

スポーツ時における人の心理構造

22111222 田所 巧

1. 問題・目的

人はスポーツをするうえでどのような心理状態でプレーしているか。勿論人によって感じ方は様々であるが、そこに傾向などはあるのかという疑問が浮かんだ。

先行研究として、佐々木(2019)は、ハンドボール競技中において、試合終盤に逆転負けを喫した選手達の心理構造を明らかにし、この試合の敗因はどこにあったのか、また、どのような心理状態であったのかの研究を行った。「競技終盤で逆転負けを喫した選手たちの心理構造」という論文を用いた。

先行研究の分析はKJ法を用いて行った。まず、記録した音声データから基幹質問項目に対する回答や、付随して提示された発言からキーワードを抽出し、ラベル作りを行った。次に生成したラベルを、内容が類似したラベル同士をまとめてグループを作り、カテゴリー名をつけた。各カテゴリーの意味関係を読み取りながら空間的な配置を考え、各カテゴリー間を関係線で結び、回答内容と照らし合わせ、心理構造モデルを検討した。また、試合全体の流れの中で、状況、内容、考えられる要素を検討し、モデル化を試みた。ここでは他の心理学研究者やハンドボール指導者からの意見を聞き、分類の仕方やモデルの配置、関係性についての承認を得た。

その結果「油断、焦り、技術・戦術、ミス、過度な緊張、緊張しない、落ち込み、過度な勝利意識、貪欲さの欠如、体力」のカテゴリーに分類された。

回答内容を見ると、「油断」が最も多く、次に「焦り」や「技術・戦術」そして「ミス」、「過度な緊張」と続いた。「過度な緊張」から「ミス」につながり「ミス」をすれば「過度な緊張」にもつながる双方向の関係が捉えられる。「焦り」についても同じように考えられる。「技術・戦術」が未熟だと「ミス」につながり「ミス」をすれば「技術・戦術」が萎縮する可能性があり、これも双方向の関係と捉えられる。

また、「ミス」をすると「落ち込み」につながり「技術・戦術」に影響すると考えられる。

さらに「油断」が「ミス」につながり、「体力」が消耗すると「ミス」につながることが考えられる。よって6つの要素が「ミス」と関わっていることがわかる。「ミス」の原因を捉えることが重要だと考えられるが、やはりその中に心理的要素は含まれているといえるという研究結果になった。

そして本研究の目的は、主に3つあり、人によってスポーツをするうえで心理構造にどのような傾向があるのかを知ること。

状況などに応じてどのような影響があるのかを知ること。

自分がスポーツをやるうえで何か活かせることがあるのかを知ること。

この仮説は、一番多い心理としては「緊張」という要素ではないかと考える。しかし、この要素は良い結果を残す時もあるれば悪い結果を生んでしまうというどちらの結果もあり得る要素であると考え。そこで仮に緊張という要素が出るとするならば、それが良い方向に行くのか、悪い方向に行くのかが決まるにはどのような因果関係などがあるのかを明確にしていきたい。

2. 方法

スポーツ経験者に試合をする上での心理状態について聞く必要があると考えたため、いくつか質問に答えてもらう(試合前後の心理、試合状況など)

そこからどんな傾向があるのかなどを明確にしていく。

3. 引用文献

佐々木 史之(2019). 競技終盤で逆転負けを喫した選手達の心理構造 — インタビュー調査を用いて — 環太平洋大学研究紀要 19、147-152,