

女子ジュニアユースサッカー選手の心理的競技能力の比較研究

A comparative study of psychological competitive ability for woman junior youth soccer players

1K09B045

指導教員 主査 奥野景介先生

小野寺美咲

副査 堀野博幸先生

【研究目的】

先行研究において、心理的競技能力は競技力に影響を及ぼすことは明らかとされてきており、スポーツ指導におけるメンタルトレーニングの重要性は高まってきている。しかし、男子サッカー選手を対象とした心理的競技能力に関する先行研究はなされているのに対し、女子サッカー選手を対象とした研究はまだなされていない。

そこで、競技成績の異なる3チームのジュニアユース年代の女子サッカー選手の心理的競技能力の比較を行い、この年代の女子サッカー選手には心理的競技能力にどのような特徴がみられ、また、心理的競技能力と競技力とで関係性はみられるのかを明らかにし、そこからジュニアユース年代の女子サッカー選手の心理的競技能力を高めるための指導法について検討することを目的として本研究を行った。

【研究方法】

本研究では、第17回全日本女子ユース(U-15)サッカー選手権大会関東予選大会に出場した3チーム、計48名の中学1年～3年の女子サッカー選手(平均年齢 13.5 ± 1.1 歳、平均競技継続年数 7.5 ± 2.4 年)を対象とし、選手の心理的競技能力の測定には、徳永ら(2002)が開発した「心理的競技能力診断検査(DIPCA.3)」を用いた。

検査の診断基準に従い得点化し、チーム毎の総合得点、各因子、各尺度の得点の平均値と標準偏差を算出し、尺度毎の3チーム間の平均の差の比較検討を行った。その結果、有意であった項目については多重比較を行い、どの群間で有意差がみられたのかを検定した。

また、DIPCA.3の用紙に記入してもらったデータから、対象者計48名を全国大会経験群と未経験群に区分し、各群の平均の差の比較検討を行った。なお、有意水準は全て5%未満($P < 0.05$)とした。

【研究結果】

3チーム間の比較検討を行ったところ、「競技意欲」の因子および「忍耐力」「闘争心」「勝利意欲」の尺度において有意差がみられた。

全国大会出場経験の有無による比較検討を行ったところ、「競技意欲」「協調性」の因子および「忍耐力」「闘争心」「協調性」の尺度において有意差がみられ、全ての尺度において、経験群の値が未経験群の値を上回る結果となった。

【考察】

女子ジュニアユースサッカー選手の心理的競技能力の特徴として、チームとしての団結心や、勝利に対する気持ち、自己を高めようとする意欲は強いが、個人として本番に挑む上での心を落ち着かせる能力や自信、作戦能力などの心理的スキルはまだ不安定な状況であることが考えられる。

また、先行研究において、競技成績が高いほど心理的競技能力も高いことが明らかにされているのと同様に、女子ジュニアユースサッカー選手においても、競技成績が高いほど心理的競技能力も高い傾向にあることが示された。

【結論】

ジュニアユース年代の女子サッカー選手の競技力の向上のためには、特に「競技意欲」を高めるべきであることが示唆され、同時に、この年代から高いレベルの経験を積ませ、強い心理的競技能力を養っていくことの重要性も示唆された。

また、本研究では中学生のみを対象として行ったが、そこからどのように、どのような要因によって心理的スキルが向上していくかを明らかにする為にも、高校や大学、プロ等、違うカテゴリーにおける心理的競技能力の調査も行い、心理的スキルの発達過程を明らかにしていくことが今後の課題として挙げられる。