

ベースボール型競技における味方からの声かけが投手の心理状態に与える影響

発表者 渡邊 郁美
指導教員 加藤 敏弘

キーワード：声かけ、心理状態、投手

1. 緒言

ベースボール型競技において、投手は勝敗の鍵の70～80%を握っている。そのため、投手は他のポジション以上に体力と精神力が必要である¹⁾。筆者は投手の経験がなく、投手に対し、どんな支援ができるのかを考えてきた。技術面を向上させるには練習を続けることが必要である。しかし、技術に関係なくすぐに取り組むことができることの一つに「声かけ」があることに気がついた。

投手は、味方から声をかけられることによって、心理状態に変化を起こすのか。その心理状態に何か共通点はあるのか。マウンドに立ったことがない人には、投手の気持ちは分からない。そのため無意識のうちに、味方野手は試合中に投手の気に障る言葉を発しているかもしれない。

本研究では、ベースボール型競技において、味方野手が投手にどのような声をかけているのか、また、その声かけが投手の心理にどのような影響を与えているのかを明らかにする。

2. 声かけについて

高畑は声出しをすることに5つの意味があると述べている²⁾。

- 1) 自分の出す声で緊張状態を知ることができる
- 2) 緊張が緩和される
- 3) 声を出すことで意識を覚醒することができる
- 4) 自分の声で次のプレーの再確認することができる
- 5) 筋緊張を緩和する作用と筋反応をよくする作用がある

声かけに関する定義を明記している文献は少ない。岡本は「チーム成員同士のコミュニケーションを豊かにする方法としての、声による言語的なもの(verbal)」³⁾と表記している。また穴戸らも「言葉によるコミュニケーション」⁴⁾と表記している。コミュニケーションとは、「人間が互いに意思・感情・思考を伝達し合うこと。言語・文字その他視覚・聴覚に訴える身振り・表情・声などの手段によって行う」⁵⁾とある。つまり、コミュニケーションには自分以外の他者が存在する。

野球は実際に体を動かす以外の時間が長い。例えばピッチャーからバッターへ投球するまで、長い間隔がある。「自分のところに打球が飛んできたらどこに投げれば良いかという準備や確認」⁶⁾をしたり、「大きな声を出して、チームの士気を鼓舞する」⁷⁾など、選手たちは互いに声を掛け合っている。

3. 研究方法

3-1 研究対象

研究対象はI大学硬式野球部、I大学準硬式野球部、I大学軟式野球部、I大学女子ソフトボ-

ール部、I大学男子ソフトボール部、S大学女子ソフトボール部、S大学男子ソフトボール部、C大学女子ソフトボール部、C大学男子ソフトボール部、B大学女子ソフトボール部、S大学女子ソフトボール部、J大学女子ソフトボール部、C大学女子ソフトボール部、T大学女子ソフトボール部、M大学女子ソフトボール部、R大学女子ソフトボール部、G大学準硬式野球部、計17チーム、計66名とした。なお、研究対象者は現在投手をしている人、過去に投手経験のある人とした。2011年11月下旬から12月中旬にかけてアンケートを配布・回収した。その後のインタビュー調査は、I大学硬式野球部、I大学準硬式野球部、I大学軟式野球部、I大学女子ソフトボール部、I大学男子ソフトボール部の計5チームの部員の一部に対して行った。

3-2 調査方法

調査の手順は以下のとおり。

- ①アンケートの配布・回収
- ②集計・インタビュー対象者の抽出
- ③インタビュー
- ④分析
- ⑤考察

アンケートの質問内容は、ピッチャー経験歴、競技名、などのフェイスシートと、声かけに関する記述式の質問である。

3-2-1 インタビュー調査

半構造化インタビューを行った⁸⁾。インタビューの内容をICレコーダーに収録し、内容を書き起こした。佐藤の手法に則って⁹⁾、それをコーディングし、細かい行に分けて番号をふり、カテゴリー分けをした。

4. 声かけが投手の心理状態に与える影響

4-1 声かけの内容

「投手の気持ちがプラスに向かう内容」、「投手の気持ちがマイナスに向かう内容」でそれぞれ特徴がみられた。

- 1) 投手の気持ちがプラスに向かう内容
 - ①投手を承認する声かけ
 - ②投手の失敗を責めない声かけ
 - ③ポジティブな声かけ
- 2) 投手の気持ちがマイナスに向かう内容
 - ①投手の失敗を責める声かけ
 - ②命令
 - ③投手にできないことを要求する声かけ
 - ④ネガティブな声かけ

また、アンケートで複数の質問項目に該当している声かけがあったため、「ポジティブな声かけ」、「ネガティブな声かけ」の回答数を割合にし、比

較した(表1)。ポジティブな声かけの割合の方が
多い場合は、投手の気持ちが「どちらかという
とプラスに向かう」と言える。また、ネガティブな
声かけの割合が多い場合は、投手の気持ちが「ど
ちらかというマイナスに向かう」と言える。割
合が同じ声かけは、「どちらとも言えない」とな
った。

表1 ポジティブな声かけとネガティブな声かけ
の比較

声かけ	気持ちがプラス：気持ちがマイナス
1	22：5
2	1：2
3	7：4
4	1：1
5	1：1
6	5：1
7	1：1

<声かけ>

- 1：打たせていいよ 2：楽に
3：頑張れ 4：切り替えて
5：自信もって 6：ナイスボール
7：どんまい

4-2 声かけの回数と必要性

多くの投手は、自分に声を多くかけてもらい、
周りの仲間の存在を感じていたいと思っている。
しかし、自分への声かけは少しで良いし、声をか
けられたくないという投手もいる。その場合でも、
声自体がなくて良いと思っているわけではない。
直接的な投手への声かけを減らし、そのような人
たちは、投手に声をかける回数を少なめで良いの
で、野手同士など周りでのコミュニケーションを
たくさんとって場を盛り上げてほしいと考えてい
る。

4-3 声のかけられ方について

野手の非言語コミュニケーションは、投手の心
理に影響を与えている。ピッチャーの気持ちがマイ
ナスに向かうものとして、「舌打ち」、「厳しい口
調」、「命令口調」がある。また、ピッチャーの気
持ちはプラスに向かうものとして、「笑顔」、「近づ
く」、「アイコンタクト」がある。

4-4 人物による気持ちの違いについて

- 1) 選手、監督やコーチ、どちらから声をかけられ
た場合でも投手の気持ちに影響を与える
- 2) 監督やコーチに声をかけられた方が、投手の気
持ちはマイナスに向かう場合が多い
- 3) 監督やコーチに声をかけられた方が技術面を気
にする

5. 考察

本研究の調査結果から言えることは、次の5点
である。

- 1) 野手の声かけによって、投手の気持ちがマイナ
スに向かうことがある
- 2) 技術的な指摘をする場合は具体的な方が良い
- 3) 同じ意味の声かけであっても、状況や声のかけ

られ方によって投手の受け取り方が変わる

- 4) 指導者が声をかけることは、選手が声をかける
こと以上に投手の気持ちに影響を与える
- 5) 野手が投手に声をかけること以上に、野手同士
で声かけをすることは投手の気持ちに影響を与
える

6. まとめ

本研究では、投手への味方からの声かけがプラ
スのものであるという仮説を立てて調査を行った。
その結果、味方からの声かけは投手の心理状態に
予想以上の影響を与え、状況や声の内容などの
様々な要因によって、投手の気持ちがプラスに向
かったり、マイナスに向かったりすることが明らか
になった。

特に3) 投手の受け取り方が状況によって変化す
ることが明らかになったので、野手が投手に声か
けをする際に次のことに留意する必要がある。

「肯定的な言葉であっても、投手が置かれてい
る状況によって、必ずしも肯定的にとらえられる
とは限らない。言葉の意味は受け手が決めるもの
であり、投手の身になって声かけをする必要があ
る」

このことは当たり前のことであるが、私たちは
その事実を知りながらも、無意識のうちに相手を
傷つける言葉を発してしまっていることがある。
本研究の検証の結果、この事実を改めて裏付ける
ことができた。

7. 今後の課題

今後の研究課題として、投手と声をかける側
の人間関係が投手の心理状態にどのように関連し
ているのかについて調べることが考えられる。選手
との人間関係や、指導者との人間関係が良好か否
かによって、投手の心理状態にどのように影響を
及ぼすのかを調査することによって、本研究をより
深く掘り下げることができよう。

8. 参考文献

- 1) 山本政親 (2002) : 「見てわかるソフトボール」,
西東社, p 10
- 2) 高畑好秀 (2003) : 「野球のメンタルトレーニング」,
池田書店, p 174-177
- 3) 岡本研二 (1985) : 「ハンドボールの発声に関す
る研究」, 茨城大学教育学部紀要, 34 : p 31-42
- 4) 宍戸隆之、小川宏 (2000) : 「バレーボールのゲ
ーム中に必要な声について」, 日本スポーツ教育
学会第20回記念国際大会論集, p 211-216
- 5) Yahoo! 辞書
<http://dic.yahoo.co.jp/dsearch/0/oss/10721320000/>
- 6) 田尻賢誉 (2011) : 「高校野球弱者の心得」, 日
刊スポーツ出版社, p 3
- 7) 橋本孝幸 (2012) : 「試合で勝てる! ソフトボ
ール最強の戦術」, メイツ出版, p 57
- 8) S・B・メリアム (2004) : 「質的調査法入門」,
ミネルヴァ書房, p 107-108
- 9) 佐藤郁哉 (2008) : 「質的データ分析法」, 新曜
社, p 91-109