

1963

ボート・カウンセリング

—クルーの心理的効果性の研究—

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
スポーツ科学研究委員会

ボート・カウンセリング

——クルーの心理的効果性の研究——

スポーツ科学研究委員会心理部会委員

太田 哲男・東 洋・松田 岩男

大川 信明・加賀 秀夫・近藤 充夫

各競技種目の一流選手について心理学的問題を調査すると、あがる・スランプ・過緊張などのように現われた徴候の真の原因は、それがおこるきっかけとなった個人的な事件によるのではなく、それまでの長い間にわたる心身の取扱いの誤りが根本をなしている。したがって、練習時におけるトレーニング過程においては、精神的なはたらきを適正ならしめ、ひいては精神力の向上をみざすように留意せねばならない。

とくに漕艇競技におけるエイトはチーム・スポーツでありしたがって、集団のなかの位置、人間関係、集団の構造や過程が直接、間接に競技成績に大きな影響をあたえているものとおもわれる。そこで、クルーとしての効率を基礎づけている心理学的要因についての検討を試み、今後におけるオリンピック代表クルーの力動的過程の理論的分析への手がかりを得ようとするものである。

問題の設定

一般にチームワークの効果は、そのクルーおよびメンバーたちの能力やトレーニングに負うところが大きい。それとともに、そのクルーを構成している各メンバー間の人間関係における結びつきも重要な意味をもっているのである。

したがって、クルーの人間関係については、(1)クルーの各メンバーのパーソナリティーの組合せによる影響および、(2)各メンバー相互におけるとくに潜在的な情緒の関係や役割行動についての他のメンバーの知覚のしかたによる影響が重要なものと考えられる。

本研究における当面の対象となるクルーは、東京国際スポーツ大会出場校4校である。さらに、

研究方法として、東京オリンピック大会を約1年後に控えている現在の時点からみると、クルーとしての性能向上により直接的な寄与をしているとおもわれる諸要因を捉えうるような接近法をとるべきであろう。

問題をしぼるために、下記の検討も行なった。(1)ボート選手としても十分な経験をもつ心理学者からみたボート選手の特質および問題点、(2)トレーニング・ドクターからみたボート選手の一般傾向・特質および問題点。

以上のような各領域からの知見にもとづき、今回の調査・面接においては各選手の性格・経歴・体力等の資料を集積しつつ、クルーの特質、つまり凝集性およびその集団力学 (Group Dynamics) 的構造・志気 (Morale)・価値意識・役割意識および実際の行動などを明らかにする方向をとることにした。

方法の概要

今回採用した方法は以下の通りである。

1. 方法

- (a) T S P I (体協スポーツ科学研究委員会作成の性格検査)
- (b) 質問紙調査 (クルーについてのソシオメトリーその他) ——別表
- (c) 個人面接 (体力検査一覧表を参考にした)

【注】 ソシオメトリー：集団の中の人間関係を測定し、集団の行動や変化および状態を知る方法で、各人に質問してどういう結びつきがあるかを数字であらわし、そ

れによってお互の牽引反撥をあらわす測定方法である。

2. 対 象

東京国際スポーツ大会出場クルー、慶応・早稲田・日大・東大のエイト部員

3. 調査・面接の場所・期日など

調査面接は各大学合宿所において行なった。調査は集団的に行ない、面接は個別に行なった。

期日は1963年9月下旬～10月初旬の間で、各クルーの練習終了後から就寝の間におこなった。この期間は各校共期末、試験中であり、しかも東京国際スポーツ大会を間近に控えているので、やや特殊な状態であった。

方法の内容

(a) T S P I : これについては T S P I テストの作成手引き参照されたし。

(b) 質問紙調査 : この質問のねらいは次のようなものである。——別表

(1) クルーの実力向上への貢献度に順位をつけさせることにより、そのクルーの集団構造とくに凝集性(集団のメンバーが共同して行動し、おたがいに役割を了解し、その役割にしたがおうとする欲求をもつ性質)がクルーの目的追求意欲との関係で現れてくるであろう。また各選手が自分自身をどのように評価しているか、ということから、その選手個人の意欲や役割意識もつかむことができる。

(2) 架空の最強クルーを作らせることのねらいは、各選手が自他のクルーをどのように評価しているか、日本のボート界の現状についての知識や自覚の質と強さや互いの信頼感の程度などが反映されるだろうというところにある。

(3) 3番目のねらいは、自己の属するクルーと、他のクルーのどこと親和感をもっているか。あるいは、クルー相互についての知識などをみようとしたものである。

誰と行動をともにしたかを訊ねるのは、情緒的な面をふくめたソシオメトリーを行なう意図によるのである。(1)において行なったソシオメトリーは貢献度に関する認知のレベルで扱われたものである。したがって、(1)と(3)との比較により、クルー

—内部の人間関係のある程度立体化できるであろう。

(4) コーチや監督に対する希望・不満もクルーの特質を知るためには看過できない。

(1)～(3)において、コーチ等も選択の対象に含めたのはコーチ等に対する信頼や依存の程度・クルーの集団構造上のコーチ等の地位などを間接的に知るためであった。(4)では、これをある程度まで直接化し、同時に、各選手がどの程度ボートに打ちこんでいるかを知る手がかりをえようとしたのである。

(c) 個人面接 : 主なチェックリストは以下の如くである。

(1) 練習中ないしは試合中にでてくる問題(自己の技能・クルーとしての技能および協調性などについての悩みや欠点を主とする)

(2) コース以外の場での問題(部生活について、対人関係一般・競技目的・意欲・将来への見通し、希望など)

(3) クルー内での役割意識とその行動、クルー内での指示、情報の伝達系。

(4) なお、面接に当って、とくにコックス・整調などを主とし、シートと関連させて評価するように留意した。

結 果

(1) 核グループの結びつき方

調査紙法によって、クルーへの貢献度を図式化したソシオグラムを次頁第1図～第4図に示した。この図にのせたものは、クルーの貢献者として各5名挙げた内の上位3名以内に入った者の相互選択の関係である。なおソシオグラムの中で、丸で囲ったものはコーチまたは先輩であり、四角で囲ったものは選手である。

(i) A大学のソシオグラムは、コーチ・A番・B番、を核とした集団認知をおこなっていることを現わしている。

(ii) B大学においては、A番、コーチ、B番、C番が核となっている。

(iii) C大学においてはコーチ・A番・B番が核となっている。

(iv) D大学においては、コーチ・サブコーチ・

監督に選択が集中しており、クルーのメンバー相互の選択はほとんどない。

以上の如き貢献度調査から、整調、ミドルフォア（とくに5番・6番）、およびコックスに対する信頼が、クルーのグループ・モラル（集団志気）の大きな要素となっていると考えられる。

ちなみに、各大学でどのような人を多く選んだかを示したのが第1表である。

第1表 被選択者のシート別表

被選択位 順	A大学	B大学	B大学	D大学	
	シート	シート	シート	シート	
貢 献 度	1	コーチ	6番(主将)	整調(主将)	コーチ
	2	6番	コーチ	コーチ	サブコーチ
	3	5番	整調	7番	監督
	4	整調	4番	パウ	2番
	5	コックス	7番	5又は6番	サブコーチ
	6	3番(主将)			
	7	7番			

この表は、被選択数の和が全選択数の75%以上を占めるシートを列挙したものである。なお、各

列の横線は、50%の位置を示している。

これによると、A、B、Cの各大学については、コーチへの信頼も含めて、ほぼ妥当な選択が行なわれているとみなすことができる。しかし、D大学においては、選手相互の信頼関係が弱い反面、コーチへの結びつきがきわめて強いことが推測される。

このことは、コーチ（サブ・コーチを除く）整調、5番、6番コックスが全被選択中に占める割合を示した第2表によっても明らかである。

第2表

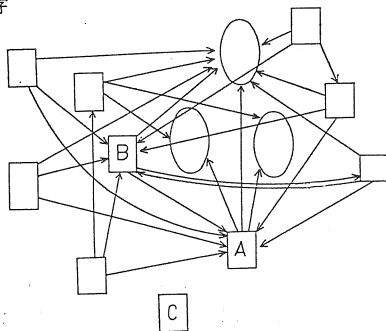
A大学	B大学	C大学	D大学
73%	56%	40%	28%

すなわち、A、B、Cの各大学はクルーの中核を構成しているとおもわれるシートの選手を多く選んでいるのである。

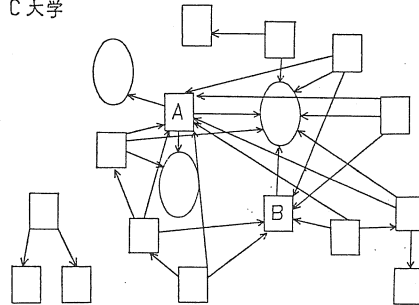
(2) 核メンバーのパーソナリティ

クルーの中核を構成している各メンバーのパーソナリティの容相を、前述したTSP I（体協

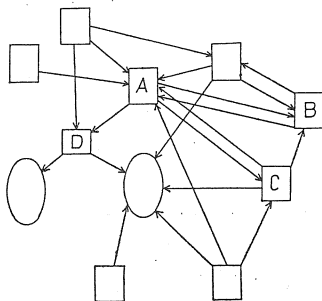
A大学



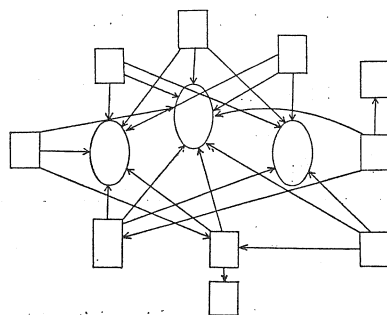
C大学



B大学



D大学



ソシオグラム
第1図から第4図までは、ソシオグラムである。このグラフでは↑印の集中している人がグループの人によって一目おかれた存在である事を示している。A大学ではコーチとA・B二選手が重視され選手同士もお互いを認め合った型で、しっくりしたチームといえよう。B大学はA選手のリーダーシップに人望が集まっている。

スポ研式性格テスト)によって描写しよう。

① A大学

A選手：観念のとりこになり易く、几帳面で、気が重く、粘りがある。内気であるが責任感が旺盛である。やや過緊張の傾向があり、リズム感がない。依頼心が強く、つねに集団の中にいないと安定しない。調子に波がある。

B選手：神経質で、健康を気にし、完全主義者で、気が重くて調子がでない。その反面、重厚で常に Condition を恒常に保つ。従順穏健で内向性である。

C選手：外向性でリーダーシップに富み、短気であるが陽気で快活、周囲を気にせず主張を押し通す。やや粘りや瞬発的なはたらきが欠けている。

このA大学における中核体を構成しているA・Bの両選手のパーソナリティーは、ひじょうによく類似しており、クルーの中では安定した基調としての役割を果している。しかしながら、このようなパーソナリティーの組合せを、静態的なものから動態的な活力たらしめているのが、C選手である。つまりC選手は、A・B両選手と長短相補った性格特性を示しており、両選手を機能的に関連づけるとともにグループ内の核を構成している。但し、このC選手は本調査においては、部生活から離れた直後であったため、クルーとしての対象になっていない。しかし、C選手はこのいみからクルーの構成に不可欠なポテンシャル・クルーであるといえよう。

② B大学

A選手：つねに他人のペースに合わせることなく、活動的で自信あり、社交的である。やや性格的なかたよりがある。つねにリーダー的立場においてのみ安定

できるタイプである。冷静沈着に振舞う。

B選手：ひじょうに活力に富み極度に熱中し、過度に努力し、自我感情が昂揚すると、楽天的で自信をもち、外向性で積極的に行動する。デリケートな感情に欠け、ねばり強さがない。

C選手：観念のとりこになり易く、内気で神経質である。内向性でつねに葛藤があり、精神的な過労に陥り易い。やや緊張の傾向があるが、瞬発的な強さをもっている。

D選手：穏健、弱込み思案で慎重でとりこし苦労をする。つねに完全を期そうとし、十二分に能力を発揮しにくい。やや精神疲労になり易い。

このB大学クルーの中核シートを形成している上述の4選手は、おのおののパーソナリティーが微妙な組合せをしており、チームワークをとり易い構成をしていることはまことに興味深いことである。とくに、リーダーとしてのA選手の冷静、沈着な唯我独尊の人がらに配するに陽気な、衝動的な役割をするB選手を核として、これらをカバーして、重厚味を副える。C、Dの両選手が組合わされていることは、かなり活気のあるこのクルーが反面において緻密なチーム・ワークをもつ所以であると推測される。

③ C大学

A選手：体的には抜群でありながら、内向性で過緊張になり易く精神的にアンバランスのために十分に能力を発揮できぬ状態にある。また、むら気で、つねに身体状態について不調和感をもっている。

B選手：活力にあふれ、やや陽性であるが、つねに不安感をもち、雑念が浮んで意識

第3表 自校クルー選択率

大学名	A					B					C					D				
	(A)	B	C	D	その他	A	(B)	C	D	その他	A	B	(C)	D	その他	A	B	C	(D)	その他
選択率%	77.4	10.4	4.4	4.4	6.7	16.7	47.8	10.0	13.3	12.2	13.3	41.1	18.9	13.3	13.3	6.7	22.2	11.1	35.6	24.4

過剰となり、自信に欠け、スランプに陥り易い。

このC大学クルーで中核をなすA、B両選手は、A選手がリーダーシップをとらないでしかも孤独を好む性向なので、それをB選手がカバーしていることになる。しかし、B選手には、この役割行動がかなり重荷なためにB選手も持てる能力を十分に発揮できずに内閉している状態である。

④ D大学

D大学においては、コーチング・スタッフを中核として各選手が周辺に位置している構造をなしている。したがって、ある意味では、専制的であるために、各選手のパーソナリティーの構造がかなり複合性をもっており、チーム・ワークをとり難い状態にあるといえよう。このことは、コックスが専制的体制下にみられるスケープゴートとして犠牲的役割行動に終始していることに端的に現われている。

(3) 架空の最強クルー

この質問に対しては、回答がかなり困難であったようである。質問紙では第2クルーまで作るよう用意したが各選手は、第1クルーの全シートを埋めるのがやっとの状態であった。この架空の最強クルーへの自校の所属選手の選択率を示したのが第3表である。

この表において、A大学の選手の自校クルーからの選択率がとくに高率であるのは他校クルーの選手の状態を熟知してないためかと推測される。しかし、A大学を除いた。他の諸大学においては、ある程度自校クルーへの信頼感や愛着を現わしているようにおもわれる。

しかし、D大学においては、自校貢献者に選択されていない選手を、最強クルーへの中には選択していることは理解に苦しむ点であり、この点からも、D大学の集団力学的構造の中にチームワークを不十分にしている原因が潜んでいるようにおもわれる。

今後の問題点

スポーツにおいて、とくにチームワークが勝敗に影響する大きな要因の1つとして強調されてきている。しかしながら、かかる人間関係についての心理学的接近は、スポーツ集団の閉鎖的性格から、容易に分析することができなかつたのである。幸いにも、調査研究の機会をうることができ、しかも今後のチームスポーツの選手強化に役立つ知見をえたことは、本調査の意義を高からしめたといえよう。

本調査において、各選手は自己の精神状態についての理解および洞察が不十分なために、なかには持てる能力を十分に発揮できぬ状態にあるものもみられた。大学によって、偶然的に、クルーの各メンバーの中核のシートに、好ましいパーソナリティーの組合をしている大学がチームワークがよくレースにおいても成功しているように見受けられた。この成功した大学でもコミュニケーションの伝達系路が中核においてのみたまたま良好であったにすぎないのである。

今後においては、クルーのなかの各選手の位置、人間関係、クルーの集団構造および機能を、さらに詳細に分析し、集団の効率を高める諸要因をさらに追求することが必要である。

別表〔質問紙〕

調査期日 1963年9月____日

氏名 _____ 所属 _____

年齢 _____ 才 _____ 月 _____ シート _____

学年 _____ 年 _____

あなたのクルーの実力発揮と向上に、もっとも貢献している人は誰ですか。あなた自身とコーチも含めて、クルー全員の中から、もっとも貢献度が大きいと思われる順に、5人の名前を書いてください。順位に差をつけられない場合には、同じ順位をつけてもよいですから、必ず5人だけの名をあげてください。

順位	氏名	選択の理由 (かんたんに)
1		
2		
3		
4		
5		

氏名 _____ 所属 _____

もし、あなたが自由に選抜できるとして、現在の實力で、日本最強クルーを作るとしたら、理想のクルーは、どんな顔触れになりますか、第1クルーと第2クルーを考えてください。ただしこのクルーに、同じ選手が重複しないようにしてください。

シート	第1クルー		第2クルー	
	氏名	かんたんな理由	氏名	かんたんな理由
バウ				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
整調				
ボックス				
コーチ				

氏名 _____ 所属 _____

もし、あなたのクルーが解散して、あなたが下記のクルーのどこかへ、移籍されるとしたらポートを漕ぐだけのためなら、どのクルーがよいですか。下の に記入してください。

東大・慶応・早稲田・日大・中大・その他今のクルーでなければやめる
上の決定の理由を、をかんとんに書いてください。

クルーの名	理由

この移籍のさい、あなたの他にも、3人が一緒に移るとしたら、誰と同じクルーへ行きたいですか。

コーチを含めて、現在のクルーから、一緒に行きたい順に、3人の名を書いてください。また、他の人は誰があなたを選んでくれると思いますか。

順位	あなたが選ぶ人	あなたが選んだ理由	あなたを選ぶ人
1			
2			
3			

氏名 _____ 所属 _____

あなたは、将来、ボートのコーチになりたいと思っていますか。下の の中に○をつけてください。

<input type="checkbox"/> なりたい	<input type="checkbox"/> なってもいい	<input type="checkbox"/> なりたくない
----------------------------------	------------------------------------	------------------------------------

コーチになったら、どのように、やっていきますか。

<input type="checkbox"/> 現在のコーチの方法で いいと思っている	<input type="checkbox"/> 改めるべきだと思 っていることが ある
とくに力を入れて 強化したい面 	改善すべき点を具体的 に箇条書にしてください