

大学新入生の運動部活動での 適応過程における内的変化

武田大輔^{1,2}・中込四郎³

Internal changes on university freshmen through their adaptation to respective athletic club activities

TAKEDA Daisuke^{1,2}, NAKAGOMI Shiro³

I はじめに

大学運動部に入部する新入生は、新環境移行に伴う「適応」において、大きな課題を抱えることになる。入学当初の新鮮な気持ちを、入学してから数ヶ月後も引き続き維持する選手が確認される一方で、意欲の低下をはじめとする何らかの心理的課題を抱えて相談室を訪ねる選手が少なからず存在する。

本邦での運動部活動における選手の適応を扱った研究は、主に運動部活動からの離脱や不適応に関わるものが多く（中込, 2004）、例えば桂・中込（1990）は、中学生から大学生といった幅広い対象を扱い、選手の部への適応感を規定する要因を明らかにしている。一方、中込（2004）は、「離脱を引き起こす要因の同定や離脱行動に対するそれらの要因の規定力を検討することも重要ではあるが、さらに、どのような経緯で離脱を意識し、決定に至ったか。そしてその後どのような再適応がなされたのか、外的・内的事実の両面からの変容の検討が必要である」と述べている。つまり、適応あるいは不適応に至るまでの過程に注目することや、その状態の意味を理解することが求められる。なぜなら評定尺度によって測られた適応状態の心理的背景に触れることによって、個々の選手に対するより一層の理解につながると考えるからである。

ところで、細川・中込（2000）は、運動部活動

不適応の相談事例から、選手たちにとっての不適応の持つ意味の理解を試みている。描画によるアプローチを用いたこの研究では、現実環境における選手の位置づけ、将来の見通しの状況、人間関係、自己実現の場などの視点から、選手たちの心理的特徴や背景について考察している。しかし、細川らの対象者は何らかの主訴を持ち相談室を訪ねた者であるため、時系列的な適応過程には触れていない。

そこで、本研究では、新たな環境に身を置き、その環境移行に伴う適応が求められる大学新入生を対象とし、彼らが自覚する適応感を手がかりとして、時系列的な適応感の変化に伴う内的変容について検討することを目的とする。本研究では、個人における適応感の変化に注目するため、大学入学当初と数ヶ月後とで適応感に大きな変化が認められた者を対象とする。これは、適応状態の違いの心理的背景を捉える試みである。

II 方法

1. 対象と調査時期

T 大学某運動部（集団・単一種目）の男子新入生 36 名を対象とした。入部してまもない 4 月中旬に 1 回目の調査を行った。対象とした運動部では、新入生だけのトレーニング期間（フレッシュマントレーニング）を 3 ヶ月ほど設けている。そのトレーニングの終了時にあたる 7 月上旬に 2 回目の

1 筑波大学教育研究機関受託研究員

2 奈良産業大学教育学術研究センター

3 人間総合科学研究科体育科学専攻

調査を行った。

2. 調査方法

対象者をランダムに10名程度から成る3つのグループに分け、風景構成法(The Landscape Montage Technique : LMT) 及び質問紙調査を行った。本調査の実施は、本研究筆頭者及び臨床スポーツ心理学を専門に学ぶ大学院生が行った。

3. 調査内容

1) 風景構成法(The Landscape Montage Technique : LMT)

川から石まで順にアイテムを10個描き、その後クレヨンで彩色する描画法であり、主に心理治療場面において用いられるが、カウンセリングなどでアセスメントとして使われることも多く、幅広い人格の理解やその人の置かれている状況の情報を得ることができる。

2) 運動部活動における適応感評定尺度 (ASSAC)

桂・中込(1990)によって作成された尺度を用いた。5件法による回答を求め、得点の高い方が適応感の高いことを示す。

Ⅲ 結果および考察

1. ASSAC 基礎統計量及び適応感上昇群、適応感低下群の抽出

対象者全員の ASSAC 得点の平均値と標準偏差を表1に示した。t検定を用いたところ、1回目の得点よりも2回目の得点の方が有意に低かった($t(35)=2.59, p<.05$)。一般的には、入部後3ヶ月が経過した2回目の得点の上昇を予想するが、結果は逆に減少した。質問紙等を通して知る適応感の程度あるいは時系列的な変化には、多様な意味が込められていると考えなければならない。

表1 ASSAC 尺度の平均と標準偏差

	M	SD
1 回目	121.4	13.2
2 回目	116.5	13.2

本研究は、評定尺度において大きく変化した者に注目するため、2回目の得点と1回目の得点の差を算出した。そしてその差の正負の方向それぞれにおいて大きな差のあった3名を抽出した。得点が上昇した3名を適応感上昇群(以下、上昇群)、下降した3名を適応感低下群(以下、低下群)と

した。

2. LMT に表現された各群の心理的様相

スポーツ選手の LMT の解釈にあたり標準化されたものではなく、一義的な解釈からの安易な一般化には注意しなくてはならない。しかし、一方で個々の描画から選手の共通の心性を理解するための情報も得ることができる。ここでは、スポーツ選手の LMT に関する研究を参考に両群の描画を検討する。

図1は、上昇群3名の1回目と2回目の LMT である。上昇群の LMT の変化には、次のような特徴がみられた。入学直後の1回目の描画は各アイテム間の構成が不整合であり、つながりが不明瞭であった。2回目の LMT でもまとまった構成がなされているとは言えないが、1回目と比べると風景としての構成度が増した。さらに、川岸を石や花で囲むような特徴も確認できた。これは、入学当初に抱く新たな環境への適応に対する不安感や、見知らぬ人間との関わりに対する緊張などが1回目の描画には投影され、数ヶ月の期間を経た2回目の時には、ひとまずは安定した状況になったことが投影されたと考えられる。描かれた人も、スティッグフィギアが多いものの、1回目よりも人数が増えていたことから、人との関係において一旦安定した関係を形成できたことが窺える。

次の図2は、低下群3名の1回目と2回目の LMT である。低下群の LMT の変化については、山の峰の増加、川の変化(流れや位置の逆転、過大な増幅)、川の方角に向いた人などの特徴が挙げられる。山は、時に自らが到達すべき目標の象徴として表されることがある。低下群における山の峰の増加は、大学生活(部活を含む)での当面の目標というよりは、より自己の探索といった青年期後期の心理的課題であるアイデンティティ形成の模索への変遷と捉えることができると思われる。これは川の変化からも推測される。左右の流れや位置の逆転あるいは川幅の過大な増幅は、無意識のエネルギーの変化と捉えることができよう。また、川に向いた人も、自己のより深い変化に向いていると考えられる。彼らは、新たに自己を探し始める状態にあると思われ、そのような心理的様相が評定尺度上においては不適応の方向への得点低下となったのではないかと推測される。

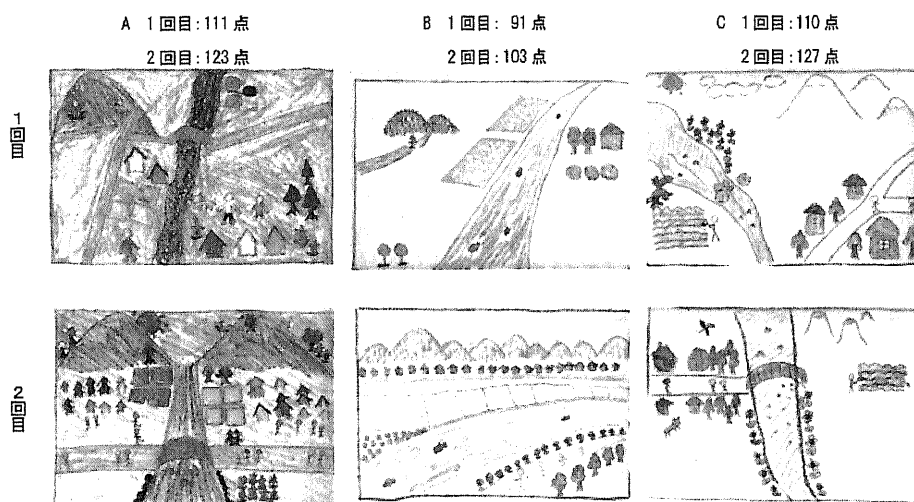


図1 上昇群3名 (A, B, C) のLMT

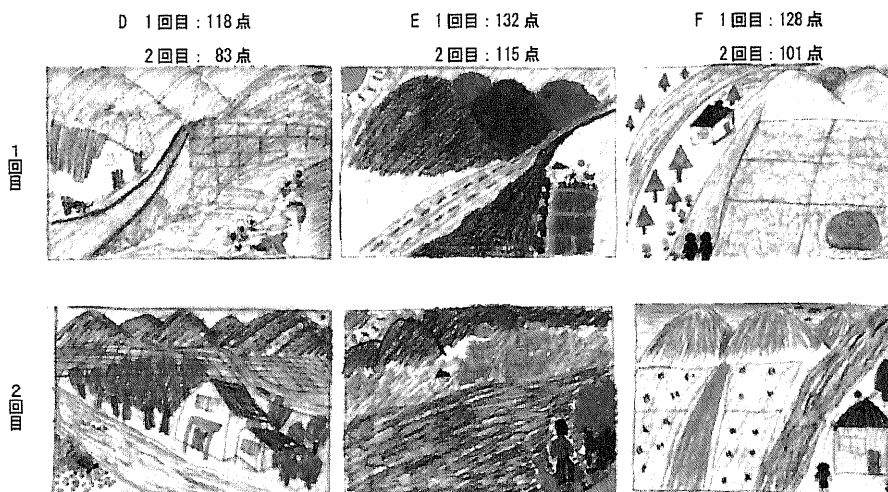


図2 低下群3名 (D, E, F) のLMT

IV まとめ

本研究では、適応感を手がかりに、大学新入生競技者の環境への適応状態の理解を試み、適応感の推移が異なる対象者の心理的背景を風景構成法から読み取った。適応感の増した者は、新しい環境に置かれて生じる不安や対人緊張をひとまずは抑え安定していること、一方、適応感の低下した者は、アイデンティティ形成の模索の状態にあることが窺われ、それが一時的適応感低下として表

れていると考えられた。

数量的に適応感の程度を測ることも、大学生の心理状況を理解するひとつの指標にはなるが、さらに、彼らが置かれた状況の意味を考えることがより一層の理解につながると考える。不適応から適応へ向けた操作的介入や、あるいは不適応の予防といった試みだけでなく、選手の置かれている現在の心理状況を共感的に理解していこうとすることに、本研究結果は一助となろう。

文 献

- 細川佳博・中込四郎（2000）部活動での不適応を訴えた事例の風景構成法の検討. 臨床心理身体運動学研究, 2 : 41-52.
- 桂 和仁・中込四郎（1990）運動部活動における適応感を規定する要因. 体育学研究, 35 : 173-185.
- 中込四郎（2004）スポーツカウンスリングスポーツ選手の心理的問題一. 日本スポーツ心理学会編 最新スポーツ心理学その軌跡と展望. 大修

館書店：東京, pp. 231-242.

付 記

本報告は、日本スポーツ心理学会第 33 回大会（2006）で、発表したものに加筆・修正を施したものである。本研究を進めるにあたり、澁谷周一氏（平成 18 年度体育専門学群卒業）、宇土昌志氏（平成 18 年度修士課程体育研究科修了）、勝健真氏（現・修士課程体育研究科）らの協力を得た。ここに記して感謝申し上げます。