スポーツ傷害時のコーピングが心理的競技能力に及ぼす影響

—大学ハンドボール選手を対象として—

○栗林千聡¹・佐藤寛²・中村菜々子¹

(¹ 兵庫教育大学大学院学校教育研究科・² 関西大学社会学部)

キーワード: 心理的競技能力, コーピング, スポーツ傷害, 大学生アスリート

Effects of an Injury Experience and Coping Styles on the Psychological Competitive Ability of College Handball Players in Japan

Chisato KURIBAYASHI¹, Hiroshi SATO², and Nanako NAKAMURA-TAIRA¹

(¹ Graduate School of Education, Hyogo University of Teacher Education, ² Faculty of Sociology, Kansai University)

Key Words: psychological competitive ability, coping, injury, college athletes

目 的

スポーツ傷害はスポーツ活動からの引退, 発育障害, 後遺症による健康・機能障害など競技者に深刻な心理的影響を及ぼす(青木・松本, 1999). Lazarus & Folkman (1984) は, ストレッサーからストレス反応に至る過程に心理学的要因(例えば, コーピング)が影響を及ぼすことを仮定している。このような観点から, 渋谷・森 (2002) はアスリートのコーピングがストレス反応に与える影響について検討し, 適切なコーピングスタイルを持つアスリートはストレス反応が低く抑えられることを明らかにした。しかし, このようなスポーツ競技者の心理的問題に関する先行研究を概観すると, ストレス反応や抑うつといった一般的な心理的問題を従属変数とした研究が多い。渋谷ら (2004) は, 実際にスポーツ競技者が活動する競技場面における心理学的変数に着目することの重要性を指摘し, 心理的競技能力を従属変数とした上でスポーツ傷害との関連を検討している。

以上より, 本研究ではスポーツ傷害の経験をストレスラーとして捉え, 受傷経験の有無とスポーツ傷害時のコーピングが心理的競技能力にどのような影響を及ぼしているか明らかにすることを目的とする。

方 法

調査対象者

関西学生ハンドボール連盟に登録され1部リーグの大学に所属するハンドボール選手147名(男性22名, 女性125名, 平均年齢19.93±2.10歳)を調査対象とした。

調査材料

1) フェイスシート, 2) 心理的競技能力診断検査(DIPCA.3: 徳永・橋本, 2000)12下位尺度(忍耐力, 闘争心, 自己実現意欲, 勝利意欲, リラックス能力, 集中力, 自己コントロール能力, 自信, 決断力, 予想力, 判断力, 協調性), 3) 高校運動部用コーピング尺度(渋谷・森, 2002)5下位尺度(問題解決, 回避, カタルシス, 気晴らし, 肯定的思考)を用いた。

調査手順

2013年10～11月に, 各チームの責任者に研究趣旨を説明した後, 調査協力に了解が得られたチームに質問紙を配布した。対象者には研究趣旨, データの処理方法, 個人情報の守秘, 調査協力の任意性について口頭および書面で説明を行い, 同意した者のみ質問紙に回答を求めた。回答された質問紙は他者の目に触れないよう, 返信用封筒に厳封の上で郵送が手渡しにて回収した。

結 果

受傷経験(あり・なし)×5つのコーピング(高・低)をそれぞれ独立変数とし, 心理的競技能力の12下位尺度を従属変数とする多変量分散分析を行ったところ, 交互作用および受傷経験の主効果は有意ではなく, コーピング(問題解決・回避・肯定的思考)の主効果のみが有意であった。そこでコーピングを独立変数とする単変量分散分析を行った (Table 1)。

	問題解決	回避	肯定的思考
忍耐力	21.51*** 高群>低群	4.17 * 高群<低群	7.66** 高群>低群
闘争心	9.52** 高群>低群	9.67 ** 高群<低群	13.03*** 高群>低群
自己実現意欲	22.14*** 高群>低群	3.27 高群<低群	12.11** 高群>低群
勝利意欲	10.39** 高群>低群	.18 高群<低群	6.53* 高群>低群
自己コントロール能力	7.68** 高群<低群	9.69 ** 高群>低群	4.64* 高群<低群
リラックス能力	3.44 高群<低群	7.43 ** 高群>低群	2.68 高群<低群
集中力	2.55 高群<低群	8.42 ** 高群>低群	.79 高群<低群
自信	9.12** 高群>低群	1.18 高群<低群	4.12* 高群>低群
決断力	14.67*** 高群>低群	1.14 高群<低群	13.44*** 高群>低群
予測力	13.89*** 高群>低群	1.49 高群<低群	14.67*** 高群>低群
判断力	9.89** 高群>低群	2.30 高群<低群	10.09** 高群>低群
協調性	25.14*** 高群>低群	5.85 * 高群<低群	15.60*** 高群>低群

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

考 察

問題解決コーピングと肯定的思考コーピングは, 自己コントロール能力を除いて幅広い心理的競技能力に対して促進的に働くことが示唆された。問題の直接的な解決につながるとされる問題焦点型のコーピングは, 自己効力感を高めるなどのポジティブな作用をもたらすことが指摘されており(Chwalisz et al., 1992), 本研究の結果と一致している。回避コーピングは, リラックス能力, 自己コントロール能力, 集中力を高めるが, 闘争心, 協調性, 勝利意欲, 自己実現意欲, 忍耐力を低下させる効果をもつことが示された。一般的に回避コーピングは, 一時的なストレス低減には有効であるが問題の根本的解決にはつながらないといわれている(横山・岩永, 2003)。受傷をした際に問題から回避することは, 少なくとも短期的には効果があるが, 長期的にみれば受傷した現実からは回避できず, 心理的競技能力を低減させてしまう可能性が示唆された。