

スポーツ審判員に求められる心理的スキルの評価 —— 尺度の開発とその活用 ——

Appraisal of Required Psychological Skills for Referees: A Scale Development and its Practical Use

村上 貴聡 (東京理科大学)
村上 雅彦 (大阪人間科学大学)
山崎 将幸 (東亜大学)

平田 大輔 (専修大学)
宇土 昌志 (徳山大学)

抄録

本研究では、スポーツ審判員特有の心理的スキルの内容を明らかにし、それを評価する尺度を開発するとともに、開発された尺度の活用について提案することを目的とした。各競技団体において審判資格を有する352名を対象にして質問紙調査を行い、探索的因子分析、信頼性分析、検証的因子分析を行った。その結果、「自己コントロール」「表出力」「意欲」「自信」「コミュニケーション」「集中力」の6因子24項目から構成される尺度が作成された。各因子の α 係数は十分な値を示し、全ての因子における内的整合性が確認され、尺度の信頼性が確認された。また、検証的因子分析の結果、モデルの適合度指標においてある程度容認される値が得られたため、構造的妥当性が確認された。次に、審判員の資格レベルと心理的スキルの各下位尺度得点との関係を検討した結果、全ての因子で主効果が認められ、資格レベルの高い審判員が低い審判員よりも有意に高い得点を示した。つまり、資格レベルの高い審判員の心理的スキルが高いことが示された。最後に、作成された尺度の活用について提案を行った。

1. 緒言

近年、スポーツ審判員における心理的側面の重要性が強調されるようになってきた。例えば、日本サッカー協会・審判部は、「審判員のレベルアップが選手のレベルアップに直結する」という理念のもとに、審判員の心理面強化に力を注いでいる(日本サッカー協会, 2002)。一般に、スポーツ競技はルールの中で行われ、そのルールを司る人を審判員(レフェリーまたはアンパイア)という。現代スポーツ競技において審判員は不可欠であり、公式試合ともなれば公認審判員がいなければその競技は成立しない。

審判員の役割は、試合において実際に生起する様々な事象をルールに基づいてコントロールすることであり、上手くできて当たり前、1つでもミスを犯すと選手、指導者、観客などの批判的になる。また、審判員には選手、サポーター、メディア、アセッサー(審判の評価者)などからの多様なプレッシャーやストレスがある。特に、審判員の試合時における過度な緊張や不安などのストレス要因は、ジャッジパフォーマンスにマイナスに作用することも考えられる。例えば、サッカーワールドカップ・ドイツ大会で主審を務めた上川(2008)は、試合場面で生じる不安やストレスにより、喚起水準が高くなりすぎたために、ジャッジパフォーマンスが低下したと述べている。

とりわけ、トップレフェリーともなれば、オリンピックやワールドカップなど世界中から注目される大会で審判をしなければならない。サッカー、バレーボール、バスケットボールなどの国際審判員を対象としたMirjamali et al.(2012)の研究では、対人葛藤、判断ミスへの恐れ、ジャッジパフォーマンスの評価、時間へのプレッシャーが審判員のストレスとして報告されている。そのようなストレスのかかった状況の中で、トップレフェリーは試合前あるいは試合中に心理面の調整を行う必要がある。また、テニス国際審判員の心理特性を検討した村上ほか(2016a)は、精神の安定、対人関係スキル、集中力、意欲、自信などの心理的スキルが審判員にとって重要であり、心理面強化の必要性を指摘している。審判員は字のごとく、常に公正な審判(判定)を下さなければならない。「冷静さ」や「集中力」といった心理的な要素が常に求められるのである(立谷ほか, 2005)。しかしながら、審判員に対して具体的に心理サポートを行ったという報告はほとんどみられない。

現在までの心理的スキルに関する研究は、アスリートを中心に発展してきた。心理的スキルとは、「競技能力を最

大限に引き出すことのできる理想的な心理状態を実現するスキル」(日本スポーツ心理学会, 2016)と定義されている。スポーツ心理学の領域では、心理的スキルが最高のパフォーマンスを引き出すための重要な要因であることが多くの研究で証明されている。心理的スキルを評価しパフォーマンスとの関わりを知ることは、スポーツ心理学者にとっても現場の指導者にとっても非常に興味深い。的確に心理的スキルを評価することは、効果的なメンタルトレーニングをする上でも不可欠なことである。この心理的スキルの評価に関して、これまで多くのアスリート用の心理的スキル尺度が開発されてきた。特に、徳永(2001)は試合中の心理的な特性を測定する質問紙として、心理的競技能力診断検査(以下、DIPCA.3)を開発し、現場で頻繁に活用されている。これまでに、テニス選手(村上ほか, 2002)、大学野球選手(荒井ほか, 2005)、シンクロナイズドスイミング選手(本間, 2009)などを対象として、DIPCA.3を使用した研究が数多く報告され、メンタルトレーニングの介入指導に貢献している。このように、心理的介入の第1段階となるのが心理面の評価である。対象者の心理特性や状態を診断し、その結果に基づいてトレーニングを計画していくことが必要となる。スポーツ審判員に対してメンタルトレーニングのニーズがある(Boyko, et al., 2007)ことを踏まえると、審判員特有な心理的スキルの特徴を測定する尺度の開発が急務である。つまり、審判員の心理的スキルを明らかにすることによって、提供するメンタルトレーニングの方法論や実施効果など、審判員の心理サポートの発展に有益ではないかと考えられる。

以上のことを踏まえ、本研究では、スポーツ審判員特有の心理的スキルの内容を明らかにし、それを評価する尺度を開発するとともに、開発された尺度の活用について提案することを目的とした。

II. 方法

1. 調査対象者と調査時期

調査対象者は各競技団体において審判資格を有する352名(男性252名, 女性72名; 平均年齢 39.1 ± 9.93 歳)であり、審判の経験年数は平均 15.3 ± 8.54 年であった。これら調査対象者の審判資格は各競技団体の基準が異なるが、最も下の4級(C級)から上位の1級(A級)と多岐にわたっていた。なお、競技種目の内訳は、サッカー42名、テニス90名、ハンドボール162名、ソフトボール28名、バスケットボール30名であった。調査は2015年の1月から6月にかけて実施された。

2. 手続き

アンケート用紙は本研究者と共同研究者を通じて、各

競技団体の審判委員会が主催する審判講習会で配布され、それぞれ一斉に集団実施された。また、用紙は記入後、その場で回収された。調査用紙そのものは無記名方式で実施され、回答者一人ひとりには謝礼としてクオカード(300円分)が贈られた。調査の実施にあたっては、調査対象者に本研究の趣旨の説明、個人が特定されないこと及びプライバシーが侵害されないことを明記した文章を配布・説明し、同意を得た。

3. 調査内容

審判員の心理的スキルを把握するために、審判活動に必要な心理特性をインタビュー調査によって示した先行研究(立谷ほか, 2005; 村上ほか, 2016a; 村上ほか, 2016b)を参考に質問項目の作成を試みた。心理的スキルに関する内容はスポーツ心理学を専門とする大学教員3名(本研究の共同研究者2名を含む)の合議により検討され、「精神の安定」「自信」「集中力」「対人関係」「表情・毅然とした態度」「意欲」の6領域とした。そして、各領域それぞれの内容を表していると思われる質問を55項目(各領域8-10項目、項目の評定は5段階の自己評定)を設定した。これら多数の項目は、審判員の心理面に関する自由記述調査(村上ほか, 2016a)やインタビュー調査(村上ほか, 2016b)をもとに、各領域の名称から審判員の心理・行動特性を忠実に表現する形で作成された。

回答に際しては、「審判時における心理的なことについてお聞きします。以下の各文章を読んで、いつもの自分に最も当てはまる選択肢の数字1つに丸印をつけてください」との指示が行われた。回答の点数化に関しては、リッカートの簡便法を用い、各意見に対して最も望ましい回答に5点が与えられ、以下4, 3, 2, 1点と得点化される。したがって、尺度得点が高いほど心理的スキルが高いことを意味する。個々の項目の内容的妥当性については、国内外で活躍する国際審判員3名(サッカー、テニス、ハンドボール)と、スポーツ心理学を専門とする大学教員3名による2段階の確認作業を経て行われた。具体的には、心理的スキルの名称から連想される審判員の心理特性とその項目内容が一致しているかについて、まず国際審判員の観点から検討してもらい、次にスポーツ心理学を専門とする大学教員により項目内容を再検討し、修正を加えながら共通理解の得られる内容へと仕上げた。

4. 統計ソフトと適合度指標

本調査におけるすべての分析は、統計ソフトのSPSS22.0JとAmos22.0を用いて行った(有意水準5%)。また、尺度の因子構造等のデータへの適合度は、GFI(Goodness of Fit Index), AGFI(Adjusted GFI), CFI(Comparative Fit Index), RMSEA(Root Mean Square

Error of Approximation) の各指標から検討した。安藤ほか(2005)によると、GFIとCFIは.90以上、RMSEAは.05以下(.08以下の場合許容範囲)のときに、モデルはデータに十分適合していると判断される。

III. 結果

1. 因子構造の抽出

まず、因子分析を行う前に、鎌原(1998)を参考に項目の平均値(2.0未満、または4.0以上を削除)から項目分析を行い、回答に偏向がみられる「試合中は自分のやるべきことに集中している」「試合後、他の審判員からのアドバイスは受け入れている」などの8項目は、以後の分析から除外された。その結果、平均値は最も低い項目で2.73点、最も高い得点で3.97点であった。標準偏差は、.65から1.35の範囲であった。

残った47項目に対して探索的因子分析(主因子法・プロマックス回転)を実施し、因子構造の抽出を行った。直行回転ではなく斜交回転を採用した理由は、因子(心

理的スキル)の間に相関がないものと仮定して解を求めるのは現実的ではないからである。固有値と解釈可能性をもとに検討を行った結果、項目群の説明に最も適しているとして、6因子解を選択した。また、因子的妥当性を確保するために、因子負荷量が.40未満、あるいは単純構造ではないという理由から計17項目が除外された。その後、30項目に因子数6による探索的因子分析を再度実施したところ、各項目は従来の因子にそれぞれ従属し、.40以上の因子負荷量とともに単純構造を示した。その結果、各因子における項目数は、第1因子より順に5, 7, 6, 4, 4, 4となったが、このような項目数の少ない簡便な尺度では、1因子あたりの項目数は「4」が最適とされていること(Jackson and Marsh, 1996)。また、尺度としての利便性を高めるためにも、1因子あたりの項目数を「4」に統一することを試みた。それぞれ因子負荷量が高い上位4項目を選択し、因子数を6に固定した上で、再度、探索的因子分析を実施した。その結果、各項目はそれぞれの因子に従属し、.40以上の因子負荷量とともに単純構造を示した(表1)。なお、項目全体における α 係数は大きく低下せず

表1. 審判員の心理的スキル尺度因子分析結果

No.	質問項目	平均値	SD	因子負荷量									
				F1	F2	F3	F4	F5	F6				
F1: 自己コントロール													
Q17	大きな大会になると緊張しすぎる	3.71	1.13	.86	-.05	-.05	.07	.01	-.12				
Q21	トラブルがあると、精神的に動揺する	3.43	.98	.85	-.13	.06	.08	-.02	-.06				
Q3	過去のミスをはききずってしまう	3.42	.99	.84	-.01	.00	-.03	.05	-.03				
Q28	気持ちの切りかえが遅い	3.80	.90	.71	.09	.03	-.03	.02	.16				
F2: 表出カ													
Q55	動揺してもボーカークフェイスに努めている	3.81	.94	-.21	.96	.00	.00	-.03	.07				
Q54	たとえミスをしたとしても、表情には決して出さない	3.54	1.01	-.09	.89	.06	.05	-.03	-.01				
Q30	迷いや不安を感じても表情には出さないでいる	3.82	.92	.15	.79	.00	-.06	.01	-.11				
Q43	トラブルがあってもボーカークフェイスを保っている	3.72	.97	.15	.74	-.09	.06	-.04	.02				
F3: 意欲													
Q51	審判に対する向上心を持ち続けている	3.83	1.04	.13	-.08	.84	.03	.05	-.06				
Q39	向上するために、審判講習会や勉強会などは積極的に参加している	3.72	1.16	-.02	.08	.83	-.17	.00	.06				
Q45	良い審判員の技術を習得しようとして勉強している	3.81	1.03	-.06	.06	.81	.12	.08	-.26				
Q19	常に自分を高めようとする気持ちを持っている	3.73	1.11	-.04	-.05	.69	-.09	-.13	.28				
F4: 自信													
Q6	自分には、良いジャッジをする自信がある	3.37	.95	.05	-.02	-.11	.91	-.09	.01				
Q40	審判としての自分に自信を持っている	3.45	.97	-.04	.06	.18	.79	-.11	.12				
Q46	これだけ経験を積んできたから大丈夫だという自信がある	2.89	1.11	-.08	.05	-.22	.68	.24	.06				
Q13	プレッシャーの中でも、良い判断ができる自信がある	3.41	.82	.25	-.04	.08	.65	-.11	-.01				
F5: コミュニケーション													
Q1	審判員のチームワークを大切にしている	3.80	.72	.06	-.03	-.02	-.03	.89	-.16				
Q22	他の審判員と協力して試合に臨んでいる	3.83	.71	-.02	-.03	.00	-.07	.82	.18				
Q8	選手が怒っても、うまくなだめることができる	3.22	.99	.18	.28	.08	.11	.44	-.09				
Q15	他の審判員と積極的にコミュニケーションをとっている	3.81	.88	-.13	-.16	.08	.08	.43	.38				
F6: 集中力													
Q44	集中すべき対象に、集中し続けることができる	3.83	.76	-.14	-.02	-.03	.07	-.01	.86				
Q4	集中が乱れた後に、自分なりの方法で回復させることができる	3.51	.85	.32	.01	-.11	-.05	-.06	.58				
Q11	一旦気持ちが切れても、集中しなおすことができる	3.72	.77	-.04	.01	.13	.28	.10	.54				
Q18	集中を保つために、オンとオフの切りかえをうまくしている	3.71	1.01	.33	.22	.02	-.15	.03	.44				
					F1	F2	F3	F4	F5	F6			
				F1	-	.47	.21	.53	.28	.58			
				F2		-	.18	.45	.18	.44			
				F3			-	.38	.33	.39			
				F4				-	.39	.61			
				F5					-	.54			
				F6						-			
Cronbachの α 係数					.85	.87	.83	.80	.70	.72			

(統一前 $\alpha=.92$, 統一後 $\alpha=.90$), 内容面への影響はそれほど大きくないと考えられた。

2. 因子の命名と因子間相関

表1に示すように因子の命名を行った。まず、第1因子は、「トラブルがあると精神的に動揺する」「気持ちの切りかえが遅い」など、その内容は審判中の心理面の安定に関する内容だったので、「自己コントロール」と命名した。第2因子は、「動揺してもポーカークフェイスに努めている」「たとえミスをしたとしても、表情には決してできない」など、審判中の表情を重要視する項目が見受けられたので、「表出力」とした。第3因子は、「審判に対する向上心を持ち続けている」「向上するために、審判講習会や勉強会などは積極的に参加している」など、審判活動に対する向上心や意欲を表す内容だったため、「意欲」と命名した。第4因子は、「自分には、良いジャッジをする自信がある」「審判としての自分に自信を持っている」など、自信に関する項目から構成されているので、「自信」とした。続いて、第5因子は、「審判員のチームワークを大切にしている」「他の審判員と協力して試合に臨んでいる」など、他の審判員や選手との関係性を重視する項目が見受けられたため、「コミュニケーション」と命名した。そして、第6因子は「集中すべき対象に、集中し続けることができる」「集中が乱れた後に、自分なりの方法で回復させることができる」など、審判時の集中力に関する項目から構成されているため、「集中力」と命名した。

なお、すべての因子の間には、.18から.61の範囲で有意な正の相関が認められた(表1参照)。因子間相関のうち、最も相関が高かったのは「自信」と「集中力」であり、ジャッジや審判に対する自信が高いとき、審判時における集中力も高いことが示された。

3. 信頼性の検討

本研究では α 係数を算出し、「内的一貫性」の次元について検討を行った。 α 係数は一般的に.70以上が望ましい(菅原, 2001)とされている。その結果、「自己コントロール($\alpha=.85$)」「表出力(.87)」「審判活動への意欲(.83)」「自信(.80)」「コミュニケーション(.70)」「集中力(.72)」とおおむね満足できる信頼性係数が得られた。

4. 妥当性(構造的妥当性)の検討

探索的因子分析で得られた6因子24項目のモデルに検証的因子分析を行った。その結果(図1)、適合度は $GFI=.88$, $AGFI=.84$, $CFI=.93$, $RMSEA=.05$ であった。適合度指標の GFI と CFI のうち、経験的基準の.90以上の値となったのは CFI のみであったが、 GFI も基準に近い値であった。変数が30以上あるパス図の場合は GFI が.90

を超えていなくても、 GFI の低さだけでそのパス図を捨てる必要はない(豊田, 1998)とされている。また、 $AGFI$ は GFI から極端に値が低下することはなく、 $RMSEA$ も適合度が高いと解釈される.05以下の値であった。さらに、潜在変数から観測変数のパス係数は、全て有意であり($p<.001$), 中程度以上の正の値(.43 - .90)が示された。これにより、6因子24項目で構成されるスポーツ審判員における心理的スキルモデルが容認され、構造的妥当性が検証された。

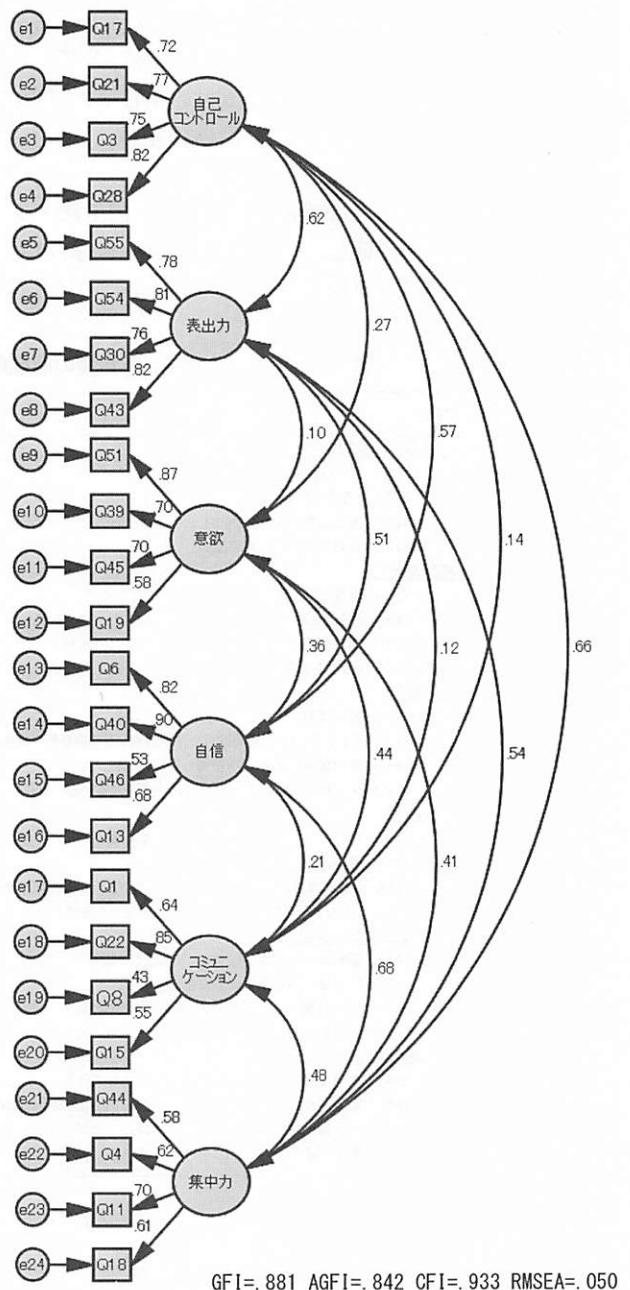


図1. 検証的因子分析の結果

5. 資格レベルによる心理的スキルの検討

資格レベルによる心理的スキルの評価を検討するために、資格レベルの違いから心理的スキル6因子の得点の平均値それぞれを比較した。なお、競技団体によって審判の資格レベルの基準が異なるため、本分析では日本ハンドボール協会公認の審判員を対象者として取り上げた。地域ブロック大会で30試合の経験が必要なB級審判員56名と、B級取得から2年経過、全日本大会で50試合以上の経験が必要なA級審判員106名を対象とした。分析対象データについては2群の標本数に差があったため、比較に際して、はじめにLeveneの等分散性の検定を用いて、等分散が仮定されるか否かを確認した。その結果、全ての因子において等分散が仮定されたため、対応のないt検定を用いて比較を行った。その結果は表2のとおりであり、すべての因子で有意差が認められ、資格レベルの高いA級審判員がB級審判員よりも有意に高い得点を示した。

表2. 資格レベルによる心理的スキル得点の比較

	資格A級 (n=106)		資格B級 (n=56)		t値
	平均値	SD	平均値	SD	
F1: 自己コントロール	14.8	2.89	12.3	3.41	4.91**
F2: 表出力	15.2	2.82	13.3	3.41	3.83**
F3: 意欲	17.3	2.31	16.4	2.44	2.43*
F4: 自信	13.7	2.75	11.1	2.67	5.65**
F5: コミュニケーション	16.0	2.17	15.0	2.26	2.75*
F6: 集中力	14.8	2.22	13.3	2.41	3.94**

IV. 考察

1. 審判員の心理的スキル尺度の開発

各競技団体 (NF) では冷静な判断を行うために審判員の心理面強化が重要視されている (日本サッカー協会, 2002) が、これまでスポーツ心理学領域の研究は競技の「主役」である選手や指導者を中心に焦点が当てられており、審判員に関する研究はほとんどみられなかった。そこで、本研究では、ジャッジパフォーマンスに影響を与えると考えられる審判員の心理的スキルに着目し、それらを評価する尺度を開発するとともに、実践現場での利用法について検討することを目的とした。

収集された項目に対する因子分析の結果、「自己コントロール」「表出力」「意欲」「自信」「コミュニケーション」「集中力」の6因子24項目から構成される尺度が作成された。各因子の α 係数は十分な値を示し、全ての因子における内的整合性が確認され、尺度の信頼性が確認された。ただし、尺度の信頼性は「安定性」の次元からも検討される必要があるため、再検査法による検討が今後の課題とし

て挙げられる。また、検証的因子分析の結果、モデルの適合度指標においてある程度容認される値が得られたため、構造的妥当性が確認された。以上のことから、本研究で作成された尺度は、信頼性と妥当性を保持しており、スポーツ審判員の心理的スキルを評価することが可能な尺度であると言える。そして、作成された尺度には「スポーツ審判員用心理的スキル尺度 (PSIR; Psychological Skills Inventory for Referee)」と名付けた。

次に、心理的スキルの下位尺度得点と審判の資格レベルとの関係を検討した。その結果、資格レベルの高い審判員は、低い審判員より試合時に気持ちの切りかえが上手く、ミスも犯しても冷静さを保っていることが示された。そして、審判技術を改善させようという意欲も高く、ジャッジに対して自信を持っており、他の審判員と協力して試合に臨んでいることがわかる。さらには、試合中における集中力も高いことが明らかにされた。Gould et al. (2002) は、競技レベルが高いアスリートほど心理的スキルが優れているという結果を導き出している。本研究の結果から、審判員においても同様に資格レベルが高い方が心理的スキルに優れていた。したがって、より高い資格レベルを目指す審判員には、心理的スキルを高めるような心理面の指導の必要性が示唆された。

Weinberg and Richardson (1990) は、実証的に検証してはいないものの審判員に必要な心理特性として、8側面 (信頼性、コミュニケーション、決断力、冷静さ、インテグリティ、経験によって得られた判断力、自信、意欲) を挙げている。この8側面を作成された尺度に当てはめて考えると、「コミュニケーション」「自信」「意欲」は共通して含まれており、「自己コントロール」および「表出力」は、Weinberg and Richardson (1990) の「冷静さ」に相当していると思われる。たとえば、思いがけないことが起こったときにどのように対処したらいいかわからなくなる、プレッシャーの中での正しい判断が難しい、そしてミスをした後の対応など、審判員にとっても感情のコントロールが必要である。アスリートが最高のパフォーマンスを引き出すためには、適切な覚醒水準が必要であることは言うまでもないが (Hardy et al., 1996)、本研究で対象となった審判員も覚醒水準のコントロールが重要であり、試合中にどのように適切な覚醒水準を導き出すかについての心理技法を身につけることが望まれるであろう。

トップレフェリーを対象としたインタビュー研究 (村上ほか, 2016b) においても、集中力、気持ちの切りかえ、適度な緊張感、そして自信が審判にとって重要な心理的スキルとして報告されているが、本研究の結果からも多くの因子でそれらの内容が含まれた。とりわけ、自信とは「ある行動をうまく遂行できるという信念」(ワインバーグ, 1988) であり、パフォーマンスの発揮に重要な役割を果た

すとされている。審判員における効力感の概念モデルを提唱した Guillen and Feltz (2011) によると、審判員の自信に影響を及ぼす要因として、成功体験、審判の知識、重要な他者からのサポート、心理的・身体的準備、そして不安の低減を挙げている。自信を向上させることは容易ではないが、過去の審判経験やルールの知識を積み重ねるだけでなく、アセッサー（評価者）からのフィードバック、心理的な準備、そして覚醒水準をコントロールしていくことにより、自信を高めていく必要があるとも考えられる。

また、「主審は選手がプレーに集中できるような環境をつくり、試合の進行に必要なアナウンスをし、スコアカードを記入し、時間を測り、プレーが規則に則って行われていることを確認し、試合をスムーズに終了させること」とテニスルールブック（日本テニス協会、2016）に示されているように、審判員の役割は勝利を追求するアスリートとは異なる。本研究で抽出された内容には、アスリートに必要な心理的競技能力（徳永、2001）に類似した内容も示されたが、「表出力」や「コミュニケーション」などは、ゲームコントロールを目的とした審判員特有の内容だと思われる。どの競技種目においても、審判は一般的に複数名で構成される。よって、審判は一人で行うものではないため、審判員全員のチームワークが鍵になってくる。また、選手からアピールやトラブルがあった場合にはコミュニケーションを十分にとり、適切に対応しなければならない。ときには言葉だけではなく、適切な表情やアイコンタクト、そしてハンドシグナルなど非言語的なコミュニケーションも必要であろう。そういう意味では表出力のトレーニングを行っていくことが望ましい。

作成された尺度は、全体で6因子24項目と簡便な尺度である。 α 係数は項目数によって影響を受け、各因子の項目数は等しいのが望ましいという Terry et al. (1999) の指摘や、各因子4項目で構成されるのが望ましいという Jackson and Marsh (1996) の指摘があるように、本研究で得られた尺度は各因子4項目で構成されており、妥当であると思われる。一方、飯田・石隈 (2002) も述べているように、個人のスキルを測定する多次元尺度を開発する必要性は高く、尺度として開発した研究の意義はあると言えるだろう。

2. 本尺度の活用について

審判員に必要な心理的スキル、またはメンタルトレーニングプログラムについては、これまでは主に経験的な側面から検討がなされる (Weinberg and Richardson, 1990; 立谷ほか, 2005; 上川, 2008) 傾向にあったが、今後は本研究においても検討を行ったように、「スポーツ審判員の多様な個人属性によって、心理的スキルのスキルレベルに

どのような特徴が認められるのか」という、心理的スキルに関する実証的研究が展開されていくことが予測される。それにより、審判員に必要な心理的スキルへの理解が深まるとともに、種目差、審判経験差などの個人属性に基づく知見は、審判員を対象としたメンタルトレーニングプログラムの効果的な実践を促すものと期待される。

また、審判時に必要な心理特性に回答した審判員の自由記述において、「集中力」や「気持ちの切りかえ」など心理的スキルの発揮に関する報告 (村上ほか, 2016a) が得られている。このことは、審判員が自分の心理面を見直すためのチェックリストとしてこの尺度が活用可能であることを示している。Adkins (1984) は、スキルトレーニングの参加者がトレーニング前の時点で自分が有しているスキルを確認することは、「有能感」につながると述べ、自己のスキルを検討するためのチェックリストなどを用いて現時点でできていることを確認することの重要性を指摘している。同時に、評価尺度を用いて自己のスキルの欠如を意識することも、心理的スキルトレーニング参加への動機づけを高めるため、非常に重要であると指摘している。そのような意味で、審判員がこの尺度を自己理解の促進のために活用することができると思われる。

冒頭でも述べたように、審判員を対象としたメンタルトレーニングプログラムは、現場で必要とされているにも関わらず、未だほとんど見られないのが現状である。そのため、プログラム実践の効果を多面的に検証することが求められるといえる。心理的スキルに焦点を当てたメンタルトレーニングを実践する際、この尺度をトレーニング前後に実施することで、審判員の自己のスキルに対する評価の変容を検討することができる。それを検討することにより、実施するメンタルトレーニングが審判員の心理的スキルの向上に役立っているかという観点から、プログラムの検討が可能である。

3. 今後の課題

アスリートにおける心理的スキルに関する研究では、競技不安との関係 (Fletcher and Hanton, 2001) やフローとの関連 (Jackson et al., 2001) などが扱われており、様々な観点から心理的スキルに関わる知見を得ている。審判員においてもこのような研究を活発に行うことにより、ジャッジパフォーマンスの向上に寄与すると考えられる。また、審判員の心理的スキルの諸特徴を明らかにした上でメンタルトレーニングを用いて審判員に介入することでジャッジパフォーマンスの向上につながると思われる。さらに、審判員用心理的スキル尺度で測られる6つのスキルを規定している要因の検討が挙げられる。各スキルに影響を与えている要因が徐々に明らかにされていけば、心理的スキルの向上を促進するメンタルトレーニングの実施内

容や、審判員に対する効果的な心理サポートプログラムの検討が可能になると考えられる。

付記

本研究は、JSPS科学研究費補助金若手研究(B)「課題番号25750302：審判員の心理的スキルの評価とトレーニング法の開発」から助成を受けました。また、本研究を実施するにあたりご協力をいただきました審判員の皆様に、心より感謝申し上げます。

文献

- Adkins, W. (1984) Life skills education: A video-based counseling/Learning delivery system. In: Larson, D. (Ed.), Teaching psychological skills: Models for giving psychology away. Monterey, CA: Brooks/Cole, pp. 44-68.
- 荒井弘和・木内敦詞・大室康平・岡浩一朗・大場ゆかり (2005) 心理的競技能力を増強する方略の探索的検討—特定の大学野球選手を対象として—。スポーツ心理学研究, 32(1): 39-49.
- 安藤玲子・高比良美詠子・坂元章 (2005) インターネット使用が中学生の孤独感・ソーシャルサポートに与える影響。パーソナリティ研究, 14: 69-79.
- Boyko, R., Boyko, A., and Boyko, M. (2007) Referee bias contributes advantage in English Premiership Football. Journal of Sport Sciences, 25(11): 1185-1194.
- Fletcher, D. and Hanton, S. (2001) The relationship between psychological skills usage and competitive anxiety responses. Psychology of Sport and Exercise, 2, 89-101.
- Guillen, F. and Feltz, D. (2011) A Conceptual model of referee efficacy. Frontiers in Psychology, 2(25): 1-5.
- Gould, D., Dieffenbach, K., and Moffett, A. (2002) Psychological characteristics and development in Olympic Champions. Journal of Applied Sport Psychology, 14: 172-204.
- 本間三和子 (2009) シンクロナイズドスイミング日本代表選手の心理的競技能力。水泳水中運動科学, 12(1): 1-9.
- 飯田順子・石隈利紀 (2002) 中学生の学校生活スキルに関する研究—学校生活スキル尺度(中学生版)の開発—. 教育心理学研究, 50: 225-236.
- Jackson, S. and Marsh, H. (1996) Development and validation of a scale to measure optimal experience: the flow state scale. Journal of Sport and Exercise Psychology, 18: 17-35.
- Jackson, S., Thomas, P., Marsh, H., and Smethurst, C. (2001) Relationship between flow, self-concept, psychological skills, and performance. Journal of Applied Sport Psychology, 13, 129-153.
- 鎌原雅彦 (1998) 心理尺度の作成。鎌原雅彦・宮下一博・大野木裕明・中澤潤編, 心理学マニュアル—質問紙法—。北大路書房: 京都, pp. 64-74.
- 上川徹 (2008) サッカー国際審判員とストレス。体育の科学, 58(6): 389-393.
- 日本サッカー協会 (2002) 日本サッカー協会機関誌JFA News, No. 215, 8-10.
- 日本スポーツ心理学会編 (2016) スポーツメンタルトレーニング 教本。大修館書店: 東京, p. 17.
- 日本テニス協会編 (2015) 新版テニス指導教本。大修館書店: 東京, pp. 122-128.
- Mirjamali, E., Ramzaninezhad, R., Rahmaninia, F. and Reihani, M. (2012) A Study of sources of stress in international and national referees of soccer, volleyball, basketball and handball in Iran. World Journal of Sport Sciences, 6(4): 347-354.
- 村上貴聡・徳永幹雄 (2002) 全国選抜ジュニア・テニス選手権出場選手の心理的競技能力に関する研究。テニスの科学, 10(1): 56-68.
- 村上貴聡・平田大輔・佐藤周平 (2016a) テニス審判員における心理的スキルの探索的検討。テニスの科学, 24(1): 1-9.
- 村上貴聡・平田大輔・佐藤周平 (2016b) トップレフェリーに必要な心理特性とは—インタビュー調査からの検討—. スポーツパフォーマンス研究, 8: 76-87.
- 菅原健介 (2001) 心理尺度の作成方法。堀洋道 (監修) 松井豊 (編) 心理測定尺度集Ⅲ—心の健康をはかる (適応・臨床) —。サイエンス社: 東京, pp. 397-408.
- 立谷泰久・堀美和子・菅生貴之・浅見俊雄 (2005) サッカー国際審判員の心理サポート—2002年日韓W杯前を中心に—. 体育の科学, 55(4): 327-331.
- Terry, P., Lane, A., Lane, H., and Keohane, L. (1999) Development and validation of a mood measure for adolescents. Journal of Sport Science, 17: 816-872.
- 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。体育学研究, 46(1): 1-17.
- 豊田秀樹 (1998) モデルの評価。豊田秀樹 (編) 共分散構造分析入門編 —構造方程式モデリング—. 朝倉書店: 東京, pp.170-188.
- Weinberg, R. and Richardson, P. (1990) Psychological qualities of a good official. Psychology of officiating. Champaign, IL: Leisure Press, pp. 3-14.
- ワインバーグ: 海野孝ほか訳 (1988) テニスのメンタルトレーニング。大修館書店: 東京, pp. 183-221.

連絡責任者

住所：〒162-0825 新宿区神楽坂1-3

氏名：村上 貴聡

電話番号：03-5228-8702

E-mail：kiso@rs.kagu.tus.ac.jp