

トップレフェリーに必要な心理特性とは —インタビュー調査からの検討—

村上貴聡¹⁾ 平田大輔²⁾ 佐藤周平³⁾

¹⁾東京理科大学

²⁾専修大学

³⁾仙台大学

キーワード: トップレフェリー, 心理特性, 心理的スキル, インタビュー調査

【要旨】

審判員は試合を円滑に進行していく必要があるにも関わらず, 選手, 観客, メディアなどから多様なプレッシャーがかかる状況下にある. 試合の生起に関わる重要な立場の割に, これまで審判員における心理特性の検討は行われていなかった. そのためトップレフェリーの心理特性を明らかにすることは, 現場での実践に貴重な示唆を与えられと考えられる. そこで, 本研究ではトップレフェリー7名を対象に, 審判員に必要な心理特性についてインタビュー調査を行い, 探索的に検討した. 内容分析を行った結果, 7つのカテゴリー(心理的スキルの発揮, 心理技法の活用, 状況認識, コミュニケーション, 態度・表情, モチベーション, 審判規則の習熟)が抽出された. 今後は, 本研究を基礎資料として, トップレフェリーの心理面に関する情報や審判員特有のメンタルトレーニングプログラムなどを提供することが期待される.

スポーツパフォーマンス研究, 8, 76-87, 2016年, 受付日: 2015年9月18日, 受理日: 2016年3月16日

責任著者: 村上貴聡 東京都新宿区神楽坂1-3 東京理科大学 kiso@rs.kagu.tus.ac.jp

* * * * *

Psychological characteristics of top referees: based on results of interviews with referees

Kiso Murakami¹⁾, Daisuke Hirata²⁾, Shuhei Sato³⁾

¹⁾ Tokyo University of Science

²⁾ Senshu University

³⁾ Sendai University

Key words: top referees, psychological characteristics, psychological skills, interview method

[Abstract]

Referees must ensure that games are conducted smoothly, but they are pressured by various individuals, including the players, the spectators, and the media. In spite of their important position, referees' psychological characteristics have never been examined. It was therefore thought that valuable suggestions might be found if psychological characteristics of top referees were examined. In the present study, seven top referees were interviewed about their opinions regarding psychological characteristics necessary for referees. Analysis of the results revealed seven categories: demonstration of psychological skill, application of psychological techniques, awareness of the situation, communication, attitude and expression, motivation, and mastery of the rules of the sport. It is expected that the results of the present study will contribute to information about psychological aspects of top referees and mental training programs specific to referees.

I. 緒言

近年開催されたサッカーワールドカップやオリンピックでは誤審や判定が覆るなど、審判に関する問題が日本のメディアでも数多く取り上げられた。一般に、スポーツ競技は規則に則って行われ、その規則を司る人を審判員(レフェリーまたはアンパイア)という。現代のスポーツ競技において審判員は不可欠であり、公式試合ともなれば公認審判員がいなければその競技は成立しない。審判員の役割は、試合において生起する様々な事象を規則に基づいてコントロールすることであり、上手くやっただけで当然、少しのミスも許されないため常にストレスフルな状況に置かれている。たとえば、2度のサッカーワールドカップで主審を務めた上川(2008)は審判に必要な心理特性として、「やる気」、「根気」、「平常心」を挙げている。また、立谷ほか(2005)はサッカー審判員の心理面の問題・課題として、①試合中は「平常心」、「集中力」、「冷静さ」を保つこと、②よりよいパフォーマンスを発揮すること、③試合前の心理面の調整の仕方、④判定ミスかもと感じても引きずらないような対応の仕方、などを挙げている。さらに、Anshel and Weinberg(1995)は、バスケットボール審判員の45%以上が、ストレスのために頭痛や筋痙攣、血圧上昇などの兆候を示していることを報告している。このように、審判員の多くは様々な心理的課題を抱え、またその対処法を学びたいと望んでいる。しかしながら、これまで審判員に関する研究は、ゲームの生起に関わる重要な立場の割には少ないという現状がある。

一方、アスリートにおける心理特性についての検討は、海外を中心にいくつか報告されてきた。たとえば、Gould et al.(2002)はオリンピックで優秀な成績をおさめたアスリートの心理特性について、質的研究法を用いて包括的に検討している。彼らはオリンピックでメダルを獲得したアスリートの心理特性について、「パフォーマンスを高める心理的スキル」、「モチベーション」、「スポーツパーソンシップ」など8つのカテゴリーを抽出した。また、Greenleaf et al.(2001)は、オリンピックに出場したアスリートを対象にインタビュー調査を行っており、「心理面や身体面の準備」、「周囲のサポート」、「コーチとの信頼関係」などをパフォーマンス発揮に重要な要因として報告している。このように、対象者の心理特性を明らかにし、パフォーマンスとの関わりを知ることは、スポーツ心理学者にとっても現場のコーチにとっても価値がある。しかし、審判員の心理特性についてはWeinberg and Richardson(1990)が指摘しているものの、その内容は実証的に検討されたものではない。的確に心理特性を評価することは、効果的なメンタルトレーニングをする上でも不可欠なことである。審判員は試合を円滑に進行していく必要があるにも関わらず、それを阻害する選手、観客、メディア、そしてアセッサ(評価者)などから多様なプレッシャーがかかる状況にある。たとえば、選手やコーチからのクレームによる動揺、判定ミスへの対応などの問題が含まれる。試合時において上記の問題に適切に対処していく必要があり、それらがジャッジパフォーマンスの向上に関係するとも考えられる。そのため、審判員がどのような心理特性を持っているのか、そして安定したジャッジパフォーマンスを発揮するためにはどのような心理特性が必要なのかを知ることは、スポーツメンタルトレーニングの実践者にとっても心理サポートの際には有用である。

よって本研究の目的は、審判員の心理特性を探索的に検討することとした。なお、本研究では最上級の審判資格を有するトップレフェリーを調査対象とした。その理由は、トップレフェリーの心理特性を提示することにより、経験の浅い審判員が自己の心理面の改善点を意識できるようになり、加えて審判員育成に対する貢献を企図したためである。したがって、トップレフェリーから得られた心理面に関する報告を整理・集約することによって、審判員に必要な心理特性をボトムアップ的に拾い上げて検討する。

II. 方法

1. 対象者

本研究の対象者は国内外で活躍する審判員 7 名(男性 6 名, 女性 1 名; 平均年齢 42.3±5.1 歳)とし, 種目の内訳はハンドボール 2 名, テニス 2 名, 野球 1 名, サッカー 1 名, バスケットボール 1 名であった. 対象者の属性は表 1 に示すとおりである. 審判の平均経験年数は 20.3±2.2 年であり, いずれも各競技団体における最上級の審判資格を所持し, 野球以外の審判員については国際審判員の資格も有していた. また, 競技種目によって新たな心理特性が抽出される可能性もあるため, 本研究では複数種目の審判員を対象とした.

表 1 対象者の属性

	性別	年齢	種目	審判資格	審判経験年数
A	男	36	ハンドボール	国際審判員	15年
B	男	43	ハンドボール	国際審判員	20年
C	男	40	サッカー	プロフェッショナルレフェリー	18年
D	男	37	バスケットボール	国際審判員	15年
E	男	48	テニス	国際審判員	25年
F	女	46	テニス	国際審判員	16年
G	男	46	野球	高野連審判員	20年

2. 調査方法

(1) インフォームド・コンセント

研究目的を伝えた上で, インタビューでの発言によって個人が特定されないように配慮すること, ならびに研究データとしてインタビュー内容を IC レコーダーに録音することを説明し, 同意を得た. また, インタビューの途中であっても, 自身の意志で研究への参加を止めることを選択する権利を保障するなど, 人権の尊重と安全の確保を最優先し, 十分な倫理的配慮を行った.

(2) インタビュー方法

インタビューガイドラインを事前に作成するという半構造化面接法を用いて, トップレフェリーの心理特性に関してインタビューを行った. 対象者には承諾を得た上で約 40 分のインタビューを 1 対 1 で行った. 本研究では, あらかじめ調査項目を準備することにより, 調査対象者間で調査内容に差異が生じないように構造を保つことと, 対象者の状況や回答に応じて質問の表現や順序を変更する自由度を確保すること, という 2 つの目的を満たすために半構造化面接の方法を採用した. インタビューに際して作成したガイドにおいて, 使用した調査項目は, 表 2 に記載されている①-④の 4 項目であった. なお, 本研究では審判員に必要な心理特性を明らかにすることを目的としているため, 調査項目①を基幹的質問に, また②-④の項目は審判時の心理状況とジャッジに影響を与える対象者の心理特性を把握する必要があると考えられたため設定した.

表 2 半構造化面接で使用した調査項目

審判をする上で必要だと思う心理特性は何ですか？
具体的な状況を教えてもらえますか？
良いジャッジをしたと感じた試合では、どのような心理状況でしたか？
悪いジャッジをしたと感じた試合では、どのような心理状況でしたか？

(3)分析

インタビューによる回答内容の整理・集約は、スポーツ心理学の専門家である3名の分析者によって行った。まず、インタビューにおける全ての会話内容を書き起こし、逐語録を作成した。次に、インタビューで報告されたトップレフェリーの心理特性について、2名の分析者により内容分析を行った。分析の手順として、心理面に関連すると思われる文章や成句を逐語録の中から抽出した。そして抽出した文章や成句を示す内容を、適切かつ簡潔な言葉でコード化して類似する項目を類型化した。類型化された内容について、意見が一致するまで分析者間で議論を行い、内容を整理・集約した。その後、2名の分析者によって得られた結果を残りの1名の分析者が再度吟味した。なお、内容があいまいな回答および意味が不明瞭な回答は、分析の過程で除外した。Lincoln and Guba(1985)によると、この手順を繰り返すことでトライアングレーションが確立され、データの信頼性を高めることが可能とされている。

Ⅲ. 結果

71 ページ(40 字×36 行)にわたるテキストデータから得られた 132 の意味単位を、本研究における分析対象とした。表 3 には、トップレフェリーに必要であるとして抽出された心理特性についての分析結果を示した。コード化された成句は類似する内容をサブカテゴリーとした。さらに類型化されたサブカテゴリーで類似するものを組み合わせ、最終的に7つのカテゴリーに分類した。以下に内容分析によって類型化された結果の代表的な叙述を示した。

表 3 トップレフェリーから報告された心理特性の内容

カテゴリー	サブカテゴリー	コード化された成句の例
心理的スキルの発揮	集中力	ボールを追っているときはどっちのボールか分からないぐらい集中する 試合が競っている場合には自然と集中する
	気持ちの切りかえ	ミスした時はデリートするように心がける 試合中にON, OFFの切りかえをする
	適度な緊張	緊張感があつたほうがミスが少ない 緊張感をもってやらないと対応が後手になってしまう
	自信	自信をもって100%そうでなければ吹かないという気持ち フィジカル的な要素に対する自信
心理技法の活用	セルフトーク	しまりのないプレーが続くと集中と自分に言い聞かせる セルフトークをやつて集中力への理解が深まった
	リラクセーション	呼吸法を大事にする 緊張が高まってくれば深呼吸をしたり, 身体に力が入っているときには力を抜く
	リフレーミング	ミスした時は仕方ないと思つて受け入れる 選手もミスをするし, 前向きに考えている
	試合前のウォーミングアップ	ウォーミングアップの5分間で緊張を高めている 最初のゲーム, 序盤が大事なので, 試合前に気持ちを集中する
	ルーティン	試合前には常にウォーミングアップでルーティンを活用している みんなが求める審判像を演じる
	イメージの活用	緊張感を高めるためには(判定の)イメージトレーニング 試合前に規則適用のイメージトレーニングをする
状況認識	予測力	状況を先回りして, アナウンスをする必要がある 状況における環境の情報を早くキャッチする必要がある
	判断力	トラブルになった時に, 瞬時に判断しなければならない 状況判断の中に予測を含めて判断できる力が大事
	状況把握	選手の心理面も含めて, 内面の状況の把握が必要 選択肢を多く持つて, それをどういうふうに生かして判定していくか
コミュニケーション	選手との信頼関係	選手の意図やチーム状況を理解しようと努め, 信頼関係を築く 正直にミス認めることで選手からの信頼を得る
	選手とのコミュニケーション	判定以外のところでも選手とコミュニケーションをとり, ゲームコントロールする トラブルがあつた時に選手とのコミュニケーションが必要になってくる
	審判員間のコミュニケーション	ハンドボールは審判が二人なので, お互いに声掛けをする 審判同士でアイコンタクトをする
態度・表情	ポーカークフェイス	自分の心理状態が分からないように, ポーカークフェイスに努めている 選手からクレームがあつたら, 動揺しても表には出さない
	毅然とした態度	ゲームコントロールする上で毅然としなければならない ミスだと認める場合は正直に選手に伝える
モチベーション	向上心	ルールを常に勉強して, トラブルを解決するように努める 審判について理解を深めようと向上心を持っていること
	楽しみ	いかに自分が審判を楽しめるか 審判自体に楽しみを持ちえない人は長くは続かない
審判規則の習熟	審判規則の習熟	規則の習熟, これがないと不安で, 審判の舞台に立つことは難しい ルールを完璧に習得し, 誰が見ても同じに受け取れるようにしたい

1. 心理的スキルの発揮

まず、「心理的スキルの発揮」のカテゴリーは、「集中力」、「気持ちの切りかえ」、「適度な緊張」および「自信」のサブカテゴリーにより構成された。たとえば、「集中力」というサブカテゴリーでは、「ボールを追っているときはどっちがどっちのボールか, それが消えている。それぐらい集中しています」(レフェリー

F)、「試合そのものが競っている場合には自然と集中しますね」(レフェリーD)などの回答がみられた。

「気持ちの切りかえ」のサブカテゴリーとしては、「オリンピックで強烈なミスジャッジをしたこともありますよ。自分で立て直しを図るために、終わった時はデリートするように心がけています」(レフェリーE)、「試合中、ずっと緊張しっ放しというのはつらいものがある。なので、試合中のON, OFFの切りかえをします。心の中でON, OFF, ON, OFFと切りかえをしています」(レフェリーA)といった回答が示された。

また、「適度な緊張」には「緊張感を持ってやらなければ、対応が後手になってしまいます。会場入りして、関係者と話をして落ち着ける時間と、ゲームが始まるにつれてスイッチを切りかえて、ゲームのスタートに良いコンディションで臨めます」(レフェリーB)といった回答があった。

「自信」には「自分が見てきたこと、やってきたこと、経験の中でやってきたことを出すしかないので、自信を持って100%そうでなければ吹かないというつもりでやっています」(レフェリーA)、「必要なのは自信。反則か反則じゃないかを見分けるのも自信、ようは安心、自分への拠り所だと思います」(レフェリーC)などの回答が含まれた。

2. 心理技法の活用

「心理技法の活用」のカテゴリーは、「セルフトーク」、「リラクセーション」、「リフレーミング」、「試合前のウォーミングアップ」、「ルーティン」、そして「イメージの活用」といった心理技法に関する6つのサブカテゴリーから構成された。具体的には、「セルフトーク」というサブカテゴリーには、「早い試合であっても一方的な場合、しまりのないプレーが続くと集中と自分に言い聞かせてますね」(レフェリーF)、「メンタルトレーニングをやっていたので、セルフトークをやってから集中力とはこういうものかなという理解が深まりました」(レフェリーG)などの回答があった。

「リラクセーション」には「緊張感が高まってくれば深呼吸や腹式呼吸をしたりとか、緊張感が積もっていかないように対策をしています」(レフェリーF)、「力が入ってきたらフツと肩の力を抜くように意識してますね」(レフェリーD)といった回答が含まれた。

「リフレーミング」には「ミスを受け入れる、ミスの存在を認めることが大事。完璧を追求するあまりにミスをしてダメだと思うから、ミスをしたときにマイナス要素になるんですよ」(レフェリーC)、「失敗は絶対にするものなので、ミスしたときは仕方がないと思って受け入れてます。選手もミスをするし、前向きに考えていますね」(レフェリーA)などの回答がみられた。

また、試合前の心理的準備に関するサブカテゴリーも審判員に必要な心理特性として明らかにされた。「試合前のウォーミングアップ」については「コートに入る前、選手を待っている間、選手がウォーミングアップをしている5分間で緊張を高めています」(レフェリーE)と述べられた。

続いて、「試合前には常にルーティンを活用して、試合に臨んでいます。気持ちが集中しますね」(レフェリーD)などの「ルーティン」に関する回答が示された。「イメージの活用」では、「規則適用のイメージトレーニングはしています。起こったことに対して冷静に反応できることが求められているので、どう対処するかはイメージ、シミュレーションしていますよ」(レフェリーG)、「試合に入る前はあえて緊張感を高めますが、(緊張感を高めるために)判定のイメージトレーニングを行っています」(レフェリーF)との回答があった。

3. 状況認識

次に、「状況認識」の категорияは、「予測力」、「判断力」、そして「状況把握」の3つの категорияから構成された。たとえば、「予測力」には「試合の流れや観客の行動など、環境の情報を早くキャッチする必要がありますね」(レフェリーD)などの回答が、また「判断力」には「トラブルが起きた時、瞬時に判断しなければなりません」(レフェリーG)といった内容が述べられた。

また、「先に選手の考えをキャッチしておかないと、次に何か起こった時に『どうしたの』ってなってしまう。選手の心理面も含めて、内面の状況の把握が必要です」(レフェリーE)といった「状況把握」に関する回答も示された。

4. コミュニケーション

「コミュニケーション」の категорияは、「選手との信頼関係」、「選手とのコミュニケーション」、そして「審判員間のコミュニケーション」の3つのサブ категорияから構成された。「選手との信頼関係」については、「選手との信頼関係の構築ですね。明らかにミスをしているのに認めない場合は信用できない奴だと思います」(レフェリーC)、「選手とのコミュニケーション」では「判定以外の所でも選手とコミュニケーションをとりながら、自分たちがゲームをコントロールしていきます」(レフェリーA)、「線審は直接選手とのコミュニケーションがないので興味があればできますが、主審はトラブルがあったときに選手とのコミュニケーションが必要になってきます」(レフェリーF)との回答があった。

また、「ハンドボールは二人なので、声掛けをして、ここは集中しようとか、勝負所だねと声掛けをします」(レフェリーB)、「判定を確認するために、審判同士でアイコンタクトしていますね」(レフェリーD)など選手だけでなく、審判員同士のコミュニケーションの重要性が示された。

5. 態度・表情

“態度・表情”は「ポーカフェイス」および「毅然とした態度」のサブ categoriaから構成された。たとえば、「ミスしたことは表情には出しません。そこはポーカフェイス。笑うこともしないし、誰かがリアクションをとるような偏った表情はしません」(レフェリーC)、「これがゲームを決めかねないという状況ではポーカフェイス。そこでへらっとすると誤解を招いてしまいます」(レフェリーB)、「ゲームをコントロールしていく上で、毅然とすべきところは毅然としなければなりません」(レフェリーA)と述べられ、対象者全員がこの categoriaに関する回答をしていた。

6. モチベーション

そのほか、「モチベーション」の categoriaは、「向上心」および「楽しみ」のサブ categoriaから構成され、たとえば、あるトップレフェリーは「講習会に参加してルールを常に勉強し、試合でトラブルを解決できるように努めています」(レフェリーG)、「いかに自分が楽しめるか、審判自体に楽しみを持ちえない人は長くは続かないと思いますよ」(レフェリーC)と回答していた。

7. 審判規則の習熟

最後の categoriaは、「どれだけ自分の中に競技規則が入っているかできていないと不安で、その舞

台に立つことは難しい」(レフェリーG), 「ルールを完璧に習得し, 誰が見ても同じに受け取れるようにしたいと思っています」(レフェリーB)などの回答から, “審判規則の習熟”とした。

IV. 考察

本研究の目的は, トップレフェリーを対象として, 審判員に必要な心理特性を探索的に検討し, その内容を整理・集約することによって, 審判員の心理サポートにおいて有用な資料を提示することであった。本研究の対象者は, 国際大会で活躍する審判員であり, 審判経験が豊富であった。審判は裏方的な仕事であり, うまくできて当たり前, 1 つでもミスを犯すと選手, 指導者, 観客などの批判的になる(上川, 2008)。そのようなストレスフルな状況の下で, ゲームコントロールを行うためには, 審判員の心理面を調整することが重要である。

インタビュー調査で得られたデータの分析を行った結果, 7 つのカテゴリーが抽出された。まず, トップレフェリーに必要な心理特性として「心理的スキルの発揮」が報告され, ゲームコントロールに心理的スキルが重要であることが示唆された。心理的スキルとは, 「能力を最大限に引き出すことのできる理想的な心理状態を実現するスキル」(日本スポーツ心理学会, 2005)と定義されており, 最高のパフォーマンスを引き出すための重要な要因である。具体的には, 集中力, 気持ちの切り替え, 適度な緊張感, そして自信などの内容が本研究の結果から得られた。また, 安定したジャッジパフォーマンスをするための要素として, 「心理技法の活用」が抽出され, あえて緊張感を高める技法やセルフトーク, リフレーミングを活用することにより, トップレフェリーはうまく心理面の調整を行っていた。特に, トップレフェリーともなれば, オリンピックやワールドカップなど世界中から注目される大会で審判をしなければならない。そのようなプレッシャーのかかった状況の中で, トップレフェリーは試合直前にルーティンや試合場面のシミュレーションといったイメージを用いて, 心理面の調整を行う必要があると考えられる。西野・土屋(2004)によると, メンタルトレーニングの実践技法の学習段階では, 心理的準備に関する実践的な技法が分類されており, 「積極的思考」や「競技状況のシミュレーション」, 「パフォーマンスルーティンの確立・確認」, 「サイキングアップ」などが取り上げられている。審判員はこのようなメンタルトレーニングの実践技法を身につけ, 心理面を調整し, ジャッジパフォーマンスを行うために最適な心理状態をつくりだしていく必要がある。

自信に関する内容もトップレフェリーから回答が得られた。つまり, 自信を持って判定することがジャッジパフォーマンスに良い影響を与えると考えられる。審判員における効力感の概念モデルを提唱した Guillen and Feltz(2011)によると, 審判員の自信に影響を及ぼす要因として, 制御(成功)体験, 審判の知識, 重要な他者からのサポート, 心理的・身体的準備, そして不安感を挙げている。自信を向上させることは容易ではないが, トップレフェリーは過去の審判経験やルールの知識を積み重ねるだけでなく, アセッサーからのフィードバック, 試合における目標設定, そして心理的な準備を行うことによって, 自信が高まったと考えられる。

次に, 予測力や判断力といった「状況認識」もトップレフェリーに必要な心理特性として認められた。立谷ほか(2005)の報告でも, 決断力や判断力の向上といった要望がサッカー審判員から挙げられており, それらの重要性が指摘されている。審判員は状況の変化に応じて瞬時の判断や決断が求められる。ときには, コーチ, 選手からの抗議, 観客からのプレッシャーを受けながら瞬時に判断することも要求さ

れる。また、ある対象者は、「単にプレーの状況判断だけでなく、選手の内面も把握する必要がある」と回答していた。そのため、審判員は選手の表情や様子をよく観察し、選手の心理面を理解することも求められる。

審判員間のコミュニケーション、選手との信頼関係、選手とのコミュニケーションなどの対人関係に関する内容もみられた。どの競技種目においても、審判は一般的に複数名で構成される。よって、審判は一人で行うものではないため、審判員全員のチームワークが必要になってくる。特に、選手からのアピールやトラブルがあった場合にはコミュニケーションを十分にとり、適切に対応しなければならない。ときには言葉だけでなく、アイコンタクトやハンドシグナルなど非言語的なコミュニケーションも必要であろう。

続いて、「態度・表情」に関する内容がみられたことにも注目したい。たとえば、ポーカフェイスや毅然とした態度などの重要性が報告された。つまり、ミスジャッジや選手からのクレームの際の「表情」が審判時には重要だと認識していることがうかがえる。サッカー国際審判員としてワールドカップで主審を務めた上川(2008)は「弱さを見せ、たじろぎ、迷う姿を見せたら、選手はその審判を信頼しなくなる」と述べている。これは他競技種目のトップレフェリーについても同様であり、選手から不信感を抱かれないためにも、毅然とした態度で対応することが望まれる。

審判に対する「モチベーション」は、向上心や楽しみから構成された。Weinberg and Richardson(1990)は、よりよい審判になる条件としてモチベーションが重要であり、審判を楽しむことがモチベーションの向上に関連すると述べている。つまり、目の前の試合を楽しもうとする気持ちでジャッジに臨むことが、審判員のモチベーションの向上につながると思われる。また、インタビューの結果から、ほとんどの対象者が「向上心」を持って審判のレベルアップに努めていた。競技現場の第一線で活躍しているトップレフェリーとして、競技規則を習熟しているにも関わらず、ルールを常に勉強して、審判に対する理解をさらに深めようとしていたことは興味深い。

そのほか、「審判規則の習熟」に関する内容も認められた。対象者の回答からも、審判員は審判規則について熟知しておくことが求められ、加えて、規則を十分に習熟していないと、判定ミスへの不安も高まることが示唆された。上位の審判資格を取得する際の条件として、競技規則に精通していることを全ての競技団体が挙げている。先述した「向上心」にも関わってくるが、ルールを常に勉強し、競技について理解を深めようとする姿勢もトップレフェリーになるためには重要な心理特性であろう。

トップレフェリーに必要な心理特性として、以上の7つのカテゴリーが抽出された。「レフェリーは競技において常に冷静に、そして鋭い観察力と優れた判断力を持って、確固たる信念を持ち、厳正公平な態度で審判にあたらなければならない」とハンドボール競技規則(日本ハンドボール協会, 2015)に示されているように、審判員の役割は、勝利を追求するアスリートとは異なる。得られた結果には、アスリートに必要な心理的競技能力(徳永, 2001)に類似した内容も示されたが、サブカテゴリーにおいて挙げられた「状況把握」、「選手との信頼関係」、「ポーカフェイス」、「毅然とした態度」、「向上心」、「審判規則の習得」などは、ゲームコントロールを目的とした審判員特有の内容だと思われる。

一方、サッカー、バレーボール、バスケットボールなどの国際審判員を対象とした Mirjamali et al.(2012)の研究では、対人葛藤、判断ミスへの恐れ、パフォーマンスの評価、時間へのプレッシャーがストレスャーとして報告されている。このような審判員特有のストレスャーに対処するためにも、本研究で得られた知見を活かしたストレス対策を行っていく必要がある。たとえば、ある対象者が「自信があれば

精神的に安定するし、不安要素を排除できる」と述べているように、判断ミスへの恐れに関しては、“心理的スキルの発揮”に含まれる「自信」を高めていくことが効果的であろう。

最後に、本研究ではトップレフェリーから抽出された心理特性について、競技種目別の特徴やカテゴリー間の関係性までは検討していない。そのため、審判員の心理特性について、テキストデータの文脈や内容を手がかりにして、今後は種目間の比較をしたり、カテゴリー間の関係性を明らかにしていく必要がある。

V. まとめ

本研究はトップレフェリーを対象に、インタビュー調査を行い、審判員に必要な心理特性について整理・集約した。その結果、「心理的スキルの発揮」、「心理技法の活用」、「状況認識」、「コミュニケーション」、「態度・表情」、「モチベーション」、そして「審判規則の習熟」の7つのカテゴリーが抽出された。

これまで、審判員における心理特性の把握や検討は、わが国ではほとんどみられなかった。今回、トップレフェリーの心理特性を明らかにしたことは、現場での実践に貴重な示唆を与えると考えられる。今後は、本研究を基礎資料として、トップレフェリーの心理面に関する情報や審判員特有のメンタルトレーニングプログラムなどを現場に提供することが期待される。

VI. 付記

本研究は、JSPS 科学研究費補助金若手研究(B)「課題番号 25750302:審判員の心理的スキルの評価とトレーニング法の開発」から助成を受けました。また、本研究を実施するにあたりご協力をいただきました審判員の皆様に、心より感謝申し上げます。

VII. 文献

- Anshel, M. and Weinberg, R. (1995) Sources of acute stress in American and Australian basketball referees. *Journal of Applied Sport Psychology* 7: 11-22.
- Gould, D., Dieffenbach, K., and Moffett, A (2002) Psychological characteristics and their development of Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology* 14: 172-204.
- Greenleaf, C., Gould, D., and Dieffenbach, K. (2001) Factors influencing Olympic performance: Interview with Atlanta and Nagano U.S. Olympians. *Journal of Applied Sport Psychology* 13: 154-184.
- Guillen, F. and Feltz, D. (2011) A Conceptual model of referee efficacy. *Frontiers in Psychology* 2(25): 1-5.
- 上川徹 (2008) サッカー国際審判員とストレス. *体育の科学*. 58(6): 389-393.
- Lincoln, Y. and Guba, E. (1985) *Naturalistic inquiry*. Newbury Park, Sage Publications.
- Mirjamali, E., Ramzaninezhad, R., Rahmaninia, F. and Reihani, M. (2012) A Study of sources of stress in international and national referees of soccer, volleyball, basketball and handball in Iran. *World Journal of Sport Sciences* 6(4): 347-354.
- 日本ハンドボール協会編 (2015) レフェリーハンドブック 2015. 日本ハンドボール協会編. p.10.

- ・ 日本スポーツ心理学会編 (2005) スポーツメンタルトレーニング教本－改訂増補版－. 大修館書店. p.17.
- ・ 西野明, 土屋裕睦 (2004) わが国におけるメンタルトレーニング指導の現状と課題－関連和書を対象とした文献研究－. スポーツ心理学研究. 31(1): 9-21.
- ・ 立谷泰久, 堀美和子, 菅生貴之, 浅見俊雄 (2005) サッカー国際審判員の心理サポート－2002年日韓 W 杯前を中心に－. 体育の科学. 55(4) :327-331.
- ・ 徳永幹雄 (2001) スポーツ選手に対する心理的競技能力の評価尺度の開発とシステム化. 体育学研究. 46(1): 1-17.
- ・ Weinberg, R. and Richardson, P. (1990) Psychological qualities of a good official. Psychology of officiating. Champaign, IL: Leisure Press. pp.3-14.