

モチベーションの変化と試合での実力発揮度の関係について

The relationship between motivation and game performance

1K05A223

山口 響子

指導教員

主査 内田直先生

副査 堀野博一先生

I. 緒言

モチベーション(motivation)は、動機づけと訳されている。わが国では心理学の専門分野で開発された評価法をスポーツ選手に適用することが多く、スポーツ選手が競技場面で必要とされる心理的能力を調べる評価法は皆無であった。こうした背景のもとで、徳永らが1983(昭58年)年頃から独自に、スポーツ選手の心理的競技能力の診断方法とトレーニング方法について研究を推進してきた。その結果、心理的競技能力の評価尺度としてシステム化することに成功した。

II. 方法

大学体育会各部に所属する、11名の女子学生を対象に実験を行った。期間は、約8ヶ月で、2回のリーグ戦、2つの全国大会における、8試合が対象である。実験には3つの質問紙を用いた。

試合前の心理状態診断検査(DIPS-B1)、試合中の心理状態診断検査(DIPS-D2)、心理的競技能力診断検査(DIPCA.3, 中学生～成人用)の3つである。実験全体の流れは、まず実験期間の前、被験者に心理的競技能力診断検査(DIPCA.3)を行ってもらい、次に実験期間に入ってから検査は、1つの試合に関して、試合1ヶ月前、試合1週間前、試合3日前において、質問紙によりモチベーション変化についての調査を、DIPS-B1を使って行う。そして試合終了後、当日または翌日に、試合での実力発揮に関する調査をDIPS-D2を使って調査する。

III. 結果

DIPS-B1・D2で得られた結果(表3～表9)の通り、まず、1段階または2段階のモチベーションの変化で、DIPS-B1の得点が高くなっていて尚且つ評価も高いもの、または変化なしだが評価は全て5となっている被験者は、DIPS-D2においても得点が40点以上と高く、さらに、実力発揮度が70%以上と高い傾向にあった。次に、1段階または、2段階のモチベーションの変化で、DIPS-B1の得点が下降しているもの。1段階または、2段階のモチベーションの変化で、評価がさがっているもの。DIPS-B1の得点が上昇しているが、得点評価が低いもの。この3つは、DIPS-D2における得点が40点未満か、実力発揮度が70%未満と低くなる。あるいは、その両方である傾向にあった。

また、競技能力による比較を行った結果、競技レベルが高い選手は、試合に向けてほぼ毎回、高い水準のなかでのモチベーション得点増加がみられ、実力発揮度も高かった。そして競技レベルが低い選手は、試合に向けて、モチベーションが下がってしまうことが多く、実力発揮度も低かった。

DIPCA.3の結果からは、豊富な経験と高い競技能力を持った選手は、同時に高い心理的競技能力をもっているが、経験が浅く、競技能力も低い選手は、同時に心理的競技能力も低いという結果となった。

IV. 考察

質問紙を使った調査によって、試合当日が近づくとつれて、ある一定の高い水準のなかでモチベーションを段階的に高めていくことは、試合で

実力を発揮するためには不可欠であることがいえ
た。逆に、試合当日が近づくにつれて、モチベー
ションが下がってしまっている状態や、モチベー
ションは上がっているが、それがある基準に達して
いないときは、試合で実力を発揮できる可能性は
低くなるということがいえた。また、競技能力による
比較では、競技能力によって、心理的な競技能
力にも差があり、そのことが実力発揮度に相関し

ていることがいえた。DIPCA.3の結果からは、この
質問紙を使って心理的競技能力をみることで、そ
の選手の競技能力を知ることができるということが
いえた。さらに、競技能力が未熟な選手でも、心
理的競技能力が高ければ、この先のトレーニング
によっては一流の選手に成長する可能性が高い
といえることの証明ともなった。