

原著論文

## 心理的競技能力が情動知能に及ぼす影響 —カヌー競技者を対象として—

藤本太陽<sup>1)</sup>, 園部 豊<sup>2)</sup>, 平山浩輔<sup>3)</sup>, 高井秀明<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> 日本体育大学大学院, <sup>2)</sup> 帝京平成大学, <sup>3)</sup> 日本体育大学

### Influence of psychological competitive ability on the emotional intelligence of canoe players

Taiyo Fujimoto, Yutaka Sonobe, Kosuke Hirayama, Hideaki Takai

**Abstract:** This study aims to prove the correlation between the Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athletes (DIPCA.3) and the Emotional Intelligence Scale (EQS) in canoe athletes. We evaluated 35 students of a university who were members of a canoe club. Two methods were used for analysis: a partial correlation analyses of 12 scales in the DIPCA.3 and as control variables, 9 factors in the EQS, which define the subjects' sex, age, grade, being regular members or not, years of competition experience and competition levels; multiple regression analyses of 12 scales in the DIPCA.3 the same 9 factors in the EQS defined as dependent variables, were used as control variables. We conducted a non-correspondence *t*-test where the students were divided into two groups: a high score group with more than the mean value of the total scores in the DIPCA.3 and a low score group with less than the mean value. Those groups were defined as independent variables and dependent variables in 9 factors in the EQS. The results showed that positive correlations were evident in the following: between self-insight factors in the EQS and harmony-seeking scales in the DIPCA.3; between self-motivating factors in the EQS and patience and combative scales in the DIPCA.3; between self-control factors in the EQS and the four scales of patience, combativeness, concentration, and confidence in the DIPCA.3; between empathy factors in the EQS and the three scales of patience, combativeness and confidence in the DIPCA.3; between love toward others in the EQS and patience scales in the DIPCA.3; between leadership factors in the EQS and interdependence factors in the DIPCA.3. And as a result of the non-correspondence *t*-test for the total scores in the 9 factors of the EQS for the high score group and the low score group, the high score group had higher results than the low score group in the estimate of the situation factors. In conclusion, we discovered that there were correlations between the DIPCA.3 and the EQS in canoe athletes and the DIPCA.3 had positive effects on the EQS.

(Received: June 9, 2016 Accepted: July 18, 2016)

**Key words:** Diagnostic inventory of psychological competitive ability for athletes, Emotional intelligence scale, Closed skill, Canoe players, Human quality

キーワード：心理的競技能力診断検査, 情動知能尺度, クローズドスキル, カヌー競技者, 人間力

### I. 緒 言

競技スポーツにおいて、競技力向上のために必要な要素は「心・技・体」という言葉が示すように、精神、技術、体力が挙げられる。そして、これらが三位一体となった時に競技者の実力が十分に発揮できると述べられている<sup>1)</sup>。競技成績に関する要素には猪飼<sup>2)</sup>と徳永<sup>3)</sup>により、技術や体力といった身体的側面だけではなく、精神力といった精神的側面が含まれていることを示している。さらに、徳永<sup>3)</sup>は精神力が競技者の実力発揮を決定する要因であると示しており、精神的要

素は競技者の競技成績及び実力発揮において重要な位置づけであると考えられる。

競技者の精神力を評価する尺度として、徳永・橋本<sup>4)</sup>が開発した「心理的競技能力診断検査 (Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athlete: 以下 DIPCA.3 と略す)」がある。DIPCA.3 はこれまで「精神力」という抽象的に扱われてきた競技に必要な心理的要素のことを「心理的競技能力」とし、「実際の競技前や競技中にどのような心理的競技能力を発揮すればよいのか、そして、そのような心理的競技能力はどのように評価し、いかにトレーニングすれ

ばよいのか<sup>5)</sup>ということを明らかにするために開発された。心理的競技能力に関してはこれまでに多くの研究が行われており、心理的競技能力は競技者の実力発揮や競技成績に関係していることが明らかにされている<sup>6-8)</sup>。このことから、競技者は高い競技成績を残すために、心理的競技能力を向上させることが求められている。

一方、2002年に文部科学省<sup>9)</sup>から「人間力戦略ビジョン」が示されて以降、我が国においては「人間力向上」の必要性が求められている。競技界でも日本オリンピック委員会<sup>10)</sup>の強化本部は「人間力なくして、競技力向上なし」というテーマを掲げて競技者の強化を行っており、競技者にも人間力の向上が求められている。しかしながら、「人間力」そのものの定義が曖昧であるうえに、「人間力」を効率的に向上させる手段は確立されていない。そのようななか、「人間力」を向上させるための一つの方策として、スポーツ活動を通じた働きかけが有効であるとされ<sup>11)</sup>、スポーツ活動の中で他者とのコミュニケーションやリーダーシップの発揮方法を身につけることで「人間力」が向上できるといわれている<sup>12)</sup>。また、高木ほか<sup>12)</sup>の競技者の人間力を評価する尺度を検討した研究では、人間力を評価する尺度として情動知能尺度 (Emotional Intelligence Scale: 以下「EQS」と略す) が妥当であると報告されており、このEQSは自己対応、対人対応、状況対応の3領域から構成されている。まず自己対応領域は自己洞察、自己動機づけ、自己コントロールの3因子から構成され、自己の心の働きについて知り、行動を支え、効果的な行動をとる能力とされる。次に対人対応領域は共感性、愛他心、対人コントロールの3因子から構成され、他者の感情に関する認知や共感をベースに、他者との人間関係を結び維持することのできる能力とされる。そして状況対応領域は状況洞察、リーダーシップ、状況コントロールの3因子から構成され、自己を取り巻く、あるいは自己と他者を含む集団を取り巻く状況の変化に耐える力、リーダーシップ、また自己対応領域と対人対応領域の各種能力や技量を状況に応じて適切に使い分ける統制力とされる。いずれの領域、因子も得点が高ければ情動知能が高いものと解釈される<sup>13)</sup>。

情動知能と競技との関係については、これまでにいくつかが研究されている。高木ほか<sup>12)</sup>は指導者に求められる情動知能、指導者からみた競技者に必要な情動知能について検討しており、指導者に求められる情動知能は上位から順に「リーダーシップ」、「自己動機づけ」、「状況コントロール」であり、競技者が必要な情動知能は上位から順に「リーダーシップ」、「対人コントロール」、「状況コントロール」であった。また、高

木ほか<sup>11)</sup>によると競技者は非競技者よりもEQSのすべての得点が高く、スポーツ活動が情動知能を向上させる方法として有効であることを示した。

以上から、競技者には競技力を高めるために心理的競技能力を向上させるだけでなく、スポーツ活動を通して情動知能を向上させることが求められている。ここで守屋ほか<sup>14)</sup>は心理的競技能力と情動知能との関係についてオープンスキル競技であるバスケットボール競技者を対象に検討しており、DIPCA.3尺度の忍耐力とEQS因子の自己動機づけ、DIPCA.3尺度の闘争心とEQS因子の状況洞察、DIPCA.3尺度の予測力とEQS因子の自己洞察、DIPCA.3尺度の判断力とEQS因子のリーダーシップとの間に正の相関があることを示し、心理的競技能力と情動知能には関係があることを報告している。このように、オープンスキル競技であるバスケットボール競技では、心理的競技能力と情動知能との関係について明らかにされ、心理的競技能力と情動知能を向上させるためのサポートを行う際に有益な知見が得られている。しかし、クローズドスキル競技の中では心理的競技能力と情動知能との関係について未だ検討されておらず、心理的競技能力と情動知能を向上させるためのサポートを行う際の有益な知見は得られていない。これまで、サッカーやテニス、バスケットボールなどのように外的要因に左右され、時々刻々と変化する不安定な環境で行う要素が多いオープンスキル競技と、陸上競技や水泳、体操などのように外的要因に左右されにくく、いつも安定した環境で行う要素が多いクローズドスキル競技<sup>15)</sup>とでは、心理面に必要とされる要素が異なることが明らかにされている。例えば、試合に挑む際の理想的な心理状態を示した逆U字仮説では、クローズドスキル競技はオープンスキル競技より覚醒水準が比較的低い<sup>16)</sup>ことや、心理的競技能力を向上させるために競技者が活用している心理的技法についてもクローズドスキル競技はオープンスキル競技より情動のコントロール技法を用いることが多く、個人の内的基準へのコントロールを行う傾向が高い<sup>17)</sup>ことが明らかされている。このように、オープンスキル競技とクローズドスキル競技では心理面で必要とされる要素が異なり、心理的競技能力と情動知能との関係についても異なる関係を示すことが考えられる。特に、クローズドスキル競技は自己の内部における動機づけや感情表出といった思考が多く生じる<sup>18)</sup>ことから、心理的競技能力と情動知能因子の自己対応領域が関係していると考えられる。さらに、運動技能における研究では、時々刻々と変化する不安定な環境に対応するための応用的技術であるオープンスキルを向上させるためには、まず、技術の正確さを追求するための基礎的技術

であるクローズドスキルのパフォーマンスを向上させることが必要である<sup>15)</sup>としていることから、クローズドスキル競技を対象として心理的競技能力と情動知能との関係について明らかにする必要がある。また、各競技種目における心理的競技能力と情動知能との関係について特徴を明らかにすることにより、競技種目を考慮した心理的競技能力と情動知能へのアプローチが可能となるだろう。

そこで、本研究ではクローズドスキル競技であるカヌー競技者を対象に心理的競技能力と情動知能との関係と特徴について明らかにすることを目的とした。なお、本研究の心理的競技能力と情動知能との関係については、高木ほか<sup>11)</sup>の研究を参考に心理的競技能力が情動知能に影響を及ぼすという仮説モデルに基づいて検討した(図1)。

## II. 方 法

### 1) 調査対象者

調査対象者は、A大学学友会カヌー部に所属している学生38名を対象とし、そのうち、分析対象者は、回答に記入漏れなどの欠損値のあるデータを除いた35名(男子25名、女子10名、平均年齢19.7±0.77歳)であった。

### 2) 調査時期及び調査方法

調査は対象としたカヌー部から依頼を受け、同部員を対象にした心理講習会を実施する際に行った。なお、調査時期は2016年3月であった。調査は講習会

担当者の説明のもとに、一斉に記入させ回収する集合法によって行われた。

### 3) 調査内容

#### (1) フェイスシート

性別、年齢、学年、レギュラーの有無、競技経験年数、競技レベルについて回答を求めた。

#### (2) 心理的競技能力診断検査(DIPCA.3)

DIPCA.3は、徳永・橋本<sup>4)</sup>によって開発された尺度であり、競技者の心理的競技能力を測定することが可能である。質問項目は52項目からなり、「競技意欲」「精神の安定・集中」「自信」「作戦能力」「協調性」の5因子、「忍耐力」「闘争心」「自己実現意欲」「自己コントロール能力」「リラックス能力」「集中力」「自信」「決断力」「予測力」「判断力」「協調性」の12尺度から構成されている(表1)。本研究では、この12尺度について検討を行った。回答方法は「ほとんどそうではない」(1点) - 「いつもそうである」(5点)の5件法とし、評定の数字が高いほど心理的競技能力が高いものと解釈される。

#### (3) 情動知能尺度(EQS)

EQSは、内田ほか<sup>13)</sup>によって開発された尺度であり、競技場面を含めた日常生活全般における、個人の情動知能の測定が可能である。質問項目は65項目からなり、「自己対応」「対人対応」「状況対応」の3領域、「自己洞察」「自己動機づけ」「自己コントロール」「共感性」「愛他心」「対人コントロール」「状況洞察」「リーダーシップ」「状況コントロール」の9因子から構成されている(表2)。本研究では、この9因子について検討を行った。回答方法は「まったくあてはまらない」(0点) - 「非常によくあてはまる」(4点)の5件法とし、評定の数字が高いほど情動知能が高いものと解釈される。

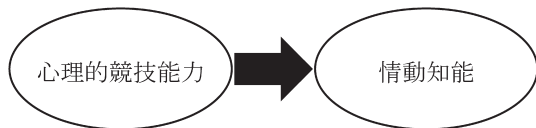


図1. 本研究における仮説モデル

表1. DIPCA.3の各因子、尺度と内容

因子	尺度	内容
競技意欲	忍耐力	我慢強さ、粘り強さ、苦痛に耐える
	闘争心	大試合や大事な試合での闘志やファイト、燃える
	自己実現意欲	可能性への挑戦、主体性、自主性
	勝利意欲	勝ちたい気持ち、勝利重視、負けず嫌い
精神の安定・集中	自己コントロール能力	自己管理、いつものプレー、身体的緊張のないこと、気持ちの切りかえ
	リラックス能力	不安、プレッシャー、緊張のない精神的なリラックス
	集中力	落ち着き、冷静さ、注意への集中
自信	自信	能力、実力発揮、目標達成への自信
	決断力	思いきり、素早い決断、失敗を恐れない決断
作戦能力	予測力	作戦の的中、作戦の切りかえ、勝つための作戦
	判断力	的確な判断、冷静な判断、素早い判断
協調性	協調性	チームワーク、団結心、協力、励まし
	Lie Scale	検査結果の信頼性

表2. EQSの各領域, 因子と内容

領域	因子	内容
自己対応	自己洞察	自己の感情を知ることができ, また自己の感情表現についてもわかっている
	自己動機づけ	自己の行動を目標達成に向けて維持するための動機的な力
	自己コントロール	自分の行動を自分で調整する能力
対人対応	共感性	他者の感情状態を知り, その感情に応じて適切な感情反応を起こす能力
	愛他心	他者を思いやる気持ちと困っている他者を実際に助けるかどうか
	対人コントロール	対人関係を良好に維持していくための能力
状況対応	状況洞察	悲観的にならず, 変化する状況の意味を正確に理解し, 適切に対処する能力
	リーダーシップ	適切な状況判断に基づき集団を動かす能力
	状況コントロール	状況の適切な認識に基づいて臨機応変の処置ができ, 自分を変えていく能力

#### 4) 分析方法

心理的競技能力と情動知能との関係を検討するために, DIPCA.3の12尺度とEQSの9因子の偏相関分析と, DIPCA.3の12尺度を独立変数, EQSの9因子を従属変数とする重回帰分析(強制投入法)を行った。このとき, カヌー競技としての心理的競技能力と情動知能の関係を明らかにするために偏相関分析, 重回帰分析ともに性別, 年齢, 学年, レギュラーの有無, 競技経験年数, 競技レベルからの影響を除いた係数を算出する必要がある。そのため, 性別, 年齢, 学年, レギュラーの有無, 競技経験年数, 競技レベルを制御変数として投入して分析を行った。さらに, DIPCA.3の総合得点の平均値以上を高群, 平均値未満を低群とした両群を独立変数, EQSの9因子と総合点を従属変数とする対応のない $t$ 検定を行った。なお, DIPCA.3総合得点の平均値は $174.9 \pm 25.75$ であった。

データの解析にはIBM SPSS Statistics 24.0を用いた。各統計的有意水準は5%とした。

#### 5) 倫理的配慮

本研究は, 日本体育大学倫理審査委員会の承認(承認番号: 第016-H015号)を得て行った。調査対象者には研究の主旨を把握できるよう研究の概要, 目的, 記入方法, そして個人情報保護に関する内容について説明し, 研究への参加は自由意志であり, 参加しなくても何ら不利益が生じないことを保証した。また, データはコンピュータで処理し, 研究の目的以外には使用しないことおよび個人情報保護のために得られたデータは連結不可能匿名化し, 個人情報が特定できないように配慮した。

### III. 結 果

#### 1) DIPCA.3の12尺度とEQSの9因子の偏相関係数

表3はDIPCA.3の12尺度とEQSの9因子の偏相関係数の値を示したものである。その結果, 「自己洞察」は協調性との間に正の相関( $r=.55, p<.05$ ), 「自己動

機づけ」は忍耐力, 闘争心との間に正の相関( $r=.55, p<.01; r=.42, p<.05$ ), 「自己コントロール」は忍耐力, 闘争心, 集中力, 自信との間に正の相関( $r=.56, p<.001; r=.54, p<.01; r=.41, p<.05; r=.45, p<.05$ ), 「共感性」は忍耐力, 闘争心, 自信との間に正の相関( $r=.54, p<.01; r=.42, p<.05; r=.45, p<.05$ ), 「愛他心」は忍耐力との間に正の相関( $r=.48, p<.05$ ), 「リーダーシップ」は協調性との間に正の相関( $r=.43, p<.05$ )が示された。

#### 2) DIPCA.3の12尺度を独立変数, EQSの9因子を従属変数とした重回帰分析

表4はDIPCA.3の12尺度を独立変数, EQSの9因子を従属変数とした重回帰分析の値を示したものである。なお, 小塩<sup>19)</sup>は一般に分散拡大要因(Variance Inflation Factor: 以下「VIF」と略す)の値が10以上であれば多重共線性が発生していると述べており, DIPCA.3の自信尺度のVIF値は14.00であったため独立変数から除外して分析を行った。その結果, 他の尺度のVIF値はすべて10以下の値を示したことから, 多重共線性が発生している可能性が低いという結果を得た。「自己動機づけ」は闘争心( $\beta=.69, p<.05$ ), 「自己コントロール」は闘争心と集中力( $\beta=.79, p<.01; \beta=.46, p<.05$ )から有意な正の影響を受けていることが示された。

#### 3) DIPCA.3総合得点の高群と低群におけるEQSの9因子と総合点の得点

表5はDIPCA.3総合得点の両群におけるEQSの9因子の得点と総合点の得点を示したものである。その結果, 「状況洞察」においてDIPCA.3総合得点の高群は, 低群よりも有意に高い得点が示された( $t(33)=2.14, p<.05$ )。

### IV. 考 察

本研究は, クローズドスキル競技であるカヌー競技者を対象に心理的競技能力と情動知能との関係と特徴について明らかにすることを目的とした。まず,



表3. DIPCA.3の12尺度とEQSの9因子の偏相関係数の値

EQS因子	DIPCA.3尺度											協調性
	忍耐力	闘争心	自己実現意欲	勝利意欲	自己コントロール	リラクセス能力	集中力	自信	決断力	予測力	判断力	
自己洞察	.02	-.13	-.25	-.38	-.05	.05	.09	-.24	-.13	-.12	.01	.55*
自己動機づけ	.55**	.42*	.32	.02	-.24	.05	.14	.38	.11	-.14	-.18	.06
自己コントロール	.56***	.54**	.33	.11	-.12	.08	.41*	.45*	.12	-.01	-.13	.32
共感性	.54**	.42*	.23	.14	-.15	.03	.24	.45*	.21	-.05	-.02	.29
愛他心	.48*	.28	.19	.07	-.24	-.04	.19	.40	.02	-.25	-.17	.10
対人コントロール	.31	-.08	-.08	-.18	-.08	.02	.22	-.04	-.12	-.05	-.05	.32
状況洞察	.25	.28	.00	.06	.14	.14	.34	.38	.18	.17	.11	.14
リーダーシップ	.14	-.11	-.27	-.28	.03	.18	.16	-.17	-.03	.16	.15	.43*
状況コントロール	.35	.19	.09	.02	-.09	-.10	.22	.23	.03	.01	-.10	.08

注) 制御変数=性別, 年齢, 学年, レギュラーの有無, 競技経験年数, 競技レベル

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

表4. DIPCA.3の12尺度を独立変数, EQSの9因子を従属変数とした重回帰分析の値

EQS因子	DIPCA.3尺度											調整済みR <sup>2</sup>
	忍耐力	闘争心	自己実現意欲	勝利意欲	自己コントロール	リラクセス能力	集中力	決断力	予測力	判断力	協調性	
自己洞察	-.27	.30	-.07	-.26	-.08	.18	.06	-.02	-.11	.20	.85	.22
自己動機づけ	.34	.69*	-.29	-.52	-.58	.12	.05	.66	-.23	-.16	-.20	.50
自己コントロール	.07	.79**	-.26	-.25	-.28	-.14	.46*	.13	.18	-.51	.37	.69
共感性	.39	.50	-.37	.03	-.32	.04	.22	.40	-.48	.15	.24	.31
愛他心	.61	.43	-.52	-.01	-.36	-.31	.39	.028	-.78	-.46	-.21	.26
対人コントロール	.46	-.13	-.28	.25	-.12	-.07	.35	-.56	.12	.08	.38	-.07
状況洞察	.11	.57	-.46	.01	-.03	-.27	.44	-.16	.17	.04	.04	-.07
リーダーシップ	.21	.22	-.43	-.03	-.19	.18	.07	-.56	.59	-.19	.50	-.16
状況コントロール	.25	.46	-.40	-.10	-.17	-.42	.56	-.16	.21	-.07	-.11	-.18

注) 制御変数=性別, 年齢, 学年, レギュラーの有無, 競技経験年数, 競技レベル

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

表5. DIPCA.3 総合得点の高群と低群におけるEQSの9因子と総合点の得点

EQS因子	DIPCA.3総合得点		t値 (33)
	低群 (175点未満, N=17)	高群 (175点以上, N=18)	
自己洞察	15.14±4.40	16.35±3.89	0.81
自己動機づけ	15.36±4.60	17.53±2.87	1.61
自己コントロール	21.21±6.35	25.00±4.61	1.92
共感性	14.79±4.93	18.00±4.34	1.93
愛他心	14.79±5.16	17.12±4.48	1.35
対人コントロール	18.29±6.40	19.47±5.28	0.57
状況洞察	20.00±5.10	23.82±4.81	2.14*
リーダーシップ	10.07±4.10	10.94±3.86	0.61
状況コントロール	12.57±3.63	14.59±4.11	1.43
総合点	143.00±35.95	162.18±29.02	1.64

注) 平均値±標準偏差 \* $p < .05$

DIPCA.3の12尺度とEQSの9因子の偏相関について検討した。その結果、「自己洞察」は協調性、「自己動機づけ」は忍耐力、闘争心、「自己コントロール」は忍耐力、闘争心、集中力、自信、「共感性」は忍耐力、闘争心、自信、「愛他心」は忍耐力、「リーダーシップ」は協調性との間に正の相関が示された。いずれの偏相関係数も.40-.70であることから比較的強い相関がある<sup>19)</sup>ことを示した。次に、DIPCA.3の12尺度を独立変数、EQSの9因子を従属変数とした重回帰分析について検討した。その結果、「自己動機づけ」は闘争心から正の影響を受けていることを示した。西田ほか<sup>20)</sup>は闘争心が低下することにより競技への動機づけが低下するという関係を明らかにしており、本研究でも闘争心が動機づけへ影響を及ぼすという関係がみられたことから先行研究を支持する結果であった。「自己動機づけ」を向上させるためには、メンタルトレーニング(Mental Training; 以下「MT」と略す)の技法のひとつである目標設定技法などを用いながら闘争心を高めていくことが有効であると考えられる<sup>21)</sup>。また、「自己コントロール」は闘争心と集中力から正の影響を受けていることを示した。「自己コントロール」を向上させるためには、目標設定技法を用いた闘争心の向上のみだけではなく、MTのリラクゼーション技法、視線をコントロールするアイコンタクト技法などを用いて集中力を向上させることが有効であると考えられる<sup>21)</sup>。DIPCA.3尺度とEQS因子との関係について、オープンスキル競技であるバスケットボール競技<sup>14)</sup>では、忍耐力と「自己動機づけ」、闘争心と「状況洞察」、予測力と「自己洞察」、判断力と「リーダーシップ」との間に正の影響がみられ、心理的競技能力と関係のある情動知能因子は、自己対応領域と状況対応領域であった。一方、クローズドスキル競技であるカヌー競技では、闘争心と「自己動機づけ」、闘争心と集中力は「自己コントロール」との間に正の影響がみられ、心理的競技能力と関係のある情動知能因

子は、オープンスキル競技であるバスケットボール競技<sup>14)</sup>同様に自己洞察領域では認められるものの、状況対応領域では認められなかった。オープンスキル競技であるバスケットボール競技はチームプレーが重視される競技種目であり、個人としての技術だけではなく、チーム内の状況に合わせてプレーが必要とされることから<sup>14)</sup>、自己対応領域と状況対応領域が関係しているものと考えられる。しかし、クローズドスキル競技であるカヌー競技はチームプレーや相手の状況に合わせてプレーを行うといったことなどがなく、個人としての技術が重視される競技種目であり、自己の内部における動機づけやコントロールの必要性が求められていることから<sup>17)</sup>、自己対応領域のみ関係していたのではないかと推察される。これらのことから、競技種目によって心理的競技能力と情動知能との関係が異なることが示唆された。そして、DIPCA.3総合得点の高群と低群におけるEQSの9因子の得点について検討した。結果、「状況洞察」において高群は低群よりも高い得点を示した。このことから、DIPCA.3総合得点の高群は「状況洞察」の得点が高いという特徴がみられた。平林<sup>22)</sup>によるとDIPCA.3総合得点は自律した行動(問題に主体的に取り組み、解決へと挑戦し続ける姿勢)の程度を示すものであり、心理的競技能力が高い者は自律した行動をとると述べていることから、DIPCA.3総合得点の高群は変化する状況の意味を正確に理解し、適切に対処することができる能力を示す「状況洞察」の得点が高かったのではないかと考えられる。また、カヌー競技は常に変化する風の強さや方向、水面の波の高さや流れなどの外的な環境に合わせて的確に判断し、ボートの制御やパドルの操作をしなければならぬ<sup>23)</sup>ため、「状況洞察」はカヌー競技において重要な因子であることが考えられる。

以上のことから、クローズドスキル競技であるカヌー競技では、心理的競技能力と情動知能には関係があり、心理的競技能力は情動知能に正の影響を与える

ことが明らかとなった。また、心理的競技能力が高いと情動知能の状況洞察因子も高いという特徴を示すことが明らかとなった。

本研究では、人間力について人間力を評価する尺度として妥当であると報告されている情動知能尺度EQSを用いて、心理的競技能力を評価するDIPCA.3との関係について検討を行った。その結果、心理的競技能力と情動知能には関係があり、心理的競技能力は情動知能に正の影響を与えることが明らかとなった。これらのことから、心理的競技能力を向上させることは情動知能も向上させることとなり、ひいては競技者が求められている人間力の向上にも寄与する可能性を示した。そして、人間力を向上させる方法としては心理的競技能力を向上させるMTの技法を用いることが有効ではないかと考えられる。

これまで心理的競技能力と情動知能との関係については、守屋ほか<sup>14)</sup>のオープンスキル競技であるバスケットボール競技を対象に検討され、心理的競技能力と関係のある情動知能因子は、自己の感情認識とそれに基づき適切な行動をとることができるという自己対応領域と、周囲の状況に応じて適切な対応をとることができるという状況対応領域であった。一方、クロズドスキル競技における心理的競技能力と情動知能との関係についての先行研究は見受けられない。本研究では、カヌー競技を対象にしたクロズドスキル競技において、心理的競技能力が情動知能へ正の影響を与え、心理的競技能力と関係のある情動知能因子は自己対応領域であることが明らかとなった。さらに、心理的競技能力と情動知能を向上させるための方法として、MTの技法を用いることが有効ではないかという知見が得られたことから意義のある研究であると思われる。

今後、心理的競技能力と情動知能との関係について普遍化するためには、様々な競技種目の競技者を対象に標本数を増やして検討する必要がある。また、競技者に対する効果的なサポートのタイミングを検討するためにも、心理的競技能力と情動知能を縦断的に調査し、シーズン前、シーズン中、シーズン後での変化について明らかにすることも重要であると考えられる。

## V. 結 論

本研究の目的は、クロズドスキル競技であるカヌー競技者を対象に心理的競技能力と情動知能との関係と特徴について明らかにすることであった。以下、本研究で明らかになったことをまとめる。

- 1) 「自己洞察」は協調性、「自己動機づけ」は忍耐力と闘争心、「自己コントロール」は忍耐力、闘争心、集中力と自信、「共感性」は忍耐力、闘争心と自信、

「愛他心」は忍耐力、「リーダーシップ」は協調性との間に比較的強い正の相関が示された。

- 2) 「自己動機づけ」は闘争心、「自己コントロール」は闘争心と集中力から正の影響を受けていることが示された。
- 3) DIPCA.3 総合得点の高群は「状況洞察」の得点が高いという特徴がみられた。

以上のことから、クロズドスキル競技であるカヌー競技者では、心理的競技能力と情動知能は関係があり、心理的競技能力は情動知能に正の影響を与えることが明らかとなった。

## 文 献

- 1) 磯貝浩久 (2008) スポーツ心理学事典, 日本スポーツ心理学会 (編), 大修館書店: 東京, pp. 370-371.
- 2) 猪飼道夫 (1971) 体力と気力—健康な身体に健康な精神を—。初等科教育資料, 65, 1-5.
- 3) 徳永幹雄 (2008) ベストプレイへのメンタルトレーニング—心理的競技能力の診断と強化—。大修館書店: 東京, pp. 50-61.
- 4) 徳永幹雄・橋本公雄: 心理的競技能力診断検査 (DIPCA.3, 中学生-成人用) (2000)。トーヨーフィジカル: 東京。
- 5) 徳永幹雄 (2001) スポーツ選手に対する心理的競技能力の評価尺度の開発とシステム化。健康科学, 23, 92-102.
- 6) 岡本昌也・高津浩彰・寺田泰人 (2007) 個人種目選手とチーム種目選手の心理的競技能力。愛知工業大学研究報告, 42, 53-57.
- 7) 立谷泰久・今井恭子・山崎史恵・菅生貴之・平木貴子・平田大輔・石井源信・松尾彰文 (2008) ソルトレイクシティー及びトリノ冬季オリンピック代表選手の心理的競技能力。Japanese Journal of Elite Sports Support, 1, 13-20.
- 8) 辻 昇一・高井秀明・栗山雅倫・楠本恭久・松井幸嗣 (2012) 日本トップリーグにおけるハンドボール選手の心理的競技能力からみた強化方略の検討。日本体育大学紀要, 42(1), 25-33.
- 9) 文部科学省 (2002) 人間力戦略ビジョン新しい時代を切り拓くたくましい日本人の育成—画一から自立と創造へ—, [http://warp.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/286794/www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/14/09/020911.htm](http://warp.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/286794/www.mext.go.jp/b_menu/houdou/14/09/020911.htm), 2002 (2016)。
- 10) 日本オリンピック委員会 (2016) JOC の活動—2014, April-2015, December。株式会社電通, 14.
- 11) 高木英樹・緒形ひとみ・真田 久 (2008) 大学アスリートの持つ人間力の特徴—情動知能尺度 (EQS) からみた—考察—。大学体育研究, 30, 23-33.
- 12) 高木英樹・真田 久・坂入洋石・嵯峨 寿 (2006) スポーツマンに必要な人間力とは何か? 大学体育研究, 28, 33-42.
- 13) 内田喜久雄・島井哲志・宇津木成介・大竹恵子 (2001) EQS マニュアル。実務教育出版: 東京。

- 14) 守屋志保・島本好平・福林 徹・石井源信 (2010) 情動知能が心理的競技能力に与える影響—女子バスケットボール選手を対象として—. スポーツ科学研究, 38(1), 13-24.
  - 15) 高橋哲也・中須賀 巧・赤松喜久 (2010) 注視方略がクロードスキルの運動学習に及ぼす影響. 大阪教育大学紀要第3部門自然科学・応用科学, 59(1), 43-51.
  - 16) 菅生貴之 (2005) スポーツメンタルトレーニング教本. 日本スポーツ心理学会 (編), 大修館書店: 東京, pp. 163-168.
  - 17) 村上貴聡・平木貴子・今井恭子・立谷泰久・平田大輔・須田和也・石井源信 (2010) 心理技法活用尺度の作成—大学生競技者を対象として—. スポーツパフォーマンス研究, 2, 106-120.
  - 18) 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), 1-14.
  - 19) 小塩真司 (2004) SPSSとAmosによる心理・調査データ解析—因子分析・共分散構造分析まで—. 東京図書: 東京, pp. 29-104.
  - 20) 西田 保・佐々木万丈・北村勝郎, 磯貝浩久, 齊藤 茂 (2014) 負けず嫌いとはスポーツ動機づけの理解に向けて. 総合保健体育科学 37(1), 13-21.
  - 21) 石井源信 (2008) スポーツメンタルトレーニング教本. 日本スポーツ心理学会 (編), 大修館書店: 東京, pp. 130-150.
  - 22) 平林弘至 (2005) 運動部活動場面での部員の自律を促す取り組みに関する事例研究—チームとしての集団の発展段階の中で—. 兵庫教育大学大学院学校教育研究科修士論文, 7.
  - 23) アンドラーシュ《アンディ》トロ (1990) カヌー: 高度な技術のすべて. 財団法人日本カヌー連盟, ベースボールマガジン社: 東京, p. 128.
- 

〈連絡先〉

著者名: 藤本太陽

住 所: 東京都世田谷区深沢 7-1-1

所 属: 日本体育大学大学院

E-mail アドレス: taiyofujimoto0125@gmail.com