

アスリートのカウンセリング利用に関連する要因の検討

筑波大学大学院人間総合科学研究科 藤里 紘子

筑波大学大学院人間総合科学研究科・心理学系 杉江 征・小玉 正博

An investigation of the factors surrounding athletes' use of counseling

Hiroko Fujisato, Masashi Sugie and Masahiro Kodama (*Institute of Psychology, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Some early studies have suggested that the availability of psychological support organizations for athletes, such as student clinics and campus health centers (division of psychiatry), is low compared with non-athletes. The purpose of this study is to examine intentions to use counseling and the attitudes that may influence such intentions from the two perspectives of actual competitive levels and the psychological characteristics of athletes in university students. The results suggest that use of counseling is lower if psychological characteristics are generally high, and that the tendency to discuss matters with others varies according to differences in the psychological characteristics of athletes. Thus, the findings from this study indicate that it is not competitive level but rather the psychological characteristics of athletes that are related to use of counseling and attitudes towards counseling.

Key words: intention to use counseling; counseling attitudes; competitive levels; psychological characteristics of athletes

問題と目的

アスリートのカウンセリング利用率の低さがいくつかの研究で指摘されてきた。なかでも、学生アスリートの利用率の低さに言及した研究が、国内外で多い。中込 (1991) は、一般の学生と比較して運動部学生の来談率の低さを指摘している。そして、彼らがカウンセリングに消極的な理由として、相談は無益であると考えたり、心理的問題の否定などを挙げており、一部の競技者にとっては、心理的問題を抱えていることを認めることが、自分の弱さをさらけ出すことと強く意識されてしまう可能性があることを示唆している。また、堀・佐々木 (2005) は、体育学部学生の保健管理センター精神科受診率が平均受診回数とともに他学部学生よりも低いことを指摘し、その理由として以下の4つのことを挙げていく。第一に彼らが情緒的な問題を抱えていることを

“自分が弱い”と考える否認しやすいこと、第二にスポーツ競技者特有の性格傾向や対処行動、第三に競技者は一般人より精神的にタフで健康的であると信じられているため、周囲の人間が明らかに障害を呈している選手の情緒的問題を否認してしまうこと、第四に彼らがチームに属していることから、チームメイトやコーチなど内輪の人々により強力的にサポートされていることである。

アメリカでは、日本より一足早い60年代を中心に、アスリートのカウンセリング利用率の低さや利用に対するネガティブな見方を指摘している研究が多く見られる。Segal, Weiss & Sokol (1965) は、大学生を対象とした調査を行い、大学のスポーツ競技者やサークルに所属している人たちが、他の学生と比較して、大学の精神保健機関に治療を求めに来る率が低いことを報告している。この報告を受け、Piece (1969) は、学生競技者が一般学生と比較し

て、カウンセラーの役割を消極的に捉え、また情緒的問題は治癒しにくいと捉える傾向が高いことを明らかにしている。また、Lida, Joseph & Graham (1968) は、ハーバード大学の精神医学サービス機関において、学外のスポーツにメンバーとして参加している学生や学内の優秀な選手が、その他の学生と比較して、サービスの利用率が低いことを報告している。そして、援助希求の否定や弱さに屈しないという決意が、しばしば治療を求めることに抵抗を示す理由となることを指摘している。さらに、アスリートの中には、コーチやチームメイトに、心理的な問題を持っていることを非難される可能性を心配しながら、スポーツ心理学者のところに行く者もいることが、多くの研究で示唆されている（例えば Martin, Wrisberg, Beitel & Lounsbury, 1997; Van Raalte, Brewer, Brewer & Linder, 1992; Wrisberg & Martin, 1994）

以上のように、アスリートのカウンセリング利用率の低さがいくつかの研究で指摘されており、その要因についても様々なものが考えられている。しかし、アスリートのカウンセリング利用に関する研究は事例研究がほとんどであり、特に日本においては、上記のような指摘は面接場面での印象を記述したものが多く、また、先行研究でのカウンセリング利用率が低いとされる対象は、部活やサークルに所属している者であったり、競技において好成績を収めた者であったり、体育学部学生であったりと様々であり一貫していない。先行研究の概観からは、カウンセリング利用率に差異が見られるのは、競技レベルの違いによることが考えられるが、それ以外にも、スポーツでの様々な技術練習、競技場面や集団活動などで養われるスポーツ選手特有の心理特性が影響していることも考えられる。しかし、今までこのような検討はなされてこなかった。利用率が低い要因に関しては、アスリートがカウンセリングに対してネガティブな認知を持ちやすいことが多くの研究で指摘されているが、非アスリートとの比較はなされておらず、アスリート特有のものであるのか検討されていない。

そこで本研究では、カウンセリング利用に直接的に影響を与えると考えられる、カウンセリング利用意志とカウンセリング認知に関して、実際の競技レベルの違いによって異なるかどうか、スポーツを行う中で養われるアスリートの心理特性の違いによって異なるかどうかという二点から、大学生を対象に探索的に検討することを目的とした。

方 法

調査対象者

大学生437名（男性263名、女性172名、不明2名、平均年齢19.8±1.3歳）。

調査方法

2005年11月上旬から中旬にかけて、大学の講義時間中に、集団一斉方式での質問紙調査を実施した。

調査内容

1. **カウンセリング利用意志尺度**：宮崎・益田・松原（2004）の学生相談室に対する意識調査項目の“悩みと相談意志”に関する項目より、具体的な悩みについて書かれた7項目を使用した。使用した項目は、“性について悩んだとき”、“恋愛について悩んだとき”、“対人関係で悩んだとき”、“部活やサークルで悩んだとき”、“ダイエットや自分の身体・ルックスについて悩んだとき”、“家庭の問題で悩んだとき”、“学業成績で悩んだとき”の7つであった。各項目、悩みを抱えた場合、カウンセラーに相談したり援助を求めたりしたいと思うかを5件法（そう思わない：1－そう思う：5）で回答を求めた。

2. **カウンセリング認知尺度**：カウンセリング認知に関する尺度は既存のものが存在するため、アスリート特有の要因を抽出し尺度に含める事を目的とし、運動部に所属する30名を対象とした予備調査を行った。調査内容は、“援助要請しやすい・しにくいカウンセラー”（自由記述），“カウンセラーやカウンセリングに対するイメージ”（自由記述）であった。予備調査で得られた結果をもとに、Fischer & Turner (1970) の Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale, 久田・山口 (1986) のカウンセリングを受けることに対する態度尺度, Martin et al., (1997) の athletes'attitudes toward seeking a sport psychology consultant, 福原 (1986) の“カウンセラーに相談しない理由・誰にも相談しない理由”に関する調査結果, 森田 (1999) の相談室イメージの分類を参考にして43項目からなる尺度を作成した。この尺度は、カウンセリングを受けることやカウンセラーに対してどのような考えを持っているかを測定するものである。各項目、5件法（そう思わない：1－そう思う：5）で回答を求めた。

3. **アスリートの心理特性尺度**：徳永・橋本・高柳 (1994) の“日常生活の心理的対処能力検査”の12下位尺度のうち、本研究に関係があると思われる

“忍耐力”，“積極性”，“自己実現意欲”，“勝利意欲”，“自己コントロール能力”，“リラックス能力”，“自信”，“協調性”の8下位尺度を用いた。各項目，5件法（ほとんどそうでない：1-いつもそうである：5）で回答を求めた。なお，徳永他（1994）の尺度は，徳永・金崎・多々納・橋本・高柳（1991）が作成した，スポーツ活動での様々な体験によって養われるとされる“心理的競技能力”を測定する尺度の各質問項目を，日常生活の心理的対処能力に合致するように変更したものである。その点も踏まえて，尺度名は，研究の目的に合わせ“アスリートの心理特性尺度”とした。

4. **スポーツ経験の有無と競技レベル**：大学での部活動などでのスポーツの経験について，“有”，“無”の2件法で回答を求めた。また，“有”と答えた人に関しては，その競技レベルについて，“県大会以上の大会経験なし”，“県大会出場レベル”，“地区大会（関東大会など）出場レベル”，“全国大会出場レベル”，“国際大会出場レベル”の5件法で回答を求めた。

結 果

因子的構成の検討

カウンセリング認知尺度の因子的構成 各項目について，“そう思わない”から“そう思う”まで1点から5点として得点化した。なお，逆転項目については，得点を反転化した。43項目に対して，最尤法バリマックス回転による因子分析をおこなった結果，6因子での結果が最も統一した解釈が可能であったので，因子数を6に決定した。因子負荷量の絶対値が，40以下の項目と複数の因子に絶対値が，40以上の因子負荷量を示した項目を除外し，最終的に29項目に対して6因子解を仮定し，分析を行った。この6因子による累積寄与率は42.66%であった（Table 1）。

第1因子は，カウンセリングを受けることにより，甘えや弱さが露呈してしまうことに対する不安の認知と解釈することができ，“甘え・弱さの露呈に対する不安”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .80$ であった。第2因子は，カウンセリングの効果に対する認知と解釈することができるため，“カウンセリング効果に対する疑問視”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .76$ であった。第3因子は，カウンセラーの経験や知識などが，自分自身のものとは違うという認知と解釈することができ，“カウンセラーの類似性欠如”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .84$ であった。第4因子は，カウンセリングに

頼ることなく，問題を自分で解決することを重視する内容の項目となっているため，“自己解決の重視”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .68$ であった。第5因子は，カウンセリングを受けるよりも，家族や友人などの身近な他者に相談することを重視する内容となっているため，“カウンセラー以外の他者への相談重視”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .66$ であった。第6因子は，カウンセリングに関する情報の少なさを示している項目と考えられるため，“カウンセリングに関する認識不足”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .65$ であった。なお，各因子に含まれる項目の得点を合計し，項目数で除したものをカウンセリング認知の下位尺度得点とした。

アスリートの心理特性尺度の因子的構成 各項目について，“そう思わない”から“そう思う”までを1点から5点として得点化した。なお，逆転項目については，得点を反転化した。32項目に対して，最尤法による因子分析をおこなった結果，5因子での結果が最も統一した解釈が可能であったので，因子数を5に決定した。因子負荷量の絶対値が，40以下の項目と複数の因子に絶対値が，40以上の因子負荷量を示した項目を除外し，最終的に，28項目に対して5因子解を仮定し，分析を行った。この5因子による累積寄与率は53.84%であった（Table 2）。

第1因子は，様々な状況下で，自分をうまくコントロールすることができるかどうかに関する心理的能力を表していると考えられるため，“自己コントロール能力”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .86$ であった。第2因子は，競争的な場面での勝利に対する意欲を表していると考えられるため，“勝利意欲”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .88$ であった。第3因子は，生活場面において，物事に対して前向きに挑戦していこうとする意欲を表していると考えられるため，“チャレンジ精神”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .87$ であった。第4因子は，グループの仲間や周囲の人たちとの人間関係を大切にしようとする性質を表していると考えられるため，“協調性”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .83$ であった。第5因子は，苦しい中でも耐えていくことができる能力を表していると考えられるため，“忍耐力”と命名した。信頼性係数は， $\alpha = .76$ であった。なお，各因子に含まれる項目の得点を合計し，項目数で除したものをアスリートの心理特性の下位尺度得点とした。

競技レベル要因の検討

競技レベルによる対象者の分類 大学でのスポーツ経験の有無に関して，“無”と回答したものを

Table 1 カウンセリング認知尺度の因子分析結果 (バリマックス回転後の因子負荷量)

		I	II	III	IV	V	VI	共通性
41	カウンセリングを受けなければならないほどの精神的な問題を抱えているということは、恥ずかしいことである。	.63	.17	.08	.19	.04	.06	0.47
19	自分の問題をカウンセラーにさらすのは恥である。	.62	.19	.16	.26	.02	.03	0.52
38	カウンセリングは、病的な人が受けるものである。	.61	.14	.10	.09	.11	.15	0.45
3	カウンセリングを受けることは、その人の人生における汚点である。	.56	.16	.15	.08	.08	-.07	0.38
34	カウンセリングを受けると、人にどう思われるか分からない。	.51	.09	.31	.02	.00	.21	0.42
43	もしカウンセリングを受けたとしても、隠すべきことではない。*	.51	.14	.06	.07	-.12	.01	0.30
7	もし私がカウンセリングを受けたら、周囲の人は私を弱いと思うだろう。	.46	.11	.31	.18	-.05	.15	0.37
36	カウンセリングは、気休めに過ぎない。	.20	.72	.11	.10	.04	.17	0.61
31	カウンセラーと自分の問題を話し合うことぐらいで、悩みを取り除けるとは思えない。	.12	.60	.21	.13	.15	.17	0.48
39	カウンセラーは話を聞いてくれるだけで、問題解決にはつながらないと思う。	.23	.54	.21	.10	.15	.08	0.43
10	カウンセラーは、一般的な話をしてくれるだけだろう。	.27	.47	.34	.09	.01	.17	0.45
27	カウンセラーは、個人のニーズに合った援助をしてくれると思う。*	.08	.44	.09	.03	.04	-.10	0.22
28	カウンセラーに相談することで気持ちが楽になると思う。*	.20	.43	.10	-.04	.07	-.19	0.28
24	心の専門家であっても、私と同じ悩みを経験したことのないカウンセラーには私のことは理解してもらえない。	.20	.33	.69	.16	.20	.14	0.71
30	心の専門家であっても、私が置かれているのと同じ立場や環境を経験したことのないカウンセラーには私の悩みは理解してもらえない。	.17	.34	.68	.18	.17	.09	0.68
12	私と同じような経験のあるカウンセラーのアドバイスしか信頼できない。	.28	.09	.66	.04	.14	.02	0.54
9	私と同じような悩みを抱えた人に関わった経験がないカウンセラーは信用できない。	.22	.28	.56	.03	.09	.02	0.45
15	カウンセリングに頼らず自分自身で問題を解決することは、成長に結びつく。	.04	.15	.04	.67	.13	.05	0.49
17	意志の強い人なら精神的な問題は自分で乗り越えることが出来るので、カウンセリングを受ける必要はない。	.26	.13	.07	.59	.09	.07	0.45
11	カウンセラーを頼ることなく、葛藤や不安に対処しようとする人の態度は賞賛に値するものである。	.25	-.02	.14	.56	-.01	-.04	0.40
23	自分の問題は自分で解決すべきであり、カウンセリングを受けるのは最後の手段である。	.09	.01	.03	.45	.11	.12	0.24
5	カウンセラーより家族や友人のアドバイスの方が信頼できる。	.06	.17	.13	.01	.63	.02	0.44
1	カウンセラーより家族や友人の方が話しやすい。	-.06	.02	.01	.05	.55	.05	0.32
2	カウンセラーは日ごろの私を知らないので、私の気持ちは理解できないと思う。	.07	.29	.22	.07	.50	.01	0.39
18	悩みは、カウンセリングを受けなくても友達や家族に相談することで解決することができる。	-.08	.00	.00	.21	.49	.14	0.31
22	友人が行うアドバイスにまさるものはない。	.07	.01	.07	.03	.46	.00	0.22
35	カウンセリング機関がどのようなものか分からない。	.04	.09	-.03	-.01	.06	.78	0.62
14	カウンセラーが何をしてくれるのか分からない。	.13	.17	.15	.26	.09	.53	0.42
4	カウンセリングを受けるために、どこに訪ねていったらいいのかわからない。	.10	-.13	.11	.07	.09	.51	0.31

因子寄与

累積寄与率

2.82 2.42 2.33 1.70 1.64 1.47 12.37

9.72 18.07 26.09 31.94 37.60 42.66

注) *は逆転項目であり、得点は反転化してある

“非アスリート群”とした。大学でのスポーツ経験の有無に関して、“有”と回答した者をアスリートとし、競技レベルによって“県大会以上の大会経験なし群”，“県大会出場レベル群”，“地区大会出場レベル群”，“全国大会出場レベル群”，“国際大会出場レベル群”と分類した。その結果、非アスリート群は132名、県大会以上の大会経験なし群は79名、県大会出場レベル群は35名、地区大会出場レベル群は72名、全国大会出場レベル群は106名、国際大会出場レベル群は13名であった。なお、今後、この6群による要因を競技レベル要因と呼ぶ。

カウンセリング利用意志の競技レベル要因による比較 競技レベル要因によってカウンセリング利用意志が異なるか検討するため、競技レベルを独立変

数、カウンセリング利用意志尺度の各項目を従属変数とした一元配置の分散分析をおこなった。その結果、すべての項目において競技レベル要因の主効果は有意ではなかった（性： $F(5, 430) = 0.63$ ；恋愛： $F(5, 429) = 0.61$ ；対人関係： $F(5, 430) = 0.62$ ；部活やサークル： $F(5, 430) = 0.21$ ；ダイエットや自分の身体・ルックス： $F(5, 430) = 0.68$ ；家庭の問題： $F(5, 430) = 1.07$ ；学業成績： $F(5, 430) = 1.27$ ）。

カウンセリング認知の競技レベル要因による比較 競技レベル要因によってカウンセリング認知が異なるか検討するため、競技レベルを独立変数、カウンセリング認知下位尺度を従属変数とした一元配置の分散分析をおこなった。その結果、すべての下

Table 2 アスリートの心理特性尺度の因子分析結果（バリマックス回転後の因子負荷量）

	I	II	III	IV	V	共通性
6 何かにつけ緊張する。*	.74	.00	-.05	-.06	.04	.56
30 大事なことになるプレッシャーを感じる。*	.74	.00	.06	.00	.03	.55
14 ストレスがかかると精神的に動揺する。*	.71	-.06	.02	-.04	-.16	.54
29 大事なことになる顔がこわばったり、手足がふるえたりする。*	.69	.00	-.06	-.03	.02	.48
13 緊張するといつもの行動ができなくなる。*	.68	-.03	-.02	.03	-.10	.48
22 大事なことになる不安になる。*	.66	-.02	-.06	-.05	.02	.45
21 気持ちの切りかえがおそい。*	.60	.03	-.08	.01	-.10	.37
5 ストレスがかかると自分をコントロールできなくなる。*	.51	.11	-.04	-.06	-.32	.38
7 プレッシャーのもとでも自分の力を発揮する自信がある。	.41	.30	.26	.04	.19	.36
12 競争的なことでは「絶対に勝ちたい」と思っている。	-.02	.85	.20	.16	.10	.80
4 競争的なことがあると、「絶対負けられない」と思う。	-.04	.79	.32	.14	.09	.75
10 競争的なことになると闘争心がわいてくる。	-.11	.74	.35	.15	.19	.74
20 競争に負けると必要以上にやしがる。	.16	.67	.11	.08	.06	.49
28 競争的なことでは内容より勝つことを第一にしている。	.01	.64	.16	.00	.06	.44
31 どんな場合でも自分の能力を発揮できる自信がある。	-.30	.41	.37	.12	.21	.45
27 自分なりの「やる気」を持っている。	-.04	.24	.78	.18	.07	.71
19 自分なりの目標を持って生活をしている。	-.05	.20	.71	.18	.14	.60
3 自分の可能性へ挑戦する気持ちで生活している。	-.03	.29	.64	.15	.24	.57
26 大事なことになる精神的に燃えてくる。	-.03	.38	.63	.13	.23	.61
2 大事なことになればなるほど闘志がわく。	-.10	.32	.55	.14	.29	.52
32 グループの仲間や友達とうまく協力して生活をする。	-.11	.10	.13	.80	.12	.70
24 団結心がある。	-.01	.15	.18	.72	.17	.60
16 グループの仲間や友達と相談したり、助け合ったりする。	-.01	.11	.08	.72	-.05	.54
8 人間関係を大切にする。	.00	.05	.18	.62	.18	.45
9 忍耐力を発揮できる。	-.10	.08	.30	.17	.64	.54
1 苦しい生活が続いても我慢できる。	-.05	.07	.11	.02	.64	.43
25 身体的な苦痛や疲労には十分耐えることができる。	-.11	.24	.14	.14	.61	.48
17 ねばり強い。	-.11	.22	.36	.26	.48	.48
因子寄与	3.96	3.61	3.09	2.41	2.01	15.08
累積寄与率	14.16	27.06	38.08	46.68	53.84	

注) *は逆転項目であり、得点は反転化してある

位尺度において競技レベル要因の主効果は有意ではなかった（甘え・弱さの露呈に対する不安： $F(5, 426) = 1.10$ ；カウンセリング効果に対する疑問視： $F(5, 428) = 0.64$ ；カウンセラーの類似性欠如： $F(5, 430) = 0.69$ ；自己解決の重視： $F(5, 425) = 1.72$ ；カウンセラー以外の他者への相談重視： $F(5, 430) = 0.95$ ；カウンセリングに関する認識不足： $F(5, 423) = 1.50$ ）。

アスリートの心理特性要因の検討

アスリートの心理特性による対象者の分類 アスリートの心理特性によって対象者を分類するため、アスリートの心理特性尺度の各下位尺度得点に基づいてクラスター分析（Ward法、平均ユークリッド距離）を行った。その結果、四つの解釈可能なクラスターが得られた（Fig. 1）。第1クラスターは、“チャレンジ精神”、“協調性”、“忍耐力”の得点が

やや高い群であった。第2クラスターは、すべての下位尺度得点が高い群であった。第3クラスターは、すべての下位尺度得点が低い群であった。第4クラスターは、“勝利意欲”、“チャレンジ精神”、“忍耐力”の得点が高い群であった。なお、今後この4群による要因をアスリートの心理特性要因と呼ぶ。

各クラスターの競技レベル内訳 次に、各クラスターにおける各競技レベルの人数をカウントした（Table 3）。各クラスターの競技レベルの偏りを χ^2 検定で検討したところ、分布の偏りが有意であった（ $\chi^2(15) = 47.65, p < .01$ ）。残差分析を行ったところ、第2クラスター（すべての下位尺度得点が高い群）において非アスリートが有意に少なく、全体的に競技レベルが高いこと、第3クラスター（すべての下位尺度得点が低い群）において非アスリートが有意に多く、全国大会出場レベルが有意に少ないこ

□ 自己コントロール能力 ▨ 勝利意欲 ▩ チャレンジ精神 ▧ 協調性 ▦ 忍耐力

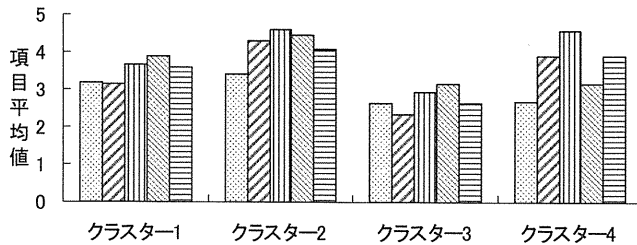


Fig. 1 クラスター分析結果

Table 3 χ^2 検定結果

	非アスリート	県大会以上の大会経験	県大会出場レベル	地区大会出場レベル	全国大会出場レベル	国際大会出場レベル	合計
クラスター 1	<i>n</i> 46	34	14	29	35	4	162
	期待値 49.58	29.67	13.66	26.94	37.08	5.08	
	残差 -0.78	1.13	0.12	0.56	-0.50	-0.62	
クラスター 2	<i>n</i> 10	14	8	19	30	7	88
	期待値 26.93	16.12	7.42	14.63	20.15	2.76	
	残差 -4.41**	-0.66	0.25	1.41	2.82**	2.93**	
クラスター 3	<i>n</i> 56	16	8	13	17	1	111
	期待値 33.97	20.33	9.36	18.46	25.41	3.48	
	残差 5.30**	-1.24	-0.54	-1.63	-2.22*	-1.58	
クラスター 4	<i>n</i> 15	12	5	8	13	1	54
	期待値 16.53	9.89	4.55	8.98	12.36	1.69	
	残差 -0.48	0.80	0.23	-0.38	0.22	-0.58	
	合計 127	76	35	69	95	13	415

** $p < .01$, * $p < .05$

とが示された。

カウンセリング利用意志のアスリートの心理特性要因による比較 アスリートの心理特性要因によってカウンセリング利用意志が異なるか検討するため、クラスターを独立変数、カウンセリング利用意志尺度の各項目を従属変数とした一元配置の分散分析をおこなった。その結果、“恋愛について悩んだとき”の一項目を除いて、アスリートの心理特性要因の主効果が有意であった (Table 4)。そこで、多重比較を行ったところ、“性について悩んだとき”、“対人関係で悩んだとき”は、第1クラスター (チャレンジ精神, 協調性, 忍耐力の得点がやや高い群), 第2クラスター (すべての下位尺度得点が高い群) の得点が、第3クラスター (すべての下位尺度得点が低い群) よりも有意に低いことが示された。“ダイエットや自分の身体・ルックスについて悩んだとき”、“家庭の問題で悩んだとき”は、第2クラスター (すべての下位尺度得点が高い群) の得点が第3クラスター (すべての下位尺度得点が低い群) よりも有意に低いことが示された。“学業成績で悩んだとき”は、第2クラスター (すべての下位尺度得点が高い群) の得点が第1クラスター (チャレンジ精神, 協調性, 忍耐力の得点がやや高い群), 第3クラスター (すべての下位尺度得点が低い群) よりも有意に低いことが示された。“部活やサークルで悩んだとき”は、第2クラスター (すべての下位尺度得点が高い群) の得点が他の3群よりも有意に低いことが示された。

カウンセリング認知のアスリートの心理特性要因

による比較 アスリートの心理特性要因によって、カウンセリング認知が異なるか検討するため、クラスターを独立変数、カウンセリング認知下位尺度を従属変数とする一元配置の分散分析を行った。その結果、“カウンセラー以外の他者への相談重視”に関してのみ、アスリートの心理特性要因の主効果が見られた (Table 5)。そこで、多重比較をおこなったところ、第2クラスター (すべての下位尺度得点が高い群) の得点が、第3クラスター (すべての下位尺度得点が低い群), 第4クラスター (勝利意欲, チャレンジ精神, 忍耐力の得点が高い群) よりも有意に高く、第1クラスター (チャレンジ精神, 協調性, 忍耐力の得点がやや高い群) の得点が、第3クラスター (すべての下位尺度得点が低い群) よりも有意に高いことが示された。

考 察

本研究の目的は、カウンセリング利用意志、カウンセリング認知に関して、アスリートであることがどのように関連するのか、探索的に検討することであった。

まず、カウンセリング利用意志においては、競技レベル要因による有意な差は見られず、一方、アスリートの心理特性要因によっては有意差が見られた。したがって、アスリートの心理特性がカウンセリング利用意志と関連することが示唆された。カウンセリング利用意志の多くの項目に関して、第2クラスター (すべての下位尺度得点が高い群) の得点

Table 4 各クラスターのカウンセリング利用意志の平均値と分散分析結果

	クラスター1	クラスター2	クラスター3	クラスター4	F 値	Tukey HSD
性について悩んだとき	2.15 (1.06)	1.93 (1.12)	2.53 (1.28)	2.18 (1.20)	4.94**	CL1 < CL3* CL2 < CL3**
恋愛について悩んだとき	1.95 (0.97)	1.81 (1.04)	2.10 (1.05)	1.76 (0.98)	2.03	
対人関係で悩んだとき	2.91 (1.23)	2.54 (1.42)	3.36 (1.26)	3.11 (1.34)	7.17**	CL1 < CL3* CL2 < CL3**
部活やサークルで悩んだとき	2.58 (1.25)	2.15 (1.29)	2.96 (1.24)	2.93 (1.41)	7.99**	CL2 < CL1* CL2 < CL3, CL4**
ダイエットや自分の身体・ルックスについて悩んだとき	2.13 (1.08)	1.81 (1.09)	2.25 (1.04)	2.00 (1.15)	3.09*	CL2 < CL3*
家庭の問題で悩んだとき	3.01 (1.26)	2.83 (1.58)	3.39 (1.22)	3.27 (1.43)	3.56*	CL2 < CL3*
学業成績で悩んだとき	2.14 (1.07)	1.70 (0.96)	2.18 (1.13)	1.78 (1.01)	5.30**	CL2 < CL1, CL3**

() 内は標準偏差 * $p < .05$, ** $p < .01$

Table 5 各クラスターのカウンセリング認知の平均値と分散分析結果

	クラスター1	クラスター2	クラスター3	クラスター4	F 値	Tukey HSD
甘え・弱さの露呈に対する不安	2.26 (0.73)	2.08 (0.81)	2.27 (0.70)	2.12 (0.78)	1.73	
カウンセリング効果に対する疑問視	2.58 (0.63)	2.52 (0.82)	2.54 (0.64)	2.51 (0.74)	0.21	
カウンセラーの類似性欠如	2.44 (0.79)	2.41 (1.05)	2.46 (0.92)	2.20 (0.93)	1.18	
自己解決の重視	3.13 (0.77)	3.38 (0.88)	3.14 (0.75)	3.19 (0.98)	2.07	
カウンセラー以外の他者への相談重視	3.43 (0.62)	3.54 (0.68)	3.13 (0.68)	3.23 (0.81)	7.87**	CL3 < CL1, CL2** CL4 < CL2*
カウンセリングに関する認識不足	3.70 (0.90)	3.91 (0.91)	3.76 (0.84)	3.64 (1.10)	1.36	

() 内は標準偏差 * $p < .05$, ** $p < .01$

が、第3クラスター（すべての下位尺度得点が低い群）よりも低い傾向が見られたことから、アスリートの心理特性の下位尺度すべての得点が高いほどカウンセリング利用意志が低くなると考えられる。特に、“部活やサークルで悩んだとき”に関しては、第2クラスター（すべての下位尺度得点が高い群）の得点が他の3群と比較して有意に低く、この傾向が顕著であった。このことから、アスリートの心理特性の高さは、多くの場面でのカウンセリング利用意志の低さを予測するが、特に部活やサークルに関しては、それが顕著に現れることが示された。また、第2クラスター（すべての下位尺度得点が高い群）においては、非アスリートが少なく、競技レベルが高い人が多いことが明らかとなったが、この第2クラスター（すべての下位尺度得点が高い群）における競技レベルの偏りが、先行研究で指摘されているようなアスリートのカウンセリング利用率の低さと関係しているのではないかと考えられる。

第1クラスター（チャレンジ精神、協調性、忍耐力の得点がやや高い群）では、“性について悩んだとき”、“対人関係で悩んだとき”に関しては、第2クラスター（すべての下位尺度得点が高い群）と同様に、第3クラスター（すべての下位尺度得点が低い群）よりも得点が有意に低かった。しかし一方で、“部活やサークルで悩んだとき”以外にも“学業成績で悩んだとき”に関して、第3クラスター（すべての下位尺度得点が低い群）と同じくらい得点が高い傾向が見られ、第2クラスター（すべての下位尺度得点が高い群）との間に有意な差が見出された。このことから、第1クラスター（チャレンジ精神、協調性、忍耐力の得点がやや高い群）に関し

ては、カウンセリングを利用したいと思う程度が状況によって規定されるか、あるいは、悩みを抱えやすい領域とそうでない領域が存在する可能性が示唆されたと言えよう。

従来の研究では、アスリートの心理的援助機関利用率が低い要因として、“カウンセラーは役に立たない”などと考えることが指摘されている。本研究で、これに対応すると考えられるカウンセリング認知は、“カウンセリングの効果に対する疑問視”であろう。また、他の要因として、彼らが、情緒的な問題を抱えていることを“自分が弱いため”と考え、否認しやすいことも挙げられている。本研究で、この要因に対応するカウンセリング認知は、“甘え・弱さの露呈に対する不安”であると考えられる。さらに、彼らがチームに所属しているため、内輪の人々に強力にサポートされていることが指摘されている。この要因は、本研究での“カウンセラー以外の他者への相談重視”にほぼ対応すると考えられる。したがって、これらの認知がアスリートのカウンセリング利用率の低さに影響すると推測されたため、本研究ではカウンセリング認知についても検討を行った。しかし、カウンセリング認知尺度のどの下位尺度においても、競技レベル要因による有意な差は見られなかった。このことは、Miller & Moore (1993) が指摘しているように、アスリートを担当しているカウンセラーは、少なくとも初期の段階においては、クライアントがアスリートであるという事実自体を気にかける必要はほとんどないことを示唆しているだろう。

一方、アスリートの心理特性によって対象者を分類した場合については、“カウンセラー以外の他者

への相談重視”にのみ群間に差が見られた。これは、カウンセリングに対するネガティブな認知をもっているというよりも、身近な他者へ相談することで悩みを解決しようとする傾向が高いことを表しており、不適切な認知ではないと考えられる。したがって、本研究では、カウンセリングに対するネガティブな認知がカウンセリング利用率を低めるのではなく、他者に相談しようとするポジティブな問題解決方法が、カウンセリングの必要性を低める可能性が示唆されたと言える。

最後に、本研究においては、“カウンセリング”という言葉に対して、明確な定義づけを行わず、対象者のイメージに任せることとしたため、回答する際に思い浮かべたものが様々だったことが想定される。また、現在、どの程度悩みを抱えているかという点は考慮しなかったが、カウンセリングを現実的に考えるか否かを規定する重要な点であると考えられる。今後はこの点も含めて、さらに検討していく必要があるだろう。

要 約

アスリートが、非アスリートに比べて、学生相談室や保健管理センター精神科などの心理的な援助機関の利用率が低いことが、いくつかの先行研究で指摘されてきた。しかし、利用率が低いとされる“アスリート”は、様々な定義づけがなされており、一貫していない。また、利用率が低い要因に関しては、非アスリートとの比較が十分に行われてきたとは言いがたい。

そこで、本研究では、カウンセリング利用に直接影響を与えると考えられるカウンセリング利用意志とカウンセリング認知について、実際の競技レベルの違いによって異なるかどうか、アスリートの心理特性の違いによって異なるかどうかという二点から、大学生を対象に検討することを目的とした。その結果、アスリートの心理特性が全体的に高いほど、カウンセリング利用意志が低くなることが示唆された。また、他者に相談することを重視する傾向が、アスリートの心理特性の違いによって異なることが見出された。すなわち、本研究では、競技レベルではなく、アスリートの心理特性が、カウンセリング利用意志、カウンセリング認知と関連することが明らかとなった。

引用文献

Fischer, E.H. & Turner, J.L. (1970). Orientations

to Seeking Professional Help: Development and Research Utility of an Attitude Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1), 79-90.

福原真知子 (1986). 来談行動の規定因 - カウンセリング心理学研究 -. 風間書房.

久田 満・山口登志子 (1986). 大学生のカウンセリングを受けることに対する態度について (I). 日本教育心理学会第28回総会発表論文集, 956-957.

久田 満 (2000). 社会行動研究 2 - 援助要請行動の研究. 下山晴彦 (編) 臨床心理学研究の技法 シリーズ・心理学の技法 福村出版 164-170.

堀 正士・佐々木恵美 (2005). 大学生スポーツ競技者における精神障害. *スポーツ精神医学*, 2, 41-48.

Lida, R.C., Joseph, L.Z. & Graham, B.B. JR. (1968). Use of the Harvard Psychiatric Service by athletes and non-athletes. *Mental hygiene*, 52(1), 134-137.

Martin, S.B., Wrisberg, C.A., Beitel, P.A. & Lounsbury, J. (1997). NCAA Division I Athletes' Attitudes Toward Seeking Sport Psychology Consultation: The Development of an Objective Instrument. *The Sport Psychologist*, 11, 201-218.

松原達哉 (1982). 日本の大学における学生相談活動. *筑波大学心理学研究*, 5, 95-120.

宮崎圭子・益田良子・松原達哉 (2004). 学生相談室来室の規定要因に関する研究. *学生相談室研究*, 24, 259-268.

水野治久・石隈利紀 (1999). 被援助志向性、被援助行動に関する研究の動向. *教育心理学研究*, 47, 530-539.

森田美弥子 (1999). 学生相談室イメージと来談の関係 - 大学生を対象にして -. *心理臨床学研究*, 15(4), 406-415.

森 裕子 (1990). アメリカにおける学生相談 (コロラド州立大学の場合) - その2, 活動内容・日本の学生相談への示唆 -. *学生相談研究*, 11, 18-31.

中込四郎 (1991). カウンセリングルームの敷居. *体育の科学*, 41, 614-617.

Pierce, R. (1969). Athletes in psychiatry: How many, how come? *Journal of American College Health*, 37, 218-226.

Segal, B.E., Weiss, R.J. & Sokol, R. (1965).

- Emotional Adjustment, Social Organization and Psychiatric Treatment Rates. *American Sociological Review*, 30, 548-556.
- 高野 明・宇留田麗 (2002). 援助要請行動から見たサービスとしての学生相談. *教育心理学研究*, 50, 113-125.
- 徳永幹雄・橋本公雄・高柳茂美 (1994). スポーツクラブ経験が日常生活の心理的対処能力に及ぼす影響. *健康科学*, 17, 59-68.
- 徳永幹雄・金崎良三・多々納秀雄・橋本公雄・高柳茂美 (1991). スポーツ選手に対する心理的競技能力診断検査の開発. *デサントスポーツ科学*, 12, 178-190.
- Van Raalte, J.L., Brewer, B.W., Brewer, D.D. & Linder, D.E. (1992). NCAA Division II college football playe's perceptions of an athlete who consults a sport psychologist. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 273-282.
- Wrisberg, C.A. & Martin, S.B. (1994). Attitudes of African-American and Caucasian athletes towards sport psychology consultant. *Paper presented at the meeting of the Association for the Advancement of Applied Sport Psychology*, Incline Village, NV.

(受稿 9月27日 : 受理10月12日)