

フットサル選手の心理的成長プロセスについての一考察

加藤未渚実

I. 研究目的

スポーツ選手が、競技者として成長していく上で、心理的成長が必要であることは多くの研究によって証明されてきた。ここでの心理的成長とは、スポーツ選手がスポーツに取り組むにあたって必要な心理的側面の肯定的変容を表す。例えば、適応的な動機づけへの変化や競技不安の低減、集中力の向上などである。杉浦（2001a）は、大学生を対象に競技場面に関わるスポーツ選手の心理的成長を「スポーツ選手としての心理的成熟」と捉え、その特徴が危機を克服することによって促進されることを明らかにした。また、杉浦（2004）によると、スポーツ選手は、過去の自分を振り返り、1つの物語としてまとめて見つめ直し、現在の自分にフィードバックする。この一連の作業を「語り（ナラティブ）」という形で表現することによって、過去の自分を意味づけし、スポーツ選手は心理的に成長していくのではないかとされている。しかし、これまでの研究では、競技レベルによる違いについては明らかにされていない。また、フットサル選手は、挫折やプレースタイルなどが原因でサッカーから競技変更をしている場合が多く、その過程でフットサル選手に特徴的な心理的成長が存在すると考えられる。そこで、本研究では、ナラティブアプローチを用いて、フットサル選手の心理的成長プロセスが、大学生とプロを目指す選手の間で異なるのかを明らかにすることを目的とする。

II. 方法

1. 対象者：大学生8名とプロを目指す選手7名

A 大学に所属する男子フットサル選手8名とプロフットサルチームの下部組織に所属する男子フットサル選手7名

2. 期間：2014年6月下旬から7月下旬

3. 方法：半構造化インタビュー

筆者と対象者の1対1で半構造化インタビューを行い、インタビューの様子はデジタルカメラのムービー機能で録画し、インタビュー記録として保存した。インタビュー時間は25分～50分であった。

質問内容は、1. プロフィール 2. 競技歴 3. 現在のやる気や体の状態 4. 競技不安、試合での不安、実力発揮の問題 5. スランプの経験 6. スポーツ選手としての転機 7. 今後の目標 8. 競技の意味づけ・競技をする理由、である。

分析の手順は、まず、フットサル選手の心理的成長に関わると思われる語りを抜き出し、それぞれの語りに命名を行った。その際、人名にアルファベットをつけ、1人に対して複数の語りのある場合には番号をつけて取り扱った。その後、命名した語りを特徴的な出来事と出来事による肯定的変容の特徴で分類し、カテゴリー化を行った。

III. 結果と考察

表1では、人との出会いや選抜・上のレベルに召集されるなどの「プラス要因についての語り」と試合に出られないことや不適應などの「マイナス要因についての語り」に大きく分

表1. 特徴的な出来事のカテゴリー分け

	出来事のカテゴリー分け	大学生	プロを目指す選手
プラスの要因	人との出会い（監督・選手）	A・B-1・C-2	(M-1)
	選抜・上のレベルに召集・参加	B-2・F-2	J・K-3・O-3
	キャプテンの経験・フットサル留学・Fリーグの開幕	G-2	(M-1)・N-2
マイナスの要因	試合に出られない	E・F-1・G-1	I-1・L-1
	不適應（レベルの上下の行き来・チームの不満）	C-1・H-1	K-1・M-2
	怪我	D-2	I-2
	スランプ（スランプ・身体的成長の遅れ）		N-1・O-1
	セレクションの不合格		N-3
	競技変更	C-3	L-2
	進学校かフットサル（サッカー）かの迷い	D-1・H-2	K-2

けることができた。また、競技変更や迷いに関する語りもみられた。

表2. 出来事による肯定的変容のカテゴリー分け

	大学生	プロを目指す選手
将来の目標の自覚	A	(I-2)・J・K-2 M-1・N-2・O-3
視野拡大	(B-1)	(N-3)
向上心・やる気・自信	(B-1)・B-2・F-2	K-3
精神的強さ		(I-2)・N-1
今の自分がある	D-1・H-2	L-2
自己受容的变化・プラス思考	F-1・C-3・D-3・G-1	L-1
競技をする意味の自覚	C-1・H-1	
精神的余裕	C-2・G-2	
自分らしさ認識主張	E	
自立・責任		K-1・M-2
物事の再認識		I-1・(N-3)
その他		O-1

表2では、大学生とプロを目指す選手が選抜や高いレベルを経験すると、向上心や自信、成長の自覚などを得ることができ、動機づけを強めるという共通の語りが見られた。しかし、高いレベルを経験したとしても、環境の変化により不適應や理想と現実のギャップが生じる場合がある。その場合、多くの大学生は、「競技をする意味の自覚」という自らの参加動機を変化させている語りをみせた。一方で、プロを目指す選手は、「自立・責任」というすべて自分次第であるといった、考え方を变化させる語りをみせた。さらに、プロを目指す選手は、「将来の目標の自覚」という語りが目立った。フットサルを選択するということが職業選択となり、その選択には、大きな代償や責任が伴う。この大きな代償を払い、プロを目指すことによって強い意志や義務感を背負い、強い動機づけを得ていると思われる。主に大学生の特徴的な語りとして、状況を変えることのできない危機に直面するが、そこに意味を見出したり、考え方を变化させたりすることによって、前向きなエネルギーを得て、動機づけを回復させる「自己受容的变化」という語りが見出せた。

IV. まとめ

不適應や理想と現実のギャップが生じた際に、多くの大学生は、参加動機を変化させる語りをし、プロを目指す選手は、考え方を变化させる語りをみせた。また、プロを目指す選手は、様々な要因から「将来の目標の自覚」をするという語りが目立った。（指導教員 筒井清次郎）