

バスケットボール競技者における感情調節がプレッシャー下の意思決定に及ぼす影響

学籍番号：4120005

氏名：石田 泰之

**【目的】**

バスケットボール競技熟練者は未熟練者よりも素早く適切な意思決定を行うことができる。しかし、プレッシャー下では本来のパフォーマンスを発揮できないことがあり、アスリートはプレッシャーに適切に対処する必要がある。プレッシャーへの対処方略の一つとして「感情調節」（代表的な方略として再評価方略と抑制方略）があり、感情調節によってプレッシャー下でのパフォーマンス低下を防げる可能性がある。そこで、本研究はバスケットボール競技者における感情調節がプレッシャー下の意思決定に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

**【方法】**

男子大学生バスケットボール競技者 21 名（平均年齢  $19.2 \pm 0.9$  歳、競技経験年数  $9.7 \pm 2.4$  年）を対象とし、意思決定課題と選択反応課題を実施した。実験条件はコントロール条件、プレッシャー条件、再評価条件、抑制条件の 4 条件を設定した。測定項目は課題の正答率、反応時間、平均心拍数、状態不安とした。分析方法として、プレッシャーの操作チェック、パフォーマンス分析を行った。

**【結果】**

プレッシャーの操作チェックでは、プレッシャー条件で心拍数と状態不安が上昇したことから、本研究のプレッシャー操作の有効性が示された。パフォーマンス分析では、プレッシャー条件ではコントロール条件よりも意思決定課題の正答率が低かった。また、抑制条件ではプレッシャー条件よりも正答率が高かった。各条件における意思決定課題の反応時間、選択反応課題の正答率と反応時間に有意差は見られなかった。

**【結論】**

バスケットボール競技者はプレッシャー下において意思決定の精度が低下するが、プレッシャー下では抑制方略を用いることで、意思決定の精度の低下を防ぐことができる可能性がある。

Effect of emotion regulation on decision-making under pressure in basketball players

Student ID Number: 4120005

Name: Yasuyuki ISHIDA

[Purpose]

Skilled basketball players can make appropriate decisions faster than unskilled ones. However, it may not be possible to achieve optimal performance under pressure, and athletes need to deal with pressure appropriately. Emotion regulation (two typical strategies, the “reappraisal strategy” and the “suppression strategy”) is a strategy for coping with pressure. Using emotion regulation strategies can prevent the deterioration of performance under pressure. Thus, this study aimed to clarify the effect of emotion regulation on basketball players' decision-making under pressure.

[Methods]

A decision-making task and a selection reaction task were conducted for 21 male college basketball players (average age:  $19.2 \pm 0.9$  years, years of competitive experience:  $9.7 \pm 2.4$ ). Four experimental conditions were set: control condition, pressure condition, reappraisal condition, and suppression condition. The measurement items were the correct answer rate of the task, reaction time, average heart rate, and anxiety about the condition. The pressure operation check and performance analysis were performed.

[Results]

In the pressure operation check, the heart rate and state anxiety increased under the pressure condition, indicating that the pressure operation in this study was effective. In the performance analysis, the pressure condition had a lower percentage of correct answers in the decision-making task than the control condition. In addition, the correct answer rate was higher under the suppression condition than under the pressure condition. There was no significant difference in the reaction time of the decision-making task, the correct answer rate and the reaction time of the selective reaction task under each condition.

[Conclusion]

Although basketball players make less-accurate decisions under pressure, it may be possible to improve this situation by using suppression strategies.