

NEO - FFI 人格特性神経症傾向 (N) における言葉かけが握力に及ぼす影響の検討

佐藤勉¹、二神弘子^{1, 2}¹ 帝京科学大学医療科学部東京柔道整復学科、² 帝京科学大学大学院医療科学研究科柔道整復学健康ケア専攻

【トレーニング現場へのアイデア】 学習場面によるが、教師の言葉と、生徒・児童の言葉の受け取り方に焦点を置いて、教師の言葉かけによる学習意欲、学習に対する「やる気」が出た言葉、「やる気」を無くした言葉というのがある。最近ではメンタルトレーニングを導入しているチームや個人選手もいるが、そこに性格も用いた場合より効率が良くなるのではないかと考えた。

【目的】 言葉かけとやる気との関連における先行研究では、スポーツ場面でチームメイトの応援を受けて勝利意識が高まり闘争心が生成され、少年サッカー競技者を対象に行った調査では、肯定的なフィードバックが否定的フィードバックを受ける場合に比べて「やる気」を高めることが報告されている。効率の良いトレーニングを行う上で性格に着目し、言葉かけが握力に及ぼす影響と、NEO-FFI人格特性との関連を二配置分散分析にて検討した。

【方法】 健康成人男女29名(男性15名、女性14名)(2割群: 男性8名、女性6名)(8割群: 男性7名、女性8名)。年齢は21.3歳±0.5歳(平均±標準偏差、以下同様)。NEO-FFI日本版に記入後、安静、握力測定、安静を1セットとして2回行った。言葉かけ条件は、1回目の測定では両群とも「全力で行う」とし、2回目も全力で行うが、2割群は「1回目より2割落ちててもよい」、8割群では「1回目の8割の力は出す」とした。言葉掛け及び性格傾向の程度によって、課題実施中の課題遂行状態に差があるかどうかを検討するために、言葉掛け2(2割 vs. 8割)×性格傾向3(高い vs. 平均 vs. 低い)の2元配置分散分析を行った。握力課題及実施中について、言葉掛けをしていない状態(1回目)を基準とし、2回目(言葉掛け後)−1回目(言葉掛け前)の変化量を求め、言葉掛けと性格傾向の影響を検討した。

【結果】 性格傾向、神経症傾向(N)において、性格傾向の主効果が有意であった($F(2, 24) = 2.84, p < .10$)。性格傾向Nでの群の多重比較について、高い群と低い群との間に有意差を認めた($p < .10$)。言葉掛けの程度にかかわらず、性格傾向Nが低い群は高い群よりも変化量が多い。外向性(E)、開放性(O)、調和性(A)、誠実性(C)の性格傾向において、主効果、交互作用ともに有意ではなく、性格傾向や言葉掛けによる握力の変化の違いは見られなかった。

【考察】 性格傾向Nは不安や敵意を抱きやすい、また自意識が過剰などの特徴があるとされ、ストレス対応が上手にできないと言われていることからN傾向が低い群に言葉かけによる影響が出たと思われる。今回の研究結果からトレーニング中の言葉かけを検討することで、トレーニングの効果につながるのではないかと考える。