

スポーツにおけるバーンアウトとチームメイトとの実力差の認知に関する研究

扇田 一輝

指導教員 日道 俊之

研究背景

バーンアウトは、スポーツでは学生アスリートからオリンピック選手まで幅広くみられる。日常のネガティブな感情経験によってバーンアウトは促進され、ポジティブな感情経験によって抑制されることが分かっている。しかし、自分より優れている他者との実力差の認知とバーンアウトとの関連、及びそれらの関連に対してマインドセットがどのような影響を及ぼすのかについては明らかになっていない。

研究目的

本研究の主な目的はチームメイトとの実力差の認知とバーンアウトとの関連を明らかにすることであった。仮説はチームメイトとの実力差をポジティブにとらえる人はバーンアウトが低く、ネガティブにとらえる人はバーンアウトが高いと設定した。さらに、個人のマインドセットの個人差も検討した。仮説はグロースマインドセットが高い人は実力差をポジティブにとらえて、バーンアウトが低く、フィックスドマインドセットが高い人は実力差をネガティブにとらえて、バーンアウトが高いと設定した。

研究方法

現役、過去両方のスポーツ経験者を対象にアンケート調査を行った。調査ではシナリオを用いて実力差の認知（ポジティブ、ネガティブ）を測定した。さらに、バーンアウト、動機づけ、マインドセットを測定した。これらの尺度間の関連を見るために相関分析を行った。

分析結果

実力差の認知のネガティブな認知とポジティブな認知の両者は、それぞれバーンアウトの一部と負の相関関係がみられた。また、マインドセットは、バーンアウトの一部との間に有意な正の相関が見られた。最後に、マインドセットとチームメイトとの差の認知の関連を検討した結果、有意な相関がみられなかった。

考察・結論

チームメイトとの実力差の認知がバーンアウトの一部と関連していたことから、実力差の認知はバーンアウトの特定側面に影響を及ぼすものの、全体に一様な影響を与えるわけではないと示唆された。また、マインドセットと実力差の認知に相関が認められなかったことから、マインドセットは自己の能力や成長可能性といった個人内の認知に主として作用し、他者との比較や実力差の知覚には直接的な影響を及ぼしにくい可能性が示された。