

## 第 5 章 引退後の再適応に影響する 要因の検討

## 第1節 目的

本研究の目的は、元アスリートの競技引退に関連したプロセスについての事例を提示し、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のタイプ分けを行い、各タイプ間の差異について明らかにし、引退後の再適応に影響する要因を検討することにある。

## 第2節 方 法

### 1 対 象

国際試合などの代表経歴を持ち、各自が専門とする競技への自己投入が相当高いレベルにあったと考えられる元アスリート8名（男性6名，女性2名，平均年齢32.7歳）を対象者とした。彼らは競技を引退して3年以上が経過し，引退後，ある程度の期間，既に社会生活を営んできており，「アスリートからアスリートではない自分への移行」を既に済ませていることが予測された。

### 2 調査手続

調査対象者については，各競技種目の専門雑誌のバックナンバーなどに掲載された資料を基に競技経歴に関する事前調査を行い，調査を依頼している。インタビュー調査は，図5-1に示すような仮説的分析モデルに従い，引退後の適応問題に影響すると予測された要因（詳しくは後述）を中心に，1対1の個別面接法を実施した。調査対象者に対しては，初回のインタビュー時に，本研究の目的とその内容が説明され，会話の内容をカセットテープに収録することについての承諾を得ている。

各対象者に対しては，1回50分程度のインタビューが3回実施された。各対象者は，それぞれのインタビュー項目について，その時に感じたことや考えたことなどを，素直に，また，詳細に述べるように要請された。また，インタビュー項目について対象者が疑問に思ったり，不都合が生じた場合は，調査の進行状況に関わらず申し出るように要請された（資料9：本文p.285）。

### 3 調査内容

ここでは、まずはじめに、引退後の適応に影響する要因を同定し、仮説的分析モデルを提示した。その分析モデルの内容に従って、本調査（インタビュー）は実施されている。

#### 1) 引退後の適応に影響する要因

Rosenberg (1981) は、競技引退を課題とした研究に実証レベルでのアプローチが少ない傾向にあるのは、競技引退という現象を厳密に捉えることのできる分析モデルが考案されていないことが大きく影響していると指摘している。先行研究においては、様々な試みが展開されているものの、その多くが批判的議論に終始し、具体的なモデル構築を試みてもその妥当性を充分検討するまでには至っていない。従って、引退後の適応に影響すると予測される具体的な要因をいくつか取り上げ、仮説的分析モデルを構築し、元アスリートが競技引退に関連して通過したプロセスを検討することが必要となる。

まず、Werthner & Orlick (1986) や Crook & Robertson (1991) などの先行研究にみられる「引退後の適応に影響する要因」を概観し、次に、前章で取り上げた8つの要因についてアイデンティティ再体制化を念頭に置きつつ再吟味した。その結果、以下に示す6つの要因が「引退後の適応に影響する要因」として適切であると考えられた。これらの要因は、後述する仮説的分析モデルの中で、引退後の生活に対する適応を比較的長いスパンで捉えることを可能にする。つまり、時間的経過の中での各要因の影響を検討することができると予測された。

①アイデンティティの保ち方（これ以降「IDの保ち方」と略記）：

競技期のアイデンティティの手がかりが「アスリートである自分」のみであったか、それとも、それ以外の対象があったか否か。Ogilvieら（1981）は、競技以外の対象を無視してアイデンティティ形成がなされた程度が強ければ強いほど、競技引退におけるアイデンティティ危機は心的外傷となりやすいことを指摘している。また、Chartrandら（1987）は、トップアスリートとしての同一化は、重要な他の領域の発達を制限する恐れがあることを指摘した。

②時間的展望：ここでは、競技期において競技継続の期間や競技引退の時期などについて、何らかの見通しや計画を持っていたか否かを捉えている。見通しのない場合、競技引退に際して、刹那的で時間感覚を欠いた対処様式となってしまう恐れがある。

③社会化予期：引退期にアスリートにとって競技引退は必然的であるとする認識があったか否か。Ogilvieら（1993）は、アスリートは引退に際してある程度の心的困難さを体験しており、社会化予期はこの困難さを軽減もしくは解消するのに寄与すると示唆している。

④将来展望：ここでは、引退期に引退後の生活や将来について具体的な見通しや計画を持っていたか否かを捉えている。引退の直前に、引退後の生活において具体的に準備しているアスリートは、「アスリートである自分」から「アスリートではない自分」への移行を、比較的容易に行うかもしれない。

⑤役割受容：「アスリートとしての役割」以外の役割が受容されているか否か。「アスリートとしての役割」以外の役割を受け入れることは、アスリートとしての目標達成度によって左右されるものと考えられる。再適応期に自己の歩みを振り返り、アスリートとしての目標をどの程度達成しているかつまりは、競技生活にどれほどの満足しているかという

ことは、再適応期の生活満足度に大きく寄与するものと考えられる。

⑥ソーシャルサポート：再適応期に至るまでの生活において、家族や親しい友人など、重要な他者による情緒レベルでの支援があったか否か。このような支援の有無は、あるライフステージから次のライフステージへの移行において大きく寄与し、更には、移行後の適応にも大きく影響するものと考えられる。支援が不十分な場合、新しい生活へ適応するための社会的スキル、つまりは、コミュニケーション・スキルを欠如してしまう恐れがある。

## 2) 仮説的分析モデル

仮説的分析モデルでは、前述した6つの要因を、競技期、引退期、再適応期の各時期に当てはめており、図5-1に示すとおり、時間的経過を重視したモデルとしている。そこでは、アスリートの辿ったプロセスを3期に分け、それぞれ、アスリートが競技に傾倒している時期を競技期、引退という問題に直面し、引退していく時期を引退期、引退後の生活期を再適応期とした。引退後の適応に影響する要因は、複雑且つ相互作用的な特徴を有するものと予測された。このようなモデルを作業仮説として、それぞれの要因について検討し、アスリートの生活体験の差異を明らかにすることによって、何が引退後の適応に影響するのかを同定できると考えた。その結果、彼らのアイデンティティ再体制化について有効な知見が得られるものと予測された。

## 3) インタビュー内容

インタビュー調査は3つのセッションに分けられ、各セッションは個人差もあるがおおよそ各期毎に実施された。

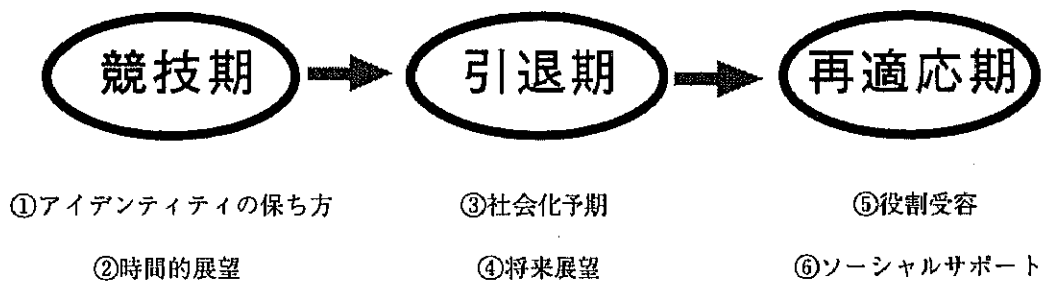


図 5-1：仮説的分析モデル

第1セッションでは、対象者の氏名、性別、年齢、経歴（略式）、専門種目名、競技継続年数、競技引退後経過年数、現在の職業及び職種、勤続年数、主要競技経歴などについて、本人からの説明を求めた。次に、10項目の自由記述からなる【Who am I テスト】を実施した。続いて、競技を始めたきっかけや、その時期、それに関わる詳細な情報、それについての率直な感想や考え、アスリートとしてのアイデンティティのあり方などに関して詳細なる会話が行われた。

第2セッションでは、質問内容を「競技引退」に焦点づけ、引退するきっかけやその時の考えや思い、悩み、それに対する解決方法、支援の有無とその内容、自分にとっての意味づけ、日常生活への影響、将来設計や引退後の準備、実際に引退した時期とその付帯状況、その時の率直な感想、引退したときの競技生活についての振り返り、周囲の反応などについての会話が行われた。

第3セッションでは、引退後の生活についてのトピックがテーマとして設定された。現在の職種や職場での状況、競技への未練、日常生活での変化、傾倒対象の有無とその具体的内容、今後の競技との関わり、現在の生活に対する満足度、などについての会話がなされた。加えて、第1・第2セッションでの補足、【Who am I テスト】についての補足説明などが行われた。



### 第3節 結 果

#### 1 事例提示の仕方

各事例は、まず最初に性別・年齢・既婚もしくは未婚を記載し、次に専門種目名：専門種目の継続年数・引退後経過年数を提示した。次に、事例内容は、競技期・引退期・再適応期の順番で時間的経過に配慮され記述されており、引退後の生活に影響する8つの要因を踏まえながら、それぞれの時期におけるエピソードを中心に簡潔にまとめられている。事例提示については、本人に承諾を得た後、掲載に至っている。しかしながら、個人のプライバシー侵害の問題を考慮し、考察に影響しない程度に、本人と特定できないように幾分事実とは異なる記述を施した。また、補足資料として、【Who am I テスト】の結果を提示した。ちなみに、【Who am I テスト】の結果によって、調査時点におけるアイデンティティの手がかりとなる対象が特定でき、競技生活から移行した後のアイデンティティ再体制化の一端をうかがい知ることができるものと考えられる。

#### 2 事例提示

以下に、8事例を提示する。

##### 1) 事例D

(男性・34歳・既婚・陸上競技：10年間継続・引退後9年経過)

元日本記録保持者。アジア大会などの国際試合を多数経験。

中学在籍の3年間は野球部に所属。中学2年次に陸上競技で学校代表選手として選出される。この時に、全国大会まで勝ち進んだことから、

陸上競技への関心が高まっていった。「陸上で勝ちたい...」という気持ちはこの頃から生まれ、野球の練習が終わってからや練習のない日などは、1人で陸上の練習に取り組んだ。この時、陸上の道具が少ないために、竹製のハードルを自身で作って練習したりもした。その甲斐あって、3年次には中学新記録を樹立した。この頃から、高校に進学したら陸上部に入ろうと考えるようになった。それまでの全国大会での活躍が認められ、高校進学も名門校からの誘いを受け、迷わず進学を果たす。高校3年間は、「毎日、練習のためだけに通学した...」といえるほど熱心に陸上競技に取り組んだ。インターハイでの優勝経験も持つ。その後の大学進学も陸上競技の名門であることが進路決定の決め手となった。

大学入学当初、名門だけあって同期や先輩に有名な選手が多いことに、「この集団の一員なんだと思うと嬉しくて...」と、その後の陸上への取り組みも一層熱が入っていった。しかし、周囲に優秀な選手がたくさんいる環境の中で、なかなか成績が残すことができず、「勝てない...」と直ぐに自分の競技力の限界を悟ったという。その後も試合になると負け続け、次第に挫折感に支配されはじめ、陸上競技での目標を失っていく。練習に対する意欲も徐々に薄れていった。しかし、「このままではダメになる...」「何か日本一になれるような種目はないか...」と奮起し、大学1年時の11月に学内記録会で新たな種目にチャレンジする機会を得た。「競技人口も少ない...これだと日本一になれるんじゃないか...」との判断から、それ以来、今まで取り組んできた種目を潔く転向し、心機一転、熱心に取り組み始めた。大学在籍中は「90%が陸上」といえるほど生活の大半を競技が占めていた。「今（調査時点）思えば、時間をかければ努力の報われる種目であり、大会期間中、対戦相手とのやりとりで友情が芽生えたりすることもあった...そんなところに、この種目の

魅力を感じている」と語った。トレーニング中心の毎日を送る中で、大学の授業も陸上競技に役立てることができる内容であると感じたら、積極的に競技生活に取り入れていった。当時、納得がいくまでしっかりとトレーニングするためには、1日の練習は5時間くらいの時間を費やさなければならなかった。「常に相手との得点を考え、緻密な計算をしながら...ギリギリのところまで勝ってました...」「素質に乏しい分、練習でカバーしていた」というように、無類の練習熱心であったことがうかがえる。

そろそろ大学卒業後の進路先が気になる時期を迎えた。仲の良い友人は就職問題や卒業論文作成に取り組んでいる。それにも関わらず、本人はトレーニングに費やされる膨大な時間のために、それらの問題に自己投入できないでいた。同じ立場にある人との比較から、少なからずの焦りを感じ始めた。その頃、「あまりにも多くのことを犠牲にしているのではないか？」と今までの自分のアスリートとしての歩みを振り返ったこともあった。

「将来のことを具体的に考えなくちゃならなくなったから...」と競技引退について考えるようになった。しかし、「競技を継続したい...」とする気持ちの方が強く、大学卒業後も教職に就きながら、競技継続の道を選んだ。また、この時期に結婚をした。「結婚したでしょう...競技と仕事を比べたときに...やっぱり、仕事を選ばねば...」と考えるようになっていた。競技生活の終盤は怪我に悩まされることも多く、「競技を続けていると辛いことが多い...やめたいな...」と徐々に競技引退の意志が強まっていったという。

また、時を同じくして、後進が順調に成長して頭角を現し始める。国内で常にトップに君臨してきた本人にとって、「トップの座を維持でき

る自信がなくなったことも引退の引き金...」となった。「(後進に) いずれは抜かれるだろう」という不安もあった。この頃、アジア大会に照準を合わせており、「そこまでは負けるわけにはいかない...」と奮起し、選考会で僅差の勝利を納めた。念願のアジア大会出場を果たすが、日程途中で古傷を再発し、結局、納得のいく結果を出すことはできなかった。

帰国後、全日本選手権で後進に大敗を喫した。「優勝できなくてはやっている価値がない」「もう引退しよう...」と、その後は去り際を潔くしようと努めた。「何事も移り際が大切...練習も来てからダラダラしているのは許せない...」「練習は練習...勉強は勉強...仕事は仕事...けじめをつけなくちゃ気に入くない...」と、気持ちの切り換えを早くしたいとする信念は固かった。しかし、周囲へ引退の意志表示から実際に引退を迎えるまでには1年を要した。周囲の猛反対から仕方なく競技を継続したのであった。「1年間は負けてばかりでしたね...さらし者の気分でした」と、この時期は「辞めたくて仕方がなかった...」。

先述したように、仕方がなく仕事を選んだというわけではない。「教員になりたい」という夢へ向けて、何度も模索を繰り返した時期があった。「(教員になるのが) 夢でしたからね...何度もトライしようと決めてました...」と振り返るように、教員試験に合格するものの、引退することが出来ず、1年間、やむを得ず競技継続の後、再度、教員採用試験に挑戦し、念願の職業に就くことになった。この間、妻は「あなたのやりたいようにして...」と非常に協力的であったという。

就職先では、「どうしてあんなに急に情熱がなくなってしまったのかと思うほど...」陸上には関わりを持たなかった。しかし、その2年後にささやかではあるが、陸上競技に関わりを持つようにもなった。その中では、少ないながらも優秀な選手の指導も手がけている。現状に対して

の満足度は「やりたかった仕事だし、陸上の指導もできている...」「90%くらい」と評している。残りの10%は、「仕事に追われて自由な時間が持てないことへの不満...」であり、そこには仕事へ積極的に取り組んでいる姿勢をうかがい知ることができる。

事例Dの場合、「日本一になりたい」とする強い希望から競技に傾倒し、日本記録を出すに至ったが、「いずれ後進に抜かれるだろう」という不安も持つようになっていった。結婚を契機に「競技よりも仕事を選ばねば」と考えるようになり、「教員になる」ことを選択していく。競技継続との間で模索を繰り返し、妻の協力もあって引退を迎えた。「やめたくて仕方なかった」ことから引退が彼にとって肯定的な意味を持つことが分かる。「どうしてあんなに急に情熱が失せてしまったのか...」と思えるほど、引退後は「やりたかった仕事」に傾倒していた。

また、Who am Iテストの結果（次頁）から、調査時点で、「教員」・「指導者」としての役割にアイデンティティの手がかりの多くを求めていることがうかがわれ、役割移行が果たされていることが確認できる。

## 2) 事例E

（女性・28歳・未婚・球技：12年間継続・引退後3年経過）

オリンピック出場2回の経験あり。

小学生の頃に水泳部に所属していたことがあったが、「身体が弱かったので...それに、友人と一緒にできるから...」という理由から続けることができたという。二つ年上の姉との仲が良く、この頃からその姉が既に取り組んでいた種目に興味を持ちはじめた。当時から姉の存在は、本人にとって憧れであった。「お姉ちゃんと同じことがやりたい...」という理由から、中学入学と同時に本人も同じ種目を取り組み始めた。ちな

## 【Who am I テスト】の結果

### 事例Dの場合

私は（ 教員 ）である。

私は（ 指導者 ）である。

私は（ 向上心を持った人間 ）である。

私は（ 過去に競技に没頭した人間 ）である。

私は（ 競技で何度か  
挫折をしたことのある人間 ）である。

私は（ 強い面を持つ反面、  
弱い面を持つ人間 ）である。

私は（ 仕事をするのが好きな人間 ）である。

みに、この姉とは高校、大学と同じ進路先を選んできた。

高校3年次に、全日本メンバーに選出された。長身、俊敏な動きなど並外れた身体能力に恵まれ、競技関係者の目に止まったのは幸運であったが、その翌年に開催されるオリンピックを目指すべく選出されたことを本人が知ったのは、しばらく経ってからのことであった。それまでは「薬剤師になりたい」という希望があり、「...そのためなら競技を捨ててもいい...」とさえ考えていた。当時は、進路選択がもっとも大切な問題となる時期であり、全日本代表メンバーに選ばれたものの、自分の先行きを案じる機会が多く、両親にも頻繁に相談を繰り返していた。そんな彼女に対して、両親は競技を捨てることに反対した。度々、「なかなかないチャンスだから...」「期待されているのだから頑張りなさい...」と諭された。これによって、本人も「日本代表の責任を持たなければ...」と考えるようになっていったという。競技継続と共に将来を展望したとき、「体育教師になりたい...」と考え始めるようになった。高校を卒業し、実業団で続けることも考えたが、「何か資格を持たなければ...」「姉が進学していたから...」と、既に姉が進学していた教員養成系大学への進路を選択した。

初めてのオリンピックではほとんど試合に出る機会はなかった。競技関係者やマスコミの期待とは裏腹に、チームの成績は奮わなかった。大会後のある日、監督から「1人だけチームの意向にそぐわない者がいる」とチームメイトの全員が揃う前で名指しで酷評を受けた。その時、「一生懸命やったのに...どうしてそんなことを言われなくちゃいけないんだ!」と悲しく、辛く、やりきれない思いになったという。このことがきっかけとなって「よし!見てろよ...次のオリンピックでは必ず活躍してやる」と自分に固く決意した。それからの4年間は「オリンピックの

ことだけを考えていた」生活を送っていった。

その後、全日本メンバーを一時期離れ、ユニバーシアード代表メンバーとして日の丸を背負うこともあった。やはり、競技関係者やマスコミの期待は大きく、これに応えるべく、多くの時間をトレーニングに費やす毎日を送った。そんなある日、再び全日本代表としてのチームを構成し、プレーする機会を与えられた。「自分の思うプレイがうまく決まる...レベルの高いプレーが出来る...なんて楽しいんだ...」と感じ、再び「オリンピックに絶対行くぞ!」と決意を新たに競技へより一層取り組むようになった。大学在学中は、卒業後の就職の問題など考えたこともなかった。「とにかくオリンピック一色でした...」と当時を振り返る。卒業後は、実業団チームに在籍し、オリンピックを目指すための最適な環境を求めた。周囲の協力体制も優れており、マスコミなどの取り上げ方も顕著に支援的であった。「マスコミが頻繁に取り上げましたからね...天狗になってました」と当時を反省していた。

念願が叶って、2回目のオリンピック出場を果たす。「いよいよだな...」と期待に胸膨らませる一方で、「これ(オリンピック)が終わったら引退かな」と考えることもあったという。オリンピック大会直前の精神的負担は非常に大きかった。これよりも以前に開かれた世界選手権大会で、全日本代表チームは惨敗に終わっていた。マスコミもそれまでの支援的姿勢を一転し、罵声を浴びせる記事を多く報道した。「今まであんなに持ち上げてたのに...何故?」とマスコミに対する不信感は増していったが、本人は「全てはオリンピックへの過程に過ぎない」と割り切って捉えるように努めた。結局、チームは成績不振のまま、2度目のオリンピック大会も幕を閉じた。

大会終了後、「オリンピック」以外に具体的な目標が見あたらない。



「引退しよう...」と決意して臨んだ最後の実業団リーグに優勝を自分に誓っていた。しかしながら、2度目のオリンピック終了後は努めて競技との距離を置こうという思いから、一切練習をしなかった。競技仲間とも連絡を断った。毎週末に開かれるリーグ戦には、軽いウォーミング程度はこなしたが、それ以外は軽い運動すら行わなかった。「練習もせずに試合に出るなんて、本当はあってはならないこと...」と本人が最も嫌うことを、平然とやれている自分に、当時気づいていたという。最後のリーグは、目標通り優勝に終わる。最終試合の終了直後、優勝に沸くチームメイトを余所に「やっと終わった...肩の荷が下りた...責任を果たせた...」と安堵を感じた。引退することは、前もって競技関係者に伝えており、「もう一度オリンピックを目指して...」との声もあったが、迷うことなく辞めることを決心し、このとき競技引退を迎えた。

新たな就職先の話が持ち上がったのは、この最後のリーグ戦の最中であつた。就職先の面接と試合の日程が重なったこともあつたが、本人は「試合を捨てても就職試験に行くつもり...」であることをチームのスタッフに伝え、快諾を得ていた。就職先での仕事は、憧れていた「学校の体育教師」であつた。

現在は、体育教師として教鞭を執る。「昔の競技をやっていた自分に戻ったような感じがして...」と職務に対する取り組みも極めて積極的である。「そもそも争い事は好まない性分...」といい、「そんな人間がどうして...あんなに競技に熱くなっていたのか不思議...」「今の平然とした生活の方が自分にはあっている」と感じていた。

事例Eの場合、大学進学前後から「オリンピックのことだけを考えながら...」の競技生活を送った。2度目のオリンピックまでの4年間は、「他のことは何も考えられなかった...」という。「オリンピックが終わ

れば引退かな...」と思うこともあったが、2回目のオリンピック後、目標を失ってしまう。現役最後のリーグ戦の途中では、大切な試合を放棄してでも「体育の教員になりたい」という願いを実現化していった。チームスタッフもこれに協力的であったという。引退したときは「やっと終わった、肩の荷が下りた」といった安堵を感じた。現在の生活は、「昔の競技をやっていた自分に戻ったような感じがして...」積極的に取り組んでいる。「今の方が自分にあっている」と満足感も高い。

また、Who am Iテストの結果（次頁）から、調査時点で、「教員」・「社会人」としての役割にアイデンティティの手がかりの多くを求めていることがうかがわれ、役割移行が果たされていることが確認できる。

### 3) 事例 F

（男性・38歳・既婚・野球：9年間継続・引退後13年経過）

高校卒業後、プロ野球団に3年在籍。

小学校5年生の時にソフトボールクラブに入部した。当時、本人の中では「ソフトボールは女性のするスポーツ」というイメージが強かったのだが、学校には野球クラブがなく、「仕方がないから...野球に似ていたから...」という理由から始めた。「当時から野球に対する憧れみたいなモノがあった...」と振り返った。「中学校に入ったら...野球部に入ろう」とその頃から決めていたという。中学校入学を控えた春先に、従兄弟が甲子園で活躍するのを目の当たりにする機会があった。応援にやってきた球場はまさに憧れであり、観客席の高いところからグラウンドを眺めた瞬間、「なんとも言いようのない感動を受けた...」という。「内野の土の色...白線の直線美...黒と白のコントラスト...ここで野球をやってみたいな...」と、その時、そんな衝動に駆られたのを覚えている。そ

## 【Who am I テスト】の結果

事例Eの場合

私は（ 教員 ） である。

私は（ 社会人 ） である。

私は（ ○○県出身 ） である。

私は（ □□大学出身 ） である。

私は（ 28歳 ） である。

私は（ 次女 ） である。

私は（ O型 ） である。

私は（ 183cm ） である。

私は（ 東京都民 ） である。

私は（ ◇◇区民 ） である。

して中学校進学。「今から思うとレクリエーションでしたね...仲間づくりの場でした...」と指導者もいない、伸び伸びとして野球に取り組んだ。高校進学は、敢えて強豪校の門を叩いた。「やっぱり強いところでやりたくて...」と進学した学校の野球部には、当時、厳格な指導者がいた。「野球ばかりでなく...人間教育を受けました...」「日常生活からしっかり指導されました...今でもそれが生かされていますね...」という。

当時、野球部はその他の運動部と比べ、その存在を異にしていた。「普段から模範的な生徒を目指せ!」と監督からは厳しく指導されており、その清々しい生活態度に、学校の近所の飲食店や両親、親戚縁者までもが好印象を抱き、本人が野球に取り組んでいることに対して常に支援的であった。「野球人生でした...100%が野球色...」と言えるほど、当時は野球に没頭した。高校2年生の時に一度、「英語の教師になりたい...」と考えることもあったが、「野球ばかりの生活で...英語の成績...あまり良くなかったから...直ぐにあきらめました...」と当時の将来に対する見通しも、野球の影響を大いに受けていた。この頃から「そうだ!プロ野球選手になろう!」と真面目に考えるようになった。高校3年生では念願の甲子園に出場し、その年のドラフト会議では、有名球団から2位指名を受ける。「もう夢のようでした...真剣に考えていたとはいえ...まさか本当に指名されるなんて...」とその時の喜びようは大きかった。しかし、その頃から自分の先行きを考えることもしばしばあったという。「プロの世界は厳しい...プロでダメだったらどうしよう...」と考え始めた。そして、「プロでダメなら...教師になろう!」と考えるようになったという。先行きの不安はあったもののプロ野球選手にならずに教師になろうとは、考えなかった。「プロで活躍するぞ...」という気持ちで故郷をあとにした。

プロ野球団に入り、親しい仲にある人々や家族、親戚縁者の期待は膨らんでいった。しかし、それとは裏腹に「プロとしてやっていけるだろうか」という不安が、本人の中で徐々に大きくなっていった。「技術的にはいい...精神面が今ひとつ...もっとがんばれ!」というのが、当時、球団スタッフから良く受けたアドバイスであった。「いいものを持っていたんですけど...試合になると結果が出せなくて...」と、なかなかうまくいかない自分に苛立つことも多かった。「練習では群を抜いて目立つ...でも、試合になると群を抜いて目立たない選手」と当時の自分を評した。しかし、その点はずいに改善されることなく、3年間で過ぎていった。結局、最後まで1軍で活躍する機会を与えられることなく、球界を去ることになる。「3年やってダメなら辞めよう...」と2年目のシーズンが終わったときにそう思うようになっていた。

実際に引退を決めたのは、3年目のシーズンが終わった直後の納会の場であった。コーチに「もう無理か?」と突然尋ねられ、「はい、無理です」と即答した。その時「何となく心の中のもやもやがすっきりしたような感じ」がしたという。しかし、次の瞬間には「応援してくれた人たちに申し訳ないな...」という気持ちが沸いて出てきた。「俺はなんて情けないんだ...」という気持ちで、故郷に向かったのを覚えている。故郷では恩師や家族が出迎えてくれた。「まだまだ若いんだから...」と励ましてくれたという。「選手としての力量に乏しく...細々とプロ野球選手としての寿命を全うし...30歳近くになって...いざ新しいことを始めようと思っても...その範囲がものすごく限られてしまう」「早くに辞めたことが...今から思うとよかったと思う...」と、当時、決断には大変満足していた。引退は「ひとつの節目...切り換え...物事の終わりじゃなくて...」と捉えている。

その後、1年間の受験勉強の末、大学に進学する。教師になるためであった。「野球の指導をやりたい...」という気持ちが強く、高校野球への愛着もあったことから、高校教師になることを決意した。しかし、当時の野球協定には、一旦、プロ選手になった者は、たとえプロを辞めたとしても、その後の10年間、アマチュアに関わる事が許されないと明記されてあった。つまり、本人が野球を指導するために高校教師に無事なれたとしても、少なくとも5年間はアマチュアに関わる事ができないことが厳格に定められていた。従って、大学に進学するものの野球部に入ることが許されず、仕方なくソフトボール部に入部する。学生時代は、忙しい練習の合間を縫って、学費を稼ぐべく、いろいろなアルバイトにも勤しんだという。「野球ばかりの生活だったらできない体験をした...」と、有意義な学生生活を送ったと自負している。たまに、経歴を隠し、草野球のいわゆる「助っ人」に呼ばれたこともあった。大学4年生時には、憧れの教師になるために教員採用試験を受験し、みごと合格を果たした。

現在は、故郷の高校で教鞭を執る。「あのまま（プロ）野球を続けていれば幅の狭い人生になっていたかもしれない...」と、野球を辞めた後、アマチュアとしてソフトボールに携わった生活が充実していたことがうかがわれる。教員生活3年目までソフトボール選手として国体にも出場した。競技引退は「選手である以上誰もが経験すること...次の人生のステップに生かさなければ...」と肯定的に捉えられていた。今では現役を退き、高校ソフトボール部の監督を務める。プロ野球選手であったことが、生徒を指導する面でも生かされているのを感じるという。「なんていうんでしょうか...プロ野球選手だったということだけじゃなくて...そういう苦勞をしてきた人間だと生徒も思ってくれてるんじゃないか

な...」 「生徒を卒業させたときの気持ちというのは...口では表現できない」と教師生活を大いに満喫している。その一方で、野球協定への不満を漏らす。「プロ野球選手というのは...いわば最高の技術を習得した選手...それが未来ある子供達の指導すらできない...これは日本の球界の損失ですよ...」 「だってね...10年も関われなかったら...野球への情熱も失せてしまいますよ!」 と、口調も荒く訴えていた。また、「指導者の指導なくしては、今後間違った指導者が生まれてくる...僕は、そういう指導を今やっていますから...」 と自分が指導するソフトボール部員には、とりわけ厳しく生活指導をしているという。

事例Fの場合、競技生活は野球一色の生活を送る。プロ野球団に入るチャンスに「やっていけるかどうか不安...」を感じていた。プロでは「3年やってダメならやめよう」と決意し、結局、引退を迎えた。恩師や家族は、この時も温かく迎え入れてくれたという。その後、「高校教師になりたい...」と決意し大学進学を果たす。その後は野球に関わることができなかつたため、ソフトボールに転向した。大学卒業後、故郷で教員として採用され、3年ほどソフトボールの国体選手として活躍し、引退を迎える。これを「次のステップに生かさなければ...」と捉えた。現在、「生徒を卒業させたとき...何とも言いようがないくらい...嬉しい...」と教員生活に充実感を持っていた。

また、Who am Iテストの結果(次頁)から、調査時点で、「教員」・「ソフトボール部顧問」としての役割にアイデンティティの手がかりの多くを求めていることがうかがわれ、役割移行が果たされていることが確認できる。

## 【Who am I テスト】の結果

事例Fの場合

私は（ 高校の教師 ）である。

私は（ 2年生の担任 ）である。

私は（ 男子ソフトボール部の顧問 ）である。

私は（ 成年男子チームの監督 ）である。

私は（ 日本人 ）である。

私は（ ○○県人 ）である。

私は（ 妻と2人の子供の4人家族 ）である。

私は（ 男性 ）である。

私は（ 元プロ野球選手 ）である。

私は（ 嫌な事でも顔に出さない人 ）である。



## 4) 事例G

(男性・36歳・既婚・格闘技：15年間継続・引退後6年経過)

日本チャンピオンの経歴をもつ。「幻の」モスクワオリンピック代表。中学生3年間は相撲部に所属したが、高校入学と同時に種目を転向した。進学先の高校は、多くのオリンピック代表選手を排出しており、いわゆる「名門校」として有名な学校であった。出身校の相撲部とこの高校の競技部との間には「暗黙のライン」ができあがっており、入学後、当然のようにその種目に取り組み始めた。また、2歳上の兄がその競技をやっていたことも、種目を転向したきっかけのひとつであった。「兄に負けたくない...同じことをやって勝ってやる」という意気込みも強く、入部直後からメキメキ頭角を現し出す。そして、いつしか「オリンピックに出場した先輩達に追いつき、早く追い越したい」という目標を持つようになっていった。

大学への進学も、その栄えある先輩達の足取りを追うかのように、競技環境を優先して、いわゆる「名門校」への進学を勧められる。入学当初から周囲には、現役日本チャンピオンに位置する先輩達がたくさんいた。「当時は、先輩についていくのもやっとでした...」「自分は一番下だ...」という気持ちが強く、「早く強くなりたい...」との固い意志に支えられて、とにかく練習に明け暮れる生活を送った。「練習は他人の3倍はやった...実力がなただけに努力をしたタイプです」と当時を振り返る。「周囲に...こいつはちょっと違うぞ...と思わせていた...」というように、「何もかも競技のためにやった。食べるのも競技のため...眠るのも競技のため...」と、生活の全てを競技に捧げていた。「眠るときぐらいでしたね...リラックスできたのは...」と、張りつめた緊張感の中で競技生活を送り続け、大学3年生の時には初めて日本チャンピオンの座に

着いた。その時、「自分もようやくここまで辿り着いたか...」という充実感と「これからはチャンピオンとして頑張らなくては...」という意気込みに満ちていた。その頃には、「最終目標はオリンピックを狙う...」という意識が芽生えていた。

競技に取り組んでいる最中に、自分の将来を案じたりすることは一切なかったという。「将来のことは...恩師が何とかしてくれるだろう」という気持ちがあり、オリンピック以外の展望を持つことはなかった。大学卒業後の1年間は、オリンピックへ向けての競技環境を整える意図から大学に残ることを当然のように決意し、引き続き競技生活を送っていた。そんなある日、「オリンピックに行く前に...（国体開催地へ）強化選手として来てほしい」という要請を受ける。今となっては「まさか教員になるとは思いもしなかった...」というように、当時、教員志望ではなかったと振り返っていた。強化選手としての招へいを受けた県で教員生活を送りながらオリンピックを目指すことを決意したのは、「なんか自分のやってきたことを高く評価してもらっている...認めてもらったような感じがして...」と、快く承知をして慣れ親しんだ大学の環境をあとにした。

明くる年、念願叶ってオリンピック代表選手に選出されるが、日本選手団は大会への不参加の意向を決定したために、断念せざるを得なくなった。「今までやってきた目標がなくなってしまった...失恋した感じですよ...」と、その後は、半年以上やりきれなさに悩み続けた。忘れることも出来ず、その残念さが自然に消滅するのを待った。次のオリンピックへ向けての挑戦をはじめたが、以前のようになかなか意志が固まらない。大学の恩師に相談したところ「お前、（オリンピックに）もう一度挑戦しろ!」と強くすすめられ、とりあえず、取り組みを再開した。

それから2年後に結婚。これを人生において「ひとつの区切り」と捉えている。しかしながら、「引退について考えるひとつのきっかけになった」としている。また、「次のオリンピックに向けて頑張ろう...」という気持ちと「実際に行けなかったが、既に一度代表にもなっているから...もういいか」という裏腹な気持ちが混在していた。結局、「こんな心境じゃ、次のオリンピックは無理だな」と思うようになっていった。尊敬する先輩にも「叱咤激励してほしいくて...」相談を頻繁に持ちかけた。その度に、気持ちを入れ替え、積極的に練習に打ち込んだが、「一回オリンピック代表に選ばれたということで...もういいんじゃないかって...」という気持ちは益々強くなり、次第に練習量も減っていった。また、職務があるために大学時代のように満足のいく練習ができずにいた。「競技に専心できるような環境ではなかった」ことも引き金となって、2回目のオリンピックへ向けての最終選考会に辿り着くこともなく、大敗を喫し、引退を決意した。「負けたことはショックでした...しかし、当然かなって思う...」ように、「あたかも幕引きの時期を探しているようだった...」と当時を振り返っていた。

現在は、高校の体育教師として教鞭を執る傍ら「インターハイに出場するような選手を育てて...そして全日本代表選手を育てる...」ことを目標とし、指導者としての多忙な日々を過ごしている。しかし、4年に一度、「オリンピック」という文字を見る毎に、「冷やかして公式戦に出てみようかなと真剣に考えることがある...」「もうちょっとやっておけばよかった...」と未練が胸にこみ上げてくる。教員生活も10年目に入り、そろそろ職場の雰囲気にも慣れ、様々な不満が出てきているという。「教員としては6割満足している...指導者としては8割...全体的には納得している」と現状を捉えていた。

事例Gの場合、「最終目標はオリンピック...」とし、現役時代は「オリンピック以外のことは何も考えなかった」という。しかし、ボイコットにより突然、その目標がなくなってしまう。当時は、将来については「恩師がなんとかしてくれるだろう...」との考えから、競技にのみ傾倒していった。国体選手として開催地に招へいされ、体育教師として採用された。現在では、「日本代表選手を育てたい...」という思いから、校務と競技指導で多忙な毎日を送っている。

また、Who am Iテストの結果（次頁）から、調査時点で、「元オリンピック代表選手」・「〇〇選手」としての役割にアイデンティティの手がかりの多くを求めていることがうかがわれた。つまり、事例Gの場合、引退後も競技的役割に準拠したアイデンティティの保たれ方が継続されていると予測される。

## 5) 事例H

（男性・36歳・既婚・陸上競技：15年間継続・引退後8年経過）

「幻の」モスクワオリンピック代表。

小学生の時から運動能力に優れ、学校代表として数々の陸上大会に出場したことがある。当時は、「中学校に進学したら球技に取り組もう」と思っていた。陸上競技に対しては「何となく暗いとか辛いといったイメージ」を持っていた。しかし、進学先の中学校の陸上部の顧問の先生に熱烈な勧誘を受けた。先輩達の残した「優勝」の二文字が記された賞状を見せられながら「お前、こんなのほしくない？」といわれ、「自分もやってみようかなあ...」という軽い気持ちで入部を果たした。陸上競技の盛んな地域でもあり、指導者も熱心で、家族も協力的であった。「最後のゴールテープを切ったとき...一位でゴールしたときのあの瞬間が

## 【Who am I テスト】の結果

事例Gの場合

私は（ 元オリンピック代表選手 ）である。

私は（ ◇◇の選手 ）である。

私は（ 指導者 ）である。

私は（ 選手強化委員長 ）である。

私は（ 国体少年チームのチーフ ）である。

私は（ チャンピオンを目指す指導者 ）である。

私は（ 高校教員 ）である。

私は（ ○○県出身 ）である。

私は（ 男 ）である。

私は（ 明るい性格 ）である。

一番の魅力」としていた。中学1・2年生次は「あまり陸上選手としての意識はなかった」が、その後、ジュニア選手権に出場する機会に恵まれた。その時の好成績が、陸上を続けたいという気持ちを強めたようだ。今から振り返ると、「器用な方ではないので...球技に転向していたら、きっと大成はしなかつたろう...」と思っている。陸上競技以外の思い出は、全くないと言っても良いくらい一生懸命、毎日トレーニングに取り組んだ。高校も陸上競技の名門校に入学し、インターハイでは優勝することもしばしばであり、高校3年生次には、最優秀選手にも選ばれている。

体育教師を志して大学の進路先を選定した。高校までの生活と同様、大学生活も「陸上競技以外のことは何も考えなかった」と益々競技への専心を強めていった。入学して間もない頃、それまで大きな怪我をしたことがなかったのが、疲れから初めて肉離れを起こしてしまい、相当悩んだことがあった。このことを契機に「このままで終わりにたくない...」という気持ちが強くなり、より一層陸上競技に傾倒していったという。

無類の練習好きで、練習の休みの日にも、必ずといって良いほどグラウンドに顔を出した。そのような生真面目な性格から周囲の信望も厚く、4年生次には主将にも選ばれた。「リーダーシップを発揮するタイプの人間ではない...」ことから、「自分が頑張っていれば周囲もついてくるだろう...」と当時は特別「主将らしい」ことは何もしなかったという。

大学卒業後の進路先を決定するために、高校の恩師に相談を持ちかけた。一応教員志望ではあったが当時はそれほど熱望していたわけではなかった。いつからか「オリンピックに出たい」という目標を持つようになっており、その意向を汲んだ恩師は、「地元の実業団に進んで陸上を続けろ」と就職先を選定してくれた。全てを一任していたため、就職先

の仕事の内容、その実業団の競技環境など、その後の自分の置かれる環境について予め自らが調べようとも思わなかったという。「引退するときは企業を辞めて...教員採用試験を受ければいいか...」という軽い気持ちで、その企業に就職を果たした。

その後、企業側の全面的なバックアップのおかげもあって、オリンピック出場の権利を手中に納めることが出来た。27歳の時のことである。念願叶っての日本代表であったが、ボイコットで敢えなく断念した。「残念でしたが、仕方がない...次のオリンピックを目指そう」と比較的早くに気持ちを切り換えた。次のオリンピックへの挑戦は、加齢による競技力低下との戦いを繰り返した。後進たちが順調に力を伸ばし始め、彼らに負けることも増えてきた。「無様な負け方だけはしたくない」という気持ちが強まっていった。その後、オリンピック最終選考会に照準を定めるため、会社の配慮から、陸上競技のみに専心できる環境を得ることになる。上京し、本社に籍を置きながら、午前は勤務、午後は練習の毎日を繰り返し、代表権を得るべく競技生活を強化していった。しかし、後進たちに最終選考会で惨敗を喫し、結局、代表権を逸した。「負けるまで、引退のことは考えないようにしていた」「かなりショックだった...もう一度やりたいとも考えた...」と、最終選考会直後に突然、引退を表明した。「(後進に負けずに)ずっと勝っていたら...まだ(競技を)続けていたかもしれない...」というように、敗北体験が本人を引退へ方向づけていったようである。今(調査時点)から思うと、引退については「オリンピックがひとつの区切り...選手をやめる目安」と捉えていた。当時、その年齢で競技に取り組んでいるアスリートはほとんど見あたらず、自分の中に以前ほどの情熱を感じないことから、引退を決意した。この時のことを「何となく風船から空気が抜けていく感じ...」と表現す

る。他に相談したわけでもなく、「苦しい練習をしなくて済むのだから...」と思うようになっていた。引退は「自分にとって良くも悪くもない点ひとつの区切りでしかない...」と捉えていた。

引退直後、「会社を辞めようなんて考えていないだろうな」と上司から冗談混じりで念を押されたが、素直に答えが返せなくなっていた。高校の恩師にも、「会社は続けてくれよ...後進のこともあるから...」と釘を刺されていた。しかしながら、本人の中では「体育教師になりたい」という気持ちが強かった。しかし、「お世話になった人たちへの恩返しのつもり...」で3年間、勤務を継続した。「企業は通過点でしかない...」と捉えており、勤務の傍ら教員採用試験の準備を始めた。そして、企業を退職、年齢制限ギリギリのところ、故郷での教員採用を決めた。

現在は高校の体育教師として教鞭を執る。教師生活の中でも陸上競技と関わる機会は多い。指導者として「将来、自分のような優秀な選手を育てたい...」「オリンピック選手を育てたいですね...」というのが夢であり、その夢に向けて多忙な毎日を送っている。「なりたくてなった職業...その上、陸上も指導できる...満足している」と現在の生活に対する評価は高い。「元オリンピック代表選手であるというプライドがないわけではないが...そういう傲慢なことよりも...当時の体験が今の指導に役立っている」と感じており、指導者として積極的な取り組みをしていた。

事例Hの場合、現役時代に競技以外のことを考える機会はほとんどなく、「勝っていたらずっと続けていたかもしれない...」としていた。オリンピック出場の夢を叶えるべく、恩師の紹介で実業団での競技継続を選択する。後進の頭角によって敗北体験が増えていったことで、「高校教師になりたい」という願望を強めていった。「企業は通過点...」と捉えており、引退を迎え、会社に3年在籍した後、高校教員となった。「引



退はひとつの区切り」としており、選手として断念し、指導者としての道を選択する。現在は、「自分のような選手を育てたい...」という思いから、指導者としての取り組みに励んでいる。

また、Who am Iテストの結果（次頁）から、調査時点で、「競技が好き」・「日本記録保持者」・「モスクワの日本代表選手」など、引退前から保持している競技領域にアイデンティティの手がかりの多くを求めていることがうかがわれた。つまり、事例Hの場合、引退後も競技的役割に準拠したアイデンティティの保たれ方が継続されていると予測される。

## 6) 事例I

（女性・28歳・未婚・球技：10年間継続・引退後4年経過）

元日本代表メンバーであり、アジア大会などの国際試合を多数経験。

小学校5年生の頃は、「身体を動かすこと」が好きで、仲の良い友人がやっていたこともあって球技を開始した。小学校の近くには、全国大会常連の部活動を有する中学校があり、その指導者から帰り道の途中で「（入学してくるのを）待ってるぞ...」とよく声をかけられた。強いチームの有名な指導者から声をかけてもらったことが、当時は何よりも嬉しかった。「あの先生と逢わなかったら...やってなかったかもしれない...」と、大きな影響を受けた人物であることを認めていた。中学校に入学して即入部した。その後、2回の全国制覇を経験している。高校も競技環境を優先して進学。「殺されるかと思うくらい、毎日、辛い練習でしたね...」と当時を振り返る。ここでも全国制覇2回、国体では3年連続優勝の快挙を達成している。家族には、辛い練習から何度も辞めたいと相談したことがあり、「諭してくれたり...（辞めるのを）引き止め

## 【Who am I テスト】の結果

事例Hの場合

私は（ 競技が好き ） である。

私は（ 日本記録保持者 ） である。

私は（ モスクワの日本代表選手 ） である。

私は（ 高校教員 ） である。

私は（ 競技の指導をする事が好き ） である。

私は（ 競技指導者 ） である。

私は（ 子供が好き ） である。

私は（ スポーツが好き ） である。

私は（ 海が好き ） である。

てくれたり...力になってくれましたね...」と支援的な環境の下で競技生活を送っていたことが分かる。

高校卒業後は、実業団チームに所属した。そこは強豪チームであり、「(高校の)先生に勧められて、直ぐ決めた...先生の言うことさえ聞いていればいいと思って...」と、自らが積極的に選択した進路ではなかった。常に日本のトップを目指すことを課せられていたチームであり、そこに入ったのと時を同じくして、日本代表チームのメンバーにも選ばれた。「すごく嬉しかった...日の丸のついたジャージを着て...何度も鏡の前でポーズを取りました...」と当時を振り返っていた。その後はアジア大会など数々の海外遠征を体験した。「いろいろな指導者に出会える機会があった...世界中で競技をする機会を与えてもらった...すごく良い体験をした」とこの頃の自分に大変満足しているようであった。実業団の自チームでも要の存在であり、「スタッフは結構期待してくれていました...」と、チームの信頼も厚く、本人を軸にしたチーム作りが当時は行われていた。当時は、午前中は職場での仕事、午後は練習の繰り返しといった生活を送っていた。「仕事をずっと続けるつもりはない...」と考えていたが、「この仕事をやめても...何がしたいかはわからない...」とその後の具体的な展望を持っているわけではなかった。「辞めたい...と思うことも度々あったけど...それほど切羽詰まった感じではなかった...」と当時を振り返っていた。

実業団に入って4年目の夏、練習試合の最中に相手チームの選手と激突し、右膝靭帯断裂という大怪我を負った。「何で私だけが...」とその時のショックは非常に大きかった。しかし、「引退」の二文字を頭に思い浮かべることはなかった。「競技が続けたい...」という一心で、手術を受けることを直ぐに承諾する。「もう一度、コートの上で活躍したい」

「名門出身という意地があった...どうしても先発でなければ納得がいかない...」という考えが支えとなって、手術後の1年間はりばりに熱心に取り組んだ。「いつになったら直るんだ...」と気が焦り、気遣うチームメイトにひどいことを言ったりすることも多かったという。「復帰してもまた怪我をするんじゃないか...」という恐怖心から、なかなか眠れない夜を過ごしたこともあったという。そして、怪我から1年後、念願の復帰を果たす。「チームのみんなとプレーできる...試合にも出れる...なんて幸せなんだろう...」とその時感じた。回復も順調で「シーズン開幕時は先発で（試合に）出してもらったんです...」と喜んでいただけの間、シーズ半ばにして、今度は左膝靭帯を切断する大怪我を負う。「今度の手術は断ったんです...」と、そこでは自らが競技継続を諦める選択をした。スタッフにも大きな怪我が多いことを指摘され、引退することをすすめられた。本人も一旦は引退を覚悟したが、「どうしても辞めたくない」という気持ちが強くなっていった。「どうしても諦められない...納得できない...」という気持ちから、競技継続をスタッフに嘆願する。しかし、本人の将来を考慮するスタッフは、その願いを退けた。そんな矢先、ある国体開催地から強化選手として招へいしたいとする依頼が舞い込んでくる。本人は迷わず、その申し入れを受けた。会社からは「一年だけ」という条件で、開催地にある関連支社に転属を許された。国体チームでの取り組みを開始したが、怪我を克服しているわけではなかった。「以前のようにプレイはできないけど...やっぱり（名門出身という）意地ですかね...」「とにかく試合に出たい...」という思いを成就すべく、初めての土地で競技に没頭した。

結局、国体での成績は惨敗に終わり、会社の元の配属に戻っていた。競技も引退し、この4年間は、朝9時から夕方5時までのデスクワーク

に従事している。「与えられる仕事の多さにうんざり...この仕事（自分に）向いてないかも...」と最近思い始めたという。引退については「怪我ばかりしてたから...当然といえば当然...でも...今の自分は...何となく本当の自分じゃない...」と、競技と関わりが持てないことへの不満は募るばかりであった。現状に対する満足度は「30%くらい...」であり、具体的とまではいえないが、「この仕事もあと2年ぐらい...ちがう仕事に移りたい...」と考えている。結婚への憧れもあるが、その思いが強いというわけでもない。「何が今の自分に向いているのか...真剣に考える機会が多い...」と、自分のこれからの先を求めて彷徨っている感じを受ける。「とりあえず、今は会社を辞めてしまう理由もないので...」と、今の仕事を仕方なく続けている意向がうかがわれた。

事例Iの場合、いわゆる「名門出身」であることが彼女の支えとなっていた。先生の勧めから、実業団に進んだ。そこでは怪我を繰り返し、周囲は引退を奨めたが、「名門出身の意地」から競技継続を切望した。2回目の怪我をした後、国体開催地に招へいされ、「1年だけ...」国体選手として取り組んだ。その後、引退を迎えたが、「本当の自分じゃない...」感じを受けたという。現在は、「何が自分に向いているのかをよく考えることがある...」というように、自分探しに彷徨っている感じを受ける。

また、Who am Iテストの結果（次頁）から、調査時点で、「元全日本代表選手」・「元実業団プレイヤー」など、引退後もかつて自分を支えてきたアイデンティティに多くの手がかりを求めていることがうかがわれた。つまり、事例Jの場合、競技的役割の遂行から次の生活への移行の最中にあると予測される。

## 【Who am I テスト】の結果

事例Ⅰの場合

- 私は（ 元全日本代表選手 ）である。
- 私は（ 元実業団プレイヤー ）である。
- 私は（ ○○県出身者 ）である。
- 私は（ □□会社勤務 ）である。
- 私は（ 競技が好き ）である。
- 私は（ 5人家族の末っ子 ）である。
- 私は（ 華も恥じらう28歳の娘 ）である。
- 私は（ 少しデブ ）である。
- 私は（ 典型的なO型 ）である。
- 私は（ 幸せな家庭を作るのが夢 ）である。

## 7) 事例 J

(男性・31歳・未婚・陸上競技：12年間継続・引退後5年経過)

最終選考に2回残るが、結局、オリンピック大会へは参加できず。

中学校の体育祭では、常にクラス代表として活躍していた。その時の記録が好成績であったため、担任の先生から進められ、地区予選に出場した。それが、全国大会やジュニア選手権にまで勝ち進み、最終的には全国ランキング2位の成績を残した。「人間の基本的な動きそのもので...本質的な能力に関わり、「スポーツ美」みたいなものを感じる...」ところに競技の魅力を感じていた。アスリートとしての自分に目覚めたのが、大学2年生の時。それまでも優れた記録を出すために努力してきたが、「陸上に専心している」という自覚はなかったという。その頃、初めての大きな怪我をしてしまう。このために、その後の1年間は一切の大会に出ることもなく「棒に振ってしまった...」。受傷したときの事は今でもハッキリと覚えているという。既に腰に違和感を感じていたので「せめて踏切の練習だけでも...」と偏った練習メニューを繰り返していたのが膝を壊す結果を招いてしまった。「あっ...変だぞ...」と思ったときには、立ち上がれないほどの激痛を左膝に感じた。「もう選手生命も終わりかな...このままじゃ、終わりたくないな...」と、復帰に向けてリハビリに取り組む1年間を過ごした。

大学には「現役時代は優秀な選手であり、指導者としても尊敬しているコーチ」がいた。怪我を克服したい気持ちが強かったため、よくそのコーチの助言を求めた。そのコーチが留学することになり、「そろそろ(自分も)自立するころかな...」という気持ちが芽生えてきた。怪我も回復の兆しも見え始めたことから、毎日、早朝練習に取り組むようになる。これが、その後、「オリンピックにも出られるくらいの自信」を持

つ原因となった。「これだけやったのだから自分が負けるはずがない」という気持ちが芽生え始めたのである。また、長身で跳躍力も優れていることも周知されており、「負けるわけにはいかないな...」という気持ちも高まっていった。「かなりストイックな生活を送っていた...」と当時を振り返る。「練習の虫でしたから...」と、毎日の生活は100%陸上競技のためにあった。競技への取り組み方を尋ねてみると、「人間的な要素を統合することにもなる...人間的に社会に適応できることを目指していました...」と当時から記録第一主義や勝利至上主義ではなかったと主張する。「尊敬するコーチ」が帰国し、その後、彼が多くの研究を手掛けていたことに憧れを抱くようになり、「競技を辞めたら研究者になろう...」と大学2年生から研究室のドアを叩き、積極的にセミナー活動に参加した。大学4年生の時、学生新記録でインカレ優勝を果たす。その年に、オリンピック選考会にも出場した。「まさかとは思いましたが...とても嬉しかったです」とする初めてのオリンピック選考会では、なんと標準記録を突破した。しかし、結局は代表に選ばれることはなかった。その後、大学院に進学し、教官からは研究者になることを勧められたが、「オリンピックに行きたい...」という気持ちが強くなり始めていた時期だけに、その話には関心を寄せずにいた。「オリンピックに行けそうだったから...辞めずに続けていた...」と、オリンピック出場を大きな目標として、競技環境を優先し、学生生活を続けた。「しっかりと計画を立てて...確実にモノにしようと考えていた...」というようにオリンピック出場までの展望は緻密であったが、「陸上を辞めた後は『研究者になる』と漠然と考えた...」だけに留まった。

2回目のオリンピックへ向けての取り組みを開始したとき、1年間渡米することを決心し、競技力の向上に全てをかけた。留学中も記録は順



調に更新され、「このままいけば、日本新（記録）も確実だ...それならきっとオリンピックも行けるに違いない...」と自信を持つようになっていった。しかし、最終選考会が近づき、いよいよ帰国しようとした直前に怪我をしてしまう。「なんで...こんな大切な時期に...」とやるせない気持ちになったりもした。「大丈夫だろう...きっと」と思って臨んだ選考会は、周囲の期待とは裏腹に惨敗に終わる。やはり怪我の経過が思わしくなく、思い通りの実力を発揮することができなかった。「ここまで取り組んでもダメなら...これ以上続けられない...」と判断し、大会終了と同時に引退を決意した。「オリンピックの事ばかり考えて...全身全霊をかけてやっていたから...そこで自分が引退するなんて考えもしなかった」と、まさに失墜の思いの中で、突然の引退表明であった。今（調査時点）となつては「もう少し気持ちを落ち着かせていれば...気楽に捉えていれば...」と当時が悔やまれる。自分の掲げた目標に到達できなかったことに対しては、「本当に辞めていいのか...もう一度やってみようか...」と随分悩んだ。その時に、親しい友人や尊敬するコーチ、家族などに相談することはなかったという。「自身の問題ですからね...いつも自分で何もかも決めていましたから...」と自決したことを強調していた。

今（調査時点）から振り返って、引退は「次の人生設計への転換」とネガティブなイメージを持っているわけではない。しかし、突然引退したことには少なからず後悔しているようであった。「もう少し続けていれば...と考えることがよくある。感情的になってしまつて...落ち込んでいたから...」と当時、冷静な判断の下、引退を迎えたわけではなかったことがうかがえる。引退直後、従来練習に費やしてきた時間が「ポツカリ空いてしまつて...」、暇を持て余すことが多かったという。「未練が残っていたから...ボーッとすることが多かった...」ということから、引

退後の次の生活への移行は、決してスムーズであったとは言い難い。「無念さもあるんだけど...やっぱり...よくやったという満足感もある...」と考え方を切り換え、引退して悩んでいる自分を押さえるように努めたという。「競技をしていたときは、何もかも競技が中心...食事の内容も考えた末に決めていた...引退後は、そんなことを何も考えずに食事がとれる...なんて幸せなことなんだ...」と思うことが良くあるという。

引退後、「(競技に関連した)研究者になろう」と思っていたが、「何もしなかった...準備しなきゃと思ってたんだけど...」と具体的な取り組みができずにいた。引退後は故郷に戻り、家業を手伝っている。「家業が忙しくて...辺鄙なところに住んでいるので...」と、今ある状況を打破できずにいた。「今の生活は競技生活に比べればとっても楽...でも...それに物足りなさを感じてならない...」「今は...70, 80%位は満足している」というものの、「何となく持てる力を発揮していない感じ...自動車に例えるとセカンドギアでずっと走っているって感じで...まだまだエンジン全開というのではなく...中途半端な感じ...」と現状に対する不満を訴えていた。

事例Jの場合、「オリンピックに行きたい...」という強い願望を持ち、緻密な計画の下、競技生活を送っている。怪我をしてしまい、オリンピックへの夢が断たれたとき、突然引退を決意した。それまで引退を考えたことなどなかったという。引退については「次の人生設計への転換」と捉えていたが、目標が達成できなかったことへの未練も認められた。将来、「研究者になりたい...」と考えていたこともあったが、今(調査時点)では、その展望とは程遠い生活を送っている。「物足りなさを感じる...」という今の生活には、「エンジン全開ではなく、中途半端な感じ...」を受けているものの、打開策を見いだせずにいる。

また、Who am Iテストの結果（次頁）から、調査時点で、「男」・「スポーツマン」・「独身」など、未だ明白に準拠するアイデンティティの手がかりが見あたらず、抽象的な領域にとどまっている感を受ける。つまり、事例Iの場合、引退後、新たなアイデンティティを獲得できず、また、その状態に停滞していると予測される。

## 8) 事例K

（男性・36歳・既婚・格闘技：10年間継続・引退後9年経過）

世界選手権への出場経歴あり。「幻の」モスクワオリンピック代表。

中学校では野球部に所属するが、「自分が頑張っても、勝てないことが多かった」こともあり、いつの頃からか個人競技に憧れを持つようになっていた。高校進学時、ひとつ上の兄がやっていたこともあって、「兄にもできるんだから...俺にできないわけがない...」という発想から競技を開始する。家族の反対もあった。「大きな危険を伴うスポーツ...心配するわけもわかる...」と、親から諦めるように説得されたが、「どうしてもやりたい...」意向を伝え、許しを得た。「競技をやっている時の自分が一番素直...」と評する。「普段の苦しい練習の成果が試合に出てくる...ものすごくやり甲斐がある...」と競技の魅力を語った。

競技開始当初は、これといった目標はなかった。ただただ「兄に負けたくない...」という気持ちだけで、競技に取り組んでいた。ある日、新人戦の出場が決まり、断然、やる気がこみ上げてきたという。「それからは、常に目標をもって取り組むようにしています...」というように、この頃から競技に取り組む姿勢に積極性がみられるようになった。それからメキメキ実力をつけ、高校2年生時にはインターハイ準優勝、3年生時には優勝、そして、アジア選手権でも優勝を果たす。

## 【Who am I テスト】の結果

事例Jの場合

私は（ 男 ） である。

私は（ スポーツマン ） である。

私は（ 独身 ） である。

私は（ 教員 ） である。

私は（ 後継ぎ ） である。

私は（ ○○県出身 ） である。

私は（ 長身 ） である。

私は（ 近眼 ） である。

私は（ 本が好き ） である。

私は（ 人が好き ） である。

大学進学も競技環境を重視し、その競技のいわゆる「名門校」に進学する。学生ランキングもトップクラスにいることが常であり、世界選手権に出る機会も得たが、「本当の意味でのチャンピオンではなかった」と当時を振り返る。「自分よりも強いなあ...と思う選手がいつも必ずいた...」「自分はまじめな選手じゃなかったから...」と練習嫌いであったことを打ち明けた。「なんとか楽をして勝とうとばかり考えてました...でも、勝ちたい気持ちには変わりはないですけど...」と負けず嫌いな一面もある。「90%以上...もしかしたら 100%以上が競技に占められていたのかも...」と当時の生活は、まさに競技一色であったことがうかがえる。ウエイトコントロールが必ず求められる競技であるため、「いつでも...どこでも...頭の中は食事のことばかり...」考えていた。当時、競技を辞めた後のことなど、考えることはなかったという。ふと教師になることが頭の中を過ぎることもあったが、「憧れてもいなかった...」ことから直ぐにあきらめた。「何とかなるだろう...」といつからか考えるようになっていた。「最悪の場合、実家が商売をしていましたから...それを手伝おう...」という考えから、あまり真剣に将来を展望することもなかった。

大学卒業後は、国体強化選手として開催地に招へいされた。「競技に対するバックアップもあったし...就職も世話してくれるというので...」という理由から申し出を受け入れる決意をした。「競技もできるし...仕事もできる...オリンピックも狙ってもいい...」という条件は本人にとって最も都合の良いものであった。「赤いブレザーに白いスラックス...みんなお揃いで行進するのが夢でしたから...」と、その頃からオリンピック出場を目標として掲げている。その後、念願叶ってオリンピック代表選手にも選ばれるが、ボイコットのため断念せざるを得なかった。しか

し、この大事件は、本人にとって引退を考えるほどの出来事ではなかったとした。「まだまだ行ける...そう思っていましたから...単なる通過点ですよ...」とと思っていた。その直後、結婚を果たす。「身のまわりの世話をしてくれる人ができて...一層競技に打ち込めた...」「妻もこちらのやりたいことを分かってくれていましたから...」というように支援的な環境であったため、この頃から以前にも増して競技力がアップしていった感がうかがえる。

2回目のオリンピック最終選考会では、惨敗に終わった。「これ以上は年齢的にも無理だろう...」と突然引退を決心する。オリンピックをひとつの目標としていたが、「ここまでが限界だ...」「無様な負け方はしたくない...」と幕引きを考えるようになっていたという。ほとんどの選手が大学卒業と同時に引退していく中、27歳まで第一線で活躍できたことに大変満足している。実際に引退を迎えたときは、「未練もあるが...満足しているから...もういいだろう...」と考えた。自身にとって競技引退を「本当の自分はそこで死んでしまって...それからが大変でしたから...」としていた。

引退してはじめて懸念されたのが、「仕事ができるだろうか...」ということであった。引退する2年ほど前から今の仕事に就いたのだが、仕事と呼べるほどの内容は、実は何一つやってきていない状況にあった。

「実際のところ...27歳から仕事を始めるわけでしょ...正直言って...抵抗を感じました...」と不安の色は隠せなかったようである。競技と並行することを許される職場であったが、引退した時には、既に数名の部下を持つポジションにあった。「当然...部下には何も教えられない...」そのために惨めな思いもした。「競技をやらせてもらってきた以上...逃げるわけにはいかない...」と就業時間が過ぎても残業し、部下に仕事の内

容を教えてもらうこともしばしばあったという。「早く仕事を覚えよう...」と努力をしていたのだが、1年も経たないうちに「やりたくてやってるわけじゃない...自分には向かない仕事だ...」という気持ちが芽生えてきた。欠勤することも多くなり「辞めようか...」と考えるようになる。「家族がなければ辞めてました...」と当時を振り返っていた。

それから5年、今でも「仕事に誇りを持たずにいる...」という。「仕事の方は...ハッキリ言って...僕はアホのままでいいんだと思う...」と、仕事における目標や意欲は「...全く...何もない...」。未だにこの仕事を辞めるか辞めないかのジレンマの渦中にあり、「今の自分は何となく本当の自分じゃない...」と思っている。仕事に対して「30%か40%ぐらいしか満足していない...」と評した。「仕事をしていて...自分だったらこうしようだとか...いろいろあるだろうと思うけど...キャリアがありませんから...困ったときの対応ができない...分からないんです...」と不満を抱いている。しかし、それを解決する方法も未だ見出せずにいる。「仕事を任されることも他の同僚に比べると少ない...」「...悲しくなることがある...」と、打開策のないまま今日に至っている。

事例Kの場合、勝つことに重きを置き、競技以外のことについては「何とかなるだろう」と27歳まで現役を続けた。これには妻の理解も支えとなった。その後、「本当の自分はそこで死んで...」とする引退を迎え、職場復帰を果たして行く。その後、仕事への取り組みは決して積極的とは言いがたい。「僕は仕事ではアホのままでいい...」「困った時の対応ができない」など、仕事に対する意欲は低い。引退について「未練もあるが、満足感もある」としていた。

また、Who am Iテストの結果(次頁)から、調査時点で、「人間」・「男」・「夫」など抽象的な領域にアイデンティティの手がかりを求め

ていることがうかがわれた。つまり、事例Kの場合、競技的役割の遂行から次の生活への移行を果たしているものの、確固とした領域に準拠したアイデンティティの手がかりを獲得できずにいることが予測された。



## 【Who am I テスト】の結果

事例Kの場合

私は（ 人間 ）である。

私は（ 男 ）である。

私は（ 夫 ）である。

私は（ 伝える人 ）である。

私は（ 足 ）である。

私は（ 手 ）である。

私は（ 声 ）である。

私は（ 目 ）である。

私は（ 職場では主任 ）である。

私は（ アホ ）である。

## 第4節 考 察

これまでに挙げた8つの事例は、アイデンティティ再体制化の視点から捉えることによって、引退後の再適応様態を分類することが可能となり、そのタイプ間の差異の検討を通じて、引退後の再適応に影響する要因を同定することができると考えられた。従って、ここでは、1 アイデンティティ再体制化地位の分類、2 各地位間の比較、といった2点について考察する。

### 1 アイデンティティ再体制化地位の分類

ここでは、前章で類型化したアイデンティティ再体制化地位を分類する基準である「引退のイメージ」と「現在の取り組み」の2つの要因について事例内容を分析し、各事例を5つのタイプ（再達成型、軌道内安定型、模索型、停滞・妥協型、不安防衛型）に分類した。

引退のイメージ：ここでは、引退が個人に及ぼした影響を捉えている。それは、競技引退を、歓迎すべきことであり、肯定的なものであると捉えているのか（positive）、肯定的でもなく否定的でもない中立的な意味合いを含むものとして捉えているのか（neutral）、自我を脅かすような否定的な意味合いが強いのか（negative）、という3つの観点から捉えている。そこで、各事例の反応から、次のように分類を行った。それは、事例Dの「やめたくて仕方がなかった」、事例Eの「やっと終わり...肩の荷がおりた」、事例Fの「次のステップに生かさねば」といったような反応は positive（肯定的）に、事例Gの「当選かな」、事例Hの「ひとつの区切り」といったような反応は neutral（中立的）に、事例Iの「本当の自分じゃない」、事例Kの「本当の自分は死んで」と

いったような反応は negative (否定的) に、事例Jの「次の人生への転換でもあるが競技への未練もあった」といったような反応は ambivalent (両面価値的) に、それぞれ分類した。

現在の取り組み：現在 (調査時点) にあって、職業や生活に対して積極的 (active) に取り組んでいるのか、それとも、消極的 (passive) に取り組んでいるのかを捉えており、引退後の積極的な取り組みは、直接的に適応問題を反映しているものと考えることができる。ここでは、こういった観点から各事例の反応を、次のように分類した。それは、事例Dの「仕事に追われて自由な時間がない」、事例Eの「昔のように積極的」、事例Fの「生徒を卒業させるのが喜び」、事例Gの「全体的に満足している」、事例Hの「指導者として充実」、事例Jの「何が自分に向いているのか」といったような反応は active (積極的) に、事例Iの「全開ではなく中途半端」、事例Kの「何をすればいいのかわからない」といったような反応は passive (消極的) に、それぞれ分類した。

これらの結果から、「再達成型」には事例D・事例E・事例Fが、「軌道内安定型」には事例G・事例Hが、「模索型」には事例Iが、「停滞・妥協型」には事例Jが、「不安・防衛型」には事例Kが、それぞれ該当することが明らかとなった (表 5-1 参照)。

## 2 各地位間の差異の検討

ここでは、引退後の適応に影響すると予測された6つの要因に対する反応から、各地位間の比較を行った (表 5-1)。

① IDの保ち方については、全ての地位が競技期において、アスリートとしてのアイデンティティを強固に有していたことが認められる。そこには、「日本一になりたい (事例D)」や「オリンピックに出たい…

表 5-1：各事例の反応内容

	再体制化地位	引退のイメージ	現在の取組	IDの保ち方	時間的展望	社会化予期	将来展望	役割受容	ソーシャルサポート
事例 D	再達成	やめたくて仕方がなかった (positive)	仕事に追われて自由な時間がない (active)	日本一になりたい	いずれは後進に抜かれる	競技よりも仕事を 選ばねば	教員になるのが夢	憧れの仕事指導もできる	妻の理解
事例 E		やっと終わり... 肩の荷が下りた (positive)	昔のように積極的 (active)	オリンピックの事だけ を考えた	オリンピックが終わったら 引退かな	オリンピック以外の目標が みあたらない	体育教師になりたい	今の方が自分に合っている	スタッフの理解
事例 F		次のステップに生かさねば (positive)	生徒を卒業させるのが喜び (active)	野球人生	プロでやっていけるか不安	3年やってダメならやめよう	高校教師になりたい	指導者の指導が大切	恩師や家族、 コーチの理解
事例 G	軌道内安定	当然かな (neutral)	全体的に満足している (active)	最終目標はオリンピック	オリンピック以外の展望は 持たなかった	ボイコットで突然目標が なくなった	恩師が何とかしてくれる	日本代表選手を育てたい	上司や恩師の協力
事例 H		ひとつの区切り (neutral)	指導者として充実 (active)	競技以外の事は何も 考えなかった	勝っていたらずっと 続けていたかも	負けるまで引退のことは 考えなかった	恩師に進路先を一任	自分のような選手を 育てたい	高校の恩師の薦め
事例 I	模 索	本当の自分じゃない (negative)	何が自分に向いているのか (active)	名門校出身の意地	競技が続けたい	1年だけ...	言うことを聞いていさえ すればいい	30%しか満足してない	スタッフや会社側の理解
事例 J	停滞・妥協	次の人生への転換 競技への未練 (ambivalent)	全開ではなく中途半端 (passive)	オリンピックに行きたい	オリンピックまでの計画は 緻密	負けるまで引退のことは 考えなかった	研究者になりたい	物足りなさを感じる	何もかも独りで決めてきた
事例 K	不安・防衛	本当の自分は死んで (negative)	何をすればいいのかわからない (passive)	勝とうとばかり考えていた	何とかなるだろう	負けたので年齢的に無理かなと	仕事ができるか不安	アホのままでもいい	妻の理解

注) 引退のイメージ： positive / 肯定的    neutral / 中立的    negative / 否定的    ambivalent / 両面価値的    現在の取組： active / 積極的    passive / 消極的

(事例E・事例G・事例J)」、[「野球人生(事例F)」]、[「競技以外の事は考えない(事例H)」]、[「勝とうとばかり考えていた(事例K)」]、[「名門校出身の意地(事例I)」]など、競技期において彼らは「アスリートである自分」をアイデンティティの中心的な手がかりとしていたことが確認できる。このようなことから、競技期において、彼らはアスリートであること以外を肯定的に自己に受け入れていくことは不可能に等しく、何らかのきっかけ、心理社会的変化を通じて、競技引退プロセスは開始されていくと予測される。

②時間的展望について、再達成型は「いずれは抜かれる(事例D)」[「オリンピックが終わったら引退かな(事例E)」]「プロでやっていけるか不安(事例F)」など、漠然とではあるが、引退を自身の問題とし、いずれ迎えることになる現実として捉えていたことが認められる。また、軌道内安定型や模索型、停滞妥協型は、展望を持ち合わせていたことには変わりはないが、それが競技継続についての展望のみにとどまっておき、それ以降の引退やその後の人生などについての考える機会に乏しかった。一方、不安・防衛型は、「何とかなるだろう(事例K)」といった安易な展望を持っていたことが認められた。このようなことから、漠然とではあるが、競技に傾倒する中であっても、競技引退を自己の見通しの中に組み込んでいくことが、引退後の再適応に影響すると考えられる。

③社会化予期について、再達成型と模索型は、様々な出来事をきっかけに、自身がいずれ現役アスリートを引退せねばならないことに気づいていったことが認められた。つまり、事例Dは「結婚」、事例Eはオリンピック出場による「目標達成」、事例Fはプロ野球団への入団に伴う「不安」、事例Iは2度にわたる「怪我」をきっかけとして、自身が近

い将来、競技を継続することができなくなってしまうことに気づいていた。一方、軌道内安定型と停滞・妥協型、不安・防衛型は、「ボイコット」や「敗北体験」を契機に突然引退を迎えている。それまで、彼らは競技に傾倒しており、自らの引退を予期することなく、突如として引退の意志を表明した。突然に迎える出来事には、それへの対応が遅れたり、不十分になってしまったりすることが危惧される。つまり、予期を伴って引退を迎えるのと、予期せずに引退を迎えるのとでは、その後の適応に大きな差異が生まれてくることになることが予測された。

④将来展望について、再達成型と模索型は、「教員」や「研究者」など、将来「自分がなりたい」とする対象を競技期から持っていた。一方、軌道内安定型や模索型には、「恩師が何とかしてくれるだろう…」などのように、将来に向けての重要な意志決定を他者に依存していたことが認められる。また、不安・防衛型は、将来に対する不安を顕著に有していたが、これへの対応がなされていなかった。自己の将来がどうあるべきかといった課題に対して、主体的に選択する能力は、その後の危機に対する課題解決能力を決定づけることになる（岡本, 1985）。このようなことから、自己の将来について主体的な展望を持つことは、引退の再適応を促進する要因であることが確認された。

⑤役割受容について、再達成型と軌道内安定型には、引退後、新たな役割受容が認められた。特に、軌道内安定型は、「日本代表選手を育てたい」「自分のような選手を育てたい」など、アスリートとしての役割から指導者としての役割へと移行が果たされていることがうかがえる。しかし、それは、見方を変えれば、形を変えて競技的役割を継続しているに過ぎない。一方、停滞・妥協型と模索型は、現状に対して不満や不平を呈しており、不安・防衛型は、「アホのままでいい（事例K）」と

いうように、現状において退廃的な役割を持っているに過ぎなかった。引退後に、新たな役割を獲得し、それを遂行していることによって、再適応は促進されるのかもしれない。このように、引退後に何らかの役割遂行がなされていることが、引退後の適応を規定する要因となることが確認された。

⑥ソーシャルサポートについては、停滞・妥協型のみに興味深い特徴がみられた。引退期から再適応期にかけて、支援的環境を求めていることが認められた。移行体験などの変化に伴われる情緒反応への支援はその後の適応に大きく寄与することが、これまでも指摘されてきている（山本・ワップナー, 1991）。このことから、支援的な環境にない場合、引退後の適応過程は停滞してしまうのではないかと考えられた。

以上のことから、次のようなことが明らかとなった。つまり、競技期において、競技に傾倒する中であって、彼らには競技引退を自己の問題、現実として捉えていくことが課せられている。また、引退期においては、引退を予期し、自己の将来を主体的に選び取っていくことで、引退後の再適応は促進される。そして、再適応期に何らかの役割遂行がなされていることが、再適応を直接的に決定づけることになる。しかし、この時期に支援的環境を求めない場合、再適応への対応は遅れがちで、不十分なものになってしまう恐れもある。

## 第5節 本章のまとめ

本研究では、アイデンティティ再体制化の観点から、まず、元アスリートの競技引退に関連する体験について事例を提示し、引退後の再適応様態のタイプ分けを行った。次に、各タイプ間の差異について検討することによって、引退後の適応問題に影響する要因を同定した。

8つの事例から、以下のような結果が導き出された。

1) 「引退のイメージ」と「現在の取り組み」といった2つの観点から、引退後の再適応様態としてのアイデンティティ再体制化地位に各事例が分類された。それは、「再達成型」に事例D, 事例E, 事例F, 「軌道内安定型」に事例G, 事例H, 「模索型」に事例I, 「停滞・妥協型」に事例J, 「不安・防衛型」に事例Kが、それぞれ相当した(表4-2)。

2) 引退後の再適応を規定する要因として、以下のような6つの要因が同定された。

①IDの保ち方：競技期において、アスリートがアスリートであること以外を中心的な手がかりとしてアイデンティティを維持することは、不可能に等しく、何らかのきっかけ、心理社会的変化を通じて、競技引退プロセスは開始されていく。

②時間的展望：競技期にあっても、漠然とではあるが、競技引退を自己の今後の見通しの中に組み込んでいくことが、引退後の再適応に影響する。

③社会化予期：予期せずに引退を迎えることによって、その後の再適応へ向けての対応が遅れたり、不十分になってしまったりすることもある。

④将来展望：自己の将来について主体的な展望を持つことは、引退



の再適応を促進する。

⑤役割受容：引退後に何らかの役割遂行がなされていることが、引退後の再適応を決定づける直接的な要因となる。

⑥ソーシャルサポート：引退期以降に支援的な環境を求めない場合、引退後の適応過程は停滞してしまう恐れがある。

このように、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捉えていくということは、アスリートの引退後の生活への直接的な適応のみではなく、競技引退という過去の出来事への認知を含んだ比較的長い時間軸の中で、個人の適応を捉えていくことを意味する。こういった試みは、アイデンティティの連続性や一貫性といった問題をも含み、引退後の新しい自分づくり（アイデンティティ再体制化）に取り組んでいく時の重要な課題を我々に提供してくれる。つまり、「引退前の自分」と「引退後の自分」をどのようにしてつないでいくのかが、引退に伴うアイデンティティ再体制化において大きな課題となる。

また、引退後の再適応様態の差異にはどういった要因が影響するのかを検討したことで、以下のようなことが確認された。アスリートは、競技に傾倒する中にも漠然とではあるが引退後の自己像を持っていること、自己の将来について主体的な展望を持っていることなど、時間的展望の感覚（白井, 1996; 1997a; 1997b; 都筑, 1999）を有することと、引退期において引退を自己の問題として気づくこと（社会化予期）が、引退後の適応に寄与するものと考えられる。

次章においては、上述の「時間的展望」と「社会化予期」が引退後の適応にどのように寄与するのかについて検討する。