

あ が り の 研 究

中 間 報 告

〔質問紙調査法による研究〕

財団法人 日本体育協会

東京オリンピック選手強化対策本部

あがりの研究

スポーツ科学研究委員会
心理部会

一般に、いわゆるあがりの現象にはいろいろな種類があり、人によってそのあがり方が千差万別である。しかも、あがり表われる状況についての分析がなされていないために、あがりの発生する場面と、それにたいする行動様式とを詳しく特徴づけることが困難である。したがって、記録を低下させるあがりと記録を上昇させるあがりとがあるように、あがりの内容や範囲には常に複雑な矛盾が見出されるのである。

そこで、当委員会では、あがりを「過度の興奮のために予期した通りにプレーできず、記録が低下した状態」として定義し、ローマ・オリンピック大会へ出場した日本代表選手約150名を被験者として研究することにした。

〔研究手続き〕あがりの現象を分析し記述するだけでなく、あがりに影響する他の要因を明らかにするために、以下の如き調査項目を設定した。

1. 基本的パーソナリティ

あがるかあがらないかということは、パーソナリティあるいは性格と非常に関係が深い。

そこで、パーソナリティを以下の2つの面から捉えることにした。

(A) 体質——別紙の小坂動態的体質評定用紙によって、自己評価させた。

(B) 性格——社会的内向、思考的内向、抑鬱性、のんきさ、一般的活動性、支配性、劣等感、神経質、客観性、愛想、協調性、などの性格特性を、矢田部——ギルフォード自己診断用紙によって調査した。

2. 試合態度

試合にのぞむ際の心のかまえとして、以下の諸要因があげられる。

(A) 新聞や雑誌などのマス・コミの批評を気にする。(質問)

(B) 国、郷土、母校の代表としての役割りを

自覚し、その過度の責任感にもとづく悲壮感の有無、あるいは強い代表意識や英雄的存在としての自負の程度。(質問)

(C) 自信および劣等感の程度にもとづく自我水準。(面接)

(D) 入賞や予選通過の見込みなどの要求水準。(質問)

(E) 自分自身と相手とのいずれと戦うか、あるいはただ記録への挑戦であるかという対敵観、さらに、練習即試合かあるいは勝負師として自認しているかという試合観。(質問)

(F) 勝敗にたいする感動性の有無ないしその程度、勝敗かあるいは試合経過の快、不快のいずれかの力点の置き方、などの試合の結果観。(質問)

3. あがった時の試合場面

ここで取り上げる試合場面とは、あがった時に各選手が感得した環境の諸条件であり、それらの内面化である。

(A) 会場の雰囲気、これにはまず、審判が公正であったか否か、親近感があったか、あるいは敵意があったかということと、次に観衆の雰囲気、さらには試合の運営方法の巧拙などがあげられる。(面接)

(B) 競技会の現実場面で相手の姿がどのように映ったか、つまり、相手が気になる、好調に見える、相手が大きく見えるなどの相手観。(面接および質問)

(C) 競技会の現実場面におけるコンディションの自己評価。(面接)

(C) 所属しているチームの雰囲気、規律、組織、統一など選手の行動様式を律している要因。(面接)

4. あがりの現象

ここでは、あがりを現象的に捉えるために、あがりの直接的な記述項目を以下のように設定し

た。

A 試合場面

(A) 自分自身あがり易いと思っている、あがったらいけないと常に思っている、あがるかもしれないと不安に思う、適度にあがった方がよいと思う、などのあがり観。(質問)

(B) あがりのきっかけとなり、あがりを促進したことがら。(面接)

(C) あがった時期。(面接)

(D) あがったときの感じ。(質問)

(E) 主観的なあがり方とその外観およびそのときの成績。(面接)

(F) 従来におけるあがりの経験的变化。(面接)

B あがりの前段階の状態 (面接)

精神身体医学的な症候の有無および自覚症状の開始時期とその持続時間。

C 試合場面以外、とくに日常生活であがる場合 (面接)

5. 対 策

試合であがるために十分に技能を発揮できない選手は、日常生活や練習のさいに、いかなる対策を講じているかということが重要な問題となる。以下において、それらに關係する諸項目をあげた。

(A) 日常生活での対策。(面接)

(B) トレーニングおよびコンディショニングのさいの対策。(面接)

(C) 試合場面での直接的な対策。(面接)

(D) 試合場面であがったときの二次的(代償的)な技能の工夫。(面接)

(E) 座右の銘、ジックス、マスコットの有無および内容。(面接)

(F) コーチの助言、暗示、および注意の効果。(面接)

(G) 対策の成功ないし失敗。(質問、面接)

《研究方法》

以上の諸項目を調査研究する方法として、まず質問紙調査法によって資料の蒐集が可能な項目と、面接法によって深層にわたって分析を必要とする項目とに分類した。上述の各項目の末尾に附記してある質問・面接の文字は、かかる意味から

分類した記号である。ただし、項目によって画然と分けられないものがかなりあったので、これらを重複させて調査の正確を期することにした。しかし、ここでは質問紙調査は面接のための基礎資料としての役割りをもつことになる。

さらに、ローマ大会に出場した各競技団体の監督あるいはコーチに依頼し、各選手の精神的な面について以下のような項目の所見を記入してもらった。

(1) コーチから見て、過度の興奮のためにコーチの期待や指示通りプレーできず、そのために記録が低下した選手。

(2) 選手自身の内省で、気分を統一してプレーに熱中することができなかった選手。

(3) コーチからみて精神的に不安定な選手。

(4) 特に心理学的見地より、性格の分析を必要とする選手。

これらのうち、(1)と(2)はあがりと表裏をなす項目であり、この項目に該当した選手は、コーチ所見としてあがった選手のカテゴリーに入るといえよう。なお、これらの項目の補足事項について、コーチに記入をお願いした。

今回の報告では、質問紙調査の結果を述べ、今後の面接のさいの手がかりを得ようとするものである。

1. 質問紙(アンケート)の作成、および実施方法

質問内容は、上述の項目の中から比較的調査の主旨が徹底でき、容易に応答可能で、記入が容易にでき、しかも整理し易いものについて、別紙の如き質問紙を作成し、郵送によってアンケートをもとめた。

被調査者は、ローマ・オリンピック大会派遣選手全員である。ただし、回答人員は86名であった。

アンケートは28の項目にたいする自己診断であり、これにコーチおよびチーム・ドクターの所見がつけ加えられた。

2. アンケートの整理方法

集計したアンケートの量化

アンケートは項目によって2件法から5件法に

わたっており、おのおのについて、最もあがる程度を助長すると思われる選択肢に5点をあたえるようにし、あがり助長する程度の最も少ないと思われるものに1点を、その中間と思われるものに3点をあたえるように換算した。なお、少数ではあるが4件法の場合には、5, 3.6, 2.3, 1の点をアンケートの選択肢にあたえて重みづけをした。

〔おこなった処理〕

I. 自己診断にもとづいて、A アガッタ、B アガラナカッタ、C ワカラナイ、の3群に分け、他の質問項目の結果をそれぞれの各群についてまとめた。

II. 自己診断にもとづいて分けた各群ごとに、さらに前述のコーチの所見によって、a アガッタ、b アガラナカッタ、c ワカラナイ、d コーチの所見なしの4つの観点に分けて、1と同様の処理をおこなった。

結 果

1. 自己診断分類による比較考察

自己診断によるA群(アガッタ)、B群(アガラナカッタ)、およびC群(ワカラナイ)の3群のアンケートの各項目についての得点の平均合計は、(表全)のごとく、A群57.8、B群55.1、C群54.5でA群が最もアガリの傾向が強いことがわかる。

さらに、アンケートの各項目ごとに各群の順位得点(得点の高い方から3, 2, 1)をつけ、その総合点を求めると、表のごとく、A群45、B群37、C群36となり、A群が他の2群とくらべてよりアガッタことが、直接判断以外の諸徴候からも確められたといえよう。

1.1 A群(アガッタ群)が他群(特にアガラナカッタB群)と異なる点を以下に列挙する。

(a) この群は、コーチの所見でもアガッタと判定されている。

(b) メダル目標、勝負目標、試合の心がまえなどにおいてはいずれもわずかながら得点平均が高い。

(c) スポーツ以外の場面においても、その差はわずかながら"アガル"程度は最高であった。

(d) ふだんの試合ではまれに"あがる程度"

だが(註)、他の群よりは点が高かった。

(e) その反面、A群の多くのものはB群とくらべて"アガラナイ"ように工夫しており、工夫した者は他の群とくらべて"ややうまくいった"と思っているが、この点については深層面接によって検討することが必要である。

(f) この群のものは、他の大多数の選手も"アガッタ"と見ており、他の群の選手はアガリ方が大会期間を通じて変らなかったとしているのに"自分はやや落ち着く傾向にあった"と判断している。

(g) マス・コミに対しては、ローマについてから一番注意して(気にして)読んだのがA群であった。

以上のような諸特性から"アガッタ"ことを自認したA群は、相対的に自己評価が高く、緊張し易い気質で、他人の言動が気になる傾向があるようで、このようなことがらは常識的な推測と一致している。このことは水泳選手にもあてはまることである。つまり、アンケートの回答のあった18名中11名が自己判断で"アガッタ"いるが、これにはマス・コミの影響を無視することができないように思われる。

1.2 C群(アガッタか否かワカラナイ群)について

C群はアガリについてのコーチの所見や、ふだんの試合、工夫の効果、他の選手のアガリなどの各項目については、A・B両群の中間に位しているが、メダル目標、勝負目標、試合の心がまえ、会場の設備、試合進行などの各項目については両群よりも低かった。このようなことから、C群は勝敗にたいして、やや消極的な傾向を示しているように思われる。しかし、"アガリに対する工夫"が他の群より大きいのは、この群にふくまれる選手の性格が内面的でひかえ目な特性の現れであるように思われる。

以上のようなことから、各群にはそれぞれ特有な傾向があるといえよう。

さらにこれらのことを各群別にコーチの所見に

(註) 被調査者は、オリンピック派遣選手で、国内ではつねに最高水準にあるので、ふだんの試合では、あまり"アガラナイ"のはある程度当然のように思われる。

もとずいて分類し、考察することにする。ただし、コーチ所見の回答が低かったので、十分な資料にもとずいた分析ができなかった。しかし、将来への研究の手がかりをうるものとして意義があったといえよう。

II. A, B, C 各群のコーチ所見分類による比較

II, 1 A群 (自己診断でアガッタ群)

この群は調査人員 86 名中 21 名を占め、そのうちコーチ所見で、"アガラナカッタ" 者は 1 名、アガッタ者 4 名、ワカラナカッタ者は 2 名、コーチの所見のない者 14 名 (そのうち 11 名は水泳選手) であった。このようなコーチ所見分類によると、コーチ所見のない群以外の各群の頻数はきわめて小さくなり、そのために比較の意味が損なわれがちである。しかし、今後の研究の手がかりを求めるために、あがりの自己診断による各群を、さらに各群ごとにコーチの所見によって分類し比較した結果を以下に列挙する。(表A)

A群 (自己診断でアガッタ群) 中で、コーチの所見でもアガッタ群 (a) は、コーチ所見でアガラナカッタ群 (b) およびワカラナカッタ群 (c) とくらべて、

- 1) "悲壮感" が若干高い。
- 2) メダル目標、勝負目標、試合の心がまえなどの項目でも他群、特に b 群より高い。
- 3) 大会の経過とともに落ち着く程度が小さい。(つまり "変らない")
- 4) 他の競技会およびスポーツ以外の場面では、他の群とくらべてアガル方とはいえない。
- 5) アガリに対して工夫はしているが、その効果はほとんどない。
- 6) 審判および試合進行への不満は B 群とともにかなり高い。

このほか、附図に示した 13 項目中で a 群は 6 項目、b 群は 3 項目、c 群は 4 項目において他の群とくらべて最もアガリの徴候を示した。また、I と同様な方法で算出した順位得点の合計は、a, b, c の順に 30.5, 23.5, 24.0 であり、さらに、各項目の得点平均の合計は 38.4, 32.8, 31.4 といずれも a 群が最もアガッていることを示している。しかし前述のように事例が少ないの

で、これらの記述は必ずしも調査項目における各群の差異を反映しているものとはいえない。むしろ、競技種目による差異や個々人の性格特性によるのではないかと考えられる。

II, 2 B群 (自己診断でアガラナカッタ群)

この群は、調査人員 86 名中 45 名を占めており、そのうち、a は 8 名、b は 17 名、c は 4 名で、d は 16 名である。これらの各群の中でコーチ所見のない d 群を除いて比較すると、以下のことがらが挙げられる。(表B)

1) B群のなかで a, b, c の 3 群間に著しい差異の見られる項目はほとんどなく、各項目の得点平均の合計も、a, b, c の順に 39.5, 39.9, 38.9 とほぼ等しい。また同様に順位得点合計は、a, b, c の順に 22.5, 26.5, 29.0 であり、得点の最も高い項目数は同様に 2, 2, 5 である。これらの数値は、A群の場合とはその傾向が逆である。

2) メダル目標、工夫の効果、競技場の設備などの各項目については、各群間の差異が見られるが、a と b とがほぼ一致しており、c がこれらのものよりやや離れている。このことは、これらの各項目における各群の得点が "アガリ" に関するコーチ所見とは異った要因に支配されている可能性のあることを示している。

3) しかし、b 群は他の 2 群よりアガリにたいする工夫をしているが、その効果は a, とともに "かえてわらなかった"。

4) "勝負の目標" の項目では、a と b の得点分布が対照的であって、a の方がやや緊張の程度が高いことを示している。これと同様なことは、"試合の心構え" の項目にもわずかではあるが見受けられる。

5) これからの事から、B群の中で、コーチの所見で "アガッタ" と見なされている者は、無意識的にも過度の緊張をしていたと思われる。しかし、審判、試合場の設備、試合の進行にたいして格別の攻撃も見られず、また、工夫の逆効果や順位得点合計からもみられるように、ここで取り上げたあがりを助長する状態がそろっていても、この B 群では必ずしもアガリをもたらしなかったのである。

II, 3 C群(自己診断で"ワカラナイ"群)

この群は、調査人員 86 名中 20 名おり、そのうち、aは5名、bは3名、cは2名、dは10名である。この場合も事例が少ないが、コーチ所見のないd群を除いて比較すると以下のことがらが挙げられる。(表C)

まず、各項目の得点平均の合計は、a、b、cの順に 35.4、35.2、32.7 であり、また同様に最高順位を占めた項目数は 3、4、4 で、a群に格別、アガリを助長する要因が多い徴候がみられない。しかしながら、順位得点の合計では 27.0、26.5、24.5 とa群がわずかに高い。

以下において、項目別に検討すると、a群が最高順位を占めたのは、"勝負目標"、"他の選手のアガリ方"、"ふだんの試合でのアガリ方"などの各項目であって、このことは、a群がA群の全体的な傾向と似ていることを示している。

他方において、b群が最高順位を占めた項目は、"試合の心構え"、"工夫の有無"、"審判にたいする批判"、"試合の進行にたいする批判"などである。また、b群が最低順位をとった項目は、"悲壮感"、"大会経過中のアガリの変化"、"会場の設備"などである。

これらのことから、b群には過度の緊張や攻撃性がみられず、かなり安定した情動を保持していたように見受けられる。これにたいしてa、cの両群には過度の緊張がみられ、私意識つまり自我関与が強くなっている。

II, 4 コーチの所見にもとづく分類

第1表は、自己判断によって分けたA、B、Cの3群と、コーチ所見によって分けたa、b、cの3群とを組合わせた9群の、各項目の得点平均の合計を示したものである。

第1表 9群の項目別の得点平均の合計

	A	B	C
a	38.4	38.9	35.4
b	32.8	39.5	35.2
c	31.4	39.9	32.7

これまでは、A、B、Cの各群を基点として考察を進めてきたが、ここでは、コーチの所見を手がかりとして考察する。第1表によると、a、b、cの分類のいずれにおいてもB群の得点が最大であることがわかる。このことは、自己診断別応答表とはやや異なった結果を示しているが、これは、この応答表のデータからコーチ所見のない16人のd群を除外したためでもある。しかし、直接的な自己診断では、"アガッテイナイ"としても、dを除いたB群が少なくとも"アガリ"をひきおこしやすい状態にあったことを示しているように思われる。このB群が実際に、"アガリ"の状態をいかに自己診断したのかということは、他の資料や面接調査法とも関連してさらに考察すべき問題である。

その他"メダル目標"の項目を基点として、(1)金銀、(2)銅、4位以下、(3)予選通過とそれ以下の3群に分け、各項目についてこれまでと同様な処理をおこなったが、いずれの項目についても群間にいちじるしい差がみられなかった。このことは、自己診断別応答表に見られるように、メダル目標で表わされる要求水準が、全般的に低いためであると考えられる。

〔結 語〕

(1) 当委員会では、あがりの現象の分析および、あがりを助長する諸要因について種々な調査項目を設定した。そのうち、質問紙調査法の可能な項目について、別紙の如き質問紙を作成し郵送法によって調査した。

(2) それとともに各選手についてのコーチ所見の資料をも併せて集めた。

(3) 回収したアンケートは150名中86人であった。種目別には、水泳18、体操4、フェンシング4、ホッケー10、ヨット3、ボート10、陸上競技15、レスリング3、重量挙げ6、バスケットボール8、ボクシング2、射撃3である。

(4) 回収したアンケートは、自己診断による応答で、これを、アガッ、アガラナカッタ、ワカラナイのA、B、C各群に分け、各項目を量化することによって、附図の如きプロフィールとともに比較考察した。

(5) それによると、"メダル目標"、"勝負目標"、"試合の心がまえ"などの項目において、A

群の得点平均の合計が高かった。

(6) さらに、各群ごとにコーチ所見によって、アガリの様相を検討すると、自己診断と同様な傾向がみられた。しかし、アガラナカッタと自己評定したB群がコーチ所見が欠除していた16人を除いたとはいえ、アガりをひきおこしやすい状態にあったことは注目すべきことである。

(7) このような問題があるとはいえ、全般的な傾向として、自己診断通りにA群が量的にも特徴が見られた。しかし、この差が有意であるかいなかは、事例が少ないだけに問題がある。

(8) ここでは、各競技種目別の比較考察がな

されていない。今後においてこのアンケートの整理結果やその他の資料を参考として面接をおこない、それによって深層分析をすることが必要である。

(9) 本アンケートによって得られた一般的な傾向のプロフィールを基として、個々の選手のプロフィールを重ね合わせることによって、その特殊条件追求のいとぐちのいくつかが見出されるであろう。かかる意味から、個々の選手の事例的研究が今後における課題となる。

なお、質問項目のうち自由応答は今回の報告から除いた。

自己診断A (アガッタ) 群の

[表 (A)]

N = 21

- A コーチからみてあがった N=1 (ヨット)
- B コーチからみてあがらなかった N=2 (ボート2)
- - - C コーチからみてわからない N=4 (陸上2, レス・重量各1)
- - - D コーチ所見のないもの……除外 N=14 (水泳11, バスケ・ボクシング射撃各1)

	8	9	10	11	21④	⑤	22	23	24	25	14	15	16	行
	悲 壮 感	メ ダ ル	勝 負	試 合	大会中自分	他 人	ふ だ は	人 だ ん	ス ポー ツ 以 外	工 夫	審 判	観 衆	備 考	
5	もった	金	特定選手	是非勝りたい					よくあがる	かえってわるかった	かえってわるかった	かえってわるかった	かえってわるかった	
4		銀	記録更新	最善	や、あがる	や、あがり易い	や、あがり易い	あがることもある	あがることもある	うまくゆかぬ	や、わるい	や、わるい	まずい	
3	似たもの	銅	自己の力	何も考えず	かわらず	まれにあがる	まれにあがる			ふつう	ふつう	ふつう	や、氣になった	
2		第1位	予選	かなりおちつく	や、おちつく	ほとんどあがらぬ	ほとんどあがらぬ	全然		や、うまく	や、よい	や、よい	うまい	
1	もたぬ	予選	その他	かなりおちつく	かなりおちつく	かなりおちつく	かなりおちつく		した	ひじょうにうまく	ひじょうにうまく	ひじょうにうまく	甚だうまい	
平均得点														合計
a アガッタ	2	3.3	3.8	4.6	2.5	2.5	2	3.4	2	4	3.5	1	3.8	38.4
b アガラヌ	1	2	2.3	3.6	1	3	2	3.6	1	2.3	4	4	3	32.8
c ワカラヌ	1	4	3	3.6	1	2	3.5	4.3	3	1	2	1	2	31.4
a アガッタ	3	2	3	3	3	2	1.5	1	2	3	2	1.5	3	30.5
b アガラヌ	1.5	1	1	1.5	3	3	1.5	2	1	2	3	3	2	23.5
c ワカラヌ	1.5	3	2	1.5	1.5	1	3	3	3	1	1	1.5	1	24.0

自己診断B (アガラナイ) 群の

[表 ⑥] コーチ所見別応答 N=45

○ — ○ a コーチからみてあがった N=8 (陸上2, 重量2, ホッケー4)
 ● - - ● b あがらない N=17 (陸上8, ボート4, ホッケー3, フェンシング, ヨット各1)
 ● ···· ● c わからない N=4 (フェンシング, ヨット, ホッケー, ボート各1)
 ● ···· ● d コーチ所見のないもの.....除外 N=16 (バスケット各2, ボクシング・重量・ボート各1)

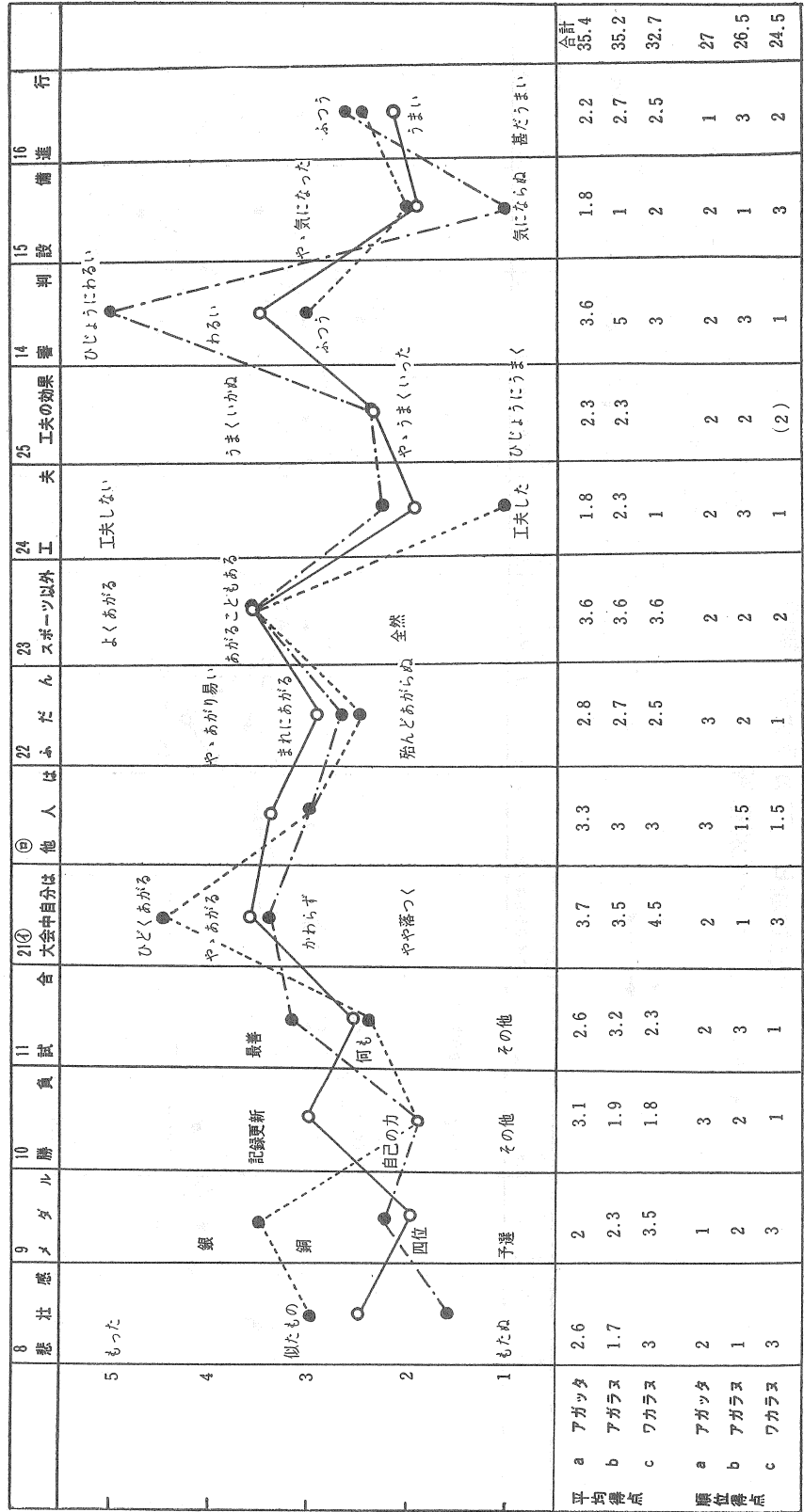
	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	合計
	悲	ダ	勝	負	試合	他人	自分	大会	その他	ふ	だ	ん	スポーツ	以外	工	夫	効果	審	判	行	備	行	計	
5	もった			特定選手	是非勝りたい										工夫しない	夫	かえってわるかった							
4			記録更新																					
3	似たもの	銅			最善																			
2				自己の力																				
1	もたぬ	予選	その他												工夫した	夫								
a	アガッタ	1.9	3.7	4.1	3	3	2.3	3.6	3.6	2	5	3.4	1.5	2.6	38.9									
b	アガラヌ	2.1	3	4	3.5	3	2.8	3.3	3.3	1.2	5	4	1.8	39.5										
c	アガラヌ	2.5	2.3	3.6	3.7	3.5	2.3	3.6	3.6	2	3.6	3.5	3	39.9										
a	アガッタ	1	3	3	1	1.5	1.5	2.5	2.5	2.5	2.5	1	1	22.5										
b	アガラヌ	2	2	2	2	1.5	3	1	1	1	2.5	3	2	26.5										
c	アガラヌ	3	1	1	3	3	1.5	2.5	2.5	2.5	1	2	3	29.0										

自己診断C (ワカラナイ) 群の

[表 ③] コーチ所見別応答

N = 20

- コーチからみてあがった
 - あがらなかった
 - わからぬ
 - わからない
 - コーチ所見のないもの……除外
- N=3 (マラソン, フェンシング, ホッケー各1)
 N=2 (ボート2)
 N=5 (陸上2, フェンシング, 重量, ホッケー各1)
 N=10 (水泳5, 射撃2, 重量, バスケット各1)



スポーツ心理調査表

選手強化対策本部スポーツ科学委員会
心理部会

〔調査のおねがい〕

4年後のオリンピック東京大会を目指していろいろな強化対策活動が行なわれていますが、その一環として大試合での心理状態を調査することになりました。お疲れ御多忙のところ大変恐縮ですが是非御協力いただき、以下の各質問に回答して至急 11 月 15 日までに御返送下さるようお願いいたします。

質問はいくつかのものほかは今回のローマ・オリンピック大会でのあなたの経験について尋ねています。

各質問事項の後に記入方法を指定してありますので、そのとおりに記入して下さい。

なお、回答は集計し数字の形式でしか発表されません。個人の秘密は十分に守られていますから、正直にお答え下さい。

〔質問事項〕

1. 氏名 _____ 2. 性別 男・女 _____ 3. 競技種目及びポジション(具体的に記入のこと) _____

4. 年齢 才 _____ 5. 連絡先 住所 _____

学校名 _____

勤務先 _____

6. (イ) あなたは代表選手に決定してから、新聞・週刊誌・ラジオ・テレビなどで、自分の関係する種目のスポーツ記事・解説などに注意していましたか。
(ロ) ローマに滞在中新聞・週刊誌・ラジオ・テレビなどで、自分の関係する種目のスポーツ記事解説・などに注意していましたか。

《該当欄に○印を記入のこと》

	(1) つとめて見るようにした	(2) ふだんよりよく見るようにした	(3) ふだんとかわらない	(4) ふだんほど見なかった	(5) つとめて見ないようにした
(イ) 決定後					
(ロ) ローマ					

7. あなたは新聞・週刊誌・ラジオ・テレビなどで、自分の関係する種目のスポーツ記事・解説などにより、どう影響されましたか。代表選手決定後とローマ滞在中とに分けて回答して下さい。

《該当欄に○印を記入のこと》

	(1) 非常によい影響があった	(2) ややよい影響があった。	(3) 影響なし	(4) やや好ましくない影響があった	(9) 悪い影響があった。
(イ) 決定後					
(ロ) ローマ					

8. あなたはオリンピック代表選手であるということで、何か悲壮な感じをもちましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) もった。 (2) もたなかった。 (3) その他これと似た感じがあれば、具体的に記入して下さい。

9. あなたは試合に出場する際どれ位いの成績をとりたいと思いましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) 金メダル (2) 銀メダル (3) 銅メダル (4) 4位以下の入賞
 (5) 予選通過 (6) 予選通過もむずかしい。

10. 試合をするにあたって、あなたは何を試合目標としましたか。

《該当番号を○印でかこむこと、二つ以上つけてもよい》

- (1) 特定の相手に勝つこと。 (2) 自己の記録を更新樹立すること。
 (3) 自己の力をためすこと。 (4) その他（具体的に記入のこと）。

11. あなたはどんな心がまえで試合にのぞみましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) 是が非でも勝ちたい。 (2) 最善をつくすだけで勝敗は問題にしない。
 (3) 特に何も考えない。 (4) その他（具体的に記入のこと）

12. 試合終了直後、まさきにどんなことが頭に浮かびましたか。

《簡単に箇条書で記入して下さい》

13. 試合にのぞんで、あなたは観客をどう思いましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (イ) 態度 (1) 非常に好意的であった。 (2) やや好意的であった。 (3) 普通
(4) やや非好意的であった。 (5) 非常に非好意的であった。
- (ロ) 応援・声援 (1) 非常にあった。 (2) ややあった。 (3) ない。
- (ハ) 応援・声援の効果 (1) 非常に効果があった。 (2) やや効果があった。 (3) 効果なし。
(4) やや逆効果があった。 (5) 非常に逆効果があった。

14. 試合中審判の印象はどうでしたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) 非常によかった。 (2) ややよかった。 (3) よくもわるくもなかった。
(4) ややわるかった。 (5) はなはだまずかった。

15. 試合にのぞんで、あなたは試合場の設備などが気になりましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) 非常に気になった。 (2) やや気になった。 (3) 気にならない。

16. あなたは試合の進行の仕方をどう思いましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) はなはだうまい。 (2) うまい。 (3) 普通。 (4) まずい。
(5) はなはだまずい。

17. 試合中あなたの相手の印象はどうでしたか。簡単に箇条書で記入して下さい。

18. 試合中他の選手（外国の選手もふくむ）があがっていると思いましたか。

《該当番号を○印で記入のこと》

- (1) 参加選手全員があがっていると思った。 (2) 大多数の選手はあがっていたが、一部少数の選手はあがっていないと思った。
(3) 一部少数のものはあがっていたが、大部分の選手はあがっていないと思った。 (4) だれもあがっていないと思った。

19. あなたはローマ大会であがりましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) あがった。 (2) あがらなかった。 (3) わからない。

20. あなたがローマ大会であがったときの最も主要な徴候を思い出し、具体的に箇条書で記入して下さい。

21. あなたはローマ大会であがりかたがかわったと思いますか。

《該当番号を○印でかこむこと》

(イ) 予選・決勝と回を重ねるにしたがってかわった。

- (1) かなり落ち着く方向。 (2) やや落ち着く方向。 (3) かわらない。
(4) ややひどくあがる方向。 (5) かなりひどくあがる方向。

(ロ) 他の選手の練習をみてかわった。

- (1) かなり落ち着く方向。 (2) やや落ち着く方向。 (3) かわらない。
(4) ややひどくあがる方向。 (5) かなりひどくあがる方向。

22. あなたはローマ大会以外のふだんの試合であがりやすい方ですか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) 非常にあがりやすい。 (2) ややあがりやすい。 (3) まれにあがる。
(4) 殆んどあがらない。 (5) 全然あがらない。

23. あなたはスポーツ以外のことであがることがありますか。

《該当番号を○印でかこむこと》

- (1) よくあがることがある。 (2) あがることもある。 (3) 全然あがらない。
(4) かわらない。

24. あなたはローマ大会のために特にあがりに対する対策を工夫していましたか。

《該当番号を○印でかこむこと》

(1) 工夫した。 (2) 工夫しなかった。

25. その工夫はうまくいったと思いますか。

《該当番号を○印でかこむこと》

(1) 非常にうまくいった。 (2) ややうまくいった。 (3) うまくいかなかった。

(4) かえって悪かった。

26. 工夫された内容を簡条書で記入して下さい。



27. ローマ大会を省みて、いま何をもっとも強く感じておられますか。簡条書でも結構ですから御記入願います。

28. この種の調査を必要と思いますかどうか。

《該当番号を○印でかこむこと》

(1) 是非必要。 (2) やや必要。 (3) 必要でも不必要でもない。 (4) やや不必要。

(5) 全然不必要。 (6) その他（具体的に記入のこと）

