

# 大学陸上競技におけるスポーツ選手としての心理的成熟と危機の関係

石田 蘭 (福岡教育大学)

## 1. 目的

スポーツ選手としての心理的成熟理論とは、選手がスランプや怪我等の危機で悩んだ際、これまでの参加動機を見直し自ら乗り越えていくことで、危機に対する耐性ができ、心理的成熟を果たすという理論である。

これまでスポーツ選手としての心理的成熟理論に関する研究は行われているが、競技力が記録という尺度だけによって評価されることの多い陸上競技において、心理的成熟と危機の関係についての研究は行われていない。

そこで本研究では陸上競技部に所属している大学生の様々な危機経験とそれによる考え方の変化が心理的成熟に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

## 2. 方法

### 1) 対象者

全国の大学の陸上競技部に所属する学生 268 名

### 2) 調査方法

①フェイスシート②スポーツ選手としての心理的成熟尺度③危機の経験と考え方の変化の3種類のアンケート調査

### 3) 分析方法

危機経験による考え方の変化が心理的成熟に及ぼす影響を調べるため、9つの危機について、危機経験し、考え方が変化した者を「変化あり群」、変化していない者を「変化なし群」、危機を経験していない者を「危機なし群」とし、心理的成熟尺度の得点を比較した。心理的成熟度の下位尺度5つを従属変数、危機経験による考え方の変化3水準を独立変数とした1要因分散分析を行った。

## 3. 結果と考察

本研究では、大学陸上競技部におけるスポーツ選手としての心理的成熟と危機の関係を調べるために、アンケート調査を実施することによって資料を収集

した。

その結果「他にやりたいこととの両立」以外の8つの危機事態において、心理的成熟度のいずれかの下位尺度と有意な差が見られた。

また、「変化あり群」の得点が他の群に比べて高い傾向が見られた。よって危機は考え方を大きく変化させることで心理的成熟が向上する可能性があることを示している。そして、陸上競技は杉浦(2001)の様々な競技を対象とした研究と比べ、自律的達成志向が向上する傾向があった。陸上競技は個人種目であり、自律的に一人一人が練習を行わなければならないと考えるようになるため、心理的成熟に与える影響が大きかったのであると考えられる。

またスランプにおいて4つの下位尺度と有意差が見られた。心理的成熟度に及ぼす影響が大きく、考え方の変化が心理的成熟度を高めることが示唆される。スランプは多くの陸上選手が幾度も経験するものであり、乗り越えることによって心理的成熟が得られるのだろう。

一方で危機を経験していない「危機なし群」の方が経験し考え方が変化した「変化あり群」よりも心理的成熟度の点数が高いものも見られ、それらの特徴が危機の経験によってより向上するものとは言えないだろう。もしくは「危機なし群」の点数が高いことを考えると、考え方の変化によって悩む段階まで至らなかったのであると考えることができる。

以上のことから、陸上競技部に所属している大学生は様々な危機経験によって悩み、競技や自分への見方や考え方が変化することで、高い心理的成熟度を示すことが明らかになった。

## 4. 主要資料

1) 杉浦健(1996) スポーツ選手としての心理的成熟理論構築の試み。京都大学教育学部紀要, 42: 188-198.

2) 杉浦健(2001) スポーツ選手としての心理的成熟理論についての実証的研究。体育学研究, 46: 337-351.