

ショートトラックスピードスケート選手の不安特性とコンフィデンス Anxiety and confidence of speed skate short track athletes

1K06A104-A

指導教員 主査 正木 宏明 先生

酒井 裕唯

副査 岡 浩一朗 先生

【目的】

本研究では、ショートトラックスピードスケート選手を対象に、不安やスポーツコンフィデンスとパフォーマンスとの関係性を調べた。

【方法】

ショートトラックスピードスケート全日本強化選手 25 名 (平均年齢 21.3±2.0 歳, 男子 13 名, 女子 12 名) を対象とし, STAI 得点, TSCI(状態コンフィデンス), SSCI(特性コンフィデンス)得点を測定した。

【結果】

STAI 得点

STAI の状態不安得点について, 期間 (合宿中/大会中) × W 杯出場経験 (有無) の 2 要因分散分析を行った結果, 交互作用のみが有意であり, 全日本距離別大会では W 杯出場者の方が未出場者よりも状態不安得点が有意に低かった ($p < .05$)。また, W 杯出場者は合宿中よりも全日本大会中のほうが低不安の傾向だった。

全日本大会での上位・下位 6 名の STAI 得点の比較

全日本大会において上位・下位 6 名の STAI 得点の比較を行った。状態不安得点を期間 × 全日本成績の 2 要因分散分析に供した結果, 期間と成績の交互作用が有意だった。下位検定の結果, 全日本距離別大会の上位 6 名の状態不安得点は下位 6 名よりも有意に低かった ($p < .05$)。また上位 6 名は合宿期間よりも大会時に不安が低くなる傾向であった。

TSCI 得点

全日本大会での上位・下位 6 名の TSCI 得点の比較

TSCI 得点を成績別に比較した結果, 全日本大会の上位 6 名のほうが下位 6 名よりも有意に高かった ($p < .05$)。

SSCI 得点

W 杯出場者のみの比較

W 杯出場者のみで状態不安得点を期間 × W 杯出場有無の 2 要因分散分析した結果, 期間の主効果は見られなかった。また特性不安の得点を期間において分散分析した結果, 期間の主効果は見られなかった。W 杯出場者のみの SSCI の得点について t 検定を行った結果, 全日本距離別大会と W 杯とで有意な差は見られなかった。

全体の相関関係 特性不安と TSCI (特性自信) の関係性を調べるため相関係数を算出した。合宿期間中の特性不安と TSCI (特性自信) と特性不安との間には負の相関関係が認められた ($r = -.72$)。全日本大会でも状態不安と SSCI (状態自信) との間には負の相関関係が認められた ($r = -.62$)。さらに, 全日本大会の成績と状態不安の間には正の相関関係が認められた ($r = .445$)。しかしながら, 全日本成績と SSCI (状態自信) との間には相関関係はなかった。

【考察】

合宿期間と全日本距離別大会の状態不安について, 世界大会出場者は世界大会への出場権がかかる大会ではあまり不安を感じていないことが考えられる。一方で W 杯未出場者は世界大会への出場権がかかる大会で自分よりも格上の選手と戦わなければならないことから不安を感じていることがうかがえる。

上位・下位 6 名での比較では, パフォーマンスの悪い選手ほど状態不安が高くなっていることが示唆された。これは STAI とパフォーマンスの関係性においても正の相関関係があった。TSCI はパフォーマンス上位 6 名の方が下位 6 名より高かった。日常的に自分の能力に対して自信を感じているため全日本大会成績も良い結果に結びつくと解釈することができる。

W 杯に出場した選手は, 状態不安, 特性不安とも期間に有意な差は見られなかった。W 杯に出場するような選手では状態不安, 特性不安の変化がなく, 世界大会がかかっている試合や W 杯においても状態不安が変化しなかったことは不安のコントロールができていないのだろうか。W 杯に出場するような技術の熟練者になれば心理面での不安のコントロールがうまく出来ておりそれがよいパフォーマンスにつながっていると考えることができる。

STAI とコンフィデンスの関係性において相関をとって見たところ不安が高いほどスポーツコンフィデンスは低くなったが, 不安とパフォーマンスの関係性とスポーツコンフィデンスとパフォーマンスの関係性が見られたことからスポーツコンフィデンスは直接パフォーマンスに影響を与えず, 不安によってパフォーマンスが左右されると考えられる。