

## 14. アテネオリンピックのメンタルサポート —日本柔道代表選手のUK分析から—

|           |    |    |
|-----------|----|----|
| 大阪心理技術研究会 | 船越 | 正康 |
| 東海大学      | 佐藤 | 宣践 |
| 天理大学      | 藤猪 | 省太 |
| 国士館大学     | 齋藤 | 仁  |
| 桐蔭横浜大学    | 吉鷹 | 幸春 |
| 金沢学院大学    | 渡辺 | 涼子 |

## 14. Effects of Mental Supports at the Olympic Games in Athens

— Through UK analysis as objects of national members in Japanese Judo —

|                    |   |
|--------------------|---|
| Masayasu Funakoshi | (Osaka Society for Study of Psycho-Diagnostic Method) |
| Nobuyuki Sato      | (Tokai University)                                    |
| Syozo Fujii        | (Tenri University)                                    |
| Hitoshi Saito      | (Kokushikan University)                               |
| Yukiharu Yoshitaka | (Tohin University of Yokohama)                        |
| Ryoko Watanabe     | (Kanazawa Gakuin University)                          |

### Abstract

The mental supports for traditional Japanese Judo have been continued since the Olympic games in Munich, and Uchida-Kraepelin psycho-diagnostic test (UK) methods have been used as the main methodology. In the background of the good results that Japanese Judo had at the Olympic games in Athens, there were effects of the support through UK test that had been done at the time of the past games.

In this study, we focus on the 8 contests, 88 chances to attend the matches, 64 members, which can be analyzed in UK records, and not only clarify the peculiarity of the Olympic games from the mental aspect point of view, but try to abstract the factor of successes from the analyses of UK supports which were done before the Olympic games in Athens. The summaries of results are as follows.

1. Most of the contestants at Judo games had the type of character as the skilled players or experts, usually maintained the high condition of mental health and psychological energy, and showed the typical charac-

teristics of high motivated will, great spirits and good perseverance.

2. At the time of Olympics, however, there were no such differences on the results, except for the high rate of acquirement of gold medal on the experts, unusually the players who had showed the less than normal level of mental health and psychological energy got the remarkable results.

3. For the contestants, who were under a lot of pressure at the Olympic games, and for showing their ability, the mental condition they had done by a month before the Olympic games was the most important task.

4. We worked on the contestants on the basis of the type of character, condition of mental health, work amount level and tendency of curve in UK data, and it was very effective to support actively under cooperating with the coaches.

At the game, for demonstrating their ability that they have built up, it is the best for the contestants to gear themselves up the big games in their innocent and disinterested state of minds after preparation for adjusting various conditions. We suppose the victories of Japanese Judo at the Olympic games were the accomplishments of the people who have respected tradition and science.

## 1 はじめに

1987年5月の連休明け、当時の日本体育協会から電話があった。新しく発足した特別強化スタッフ・スポーツカウンセラーの依頼である。学生柔道連盟と大学柔道連盟の統合問題が解決して柔道界の役員が若返った頃でもあり、若輩にも役割が回ってきたのであろう。高橋邦郎医科学委員の打診があった後だったので、佐藤宣践前任ヘッドコーチが選手指導に内田クレペリン精神検査(UK)を活用していたことを思い出しながら承諾していた。三代目グランドスラマー上村春樹ヘッドとキャッチボールを交わしながら、ソウルオリンピックで担当した斉藤仁選手が金メダルを死守したことが契機となって、シドニーまで全柔連の医科学委員や強化委員、強化運営委員、科学研究部員を兼任しつつ、メンタル担当の任に当たった。定年を控えて強化委員を辞退して1年、14年間継続した特別強化スタッフ制度が廃止され、スポーツカウンセラーとしての仕事はミュンヘン世界選手権に出場した篠原信一選手のUKサポートが最後となった。新たに情報・戦略スタッフに委嘱されたものの、選手群やコーチ陣との接触は年に数日。オリンピック年の80日を越す帯同と比べれば、すっかり疎遠になった。ところが定年を見越して吉村和郎女子ヘッドコーチから要請があり、アテネオリンピックへ向けて4回の合宿に参加することとなった。4月の熊本と5月の士幌町合宿は久々の顔合わせと行動観察、7月の大阪合宿でUK検査。大会2週間までの釧路町合宿では、シドニーにおける阿武教子・前田桂子両選手の初戦敗退にヒントを得て全日程参加。男子は富士見町で4日間のサポートを含めて、延べ25日の帯同合宿を消化した。

全柔連科学研究部が保管する最古のUK資料は1969年に収納したものである。男子2000枚、女子1000枚を遙かに越す心理データを手元に置き、その中からオリンピックと世界選手権のみで60人以上のチャンピオンを輩出しつつある。最終分析までには暫らくかかるが、世界の頂点を歩み続ける選手たちの記録だけに貴重な資料といえよう。

スポーツにUK法を適用した研究は、精神的側面からみたスポーツ適性研究：小林(1970, 74, 86)、藤江(1991)、山口(1977)、小西(1991)などを始め、事故防止：野阪(1983)、コンディショニング：呉(1979, 91)、個性理解に基づくコーチング：長田(1977, 79)、安田(1991)など多様である。中でも柔道に関しては数が多く、適性関係：田中(1962)、佐藤(1982)、前田

(1984)、高橋 (1988)、船越 (1992, 94, 97. 7)、怪我の心理：大森 (1976)、富樫 (1984)、船越 (1999)、コンディショニング：船越 (1962, 89, 97.3)、個性別指導：船越 (1993, 97.5) などがある。得られた知見は、柔道の国際試合代表選手をサポートする際に役立つばかりでなく、競技力向上や勝利達成を追及するスポーツ界全体に対しても参考となる視点：船越 (2000. 9) を提供してきた。

アテネオリンピック (2004) が終了した時点で、日本選手団は過去最多のメダルを獲得している。その皮切りに柔道選手団の快進撃があり、男女合わせて14階級中、金8＋銀2個のメダルに輝いた。世界選手権では全階級制覇を成し遂げたメキシコ大会 (1969) の偉業があるが、出場枠が1階級1人になってからは夢の話。ましてやオリンピックでは、男子のみの時代に7階級中金4＋銅1のロサンゼルス (1984) が最高であり、女子が金5＋銀1に達した今回は未曾有の快挙であった。男子にして前任ヘッドコーチが2期目に達した金3＋銀1を達成しており、女子と相俟って日本選手団の起爆剤の役割を果たしたといえよう。縁あって最少金メダルのソウルから最多のアテネまでメンタルサポートに携わった中で、どれだけ名のある選手やコーチたちとの出会いがあったことであろう。伝統ある日本柔道がオリンピックで奮闘する姿をUK法を通じて眺めると同時に、サポートの要諦を整理しておくことは今後の強化や競技力開発に有効ではなからうか。本稿では、オリンピックに参加するとともにUK検査記録を残した選手を中心に、勝利達成条件とメンタルサポートの視点を明らかにする。

## 2 方法

1) 戦績確認：オリンピック記録を報じた講道館機関誌「柔道」により、参加選手名と記録を抜粋して大会別階級別戦績一覧表を作成する。東京オリンピック以降の全ての大会記録を取り上げる。次いで以下の戦績分類基準を設定して個人別戦績表を作成する。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 11群：複数回出場・金メダル獲得 | 12群：単数回出場・金メダル獲得 |
| 21群：複数回出場・他メダル獲得 | 22群：単数回出場・他メダル獲得 |
| 31群：単数回出場・メダルなし  |                  |

2) UK記録の整理：全柔連科学研究部保管の原資料から当該選手の全記録を抽出した後、人柄類型と精神健康度の精度を確認するために再度判定作業を行う。個人別検査回数を確認した上で参加オリンピック時点の健康度と作業量段階、曲線傾向を抜書きし、最高健康時の記録とともに戦績分類基準に基づく個人別戦績表に併記する。

3) 行動観察とサポート記録：2004年に実施したUK検査に基づく報告書内容に加えて、強化合宿時の練習を中心とした対話と行動の記録を抜粋してサポート視点を明らかにする。

4) 統計処理：戦績分類とUK指標とのクロス集計を行い、出現比率の差はカイ自乗値および臨界比によって確認する。有意水準は5%以下を取り上げる。

5) データの解釈：先行研究によって明らかにされた勝利達成水準との異同は、統計的思考とUK理論に基づいて解釈する。事例の検討では臨床的思考を優先させる。

## 3 結果と考察

### 1) 出場選手の戦績とUK記録との連関

表1に、オリンピックに出場した全日本選手の戦績と大会に最も近いUK検査年月を示した。第19回メキシコ大会では柔道競技は実施されず、第22回モスクワ大会は政治の影響を受けて不参加。女子柔道が初めて公開競技として実施された第24回ソウル大会では、2階級の出場権を逃し

表1 日本柔道オリンピック参加選手の大会記録とUK情報

Table 1 Records of Japanese contestant and information of UK test in Olympic games Jyudo

| ---- Male ----               |        |       |               | -- Female --               |        |      |               |                           |     |       |       |
|------------------------------|--------|-------|---------------|----------------------------|--------|------|---------------|---------------------------|-----|-------|-------|
| Class                        | Record | Name  | Y.m<br>tested | Class                      | Record | Name | Y.m<br>tested |                           |     |       |       |
| 18th Tokyo 1964.10.20-       |        |       |               | 25th Barcelona 1992.7.27-  |        |      |               | 24th Seoul 1988.9.25-     |     |       |       |
| Light                        | 1      | 中谷雄英  | --            | 60kg                       | 3      | 越野忠則 | '92.7         | 48kg                      | 2   | 江崎史子  | '88.3 |
| Middle                       | 1      | 岡野 功  | '74.9         | 65kg                       | *      | 丸山顯志 | '92.7         | 52kg                      | 3   | 山口 香  | '88.3 |
| Heavy                        | 1      | 猪熊 功  | --            | 71kg                       | 1      | 古賀稔彦 | '92.7         | 56kg                      | --- | ---   | ---   |
| Open                         | 2      | 神永昭夫  | --            | 78kg                       | 1      | 吉田秀彦 | '92.7         | 61kg                      | 3   | 持田典子  | '88.3 |
| 19th Mexico not taken        |        |       |               | 86kg                       |        |      |               | 3 岡田弘隆 '92.7              |     |       |       |
| 20th Munich 1972.8.31-       |        |       |               | 95kg                       |        |      |               | * 甲斐康浩 '92.7              |     |       |       |
| Light                        | 1      | 川口孝夫  | '69.8         | +95kg                      | 1      | 小川直也 | '92.7         | +72kg                     | --- | ---   | ---   |
| Half-M                       | 1      | 野村豊和  | '69.8         | 26th Atlanta 1996.7.20-    |        |      |               | 25th Barcelona 1992.7.27- |     |       |       |
| Middle                       | 1      | 関根 忍  | '69.8         | 60kg                       | 1      | 野村忠宏 | '96.6         | 48kg                      | 2   | 田村亮子  | '92.7 |
| Half-H                       | *      | 笹原富美雄 | '69.8         | 65kg                       | 2      | 中村行成 | '96.6         | 52kg                      | 2   | 溝口紀子  | '92.7 |
| Heavy                        | 3      | 西村昌樹  | '69.8         | 71kg                       | 1      | 中村兼三 | '96.6         | 56kg                      | 3   | 立野千代里 | '91.7 |
| Open                         | *      | 篠巻政利  | '69.8         | 78kg                       | 2      | 古賀稔彦 | '96.6         | 61kg                      | *   | 小林貴子  | '92.3 |
| 21th Montreal 1976.7.31-     |        |       |               | 86kg                       |        |      |               | * 吉田秀彦 '96.6              |     |       |       |
| 63kg                         | *      | 南 喜陽  | '76.6         | 95kg                       | *      | 中村佳央 | '96.6         | 66kg                      | *   | 藤本涼子  | '93.9 |
| 70kg                         | 2      | 蔵本孝二  | '76.6         | +95kg                      | *      | 小川直也 | '96.6         | 72kg                      | 2   | 田辺陽子  | '92.7 |
| 80kg                         | 1      | 園田 勇  | '76.6         | 27th Sydney 2000.9.16-     |        |      |               | +72kg                     | 3   | 坂上洋子  | '91.3 |
| 93gr                         | 1      | 二宮和弘  | '76.6         | 60kg                       | 1      | 野村忠宏 | '00.8         | 26th Atlanta 1996.7.20-   |     |       |       |
| +95kg                        | 3      | 遠藤純男  | '76.6         | 66kg                       | *      | 中村行成 | '00.8         | 48kg                      | 2   | 田村亮子  | '95.9 |
| Open                         | -      | 上村春樹  | '76.6         | 73kg                       | *      | 中村兼三 | '00.8         | 52kg                      | 3   | 菅原教子  | '96.6 |
| 22th Moscow not participated |        |       |               | 81kg                       | 1      | 滝本 誠 | '00.8         | 56kg                      | *   | 溝口紀子  | '95.9 |
| 60kg                         | -      | 森脇保彦  | '80.8         | 90kg                       | *      | 吉田秀彦 | '00.8         | 61kg                      | 1   | 惠本裕子  | '96.6 |
| 65kg                         | -      | 柏崎克彦  | --            | 100kg                      | 1      | 井上康生 | '00.8         | 66kg                      | *   | 一見理沙  | '96.6 |
| 70kg                         | -      | 香月清人  | --            | +100kg                     | 2      | 篠原信一 | '00.8         | 72kg                      | 2   | 田辺陽子  | '95.9 |
| 80kg                         | -      | 藤猪省太  | '79.7         | 28th Athens 2000.8.14-     |        |      |               | +72kg                     | 3   | 阿武教子  | '95.9 |
| 86kg                         | -      | 恵谷正雄  | '80.12        | 60kg                       | 1      | 野村忠宏 | '04.7         | 27th Sydney 2000.9.16-    |     |       |       |
| 95kg                         | -      | 河原月夫  | '80.5         | 66kg                       | 1      | 内芝正人 | '04.7         | 48kg                      | 1   | 田村亮子  | '00.7 |
| +95kg                        | -      | 山下泰裕  | '79.5         | 73kg                       | *      | 高松正裕 | '04.7         | 52kg                      | 2   | 榎原教子  | '00.7 |
| Open                         | -      | 山下泰裕  | '79.5         | 81kg                       | *      | 塘内将彦 | '04.7         | 57kg                      | 3   | 日下部基栄 | '00.7 |
| 23th Loss Angels 1984.8.4-   |        |       |               | 90kg                       | 2      | 泉 浩  | '04.7         | 63kg                      | *   | 前田桂子  | '00.7 |
| 60kg                         | 1      | 細川伸二  | '83.12        | 90kg                       | 2      | 泉 浩  | '04.7         | 70kg                      | *   | 上野雅恵  | '00.7 |
| 65kg                         | 1      | 松岡義之  | '83.12        | 100kg                      | *      | 井上康生 | '04.7         | 78kg                      | *   | 阿武教子  | '00.7 |
| 70kg                         | *      | 中西英敏  | '83.12        | +100kg                     | 1      | 鈴木佳治 | '04.7         | +78kg                     | 3   | 山下まゆみ | '00.7 |
| 80kg                         | *      | 高野裕光  | '82.8         | Note. * : no medal         |        |      |               | 28th Athens 2000.8.14     |     |       |       |
| 86kg                         | 3      | 野瀬清喜  | '82.8         | -- : not participated      |        |      |               | 48kg                      | 1   | 田村亮子  | '04.3 |
| 95kg                         | *      | 三原正人  | '84.12        | -- : no data               |        |      |               | 52kg                      | 2   | 横沢由貴  | '04.7 |
| +95kg                        | 1      | 齊藤 仁  | '84.12        | --- : couldn't participate |        |      |               | 57kg                      | *   | 日下部基栄 | '04.7 |
| Open                         | 1      | 山下泰裕  | '84.12        | Y.m : year/month           |        |      |               | 63kg                      | 1   | 谷本歩実  | '04.7 |
| 24th Seoul 1988.1988.9.25-   |        |       |               |                            |        |      |               | 70kg                      | 1   | 上野雅恵  | '04.7 |
| 60kg                         | 3      | 細川伸二  | '88.8         |                            |        |      |               | 78kg                      | 1   | 阿武教子  | '04.7 |
| 65kg                         | 3      | 山本洋祐  | '88.8         |                            |        |      |               | +78kg                     | 1   | 塚田真希  | '04.7 |
| 71kg                         | *      | 古賀稔彦  | '88.8         |                            |        |      |               |                           |     |       |       |
| 78kg                         | *      | 岡田弘隆  | '88.8         |                            |        |      |               |                           |     |       |       |
| 86kg                         | 3      | 大迫明伸  | '88.8         |                            |        |      |               |                           |     |       |       |
| 95kg                         | *      | 須貝 等  | '88.8         |                            |        |      |               |                           |     |       |       |
| +95kg                        | 1      | 齊藤 仁  | '88.8         |                            |        |      |               |                           |     |       |       |

ている。個人別には現役・野村忠宏と谷（田村）亮子の連覇・連続メダルが突出する一方で、世界選手権4連覇の藤猪省太はモスクワの悲運に遭って記録がない。世界を連覇してもオリンピックではメダルに縁のなかった選手がいれば、絶対の信頼を寄せられながら臍を噛んだ選手がいる。魔物が住むとまで評されるオリンピック、そこで戦った選手たちのUK情報をプライバシーに触れない範囲で整理する必要がある。一覧したとおり、東京大会のUK被検者は1人のみ、モスクワ大会は戦績記録がない。したがって両大会の記録は削除し、男子はミュンヘン以降の8大会を分析対象とした。女子は例数が少ないため公開競技の記録も参照して、ソウル以降の5大会を取り



当する。一方、女子の初参加・ソウル当時の代表5人の類型は全て異なり、選手群全体としては堅実な人柄群：3-1dじっくり型+5地道粘り型+10粘着型が上位にあった。柔道選手群の精神健康度水準は高く、女子の強化選手の高度+中上度群出現率は抜群である。高健康者は国際大会に出場すればメダルを取る確率も高い。心的エネルギー水準を示す作業量段階は一般成人水準のA段階以上あれば問題ないが、柔道集団では高能率水準の④段階が多く、独創的で自立心に富む人間が高適応を示す。高健康に加えて意欲や勢い・粘り強さを象徴する曲線の上昇傾向は、国内最終選考会から世界選手権レベルの大会で実証され、最近では勝利予測指標の一つに上げられるほどである。

これらの知見は46件のUK研究：船越（2000.4）によって明らかにされたものであるが、データの質が高いために仮説検証が容易であったともいえる。スポーツを特殊な作業の一つと考えれば、職業適性検査としての歴史をもつUK法では、そのスポーツに適した作業資質を備えた人間が有利である。柔道では技の切れだけではなく、他人が真似のできない技や予期しにくいタイミングなど、独自の感性や独創性が尊重される。そこに職人気質・名人肌の選手が名を残す理由がある。一瞬の集中力が勝敗を分け、ラスト一秒に勝負の決まる試合があることを思えば、普段の練習から手を抜かず、音を上げない粘り強い選手が生き残る。堅実な人柄群の続く所以がそこにある。精神健康度の高い人ほど、自分の持ち味を生かして成果を上げるものである。過去のチャンピオンたちが残したUK曲線は実に惚れ惚れする姿を示している。既成の文化を理解・吸収・伝承することが可能な心的エネルギー水準は作業量A段階であるが、国際試合では日本人の想像を越える技やルールの改正が後を絶たない。これは、文化の再構成や創造へ進むエネルギー水準④段階の人間がなせる技である。身体活動はその強弱にかかわらず心理的興奮を引き出し、UK作業の後半段階で曲線を上昇に転じさせる。やる気がなく勢いを忘れ、最後に息切れするような選手が勝ち残れるであろうか。柔道のメンタルサポートの手始めに立てた仮説は、データの蓄積とともに検証されていった。このルートに乗る選手は見守るだけでよい。

しかし現実には厳しく、万全の準備を整えて臨むにしても怪我や過剰期待の処し方一つで健康度の下がることがある。とくにオリンピックでは絶対の勝利は仮想に等しく、UK法を介した勝利原則を鵜呑みにすることはできなかった。たとえば普段の健康水準は高いにもかかわらず、ソウルとバルセロナの金メダリスト3人は健康度中度止まり。明らかに法則から外れていた。世界選手権レベルでは高い確率で勝敗予測ができるのに、オリンピックはままならない。その辺りにオリンピックサポートの鍵がありそうである。

#### ii. オリンピックにおける柔道選手のUK分析

人柄類型・精神健康度・作業量段階・曲線傾向の4指標とオリンピックの戦績との関係見ると、①人柄類型：表4の右欄は、表2に示した64選手の性別人柄2分類の出現率である。男子代表は分裂型が明らかに多く4人中3人・31：11人が該当し、ほぼ女子の4倍・31：8人であった。左欄に見るとおり、実際の大会への出場機会=88回では、女子に名人肌が増え始めたが男子優位は変わらない。他類型との比較では8分裂型に次いでⅡ群・堅実派の多い点は、表5の通りである。最頻数を示す分裂型の戦績に注目すると：表6、その左欄・全メダルの獲得率に他類型との差はないが、右欄の金メダルに関しては倍以上の開きがある。金メダル以外を評価しない柔道界の矜持は、分裂型によって保たれていると言っても過言ではない。②精神健康度：精神的健康水準は環境の影響によって変わりうるパーソナリティー次元を表すが、高い人は高いところで安定して崩れることが少ない傾向にある。ところがオリンピックでは、1月前から下がる例が多い。表2に示した健康度は複数回受検した選手の最高健康時のものであり、表7に見るとおり高+中上度が9割近くを

表4 出場選手の性別人柄2分類

Table 4 Two classes of character classified by sex : N(%)

| Character     | Total occasion to play |          |          | Numbers of participant |          |          |
|---------------|------------------------|----------|----------|------------------------|----------|----------|
|               | Male                   | Female   | Total    | Male                   | Female   | Total    |
| 8:introverted | 41(74.5)               | 15(45.5) | 56(63.6) | 31(73.8)               | 8(36.4)  | 39(60.9) |
| Another       | 14(25.5)               | 18(54.5) | 32(36.4) | 11(26.2)               | 14(63.6) | 25(39.1) |
| Sum           | 55(100.)               | 33(100.) | 88(100.) | 42(100.)               | 22(100.) | 64(100.) |

$$x^2=7.542>6.635(p=.01)$$

$$CR(41:14)=3.64>2.58^{**}$$

$$CR(56:32)=2.56>1.98^*$$

$$x^2=8.505>7.9(p=.005)$$

$$CR(31.11)=3.09^{**}$$

$$CR(31.8)=3.52^{**}$$

表5 人柄3分類別分布

Table 5 Distribution of character classified by 3 classes : N(%)

| Type 8 Ggroup II |         |          |        |
|------------------|---------|----------|--------|
| Introverted      | Serious | Aanother | Total  |
| 39               | 19      | 6        | 64     |
| (60.9)           | (29.7)  | (9.4)    | (100.) |

$$x^2=25.907>13.8 (p=.001 df=2)$$

$$CR(39:19)=2.63^{**} CR(19:6)=2.40^*$$

表6 人柄2分類別戦績比率

Table 6 2x2distribution : Results and medal : N(%)

| Character | Rate of winning all medals |          |          | Rate of winning gold medal |          |          |
|-----------|----------------------------|----------|----------|----------------------------|----------|----------|
|           | Medalist                   | Another  | Total    | 1st place                  | Another  | Total    |
| Type 8    | 32(82.1)                   | 7(17.9)  | 39(100.) | 19(48.7)                   | 20(51.3) | 39(100.) |
| Another   | 16(64.0)                   | 9(36.0)  | 25(100.) | 6(24.0)                    | 19(76.0) | 25(100.) |
| Sum       | 48(75.0)                   | 16(25.0) | 64(100)  | 25(39.0)                   | 39(61.0) | 64(100.) |

$$x^2=2.67 \text{ ns}$$

$$x^2=3.910>3.841 (p=.05) CR(19:6)=2.40^*$$

表7 出場選手の最高健康度分布

Table 7 Disturibution of mental health :  
The highest of psychological condition : N(%)

| High grade | Middle high | Middle | Middle low | Total  |
|------------|-------------|--------|------------|--------|
| 18         | 38          | 6      | 2          | 64     |
| (28.1)     | (35.4)      | (9.4)  | (3.1)      | (100.) |

$$x^2=49.0>16.3 (p=.001 df=3)$$

$$CR(18:38)=2.67^{**} CR(18:6)=2.24^*$$

表8 出場機会時と最高健康時の精神健康度比較

Table 8 Comparison among records x mental health :  
The time of highest condition and play condition ; N(%)

|              | Mental health a month | Before Highest condition | Total     |
|--------------|-----------------------|--------------------------|-----------|
| Over m.high  | 35(39.8)              | 56(87.5)                 | 91(59.9)  |
| Under middle | 53(60.2)              | 8(12.5)                  | 61(40.1)  |
| Sum          |                       | 64(100.)                 | 152(100.) |

$$X^2=35.129>10.8(p=.001) CR(35:53)=1.92 \text{ ns. } CR(56:8)=6.00^{**}$$

表9 精神健康度分類別戦績比較

Table 9 2x2 distribution : Results and mental health : N(%)

| Mental health | Rate Of winning all medals: |          |          | Rate of winning gold medal : |          |          |
|---------------|-----------------------------|----------|----------|------------------------------|----------|----------|
|               | Medalist                    | Another  | Total    | 1st place                    | Another  | Total    |
| Over m.high   | 24(68.6)                    | 11(31.4) | 35(100.) | 8(22.9)                      | 27(77.1) | 35(100.) |
| Under middle  | 35(66.0)                    | 18(34.0) | 53(100.) | 21(39.6)                     | 32(60.4) | 53(100.) |
| Sum           | 59(67.0)                    | 29(33.0) | 88(100.) | 29(33.0)                     | 59(67.0) | 88(100.) |

$$x^2=.061 \text{ ns}$$

$$x^2=2.682 \text{ ns } CR(8:21)=2.21^*$$

表10 作業量段階2分類別戦績比較

Table 10 Comparison among records x level of work amount : N(%)

| Rate of winning all medals |          |          |          | Rate of winning gold medal |          |          |          |
|----------------------------|----------|----------|----------|----------------------------|----------|----------|----------|
| Results                    | Ⓐ        | A+B      | Total    | Results                    | Ⓐ        | A+B      | Total    |
| Medalist                   | 29(70.7) | 19(82.6) | 48(75.0) | 1st place                  | 17(41.5) | 8(34.8)  | 25(39.1) |
| Another                    | 12(29.3) | 4(17.4)  | 16(25.0) | Another                    | 24(58.5) | 15(65.2) | 39(60.9) |
| Sum                        | 41(100.) | 23(100.) | 64(100.) | Sum                        | 41(100.) | 23(100.) | 64(100.) |

x<sup>2</sup>=1.109 ns CR(41:23)=2.25 \*x<sup>2</sup>=.276 ns

表11 性格2分類×3曲線傾向比較

Table 11 2types of character x 3shapes of curve

| Character | 11 10 01 | 00 01 10 | 22 20 02 | Total    |
|-----------|----------|----------|----------|----------|
|           | Rising   | Flat     | Down     |          |
| Type 8    | 23(59.0) | 11(28.0) | 5(12.8)  | 39(100.) |
| Another   | 7(28.0)  | 11(44.0) | 7(28.0)  | 25(100.) |
| Sum       | 30(46.9) | 22(34.4) | 12(18.7) | 64(100.) |

Note : Left; first half Right; second half

x<sup>2</sup>=6.091>5.991 (p=.05 df=2) CR(23:7)=2.74\*\*

表12 性格2分類×2曲線傾向比較

Table 12 2types of character x 2shapes of curve: N(%)

| Result    | 11 10 01 | 00-22      | Total    |
|-----------|----------|------------|----------|
|           | Rising   | Fflat+down |          |
| 1st place | 10(33.3) | 15(44.1)   | 25(39.1) |
| Another   | 20(66.7) | 19(55.9)   | 39(60.9) |
| Sum       | 30(100.) | 34(100.)   | 64(100.) |

x<sup>2</sup>=.418 ns

占めている。しかし表8によって比較すると、ほぼ大会1月前の健康度は中度以下が6割を越えて逆転していた。調整合宿に入る前の厳しいトレーニングの時期とはいえ、明らかに健康度は低下する。オリンピックで期待どおりの成果が上らない遠因は、この辺にあるのではなかろうか。表9の左欄を見ると健康度の高低とメダル獲得率との関係は認められず、右欄の金メダル数に限れば中度以下の獲得率が高かった。プレッシャーに耐えながら立ち向かった、目一杯の姿を見る思いである。③作業量段階：精神健康度水準と作業量とは正の相関を示すので、代表選手は作業量A段階以上が多いことは想像がつく。むしろ日本の選手やコーチが驚くような外国流儀に触れるたびに、場面に順応する柔軟性や素早い適応力をもつⒶ段階が国際試合では有利であろうと考えていた。実際に表10の下欄では41：23人・約3人中2人がⒶ段階であり、低作業量B段階は表2の12群に示した1人のみである。しかし戦績との連関は認められず、A・B段階それぞれの適性を生かして遜色のない結果を残していた。伝統的な稽古に加えて、科学的なサポート体制の充実が勝利に結びついた結果であろう。④曲線傾向：運動興奮による曲線上昇のほか、本質的に上昇曲線を示す人柄型がある。典型的な上昇曲線は分裂型の中に認められ、自分の世界にこもり、ひとつ事に熱中する人たちが示しやすい。したがってオリンピック代表の分裂型の曲線傾向を見ると、他類型と比べて明らかに上昇傾向が多出する：表11。しかしコンディションを崩せば下降や平坦傾向に転ずることもあり、戦績との連関は認められなかった：表12。

### iii. UK法によるメンタルサポート現状

このように見てくると、UK法による勝利達成条件：特定類型・高健康・高作業量・上昇曲線が、オリンピックでは必ずしも当てはまらないことが分かる。人柄類型は不変であるから分裂型が多出して不思議ない。本人の好調時に限定すれば、健康度が高く、Ⓐ段階で上昇傾向を示す選手が好成績を残すはずであるが、それは他の国際大会までの話であった。戦績との連関は金メダリストに分裂型優位の原則ぐらいであり、その金メダルにしても健康度中度以下が数多く獲得していた。UK法の人間理解を手がかりにサポートに入った当初は、成功は成功として喜びながら首を傾げたものである。原則から外れた成功例として、ソウルの斉藤仁、バルセロナの吉田秀彦・



古賀稔彦の3例が蓄積されたとき、新たなサポート原則が見えてきた。それまでは、①UK結果に基づいて、個性：人柄類型・作業量段階と指導上の留意点を確認する。②大会1月前の健康度水準と曲線傾向の判定によって、現状の確認とコンディショニングの要点を整理する。③ヘッドコーチに報告書を提出した後、合宿中に選手の行動観察を行う。④他のコーチとサポーティングスタッフへ報告書を手渡し、選手の情報交換と指導方法を打ち合わせる。⑤必要に応じて選手と面談を行い、悩みや課題解決の話し合いを通して情動の解放や提言を試みる。⑥合宿や大会日程が長いときは、行動観察にUK法の視点を加えてコーチと具体的対策を検討・実行・評価する。経験的に以上の6点を反復していたが、UK報告以外は要請を受けてから活動する受身の姿勢をとっていた。そこから勝利達成を前提として、積極的に提言して必要な行動をとることとした。

1月前に精神健康度中度の状態にある選手たちは、自分が好調なときのイメージを大切にしながら日を送っている。ところが絶好調のときは健康度も高いのが一般的であり、中度状態で好調時を思い出しても上手くいかない。こんな筈ではないという選手の思いはコーチの目にも映り、脱出のための努力が必死に繰り返される。本番が近づいたときは深刻であり、迷い悩み、不安を残して試合に臨んだ選手に勝ち目はない。どこかで気持ちを吹っ切り、無欲・無心、持てる力を出し切ることで課題となる。3人の金メダリストたちは、普段の健康度高度から中度に下がって出場した大会で、さらにピンチに陥った。斉藤選手は日本柔道まさかの連敗で最終日を迎える。自ら骨折した上に現地で先輩を壊してしまった吉田選手、その怪我で10日間の断食減量を稽古なしで乗り切った古賀選手、それぞれの試合は目の敵手に対して今ある力を出し切った結果にはかならない。アトランタの恵本裕子は、肝心な試合で勝ちきれないまま代表に選ばれた。シドニーの滝本誠は出発前まで不調に喘いでいた。

健康度中度に通用する対処原則を高度の選手に適用すれば、一層効果があつて不思議はない。ロサンゼルス以降の選手たちは複数枚のUK結果を残していたので、人柄類型の判定精度は高い。行動観察の結果とUK法による解釈をコーチに伝えながら、とくに不安の見える選手に対しては積極的に働きかけた。

## 2) アテネへ向けてのUKサポート

シドニーを終えて強化委員を辞してからサポート依頼を受ける機会があつた。世界選手権ミュンヘン大会前の篠原選手や大阪大会での鈴木桂治を始めとする男子陣よりも、女子の依頼が多かった。2001年のUKデータは上昇曲線が群れをなし、金3銀1銅2の好成績を残して、すでに男子を凌ぐ勢いを見せていた。2003年は不調徴候が散見したものの、個人別サポートが功を奏してか男女ともに金3個の揃い踏み。とくに田村選手の6連覇を筆頭に阿武教子4連覇・上野雅恵2連覇と、女子は黄金期に突入しつつあつた。

アトランタからシドニーへ向けての依頼は田村選手の悲願達成にあつたので、その点のサポートは成功したといえよう。しかし、阿武選手に関しては悔いを残した。1月前のUK確認の後、公務多忙のために1度も会えなかったのである。現地入りしてみると、もう1人の選手とともに闘える状態にはなかつた。直前に崩れる現象は他の大会で散見していたが、彼女に限って心配はしなかつた。というのもアトランタ初戦の敗退ショックは、翌年の世界選手権パリ大会の優勝と次のバーミンガム大会の連覇で払拭したつもりでいた。名コーチ吉村ヘッドがついていても何ともならなかつた事実は重い。

### i. 女子チームに対して

今度のサポート依頼を受けたとき、オリンピック2週前の最終合宿にはフル参加を予定した。それに先立ってアテネ代表の最終選考会3週前・2004年3月21日に、ジュニアを含む強化選手97名

のUK検査を実施。次いで7月12日、代表のみを対象に同検査を行った。そのとき報告した個人別記録を記すと次の通りである。記載順は3月の精神健康度の高いものからとし、選手名の次に人柄番号：3-1dじっくり型、3-2溫和型、8分裂型、10粘着型、精神健康度：3月-7月、作業量段階：①=高能率、A=一般水準、曲線傾向：左数=前期、右数=後期、1=上昇、0=平坦、2=下降、記載文：上段=3月、下段=7月である。

W1選手 8 高度一中(上)度 ①10-①10 金

・自己ペースを掴んだ様子。相変わらずエンジンのかかりは遅いが余裕あり、これから本当の力がついていく段階。本番では初戦の入り方を間違えないように、念入りのwarm-upを!

・マイペースは変わらず。ただし後半珍しくポカあり。w-upを念入りにすると同時に、集中力を最後まで切らさないための、メリハリを大事にする意識が大切。煩く言われるのは嫌い。自分流儀が動きや技の切れに結びついていたら、一言の強化でよい。

W2選手 8 中上度一中度 ①11-①11 金

・秘めた闘志あり。歳に関係なく意欲も十分。ただし勢いが欲しい。慎重な点はよいが、力や勢いは何処かで相手に分からせた方がよい。入り方が大事なのはW1と同じ。

・心的エネルギー水準は最高レベルにありながら停電状態が散発。取り付きの遅さとともにw-upを、身体面だけではなく気持ちの面でも得心して充実する必要あり。何となくやるとか、機械的に単調になることは避けたい。総決算は挑戦者の気持ちを忘れないこと。

W3選手 8 中上度一欠席 ①11-欠席 金

・闘志は健在ながら、アトランタ前のマンネリ状態が顔を出している。ワンパターン化は勝負に限らず禁物。初戦の入り方は誰よりも大切。ペースダウンに陥らず、勢いをつけておくこと。

・ひとつの必然のように怪我をしてしまった。怪我をした以上は、これ以上悪くしないこと。治すこと。怪我以外の部位を衰えさせないこと。決して逃げの気持ちにならないことが大切。為しうる事にベストを尽くし、やることはやったという得心の下に向かう段階を踏みたい。

W4選手 10 中上度一中(上)度 A11-A10 一

・急速な成長・自立心が芽生えつつある。しかし、まだまだ独り立ちは本人も不安がある。やるべきことを得心して、その中味は信頼のおける経験者の指示を受ける方が効率のよい段階。

・先回よりも更に心的エネルギー増、一般成人水準に達した。ただし思い込みが強い方なので、上手いかなと気持ちが切れやすく、ワンパターンになりやすい。その分、合目的な筋道で、やることに腑に落ちた上なら迷いなく力を発揮するところに持って行きたい。

W5選手 3-1d 中度一中(上)度 A20-①00 一

・前年よりも余裕が出てきたが相変わらず固い。見通しを立て変化への対応も得心して取り組み、バタバタしないことが肝心。気分転換とやることのメリハリをつける工夫が欲しい。

・心的エネルギー水準増とともに、着実に力を着けて自信を持ち始めた。しかし、柔軟性不足。必要以上に堅実になりすぎ、折角の伸びを止めているような処あり。試合で大切な事柄：勢い、粘り、技の切れと決めを、練習で一段ずつ高めて本番へ望ませたい。

W6選手 3-1d 中度一中度 A00-①22 金

・円満・協調的な点は社会生活ならよいこと。しかし現状は気にしないの処が加わって、勢いが後退した。四囲からの励ましが何よりも力になる。ひとりで考えると悲観的になりやすい状態。

・初めて心的エネルギーが高能率水準に達した。やや疲れあり。取り越し苦労や過緊張状態も見られるが、素直に真面目に取り組む姿勢あり。段階的にサイキングアップを取り入れ、集中力を高めて行けばよい。声かけを忘れず、集中したら気分転換をすること。

W7選手      8      欠席—中度      欠席—④02      金

・所用で欠席したが、健康度の動き幅が大きく好不調の波がある。昨年初めて高度を示した。  
 ・意欲あり。心理的エネルギー水準も高くなったが、多少ナーバスになっている。後半バテ気味で、上手いかなと焦れたり焦ったり、ポカが出やすい。若いので考えることも大切だが、経験者の目で、これでよいという勢いと粘りを体得させておきたい。

選手のUK記録欄の右端に、優勝者のみアテネの戦績について金表示を施した。銀1を含めて結果は上々であったが、1月前のサポート視点からは十全とは言えなかった。個人別UK評の後にコーチ宛留意点を記した。内容は次の通りである。

地力があり、経験を積んだ素晴らしい代表が勢揃いしたけれども、1月前の状態として万全な訳ではない。合宿の初日に受検した5人のうち分裂型3人に停電現象が認められ、集中力を欠くと怪我が生じやすい。W3選手の怪我も同じタイプなので、内因としては同じように考えてよいであろう。見た目には調子が上がらなくとも、やるべきことはやった上で気分を転換し、やる気、勢い、粘りを増す努力が欠かせない。過緊張や不安感情に陥りやすいW6とW5の選手は徐々に調子を上げ、稽古でつけた力を勢いに乗せて本番に向かわせる。W4選手は彼女にとって大切な事柄を十分に腑に落とし、徹底して反復して迷いなく、そのままを発揮させるやり方がよい。いずれにしる、スロースターターや取りつきの遅さ・固さを内在させる選手ばかりである。本番で起こりうることは全て前もって練習で解決し、本番はその通りに迷いなく実行する。そのための準備を整え、オーバーワークを避けつつフレッシュしながら力を高めてください。

3月に精神健康度中上度を記録したW3選手には、心的エネルギー水準の低下現象があつて一抹の不安を覚えていた。これまでと同じ調整をしていると失敗しやすく、怪我は要注意であった。ヘッドコーチとは怪我をさせないことを命題にしており、7月の記載は検査結果がないままの提言である。W2選手とは全合宿を通じて最も多く、特別コーチとのサポート機会を持った。全幅の信頼をおくコーチがいる場合には、有効なアプローチ法である。W1選手は過去のスランプ脱出時に付き合った経緯があるが、本当に困らないと話しには来ない。担当コーチに対して頻繁に状態確認と対策を講じた上で、所属のコーチと最終確認を行った。W7選手の場合は、所属のコーチが全合宿に参加して怪我の対応をしていた。集中力を高める稽古には特別コーチが当たり、よいときには褒めて動機づけ、技の切れに自信を持たせた。W6選手のコーチは投げ込みの相手を数多くこなしながら、気分を盛り上げていた。対人接触の中で自分のペースを掴むタイプには最良の方法であり、以前からの対話が功を奏していた。

以上の5選手が金メダルに輝いたが、前四者は分裂型であり、階段状の変化を示す個性であることを前提としたサポートである。自己流が強く積極的な対人関係を好まないこと、スロースターターでエンジンのかかりが遅いこと、鋭敏な感性の中に時にポカを起こす脆さがあること、などが健康度の低下時に生じる点を念頭においた。分裂型はどんなに不調に見えても急上昇する可能性があるのに対して、他の2型に急進は望めない。勝利を目指すならば順々に勢いをつけて、その延長線上に発射する力配分を工夫する必要がある。W5選手は着実に力をつけてきたが、試合と稽古ばかりか生活場面でさえ余裕がなく、勢いに乗せる段階に進まない。一から十まで決めた段取り通りにやらないと気のすまないような処があり、その加減が身につく一歩手前だった。柔道の面白さが分かってくればよい、とコーチに言わせた日常どおりの結果といえよう。数少ない低作業量段階から一般水準に達して臨んだのがW4選手であり、真面目な取り組みと迷いのない試合振りが代表の座を射止めたとも言える。満身創痍を知ってのサポートは、見守る以外にな

す術のない想いであった。

ii. 男子チームに対して

シドニーオリンピックを前にして男子の強化は分散合宿が多くなり、全体合宿の減少とともにUK検査の機会が少なくなった。大阪世界選手権年を含めてアテネも代表のみの検査が中心だったので、若手や復活した代表のデータは少なく、予測と対策の精度を気にしながらのサポートであった。2004年7月18日に実施した検査と報告内容は以下の通りである。

M1選手 3-1d 中上度 (A)01 -

・心的エネルギー水準はピカ一、伸び伸びしており持続力もある。しかし力が出るのに時間がかかる。早目、多目、強目のw-upを工夫し、力を出し切ることに。入れ込むのとは違う心の余裕がほしい。

M2選手 8 中上度 (A)00 -

・冷静さと安定性は群を抜いている。心的エネルギー水準も十分高いので、こじんまり纏める発想は避けたい。気宇壮大が第一。やるときは徹底し、後は気分転換。意欲が湧き、力が満ちてくるような復元力を大切にしたい。

M3選手 8 中度 (A)22 金

・心的エネルギー水準は高く、物事への適応力は随一。ただし自分で思っている通りか、根気が続かず復元力不足。イラつき焦れる段階に止まり、反発力になっていない。追い込んだ状態で鎌首を持ち上げるようなシーンを、何処かで体得させたい。

M4選手 8 中度 A 10 -

・考えすぎ、慎重も度を越すと勢いが出ない。準備を整えずに動こうとしても、エンジンがかからない。人よりエンジンのかかりが遅い点を自覚して、w-up方法を工夫すること。要するにやることはやって、迷いなく力を出すペースを大切に！

M5選手 8 中度 A 10 -

・自分流儀の徹底が命。真面目になりすぎは考えもの。信頼する人の一言をヒントに先に徹する必要あり。現状は後手を踏みやすい。エネルギー全開時の状態を身体で掴み、そこへきちんと持っていく準備を大切に！

M6選手 8 中度 A 02 金

・伸び伸びと真面目にやっているのはよいが、もっと骨っぽく自分流が頭をもたげてもよさそう。ばてるとボカの出やすい状態が認められる。w-up時から集中力を高め、緩めずに一気に走り抜けるぐらいの勢いを大切にしたい。

M7選手 3-2 中度 A 22 金

・伸び伸びしているところはよい。ただし、現状は思い切りのよさが欠ける。取り越し苦労を避け、やるべきことは全てやり、迷わず全力を発揮するところに傾注すること。信頼する人の助言を貰い、一心同体で力を倍増してください。

即日に判定し、翌朝のコーチ宛に報告した記述内容は次のとおりである。

過去4回のオリンピック代表中、一般成人の心的エネルギー水準A段階は1人のみ。他は全て高能率の(A)段階であったので、7名中4名がA段階である今回はコーチングもサポートも、今までと同じようにやっているのは効率の落ちる可能性があります。選手の自立心を高める場合にも、選手任せだと不安感情や不満が増幅しやすい。担当コーチを中心にマンツーマンの指導を徹底すると同時に、所属のコーチとの連携を高める必要がありそうです。その上で素晴らしいコーチ陣なので、彼らの動きやすいようにヘッドコーチが配慮し、全幅の信頼をおいて任せる部分も大切です。

健康度水準からは、放っておいてもメダルに達する選手は2人のみ。ただし金メダルを狙うための中度以上を全員が維持しているの、これからの1月足らずを、①オーバーペースを避ける手立てをした上で、②全力発揮、密度の高い集中練習を織り込む。③練習以外はのんびり鋭気を養う。④試合の邪魔になるものを排除して、⑤当日は、迷いなく力を出し切る準備をする。⑥選手とコーチ一心同体の取り組みを期待します。

男子のデータを一瞥して、シドニーまでとの相違に愕然とした気持ちになった。人柄類型は分裂型が5名を占めているので、いつもと変わりはない。オリンピック時の健康度は下がるから、中度までに収まっていれば驚くことはない。最も顕著な違いは作業量段階が低くなったことである。7名中4名と一般成人水準A段階が過半数を越えた事実は、サポート方法の変更を必要とするであろう。加えて下降傾向を示す選手が3名いるので、今までのように選手の適応力に期待を寄せる指導では落ちこぼれが出るし、不協和音が生じやすい。下降傾向で息の上がりかけた選手には激励を、一般成人水準の心的エネルギー段階の選手には迷いを封じて集中力を高めることがサポートの要となる。試合に直結しては、w-upと気の持ち方を普段から得心して仕上げておくことが課題となろう。これらを伏線におく記述となった。

金メダルに輝いた3選手は、所属のコーチとの話し合いが最も多かった。とくにM3選手の場合は本人との対話機会がなく、代わりに担当コーチを含めて合宿に参加した4日間に連日、心技体の状態確認と本番までの調整法について話し合った。名人肌の気難しさをコーチがよく認識しており、女子のW1選手と同様に、自立した取り組みを見守る中での対応が効果的であった。逆にM6選手はコーチの指示を受けて、毎日挨拶に来る中でW-up方法の工夫を行なった。M7選手には絶対の信頼をおくコーチがおり、猛練習と休養や集中とリラクスの配分なども、そのコーチを通して行った。信じて迷わず専心する中で成果を上げた例であり、作業量A段階の選手には一心同体的取り組みが欠かせない。A段階に効果がある方法でも、A段階の選手に上手くいくとは限らない。むしろ、自立心の旺盛なA段階ともなると鬱陶しがられたりする。コーチも心得て選手に任せる幅が広がる。そこに落とし穴があって、今回失敗したM1とM2選手はその例ではなからうか。放っておいてもメダルに達するUKデータを示しながら勝てなかった理由は、シドニーで失敗したW2選手と同じであろう。調子がよければよいなりに行動観察のチェックポイントを押さえ、1月前-1週間-1日前-1時間前-1分前に“これでよし”といえる状態を作っておく。タイムスパンごとに上手くいかない場合の調整法を工夫して対処できれば、成功確率は一層高くなる。現地入りして時間がたつと、感覚や感性さえも普段と異なってくる。怖いことに、一心同体的取り組みを続ける選手とコーチは同じ感覚になりやすい。選手陣とは異なる角度から変化を捉える役割がサポーターには要求されている。男子選手団には、そこまで考えたサポート機会はなかったことが悔やまれる。

以上のように振り返ると、男子と女子のサポート頻度は大きく異なっていた。女子は吉村ヘッド体制の2期目・集大成の大会である。8年かけて好素材を選びすぎり、力をつけ、豊富な国際試合体験から自信を持った選手団を送り込んだ。メンタル担当に限らずサポートスタッフとの連携も円滑で、怪我人対策を除けば満を持して臨んだオリンピックであった。一方の男子は、代表が決まった後の国際大会で出場した5代表が全滅。たとえ小さな国際大会でも優勝者がいない顛末に不安を残しての参加であった。行動観察を含めたメンタルサポートも、女子は4合宿延べ21日に対して男子は1合宿4日のみであった。UK分析から見たアテネ大会1月前の選手は、他のオリンピックと同様にプレッシャーがかかっていたが、とくに男子の心的エネルギー水準の低さが目立った。これらを把握した上で採られたUKサポートは、選手の人柄類型・精神健康度・作業

量段階・曲線傾向の正負両側面を見据えて選手とコーチ陣の双方に適宜に行われた。それによって他の大会で勝利達成条件と考えられていた特定類型・高健康・高作業量・上昇曲線の法則から外れても勝利する可能性が示された。UK法による人間理解の基本である”人柄類型不変・精神健康度可変”仮説に基づくメンタルサポートの有効性は、アテネオリンピックの成功によって実証されたといえよう。

#### 4 要約

伝統ある日本柔道のメンタルサポートはミュンヘンオリンピックから継続されており、その主たる方法論は内田・クレベリン精神検査：UK法によるものである。アテネにおいて好成績を残した背景に、過去の大会時に実施されたUK結果に基づくサポートがある。本論では、UK記録の分析可能な8大会・88出場機会・64選手に焦点を絞り、精神的側面からみたオリンピックの特異性を明らかにするとともに、アテネ前のUKサポートの分析から成功要因の抽出を試みる。結果の概要は次の通りである。

1. 出場した柔道選手は、職人気質・名人肌の類型が最も多く、普段は精神的高健康と心的エネルギー水準の高さを維持し、意欲的で勢いと粘り強い性格特徴を示した。
2. しかしオリンピック時には、名人肌の金メダル取得率が高い以外に差はなく、普段とは逆に精神的健康水準が普通以下の選手の活躍が目立った。
3. 選手にとってオリンピックはプレッシャーのかかる大会であり、実力の発揮には大会前1月間のコンディショニングが最大の課題であった。
4. 選手の人柄類型・精神健康度・作業量段階・曲線傾向を踏まえて働きかけ、コーチ陣との連携の下に積極的に取り組むサポートが効果的であった。

試合には、築き上げた実力を無欲・無心の心境で発揮できる諸条件を整備して臨みたい。日本柔道のオリンピックにおける勝利は、伝統と科学を尊重する人たちの成果であろう。

#### 参考文献

- 1) 藤江 学 1991 ポート選手の心理的適性に関する研究—東工大エイトの場合、曲線型, 10, 70-79, 東京心理技術研究会.
- 2) 船越正康 1962 柔道の合宿練習と疲労指標の変動,防衛大学校紀要, 6, 127-138.
- 3) 船越正康 1989 ソウルオリンピック出場選手へのメンタルマネジメントの実施とその結果、II-2, 柔道, スポーツ医科学研究報告, III-4, 10-19.
- 4) 船越正康 1992 柔道選手の競技適応—国際試合を中心に, 競技種目別競技力向上に関する研究, II-16-4, 62-69, 日本オリンピック委員会スポーツ医・科学委員会.
- 5) 船越正康 1993 競技柔道における臨床的思考の適用—UK法による人間理解を中心に, 柔道競技力向上研究1, 9-14, 関西柔道競技力研究会.
- 6) 船越正康 1994 柔道選手の競技適応—ハミルトン世界選手権大会を中心にして, 競技種目別競技力向上に関する研究, II, 114-122, 日本オリンピック委員会スポーツ医・科学委員会.
- 7) 船越正康 1997. 3 国際試合に臨む柔道選手のメンタルサポート, 大阪の柔道, 20, 7-11, 大阪府柔道連盟.
- 8) 船越正康 1997.5 個性別競技適応行動の研究—感受性の繊細な柔道チャンピオンの事例, 柔道科学研究, 5, 1-11, 全日本柔道連盟強化委員会.

- 9) 船越正康 1997. 7 選手とコーチのためのメンタルマネジメント, 実践プログラム柔道, II-3, 212-243, 大修館.
- 10) 船越正康 1999 柔道の傷害予防と対策—ケガをしやすい心理状態, 6-9, 全日本柔道連盟医科学委員会.
- 11) 船越正康 2000. 4 UK法の曲線理論に基づく柔道の勝敗予測—全日本ジュニア強化選手対フランス・ナショナルチーム戦から, 柔道科学研究, 6, 1-13, 全日本柔道連盟科学研究部.
- 12) 船越正康 2000. 9 メンタルトレーニング研究の課題, スポーツ心理学研究, 27-1, 39-49, 日本スポーツ心理学会.
- 13) 呉 萬福 1979 合宿トレーニングが運動選手の心理および基礎体力に及ぼす影響について, 曲線型, 4, 72-79, 東京心理技術研究会.
- 14) 呉 萬福 1991 トップアスリートに対する心理的ガイダンス—中華民国陸上競技代表選手を対象にして, 曲線型, 10, 90-15, 東京心理技術研究会.
- 15) 小林晃夫 1970 内田クレペリン精神検査法による人間の理解, 東京心理技術研究会.
- 16) 小林晃夫 1974 曲線型の話—人間育成の道しるべ, 東京心理技術研究会.
- 17) 小林晃夫 1986 スポーツマンの性格—性格からみた運動技能上達への道, 杏林書院.
- 18) 小西智子 1991 精神的側面からみたスポーツ適性—空手道選手について, 曲線型, 10, 106-109, 東京心理技術研究会.
- 19) 前田竹司 1984 外国柔道選手の性格特性, 曲線型, 8, 49-55, 東京心理技術研究会.
- 20) 野阪栄一 1983 怪我と性格特徴について, 曲線型, 7, 47-60, 東京心理技術研究会.
- 21) 大森義紀 1976 柔道選手における怪我頻発者の性格特徴について, 曲線型, 2, 64-69, 東京心理技術研究会.
- 22) 長田一臣 1977 pro-golferの性格 (1), 曲線型, 3, 82-86, 東京心理技術研究会.
- 23) 長田一臣 1979 pro-golferの性格 (2), 曲線型, 4, 80-84, 東京心理技術研究会.
- 24) 佐藤宣践 1982 柔道山下泰裕選手の曲線型, 曲線型, 6, 454-55, 東京心理技術研究会.
- 25) 高橋邦郎 1988 適性論からみた柔道選手の特徴とオリンピック適応—特に精神的側面から, スポーツ医・科学研究報告, II-12-9, 155-159, 日本体育協会.
- 26) 田中秀雄 1962 勝負の世界, 230-236, 誠信書房.
- 27) 富樫 誠 1984 柔道部員の怪我と性格特性, 曲線型, 8, 56-60, 東京心理技術研究会.
- 28) 山口文子 1977 日本泳法大会泳法競技入賞者のパーソナリティに関する一考察, 曲線型, 3, 101-107, 東京心理技術研究所