

令和 5 年度 (2023 年度)

武庫川女子大学大学院
修士論文

ソフトボールの守備場面における
プレッシャー下での思考に関する質的研究
ー失敗後のパフォーマンスの成否に着目してー

健康・スポーツ科学研究科 健康・スポーツ科学専攻

細野 桃子

ソフトボールの守備場面における
プレッシャー下での思考に関する質的研究
－失敗後のパフォーマンスの成否に着目して－

指導教員 田中 美吏 准教授

健康・スポーツ科学研究科 健康・スポーツ科学専攻

細野 桃子

目 次

頁

序 論

1.	競技スポーツにおける失敗	1
2.	ベースボール型競技における失敗	2
3.	プレッシャーとあがり	2
4.	プレッシャー下での野球のスキルに関する定量的評価	3
5.	プレッシャーやあがりの質的研究	6
6.	プレッシャー下での失敗後のパフォーマンス	7
7.	失敗後のパフォーマンスに関するその他の研究	8
8.	本研究の目的と意義	9

方 法

1.	面接対象者	11
2.	データ収集	12
3.	データ分析	14
4.	倫理的配慮	16

結 果

< 調査 1 >

1.	各対象者の事例記述	17
1.1.	【失敗→成功】事例	17
1.2.	【失敗→失敗】事例	29
2.	基幹質問項目における共通性	41
2.1.	失敗を繰り返さない要因	41
2.2.	失敗を繰り返す要因	42

＜ 調 査 2 ＞

1. 各対象者の事例記述	44
--------------	----

考 察

1. 目的と方法の整理	50
2. 失敗を繰り返さない要因	50
2.1. 思考や感情	50
2.2. 周囲の反応（チームメイトや指導者）	51
2.3. 2回の成功を収めたA選手の思考の違い	52
3. 失敗を繰り返す要因	53
3.1. 思考や感情	53
3.2. 周囲の反応（チームメイトや指導者）	54
3.3. 失敗を繰り返した後の思考や感情	55
4. 失敗を繰り返さないための対処法の提案	56
5. 失敗を繰り返さない考えやその考えに至った経緯	57
6. 本研究の限界	58
7. 今後の展望	59

結 論	60
-----	----

引 用 文 献	62
---------	----

資 料	69
-----	----

謝 辞	70
-----	----

I 序 論

1. 競技スポーツにおける失敗

競技スポーツを行う競技者は目標達成や成功に向けて大小様々な失敗を日々経験している。広辞苑(第7版)によると失敗とは「やってみたがうまくいかないこと、しそこなうこと、やりそこない、しくじり」と記され(新村, 2018), 畑村(2000)によって提唱された「失敗学」によれば, 失敗とは, 「人間が関わって行うひとつの行為が, はじめに定めた目的を達成できないこと」と説明されている。さらに「失敗はいくら何重に防止策を講じたところで必ず起こる。人の活動に失敗はつきものだからで, 人が活動をやめないかぎり, 人は失敗とつき合い続けていかなければならない」と述べられている。よって, スポーツにおいても失敗は必ず起こり競技者と失敗は切っても切り離せない関係を持つ。

また, 失敗は競技者のメンタルヘルスに負の影響を与える。ホッケー選手とサッカー選手を対象に, パフォーマンスの成功と失敗が競技者に与える影響を調べた研究によるとパフォーマンスの失敗は抑うつ, 怒りの増加, 活力の低下に関連があり(Jones and Sheffield, 2007), カナダ代表水泳選手を対象に行った研究では, 代表選考までの3年間の間に68%の選手が抑うつ状態の基準を満たしていたことや, その内上位25%のトップアスリートにおいては, パフォーマンスの失敗(期待した結果を出せなかったこと)が抑うつ症状のレベルの増加に関連があったと報告されている(Hammond et al., 2013)。

本来, スポーツ(sport)とはラテン語のデポルターレ(deportare)であり, 義務的な活動を離れた「気晴らし・休養・遊び」などを意味している(佐伯, 1987)。したがって, スポーツを行うこと自体に喜びや楽しさがあると考えられる。しかし, 競技スポーツにおいては失敗がメンタルヘルスに負の影響を及ぼすことがあるため, 競技者と失敗の関係を検討することは重要な課題であると考えられる。

2. ベースボール型競技における失敗

ベースボール型競技である野球，ソフトボールも成功より失敗が多いスポーツだといえる．打撃場面でいえば，10 回中 3 回ヒットを打つ 3 割打者で優秀と言われる競技であるが，どんなに優秀な打者であっても 7 割の確率で打ち損じてアウトになっている．現にプロ野球リーグの 2022 年度個人打率成績のトップ選手は，セントラル・リーグで 3 割 1 分 8 厘，パシフィック・リーグで 3 割 4 分 7 厘であった（NPB.jp 日本野球機構，online）．日本の女子ソフトボールのトップリーグである JD リーグでは，東地区の打率成績トップ選手は，4 割 0 分 5 厘，西地区では，4 割 5 分 1 厘であった（JD. LEAGUE 公式サイト，online）．安打にならなかった打撃が全て失敗だとは言いきれないが，打撃成績だけを見ると成功より失敗の方が多いことが分かる．

また，打撃とは違い守備場面では，無失策を目指して練習に励んでいる野手は多くいる．2020 年シーズン，広島東洋カープの菊池涼介選手が二塁手として史上初の守備率 10 割を達成した（NPB.jp 日本野球機構，online）．守備機会が多い二塁手で失策 0 は，偉大な記録といえる．しかし裏を返せば今までシーズンを通しての失策 0 は，皆無だったことから，中々達成できず守備場面においても失敗はつきものであることが分かる．技術力の高いプロ野球選手であってもエラー，失敗を経験しながら，シーズンを通して試合を遂行している．

3. プレッシャーとあがり

ベースボール型競技の野球やソフトボールは，常に失敗と隣り合わせのスポーツであり，重要度の高い試合や他者評価，観客などの様々なプレッシャーがある中で競技者は実力を発揮することが求められる．プレッシャーとは特定の状況において高いパフォーマンスを発揮することの重要性を高める因子や因子の組み合わせと定義されている（Baumeister, 1984）．プレッシャーによりパフォーマンス

スが低下する現象を，Choking under pressure，日本語で「あがり」と呼ばれている．中学，高校の男女，大学女子の計 376 人のうち，「つねにあがる」と訴えた者が 15.1%，「あがるときとあがらないときがある」とした者が，78.0%，「あがらない」とした者は 6.9%であり，非常に多くの人々が，あがりを感じていると考えられる（松田，1961）．

これまで，あがり発生時の症状は，心理面，生理面，行動面から実験的手法や質問紙調査を用いて定量的評価が行われてきた．市村（1965）の質問紙調査によると「のどがつまったような感じがする」，「胸がドキドキする」，「気分的につかれる」といった交感神経系の緊張を示す特性が示された．ダーツ投げを課題とし，制限時間を設け時間切迫のプレッシャーを与えた条件では，状態不安の増加と心拍数の増加が報告され，運動速度の増加と運動の縮小が見られた（村山ほか，2007）．また，ゴルフパッティングを課題に数名の観衆と賞金を用いてプレッシャーを与えた条件では，心拍数の増加と，動作の縮小や動作速度の低下が見られた（田中・関矢，2006）．したがって，これらの研究から異なる種類のプレッシャーが異なる運動学的変化をもたらすことが考えられる．

4. プレッシャー下での野球のスキルに関する定量的評価

ベースボール型競技である野球において観衆や賞金，罰を用いてプレッシャーを与えパフォーマンスを評価する実験的研究が，国内外で行われてきた．まず，投球予測の研究である．ディスプレイ上での投球映像に対してストレートかカーブかを早く正確に予測する野球の投球予測を課題とし，観察者と記録者を設け賞金，罰，ネガティブ教示を用いてプレッシャーを与えた．実験参加者 21 名中 7 名が非プレッシャー条件よりプレッシャー条件で反応の早さと正確性を向上させた．反対に，14 名がプレッシャー条件で，反応時間の遅延もしくは正確性の低下が生じた．早さと正確性が向上した 7 名を向上群，反応時間の遅延もしくは正確性の低下が生じた 14 名を

低下群に群分けすると両群ともに，プレッシャーにより状態不安の増加，心拍数や呼吸速度の増加が見られた．これらの結果からプレッシャーは，心理面，生理面に影響を及ぼし，投球予測に関する反応の早さと正確性は正の影響と負の影響の両方を生じさせる可能性がある（田中ほか，2012）．

次に，打撃に関する研究を幾つか取り上げる．野球のバッティング動作において，バットの先端速度の増減により賞金の増減があるプレッシャー条件ではバット先端の最大速度の増加が見られ，スイング期とフォロースルー期では，腰椎脊柱起立筋の活動の増加が見られた．また，スイング期において腰椎屈曲角度が有意に大きくなった．これらのことからプレッシャー条件での野球のバッティング動作は，腰椎の運動と両側腰椎脊柱起立筋の活動に影響を与え，腰痛の発症との関連が示唆された（Oshikawa et al., 2020）．

また，Gray（2004）は，バッティング課題中に二次課題として音の周波数を判別する無関係なタスクと，バットの移動に注意を向けるスキルに焦点を当てたタスクの実行を導入した実験を行った．これにより，ペアで合計ヒット数を15%増やすことができれば賞金を得られるプレッシャー条件では，スキルに焦点を当てた二次課題の実行によりスイングのタイミングエラーが0.028秒増加し，バッティングパフォーマンスの低下に繋がった．

Gray and Alsop（2013）のバッティングにおけるプレッシャー下でのパフォーマンスとその前後のパフォーマンスとの影響を調査した実験により，プレッシャー状況で成功するか失敗するかは，直前のパフォーマンスに関連があることが明らかになった．実験内容は，事前に行ったバッティング課題での打率で高，中，低の3グループに分類した．その後，ヒットかホームランを打てばチームの勝ち，アウトになればチームが負けるとの教示と，賞金獲得への参加や観客を用いた条件をプレッシャー条件とし，1打席の成績で判定をした．高い打率を維持していた群は，成績に影響を受けにくく，中程度の打率の群は成績が悪化した．反対に低打率の群は成績の向

上が見られた。

三森ほか（2022）は，大学女子野球選手の大学入学前におけるベースボール型競技経験者と未経験者のプレッシャー下における競技レベル別の打撃時の特徴を明らかにした．高プレッシャー条件では，観客を配置し最終回で負けている場面をイメージさせ，低プレッシャー条件では初回で負けている場面をイメージさせそれぞれ 15 打席のバッティング課題を行った．経験者と未経験者ともに，高プレッシャー条件になると，ヘッドスピードが速くなり，手首の回旋に伴うバットの回転量が小さくなり，ヘッド角度が大きくなった．経験者，未経験者ともに高プレッシャー条件になると，ヘッド角度が大きくなった点から，スイングが地面と平行に近くなり，これはフライアウトを避けるため強いライナーやゴロの打球を打つ意識が働いたと考えられる．つまり，この実験ではプレッシャー下でのバットスイングの変化が運動方略の変化に起因した可能性がある．

さらに，投手を対象にした投球に関する研究も行われている．Gray et al.（2017）は，投手を対象に対戦相手に関する情報がプレッシャー下でのパフォーマンスにどのような影響を与えるのかを検証し，プレッシャーには，報酬とビデオによる録画，さらにコーチの評価が下される条件を用いた．実験対象者である投手に，打者の苦手コースのみ呈示した群では，プレッシャー条件になると非プレッシャー条件に比べて，打者の苦手コースとされる箇所に投げられる割合が 10% 低下した．動作を解析すると前足の着地足，投球肘の屈曲角度，体幹角度のばらつきが大幅に大きくなった．つまり，投球フォームが安定せずコントロールが定まらなくなり，この条件でのピッチングパフォーマンスの低下は身体運動に対する内的注意の増加による意識的処理仮説で説明できると考えられる．さらに，打者の苦手コースと得意コースの 2 つを呈示した群では，プレッシャー条件になると非プレッシャー条件に比べて，狙った箇所に投げられた割合が 18% 低下し，投げてはいけない打者の得意コースに投げてしまう割合が 11.2% 増加した．動作を解析するとプレッシャー条

件になっても投球フォームにばらつきは見られなかった．これは動作のエラーではなく動作選択の誤りがあったといえる．つまりこの条件によるピッチングパフォーマンスの低下は打者の得意コースに投げてはいけないと考えるほどそこに投げてしまう皮肉過程理論で説明できると考えられる．

このように，プレッシャー下におけるオープンスキルである野球を対象とした実験的研究が国内外で行われている．しかし，主に打撃課題や投球課題に限られていた．試合の半分以上を占める守備を対象にすることは，プレッシャーがベースボール型競技に与える影響への更なる理解に繋がると考えられる．

5. プレッシャーやあがりの質的研究

実験的手法に加えて，プレッシャーやあがりを経験したアスリートにインタビューを実施し，質的手法によって定性的評価を行い，あがりの特徴を明らかにする研究も行われている．まず，Hill et al. (2009) は，スポーツにおけるあがりを再検討するため，4人の応用スポーツ心理学者を対象とし，フォーカスグループディスカッションと個別インタビューを行った．これにより，スポーツにおけるあがりは，特定の場面で求められた成果を出すには自身の力不足を個人が認識するプロセスであり，パフォーマンスの大幅な低下が起こると定義された．また，あがりのプロセスはストレス反応で構成されていると示唆しており，アスリートが重要と考える状況で，成功を目指し，努力している時にのみあがりのプロセスが発生することを提言した．さらに，あがりの個人特性を検討するとメンタルタフネス，自信，機能的思考，これらのレベルの低さの関与が示唆された．

村山ほか(2009)は，あがり特有の症状や関連要因，ならびに要因間の関係性を質的に分析し，運動パフォーマンスの低下の機序を帰納的モデルとして提示した．その結果「ストレッサー」，「大会前コンディション」，「個人特性」，「非論理的思考」，「ネガティブ感情」，

「安全性重視方略」、「言動変化」、「生理的覚醒水準の上昇」、「身体的疲労」、「知覚・運動制御の変化」、「運動パフォーマンスの低下」、「対処方略」、「あがりの悪循環」という 13 のカテゴリーが抽出された。

佐々木（2019）は、プレッシャー下で実力発揮に成功した事例と失敗した事例を比較検証し、実力発揮の成否を分ける要因を明らかにするためインタビュー調査を行った。重要な概念のみ記すと共通要因として示された因子は、「試合直前のネガティブ思考」、「生理的覚醒水準の上昇」、「力み」、「動きの違和感」である。共通要因として示されたということは、これらの発生が必ずしも低いパフォーマンスを予測するものではないといえる。また、失敗要因としては、「大会前の自信喪失や諦め」、「外的要因への不満」、「対処方略のなさ」が示された。さらに、成功要因として「勝つために特化した準備」、「自信」、「適切な対処方略」、「自分の状態への気づき」が示された。したがって、これらがプレッシャー下のパフォーマンスの成否をわける要因であることが明らかになった。

さらに、女子バスケットボール選手のレジリエンスを開発するためフリースローを連続して得点しないとチームメイトがコートを走るなど毎日の練習に精神的または身体的なプレッシャー課題を取り入れる介入実験が行われた（Kegelaers et al., 2021）。その後、個人の資質とチームのレジリエンスの資質の両方を議論するワークショップが実施され、選手とコーチにインタビューを行い、プレッシャー課題の介入の有効性を定性的に測定した。これにより、「認知度の向上」、「リーダーシップの台頭」、「コミュニケーションの強化」が見られた。このように練習でプレッシャー場面を設定し、その有効性を検討する質的研究も行われている。

6. プレッシャー下での失敗後のパフォーマンス

プレッシャー下で失敗が生じると、その後のパフォーマンスにどのような影響が出るのかについて、Harris et al.（2019）はアメリ

カンフットボールの過去 7 シーズンの試合中のプレーを分析した。その結果、失敗が発生すると、その後のプレーで別の失敗が発生する可能性が高まることを明らかにした。また、試合中の低プレッシャー状況では失敗の後に別の失敗が続く確率が約 27%であったことに対して高プレッシャー状況になると約 50%に増えた。その後 Harris et al. (2021) は、テニスのシングルス選手を対象に 2016 年から 2019 年までのグランドスラムトーナメントの試合中のプレーを分析した。そして Harris et al. (2019) と同様に、失敗の後、次のプレーでも失敗をする確率が高くなることを示した。しかしこれらの研究では、失敗を繰り返しやすい個人差の特定やそれに起因する個人特性は明らかになっていない。したがって、今後の研究では失敗の認知的評価や、失敗に対する自己評価が注意の変化とその後のパフォーマンスにどのように関連しているのかの調査が必要との見解が述べられている。

そこで周藤 (2023) は、競技者のミスの捉え方とミスがその後のプレーに及ぼす影響を明らかにするための面接調査と質問紙調査を実施した。その結果、ミスはその後のプレーにネガティブな影響もポジティブな影響も及ぼすが、ミスをポジティブで仕方がないものと捉える個人はミスをした後に前向きな切り替えや積み重ねてきた練習から自信を持つ等、ポジティブな影響の経験が多く、ミスをネガティブに捉えたり仕方がないとは捉えなかったりする個人は、ミスをした後に集中力低下やパフォーマンス低下を招く等、ネガティブな影響の経験が多いことが明らかになった。引き続き、失敗がその後のプレーに与える影響のより深い理解と、それに起因する個人特性、さらに失敗を繰り返さない対処方略の開発が必要だといえる。

7. 失敗後のパフォーマンスに関するその他の研究

梅津ほか (2022) は、団体競技者の試合場面での失敗体験から次の試合に至るまでの思考プロセスとパフォーマンスとの関係性を明らかにした。その結果、失敗体験後の次の試合でパフォーマンスの

向上が見られた群は、パフォーマンス向上先行型と、対処成功型に分類された。パフォーマンス向上先行型は次の試合場面において、パフォーマンスの向上が見られた後に「失敗を忘れようと意識しない」などの思考の転換が見られ、その後もパフォーマンスが維持された。対処成功型は、次の試合場面までに失敗の対処法を見つけるなどの対処行動を行った結果、パフォーマンスの向上が見られた。さらに、「ミスすることは誰にでもある」、「不安はありつつもやってみよう」といった失敗したことを受け止めつつ反応しない様子が見られた。機能的な対処行動を取ることでパフォーマンスが向上したことから、より詳細な対処行動の有用性が示唆された。反対に、次の試合においてパフォーマンスが低下した群は、対処失敗型に分類され、失敗したプレーやプレーすること自体を回避しようとする対処行動を続けパフォーマンスの低下に繋がったと考えられる。このように、失敗体験をした後のパフォーマンスの成否や思考に着目することで競技者のパフォーマンスの向上における効果的な提案に繋がることを期待できる。

8. 本研究の目的と意義

これまでプレッシャー下でのパフォーマンス発揮、あがりの症状や関連要因、失敗後のパフォーマンスに着目した研究が国内外で行われてきた。Harris et al. (2019, 2021) によって、プレッシャー下で1つの失敗が生じると、その次のプレーでも失敗をする確率が高くなることが明らかになったが、競技者がどのような思考や状態であったかまでは明らかになっていない。また、プレッシャー下におけるベースボール型競技の実験的研究は主に打撃・投球課題であったことから、試合の半分を占める守備場面への理解と、野球より塁間が短くスピードと正確性が求められるソフトボール競技に着目する必要があると考えた。

以上のことから本研究ではプレッシャー下におけるソフトボールの守備場面で、1つの失敗が生じた時の競技者の思考とその後のパ

パフォーマンスで成功した場面と再び失敗した場面の思考の違いを明らかにすることを目的とする。これらの違いから失敗を繰り返さない要因および失敗を繰り返す要因を特定し失敗を繰り返さない対処法まで検討する。また、失敗を繰り返さない考えや考えの獲得に至った経緯を明らかにすることも目的とし、失敗後にパフォーマンスの成功、失敗の両方の事例を保持しており、失敗を繰り返した経験をした後に繰り返さなかった経験の時系列を辿った者には追加面接を実施した。

スポーツ心理学分野において、あがりとは、プレッシャー下でパフォーマンスに負の影響が出ることと定義され広く浸透している。本研究ではスポーツにおける失敗が競技者に与える影響や、対象者に対してあがりの定義を明確にするため競技者の主観的な失敗をあがりと狭義の意味で捉え採用した。

このプレッシャー下で失敗場面の競技者の思考への理解を深めるため、質的手法の1つである面接調査を行う。質的研究の目的である、現場や当事者の中で実際に「何が」、「どのように」、「なぜ」、起きているのかを探索すること（今福、2021）と、あがり現象全体の機序をより詳細に理解するためには、実験的研究のみではなく、競技スポーツの試合場面におけるあがり体験を対象とする研究が必要である（村山ほか、2009）ことから本研究の目的とプレッシャー下での失敗という本研究で採用したあがり現象を理解するためには、質的手法を用いることが有効な手段であると考えた。

この研究の実施により、プレッシャー下で1度失敗をした後、パフォーマンスで成功した事例に特徴を見出すことができれば、あがりの特徴として確認された「あがりの悪循環」（村山ほか、2009）を断ち切る一助になるのではないかと考える。また、ソフトボールの守備場面において、あがりが生じた後の思考とパフォーマンスに着目した研究は見当たらず新規性があるといえる。

Ⅱ 方 法

1. 面接対象者

対象者は大学女子ソフトボール選手 5 名 (平均年齢 19.6 ± 1.14 歳) であり, ソフトボールの平均競技歴は 10.00 ± 2.83 年であった. 表 1 に対象者の面接時の年齢, 競技歴, ポジション, 各事例の経験年齢, 実施した調査を示す.

対象者の選定には, Google フォームを使用し, 2 大学 48 名のソフトボール競技者に「プレッシャーのかかる試合の守備場面において 1 度失敗をした後, 同じ試合中に成功を収めたことがある」(以下, 失敗→成功)事例と, 「プレッシャーのかかる試合の守備場面において 1 度失敗をした後, 同じ試合中に再び失敗をしたことがある」(以下, 失敗→失敗)事例の有無を尋ね, 両方またはどちらかを詳細に述べることができる者とし, 調査協力が得られた者を対象者として選定した. 必須条件として, 過去あるいは現在においてソフトボール競技を経験したことがある大学生以上の競技者 (競技を引退している者でも可) とした. 本研究における成功と失敗とは個人の主観的なものと事前に明示した.

また, 対象者 5 名の内, C, D, E 選手が両方の事例を経験しており, 面接実施後に内容を分析し, 事例の時系列を辿ると 3 名とも【失敗→失敗】事例を経験したのち【失敗→成功】を経験していた. そのため 3 選手に対し失敗を繰り返さないための考えやその考えの獲得に至った経緯等を尋ねる追加面接を依頼し実施した. その結果 D, E 選手から失敗を繰り返さないための考えに対する回答が得られたため, 分析に至ったが C 選手からは失敗を繰り返さないための考えへの回答が無かったため分析から除外した. したがって D, E 選手 2 名の追加面接の分析結果を記載する. 以後, 最初の調査を調査 1 とし追加面接調査を調査 2 とする.

表 1 対象者の属性

	面接時の 年齢	競技歴	ポジション	【失敗→成功】 経験時の年齢	【失敗→失敗】 経験時の年齢	実施した調査
A選手	21歳	14年	内野手 (セカンド)	17歳		調査1
B選手	20歳	8年	捕手			調査1
C選手	19歳	8年	内野手 (サード)	18歳	17歳	調査1, 調査2
D選手	20歳	12年	内野手 (ショート)	20歳	16歳	調査1, 調査2
E選手	18歳	8年	内野手 (サード)	17歳	17歳	調査1, 調査2

2. データ収集

データ収集は、半構造化面接を個別で行った。調査1の面接は2023年1月～6月に実施し、時間は1事例につき30～40分程度であった。調査2の面接は2023年10月に実施し、時間は20分程度であった。失敗場面というネガティブな事例を面接することを考慮し、ラポールの形成のため面接開始前には10分程度の日常会話を実施した。面接内容は対象者に許可を得た後、ICレコーダーを用いて録音した。

調査1の基幹質問項目は、失敗場面の状況、失敗前後の思考・感情や対処行動、周囲からの反応、その後の失敗／成功場面の状況、失敗／成功前後の思考・感情や対処行動等であり詳細を表2に示す。調査2の基幹質問項目は、失敗を繰り返した試合と繰り返さなかった試合の違い、失敗を繰り返さないための自身の考えや、失敗を繰り返さない考えを身につけられた経緯やそれらに関連することであり詳細を表3に示す。面接場所は、武庫川女子大学の施設内とし、本学から物理的な距離が生じ面接場所に来られない者とはWeb会議ツールを用いたオンラインで面接を行った。

表 2 調査 1 の基幹質問項目

①最初の失敗場面の状況
②最初の失敗前の思考や感情
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
④最初の失敗後の対処行動
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
⑥その後の成功／失敗場面の状況
⑦その後の成功／失敗前の思考や感情
⑧その後の成功／失敗後の思考や生理面に表れた症状
⑨その後の成功／失敗後の対処行動
⑩その後の成功／失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価

表 3 調査 2 の基幹質問項目

①以前聞いた試合以外の失敗を繰り返した経験の有無
②失敗を繰り返した試合と繰り返さなかった試合の違い
③失敗を繰り返さないための自身の考え
④失敗を繰り返さない考えを身につけられた経緯
⑤練習と試合での失敗の捉え方の違い
⑥競技場面での失敗を気にするかの自己評価

3. データ分析

データ分析には，SCAT（Steps for Coding and Theorization：大谷，2008）を用いた．SCATは，面接記録の言語データをセグメント化し，4ステップのコーディングを経てストーリーラインと理論を記述する手続きからなる分析手法である（大谷，2008）．個別かつ時系列に沿って結果を残すことができる点からSCATを用いて分析を行った．分析は大谷（2019）の段階に沿って行った．例として表4にA選手の【失敗→成功】事例の分析表の1部分を挙げ，以降では表4の分析表を参照し手順を記載する．

まず，面接によって得られた音声データをテキストデータに変換した．その後の手順は，分析表のテキスト欄に面接対象者と聴き手に分け入力をしていく．次に，＜1＞にデータの中の着目すべき語句を書き出す．その際，テキストの奥の隠れた意味を読みだすつもりでテキスト欄をよく読み行っていく．＜2＞には，＜1＞に書き出した部分の意味を表すような別の語を記入する．＜3＞には，＜2＞に記入した語が示す背景，条件，原因等の「それを説明するための語」を記入する．＜4＞には，＜1＞から＜3＞までをよく読み，分析者自身が新たなテーマ・構成概念を記す．ここまでの4ステップのコーディングとなる．＜5＞には，分析の過程で得た疑問や追及すべき点を記入していく．＜4＞を記入したらストーリーラインを記述する．ストーリーラインとは，SCATでは「データに記述されている出来事に潜在する意味や意義を，主に＜4＞に記述したテーマ・構成概念を紡ぎ合わせて書き表したもの」（大谷，2008）と定義している．ストーリーラインの記述を終えた後に理論記述を行うが，理論記述はストーリーラインから重要な部分を抜き出し「このデータから言えること」を記述する．その後，＜5＞に記載した点やストーリーラインや理論記述を書いて感じたさらに追及すべき点・課題を記述する．

以上の手順で分析を行った．データ分析の妥当性の担保のため，本学のスポーツ心理学分野を専攻している准教授1名とスポーツ心理学実験室助手1名と筆者の3名でトライアングレーションを行

った。言い換えが適切であるか、飛躍している論理がないか、抜けている箇所や他に記入すべき点がないかを確認しながら、3者のコンセンサスを得るまで分析表の改変を行った。

表 4 A 選手【失敗→成功】事例の分析表

番号	発言者	テキスト	<1>テキスト中の注目すべき語句	<2>テキスト中の語句の言い換え	<3>左を説明するようなテキスト外の概念	<4>テーマ・構成概念 (前後や全体の文脈を考慮して)	<5>疑問・課題
1	聴き手	じゃあまず、あなたのポジションと失敗場面の状況、プレッシャーにあたるもの。さっきと被っちゃうかもしれないけど教えてください。					
2	A選手	セカンドを守っている時に、高校の最高学年での準の選抜大会での準決勝で、4対4で7回裏の最終回までいったときに1点取られたらもう負けているという場面の4対4同点で、0アウトランナー1塁出ました。	セカンドを守っている時、高校の最高学年、選抜大会、準決勝、最終回、1点取られたら負け。	追い詰められた苦しい状況、ピンチ、重要度の高い試合。	試合の状況、プレッシャー。	プレッシャー場面、1点取られたらサヨナラ負けのピンチ。	
3	A選手	その時に0アウトランナー1塁でセカンドゴロが来た時に、その打球を捕ってはいたんですけど、そのなんかこけてしまって、あのランナーが出てしまって0アウトランナー1、2塁になってしまいました。	セカンドゴロが来た時、打球を捕ってはいたけどこけてしまった、ランナーが出た、0アウトランナー1、2塁になってしまう。	足がもつれる、ミス、ピンチを拡げる。	具体的な失敗、自らの失敗によりピンチの拡大、身体の硬直。	足のもつれ、エラー、ピンチの拡大。	
4	聴き手	はい。ありがとうございます。その失敗する前に思ったこと、生じた感情などがあれば教えてください。					
5	A選手	えーやっぱ、最終回で1点取られたら負けっている場面、エラーとかしたら責任重大みたいな感じにめっちゃ思ってた、で、なんか思うように足が動かなかったとか・・・ちょっとなんか。	最終回で1点取られたら負けっている場面、エラーしたら責任重大、思うように足が動かなかった。	重責、足がすくむ。	身体に影響を与える。	エラーが負けに繋がることへの重責、思うように動かない足、身体への影響。	あがりの身体的な症状と合致？
6	聴き手	緊張していたとか、緊張感はあった？					
7	A選手	緊張感はあって、足が震えたとか、もうなんかそんな感じです。	緊張感はあって、足が震えた。	緊張感、足の震え。	プレッシャーによる心身の症状。	緊張感。	
8	聴き手	次に失敗をしてしまった後に思ったこととか、生じた感情、身体に現れた症状などがあれば教えてください。					
9	A選手	えーもう・・・やってしまったなみたいな。頭が真っ白みたいな。頭が真っ白になりましたね。	やってしまったな、頭が真っ白に。	悔やむ、頭が真っ白、思考停止。	失敗後の思考、何も考えられない状態。	後悔、頭が真っ白。	

4. 倫理的配慮

本研究は、武庫川女子大学倫理審査委員会の承認（No.22-100）を得て行った。面接対象者には研究の主旨を把握できるよう研究概要、目的、調査方法、個人情報保護に関する内容について説明し、研究への参加は自由意志であり、参加しなくても何ら不利益が生じないことを説明した。また、過去の失敗場面というネガティブな経験を述べてもらうことによる心理的負担が考えられるため精神的ストレスを感じた場合、自らの意思でいつでもインタビューを中止にすることが可能であることを説明した。個人のデータは個人情報が特定できないよう匿名化し、研究の目的以外には使用しないことを保証した。

Ⅲ 結 果

< 調 査 1 >

1. 各対象者の事例記述

【失敗→成功】，【失敗→失敗】事例それぞれの分析結果を対象者ごとに記載する．前述したが【失敗→成功】事例とは，プレッシャーのかかる試合の守備場面で1度失敗をした後，同じ試合中に成功を収めた事例であり，【失敗→失敗】事例とは，プレッシャーのかかる試合の守備場面で1度失敗をした後，同じ試合中に再び失敗をした事例である．

まず，各事例の概要を示した．次に，各対象者の基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を表で示した．テーマ・構成概念とは分析により導き出された概念であり表4の<4>の箇所を指す．回答が曖昧であったことや発話が十分でなく分析に至らなかった箇所は斜線を引いている．最後に，テーマ・構成概念を紡ぎ書き表したストーリーラインを表で示した．ストーリーライン中のテーマ・構成概念には下線を引いて記した．

1.1. 【失敗→成功】事例

< A 選手の事例 >

A 選手は4年前の事例を振り返った．表5に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し，表6にストーリーラインを示した．A 選手は高校時代の全国大会に出場した試合を回顧しインタビューに答えた．ポジションはセカンドだった．A 選手は1試合中の中で1度失敗をした後，成功を2回繰り返し，1つ目の成功場面と2つ目の成功場面では異なる思考がみられたことから2つ目の成功場面を含めたインタビューを行った．

表 5 A 選手【失敗→成功】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

A選手
①最初の失敗場面の状況
プレッシャー場面／1点取られたらサヨナラ負けのピンチ／足のもつれ／エラー
②最初の失敗前の思考や感情
エラーが負けに繋がることへの重責／緊張感／思うように動かない足（身体への影響）
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
後悔／頭が真っ白／手の震え／自分のミスが敗因になる不安感
④最初の失敗後の対処行動
自発的な行動は無し
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
声掛け／間をとる／励まし／気持ちの切り替えの促し／良好なチームの雰囲気 【変化したこと】 思考の転換を試みたが不安感の継続
⑥その後の成功場面の状況
失敗後次のバッターの初球／同じような打球の処理／失敗後すぐにプレーの成功
⑦その後の成功前の思考や感情
同じ失敗は許されないという自身の考え／緊張感の増加
⑧その後の成功後の思考や生理面に表れた症状
安堵感／気の引き締め／油断しない気持ち／手汗
⑨その後の成功後の対処行動
集中力の持続を意識
⑩その後の成功後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
声掛け／良好な雰囲気 【変化したこと】 落ち着きの取り戻し／自らの声掛け
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
失敗後、成功後ともに対処は適切との自己評価
2回目の成功場面の状況
タイブレークの場面
2回目の成功前の思考や感情
自分への打球をアウトにする思いや勝利への強い気持ち／今に集中／反省は試合の後／目の前のことを思い切り
その他(2回目の成功場面の前に失敗を切り替えられた要因)
チームのポジティブな雰囲気が作用

表 6 A 選手【失敗→成功】事例のストーリーライン

A 選手は全国大会の準決勝、1 点取られたらサヨナラ負けのピンチというプレッシャー場面で、打球が飛んできたが足のもつれによりエラーをし、ピンチの拡大が起こった。失敗前はエラーが負けに繋がることへの重責と緊張感により、思うように動かない足となりそれが身体への影響として表出した。失敗後直後は後悔し頭が真っ白になり手の震えが表れ自分のミスが敗因になる不安感が生じた。その後、周囲が A 選手に声掛けをし、間をとる対処方略をとり励ましと気持ちの切り換えの促しを受けた。失敗後は自発的な行動は無しであったが後に失敗後も自発的な行動の必要性を想起した。ピンチが拡大しても変わらず良好なチームの雰囲気であり周りからの声掛けによる思考の転換を試みたが不安感は継続した。この失敗場面での思考の切り替えの対処は適切との自己評価を行った。

A 選手は失敗後すぐにプレーの成功を収めた。同じ失敗は許されないという自身の考えを持っており、失敗直後であったため緊張感の増加があった。成功後には安堵感とともに気の引き締め、油断しない気持ちを抱いた。さらに集中力の持続を意識した。また手汗をかき、チームメイトからの声掛けと良好な雰囲気は続いた。さらに良好な雰囲気の伝染により気持ちと行動の変化が生じ落ち着きの取り戻しがされ、チームメイトに対して自らの声掛けが行われた。成功後の対処行動は適切との自己評価を行った。

さらにその後も打球が飛んできて 2 回目のプレーの成功を収めた。自分への打球をアウトにする思いや勝利への強い気持ちを持って守っていた。また、反省は試合の後にすると決めて今に集中し目の前のことを思い切りやることだけを考えておりこの思考はチームのポジティブな雰囲気が作用していた。

＜ C 選手 の 事 例 ＞

C 選手は 1 年前の事例を振り返った．表 7 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し，表 8 にストーリーラインを示した．C 選手は高校時代最後の大会に出場した試合を回顧しインタビューに答えた．ポジションはサードだった．

表 7 C 選手【失敗→成功】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

C選手
①最初の失敗場面の状況
重要度の高い試合／バント処理の失敗／スタートの出遅れ／相手打者の巧みさ
②最初の失敗前の思考や感情
思い切りに欠けた行動／緊張感／次が強打者の為にこの打者をアウトにしたい思い
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
後悔／切り替える意識／躊躇のない思考
④最初の失敗後の対処行動
自らの声掛け／チームメイトへの謝り
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
チームメイトからの声掛け／チームの前向きな雰囲気 【変化したこと】 終わったことは仕方ないという気持ちの切り替え／もう一度自分のところへ飛んで来いという気持ちの切り替え
⑥その後の成功場面の状況
失敗後すぐにプレーの成功／強い打球の捕球
⑦その後の成功前の思考や感情
躊躇のない思考／失敗を引きずらない思考
⑧その後の成功後の思考や生理面に表れた症状
心拍の増加と安堵感／自信／興奮
⑨その後の成功後の対処行動
自らの声掛け／オーバーアクション／チームメイトとのハイタッチ
⑩その後の成功後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
チームメイトとのハイタッチ／監督からの賞賛 【変化したこと】 自信／モチベーションの増加／チームメイトとともに勝利への強い気持ち
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
失敗後の対処は適切との自己評価
その他(最初の失敗を切り替えられた要因)
最後の大会であることから切り替えられた気持ち／失敗しても何も思うなという監督の助言への共感

表 8 C 選手【失敗→成功】事例のストーリーライン

C 選手は高校生として最後の大会の準決勝という重要度の高い試合に出場した。試合の中盤、負けている状況で相手打者の巧みさや自分かキャッチャーかのどちらが処理するか分からない位置へのバントによりスタートの出遅れがありバント処理の失敗が生じた。これはアウトに出来たかもしれないプレーだった。失敗前は緊張感があり次が強打者の為にこの打者をアウトにしたい思いがあったが思い切りに欠けた行動をとった。失敗直後は後悔したが切り替える意識を持ち躊躇のない思考へと推移した。その後、自らの声掛けとチームメイトへの謝りという自発的な行動をとった。またチームメイトからの声掛けがあり、チームの前向きな雰囲気があったことで終わったことは仕方ないという気持ちの切り替えやもう一度自分のところへ飛んで来いという気持ちの切り替えをした。

その後、強い打球の捕球をし、失敗後すぐにプレーの成功を取めた。成功前は失敗を引きずらない思考や躊躇のない思考になっていた。成功後は心拍の増加と安堵感が生じた。また、自らの声掛けを行いプレーの成功により自信がつき、興奮し周囲に対してオーバーアクションをとった。そしてチームメイトとのハイタッチがあり監督からの称賛を受けた。周囲からの反応によりモチベーションの増加がありチームメイトとともに勝利への強い気持ちが生じた。

この試合を通して失敗後の対処は適切との自己評価をした。C 選手にとって失敗しても何も思わないという監督の助言への共感と最後の大会であることから切り替えられた気持ちが最初の失敗を切り替えられた要因となった。

＜D 選手の事例＞

D 選手は 1 年以内の事例を振り返った．表 9 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し，表 10 にストーリーラインを示した．D 選手は大学の全国大会予選会に出場した試合を回顧しインタビューに答えた．ポジションはショートだった．

表 9 D 選手【失敗→成功】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

D選手
①最初の失敗場面の状況
インカレ予選の決勝戦／サードとの間の打球／サードが捕るとの思い込みが生じ思い切りに欠けたプレー／初回の先頭打者／ライバル校との対戦／前の試合と比較しての力み／守備練習により良いイメージを持って臨んだ試合
②最初の失敗前の思考や感情
僅かな緊張感／悪くないイメージ
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
悪いイメージを想起／試合の序盤により切り替えの思考／身体への表出は無い状態
④最初の失敗後の対処行動
良いイメージ／目の前のプレーに集中／投手への声掛け／自らプレッシャーをかける状況づくり／次からのプレーは絶対成功させる強気な姿勢
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
チームメイトからの声掛けにより前向きな気持ち／指導者の言動をあえて見ない対処
⑥その後の成功場面の状況
試合の中盤でランナーが出塁後／二遊間よりの強い打球を捕球しダブルプレー／練習してきた成果が表れたプレー
⑦その後の成功前の思考や感情
プレーだけに集中している状態
⑧その後の成功後の思考や生理面に表れた症状
ピッチャーのミスをカバーできた嬉しさ／周囲の声が鮮明に聴こえるようになる変化
⑨その後の成功後の対処行動
チームメイトとのハイタッチ
⑩その後の成功後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
ベンチ外のメンバーとも喜びの共有／ダブルプレーによるチームの盛り上がり／ベンチ内外の盛り上がり 【変化したこと】 負けている状況でプレーの成功によりもたらされた良い流れ／自分のプレーで流れを変えられた喜び
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
対処は適切との自己評価

表 10 D 選手【失敗→成功】事例のストーリーライン

D 選手は インカレ予選の決勝戦の試合の後攻、初回の先頭打者のサードとの間の打球をサードが捕るとの思い込みが生じ思い切りに欠けたプレーにより失敗をした。 ライバル校との対戦により絶対に勝ちたい気持ちがあり前の試合と比較して生じた力みを感じていた。 失敗前は 僅かな緊張感と悪くないイメージがあり守備練習により良いイメージを持って臨んだ試合だった。 失敗後、悪いイメージを想起したが試合の序盤により切り替えの思考を試みた。 身体への表出は無い状態だった。 また 良いイメージを持つことと目の前のプレーに集中する思いを抱いた。 さらに 投手への声掛けをし、次のプレーに対する強気な姿勢を見せた。 また チームメイトからの声掛けにより前向きな気持ちとなった。 この時、指導者の言動をあえて見ない対処をとった。

その後、試合の中盤でランナーが出塁後、二遊間寄りの強い打球を捕球しダブルプレーを取った。 練習してきた成果が表れたプレーとなった。 今までは自分の感情が先走りプレーに集中できていない状態だったがこの時はプレーだけに集中している状態だった。 成功後は ピッチャーのミスをカバーできた嬉しさを感じ、周囲の声が鮮明に聴こえるようになる変化が起きた。 チームメイトとのハイタッチがありベンチ外のメンバーとも喜びの共有をし、ダブルプレーによるチームの盛り上がりがあった。 ベンチ内外の盛り上がりにより負けている状況でプレーの成功によりもたらされた良い流れとなり、自分のプレーで流れを変えられた喜びが生じた。

＜ E 選手 の 事 例 ＞

E 選手は 1 年前の事例を振り返った．表 11 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し，表 12 にストーリーラインを示した．E 選手は高校時代の全国レベルの大会に出場した試合を回顧しインタビューに答えた．ポジションはサードだった．

表 11 E 選手【失敗→成功】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

E選手
①最初の失敗場面の状況
全国レベルの大会の決勝トーナメント／中盤／苦手な打球／エラーによる失点／捕球ミス
②最初の失敗前の思考や感情
苦手な打球による戸惑い／本人も緊張
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
後悔／気分が下がった表情
④最初の失敗後の対処行動
周囲への声掛け
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
周囲からの叱責／張りつめたチームの雰囲気 【変化したこと】 最上級生の立場でエラーしたことへの自責
⑥その後の成功場面の状況
終盤／ランナー無し／サードゴロを捕球しアウト
⑦その後の成功前の思考や感情
自分への打球をアウトにする強い気持ち／切り替えの成功
⑧その後の成功後の思考や生理面に表れた症状
安堵感／気分の上昇
⑨その後の成功後の対処行動
⑩その後の成功後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
張りつめたチームの雰囲気／監督の選手に任せる投げやりな態度
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
以前の失敗場面より失敗後の対処は適切との自己評価

表 12 E 選手【失敗→成功】事例のストーリーライン

E 選手は 全国レベルの大会の決勝トーナメントの試合の中盤、苦手な打球が来た際に捕球ミスをし、エラーによる失点をした。ポジションはサードだった。この試合は、別の大会で負けた後の大会であることから発生したチーム全体の緊張感があり、本人も緊張していた。失敗前は 苦手な打球による戸惑いが生じた。E 選手にとって苦手な打球とは、地面を這う打球で、E 選手は グラブを引いて捕る癖があった。失敗後は 後悔し気分が下がった表情を見せた。これは 悔しい気持ちと張りつめたチームの雰囲気から生じた。また 周囲への声掛けを行ったが 張りつめたチームの雰囲気であったことから 試合中と試合終了後に周囲からの叱責を受けた。この大会は 新チーム始動後間もない試合であったことから周囲から叱責された後、最上級生の立場でエラーしたことへの自責が生じた。

その後、試合の 終盤にランナー無しの場面で サードゴロを捕球しアウトにした。成功前は 自分への打球をアウトにする強い気持ちがあり最初の失敗の 切り替えの成功をした。成功後は 安堵感と気分の上昇があった。試合自体が チーム全体でミスの連発や打撃不振となったため 張りつめたチームの雰囲気となり、監督の選手に任せる投げやりな態度が見られた。

E 選手は 以前の失敗場面より失敗後の対処は適切との自己評価を行った。これには 場慣れによる 適切な気持ちの切り替えが要因となった。

1.2. 【失敗→失敗】事例

< B 選手 の 事 例 >

B 選手は 3 年前の事例を振り返った。表 13 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し、表 14 にストーリーラインを示した。B 選手は高校時代の全国レベルの大会に出場した試合を回顧しインタビューに答えた。ポジションはキャッチャーだった。1 試合中にいくつか失敗を繰り返していたため、最初に生じた失敗とその後に生じた特に印象に残った失敗についてインタビューを行った。

表 13 B 選手【失敗→失敗】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

B選手
①最初の失敗場面の状況
重要度の高い試合／大会の予選リーグ戦／試合の序盤での失敗
②最初の失敗前の思考や感情
試合前から上手くいかないイメージ／漠然とした違和感／他者評価に向く注意
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
次は失敗できない焦りや不安から心拍の増加／余裕のない状態
④最初の失敗後の対処行動
頭を振る対処行動
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
声掛けと励まし／チームメイトからの前向きなコミュニケーション／顧問からの叱責 【変化したこと】 (チームメイトからの前向きなコミュニケーションにより)恐怖感の緩和
⑥その後の失敗場面の状況
終盤／ピンチの場面／ボールを見失い落球／失敗がなければ勝っていたかもしれない状況
⑦その後の失敗前の思考や感情
最初の失敗場面から余裕のない状態／焦り／再び失敗する不安
⑧その後の失敗後の思考や生理面に表れた症状
諦めや投げやりな思考／下を向く行動／余裕のない状態／顧問の叱責のみ認知 ／もう1度失敗することに対する恐怖心／交代してベンチに下がりたい感情／責任放棄や逃避感情
⑨その後の失敗後の対処行動
自発的な行動の消失
⑩その後の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
顧問の叱責のみ認知
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
失敗後の対処は不適切との自己評価
その他(理想の対処行動や思考)
気持ちの切り替えには声を出すことが理想／気持ちの切り替えと失敗を別のプレーで補うことへの意識

表 14 B 選手【失敗→失敗】事例のストーリーライン

B 選手は全国私学大会のリーグ戦という重要度の高い試合に出場し、試合の重要性と勝つことの困難さをプレッシャーに感じていた。また、他者評価に向く注意が生じていた。試合前から上手くいけないイメージが湧き、漠然とした違和感があり普段の練習時にも感じるプレーの調子の悪い感覚が生じた試合となった。調子の悪さがプレーに悪影響が出ることは現在もあり練習・試合間隔の広さや、不快な出来事や落ち込みが要因だと考えている。試合の序盤での失敗によりピンチの拡大が生じ B 選手に焦りが生まれた。プレッシャーの存在が負の影響を与えたプレーとなった。失敗後は、次は失敗できない焦りや不安から心拍の増加があり余裕のない状態に陥った。さらに顧問からの叱責を受けた。B 選手はリフレッシュ方法として頭を振る対処行動をとったが、これは効果のない対処行動となりその場で忘れられない失敗となった。その後、チームメイトからの前向きなコミュニケーションが図られ声掛けと励ましを受けた。励ましにより恐怖感の緩和がなされたことから B 選手は チームメイトからの前向きな声掛けの必要性を強調した。

2 つ目の失敗は試合の終盤、2 アウト満塁のピンチの場面でボールを見失い落球した。この失敗の後に打たれて点が入ったことから、失敗がなければ勝っていたかもしれない状況であった。最初の失敗場面から余裕のない状態が続き焦りや再び失敗をする不安があった。2 つ目の失敗後も 顧問からの叱責が続き後悔しモチベーションの低下が生じた。さらに諦めや投げやりな思考へと陥り自発的な行動の消失となった。B 選手は下を向く行動をとり余裕のない状態になりチームメイトの声は入ってこず、顧問の叱責のみ認知した。自分の失敗と敗戦の繋がりを気にし、チームメイトの表情に向く注意が生じた。さらにもう 1 度失敗することに対する恐怖心や交代してベンチに下がりたい感情とともに責任放棄や逃避感情が生まれた。

この試合を通して失敗後の対処は不適切との自己評価をした。失敗後には声を出して気持ちの切り替えをするチームの約束があったことから声を出す必要性を述べ、気持ちの切り替えには声を出すことが理想だったと想起した。さらに守備とは別のバッティングでのチームへの貢献をするような、気持ちの切り替えと失敗を別のプレーで補うことへの意識と失敗を引きずらないことが必要との考えを持つ。

＜ C 選手 の 事 例 ＞

C 選手は 2 年前の事例を振り返った。表 15 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し，表 16 にストーリーラインを示した。C 選手は高校時代の県大会に出場した試合を回顧しインタビュー答えた。ポジションはサードだった。

表 15 C 選手【失敗→失敗】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

C選手
①最初の失敗場面の状況
県大会／準決勝／三遊間のフライのお見合いにより生じた失敗／試合の序盤／打ち取った打球
②最初の失敗前の思考や感情
必要以上の緊張感／格下のチーム相手に勝たなければいけないプレッシャー／ランナーを出さないという難易度の高い目標／勝たなければいけない強い思い込み／漠然とした違和感／失敗しそうという感覚
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
自分の元へ打球が来てほしくない思い／もう1度失敗することへの不安感
④最初の失敗後の対処行動
自らの声出し／切り替えたい気持ち
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
チームメイトからの励まし／監督からの叱責 【変化したこと】 チームメイトからの励ましにより得られた安心感と集中しようとする思い
⑥その後の失敗場面の状況
先頭打者の打球の捕球エラー／普段なら捕れる打球の捕球ミス
⑦その後の失敗前の思考や感情
最初の失敗後から継続されていた自分の元へ打球が来てほしくない思い／絶対止めようという思い
⑧その後の失敗後の思考や生理面に表れた症状
緊張感の持続／再び失敗したことによる自信喪失／身体への症状の記憶は曖昧
⑨その後の失敗後の対処行動
自らの声出し／失敗したことに対する謝り
⑩その後の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
指導者からの叱責／チームメイトからの励まし 【変化したこと】 (チームメイトからの励ましにより) 涙腺の緩み／失敗が続いている罪悪感
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
自らの声出しの対処は適切
その他(理想の対処行動や思考)
自分のところに打球を呼ぶことが理想

表 16 C 選手【失敗→失敗】事例のストーリーライン

C 選手は県大会の準決勝で格下のチーム相手に勝たなければいけないプレッシャーから必要以上の緊張感があり試合をしながら上手くいかない感覚を抱いていた。試合の序盤、打ち取った打球だったが、三遊間のフライのお見合いにより生じた落球が最初の失敗となった。失敗前はチームでランナーを出さないという難易度の高い目標を立て、勝たなければいけない強い思い込みを持っていた。失敗後は自分の元へ打球が来てほしくない思いともう1度失敗することへの不安感が生じた。その後、切り替えたい気持ちから自らの声出しを行った。練習していた打球の落球であったことから監督からの叱責を受けたが、チームメイトからの励ましを受け良好なチームの雰囲気だった。C 選手はチームメイトからの励ましにより得られた安心感と集中しようとする思いを持った。しかし試合中の思考は全て上手くいかない思考であり自信喪失となった。

再び生じた失敗は、その後の回の先頭打者の打球の捕球エラーであった。2 つ目の失敗前は最初の失敗後から継続されていた自分の元へ打球が来てほしくない思いがあり、打球が来た時は、絶対止めようという思いになったが、普段なら捕れる打球の捕球ミスが起きた。2 つ目の失敗後は緊張感の持続があり、さらに再び失敗したことによる自信喪失となった。対処行動として自らの声出しと失敗したことに対する謝りをチームメイトにしたことにより多少和らいだ緊張感となった。身体への症状の記憶は曖昧であった。最初に生じた失敗と同様に 2 つ目の失敗後も監督からの叱責とチームメイトからの励ましを受けた。キャプテンだったことから失敗が続いている罪悪感により涙腺の緩みが生じた。

この試合を通して自らの声出しの対処行動は適切との自己評価を行った。しかし打球が飛んできてほしくないという後ろ向きな思いではなく自分のところへ打球を呼ぶことが理想との考えを持っている。また、この試合で感じていた漠然とした違和感は、失敗しそうという感覚であり日頃の練習や試合でも感じることもある。

＜D 選手の事例＞

D 選手は 4 年前の事例を振り返った。表 17 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し、表 18 にストーリーラインを示した。D 選手は高校時代の全国大会予選の決勝戦に出場した試合を回顧しインタビューに答えた。ポジションはショートだった。D 選手は 1 試合中にいくつか失敗を繰り返していたため、最初に生じた失敗とその後生じた特に印象に残った失敗についてインタビューを行った。

表 17 D 選手【失敗→失敗】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

D選手
①最初の失敗場面の状況
高校2年のインターハイ予選決勝／ショートゴロの暴投
②最初の失敗前の思考や感情
アップ中からの漠然とした違和感
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
最初の失敗による違和感の強まり／失敗により今日はダメという思い込み／荒い呼吸／視野の狭さ／周りの声が聞こえない状態
④最初の失敗後の対処行動
自発的な行動は無し
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
チームメイトの前向きな声掛け／普段と変わらない指導者の態度 【変化したこと】 チームメイトからのフォローが負担となり逆効果
⑥その後の失敗場面の状況
終盤／ショートゴロのタイムリーエラー
⑦その後の失敗前の思考や感情
動揺／プレーに集中できていない状態／自分が試合の中にいるのが不思議な感覚／周りの声が聞こえない状態／冷静さの消失
⑧その後の失敗後の思考や生理面に表れた症状
自分のエラーが敗因になるプレッシャー／落胆の感情／周りの声が聞こえない状態
⑨その後の失敗後の対処行動
⑩その後の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
ピッチャーの苛立ち／他のチームメイトからは前向きな声掛け／（指導者から）切り替えろという指示 【変化したこと】 （ピッチャーの苛立ちを受け）先輩の代にエラーをした後悔／チームメイトからの声掛けに反応できない状態
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
対処は不適切との自己評価
その他(理想の対処行動や思考)
目の前のことに集中することが理想

表 18 D 選手【失敗→失敗】事例のストーリーライン

D 選手は高校 2 年のインターハイ予選決勝、試合の序盤にショートゴロの暴投が最初に生じた失敗となった。その後、自分のエラーにより失点し最初の失敗による調子の乱れが起きた。バッティングも不振であり試合は敗北した。アップ中からの漠然とした違和感があり最初の失敗による違和感の強まりがみられた。これは、この試合のみ感じた漠然とした違和感であった。

最初の失敗は思い通りにいかないプレーとなり失敗により今日はダメという思い込みが生じた。さらに自分で自分を追い込み招いた負の連鎖となった。失敗後は荒い呼吸となり、視野の狭さ、周りの声が聞こえない状態へと変わった。また自分のミスが敗因になるプレッシャーがあり自発的な行動は無しであった。チームメイトからの前向きな声掛けがあり普段と変わらない監督の態度だった。しかしチームメイトからのフォローが負担となり逆効果となった。

その後試合の終盤、ショートゴロのタイムリーエラーをした。またこの他にも試合終盤にエラーの連発をした。2 つ目の失敗前は、動揺がありプレーに集中できていない状態だった。自分が試合の中にいるのが不思議な感覚で周りの声が聞こえない状態となり冷静さの消失となった。2 つ目の失敗後は自分のエラーによる失点から自分のエラーが敗因になるプレッシャーが生じた。失敗前と同様に周りの声が聞こえない状態であった。この他にも失敗の繰り返しがあったため落胆の感情が出た。また現在はエラーしたプレーの瞬間のみ強く記憶している。失敗を繰り返したことにより表れたピッチャーの怒りの態度がありピッチャーの苛立ちを受け、他のチームメイトからは前向きな声掛けを受けたがチームメイトからの声掛けに反応できない状態となっていた。監督からは切り替えろという指示があった。

昨年連覇が止まったことによるこの試合にかける強い思いがあり先輩の代にエラーをした後悔と自分のエラーによる相手チームに優位な雰囲気を感じた。最後にこの試合を通しての対処は不適切との自己評価を行った。目の前のことに集中することが理

＜ E 選手 の 事 例 ＞

E 選手は 1 年前の事例を振り返った．表 19 に基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を示し，表 20 にストーリーラインを示した．E 選手は高校時代の初めて出場した全国大会での試合を回顧しインタビューに答えた．ポジションはサードだった．

表 19 E 選手【失敗→失敗】事例の基幹質問項目における
テーマ・構成概

E選手
①最初の失敗場面の状況
高校2年のインターハイ／初めての全国大会／序盤／中途半端なプレー
②最初の失敗前の思考や感情
自分への打球を捕球する強い気持ち／先輩がいる中で試合に出場したプレッシャー／緊張感に吞まれた試合／いつもの守備範囲まで動けないほどの身体の硬直
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状
身体の硬直への驚き／先輩への罪悪感
④最初の失敗後の対処行動
自らの声掛け／その場の雰囲気には吞まれない空間づくり
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
先輩からの安心感や勇気づけられるような声掛け 【変化したこと】 やるしかない思い／ベスト尽くそうという思い
⑥その後の失敗場面の状況
一歩目を素早く切り出せずファーストとの間の打球のお見合い／同じタイミングの声掛けによる打球の譲り合い
⑦その後の失敗前の思考や感情
⑧その後の失敗後の思考や生理面に表れた症状
事前に声掛けをしなかったことへの後悔／戸惑いの思考／下を向いていられないという切り替え／焦りの自覚は無し
⑨その後の失敗後の対処行動
周囲への声掛け／ピッチャーへの謝り／次は絶対捕球する宣言
⑩その後の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと
チームメイトからの前向きな声掛け 【変化したこと】 次のプレーは成功させる強い思い
⑪この試合を通しての思考や行動の自己評価
(評価を下さず) 違う考えを持っていたらプレーも変わっていたかもしれないという振り返り

表 20 E 選手【失敗→失敗】事例のストーリーライン

E 選手は初めての全国大会である高校 2 年のインターハイで、シートノックはいつも通りの動きだったが、試合が始まると急に身体の硬直が起きた。トレーナーから見てもわかる身体の硬直であり身体の硬直はこの試合唯一だと振り返った。先輩がいる中で試合に出場したプレッシャーで緊張感に吞まれた試合となった。試合の序盤、いつもの守備範囲まで動けないほどの身体の硬直があり中途半端なプレーをしたのが最初の失敗だった。失敗前は自分への打球を捕球する強い気持ちを持っていた。失敗後は身体の硬直への驚きを感じ先輩への罪悪感が生じた。その後、先輩からの安心感や勇気づけられるような声掛けを受けやるしかない思いやベストを尽くそうという思いを抱いた。また、自らの声掛けを行いその場の雰囲気に吞まれない空間づくりを意識した。試合が進むにつれて次第に切り替えられていった思考へと推移した。

その後、一歩目を素早く切り出せずファーストとの間の打球のお見合いが 2 つ目の失敗となった。これは同じタイミングの声掛けによる打球の譲り合いから生じた。2 つ目の失敗後は事前に声掛けをしなかったことへの後悔をし、戸惑いの思考が生じたが下を向いていられないという切り替えに至った。その後、周囲への声掛けをし、ピッチャーへの謝りを行い次は絶対捕球する宣言をした。また、チームメイトからの前向きな声掛けにより次のプレーは成功させる強い気持ちを抱いた。この時焦りの自覚は無しであった。

この試合を通して初めての全国大会ということによって生じた戸惑いがあり、違う考え方を持っていたらプレーも変わっていたかもしれないという振り返りを行った。

2. 基幹質問項目における共通性

大谷（2019）は，n数が小さくてもそれぞれの事例の結果を突き合せ，事例間の共通性と差異性を検討することは可能であると述べている．本研究では，以下の手続きで，【失敗→成功】事例のみに関与する共通性のあるテーマ・構成概念と【失敗→失敗】事例のみに関与する共通性のあるテーマ・構成概念を見出すことで，＜失敗を繰り返さない要因＞と＜失敗を繰り返す要因＞の特定を試みた．

まず，各基幹質問項目への回答に対して，【失敗→成功】事例内で4名中2名以上の回答があったテーマ・構成概念を抽出した．それらのテーマ・構成概念において，【失敗→失敗】事例内で同様の回答が得られなかったものが失敗を繰り返さないために複数名が回答した共通性のあるテーマ・構成概念と解釈し，＜失敗を繰り返さない要因＞とした．同様に，【失敗→失敗】事例内で4名中2名以上の回答があったテーマ・構成概念を抽出し，それらのテーマ・構成概念において【失敗→成功】事例内で同様の回答が得られなかったものが失敗を繰り返すことに複数名が回答した共通性のあるテーマ・構成概念と解釈し，＜失敗を繰り返す要因＞とした．

【失敗→成功】，【失敗→失敗】事例につき共通の質問を行った箇所は最初の失敗場面であるため共通項を抽出するのは，調査1の基幹質問項目である②最初の失敗前の思考や感情，③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状，④最初の失敗後の対処行動，⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこととした．共通項の条件分けを表21に示した．

2.1. 失敗を繰り返さない要因

失敗を繰り返さない要因として抽出されたテーマ・構成概念は，最初の失敗前の思考や感情に「緊張感」（A，C，E選手），最初の失敗後の思考に「後悔」（A，C，E選手），「切り替える意識」（C，D選手），最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したことにより「ポジティブなチームの雰囲気」（A，C選手）となった．最初の失

敗前には A, C, E 選手から「緊張感」があったとの発話があった．「後悔」という概念も A, C, E 選手から得られた．「切り替える意識」という概念は C, D 選手から得られた．このことから C 選手は，失敗をした後に「後悔」をしたものの「切り替える意識」を持つという自発的な思考に至った経緯がみられた．「ポジティブなチームの雰囲気」というチームの雰囲気についての概念は A 選手が「良好なチームの雰囲気」，C 選手が「チームの前向きな雰囲気」と回答したことからこれらを包括し表現した．

2.2. 失敗を繰り返す要因

失敗を繰り返す要因として抽出されたテーマ・構成概念は，最初の失敗前の思考や感情に「過度な緊張」(C, E 選手)，「漠然とした違和感」(B, C, D 選手)，「ネガティブなイメージ」(B, C 選手)，であった．

失敗を繰り返さない要因では「緊張感」が抽出されたが，失敗を繰り返す要因では「過度な緊張」が抽出された．同じ緊張という言葉ではあるが C 選手から「必要以上の緊張感」，E 選手から「緊張感に吞まれた試合」という普段以上の緊張感があったとの発話を得られたことから，これらを「過度な緊張」と表現した．「漠然とした違和感」があったとの発話が B, C, D 選手から得られた．さらに「ネガティブなイメージ」という概念が B, C 選手から得られた．B 選手は「試合前から上手くいかないイメージ」，C 選手は「失敗しそうという感覚」という語りが得られこれらを包括し「ネガティブなイメージ」とした．

表 21 失敗を繰り返さない要因や繰り返す要因として抽出された事例間で共通性のあったテーマ・構成概念

	失敗を繰り返さない要因	失敗を繰り返す要因
②最初の失敗前の思考や感情	緊張感 (A, C, E選手)	過度な緊張 (C, E選手) 漠然とした違和感 (B, C, D選手) ネガティブなイメージ (B, C選手)
③最初の失敗後の思考と生理面に表れた症状	後悔 (A, C, E選手) 切り替える意識 (C, D選手)	
④最初の失敗後の対処行動		
⑤最初の失敗後の周囲からの反応やそれにより変化したこと	ポジティブなチームの雰囲気 (A, C選手)	

＜ 調 査 2 ＞

調査 1 の後，C，D，E 選手 3 名に対して追加面接を依頼し実施した．その結果 D，E 選手から失敗を繰り返さないための考えに対する回答が得られたため，分析に至ったが C 選手からは失敗を繰り返さないための考えへの回答が得られなかったため分析から除外した．したがって D，E 選手 2 名の追加面接の分析結果を記載する

まず，基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を表で示した．回答が曖昧であったことや発話が十分でなく分析に至らなかった箇所は斜線を引いている．次に，テーマ・構成概念を紡ぎ書き表したストーリーラインを表で示した．ストーリーライン中のテーマ・構成概念には下線を引いて記した．

1. 各対象者の事例記述

＜ D 選 手 ＞

D 選手は調査 1 で述べた試合を回顧しインタビューに答えた．基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を表 22 に示し，ストーリーラインを表 23 に示した．

表 22 D 選 手 調 査 2 の 基 幹 質 問 項 目 に お け る
テ ー マ ・ 構 成 概 念

D選手
①以前聞いた試合以外の失敗を繰り返した経験の有無
②失敗を繰り返した試合と繰り返さなかった試合の違い
<p>[繰り返した時] 絶対勝たなきゃいけないプレッシャー／インターハイ出場をかけた重要度の高い試合</p> <p>[繰り返さなかった時] 自分のプレーができた試合／良いイメージ／プラスのイメージ</p>
③失敗を繰り返さないための自身の考えやコツ
<p>目の前の1球に集中／意識の方向は自分のやるべきこと</p>
④失敗を繰り返さない考えを身につけられた経緯
<p>プレッシャーに向けた意識により集中できていない状態／プレッシャー下で集中する方法の模索 ／メンタルトレーナーへの相談／助言を実践しうまくいった経験</p>
⑤練習と試合での失敗の捉え方の違い
<p>失敗による落ち込みがあるのは練習より試合</p> <p>[練習] 失敗を繰り返す時はボールに集中できていない状態／捕らないといけない義務感</p> <p>[試合] 捕らないといけない義務感</p>
⑥競技場面での失敗を気にするかの自己評価
<p>失敗は気にするとの自己評価／失敗の引きずり／割り切りの習得／経験から得た心の余裕</p>

表 23 D 選手調査 2 のストーリーライン

D 選手は 2 つの事例の違いを振り返ると【失敗→失敗】事例では インターハイ出場をかけた重要度の高い試合で絶対勝たなきゃいけないプレッシャーを感じていた。【失敗→成功】事例では 良いイメージやプラスのイメージが湧き自分のプレーができた試合となった。

失敗を繰り返さないためには 目の前の 1 球に集中し意識の方向は自分のやるべきことだとの考えを持つ。これには プレッシャーに向いた意識により集中できていない状態を感じていたことから プレッシャー下で集中する方法の模索をしていた。その際に メンタルトレーナーへの相談を行い 意識の方向は自分のやるべきこととの助言を実践しうまくいった経験からこの考えが身についた。大学入学当初は正解が分からない状態であったがこれは 2～3 年の時を経て掴んだ感覚となった。

また 練習と試合における失敗の共通点として 捕らないといけない義務感を挙げ、失敗を繰り返す時はボールに集中できていない状態になることである。失敗による落ち込みがあるのは練習より試合であると述べた。

D 選手は競技場面において 失敗は気にするとの自己評価を行った。現在も 失敗のひきずりはあるが 経験から得た心の余裕により失敗を気にしていてもしょうがないという 割り切りの習得ができてきている。

< E 選手 >

E 選手は調査 1 で述べた試合を回顧しインタビューに答えた。基幹質問項目におけるテーマ・構成概念を表 24 に示し、ストーリーラインを表 25 に示した。

表 24 E 選手調査 2 の基幹質問項目における
テーマ・構成概念

E選手
①以前聞いた試合以外の失敗を繰り返した経験の有無
練習試合で多数の失敗の繰り返し経験
②失敗を繰り返した試合と繰り返さなかった試合の違い
<p>[繰り返した時] 追い詰められる気持ち／戸惑い</p> <p>[繰り返さなかった時] チームへの貢献を意識</p>
③失敗を繰り返さないための自身の考えやコツ
チームへの貢献／自分にできることを意識
④失敗を繰り返さない考えを身につけられた経緯
チーム100%というスローガン／学年が上がるにつれてチームへの貢献を優先
⑤練習と試合での失敗の捉え方の違い
<p>[練習] 練習では叱責されることへの怯えから失敗の繰り返し経験</p> <p>[試合] 試合では失敗に対して割り切りや受容／チームの雰囲気作用／チームの雰囲気を落とさない意識</p>
⑥競技場面での失敗を気にするかの自己評価
失敗に対する過剰な意識

表 25 E 選手調査 2 のストーリーライン

E 選手は練習試合で多数の失敗の繰り返し経験をしていた。

E 選手は 2 つの事例の違いを振り返ると【失敗→失敗】事例では戸惑いや追い詰められる気持ちになっていた。【失敗→成功】事例ではチームへの貢献を意識しながらプレーをしていた。

失敗を繰り返す時は他人の目に対する強い意識になっていたことから失敗を繰り返さないためにはチームへの貢献と自分にできることを意識するとの考えを持つ。高校時代に学年が上がるにつれてチームへの貢献を優先し最高学年の時にはチーム 100%というスローガンがあったことからこの考えが身についた。

また練習では叱責されることへの怯えから失敗の繰り返し経験が多くあり試合では失敗に対して割り切りや受容をしていた。これにはチームの雰囲気が作用しており E 選手はチームの雰囲気を落とさない意識をしていた。

E 選手は競技場面において失敗に対する過剰な意識が向くとの自己評価を行った。

V 考 察

1. 目的と方法の整理

調査 1 では，5 名の大学女子ソフトボール選手に対して，失敗場面の状況，失敗前後の思考・感情や対処行動，周囲からの反応，その後の失敗／成功場面の状況，失敗／成功前後の思考・感情や対処行動等を尋ね，ソフトボールの守備場面においてプレッシャー下で失敗した時の競技者の思考とその後のパフォーマンスで成功した場面と再び失敗した場面の思考の違いを明らかにすることを目的とした．調査 2 では，【失敗→成功】事例と【失敗→失敗】両事例を保持し，【失敗→失敗】を経験した後，【失敗→成功】の時系列を辿った対象者に，失敗を繰り返さないための自身の考え，失敗を繰り返さない考えを身につけられた経緯を中心に尋ねる追加面接を行い，失敗を繰り返さない考えやその考えの獲得に至った経緯を明らかにすることを目的とした．

2. 失敗を繰り返さない要因

2.1. 思考や感情

＜失敗を繰り返さない要因＞で最初の失敗前の思考や感情に「緊張感」が抽出された．普段以上の緊張感があった等の発話が無かったことから過度な緊張状態ではなかったと推測できる．また，失敗を繰り返す要因で「過度な緊張」が抽出されたことから，適度な「緊張感」の保持が望まれることが示唆された．

最初の失敗後の思考や感情においては「後悔」と「切り替える意識」が抽出された．C 選手の発話から「後悔」をした後に「切り替える意識」に至る推移がみられた．これには「最後の大会であることから切り替えられた気持ち」と「失敗しても何も思うなという監督の助言への共感」が最初の失敗を切り替えられた要因になったと語られた．したがって高校生活最後の大会というプレッシャーが正の影響をもたらし，監督の言葉への共感が切り替える意識に結びつ

いたきっかけになったと考えられる。「切り替える意識」というのは、プレッシャー下での失敗というストレスに対して、コーピングの1つである情動焦点型の対処を用いたと推測できる（ラザルス・フォルクマン，1991）。これは、ストレスによって生じた不快な感情を解消することに焦点をあてた対処法である。1試合中という短い時間軸の中では、失敗が生じ「後悔」をした後には、気持ちを切り替えるといった情動に焦点をあてた対処がその後のパフォーマンスの成功に繋がることが示唆された。

次に＜失敗を繰り返さない要因＞として特定はされなかったが【失敗→成功】事例において抽出された着目すべき概念としてC選手の「躊躇のない思考」を挙げる。「躊躇のない思考」とは、迷いを断ち切った状態であり、「開き直り」と類義語で説明できる。「開き直り」はプレッシャー下で実力発揮ができた時の心理的過程において確認されており、競技遂行の瞬間に向けた集中へと繋がると示唆されている（佐々木ほか，2019）。したがって、プレッシャー下での実力発揮に着目すべき概念であると捉えた。また、大学生のあがりの対処法の1つに挙げられ即時的な対策が必要な場面で多用されていることが示されている（有光，2002）。C選手の事例においても、1試合中という短い時間軸の中で失敗した後のプレーで実力を発揮することが求められる状況で「開き直り」と類義語である「躊躇のない思考」がその後のパフォーマンスに正の影響を与えたと考えることができる。

2.2. 周囲の反応（チームメイトや指導者）

最初の失敗後の周囲からの反応において「ポジティブなチームの雰囲気」が抽出された。Hill and Shaw（2013）は、チームスポーツにおけるあがりの抑制要因にチームの結束力を示した。チームの結束力があればチームの雰囲気の良いさに繋がると考えられ、日頃からチームメイト同士の良好な関係性を築くことが望まれる。先行研究と同様にチームメイトの励ましやフォロー、チームの良好な雰囲気

気が、あがりを抑制する要因になることが示唆された。

また、適切な練習や環境を促進するコーチは、チームメンバー間に社会的サポートの認識を生み出しあがりの頻度を軽減する可能性があることも Hill and Shaw (2013) は示唆している。したがって、指導者の日頃の取り組みも、あがりの頻度に影響があると捉えることができる。本研究では、指導者の取り組みや選手との信頼関係についての調査は行っていないが、失敗後の指導者の態度に着目すると、A 選手と C 選手は「ポジティブなチームの雰囲気」と回答したことから指導者はチームや競技者に悪い影響を与えていないと考えられる。しかし、E 選手はチームメイトや指導者を含む「周囲からの叱責」を受けたと回答したことから、指導者は E 選手に対して怒りの感情を与える態度だったことが分かる。

本研究では、A、C 選手の事例のように指導者の態度が悪い影響を与えていない場合や、E 選手の事例のように叱責という怒りの感情を与える場合であってもその後のパフォーマンスでは成功に繋がっている。このように指導者がどちらの態度であっても失敗後のパフォーマンスで成功に繋がることが示されたが、これには選手と指導者との関係性が一因になっていると考える。松井 (2014) は選手と指導者で信頼関係が築けている場合であれば叱責が選手の内発的動機付けに肯定的に働くことを示唆した。E 選手は指導者との親和的信頼関係が高かったと仮定すると、失敗後に叱責を受けても内発的動機付けが高まりその後のプレーを継続し、成功に繋がったと考えられる。但し、岩永・笹場 (2019) は、指導者・チームメイトの悪い影響を与える態度が選手の実力発揮に負の影響を与えることを明らかにし失敗が起きた後であっても指導者は適切な態度で振る舞うことが重要であると述べている。したがって、選手が失敗した後は特に指導者は自身の立ち居振る舞いを自覚することが求められる。

2.3. 2 回の成功を収めた A 選手の思考の違い

< 失敗を繰り返さない要因 > として抽出されなかったが A 選手は

1 試合中の中で失敗が生じた後，成功を 2 回収めたが 1 つ目の成功場面と 2 つ目の成功場面では異なる思考がみられた点から A 選手の事例を記す．

A 選手の 1 つ目の成功場面では，失敗後にチームメイトからの「励まし」を受け，「思考の転換を試みたが不安感の継続」があったと語り，不安や緊張感が増加した中でのプレーとなった．佐々木（2019）の生理的覚醒水準の上昇があってもプレッシャー下で実力を発揮することができた事例と同様の結果がみられた．試合が進むにつれて 2 つ目の成功を収めたが，2 つ目の成功場面の前は「反省は試合の後」へと思考が推移していた．これは，梅津ほか（2022）の「失敗を忘れようと意識しない」という思考によってパフォーマンスが維持したパターンと類似しており先行研究を支持する結果となった．同じ試合中の成功場面であっても異なる思考がみられ，2 回目の成功場面のように失敗を無理に忘れようとしない対処が望まれることが示唆された．

3. 失敗を繰り返す要因

3.1. 思考や感情

< 失敗を繰り返す要因 > として抽出された概念は，最初の失敗前の思考や感情に「過度な緊張」，「漠然とした違和感」，「ネガティブなイメージ」である．「過度な緊張」とは，「必要以上の緊張感」（C 選手），「緊張感に吞まれた試合」（E 選手）を包括的に表現した．「過度な緊張」から「ミス」に繋がり，「ミス」をすれば「過度な緊張」にも繋がる双方向の関係性があることが指摘されており（佐々木，2019），失敗前の「過度な緊張」が失敗を繰り返す一要因になったと考えられる．

「漠然とした違和感」とは，B，C，D 選手が試合前や試合中に抱いていた感覚である．D 選手はこれを「その日のアップの時点でなんか違うなみたいな．プレッシャーとかそういうのを感じているわけでもなく，なんか違うなっていうのを感じていて」と語った．さ

らに D 選手は，失敗が起きたことにより「最初の失敗による違和感の強まり」が生じたと語り「漠然とした違和感」の強化がみられた．

「ネガティブなイメージ」とは，「試合前から上手くいかないイメージ」（B 選手）と「失敗しそうという感覚」（C 選手）を包括的に表現した．試合前や試合開始後のネガティブ感情が，あがりの構成要因となっている先行研究（村山ほか，2009）の支持はしたが，「試合直前のネガティブ思考」はプレッシャー下で必ずしもパフォーマンス低下に繋がるものではないとも報告されている（佐々木，2019）．

以上のように失敗を繰り返す要因として抽出された概念は全て失敗前の思考や感情であったため，試合前や失敗前に普段とは異なる感覚や負のイメージが想起した時の競技者の捉え方に着目した．永野ほか（2022）は緊張をポジティブに捉えている者はネガティブに捉えている者よりスポーツ競技特性不安の全ての因子で得点が有意に低いことを示し，競技場面では緊張を低下させるのではなく緊張をポジティブに捉えることに主眼を置くことが重要であると述べている．また，橋本・徳永（2000）はスポーツ競技状態不安を予測するのにスポーツ競技特性不安が極めて高い説明力を持ち，競技不安に対する対策を行うことで心理的パフォーマンスを機能させ実力発揮度を高められる報告している．したがって，試合前に「過度な緊張」や「漠然とした違和感」，「ネガティブなイメージ」という負の感覚やイメージが想起しても，それらをどのように捉えているのかが，その後のパフォーマンスの成否の一因になると考えられ今後，物事の捉え方がその後のプレーに及ぼす影響を調査することが求められる．

3.2. 周囲の反応（チームメイトや指導者）

＜失敗を繰り返す要因＞として抽出されなかったが，【失敗→失敗】事例におけるチームメイトや指導者の反応を記す．最初の失敗後には，4 名全員が「チームメイトからの前向きな声掛け」を受けた．それにより B，C，E 選手が「安心感や集中しようとする思い」，「や

るしかない思い」へとプラスの変化が生じた。しかし、D選手からは「大丈夫だよって言われたほうが自分の中で切り替えられなかったっていうか、大丈夫だよって言われるってことはどうにかしないとなってしまう感じで」と「チームメイトからのフォローが負担となり逆効果」になったとの語りが得られた。【失敗→成功】事例でも「チームメイトからの前向きな声掛け」があったことから、チームメイトのフォローは適切な対処といえるが、D選手のようにフォローされると負担を感じる反応もあったことから、個人差が生じることへの理解が求められる。

また、最初の失敗後には「自らの声掛け」(C, E選手)をし、「チームメイトからの前向きな声掛け」(4名全員)を受けていたことから、チームメイト同士でコミュニケーションをとっていた様子が見えてくる。しかし、＜失敗を繰り返さない要因＞で抽出された「ポジティブなチームの雰囲気」まで至らなかったのは、「指導者からの叱責」(B, C選手)が要因になったと考えられる。戸山ほか(2020)は、指導者の統制的行動が選手の基本的心理欲求の不満を高め、無動機づけを促進させる傾向があると示唆しており、指導者の統制的行動の下位尺度のひとつである「威嚇」(指導者から怒鳴られたり、脅しを受けたりしている)が本事例の「指導者からの叱責」と関連があると考えられることから、指導者の叱責がチームの雰囲気とその後のパフォーマンスに負の影響を与えることが示唆された。

3.3. 失敗を繰り返した後の思考や感情

失敗を繰り返した後の対象者の思考や感情を観察すると、B選手は交代してベンチに下がりたいという「責任放棄や逃避感情」が生じていた。Hill and Shaw(2013)の報告では、あがりが生じた後に交代を申し出て棄権をする事例や、さらに深刻になると数年間スポーツから離れ、より低いレベルの環境で復帰を望む事例があった。B選手は失敗を繰り返したことにより先行研究と同様の「逃避」感情が生じ、これがより深刻になるとスポーツ競技から離れる要因に

なりえると推測できる。

また、E選手は「戸惑いの思考」が生じた後、「下を向いていられないという切り替え」をしようと試みた。積極的な思考を試みたのはE選手のみであったが、失敗を繰り返した状況下でも積極的な思考を試みることが可能であることが示された。

4. 失敗を繰り返さないための対処法の提案

調査1では、【失敗→成功】、【失敗→失敗】事例からそれぞれ＜失敗を繰り返さない要因＞、＜失敗を繰り返す要因＞を特定した。これらの結果から競技者が失敗を繰り返さないための対処を提案したい。まず、失敗が生じた際には、「後悔」はその時起きた失敗だけに留め、「切り替える思考」に至ることが失敗を繰り返さないために必要なことだと考える。なぜならば、【失敗→失敗】事例において、失敗後に「失敗により今日はダメという思い込み」が生じ、「自分で自分を追い込み招いた負の連鎖」に至った経緯がみられた。1つの失敗から今日の試合全体がダメという評価を下し失敗が繰り返されたことから、失敗と試合全体の評価との区別をつけるが必要だと考える。

また、緊張をポジティブに捉えている者はネガティブに捉えている者より不安が少ない（永野ほか，2022）ことから、物事の捉え方に着目し「過度な緊張」や「漠然とした違和感」、「ネガティブなイメージ」という負の感覚やイメージが試合前に想起した場合であっても、それらがその後のパフォーマンスに対するネガティブな要因になると捉えない対処が必要だと考える。この場合は別の観点を持つことによる態度変化を目的として、思考を再概念化するプロセスであるリフレーミング（ファンデンボス，2013）が推奨できる。これは情動のセルフコントロールの1つとしてスポーツメンタルトレーニング教本三訂版（遠藤，2016）でも紹介されているネガティブな事象をポジティブに捉える心理技能である。

5. 失敗を繰り返さない考えやその考えに至った経緯

【失敗→成功】事例と【失敗→失敗】両事例の経験があり、【失敗→失敗】を経験した後、【失敗→成功】の時系列を辿った対象者に失敗を繰り返さない考えやその考えに至った経緯を明らかにすることを目的とし、追加面接を行った。その結果、D、E選手の2名から失敗を繰り返さないための考えやその考えの獲得に至った経緯の語りが得られた。

D選手は失敗を繰り返さないための考えに「目の前の1球に集中」、「意識の方向は自分のやるべきこと」と回答した。この考えを身につけられた経緯は、「プレッシャー下で集中する方法の模索」から「メンタルトレーナーへの相談」により「助言を実践しうまくいった経験」からなる。D選手は過去に関わりがあったメンタルトレーナーというソーシャルサポートを活用した経緯がみられた。他者からのサポートが多いほど身体活動・運動が促進されることが確認されており（村上・橋本，2008），D選手もサポートを活用し、そこから生じた成功経験が考えの形成に寄与したことからソーシャルサポートの有効性を裏付ける結果となった。

E選手は「チームへの貢献」、「自分にできることを意識」と回答した。この考えが身につけられた経緯は、高校時代に「学年が上がるにつれてチームへの貢献を優先」という方針から打ち立てられた「チーム100%というスローガン」への順守からなる。チームロゴや標語の活用は集団凝集性を高めるアプローチのひとつであり一般的に集団凝集性が高いチームは優れたパフォーマンスを示すと考えられている（片上，2023）。高校時代のチームスローガンがE選手の根底にあり考えの形成に寄与した点からチームスローガンの有効性が示唆された。

さらに、2選手の失敗を繰り返さないための考えで抽出された「意識の方向は自分のやるべきこと」（D選手）と「自分にできることを意識」（E選手）は、意味が類似していることから包括的に「自分のやるべきことを意識」と表現する。荒木（2018）はミスへの対処法

に、今何をすべきかについて判断をし、その判断に従い勇気を持って遂行することと述べている。したがって、自分に何ができるのかを見極め実行することが失敗を繰り返さないための有効な対処であると考えられる。

6. 本研究の限界

本研究で導き出された結果は、5名の大学女子ソフトボール選手のデータに基づくものであり、過去の事例を振り返るインタビュー調査を採用したことから語りは全て対象者の記憶に依存するものである。また、対象者の選定には必須条件として、過去あるいは現在においてソフトボール競技を経験したことがある大学生以上の競技者（競技を引退している者でも可）とし、本研究では1試合中の守備場面での事例に絞ったことで統制を図った。選定した対象者5名の内、C、D、E選手が【失敗→成功】、【失敗→失敗】事例の両事例を経験していたが、A選手は【失敗→成功】事例、B選手は【失敗→失敗】事例のみを経験していた。2大学48名の選手に事例経験の有無を確認した結果、両事例を保持し詳細に述べることができる者は少数であり、事例数の確保とA、B選手の事例が失敗場面での思考とその後のパフォーマンスの成否への理解に有益な事例であると判断したため調査対象として採用した。

さらに、失敗前の思考は時間的に後から提示された刺激の処理に基づいて直前の刺激や知覚や認知を再構成する現象であるポストディクション（Shimojo, 2014）が影響を与えていた可能性を考慮する必要がある。【失敗→失敗】事例を例に挙げると、失敗を繰り返したというネガティブな出来事があったということは、失敗前に「漠然とした違和感」があったという時間軸とは逆行して認知に影響を及ぼした可能性のことである。これらは質的研究の限界点として捉えることが必要である。

7. 今後の展望

今回、質的手法を採用したことで、対象者の視点からプレッシャー下での失敗場面を詳細に検討することができた。

本研究の【失敗→成功】事例では、競技者が失敗後に「後悔」し、「切り替える意識」に至った過程が見られた。これは、プレッシャー下での失敗というストレスに適応し乗り越えられたと推測でき、レジリエンスが高かった可能性が考えられる。有斐閣現代心理学辞典ではレジリエンスとは「跳ね返す」という意味を語源に持ち、脅威となる事態がもたらした心理的な傷つきや落ち込みから立ち直す回復力や弾力性、あるいはその心理過程や結果と示されている(野村, 2021)。また、スポーツにおけるレジリエンスについてはまだまだ研究の余地があり定義の合意さえ得られていないが「困難な状況をうまく乗り越える力」であると共通の理解として挙げている(荒木, 2023)。さらに、荒木・小谷(2018)は、競技歴が長いほどレジリエンスが高くなることを明らかにしたことで、レジリエンスは生得的な心理的特性ではないと考えられる。本研究においても C, D, E 選手が【失敗→失敗】経験後に【失敗→成功】を経験しており、3 選手の各事例経験時の年齢の差を算出すると、【失敗→成功】事例の方が、1.67 年競技歴が長いことが示された。

したがって、本研究の結果から失敗を繰り返した経験がレジリエンスを高くすると仮説を生成した。今後、失敗を繰り返さない心理過程の一般可能性の検討とレジリエンスとの関連を明らかにすることができれば、競技場面におけるプレッシャー下での失敗に関する知見をさらに提供できると考える。

V 結 論

本研究は 2 つのパートに分けて調査を実施した。調査 1 では、プレッシャー下で失敗が生じた時の競技者の思考とその後のパフォーマンスの成否による思考の違いを明らかにすることを目的とし 5 名の対象者にインタビューを行った。その結果、＜失敗を繰り返さない要因＞と＜失敗を繰り返す要因＞を特定し、＜失敗を繰り返さない要因＞では、「緊張感」、「後悔」、「切り替える意識」、「ポジティブなチームの雰囲気」が抽出された。＜失敗を繰り返す要因＞では、「過度な緊張」、「漠然とした違和感」、「ネガティブなイメージ」が抽出された。

これらのことから失敗を繰り返さないためには、まず、失敗が生じた際には、1 つの失敗と試合全体の評価の区別をつける対処を取ること、試合前に「過度な緊張」や「漠然とした違和感」、「ネガティブなイメージ」という負の感覚やイメージが想起した場合であっても、心理的スキルの 1 つである、捉え方を変え別の枠組みで考えるリフレーミング技法を身につけることが提案できる。さらに、＜失敗を繰り返さない要因＞に「ポジティブなチームの雰囲気」が抽出されたことから失敗をした競技者以外のチームメイトや指導者の態度も影響を与えることが示唆された。

調査 2 では、【失敗→成功】事例と【失敗→失敗】両事例を保持し、【失敗→失敗】を経験した後、【失敗→成功】の時系列を辿った対象者に失敗を繰り返さない考えや考えの獲得に至った経緯を明らかにすることを目的とし追加インタビューを行った。その結果、失敗を繰り返さないための考えには「目の前の一球に集中」、「チームへの貢献」、「自分のやるべきことを意識」が抽出された。これにはソーシャルサポートの活用やチームの方針やスローガンの浸透しており考えが形成された背景が見受けられた。

調査 1 と調査 2 より、ソフトボールというチームスポーツにおいて、プレッシャー下での競技者の失敗場面での対処法とともに指導

者やチームメイトの態度の重要性が示唆された。チームスポーツで失敗を繰り返さないためには、「ポジティブなチームの雰囲気」を作ること、そのための基盤として、チームスローガンの活用やチーム内での役割やポジションの明確化など（片上，2023），集団凝集性を高めるアプローチの実践が必要だと考える。

引用文献

荒木香織．実力発揮へのメンタルスキル“関節外科 基礎と臨床”(井上一，高倉義典，進藤裕幸，筒井廣明，吉矢晋一編集顧問)，p.1087-1091，メジカルビュー社，東京，2018．

荒木香織．チームスポーツに対する心理サポート レジリエンス“スポーツ心理学の挑戦－その広がりと深まり－”(日本スポーツ心理学会編)，p.186-192，大修館書店，東京，2023．

荒木香織，小谷 郁．トップアスリートにおける社会環境要因と心理的要因の包括的検証－アスリートを取り巻く環境とメンタルタフネスとの関係－．笹川スポーツ研究助成研究成果報告書，33-39，2018．

有光興記．“あがり”への対処法に関する研究－“あがり”対処法の種類，因子構造，状況間相違に関する検討－．心理学研究，72(6)，482-489，2002．

Baumeister RF. Choking under pressure: Self-consciousness and paradoxical effects of incentives on skillful performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (3), 610-620, 1984.

遠藤俊郎．情動のコントロール技法“スポーツメンタルトレーニング教本 三訂版”(日本スポーツ心理学会編)，p.109-113，大修館書店，東京，2016．

Gray R. Attending to the execution of a complex sensorimotor skill: Expertise differences, choking, and slumps. *Journal of*

Experimental Psychology: Applied, 10 (1), 42-54, 2004.

Gray R, Allsop J. Interactions between performance pressure, performance streaks, and attentional focus. Journal of Sport & Exercise Psychology, 35 (4), 368-386, 2013.

Gray R, Orn A, Woodman T. Ironic and reinvestment effects in baseball pitching: How information about an opponent can influence performance under pressure. Journal of Sports & Exercise Psychology, 39 (1), 3-12, 2017.

ファンデンボス G. R. 監修. APA 心理学大辞典. (繁榘算男, 四本裕子 監訳), p.917, 培風館, 東京, 2013.

Hammond T, Gialloredo C, Kubas H, et al. The prevalence of failure-based depression among elite athletes. Clinical journal of sport medicine: official journal of the Canadian Academy of Sport Medicine, 23 (4), 273-277, 2013.

Harris DJ, Vine SJ, Eysenck MW, et al. To err again is human: exploring a bidirectional relationship between pressure and performance failure feedback. Anxiety Stress and Coping, 32 (6), 670-678, 2019.

Harris DJ, Vine SJ, Eysenck MW, et al. Psychological pressure and compounded errors during elite-level tennis. Psychology of Sport & Exercise, 56, 101987, 2021.

橋本公雄, 徳永幹雄. スポーツ競技におけるパフォーマンスを予測するための分析的枠組みの検討. 九州大学健康科学センター, 健

康科学, 22, 121-128, 2000.

畑村洋太郎. 失敗学のすすめ. p.21-22, p.251, 講談社, 東京, 2000.

Hill DM, Hanton S, Fleming S, et al. Are-examination of choking in sport. *European Journal of Sport Science*, 9 (4), 203-212, 2009.

Hill DM, Shaw G. A qualitative examination of choking under pressure in team sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14 (1), 103-110, 2013.

市村操一. スポーツにおけるあがりの特性の因子分析的研究 (I). 体育学研究, 9 (2), 18-22, 1965.

今福輪太郎. 質的研究を実施するうえで知っておきたい基本理念. 薬学教育, 5, 2021.

岩永美月, 笹場育子. 試合における実力不発揮状態の改善に及ぼす声かけの影響. 京都滋賀体育学研究, 35, 19-33, 2019.

JD. LEAGUE (JD リーグ) 公式サイト. ニトリ JD. LEAGUE 個人成績情報 東地区. https://jdleague.jp/player_stats/batting/9#east (2023 年 2 月 14 日にアクセス)

JD. LEAGUE (JD リーグ) 公式サイト. ニトリ JD. LEAGUE 個人成績情報 西地区. https://jdleague.jp/player_stats/batting/9/#west/BA (2023

年 2 月 14 日にアクセス)

Jones MV, Sheffield D. The impact of game outcome on the well-being of athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5 (1), 54-65, 2007.

片上絵梨子．集団スポーツに対するスポーツメンタルトレーニング “これからの体育・スポーツ心理学” (國部雅大，雨宮怜，江田香織，中須賀巧編)，p.203-214，講談社，東京，2023.

Kegelaers J, Wylleman P, Bunigh A, et al. A Mixed methods evaluation of a pressure training intervention to develop resilience in female basketball players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 33, 151-172, 2021.

松田岩男．運動選手の性格特性と“あがり”に関する研究．*体育学研究*，6 (1)，355-358．1961.

松井幸太．高校運動部活動における生徒の内発的動機づけ－指導者のフィードバック行動および生徒と指導者の関係に対する生徒の認知からの検討－．*スポーツ心理学研究*，41 (1)，51-63，2014.

三森裕希子，田中美吏，柄木田健太．女子野球選手のバットスイングと選球の意思決定：熟練度による差異とプレッシャー下での変化．*野球科学研究*，6，17-29，2022.

村上雅彦，橋本公雄．健康スポーツの心理 運動行動の決定因 “スポーツ心理学事典” (日本スポーツ心理学会編)，p.515-518，大修館書店，東京，2008.

村山孝之，田中美吏，関矢寛史．「あがり」の発現機序の質的研究．体育学研究，54（2），263-277，2009．

村山孝之，田中美吏，菅井若菜，ほか．時間切迫が運動スキルの遂行に及ぼす影響．体育学研究，52（6），443-451．2007．

永野翔大，黒須雅弘，筒井清次郎．大学生における緊張に対する考え方とスポーツ競技特性不安との関係性．東海学園大学教育研究紀要，6，53-59，2022．

新村出編，広辞苑 第7版．p.1310，岩波書店，東京，2018．

野村晴夫．レジリエンス“有斐閣現代心理学辞典”（子安増生，丹野義彦，箱田裕司），p.797，有斐閣，東京，2021．

NPB.jp 日本野球機構．2020年度セントラル・リーグ個人守備成績（規定以上）．https://npb.jp/bis/2020/stats/fld_c.html（2023年2月15日にアクセス）．

NPB.jp 日本野球機構．2022年度パシフィック・リーグ個人打撃成績（規定打席以上）．https://npb.jp/bis/2022/stats/bat_p.html（2023年2月15日にアクセス）．

NPB.jp 日本野球機構．2022年度セントラル・リーグ個人打撃成績（規定打席以上）．https://npb.jp/bis/2022/stats/bat_c.html（2023年2月15日にアクセス）

大谷 尚．4ステップコーディングによる質的データ分析手法
SCATの提案 - 着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化
の手続き - ．名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 教育科

学, 54 (2), 27-44, 2008.

大谷 尚. SCATによる質的データ分析“質的研究の考え方 研究方法論からSCATによる分析まで”, p.270-375, 名古屋大学出版会, 愛知, 2019.

Oshikawa T, Morimoto Y, Adachi G, et al. Changes in lumbar kinematics and trunk muscle electromyographic activity during baseball batting under psychological pressure. *International Biomechanics*, 7 (1), 66-75, 2020.

ラザルス RS, フォルクマン S. ストレスの心理学 認知的評価と対処の研究 (本明寛, 春木豊, 織田正美 監訳), p.155-158, 実務教育出版, 東京, 1991.

佐伯聰夫. スポーツ“最新スポーツ大事典”(岸野雄三編), p.521-524, 大修館書店, 東京, 1987.

佐々木史之. 競技終盤で逆転負けを喫した選手達の心理構造ーインタビュー調査を用いてー. 環太平洋大学研究紀要, 19, 147-152, 2019.

佐々木丈予. プレッシャー下におけるアスリートの実力発揮の成否を分ける要因の質的・量的研究. 科学研究費助成事業 研究成果報告書, 課題番号 16K16556, 2019.

佐々木丈予, 福井邦宗, 鈴木敦, ほか. 自国開催の国際大会における実力発揮に至る心理的過程の質的研究. *Journal of High Performance Sport*, 4, 79-93, 2019.

Shimojo S. Postdiction: its implications on visual awareness, hindsight, and sense of agency. *Frontiers in Psychology*, 5, Article 196, 2014.

周 藤 玲 奈 . 試 合 中 の ミ ス の 捉 え 方 と ミ ス が そ の 後 の プ レ ー に 及 ぼ す 影 響 の 関 係 . 広 島 大 学 大 学 院 人 間 社 会 科 学 研 究 科 , 令 和 4 年 度 修 士 論 文 , 2023.

田 中 美 吏 , 関 矢 寛 史 . 一 過 性 心 理 的 ス ト レ ス が ゴ ル フ パ ッ テ ィ ン グ に 及 ぼ す 影 響 . ス ポ ー ツ 心 理 学 研 究 , 33 (2), 1-18, 2006.

田 中 ゆ ふ , 田 中 美 吏 , 関 矢 寛 史 . プ レ ッ シ ャ ー が 野 球 打 者 の 予 測 ス キ ル に 及 ぼ す 影 響 . 近 畿 大 学 教 養 ・ 外 国 語 教 育 セ ン タ ー 紀 要 , 一 般 教 養 編 , 2 (1), 13-22, 2012.

戸 山 彩 奈 , 松 本 裕 史 , 渋 倉 崇 行 , ほ か . ス ポ ー ツ 指 導 者 の 統 制 的 行 動 が 女 子 大 学 ス ポ ー ツ 選 手 の 動 機 づ け に 及 ぼ す 影 響 . ス ポ ー ツ 心 理 学 研 究 , 47 (1), 1-11, 2020.

梅 津 千 佳 , 富 田 望 , 南 出 歩 美 , ほ か . 競 技 場 面 に お け る 試 合 で の 失 敗 体 験 か ら 次 の 試 合 に 至 る ま で の 思 考 プ ロ セ ス の 質 的 検 討 - メ タ 認 知 療 法 の 観 点 か ら -. ス ポ ー ツ 心 理 学 研 究 , 49 (2), 83-95, 2022.

資料 <対象者の分析表>

【失敗→成功】事例

A 選手



C 選手



D 選手



E 選手



【失敗→失敗】事例

B 選手



C 選手



D 選手



E 選手



【追加調査】

D 選手



E 選手



謝 辞

本論文の作成にあたり，田中美吏准教授には，2年間の研究生活の中で研究の意義から進め方に至るまで終始熱心な御指導を賜りました．時に叱咤激励していただき，真摯に研究に向き合う機会を下さったことに深く感謝し，心より御礼申し上げます．

また，三森裕希子助手には研究の相談に乗っていただきデータ分析の際には，的確な助言から有意義な議論を積み重ねることができたことに感謝いたします．

最後にインタビュー調査に協力してくださった選手の皆様，ご指導・ご協力をいただいた先生方に深く感謝申し上げます

細野 桃子