポーツの経験年数が長くなるにしたがって「I message」を使用する割合が高くなる傾向はうかがえた。このことから、強い上下関係など特異な集団特性を持つスポーツだが、コミュニケーションにおいて必ずしも「You message」を使う頻度が高いというわけではないということが明らかになった。

今回は大学生が日常的に使うLineというコミュニケーションアプリの文章から「I message」と「You message」の使用状況を調査対象としたが、今後は実際の指導場面での声掛けやコミュニケーションを録音・録画等で会話分析を進めることも検討する必要がある。またそもそも「I message」と「You message」の効果についても研究を進めていく必要がある。

## 【引用文献】

- 1) 城丸章夫：体育と人格形成..青木書店, 1980
- 2) 山本清洋：いじめ・校内暴力と学校体育. 学校体育, 1986
- 3) Gordon, Thomas. W. Sterling Edwards.: Making the patient your partner, Communication Skills for Doctors and Other Caregivers. Edition of 1997
- 4) Gordon, Thomas.: Origins of the Gordon Model. Gordon Training International. Retrieved on: 2012
- 5) Gordon, Thomas: Teaching Children Self-Discipline, 1990
- 6) トーマス・ゴードン著 近藤千恵訳：親業・自立心を育てるしつけ, 小学館, 1990
- 7) 近藤千恵：人間関係を育てるものの言い方,大和書房, 1995

## 【参考文献】

- ・末田清子, 福島浩子：コミュニケーション学, 松柏社, 2003
- ・平木典子：アサーションの心 自分も相手も大切に  
するコミュニケーション, 朝日新聞出版, 2015