

大学硬式庭球部における大学王座前のポジション別、学年別の心理的特徴

The psychological characteristics of both each position and each grade in Waseda tennis varsity before University Championship series in October

1K08B023-1 伊藤絵美子

主査 山崎勝男先生 副査 正木宏明先生

【緒言】私は、某大学硬式庭球部に所属し、テニス選手として4年間部活生活を送り、毎年10月末に行われる大学王座優勝を目標に掲げ、1年間活動している。大学4年間を通して、また、最終目標である王座優勝に向けて部員全員が体力面と精神面での準備を行っているが、主将として1年間活動してきた中で、ポジション別、学年別で、その両面において差異が生じているのではないかと感じた。その為、どれだけの部員が大学王座に良い精神状態で迎えられたかを、ポジション別、学年別に分けて数値を出すことにより明確にしたい。また、王座優勝に向けて活動する後輩たちが、王座前の動機付けを考える際に、本研究を参考にできたら光栄である。

【対象・方法】調査に協力する某大学硬式庭球部員40人分のPOMS用紙を用意し、大学王座1週間前の2011年10月21日(金)に配布した。そして、大学王座準決勝、決勝の1週間前の22日(土)、23日(日)どちらかに記入してもらい、23日の練習終了後40部を回収した。協力した部員の内訳は、男子レギュラー10名、男子ノンレギュラー9名、女子レギュラー13名、女子ノンレギュラー8名であった。また、POMSの計算方法を基に、項目順に点数を算出し、ポジションによる比較では、ノンレギュラーとレギュラー、学年別による比較では、1年、2年、3年、4年と区別して評価を行った。

【結果及び考察】「抑うつ・落ち込み」の項目では、ノンレギュラーがレギュラーより優位に高い値を示し、有意差が認められた。これは、王座期間で練習量が減り、レギュラーのサポートに徹してきた為、チームの為とは理解しつつも、自分たちの練習時間を割くことへの不満や、競技で貢献できない現状等の、心の状態がマイナス面に向き、マイナスにエネルギーを使ってしまう為、このような結果が出しまったと

考えられる。また、「緊張・不安」の項目では、レギュラーの方が試合へのプレッシャー等から高い値を示すと推察されたが、レギュラーとノンレギュラー共に高い数値を示し、有意差は認められなかった。それは、各ポジションで大学王座に向けて、役割に対しての責任等を重く受け止め準備しているものの、大学王座は1年の最終目標であることから、本番を目前にし、気持ちが高ぶっていることが考えられる。

【総合考察】本研究から、女子は学年別において有意差は認められなかった。ポジション別においても「抑うつ・落ち込み」の項目のみ有意差が認められた。これは、学年による心理的な差はなく、ポジションによる心理的な差もほとんどないということである。これは、個人の違いによる心理的な差が生まれていることを暗示している。女子に関しては、大学王座前は、学年別、ポジション別の動機づけではなく、個人別の動機付けが必要になると思う。大所帯の部活において、一人一人と向き合うことは厳しいが、学年隔てなく対話を重視し、立ち止まっている部員に対して、すぐにフォローできるようなアンテナを常に張り巡らし、全員が目標に向け、いい状態を保てるよう、一体感を出す工夫が必要になってくると思う。対して、男子は、ポジション別により、有意差があることから、ポジション別での動機づけが必要であることが示された。これは女子とは異なる点である。男子は自分のポジション内で大きな目標を掲げたり、動機づけをすれば、その目標を達成する中で、自分の目標であったり、自分なりに動機づけをできるのだと思う。個人がそういった形で取り組むことが、個人を成長させ、ポジション内で成長し、結果チームの成長につながっていく傾向にあると思う。よって、男子の場合は、大学王座前は、ポジション内での対話を重視し、ポジション内でいい状態を保つことが必要になってくると思う。