

大学の野球部員のパーソナリティとスポーツ・カウンセリングの一考察
乱数生成法・EQテスト・SCT・星と波テスト

A Study of the Personality for University Students in Baseball Club
and Sports Counseling: RNG・EQ TEST・SCT・SW TEST

橋本 泰子

HASHIMOTO Taiko

キーワード： 野球部員、パーソナリティ、心理検査、スポーツ・カウンセリング

目 的

近年、米国における日本の野球選手の活躍や、オリンピックの競技種目にも取り入れられ、さらに、2009年のWBCにおける日本チームの優勝により、野球に対する関心が高まっている。これまで、運動スキルの向上や、競技場面における予期不安や緊張感などを軽減するメンタルトレーニングやスポーツ・カウンセリングも実施されている。(山中 1991)

部員は青年期で発達課題である自己同一化の獲得・チームでの部員間やコーチとの対人関係さらには、家族関係の確執・練習時間と授業の葛藤・受傷やスランプによる脱落・卒業後の進路等のさまざまな心理的な問題を有している。そこで、臨床心理的な介入の必要性から、スポーツ・カウンセリングが導入された。(今井 2001)

たとえば、大学生の受傷した選手(31名：I群とする)と、しなかった選手(63名：II群とする)に心理検査(バウム・テストとSCT)を実施して結果を検討したところ、I群は情緒不安定・ストレスをため易く・葛藤を有し・家族関係も良くなく・コーチとの確執が認められた。II群は情緒安定・家族やコーチとの関係は良いが、内向的で強く注意をされると気にする傾向が認められた。(橋本 2008)

この様な結果からも示唆されるように、選手のパーソナリティ特性に応じたメンタル・トレーニングや心理的な問題に対しては、スポーツ・カウンセリングの介入で一層効果をもたらすものと推察される。

そこで、競技で必要とされる「注意の持続・集中力」の高低による、パーソナリティ特性の比較検討を心理検査結果から試みたので報告する。

対象と方法

対象は都内四年制大学の野球部員の男子42名である。方法は、1) 乱数生成法、2) EQテスト、3) SCT、4) 星と波テスト、5) 受傷の有無、でこれを2008年6月に1)は個別に他は集団法で調査した。

検査法について、簡単に説明する。

- 1) 乱数生成法：これは村上(1969)の創案により、情報処理過程を検査するものである。板垣(1987)は、NS18指標を開発した。「1-2,3-4」など対として順列あるいは、逆列として自然数系列の対頻度の生起割合を捉える指標である。0.18値を取ることが期待される。この指標は、「注意の持続・集中力」を反映する(板垣1991)。教示は「1～10までの数字をなるべく早く呼唱して下さい」とし練習後に閉眼で開始し、170個生成後に時間を計測した。
- 2) EQテスト：米国のゴールマン(Goldman, D)は「人生を適応的に送るためには、知能指数(Intelligence Quotient : IQ)と情緒指数(Emotional Quotient : EQ)の balan

スを取ることが重要である」と指摘している。内山らにより標準化されたものを使用した。「自己洞察、自己コントロール、社会的スキル」等の10項目に関する60の質問に「全く違う」から「ほとんどそうである」の5件法で回答する。

- 3) SCT: 単語・短文に引き続き文章を完成する。感情・家族・対人関係等を解釈する。
- 4) 星と波テスト: ラルマン(Ave Lallemand)の創案によるテストである。「海の波の上に、星空を書いて下さい」と教示し書き上げた絵から、理性・感情状態等を解釈する。

結果と考察

最初に、乱数生成法のNS18が全体の平均=0.375 (SD=0.12) で、±1SDをし、注意・集中力が高い被験者を、I群 (N=9名、平均年齢=19.9歳)、注意・集中力が低い、II群 (N=11名、平均年齢=20歳) とし、中間群をM群 (N=22名、平均年齢=19.5歳) としてこの3群間で、心理検査結果の検討を試みた。

- 1) 乱数生成法: 板垣 (1985) は、NS18の自然数系列の抑制は、WAISの言語性下位検査の「一般的理解」、「類似」、「単語」で高い評価値を示したと指摘している。従って、I群は、他の群よりもコミュニケーションスキルが高いことが予想される。(表1, 図1, 図2, 図3)

表1 各群の反応時間

	N	反応時間		t検定
		平均	SD	***
I群	9	171.85	22.98	
M群	22	130.24	26.56	
II群	11	116.42	20.63	

$p < .01^{***}$

反応時間によって2群間に有意差 ($p < .01$) が認められた。

I群は慎重で、情緒が安定しており、数に拡散が多く見られた。反対にII群の場合は反応時間が早すぎて、数の拡散が少なかった。以上のことからII群は様々なストレスが加わった時にキレやすい傾向が窺える。(橋本 2006)

なお、図の縦の数字は、1～10までの数字を表す。横の数字は、生成個数を示す。

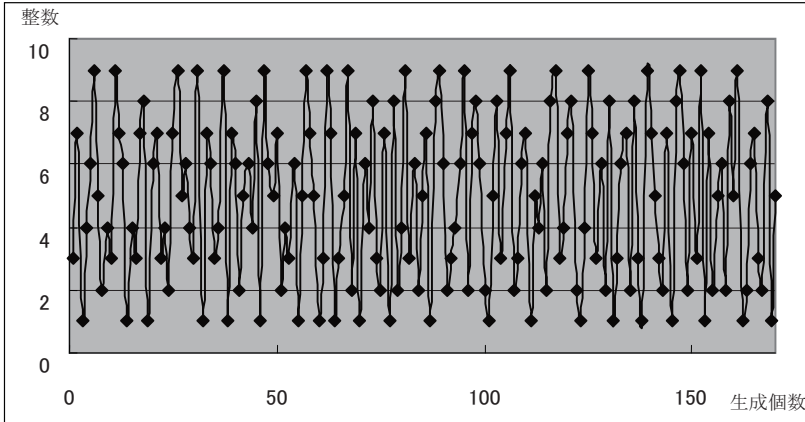


図1 I群の例 (注意・集中度が高い)

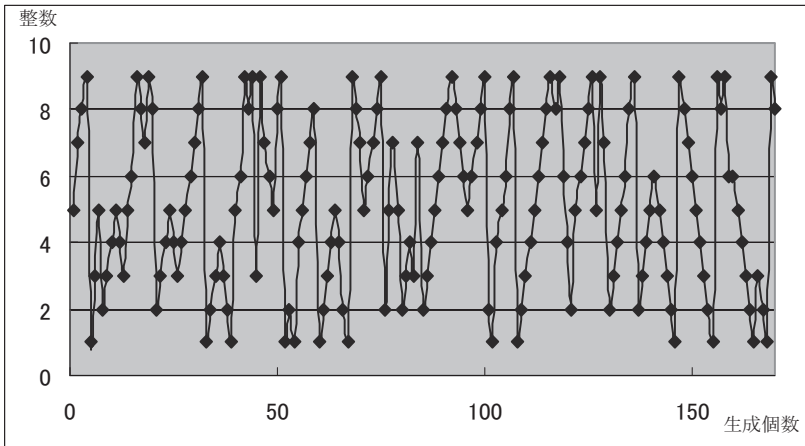


図2 II群の例 (注意・集中度が低い)

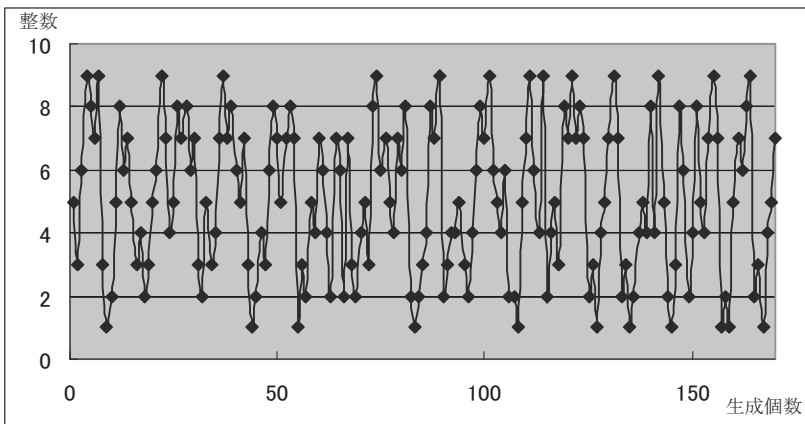


図3 M群の例

2) EQテスト：結果を表2に示す。

表2 EQテストの結果

	I 群	II 群	M 群	t検定
スマートさ				
M	14.7	15.3	15.3	
SD	3.78	2.76	3.24	
自己理解				
M	15	16.9	15.9	
SD	3.87	2.47	2.95	
主体的決断				
M	14.3	16.5	15.1	
SD	4.3	1.51	4.36	
動機づけ				
M	15.7	16.3	13.8	*
SD	4.27	3.07	2.86	
楽観性				
M	16.8	17.4	15.8	
SD	2.39	4.27	3.48	
コントロール				
M	14.9	14.9	14.9	
SD	3.14	4.35	3.85	
愛他心				
M	19	17.7	17.2	
SD	3.81	2.65	3.89	
共感的理解				
M	16.4	15.1	15.3	
SD	3.13	4.11	3.76	
社会スキル				
M	16.1	16.2	14.7	
SD	3.89	2.44	3.08	
社会的器用さ				
M	14.3	13.8	13.6	
SD	3.67	3.4	3.93	
合計点				
M	158.1	160	151.5	
SD	28.17	18.94	16.91	

全体の平均値は、I群158.1、II群160.0、M群151.5、であり各群間で有意差が認められなかった。ファクターの「動機づけ・やる気」のII群の平均値が16.3でM群が13.8で2群間に有意差 ($p<.05$) が認められた。II群は注意・集中力は低い、「やる気」が高いと解釈される。

3) SCT:

3群間で有意差が認められたのは、I群と他の2群間で1項目であった。主な内容を要約する。結果を表2に示す。

小さい頃:元気に遊んだが、3群とも70%代で共通している。

母親は:「活発」がI群66.7%、II群27.3%、M群36.4%、I群と他の2群間に有意差 ($p<.01$) が認められた。I群の母親は、元気で明るい性格である。

父親:「尊敬する」がI群、33.3%、「仕事」がII群36.4%、M群27.3%から、I群の父親は、自己同一化のモデルに成っているようである。しかし、他の2群の父親「企業選手」のように多忙で、子供との関係が稀薄のようである。

家のひとは:「支援してくれる」がI群55.6%、II群63.6%、M群36.4%、「煩がる」がI群11.1%、II群18.2%、M群50.0%から、M群は家族関係が良くない。

親から納得いかないことを言われたら:「怒る・反抗する」I群33.3%、II群72.7%、M群36.4%、「話し合う」I群33.3%、II群18.2%、M群45.5%で、II群が「キレやすい」。これは、NS18の得点と「言語性の相関が高い」ことから、II群はコミュニケーションスキルが劣る、反応時間も100秒以下がI群、22.2%、II群45.5%で、II群は、瞬時に反応し、EQテストの「やる気」が高いことから行動化が裏付けられる。

将来:「仕事をする」I群、M群共に、40%代で、「安定した生活」M群45.5%、「金持ち・有名になりたい」II群36.4%で、II群は、大きな野望を持っている。

努力:有意差はないが、M群が「しない」が31.8%で、努力しない傾向がある。

頭脳:「良くない」I群77.8%、II群45.5%、M群50%で、I群が高出現率を示す。練習のために勉強の時間が取れないことが関係するようである。

少括

I群は、母親との信頼関係が結ばれ、父親を自己同一化のモデルにし、家族関係は良好である。頭脳に対しては、コンプレックスを持っている。これは、練習と勉強との葛藤で不安全感が認められる。NS18の得点から、コミュニケーションスキルが高い。

II群は、家族との関係がやや稀薄で、親に対して、「キレやすい」。これは、瞬時に反応すること、コミュニケーションスキルが低いことが関係するようである。将来に対し「金持ち・有名になりたい」と野望を持っている。

M群は、家族関係は、余り良くない。努力に対して、「しない」と割り切っている。EQテストでも「やる気」の得点が低かった。これは、部員として活躍もせず、家族からも期待されないことが反映するようである。

表2 SCTの結果

項目	I 群		II 群		M 群		X ² 検定
	N	%	N	%	N	%	
1、子どもの頃							
活発・良く遊んだ	7	77.8	8	72.7	16	72.7	
内向・泣き虫	1	11.1	1	9.1	3	13.6	
その他			2	18.2	3	13.6	
2、母親は							
元気	6	66.7	3	27.3	8	36.4	※※
働いている			1	9.1	4	18.2	
優しい	1	11.1	3	27.3	6	27.3	
気が強い			1	9.1	2	9.1	
主婦	2	22.2	2	18.2			
その他			1	9.1	2	9.1	
3、父親							
尊敬	3	33.3	1	9.1	4	18.2	
頑固・煩い	1	11.1	2	18.2	3	13.6	
趣味	2	22.2	1	9.1			
面白い	1	11.1			2	9.1	
仕事	1	11.1	4	36.4	6	27.3	
いない					1	4.6	
その他	1	11.1	3	27.3	6	27.3	
4、家の人							
支援する	5	55.6	7	63.6	8	36.4	
名前を呼ぶ		2	22.2	2	18.2	2	
煩がる	1	11.1	2	18.2	11	50	
その他	1	11.1			1	4.6	
5、親から納得できない							
反論・怒る	3	33.3	8	72.7	8	36.4	
話し合う・	3	33.3	2	18.2	10	45.5	
無視・黙る	3	33.3	1	9.1	4	18.2	
6、将来は							
仕事をする	4	44.4	3	27.3	9	40.9	
金持ち・BIG	2	10.4	4	36.4	4	18.2	
安定した生活	2	22.2	4	36.4	5	45.5	
未定	2	22.2			2	9.2	
不安					2	9.2	

7、努力							
大切	8	88.9	8	72.7	15	68.2	
しない	1	11.1	2	18.2	7	31.8	
その他			1	9.1			
8、頭脳							
良くない	7	77.8	5	45.5	11	50	
良い			1	9.1	2	9.1	
鍛える			2	18.2	1	4.6	
複雑			1	9.1	3	27.3	
その他	2	22.2	2	18.2	5	22.7	

p < .01 ※※

4) 星と波テスト

結果を表3に示す。2項目に有意差が認められた。

星と波の距離：対人関係の距離を示す（櫻井の指摘による）。I群とII群間に有意差（ $p < .05$ ）が認められた。0～2cm、I群66.7%、II群36.4%、I群の出現率が高いことから、対人関係は親和的で、コミュニケーションスキルも関係するようである。（図4）

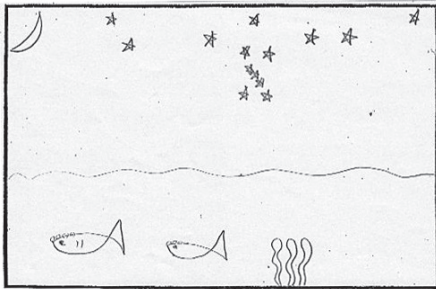


図4 I群

描き方：感情状態を示す。「強い・粗雑」II群27.3%。M群9.1%で2群間に有意差（ $p < .05$ ）が認められた。II群は、情緒不安定のようなものである。

波形：感情状態を示す。「大波」I群22.2%、II群45.5%、M群18.2%で有意差はないが、II群は、描き方でも見られたように、情緒不安定である。（図5）

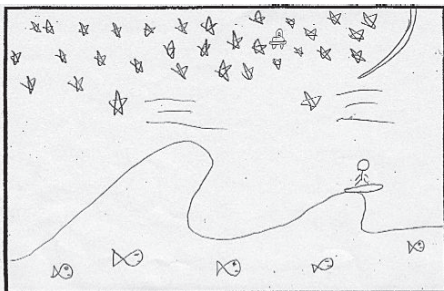


図5 II群

不適応指標：枠に接しない。I群0%、II群18.7%、M群31.8%で、M群は内向性の傾向がみられる。EQテストの「やる気」の低得点にも関係するようである。(図6)

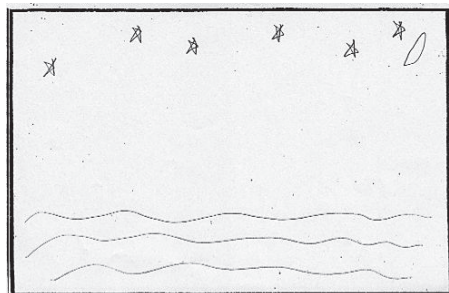


図6 M群

表3 星と波テストの結果

項目	I群		II群		M群		X ² 検定	
	N	%	N	%	N	%		
1. 空と海のバランス	1:01	2	22.2	3	27.3	7	31.8	
	1:02	1	11.1	1	9.1	1	4.6	
	2:01	6	66.7	5	45.5	12	54.6	
	その他			2	18.2	2	9.1	
2. 星と波の距離	0～2cm	6	66.7	4	36.4	7	31.8	※
	2.1～3cm	1	11.1	3	27.3	6	27.3	
	3cm以上	2	22.2	4	36.4	9	40.9	
3. 星の数	1～3個			1	9.1	4	18.2	
	4～10個	3	33.3	4	36.4	8	36.4	
	11個以上	6	66.7	6	54.6	10	45.5	
4. 星の形	スター印	7	77.8	9	81.8	17	77.3	
	丸	1	11.1	1	9.1	5	22.7	
	変形	1	11.1	1	9.1			
	流れ星			1	9.1	4	18.2	
5. 月	満月	2	22.1	2	18.2	5	22.7	
	右弦	1	11.1	2	18.2			
	左弦	1	11.1	1	9.1	3	13.6	
	銀杏型					3	13.6	
6. 波形	大波	2	22.2	5	45.5	4	18.2	
	三角波	2	22.2			5	22.7	
	なぎ	5	55.6	6	54.6	13	59.1	
	凍結							

7.描き方	強い・粗雑	1	11.1	3	27.3	2	9.1	※
	普通	8	88.9	7	63.6	17	77.3	
	薄い			1	9.1	3	13.6	
8. その他	暗い空	2	22.2	2	18.2	1	4.6	
	暗い海	1	11.1	1	9.1	1	4.6	
9、不適応サイン	はみ出し	1	11.1	2	18.7	9	9.1	
	枠接せず			2	18.7	7	31.8	

p<.05※

5) 受傷回数

受傷経験有りが、I群44.4%、II群54.5%、M群59.1%で、3群間に有意差が認められなかった。しかし、I群に受傷回数が少ないのは、「注意・集中力」や「情緒の安定」が関係すると解釈される。II群は、「やる気」は強く、瞬発力もあるが、「注意力」や、コミュニケーションスキルが劣ることが関係しているようである。

M群は、家族や部員からの期待も少なく、「やる気」の無さから、気の緩みもあって受傷するのではと解釈される。

ところで、養老(2004)は、「交通事故を起こし易い人は、運動神経が鈍いのではなく、心に引っ掛かりのある人である」と指摘している。これにM群は一致するのでは、と考察される。

スポーツ・カウンセリングの検討

検査結果より、「注意・集中力」の高いI群は、母親との信頼関係も結ばれていて、父親を自己同一化のモデルにし、コミュニケーションスキルも高く対人適応は良い。しかし、頭脳に対し、コンプレックスを持っている。勉学と練習時間との葛藤からの不全感が関係するのではと解釈される。スポーツ・カウンセリングにより、勉学も集中する方法を工夫するとか、要求水準を下げるによりかえって自信が持てるのではと推察される。

II群は、家族関係は稀薄で、「キレイやすい」。これは「やる気」が強く、瞬時に行動するために失敗するようである。パーソナリティ特性である衝動性のコントロールの仕方を学び、客観的に判断し、一呼吸おいてから行動することで、失敗も軽減し情緒の安定も促進されるであろう。

M群は、家族からの支援も少なく、内向的で、やる気もない。しかし、受傷回数が多い。野球に対してII群のように、真剣になれず、I群のように、情緒安定もしていない。

まず、コーチや部員によるサポートな言葉掛けにより、仲間意識を強め、新たな動機づけにより、活発になるであろう。受傷回数も減少してくると予想される。

以上の結果から、スポーツ・カウンセリングの介入により、個々人のパーソナリティ特性に気づきや、家族関係や対人関係の確執等を解決し、情緒安定をはかり、部員としての誇りと自信を持ち、競技に打ち込みメンタルトレーニングやスキルアップを一層促進し、

野球をすることの充実感を体験し、良い成績にも結び付くと考察される。

結語

大学生の野球部員を対象に、心理検査を実施し、乱数生成法のNS18指標により、3群に区分し、心理検査の結果を比較検討した。各群のパーソナリティ特徴と、スポーツ・カウンセリングの介入による、心理的な問題や対人関係・家族関係の確執の対応とメンタルトレーニングとスキルアップの促進の可能性について、若干のコメントを試みた。

今後、実際にスポーツ部員に対して、メンタルトレーニングとスポーツ・カウンセリングを介入し効果測定を試みたい。

引用・参考文献

- 1) 橋本泰子 (2006) 中学生の「キレやすさ」の心理特性の研究 「桜美林シナジー」 第6号：69-83
- 2) 橋本泰子 (2008) 受傷したスポーツ選手の心理研究 日本発達心理学会 第19回大会発表論文集：320
- 3) 今井恭子 (2001) メンタルトレーニングにおけるカウンセリングとコンサルティング. 体育の科学 51 (11)：856-861
- 4) 板垣文彦 (1987) 人間の生成するランダム系列の評価に関する研究—新しいランダム性判定の基準の作成—日本大学心理学研究 1-9
- 5) 杉浦京子 (2000) 星と波テスト入門 川島書店
- 6) 養老猛司 (2003) バカの壁
- 7) 山中寛 (1991) スポーツ選手へのカウンセリングの必要性と効果 体育の科学 41 (8)：601-604

謝辞：調査にご協力下さいました野球部の監督、宮崎先生をはじめ、部員の方々、ゼミ生の安間昭太 水島真輝・島谷綾子・一条祐樹さん達に心から感謝申し上げます。