

テニスプレーヤーにおける特性・状態不安について

A study of relationship between tennis player's trait and state anxiety

1K04B096-5

酒井 美香

指導教員

主査 関一誠先生

副査 正木宏明先生

目的

スポーツの試合をむかえるとき、失敗しないだろうか、負けてしまうのではないか、という不安を抱えながらプレーをしたことやそのような不安に押しつぶされて実力が出し切れなかった経験があるかもしれない。このような不安は競技不安と呼ばれ、さらに特性不安と状態不安に分けられる。運動選手には特性不安の低いものが多いことや特性不安の高い人は、低い人よりもしばしば試合のようなストレスのある条件では高い状態不安を示す傾向があるとされている。

では、不安の違いはどのようにあらわれるのだろうか。

そこで私は、自分が所属しているサークルメンバーを対象に、レギュラーと非レギュラーでは特性不安に違いはあるのか、試合前や普段の状態不安に違いはあるのか、競技年数によって違いはあるのか、などをSCATとCSAI-2という質問紙を元に検討した。また、技能レベルにより差があると思われる体育会選手とサークル選手での比較も行った。

方法

1、調査対象者

調査は、私自身が所属しているテニスサークルのメンバーを対象に実施した。レギュラーの男子6名、女子6名、非レギュラーの男子5名、女子6名である。また、体育会とサークルでの比較では、硬式テニス部男子1名、女子5名、バドミントン部男子10名、女子10名、ソフトボール部男子1名、女子7名、軟式野球サークル女子9名、バドミントンサークル男子5名、女子4名にアンケート調査を実施した。

2、調査項目

1) 特性不安尺度

マーテンスによって作成された、SCAT(スポーツ競技不安テスト)を用いて測定した。これは、スポーツ場面に特有な不安を測定することを目的として作成され、15項目の質問紙になっている。

2) 状態不安尺度

マーテンスらによって作成された、CSAI-2(競技状態不安目録)を用いて測定した。これは、27項目からなる質問紙で、認知的不安(CSAI-cog)、身体的不安(CSAI-som)、自信(CSAI-sc)の3尺度に

なっている。

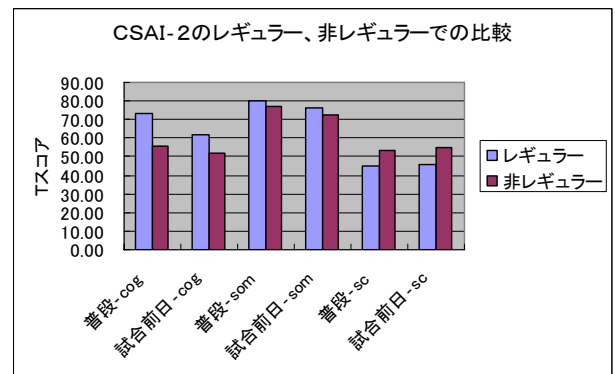
SCATではスコアが高いほど特性不安が強いことを示す。CSAI-2のcog(認知的不安)とsom(身体的不安)ではスコアが低いほど不安が強いことを示し、sc(自信)では低いほど自信があることを示している。

結果

SCATのTスコアについてレギュラー・非レギュラーでt検定にかけたところ有意傾向が見られた。

状態不安では、レギュラー、非レギュラーに関わらず、普段より試合前日で認知的不安と身体的不安が高まった。また、低特性不安群よりも高特性不安群の方が状態不安も高く、特に、高特性不安群では普段から試合前日への変化が大きく、認知的不安と身体的不安で顕著だった。経験者と初心者の比較でも、特に自信では有意差があらわれた。体育会とサークルでの比較では、認知的不安において有意差が得られた。

図1



考察

今回の実験で、試合で実力を発揮できない原因のひとつとして、特性不安や状態不安が大きく関わっていることがわかった。さらに、レギュラーと非レギュラーだけでなく、経験者と初心者、高特性不安群と低特性不安群での比較でも多くの項目で有意差が得られ、特性不安と状態不安を生み出す原因にもさまざまな要因があることを知ることができた。