

大学男子柔道選手のスポーツドラマチック体験と 心理的特性の関係

北井 和利 (熊本学園大学)

橋本 公雄 (熊本学園大学)

石橋 剛士 (熊本学園大学)

小澤 雄二 (熊本大学)

The Relationship Between Dramatic Experience of Sport and Psychological Variables in College Male Judo Athletes

abstract

It has been demonstrated that participating in sport confers various psychosocial benefits. In the present study, we attempted to clarify the mentality of college male Judo athletes, and to examine the relationship between their dramatic experience of sport and psychological variables. Eighty-six subjects participated, and completed a questionnaire that included the Inventory of Dramatic Experience of Sport (IDES; Hashimoto et al., 2006). In addition, the Diagnostic Inventory of Psychological Capacity for Athletes (DIPCA; Tokunaga et al., 1991), the Trait Anxiety Inventory for Sport (TAIS; Hashimoto et al., 1988) and the Inventory of Positive Traits for Athletes (IPTA; Tokunaga, 2000) were administered for assessment of psychological variables. The results indicated that Judo athletes had lower total scores for the DIPCA and IPTA than general students, and showed a significant relationship between the IDES total score and the total positive trait score, whereas the number of years of

sports competition experience showed no such relationship. On the basis of these findings, the influence of dramatic experience in sport on the lower positive mentality of Judo athletes was discussed.

Key words: Judo athlete, dramatic experience in sport, positive trait, psychological skill, trait anxiety

目 的

多くの研究で運動・スポーツ参加に伴う身体的、心理的、社会的な効果が指摘されてきた。特に、運動・スポーツの身体的効果や生理学的応答に関する研究の進展は目覚ましく、そのエビデンスに基づき健康・体力づくりや運動療法としての運動処方ほぼ確立している。しかし、運動・スポーツの心理的効果や社会的効果に関しては、その効果が明らかにされているにもかかわらず、多くの場合そのメカニズムは解明されていない。よって、運動・スポーツ参加による心理的・社会的な側面の改善・向上に向けた効果的な運動処方は確立されておらず、今後の研究課題の1つとなっている(橋本, 2000)。

スポーツ参加による心理的特性としてのパーソナリティ形成の研究では、スポーツ参加はパーソナリティ形成に影響しないとの結論で終焉しているが、近年北米心理学会では、Seligmanの会長講演によってポジティブ心理学の運動が起こり、この種の研究が急速に進展している(Peterson, 2006; 島井, 2006)。その研究対象の1つにポジティブ特性がある。このポジティブ特性の内容としては、勇気(勇敢さ、忍耐力、誠実さ、熱意)、正義(忠誠心、公正さ、リーダーシップ)、超越性(審美心、感謝、希望、ユーモア、精神性)、節度(寛大さ、謙虚さ、慎重さ、自制心)、人間性(親切さ、愛情、社会的知性)、知識と知恵(好奇心、向学心、判断力、独創性)の6つの美德と24の人間の強みが仮説的に抽出されている(Peterson, 200; 島井, 2006)。

これらのポジティブ特性の中にはスポーツパフォーマンス発揮に必要とされる

ものやスポーツ選手の特性にみられるものがあり、スポーツ参加によっても向上する可能性があるものが多々含まれている。徳永（2008）はスポーツ経験と生きがいの関係を調べる中でスポーツ特有のポジティブ特性尺度を開発し、ポジティブ特性がスポーツ経験と生きがいを繋ぐ媒介変数であることを明らかにした。このようにポジティブ特性はスポーツ経験や生きがいと深く関係していることが分かる。よって、スポーツ参加によるパーソナリティ研究を再度ポジティブ特性の側面から進めることは意義があると考えられる。

ところで、スポーツ参加が心理的特性に及ぼす影響のメカニズムの解明には従属変数と独立変数間の媒介変数をどのように設定するかということが重要となる。本研究では、媒介変数として心理的スキルを布置し、心理的スキル尺度として心理的競技能力診断検査（徳永・橋本，1991a；徳永ら，1991b）を用いることにする。心理的競技能力とはスポーツ選手の実力発揮に必要なスキルであり、いわゆる精神力を意味している（徳永ら，1991b）。心理的競技能力はこれまで競技パフォーマンス発揮との関係で論じられているが、人間的成長との関連では論じられてはいない。しかし、前述したポジティブ特性の内容を吟味したとき、スポーツ参加に伴い培われる可能性のある特性が多いことに気づく。そこで、スポーツ参加によって心理的スキルの向上が図られ、引いては心理的成長としてのポジティブ特性に繋がるというメカニズムを考えた。つまり、スポーツ競技参加→心理的スキルの発達→心理的特性の向上というメカニズムである。このように心理的スキルを新たに人間的成長としてのポジティブ特性との関連で研究を行っていくところに本研究の特徴があり、独創性を見い出すことができる。

運動・スポーツ参加による心理社会的効果を調べる際、非運動者との比較やスポーツ競技歴（経験年数）をとおして分析することは多い（徳永ら，2000）が、スポーツ体験という視点からの分析はない。経験と体験は異なるものである。経験とは刺激が弱く時間的に長いものを意味し、体験とは刺激が強く一過性のものを意味して用いられる。運動・スポーツ参加によって心理社会的効果がみられるとするなら、単にスポーツ参加の長さ（競技年数）ではなく、刺激の強い一過性

のスポーツ体験の違いではないかと考えられる。例えば、指導者、トップアスリート選手、チームメイトなどとの出会い体験や、さまざまな困難を乗り越えた克服体験などは、ときにその人の価値観、人生観、競技生活に大きく影響を及ぼすことがある。よって、橋本(2005)はこのようなスポーツ活動における生涯の記憶に残るような印象深い体験こそが人の心理社会的効果をもたらすという仮説のもとに、「練習や試合を通して体験した心に残る良い出来事や悪い出来事を含むエピソード」と定義されるスポーツドラマチック体験を提唱し、スポーツドラマチック体験と心理社会的効果を明らかにしようとしている。

運動・スポーツの心理社会的効果を調べる際、一般的なスポーツ競技者を対象とすることも重要であるが、ある特殊なスポーツ競技を対象とすることも重要である。九州地区インターハイの上位者を対象とした運動類型の研究において、松本ら(1972)はY-G性格検査を用いて種目別に性格特性を調べているが、その中で、高校柔道選手の性格特性としてY-G性格検査で判定されるE類型(情緒不安定・社会不適応・消極型)が多いことを明らかにしている。しかし、その原因や要因までは明らかにされないまま今日に至っている。なぜ、優秀な柔道選手に情緒不安定・社会不適応・消極型(E類型)が多いのか、柔道選手のメンタリティを別の心理的指標を用いて調べることは非常に興味深いことであり、本研究では柔道選手を対象として心理的特徴を明らかにすることにした。

本研究では、大学男子柔道選手を対象に、スポーツ参加はスポーツ競技歴(年数)とスポーツドラマチック体験、心理的スキルは心理的競技能力、心理的特性はポジティブ特性と競技特性不安で捉え、これらの諸変数間の相互関係を明らかにすることを目的とする。

方 法

1. 対象

平成24年8月11日－16日までの期間に阿蘇青少年交流の家で開催された全九州の柔道合宿に参加した高校と大学の柔道部員102名（高校男子10名，高校女子5名，大学男子86名，女子1名）のうち，大学男子柔道部員86名を分析の対象とした。比較対象として，2007年度から2011年度に開講された学部および全学共通教育のスポーツ心理学の講義を受講したK国立大学，Q国立大学，O国立大学，KGU私立大学の一般学生177名（男子91名，女子86名）のデータを用いた。これらの一般学生はスポーツに興味・関心が高く，多くの学生がスポーツクラブに所属して活動をしている学生と考えられる。

2. 調査時期

柔道部員の調査は合宿の最終日の平成24年8月16日に実施された。

3. 調査方法

柔道指導担当の教員が合宿に参加した選手全員に調査協力を依頼し，承諾を得たうえで調査票を配布し，実施・回収した。よって回収率は100%であった。

4. 調査内容

1) デモグラフィック要因

性，年齢，学部，学年，定期的なアルバイト，大学までの通学時間，住居形態，通学時間，現在のスポーツクラブ所属，過去に出場した大会の最高レベルとそのときの競技成績などを調査した。

2) スポーツドラマチック体験尺度

スポーツ活動におけるドラマチック体験量を測定するため，橋本・丸野・和田（2006）が作成したスポーツドラマチック体験尺度（Inventory of Dramatic Experience for Sports: IDES）を用いた。IDESは「努力・練習の重要性への

気づき」「技術向上への気づき」「対人トラブルによる自己反省」の3因子、13項目からなる尺度であり、回答カテゴリーは「あてはまらない—あてはまる」を両極とする5段階評定尺度法からなっている。「あてはまらない」を1点とし、肯定的な回答になるにしたがい、順次2, 3, 4, 5点を付与し、尺度得点を算出した。よって、尺度得点は高得点ほどスポーツ競技生活をとおしてドラマチックな体験量が多いことを意味する。

3) スポーツ競技特性不安尺度

スポーツ選手の特性不安を測定するため、橋本ら(1993)が作成したスポーツ競技特性不安尺度(Trait Anxiety Inventory for Sport: TAIS)を用いた。この尺度は「動作乱れ傾向」「結果への不安」「緊張傾向」「競技回避傾向」「自信喪失傾向」の5因子、20項目からなり、「めったにない」「ときどきある」「しばしばある」「いつもある」の4段階自己評定法で測定される。「めったにない」を1点とし、回答頻度が増えるにしたがい、順次2, 3, 4, 5点を付与し、尺度得点を算出した。よって、尺度得点は高得点ほどスポーツ競技に特化した特性不安が高いことを意味する。

4) 心理的競技能力診断検査

選手の心理的なスキルを測定するため、徳永ら(1991a; 1991b)が作成した心理的競技能力診断検査(Diagnostic Inventory of Psychological Capacity for Athlete: DIPCA)を用いた。DIPCAは「競技意欲」「精神の安定」「自信」「作戦能力」「協調性」の5因子、12下位尺度の52項目からなる尺度である。回答カテゴリーは「ほとんどそうではない(0-10%)」「ときたまそうである(25%)」「ときどきそうである(50%)」「しばしばそうである(70%)」「いつもそうである(80-100%)」の5段階評定法で測定される。「ほとんどそうではない(0-10%)」を1点とし、回答頻度が増えるにしたがい、順次2, 3, 4, 5点を付与し、尺度得点を算出した。よって、尺度得点は高得点ほど心理的なスキルが高いことを意味する。

5) スポーツ選手特有のポジティブ特性尺度

スポーツ選手のポジティブ特性を測定するため、徳永（2008）が作成したスポーツ選手特有のポジティブ特性尺度を用いた。本尺度は「チームワーク」「忍耐力」「向学心」「判断力」「リーダーシップ」「精神性」の6因子、26項目からなり、「まったくあてはまらない—とてもあてはまる」を両極とする5段階自己評定尺度法で測定される。「まったくあてはまらない」を1点とし、肯定的回答が高まるにしたがい、順次2, 3, 4, 5点を付与し、尺度得点を算出した。よって、尺度得点は高得点ほどポジティブな特性を有していることを意味する。

結 果

1. 男子柔道部員のドラマチック体験と心理的特性

大学の男子柔道部員のスポーツドラマチック体験と心理的特性（心理的競技能力、ポジティブ特性、競技特性不安）を明らかにするため、各尺度の得点に対し、群（柔道部員、一般男子、一般女子）を主要因とする一要因分散分析を用いて一般学生と比較した。結果は表1に示すとおりである。スポーツドラマチック体験では、「練習・技術向上への気づき」の下位尺度に1%水準の有意差（ $F=5.425$, $p<.01$ ）がみられた。下位検定検定（Bonferroni）の結果、男子柔道部員は一般学生の男女に比較して得点は低く、「練習・技術向上への気づき」のドラマチック体験量が少なかった。

心理的競技能力では、合計得点において有意差（ $F=4.952$, $p<.01$ ）がみられ、下位検定の結果、平均値は一般学生の男子に比較して低く心理的競技能力が低かった。因子別でみると、競技意欲因子では「忍耐力」に有意差（ $F=5.716$, $p<.01$ ）がみられ、男子柔道部員は一般男子に比べ得点は低かった。精神の安定・集中因子では合計得点に有意差（ $F=3.124$, $p<.05$ ）がみられ、男子柔道部員は一般男子に比べ得点は低かった。作戦能力因子では合計得点（ $F=7.410$, $p<.01$ ）と「予測力（ $F=9.187$, $p<.01$ ）」および「判断力（ $F=4.184$, $p<.05$ ）」の下位尺度で有意差がみられ、男子柔道部員は作戦能力因子の合計得点と「予測力」で一般男女

より低く、「判断力」では一般男子より低かった。また、協調性因子でも有意差 (F=11.081, p<.01) が認められ、男子柔道部員は一般男女より低かった。

表1. 柔道選手のドラマチック体験と心理的特性

| | 柔道選手 | | 一般学生 | | | | F値 | 下位検定 |
|-----------------|---------------|-------|---------------|-------|---------------|-------|--------|-----------|
| | 1. 男子 n=86 | | 2. 男子 n=91 | | 3. 女子 n=86 | | | |
| | M | SD | M | SD | M | SD | | |
| ドラマチック体験 | 44.9 | 7.55 | 44.8 | 7.00 | 45.9 | 8.13 | | |
| 努力練習重要性の気づき | 23.7 | 3.80 | 22.7 | 3.89 | 23.3 | 4.02 | | |
| 技術向上への気づき | 14.0 | 3.21 | 15.1 | 2.80 | 15.4 | 3.02 | 5.425 | ** 1<2, 3 |
| 対人トラブル反省 | 7.3 | 2.90 | 7.0 | 2.88 | 7.2 | 5.11 | | |
| 心理的競技能力 | 151.9 | 29.53 | 164.3 | 25.59 | 160.8 | 25.22 | 4.952 | ** 1<2 |
| 忍耐力 | 12.8 | 3.49 | 13.9 | 3.31 | 14.5 | 3.22 | 5.716 | ** 1<3 |
| 闘争心 | 14.2 | 4.02 | 15.5 | 4.06 | 14.8 | 3.54 | 2.579 | △ |
| 自己表現 | 14.3 | 3.80 | 15.1 | 3.04 | 15.4 | 2.75 | 2.465 | △ |
| 勝利意欲 | 14.7 | 3.17 | 14.2 | 3.17 | 13.6 | 3.22 | 2.783 | △ |
| 競技意欲 | 56.1 | 12.08 | 58.7 | 10.24 | 58.2 | 10.41 | | |
| 自己コントロール | 13.3 | 3.54 | 14.5 | 3.29 | 13.7 | 3.40 | 2.749 | △ |
| リラックス | 11.4 | 4.02 | 12.8 | 4.10 | 12.1 | 4.08 | 2.609 | △ |
| 集中力 | 14.1 | 3.56 | 15.1 | 2.70 | 15.1 | 3.14 | 2.781 | △ |
| 精神の安定・集中 | 38.8 | 10.02 | 42.3 | 8.87 | 40.8 | 9.38 | 3.124 | * 1<2 |
| 自信 | 10.8 | 3.86 | 11.2 | 3.10 | 10.5 | 3.08 | | |
| 決断 | 11.3 | 3.82 | 12.0 | 3.13 | 11.5 | 3.35 | | |
| 自信 | 22.1 | 7.41 | 23.3 | 5.76 | 22.0 | 5.97 | | |
| 予測力 | 9.7 | 3.33 | 11.8 | 3.26 | 11.1 | 3.34 | 9.187 | ** 1<2, 3 |
| 判断力 | 10.7 | 3.66 | 12.1 | 2.96 | 11.6 | 3.06 | 4.184 | * 1<2 |
| 作戦能力 | 20.4 | 6.77 | 23.9 | 5.71 | 22.7 | 5.84 | 7.410 | ** 1<2, 3 |
| 協調性 | 14.6 | 4.02 | 16.1 | 3.60 | 17.1 | 2.89 | 11.081 | ** 1<2, 3 |
| ポジティブ特性 | 89.8 | 18.61 | 94.1 | 13.54 | 95.6 | 13.80 | 3.269 | * 1<3 |
| チームワーク | 17.9 | 4.36 | 19.9 | 3.31 | 20.1 | 3.20 | 9.176 | ** 1<2, 3 |
| 忍耐力 | 17.8 | 4.29 | 18.3 | 3.98 | 19.4 | 3.84 | 3.565 | * 1<3 |
| 向学心 | 14.2 | 3.23 | 14.7 | 3.43 | 15.2 | 3.44 | | |
| 判断力 | 13.6 | 2.84 | 14.5 | 2.46 | 13.8 | 2.83 | 2.780 | △ |
| リーダーシップ | 12.4 | 3.61 | 13.0 | 3.05 | 13.4 | 2.95 | | |
| 精神性 | 13.9 | 3.62 | 13.8 | 3.26 | 13.7 | 3.40 | | |
| 競技特性不安 | 51.3 | 15.28 | 50.6 | 13.87 | 53.5 | 12.52 | | |
| 動作の乱れ傾向 | 9.6 | 3.18 | 9.8 | 3.06 | 10.1 | 3.10 | | |
| 結果への不安傾向 | 12.3 | 3.74 | 12.0 | 3.37 | 12.6 | 3.09 | | |
| 身体的緊張傾向 | 9.4 | 3.63 | 8.7 | 3.40 | 9.6 | 3.11 | | |
| 競技回避傾向 | 8.5 | 3.20 | 8.3 | 3.40 | 8.7 | 3.37 | | |
| 自信喪失傾向 | 11.4 | 4.11 | 11.9 | 3.87 | 12.4 | 3.51 | | |

note. 一般大学生は2007年から2011年度の国立大と私立大のデータである。

△p<.10, *p<.05, **p<.01

ポジティブ特性においては、合計得点において有意差 ($F=3.269, p<.05$) がみられ、男子柔道部員は一般学生女子より低かった。下位尺度でみると、「チームワーク ($F=9.176, p<.01$)」と「忍耐力 ($F=3.565, p<.05$)」に顕著な差がみられ、「チームワーク」では一般学生の男女より、「忍耐力」は一般学生の女子より低かった。競技特性不安においてはいずれの下位尺度も差はみられなかった。

以上、今回の調査対象となった柔道部員のスポーツドラマチック体験と心理的特性は、スポーツ心理学を受講した一般学生に比べ、「技術向上への気づき」というドラマチック体験量が少なく、心理的競技能力（精神の安定・集中、作戦能力、協調性）およびポジティブ特性（チームワーク、忍耐力）が低いことが示された。

2. 心理的特性間の相互関係

スポーツドラマチック体験、スポーツ競技歴（年数）、心理的競技能力、ポジティブ特性、および競技特性不安の5つの変数間の相互関係を調べるため、大学男子柔道部員84名を対象に Pearson の積率相関係数を算出した。

各変数の合計得点の相関係数を表2に示し、相互関係ダイアグラムを図1に示した。スポーツドラマチック体験は心理的競技能力と低い正の相関 ($r = .331, p<.01$)が、またポジティブ特性と中等度の正の相関 ($r=.556, p<.01$) がみられた。一方、スポーツ競技歴（年数）は心理的競技能力とは低い有意な正の相関 ($r = .229, p<.05$) がみられたものの、ポジティブ特性とは関係していなかった。また、心理的競技能力はポジティブ特性との間に高い有意な正の相関 ($r=.720, p<.01$) が認められ、競技特性不安とも中等度の負の相関を示した ($r=-.437, p<.01$)。

つぎに、心理的競技能力とポジティブ特性の各尺度間関係をみると、心理的競技能力の合計得点はポジティブ特性のうち「精神性 ($r=.704, p<.01$)」に高い相関がみられ、「向学心」「リーダーシップ」「忍耐力」なども $r=.636 \sim .666$ の比較的高い相関がみられた（表3）。競技意欲因子（忍耐力、闘争心、自己実現欲求、勝利意欲： $r=.340 \sim .616, p<.01$ ）、自信因子（自信、決断性： $r=.352 \sim .676$,

表 2. スポーツドラマチック体験と心理的変数の相関係数

| | 競技年数 | 心理的 競技能力 | 競技 特性不安 | ポジティブ 特性 | M | SD |
|----------|-------|-------------|------------|-------------|-------|-------|
| ドラマチック体験 | -.024 | .331 ** | .043 | .556 ** | 44.8 | 7.61 |
| 競技年数 | | .229 * | -.115 | .180 | 10.7 | 3.49 |
| 心理的競技能力 | | | -.437 ** | .720 ** | 151.5 | 29.69 |
| 競技特性不安 | | | | -.176 | 51.6 | 15.33 |
| ポジティブ特性 | | | | | 89.6 | 18.72 |

* p<.05, ** p<.01

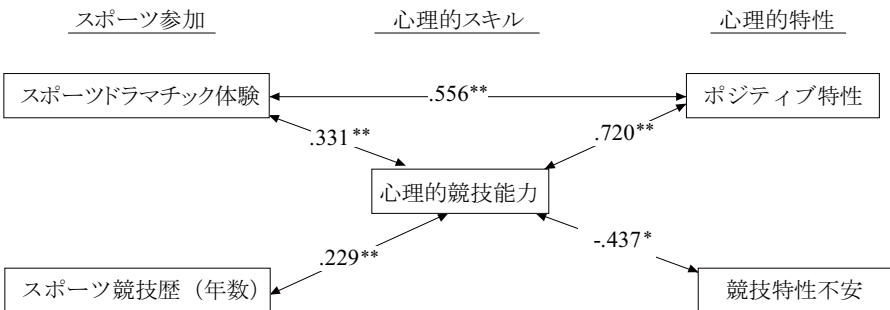


図 1. 心理的度数の相互関係ダイアグラム

p<.01), 作戦能力因子 (予測力, 判断力: r=.411~.629, p<.01), および協調性因子 (r=.372~.695 p<.01)は, ポジティブ特性のすべての下位尺度 (チームワーク, 忍耐力, 向学心, 判断力, リーダーシップ, 精神性) と有意な低度から中等度の正の相関がみられた。ただ, 精神安定因子の合計得点と下位尺度 (自己コントロール能力, 集中力) はポジティブ特性の「精神性」と低い関連がみられただけであった。

3. ポジティブ特性に対する諸変数の規定力

スポーツ参加によるポジティブ特性の要因の規定力をみるため, ポジティブ特性を従属変数, スポーツドラマチック体験, 競技歴 (延べ年数), 心理的競技

表 3. スポーツドラマチック体験および心理的競技能力とポジティブ特性の関係

| | チームワーク | 忍耐力 | 向学心 | 判断力 | リーダーシップ | 精神性 | 合計 得点 | M | SD |
|-------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--------------|--------------|
| 競技歴 (年数) | .090 | .217* | .099 | .174 | .201 | .143 | .042 | 10.7 | 3.49 |
| 努力練習 | .488 ** | .406 ** | .476 ** | .318 ** | .427 ** | .358 ** | .587 ** | 23.6 | 3.80 |
| 技術向上 | .535 ** | .356 ** | .565 ** | .383 ** | .55 ** | .467 ** | .610 ** | 13.9 | 3.23 |
| 対人問題 | .124 | .182 | .217 * | .204 | .115 | .160 | .268 ** | 7.3 | 2.90 |
| ドラマチック体験得点 | .519 ** | .424 ** | .561 ** | .400 ** | .491 ** | .439 ** | .599 ** | 44.8 | 7.61 |
| 忍耐力 | .424 ** | .616 ** | .584 ** | .511 ** | .520 ** | .599 ** | .643 ** | 12.8 | 3.48 |
| 闘争心 | .368 ** | .597 ** | .538 ** | .386 ** | .505 ** | .530 ** | .556 ** | 14.2 | 4.07 |
| 自己実現 | .389 ** | .573 ** | .481 ** | .429 ** | .486 ** | .463 ** | .582 ** | 14.3 | 3.84 |
| 勝利意欲 | .491 ** | .460 ** | .423 ** | .340 ** | .510 ** | .401 ** | .536 ** | 14.7 | 3.20 |
| 競技意欲 | .495 ** | .676 ** | .609 ** | .499 ** | .604 ** | .599 ** | .698 ** | 56.0 | 12.19 |
| 自己コン | .043 | .154 | .114 | .152 | .085 | .273 * | .138 | 13.2 | 3.54 |
| リラックス | .004 | .186 | .246 * | .107 | .045 | .218 * | .131 | 11.4 | 4.05 |
| 集中力 | -.057 | .167 | .116 | .058 | .058 | .204 | .089 | 14.0 | 3.58 |
| 精神安定 | -.003 | .188 | .180 | .117 | .068 | .256 * | .133 * | 38.6 | 10.06 |
| 自信 | .352 ** | .517 ** | .565 ** | .409 ** | .537 ** | .579 ** | .556 ** | 10.8 | 3.91 |
| 決断力 | .436 ** | .530 ** | .597 ** | .504 ** | .597 ** | .676 ** | .604 ** | 11.3 | 3.86 |
| 自信 | .408 ** | .542 ** | .601 ** | .472 ** | .587 ** | .650 ** | .603 ** | 22.0 | 7.50 |
| 予測力 | .417 ** | .411 ** | .558 ** | .440 ** | .498 ** | .564 ** | .533 ** | 9.7 | 3.36 |
| 判断力 | .453 ** | .488 ** | .629 ** | .518 ** | .616 ** | .595 ** | .536 ** | 10.6 | 3.70 |
| 作戦能力 | .450 ** | .466 ** | .615 ** | .497 ** | .578 ** | .599 ** | .564 ** | 20.3 | 6.83 |
| 協調性 | .695 ** | .372 ** | .451 ** | .396 ** | .690 ** | .509 ** | .627 ** | 14.5 | 4.05 |
| 心理的競技能力合計 | .503 ** | .636 ** | .666 ** | .532 ** | .647 ** | .704 ** | .698 ** | 151.5 | 29.69 |

△p<.10, *p<.05, **p<.01

表 4. スポーツポジティブ特性に対する重回帰分析

| | r | R | R ² | F | β |
|-----------|---------|---------|----------------|-----------|---------|
| 競技特性不安 | -.177 △ | | | | .118 |
| 心理的競技能力 | .721 ** | | | | .701 ** |
| ドラマチック体験 | .466 ** | .785 ** | .617 ** | 32.964 ** | .281 ** |
| スポーツ競技延年数 | .109 | | | | .003 |

△ p<.10, ** p<.01

能力, 競技特性不安を独立変数とする一括投入による重回帰分析を行った(表4)。その結果, 心理的競技能力($\beta = .701, p < .01$)とスポーツドラマチック体験($\beta = .281, p < .01$)に有意な標準偏回帰係数がみられ, 全分散の61.7%を説明した。特に, 心理的競技能力のポジティブ特性への寄与が高いことが明らかにされた。

考 察

1. 柔道選手の心理的特徴

本研究では, 柔道選手の心理的競技能力, ポジティブ特性, 競技特性不安の心理的諸変数を調べ, 柔道選手特有のメンタリティを明らかにするとともに, これらの心理的変数スポーツドラマチック体験, スポーツ競技延年数間の相互関係を調べることを目的とした。その結果, 柔道選手はスポーツ心理学の講義を受講した一般学生に比べ, 「技術向上への気づき」というドラマチック体験が少なく, 心理的競技能力とポジティブ特性が低いという特徴が示された。

松本ら(1972)は高校の優秀な柔道選手を対象にY-G性格検査で示される性格的特性を調べ, 情緒不安定・社会不適応・消極型(E類型)に占める割合が高いことを報告したが, 本研究では, 柔道選手のポジティブ特性のうち「チームワーク」や「忍耐力」が低いという心理的特性が明らかにされた。なぜ柔道選手はネガティブ特性の傾向を示すのか, この理由は定かではないが, 柔道選手は一般学生に比べ, 「技術向上への気づき」というドラマチック体験量が少なく, 「忍耐力」「精神の安定・集中」「予測力」「判断力」の心理的競技能力が低いので, これらのスポーツにおけるドラマチックな体験量や心理的スキルと関係していることが推察される。なぜなら, ポジティブ特性はスポーツドラマチック体験や心理的競技能力と比較的高い正の相関関係にあるからである。

柔道選手の技術的側面でのドラマチック体験量が少ないことに関しては, 以下の3つの理由が考えられる。1つは, 柔道は直接的な対人競技であり, 自らと相手の間に内在するのは柔道衣のみである。専門的には, 柔道衣の弛み(遊び)を

使って柔道衣をずらして、有利に組み合わせるよう組み方（組み手）を工夫することもできる。しかしながら、複数の用具が内在する他のスポーツ競技に比べると、技術的な向上というドラマチックな体験が得られにくいかもしれない。

2つ目に、柔道の場合、いくら技術（技）の重要性を唱えても、ある一定以上の体力（筋力・敏捷性・柔軟性・持久力・体格など）レベルを有しなければ、その技術（技）を有効に発揮できない。飯田・竹内（1991）は柔道の競技力としての体力の必要性について、「力も技のうち」なる言葉の出現を例として挙げている。すなわち、柔道が直接的な対人競技である故に、他の競技種目に比べ技術と体力がより密接に関連しているものと考えられる。よって、大学生にもなると一般に急激な体力要素の向上が望めないため、技術的な側面でのドラマチックな体験が少ないのであろう。

3つ目の理由としては、柔道という競技種目は小学・中学・高校・大学と継続性の高い種目である（松本ら、1972）。しかし、本研究で比較対象とした一般学生は、選択科目としてスポーツ心理学を受講しているため、彼らは何らかの運動・スポーツを行なっていることが推察され、様々なスポーツ種目を経験していることが考えられる。当然ながら、彼らの中には同一種目を長年継続している者も存在するであろうが、一般的に柔道、剣道、体操ほど他のスポーツ種目の継続性は高くない（松本ら、1972）。前述した柔道における体力と技術の相即の関係性や柔道着を用いた技の掛け合いといった種目特性があるので、柔道の技は継続される中で徐々に磨かれ、飛躍的な技術向上は得られにくいかもしれない。つまり、大学柔道選手は一般学生より様々なスポーツ種目の経験が少なく、技術的な側面でのドラマチックな向上の機会が少ないと考えられる。なお、運動やスポーツの経験という意味では体育実技授業も考えられるが、本研究におけるドラマチック体験は部活動などでのスポーツの日常的な練習や試合での生涯の記憶に刻印される出来事を意味しており、体育実技授業での経験とは意味合いが異なる。

このような柔道選手のスポーツドラマチック体験量の少なさが心理的競技能力

の低さに関連しているものと推察される。徳永ら(1995)は、年齢的に同年代である全日本柔道連盟高校強化選手26名と高校野球甲子園出場校選手121名の心理的競技能力の比較をしている。その結果、柔道選手のほうが「忍耐力」「闘争心」「自己コントロール能力」「リラックス能力」「集中力」「協調性」で有意に低得点であり、因子別でも「精神の安定・集中」で有意な低得点がみられており、心理的競技能力の低さが指摘されている。本研究でも、10%有意水準を含めると、柔道選手の競技意欲(忍耐力、闘争心、自己実現、勝利意欲)や精神の安定・集中(自己コントロール能力、リラックス能力、集中力)は一般学生より低く、予測力や判断力などの作戦能力も低かった。徳永ら(1995)の報告と極めて類似した結果であるといえる。

柔道選手が心理的競技能力としての「協調性」やポジティブ特性としての「チームワーク」が低いことに関しては、柔道という競技特性が考えられる。柔道は基本的には個人戦が主である。団体戦といっても、あくまで、個人同士の勝敗の数や内容の比較によってチームの勝敗が決まる。そのため、サッカーや野球などといった競技に比べると、チームワークを重要視する個々の意識は低いのかもかもしれない。おそらく、柔道を始めた動機として団体戦で勝ちたい、ということ挙げられる選手は稀であり、個人の目標をきっかけとする者がほとんどであると考えられる。また、柔道は個々人の技を競うスポーツ競技であり、チームワークの高低は直接パフォーマンス発揮に関係しないものである。むしろチームワークの低い独立した自己を確立していることが個人競技種目には重要であり、そのような学生が柔道という個人競技種目に入部していると考えたほうが良いかもしれない。ただ、柔道だけが個人競技種目でなく、武道系種目としては、そのほか剣道、合気道、空手などもあり、今後これらの武道種目における協調性やチームワークにおいて類似する結果が得られるかどうかを調べるのも興味深いことと思われる。

また、柔道選手の心理的競技能力とポジティブ特性における「忍耐力」が低かったが、柔道の試合が正味試合時間4～5分間、延長戦の試合時間2～3分間という比較的短時間に一本勝負で勝敗を決する競技であることと関係しているかもし

れない。長時間かけて戦うスポーツ競技では当然ながら精神的な「忍耐力」は必要とされるが、柔道の場合は一瞬で勝負が決まるもので、「忍耐力」が育まれにくい競技特性を有すると考えられないこともない。

以上示したように、心理的スキルやポジティブ特性の視点からみて、柔道選手のメンタリティは決して強いとはいえない。

2. 心理的諸変数間の関係

これまでさまざまな心理社会的変数に対し競技歴（経験年数）から分析され、スポーツ参加の意義が主張されてきた。しかし、本研究では、ポジティブ特性に競技年数は関係していなく、ドラマチック体験の量が関係していることが明らかにされた。この結果は他の心理的変数についても同様のことがいえるかもしれない。もしそうであれば、今後競技年数での分析の意味が半減することになるだろう。

また、心理的競技能力がポジティブ特性に大きな規定力を持つことが明らかにされた。これまで、心理的競技能力は競技パフォーマンスの発揮の予測因として扱われてきたが、本研究では人間的成長を意味するポジティブ特性の予測因としても使用可能であることを示唆している。このことはスポーツ競技で培われる心理的スキルが人間的成長にも繋がるという新たな知見と研究の発展を意味する。この心理的競技能力がポジティブ特性に強い関連をもつ理由は、心理的競技能力の構成内容が「競技意欲」「精神の安定」「作戦能力」「自信」「協調性」であり、ポジティブ特性の内容が「チームワーク」「忍耐力」「向学心」「判断力」「リーダーシップ」「精神性」であることから、心理的スキルとポジティブ特性は概念的には異なるが、類似した内容も含まれていることによるのかもしれない。

まとめ

本研究では、スポーツドラマチック体験→心理的スキル→ポジティブ特性の向上というメカニズムを仮説的に立て、心理的諸変数間の関係を調べた。これらの

変数間の関係性は認められたが、あくまでも相関分析の結果であり、因果関係は分からない。しかし、この仮説モデルが成立する可能性が示されたことは、非常に興味深い結果であり、スポーツ参加による人間的成長を解明できる基礎資料が得られたといえる。このスポーツ参加が人間的成長に寄与するという前提で考えると、スポーツ経験という時間的長さはいずれの心理的特性に関連しておらず、スポーツ競技生活におけるドラマチック体験の量こそが心理的スキルとしての心理的競技能力を高め、ポジティブ特性を育むというメカニズムが成立することが示唆された。

文 献

- 橋本公雄 (2000) 運動心理学研究の課題—メンタルヘルスの改善のための運動処方法の確立を目指して—。スポーツ心理学研究, 27(1): 50-61.
- 橋本公雄 (2005) スポーツにおけるドラマ体験とライフスキル。体育の科学, 55(2): 106-110.
- 橋本公雄・丸野俊一・和田光一郎 (2006) スポーツドラマチック体験尺度の作成—信頼性と妥当性の検討—。橋本公雄, 平成17年度文部科学省研究助成金基盤研究 (C) (一般) 研究成果報告書。
- 橋本公雄・徳永幹雄・多々納秀雄・金崎良三 (1993) スポーツにおける競技特性不安尺度 (TAIS) の信頼性と妥当性。健康科学, 15: 39-49.
- 飯田穎男・竹内政幸 (1991) 柔道に必要な競技力と基礎体力。トレーニング科学研究会編。競技力向上のスポーツ科学Ⅲ。朝倉書店, 150-165.
- 松本寿吉・徳永幹雄・近藤 衛・久保俊兼・庭木守彦・岩崎健一・佐久本稔・橋本公雄 (1972) 運動類型についての研究—スポーツの進路指導と体力増強を目的とした—。九州地区運動類型研究班, pp. 69-91.
- Peterson C. (2006) A primer in positive psychology. 宇野カオリ (訳), ポジティブ・サイコロジ—「良い生き方」を科学的に考える方法—。春秋社。
- 島井哲志 (編) (2006) ポジティブ心理学—21世紀の心理学の可能性—。ナカニシヤ出版。
- 徳永高司 (2008) スポーツ経験と生きがいの関係—ポジティブな特性の役割について—。平成19年度九州大学大学院人間環境学府修士論文。
- 徳永幹雄・橋本公雄 (1991a) 九健式心理的競技能力診断検査—手引き—。
- 徳永幹雄・金崎良三・多々納秀雄・橋本公雄・高柳茂美 (1991b) スポーツ選手に対する心理的競技能力診断検査の開発。デサントスポーツ科学, 12: 178-190.
- 徳永幹雄・細川伸二・西田孝宏・高橋幸治・小野沢弘史・村松成司 (1995) 全日本柔道選手の

心理的競技能力に関する研究. 柔道科学研究, 3: 9-21.

徳永幹雄・吉田英治・重枝武司・東健二・稲富勉・斉藤孝 (2000) スポーツ選手の心理的競技能力にみられる性差, 競技レベル差, 種目差. 健康科学, 22: 109-120.

要 約

スポーツ参加のさまざまな心理社会的効果が指摘されている。本研究では、柔道選手のメンタリティを調べるとともに、スポーツドラマチック参加と心理的特性の関係を明らかにすることを目的とした。大学男子柔道選手86名を対象に、スポーツ参加としてスポーツドラマチック体験と競技経験年数、心理的特性として心理的競技能力、競技特性不安、ポジティブ特性を測定した。分析の結果、柔道選手は一般学生より心理的競技能力とポジティブ特性が低く、スポーツドラマチック体験は心理的競技能力とポジティブ特性に関係していたが、スポーツ競技年数と競技特性不安は心理的競技能力のみに関係していた。本研究から柔道選手のメンタリティが低いことと、スポーツドラマチック体験のポジティブ特性への影響が論議された。