

大学競技スポーツにおけるやる気を高める言葉かけの研究 —バドミントン、バスケットボール、陸上競技を対象として—

渋谷 聡¹⁾ 林 直樹¹⁾ 高木由起子¹⁾

I. はじめに

近年、大学におけるスポーツ活動が盛んになるとともに、コーチングに関する研究も体育系大学を中心に行われている。図子(2014)によると、コーチングとは、「選手・チームとの間に良好な関係性を築きながらパフォーマンスを向上させるための思考及び行為のことである」と述べている。競技スポーツにおいて、指導者が選手のパフォーマンスを高めるには、スキルやフィジカルの指導は当然のことながら、選手のやる気を高めるといった心理面要因も重要だと考えられる。スポーツ心理学領域では、このやる気を動機づけとして研究している。動機理論は、伊藤(2004)の言う「特定の動機の存在の有無と水準が動機づけを規定する」という立場から、困難なことを成し遂げ、優れた業績を上げて成功することを求めるというMcClellandの達成動機理論が典型だとされている。この動機づけとして、やる気を高める方法の1つに言葉かけがある。選手は指導者からの言葉かけによってやる気が高まるときもあれば、逆に低下するときもあるため、コーチングとして言葉かけについて研究していく必要がある。しかし、現状として、やる気を高める言葉かけは指導者の経験によるところが多く、言葉かけに対する客観的な分析が行われてこなかった。また、指導者が選手のやる気を高める目的で行っている言葉かけが、果たして本当に選手のやる気を高めているのかという検証もされていない。さらに、個人種目や団体種目、ネット型やゴール型といったスポーツの特性によって、言葉かけに違いがあるかということもあまり検討されてこなかった。今後、大学競技スポーツにおけるコーチングをより高めていくための1つの方法として、選手のやる気を高める言葉かけとはどのようなものを明らかにすることは非常に重要なことであろう。

そこで本研究は、大学競技スポーツにおいて、選手

のやる気を高めるために行っている指導者の言葉かけが、選手のやる気を高めているのかを検証することとした。この目的を明らかにすることによって、今後の選手に対する指導者の言葉かけの参考になればと考える。

II. 方法

1. 対象スポーツ種目および調査大学の選定

本研究における対象スポーツ種目は、個人種目として男女陸上競技、ネット型種目として男女バドミントン、集団ゴール型種目として男女バスケットボールを選定した。調査対象とした大学は、平成28年4月1日現在で中学校・高等学校教員免許状(保健体育)を取得できる大学182校のうち、各地区の大学数の割合を考慮して60校をランダムに抽出した。

2. 被調査者および本調査への同意

選定した大学60校に対して郵便調査法を用いた。返送のあった大学数、回収率及び被調査者数を表1の通り示す。なお、調査を依頼するにあたり、「調査へのお願い」を同封して調査目的などを伝えた。本調査に回答し、返送したことによって、本研究に同意したものとした。

表1 種目別、立場別における質問紙の回収数、回収率、人数

種目	立場	回収数(校)	回収率(%)	人数(名)
バドミントン	指導者	3	5.00	4
	選手	7	11.67	105
バスケットボール	指導者	10	16.67	14
	選手	14	23.33	296
陸上競技	指導者	6	10.00	14
	選手	9	15.00	439

1) 星槎大学
Seisa University

3. 調査用紙

本研究では、渋谷 (2016) が作成した「スポーツ活動におけるやる気が高まる言葉かけ尺度」を使用した。この質問紙は、スポーツ経験者に対して、「スポーツ場面において、指導者から言われた言葉によってやる気が高まったかどうか」を調べるために、24項目の質問項目、「賞賛」、「叱責」、「鼓舞」の3因子によって構成されている。回答方式は、「1. まったくやる気が高まらない (1点)」から「5. 非常にやる気が高まる (5点)」の5段階評定とした。なお、指導者に対しては、「指導場面において、以下の言葉をかけることによって選手のやる気が高まるか」どうかを質問した。指導者および選手に対して、試合場面と練習場面についてそれぞれ回答を求めた。この質問紙以外にも、選手にはスポーツ種目、年齢、学年、性別、競技歴、出身地、今シーズンの成績、レギュラーの有無について質問した。また、指導者に対しては、スポーツ種目、年齢、性別、指導歴、大学所在地をデータとして収集した。

4. 調査時期および手続き

調査は、2016年12月から2017年1月とした。なお、本研究は星槎大学研究倫理審査委員会の承認を得ている (承認番号: 15054)。

5. 統計処理

本調査で収集したデータに対して、統計解析ソフトSPSS Statistics version22を用いて、種目要因 (バドミントン、バスケットボール、陸上競技) × 立場要因 (指導者、選手) の繰り返しのない2元配置の分散分析を行った。

6. 個人情報の管理

本研究で収集した質問紙は自宅で保管し、研究が終わり次第破棄をする。収集したデータは、インターネットに接続していないパソコンを使用し、パスワードをかけて保存し、専用のUSBメモリスティックによって自宅で管理した。

Ⅲ. 結果

1. 賞賛尺度の分散分析結果

賞賛における種目要因 (バドミントン、バスケットボール、陸上競技) × 立場要因 (指導者、選手) の2元配置の分散分析を行った。その結果を表2に示す。

表2 賞賛の分散分析結果

	タイプⅢ 平方和	df	平均平方	F	有意確率
種目	.183	2	.092	.169	.844
立場	3.392	1	3.392	6.257	.012
種目×立場	.088	2	.044	.081	.922

$p < .05$

種目要因×立場要因の交互作用は認められなかったが、立場要因に主効果が認められた。図1に示した通り、指導者の平均値 (3.68) よりも選手の賞賛尺度の平均値 (3.96) の方が5%水準で有意に高い値を示した。

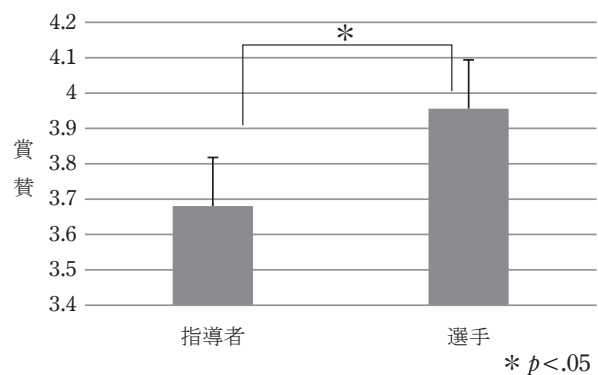


図1 要因の主効果の結果 (賞賛)

2. 叱責尺度の分散分析結果

叱責における種目要因 (バドミントン、バスケットボール、陸上競技) × 立場要因 (指導者、選手) の2元配置の分散分析を表3に示す。

種目要因×立場要因の交互作用が1%水準で認められたため、Sidakによる多重比較を行った。その結果を図2に示す。

バドミントンでは指導者 (2.43) と選手 (1.99) の間に叱責の平均値の差は見られなかったが、バスケットボールでは指導者 (2.32) の方が選手 (2.05) よりも高く、陸上競技では指導者 (1.73) よりも選手 (2.08) の方が有意に高かった。

表3 叱責の分散分析結果

	タイプⅢ 平方和	df	平均平方	F	有意確率
種目	5.046	2	2.523	3.962	.019
立場	.677	1	.677	1.063	.303
種目×立場	6.684	2	3.342	5.248	.005

$p < .05$

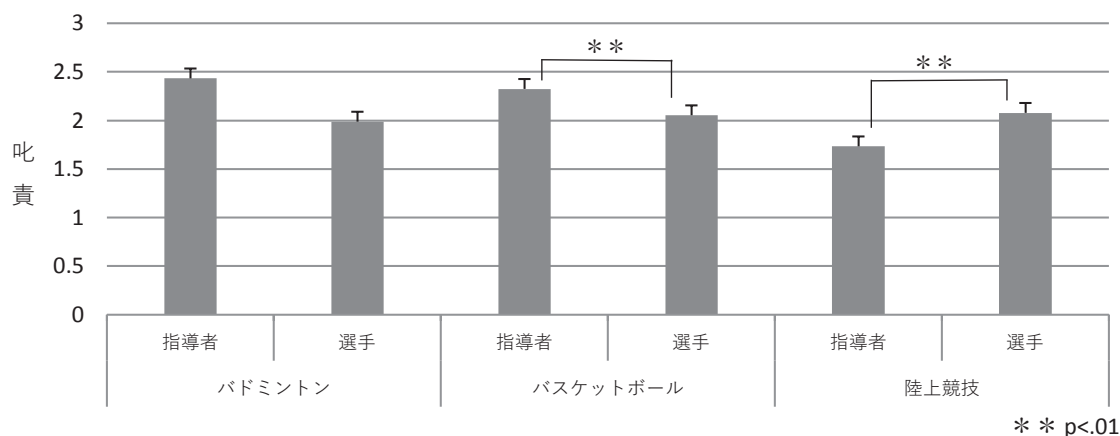


図2 種目要因×立場要因の交互作用結果 (叱責)

叱責尺度では、図3に示した通り、種目要因の主効果が認められ、バスケットボール (2.19) が陸上競技の平均値 (1.91) よりも5%水準で有意に高かった。

鼓舞における立場要因に主効果が認められ、図4の通り、指導者の平均値 (2.65) の方が選手のそれ (3.35) よりも5%水準で有意に低い値を示した。

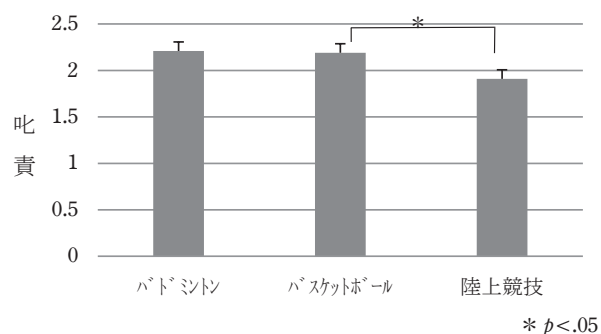


図3 種目要因の主効果 (叱責)

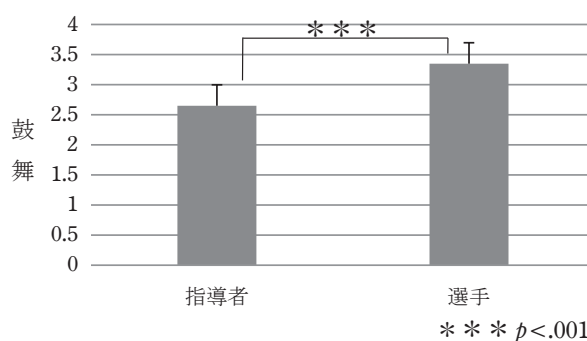


図4 立場要因の主効果 (鼓舞)

3. 鼓舞尺度の分散分析結果

鼓舞における種目要因 (バドミントン、バスケットボール、陸上競技)×立場要因 (指導者、選手) の2元配置の分散分析を行った。

表4に示した通り、種目要因と立場要因に交互作用が見られたため、Sidakの多重比較を行ったが、どこにも有意差は認められなかった。

表4 鼓舞の分散分析結果

	タイプⅢ平方和	df	平均平方	F	有意確率
種目	2.987	2	1.494	2.038	.131
立場	21.687	1	21.687	29.600	.001
種目×立場	4.306	2	2.153	2.939	.050

p < .05

IV. 考察

本研究では、大学競技スポーツのバドミントン、バスケットボール、陸上競技において、選手のやる気を高めるために行っている指導者の言葉かけが選手のやる気を高めるかどうかを調べた。その結果、指導者と選手の賞賛の得点が3点 (最高点5点) を超えていることから、指導者も選手も賞賛する・されることによって、選手のやる気が高まるということを十分自覚していることが明らかとなった。その中で、選手の賞賛の平均値が指導者のそれよりも高い値を示したということは、指導者が考えている以上に選手は賞賛されることによってやる気が高まることを示している。これは、3種目 (バドミントン、バスケットボール、陸上競技) 全ての指導者が今まで以上に選手を賞賛する言葉かけを行うことによって、選手のやる気を

より高めることができることを示している。

叱責における分析結果から、3種目全ての指導者や選手において、叱責の得点は2.5を超えていないことから、指導者および選手は叱責する・されることによって選手のやる気が高まるとはあまり考えていないことがわかる。しかし、その中でもバスケットボールでは、指導者は叱責をすることによって選手のやる気高めようと言葉かけをするが、選手はそれほど叱責によってやる気が高まっていなかった。これは、指導者がいくら選手のためを思って叱責をしても、選手の心には響かず、やる気が高まらないということである。換言すると、バスケットボールの指導者が選手のやる気高めるために行っている言葉かけを見直す必要があると考えられる。今後、バスケットボールの指導者は、選手に対して叱責の言葉かけは控えていくべきであろう。一方、陸上競技では、指導者の方が選手よりも叱責の言葉かけによって選手のやる気が低下すると考えていた。つまり、バスケットボールという集団ゴール型スポーツでは、選手よりも指導者の方が叱責によるやる気高める言葉かけに頼り、個人種目である陸上競技では、指導者は選手以上に叱責によってやる気が高まらないと考えていたことがわかる。このように、スポーツ種目によって指導者と選手の叱責の言葉かけへの認識が異なることが明らかとなった。なお、図2を見るとバドミントンの指導者と選手間に差が認められそうだが、統計的には有意差が認められなかった。これは、質問紙に答えたバドミントンの指導者が少なかったことが原因ではないか考えられることから、今後バドミントンの指導者による回答数を増やして再度統計処理を行う必要がある。

鼓舞における分析結果では、指導者は選手よりも明らかに低い値を示し、3点を下回っていた。これは、指導者が選手に対して鼓舞する言葉かけが、選手のやる気が高まるとはあまり考えていないことを示す。渋谷(2015)の研究では、指導経験者という表現ではあるが、鼓舞の得点が3点を超えていた。これは、対象種目や対象者の年齢などによる差も考えられるが、本研究で対象とした3種目では指導者がもっと選手に対して鼓舞する言葉かけを行うことが、選手のやる気高めることにつながると考えられる。

V. おわりに

本研究は、大学競技スポーツにおいて、選手のやる気高めるために行っている指導者の言葉かけが、選手のやる気を高めているのかを検討した。その結果、指導者と選手にはやる気が高まる言葉かけに相違があり、指導者はより選手に対してより賞賛や叱咤に関する言葉かけをすること、バスケットボールや陸上競技といったスポーツ種目の特性によって叱責の言葉かけに違いがあることが明らかとなった。しかしながら、本研究では今後に対する課題も認められる。日本コーチング学会の助成金による成果を短報に投稿したが、紙面上の限界から、性別や成績、レギュラーの有無、陸上競技におけるブロック別などの詳細な分析結果を掲載できていない。そのため、今後も引き続き詳細な分析と他の文献を踏まえた考察を加えて検討していきたい。

謝辞

本調査をするにあたり、年末年始という忙しい中、また短期間での回答をお願いしたにもかかわらず、快く質問に答えていただいた指導者および選手の方々に心から御礼申し上げます。

文 献

- 伊藤豊彦(2004) スポーツへの動機づけ. 日本スポーツ心理学会編, 最新スポーツ心理学, 大修館書店, 33-37.
- 小谷克彦・中込四郎(2003) 運動部活動において指導者が遭遇する葛藤の特徴. スポーツ心理学研究第30巻第1号: 33-46.
- 名取洋典(2007) 指導者の言葉かけが少年サッカー競技者の「やる気」に及ぼす影響. 教育心理学研究, 55: 244-254.
- 西田 保・猪俣公宏(1981) スポーツにおける達成動機の因子分析的研究. 体育学研究, 26: 101-110.
- 西田 保(1978) 競争場面における運動パフォーマンスに及ぼす達成動機づけの影響. 体育学研究, 23: 13-23.
- 大道 等・北湯口純(2002) 運動指導と言葉かけ—サッカー指導を中心に—. 体育の科学, 52: 681-686.
- 渋谷 聡(2016) スポーツ活動での言葉かけにおける競技者と指導者の認知の違いについて—やる気高める言葉かけを対象として—. 星槎大学紀要「共生科学研究」, 11: 75-87.
- 関子浩二(2014) コーチングモデルと体育系大学で行うべき一般コーチング学の内容. コーチング学研究, 27(2): 149-161.