

叱咤激励がパフォーマンスに及ぼす影響

Effect of pep talk on the performance

1K06A215

指導教員 主査 山崎勝男先生

深澤 正弘

副査 正木宏明先生

【第1章 序論】

競技スポーツにおいて、指導者からのアドバイスや助言に影響される競技者は少なくない。また、普段の生活においても、他者からの助言や存在が個人の行動へ及ぼす影響はとても大きいように思える。本研究では、パフォーマンス時における他者からの叱咤激励の言葉かけによりパフォーマンスにどのような影響が起こるのか。また、性格特性に応じてどのような言葉かけがパフォーマンスに有効なのかを目的とした。

【第2章 方法】

本研究では、ダーツ投てき課題を実施し、その際言葉かけの存在しないControl条件、実験参加者を励ます言葉かけを行うPositive条件、実験参加者を責める言葉かけを行うNegative条件の3条件を設定し、言葉かけが、得点に及ぼす影響を Pillai のトレースを用いて検討した。また、実験参加者の性格特性を NEO-FFI 人格検査を用いて調査し、各条件の課題得点との比較を Pearson の相関係数を用いて検討した。さらに課題遂行後には主観的評価のアンケートを実施し、集計結果は t 検定を用いて Positive 条件、Negative 条件間で比較した。

【第3章 結果】

3 条件の課題得点について多変量分散分析の結果、条件要因の主効果が有意だった($F(2, 18) = 5.65, p < .05$)。また、多重比較の結果、Control 条件に比べて、Negative 条件で有意に得点が高かった($p < .01$)。また、NEO-FFI の性

格特性と Positive 条件・Negative 条件との間において相関分析を行った結果、Negative 条件と神経症傾向($r = -.45, p < .05$)に有意な負の相関、Negative 条件と外向性($r = .47, p < .05$)に有意な正の相関が認められた。また、Positive 条件と外向性($r = .41, p = .076$)に正の相関傾向、Negative 条件と調和性($r = .44, p = .054$)に正の相関傾向、Negative 条件と誠実性($r = .42, p = .068$)に正の相関傾向が認められた。実験参加者の課題中の集中度、緊張度、快適度の3項目に関して、緊張度は、Negative 条件の方が Positive 条件よりも得点が高かった($t(20) = 2.59, p < .05$)。また、快適度は Positive 条件の方が Negative 条件よりも得点が高かった($t(20) = 3.23, p < .01$)

【第4章 考察】

Control 条件と Negative 条件間の比較において、Negative 条件の方が有意に得点の値が高く、実験参加者を責める言葉かけの方が励ます言葉かけよりも効果が大きいことが示唆された。性格特性と各条件の比較では、Negative 条件においては神経症傾向の高い参加者ほど課題得点は有意に低い値を示した。神経症傾向の高い参加者は Negative 条件の影響を強く受け、ストレス対処がうまく出来ず、その結果課題において高得点を獲得することができなかったと推察される。Positive 条件において外向性の高い被験者ほど課題得点は高い値を示す傾向があり、Negative 条件においては外向性の高い被験者ほど課題得点は有意に高い値を示した。結果よ

り、外向的な人は Positive・Negative 両条件の提示によって覚醒水準が向上し、さらに刺激量が最適刺激量まで増大したため、パフォーマンスが向上したと推察される。

【第5章 まとめ】

Negative 条件での得点が Positive 条件の得点よりも有意に高かった。性格特性の検討では、神経症傾向の低い実験参加者と外向性の高い実験参加者に Negative 条件提示時に有意に高い得点が表れた。従って Negative 条件の提示により、実験参加者のモチベーションの向上や動機づけに良い影響を及ぼしたと考えられる。また、Negative 条件の提示により外発的動機が回避傾向を上回ったため達成行動が示され、パフォーマンスが向上したことが推察される。次に、Negative 条件は Positive 条件に比べ緊張度は有意に高く、快適度は有意に低いという結果を得たがこれによりパフォーマンスの向上には緊張度が非常に深く関係していることが推察される。Negative 条件の提示が課題に緊張感を与え、それが課題得点の高得点に反映されたと考えられる。すなわち、緊張度(覚醒)が Negative 条件の提示によって、緊張の最適水準に近づいたためパフォーマンスが向上したと考えられる。