
原 著

長距離選手の性格特性
試合前後の情緒変化と競技成績との関係について
－ 2009 第 85 回箱根駅伝における K 大学の場合 －

A study of the correlation between changes of characteristic traits and peak
performance of long-distance runners before and after the competition
－ In case of 85th Hakone-ekiden of K-university in 2009 －

滝 山 将 剛

Yukitaka TAKIYAKA

ABSTRACT

We have demonstrated that there is linearly relationship between changes of characteristic traits and peak performance of wrestling players before and after the competition. Our findings have indicated that the wrestlers who have positively changed characteristic traits before the competition have shown peak performance and vice versa, i.e., the wrestlers who have negatively changed them before the competition have not shown performance. Is this phenomenon specific manner in the wrestling players or general one? The present study was undertaken to address this issue. That is, is this phenomenon also observed in different athletes? Then, using same method (Y-G test) based on previous our reports, we have investigated relationships between changes of characteristic traits in ten long-distance runners of K-university before and after the competition (85th Hakone-ekiden 2009). The results were similar to wrestlers' ones. That is, some runners who have changes their characteristic traits before the competition could show their peak performance. Concretely, runners with characteristic trait of E-Type have increased and runners with other Types (D, C, I and N-Types) have improved them before the competition. Based on the present results, it is suggested that phenomenon of changes of characteristic traits before the competition is usually seem to negative tendency for the competition, but we have to pay attention to active effects dependent on individual different characteristic traits.

Key words; Hakone-ekiden, Y-G test, peak performance.

I. はじめに

性格（ヒトの情意的側面を反映しているという意味で、ここではこの用語もちいることにする）は、大別すると質問用紙法、投影法、作業検査法などの手法を使って客観的に把握することが可能である。ヒトの情意（性格）的側面の特性を把握することは、そのヒトのパフォーマンスの成否を予測するうえで極めて重要である。特にそれが実際の競技場面においては、その勝敗の決定に及ぼす比重が極めて高いことは常日頃我々が痛感しているところである。筆者は、今までこの観点に立ってスポーツ選手、特にレスリング選手にたいし、性格検査法として広く受け入れられ、信頼性の高さが定評のある谷田部・ギルフォード（Yatabe・Guilford）YG性格検査法「以下YG検査という」を使用して情意的側面が実際の競技の前後においてどのように変化し、それが実際の競技成績とどのように関わっているかについて報告してきた^{3) 4) 5) 6) 7) 8) 9) 10) 11)}。即ち、YG性格検査を選手の心理面的変化が著しく起こると考えられる。選手にとって最も大切な試合（オリンピック大会等）前後で実施し、同じ条件下での性格類型の選手が、どのような情緒変化をきたすかを調べる方法である。今までは漠然と、しかも経験的に捕らえられていた選手の試合直前の情緒変化が、実際の試合結果と大きな関わりを持つことが分かってきた。即ち、YG性格検査の性格類型と情緒尺度（D：抑うつ性、C：気分の変化、I：劣等感、N：神経質、O：客観性）に、それらが如実に反映されることが分かった。換言すれば「心理的側面の変化を科学的に捕らえることが出来るようになった」ということである。しかし、未だ充分に個人の性格特性とパフォーマンス（勝敗）の関係を明確に解析するまでには至っていない。そこで今回は、これらの一連の研究の継続として、この点を一層明確にする目的で、いまや国民的行事として最も高い注目を浴びる「東京箱根間往復大学駅伝競走（以下箱根

駅伝という）」選手の性格特性を調べ、その差異及び、情緒的側面の変化と競技成績との関係について調査解析した。その結果を今まで筆者が報告してきたトップレスラーの特性と比較することで、今後の共通のした競技力向上の施策の一助にすることを目的とした。

II. 調査方法及び被験者

被験者は、大会にエントリーされたK大学駅伝チーム19名である。チームの性格特性及び、情緒の変化を把握する目的でエントリーの19名全員にYG性格検査を実施した。第1回目は、千葉白子海岸で実施された調整合宿中の平成20年12月8日に全員に実施した（○印）。第2回目は、情緒変化を知る目的で本戦に出場予定の選手、往路の出場予定選手6名（本戦出場は5名）は、最も緊張の高まると推察される、平成21年1月1日の夜（△印）、復路の出場予定選手9名（本戦出場は5名）については、平成21年1月2日夜に実施した（△印）。第3回目、は大会後の1月11日に本戦に出場した10名について実施した（●印）。

尚、本戦前夜のYG検査の際に、今回の自己目標タイム、若しくは区間順位を挙げさせた。

YG性格検査の実施方法、その処理方法などは先の報告の通りである。

III. 結果と考察

1. K大学駅伝選手の性格特性について

表1に、第85回東京箱根間往復大学駅伝競走

表1 第85回東京箱根間往復大学駅伝競走、K大学駅伝チームの性格特性

N:19

D-type	右下がり型（安定積極型）	8名（42%）
A-type	平均型（平凡型）	5名（26%）
E-type	左下がり型（不安定消極型）	4名（21%）
C-type	左寄り型（安定消極型）	2名（11%）

K大学チーム19名の性格特性比率をまとめて示した。

YG性格プロフィールの類型に準じ、得られた対象者19名の、性格プロフィールから大きく4つの類型に分類可能であった。その結果から、右下がり型（安定積極型：D-Type）8名（42%）、平均型（平凡型：A-Type）5名（26%）、左下がり型（不安定消極型：E-Type）4名（21%）、左より型（安定消極型：C-Type）2名（11%）であった。これらの結果から、すでに報告されているスポーツマン的性格^{1) 2)}を示す、右下がり型（安定積極型：D-Type）の性格特性を示す選手が8名（42%）で、K大学駅伝チームにおいても最も多くみられた。それらの性格特性は先に報告されているスポーツマン的性格（安定積極型）の範疇に属していた。従来はD-Typeを示す性格の選手はスポーツマン的性格と呼ばれ、競技者として好ましい性格とされてきたものである。また、今まで競技者としては、どちらかと言えば異端視されてきたE-Type（不安定消極型）の選手が4名（21%）みられた。この傾向は近年特に顕著で、筆者らがこの研究を始めてから20数年が経過したが国際大会で活躍しているトップレベルのレスリング選手においても、このE-Typeを示す選手がみられたが、今回は本戦に出場した選手においてもみられた。従来はD-Typeを示す性格の選手はスポーツマン的と呼ばれ、競技者としても最も好ましい性格とされてきた。しかし、生活環境、その他時代の変化に相応して、従来では考えられなかったような性格特性を有する選手が出現し、選手の心理的側面において質的な変化が確実に起こっていることを示しているものと推察される。

2. 競技成績との関係について

この際、本戦に出場した10名についてのみ競技成績との関係について考察した。また、考察については襷を繋ぐ駅伝の特質から従来の手法である性格特性別での考察ではなく区間順に考察する。

図1、に区間の順位の経緯を示した（朝日新聞より）。図2、に出場校全部の区間順位の経緯を示した（ベースボールマガジン社、第85回箱根駅伝より）。

第1区、21.4km（大手町→鶴見中継所）

走者Y、K選手（C-Type）、（4年）自己設定目標・区間5位以内（タイム設定なし）、実際の

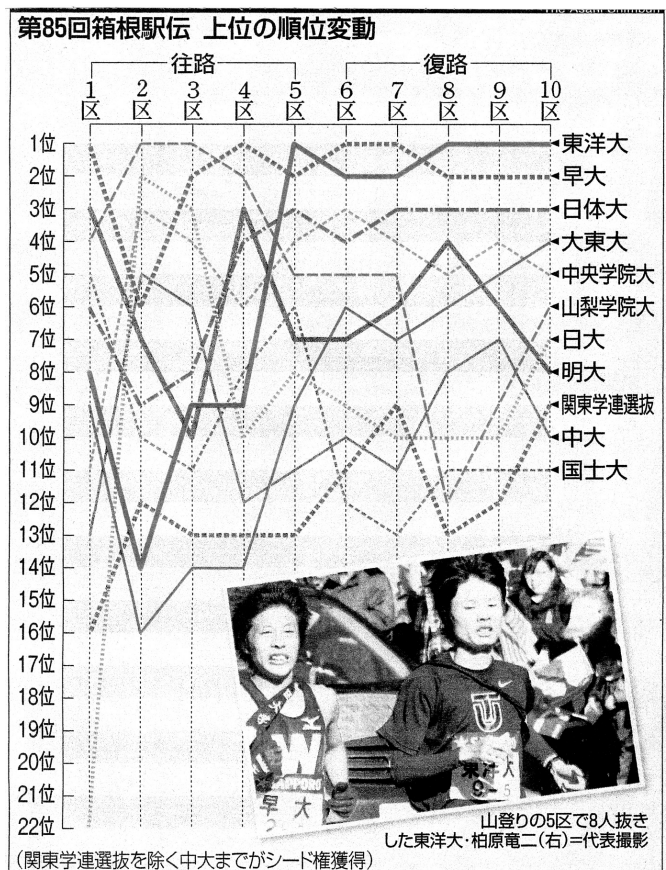


図1 第85回箱根駅伝 上位の順位変動
(朝日新聞社)

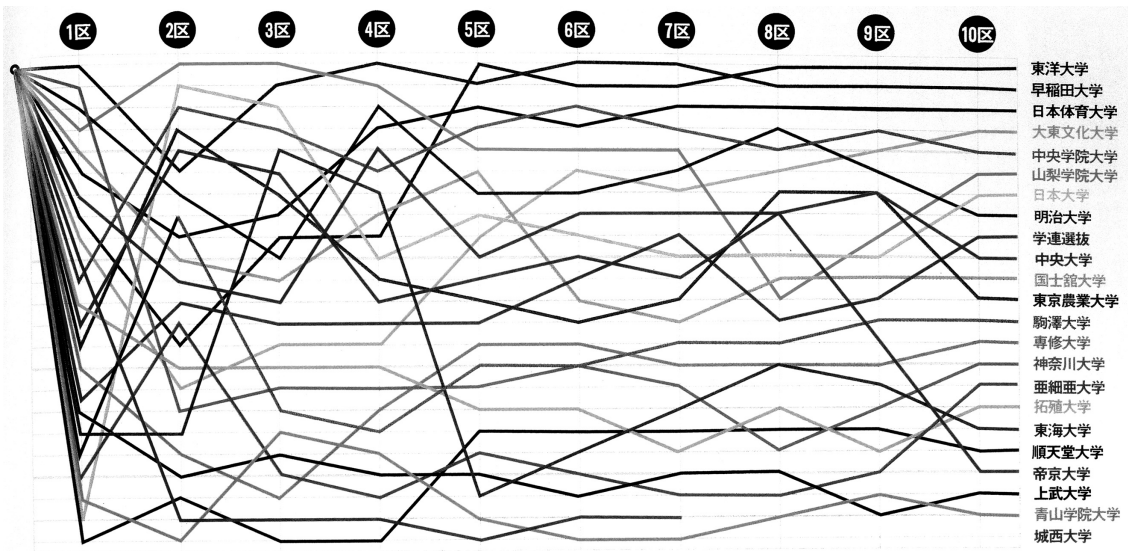


図2 第85回箱根駅伝 出場校の順位変動
(第85回箱根駅伝、ベースボールマガジン社)

記録1:04:56、区間第5位、目標完全達成。図3に、情緒的变化について示した。

情緒安定性の尺度、D（抑うつ性）、C（回帰性傾向、気分の変化）、I（劣等感）、N（神経質）においてD尺度（抑うつ性）は変化なし、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感）において小さくマイナス要因への変化がみられた。しかし、注目されることはN尺度（神経質）の因子が大きくプラス要因に変化していることである（※）。これらのことから、神経質でなく、抑うつ性がなく、解放的であることが示されており、心理的動揺はなく平常心でレースに臨んでいたものと推察される。選手自身の目標にはタイムはあえて設定せず、区間5位とした。これは周囲のレース展開に合わせて順位にこだわり、1区の走者として最も重要である、以後のレースに良い流れをもたらすためにあくまで勝負に徹した強かな戦略を胸中秘めていたもの

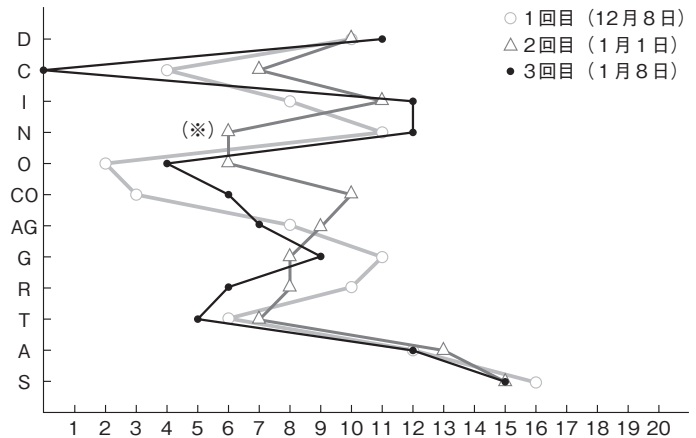


図3 1区 (21.4km) Y.S選手 C-Type

と推察されイメージ通りのレース展開ができたものと思われる。トップとの差8秒の5位で櫂を繋ぐ。

第2区、23.2km（鶴見中継所→戸塚中継所）

走者T、Y選手（D-Type）、（4年）自己設定目標・1:09:30~40、実際の記録1:10:14、区間13位のタイム、チーム10位、図4に、情

緒的变化について示した。

情緒安定性の尺度、D尺度（抑うつ性）、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感大）、N尺度（神経質）のいずれの尺度においても大きな変化はみられなかった。換言すれば、俗に言うエース区間に挑戦するという独特な緊張感などはなかったものと推察される。しかし、注目されることはO尺度（客観的）の変化（※印）が大きく、客観的から主観的（物事を冷静に捉えることができなくなる）になることを示していた。この区間には傑出した2名の外国人選手がおり、ずば抜けたスピードで他の選手を圧倒するレースの展開であったことで、競争心を煽られ冷静さを失ない自分のペースを守り切れなかったものと推察される。特筆されることは、大会後に実施した検査（●印）において情緒的变化の尺度に不安定要因への変化がみられたことである。これは競技成績の不满を悔いる気持ちが残っていたものと推察される。

第3区、21.5km（戸塚中継所→平塚中継所）

走者M、T選手（D-Type）、（4年）自己設定目標、区間5位以内、1：04：20 実際の記録1：04：37、目標より17秒遅れ、区間6位のタイム、チーム11位、図5に、情緒的变化について示した。情緒安定性の尺度、D尺度（抑うつ性）、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感）、N尺度（神経質）のうちD尺度、C尺度、I尺度、N尺度の尺度において小さくプラス要因への変化がみられ、I尺度、N尺度が小さくマイナス要因への変化がみられた。しかし、これらは、情緒面

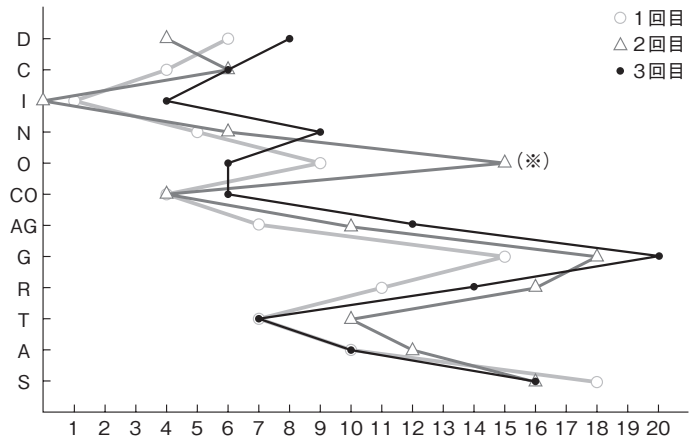


図4 2区 (23.2km) T.Y選手 D-Type

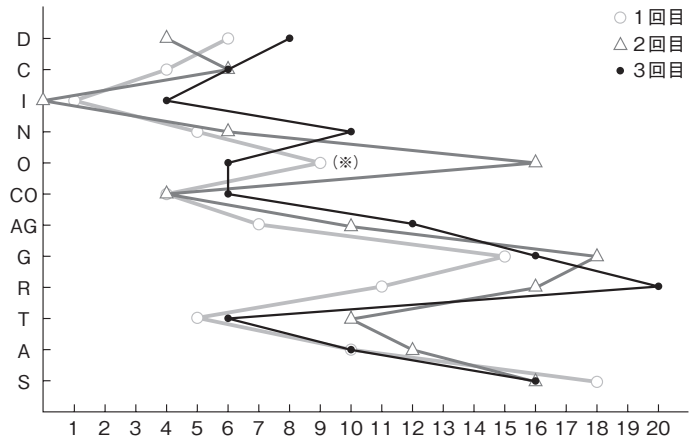


図5 3区 (21.5km) M.T選手 D-Type

の動揺に繋がる程の変化とは考えにくい。このことから精神面においては平常心でレースに臨んでいたものと推察される。注目されることは、O尺度（客観的）の変化が大きく（※）、客観的から主観的（物事を冷静に捉える事ができなくなる）になる。しかし、このことは主観性が高まったことで、周囲と自分を上手く切り離すことができ自分のペース、いわゆるマイペースを作るための好条件になったものと推察される。好選手が揃った中での区間6位のタイムを出したことに繋がったものと思われる。

第4区、18.5km（平塚中継所→小田原中継所）

走者M、I選手（C-Type）、（1年）自己設定目標、0：55：00以内、実際の記録0：56：12、目標より約1分遅れ、区間5位のタイム、チーム8位、図6に、情緒的变化について示した。

情緒安定性の尺度、D尺度（抑うつ性）、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感）、N尺度（神経質）のうちD尺度、I尺度、N尺度に加えて、O尺度（客観性）においてプラス要因への変化がみられた。これらのことから、精神的には最高の充実が図られたものと推察される。自己設定タイムには届かなかったが「駅伝はタイムではなく襷渡しだ」の格言の如く、順位に拘り、区間5位の走りに徹したものと推察される。大会後に（●印）情緒的側面がプラス要因へと変化を示したことは、自分の走りに納得する満足感から来たものと推察される。

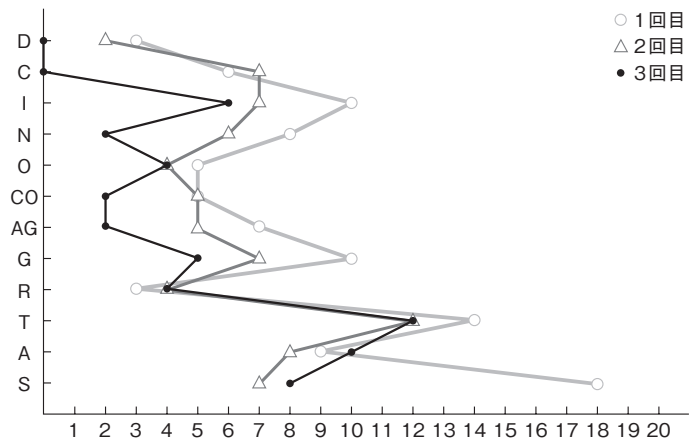


図6 4区（18.5km）M.I選手 C-Type

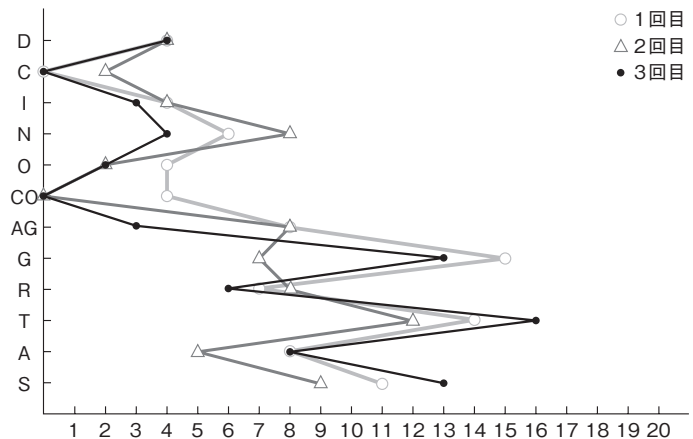


図7 5区（23.4km）K.K選手 D-Type

第5区、23.4km（小田原中継所→芦ノ湖）

走者K、K選手（D-Type）、（4年）自己設定目標、1：19：59以内、実際の記録1：22：12、区間8位のタイム、チーム6位、図7に、情緒的变化について示した。

情緒安定の尺度、D尺度（抑うつ性）、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感）、N尺度（神経質）のうちD尺度、I尺度には変化なく、C尺度、N尺度において小さくマイナス要因に変化していた。しかし、これらは情緒面の動揺に繋がる変化としては考えにくい。注目されることは、O尺度（客観性）においてプラス要因への変化が

みられた。これは、現実を直視できることを示しており、本戦においては冷静に作戦を立て、コースの攻略を考えられる状況にあったものと推察される。自己の設定目標よりやや遅れたが、イメージ通りの走りができたものと推察される。往路5：38：02 第6位

第6区、20.8km（芦ノ湖→小田原中継所）

走者A、M選手（E-Type）、（3年）自己設定目標、1：00：30、実際の記録、1：02：11、目標より、1分40秒遅れ、区間21位、図8に、情緒的变化について示した。

情緒的側面（性格特性）は E-Type であることから D 尺度（抑うつ性）、C 尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I 尺度（劣等感）、N 尺度（神経質）らの尺度においては情緒安定性には否定的な因子反応がみられるが、自身の情緒面が総てマイナス要因になっているとは考えにくい。この事実は先の報告を支持するものであった）。注目されるのは、本戦前夜（△印）において Ag 尺度（攻撃的でない）、G 尺度（非活動的）の因子が極端にプラス要因である、活動的へと変化していた。すなわち、Ag 尺度の攻撃的でないが、攻撃的に、G 尺度の非活動的が活動的に、である。これらのことから、本戦に向けて、普段は内に向いている情緒面が闘争心として前面にでてきたものと推察される。このことから、情緒面においては疑問点については見当たらない。しかし、予想外にタイムが伸びなかったことは、特徴的なコース克服に苦戦したものと思われる。

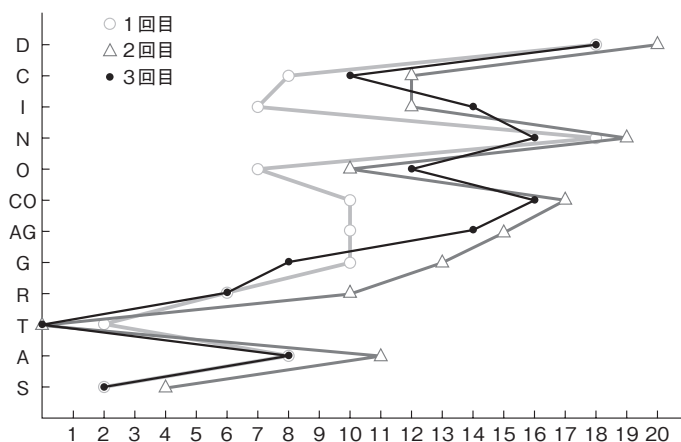


図 8 6 区 (20.8km) A.M 選手 E-Type

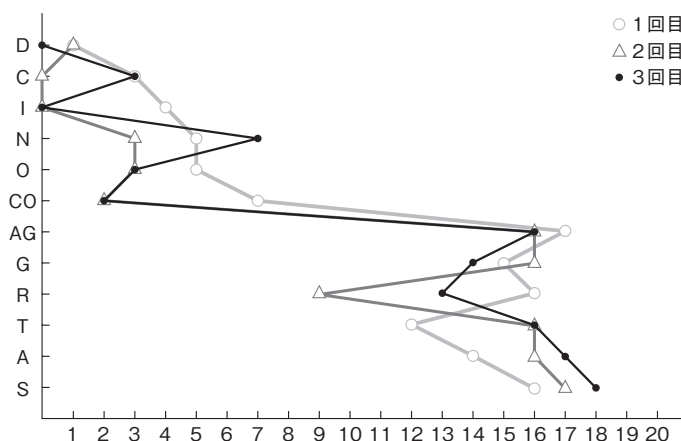


図 9 7 区 (21.3km) Y.T 選手 D-Type

第 7 区、21.3km（小田原中継所→平塚中継所）
 走者 Y、T 選手（D-Type）（4 年）自己設定目標、1：05：00 分台、実際の記録 1：07：05、目標より 1 分 05 秒遅れ、区間 16 位、チーム 13 位、図 9 に、情緒的变化について示した。

情緒安定尺度の、D 尺度（抑うつ性）、C 尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I 尺度（劣等感）、N 尺度（神経質）らの尺度、情緒不安定性の要因が総てプラス要因に変化していた。この意味するところは、本戦に向けて情緒面、すなわち心理面においては充実、安定していたものと推察される。自己の設定タイムには及ばなかったが、シード権争

いを胸に順位を上げるべく走りができたものと思われる。

第 8 区、21.5km、（平塚中継所→戸塚中継所）

走者 A、K 選手（D-Type）（1 年）自己設定目標、1：07：30、実際の記録 1：07：18、目標より 8 秒良、区間 6 位、チーム 11 位、図 10 に、情緒的变化について示した。

情緒安定の尺度、D 尺度（抑うつ性）、I 尺度（劣等感）、N 尺度（神経質）らの尺度においてプラスの要因への変化がみられ、C 尺度（回帰性傾向、気分の変化）変化なし。注目されるのは、N

尺度（神経質）の変化が大きくプラス要因に変化している。これらの意味するところは、試合前の心理面において過剰な神経質さがとれ、いわゆるリラックスできた状態にあったということである。充実が見事に図られていたものと推察される。このことが目標タイムを上回り区間6位の走りに繋がったものと思われる。

第9区、23.2km（戸塚中継所→鶴見中継所）

走者R、H選手（D-Type）（2年）自己設定目標1：11：00、実際の記録1：12：50、目標より1分遅れ、区間15位、チーム11位、図11に、情緒的变化について示した。

情緒安定の尺度、D尺度（抑うつ性）、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感）N尺度（神経質）らの総ての尺度においてプラス要因への変化がみられた。この意味することは、心理面での動揺はみられず、むしろ充実していたものと推察される。復路のエース区間でもあり、シード権争いの熾烈さが増すなか約2分30秒の間に8校が競り合う展開であったために、精神面の充実を実戦の戦いでなかで自分のレース展開ができず、苦戦を強いられたものと思われる。

第10区、23.1km（鶴見中継所→大手町）

走者S、H選手（E-Type）（3年）自己設定目標1：10：25、実際の

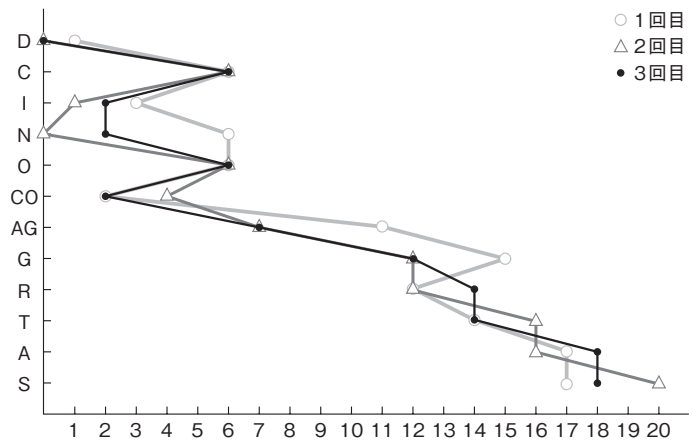


図10 8区 (21.5km) A.K選手 D-Type

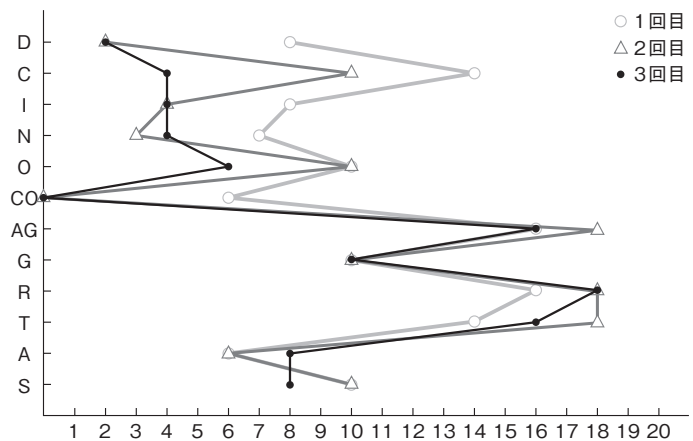


図11 9区 (23.2km) R.H選手 D-Type

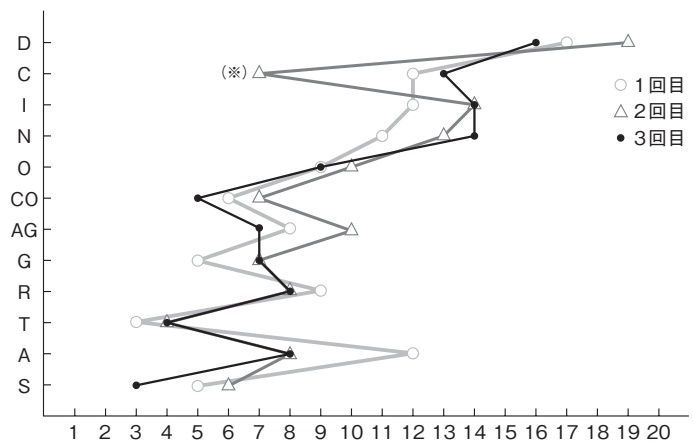


図12 10区 (23.1km) S.H選手 E-Type

記録1:11:41、目標より約50秒遅れ、区間4位、チーム11位、図12に情緒的变化について示した。

情緒的側面（性格特性）はE-TypeでD尺度（抑うつ性）、C尺度（回帰性傾向、気分の変化）、I尺度（劣等感）、N尺度（神経質）などの尺度において情緒安定性には否定的な因子反応がみられるが、自身の情緒面が総てマイナス要因になっているとは考えにくい。先の報告で国際級のレスリング選手において試合前日のYG性格検査にたいしてE-Typeの選手がすべての情緒不安定要因を払拭している事実を報告した⁶⁾。S、H選手にも同様の事例がみられる。それはC尺度（※）のプラス要因への大きな変化である。このことは、情緒的に安定し沈着で理性的になることを示している。本戦のレース展開では4位から12位までのチームが接近、交錯、上昇、弾き出しが続くなか冷静なレース運びで区間4位の好走をみせ最後までシード権争いに加わった事実がC尺度のプラス要因へ変化が実証するものであろう。

ま と め

第85回東京箱根間往復大学駅伝競走K大学の出場及びエントリー選手19名に対するYG性格検査からD-Type右下がり型（安定積極型）8名（42%）、A-Type平均型（平凡型）5名（26%）、E-Type左下がり型（不安定消極型）4名（21%）、C-Type左寄り型（2名%）の性格類型がみられた。

K大学駅伝選手においてもE-Typeを示す選手が顕著に増加していた。この傾向は先のレスリング競技の報告を支持するものであった。

本戦（レース）直前の情緒変化について、情緒安定性尺度（D、C、I、N）の因子がプラス面への変化を示した選手は概して好成績をおさめていた。また、E-Typeの選手においても情緒不安定（D、C、I、N）を払拭できる選手は好成績をおさめていた。このことについても、いずれも先の報告を支持するものであった。

謝 辞

本報告は、体育学部付属研究所2008年度研究助成によって実施した。

引用・参考文献

- 1) 小林晃夫：スポーツマンの性格－性格からみた運動技能向上達－杏林書院、1986。
- 2) 花田啓一・他：スポーツマン性格、不昧堂、P.83-92、1968
- 3) 滝山将剛：レスリング選手の性格特性と試合前後の情緒変化と競技成績との関係－、日本体育協会スポーツ医・科学研究報告、No.Ⅱ競技力向上に関する研究、P.206-209、1991。
- 4) 滝山将剛：レスリング選手の性格特性と試合前後の情緒変化と競技成績との関係－、日本体育協会スポーツ医・科学研究報告、No.11競技力向上に関する研究、P.277-279、1992。
- 5) 滝山将剛：レスリング選手の性格特性と試合前後の情緒変化と競技成績との関係－、日本体育協会スポーツ医・科学研究報告、No.11競技力向上に関する研究、P.259-262、1994。
- 6) 滝山将剛：レスリング選手の性格特性（6報）－1993年度世界選手権大会及びエスポアール世界選手権大会における試合前後の情緒変化と競技成績との関係－国士舘大学体育研究所報、Vol.12、P.7-12、1993。
- 7) 滝山将剛：レスリング選手の性格特性と試合前後の情緒変化と競技成績との関係－、日本体育協会スポーツ医・科学研究報告、No.11競技力向上に関する研究、P.291-294、1995。
- 8) 滝山将剛：レスリング選手の性格特性（7報）－第21回内閣総理大臣杯全日本大学レスリング選手権大会における試合前後の情緒変化と試合成績との関係－優勝チームK大学の場合－、国士舘大学体育研究所報、Vol.14、P.11-14、1996。
- 9) 滝山将剛：レスリングの性格特性（第8報）、－第23回内閣総理大臣杯全日本大学レスリング選手権大会における試合前後の情緒変化とK大学の場合－、国士舘大学体育研究所報、Vol.16、P.63-68、1997。
- 10) 滝山将剛・和田貴弘－2007天皇杯全日本レスリング選手権大会兼北京オリンピック大会国内最終選考会における試合前後の情緒変化と競技との関係・K大学生及び、K大学OBの場合－、国士舘大学体育研究所報、Vol.26、P.27-32、2007。
- 11) 辻岡美延：YG性格検査手引き、日本心理テスト研究所、1978。