

第7章 総括

第1節 本研究のまとめ

本研究では、アイデンティティ再体制化の観点から、引退後の適応に寄与する要因を同定し、競技引退に関連したプロセスを解明した。そして、競技引退体験がその後の人生においてどのような影響をもたらすのかを検討した。以下では、その目的を達成していくために展開された本研究を各章毎に順を追って試みていくことにする。

第1章では、まず、競技引退やライフサイクルに関連した先行研究を概観した。ここでは、個々の適応に焦点づけて引退後の適応を捉えていくことが肝心であり、それにはアイデンティティ再体制化の観点からアプローチすることが有効であることが確認された（検討課題1）。

次に、第2章では、本研究が「アイデンティティ再体制化の観点から、引退後の適応に寄与する要因を同定し、競技引退に関連したプロセスを解明し、そして、競技引退体験がその後の人生においてどのような影響をもたらすのかを検討すること」を目的としていることを示した。そして、以下に示す4つの研究が展開されていった。

第3章では、競技引退に関連する問題を把握するために（検討課題2）、プロサッカー選手のキャリア移行に着目し、その実態を把握することから着手した。まず、フロント側の立場からと現役プロサッカー選手の立場から移籍や引退の実態を明らかにした。その結果、彼らにとって移籍は概して肯定的な意味合いを含んでいる一方で、降格移籍を体験した者は、移籍後の状況に対して傾倒することを余儀なくされ、引退後の生活を見通すことができずにいることが指摘された。また、事例検討からは、降格移籍がサッカー選手としてのキャリアを継続させるためには避けがたい生活構造の転換であり、これがいずれ直面する引退への準備に影響

していると考えられた。また、彼らは、引退後の準備を早期から始めることによって引退後の生活への移行はスムーズに果たしており、そこでの課題は、引退までの取り組みと引退後の生活への取り組みに連続性や一貫性を見出すことであった。

このような結果を踏まえると、アスリートのスポーツ競技への関り方と競技引退への対処とが、引退後の適応に影響すると予測された。従って、元アスリートがスポーツ競技にどのように取り組み、競技引退をどのように体験したのかを詳細に知ることが肝要であると考えられた。

このような課題に着手するに当たって、まず、引退後の適応様態を把握することが先決となり（検討課題3）、適応様態の分類、そしてその差異に何が影響するのかを検討することにした。そこで、第4章では、元学生アスリートを対象として、引退期に関連した問題を明らかにし、アイデンティティ再体制化の観点から引退後の再適応様態を5つのタイプ（アイデンティティ再体制化地位：再達成型、軌道内安定型、停滞・妥協型、模索型、不安・防御型）に分類し、そのタイプ間の差異について引退過程のイメージから明らかにした。一方、このようなタイプ間の差異にはどのような要因が影響しているのかを検討する必要性が指摘された。

次に、第5章においては、各アイデンティティ再体制化地位の差異について引退後の適応に影響する要因から検討する（検討課題4）ために、以下のような研究を行った。ここでは、元アマチュアアスリートの事例を通じて、引退後の社会生活に対する適応問題に影響すると予測された6つの心理的要因（IDの保ち方、時間的展望、社会化予期、将来の展望、役割受容、ソーシャルサポート）を取り上げ、アイデンティティ再体制化の観点から引退後の再適応様態について各タイプの特徴を明らか

にした。その中で特に、「これ以上競技を継続できないことへの気づき」という社会化予期(anticipatory socialization)と「今後を見通す」という時間的展望(time perspective)が、引退後の社会生活への積極的な関わりを規定する要因であることを確認した。しかしながら、これらの2要因が具体的にどのような役割を果たしているのかを詳細に検討するまでには至っておらず、このことが課題として残された。

続いて、第6章では、中年期危機を体験した元オリンピック代表選手の2事例を通じて次のような知見を得た。まず、引退に関連してアスリートが体験したアイデンティティ再体制化には、1)引退のきっかけとなる出来事、2)アスリートである自分の歩みの再吟味と引退への方向づけ、3)競技からの移行、4)職場への傾倒、というプロセスが認められた(検討課題5)。また、このプロセスの中で、社会化予期は競技から新たな社会生活への移行を助長し、時間的展望はアイデンティティ再体制化における課題解決の程度を決定づけていた。一方、アスリートの競技に対する主体的な関わり方が、競技引退に伴うアイデンティティ再体制化で直面する課題の解決に寄与しており、そこで積み残された課題は、中年期に再び問い直されることもあることを確認した。

さて、これらの各章における成果を受けて、本研究は以下に示すような結論を導き出すことができる。

引退期はアイデンティティ危機期であり、この時期の社会化予期と時間的展望が、アイデンティティ再体制化に伴う課題(「アスリートであった自分」と「新たな自分」とに連続性や一貫性を見出すこと)へ積極的に取り組むための必要条件となる。また、そのプロセスは、アスリートである自分の再吟味と引退へ向けての模索期を含む一定の過程をたどり、そこで積み残された課題は、その後再び問い直されることになる。

第2節 今後の課題と研究展望

我が国における競技引退をテーマとした研究は、まだまだその途にいたばかりであり、今後、様々な角度から検討を重ねていく必要があるものと考えられる。つまり、今後、以下に示すような視点からもさらに検討を重ねていく必要があるだろう。

1) 研究対象の拡大

本論は、個人のアイデンティティ再体制化、そして、競技期→引退期→再適応期といった時間的経過を通して、アスリートがどのような環境下で過ごしてきたのかを明らかにしてきた。しかし、個人の心理社会的問題については、さらに詳細に捉えていくことが望まれる。特に、第4章においては、対象が体育系大学出身の経歴を有する者に限定されており、彼らの所属する種目においてもある種の偏りが認められる。心理社会的背景の異なるアスリートたちの引退後の生活へ向けての適応過程には大きな相違が生ずるものと予測され、従って、体育系大学出身者と非体育系大学出身者の比較や異なる種目に従事した者の比較などから、さらに検討を加えていく必要があるだろう。

2) 性差の検討

本研究は、多くの部分で男性アスリートを対象として考察を展開した。本来、アイデンティティ発達には、その内容に性差があることも指摘されている（岡本, 1997; 1999）ことから、性差によって生ずる引退後の適応問題についての検討を見過ごすことはできない。今後は、女性アスリートを対象として、競技引退に伴って直面する女性特有の問題にアプ

ローチすることも重要な課題であると考えられる。

3) 「内的事実」への接近

また、より一層個人の「内的事実」に迫ることも大きな課題であると考えられる。第6章で、本研究者は、対象者から導き出される「物語」を追体験していくことによって、彼らの「内的事実」への接近を試みた。そこでは、インタビューはもちろんのこと、これによって導き出される「物語」も多くの文脈によって影響を受けていた。そういった条件の中でも、問題事象の裏に潜在する普遍性を見出していくために、本研究者自身もそれに関連した知識や追体験をさらに豊かにしていかなければならない。そうすることによって、競技引退に伴うアスリートの変化や成熟について、より一層深い次元での検討ができるのではないかと考えられる。

一方、本研究において対象となった元アスリートは、すでに競技引退を体験している者たちであったが、競技引退に直面し、アイデンティティ再体制化を果たしていくプロセスの最中にある個人を捉えながら、本研究で得られた結果を追証することも重要な課題であるといえよう。

4) アスリートのアイデンティティ再体制化プロセスの普遍性の再考

本論においては、アスリートの競技引退に伴うアイデンティティ再体制化のプロセスについて2事例から分析・検討した。そこでは、「アスリートである自分」から「アスリートではない新たな自分」への組み換えのみに焦点が当てられており、これに遡る「アスリートになる前の自分」が「アスリートである自分」を獲得していくといった問題についても充分検討されるべきであろう。このようなことから、本研究で得られ

た知見が、どの程度の一般性、普遍性をもった現象であるのかについては、さらに見解を深めるべきであると考えられる。そのためには、今後、さらに事例を積み重ねると同時に、個々のアスリートの有する社会的背景や生育歴、アスリートとしてのアイデンティティが形成されてきた個人の歩みをも考慮した一事例の多面的な分析・検討を行うことも重要な課題であると考えられる。

第3節 心理的援助への提言

ここでは、アイデンティティ再体制化の立場から競技引退に直面するアスリートの心理面からの専門的援助へ向けて、いくつかの提言を提示したい。以下には、第6章までに得られた成果を基に、競技引退に伴うアイデンティティ再体制化へ向けて5つの提言を行う。

1) 「アスリートであった自分」と「新たな自分」を“つなぐ”こと

本論では、再適応期において「アスリートとしての自分」と引退後の「新しい自分」を“つなぐ”ことが、引退後の生活に対する適応へ向けての課題となっていることが指摘された。両者の間に連続性や一貫性を持たせることが、引退後の生活への適応を規定していたといえる。ここで必要されるものは、競技期と再適応期の外的な手がかりではなく、内的な連続性や一貫性であり、つまり、競技期では競技を対象としていたものを再適応期で新たな対象からアイデンティティの確証を獲得していくといった“つながり”である。そのためには、引退期（移行期）に伴うアイデンティティ再体制化に真正面から取り組むことが必要となる。

2) 引退期（移行期）介入のあり方を検討すること

例えば、戦力外通告や怪我など、意図的にではなく引退を迎えた場合、多くのストレスやネガティブな体験が引き起こされることが予測され、従来、こういった困難さの軽減や除去（予防的介入）が専門的介入の中心的な課題となっていた。しかし、見方を変えれば、個人には、このような混沌とした状況に対して主体的に取り組む、これを自己にとって肯

定的な方向へ転換していくといった自己編成期が不可欠であるとも考えられる。従って、困難さを取り除くことを重視することよりも、これへ向けての主体的な問題解決に取り組む能力を育むことが先決であるように思われる。このような立場から、引退期介入のあり方を再考する必要があると考える。

3) 競技引退をアスリートの「人生プラン」の中に組み込むこと

社会化予期を伴っている場合、その移行は比較的スムーズに果たされることが本研究においても確認されている。つまり、いずれ必ず引退を迎えることを自覚しているアスリートは、次の人生へ向けての準備を促すことができる。一方、それとは裏腹に、競技期に現役引退を促すことは、アスリートの存在意義を揺さぶる結果を招き、彼らが競技へ傾倒する中で得る貴重な体験を抑制してしまう恐れがあることも予想される。つまり、意図的な移行であるか否かといった問題が想定される場合、専門的介入は慎重かつ系統的、組織的に実施される必要があると考えられる。いつ引退を迎えるのか。また、それは個人にとってどういう意味を有するのか。こういった問題を充分考慮した上で、「よりよい競技生活の創造」へ向けてのアスリート教育を行うべきであろうと考える。

4) 競技目標達成へ向けて主体的に取り組むことを推奨すること

引退期（移行期）での問題への取り組みがその後の生活に影響するのと同様に、これに遡る競技期の過ごし方が、その後の引退期のあり方を規定するといえる。先行研究の中でも、競技における目標達成の程度が引退後の適応に影響することが多く指摘されてきているが、その目標へ向けての達成行動を重んじることの方が何よりもアスリート自身の主体

性を育むことにつながると考えられる。本論では、重要な意志決定場面での主体的な取り組みが、危機的場面における課題解決に寄与することが確認されている。競技期において彼らの主体的自我を育むことは、その後の人生を豊かに歩いていく上での大きな糧となると考えられる。そういった態度で彼らが競技に邁進する生活の中において獲得した諸々の能力は、必ずや引退後の生活においても大きく寄与する違いはない。なぜならば、競技への取り組み方は、その後の人生への取り組みにも反映されることが考えられるからである。また、彼らがアスリートとしての役割に主体的、積極的に関与することはもちろんのこと、その役割と自分との間に相互性があること、つまり、彼らはアスリートとしての役割を遂行することによって自己を確認し、自己を育てることにもつながると考えられる。こういった立場から、専門的援助を検討すべきであろう。

5) 支援的な環境を求めることを推奨すること

家族や友人など、親しい仲にある他者の存在は、引退に関連して生起する情緒的困難さへの対処を助長する。また、アイデンティティ再体制化に取り組む時に支援的な環境を求めることは、一見、依存的であり主体性を欠くような印象を受けることもあるが、「新たな自分づくり」において適切な人的支援を求めることは決して受動的ではなく、そこにはむしろ、対処困難な場面において多くの対処資源を利用しようとする個人の主体性、積極性が盛り込まれているのではないだろうか。他者との関係性の中から、それまでにやってきたことの意義そして新たな自分を見つけていくことも重要な課題であると考えられる。