

スポーツにおける声援がアスリートに与える心理的影響

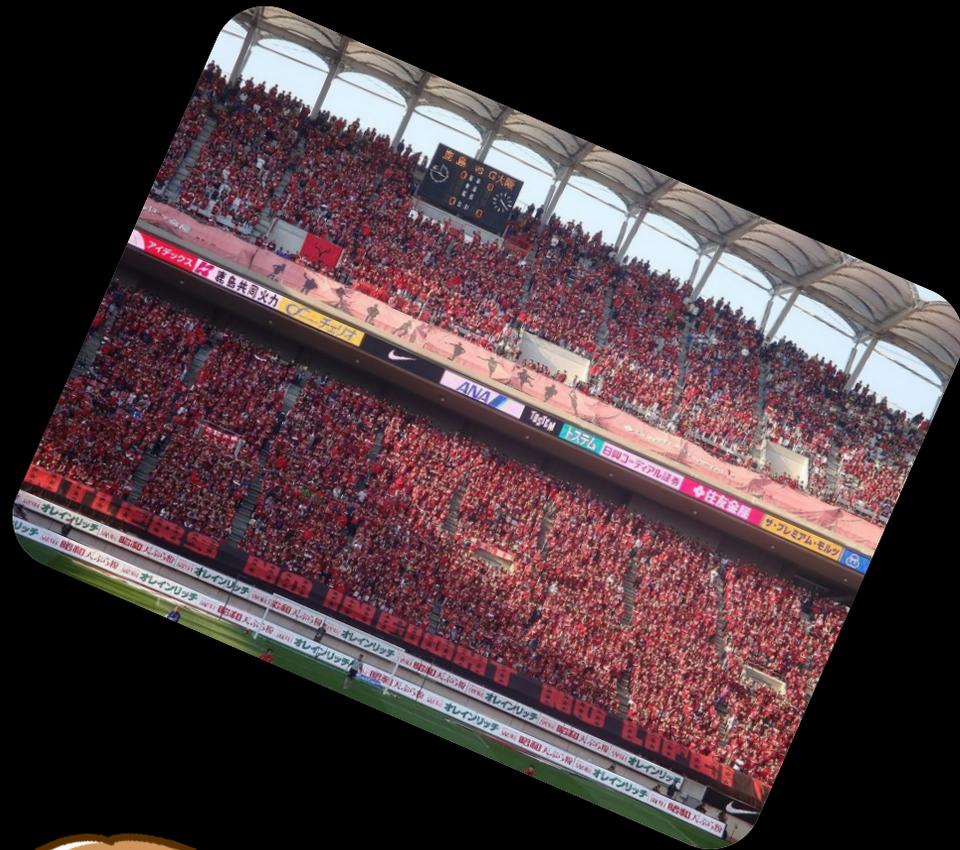
～黄色い声援で男性アスリートは本当に燃えるのか？～

岸ゼミA

(神谷龍一郎 奥村凌大 大戸雅人 堀将大 太田優希 源雄大)

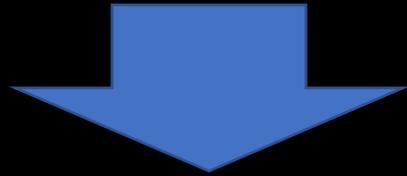


はじめに



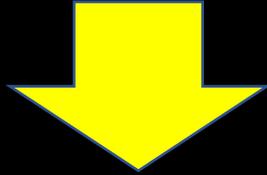
研究のきっかけ

コロナの影響で無観客試合や試合中止に
試合を作るうえで大切な「応援」がなくなった

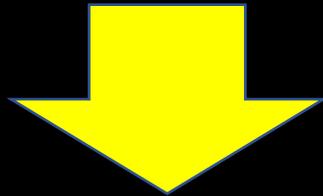


アスリートは応援をされることで
パフォーマンスが**向上する**のでは？

黄色い声援とは…



女性や子供の甲高い声での応援のこと



男性のアスリートは黄色い声援を受けることによって感情が高まったりモチベーションが上がるのでないか？

どのような心理的
影響を与えるのか？



ガンバレ！

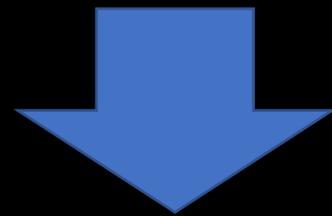
ガンバレ！

ガンバレ！

ガンバレ！

神奈川県立体育センター(2013)

試合前のモチベーションアップのための映像
周りの人たちの応援される映像を見ると



やる気が出る

岡澤ら(2002)の研究

卓球選手を対象(選手16名、指導者10名、計26名)とした
応援を受けたときの意見

試合に挑みやすくなった

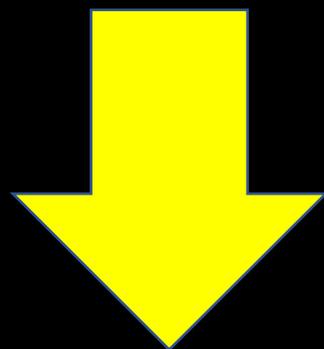
応援が支えになった

気持ちが盛り上がった

マイナス状態から脱した

野田(2017)の研究

新体操選手8名を対象にしたインタビュー



多くの選手が顧客やファンにかっこよく見られたい✨

金井・島崎(2015)の研究

室内ジョギングにおいて声援あり・なしで行った研究



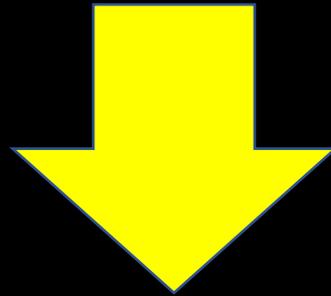
頑張ろう！

走る速度が上がった

その他に

吉川(2019)の研究

日本のjリーグを対象にした観客数によって
ホームチームとアウェイチームの得点の変化



ホーム側の選手は観客が増えたと
パフォーマンスの向上が見られ
アウェイチームはプレッシャーになった

釘原(2013)の実験

日米での野球のホームアドバンテージの勝率比較

日本

米国

レギュラーシーズン勝率

53.36%

53.78%

差が生じる

シリーズの試合勝率

52%

62%

川崎の研究(2013)

ソフトテニスを対象とした試合の重要性の高低と応援の有無の影響の検討



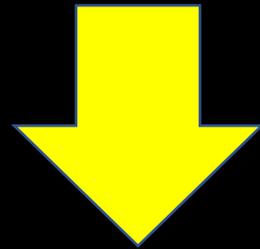
重要でないときの試合の応援の失点は高くなっている



状況によっては応援によってパフォーマンスは低下する

小池(2016)の研究

大学陸上競技部員男女677名を対象とし、
応援が選手の感情に与える影響を
場面想定法を用いて調査



応援が選手のモチベーションに影響する

研究目的

- ・スポーツにおける声援の質や種類がアスリートの感情やモチベーションに与える影響について検討する
- ・男性と女性の声援によっての性差があるのか
- ・全国大会、練習試合、無観客試合の比較(男女混合)



方法

調査方法

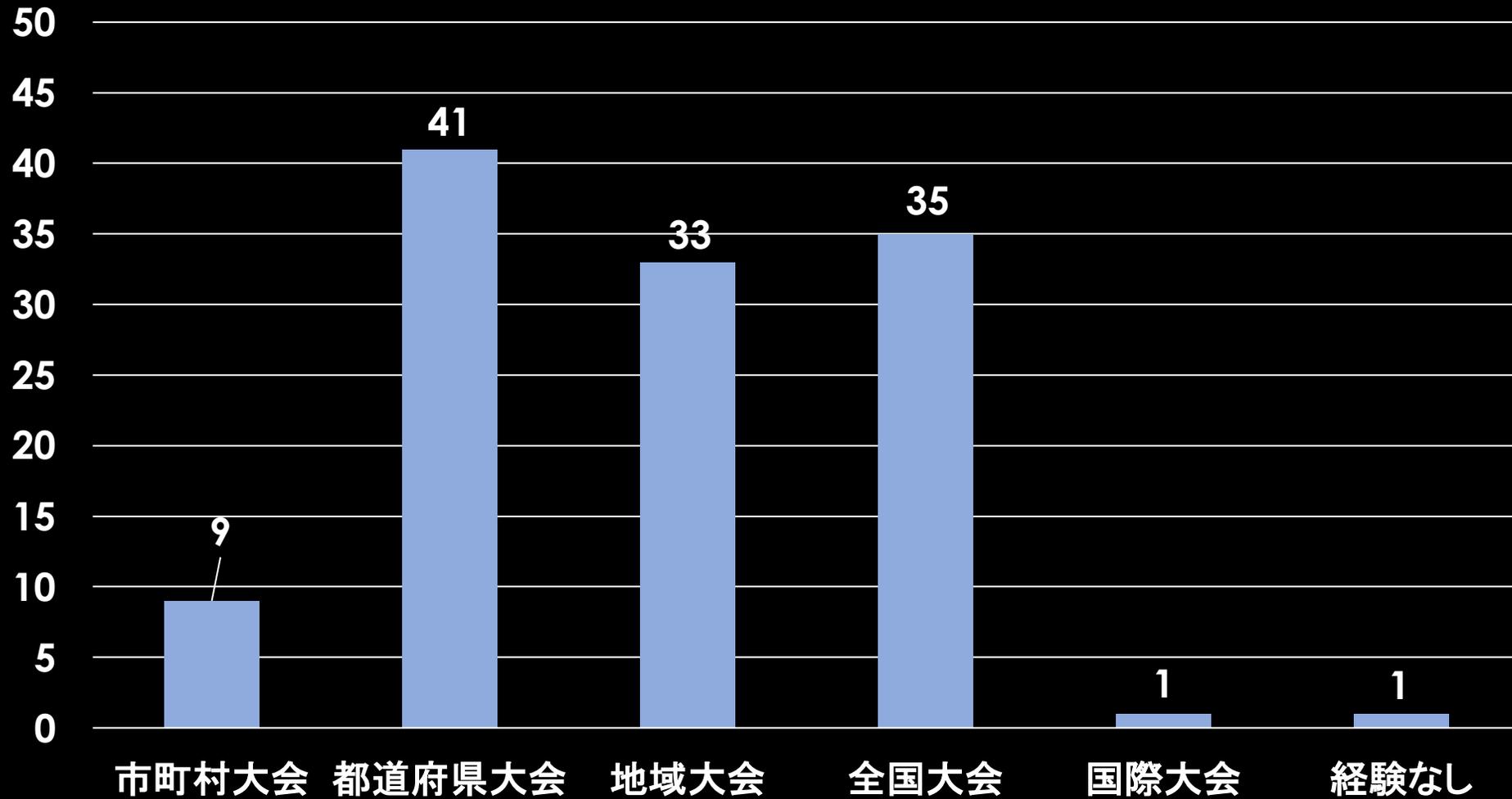
1. 対象者：G大学の学生アスリート
対象者120名 18歳～22歳 平均年齢 19.8 ± 1.20
2. 期間：2020年8月～9月
3. 調査内容：フェイスシートにおいて年齢、性別、専門競技、ポジション、競技レベルを問う。

表-1 対象者の内訳

種目	男性	女性	計
バスケットボール	15人	2人	17人
バドミントン	0人	1人	1人
バレーボール	6人	7人	15人
野球	60人	0人	60人
サッカー	4人	0人	4人
陸上競技	3人	2人	5人
その他	8人	12人	20人
計	96人	24人	120人

図-1 競技レベル

単位(人)



対象者の特徴

経験年数

平均9.7±2.57年

平均練習日数

1日～7日 平均4.5±1.79日

1日の平均練習時間

1h～6h 平均3.5±1.16h

場面想定法

試合で観衆やチームメイトから応援を受けている場合を想定する。

すべての場面における感情

(快適度、緊張度、興奮度、モチベーション)それぞれについて

①非常に下がる～⑦非常に上がる、の項目の中から選ぶ。

質問内容

- 1.全国大会での男性の声援を受けてどのように感じるか？
- 2.全国大会での女性の声援を受けてどのように感じるか？
- 3.練習試合での男性の声援を受けてどのように感じるか？
- 4.練習試合での女性の声援を受けてどのように感じるか？
- 5.全国大会で無観客試合の場合どのように感じるか？
- 6.練習試合で無観客試合の場合どのように感じるか？

因子の説明

1. 快適度：応援を受けて精神的に負担はないか
2. 緊張度：応援を受けて緊張してしまうか
3. 興奮度：応援を受けて気持ちが高まるか
4. モチベーション：応援を受けてプレイの意欲が上がるのか



結果と考察

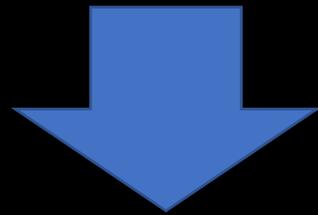
表一2 試合別の各因子得点の比較

	全国大会	練習試合	無観客試合	F値
快適度	4.53(1.09)	4.38(1.04)	3.68(1.20)	19.8※※
緊張度	4.54(1.04)	4.20(0.10)	3.27(1.15)	45.9※※
興奮度	5.02(1.02)	4.59(1.0)	3.02(0.98)	132.0※※
モチベーション	5.20(1.09)	4.88(1.09)	3.12(1.06)	130.4※※

(※ $p < 0.05$ ※※ $p < 0.01$)

考察①

すべての因子において全国＞練習試合＞無観客の順に高い値を示し、すべての項目において1%の有意差が見られた。



試合の重要性によって応援の効果は高まる

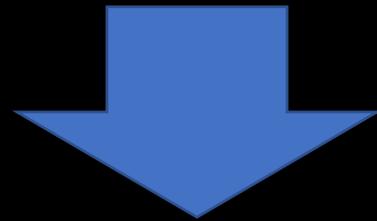
表-3全国大会での男性声援による性差の比較

	女性 (N=24)	男性 (n=96)	t値
快適度	4.1(0.58)	4.4(1.26)	1.02
緊張度	4.6(1.2)	4.0(1.03)	2.34※
興奮度	5.0(1.23)	4.5(1.35)	1.53
モチベーション	5.2(1.54)	4.8(1.47)	1.11

(※p<0.05 ※※p<0.01)

考察②

男性声援では緊張度に5%の有意差があり、女性は男性よりも高い。他の項目は有意差が見られなかった



全国大会では男性の声援によって女性は男性よりも**緊張感**が高まる

表-4 全国大会での女性声援による性差の比較

	女性 (N=24)	男性 (N=96)	t値
快適度	4.0(0.87)	4.9(1.49)	3.03※※
緊張度	4.8(1.28)	5.0(1.47)	0.36
興奮度	4.9(0.84)	5.6(1.25)	2.34※
モチベーション	4.9(0.95)	5.7(1.17)	3.20※※

(※ $p < 0.05$ ※※ $p < 0.01$)

考察③

全国大会での女性の声援では快適度とモチベーションに1%、興奮度では5%の有意差があり、いずれも男性は女性よりも高い



全国大会では男性の声援によって男性は女性よりも快適度、興奮度、モチベーションが**高まる**

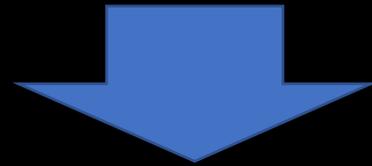
表-5 練習試合での男性声援による性差の比較

	女性 (N=24)	男性 (N=96)	t値
快適度	3.9(0.48)	4.1(1.40)	0.64
緊張度	4.3(0.77)	4.0(1.29)	1.64
興奮度	4.6(1.05)	4.1(1.37)	1.59
モチベーション	4.8(1.09)	4.8(1.48)	1.35

(※p<0.05 ※※p<0.01)

考察④

練習試合の男性の声援ではいずれの因子、モチベーションにおいても有意差は認められない



重要度の低い試合では男性の声援に性差は
見られない

表-6 練習試合での女性声援による性差の比較

	女性 (N=24)	男性 (N=96)	t値
快適度	4.0(0.87)	4.9(1.28)	2.96※※
緊張度	4.0(0.69)	4.4(1.28)	1.64
興奮度	4.1(1.14)	5.2(1.29)	3.68※※
モチベーション	4.6(1.29)	5.5(1.35)	2.90※※

(※ $p < 0.05$ ※※ $p < 0.01$)

考察⑤

練習試合の女性声援では、快適度、興奮度、モチベーションに1%の有意差が見られ、いずれも女性より男性のほうが高かった



練習試合でも全国大会と同様に、女性の声援では男性の快適度、興奮度、モチベーションが**高くなる**

主要な結果

- ・試合の重要度が高まるほど、応援はアスリートの感情とモチベーションを**高める**効果がある
- ・男性の声援は全国大会での女性アスリートの緊張感を**高める**
- ・女性の声援は全国大会でも練習試合でも男性アスリートの**快適度、興奮度、モチベーション**を高める

まとめ

黄色い声援は男性アスリートは黄色い声援によって、快適になり、興奮度が上がり、モチベーションも高まる

黒い声援では男性アスリートの感情が高まることはないが女性アスリートには緊張感を高める効果がある

参考文献

- 入江裕子(2013)「選手のモチベーションアップに関する研究」平成25年度神奈川県立体育センター報告書
- 島崎貴志・金井秀明(2015)「室内ジョギングにおける遠隔声援による声援効果に関する研究」情報処理学会研究報告、11,1-8
- 釘原直樹(2013)「人はなぜ集団になると怠けるのか」中公新書
- 川崎達也(2010)「勝敗決定直前の認知上の失点率がパフォーマンスに及ぼす影響」(大阪大学人間学部卒論釘原直樹(2013)「人はなぜ集団になると怠けるのか」中公新書に所収)
- 小池輝(2016)「陸上競技における声援が選手にもたらす心理的効果」平成29年度順天堂大学学院スポーツ健康科学研究科修士論文