水球選手の心理的特徴

Psychological Characteristics for water polo players

1J01C269-0 氏名 吉野 恭平

指導教員 主査 奥野 景介 先生 副査 山崎 勝男 先生

【緒言】

スポーツ選手の競技パフォーマンスには多くの要因が関与するが、それは身体的、環境的および心理的要因に大別されるが、身体的および技術的に優れた選手であっても、心理的に劣っている場合は優れたパフォーマンスを発揮することができない場合がある。水球のような他の競技とは異なる環境条件でパフォーマンスを発揮する場合、厳しい環境条件を克服するための高い身体的および精神能力が要求されると考えられる。

しかし、具体的にどのように競技パフォーマンスを向上させるのかということに関する研究はあまりされていないのが現状である。方法論、ゲーム分析などの研究はいくつかあるが、心理学的な方面からの研究はほとんどない。その中でもメンタルトレーニングに関する研究が特に少ないことに気がついた。

【研究目的】

本研究の目的は、日本の水球の競技力向上のため、特にメンタルトレーニングを効率的に行えるよう、水球選手の心理的競技能力の現状を把握することである。

【方法】

①調査対象

本研究では高校生と大学生の水球選手を対象に調査する（高校生 245 名、20 チーム、大学生 125 名、11 チーム）。調査対象者の平均年齢は 17.51±2.13 歳、調査対象者の平均競技歴は 4.16±3.01 年である。

②調査内容：

調査はACSI-28（日本語版）を用い、その結果の集計・分析を行った。

③調査用紙について

Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28) は1995年に開発され、7項目の因子で構成されている。なお日本語版の信頼性・妥当性は証明されている

④調査時期

高校生については、2005年インターハイ（平成17年8月17日～20日）の2週間前に調査用紙を配布し、対象者の回答が終わり次第、チームの代表者から郵送により質問紙を回収した。インターハイに出場していない高校についても、同時期に調査を行った。

大学生については、2005年インターカレッジ（平成17年9

月22日～25日）の2週間前に調査用紙を配布し、高校生と同様の手順で調査用紙を回収した。

⑤分析項目

競技歴・年齢を4グループに分類しt検定を行い、各因子について平均点を比較した。また高校生と大学生というカテゴリーに分類し、各因子についてt検定を行い平均点の比較をした。高校生ではインターハイ、大学生ではインターカレッジでの成績をもとにカテゴリー化し、各因子についてt検定を行い平均点の比較をした。なお、各種検定はすべて有意水準5%で行われた。

IV. 結果および考察

今回の研究結果から次のような水球選手の心理的競技能力の現状が明らかになった。

1. 初心者よりも熟練者のほうが ACSI-28 の得点が高く、心理的競技能力が高かった。
2. プレッシャー状況での実力発揮については熟練者になってからも伸び続ける。
3. 高校生と大学生で目標としているタイトルが違い、モチベーションも学年によって異なる可能性がある。
4. 指導者との関わりは他の因子と比べて特異な得点を示しており、年齢が上がるにつれて指導者と関わる数が少なくなる。
5. 大学生のほうが高校生よりプレッシャー状況での実力発揮の能力およびパフォーマンスに関する心配事を解消する能力が高い。
6. 競技成績と ACSI-28 の得点には関係はない。

「指導者との関わり」について年齢別に平均点を比較した際に、年齢が上がるにつれて、平均点が下がるという傾向にある。この因子については指導者の影響が大きく関係してくることから、この因子の得点をあげるためには選手だけではなく、監督からも選手に対して関係を深くするためのアプローチをしていかなければならない。このように ACSI-28 のような心理テストを行えば、心理的競技能力の弱点も見えてくる。そのようにして得られたデータについて弱点克服のためのアプローチを取っていけば、国内における水球の競技能力向上の一助となると考えられる。