

体育会所属学生の特徴的感情

A Characteristic emotions of University Students who belong to Athletic Clubs

環太平洋大学短期大学部人間発達学科
佐々木史之
SASAKI, Fumiyuki
IPU Women's College
Department of Human Development

体育学部体育学科
浅野 幹也
ASANO, Mikiya
Department of Physical Education
Faculty of Physical Education

要旨：本研究は、大学生を対象にポジティブ・ネガティブ感情、楽観・悲観性、ホープについて調査し、体育会所属学生の感情に特徴的なものがみられるかを検討した。その結果、次のことが示唆された。1. 体育会所属者は、体育会非所属者より楽観性やホープが高い傾向にある。2. 体育会所属者の中で、全国大会上位レベルの者は、地方大会出場レベルの者よりも楽観性が高い傾向にある。

キーワード：体育会所属学生、ポジティブ・ネガティブ感情、楽観・悲観性、ホープ

I. はじめに

競技パフォーマンスは選手の心理状態によって影響されることは知られている。一般的に過緊張による“あがり”の状態や、競技中の変化する状況によって起こる焦りやプレッシャー、いらだち、油断等によって、パフォーマンスは低下することが多い。また、試合に集中しているいわゆる“ゾーン”や“フロー”と呼ばれる状態のときに良いパフォーマンスが発揮されるといわれている。このような心理状態に影響を及ぼすものに感情が考えられる。選手はどのように感情をコントロールしているのか、また、普段からどのような感情を持っているのかを知ることは意義深い。これはパフォーマンスに影響を与える大事な要素と捉えられる。

感情を捉える上で、個人の特性としての性格や考え方が大きな要因と考えられる。競技に対する態度や姿勢、日頃から持っている思考や価値観が試合時の感情に結びつくのではないかと考えられる。

競技スポーツにおける感情とパフォーマンスの関係について調べた研究では、特に不安感情に焦点を当てたものが多い（橋本ら1986、徳永ら1991、Liao & Masters, 2002）。田中ら（2007）はゴルフ競技において、低いパフォーマンスの場合は低いポジティブ感情と高いネガティブ感情が生起することを述べ、不安感情以外の感情も競技に関係していることを示している。田中（2013）らの研究では、ポジティブ感情の表出が高いことでバーンアウト傾向が弱いことを示唆し

ている。このポジティブ感情とネガティブ感情を計測する日本語版PANASは佐藤（2001）らによって作成されている。

また、ポジティブ感情と楽観性、ネガティブ感情と悲観性の関係性も指摘されており（Chang et al., 1997）、友田（2016）らの研究では、大学運動部へ所属している者は、非所属者よりも楽観性が高いことを述べている。この楽観・悲観性尺度は、外山（2013）によって日本語版が作成されている。

また、さまざまな困難な状況に立ち向かってゆく推進力としてホープの研究もなされており、加藤ら（2005）の研究では日本語版ホープ尺度を用い、ホープが高いほど精神的健康であることを述べている。

以上のように、感情についての研究はなされているが、競技者のレベル別、種目別、性差で比較している研究は見当たらない。よって、本研究では、スポーツ選手の感情や思考、価値観の中で、ポジティブ・ネガティブ感情、楽観性・悲観性、ホープについて調査し、競技レベルや競技種目、性別等で違いがあるかどうかを明らかにしたい。

II. 目的

本研究の目的は、A大学の学生を対象に、ポジティブ・ネガティブ感情、楽観・悲観性、ホープについて調査し、体育会所属と非所属、競技レベルや競技種目別、性別等で違いがあるかを明らかにすることである。

Ⅲ. 方法

1. 調査対象者

A大学学生、男子67名、女子64名、計131名（平均年齢19.8歳±1.94）であった。調査回収数は168であったが、欠損値や全て同一番号での回答等があった37名を外した131名を調査分析対象者とした。

2. 調査期日

令和元年11月下旬

3. 調査内容

本研究は、日本語版PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)、楽観・悲観性尺度日本語版、日本語版ホープ尺度の質問紙法を用いて調査をおこなった。調査の目的を説明し、同意を得た後に調査用紙を配布し、記入後、その場で回収した。個人名は明記せず、この研究以外に調査結果は使われないことも説明し、承諾を取った。回答は得点化し、ポジティブ感情、ネガティブ感情、楽観性、悲観性、ホープの5項目において、それぞれの平均値を算出した。

当該分野における多くの先行研究では、種々の感情を得点化するための質問紙法が用いられている。ポジティブ感情とネガティブ感情の両感情を測定できる日本語版PANASでは、「びくびくした」、「活気のある」等の16項目に、「1. 全くあてはまらない」「2. あてはまらない」「3. どちらかといえばあてはまらない」「4. どちらかといえばあてはまる」「5. あてはまる」「6. 非常によくあてはまる」の6件法で回答することで得点化できる。

楽観・悲観性尺度日本語版は、「自分の将来は、良いことが起こると思う」、「私の将来は暗いと思う」等、対照的な見方で捉える20項目から成り立っている。「1. 全くあてはまらない」「2. あてはまらない」「3. あてはまる」「4. よくあてはまる」の4件法で回答する。

日本語版ホープ尺度は、「どんな問題にも、多くの解決法があると思う」、「過去の経験は、将来のかてとなっている」等、8項目から成り、楽観・悲観性尺度日本語版と同じ4件法で回答する。なお、競技レベルは、「1. 国際大会上位」、「2. 国際大会出場」、「3. 全国大会上位」、「4. 全国大会出場」、「5. 地方大会上位」、「6. 地方大会出場」の6つに分け、試合出場頻度は「1. よく出る」、「2. ときどき出る」、「3. 全く出ない」の3つから回答してもらった。競技レベ

ルの高い者は、ポジティブ感情や、楽観性、ホープが高いと予想できる。

4. データの分析

データの分析は、体育会所属別、性別、競技レベル別、試合出場頻度別において、ポジティブ感情、ネガティブ感情、楽観性、悲観性、ホープの各項目の平均値を比較した。統計はIBM SPSS Statistics25にて処理をおこなった。

Ⅳ. 結果および考察

1. ポジティブ・ネガティブ感情

ポジティブ・ネガティブ感情を体育会所属の有無、性別、競技レベル別、競技出場頻度別で比較したところ、いずれも有意な差はみられなかった。これは質問紙の問いが普段の気分について回答するものであったため、普段の状態にあまり差はみられないと解釈できる。ただ、試合前や試験前など、大事な出来事直前の状態の検査をとり、違いが出るか比較することが必要であると考えられる。また、競技種目別は競技人数にばらつきがあり、今回は比較対象から外した。表1、表2、表3は本調査の度数分布を表したものである。

表1 調査対象者度数分布

	男	女	合計
体育会所属	45	35	80
体育会非所属	22	29	51
合計	67	64	131

表2 レベル別度数分布

レベル1	0
レベル2	0
レベル3	20
レベル4	29
レベル5	11
レベル6	16
合計	76

表3 出場頻度別度数分布

出場頻度高	25
出場頻度中	35
出場頻度低	7
合計	67

2. 楽観・悲観性

楽観性については、体育会所属者が、体育会非所属より高い傾向がみられた ($p=.042$) (図1)。これは、友田 (2016) らの研究を支持する結果となった。また、競技レベル別でみたときに、全国大会上位レベルの者は、地方大会出場レベルの者よりも楽観性が高い傾向がみられた ($p=.045$) (図2)。このことから体育会所属者はより楽観的であり、特に競技レベルの高い者にその傾向が強いことが考えられる。楽観的に物事をとらえることは競技に必要な要素と考えられる。悲観性についてはいずれも有意な差はみられなかった。

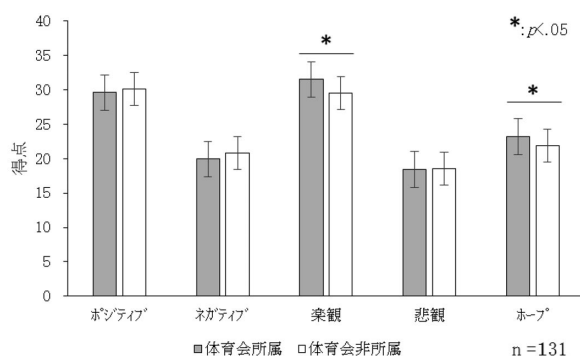


図1 体育会所属有無による比較

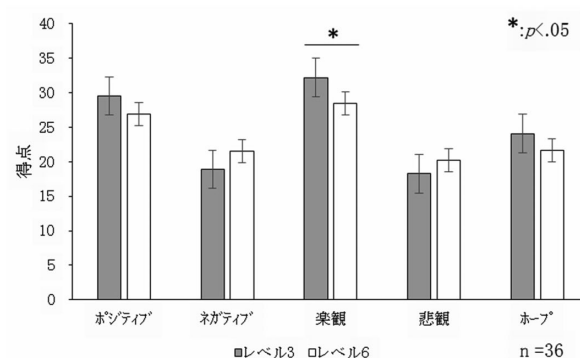


図2 競技レベルによる比較

3. ホープ

ホープについては、体育会所属者の方が、体育会非所属より高い傾向がみられた ($p=.032$) (図1)。これは体育会所属者の方が、希望や望みを持ち、様々な困難な状況に立ち向かってゆく推進力が強いことが考えられる。男女別、レベル別、出場頻度別では有意な差はみられなかった。

V. まとめと展望

本研究は、大学生を対象に、体育会所属学生の感情

について、特徴的なものがあるかどうかを明らかにすることであった。その結果、以下のことが示唆された。

1. 体育会所属者は、体育会非所属者より楽観性やホープ傾向が高い傾向にある。
2. 体育会所属者の中で、全国大会上位レベルの者は、地方大会出場レベルの者よりも楽観性が高い傾向にある。

今回、調査を行った対象者はすべて体育学を専攻している学生であった。現在、体育会に所属していなくても高校時に運動部活動をしていたものが多いことが予想される。よって、運動経験の少ない他学科との比較や、調査対象者数を増やすことがあげられる。また、できなかった競技種目別での比較や、より競技レベルの高い対象者を探すことが今後の課題としてあげられる。

引用・参考文献

- 有富公教・外山美樹 (2015), 日本人アスリートの競技中に生じる思考の構造および発生傾向の検討, スポーツ心理学研究42 (1), pp.1-14.
- Chang, E. C., Maydeu-Olivares, A., & D'Zurilla, T. J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relations to positive and negative affectivity and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 23, pp.433-440.
- 加藤司 (2005), ホープと精神的健康との関連性－日本版ホープ尺度の信頼性と妥当性の検証－, 心理学研究76 (3), pp.227-234.
- 丸山富雄 (1981), 日本の一流競技者のスポーツ観構造について－日本人のスポーツ観分析のための一試論－, 仙台大学紀要13, pp.1-22.
- 大久保純一郎 (2011), スポーツ選手における実力の発揮について, 帝塚山大学心理福祉学部紀要 (7), pp.1-9.
- 佐藤徳・安田朝子 (2001), 日本語版PANASの作成, 性格心理学研究9 (2), pp.138-139.
- 外山美樹 (2013), 楽観・悲観性尺度の作成ならびに信頼性・妥当性の検討, 心理学研究84 (3), pp.256-266.
- 田中輝海・水落文夫 (2013), 男性スポーツ選手におけるバーンアウト傾向の深刻化とポジティブ感情の関係性, スポーツ心理学研究40 (1), pp.43-57.

田中美吏・関矢寛史（2007），ゴルフ競技におけるポジティブおよびネガティブ感情とパフォーマンスの関係，人間科学研究 2，広島大学大学院総合科学研究科，pp.93-99.