

琉球大学学術リポジトリ

才能教育下にあるアスリートの心理的発達を日本の学校現場で支援する

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学大学院教育学研究科 公開日: 2021-04-16 キーワード (Ja): スポーツ臨床, 才能教育, 心理的依存, 家族的役割, 構成的グループエンカウンター キーワード (En): 作成者: 小川, 千里, Ogawa, Olivia C. メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/48186

【研究論文】

才能教育下にあるアスリートの心理的発達を日本の学校現場で支援する

小川 千里[†]

Supporting the Psychological Development of Elite Athletes in the Field of Japanese Education

OGAWA, Olivia C.[†]

要 約

本研究の目的は、才能教育下のアスリートのこころの発達を支援するために、彼らの日常生活の一つである学校現場での支援のあり方について検討することである。ここでの支援者として、本研究は学校教員とスクールカウンセラーらの立場を想定している。学校現場で身近に接することができる教員やスクールカウンセラーの存在は、才能教育下のアスリートにとってスポーツ界以外の周囲の大人として貴重な存在である。はじめに、才能教育下にあるアスリートのこころの発達および人格的特徴について概観し、「こころの幼さ」、「感受性の乏しさ」、「言語化の困難さ」、「身体化や行動化」、「ネガティブな感情」、「独特な家族・家族的関係を基盤としたキャリアとライフスタイル」を挙げる。これらの特徴は、発達課題（Erikson,1959）について成育歴の中で十分に検討されてこなかったことが背景にある。本研究は、アスリートがこれらの発達課題について向き合うことができるようなカウンセリング的アプローチとして、構成的グループエンカウンター（SGE）の適用について述べる。SGEは、教員やスクールカウンセラーらが体験や研修を通じて実施可能である。また、SGEの機会を通じて、アスリートは自尊感情、自己効力感、対人信頼感の獲得について検討できる。教員やスクールカウンセラーには、アスリートとの接点を意識することを通じて、SGEの普及と実践が期待される。

キーワード：スポーツ臨床、才能教育、心理的依存、家族的役割、構成的グループエンカウンター

1. はじめに

我が国の才能教育下にある大学生アスリートのほとんどは、心理社会的発達段階における一般的な人生の在り方（Erikson, 1959）とは大きく異なるキャリアパスとライフスタイルを経験する（小川, 2010a, b, 2013¹, 2015, 2018a）。キャリアパスについて言えば、ほとんどのアスリートは小学校低学年ごろに競技生活を開始するが（煙山・小川, 2019）、その意思決定および後の人生の重要な選択²は、数ある選択肢をアスリートが吟味して行うのではなく（中込, 1993）、周囲の家族・家族的関係³にある人（親や指導者など）によって行われることが多い（小川, 2020）。ライフスタイルについては、競技の指導者らやチームメイトと過ごすことが多く、原家族に加えて指導者やチームメイトらが疑似家族的な存在となる（小川, 2013, 2015, 2020）。一方、指導者らによる暴言・暴力が明示的に指摘されるようになってきた（Human Rights Work, 2020a, b, 小川, 2013, 2018a）。

海外においてアスリートのこころの発達に支援が必要であることを示す立場（Beisser, 1977）は精神医学の領域で見られたが、我が国のスポーツ心理学、および臨床スポーツ心理学領域においても、競技力向上や、人格形成をテーマとした心理臨床が近年報告されるようになった（江田・中込, 2009, 中込, 1993, 2013, 中込・鈴木, 2017, 小川, 2013, 2015, Ogawa, 2019c）。しかしながら、これらのほとんどは臨床心理士らによる個別の心理臨床面接、および研究による形態をとっている。もしアスリー

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

トや指導者らが臨床心理面接を希望したとしても、ここにあるような高度な臨床的技法による支援は、現在のところスポーツ選手に対して広く我が国に普及しているとは言えず、現実的にはアスリートにとって日常かつ容易にアクセスできる状態では必ずしもないであろう。アスリート自身が実際に困難に直面していても、カウンセリングそのものに対して自発的に訪れるのが難しい場合も多い (Kaneko, et al., 2019, 向・古賀, 2019, 小川, 2010b, 2020, 鈴木・中込, 2015)。

才能教育下にあるアスリートのほとんどが児童期に競技を開始することを考慮すれば、義務教育の比較的早期の段階から指導者らも彼らの人格形成に大きな影響を与えていると考えられる。そして、アスリートも義務教育を経るため、スポーツの才能教育に直接かかわっていない (と思っておられるかもしれない) 教科教育等に従事する学校教員も、彼らに接する機会を持つ周囲の大人として希少な存在である (小川, 2020)。しかしながら、日常的に彼らとかかわりを持つことができる学校教員やスクールカウンセラーがどのような支援を行えるのかについては、これまでほとんど検討されていない⁴。彼らのキャリア発達とライフスタイルの特徴を考慮すれば、そのこころの発達を支援するのは臨床家の直接的な面接による力とスポーツ界の家族・家族的関係の範囲 (小川, 2013, 2015, 2020) だけでは十分ではないと思われるため、現在までに分かっていることに基づいて、多様な支援の方向性を検討する必要があると考える。

以上のことから本研究の目的は、才能教育下にあるアスリートのこころの発達を支援するにあたり、その特徴について、現行までの研究を整理すること、そして、臨床心理面接以外の支援の形態として、学校現場での在り方についての展望を示すことである。特に、この論文を読んでくださる学校教員やスクールカウンセラーの先生方にとって身近に感じられるよう述べていきたい。本研究では、著者が行ってきた才能教育下の大学生アスリートを対象とした心理的発達に関わる研究を軸として、これに関係して著者が確認できている研究や報告を取り上げて議論する。はじめに、才能教育下にあるアスリートの特徴について概観し、その後に支援の方法について検討する。

2. わが国における才能教育下のアスリートの特徴

(1) こころの幼さ

才能教育下にあるアスリートへの臨床的支援では、競技生活における筋骨隆々とした外見の様子とは裏腹に、自立の重要性に言及する立場がある (中込, 1993, 2013, 江田・中込, 2009)。相談に訪れる際の主訴は怪我やメンタルトレーニングの希望といったことであっても、支援が進むにしたがって「主体性の欠如」 (中込, 2013, 江田・中込, 2009) といった本来の課題が浮かび上がって (中込・鈴木, 2017)、支援を受けることがある。また、才能教育下にあるアスリートの自己の発達に対する本質的な支援のためには、より内面的なこころの状態と家族・家族的関係による影響を考慮して対応していく必要も考えられる (小川, 2013, 2015, 2018a)。小川 (2013, 2015) によれば、スポーツ臨床的に検討できる才能教育下のアスリートの心理的問題の背後には、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⁵ (図1) : ①純粹培養, ②支配, ③過干渉, ④構ってもらえない子) が

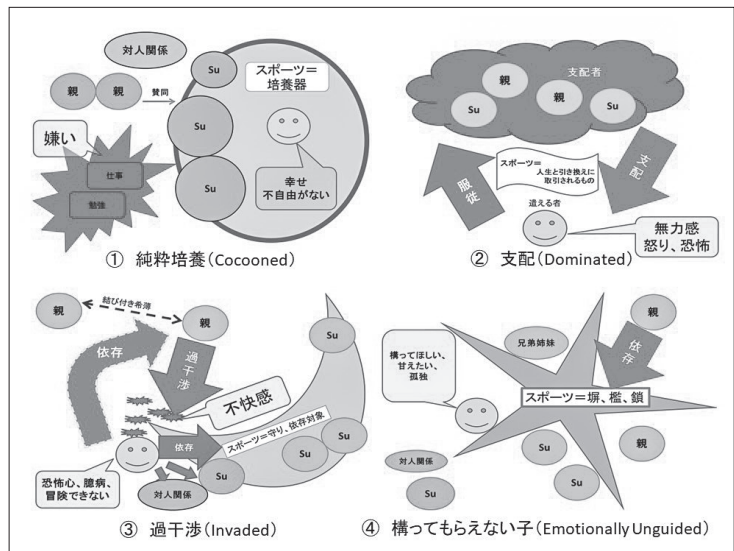


図1 依存四類型

あり、発達過程を通じて「メンタルヘルスを支える力」(石丸, 2015)が十分に育まれてきていなかったと考えられる。次節からは小川(2013, 2015)で示されている人格的特徴を詳しく取り上げる。

(2) 感受性の乏しさ

才能教育下のアスリートの特徴の一つに、感受性の乏しさがある。依存四類型(図1)のうち、この特徴は特に「純粋培養」(小川, 2013, 2015)にしばしばみられる。選手は自分自身の人生の重要な意思決定や選択肢の吟味、それに伴う葛藤や衝突をほとんど経験していないため、感受性が極端に乏しく、感情表現が豊かではない⁶(小川, 2013, 2015)。小川(2020)は大学生アスリートの心理的依存性と、アディクション臨床の研究成果における臨床像との類似性について検討しているが、アスリートの感情表現の困難さは、アディクション臨床における「感情調節障害」(Khantzian & Albanese, 2008)を抱える人の特徴に酷似する⁷。アディクション臨床で対応される人は、自分の感情に触れることに強い抵抗感があり、動揺させられるような出来事が起こると衝動的な行動に及んだり、怒ったり逃げたりするが、これらの特徴は「心理的発達⁸における何らかの欠損」、すなわち自分の感情を体験し理解する能力が損なわれている状態で、成長過程もしくはその後の人生において、重大な心理的ダメージやネグレクトを経験したことによるものである。アスリートの場合は、幼いころから家族・家族関係にある人による暴力や暴言が、そのこころを激しく動揺させるように起きているとの見方も可能ではなかろうか。

(3) 言語化の困難さ

才能教育下にあるアスリートの言語化の特徴について、表1は小川(2013)で引用された調査協力者について、インタビューの時間やデータの文字数、SCTに要した時間を調査対象者ごとに示している。これによれば、「純粋培養」の調査協力者は、他の種類の協力者に比べて発言時間や発する言葉数が少ないことが推察される。また、図1に示す内的世界についても、「純粋培養」では他の類型に比べコードの存在が簡素である。調査時のこころの発達以外の他の理由が関係しているかもしれない⁹、一つの目安として、依存四類型(小川, 2013, 2015)のうち特に「純粋培養」の選手については言語化も難しいかもしれない。

精神分析的観点からは、主として家族間の依存と、アルコールや薬物などの依存症の関係が論じられる(斎藤, 1996)。物質使用障害をはじめ、医学的に定義されていないような嗜癖、暴言や暴力、親からの過度な期待など多様な依存や問題行動があるような家族状況は、子どもの成育にとって心理的発達に安全な場所となるのは難しく、その環境で子どもはしばしば心的外傷を負い、トラウマを抱える(斎藤, 1996)。そのうちに、威圧的な親に対する怒りが子どもの心の中に消えずに渦巻いたまま抑圧され、その結果、子どもは親に対して自己主張ができなくなる(斎藤, 1999)。また、怒りの表現が適切に行われない場合、そもそも欲求することそのものを子どもが恐れてしまい、欲求が満たされる場合に得られるはずの喜びの感覚をなくし、心理的発達を妨げられる(斎藤, 1999)。以上の議論からすると、不安定な家族状況において、発達過程で子どもは感情を抱き、表現し、主張する機会を失った結果、感受性に乏しく、それを言葉にする機会を得られないままとなって過ごしていくのではないか。「純粋培養」(小川, 2013, 2015)について言えば、感受性が乏しいゆえに、それを表現したり主張したりする機会を失ってしまうのだろう。競技や練習においても、指導者からの指示に受け身的に対応することが多く、言語により自己主張する機会もほとんどないであろう。遠征や合宿等により学校行事や通常授業、さらには放課後の自由時間もクラスメイトらと一緒に過ごせないこともしばしばであり、もし言語学習の機会が確保されていても、独りで自身の内面に対応しなければならないのではなかろうか。また、才能教育においては進路の決定が過去の競技戦績によるもので、学力試験が免除される場合もあるため、大学においても基礎学力が十分ではないかもしれない(小川, 2013, 2017b, 2017c, Ogawa, 2017a)。日常生活全体で、才能教育下のアスリートは感情に関わる言語の発達の機会も豊かではなかったかもしれない。

表1 依存四類型に分類された調査協力者の事例(小川, 2013)に関するデータ

調査協力者	インタビュー内容の 文字起こし後の字数(字) (調査者の発言を含む)	インタビュー時間 (調査者の発言時間を含む)	SCTに要した時間 (分)
A：純粹培養	33,913	2h13m30s	20
C：支配	66,246	3h30m52s	96
E：過干渉	60,452	3h24m40s	95
G：構ってもらえない子	41,058	2h10m50s	52

(4) 身体化や行動化

感情表現や言語表現が苦手であるために、内面での動きを言語であらわさず、身体化させる傾向がある(小川, 2013, 2015)。著者が接してきた才能教育下のアスリートに総じて当てはまる(小川, 2013, 2015, 2017b, 2019d, Ogawa, 2019c)と思われるが、特に「純粹培養」は内面で感情を処理したり、言語で表現したりすることができずに身体化させる傾向にある。また、「過干渉」のアスリートは、家族の枠から離れて「有能感」を得られないでいることが多く、指示された範囲やルール以上の場面など、不測の事態で激しく動揺し、内面で処理できずに身体化させたり(小川, 2019d)、守りを求めて問題行動を起こしたりする(小川, 2017b, 2017c, 2018c, 2019d)。以上は、こころの内面が身体を通じて表現されている様子について述べているが、一方で才能教育下にあるアスリートの場合、言語を介さずに身体同士で接触したり対話したりすることを通じて、お互いを感じあうことに優れている側面もある¹⁰(Kaneko, et, al., 2019, 小川, 2013, 2015, 鈴木, 2014)。

外見や行動などの外側から確認されやすい特徴について、ここまで「純粹培養」について議論してきた。「純粹培養」が特に取り上げられるのは、感情表現や言語化が困難であることが関係しているかもしれない。感情や意思について言語を通じて理解しあうことが困難で、動きや反応を見て感じていることを調査者(あるいは心理援助職)が推測、あるいは敏感になって対応する場所があるところは、こころの発達の未熟さが一つの背景にあるかもしれない。一方で、生物学的に身体を土台に生き、感覚が敏感である人がアスリートには多いのかもしれない。次節からは、感情や言語表現がもう少し豊かであるアスリートの特徴について述べる。

(5) ネガティブな感情

著者が才能教育下にあるアスリートとカウンセリングや教育場面等で接していると、総じて感情表現や言語化が困難であると感じるが、依存四類型(小川, 2013, 2015)の全体を見渡すと、言語表現により顕わになる感情もある。「純粹培養」以外の類型にある調査協力者らの言語表現は決して乏しくはなかった。とりわけ強いネガティブ感情について言葉で表現したり、発言の様子から窺い知れたりする場所がある。小川(2013, 2015)によれば、「支配」には怒り、恐怖心、無力感があり、「過干渉」には冒険心が乏しく、家族らに対する不快感がある。「構ってもらえない子」には、底知れぬ孤独感と、本来であれば幼少期から構ってほしかったという感情がくみ取れる。このような強いネガティブ感情のほとんどは家族・家族的関係に対するものであり、本人がこれらの感情を意識化できていても、親や指導者に対して伝えたりぶついたりすることは難しく(小川, 2013)、問題行動や身体症状の背景に言葉にされないこれらの感情があると推察される(小川, 2013, 2015)。次節では、臨床的問題の背景にある家族・家族的関係について述べる。

(6) 独特な家族・家族的関係を基盤としたキャリアとライフスタイル

① 家族・家族的関係とキャリア

Super (1980) によれば、人は生まれてからその終焉までに複数のライフロールを連続的に経験していく。キャリアはビジネス・キャリアだけを言うのではなく、人生を通じた複数の役割を対象とする。一方、才能教育下にあるアスリートはキャリアもライフスタイルも家族や指導者による影響を抜きに語ることは、ほぼできない (小川, 2013, 2015)。Super (1980) のキャリア観からすれば、アスリートは「子ども」の役割として、幼いころに家族や指導者の強い勧めでスポーツ競技を開始し、その後の競技の選択についても家族らの意向に影響を受ける。競技生活が、学校の部活であるか、学校から離れてクラブチームやスクール等で個別指導を受けている場合で異なるが、概ね親の意向や指導者によるスカウティング活動により競技を開始する者が多い。学校の部活が競技生活となる場合は、学校教員である指導者がアスリートをスカウトし、指導していることになる。小学校時代からの強豪選手であれば、中学入学前から指導者やクラブチームからスカウティングの声がかかる。また、高校や大学は、指導者によるスカウティングを伴った推薦入学で進学することがほとんどである。この時期の強豪選手になれば、地元 (原家族のもと) を離れて (指導者である疑似親のもとで) 寮生活などを送ることもある。また、才能教育下では経済的な支えが特に欠かせないが、進学先のスカウティングの条件により、学費や生活費が免除される場合がある。よって、高校時代には大学進学を考えていない強豪選手で、高戦績によりスカウティングで大学進学がかなう場合は、「学力の面で不安がある」、「家族からの経済的支援が期待できない」などの理由で、「全額免除の特待生としてスカウトされたので、大学に進学することにした」というケースもある (小川, 2013)。だが、複数のスカウティング先から声がかかったとしても、一般的な青年期の進路選択や葛藤に比してきわめて「限られた選択肢の吟味」(中込, 1993) となる。さらに、大学生アスリートの場合は、大学卒業の時期が学生から社会人¹¹という新たなライフロールへの転換期となり、競技引退を検討する者も多い。強豪選手であっても、大学卒業後も競技生活を続行する者ばかりではない (小川, 2010a, 2010b, 2013)。競技を続行するかどうかにかかわらず、卒業後の進路は概ね親または指導者により、「決めてもらう」、「(指導者らに) 一方的に言われてそのまま (従う)」、「(どこかの伝手に) 言ってもら (口利きをしてもらう)」というように、「早期完了 (foreclosure)」(Marcia, 1964) にある意思決定を経る場合が多く、一般学生と同様の就職市場において自力で進路を見つけ出す者は希少である (小川, 2013)。

スポーツ競技を通じた健全な青少年およびその後の人生の育成はスポーツ本来の理想的な姿である。しかし、これらの現象を考慮するに、高レベルでの「スポーツ競技における競争」の経験は、それが一般的な人としての心理社会的発達 (Erikson, 1959) に寄与するような葛藤や挫折の克服に置き換えることができているとは明言し難いし、科学的にも未だ明らかになっていない。ただし、進路が家族や指導者から与えられたものであることからすると、キャリアや自己の成長 (Marcia, 1964) において、自分で複数ある選択肢を吟味し、挫折して立ち直るといった経験の機会は乏しいかもしれない。

② 家族・家族的関係とライフスタイル

小中学校からの部活動の場合、多くは朝練習をしてから教室で授業を受ける。放課後の時間は2～3時間を練習に費やす。アスリートによっては、この後にしばらく自主練習をする者もいる。競技時間のほとんどは、指導者のほぼ一方的な指示により行動していて、自分の意見を言ったり相談したりということがあまりないどころか、暴力や暴言が日常的にあること (小川, 2013) についても、公に語られ始めている (Human Rights Work, 2020a, b, 島沢, 2020)。Human Rights Work (2020a) は、このような行為は虐待であり、子どもの虐待を禁止する日本の国内法、国際人権基準、国際オリンピック委員会が定める選手保護の規定に反すると指摘している。ここではアスリートの自立が進まないどころか、幼いころから人間関係的にも社会的にも限られた空間で心身の危険にさらされていると言えるのではな

いか。それがしばしば親や疑似親（指導者ら）に与えられた場（スポーツ）で起こるのであるから、表現しがたいネガティブ感情を内面に抱くのかもしれない。

アスリートは学校での活動を終わると、ようやく帰宅して翌日の生活に備える。通学時間が長い場合は、帰宅してから食事やふろに入って就寝するという場合がほとんどである。また、週末は試合等で遠征になる日も多い。練習が休みになるのは週に一日くらいと、年末年始、お盆などである。強豪選手の場合は、海外遠征等を含め、長期間学校や地元には不在ということもある。世界大会で入賞するような選手の中には、高校以降の練習はクラブチームで行い、学校は通信制の高校に入学する人も見られる。小中学校時代は、家族の意向や競技上のニーズから、スポーツ以外の別の習い事をしていることもあり、ほとんど休みがない。クラブチームの場合も、ほぼ同じような一日を過ごす。青年期までの心理社会的発達においては、家族や友人との関係が極めて重要な役割を果たすが、競技での家族的関係（指導者やチームメイトら）と過ごす時間が圧倒的に長くなり、それ以外の時間は学校の教室か身支度を整える家での時間となる。一方で、原家族や競技生活でのチームメイト以外の友人と過ごすという時間が極端に少ない。彼らが日常的にかかわっている人々を考慮すれば、学校教員は数少ない周囲の大人であると言える。

3. 教室でのかかわりを通じたアスリートのこころの発達支援

Erikson (1959) および小川 (2013, 2015) からすれば、家族・家族的関係にある周囲の人々が彼らのこころの発達に寄与すると考えられ、臨床家が身近におらず、一対一の面接が叶わない場合に、周囲の人々ができる支援を検討することも建設的であると思われる。本研究は、アスリートの主体性の涵養を対象としている。そのためには幼いころからの周囲の人との関係が重要である (Erikson, 1959)。これには、臨床家の支援以外に、日常的に接する学校教員やスクールカウンセラーの役割も重要だと考えられる。本章では、教員やスクールカウンセラーの先生たちが日常的な接点においてアスリートを支援する在り方や方法を検討する。

学校教員やスクールカウンセラーの先生たちがアスリートに接する学校現場の日常的な文脈で行える支援の方法として、本研究は教育カウンセリングの構成的グループエンカウンター (structured group encounter, 以下, SGE) の適用について考えてみたい。

表2 エクササイズカタログ (トラストウォーク)

目的	信頼体験	時間	30分
場所	室内	対象	高学年から大人まで
リーダーの熟練度	★★★ (入門レベル)	背景となる理論・技法	対象関係論
準備	広いスペース (教室では机を寄せて通路を広くとる)		
インストラクション	「今日は、思いやりやさしさについて体験します」 「人に対して自分がどんな接し方をしているかを、ここで振り返ってみましょう」 「2人組を作り、片方が目をつぶります。相手に身を任せてください。もう一方の人は、目をつぶった人を誘導します。時間が来たら、役割を後退します。2人とも声を出さずに行います」		
デモンストレーション	「では皆で行う前に、私がやってみますので、見てください。私が目をつぶる役、**さんが誘導の役をやってみますので、お願いします」 「身を任したり任されたりという体験なので、できるだけ相手の気持ちを察して、精いっぱい優しく誘導しましょう」		
エクササイズ	① 2人組を作る ② 動いてよい範囲を決めたり、危険な行動、誘導の仕方についての注意をする ③ 片方が目をつぶり、もう片方が声を出さずに誘導する ④ 時間が来たら役割を後退して、2人がどちらの役割も体験できるようにする		
シェアリング	「どうでしたか？ お互いに行ってみて、感じたこと、気づいたことを、まずは二人で言い合ひましょう」 「ではもし可能なら、二人で話したことを全体で共有したいと思います。みんなに言ってもいいなという人はお願いします」		
メンバーの気づきを促すリーダーの介入例	・「できないよ」「目が見えない、怖いよ」「意外と大丈夫だったよ」 → (介入例) 身を任せて頼っている (頼られている) 自分の中に、どんな感情が起こってきたのかなあ ・ふざけてしまいそうな人にはその場で目を閉じてもらい、不安などを体験してみることを提案する ・時間は状況によっては3-10分程度に短縮する		

* 國分ら (2004) のスペシフィックエクササイズに収録されている鎌田好子氏による記述に基づいて、本研究用に著者が作成

教育カウンセラーの先生方には既知のことであるが、教育カウンセリング領域にも、一对一のカウンセリングをはじめ、心理検査などを通じた支援、身体を動かしながら行う支援など様々な方法がある。中でもSGEは授業以外の場面や特別活動だけではなく、一般の教科教育においてもこれまで多くの教員が検討している（國分ら，2004，國分ら，2010）。SGEでは、エクササイズを教示し、それをリーダーがやって見せ、次にグループで体験し、最後に感じたこと、気づいたことを共有するのが一般的な実施の流れである。國分ら（2004）を見れば、エクササイズには各々ねらいがあって、実施するグループの課題やニーズに合ったエクササイズを選んで行うことができる¹²（たとえば、表2）。エクササイズは高度に構造化（structured）されたものから構造化が緩やかなもの、身体接触を伴うものなどがあるが、メンバーとして体験をし、その影響を自身で確認し、リーダーとして実施のガイドラインを学習することにより実施できる。もちろん、グループメンバーの反応は多種多様であるためリーダーも熟練が求められるが、実施の留意点を大きく損なわなければ、一般の教員も実施可能である。Ogawa（2011）によれば、言語で記述するワークシートを通じて内省を促すようなエクササイズ¹³よりも、SGEのエクササイズについてアスリートらが親和的な態度や感想を持っていた。特に、身体の動きを伴うエクササイズ¹⁴の実施に抵抗が小さかった。また、高度に構造化されているエクササイズから始めれば、エクササイズが非構造化になるにしたがって自己内省に入っていけるようであった。

ところで、著者が大学生アスリートに対して、リレーション構築を目的に行ったものに、「リチュアル」、「ペンネームとその由来」、「聞き合う」などがある¹⁵。また、大学生アスリートから信頼関係の構築をねらいにエクササイズを行ってほしいと依頼があり、身体接触を含むエクササイズ¹⁶を行ったことがある。この際に行ったものに、「トラストウォール」、「トラストフォール」、「トリップ・トゥ・ヘブン」がある。これらのエクササイズは、通常の大学講義で行うような機会はめったに見られないため、アスリートらにとっても珍しく、関心を持たれたかもしれない。

SGEは構造化され、その程度もさまざまである。そして、臨床心理学の心理検査や投影法などの技法よりも、教員により実施しやすい。しかし、これらのエクササイズは國分ら（2004）にその進め方の記載はあるものの、リーダーとして実施する前にメンバーとして体験し、安全性や沸き起こる感情について確認しておくことが望ましい。

4. 考察：アスリートの特徴と教員らによるSGEの適用

小川（2013，2015）は、才能教育下の大学生アスリートのこころの幼さとその背後にある家族らとの共依存関係を示した。Erikson（1959）の心理社会的発達に基づけば、彼らのこころの発達の幼さは大学生の時に始まったことではなく、幼いころからの家族および周囲の人々との関わりあう経験を通じて育まれるものと推測される。よって、発達課題（Erikson，1959）として、人への信頼感の獲得や自己肯定感は、競技引退期に一度に獲得しようとしても難しい。精神分析的観点からすれば、アスリートが臨床家に支援を受ける際に語られるような度重なる怪我やギャンブルへの依存などは、これらのこころの幼さを背景に現れている（小川，2013，2015）こともある。

このような現象に対して予防的に、かつ彼らのこころの発達を支援するために、本研究はSGEの特徴について示した。SGEを実施することを通じて、個人の心理的過程の中で、特に自己肯定感や自尊感情、対人信頼感などへの効果が検討されているが、これは「人生の主人公は自分である」というSGE哲学が基盤になっている¹⁷（國分ら，2004）。信頼関係の構築がこころの発達の前提となっていること（Erikson，1959）からすれば、アスリートらが著者に「信頼関係」をねらいとしたSGEを依頼した様子は、幼い段階での彼らのこころの発達の検討課題について取り組もうとするものの現れ方かもしれない。また、アスリートが身体の動きに敏感であることからすれば、Ogawa（2011）やKaneko, et al.（2019）にあるように、身体の動きを介して心の内面に向き合うことに抵抗が小さいという点で、身体接触を含む

SGEはアスリートのこころの発達の支援に適用がある可能性がある。

本研究は、学校現場におけるアスリートにとっての周囲の大人として、教員やスクールカウンセラーの先生方によるかかわりを念頭に置いている。これらの先生たちには、SGEの特徴やねらい、手法や効果などについて知っていただき、実践していただければ幸いと考える。最後に、SGEについて知る機会について説明しておきたい。SGEについては詳しい書籍が出版されている。講座等に赴いて学ぶことが難しい方は、本研究の巻末に掲載している参考文献をご覧ください。特に、國分ら（2004）はSGEに関わる全体像が記載されている¹⁸。書籍をすぐに購入することに抵抗のある方は、図書館等で手に取っていただくか、SGEに詳しい教育カウンセラー、特に上級教育カウンセラー（あるいは、ガイダンスカウンセラー¹⁹）にコンタクトして、この本を閲覧させてもらうことを勧める。また國分ら（2004）以外にもSGEの書籍は複数ある。たとえば、学校への登校に困難を抱える児童生徒らに向けたもの（國分ら、2010）など、特別な対応が望まれる場合を対象としたものもある。これを読まれる先生が気になる書籍を手にとって検討していただくのも一つの方法であると思われる。

対面式の講座に行くことができる方は、ぜひ赴かれて学ばれることを強く勧める。SGEを実施するには、まずはメンバーとして、自身のこころの内面にどのような変化が起こるのを感じておく方が、リーダーとして実施する際に心理的に安全であると考えられる。NPO教育カウンセラー協会が行っている養成講座²⁰では、半日間のSGEを経験することができる。また、宿泊を伴う体験、リーダーとしての進行について検討する研修もある。できれば、養成講座等から入門的に受講していただければと願う。ただし、この論文作成中（2020年9月）からしばらくの間は、新型コロナウイルス感染症拡大防止を勘案して、対面式の講座は中止等の対応が行われている。わずかではあるが、Zoom等の遠隔式会議システムを活用して受講することができる内容もある。オンラインによるSGEについても検討が行われ始めている（吉田、2020）。一方で、カウンセリングは対面で行うことで把握できる心理的な動きが多く、遠隔式で行う場合に留意点があるのは承知の上で、開催地が遠い先生方にとっては、遠隔式の受講は良い場合もあるかもしれないと思われる。また、感染症終息後には、対面での教育やカウンセリングの状態が完全に再現されるかどうか未知のところがあり、オンラインでのコンタクトは今後必要な場合もあろうと予想されている。IT操作は苦手だという方もおられるかもしれないが、この機会にご自身が接点を持つことができる方法で検討していただければと願う。

SGEの体験では、自身の過去に向き合っ、感じたこと気づいたことを語る機会がある。このような機会は、これまで自己の内面にじっくり向き合うことが少なかった場合には、参加しづらいという方がおられるのを聞くことがある。養成講座の参加は困難であるが、詳しい人に対する的に教えてほしいという方は、再び上級教育カウンセラーかガイダンスカウンセラーに尋ねていただく方法もある。これらの人々は、教育カウンセリング領域の内容を広く普及させることをミッションの一つとしている。アクセスをして、自分に合うカウンセラーを見つけ、相談する方法もあろう。

5. 結語

本研究は、才能教育下にあるアスリートのこころの発達を支援するにあたり、青年期に至るまでの学校現場で行える立場と方法について検討した。小川（2013, 2015）に基づきその人格的特徴を振り返り、彼らの学校教育における日常的な文脈で、学校教員やスクールカウンセラーの先生方が彼らのこころの発達を支援できるということ、またその方法としてSGEの特徴や学習方法について述べた。スポーツ才能教育における独特な家族・家族的関係とこころの発達の特徴を考慮すれば、スポーツ界以外の学校教員やスクールカウンセラーの先生方が、彼らのこころの発達支援の役割を担うことについて可能な限り意識していただき、SGEの実践を行っていただけるとありがたい。著者自身もそのうちの一人であることを自覚し、自己研鑽を惜しまないようにしたい。

謝辞

本研究は、科学研究費助成事業 基盤研究(C) (一般) 課題番号 18K03143 研究代表者:小川千里(2018~2020年度)の支援を受けている。本課題採択および研究進行に当たり、研究分担者である煙山千尋先生(岐阜聖徳学園大学)、琉球大学ジェンダー協働推進室、アドバイザーの背戸博史先生(琉球大学地域連携推進機構生涯学習推進部門)、高橋そよ先生(琉球大学人文社会学部)による多大なるご支援を賜った。ここで感謝の意を表したい。本研究に誤りがあれば、それはすべて著者の責に帰するものである。

参考文献

- Beisser, A., 1977, *The Madness in sports* (2nd ed.), Bowie, MD: The Charles Press Publishers.
- 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.
- 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.)
- Human Rights Watch, 2020a, 「日本:メダル獲得努力の裏の子どもの虐待」, (2020年7月22日取得, <https://www.hrw.org/ja/news/2020/07/20/375762>).
- Human Rights Watch, 2020b, 「数え切らないほど叩かれて」, (2020年7月22日取得, <https://www.hrw.org/ja/report/2020/07/20/375777>).
- 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.
- 石丸昌彦, 2015, 『改訂版 今日メンタルヘルス』放送大学教育振興会.
- 鎌田好子, 2004, 「トラストウォーク」國分康孝・國分久子片野智治・朝日朋子・大友秀人・岡田弘・鹿嶋真弓・河村茂雄・品田笑子・田島聡・藤川章・吉田隆江, 2004, 『構成的グループエンカウンター事典』第14章, 図書文化社, 494-495.
- Kaneko, E., Kamiya, N. and Hatakenaka, Y., 2019. "An application of Dohsa Therapy for student-athletes as part of university counseling services", *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 14 (2): 66-79.
- 煙山千尋・小川千里, 2019, 「大学生アスリート版依存性測定尺度の作成」, 第32回日本健康心理学会研究発表大会, 2019年9月28-29日, 帝京科学大学.
- Khantzian, E.J. and Albanese, M.H., 2008, *Understanding Addiction as Self Medication: Finding Hope Behind the Pain*, Lanham: Rowman & Littlefield Publishers. (カンツィアン, E.J.・アルバニーズ, M.J.・松本俊彦(訳), 2013, 『人はなぜ依存症になるのか—自己治療としてのアディクション—』星和書店.)
- 國分久子・片野智治・住本克彦・山下みどり・川端久詩・國分康孝, 2010, 『エンカウンターで不登校対応が変わる』図書文化社.
- 國分康孝・國分久子・片野智治・朝日朋子・大友秀人・岡田弘・鹿嶋真弓・河村茂雄・品田笑子・田島聡・藤川章・吉田隆江, 2004, 『構成的グループエンカウンター事典』図書文化社.
- 牧野眞貴, 2011, スポーツ推薦入学生クラスにおけるアクション・リサーチ—授業改善による学習姿勢の変化—, 『近畿大学英語研究会紀要』, 7, 87-98.
- 槇田仁・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.
- Marcia, J.E., 1964, *Determination and Construct Validity of Ego Identity Status*, Unpublished Doctoral Dissertation, The Ohio State University, USA.
- 向晃佑・古賀聡, 2019, 「イップスの長期化につながる内的体験の探索的検討」『心理臨床学研究』, 37 (4) : 386-392.
- 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.
- 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.
- 中込四郎・鈴木壯, 2017, 『アスリートのこころの悩みと支援 スポーツカウンセリングの実際』誠信書房.
- 日本教育カウンセリング協会 (2020年9月5日取得, <http://www.jeca.gr.jp/>).
- 日本スクールカウンセリング推進協議会 (2020年9月5日, <http://jsca.guide/>).
- 野口法蔵, 2009, 『断食坐禅のススメ』七つ森書館.
- 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』第7章, 白桃書房, 201-221.
- 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「アプローチビリティ」高

- 橋潔・金井壽宏編著『Jリーグの行動科学』第8章, 白桃書房, 223-249.
- Ogawa, O.C., 2011, Quest for Job-Related Exercises for Effective Self-Assessment among Top Japanese College Athletes, Poster presentation at the 6th Asian South Pacific Association of Sports Psychology Congress, November 11-14, Taipei, Taiwan.
- Ogawa, O.C., 2012, "Approachability of the Guiding Figure: New Perspectives for Continued Organizational Career Support after Athletic Retirement", *Journal of business Studies*, 59 (2): 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. (閲覧不可)
- 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—家族的関係から見た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.
- 小川千里, 2017d, 「スポーツ選手の心理的発達と臨床的支援 (1) —ギャンブルへの依存を経験した元スポーツ選手の語りから—」第36回日本心理臨床学会研究発表大会, 2017年11月18-21日, パシフィコ横浜.
- 小川千里, 2018a, 「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」『琉球大学教育学研究科高度教職実践専攻紀要』2: 25-34.
- Ogawa, O.C., 2018b, Psychological Development of an Elite Japanese University Athlete Exhibiting Psychosomatic Movement Disorder, Poster presentation at the 29th International Congress of Applied Psychology, June 26-30, Montreal, Canada.
- 小川千里, 2018c, 「大怪我を繰り返した経験を有するアスリートに対する臨床的支援」, 自主シンポジウム『競技者に関わる心理臨床の可能性③—身体を通した訴えを聴くこと—」第37回日本心理臨床学会研究発表大会, 2018年8月30日-9月2日, 神戸国際会議.
- 小川千里, 2019a, 「教育現場での教育者と才能教育下にあるアスリートの多重関係—スポーツ臨床の適切な関係性の構築に向けて—」『琉球大学教育学研究科高度教職実践専攻紀要』3: 9-18.
- 小川千里, 2019b, 「スポーツ選手の心理的発達と臨床的支援 (2) —親・指導者らとの二重関係で悩む競技者の語りから—」第38回日本心理臨床学会研究発表大会, 2019年6月6-9日, パシフィコ横浜.
- Ogawa, O.C., 2019c, Psychological Support for an Elite University Athlete Exhibiting Poor Performance in Sports - A Case Study of a Japanese University, Poster presentation at the 16th European Congress of Psychology, July 2-5, Moscow, Russia.
- 小川千里, 2019d, 「才能教育下にあるアスリートの依存と自立に関する縦断研究 (1) —大学時代に心因性動作失調で悩んだアスリートの内面的世界の変容—」第52回日本カウンセリング学会研究発表大会, 2019年8月17-19日, 北海道医療大学・北海学園大学.
- 小川千里, 2020, 「アディクション臨床からみた才能教育下にあるアスリートと家族・家族的関係における依存性: 疑似親としての教員・指導者役割への提言」『琉球大学教育学研究科高度教職実践専攻紀要』4: 47-58.
- 齊藤学, 1996, 『アダルト・チルドレンと家族 心のなかの子どもを癒す』学陽書房.
- 斎藤学, 1999, 『家族依存症』新潮文庫.
- 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.
- Schein, E.H., 1990, *Career Anchors (discovering your real values)*, San Francisco: Jossey-Bass Pfeiffer. (シャイン, E.H. 金井壽宏訳, 2003, 『キャリア・アンカー 自分のほんとうの価値を発見しよう』白桃書房.)
- 島沢優子, 2020, 「益子直美が語る『バレーボール界の暴力』の現実」, 東洋経済ONLINE. (2020年9月2日取得, <https://news.yahoo.co.jp/articles/a0aa3daa1d17585517df949bb115af8e871a8df8?page=5>).
- Super, D.E., 1980, A Life-span, life-space approach to career development, *Journal of Vocational Behavior*, 16 (3): 282-298.
- 鈴木敦・中込四郎, 2015, 「カウンセリングルームからのソーシャルサポートの獲得」中込四郎・鈴木壯編著『スポーツカウンセリングの現場から アスリートがカウンセリングを受けるとき』第10章, 道和書院, 159-177.
- 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.
- 田島聡, 2004, 「効果研究について」國分康孝・國分久子片野智治・朝日朋子・大友秀人・岡田弘・鹿嶋真弓・河村茂雄・品田笑子・田島聡・藤川章・吉田隆江, 2004, 『構成的グループエンカウンター事典』Part 5 資料編, 図書文化社, 614-615.

吉田ゆかり, 2020, 「コロナ禍におけるオンラインSGEの取組」『教育カウンセラー (NPO法人日本教育カウンセラー協会機関紙)』 59: 6-8.

注

- ¹ 小川 (2013) は著者のアスリート支援に関する研究と実践にとって極めて重要な位置づけにあり, しばしば外部から閲覧の希望に関わる問い合わせを受けるが, 当該内容は調査協力者および放送大学大学院との取り決めにより, 閲覧いただくことはできない。ただしその要点については, 依存四類型のオリジナル・コードを含めて小川 (2015) に収録した。変更点は, 本論文の注5にある「支配」の中の一部のコードのみであり, 四類型のコード名 (「純粋培養」, 「支配」, 「過干渉」, 「構ってもらえない子」) は, 小川 (2013) から変更はない。よって, 小川 (2013) に関心を持たれる方は, 小川 (2015) をご覧いただきたい。
- ² たとえば進学先の学校や就職先の決定など。
- ³ 才能教育下にあるアスリート特有の人間関係で, 生物学的な親のほか, 指導者が親と同様の役割を果たす意味で, 「疑似親」(Marcia, 1964) となることが多い。このような状況を小川 (2013) 以降の一連の研究で「家族・家族的関係」と呼んでいる。家族的関係は, 指導者 (監督やコーチ) とアスリートとの関係のことを指す (小川, 2018a)。
- ⁴ 鈴木・中込 (2015) は「ソーシャルサポート (心理社会的支援)」として, 非専門的な援助者による支援の可能性について述べている。ここではたとえば, コーチ, チームメイト, トレーナー等の存在が挙げられている。
- ⁵ 図1において「Su」は, Marcia (1964) に依拠して用いた「Surrogate」(疑似親) の頭文字である。各カテゴリの概要はそれぞれ次のとおりである。①【純粋培養 (Cocooned)】アスリートがスポーツという無菌室で培養されている。アスリートにとっての重要な意思決定は, 親/Suが行うか, 用意される数少ない選択肢からなされる。アスリートは, 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とアスリートが「支配と服従」の関係にあり, スポーツは両者の間で取引される。アスリート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。アスリートは, 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を守りするために, 自立が進まない。アスリートは不測の事態に動揺し, それに対処できずに問題行動や身体症状を示す。④【構ってもらえない子 (Emotionally Unguided)】アスリートが親/Suと「スポーツという塀」で遮られている。親/Suは, 経済的な支援や競技指導を介してアスリートと関わるため, 情緒的な関わりに乏しい。アスリートは, 幼いころからの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。ところで, 小川 (2013) における②「支配」の一部の下位コードは, 英文校閲者と調査協力者との討議により, 小川 (2019b) において一部修正された。本研究の図1はこの修正を反映し, 煙山・小川 (2019) に掲載したものである。
- ⁶ 著者は, 調査において人生を幼少期からさかのぼって尋ね, 出来事に伴う感情を推し量ろうとしても, 雲をつかむような感覚を抱いたことを振り返る。そして, ネガティブな感情表現はほとんど聞かれず, 蜃気楼の中に二人でいる感じで時が経過する。選手の印象は, 一見すると朗らかでずっと笑っているなどの様子である一方, 抑揚が希薄に感じられる。また, 調査以外のカウンセリングの場面などで著者が接したことのある他のアスリートらについても, 「純粋培養」にあてはまるかもしれないと感じられる人は, 周囲で何か起こっているという事実を把握することはできているようであるが, 表情は能面のように, 出来事に対して感情が芽生えているのかどうかわからないように見受けられることもある。引き続き事例や調査を通じて検討したい。
- ⁷ Khantzian & Albanese (2008) は, 依存症の発症メカニズムについて精神分析的観点から検討している。
- ⁸ Khantzian & Albanese (2008) では「心理発達」であるが, 本研究が対象とするアスリートの心理的発達と同意と捉え, 本研究では表現を統一して「心理的発達」としている。
- ⁹ たとえば, 調査協力での発言が乏しいことについて, 調査に対する動機づけが低い, 調査のころに何らかの理由で抑うつ的な状態や生きていくエネルギーが不足しているなどのことが影響することがある。また, インタビューは同じ質問項目による半構造化インタビューであるが, 表1のインタビューに要した時間や字数には, 調査者の発言に要した内容も含まれているため, あくまで参考として示す。小川 (2013) で「純粋培養」に分類された調査協力者Aは, 調査協力に大きな抵抗があったようには見受けられなかったが, 微細な抵抗がある可能性や, その他の様々な要因が影響することは本研究においても認識しておく必要がある。
- ¹⁰ カウンセリング場面でも, ころとからだが繋がりがあっている (野口, 2009) のは, 競技生活において日常的に言語を介さない場面で能力発揮を期待されるアスリートには, しばしばみられる特徴であると感じられる。
- ¹¹ Super (1980) の言葉では「職業人」。
- ¹² 詳しくは, 國分ら (2004) に記載されているエクササイズカタログを参照されたい。多くのエクササイズが表2のように掲載されている。
- ¹³ Ogawa (2011) では, キャリアカウンセリングでしばしば行われる, 言語でストーリーを記述することを通じたワークシート (Schein, 1990) を指している。

- ¹⁴ この時実施した身体接触を伴うエクササイズとして、「アウチでよろしく」、「トラストウォーク」、「トラストフォー
ル」、「トラストウォール」、「トリップ・トゥ・ヘブン」がある。
- ¹⁵ SGEとは異なるが、大学生アスリートが受講する講義においてあだ名で呼び合うことにより、講義についての関
心や関わり合いを強める事例がある（牧野，2011）。
- ¹⁶ すべてのSGEでは、エクササイズを行うかどうかはメンバーの自由意思による。よって、教示の段階でエクササ
イズを行うのが難しい人はパスをしてよいことを伝える。身体接触は抵抗に個人差があるため、リーダーは参加
者全員にこのことを伝えてから実施する。
- ¹⁷ 國分ら（2004）のうち、田島聡氏による効果研究についての記述に基づく。
- ¹⁸ この書籍でSGEに関するテーマはほぼ網羅している。
- ¹⁹ ガイダンスカウンセラーは、学校等において子どもたちの学習、進路、人格・社会性、健康の面における発達を
援助する教育の専門家である。2009年に「スクールカウンセリング推進協議会」が設立され、のちに一般社団法
人日本スクールカウンセリング推進協議会に移行した。設立にあたり、NPO日本教育カウンセラー協会の特定
の有資格者がガイダンスカウンセラーに認定された（一般社団法人日本スクールカウンセリング推進協議会 ウ
ェブサイト，2020年9月5日取得）。
- ²⁰ NPO教育カウンセラー協会のウェブサイトで講座の詳細を確認できる。関心を持たれる方は、ウェブサイト
（<https://www.jeca.gr.jp/> 2020年9月5日取得）をご覧くださいと情報を入手できる。このうち、教育カウ
ンセラー養成講座は、教育カウンセラーとして重要なテーマの内容を3日間で学ぶ。このうちの半日で、SGEの
基礎的な内容を学び体験することができる。