

北海道における基礎スキー選手の心理的競技能力の特性について

竹田 唯史 ・ 白 佐 俊 憲 (北方圏生活福祉研究所)

抄 録

本研究は、北海道におけるスキー技術選手権大会に出場の基礎スキー選手、およびスキー技術選手権大会に出場していない学生基礎スキー選手を対象として、「心理的競技能力診断検査 (DIPCA.2)」を用いて以下のことを明らかにした。

- ① 基礎スキー選手の心理的競技能力の特性。
- ② 心理的競技能力と競技レベルの関係。
- ③ 学生基礎スキー選手の心理的競技能力の特性。
- ④ 基礎スキー選手のメンタルトレーニングの現状。

キーワード：心理的競技能力，DIPCA.2，基礎スキー，メンタルトレーニング

I はじめに

スポーツ競技において、試合当日に自己最高の結果を出すことのできる選手もいれば、練習でのパフォーマンスを試合で出すことのできない選手も多い。これは、試合当日に感じるプレッシャーや緊張といった心理的要因がパフォーマンスに影響を与えているからである。そこで、スポーツ選手を対象として様々なパーソナリティー検査が行われ、各スポーツ種目・技術レベル・ポジションなどによって心理的特性の共通性や差異があることが明らかにされている。

スキー運動においても、スキー技術学習と性格特性との関係をモーズレイ性格検査 (MPI) を用いて調べたもの¹⁾²⁾、スキー競技選手の心理的適性を松田ら (1980, 1981)³⁾⁴⁾の開発した体協競技動機検査 (TSMI) によってとらえたもの⁵⁾⁶⁾、徳永らの開発した「心理的競技能力診断検査 (DIPCA.1)」⁷⁾⁸⁾によって全日本のナショナルチームのスキージャンプ選手の心理的特性を明らかにしたもの⁹⁾などがある。

筆者らは、スキー技術選手権大会北海道予選 (以下、技術選)に出場した者のうち、決勝進出者33名 (男子25名、女子8名)を対象として、徳永らの開発した「心理的競技能力診断検査 (DIPCA.2)」¹⁰⁾を実施し、基礎スキー選手の心理的競技能力の特性を明らかにした¹¹⁾。そこにおいて、基礎スキー選手は、自己実現意欲・集中力・闘争心・忍耐力が高い値を示し、予測力・判断力・リラクセス能力・自信が低い値であった。また、全国大会出場選手は、非出場選手よりもすべての尺度において点数を上回り、多くの尺度で有意な差が認められた、など

の結果を得た。しかし、そこにおいては、研究対象の調査数が少なかったことや、決勝に進出していないより下位の選手との比較などが課題としてあげられた。そこで、本研究では、前研究をさらに発展させ、北海道におけるスキー技術選手権大会出場者全体へと研究対象を広げ、徳永らの開発した「心理的競技能力診断検査 (DIPCA.2)」を実施し、以下のことを明らかにすることを目的とする。

- ① 基礎スキー選手の心理的競技能力の特性を把握する。また、男女間の差異を探る。
- ② 上位者と下位者といった競技レベルと心理的競技能力の得点の関係を分析する。
- ③ スキー技術選手権大会には参加していないが、基礎スキーを競技として行っている学生基礎スキー選手の心理的競技能力の特性を把握し、技術選出場者との比較を行う。
- ④ 基礎スキー選手のメンタルトレーニングや心理的コンディショニングに関する現状を把握する。

II 方 法

1. 対象

対象は、全日本スキー技術選手権大会北海道予選 (1999年2月4～6日)の出場者240名中103名 (男子75名、女子28名)とし、そのうち上位43名 (男子29名、女子14名)は、北海道スキー連盟指定強化選手であった。

また、学生基礎スキー選手に関しては、北海道学生基礎スキー連盟に登録の大学生82名 (男子70名、女子12名)を対象とした。

2. 調査期間

技術選出場者に関しては、1999年12月3～5日の北海道スキー連盟指定強化選手合宿、および2000年1月2～4日のハイテク・チャレンジキャンプにおいて行った。

学生基礎スキー選手に関しては、1999年12月20～21日の北海道学生基礎スキー連盟合同合宿で行った。

3. 調査内容と方法

心理的競技能力の分析を行うため、徳永らの開発した「心理的競技能力診断検査 (DIPCA.2, 中学生～成人用)」¹⁰⁾を実施した。これは競技場面でスポーツ選手に必要な心理的な能力に関する52項目の質問から構成され、12尺度 (忍耐力, 闘争心, 自己実現意欲, 勝利意欲, 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) とLie Scale (嘘尺度) に分類される。さらに、12尺度は5因子 (競技意欲, 精神の安定・集中, 自信, 作戦能力, 協調性) に大別される。12尺度と5因子の関係は表1に示したとおりである。

調査にあたっては、筆者がテストの方法を説明後、各々を実施・採点を行わせた。基礎スキー競技に照らし合わせて回答するように求めた。

Ⅲ 結果と考察

1. 基礎スキー選手の心理的競技能力の特性

表2は、北海道スキー技術選手権大会出場者103名 (男子75名, 女子28名) を対象に行った心理的競技能力診断検査の結果を表したものである。各尺度・因子・総合得

点の平均および標準偏差と男女間のt検定の結果を全体・男女別に示した。

各尺度の数値をみると、全体において得点が最も高いのは、自己実現意欲 (18.4点) であり、ついで、闘争心 (16.3点), 集中力 (15.8点), 忍耐力 (15.7点) が高い得点を示した。一方、最も低い値を示したのは、リラックス能力 (12.7点), 予測力 (13.0点) であり、ついで、判断力 (13.1点), 自信 (13.6点) が続いている。男女別にみても、同様な傾向を示した。これらの傾向は、前回の筆者らの報告 (1999)¹¹⁾ とほぼ一致し、また蓑内ら (1997)⁹⁾ の日本代表レベルのスキージャンプ選手の結果や、徳永ら (1995)¹²⁾ の全日本柔道連盟強化選手の結果とも類似するものであった。

男女間においては、リラックス能力において女子の方がわずかに高い傾向 ($P < .10$) を示したが、決断力・予測力・判断力においては、男子の方がわずかに高い傾向 ($P < .10$) を示した。

2. 競技レベルにおける考察

表3は技術選出場選手のうち、上位選手である指定強化選手と、そうではない非指定強化選手についての各尺度・因子・総合得点の平均および標準偏差とt検定の結果である。協調性と自己実現意欲に関しては、両者に有意な差は見られなかったが、他の尺度に関しては、すべて指定強化選手の方が有意に高い値であった。なかでも、自信・リラックス能力・集中力・闘争心において、非常に高い有意差 ($P < .001$) がみられた。

男女別に見ると (表4), 男子においては、自己実現意欲・勝利意欲・協調性において有意な差は見られなかったが、その他の尺度・因子において指定強化選手の

表1 心理的競技能力の尺度と因子の関係

因子	尺度
1. 競技意欲	①忍耐力, ②闘争心, ③自己実現意欲, ④勝利意欲
2. 精神の安定・集中	⑤自己コントロール能力, ⑥リラックス能力, ⑦集中力
3. 自信	⑧自信, ⑨決断力
4. 作戦能力	⑩予測力, ⑪判断力
5. 協調性	⑫協調性

各尺度は20点満点で高得点になるほど、下記の傾向が強くなる。

- ①忍耐力…がまん強さ, ねばり強さ, 苦痛に耐える。
- ②闘争心…大試合や大事な試合での闘志やファイト。
- ③自己実現意欲…可能性への挑戦, 主体性, 自主性。
- ④勝利意欲…勝ちたい気持ち, 勝利重視, 負けず嫌い。
- ⑤自己コントロール能力…自己管理, いつものプレイ, 身体的緊張のないこと, 気持ちの切り換え。
- ⑥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。

- ⑦集中力…落ち着き, 冷静さ, 注意への集中。
- ⑧自信…能力・実力発揮・目標達成への自信。
- ⑨決断力…思いきり, すばやい決断, 失敗を恐れない決断。
- ⑩予測力…作戦の的中, 作戦の切り換え, 勝つ為の作戦。
- ⑪判断力…的確な判断, 冷静な判断, すばやい判断。
- ⑫協調性…チームワーク, 団結心, 協力, 励まし。
- ⑬Lie Scale…検査結果の信頼性。

表2 基礎スキー選手（北海道）の心理的競技能力（全体、男子、女子）

対象人数 尺度及び因子	全体 (n = 103)		男子 (n = 75)		女子 (n = 28)		t 検定
	M	S D	M	S D	M	S D	
1. 忍耐力	15.7	3.12	15.7	3.21	15.8	2.84	
2. 闘争心	16.3	3.36	16.2	3.15	16.4	3.86	
3. 自己実現意欲	18.4	2.28	18.2	2.52	18.8	1.39	
4. 勝利意欲	14.3	3.41	14.3	3.26	14.3	3.78	
5. 自己コントロール能力	15.1	3.26	15.1	3.04	15.1	3.78	
6. リラックス能力	12.7	4.08	12.4	4.05	13.6	4.02	△
7. 集中力	15.8	2.77	15.6	2.62	16.3	3.09	
8. 自信	13.6	3.44	13.5	3.53	13.6	3.21	
9. 決断力	13.9	3.48	14.2	3.21	13.0	4.00	△
10. 予測力	13.0	3.14	13.3	2.97	12.3	3.44	△
11. 判断力	13.1	3.30	13.4	3.17	12.2	3.46	△
12. 協調性	15.5	3.84	15.7	3.59	14.9	4.4	
I. 競技意欲	64.7	8.87	64.4	9.06	65.3	8.29	
II. 精神の安定・集中	43.6	8.86	43.1	8.53	45.0	9.54	
III. 自信	27.5	6.45	27.7	6.33	26.6	6.68	
IV. 作戦能力	26.1	6.09	26.7	5.75	24.5	6.65	△
V. 協調性	15.5	3.84	15.7	3.59	14.9	4.40	
総合得点	177.4	23.75	177.6	22.80	176.3	26.09	
Lie Scale	18.8	1.37	18.7	1.33	19.1	1.43	

総合得点はLie Scale得点を除いた12尺度の合計である。M = 平均値, SD = 標準偏差。△p < .10

表3 競技レベル（指定強化選手と非指定強化選手）と心理的競技能力の関係（全体）

対象人数 尺度及び因子	指定強化選手 (n = 43)		非指定強化選手 (n = 60)		t 検定
	M	S D	M	S D	
1. 忍耐力	16.5	3.11	15.2	3.02	*
2. 闘争心	17.5	2.45	15.4	3.63	***
3. 自己実現意欲	18.6	1.70	18.2	2.61	
4. 勝利意欲	14.9	3.32	13.9	3.41	△
5. 自己コントロール能力	16.1	2.79	14.4	3.38	**
6. リラックス能力	14.7	3.41	11.3	3.95	***
7. 集中力	16.9	2.78	15.1	2.52	***
8. 自信	15.4	2.84	12.3	3.23	***
9. 決断力	15.0	3.14	13.1	3.50	**
10. 予測力	13.8	3.01	12.5	3.11	*
11. 判断力	13.8	3.17	12.6	3.29	*
12. 協調性	15.5	4.19	15.5	3.58	
I. 競技意欲	67.5	7.40	62.7	9.27	**
II. 精神の安定・集中	47.7	8.03	40.8	8.30	***
III. 自信	30.4	5.66	25.4	6.14	***
IV. 作戦能力	27.6	5.86	25.1	6.03	*
V. 協調性	15.5	4.19	15.5	3.58	
総合得点	188.7	22.23	169.5	21.42	***
Lie Scale	18.9	1.32	18.7	1.40	

***p < .001, **p < .01, *p < .05, △p < .10

表4 競技レベル（指定強化選手と非指定強化選手）と心理的競技能力の関係（男女別）

尺度及び因子	対象人数		指定強化選手(男) (n = 29)		非指定強化選手(男) (n = 46)		t 検定	指定強化選手(女) (n = 14)		非指定強化選手(女) (n = 14)		t 検定
	M	S D	M	S D	M	S D		M	S D			
1. 忍耐力	16.4	3.49	15.3	2.96	△	16.6	2.09	15.0	3.23	△		
2. 闘争心	17.5	2.39	15.4	3.29	***	17.4	2.58	15.4	4.58	△		
3. 自己実現意欲	18.6	1.83	18.0	2.84		18.8	1.37	18.9	1.41			
4. 勝利意欲	14.7	3.31	14.1	3.20		15.3	3.30	13.3	3.95	△		
5. 自己コントロール能力	15.9	2.71	14.6	3.12	△	16.5	2.92	13.7	4.03	*		
6. リラックス能力	14.5	3.23	11.1	3.97	***	15.1	3.71	12.1	3.78	*		
7. 集中力	16.7	2.43	15.0	2.52	**	17.3	3.35	15.4	2.47	△		
8. 自信	15.8	2.91	12.1	3.12	***	14.6	2.50	12.7	3.55	△		
9. 決断力	15.9	2.77	13.1	2.99	***	13.1	3.01	13.0	4.80			
10. 予測力	14.3	2.90	12.7	2.85	*	12.9	3.02	11.7	3.73			
11. 判断力	14.2	3.13	12.9	3.08	*	12.9	3.04	11.5	3.72			
12. 協調性	16.1	3.89	15.5	3.37		14.3	4.53	15.4	4.19			
I. 競技意欲	67.2	8.09	62.8	9.21	*	68.1	5.66	62.6	9.45	*		
II. 精神の安定・集中	47.1	7.68	40.7	8.11	***	48.9	8.60	41.2	8.87	*		
III. 自信	31.7	5.38	25.2	5.55	***	27.7	5.22	25.7	7.75			
IV. 作戦能力	28.5	5.65	25.6	5.51	*	25.8	5.84	23.2	7.16			
V. 協調性	16.1	3.89	15.5	3.37		14.3	4.53	15.4	4.19			
総合得点	190.6	22.75	169.8	18.82	***	184.8	20.57	168.1	28.30	△		
Lie Scale	18.8	1.31	18.6	1.33		19.1	1.30	19.1	1.55			

***p<.001, **p<.01, *p<.05, △p<.10

表5 学生基礎スキー選手（北海道）の心理的競技能力（全体，男子，女子）

尺度及び因子	対象人数		全体 (n = 82)		男子 (n = 70)		女子 (n = 12)		男女差 t 検定	技術選出場者との比較		
	M	S D	M	S D	M	S D	全体 t 検定	男子 t 検定		女子 t 検定		
1. 忍耐力	14.7	3.28	14.6	3.36	15.4	2.63		*	△	△		
2. 闘争心	14.0	3.88	13.9	4.04	14.7	2.69		***	***	*		
3. 自己実現意欲	16.8	2.87	16.6	3.00	17.4	1.89		***	***	*		
4. 勝利意欲	13.3	3.28	13.6	3.12	11.8	3.68	△	*	△			
5. 自己コントロール能力	14.4	3.27	14.5	3.19	13.8	3.65		△				
6. リラックス能力	11.6	4.06	11.6	3.95	11.8	4.63		*				
7. 集中力	15.0	3.21	14.9	3.17	15.3	3.39		*	△	***		
8. 自信	11.5	3.15	11.7	3.25	10.3	2.13	*	***	***			
9. 決断力	12.4	3.14	12.3	3.24	13.2	2.37		**	***	*		
10. 予測力	11.6	3.29	11.8	3.30	10.3	2.89	△	**	**			
11. 判断力	12.6	3.30	12.8	3.36	11.7	2.69				*		
12. 協調性	16.5	3.24	16.4	3.38	17.0	2.16		*		*		
I. 競技意欲	58.8	9.89	58.7	10.28	59.3	7.17		***	***			
II. 精神の安定・集中	41.0	9.24	41.0	9.04	40.9	10.29		*	△	*		
III. 自信	23.9	5.68	24.0	5.95	23.5	3.68		***	***			
IV. 作戦能力	24.2	6.00	24.6	6.05	22.0	5.12	△	*	△	*		
V. 協調性	16.5	3.24	16.4	3.38	17.0	2.16		*		*		
総合得点	164.4	24.42	164.7	25.4	162.7	17.50		***	***			
Lie Scale	19.1	1.44	19.0	1.51	19.9	0.28						

***p<.001, **p<.01, *p<.05, △p<.10

方が有意に高い値を示した。特に、闘争心・リラックス能力・自信・決断力において、非常に高い有意差 ($P < .001$) がみられた。

女子においては、男子ほど多くの有意な差は見られなかったが、自己コントロール能力・リラックス能力などに有意な差 ($P < .01$) がみられた。

これらの結果から、上位選手と下位選手においては、自己実現意欲・協調性は大差ないが、自信・リラックス能力・集中力・闘争心・決断力などが上位選手の方が非常に優れているといえる。女子においてはこの傾向は、少ないが、男子においては、この差は大きい。

3. 学生基礎スキー選手の心理的競技能力特性と技術選出場者との比較

表5は、スキー技術選に参加していない学生基礎スキー選手の各尺度・因子・総合得点の平均および標準偏差とt検定の結果である。全体では、自己実現意欲(16.8点)、協調性(16.5点)、集中力(15.0点)、忍耐力(14.7点)の順で高得点であった。一方、自信(11.5点)、予測力(11.6点)、リラックス能力(11.6点)などが低い値であった。男女別にみると、自信 ($P < .05$)、勝利意欲 ($P < .10$)、予測力 ($P < .10$) などにおいて男子の方が有意に高い値であった。

技術選出場者(表2)と比較してみると、協調性において学生基礎スキー選手の方が有意に高い値を示した ($P < .05$)。これは、学生基礎スキー選手のほとんどは、各大学のクラブに所属しており、個人種目としての勝利よりも、クラブとしての和を大切にしていることがうかがえる。その他の尺度・因子においては、技術選出場者の方が高い値を示した。中でも、闘争心・自己実現意欲・自信において非常に高い有意差 ($P < .001$) がみられた。これらの点が学生基礎スキー選手に不足している心理的競技能力といえる。

4. メンタルトレーニングに関する現状

ここでは、調査用紙の頁末のメンタルトレーニングに関する調査項目を利用し、基礎スキー選手のメンタルトレーニングや心理的コンディショニングの現状を把握す

る。

「試合前にメンタルトレーニング(イメージトレーニング)をしたことがありますか」という問いに対しての技術選出場者の結果を表6にまとめた。全体では、「いつもする」20名(19.4%)、「ときどきする」20名(19.4%)、「したことはない」38名(36.9%)、「無回答」25名(24.3%)であった。

競技レベル別に見てみると、指定強化選手では、「いつもする」15名(34.9%)、「ときどきする」10名(23.3%)、「したことはない」8名(18.6%)、「無回答」10名(23.3%)であった。

非指定強化選手では、「いつもする」5名(8.3%)、「ときどきする」10名(16.7%)、「したことはない」30名(50.0%)、「無回答」15名(25.0%)であった。

以上の結果から、指定強化選手の方が圧倒的にメンタルトレーニングを行っている割合が多いといえる。

「いつもする」「ときどきする」の計40名のメンタルトレーニングの内容を調査してみると、試合前や就寝前にスキー動作のイメージや滑走状態を思い浮かべるといったイメージトレーニングに関する者が、32名で最も多く、ついで、リラクゼーション法を行う者が2名、呼吸法が1名、無回答が5名であった。前回の調査では、リラクゼーション法や呼吸法といった専門的なメンタルトレーニングを行っている者はいなかったが、今回は、3名が行っていた。

「メンタルトレーニング」をしてみたいかという質問に対しては、「ぜひしてみたい」54名、「チャンスがあればしてみたい」33名、「今のところ必要ない」5名・「無回答」11名であった。この結果から前回の調査同様に、基礎スキー選手においては、メンタルトレーニングに対する関心が非常に高いといえる。養内ら(1997)のスキージャンプ選手の調査結果においても同様な傾向がみられた⁹⁾。

IV ま と め

本研究は、北海道におけるスキー技術選手権大会に出場の103名(男子75名、女子28名)および、スキー技術

表6 メンタルトレーニングの現状

	全体		指定強化		非指定強化	
	人数	(割合) %	人数	(割合) %	人数	(割合) %
いつもする	20	19.4	15	34.9	5	8.3
ときどきする	20	19.4	10	23.3	10	16.7
したことはない	38	36.9	8	18.6	30	50.0
無回答	25	24.3	10	23.3	15	25.0
合計	103	100.0	43	100.1	60	100.0

選手権大会に出場していない学生基礎スキー選手82名(男子70名, 女子12名)を対象として, 心理的競技能力診断検査(DIPCA.2)を用いて, 心理的競技能力の特性を把握した。また, 心理的競技能力と競技レベルの関係, およびメンタルトレーニングの現状を明らかにすることを目的とした。その結果, 次のような結論を得た。

① 北海道におけるスキー技術選手権大会出場選手は, 自己実現意欲・闘争心・集中力・忍耐力が高い値を示し, リラックス能力・予測力・判断力・自信が低い値であった。これは, 前回の筆者らの調査, および全日本レベルのスキージャンプ選手, 柔道選手と類似な傾向であった。男女別でも同様な傾向がみられた。

② スキー技術選手権大会における上位選手である指定強化選手とそうではない非指定強化選手間においては, 協調性と自己実現意欲に関しては, 有意な差はなかったが, 他の尺度においてすべて指定強化選手の方が高い値を示した。とくに, 自信・リラックス能力・集中力・闘争心において非常に高い有意差であった。

③ スキー技術選手権大会に参加していない学生基礎スキー選手においては, 自己実現意欲・協調性・集中力・忍耐力の順で高い値を示した。自信・予測力・リラックス能力が低い値であった。また, スキー技術選手権大会出場者と比べ, 協調性は高い値を示したが, 他の尺度に関してはすべて低い値となった。

④ 基礎スキー選手の約4割がメンタルトレーニングを行った経験があった。指定強化選手の方が, 非指定強化選手より多く行っていた。メンタルトレーニングの内容は, イメージトレーニングが圧倒的に多かった。また, 多くの者が, メンタルトレーニングに関心をもっていた。

今後の課題としてあげられるのは, 今回の対象は北海道における基礎スキー選手を中心に行ったが, 他スポーツ種目の研究でも行われているように, 全国大会で活躍する選手の心理的競技能力の特性を明らかにする必要がある。これによって, より正確に多種目との対比が可能となり, また, 北海道の基礎スキー選手の心理的競技能力の特性を, より的確にとらえることができるからである。

謝 辞

本研究を行うにあたり, スキー技術選手権大会出場選手, および学生基礎スキー連盟所属の学生基礎スキー選手の皆様には, 「心理的競技能力診断検査」に協力していただき, 誠にありがとうございました。ここに記して感謝申し上げます。

なお, 本研究は, 平成11年度北海道女子大学北方圏生活福祉研究所研究費によって実現したものであり, 併せ

て感謝の意を表します。

参考・引用文献

- 1) 新井節男・伊藤文雄・高橋治男: 性格特性の変化からみたスキー実習の成果, 体育学研究日本体育学会第20回大会大会号14-5, p.317, 1969
- 2) 渡辺孝嗣: スキー技術習得と性格特性に関する研究, 工学院大学研究論集17, pp.209-228, 1979
- 3) 松田岩男: スポーツ選手の心理的適性に関する研究-第1報, 第2報-, 昭和55年度日本体育協会スポーツ科学研究報告, 1980
- 4) 松田岩男: スポーツ選手の心理的適性に関する研究-第3報-, 昭和56年度日本体育協会スポーツ科学研究報告, 1981
- 5) 北村辰夫: TSMIからみたユニバーシアードスキー競技日本代表選手の心理的特性について, 桜門体育学研究26, pp.1-9, 1992
- 6) 北村辰夫: TSMIからみたオリンピックスキー競技日本代表選手の心理的特性について, 日本大学人文科学研究所紀要45, pp.217-229, 1993
- 7) 徳永幹雄: スポーツ選手の心理的競技能力の診断とトレーニングに関する研究, 平成2年度文部省科学研究費(一般研究B)研究成果報告書, 九州大学健康科学センター, pp.1-159, 1991
- 8) 徳永幹雄・橋本公雄: スポーツ選手の心理的競技能力のトレーニングに関する研究(4)-診断テストの作成-, 健康科学10, pp.73-84, 1988
- 9) 蓑内豊・佐々木敏・角田和彦・内田英二・上村浩信: スキージャンプ選手における心理的競技能力の特性について, 北海道体育学研究32, pp.9-14, 1997
- 10) 徳永幹雄: 心理的競技能力診断検査(DIPCA2)-手引き, KKトーヨーフィジカル, pp.1-29, 1995
- 11) 白佐俊憲・竹田唯史・蓑内豊: 基礎スキー選手における心理的競技能力の特性について-全日本スキー技術選手権大会北海道予選・決勝出場選手を中心として-, 北海道女子大学短期大学部研究紀要36, pp.19-25, 1999
- 12) 徳永幹雄・細川伸二・西田孝宏・高橋幸治・小野沢弘史・村松成司: 全日本柔道連盟強化選手の心理的競技能力に関する研究, 柔道科学研究3, pp.9-21, 1995

[2000年3月31日受理]

Traits of Psychological Performance Levels in Technical Ski Competitors in Hokkaido

Tadashi Takeda Toshinori Shirasa Northern Regions Research Center for Human Service Studies

Abstract

The purpose of this study was to clarify the traits of psychological performance levels in Technical Ski Competitors and the university skiers in Hokkaido and to examine the relations between the traits of them. The subjects were 103 Technical Ski Competitors and 82 university skiers. The results obtained were summarized as follows:

(1) High score scales of the traits of Technical Ski Competitors were self-actualization, fighting spirit, concentration and patience.

Low score scales of the traits were relaxation, prediction and judgment and confidence.

(2) There were significant relationship between the traits and the performance levels, in particular confidence, relaxation, concentration and fighting spirit.

(3) High score scales of the traits of the university skiers were self-actualization, cooperation, concentration and patience.

Low score scales of the traits were confidence and prediction

All scales were lower than the one of Technical Ski Competitors.

(4) One third of the Technical Ski Competitors use original mental training methods and almost all of them are interested in mental training.

Key words : psychological performance levels, DIPCA.2, Technical Ski Competitors, mental training