

人格の適応的変容とスポーツ信条 —スポーツからの離脱に着目して—

菊地直子

Adaptable Personal Change and Beliefs in Sport — An Approach to the Dropout from Sport — KIKUCHI Naoko

A large number of precedent setting research concerned with athlete-dropout from their activities has been treated in terms of: the reason for dropping out, and the pattern of dropout. In this study, the athlete-dropouts were observed from an idea suggested by Nakagomi(1993); "Dropout from sports is a sort of crisis in one's normal development." This author proceed the study with a view that the most negative dropout can have a positive affect. Furthermore, this author presumed, one of the main factors, which causes maladjustment in their social environment after they quite their sport, was to form unusually irrational beliefs in sport. The processes of personal change were classified into three types based on beliefs about sport. Result were as following:

- 1) Beliefs changed before and after dropping out.
- 2) When the beliefs changed rationally, personality became adaptable.
- 3) In order to bring about adaptable personal change, it is necessary to feel a problem within oneself and to try to solve it.
- 4) Among many who adapted their personality to their social environment, the remaking of their framework mostly appeared in the dropouts.

KeyWords: Beliefs in sport, Adaptable personality change, Irrational beliefs in sport, dropout from sport

問 題

スポーツ競技者は、ほとんどの種目において生涯にわたって同じ活動形態を維持することは出来ない。それは、例えば年齢等の問題によって強度・頻度を落とすことや興味の移行に伴った離脱や引退のためであり、さらには何らかの理由により、本意でないまま離脱するためもある。これらの離脱の形態には、離脱後の行動によって二つのタイプが提示されている³⁾。一つは、単に自分にあったスポーツ種目を選択する過程である移行や、競技のレベルを下げて継

続するもので、これをスポーツ・トランスファー (Sport - Transfer : 以下, トランスファー) と言い、もう一つは競技全体から身を引く、あるいは二度と競技しようとしらないもので、これをスポーツ・ドロップアウト (Sport-Dropout : 以下, ドロップアウト) と言う⁵⁾。

しかし、長い間競技生活を送ってきた者にとって競技からの離脱は、競技に対する多大な投資ゆえに決して容易なものではない²⁾。特にドロップアウトには、アパシー等の自暴自棄による暴走や極端な虚脱状態に陥る傾向等の、否定的な自己認知をする傾向が認められる。この

傾向は、競技者がスポーツを中心としたアイデンティティを確立し⁴⁾、競技離脱によってアイデンティティが一時拡散状態に陥る²³⁾ためである。また競技離脱は、彼らにとって“期待する自己”像や信念に反する行動そのものだからであるとも思われる。つまり、ドロップアウト者は、離脱そのものが自分にとって許すことのできない行為であるという認識によって、苦痛を増大させていると考えられるのである。このようなアイデンティティの拡散状態における否定的な自己認知は、その個人にとって危機を増大させる要因となる。

上述のようなスポーツ離脱の問題について中込²⁷⁾は、Rapaportの「危機は心理的ストレスにより病気を発生させる可能性と同時に『成長促進的可能性』を持つもの」とする見解²⁹⁾や、Eriksonの正常発達過程の一つである「同一性危機」を手掛かりとして、競技離脱をスポーツ場面における「危機」と捉えた^{23) 25) 26) 27)}。さらに、スポーツ選手がスポーツ場面において成育史上経験する危機を、以下のように定義した。①それまでに継続してきたスポーツ種目への興味の変化、あるいは他種目への興味の高まりにより、その後の継続への迷いが生じる「初期・同一種目に関するもの」、②顧問教官・コーチとの人間関係、あるいは指導方針に対する不満や悩みから生じる危機「対指導者関係に関するもの」、③「中・高校期ケガ、スランプに関するもの」、④「志望大学の選択、卒業後の進路決定に関するもの」、⑤「入学、卒業後の環境変化に関するもの」、⑥「勉強とスポーツの両立に関するもの」、⑦「大学期ケガ、スランプに関するもの」、⑧「スポーツの継続に関するもの」、⑨「現役引退に関するもの」²⁷⁾。これらは、ほとんどが競技継続に関連しており、それらの危機の克服は、発達課題の克服と同義の適応的な人格変容を促すと考えられる。このように見ると、Life stressやLife changeの研究からParad¹⁶⁾が行った日常生活の具体的危機事象の分類（偶発的危機と発達の危機の二つのタイプ

に分類）からも、スポーツ離脱の問題は発達の危機に相当し、その克服はやはり人格をより適応的に変容させるものであると考えられるのである。むしろ、人格変容には多様な要因が関わっており、それらの要因が複雑に影響し、また相関し、変容させる³⁰⁾。そこで、鈴木¹⁰⁾は、人格変容を不適応的変容と適応的変容に分類し、前者は精神病、薬物中毒や外傷、特異体験などによる病的変容が原因であること、後者は心理療法による治療、成熟、危機を克服することによる克服的変容であることを説明している。このことは、危機の克服は人格の適応的変容を促すことを示唆しており、興味深い。

以上のことから、本研究では特に離脱による危機の程度が大きいと思われるドロップアウトは、危機に対する解決努力や克服によって、より人格の適応的変容を促進させると考えた。この仮説は、従来よりのドロップアウトをネガティブな離脱形態とする考えに新たな視点を築くことが考えられた。

以上、本研究で取り上げる「競技離脱において危機を増大させるものとして、継続半ばでの競技離脱を「許すべからざるものとする認知」と、競技離脱を「危機」と捉える背景について述べた。しかし、我が国における競技離脱を扱った従来の研究では、離脱要因や離脱形態を扱ったものが多く^{1) 21)}、競技離脱の発生機序的研究^{1) 20)}、予防・対策、離脱後のサポートが中心である^{24) 25) 26)}。つまり、危機を増大させられる競技者の離脱に対する認識の要因についての研究はほとんど見当たらないのが現状である。

本研究では、中込らの見解を支持し、鈴木の人格の適応的変容という概念を援用して研究を進めた。Botterill¹⁸⁾の指摘するように、「競技者は、生活における様々な選択の連続の中で競技を最優先事項としなければならない状況下であり、時には競技に自己投入する裏で、社会生活を営んでいくための多くの対象を無視し、犠牲にしているのではないかと危惧される」。ゆえ

に、競技者の行動規範や価値基準となる信条は、競技生活においての目的遂行に都合よく形成されていると考えられ、本研究においてスポーツ信条を一つの指標として用いることは有効であると考えた。つまり、「スポーツにおける信条」を操作的に人格の変容を媒介する要因とした。人格変容を数量的に捉える指標として、スポーツ信条を用いることにし、信条の変化は人格変容を示唆するものと仮定した。

はじめに述べたように、競技離脱は競技者にとって避けて通れないものである。本研究によって、スポーツ生活において形成された信条が離脱行動に及ぼす影響を明らかにすることは、離脱後の再社会化を果たす際に何らかの示唆を提示するという側面から非常に有効であると考えている。また、競技離脱は「競技中心の生活」から「競技のない生活」への適応を意味し¹²⁾、「競技者である自分」から「競技者でない自分」への役割受容でもある。このように大きな変革を余儀なくされた時のスポーツにおける信条の変化、また離脱後の人格的変容、さらに、それらの過程を明らかにすることは、競技者にとって競技離脱を「忌むべきものである」という、ある種のとらわれに一石を投じることができるものと考えている。

目 的

本研究は、以下の目的のもと研究1、研究2として段階的に検討を行なった。まず、競技者のスポーツ活動において形成された信条が離脱行動に及ぼす影響に焦点を当て、離脱形態ごとの離脱後の信条の変化と人格変容の関連、さらにその過程を明らかにすることを研究1の目的とした。次に、人格の変容は離脱形態によって異なることを想定し、信条の変化、人格変容、またその過程について離脱形態ごとの比較を行い、離脱形態と人格変容の関連を明らかにすることを研究2の目的とした。

方 法

調査を行う上で以下のことを分類・定義した。「引退」と認識している人については、離脱までに時間的展望（予測による準備）があったということから、ドロップアウトと区別し、ドロップアウト群、トランスファー群、引退群の3形態に分類することにした。また本研究では、スポーツ空間を「非日常的空間」と定義する。競技生活中において、日常における様々な対象が無視され得ることについては先に触れたとおりである。ゆえに、本研究では競技生活あるいは競技に熱中していた生活を「非日常」とし、離脱によって競技しない生活を、「日常」と定義¹¹⁾した。

以上を踏まえ、研究1は、競技に熱中していた時期と、離脱してある程度安定していると思われる現在の信条と自己認知等の変化から、人格変容の過程と信条の関連について検討を加えることにした。さらに研究2では、特に形態として消極的と言われるドロップアウトの信条の変化と人格変容の関連を明らかにすることから、離脱による危機が人格変容にどのような過程で寄与するのかについて検討した。

研 究 1

1. 目的と方法

研究1では、離脱者が競技に熱中していた時期と、離脱して比較的安定していると思われる現在の競技に関する信条の変化を調査するために、「論理療法」の不合理信念の概念とその尺度²⁸⁾を参考に信条項目を作成した。そしてその変化と、危機の認知の程度、その対処行動の内容を検討し、人格変容との関連を探った。

(1) 質問紙の作成

松村²⁸⁾の作成したIrrational Belief Test(日本語版)をベースに、事前に行った離脱者2名に対する面接調査及び先行研究²³⁾によって、信条の項目、競技に関する質問項目を作成した。

Table1 信条項目 (5尺度10項目)

尺度	項目
競技継続	a. クラブ活動等、一度やり始めたら何があってもやり通すべきだ b. 離脱することは逃げだとは思わない
競技中心の生活	a. 勝つためには競技中心の生活にすべきだ b. 競技生活は日常生活を犠牲にして成り立ってはいけない
勝利至上主義	a. 競技では勝利追求以外大きな価値はない b. 何を犠牲にしても勝つことが大事だというのはおかしい
成果への評価	a. 負けるのは努力が足りないからだ b. 結果よりも過程が大切だ
指導者依存	a. コーチの意見には従わなくてはならない b. 自分の考えや意見はコーチに対しても主張すべきだ

*非日常的信条因子 (a項目) *日常的信条因子 (b項目)

注) 10項目の信条の答えを「そう思う」を7点、「そう思わない」を1点としてそのまま点数とした。なお、非日常的因子は反転項目として点数を逆転して(向上することは得点が高くなることとするため)計算した。

質問内容は、①競技における信条10項目、②現在の充実度、③離脱時におけるその後の生活の具体的なプランの有無(将来の展望)、④離脱時に認知した危機感の程度、⑤その解決に要した時間、⑥動揺(危機)解決の具体的な内容、⑦離脱したことが現在の生活に及ぼす影響(自由記述)を設定し、競技に熱中していた時期と現在について回答してもらった。競技に関する信条の項目(構成)を、Table1に示した。

(2) 調査対象

原則的に競技を6年以上継続しており、かつ、全国大会ベスト8以上の戦績保有者で何らかの理由で競技を離脱した者

(3) 対象抽出の作業手順

本調査は、質問紙調査対象者選定の準備段階から、離脱という人生における一大岐路の選択に立ち入らなければならなかったため、調査の作業手順に十分な注意を払った。

まず、調査前に離脱者の実態を事前に把握しておくために、2人に予備面接を試みた。そして全国の12大学に向けて次のような手順で調査の依頼を行った。

はじめに、各クラブの代表者に過去4年間のうちに退部あるいは休部(事実上の退部)した選手の人数と、簡単な理由、離脱した年齢、性別、所属を匿名で記入後、返送してもらった。そして対象になり得る人に返送用紙と返送用の

封筒を同封して面接の依頼の手紙を書き、クラブの代表者から発送してもらった。その結果、本人に届いたと確認できた数は150あまりであり、回収率は40.1%であった。

(4) 調査期間：1993.9.8～1993.12.10

(5) 分析方法

フェイスシートにより、離脱理由を精神的・経済的・身体的理由とした者を「ドロップアウト」群、他の興味対象へ移行とした者を「トランスファー」群、引退したと答えた者については、「引退」群と分類した。質問紙は、全て7件法あるいは自由記述を用いており、危機感の程度については、1～2と答えたものを特に大きいとし、それを「危機大」群、それ以降3～7までは小さいと判断し、「危機小」群と分類した。解決期間については、解決に要した期間の月数をそのまま用いた。解決努力については、離脱による動揺の解決を積極的に図った者を「解決努力有」群、特に図らなかった者を「解決努力無」群とした。人格の変容の評価は、離脱後の生活と自己認知についての自由記述において、適応的な変容を示唆するものや自己肯定的なコメントはプラスと考え、「適応的人格変容有」群(以下、人格変容群)とした。自己否定等の望ましくない、不健康な記述及び何も影響を与えていないと答えたものをマイナスと考え、「適応的人格変容無」群(以下、非人格変容群)と

Table2 対象者の属性

	年 齢	継続年数	開始時期	熱中時期	離脱時期
平均値	20.97	7.49	12.11	16.63	19.49
標準偏差	1.18	3.11	2.98	1.77	1.37

Table3 離脱前後における信条の変化

	離 脱 前		離 脱 後	
	M	S D	M	S D
信条得点合計	42.46	10.52	51.24**	8.41
非日常的因子	18.05	6.08	23.30**	5.30
日常的因子	24.41	5.93	27.94**	5.74
競技継続尺度	7.21	3.15	9.68**	3.13
競技中心の生活尺度	7.51	3.35	9.73**	3.27
勝利至上主義尺度	10.30	3.04	11.54**	2.48
成果評価の尺度	8.16	3.11	10.00**	2.90
指導者への依存尺度	9.40	3.05	10.30**	3.36

***P < .01 **P < .05

した。主観による判断を避けるために、予め上記の判定基準を設け、その判定者として筆者と他のスポーツ心理学者の2名の者が個別に判定した。一致しなかったものについては、協議のうえ判定した。その際の一致率は92.1%であった。

信条項目は、競技継続尺度、競技中心の生活尺度、勝利至上主義尺度、成果評価の尺度、指導者への依存尺度の5つの尺度を抽出し、それぞれ2項目、計10項目とした。なお、1尺度につき非日常因子と日常因子をペアにし、分析時点で非日常因子を逆転させて計算した。

2. 結果及び考察

各質問項目、及び自由記述に記入漏れのあった8人のデータを削除し、63人分のデータについて以下のような分析を行った。

(1) 調査対象に関する記述統計

調査対象（男子40人、女子23人）における年齢、競技継続年数、競技開始時期、競技に熱中していた時期、離脱した時期について対象者の属性をTable2で示した。また、対象者の競技種目は、陸上等の個人種目11種目、バスケットボール等の団体種目9種と多岐にわたっていた。

(2) 離脱前後で信条が変化するかどうか調べるために、信条得点の合計及び各信条因子（非日常的因子、日常因子）、信条尺度（競技継続尺度、競技中心の生活尺度、勝利至上主義尺度、成果評価の尺度、指導者への依存尺度）の平均値の差の検定を行った（対応のあるt検定、両側検定）。その結果、すべての分析において有意差が認められ、離脱後では、それぞれの信条得点が高くなることが分かった。（合計； $t(62) = 6.20, P < .01$ 、非日常的信条； $t(62) = 6.93, P < .01$ 、日常的信条； $t(62) = 4.07, P < .01$ 、競技継続尺度； $t(62) = 5.60, p < .01$ 、競技中心の生活尺度； $t(62) = 5.22, P < .01$ 、勝利至上主義尺度； $t(62) = 3.37, P < .01$ 、成果評価の尺度； $t(62) = 4.72, P < .01$ 、指導者への依存尺度； $t(62) = 2.06, P < .05$ ）これらの平均、及び標準偏差はTable3に示した。

以上のことから、離脱を契機として信条が変容することが分かった。つまり、競技生活において、信条は競技を離脱している日常とは違うものであるということ、さらに離脱して「競技者でない自分」の役割の受容を迫られることにより、非日常的な信条がより日常的に再形成されることを示していると思われる。また再形成

Table4 人格変容と信条の変化の関連

	人格変容 (n=39)		非人格変容 (n=24)	
	M	SD	M	SD
離脱前	43.56	11.58	40.67	8.42
離脱後	53.15	7.88	48.13*	8.46

*...P < .0.5

Table5-1 人格変容者の出現頻度数

	離脱形態		
	ドロップアウト	トランスファー	引退
人格変容・信条の変化(有)	22(22.9)	15(11.76)	2(4.33)
人格変容・信条の変化(無)	15(14.1)	4(11.76)	5(2.67)

() 内は期待度数

Table5-2 人格変容者の出現頻度数

	危機		解決努力	
	大	小	有	無
人格変容・信条の変化(有)	33(29.35)	10(13.65)	23(17.95)	16(21.05)
人格変容・信条の変化(無)	10(13.65)	10(6.35)	6(11.05)	18(12.95)

() 内は期待度数

された信条は、得点が加算されることから、日常得点が高くなると考えられ、人格変容要因である¹⁰⁾ 適応的な価値・行動規準の枠組み(以下フレームワーク)へと変容することが示唆された。無論、そのフレームワークは経験的な要因や、何らかの要因が新たに加わって形成されることも考慮に入れねばならないが、少なくとも離脱は人格に影響を及ぼす一因であるといえよう。その点については以下で分析する。

(3) 信条の変化と人格の適応的変容の関連を調べるために、人格変容群と非人格変容群において、信条得点合計(離脱前及び離脱後)の平均の差の検定を行った(対応のあるt検定、両側検定)。その結果、両群の離脱前における信条得点合計の平均値の差は有意ではなかったが(t(61)=1.06, P > .10)、離脱後では人格変容群の信条得点合計に有意差が認められた(t(61)=2.39, P < .05)。

以上のことから、人格変容群では離脱を契機として信条得点合計が変化することが示され、人格の適応的変容と信条の関連が示された。この結果はTable4に示した。

さらに(2)を受けて、ここでは人格変容群と非人格変容群において比較を行った。人格変容群は離脱後に信条の合計得点が高くなることから、離脱はフレームワークの再形成に寄与していることを確認することができた。また得点の変化は、日常的因子が高くなり非日常的因子が低くなることから、人格が適応的に変容した者の信条は、非日常的因子が日常的因子に変容したと考えることができる。

(4) 最後に、離脱行動に含まれる各要因(離脱の形態、危機の有無、解決努力の程度)を、信条の変化及び、人格変容との関連から検討した(Table5)。x²検定の結果、それぞれの要因において人数に有意傾向が認められた(離脱形態; x²(2)=5.73, < P < .05, 危機の有無; x²(1)=4.6, P < .05, 解決努力の程度; x²(1)=6.90, P < .05)。残差分析の結果、離脱形態では人格変容要因において、トランスファー群と引退群に有意差が認められた。また、危機要因では、危機有群と危機無群に人格変容したとされる人数に有意差が認められた。解決努力要因でも、解決努力有群と解決努力無群において人

Table6 要因別残差

	離脱形態			危機		解決努力	
	ドロップアウト	トランスファー	引退	大	小	有	無
人格変容・信条の変化(有)	-.48	1.83*	-1.93*	2.12**	-2.12**	2.63**	-2.63**
人格変容・信条の変化(無)	.48	-1.83*	1.93*	-2.12**	2.12**	-2.63**	2.63**

**...P < .01 *...P < .05

Table7 離脱形態による比較(悩み度・解決期間)

	ドロップアウト		トランスファー		引退	
	M	SD	M	SD	M	SD
悩み度(大=1)	1.92	1.75	2.68	2.19	5.00	2.83
解決期間(月単位)	4.81	5.81	2.25	2.77	1.36	2.10

格変容した人数に有意差が認められた。Table6は、それぞれの要因における残差を示した。

以上から、人格が適応的に変容した人たちにおいて、危機と解決努力がそれを促進する因子であることが確かめられた。なお、この調査では、トランスファー群に人格が適応的に変容した者が多く出現したが、序論で述べた特に「ドロップアウト者は人格が適応的に変容する可能性が高い」という仮説をここで検討する。その説明には、ここまで述べられてきた競技離脱への危機感と解決努力の因子が最も有効なものと考えられる。危機感について、一要因の分散分析の結果、有意差が見られ [F(2,62)=301.75, P < .05], LSD法による多重比較の結果、ドロップアウト者、トランスファー群は、引退群との間に離脱による危機感について有意差が見られた。また、解決期間についてもドロップアウト群が比較的長く、ドロップアウト > トランスファー > 引退ということがわかった (Table7)。しかしながら、解決努力については有意差が得られなかったため、研究2でそれを検証することにする。

ところで、トランスファー群に人格が適応的に変容したとされた人数が多くなったことは、質問紙による調査ゆえに人格変容の判断基準がごく限られたものであり、人格変容群が報告する自己肯定的なコメントが反映されてしまった可能性も考えられる。つまり、本調査は回想的

なデータなので、離脱行動及びその後の生活において、予め何らかの計画性を持つトランスファー群は、人格変容がなされているかのようなコメントをしやすいのかもしれない。そのため、離脱による人格変容を測定あるいは解釈する際、信条の変化或いはその過程にもっと注目する必要があると思われた。したがって、この点は研究2ではケースワークを中心に詳細に検討する。

以上、離脱形態による信条ならびに人格変容については、必ずしも明快な解釈ができる結果とはならなかったが、危機要因及び解決努力要因が信条の変化に寄与することが示された。

研究 2

1. 目的

ここでは、人格が適応的に変容した要因について曖昧な点が多かったドロップアウト群とトランスファー群について検討する。二群間の違いを明らかにするために、ケースワークにより各群のその共通パターンの抽出、具体的な事例を提示し、適応的人格変容の過程を詳述することを目的とした。

なお、研究1の結果から、引退群は危機感、解決努力、信条全てにおいて離脱前後で有意差がなく、離脱による影響が窺える結果が出なかったことから、引退は人格の変容に寄与する

可能性が少ないことが示され、ここでは引退群は対象としなかった。

2. 方法

(1) 対象者

質問紙回答者から、面接調査に協力してくれる意志のあった離脱者7名と、補足的に私立体育大学離脱者を対象として4年後に改めて面接調査の募集を行い、その中から離脱形態がトランスファー、ドロップアウトである者8名を対象者として抽出した。

(2) 調査期間：1993.11～12, 1997.8～2000.10

(3) 面接マニュアルの作成及び手順

マニュアルの作成にあたっては、中込ら(1993)の危機状態面接マニュアルを参考にし、事前に実施した面接調査によりマニュアルを作成した。さらに、プライバシーの保護のため、密室、あるいはそれに近い状態を確保した。また面接導入時には、挨拶、調査主体及び自己の紹介、面接の趣旨の説明、発言内容の秘密保持

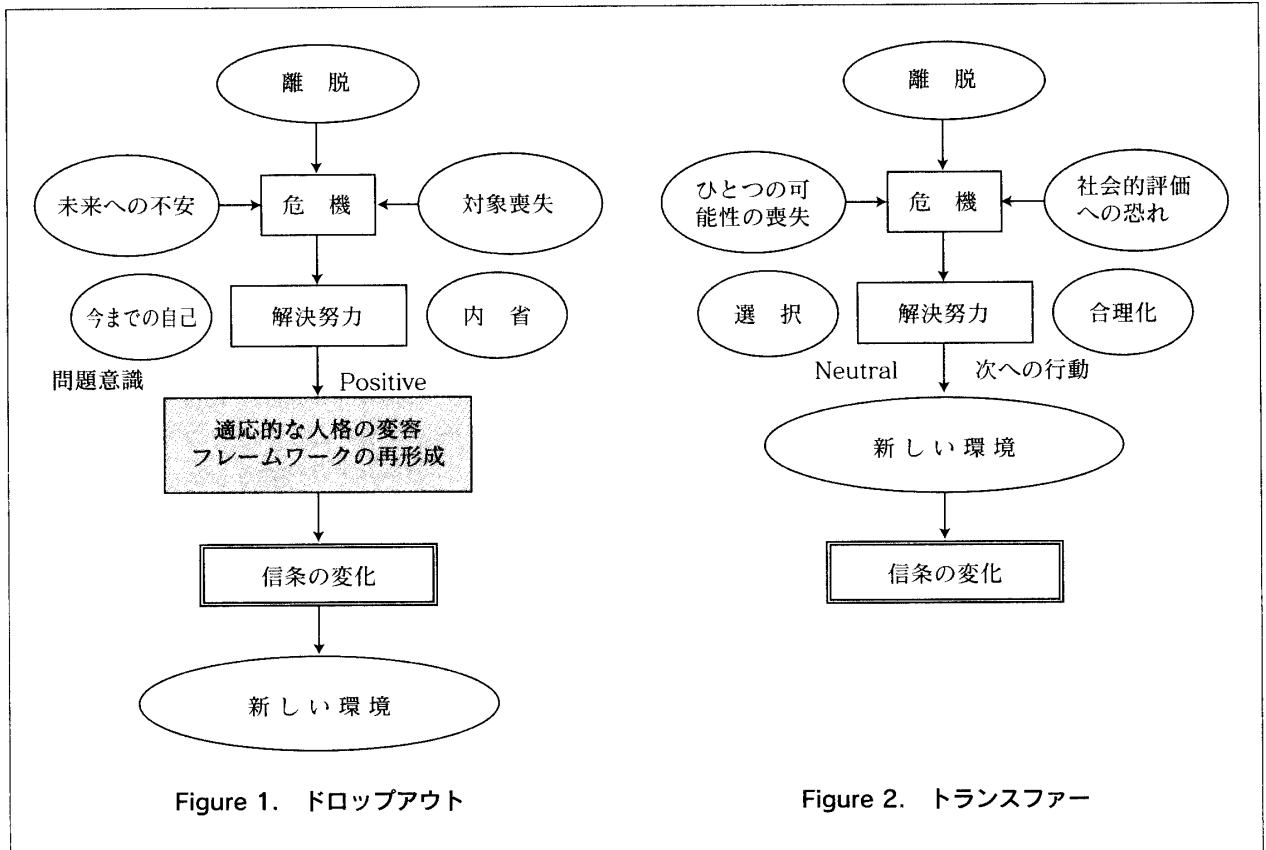
についての約束等について述べ、相手の承諾を得、その協力を求めたうえで面接に入っていた。さらに、被面接者に了承を得てから随時テープに録音し、観察記録も同時に行った。

3. 結果

(1) 離脱形態別パターン

対象者15名中、8名がドロップアウト、7名がトランスファーに分類^(注)され、それぞれFigure1, 2のような共通のパターンが確認された。Figure1, 2は、ドロップアウトとトランスファーの離脱直後から現在までの流れを表しており、以下のような危機の対象、解決努力等のパターンの具体的内容を示している。

ドロップアウト者にとって競技離脱は、拠り所としていた「対象喪失による危機」であったことから、未来の展望がないことを示している。また彼らの危機への解決努力は、自己の内面に問題意識を持ち、幾度もフィードバックを繰り返すことが明らかになった。その結果、従来までの自分の問題対処能力ではこの危機を乗り越



えられないため、新たな自己の模索が行われたと考えられる。さらに共通して、競技継続していた時期の自分の信条に対しての「気づき」が生まれており、その上で信条が変容する様子が窺えた (Figure1)。

これに対してトランスファー者は、ドロップアウト者とは全く異なる様相を呈する。彼らにとって離脱は「一つの選択であり、一つの可能性を喪失して他の対象へ移行した」という位置付けであった。つまり、離脱時すでに他に対象が予定されており、対象喪失の危機にはならず、どちらかといえば途中で止めてしまったことに対しての「周囲の評価に対する恐れ」が窺えた。さらに、危機への解決努力についても二群間に明確な相違が認められた。トランスファー者の解決努力は専ら「周囲の評価」に対する怖れに対してであり、それに打ち勝ち離脱を選択した勇氣に自ら賞賛を送るという合理化の一定のパターンが見られた。このように、トランスファー者の信条の変化は、他の対象へ移行したことによって起こっており、環境の変化に伴った変化ということもでき、いわば当然の変容であるともいえる。しかも、解決努力時の自己の離脱行為を賞賛する態度からも、自己認知は極めて良好であることが予想できる。

以上のことから、ドロップアウトとトランスファーにおけるそれぞれの共通のプロセスを抽出し、信条の変容の起こる要因として危機の対象とその解決努力の違いを明らかにした。次に、内面的な自己模索の結果によって、信条が変容したドロップアウト者の事例を提示し、人格と信条変容の過程とその関わりについて詳細に検討する。

(2) 事例の提示

1) 事例の提示の仕方

本事例は、個人が特定されないよう主旨に影響が出ない程度に修正されており、事例中に示される「」は、当事者の逐語を示した。

2) 事例概要

離脱形態：ドロップアウト

大学4年生、22歳、男、球技系種目

競技継続年数：約9年、競技離脱後：約14ヶ月

3) 事例の提示

彼は「小さいときからスポーツなら自他共に認める何でもできる子」であり、「特に両親はそんな彼を誇りにし、大きな期待を抱いていた」。中学は、近くにあったテニスの名門校から勧誘を受け、「どうせやるなら勝ちたい、勝ちやすいほうがいい」と判断し、それまでやっていた（スポーツ少年団での）サッカーをあっさり捨て進学した。（中略）しかし、彼は高校2年の初出場のインターハイにおいて痛烈な負けを喫する。期待していた監督は「精神的に弱い、使い物にならない」と宣告した。彼はその言葉にうなずきながらも「深く傷ついて」いた。それからは試合の度、「同じことを繰り返すのではないかという恐れで思うようなプレーができなくなった」。彼は、「勝たなかったら今まで練習してきたことが無駄に終わる」と思い、メンタルトレーニングの本を漁る等ますます練習に打ち込むようになった。このとき彼は、「人に負けるのは自分がどこかでその人よりも劣った練習をしているからだ」「最終的に勝たなければ認めてもらえない」「勝ちたかったから競技一本の生活をしてきた」等、「勝つことに固執し」ていた。「勝てなくなってしまった。結局インターハイベスト8で終わった」。高校卒業時は「両親をはじめ周囲の期待を一身に背負っている」と考え「負ける度に罪悪感を覚えていた」ため、「正直ほっとした」という。

（中略）「勝ちを意識することなくプレーしたい」という思いからあえて付属の大学ではなく、某私立大を受験した。大学では「自分はテニスが好き。やっとわかった」と改めてそう思い、気持ちを新たにしたが、大学の監督には「精神的な弱さを見抜かれ、かなりいじめられた」。 （中略）監督は「自分を見ると苛々」し、よく「公衆の面前で」罵倒した。「自分よりレベルの低い

メンバーの前で貶められることが何よりつらかった」。彼はそのまま、「チーム目標である関東大会優勝という人から与えられた目標」と「やり始めてしまったんだから最後までやらなくちゃだめだ」という理由で、卒業することを励みに競技を継続した。

「やめたいと思ったのは、2年のはじめ頃」からだだったが、そう考えると「やるからには勝たなければ」「打ち込んでないのにこれが結果だというのも嫌だ」と思い、「没頭したり止めたくなったり」の繰り返しで余計に苦しくなり、「自分はだめな人間だ」とますます自分を嫌うようになった。離脱については、危機感が強く「競技を止めてしまったら何も残らなくなる、誰からも相手にされなくなってしまうと思った」と、離脱を極端に恐れていたことが窺える。(中略) 離脱してみると、「想像以上に簡単」でしかも「いかに自分がテニスしかできない人間」かわかったという。「自分がばらばらになった感じ」に逆らいがたく、その後は「何に打ち込んでいかかわからず、悶々」・・・(中略)。しかし、「当時付き合っていた彼女の励まし」と「自分がなぜ競技を辞めたことでこんなに苦しんでいるのかを考えつづけた」結果、「物凄く囚われていた」ことに思い当たったという。それがなぜか考えると「スポーツを悪いものに考えてしまうので今はまだ整理がつかない」と慎重に答えているが「努力してもだめなことってあるんですよね。あの時にはそうは思えなかった」。また、競技における失敗(負け)については「自分がだめなことの証明だと思っていたけど、本当はそうじゃない」など不合理であった信念を認識し、その程度が少なくなった印象を受けた。離脱の影響については「自分というものの本当の弱さについてよく知るいい機会だった。そして弱くてもこれが自分だということもわかった」と答えた。(以下略)

4. 考察

事例を通して、彼が競技熱中期に形成した信条が、危機的な場面において自身を追い詰める

要素になっていたこと、離脱することへの恐れを増大させていることが窺える。特に彼は、まじめで几帳面な性格であり、競技において、熱中、固執、消耗がみられる²⁷⁾ことからバーンアウトを経過してのドロップアウトと考えられる。彼は競技を強固な自己実現の場と考えており、まさに競技によってアイデンティティを確立していたと思われる。さらに、中学進学の状態からも勝利することを強く欲しており、極端に不合理な信条、例えば「勝たなかったら今までの練習がただの無駄になる」「人に負けるのは自分がどこかで人より劣った練習をしているからだ」を形成し、それによって励み、またそれに囚われていた。離脱する際、離脱後の自分に大きな恐怖感をもち、一度は継続を試みる。しかし消耗の末、思い(心)と体の分離を体験する。離脱後は、強い喪失感に襲われ(対象喪失)、「テニスしかできない自分」という発言からもアイデンティティの拡散が認められた。悶々とした毎日を送るが、次第にそういう自分に問題意識を感じ始める。「どうしてこんなことになってしまったのか」と、問題意識を自分自身に持ち、合理化、自分の内面との格闘の繰り返しを余儀なくされ今に至っている。現在は、過去の信条に関してはあまりに過度に抱いていたことを認識し、その信条がまさに自分を苦しめていたことにまで内省が進んでいる。そしてさらに自己受容に努めている形跡が受け取れ、危機を克服しつつある。断片的にはあるが、全てを一様に否定したり、合理化しないように努めたり、新たな行動基準となる信念を形成しつつあることが窺える。

結 論

研究1では、離脱者に競技に関する信条の変化が見られ、離脱は信条の変化に影響を及ぼすことが分かった。また、競技生活を継続するにあたって競技するために都合のよい信条が確かに形成されていることも明らかになったと言え

るだろう。さらに、研究2の事例提示によって、ドロップアウト者はアイデンティティの拠り所となる対象を失うことから、競技離脱を発達上の危機と同様と考えることができた。そして、ドロップアウト者は問題意識（危機）を「それまでの自己」に対して持ち、人格の成熟や成長を伴うような働きかけ（解決努力）をすることによって克服する過程を示すことができた。このことにより、最もネガティブな離脱形態とされるドロップアウトはその危機の大きさや対象によって、最も適応的に人格を変容させる可能性を持つことを示すことができたと言えるだろう。しかし、同時に環境の変化や、解消する危機対象が異なっても信条は変化することが明らかにされ、信条と人格の適応的変容との直接的な因果関係を示すには至らなかった。

ま と め

長い間競技を継続してきた者は、競技中心の生活を送ることによって競技を拠り所としたアイデンティティを持つ。ゆえに、競技離脱は対象喪失と同義となり、離脱は競技者にとって最大の危機ということができる。しかし研究2において、危機の対象や程度は、離脱形態で異なることがわかった。つまり、トランスファーは離脱する際にすでに「競技者である自分」のほかに自己実現の場所を確保（あるいはそれを想定）しており、対象の選択結果による離脱といえる。しかし、ドロップアウトは「競技者である自分」以外に選択肢がなく（対象喪失）、競技という対象を拠り所に確立しているアイデンティティが、離脱によって拡散したことを示している。このことから、研究1においてトランスファー者が質問紙の回答で解決努力について解釈し答えたのは、離脱する前に想定されていた次の対象への行動と考えることができる。また、反対にドロップアウト者は、次への行動を想起できない程、大きな危機に見舞われたために解決努力はしなかった、と答えたものがある

ことが考えられ、質問紙では調査目的が正確には果たされなかったのかもしれない。

さて、最後に本研究の最初で述べた「ドロップアウト者がより大きな危機を感じ、それにより人格的に適応的な変容を果たすのではないか」という仮説について再度検証する。研究2においてFigure1,2のパターンに見られるように人格水準での変容は、危機の大きさそのものよりも、むしろ危機を感じる対象が「今までの（競技者であった）自分自身」であること、それに対する積極的な模索があるときのみ、起こることがわかったと言えよう。従って、離脱行動を合理化し、人生経験の一つとするような捉え型をするトランスファーは、離脱を人格変容に寄与する契機とする可能性が低いことが示された。

なお研究1では、質問紙解釈の曖昧さ等の問題があり、明確な答えを出すに足るものとまではならなかった。そのため、研究2で示された信条の変化の過程から事例を提出することによって補うことができたと考えている。ゆえに、信条は、人格の中の判断・行動基準（フレームワーク）の変容を測る有効な指標と考えられた。

課 題

本研究では、質問紙調査でポジティブな自己認知や振り返りの記述を一括して適応的な人格変容として扱った。そのため、今回は研究2の事例調査によって補うことができたが人格変容と信条の関連を質問紙上で問えるような工夫等は今後の課題である。また、離脱の影響を明らかにするために、人格が適応的に変容したという人も含めた縦断的な研究の必要性も高い。さらに、信条項目を厳選の上スケール化することもスポーツ活動における投入度や離脱の危機を予測する指標として有効と考えられる。

引用・参考文献

- 1) 阿江美恵子「体育専攻生におけるスポーツからのドロップアウト」スポーツ心理学研究, 18-1, 1991.
- 2) Ogilvie, B. and Taylor, J. "Career Termination in Sport: When The Dream Dies" In J.M. Williams (Ed.), Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance II, California: pp.356-365, 1993.
- 3) 日本スポーツ心理学会編「コーチングの心理 Q&A」p 144 - 145, 1998.
- 4) 岸順治・高見和至・中込四郎「運自我同一性における“運動選手としての同一性感”の役割」スポーツ心理学研究 14 - 1: 36 - 41, 1988.
- 5) Klint, K.A. & M. Weiss, "Dropping in and out: participation motives of current and former youth gymnasts," Can. J. of Appl. Spt. Sci., 11: 106-114, 1984.
- 6) 白井俊明「青年期から中年期における時間的展望と時間的信念の関連」The Japanese Journal of psychology, 62 - 4: 261 - 263, 1991.
- 7) スコット T・メイヤー著「サクセスフル カウンセリング」J・クスマノ & 森平 直子訳, プレーン出版, 1993.
- 8) 砂田良一「自己像との関係から見た自我同一性」Jap. J. educ. Psychol. 17 - 3, 1979.
- 9) Jan M. Crook & Sharon E. Robertson., "Transitions Out of Elite" Sport International Journal of Sport Psychology, 22: 115-127, 1991.
- 10) 鈴木乙史「人格の変容」滝本・他(編), 性格の心理, p.180, 1985.
- 11) 体育原理専門分科編「スポーツの倫理」不昧堂出版, 1992.
- 12) 豊田則成・中込四郎「運動選手の競技引退に関する研究: 自我同一性の再体制化をめぐって」体育学研究 41: 192 - 206, 1996.
- 13) 竹之内 隆志「スポーツ活動からの離脱感情の生起メカニズムについて」筑波大学大学院修士論文, 1993 (未刊行).
- 14) 続有恒・八木晃監修「心理学研究 9 質問紙調査」続有恒・村上英治編, 東京大学出版会, 1975.
- 15) 続有恒・八木晃監修「心理学研究 11 面接調査」続有恒・村上英治編, 東京大学出版会, 1975.
- 16) Parad, H.J., Crisis intervention, selected readings, New York: Family Services Association, 1965. (岡本哲雄編, 心理臨床入門, 新曜社, p.273, 1979.)
- 17) Patrick H.F. Baillie & Steven J. Denish "Understanding the Career Transition of Athletes" The sport Psychologist, 16: 77-98, 1992.
- 18) Botterill, C. "What Ending" Ending" tell us about "beginnings" In T. Orlick, J.T. Partington and J.h. Salmela (Eds), Mental training for coach and athletes, Ottawa: Coaching Association of Canada, Sports in Perspective: pp.164-165, 1982.
- 19) 平石賢二「青年期における自己意識の構造」The Japanese journal of psychology, 38: 320 - 329, 1990.
- 20) 中込四郎・岸順治「運動選手のバーンアウト発症機序の関する事例研究」体育学研究, 35: 313 - 323, 1991.
- 21) 中込四郎「運動選手のバーンアウト状態の変容」スポーツ心理学研究, 18 - 1, 1991.
- 22) 中込四郎・岸順治「運動選手のバーンアウト症候群に関する概念規定への試み」体育学研究, 34: 235 - 243, 1989.
- 23) 中込四郎・奥田愛子「危機様態尺度の開発および危機様態の分類」筑波大学体育科学系紀要, 16: 153 - 161, 1993.
- 24) 中込四郎「自我同一性の探求とスポーツ経験(V)」筑波大学体育科学系紀要, 10: 43 - 51, 1987.
- 25) 中込四郎「人格変容要因としての危機」筑波大学体育科学系紀要, 11: 341 - 352, 1988.
- 26) 中込四郎「ある運動選手の生育史のなかで生じた危機様態の分析」体育学研究, 32-4: 231 - 240, 1988.
- 27) 中込四郎「危機と人格形成」- スポーツ競技者の同一性形成 -, 道徳書院, 1993.
- 28) 松村千賀子「Irrational Belief Test 開発に関する研究」The Japanese journal of physiology, 62 - 2: 106 - 113, 1991.
- 29) Rapaport, L., "The state of crisis: Some theoretical consideration," Social Service Review, 36: 211-217, 1962.
- 30) Worchel, P. and Byrne, D. (Eds.), Personality change, John Wiley and Sons, 1964.

人格の適応的変容とスポーツ信条

注) 事例資料

事例	離脱形態	危機	危機要因	解決努力	解決対象	信条変化	自己認知
A	ドロップアウト	◎	○	×	—	△	×
B	ドロップアウト	◎	○	○	思考形式	○	○
C	ドロップアウト	◎	○	○	自己改革	○	○
D	ドロップアウト	◎	○	○	自己改革	○	○
F	ドロップアウト	◎	○	○	自己改革	○	○
G	ドロップアウト	○	○	○	思考形式	○	○
H	ドロップアウト	◎	○	○	自己改革	○	○
I	ドロップアウト	◎	○	○	信条変換	○	○
J	トランスファー	△	△	△	次への活動	×	×
K	トランスファー	×	△	△	次への活動	×	×
L	トランスファー	×	△	△	特になし	△	×
M	トランスファー	×	△	△	周囲の理解	△	×
N	トランスファー	○	○	○	自己方針	△	○
O	トランスファー	×	△	△	一つの別離	×	×

危機感の大きさ：◎非常に大きい ○大きい △小さい ×ない

危機要因：○自己に対する悩み △周囲に対する悩み

解決努力：○positive △neutral ×negative

信条の変化：○認められた △一部認められた ×認められない

自己認知：○より適応的になった ×以前と変わらない