

送球時に起こるイップスと性格特性の研究

A study of relation between personality trait and Yips in ball throwing

1K04B139-4

棚橋 孝太

指導教員

主査 山崎勝男先生

副査 堀野博幸先生

目的

筆者は高校時代、野球部に所属し内野手であった。試合中の緊張から起こったと思われる大暴投がきっかけとなりボールが思うように投げられなくなる「送球恐怖症」いわゆる“イップス”になってしまった経験がある。自らのからだに突然起こった奇妙な現象に疑問を持ち、イップスを取り巻くさまざまな要因について研究することにした。

イップスとはもともとゴルフ用語であり、練習では何でもない 1~2 メートルほどのパットが競技になると緊張のあまり震えて打てなくなる、あるいは筋肉が痙攣してカツンと強く打ってしまい、はるかにカップをオーバーしてしまうことをいう。ゴルフにおいては実態調査も行われており、その対処法も数多く考案されている。しかし、その他のスポーツにおいてはイップスに似た報告が多数あるにも関わらず、研究は十分に進んでいないといえる。

本研究の目的は、野球の送球時におけるイップスにスポットを当て、その実態を把握し、それが選手の性格特性とどのような関連性があるかを調べることである。また、アンケートをもとに、イップスを未然に防ぐための方法や、イップス克服法についても考えていくことである。これらをゴルフにおける先行研究と照らし合わせ、その共通点を見つければ、他の競技で起こるイップスについても同様に考えることができるのではないかと。

方法

1 対象者

中学生 30 名、高校生 27 名、大学生 24 名、計 81 名を対象に調査を実施した。

2 調査期間

平成 19 年 8 月から 10 月に実施された。

3 手続き

調査用紙(アンケート)と Y-G 性格検査用紙をセットにし、各学校に 30 部配布した。

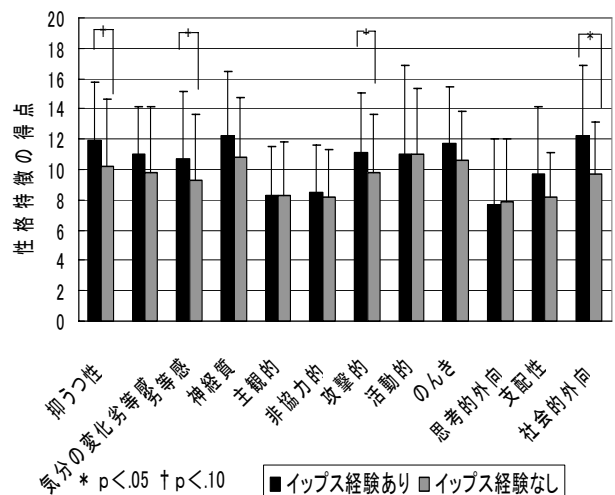
4 調査内容

アンケートにより I 野球経験年数、II ポジション、III イップスの経験の有無を尋ねた後、経験有りの者には IV イップスになった時期、V イップスになった時の具体的な症状、VI イップスになったきっかけ、VII 克服方法について回答を求めた。

結果

回答があった 81 名中 27 名がイップスの経験があ

ると答え、ゴルフと同様、野球の送球時においてもイップスは頻繁に起こる現象であることがわかった。また、経験者の多くが内野手であること、イップスは経験年数が浅いうちは発症しにくいこと、症状やきっかけ、克服方法については選手それぞれに異なることなどがわかった。下図は本調査におけるイップス経験の有無と、選手の性格特性の関係について示したものである。



考察

調査結果より、イップス経験者は未経験者に比べ、社会的外向が高いことが明らかになった。これはゴルフの先行研究においても同じ結果が出ており、イップス経験者全般に言えることではないかと考える。社会的外向性が高く、いわゆる「自意識が高い」選手というのは、単なる緊張が原因ではなく、他人の目を気にし、マイナス思考に陥ってしまうことが原因でイップスになってしまうと考えられる。また、個人競技のゴルフと団体競技の野球では、競技特性が異なるためか、イップス経験者の性格特性にも違いがあらわれた。野球のイップス経験者の方がよりネガティブな要素が多いことから、野球においては自分のプレーに対して責任感が強い一方、失敗を深刻に受け止め思い悩んでしまうような選手がイップスになりやすいのではないかと。いずれにしてもイップスは選手の精神面が問題となっており、スポーツにおいて技術や体力面と同様に「こころのケア」が必要とされることが明確になったといえる。