

# 競技レベルの高いチームと低い チームのバレーボール選手の心 理的適正に関する研究

西 村 栄 蔵  
田 中 啓 之

## I 研究目的

スポーツ活動は、体力、技術、精神力の3本柱から成り立っているが、本人にやる気がなければ、何の活動もできないし、上達もありえない。

つまり、心理面からのスポーツ選手の心理的適正をどのようにとら得ていくか問題である。

そこで本研究は競技レベルの高いチームと低いチームの MPI (Mouldley personality Inventory) TSMI (Taikyō sports Motivation Inventory) SCAT (Sports Competition Anxiety Test) の心理テストを実施し、各チームの指導者に役立てるための心理的適性を試みることを目的とする。

## II 方 法

### (1) 調査対象

広島県の競技レベルの高いチーム、男子、4チーム、女子、4チーム、競技レベルの低いチーム、男子、4チーム、女子、4チーム計、16チーム、総計、267名を本研究の対象とした。

### (2) 調査期間および方法

昭和61年7月～10月に郵送方法により回答を求めた。

### (3) 実施テストの概要

- ① MPI：モーズレイ性格検査で人格理論にもとづき基本的な人格因子である。  
外向性一内向性と神経症的傾向の二つを測ることを目的としている。
- ② TSMI：日本体育協会スポーツ動機調査と呼ばれ、146の質問項目からなり、これに対して四段階の自己評定をするものである。
- ③ SCAT：スポーツ競技不安テストと呼ばれるもので、R. Martens (1977) により作成された。

## III 結果と考察

表 I に MPI, SCAT, TSMI の各尺度における平均値を、さらに男女別上位チームと下位チームに分類したときの結果を示した。

### 1. MPI に関して (Moudsley Personality Inventory)

神経的傾向尺度では、男女とも、下位チームの選手の方が高く、特に、男子では上位チームとの差が大きく、下位チームの選手は緊張し易く情緒不安定な面がうかがえる。

内向性、外向性尺度では、男女とも、上位チームの選手が、やや外向性を示し、強くなるためには、社交的、開放的で動作や感情の表現にためらいのない傾向にある方がよいと思われる。

### 2. TSMI に関して (Taikyo sports Motivaton Inventory)

TSMI においては、1. 目標への挑戦、2. 技術向上意欲、3. 困難の克服、4. 勝利志向性、7. 冷静な判断、8. 精神的強靱さ、9. コーチ受容、11. 闘志、12. 知的興味、14. 練習意欲、15. 競技価値観、16. 計画性、17. 努力への因果帰属等ですべて男女ともに上位チームの選手の方が高い得点を示している。

このことは上位チームの選手は、平素から自己の目標や限界に積極的に挑戦し、また技術の向上を目指して持続的に努力し、競技においては勝つことを目的にし、不利な状況や競い合い等で落ち着いて冷静な判断

表1 MPI, SCAT, TSMI の各尺度における広島県高校選手男女各群のNおよびM値

グループ N・M 尺度	男子				女子				
	上位チーム		下位チーム		上位チーム		下位チーム		
	N	M	N	M	N	M	N	M	
TSMI 1	96	23.4	54	21.1	71	22.5	46	19.9	
2	96	25.3	54	22.9	71	24.2	46	21.8	
3	96	24.0	54	21.7	71	23.2	46	20.4	
4	96	22.4	54	20.7	71	22.0	46	18.8	
5	96	19.3	54	21.7	71	20.6	46	22.3	
6	96	19.2	54	21.0	71	20.2	46	21.9	
7	96	19.5	54	17.6	71	18.3	46	16.1	
8	96	21.0	54	18.8	71	19.3	46	17.3	
9	96	23.6	54	22.4	71	24.0	46	21.1	
10	96	15.8	54	16.8	71	15.5	46	18.3	
11	96	26.4	54	24.6	71	25.8	46	16.4	
12	96	24.9	54	23.4	71	23.1	46	19.2	
13	96	18.3	54	20.6	71	18.9	46	19.7	
14	96	19.9	54	18.1	71	18.3	46	16.2	
15	96	23.9	54	22.3	71	23.6	46	21.1	
16	96	20.0	54	17.6	71	18.0	46	15.8	
17	96	25.5	54	23.8	71	25.8	46	24.7	
MPI	N	96	17.8	54	22.4	71	20.1	46	21.7
	E	96	26.6	54	25.9	71	28.0	46	26.7
SCAT	96	19.9	54	21.5	71	20.7	46	22.0	

がくだせる自己統制能力にすぐれ、指導者を信頼し、指示をよく聞き、練習も計画性をもち意欲的かつ持続的に行い、それ故、試合での成功や技術の向上が自分の努力の結果であると考える傾向にあるものと思われる。

女子において、TSMI では、平均値の差が9.4と大きく、下位チームの選手は、試合や不利な状況、競り合いの場面での闘志が特に弱いようである。

一方、下位チームの選手は、5. 失敗不安、6. 緊張性不安、10. 対コーチ不適用、13. 不節制等においては、高い得点を示している、このことは試合や練習を中心とする生活習慣が確立しておらず、指導者との人間関係も充分でなく、試合で負けるのではないか、失敗するのではないかという予感から不安をもち易く、また試合場面、強い相手との対戦、あるいは観衆の存在などの緊張場面において不安が高まる傾向にあるように思われる。

このように競技意欲に対して、上位チームの選手の方が肯定的な方向の尺度に、逆に下位チームの選手が否定的な方向の尺度に高い得点を示しており、これらの尺度が高校生選手における心理的適性要因であることが明らかになった。

### 3. SCAT に関して (Sports Competition Anxiety Test)

男女とも、下位チームの方が高い得点を示しており、競技、試合場面において、上位チームより強い恐れと緊張を伴う情緒的反応が高いようであり、それが、“あがり”などに結びつき十分に実力を発揮できないものと思われる。

参考資料 1

M P I 質 問 票

- |   |      |     |
|---|------|-----|
| 1. 自分が気に入ったわずかな人としか、つきあわない方ですか                    | はい ? | いいえ |
| 2. 計画をたてるよりも、実行する方が好きですか                          | はい ? | いいえ |
| 3. 自分についてとやかく言われた時は、たいていすぐ言い返すことができますか            | はい ? | いいえ |
| 4. まったく起こりそうもないことを空想することがよくありますか                  | はい ? | いいえ |
| 5. 子供の時、いつも言われたことを、すぐ素直にやりましたか                    | はい ? | いいえ |
| 6. 動作はてきぱきしている方ですか                                | はい ? | いいえ |
| 7. 新しい友達をつくるのに骨がおれますか                             | はい ? | いいえ |
| 8. その日のうちにやらなければならないことを、翌日までのぼすことがありますか           | はい ? | いいえ |
| 9. ふだんやっている仕事を、あたりまえのこととして気軽に考えている方ですか            | はい ? | いいえ |
| 10. 気分がくしゃくしゃすることがよくありますか                         | はい ? | いいえ |
| 11. すんだことをよくよ考える方ですか                              | はい ? | いいえ |
| 12. 一度約束したら、どんなに都合が悪くても必ずそれを守りますか                 | はい ? | いいえ |
| 13. 社交的なつきあいをするのが好きですか                            | はい ? | いいえ |
| 14. 異性の前では、恥ずかしがる方ですか                             | はい ? | いいえ |
| 15. 時々虫のいどころが悪くなって、むっとしますか                        | はい ? | いいえ |
| 16. ひとりぼっちだ、と思うことがよくありますか                         | はい ? | いいえ |
| 17. いろいろなことに神経過敏ですか                               | はい ? | いいえ |
| 18. 決心するのが遅すぎた、とよくよしますか                           | はい ? | いいえ |
| 19. 自分の考えは、いつも完全に公平だと言えますか                        | はい ? | いいえ |
| 20. きまじめすぎる方ですか                                   | はい ? | いいえ |
| 21. パーティ（集まり）などで、とても愉快だと思ふことがありますか                | はい ? | いいえ |
| 22. たいした理由もなく楽しくなったり、悲しくなったり、気分が変わったことがありますか      | はい ? | いいえ |
| 23. 人をからかうのが好きですか                                 | はい ? | いいえ |
| 24. 下品な冗談をおもしろく思うことがありますか                         | はい ? | いいえ |
| 25. 気持を集中しようとしても、いつも気が散ってしまいますか                   | はい ? | いいえ |
| 26. 気持ちをやつたりさせることが、なかなかできない方ですか                   | はい ? | いいえ |
| 27. 過ぎざったことについて、こうすればよかったのにと、いつもあれこれ考えますか         | はい ? | いいえ |
| 28. 勝負事には、負けるよりも勝ちたいですか                           | はい ? | いいえ |
| 29. 人とすぐ知り合いになる方ですか                               | はい ? | いいえ |
| 30. 今の自分と昔の自分は、同じ人間でないかもしれない、という奇妙な感じをもったことがありますか | はい ? | いいえ |
| 31. いつも自分で話すよりも、聞き手にまわる方ですか                       | はい ? | いいえ |
| 32. 会話の最中になにかほかのことを考えふけることがよくありますか                | はい ? | いいえ |
| 33. いやな相手が、すばらしいことをした時、いつでも素直に喜べますか               | はい ? | いいえ |
| 34. 社交的な活動に、たいへん満足を感じますか                          | はい ? | いいえ |
| 35. いろいろな考えが、つぎつぎと頭に浮んで、眠れないことが多いですか              | はい ? | いいえ |

- |   |          |
|---|----------|
| 36. 時には、ちょっと自慢話をすることがあります                                   | はい ? いいえ |
| 37. 陽気なパーティ(集まり)で、いつものびのびとふるまって、すばらしく楽しい時を過ごすことができますか       | はい ? いいえ |
| 38. 空想にふけることが好きな方ですか  | はい ? いいえ |
| 39. はっきりした理由もないのに、何をするのもめんどろで、疲れた感じがすることがしばしばありますか          | はい ? いいえ |
| 40. あなたの習慣は、どれもこれも、よい習慣ですか                                  | はい ? いいえ |
| 41. 社交的な集まりの時、静かに黙っている方ですか                                  | はい ? いいえ |
| 42. 元気いっぱい時があるかと思うと、ひどく、気がめいつている時もあるというふうですか                | はい ? いいえ |
| 43. 手紙を受けとったら、いつも、すぐ返事を書きますか                                | はい ? いいえ |
| 44. 自分は、話し好きな方だと、思いますか                                      | はい ? いいえ |
| 45. 人に言えないような考えが、時々、心に浮かぶことがありますか                           | はい ? いいえ |
| 46. いろいろな人との交際ができなくなったとしたら、つらいですか                           | はい ? いいえ |
| 47. 活動的な仕事に参加している時が、一番楽しいですか                                | はい ? いいえ |
| 48. 楽しかった時の思い出に、長い間、ふけていることがありますか                           | はい ? いいえ |
| 49. よく知らないことでも、知ったふりをすることがあります                              | はい ? いいえ |
| 50. なんの役にもたたない考えが、くり返しくり返し、頭に浮んで困ったことがありますか                 | はい ? いいえ |
| 51. ほかの人から、元気のよい人間だ、と思われていますか                               | はい ? いいえ |
| 52. ときには、人の悪口を言いますか   | はい ? いいえ |
| 53. いつも、だいたい同じ気分です  | はい ? いいえ |
| 54. どちらかといえば、すぐ気を悪くする方ですか                                   | はい ? いいえ |
| 55. うそをついたことがありますか  | はい ? いいえ |
| 56. みんなで集まって、何かする時は、先頭に立つのが好きな方ですか                          | はい ? いいえ |
| 57. 自分は陽気な人間だ、と思いますか  | はい ? いいえ |
| 58. お金の心配をすることがあります   | はい ? いいえ |
| 59. すわってられないほど、いらいらする時がありますか                                | はい ? いいえ |
| 60. ふだん、人づきあいのよい方ですか  | はい ? いいえ |
| 61. 自分は、元気のよい人間だ、と思っていますか                                   | はい ? いいえ |
| 62. 約束の時間や、仕事の時間に、遅れたことがありますか                               | はい ? いいえ |
| 63. まったく理由もないのに、とてもみじめだ、と感じたことがありますか                        | はい ? いいえ |
| 64. 自分が悪かったと、悩むことがよくあります                                    | はい ? いいえ |
| 65. 怒りっぽい方ですか   | はい ? いいえ |
| 66. 社交的な集まりに顔を出すのが好きですか                                     | はい ? いいえ |
| 67. 腹を立てたり、かんしゃくを起こしたりすることがあります                             | はい ? いいえ |
| 68. はっきりした理由もないのに、楽しくなったり、ゆううつになったりしますか                     | はい ? いいえ |
| 69. 陽気なパーティ(集まり)でも、夢中になることはなかなかできませんか                       | はい ? いいえ |
| 70. 新しい場所や新しい環境などに、すぐなれる方ですか                                | はい ? いいえ |
| 71. 陽気になったり、気分がよく変わりますか                                     | はい ? いいえ |
| 72. 役所や学校などにとどけを出すとき、絶対にばれないとわかっている、自分に損になることも、必ず全部とどけ出しますか | はい ? いいえ |
| 73. 細かいところに注意を、集中しなければならない仕事が好きですか                          | はい ? いいえ |
| 74. 一人きりでいたいと思ったり、人といっしょにいるのが、がまん                           | はい ? いいえ |

きないことがありますか

- |                                   |          |
|-----------------------------------|----------|
| 75. 多勢人が集まった所では、後の方にひっこんでいる方ですか   | はい ? いいえ |
| 76. 心配事で眠れないことがよくありますか            | はい ? いいえ |
| 77. 知っている人の中で、どうしても好きになれない人がいますか  | はい ? いいえ |
| 78. いつまでも気になるほど、ひどく失望することがよくありますか | はい ? いいえ |
| 79. たいてい、自分のほうから、進んで、新しい友達をつくりますか | はい ? いいえ |
| 80. 皆と一緒に「ワーワー」騒いで楽しめますか          | はい ? いいえ |

## 参考資料 2

### T S M I 質 問 票

- 1 一流選手になる為には、どんな障害も乗り切ることができる。
- 2 新しい技術を習得する時には、それが完成するまで努力を続ける。
- 3 困難な事に出くわした時、さっと他の事に移るより、それを乗り越えようと努力する。
- 4 スポーツは、楽しむことより勝つことに意義がある。
- 5 私は試合の前、うまくできないのではないかと心配する。
- 6 試合にプレッシャーがかかっている場合ほど、私はミスを犯しがちだ。
- 7 試合でせり合いの時、冷静な判断ができる。
- 8 自分より強い相手であっても、気おくれするようなことはない。
- 9 コーチから言われたことは、その通り実行する。
- 10 練習や試合で1度も失敗をしたことがない。
- 11 自分より弱い相手と試合をするより、強い相手とする時の方が闘志がわく。
- 12 競技やスポーツの本を読むのが好きである。
- 13 日常生活で不節制をすることが多い。
- 14 練習場へは、誰よりも早く出るようにしている。
- 15 何か他に意義のあることがみつければ今の競技をやめたい。
- 16 プレーする前に、私は自分の戦略を立てておく。
- 17 相手に勝ったり、記録が伸びるのは、能力や素質よりも努力の問題だと思う。
- 18 コーチに対して反抗心を感じる。
- 19 勝つため、記録を出すために必要なら、どんなきつい練習にも耐えることができる。
- 20 練習では自分の弱点を克服することにつとめている。
- 21 ひとつのことをやりはじめたら、最後までやらないと気がすまない方だ。
- 22 スポーツは、勝つことが最大の目的である。
- 23 試合中にミスするのではないかとといった不安をもつことがある。
- 24 追い込まれた状態（土壇場）になるとふだんの実力を発揮することができない。
- 25 試合に負けそうな時でも、非常に冷静に力を出すことができる。
- 26 困難に出あっても、気がくじけない。
- 27 コーチの言うことならどんなことでもする。
- 28 ほとんどのコーチは選手が試合で勝つことを念願している。
- 29 相手が強い程、闘志がわいてくる。
- 30 偉大なスポーツマンの伝記を読むのが好きである。
- 31 自分なりに練習の計画を立てても、なかなか実行できない。
- 32 常に練習のことを考えて、日常生活をしている。
- 33 競技していることが、自分の人生にとって、かえってマイナスになることがあると思う。
- 34 試合の時には、具体的な目標をたてている。

- 35 試合に負けた時、その原因は、相手が強かったからでなく自分が努力しなかったからである、と考えることが多い。
- 36 コーチに注意されると腹がたつ。
- 37 一つの事をやり遂げようとすれば、他のものを犠牲にしてまで努力する。
- 38 新しい技術を与えられたら、それをマスターするまで頑張る。
- 39 ひとつのことがうまくいかない時、それをやめて他のことをするより、それができるまで努力し続ける。
- 40 みんなで楽しむスポーツよりも、勝敗の明白なスポーツの方がやる意欲がわく。
- 41 私は試合前に不安を感じる。
- 42 観衆が多いときドキドキし、良いプレーを展開することができない。
- 43 試合中、私は心を平静に保つことができる。
- 44 相手にリードされても、あまりあわてるようなことはない。
- 45 コーチの指示に従い、コーチから期待されることをしたい。
- 46 ほとんどのスポーツ種目で体力は必要でない。
- 47 大きな試合になればなるほど闘志がわいてくる。
- 48 競技についての話を聞くのが好きである。
- 49 目標を立てても、実行できないことが多い。
- 50 過去に不調だった日は全くない。
- 51 練習は大切なので、他の事(例えば遊び)を犠牲にしても練習をやる。
- 52 競技は一生続ける価値がある。
- 53 心の中に試合のプランを持ってプレーするよりも、その時、その場に応じて任意にプレーする。
- 54 試合には、日頃の練習の成果が必ず出てくると思う。
- 55 コーチの作戦や計画に不満を感じる。
- 56 目標を立てたら、途中であきらめることなく最後まで努力できる。
- 57 自分の満足できないプレーは、納得するまで練習をする。
- 58 困難な状況におかれても、それを乗り越えようと努力する。
- 59 フェアプレーをするよりも、勝つことが大切である。
- 60 大切な試合ほど、うまくいかないのではないかと心配する。
- 61 試合中、自分の思うように手足が動かず、動作がぎこちなくなる。
- 62 自分の考えた作戦は、よく成功する。
- 63 試合中に神経質になることを適当にコントロールできる。
- 64 練習中、よくコーチの話を聞いていたので、成績がよいのだと思う。
- 65 チームワークはチームスポーツにとって不可欠な要素である。
- 66 自分より優れた成績の人と競争するのが好む。
- 67 自分の種目について書かれてある本は、積極的に読んでいます。
- 68 その日の練習でやらなければならないことを後日にのぼすことがある。
- 69 仲間が集まると競技の話ばかりする。
- 70 練習中に、つまらないと思うことがある。
- 71 競技を習得するために、自分なりに考えて、工夫してトレーニングする。
- 72 試合で勝ったのは、よく努力したからだと思う。
- 73 私はコーチによく思われていない。
- 74 ある技術をマスターするためには、人一倍努力する方だ。
- 75 もし、ある大会で優勝したとしても、引き続き努力をおこなわない。
- 76 自分の言ったことは、必ずといっていい程、実行しようとする。
- 77 競技は勝たなければ意味がない。
- 78 前に負かされたチーム、あるいは人と再び試合する時、前のことが思い出されて不安に

- なる。
- 79 自分にとって大切なことをするとき、緊張しすぎて、エネルギーを使いすぎる。
- 80 周囲の興奮に左右されることなく、自分をコントロールできる。
- 81 試合中、ミスを恐れて消極的なプレイをするようなことはない。
- 82 コーチの言っていることは、いつも正しいと思う。
- 83 ほとんどの競技で選手はユニフォームを着ていない。
- 84 練習ではそうでもないが、試合になると人一倍闘志がわいてくる。
- 85 自分の種目について、科学的な分析を試みたい。
- 86 集合や練習の時間に遅れることがある。
- 87 暇な時間があれば、練習をすべきである。
- 88 自分のやっている競技が好きでしかたない。
- 89 大きな目標を持った時は、それに到達するための綿密な計画を立てて行く。
- 90 学業や仕事など、生活のあらゆる面での努力が競技に通ずると思う。
- 91 コーチから練習をしると何度も言われると、逆にイヤ気がさす。
- 92 いつも、自分がどれだけやれるか可能性に挑戦している。
- 93 新しい技術を学ぶ時は、段階的に目標を立てて練習する。
- 94 1度や2度の失敗には負けず、自分の力の限り挑戦することが多い。
- 95 スポーツの目的は、勝つことではなく、人間形成である。
- 96 試合がまだ始まりもしないうちから、試合に負けることばかり考えてしまう。
- 97 他人が、自分の競技遂行ぶりをどう思うか、ということに私は影響される。
- 98 競技場で動揺することは、全く無い。
- 99 試合に負けた直後でも、冷静になってその敗因を考えることができる。
- 100 オリンピックには各国の優れた選手が出場していない。
- 101 試合運びがうまくいくのは、コーチの指示がよいからだと思う。
- 102 競技にはルールがある。
- 103 せり合っている時ほど闘志がわいてくる。
- 104 良いプレーヤーの出場している試合を、ビデオ等で研究したい。
- 105 競技のことを考えて食事は、栄養のバランスに注意している。
- 106 通常の練習が終わった後でも、残ってさらに練習する。
- 107 競技の価値について疑問を感じている。
- 108 練習の年間計画を立てている。
- 109 楽をして勝つよりも、苦勞して勝つ方がよい。
- 110 なんとなく、コーチと肌が合わない。
- 111 たとえ到達できそうもない目標であっても一生懸命努力する。
- 112 自分の能力をためすような機会がある時は、積極的にそれに参加する。
- 113 スラップにおちいったら、自分の納得いくまで練習を繰り返す。
- 114 もともと楽しむためにスポーツをやっている。
- 115 競技の成功への期待よりも、失敗することの方が気にかかってならない。
- 116 攻撃的な相手プレーヤーには、脅迫されるような感じをうける。
- 117 試合中は、鉄の神経の持主である。
- 118 あれこれミスを犯したとしても、競技を楽しむことができる。
- 119 練習計画を立てるとき、コーチの指示を受けたい。
- 120 技術を習得するためには、練習は必要でない。
- 121 ここ一番という時に闘志がわいてくる。
- 122 自分のプレーをビデオなどに撮って、分析してみたい。
- 123 競技のことを考えて睡眠に注意している。
- 124 私は人から、“練習のむし”だとよく言われる。

- 125 競技は私の人生のすべてである。  
 126 自分独特の練習方法をもっている。  
 127 技術の進歩は素質よりも練習によるものである。  
 128 コーチとは、練習以外ではあまりつきあいたくない。  
 129 試合に負けそうな時でも、決してあきらめず最後まで全力を尽くすることができる。  
 130 いいプレイヤーの技術を習得しようと絶えず研究している。  
 131 スランプになっても、それを克服するために意欲的に取り組む。  
 132 スポーツマンに必要なことは、勝利に対する執念である。  
 133 うまくいかないのではないかと心配で競争を避けることがある。  
 134 試合中、プレイしていて競争相手が接近してくるとあせってしまう。  
 135 まわりの人たちから見られても、あまり意識する方ではない。  
 136 競争場面において、精神的な強さを発揮することができる。  
 137 コーチに叱られても素直に受け取る。  
 138 ほとんどの競技で勝敗はつきものである。  
 139 不利な状況におかれた時ほど闘志がわいてくる。  
 140 常に新しい技術やトレーニングに関心を持っている。  
 141 たばこなど体の害になるようなものは、なるべく避けるようにしている。  
 142 何かの都合で練習ができないと気分がわるい。  
 143 スポーツは単なる遊びにすぎない。  
 144 練習には、細かい目標を設けている。  
 145 勝敗は努力より時の運である。  
 146 コーチが他の人によって変わってほしいと思うことがよくある。

### 参考資料 3

#### T S M I の 結 果

(各項目についての簡単な説明)

1. 目標への挑戦：目標に対してやれるだけ努力しようとしているか。
2. 技術向上意欲：技術向上のための努力をしているか。
3. 困難の克服：色々な困難に対して克服していく意欲はあるか。
4. 勝利志向性：勝つことに対して意欲的か。
5. 失敗不安性：失敗に対してたえず不安をもっているか。
6. 緊張性不安：試合中など緊張したり、緊張することに不安をもっているか。
7. 情緒安定性：いつも冷静な判断ができるか。
8. 精神的強靱さ：どんな試合場面でも精神的な強さがあるか。
9. コーチ受容：コーチの指示にはよく従い、それを正しいと思っているか。
10. 対コーチ不適応：9番とは逆。コーチに反抗心を持っている。
11. 闘志：強いチーム、大きな試合に対して闘志をもやすか。
12. 知的興味：試合、技術、スポーツ等に対して知的興味をもっているか。
13. 不節制：生活がルーズであったり、不節制であったりするか。
14. 練習意欲：練習に対する意欲はあるか。
15. 競技価値観：練習や競技に対して価値を見出しているか。
16. 計画性：練習や試合に対して自分なりの計画をもっているか。
17. 努力への因果帰属：試合の勝敗は努力によるものであると思っているか。

参考資料 4

S C A T 質 問 票

次の文章は、あなたが試合（競争）をする時にどのように思うかについて書いてあります。各文章をよく読んで、あなたが試合（競争）をする時にそのように思うことが「めったにない」、「時々ある」、「よくある」、かを決めて下さい。もしあなたが「めったにない」と思ったら1に、「時々ある」と思ったら2に、「よくある」と思ったら3に○印をつけて下さい。正しい答も誤った答もありません。ひとつの文章にあまり時間をかけないようにして下さい。

あなたが試合（競争）をする時に、普通いつもどのように思うかその程度を述べた言語を選ぶことを忘れて下さい。

	め つ た に な い	時 々 あ る	よ く あ る
1. 人と競争することは楽しいと思う。	1	2	3
2. 試合前、落ち着かないことがある。	1	2	3
3. 試合前、私はうまくいかないのではないかと心配する。	1	2	3
4. 私は試合の時、フェアプレーをする。	1	2	3
5. 私は試合中、ミスをするのではないかと心配する。	1	2	3
6. 試合前、私は平静である。	1	2	3
7. 競争する時、目標を定めておくことが重要である。	1	2	3
8. 試合前、私は気持が悪くなることがある。	1	2	3
9. 試合直前になると、私はいつもドキドキする。	1	2	3
10. 私は全力を出しきるような試合が好きである。	1	2	3
11. 試合前、私はリラックスしている。	1	2	3
12. 試合前、私はビリビリしている。	1	2	3
13. 私は、チームスポーツは個人スポーツよりおもしろいと思う。	1	2	3
14. 私は試合が早く始まってくれないかとイライラする。	1	2	3
15. 試合前、私はいつも緊張する。	1	2	3