

レギュラー選手と非レギュラー選手における心理的競技能力検査

Diagnosis of Psychological Competitive Ability of Regular and Unregular Players

1K09B053-2

金山 舞穂

指導教員 主査 正木宏明 先生

副査 倉石平 先生

【目的】

スポーツにおけるパフォーマンスには、体力や技術とともに競技者の心理的側面が大きく反映する。これは、世界チャンピオン選手やオリンピックに出場する選手に限られたことではなく、スポーツをする一般の競技者すべてに言えることである。スポーツではパフォーマンス発揮について、心技体が三位一体になることが重要であるとよく言われている。スポーツの試合や試合前に緊張を感じたりイライラしたり、時には不安というストレスによって下痢などになることがある。スポーツの不安、代表的なものとして「あがり」という現象が挙げられるが、これは試合の直前や試合中に経験することが多い。このような「あがり」などが、スポーツパフォーマンスに関係しているといえる。しかし、その不安や緊張など心理的問題をプラスにかえることができれば、自分自身が持っている最高のパフォーマンスを発揮することができる。誰でも、緊張や不安を経験したことがあるだろう。それらのマイナス要素をプラスの要素に変えることができれば、最高のパフォーマンスに繋げることができる。スポーツ選手が競技場面で実力を発揮するために必要な心理的能力を「心理的競技能力」と呼び、スポーツ選手にはどのような心理的競技能力が必要か、あるいは、実際の競技前や競技中にどのような心理的競技能力が必要か知る必要がある。そこで本研究では、レギュラー選手と非レギュラー選手の心理的競技能力を比較することで、必要な心理特性を明らかにし、競技力向上に活用することを目的とした。

【方法】

対象は早稲田大学女子バスケットボール部の1年生から4年生の計21人を対象とした。DIPCA（心理的競技能力検査）及び、YG性格検査の質問紙を用いて調査を行った。期間 は9月から行われた関東大学バスケットボールリーグ戦の一カ月前に一回目を実施し、その一ヵ月後に二回目を行った。比較には、一元配置分散分析を用いて検討した。

【結果】

レギュラー選手・準レギュラー選手・非レギュラー選手を対象に心理的競技能力検査を行った結果、選手間の差はなかった。しかし、準レギュラー選手がリーグ前とリーグ中の期間で勝利意欲が下がり有意傾向がみられた。また、自己実現意欲も同様にリーグ前に比べ、リーグ中に下がる結果となり、有意差が見られた。協調性では、レギュラー選手がリーグ前に比べリーグ中に下がる結果となった。YG性格検査では、レ

ギュラー選手と準レギュラー選手はスポーツ選手に好ましい右下がり型のD型判定（積極安定型）であったが、非レギュラー選手は平均型のA型判定（平凡型）の結果となった。また、ポジション別で行った性格特性からは、気分の変化・社会的交友・愛想の悪いこと・劣等感の強いこと・支配性においてポジションごとの差がみられた。気分の変化では、フォワードポジションの選手が気分の変化が大きく、次にセンターポジション、ガードポジションという結果になった。社会的交友では、ガードポジションが高く、センターポジション、フォワードポジションであった。愛想の悪いことでは、センターポジション、ガードポジション、フォワードポジションの順であった。支配性では、センターポジションが一番高く、次にガードポジション、フォワードポジションであった。劣等感の強いことでは、フォワードポジションが一番高く、センターポジション、ガードポジションという結果になった。

【考察】

DIPCAの結果から、準レギュラー選手が勝利意欲・自己実現意欲が下がる結果として考えられる理由は、準レギュラー選手の役割が生じてくるのではないかと考える。とても重要かつ難しいポジションであるがゆえに不安な気持ちに関係したのだと考えることができる。レギュラー選手の協調性が下がる結果になった理由としては、チームの中心選手としてベストなパフォーマンスを発揮することで結果的に勝利に繋がる。勝利への執着心や自分の持つ責任感の強さなどが関係したのではないかと考えた。ポジション別でみた性格特性の結果については、早稲田大学バスケットボール部のチームカラーが関係したと考えることができる。チームルールの中でプレーをしなければならない。チームにおける、ポジションごとの役割が性格特性に大きく関係したのだと考えることができる。