

琉球大学学術リポジトリ

才能教育下にある大学生アスリートの心理的依存と自立に関する研究の動向

メタデータ	言語: ja 出版者: 琉球大学大学院教育学研究科 公開日: 2018-06-26 キーワード (Ja): 才能教育, 大学生アスリート, 心理的依存, カウンセリング, 家族, 家族的关系 キーワード (En): 作成者: 小川, 千里 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/41529

【研究論文】

才能教育下にある大学生アスリートの心理的依存と自立に関する研究の動向

小川千里¹⁾

Trends in Studies of Psychological Dependency and Independence among Top Japanese University Athletes

Olivia C. OGAWA

要 約

才能教育下にある大学生アスリートは、幼少期からライフスタイルと家族らとの関係が限定的であるという点で特異性がある。この特異性が、彼らの心の発達に影響し、心理的依存が生じる可能性が高い。本研究は、幼少期から才能教育下にある大学生アスリートを対象とし、その心理的依存と自立に対する支援について、関連する研究の動向についての検討することを目的とする。このため、スポーツ選手の心理的問題とその支援に関する先行研究について、主としてスポーツ心理学領域、臨床スポーツ心理学領域から概観した。競技力向上を主眼とした研究では、自己形成を支援しようとしていても、競技力向上とのバランスの難しく、選手の心の成長に欠かせない家族・家族的立場にある人（監督・コーチなどの指導者ら）との関係性が明らかになりづかった。しかし、臨床心理学的観点から選手の内的世界を検討した小川（2013）の研究から、才能教育下にある大学生アスリートの依存と家族・家族的関係の関連性、心の発達の未熟さが鮮明になっていた。最後に才能教育下のアスリートの心の発達、研究の将来性、隣接分野への適用について議論した。

キーワード：才能教育 大学生アスリート 心理的依存 カウンセリング 家族・家族的関係

1. はじめに

本研究の目的は、幼少期から才能教育下にある大学生アスリートの競技引退期に生じうる悩みや葛藤の背後にある心理的依存と自立のメカニズムについて、関連する研究の動向について検討することである。最初に本研究で対象としている大学生アスリートの特徴を整理する。

才能教育下で過ごしてきた大学生アスリートは、幼いころから競技に関わることが優先され、自己の発達の過程で、一般大学生とは異なるライフスタイルと周囲の人との関係の中で過ごすことが多い。たとえば多くの者は、家族や指導者による勧めにより、幼児期から遅くとも小学校のうちには競技を開始する。指導者やチームメイトらの限られたコミュニティの中で、長い練習時間を過ごし、大会参加のための遠征にしばしば出かける。このように、指導者やチームメイトが事実上の家族と同じほどに生活を共にすることも多い。才能教育下では競技戦績の向上の結果、指導者らによる推薦を経て高校や大学に入学して競技生活を送る者が多く、それを機に親元を離れて、指導者らが親代わりの役割となる。以上のような状況では、指導者が、生物学的な親に代わって親的な役割を果たし、「疑似親」(Marcia, 1964, 1966)になる場合も多い。このような状況を、本研究では、「家族・家族的関係」と呼ぶようにする。家族的関係とは、監督やコーチらと選手との関係のことを指す。

練習や試合の際には、指導者による厳しい指導、チーム内での競争の中にあり、複雑な人間関係に基づくストレスを伴うのが特徴である。学校生活においては、戦績が高く、全国大会や国際大会に出場するレベルに達する者を中心に、学力試験や学校行事への参加が軽減・免除されることも多い。また、ス

¹⁾ 琉球大学グローバル教育支援機構 olivia@lab.u-ryukyu.ac.jp

スポーツ以外の友人関係が希薄で遊ぶ時間がないという者もいる(小川, 2013, 2017a)。Erikson (1959) の議論によれば, 発達課題の達成の過程で, ライフスタイルと家族関係が密接に関わりあっているため, 上述の特異性を考慮すれば, 大学生アスリートの心の発達過程は, 成人期までの発達段階モデルと異なる特徴を備えている可能性が高い(小川, 2013)。

さらに, 大学卒業後も競技を続ける高い戦績の者もいるが, 多くは卒業を機に競技引退を考え, ビジネス・キャリア(セカンド・キャリア)の検討に迫られる(小川, 2010a, 2010b, 2012)。よって, 競技引退というキャリアの転換点であるとともに, スポーツ界との関わり方やライフスタイルの転換点にもあり, 重大な心理的危機に直面する可能性が高い。

一方, 著者は, 大学生アスリートに教鞭をとってきた中で, 在学中に身体症状(発熱や身体の動きの重さ, 食事の難しさ), 度重なる怪我, 不登校, 音信不通(連絡が取れない, 行方不明), 錯誤行動(提出物を忘れる, 試験答案に名前を書かない), 問題行動(暴力や暴言, 退学), ギャンブル依存等の訴えをしばしば聞いてきた。ストレスフルな状態において, メンタルヘルスを支える力はライフサイクルの中で養われ, 人間関係の中で維持される(石丸, 2015)。よって, 彼らに特有のライフスタイルと家族関係, そしてこれらを背景にして育まれる心の発達の特徴をわからずに, 彼らの臨床的問題に対して支援を試みることは, もはや不可能であると考えられる(小川, 2013)。

以上のような背景から, 本研究は大学生アスリートの心の発達と家族らへの依存, および自立についての研究を行っていくために, 関連する研究の動向についてまとめることを目的とする。特に, 大学生アスリートの独特のライフスタイル, 家族・家族的関係(監督・コーチらの指導者)との関係を念頭に置きながら, 次の点について検討したい。すなわち, その依存から自立へのメカニズムについて, 先行研究からどのような示唆が得られるか, 望ましい支援の方法の解明に向けて, 今後どのような研究と実践への展開が望まれるか, である。

2. わが国のアスリートに対する心理的支援の動向

(1) スポーツ心理学領域における動向

オリンピックなどの世界大会に出場するアスリートの戦績向上のために, 国内外で心理的支援が行われるようになって久しい。わが国のスポーツ心理学領域においても, 1984年ロサンゼルス五輪で諸外国における心理的支援の成果以降, その重要性が認識され(猪俣, 2005), 心理的支援が実践されるようになった。2000年にメンタル・トレーニングの資格制度がスタートし²⁾, 行動療法による技法³⁾を中心に学術的にも多くの研究がなされている(遠藤, 2005, 石井, 2005, 海野, 2005, 岡澤, 2005, 竹中, 2005, 徳永, 2005, 土屋, 2005, 山中, 2005a, 山中, 2005b)。アスリートに対するこれらの心理的支援は, スキル指導を主眼としたアプローチである(中込, 2013)。勝利を目的とするスポーツ界において, 心理的支援はその競技力向上を最優先にしており, アスリートの心の内面について, 対象としているようで, 実はずまびらかにしてこられていない。この背景には, 心の内面に焦点を合わせる場合, 選手の弱みや複雑な人間関係などの話題に触れるため, 明らかになることを避けられがちであること, また, プライバシーへの配慮がなされるためである。しかし, 本研究の着想の背景にある, 大学生アスリートの心の発達を, 特有なライフスタイルと家族らとの関係から検討しようとするならば, より内面的な心の状態へのアプローチが望まれる。特に, 大学生アスリートは, 年齢的に見れば青年期にあり, そのアイデンティティ形成に至るまでには, それ以前のライフサイクルの各段階も含めて克服しなければならない課題があり, 重要な人⁴⁾との相互的関係を通じてこれらの課題を乗り越えていきながら, 心理的発達を遂げるはずだからである⁵⁾(Erikson, 1959)。

アスリートに対する競技力向上を目的とした心理的支援の先述のような変遷の一方で, スキル指

導よりも内的世界に焦点を合わせる研究もわずかながら存在する。次項ではこれに分類される研究について述べる。

(2) 臨床スポーツ心理学領域における動向

主に中込 (1993) をはじめとするアスリートに対する臨床スポーツ心理学領域での研究がある。アスリートの心理的問題として扱う対象を、スポーツ心理学で扱ってきた研究課題や事象にまで広げ、臨床心理学的方法を採用してアプローチすることを特徴としている (中込・小谷, 2010)。来談室を訪れるアスリートに対して、投影法⁶⁾、カウンセリングを通じてアスリートの心の内面を見つめながら支援するアプローチが主流のようである。この中で、心理的支援により、アスリートの心理的発達⁷⁾を考慮しながら、競技力向上について論じている研究もわずかながら存在する。

たとえば、中込 (2013) および江田・中込 (2009) の中では、アスリートの心理的支援にとって、競技力向上 (現実適応) とパーソナリティ発達 (個性化) の両面からの取り組みが重視されている。これらの研究では、競技力向上を視野に入れ続けながら、パーソナリティ発達との両立性にかかわる問題を追及している。ある程度高い競技レベルを求めていくには、個性化の過程 (自己の支えとなっている競技経験を問い直し、自身の課題解決へとつなげて行く取り組み) を通じた自己形成の重要性が示されている。しかし、両者 (競技力向上とパーソナリティ発達) がいつも一致する方向に向かっているとは限らない。競技経験の中では、競技力向上を自他共に優先させた歩みを取りがちであり、発達課題の観点からしてアスリートにとっては消極的意味となっていると認めざるを得ないこともある (中込, 2013)。以上を本研究での言葉で言い換えれば、競技遂行の過程では、競技力向上を自分も周囲も優先しがちになって、アスリートの心理的発達が十分に進まないことも多いと考えられる。競技力向上がパーソナリティ発達につながりづらい背景に、「自己信頼感の不足」、「主体性の欠如」、「自己充実感のうすさ」、「競技状況への過剰適応」がみられることを、これらの研究は指摘している。以上の結果は、アスリートの自己形成について重要な特徴と見られており (中込, 2013)、おそらく相互に関連しあって自己形成に影響しているのだろう (江田・中込, 2009) と付記されているが、これらがどのようなメカニズムで相互に影響しあっているのかについては、今一步踏み込んだ議論が得られたいところである。

注意深く見てみれば、これらの四つの特徴はErikson (1959) による心理社会的発達課題について、青年期までの段階の検討が十分に行われずに、得られてくるはずの力を得られていないことが浮き彫りになっている。臨床スポーツ心理学領域ではアスリートの心の発達に焦点を合わせているが、大学生アスリートの心の発達の脆弱さの背後にあるメカニズムについて検討していくにあたり、次の二点を示唆している。第一に、スポーツ心理学に軸を置いている臨床心理学的研究では、心の発達を競技力向上との関係と共に論じていくことがどうしても強く望まれていることが否めない。スポーツ・カウンセリングに競技力向上や勝利が強く期待され、臨床スポーツ心理学領域はそこから離れられないのかも知れない。しかし、アスリート個人の自己の発達 (個性化) を主眼にしていくカウンセリングは大切ではなかろうか。そのとき、競技力の低下や、競技を引退することになるかもしれない。しかし、大学生アスリートが10年から20年にわたる競技歴に終止符を打ち、セカンド・キャリアを検討するときに、いつか必ず来る (小川, 2010a, 2010b)。スポーツ界という特異的環境にいた大学生アスリートの心理的発達が、卒業を機にすぐに進むとは考え難い。

第二に、臨床心理学的アプローチを適用した研究、心理社会的発達課題 (Erikson, 1959) に基づいた研究である場合に、アスリートの心の成長に影響を与える他者 (親や指導者ら) の関係性が研究結果の中に見えづらい。アスリートの内的世界に集中するあまり、周囲の関係性に焦点がぼやけているのではないかもしれないと感じる。Erikson (1959) におけるメンタルヘルスを維持できる力の

育成には、周囲の人々との関係性抜きには考えられないはずである。また、青年期後期にあるスポーツ選手の心理療法で「自立」がしばしばテーマとして見られる(中込, 2004)のであれば、周囲の人との関係性と自立、そしてその裏側にある依存がどのようなメカニズムになっているのか、解明していく必要がある。ここにしっかりと焦点を合わせて、アスリートの心の発達過程を見ていきたいというのが、ここまで研究動向を概観しての、本研究の見解である。よって、中込(2013)によるアスリートの心理的発達の「進みづらさ」や「主体性の欠如」、そしてその背後にある発達課題の問題、および家族らとの関係性を勘案し、そこにしっかりと焦点を合わせて検討していけば、具体的な支援の方法への糸口がつかめるのではないか。

次項からは、発達課題と家族らとの関係性に注目した研究を見てみることにする。

(3) 心理社会的発達課題(Erikson, 1959)からみたアスリートの心理的発達に関する研究動向

心理的支援により、アスリートの自己形成について、発達段階とアイデンティティ形成の様態(Erikson, 1959)を考慮して論じている研究は、わが国では臨床スポーツ心理学領域の研究の初期のころに見られる。中込(1993)によれば、日本人スポーツ選手は、子ども期を早々に切り上げて競技スポーツを開始し、その後は競技生活への強いコミットメントにより青年期を長期化させ、成人期への移行を遅らせる傾向にある。この記述からは、大学生アスリートが年齢的に成人期に差し掛かるころには、いまだ心理的には青年期、あるいはそれ以前の発達課題を十分に検討できていない可能性も考えられる。

また、同じく中込(1993)は、スポーツ競技者としての役割は数ある選択肢の(選手自身の)主体的な吟味の未行われるのではないと言う。つまり、競技者の道(競技者としてのキャリア)は、幼いころに親や学校から与えられることが多い。このような状況で、スポーツ選手は、一般的にあるはずのアイデンティティ獲得のための課題(Erikson, 1959)に対し、人生を通じて十分に検討した経験がないために、引退期には深刻なアイデンティティ危機に迫られる(中込, 1993)。本研究で対象としている、幼少期からの才能教育下にある大学生アスリートが経験する心理的危機では、このようなアイデンティティ危機を伴う心理的不安定さが予想できる。

青年期のアイデンティティ達成への対処の様相について、Marcia(1964, 1966)はアイデンティティ・ステータス(identity status)として、「危機」(crisis)と「積極的関与」(commitment)の有無に着目している。そして、「アイデンティティ達成」、「早期完了」、「モラトリアム」、「アイデンティティ拡散」の四つ⁸⁾が示されている。中込(1993)の日本人スポーツ選手の事例では「早期完了」に分類される者があるが、このことは引退期にある大学生アスリートが、スポーツ競技者であるがゆえに、本来であれば経験するはずのアイデンティティ発達上の危機を経験せずに、成人期への移行の途にある可能性があることを示唆している。つまり、一般的には青年期での心理的危機が想定されるはずなのに、スポーツ競技者であることの何らかの要因により、大学生アスリートが事実上心理的危機を経験しないでよのまま、次のキャリアおよび発達段階に移行していることを示唆している。

もとより「早期完了」に当てはまる人の意思決定は、親/疑似親(surrogates)の意向にしばしばコントロールされる(Marcia, 1964)。才能教育下にある大学生アスリートの競技人生は、スカウティングによる大学入学等に代表されるように、家族や複数の指導者との関わり抜きに成り立たないため、その影響は強く、複雑になる。青年期の自己の発達には、親からの分離(Blos, 1962)、それを土台かつ超越して新しい関係性の構築(Erikson, 1968)が不可分のプロセス(杉村, 2011)であるが、競技生活を送るがゆえの特異な親子関係⁹⁾であるため、才能教育下ではなおさら大学生アスリートがこのプロセスを十分に検討せずにいる可能性が考えられる。

米国ではBeisser(1977)が、アスリートの豊富な事例を提示し検討した。アスリートの身体症状

や問題行動を、成育歴の中で家族らとの関係を考慮し、積み残された心理社会的発達課題 (Erikson, 1959) との関連性の中で論じている。アスリートの臨床的問題について、成育歴を考慮して検討した非常に貴重な研究である。これを応用し、家族・家族的関係を明示的に議論出来ていくことが期待される。

次に大学生アスリートの心理的発達の特徴を家族・家族的関係に焦点を合わせて検討している研究の動向を見ていくことにする。

(4) 家族・家族的関係への依存と自立からみたスポーツ選手の心理的発達

アスリートの心の発達について家族らとの関係性から検討し、支援の方法について論じている研究に小川 (2013, 2015, 2017a, 2017b) がある。小川による一連の研究は、引退期のアスリートが、在学中に競技上の戦績不振に加え、度重なる怪我、身体症状¹⁰⁾、および問題行動¹¹⁾を訴える様子が契機となり、心理的発達の支援に関わった経緯が論じられている。インタビューとSCT (佐野・榎田, 1960) を通じた調査の結果、すべての調査協力者が「早期完了 (Foreclosure)」 (Marcia, 1964) に分類されている¹²⁾。そして、スポーツ臨床的に検討できる問題の背後には、親/疑似親 (監督・コーチなどの指導者) との強い「依存関係」 (依存四類型：①純粹培養, ②支配, ③過干渉, ④構ってもらえない子) により、選手が心理的に未熟で、メンタルヘルスを支える力が十分に育まれてきていなかった様子が示されている (小川, 2013, 2015)。小川 (2013, 2015) は、8人¹³⁾ という少数の事例からの調査結果であるものの、引退期にあるアスリートの心理的発達の未熟さの背後にあるメカニズムを、KJ法 (川喜田, 1967) により浮き彫りにしている。特に「依存四類型¹⁴⁾」 (図1) は、グラフィックにより、彼らの心理的メカニズムと家族・家族的関係との関係を中心に示されている。そして、支援の期間が数年を超えている事例について、グラフィックの変容を見ることにより、依存から自立への過程について、家族らとの関係の変化の様子が示されている (2017a)。

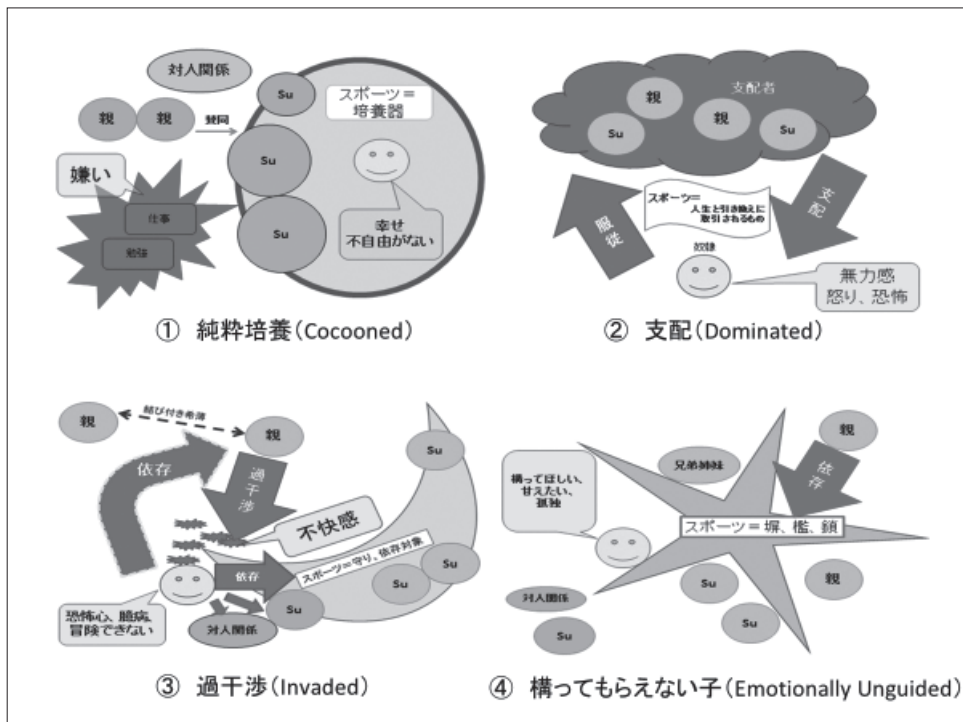


図1 依存四類型

小川 (2013) に始まるアスリートの心理的発達に関する一連の研究は、アスリートの言葉を分析することにより家族・家族的関係をビジュアルライズし、類型化した点で、この主題に関する研究を大きく前進させたと考えられる。アスリートの自己形成について、自立の重要性に言及した研究は以前までに存在した (たとえば、中込, 1993, 2013, 江田・中込, 2009)。これに対し、アスリートの心理的発達の特徴、すなわち「主体性の欠如」(中込, 2015, 江田・中込, 2009) や、「自らキャリアを切り開くカレジャスネス」(小川, 2010a) の背後にある内的世界の中に、家族・家族的関係をビジュアルライズできた研究は過去に例を見ない。そして、これまでの研究と異なる最も大きな発見は、アスリートと家族・家族的関係に「依存」を明示的に示し、議論していることである。主体性が望まれる大学生アスリートの内的世界のメカニズムの中に、依存が四つの類型に分類されており、これが実践的支援の手掛かりを示唆している。

3. 考察

(1) 大学生アスリートの心理的依存と自立のメカニズムに関する研究展開

才能教育を受けてきた大学生アスリートのライフスタイルや家族らとの関係の特異性に焦点を合わせながら、彼らの心の発達について研究した小川 (2013, 2015) に代表される一連の研究は、心理的問題の背景に、心の発達が未熟であり、メンタルヘルスを維持できる力が十分に育っていなかったことを示唆している。また、背後には、生物学的な親だけではなく、疑似親 (surrogates) として機能する指導者らとの関係に強い依存関係があることも浮き彫りになった。

才能教育下にある者のライフスタイルの特殊な側面や限定的でありながらも複雑な人間関係が、幼いころから20年程度続けば、大学卒業 (競技引退) を機に、すぐに心の発達が促され、自立が進まない可能性が多いにある。大学卒業だけではなく、ここで競技引退を検討し、スポーツ界を含む社会人へと第二のキャリアを考える際に、主体性は欠かせないはずである。ここで、依存から離脱できなければ、大学生アスリートはその後どのように自分の人生を歩んでいけばよいのか。このまま依存したまま、人生を歩むトップ・アスリートばかりが蔓延し、彼らが引退して指導者になったとしたら、再び次世代のアスリートも依存的になることも考えられる。

以上のことから、今後の研究の展開として、次のようなことが考えられる。第一に、大学生アスリートの心理的依存の様態をさらに詳しく探索していくことである。この方法として、大学生アスリートの依存的メカニズム、また小川 (2013, 2015) による「依存四類型」はじめ、どのような類型がみられるのかを調査し、依存がどのくらい日本の大学生にとって起こり得ていることなのか、また、それによる競技生活やキャリア形成への影響、具体的な支援の方法について議論していくことである。

第二に、小川 (2013) 以降、これまでにインタビュー等の調査を通じて心理的依存が確認されている (元) 大学生アスリートについて、依存の様態がどのように変化したのか (していないのか) について知ることである。このためには、追跡的に調査し、内的世界の変容やその過程でのサポートの実態について整理していくことが望まれる。

(2) 指導者教育への貢献と隣接領域への波及効果

本研究は、大学生アスリートの心理的依存について、幼いころからの才能教育との関わりから述べた。本研究で示してきた研究動向、特に心理的依存状態については、今現在彼らと関わっている大学教員にとって、適切な関わり方の在り方に警鐘を鳴らすものになると確信している。

一方で、Erikson (1959) の心理社会的発達段階に基づけば、大学生アスリートを対象としている場合でも、心理的依存やそれを背景とした臨床的問題は今現在に端を発することではなく、幼いころからの彼らとの関わり合いやライフスタイルが大きく影響している。そうであれば、幼少期から

彼らの指導に当たる者は、生物学的な親に代わって、疑似親としてその役割を担うことがあると認識しておくに越したことはないのではないかと。スポーツのみならず、義務教育の教科で接する教員も、アスリートにとって疑似親となりうる。たとえば、小川(2013)では、選手のかつての指導者として挙げられる者の中には、地域で才能教育を行なうチームだけではなく、学校教員で部活動の顧問や指導を担当する者も含まれる。本研究の主張が、スポーツ界だけではなく、学校教育に関わる者に広く読まれ、彼らの自立を支援するにはどうすればいいかについて、平日頃意識を向けていただけると、本研究がもう一つ報いられる。

今後、大学生アスリートの心理的依存の実態が解明され、その自立や社会的適応のための具体的な支援策が開発、実行に移されることにより、次のような効果が期待できると本研究は考える。

第一に、非依存型アスリート像の明確化である。本研究は、大学生アスリートの心理的依存について、その研究動向と支援の在り方について述べてきた。他方で、本研究では直接のターゲットにしていなかったが、存在するはずである「非依存型」アスリートの特徴と付随する新たな心理的問題(たとえば、主体的な自己の形成による依存型社会への不適応等)が、調査の過程で見えてくるのではないかと予測している。そして、彼らに対する対応についてもまた、解明できるのではないかと予測している。

第二に、スポーツ領域以外での才能教育への貢献である。本研究で対象としているスポーツ領域の選手のみならず、幼少期から才能教育を受ける者(たとえば、芸術家、音楽家等)に、本研究の一連の研究の結果が応用的に用いられることが可能ではないかと考えられる。よって、他の才能教育下で起こりうる、類似した家族・家族的関係を背景とした臨床的問題に、適切な支援の方法や政策立案に有益な情報を提供できるはずである。

第三に、家族機能不全下の臨床的問題への支援策に対する適用である。小川(2013, 2015)による依存の類型にある家族・家族的関係に、健全で情緒的に満たされた関係性が確認できるとは言い難い。このことは、これまでスポーツが影になって、心理的依存状態にあるアスリートとその家族らの関係性を見えづらくしていたのかもしれない。大学生アスリートと家族らとの間に依存的関係のメカニズムが明らかになると、スポーツ領域以外での類似した家族機能不全での研究や実践と相互補完的に支援策を提供しあえるというのが、本研究の仮説である。よって、家族機能不全の環境下で確認される臨床的問題(たとえば、家庭内暴力、嗜好への依存等)への対応に本研究成果を応用し、実践的な支援にとって波及的な議論を進めていきたいと考える。

4. 結語

才能教育下にある大学生アスリートの心理的依存とその自立について検討していくにあたり、関連する研究の動向とその概要について述べてきた。臨床スポーツ心理学領域の研究動向を考慮しても、大学生アスリートには自立が課題になっていると考えられる。そして、依存はおそらく多くの大学生アスリートの臨床的問題の背景に横たわっているのではないかとというのが本研究の仮説である。今後は、これまでの研究を参照しながら、大学生アスリートの自己の発達とその支援について、検討を進めていきたい。

[謝辞]

本研究の立案と執筆にあたり、背戸博史先生(琉球大学地域連携推進機構生涯学習推進部門)、および、高橋そよ先生(琉球大学研究推進機構研究企画室)に多くのご助言をいただいた。お二人とのディスカッションの機会を通じて、この研究にとって非常に貴重な気づきや出来事に遭遇できた。このような機会がなければ、研究の俯瞰的視座、動向の集約の必要性、および将来性の検討について、意欲も推進力もわかなかった。そして、本稿の投稿もなかったと確信している。ここで感謝の言葉を記載させていただきたい。

本研究でありうべき誤りは、すべて著者の責に帰するものである。

[注]

- 1) 琉球大学グローバル教育支援機構 olivia@lab.u-ryukyu.ac.jp
- 2) スポーツ心理学会のウェブサイトによれば、2000年にメンタルトレーニング指導士の資格制度が始まった。
- 3) たとえば、目標設定技法、イメージ技法、バイオフィードバック技法などが盛んに行われている。
- 4) Erikson (1959) では、母及び母親の存在(乳児期)、両親の人間(幼児前期)、家族(幼児後期)、近隣・学校での人々(学童期)、仲間集団・外部の集団、理想のリーダー(青年期)の存在。
- 5) 言い換えれば、幼児期以降の各々の発達課題である「基本的信頼感」、「自律性」、「自主性」、「勤勉さ」を統合していったものを土台として、青年期の課題である「自分とは何か」という問いに目を向けるようになる(森, 1989)。
- 6) 分析心理学に依拠するアプローチ。ロールシャッハ・テスト、風景構成法、箱庭療法などにより、相談室に来談したアスリートの内面を探り、心理療法による支援を行っている。
- 7) 同様のことを、中込(2013)では「パーソナリティ発達」、分析心理学の観点から前田(2012)では「個性化(自己実現)」、江田・中込(2009)は自己形成の内的側面「本来感」という概念で表現している。「心理的発達」は、小川(2013)のために、当時の指導教員である小野けい子教授からの指導を通じて用いるようになった。心理的発達への支援は競技上の勝利を第一義にするのではなく、様々な出来事や人々との交流を通じて、自己形成を促すものであると、本研究では位置付けている。
- 8) 「アイデンティティ達成」(identity achievement: 危機を経験し、積極的にかかわる)、「早期完了」(foreclosure: 危機を経験していないが、その状況に積極的にかかわる)、「モラトリアム」(moratorium: 危機を経験している最中で、関わろうとしている)、「アイデンティティ拡散」(identity diffusion: 積極的に関わっていない)である。
- 9) たとえば、競技人生を通じて関わる指導者が複数いるが、家族よりも関わり合う時間が長くなることも多く、その誰もが選手にとって疑似親になりうる。
- 10) たとえば喘息や咳、短期間での体重の激減
- 11) たとえば不登校、ギャンブル依存
- 12) 大学入学時の状態
- 13) 幼少期から才能教育下にあり、高校か大学での入学をスカウティングにより経験した、21歳から24歳までの8名(男4名、女4名)を対象とした調査であった。すべてのものが、在学時代、身体症状や怪我、問題化を訴えていた。既卒・引退後の大学生アスリートを含んでいる。既卒者・引退後の者も含んで調査した理由は、引退に関する心理的ストレスを検討するには短期間では乗り越えられないこともあること、また、内的世界が短期間に変化しづらく、検討するに値すると考えたためである。
- 14) KJ法によりデータを分析したところ、四つの類型が明らかになった。それぞれの概要は次のとおりである。①【純粋培養(Coocooned)】選手がスポーツという無菌室で培養されている。選手にとっての重要な意思決定は、親/Suが行うか、用意される選択肢からなされる。選手は、葛藤の経験や感受性が乏しく、ネガティブな側面を身体化させる傾向がある。②【支配(Dominated)】親/Suと選手が「支配と服従」の関係にあり、スポーツは両者間で取引される。選手は幼児期からの甘えたい気持ちが充足しておらず、親/Suに対し表面的にはポジティブに取り繕うものの、内面には怒り、恐怖心、無力感がある。③【過干渉(Invaded)】親/Suが非常に手厚い養育態度を示す。選手は、親/Suの干渉を回避しながら守り(スポーツ等)を求めるが、時に都合よく親/Suを守りするため、自立が進まない。選手は不測の事態に動揺し、問題行動や身体症状を示す。④【構ってもらえない子(Emotionally Unguided)】選手が親/Suと「スポーツという扉」で遮られている。親/Suは情緒的でなく、経済的な支援や競技指導を介して選手と関わる。選手は、構ってほしい欲求が満たされず、問題行動・身体症状の背景に底知れぬ孤独感を抱く。

[参考文献]

- Beisser, A., (1977) *The Madness in sports (2nd ed.)*, Bowie, MD: The Charles Press Publishers.
- Blos, P. (1962) *On Adolescence: A Psychoanalytic Interpretation*, Oxford: Free Press of Glencoe. (プロス, P., 野島英司(訳) (1971)『青年期の精神医学』, 誠信書房: 東京)
- 江田香織・中込四郎(2009)「アスリートの相談事例にみられる「自己形成」の特徴」『臨床心理身体運動学研究』(11) 17-27.
- 遠藤俊郎(2005)「情動のコントロール技法」, 日本スポーツ心理学会(編)『スポーツメンタルトレーニング教本』(改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」7, 116-121, 大修館書店: 東京.

- Erikson, E.H. (1959) *Identity and the Life Cycle*, New York: International University Press. (エリクソン, E.H., 西平直・中島由恵 (訳) (2011) 『アイデンティティとライフサイクル』, 誠信書房: 東京)
- Erikson, E.H. (1968) *Identity: Youth and crisis*, New York: Norton.
- 猪俣公宏 (2005) 「メンタルトレーニングの現状と課題」, 日本スポーツ心理学会 (編) 『スポーツメンタルトレーニング教本』 (改訂増補版) 第1章「競技力向上とメンタルトレーニング」4, 25-28, 大修館書店: 東京.
- 石井源信 (2005) 「注意集中技法」, 日本スポーツ心理学会 (編) 『スポーツメンタルトレーニング教本』 (改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」5, 105-110, 大修館書店: 東京.
- 石丸昌彦 (2015) 『改訂版 今日のメンタルヘルス』, 放送大学教育振興会.
- 海野孝 (2005) 「ポジティブシンキング (積極的思考法)」, 日本スポーツ心理学会 (編) 『スポーツメンタルトレーニング教本』 (改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」9, 125-128, 大修館書店: 東京.
- 川喜田二郎 (1967) 『発想法 創造性開発のために』, 中央公論新社: 東京.
- 前田正 (2012) 「アスリートの個性化と現実適応」『精神療法』38 (5) 648-655.
- 榎田仁・小林ポオル・岩熊史朗 (1997) 『文章完成法 (SCT) によるパーソナリティ診断 手引』, 金子書房: 東京.
- Marcia, J.E. (1964) *Determination and Construct Validity of Ego Identity Status*, Unpublished Doctoral Dissertation, The Ohio State University, USA.
- Marcia, J.E. (1966) ‘Development and validation of ego identity status’, *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551-558.
- 森武夫 (1989) 「青年期の諸問題—危機理論からの展望—」, 思春期・青年期問題と家族『家族心理学年報』, (7), 金子書房: 東京, 121-144.
- 無藤清子 (1979) 「『自我同一性地位面接』の検討と大学生の同一性地位」『教育心理学研究』(7), 178-187.
- 中込四郎 (1993) 『危機と人格形成—スポーツ競技者の同一性形成—』, 道和書院: 東京.
- 中込四郎 (2004) 「スランプに陥り不安や競技意欲の低下を訴えたスポーツ選手の心理療法」『臨床心理身体運動学研究』(6) 55-68.
- 中込四郎 (2013) 『臨床スポーツ心理学 アスリートのメンタルサポート』, 道和書院: 東京.
- 中込四郎・小谷克彦 (2010) 「臨床スポーツ心理学の方法とその展開」『臨床心理身体運動学研究』(12) 3-28.
- 岡澤祥訓 (2005) 「目標設定技法」, 日本スポーツ心理学会 (編) 『スポーツメンタルトレーニング教本』 (改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」2, 92-95, 大修館書店: 東京.
- 小川千里 (2010a) 「セカンド・キャリアへの第一歩 接点を持つ勇気「カレジャスネス」」, 高橋潔, 金井壽宏 (編著), 『Jリーグの行動科学』, 白桃書房, 第7章, 201-221頁.
- 小川千里 (2010b) 「セカンド・キャリアへの第二歩 周囲の人がもつ近づきやすさ「アプローチバリエーション」」, 高橋潔, 金井壽宏 (編著), 『Jリーグの行動科学』, 白桃書房, 第8章, 223-249頁.
- Olivia, O.C.(2012) ‘Approachability of the Guiding Figure: New Perspectives for Continued Organizational Career Support after Athletic Retirement’, *Journal of business Studies*, 59 (2), pp. 523-537.
- 小川千里 (2013) 「競技引退期にある日本人スポーツ選手の心理的問題と臨床的支援」, 放送大学大学院文化科学研究科臨床心理学プログラム修士論文, 全42頁.
- 小川千里 (2015) 「競技引退期にある日本人スポーツ選手の心理的発達と支援—家族の関係から見た4つの類型—」, *Open Forum*, 11, 82-83.
- Ogawa, O.C. (2017a) ‘Academic and Psychological Support for a Student Athlete with Severe Injuries -A Case Study from a Major University-’, Oral presentation at the 39th Annual Conference of the International School Psychology Association, July 19-22, Manchester, United Kingdom.
- 小川千里 (2017b) 「長期欠席の経験を有する大学生への修学と卒業への支援」, 第15回日本教育カウンセリング学会研究発表大会, 2017年8月26-27日, 大手前大学.
- 小川千里 (2017c) 「大学生アスリートの病院への依存と怪我からの復帰に関する研究—大学における修学とメンタルヘルスに関する支援—」『琉球大学大学教育センター報』(20), 173-188頁.
- 老松克博 (2016) 『身体系個性化の深層心理学 あるアスリートのプロセスと対座する』, 遠見書房: 東京.
- 斎藤学 (1999) 『家族依存症』, 新潮文庫: 東京.
- 佐野勝男・榎田仁 (1960) 『精研式文章完成法テスト SCT 高校・成人用 用紙』, 金子書房: 東京.
- 杉村和美 (2011) 「青年期」, 氏家達夫・高濱裕子 (編著), 『親子関係の生涯発達心理学』, 78-93, 風間書房: 東京.
- スポーツ心理学会ウェブサイト: <http://www.jssp.jp/03shidoshi/index.html> (2017年9月24日)
- 鈴木壯 (2013) 「アスリートの心理サポートと風景構成法」, 岸本寛史・山愛美 (編著), 『臨床風景構成法—臨床と研究のための見方・入り方』, 誠信書房: 東京, 145-162.
- 鈴木壯 (2014) 『スポーツと心理臨床 アスリートのこころとからだ』, 創元社: 大阪.
- 竹中晃二 (2005) 「行動変容技法」, 日本スポーツ心理学会 (編) 『スポーツメンタルトレーニング教本』 (改訂増補版)

- 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」1, 86-91, 大修館書店：東京.
- 鑪幹八郎・山本力・宮下一博共編 (1984)『アイデンティティ研究の展望 I』, ナカニシヤ出版：京都.
- 徳永幹雄 (2005)「バイオフィードバック法」, 日本スポーツ心理学会 (編)『スポーツメンタルトレーニング教本』(改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」4, 101-104, 大修館書店：東京.
- 土屋裕睦 (2005)「イメージ技法」, 日本スポーツ心理学会 (編)『スポーツメンタルトレーニング教本』(改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」6, 111-115, 大修館書店：東京.
- 山中寛 (2005a)「リラクゼーション技法」, 日本スポーツ心理学会 (編)『スポーツメンタルトレーニング教本』(改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」3, 96-100, 大修館書店：東京.
- 山中寛 (2005b)「暗示技法」, 日本スポーツ心理学会 (編)『スポーツメンタルトレーニング教本』(改訂増補版) 第4章「メンタルトレーニング技法の基礎—心理技法を中心に」8, 122-124, 大修館書店：東京.