

体育・スポーツ領域におけるソーシャル・ サポート研究の現状と課題

土 屋 裕 睦・中 込 四 郎

Recent Issues on Social Support Studies in Sports and Physical Activities: A Review of Articles Seeking for Future Research Directions

TSUCHIYA Hironobu and NAKAGOMI Shiro

In the field of social psychology, a lot of studies have been conducted on social support to demonstrate the effect of buffering stress. Recently many reviews have appeared to summarize the main issues in the research area with seeking for implications to practical studies. Based on the existing knowledge we established a reviewing framework consisting the following three components; i) identifying relating variables and stressful events, ii) definitions and measurement methods, iii) necessity of practical studies.

The purpose of this study was to analyze the recent trend of social support studies and to explore future directions in the field of sports and physical activities by reviewing the relevant articles found in a data base (SPORT Discus). One hundred and thirty eight studies were retrieved in the data base for the last 20 years (1975-1995), and the studies significantly increased after 1990. In terms of related variables, these studies were divided into 4 categories; sport participation, injury and rehabilitation, stress coping, and leadership behavior. The analysis of articles concerning sports and physical activities suggested that advanced findings were obtained in the stress coping and leadership studies. The studies in the field of sports and physical activities were more likely to direct their attention to social support in the practical context than those in other field which were concerned about the buffering effect of social support on mental health. There were found still unanswered questions and problems to solve urgently, while practical intervention strategies have begun to be established, which implies a future direction of this research area.

Key words: Social support, Review of articles, Stress buffering effect, Athletes burnout

1. はじめに

ソーシャル・サポート (social support; 以下「SS」と略称する)研究は、これまでストレスと健康、とりわけ精神的健康との関連で大きな関心を集めてきた。「良好なSSを得られることは心身の健康の維持・促進につながる」といった主張をめぐって、これまで数多くの研究が行われてきた。特にストレスを扱う心理学関連領域において、SS研究の重要性はますます強調されている。そ

の理由として、ストレス研究における以下のような認識の高まりが指摘されている。すなわち、社会的資源の重要性、非専門家の役割の重視、予防的働きかけの重視の3点である⁵⁴⁾。ストレスへの対処過程で問題を抱える個人に着目した場合、SSは社会的資源の一角を担う重要な存在であり、したがってSS研究の意義は、その個人を取り巻く非専門的な他者との相互関係のあり方によって、疾病の予防が可能になる点に見い出すことが

できる。

この概念を適用した研究は、社会心理学、健康心理学、教育心理学といった心理学関連分野だけでなく、ストレスを扱う様々な分野においても認められる。例えば看護学の分野では、早くからこの概念が注目されてきた²⁴⁾。ところが、これまでなされてきた実証的研究の多くは、ストレスレベルとSSの間に主効果が認められるとする「直接効果」と、交互作用が認められるとする「間接効果」を対立軸にした、ストレス緩和効果の検証に費やされてきたといつてよい。現在では、上記の対立する議論についても一定の結論が得られ、同時にSSのストレス緩衝メカニズムが明らかになりつつあるが⁷⁾、その間に費やされた調査研究は膨大な数にのぼった。

ところで、1970年代中盤に始まったSS研究もはや20年が経ち、最近では社会心理学および健康心理学を中心として、SS研究の課題を整理するためのレビュー^{60,68-70)}が精力的になされている。そこでは、上記のSSのストレス緩衝メカニズムを踏まえ、SSとは何かといった定義上の問題からその測定方法の問題、さらに効果を決定する種々の要因(例えばストレスのレベルや種類、SSの機能、SSの提供者や受け手の社会的属性あるいは心理的特徴など)が課題として取り上げられ、それに関連する知見が積み重ねられてきている。これらのレビューが精力的になされている背景には、これまでなされてきた実証的研究によって、確かにSSのストレス緩和(緩衝)効果は検証されてきてはいるが、それが必ずしも実践的な介入に向けた示唆へとつながっていないといった批判がある⁷⁰⁾。各分野における適応上の問題に、SS研究がいかに答えるかの検討が、これから本格的になされていかなければならない時期にあるといえる。

そのような認識のもと、体育・スポーツ分野において土屋・中込⁶⁴⁻⁶⁶⁾は、選手の燃え尽き(burnout; 以下「バーナウト」とする)予防の観点からSSに着目し、基礎資料の収集に努めてきた。そして現在、その成果をチームビルディングや新入部員に対する介入プログラムの中で活かそうとする試みを行なっている^{62,67)}。しかしながら、体育・スポーツ領域全体で見た場合、SS研究の現状あるいは課題を検討した研究は見当たらず、問題とする適応事象間でSSをどう扱うかに

ついても混乱が認められている。最近の社会心理学および健康心理学におけるレビューの成果をもとに、体育・スポーツ領域におけるSS研究の現状や特徴を明らかにすることで、同時に今後の課題や研究の方向性が探求できるものと期待されている。

そこで本研究では、体育・スポーツ領域におけるSS研究の現状と課題を探求するため、文献研究を行った。まず、上述のレビューにおいて指摘されているSS研究の主張や課題を下敷きに分析の枠組みを構築し、体育・スポーツ領域におけるSS研究の特徴を明らかにする。次に、体育・スポーツ領域におけるSS研究の課題を整理し、今後の研究、とりわけ実践的研究の方向性を探求することを目的とした。

2. 分析枠組みの構築

体育・スポーツ領域における文献研究に先立ち、ここでは最近の社会心理学および健康心理学におけるSS研究の主張と課題を整理し、本研究における分析の枠組みを構築する。

前述のとおり、これまでSS研究は「良好なSSを得られることは心身の健康の維持・促進につながる」という命題のもとに実施されてきた⁵⁴⁾。そして現在では、その健康の維持・促進のメカニズムが、以下のように説明されている。

一般にSSは、個人が潜在的なストレス事象に直面してから疾病に至るまでの2つの時点で機能すると考えられている⁷⁾。1つは、ストレスの脅威を査定する認知的評価の段階であり、もう1つはストレスの再評価を含む対処段階である。またSSの機能に着目すると、その具体的内容は、およそ情緒的なSSと道具的なSSの2つに大別されることが多い⁶⁹⁾。この2つの構成要素を先の2段階に対応させると、認知的評価の段階では情緒的なSSが、そして対処段階では道具的なSSが有効となると指摘されている⁶⁵⁾。つまり個人は、情緒的なSSを得ることでストレスの脅威を減ざることができ、道具的なSSを得ることで適応的な対処行動が選択・実行されると考えられている。

ここで、潜在的なストレス事象は対処要件とよばれ、対処要件と心身の健康に関連した結果変数の間に因果関連が想定されるとき、SSはその間に介在する変数として位置づけられるのが一般的

である²⁷⁾。したがって、対処要件に合致したSSが、それにふさわしい提供者から得られることで、ストレスの悪影響が緩和され、結果として健康の維持・促進がもたらされ则认为られている。

以上がSSの健康の維持・促進をもたらすメカニズムとして、一般的に認められてきた知見である。しかしながら、その詳細については課題が多く、必ずしも研究者間で意見の一致をみえていない。そのうち、比較的多くのレビューによって指摘されてきた課題を整理すると、対処要件および結果変数の同定、定義および測定法の検討、実践研究の欠如の3点にまとめられる。SS研究における前述の主張とこれらの課題をまとめ、本研究の分析枠組みとして示したのが図1である。図中、潜在的なストレス事象(対処要件)→認知的評価→対処→心身の健康(結果変数)へ至るプロセスとSSの関連性は、Cohen & Willsのストレス緩衝モデル⁷⁾を基礎としている。以下では、この分析枠組みについて、上記の3つの課題との対応から問題の所在を明確にする。

1) 対処要件および結果変数の同定について

図1で明らかなようにSSは潜在的なストレス事象と心身の健康の間に介在する変数として位置づけられており、対処要件となるストレス事象とSSのマッチング(合致度)は、その効果を決定づける大きな要因となる⁶⁰⁾。ストレス事象の性質によって、自ずと有効なSSのタイプや提供者が異なると予想される。また同時に、結果変数としてどの種の問題を扱うかによっても、有効なSSのタイプが異なるとも考えられる。例えば、SSと身体的健康(疾病の発生)との関連について検討したレビュー論文では、異なる疾病間においてSSの効果の差異が見出されている⁶⁸⁾。したがって、対処要件と結果変数を同定したうえで、SSの効果を詳細に検討する必要があるといえる。その際に、図1に示したとおり、両者の間に因果関連が想定されていることを確認する必要がある。

他に、体育・スポーツ領域で扱う適応上の問題は、負傷の発生等の身体的健康と、適応感やバーナウトあるいは抑鬱等の精神的健康の問題、さらに選手およびチームの生産性(競技力やパフォーマンス)の問題も含まれていることが予想される。したがって、結果変数に注目しどの種の問題が研究の対象として扱われているのかを同定する必要

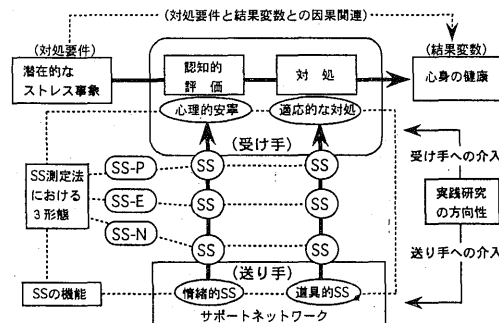


図1 本研究における分析枠組み

があるといえる。以上から、文献研究にあたっては研究の対象としている問題事象(研究の背景)を明確にし、対処要件と結果変数を同定していく必要があるといえる。

2) 定義および測定方法について

SSは「他者から得られる有形・無形の援助」²⁷⁾と換言されている場合が多いが、それは暫定的なものであり、定義については意見の一致をみえていない。例えばCobbはSSを情報として捉える試みを行なったが⁵⁾、結局「～に対してサポーターがゆえにサポートと呼ぶ」といった「循環論」を脱し切れていない。この点について浦は、操作的な「アドホックな定義」⁶⁹⁾に強く反対し、また稲葉らは「総称概念として」²⁷⁾広くSSを捉えていく必要があると主張している。

しかし、SSを総称概念として捉える以上、その測定方法は様々な形態をとらざるをえない。現在、比較的多く用いられている測定方法を挙げても、少なくとも3つ以上の測定方法が用いられている。図1におけるSS-Nはネットワーク(support network)の測定、SS-Eは実行された(enacted support)あるいは受け取ったサポート(received support)の測定、SS-Pは知覚されたサポート(perceived support)の測定といった3つの形態をそれぞれ示している。

測定方法の多様性は導き出される結果の多様性につながる。SSのストレス緩衝効果をめぐる対立概念、すなわち「直接効果」と「間接効果」についてみても、ネットワークの測定では前者が、知覚されたSSの測定では後者が検出される傾向の多いことが指摘されている⁶⁹⁾。さらに、知覚されたサポートについても受け手の満足度を測定

する場合と、利用可能性を測定する場合では、SSの意味づけが異なる。SSをどのように捉え、測定するかによって導きだされる結論が異なることから、文献研究においては測定法の形態に注意を向ける必要があると考えられる。

上記の測定法の問題は、SSの機能にも関連する。図中、情緒的なSSは受け手の認知的評価の段階で心理的安寧をもたらし、道具的なSSは適応的な対処行動を促進すると仮定されている⁶⁵⁾。しかし、送り手の意図と受け手の認知にずれが生ずるような場合、いずれの測定法が用いられたかによって、その機能は異なる。コーチから選手に対して練習方法に関するアドバイスがなされた場合を例にすると、SS-Eで測定された道具的なSSが、SS-Pでは情緒的なSSとして検出される可能性を否定できない。選手は練習方法のアドバイスを通じて、コーチから励まされたと感じることもあろう。体育・スポーツ分野における文献研究では、SS測定方法を十分吟味しながらSSの機能と効果を検討する必要があるといえる。

3) 実践研究について

これまで実施されてきたSSの実践研究は非常に少ないのが現状である⁵⁴⁾。問題に悩む個人がその問題の解決あるいは緩和に役立つSSを獲得できるような介入方略が確立されなければならない。

図1には実践研究の方向性として2つの可能性を示した。1つはSSの送り手に焦点をあてたもので、SS環境の整備のように捉えることができる。もう1つはSSの受け手に焦点をあてたもので、SS獲得に向けた個人の取り組みを活性化するための介入のように捉えることができる。本研究の主たる関心がとりわけ実践的研究の方向性を探求することにあることより、これら2つの方向性からそれぞれの研究における主張を注意深く吟味していく必要があるといえる。また、応用心理学の一部門に位置づけられるスポーツ心理学領域では、種々の実践研究が行なわれていると期待されることから、本研究ではそこで採用された介入方略の具体的内容を検討していく必要があると考えられる。

3. 体育・スポーツ領域におけるSS研究の現状

ここでは、まず体育・スポーツ領域では、どのような背景のもとにSS研究が実施されてきたの

かを明らかにし、カテゴリー毎に研究を分類する。次にそれぞれの背景をもつ研究においてどのような主張がなされているのか、その特徴を比較検討する。

1) 体育・スポーツ分野におけるSS研究の背景

体育・スポーツ領域におけるSS研究の現状を把握するため、SPORT Discus (1975-1996.6)をデータベースにし、“social support”を検索語とした文献検索を行なった。その結果、1975年から1995年の間に発表された146件の文献が検索され、そのうち138件について要約(アブストラクト)が入手できた。各論文に付されたアブストラクトを通読し、従属変数あるいは結果変数として設定されている問題事象のカテゴリー化を行なったところ、138件中46件が「運動参加」として、19件が「負傷」として、28件が「ストレス対処」として、26件が「リーダーシップ」として、19件が「その他」として分類された。

さらに、マイクロフィルムなど入手困難な文献、総説および啓蒙資料を除き、それぞれのカテゴリーに分類された代表的な論文の主張をまとめると、以下のものであった。

①「運動参加」

ここには、体育・スポーツ分野におけるSS研究のうち、特定の運動プログラムへの参加・継続ならびに運動行動への動機づけについて検討している論文を分類した。ここに分類された論文のいずれの研究でも、運動参加にSSが寄与するといった主張が見受けられる。例えば、Wankel & Mummeryは、カナダの人口統計学的データ(Campbell's survey of the well-being of Canadians)を用い、TPB (Theory of planned behavior)と呼ばれる運動行動の予測理論の検討を行なっている⁷¹⁾。TPBでは運動行動の予測変数としてSSが組み込まれており、その標準偏回帰係数に関する分析からは、調査対象者の加齢に伴い規定力の高まりが確認されている。そのプロセスについては、Brawley & Poag-DuCharmeやDuncan & Stoolmiller, Oman & Duncanの研究において、SSの享受が受け手の自己効力感を高め、運動行動へと動機づけていくと説明されている^{1, 13, 37)}。

②「負傷」

ここには、体育・スポーツ分野におけるSS研究のうち、負傷の発生ならびに負傷後のリハビリ

への専心度について検討している論文を分類した。負傷の発生を検討した研究の主張をまとめると、SSがストレス事象の悪影響を緩和し、結果として負傷の発生(頻度)を防ぐと理解される。例えば、Rider & Hicksの研究では、バスケットボール選手における負傷の発生が、SS探索を含むストレス対処スキルの欠如によって生起する可能性があると主張している⁴²⁾。しかし、Hanson, McCullagh & Tonymonは負傷発生の頻度に及ぼすSSの影響を認めておらず、頻度よりもむしろ負傷の重篤度と関連すると主張しており²⁰⁾、今後は負傷発生に与えるSSの効果を詳細に検討する必要のあることが分かる。

一方、リハビリ継続に焦点を当てた研究では、SSの供与がポジティブに関連するとの報告が多く、Nixonは負傷選手に対してトレーナーからの情緒的・道具的なSS提供が必要であると主張している³⁶⁾。ただし、Fields, Murphey, Horodyski & StopkaはSSのリハビリ専心度への効果を否定しないまでも、スケジュール等の要因に比較するとその規定力は大きくないと主張している¹⁵⁾。他に、Duda, Smart & TappeはSSを要因に組み込んだ投資理論(Personal Investment Theory)を用いて選手のリハビリプログラム継続を予測する試みを行っており、理論的基盤の確立を目指している¹³⁾。

③「ストレス対処」

ここには、体育・スポーツ分野におけるSS研究のうち、競技ストレスへの対処行動および結果変数としての適応感、バーナウト、競技不安について検討している論文を分類した。いずれも競技ストレスへの対処行動としてSSを積極的に活用する必要性を主張している。これらの研究が活発化している背景には、競技ストレスから派生する種々の心理的問題への関心の高まりが指摘できる。

選手のストレス対処行動を検討している研究では、エリートフィギュア選手に対する面接調査が実施され、ストレス事象ならびに対処方略の具体的内容が明らかになっている¹⁷⁻¹⁸⁾。そこでは、ストレスのタイプに応じた対処行動選択の必要性を指摘し、特にタイトル獲得後は積極的にSSを活用する必要があると主張されている¹⁷⁾。また、Madden & Kirkbyは、WOCS (Ways of Coping with Sport)の開発にあたって、自ら必要と思わ

れるSSを積極的に獲得していくことで、競技ストレスから派生する適応上の問題にうまく対処できると指摘し、WOCSにおいてはSS探索行動(Social support seeking)を重要な対処行動として取り上げている³¹⁾。またWOCSを用いた研究では、スランプへの対処過程で性差を報告するものもあり³⁰⁾、男性競技者に比べて女性競技者は活発にSSを求めることが明らかになっている。

結果変数についてみると、Kelly & GillとKellyは、コーチングスタッフのバーナウトに注目した研究を行なっている。そこでは、Smithのストレス-バーナウトの認知評価モデル⁵⁵⁾を援用し、満足できるSSを享受することでストレスの悪影響が緩和され、結果としてバーナウトの予防に寄与すると指摘されている²⁸⁻²⁹⁾。他に、Golding & Ungerleiderは、SSがPOMS (Profile of mood states)を用いて測定されるネガティブな気分を緩和すると報告している¹⁹⁾。また土屋・中込は選手のバーナウトの他に、運動部活動に対する適応感を結果変数に設定した研究を行い、男性競技者は部員からのSSが適応感を促進するのに対して、女性競技者では指導者からのSSが、指導者に対する心理的接近度を介して適応感を促進していることを示した⁶³⁾。Kolt, Kirkby & Lindnerの報告³⁰⁾と同様、ストレス対処過程を扱う研究では、選手の個人差に着目した研究が今後増えていくと予想される。

④「リーダーシップ」

ここには、体育・スポーツ分野におけるSS研究のうち、望ましいコーチ行動やリーダーシップについて検討している論文を分類した。ここに分類された研究では、コーチが選手に対してSS提供に努めることで、望ましいリーダーシップが発揮されると主張するものが多い。例えば、Weiss, Barber, Sisley & EbbeckおよびRiemer & Chelladuraiは、SSの供与に努めているコーチが指導するチームの凝集性は高く、また選手の満足度も高いことを報告している^{41,72)}。また、ほとんどの研究において、Chelladurai & Salehの開発したLSS (Leadership Scale for Sports)⁴⁾が用いられているのが特徴である。

LSSは40項目で構成され、SS提供の他に、トレーニング指導や民主的態度等をリーダーシップ行動と位置づけている。コーチに対してはそれぞれの行動の望ましさを問い、選手に対してはコー

チの実際の行動を評価させるといった工夫がなされている⁴⁾。日本とカナダとの間でLSSを用いた比較研究³⁾の結果を見ると、大学運動選手を対象とした調査ではSSについて有意な差を認めていないが、コーチを対象とした調査では日本の方が有意に高い得点を示している。日本のコーチはカナダのコーチに比べてSS提供をより望ましいコーチ行動として認識しているにも関わらず、選手の評価には違いが認められない。さらに、コーチのリーダーシップに関する満足度は、圧倒的にカナダの選手の方が高いことが示されている。LSSを用いた比較研究により、異なる競技集団間のSSの実態が明らかになっていくものと期待されている。

⑤「その他」

ここには、体育・スポーツ分野におけるSS研究のうち、上記以外の背景から研究がなされていると思われた論文19件を分類した。カテゴリーは、それぞれを独立して取り上げるほど件数が多くないと判断し、「その他」とした。脊髄損傷患者のライフスタイルの変化とSSの関連を検討したCoyle, Shank, Kinney & Hutchinsの研究⁹⁾や、アフリカ系アメリカ大学運動選手のSSネットワークを検討したHarrisの研究²²⁾などがここに含まれている。

2) 体育・スポーツ分野におけるSS研究の現状

上記のカテゴリーを踏まえ、それぞれの発表論文数の年代別推移を図示したものが、図2である。研究の背景に着目すると「運動参加」、「負傷」、「ストレス対処」に分類された研究が増加傾向にあることが分かる。一方1986年-1990年代に多くの発表がなされた「リーダーシップ」に関連する研究は、それ以後顕著な増加傾向が認められていない。全体では、年次的な発表数の増加が認められ、特に、90年までの総計が71件に対して、1991年-1995年までの発表論文数は67件と、顕著な増加が確認された。

そこで、体育・スポーツ分野におけるSS研究の現状を探求するため、この間に発表された代表的な論文を対象に、本研究の分析枠組みにしたがって、対処要件(ストレス事象)、SSの測定方法、従属変数(結果変数)を同定し、それぞれのカテゴリーにおける主張の概要を表1から表4にまとめた。以下では、上記に調査対象者の観点を加え、それぞれのカテゴリーにおける特徴を検討する。

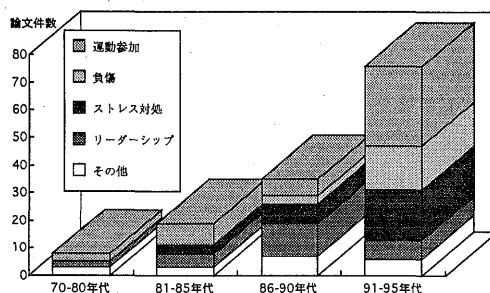


図2 関連変数別にみた発表論文件数の推移

まず、調査対象者に着目すると、「運動参加」では競技者以外を調査対象者とする場合が多いのに対して、「負傷」、「ストレス対処」、「リーダーシップ」では競技者を調査対象者とする場合の多いことが分かる。さらに「ストレス対処」ならびに「リーダーシップ」ではコーチが調査対象者となる場合があり、その際前者ではバーナウトを従属変数としている^{28,29)}といった特徴が認められる。これは、従来バーナウトが対人援助専門職を対象として研究がなされてきており¹⁴⁾、コーチもその範疇に加えられているためと考えられる。後者では、選手に対するSSの提供者としてコーチが調査の対象となっており、「負傷」において理学療法士を調査対象としたFord & Gordonの研究¹⁶⁾と同様、望ましいSSの具体的な行動を探求することが目的となっていることが分かる。したがって、体育・スポーツ領域におけるSS研究は、非競技者を調査対象とした「運動参加」と、競技者・コーチあるいは理学療法者を対象とした「負傷」、「ストレス対処」、「リーダーシップ」研究がなされているといえる。

次に対処要件の特徴をみると、「運動参加」ならびに「リーダーシップ」では明確な対処要件が設定されていない場合が多い。前者では運動参加に及ぼすSSの影響が、後者ではコーチがSSをどの程度提供しているかが検討されている。それに比べて「負傷」と「ストレス対処」ではいずれもストレス事象が対処要件として設定されており、前者では生活ストレスが、後者では競技ストレス(あるいは職務ストレス)が対処要件となっている場合が多い。前者の研究の関心は、生活ストレスと競技状況における負傷の発生との間の、因果関連の検討にあるようである。

表1 「運動参加」を研究の背景とする主な文献の概要

著者名	発表年	研究の背景	調査対象者	対処要件	SSの測定方法	独立(介在)変数 (SS以外)	従属(結果)変数	主な結果あるいは 実践研究への示唆
Brawley & Poag-Ducharme	1992	運動参加	健康な老人	—	知覚されたサポート (満足度)	自己効力感	運動プログラム への参加日数	SSと運動プログラム参加との 関連において自己効力感が 介在変数となる
Duncan & Stoolmiller	1993	運動参加	一般成人	—	知覚されたサポート (満足度)	自己効力感の認知	運動参加	自己効力感の認知が、SSと 運動行動の関連において介 在変数となる
Sohi & Singh	1993	運動参加	ナイジェリア選手	—	客観指標による測定 はない	家族の運動参加	—	ナイジェリア選手の競技参 加は、家族からのサポート と関連している
Wankel & Mummary	1993	運動参加	一般人(カナダ)	—	知覚されたサポート (満足度)	—	—	SSは運動参加を促進(人口 統計学資料を用いたTPBモ デルの検証)
Rose, et al.	1994	運動参加	8-12歳の少年	—	知覚されたサポート (満足度)	運動技能	SSの享受度	運動技能の低い少年は、高 い少年に比べSSの享受が少 ない
Henderson, & Bedini	1995	運動参加	運動障害のある女 性(事例検討)	運動障害	客観指標による測定 はない(面接)	—	—	運動障害のある女性のス ポーツ参加にSSが重要な役 割を果たす
Oman & Duncan	1995	運動参加	成人女性	—	知覚されたサポート (満足度)	自己効力感、 運動強度	プログラムへの 参加・継続	SSは内部統制感を通じて運 動行動を間接的に規定する

表2 「負傷」を研究の背景とする主な文献の概要

著者名	発表年	研究の背景	調査対象者	対処要件	SSの測定方法	独立(介在)変数 (SS以外)	従属(結果)変数	主な結果あるいは 実践研究への示唆
Hardy, et al.	1991	負傷	大学運動選手	生活ストレス	満足度およびネット ワーク	ストレス源	負傷の頻度と重 篤度	SSの種類によって直接効果 と間接効果が認められた
Ievleva & Orlick	1991	負傷	負傷を抱える選手	リハビリテー ションの継続	知覚されたサポート (満足度)	積極的な語りかけ、 目標設定、他	回復までの期間	回復の早い選手たちのSS満 足度は高い
Shanahan	1991	負傷	大学運動選手	負傷に伴う心理 的变化	知覚されたサポート (満足度)	負傷者と非負傷者	自尊心	SSはその量よりも質が重要
Hanson, et al.	1992	負傷	陸上競技選手	生活ストレスと 競技ストレス	知覚されたサポート (満足度)	パーソナリティ要因 とストレス源	負傷の頻度と重 篤度	SSにより負傷の重篤度が規 定される(負傷発生の頻度と は関連しない)
Ford & Gordon	1993	負傷	理学(リハビリ)療 法者	(負傷に伴うス トレスを想定)	必要性和提供可能性	—	—	リハビリ過程で理学療法者 が選手に提供すべきSSの具 体的内容を探求
Petrie	1993	負傷	大学サッカー選手	生活ストレス	知覚されたサポート (満足度)	チームにおける地位	負傷の発生	重篤な負傷の発生に対して SSの満足度とストレスの影響 が認められた
Nixon	1994	負傷	大学運動選手 (NCAA Division 1)	負傷に伴う痛み	ネットワーク	チームにおける地位 位、チーム構造、他	サポート獲得行 動	負傷選手にはトレーナーか らの情緒的・道具的なサ ポートが重要
Fields, et al.	1995	負傷	大学性(同好会)	リハビリテー ションの継続	知覚されたサポート (満足度)	動機づけ、痛みへの 耐性、他	リハビリ専心度	SSには両群に顕著な差がな くリハビリ専心度にはスケ ジュールの要因が強く関連
Rider & Hicks	1995	負傷	バスケットボール 選手	生活ストレス ライフイベント	知覚されたサポート (満足度)	ストレス、対処能力	負傷の発生	SS、ストレス対処能力と負 傷の生起には負の相関が認 められる

表3 「ストレス対処」を研究の背景とする主な文献の概要

著者名	発表年	研究の背景	調査対象者	対処要件	SSの測定方法	独立(介入)変数 (SS以外)	従属(結果)変数	主な結果あるいは 実践研究への示唆
Golding & Ungerleider	1991	ストレス 対 処	陸上競技選手 (マスター)	練習頻度と強度	提供者およびネット ワーク	—	気分(POMS)	SSが選手の気分に影響を及ぼす。提供者は練習環境に依存
Crocker	1992	ストレス 対 処	大学運動選手	—	SS探索行動	—	—	WOCSの因子構造の確認。SS探索行動が対処方略として独立した因子となる
Smoll et al.	1993	ストレス 対 処	少年選手	競技ストレス	客観指標による測定 はない	(介入プログラム)	自尊感情	コーチへの介入プログラム(CET)が選手の自尊感情を高め離脱を防ぐ
Coleman	1993	ストレス 対 処	20-81才の 一般成人	生活ストレス	客観指標による測定 はない	レジャー参加形態	自己評定による 健康度	SS獲得を目的としたレジャー活動は健康と関連しない
Gould, et al.	1993	ストレス 対 処	フィギュア スケート選手	競技ストレス	客観指標による測定 はない(面接)	各種対処行動	—	エリート選手はストレス源の種類に応じて対処方略を使い分けている
Gould, et al.	1993	ストレス 対 処	フィギュア スケート選手	タイトル獲得後 の競技ストレス	客観指標による測定 はない(面接)	各種対処行動	—	タイトル獲得後はSSの探索と活用を積極的に行う必要性がある
Kelley & Gill	1993	ストレス 対 処	バスケットボール コーチ(教員)	ストレス, 役割 の混乱, 他	知覚されたサポート (満足度)	個人・状況要因	バーナウト	Smithのモデル検証。SSの満足度が高いとストレスの認知的評価が低い
kelly	1994	ストレス 対 処	ソフトボール コーチ	職務ストレス	知覚されたサポート (満足度)	勝敗, 困難さ, 性差	バーナウト	特に男性コーチにおいてはSSの満足度がストレスの評価に密接に関連する
Tsuchiya & Nakagomi	1994	ストレス 対 処	大学運動選手	競技ストレス	知覚されたサポート (満足度)	競技ストレス	バーナウト	提供者毎とサポート機能に関連が認められる
Crocker & Graham	1995	ストレス 対 処	大学運動選手	競技ストレス	SS探索行動	競技ストレス	対処様式	女子競技者は情緒的理由によりSS探索行動が多く認められる
Kolt, et al.	1995	ストレス 対 処	体操選手	競技ストレス	SS探索行動	WOCSの各要因	(性差の検討)	女子選手はスランプへの対処過程でよりSSを活用する
Smith, et al.	1995	ストレス 対 処	少年野球選手	競技ストレス	客観指標による測定 はない	(介入プログラム)	競技不安	コーチへの介入プログラム(CET)が選手の競技不安を軽減
Tsuchiya, et al.	1995	ストレス 対 処	大学運動選手	競技ストレス	知覚されたサポート (満足度)	競技ストレス	運動部活動への 適応感	SSの適応感に与える影響には性差が認められる

注) 著者名はデータベースにおける表記をそのまま使用した。

表4 「リーダーシップ」「その他」を研究の背景とする主な文献の概要

著者名	発表年	研究の背景	調査対象者	対処要件	SSの測定方法	独立(介入)変数 (SS以外)	従属(結果)変数	主な結果あるいは 実践研究への示唆
Weiss, et al.	1991	リーダー シップ	女性コーチ (非熟練者)	—	客観指標による測定 はない(面接)	—	—	インターン制度の利点として報告された内容にSSの享受が認められた
Westre & Weiss	1991	リーダー シップ	高校サッカー選手	—	知覚されたサポート (満足度)	LSSの各要因	チームの凝集性	SS提供に努めていると認知されたコーチが指導するチームの凝集性は高い
Salminen & Luukkonen	1994	リーダー シップ	コーチ	—	実行されたSS	LSSの各要因	—	LSSの妥当性検討
Riemer & Chelladurai	1995	リーダー シップ	サッカー選手	—	知覚されたサポート (満足度)	LSSの各要因	選手の満足度	SSの満足度はリーダーシップに対する満足度と強く関連する
Coyle, et al.	1993	その他	脊髄損傷患者	ライフスタイル の変化	知覚されたサポート (満足度)	レジャーライフスタイル, 抑鬱傾向, 他	生活満足度	SSシステム構築を目指した介入により生活満足度の向上が期待できる
Harris	1994	その他	アフリカ系アメリカ 大学運動選手	—	知覚されたサポート (満足度)	—	—	黒人社会(家族)よりもスポーツ環境からSSを享受している

SSの測定方法をみると、知覚されたサポート(満足度)が査定されている場合が多いことが分かる。その中にあって「負傷」ではネットワークの測定が、「ストレス対処」ではSS探索行動が査定されているものが散見される。実行されたサポートは「リーダーシップ」のカテゴリーに分類された1件の研究⁴⁶⁾にのみ認められる。

最後に、独立変数ならびに従属変数をみると、「運動参加」では自己効力感ならびにSSの運動参加に与える影響が検討される場合が多く、満足できるSSを享受することで個人の自己効力感が高められるといった示唆が得られている。「負傷」ならびに「ストレス対処」では、SS探索行動ならびにその他の対処行動によるストレス緩和効果の検討が主になっており、対処行動の促進のための実践的な取り組みが認められる。特に、Smoll, Smith, Barnett & Everett および Smith, Smoll & Barnett は、SS 供与を中核としたコーチへの介入プログラム(CET:Coach Effectiveness Training)を作成し、そこで研修を行なったコーチが指導するチーム(選手)の自尊感情は高く⁵⁷⁾、また競技不安が減少することを確かめている⁵⁶⁾。「リーダーシップ」でもSSの提供を望ましいコーチング行動として捉えており、その程度とチームの凝集性および選手のリーダーシップに対する満足度との関連が検討されている。しかし、そこでは明確な対処要件が設定されておらず、また実践的な介入方略が見い出されていない。その点で、上記のコーチへの介入プログラムは、「リーダーシップ」研究におけるより実践的な方向づけを刺激していくものと期待できる。

4. 考察

以下では、先に本研究の分析枠組みとして提示した3点について、体育・スポーツ領域における先行研究の課題と今後の方向性を検討する。

1) 対処要件および結果変数の同定について

最近の社会心理学のレビューでは、従来の「直接効果」と「間接効果」の他に、第3の効果として「限定効果」と呼ばれる効果に着目している⁵⁴⁾。「直接効果」と「間接効果」をストレスレベルとの関連から、それぞれ「ストレスレベルに関わらず、SSを享受している個人は健康や適応状態が良い」、「ストレスレベルが低いときにはSSの享受の有無は個人の健康や適応状態と関連しない

が、ストレスレベルが高くなるとSSを享受している個人はそうでない個人に比べてそれほど悪化しない」と説明するとき、この「限定効果」は、「ストレスレベルが低いときにはSSを享受している個人はそうでない個人に比べて健康や適応状態が良いが、ストレスレベルが高くなるとSSの享受の有無は個人の健康や適応状態と関連しない」のように説明される⁵⁴⁾。

この「限定効果」の注目されている背景には、対処要件の性質をさらに詳細に検討しようとする意図が読み取れる。同じ機能を持つSSが提供されたとしても、配偶者の死に代表される生活出来事(life event)的なストレス事象に対処要件とする場合と、同僚と些細な対立といった日常苛立ち事(daily hassle)的なストレス事象に対処要件とする場合では、自ずとSSの効果に違いが見られるはずである。しかしながら、体育・スポーツ領域ではそれを詳細に検討しようとする試みは非常に少く、対処要件となるストレス事象を設定した調査・実験計画が、「負傷」「ストレス対処」を除きほとんど認められないといった現状が明らかになった。したがって、多くの研究で採用されている分析は、SSと従属変数(結果変数)間の相関関係の検討がなされているに過ぎない。最近の研究ではHardy, Richman & Rosenfeldが直接・間接効果の検討に言及しているのみである²¹⁾。

「リーダーシップ」研究では、SS提供の量と選手の精神的健康との間に正の相関関係が報告されている。Westre & WeissとReimer & Chelladuraiの主張をまとめれば、「SSの提供に努めるコーチの指導するチームでは凝集性が高まり⁷³⁾選手の満足度が向上する⁴¹⁾」といえよう。この点について、Sarason, Sarason & Pierceはサポートされている感覚、受容されている感覚の重要性をパフォーマンスとの関連で論じており、SSをストレスの緩衝剤として位置づけるだけでなく、生産性を促進する要因として位置づけている⁴⁸⁾。さらに、Schunkがすでに選手の有能感と動機づけ、およびパフォーマンスの関連を検討しはじめている⁴⁹⁾。従来のSS研究では、ストレス緩和効果の検討にエネルギーが注がれていたが、体育・スポーツ領域では、今後選手やチームの生産性との関連において独自のSSの定義づけがなされていくものと期待できる。

しかし、最近の社会心理学の研究では、対処要

件となるストレス事象の性質や強度によって「限定効果」が認められることだけでなく、例えば他者依存性の検討を行った福岡・橋本の研究²⁵⁾のように受け手の自尊感情や有能感との関連で、SSのネガティブな効果を報告する研究も増えており、SSを与えさえすればよいといったこれまでの研究の風潮に警鐘が与えられている。具体的な問題として、バーナウト事例を想定する場合、コーチからの叱咤激励といったSS提供により、選手の競技意欲が一時的に喚起されても、バーナウト予防という観点からみると大きな危険性をはらんでいることも指摘されている⁶⁵⁾。選手の抱える問題の本質を考慮にいれたSS提供を目指すなら、対処要件とSSの効果の関連に焦点をあてた研究がますます必要となってくるものと思われる。

2) 定義および測定方法について

体育・スポーツ分野におけるSSの定義は、先行研究のいずれかの定義をそのまま援用することが多く、またSSの具体的な測定では従来社会心理学で報告されてきた、細分化された構成要素が踏襲されている。例えばRosenfeld, Richman & Hardyは、Pines, Aronson & Karfryの定義とSS行動を競技者にそのまま援用する試みを行っている⁴⁵⁾。分析の結果、選手はチームメイトから情緒的なSSを受け取る機会の少ないことを報告しているが、「情緒的に困難を感じる場面で、あなたを批判することなく援助してくれる」といった問いかけが、果たして競技者に必要と思われる情緒的なSSをどの程度代表しているのだろうか。この疑問は、Pines, et alのSS項目が対人援助職のバーナウト研究の中で開発されたことに由来する³⁹⁾。情緒的枯渇状態を特徴とするバーナウトでは、確かにこのSS項目が受け手の心理的安寧をもたらすであろう。しかし、大学運動選手を対象とした調査からは「ライバルと認め合いお互いに高め合える」、「あなたの成功を心から願ってくれる」といったSS行動が、選手に必要な情緒的SSであることと示唆されている⁶⁴⁾。また、友人との娯楽活動の共有に代表される「コンパニオンシップ」⁴⁴⁾が結果的に情緒的なSSの機能を持つことも分かっている⁶⁴⁾。独特の下位文化が形成されているといわれる競技社会においては、競技者にとって意味あるSS行動の検討ならびに尺度の作成が急務であると指摘できる。

そのためには、従来の研究で示された具体的なSS行動に固執することなく、例えばRichman, Hardy, Rosenfeld & Callananが行なったように、SS行動の探求を目的にしたブレイン・ストーミングが、スポーツ心理学者およびコーチを中心になされていく必要があろう⁴⁰⁾。情緒的なSSと道具的なSSを軸にしながら、それぞれの提供者との対応から、体育・スポーツ領域独自の具体的なSS行動が見い出されていくことが望ましいと考えられる。その過程は、「リーダーシップ」研究においてなされてきた、「望ましいコーチは～のようなSSを提供すべき」といった議論だけでなく、選手が必要と感じる具体的なSS行動を探求する必要がある。そしてその効果が選手の抱えるストレス事象および結果変数である心理的健康との関連で検討されれば、より実践的な基礎資料が収集できると期待できる。この点については、Schliesmanが、リーダーシップについての望ましさと実際のコーチング行動におけるギャップを調査している⁵⁰⁾。送り手と受け手の双方に注目した研究は、今後ますます重要となるであろう。

また測定方法についてみると、多くの場合知覚されたサポート(満足度)の測定がなされている。この傾向は体育・スポーツ領域に限らず他の領域にも認められているが、他の測定方法との組み合わせによって、有効なSSの所在、すなわち誰から得られるどの種のSSなのかに関わるより具体的な情報が得られるものと思われる。例えば宗像・椎谷は早くから、情緒的な支援者を保有していることが中学校教師のバーナウト(燃え尽き状態)の予防に寄与することを実証しており³⁵⁾、ネットワークの重要性が指摘されている。したがってSarason, Levine, Bashaman & Sarasonが作成したSSQ (Social Support Questionnaire)⁴⁷⁾や、嶋が大学生を対象としたネットワーク分析で用いた測定方法⁵³⁾を参考に、ネットワークと知覚されたSSの両方を査定するような測定方法の開発が望まれる。SSQでは、27のSS項目について、そのようなSSを提供してくれる他者をすべて書き出し(ネットワークの調査; SSQ-Nと呼ばれる)、次にそれぞれの項目の満足度(知覚されたSSの調査; SSQ-Sと呼ばれる)を答えるよう要請している⁴⁷⁾。嶋の測定方法では、父親、母親、親友といった12名の人物を定め、12項目のSS行動についてネットワークのメンバー毎に利用可能

性を査定している⁵³⁾。両者の測定方法における最大の利点は、選手のSSネットワークについて査定(アセスメント)が可能になる点にある⁵²⁾。

測定方法に関連して、「ストレス対処」に多く認められた、SSの探索行動に着目した傾向は、体育・スポーツ分野におけるSS研究の特徴である。他領域で多用されている利用可能性を問う測定方法よりも、受け手のSS獲得に向けた取り組みを直接測定することができる点で、今後この種の測定方法が注目されていくものと考えられる。

3) 実践研究について

本研究の分析枠組みでは、体育・スポーツ領域における実践研究が大きく分けて2つの方向性を持つことが可能であると想定されていた。1つは、送り手への介入であり、もう1つは受け手への介入である。

体育・スポーツ領域における研究を概観したところ、前者は主に、選手にとって重要な他者(コーチやトレーナー)の教育・トレーニングの一環として実践されていることが確認された。例えば、Smith, et al. が開発したCETと呼ばれるプログラムがこれに相当する⁵⁶⁾。そこでは、「リーダーシップ」研究の主張と同様、コーチが選手に対して情緒的なSS提供に努める意義が強調されている。

後者、すなわち受け手への介入については、ストレスマネジメント教育の一環として、SS獲得に向けた動機づけを高めるためのセッションが実践されている。しかし選手を対象とした、体系化されたプログラムは見当たらず、例えばTaylorのストレスマネジメントプログラムは、コーチを対象としている。「ストレス対処」の概観でも明らかなおと、選手のSS探索行動が、競技ストレスへの対処方略として注目されているが⁵¹⁾、それを促す具体的な介入プログラムが欠如している。例えばコーチに対するストレスマネジメントプログラムでは、①コーチングに対する動機づけの促進、②ストレス事象に対する気づきの向上、③ストレス反応に対する理解、④有効な対処方略の確立、⑤サポートシステムの構築といった内容が組み込まれており⁵⁹⁾、今後は、この様なプログラムが選手へ適用されていく必要がある。

ところで、選手にとってコーチは重要な他者であり、道具的なSSのうち特に指導的(instructive)なSSについてみると最も強力な提供者と位置づけることができよう。それゆえに「リーダーシッ

プ」研究では、選手に対してSSの提供に努める意義が強調され、またCETのようなプログラムが準備されてきたと考えられる。一方で、受け手すなわち選手のSS獲得に向けた取り組みを促すプログラムが欠如していることが明らかになった。このような現状を踏まえると、今後の実践研究の方向性として以下の報告が示唆に富んでいるように思われる。これは、SS研究の先駆者であるCaplanが、SSシステムの構築を目指した際に提唱した「未亡人から未亡人運動」²⁾における実践報告の抜粋である。「ほとんどの相談員(援助専門家)はできるだけ早くよくなるように望んでくれてはいたが、…中略…、(未亡人たちは)大きな助けになったとは思っていない。…略…。それに対して他の未亡人たちはとても助けになることが分かった。…略…。彼女らはしっかり頑張るように式のことは一切言わなかった。彼女らは、悲しみ(ベトナム戦争による配偶者との死別)が一時的なものであり、元気になるのはその経過を経なければならぬと知っている」(略と説明は筆者による)。この報告からは、自然発生的な社会資源を活用することで、SSが本質的な機能を発揮することを示している。

コーチは競技状況における選手との関わりの中で、「しっかり頑張るように」式の働きかけを、役割行動として求められている。技術指導や練習計画の立案などを中核とする道具的なSSの提供者であることは、必然的に援助専門家を意味し、ここで報告されるような自然発生的な社会資源となるには限界がある。コーチ自身が道具的・情緒的なSS提供に努める必要性和同様に、チーム内でサポート機能が活性化するような試みを、種々の角度から模索していく必要性も主張されなければならない。その1つの方向性として最近、集中的グループ体験学習を取り入れた取り組み^{6,32-34,62,67)}や独自の作業課題(サポートネットワーク分析⁶¹⁾)が提案されている。この種の研究ははじまったばかりであるが、2つの介入方略の接点として、今後注目に値すると思われる。

5. まとめ

本研究では、体育・スポーツ領域におけるSS研究の現状と課題を探求するため、最近の社会心理学ならびに健康心理学の知見を踏まえて独自の分析枠組みを構築し、文献研究を行った。これま

で概観したように、体育・スポーツ領域における研究では、主に「運動参加」「負傷」「ストレス対処」「リーダーシップ」の4つの異なる関心からSS研究が行なわれてきており、1990年以降、発表論文数が増加していきることが確認され、またそれぞれに独自の研究知見が積み重ねられてきていることが分かった。

先に構築した分析枠組みによる検討からは、①対処要件となるストレス事象の設定とSS緩和効果の検討、②SSの位置づけや選手にとって意味あるSS行動を測定するための独自の方法の開発、③選手を対象としたストレスマネジメントプログラムの開発が早急に取り組まなければならない課題として指摘された。

しかし嶋がSS研究の展望⁵⁴⁾の中で、競技者を対象とした研究に着目していることからわかるように、体育・スポーツ領域ではSS研究について独自の方向性を示しつつある。その1つに、チーム内におけるSS機能を高めるような実践研究が、他領域に比較して活発化している。今後は、4つの異なる背景を持つ研究領域間においてSS研究の知見を統合し、お互いに連携することで、選手、コーチ、運動参加者といった体育・スポーツ領域に携わる人々の適応上の問題の解決に、いっそう役立つSSのあり方が示されていくものと期待できる。

引用文献

- 1) Brawley LR, and Poag-DuCharme KA (1992): Self-efficacy as a mediator in the influence of social support on the exercise adherence of the elderly. Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute, Ontario.
- 2) Caplan G (1974): Support systems and community mental health. Behavioral Publications, New York.
- 3) Chelladurai P, Imamura H, Yamaguchi Y, Oinuma Y, and Miyauchi T (1988): Sport leadership in a cross-national setting: the case of Japanese and Canadian university athletes. Journal of Sport and Exercise Psychology 10: 374-389.
- 4) Chelladurai P, and Saleh SD (1980): Dimensions of leadership behavior in sports: Development of a Leadership Scale. Journal of Sports Psychology 2: 34-45.
- 5) Cobb S (1976): Social support as a mediator of life stress. Psychosomatic Medicine 38: 300-314.
- 6) Cogan KD, and Petrie TA (1995): Sport consultation: An evaluation of a season-long intervention with female collegiate gymnastes. Sport Psychologist 9: 282-296.
- 7) Cohen S, and Wills TA (1985): Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin 98: 310-357.
- 8) Coleman D (1993): Leisure based social support, leisure dispositions and health. Journal of Leisure Research 25: 350-361.
- 9) Coyle CP, Shank JW, Kinney W, and Hutchins DA (1993): Psychosocial functioning and changes in leisure lifestyle among individuals with chronic secondary health problems related to spinal cord injury. Therapeutic Recreation Journal 27: 239-252.
- 10) Crocker PRE (1992): Managing stress by competitive athletes: ways of coping. International Journal of Sport Psychology 23: 161-175.
- 11) Crocker PRE, and Graham TR (1995): Coping by competitive athletes with performance stress: gender differences and relationships with affect. Sport Psychologist 9: 325-338.
- 12) Duda JL, Smart AE, and Tappe MK (1989): Predictors of adherence in the rehabilitation of athletic injuries: an application of personal investment theory. Journal of Sport and Exercise Psychology 11: 367-381.
- 13) Duncan TE, and Stoolmiller M (1993): Modeling social and psychological determinants of exercise behaviors via structural equation systems. Research Quarterly for Exercise and Sport 64: 1-16.
- 14) Etzion D (1984): Moderating effect of social support on the stress-burnout relationship. Journal of Applied Psychology 69: 615-622.
- 15) Fields J, Murphey M, Horodyski M, and Stopka C (1995): Factors associated with adherence to sport injury rehabilitation in college-age recreational athletes. Journal of Sport Rehabilitation 4: 172-180.
- 16) Ford IW, and Gordon S (1993): Social support and athletic injury: The perspective of sport physiotherapists. Australian Journal of Science and Medicine in Sport 25: 17-25.
- 17) Gould D, Finch L, and Jackson SA (1993): Coping strategies used by national champion figure skaters. Research Quarterly for Exercise and Sport 64: 453-468.
- 18) Gould D, Jackson SA, and Finch L (1993): Sources of stress in national champion figure skaters. Journal of Sport and Exercise Psychology 15: 134-159.
- 19) Golding JM, and Ungerleider S (1991): Social resources and mood among masters track and field athletes. Journal of Applied Sport Psychology 3: 142-159.

- 20) Hanson SJ, McCullagh P, and Tonymon P (1992): The relationship of personality characteristics, life stress, and coping resources to athletic injury. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 14: 262-272.
- 21) Hardy CJ, Richman JM, and Rosenfeld LB (1991): The role of social support in the life stress/injury relationship. *Sport Psychologist* 5: 128-139.
- 22) Harris O (1994): Race, sport, and social support. *Sociology of Sport Journal* 11: 40-50.
- 23) Henderson KA, and Bedini LA (1995): "I have a soul that dances like Tina Turner, but my body can't": Physical activity and women with mobility impairments. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 66: 151-161.
- 24) 久田 満(1987): ソーシャルサポート研究の動向と今後の課題. *看護学研究*, 20: 170-179.
- 25) 福岡 欣治・橋本 幸(1995): 他者依存性とソーシャル・サポート. *日本健康心理学会第8回大会発表論文集*, pp.134-135.
- 26) Ievleva L, and Orlick T (1991): Mental links to enhanced healing: An exploratory study. *Sport Psychologist* 5: 25-40.
- 27) 稲葉昭英・浦 光博・南 隆男(1989): ソーシャル・サポート研究: 研究の新しい流れと将来の展望. *社会心理学研究* 4: 78-90.
- 28) Kelley BC(1994): A model of stress and burnout in collegiate coaches: Effects of gender and time of season. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 65: 48-58.
- 29) Kelley BC, and Gill DL (1993): An examination of personal / situational variables, stress appraisal and burnout in collegiate teacher-coaches. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 64: 94-102.
- 30) Kolt GS, Kirkby RJ, and Lindner H (1995): Coping processes in competitive gymnasts: Gender differences. *Perceptual and Motor Skills* 81: 1139-1145.
- 31) Madden CC, and Kirkby RJ (1989): Coping styles of competitive middle distance runners. *International Journal of Sport Psychology* 20: 287-296.
- 32) Magen Z (1980): Encounter group effects of soccer team performance. *Small Group Behavior* 11: 339-344.
- 33) May JR, and Brown L (1989): Delivery of psychological services to the U.S. Alpine Ski Team prior to and during the Olympics in Calgary. *Sport Psychologist* 3: 320-329.
- 34) Maynard IW, Hemmings B, and Warwick-Evans L (1995): The effects of a somatic intervention strategy on competitive state anxiety and performance in semiprofessional soccer players. *Sport Psychologist* 9: 51-64.
- 35) 宗像恒次・椎谷淳二(1986): 中学校教師の燃え尽き状態の心理社会的背景. *精神衛生研究* 33: 129-153.
- 36) Nixon HL (1994): Social pressure, social support, and help seeking for pain and injuries in college sports networks. *Journal of Sport and Social Issues* 18: 340-355.
- 37) Oman RE, and Duncan TE (1995): Women and exercise: An investigation of the roles of social support, self-efficacy, and hardiness. *Medicine, Exercise, Nutrition and Health* 4: 306-315.
- 38) Petrie TA (1993): The moderating effects of social support and playing status on the life stress-injury relationship. *Journal of Applied Sport Psychology* 5: 1-16.
- 39) Pines AM, Aronson E, and Karfry D (1981): *Burnout*. New York: Free Press.
- 40) Richman JM, Hardy CJ, Rosenfeld LB and Callanan RAE(1989): Strategies for enhancing social support networks in sport: A brainstorming experience. *Journal of Applied Sport Psychology* 1: 150-159.
- 41) Riemer HA, and Chelladurai P (1995): Leadership and satisfaction in athletics. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 17: 276-293.
- 42) Rider SP, and Hicks RA (1995): Stress, coping, and injuries in male and female high school basketball players. *Perceptual and Motor Skills* 81: 499-503.
- 43) Rose B, Larkin D, and Berger BG (1994): Perceptions of social support in children of low, moderate and high levels of coordination. *Healthy Lifestyles Journal* 18: 21.
- 44) Rook KS (1987): Social support versus companionship: Effects on life stress, loneliness, and evaluations by others. *Journal of Personality and Social Psychology* 52: 1132-1147.
- 45) Rosenfeld LB, Richman JM, and Hardy CJ (1989): Examining social support networks among athletes: Description and relationship to stress. *Sport Psychologist* 3: 23-33.
- 46) Salminen S, and Liukonen J (1994): The convergent and discriminant validity of the coach's version of the Leadership Scale for Sports. *International Journal of Sport Psychology* 25: 119-127.
- 47) Sarason IG, Levine H, Bashaman R, and Sarason BR (1983): Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology* 44: 127-139.
- 48) Sarason IG, Sarason BR, and Pierce GR (1990): Social support, personality, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology* 2: 117-127.
- 49) Schunk DH(1995): Self-efficacy, motivation, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology* 7-2: 112-137.

- 50) Schliesman ES (1987): Relationship between the congruence of preferred and actual leaders behavior and subordinate satisfaction with leadership. *Journal of Sport Behavior* 10 : 157-166.
- 51) Shanahan AL (1991): Sports injury: Its effect on self esteem and social support. Flinders University of South Australia.
- 52) 嶋 伸宏 (1990) : ソーシャルサポート研究の現状と臨床場面への応用. 東京大学教育学部心理教育相談室紀要 12 : 63-72.
- 53) 嶋 伸宏 (1991) : 大学生のソーシャルサポートネットワークの測定に関する一研究. 教育心理学研究 39 : 76-83.
- 54) 嶋 伸宏 (1996) : ソーシャルサポート. 児童心理学の進歩. 金子書房 pp.194-218.
- 55) Smith RE (1986): Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology* 8 : 36-50.
- 56) Smith RE, Smoll FL, and Barnett NP (1995): Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *Journal of Applied Developmental Psychology* 16 : 125-142.
- 57) Smoll FL, Smith RE, Barnett NP, and Everett JJ (1993) : Enhancement of children's self-esteem through social support training for youth sport coaches. *Journal of Applied Psychology* 78 : 602-610.
- 58) Sohi AS, and Singh K (1993) : A Study of Family's Role as a Social System in Socialization of Sportsmen into Sports in Nigeria. *Proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference*. pp.246-252.
- 59) Taylor J (1992): Coaches are people too: an applied model of stress management for sports coaches. *Journal of Applied Sport Psychology* 4 : 27-50.
- 60) Thoits PA (1995): Stress, coping, and social support processes: Where are we? what next? *Journal of Health and Social Behavior (Extra Issue)* : 53-79.
- 61) Tsuchiya H (1996) : A preventive program against athletes burnout: Theoretical issues and the practice. *Proceedings of International Conference on Stress Management Education*, pp.18-28.
- 62) 土屋裕睦 (1996) : エリートスポーツ選手に対するチームビルディング・プログラムの適用. 日本心理学会第60回大会号 臨床・障害 2-1 : 170.
- 63) 土屋裕睦・桂 和仁・中込四郎 (1995) : ソーシャル・サポートが大学運動選手の運動部活動に対する適応感形成に与える影響. 筑波大学体育科学系紀要 18 : 75-83.
- 64) 土屋裕睦・中込四郎 (1994a) : 大学運動選手におけるソーシャル・サポートの構成要素とその機能. 筑波大学体育科学系紀要 17 : 133-141.
- 65) 土屋裕睦・中込四郎 (1994b) : ソーシャル・サポートのバーナウト抑制効果の検討. *スポーツ心理学研究* 21 : 23-31.
- 66) 土屋裕睦・中込四郎 (1996) : サポートタイプと提供者からみた有効なソーシャル・サポートの探求—バーナウトを規定する競技ストレスの緩衝効果に注目して—. 筑波大学体育科学系紀要 19 : 27-37.
- 67) 土屋裕睦・中込四郎・細川佳博 (1996) : 新入部員を対象とした構成的グループ・エンカウンターを試み. 日本体育学会第47回大会発表論文集, p.248.
- 68) Uchino BN, Cacioppo JT, and Kiecolt-Glaser JK (1996): The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for Health. *Psychological Bulletin* 119 : 488-531.
- 69) 浦 光博 (1992) : 支えあう人と人—ソーシャル・サポートの社会心理学—. サイエンス社, pp.58-61.
- 70) 浦 光博 (1993) : 現代社会とソーシャル・サポート. *心理学評論* 36 : 340-372.
- 71) Wankel LM, and Mummery WK (1993) : Using national survey data incorporating the theory of planned behavior: Implications for social marketing strategies in physical activity. *Journal of Applied Sport Psychology* 158-179.
- 72) Weiss MR, Barber H, Sisley BL, and Ebbeck V (1991) : Developing competence and confidence in novice female coaches: II. Perceptions of ability and affective experiences following a season-long coaching internship. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 13 : 336-363.
- 73) Westr KR, and Weiss MR (1991): The relationship between perceived coaching behaviors and group cohesion in high school football teams. *Sport Psychologist* 5 : 41-54.