

アメリカンフットボール選手の情動状態とスポーツパフォーマンスの関係 Relationships between American Football Player's Emotions and Sport Performance

1K06B202

指導教員 主査 岡浩一朗先生

松田 惇

副査 倉持梨恵子先生

競技スポーツの場面では、試合前や試合中の心理状態がスポーツパフォーマンスに影響を及ぼす。その心理状態の中でも、情動はスポーツパフォーマンスに影響する重要な要因の一つと考えられる。しかしながら、現在までに行われた研究の中で、アメリカンフットボール選手の情動とスポーツパフォーマンスの関連性について特化して行われているものは存在しなかった。本研究では、アメリカンフットボール選手の情動が試合のスポーツパフォーマンスに与える影響ということに特化して、IZOF理論がアメリカンフットボール選手に適用しているのかを検証し、さらに学年や今までのアメリカンフットボール歴などのアメリカンフットボールの習熟度、または選手が試合に出場しているか否かによって情動とスポーツパフォーマンスの関連性に違いがあるのかを研究するものとする。また、本研究の調査対象者は、全日本大学選手権でベスト4に残ったチームの選手を対象としているため、全国大会レベルのトップアスリートだけを対象としたものである。今までの研究の多くは、トップアスリートだけを対称にしたものは存在しないので、これまでの研究よりさらに質の高いものとなる。研究対象者は早稲田大学アメリカンフットボール部の選手 37 名（18～23 歳の男性）。また、研究の尺度は Hanin の情動プロファイリングテストの日本語版を用いた。これは、スポーツ選手の情動状態とスポーツパフォーマンスの関係を把握するための質問紙である。そして、ベストパフォーマンスとワーストパフォ

ーマンスの情動の間に明確な違いが見られた 2 選手とベストパフォーマンスとワーストパフォーマンスの情動の間に明確な違いが見られなかった 2 選手にインタビューを行った。研究の結果、20 名のアメリカンフットボール選手には IZOF 理論が適用しており、選手によっては情動がスポーツパフォーマンスに影響を与えていることがわかった。さらにその中で、試合に先発出場している選手全員の情動がスポーツパフォーマンスに与えている影響が大きいことがわかった。今までの研究で、ベストパフォーマンス時とワーストパフォーマンス時に明確な識別をすることができた選手を対象にして、その選手にとって最適な情動水準になるように情動の強度をコントロールし、スポーツパフォーマンスの向上・安定を図る研究が行われており、結果として情動のコントロールは、スポーツパフォーマンスの向上・安定にとっても有効に機能することが証明されている。つまり、アメリカンフットボールの先発出場している選手を対象にして、最適な情動水準になるように情動の強度をコントロールすれば、スポーツパフォーマンスの向上・安定をすることができるであろう。アメリカンフットボール選手は繊細なアスリートであり、少し情動が変わるだけで、ベストパフォーマンスをすることができたり、またはその逆になってしまうこともある。今後のアメリカンフットボールの発展・向上のために、本研究が広く活用されることを願っている。