

大学野球選手の守備中の 認知評価プロセスに関する質的研究

布施 努

はじめに

野球はメンタルなスポーツと言われている。あるメジャーリーガーは野球の80%はメンタル、なぜならばそのレベルまでいくとフィジカルな差異はほとんどなくなってしまっているからだと言っている。Smith and Christensen (1995) はマイナーリーグの選手たちの心理的スキルと将来のキャリアを調査した。その結果、プロとして長く野球を続けることができる選手は高いレベルの心理的スキルを持ち合わせていることを明らかにしている。

実際にスポーツとして野球を見てみると次のような特徴がある。

- ・ チームスポーツ
- ・ 攻撃と守備がはっきり分かれる
- ・ 攻撃と守備では違う道具を使用する
- ・ プレイの合間に時間のインターバルがある

この中でも最も心理的に影響が出てくるのがプレイの合間のインターバルである。野球において投手はただ一人自分でペースを決められる存在である。一方打者は投手が投げってくる球を色々予測しながら待たなくてはならない。ただし、牽制球を投げることを除いては必ず投手は打者に向かって投球する。ところが、捕手を除く野手はいつ自分のところに飛んでくるかわからない球を待たなくてはならない。試合中に一度もボールが飛んでこないこともある。この待つ時間が選手の心理に影響を与えるのである。ではその時間に選手は何をどう考え感じているのだろうか。

ここで仮に2人の典型的な選手を明示する。

選手A：もしボールが飛んできて僕が暴投してランナーが帰ったら、チームは僕のエラーが原因で負けてしまう。僕はコーチの信頼を失いポジションを失うだろう。次の球は僕のところに飛んでこないでくれ。

選手B：さあ今こそ運命の時がやってきた。どんなボールでも取ってやる。僕の守備を見せるチャンスが来たんだ。僕にできることはリラックスして素早くボールに反応すること。さあ、ここに飛んで来い。

この仮に提示した二人の選手は同じ状況にもかかわらず、とても違った反応をしている。この二人の選手の認知の差異を理解する為には、出来事に直面した時とその反応との間に介入してくる認知的プロセスと、その媒介するものの特性に影響を与える種々の要素を考慮しなくてはならない。Lazarus and Folkman (1984) は、このような個人の差異を個々の認知評価の違いが一つの理由であるとしている。

この認知評価の差異は、例えばスローイングについても容易に見つけることができる。トスバッティングは野球の練習開始時に多くおこなわれる練習である。多くの場合二人一組になり一方の選手が軽くボールを投げ、他方の選手がバットで打ち返すという練習方法である。この練習でうまくボールを投げられない選手がチームの中に数人存在する。これはイップスと呼ばれる現象であり、良いボールを正確に投げようとすればするほど、ストライクを投げられないのである。ところが同

じスローイングでも選手が試合中のダブルプレーの時はうまく投げられたりする。これはそのプレー中に選手がパフォーマンスについて考える時間がないからである。つまり、時間が同じ選手の認知評価に影響を及ぼしていると考えられる。認知評価を考える上でストレスは主要な要因となっている。ストレスは主に次の3種類の概念によって定義することが出来る：(1) 刺激による定義、(2) 反応による定義、(3) 関係性のシステムとしての定義 (Lazarus & Folkman, 1984)。今までストレスは上記の刺激か反応としてとらえられることが多かった。しかし、認知評価を考える上で Lazarus and Folkman (1984) は、ストレスを人間と環境との間の関係として理解することを強調した。すなわち、彼らはストレスを刺激や反応などの一方向的なシステムではなく、個人の特質と環境での出来事の性質が相互作用する二方向的なシステムとしてとらえた。

Lazarus and Folkman (1984) は、個人のストレスコーピングプロセスは環境での対象となる出来事に遭遇し、前後を含めた時間の経過とともに同一個人内でどのようなことが起こっているかを明らかにすることによって理解できると指摘した。そうして彼らにより提案されたのがトランスアクションモデルである。本リサーチではこのトランスアクションモデルをベースに大学野球選手の守備中の認知評価を調査する。数多くのリサーチがこのトランスアクションモデルをベースに行われ、選手のストレスやパフォーマンスの変化が解明されている (e.g., Anshel, 1990; Crocker, 1989; Crocker, Alderman, & Smith, 1988; Johnson & MaCabe, 1993)。

トランスアクションモデルをベースに試合中の状況をとりえると、その状況はただ単にあるストレス反応を引き起こすのではなく、選手個人のその状況の認知評価とコミットメントや信念、価値感などの個人的特質の相互作用を引き起こす。そしてこの相互作用から生まれる認知評価が選手の行動、情動、反応に影響を及ぼすと考えられる。

Lazarus and Folkman (1984) のトランスアクションモデルは一次的評価、二次的評価、再評価

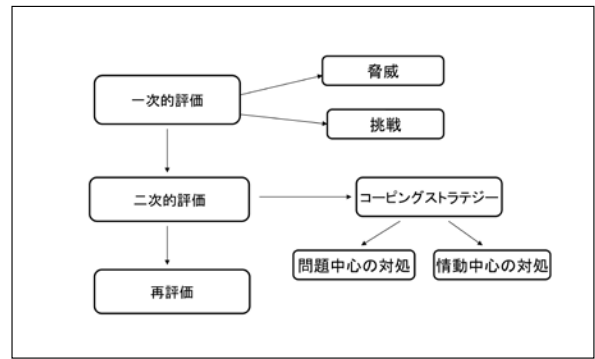


図1 認知評価プロセス

の3プロセスから成り立っている (図1)。一次的評価ではまず個人にとってその出来事が関係あるかないかを判断する。関係があると判断されると、次にはそれがポジティブ (良好な関係) かストレスフルな関係か判断され、さらにストレスはその個人にとって脅威なのか挑戦なのかを評価する。スポーツ競技場面ではしばしばこの脅威と挑戦の評価は同時に起こる (Campbell & Jones, 2002)。アスリートの認知評価もそのアスリートがいかにその出来事を解釈するかに影響される。その選手の出来事に対する価値、必要性、コミットメントなどにおいてより重要だと考えれば考えるほどより強い情動的反応が発生する (Lazarus & Folkman, 1984; Smith, 1996)。

二次的評価においては一次的評価で関係があると判断した出来事をどのような対処が可能か、またその対処方法が自分にとって可能であるか、問題となっている出来事に対して用いた戦略がうまくいったかを判断するフェーズである。対処方法には問題中心の対処と情動中心の対処がある (Lazarus, 1994, 1999)。問題中心の対処は問題の所在を明らかにしたり、それぞれ解決策を直接当てはめてみたりする方法である。一方情動中心の対処はストレスフルな状況での情動的な苦痛を和らげようとするものであるが、問題そのものは変わらない。実際のスポーツ場面は動的で複雑なため、このようなコーピング戦略は同時に使われる (Crocker, 1992; Gould, Eklund, & Jackson, 1993)。

再評価は、環境からの様々な新しい情報や自分自身の反応から得た情報に基づいて評価を変えるプロ

セスである (Lazarus & Folkman, 1984)。このプロセスで個人は一次的評価が正しかったかを確認したり、コーピングストラテジーが不適切だったりにことに気づく。そして認知評価プロセスは個人とその状況の間で循環しながら繰り返される。

認知評価はストレスとコーピングプロセスの重要な構成要素である。ある出来事とその個人にとってどの程度のストレスであるかは、個人と状況の要因が一致しある特定の交流を行った際に決定される (Lazarus & Folkman, 1984)。トランスアクションモデルでは認知評価を引き起こす要因を人的要因と環境要因に分けている。認知評価を引き起こした個々のストレスの要因を明らかにするのはアスリートの認知評価を理解するのに重要になってくる (Anshel, 1990, Hammermeister & Burton, 2001)。

Lazarus and Folkman (1984) は、人的要因は出来事に意味を与えると提唱した。人的要因は一人ひとり個々にユニークでそれがストレスフルな状況を評価しコーピングするのに影響している。人的要因にはコミットメント、信念、経験の3つの重要な要因が含まれる。一方、環境要因はそれのみで状況の特性をランク付けすることはできない。しかし、認知評価は個人と環境の間のトランザクションの結果によるので、状況の正式な要因を識別することにより個人の様々な要因に特に関与している諸特性を分類することにより、ある出来事に対する脅威と挑戦が決定される評価プロセスを明らかにするのに重要になる。環境要因には状況、時間、出来事の不確実性、タイミング、社会的要因が含まれる (図2)。

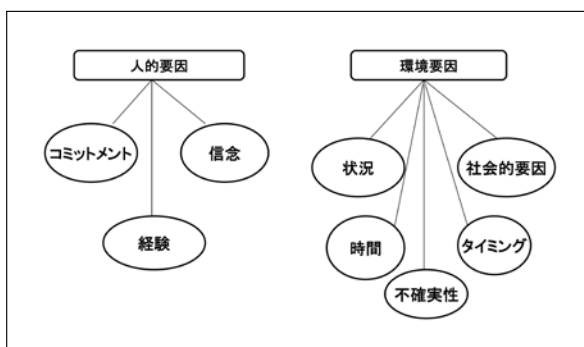


図2 評価の原因となる先行要因

今回は大学野球内野手の守備中の認知評価プロセスを調査し、同じような条件下にもかかわらず、選手の反応の多様性を明らかにし、そのプロセスに影響を与える要因を調査する。調査には質的研究方法を使い守備中の内野手の認知評価プロセスに何が影響を与えているかを彼ら自身の言葉から明らかにする。

1. 方法

1) 対象

米国中西部の5名の大学野球選手をセレクトした。彼らはNCAAデビジョン1で活躍しており、全員内野手である。年齢は19歳から21歳の間で、14年から16年の野球経験がある。

2) 手順

- ・インタビュー
 - －それぞれのインタビューは45-90分の間で行われた。
 - ・それぞれの選手へのインタビューにバイアスを無くし、標準化する為にインタビューガイドを事前に作成した。
 - ・インタビューガイドには例えば次のような質問が記載されている。
 - －守備中にあなたは何を考えていますか。
 - －ゲーム中にほとんどボールが飛んでこない時はどういう感じがしますか。

3) 分析

大学野球選手のインタビューには、守備中に選手の認知評価の要因、つまり守備中の出来事から彼らは何を感じどう考えるかのパターンを作り出しているかを理解する為の豊富な情報が含まれている。これらをPatton (1990) が提唱し、Gould, Finch, & Jackson (1993) がスポーツ科学研究用に開発した質的研究技術を使って分析した。

データ分析は次の5ステップにて行われた。

- 1) レコーダーに録音されたインタビューを正確に言葉通りに文字として書き出す。

- 2) 各研究者は書き出されたトランスクリプションとインタビューテープを何度も熟知出来るまで繰り返し読みそして聞く。
- 3) インタビューの中の重要と思われるテーマを確定する。テーマ確定に際してはそれに関する選手のそのままの言葉を引用した表を作成する。
- 4) 3) で出されたテーマの表を各研究者が持ちより、内容の検討をしながらより広いテーマにグルーピングしていく。
- 5) 最終的に選手の生の声からグルーピングしていく、より大きなテーマに至る階層表を作成する。

2. 結果と考察

結果、考察は Lazarus and Folkman のトランザクションモデルのなかで指摘した、1) 一次的評価、2) 二次的评价、3) 再評価をフレームワークとして議論する。

1) 一次的評価

一次的評価は内野手が試合中に出くわした出来事を、その出来事が選手にとって「今あるいは将来困ることなのか、あるいは良くなるのか、そしてそれはどんな方法で」、といったことを個人的、環境的要因によって判断するステージである。選手は試合中に起こる出来事に対して、その各々の出来事が直接自分にかかわってくる危険なものかどうかを判断している。このステージのプロセスで選手達が示した彼らの認知評価に与えている要因は、経験（予測性、新奇性）、信念、コミットメント、時間、状況、不確実性の6つの要因に分類された。

<経験>

個人の経験を知ることが必ずしも正確に個人の認知評価への影響を予測させるものではない。しかしながら、認知評価の中で経験は重要な役割を果たしている (Lazarus & Folkman, 1984)。経験からの情報は記憶の中に蓄積され、その人の認知評価に影響を及ぼす。

<経験-予測性>

こいつは第一打席でライトフライを打ち上げたな。次は一塁手へのゴロとセンター前か。たぶんこいつは右打ちしているんだなとわかるんだ。だから次への気持ちの準備、ポジション取りが出来て、ボールが飛んでくるのを待てるんだ。もし誰かワンプレーで混乱している奴がいたら……、そいつはまたそのプレーの場面から逃げたり、またエラーするね。それは前にやってしまったからなんなんだ。つまりその経験はネガティブで、精神的にどんどん自分に押し寄せてくるんだ。

内野手は以前の経験と現在起きていることをつなぎ合わせようとする。そうすることによって彼らは自分の中のあいまいさを打ち消し、出来事を判断し、適切な行動を取り状況に対処する。

<経験-新奇性>

誰でも初めての試合は緊張するよ。何もできない……、これって僕はまったくもって本当だと思うよ。もし振り返るものが何も無くて……、初めての試合だったら、色々なことをイメージするのも難しいし、練習だけで自信を持つのは難しいね。僕は実際ここに来るまで本当にショートは一度もやったことがなかったんだ。なのに大きい試合でうまくショートをやるってことはすごく緊張するよね。

この内野手は認知評価に関する経験の質について言及している。すなわち試合での経験は練習での経験と違う。おのおのの違う経験は人的要因と環境要因の組み合わせからなる複雑な記憶である。練習中、試合中に発揮される選手の責任感や監督、他の選手からの期待を同じように再現するのは難しい。

<コミットメント>

コミットメントは諸刃の剣である。つまり、コミットメントは強いモチベーションも引き起こすが、怖さを作り出すことにもなる。

－傷つきやすさ

誰かがよく言うよね。たかが一回のゴロじゃないかってさ。だけどね僕にとってはさ……なんていうか……最後の……そうラスト一球って感じてしまうんだよね。

この選手は野球へのコミットメントが強く、将来はプロ野球選手を目指していた。そのため、彼のモチベーションは高かった。それゆえに彼の生活もその夢をかなえるためにあると言ってもよい状態であった。しかしながら、その強いコミットメントが野球に関しての傷つきやすさも創出していた。この時点で野球は彼の生活の中で最も重要なものである。この選手にとって野球に対するコミットメントが強くなればなるほど、野球から生じる脅威の可能性も大きくなってきたのである。

－頑張り

そうだね……居残りでバッティングをやる、守備練習する……こうして自分のコミットメント（やってやるんだというところ）を見せてるんだ。そうすると自分がよくなっていく気がする……出来れば次のレベルにいければね。

コミットメントの他のメカニズムは頑張りである。選手は目標に向かい、ポジティブな態度を維持し、一生懸命連する自分のモチベーションをコミットメントすることにより維持している。

－社会的要因

もし僕がプロ野球選手になったら、本当にたくさんのお金を手にするし、そうすれば両親なんかも援助できる。そしたら僕の親はもうそんなに働かなくても済むし。

僕はいつもベストを尽くさなくてはなりません。なぜなら僕たちはいつもうまくない場合……例えば（スポーツによる）奨学金を減らされてしまうとかがありうるからです。プレー中はいつも頑張っています。だってコーチにがっかりされたりしたらまずいじゃないですか。

いくつかのコミットメントは両親やスポーツによる奨学金などの社会的要因と関係している。このタイプのコミットメントは外的な要因の何かに対する責任を含んでいる。ある選手は両親を将来援助しようと考えている。なぜなら彼は今までに両親が彼にしてくれたサポートに感謝しているからである。他の選手はスポーツによる奨学金に対する強い責任を感じている。

<時間>

時間の要素は内野手にとって認知評価に影響する最も重要な要因の一つである。

－切迫度

ミスを取り返す時間は十分あると思っているんですよね。だけど、終盤になってくるとプレッシャーがきつくなってきます。だってもう取り返す時間がなくなってくるじゃないですか。

切迫度はその出来事が起きている時間に関係する。主にインニング、ランナー、複雑なプレーの3つにより内野手は切迫度を感じる。多くの内野手は試合の終盤にストレスを感じる。なぜならバスケットボールやサッカーと違い試合時間による制限はない。その代わりに9インニング27アウトで試合が終了するというゲームである。それゆえに内野手は試合の終盤でのミスは取り返す機会が十分にないと感じてしまう。

－時間的な不確実性

もし悪い日があったら、（試合に出ずに）ベンチに座っているかもしれないし、ダメな練習をすればベンチアウトになるかもしれません。だから考えてしまうんです。試合中ストレスを感じちゃって思い切ってプレーできないんです。

Lazarus and Folkman (1984) は、時間的な不確実性のある出来事がいつ起こるか分からない状況と定義している。これは、レギュラーメンバーでない内野手に関係するかもしれない。レギュラーメンバーでない内野手は出場機会がいつやっ

てくるかわからない。なぜならそれはコーチが決めるからである。それゆえに、控えの内野手たちは自分のプレーに神経質になる。なぜならミスをするによりすぐにベンチに下げられたり、次の出場するチャンスが減るかも知れないと考えるからである。

－集中

そのプレーをすることに集中している。それ以外は何も考えないようにしているよ。前あったことや次のイニングに起こることは考えずに、その瞬間に集中しているよ。

集中はもう一つのストレス評価に関する要因である。内野手は彼らの今するプレーにフォーカスすることにより集中を高めている。彼らは障害となったり、ネガティブになる考えを取り除くために目の前の状況のことを考え今その瞬間に集中している。内野手によっては今に集中することと集中力のポジティブな関係に気付いており、そのことが認知評価に影響している。

2) 二次的評価

二次的評価は、一時的評価で判断した出来事について、選手が選択した対処方法すなわち「そのことについて何ができるのか」を評価するフェーズである。選手は試合中に起こる出来事について、何とかしてその状況を切り抜けねばならない。選手はその状況で何が危うくなっているのか、一体何が出来るのか、そしてその対処方法は思った通り行くのかを評価する。以下は選手の対処方法の選択に影響を与えた要因、実際取った対処方法、その対処法に対する選手の評価である。

<選手の対処方法の選択に影響を与えた要因>

- －経験
- －結果
- －社会的要因

<選択された対処方法 / 対処方法に対する評価>

- －問題中心の対処

問題中心の対処はストレスを何が引き起こしているかに直接働きかけ、それを変えようとする。問題中心の対処は情報を集めその解決法を直接適用する。本リサーチで内野手はセルフトーク、ポジティブシンキング、コミュニケーション、合理的思考を使用している。

自分自身に「出来るはずだ」と話しかけるんだ……すごいよ、これを言った時は本当に出来ちゃうんだ。だから守備中はほとんど自分に話しかけてるよ。「調子いいぞ!」とか「本当にいい感じだ」とかね。

－情動中心の対処

情動中心の対処はストレスフルな状況に対する情動的な反応を抑える。この対処は直接問題に働きかけはしないが、ストレスフルなトランザクションに対する選手の意味づけを変える助けとなる。リサーチで選手は8種類の情動中心の対処ストラテジーに言及した：音楽、深呼吸、注意をそらす、積極的な価値を見出す、コミュニケーション、合理的思考、ルーティーン

僕はこの前の試合でエラーしてしまった時に、深呼吸をしましたね。それから球場でいつも見ているポイントに目をやりました。そうすると目の前がクリアになります……そう何かで拭いてしまったみたいに。

3) 再評価

再評価とは、環境からのさまざまな新しい情報や、自分自身の反応に基づいて変えられた評価である。選手たちは学習やトレーニングを通じて長期の時間をかけて評価を変える場合と、試合中の守備中のインターバル時間やダッグアウトにてすぐに評価した出来事の再評価が始まる場合がある。

<長期再評価プロセス>

長期再評価プロセスは起きた出来事から時間的なギャップがある。内野手は通常は過去の経験や練習からの情報をもとにその出来事をポジティブ

に再解釈し脅威を感じていた状態にある過去の出来事を再構築する。時間的ギャップは情報を集めたり過去の出来事をより意識的に再評価することを可能にする。

- 学習
- 練習
- 試合にでた時間

最近ボールをうまく打てているので、自分のフィールディングもちょっとずつ上がってくると思う。時間がたつにつれて俺はうまくなるよ。俺はプレーする時間をたくさんもらえればフィールディングはもと良くなっていくよ。

<短期再評価プロセス>

短期評価プロセスはストレスフルな出来事を評価してすぐに起こる。このプロセスは個人が状況をすぐに再評価し適切なコーピングメカニズムを構築するダイナミックなプロセスである。これらの再評価は意識下と無意識下の両方で行われる。

- 動いていない時間
- 考え

ダックアウトに戻るときにこんな風に考えることがあるよ。俺はあの時に何を考えていたんだろうって、精神的に……。あそこで他のことを考えられたはず。だからさ、メンタルミスをしてしまったときになぜそうしてしまったかを探そうとするのさ

4) 守備位置による特性

スポーツにおいては、どこのポジションでプレーするかは、認知評価に重要な影響を与えている。インタビューでも二遊間の選手は、一塁手、三塁手と比べていくつかの点で違った反応を示している。

<二塁手 / 遊撃手>

- 役割
 - ・リーダー
 - ・コントロール

- ・ 守備が重要視される

- タスク
 - ・ 複雑
 - ・ 準備できない
- メンタルタフなポジション
- 他の選手からの期待

僕は個人的には野球の試合のすべての状況を準備するということはできないと思っています。

<一塁手 / 三塁手>

- 役割
 - ・ プレーする
 - ・ ランナーを釘づけにする
- タスク
 - ・ シンプル
 - ・ 準備

- 野球はメンタルタフなスポーツ
- ネガティブな自己評価

いつもはどのようなすべての状況も自分自身準備します。コーチも選手全員にどんな状況でも準備させることは可能だと思います。

3. まとめ

今回の研究は限られた対象者の米国における検討である。それゆえに日本の大学生に当てはめるには文化的差異などを考慮する必要があることに留意が必要である。選手と環境、出来事はこのように試合中にダイナミックに双方向から相互作用を起こしており、質的研究はその際の選手の認知評価プロセスに関する膨大かつ興味深いデータを与えてくれる。トランスアクションモデルは、内野手の認知評価を理解する為の効果的なフレームワークである。加えて、今回の研究ではポジション特性も選手の認知評価に影響を与えていることが確認された。野球選手は他のスポーツより複雑な認知評価の決定要因を持つかもしれない。これは他の多くのチームスポーツがディフェンス、オフenseのどちらかに専念していたり、両方ともほとんど同様な技術を使うのに対して、野球では攻守両方に責任があり、全く違う道具や技術を要求されることによるのかもしれない

い。

リサーチにおいて、参加してくれた内野手たちはコーピングと認知評価プロセスを明らかにする有用な情報を提供してくれた。ある認知の問題が内野手のプレーのパフォーマンスに影響を与える。例えばネガティブな経験は選手のネガティブな考えを創出し、それらの考えが選手をナーバスにしていく。その結果彼らのパフォーマンスは消極的になっていく。事前の状態も内野手の認知評価に寄与していることも分かった。本リサーチでは人的要因、環境要因、社会的要因が一次的評価における主要な役割を果たしていることを示している。これらの要因は個人の認知評価に影響を与えるだけでなく、周囲の選手の認知評価にも影響を与えている。また、経験、結果、社会的要因が内野手のコーピング方法の選択に影響を与えていることも分かった。そして、直面する状況と内野手のコーピングプロセスの関係が二次評価においては重要であることを示している。

本リサーチではコーピングは様々な人的要因、環境要因、認知されたストレスの多面的な評価を含む複雑なプロセスであることを示している。様々な要因がこのプロセスに影響を与えている。本リサーチにより明らかになったことをアスリートのパフォーマンス向上のために、コーチやスポーツ心理学者が認知的アプローチを実施する際いかに現場で使用していくかが今後の課題である。

文献

- 1) Anshel, M. H. (1990). Toward validation of a model for coping with acute stress in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 53–83.
- 2) Campbell, E., & Jones, G. (2002b). Cognitive appraisal of sources of stress experienced by elite male wheelchair basketball players. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19, 100–108.
- 3) Crocker, P. R. E. (1989). Evaluating stress management training under competition conditions. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 191–204.
- 4) Crocker, P. R. E. (1992). Managing stress by competitive athletes: Ways of coping. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 161–175.
- 5) Crocker, P. R. E., Alderman, R. B., & Smith, F. M. R. (1988). Cognitive affective stress management training with high performance youth volleyball players: Effects on affect, cognition, and performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 488–460.
- 6) Gould, D., Eklund, R. C., & Jackson, S. A. (1993). Coping strategies used by more versus less successful U.S. Olympic wrestlers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, 83–93.
- 7) Gould, D., Finch, L. M., & Jackson, S. A. (1993). Coping strategies used by national champion figure skaters. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, 453–368.
- 8) Hammermeister, J., & Burton, D. (2001). Stress, appraisal, and coping revisited: Examining the antecedents of competitive state anxiety with endurance athletes. *The Sport Psychologist*, 15, 66–90.
- 9) Johnston, B., & McCabe M. P. (1993). Cognitive strategies for coping with stress in a simulated golfing task. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 30–48.
- 10) Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. (2nd ed.). Newbury Park, CA: SAGE Publications.
- 11) Lazarus, R. S. (1994). *Passion and reason*. New York: Oxford University Press.
- 12) Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Spring Publishing.
- 13) Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing.
- 14) Smith, R. (1996). Performance anxiety, cognitive interference, and concentration enhancement strategies in sports. In I. G. Sarason, G. R. Pierce, & B. R. Sarason (Eds.), *Cognitive interference: Theories, methods, and findings* (pp. 261–283). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- 15) Smith, R. E., & Christensen, D. S. (1995). Psychological skills as predictors of performance and survival in professional baseball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 399–415.