授与機関名　順天堂大学

学位記番号　甲第 44 号

エリートスイマーのメンタルタフネス尺度開発

(Development of the Mental Toughness Scale for Elite Swimmers)

伊藤　華英（いとう　はなえ）

博士（スポーツ健康科学）

論文内容の要旨

近年エリートスポーツの競技力向上には,メンタル面が重要だと言われている(Gucciardi et al., 2009)。文部科学省が 2008 年より開始しているチームニッポンマルチサポート事業でも、競技力向上のためにメンタル面の強化が重視されている。ロンドンオリンピックで獲得したメダル総数 38 個中の 11 個のメダルが競泳競技であった。リオデジャネイロオリンピックでも、金メダル総数 12 個のうち、2 個が競泳競技であり，2020 年に行われる東京オリンピックパラリンピックにおいてもメダルの獲得が期待される。このような背景を踏まえ、競泳競技のメンタル面に焦点を当てることは今後の競技力向上に意義があると言える。競技力向上には、メンタル面のなかでも特に広い範囲でメンタルタフネスという概念が重要であることが報告されている（Bull et al., 2005）。

よって、本研究では、エリートスイマーのメンタルタフネス尺度開発を行った。本研究の研究目的を達成するために予備調査と本研究の研究によって構成した。予備調査では、インタビュー調査（半構造化面接）を行い、質的分析法（KJ 法）用いてエリート競泳選手のメンタルタフネス特性を明らかにした。

次に、本研究として公益財団法人日本水泳連盟が競泳の競技力向上を目的として設定する記録を突破した選手（本研究におけるエリート競泳選手）を対象に質問紙調査を実施した（n=254 男性=151, 女性=103）。予備調査で抽出したメンタルタフネス特性から作成した質問項目を用いて、競泳選手のメンタルタフネス尺度の開発を試みた。欠損値を除外し、最終的に 194 名（男性 117 名，女性 77 名）のサンプルを分析対象とした。探索的因子分析を行った結果、５つの因子が抽出され、「強靭的精神」、「競技コミットメント」、「心理的コンディショニング」、「セルフコントロール」、「レジリエンス」と命名した。最尤法･プロマックス回転による探索的因子分析を行い、因子負荷量を抽出し、内的整合性を有することが示された。次に、収束的妥当性、弁別的妥当性、基準関連妥当性を検証した結果、十分な妥当性が得られた。

これらの結果より、我が国のエリート競泳選手が持つメンタルタフネスの特徴を解明し、それを基にした競泳選手に特化したメンタルタフネス尺度を開発できた。今後、国際大会で活躍が期待される競泳選手の指導場面において、指導者が把握すべき競泳選手自身の精神的強さに関する現状や課題把握に役立つ、有効な尺度になると考えられる。