

# 運動部活動で経験する困難に関する 計量テキスト分析による大学生の調査 (その一)

—困難の内容とその認知—

An analysis of Japanese college athletes' views regarding  
extracurricular sports activities using a quantitative text analysis:  
Kinds of difficulties and cognition of them

木村 駿介      大石 和男  
KIMURA Shunsuke    OISHI Kazuo

## 要約

本研究では、運動部活動への参加に伴って経験した困難について、その内容と直面した際の認知についての想起法及び自己報告式調査による自由記述を基に、計量テキスト分析の手法を用いて解析を行った。調査対象者は、主に学校の運動部活動で競技スポーツを5年間以上実施している首都圏の大学生107名（男性69名、女性38名、平均年齢 $20.7 \pm 1.0$ 歳）であった。分析対象は、スポーツ活動の中で経験した困難な経験について、その困難の具体的な内容および困難への認知の2つの設問に対する自由記述回答（各設問につき300字程度、合計600字程度）であった。すべての競技種目を対象にして得られた困難な経験の内容では、【スポーツ障害】【スランプ】【他者からのプレッシャー】などの9つのクラスターが抽出され、[外因性の困難]と[内因性の困難]の2つのカテゴリーが見出された。同様に困難な経験への認知では、【競技に対する思い】【親との擦れ違い】【敗北による無気力】などの7つのクラスターが抽出され、[受容的認知]と[否定的認知]の2つのカテゴリーが見出された。以上のような運動部活動における困難の種類と認知について把握することによって、学校におけるスポーツ指導や心理相談などにおいて、より有効な対応が可能となるかもしれない。

キーワード：運動部活動、困難の内容、困難の認知、計量テキスト分析、クラスター分析

## Abstract

The purpose of this study was to classify kinds of difficulties, and awareness of those difficulties faced by Japanese college athletes who had taken part in extracurricular sports activities, using a quantitative text analysis. Participants were 107 college students (69 males and 38 females) who had joined extracurricular sports activities over 5 years in Japanese schools. The mean age was

20.7 ± 1.0 years old. The questionnaire involved having participants freely write about difficult experiences in extra-curricular and measured cognition of the difficulties. Participants were asked to write approximately 300 characters. An analysis of the writings produced 2 categories: “extrinsic difficulties” and “intrinsic difficulties” which constituted 9 clusters, such as sports injuries slump, pressure from surroundings etc. An analysis of cognition regarding the difficult experiences produced 2 categories: “receptive cognition” and “negative cognition” which constituted 7 clusters such as thoughts regarding sports, disagreement with parents, and lack of motivation by defeat, etc. These findings will be useful for persons involved in sports coaching and/or counseling to improve the quality of their dealings with college athletes.

**Key words:** extracurricular sports activities, types of difficulties, cognition of difficulties, quantitative text analysis, cluster analysis

## 1. 緒言

### 1. 我が国の運動部活動

我が国では、大部分の人々が学校体育や運動部活動を通してスポーツとの関わりを有した経験を持つ。特に中学校、高等学校における運動部活動は、学校教育の一環として顧問の教員をはじめとした関係者の取り組みや指導の下に、スポーツに興味と関心を持つ生徒の自主的、自発的な参加によって我が国独自の発展を遂げてきた。その参加率は中学校で約65%、高等学校(全日制及び定時制・通信制)で約42%と高く、運動部活動は多くの生徒の学校生活に深く関連している(文部科学省, 2013)。

健康日本21(第2次)においても、生活習慣病の予防などを目的として運動習慣をつけることが重要項目として挙げられており(厚生労働省, 2013)、スポーツ活動および運動習慣に関する関心は国内においてますます高まっていると言える。特に、青年期の運動習慣は中高年における運動習慣の予測因子となり得るため、青年期における運動習慣の重要性の高さが指摘されている(岡田ら, 2003; 安田ら, 2009)。

Seefeldt(1987)は、部活動などの組織スポーツの持つメリットについて、「運動技能(motor skill)の習得、健康や運動への適性(health and motor fitness)、参加と所属(belonging to a team)、社会的に容認される価値と行為の習得(learning socially acceptable values and behaviors)、レジャーで使い続ける技能(long-term skills for leisure)、子どもと大人の関係改善(enhancing child-adult relationships)」などが得られると指摘している。その後には詳細な研究がなされ、身体的な健康に限らず、不安やストレス感情の減少、ポジティブ感情の増加など心理的な効果にも注目が集まっている。例えば、日常的に運動習慣を有している者は運動に対して無関心な者よりも抑うつ傾向が低いことが明らかにされている(荒井ら, 2005; 荒井, 2010)。また、運動部活動に参加することにより、日常生活場面で生じる様々な問題や要求に対して建設的かつ効果的に対処するための能力であるライフスキルが高まるという報告もなされている(上野・中込, 1998)。大学生の3割以上が高い抑うつ傾向を有しているともいわれる(高倉ら, 2000) 昨今において、運動習慣による心身の健康の維持・増進に対して運動部活動の果たす役割は大きいといえる。

以上のように、運動部活動へ参加することは、生涯にわたる生活習慣病の予防的効果に加えて、学校生活や社会生活における良好な適応などの望ましい影響を与える可能性がある。

### 2. 運動部活動に伴う困難な経験

一方で、運動部員やスポーツ競技者が抱える心理的な問題についての報告も少なくない。鈴木(2014)が指摘するように、競技者が自分の力量以上に、あるいは心理的な耐性を超えて競技に取り組むとき、自分自身が抱える問題が表面化し、競技遂行が難しくなる時がある。このような際に困難な経験をすると考えられるが、その代表とされる怪我などのスポーツ障害については多くの報告があり、いずれも受傷後には緊張や抑うつなどの心理的反応を経験することが明らかにさ

れている (Smith et al., 1990 ; Smith et al., 1993 ; Pearson and Jones, 1992)。岡ら (1996) は、スポーツ競技者を対象とした調査で、受傷の経験中の者はそうでない者に比べて「不安」「抑うつ」「怒り」「疲労」などの否定的な感情を強く感じ、「活気」感情が低下していると報告している。このような現状を踏まえて、中込 (2003) はスポーツ選手にとって怪我は体の問題であると同時に心の問題でもあることを指摘している。

その他にも、スポーツ活動に伴う困難な経験には様々な要因が指摘されている。例えば、競技スポーツの競争志向性や勝者が明確に他者に伝わりやすいなどの特徴、それに勝利至上主義や周囲の健康管理体制の悪さなどの日常的なストレスは、競技者に様々な問題を引き起こしている (Barnett, 2007 ; Broshek and Freeman, 2005 ; 森川・遠藤, 1999)。さらには、競技成績や記録の停滞、スポーツ障害や競技引退などが抑うつ、適応障害や摂食障害、さらにはバーンアウトなどに繋がることも指摘されている (Anshel and Kaissidis, 1997 ; Anshel et al., 2001 ; Etzel, 2009 ; Murphy, 1995 ; 豊田, 1999 ; 豊田・中込, 2000)。岡ら (1998) は、スポーツ活動に伴うストレスを整理し、「日常・競技生活での人間関係」「競技成績」「他者からの期待・プレッシャー」「自己に関する内的・社会的変化」「クラブ活動内容」「経済状態・学業」の6因子を報告している。また中込 (2004) は、これらの日常的なストレスによって引き起こされる心身の問題を整理し、「心因性の動作失調」「競技引退からの復帰」「バーンアウト」「スポーツ障害」「競技離脱」を報告している。さらに鈴木 (2014) は競技者の抱える問題をより大きく捉え、諸問題は「競技力向上」「人間関係」「身体に関わるもの」として顕在化されることが多いと述べている。

学校の運動部活動に限れば、困難の経験の結果として最終的には退部などの「部活動不適應」(青木, 1989) という形で表面化しやすい。その理由として青木 (1989) は、「人間関係の軋轢」「他にしたいことがある」「勉強との両立」「怪我」などを報告している。また中込 (1987) は「危機 (crisis)」という言葉を使い、危機には「競技の継続」「勉強との両立」「怪我」などの11の要因があることを報告している。加えて、和ほか (2011) は「挫折」という言葉を用いて調査したところ、「身体的負担」「結果が出ないこと」「環境の変化」「人間関係」の4つをサブカテゴリーとした「自己目標の達成の障害」というカテゴリーを報告している。

以上のように、部活動への参加や競技スポーツの実施で良好な心身の健康や高いライフスキルを獲得できるという望ましい影響を与える可能性があるが、逆に様々なストレスが困難の経験を引き起こしている例も少なくない。

### 3. 困難な経験からの立ち直りのサポート

困難な経験から立ち直るためには、周囲の様々な働きかけが重要な役割を果たす。どのような種類の困難を抱えていたとしても、そのほとんどが心の問題を伴っている (中込, 2004 ; 鈴木, 2014) ため、多くの先行研究は、彼らをいかに心理的にサポートするかに重点を置いている。例えば、心理的介入の実施により、怪我に伴う気分の混乱、抑うつや無力感、それに欲求不満などのネガティブ感情を緩和できたなどの報告がある (Evans and Harby, 2002a, 2002b ; Mankad

and Gordon, 2010; Rock and Jones, 2010)。また、バーンアウトについては、ソーシャルサポートによる介入の報告が多くなされており (土屋, 2012)、多くの先行研究は適切なソーシャルサポートの有効性を報告している (Cresswell and Eklund, 2004; Raedeke and Smith, 2004; Smith et al., 1995)。

運動部活動においても、不適応を起こした部員を心理的にサポートしていくことで、不適応から復帰する例も多く報告されている。例えば、竹中・岡 (1995) は、怪我をした部員に対するリラクゼーション訓練やイメージ訓練などの心理的介入を実施した結果、介入の効果として痛みの受容や治療に対する態度が積極的なものに変化したという。また退部を思いとどまる理由として、「友人 (先輩) の存在とはげまし」が最も多く (青木, 1990)、「ソーシャルサポート」や「部員との関係」も部活動適応感を高めるのに大きく影響するという (青木・松本, 1997)。また、ソーシャルサポートが、怪我による不適応を起こした選手を心理的に支え、復帰に重要な役割を果たすことも知られている (岡ほか, 1996)。

#### 4. これまでの研究の問題点

以上のように、運動部活動においては様々な困難を経験する可能性がある。これらの困難に対する心理サポートにおいては、競技に直接携わる指導者は当然のことながら、親や友人などにとっても経験しやすい困難の内容やそれに対する認知の傾向についてあらかじめ把握しておくことは、効果的なサポートを提供するために重要となる可能性がある。しかしながら中込 (2004) が指摘するように、本研究が関与する臨床スポーツ心理学の分野は、歴史が浅く研究の蓄積が少ないうえ、扱うべき研究対象の明確化や共通理解が十分になされていないのが現状である。さらに、臨床学的方法が、問題事象の操作化をはかるため、平均的な値による一般化を志向する研究の立場と比較することにも意味があると考えられる (中込, 2013) が、その平均的な傾向についての基礎研究が十分とは言えない。また先行研究の中には、困難の種類を並列に指摘しているに留まり、具体的な困難のレベルと因子レベル、あるいは原因となるストレスとその結果であるストレス反応といった次元の異なる困難が混在する場合も散見される。したがって、大きな概念に向けたカテゴリー化などはあまり実施されず、運動部活動に伴う困難についての全体像が必ずしも系統的に明示されているとはいえない。

さらに、困難の経験についてはストレスと認知を区別せずに同様に扱ってきた傾向にあるため、どのような困難の種類があり、それに対してどのような認知を示したかについて大きな枠組みの中で示されることはほとんどなかった。

#### 5. 本研究の目的

そこで本研究では、運動部活動を行ってきた大学生スポーツ競技者がこれまでの運動部活動を振り返り、どのような困難に直面しその際にどのようにその困難を認知したかについて調査し、それらに対して大きな概念によるカテゴリー化を試みた。

## II. 方法

### 1. 研究方法

一般に、種々の経験に対する主観などの詳細な調査には質的調査が適している。しかしながら、競技種目の違いを超えて存在する共通した困難や、競技種目特有の困難な経験についての調査を実施するには、多くの調査対象者が必要となるため、質的調査を実施することには困難が伴う。そこで本研究では、質的なデータを量的方法と循環的に分析が可能である計量テキスト分析の手法を用いた。計量テキスト分析では、膨大なテキスト情報を一定のルールに従って整理し、相関関係などの定量分析を行うことで有用な情報を掘り出すことが出来る（齋藤, 2012）。詳細は後述する。

### 2. 倫理的配慮

本調査は、立教大学コミュニティ福祉学研究科倫理委員会の承認を得て、「ライフサイエンスに係る研究・実験の倫理及び安全に関する規定」および「研究科倫理指針」に則り実施された。すなわち、調査開始前に調査協力者に対して、文書と口頭とで調査の趣旨が伝えられ、協力者の自由意思に基づく調査であること、調査に参加しない場合でもなんら不利益が生じないことを十分に説明し同意を得たうえで調査を依頼した。

### 3. 調査対象者と手続き

本研究の調査は、2013年12月から2014年1月に実施された。調査協力者は、主に学校での部活動を通して、同一種目の競技活動を5年間以上実施した経験を持つ首都圏の大学生である。

同意を得られた調査協力者に対して、想起法及び自己報告式調査による自由記述アンケートに関する質問項目を事前に伝え、後日回収を行った。なお調査協力者は107名（男性69名、女性38名、平均年齢 $20.7 \pm 1.0$ 歳）であった。彼らが実施していたと回答した競技種目はそれぞれ、野球31名、サッカー15名、陸上競技9名、ラグビー、バドミントン、バスケットボール各5名、バレーボール、剣道、テニス各4名、それにソフトテニス、ラクロス、ハンドボール、バレー、ソフトボール、チアリーディング、ダンス、ボート各2名、およびアメリカンフットボール、グラウンドホッケー、トライアスロン、水泳、柔道、卓球各1名（競技未記入3名）であった。

### 4. 調査内容

本研究では、スポーツ場面に限定した以下の4つの質問項目を設け、これまでに経験した困難な経験について（複数可）、研究協力者に対してそれぞれの項目で各300字程度、合計1,200字程度での自由記述の回答を依頼した。

- (a) 具体的にどのような困難を経験しましたか（困難な経験の種類）。
- (b) その当時それをどのように考えましたか（困難な経験への認知）。

(c) それをどのように解決しようと思いましたか(困難な経験への対処)。

(d) どのように現在の考え方に影響していますか(困難な経験からの心理的变化)。

これらのうち、(c) および (d) は木村・大石(2016)において、(a) および (b) を本研究で分析し、報告する。

## 5. 分析方法

### 1) 計量テキスト分析の特徴

計量テキスト分析とは、計量的分析手法を用いてテキスト型データを整理または分析し、内容分析を行う手法であるとされており、質的データをもとに複数の観点からの解釈や推論を可能にする内容分析により柔軟に量的方法を組み合わせることでテキスト型データの背景に存在する「潜在的理論」の発見や推論を行うために用いられる(樋口, 2006; 川端, 2003)。

一方で、形態素解析によってデータ中から取り出された言葉に様々な統計手法を用いて探索的な分析によって視覚的に把握可能な分析結果を示すテキストマイニングと呼ばれる手法が商業的・実務的な局面において、近年多く用いられている(藤井, 2005; 樋口, 2006)。実際に体育学の分野でも、近年、研究の手段として用いられるようになってきている(西田ほか, 2015)。しかしながら、テキストマイニングが大量のテキスト型データを分析可能にし、分析過程の可視化、結果に与える分析者の影響を減らすことが特徴であるのに対し(大島ら, 2006)、計量テキスト分析の方法にはグラウンデッド・セオリー・アプローチ(Glaser and Strauss, 1967; 木下, 2007)の考え方が取り入れられており、素データの引用や解釈が分析の過程に含まれる点において、質的方法と量的方法を循環的に実施する点にその特徴がある(Pool, 1959; 川端, 2003; 樋口, 2006)。

### 2) 手順

本研究では、樋口(2004)の作成したKH Coderを分析に使用した。また、最終的な分析には越中ら(2014)を参考に出現率1割を目安に、各設問に対する使用する語の出現数を設定した。

分析には、異なる性質のものが混ざりあっている集団(対象)の中から互いに似たものを集めてグループ(クラスター)を作り、対象を分類しようという方法であるクラスター分析を用いた。

クラスター分析には、Ward法による階層的クラスター分析を実施した。本研究では、最小出現数を各設問の1割程度を目安に9から12語を表示した。

本研究では、分析を行う前に、先行研究(三浦, 2012; 清水・小杉, 2005)を参考にテキストデータの整理を行った。すなわち、誤字脱字や表記ゆれの修正、同義語や複合語の整理、単体で意味をなさない語(句読点、助詞など)および「困難」や「経験」のように質問文に含まれる語や、「サッカー」や「野球」など競技を示す語のように多様な文脈で用いられる語の除外である。

### 3) 記述のまとめ

本研究では結果の客観性を可能な限り担保するため、質的研究の先行研究(和ほか, 2011; 遠

藤ほか、2013)を参考にして、著者を含む3名の研究者間での討議(トライアングレーション)を行いながら分析を進めた。分析された表記の仕方は、文中においては原文での表記を「」内に、抽出された語を『』内に、それらの分類や解釈された意味をクラスター名として【】内にそれぞれ示した。さらに、各クラスターをまとめて得られたカテゴリーを〔〕内に示した。

### III. 結果と考察

#### 1. 基本データ

各設問の記述統計を確認すると、(a) 具体的にどのような困難を経験したか、という設問については総抽出語数24,601、異なり語数2,326が抽出され、一般的な語を除外した総抽出語数6,027、異なり語数1,546を分析に使用した。(b) その当時それをどのように考えたか、という設問については総抽出語数18,618、異なり語数1,881が抽出され、一般的な語を除外した総抽出語数4,195、異なり語数1,251を分析に使用した。

#### 2. 困難な経験への記述における語の使用傾向

頻出語の使用傾向を探索するために行った、階層的クラスターによる分析結果(最小出現数12)をTable 1に示した。クラスターは10抽出され、これらに含まれた意味内容について、原文の内容を考慮しながらトライアングレーションを実施して命名した結果を以下に詳述する。

クラスター1では、『リハビリ』『手術』『痛み』などが原文では「痛みを伴うケガ、その手術やりハビリテーション」などの意味で使用されていたため【スポーツ障害】、クラスター2の『競技』『陸上』『記録』などは「陸上競技で記録がでない」という意味で使用されていたため【スランプ】と命名した。クラスター3では、『優勝』『悪い』『全国』『最後』などが原文では「優勝を目指した最後の全国大会で結果が悪かった」という意味で使用されていたため【大会での成績不振】、クラスター4の『負ける』『勝つ』『顧問』『プレッシャー』などは「勝つことを顧問などから求められプレッシャーを感じた」という意味で使用されていたため【他者からのプレッシャー】と命名した。クラスター5では、『高校』『所属』『強い』『出場』などが「自分の所属する高校のレベルが高く、試合に出ることが困難であったり結果が残せなかった」という意味で使用されていたため【自分の競技能力に対する劣等感】、クラスター6の『イップス』『投げる』『打つ』などは「イップスで暴投したり、思うようにボールが打てない」などを意味していたため【心因性の動作失調】と命名した。クラスター7では、『残る』『メンバー』『上がる』『レギュラー』などが「レギュラーに上がることや出場メンバーに残れなかった」ことを意味していたため【レギュラー争い】、クラスター8の『中学校』『入学』『指導』『周り』などは「入学により指導の仕方や周囲の環境が変わってしまった」ことを意味していたため【環境の変化】とそれぞれ命名した。クラスター9では、『生活』『時代』『プレー』などが「以前の(中学・高校等)時代には好きだったプレーや競技が充実せず、競技だけでなく日常生活にも悪影響を及ぼした」などを意味していたため【日常生活での充実感の欠如】、クラスター10の『受験』『勉強』『目標』『キャプテ



ン』などは「受験の時期で勉強に打ち込まなければならなかった苦しい時期や、部員の目標の異なるチームのキャプテンや重い役割を任されたことによる心理的負担」などを意味していたため【時期や立場によって生じる困難】とそれぞれ命名した。

以上のカテゴリーを、先行研究との関係で考察する。まず、【スポーツ障害】【心因性の動作失調】は中込（2004）がそのまま報告しており、【スランプ】【大会での成績不振】は、Anshel and Kaissidis（1997）、Anshel et al.（2001）、岡ら（1998）、それに森川・遠藤（1999）らの“競技成績”、および和ほか（2011）の“結果が出ないこと”の報告とほぼ一致する。【環境の変化】は、和ほか（2011）の“環境変化”や岡ら（1998）の“内的・社会的変化”と、【他者からのプレッシャー】【自分の競技能力に対する劣等感】は岡ら（1998）の“他者からの期待・プレッシャー”とそれぞれほぼ一致する。【レギュラー争い】【時期や立場によって生じる困難】は、和ほか（2011）および森川・遠藤（1999）らの“人間関係”、さらに岡ら（1998）の“内的・社会的変化”および“経済状態・学業”と多くの部分で共通するものであった。同様に【日常生活での充実感の欠如】は、岡ら（1998）の“クラブ活動内容”と多くの部分で共通するものであった。

以上のように、本研究で得られた競技群全体での経験された困難に関して抽出された内容は、ほぼすべて先行研究での報告に類似していたことが明らかとなった。

Table 1 困難な経験に関するクラスター分析の結果

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
スポーツ障害	スランプ	大会での成績不振	他者からのプレッシャー	自分の競技能力に対する劣等感	心因性の動作失調	レギュラー争い	環境の変化	日常生活での充実感の欠如	時期や立場によって生じる困難
リハビリ 手術 体 痛み 膝	競技 陸上 記録	優勝 県 悪い 走る 終わる 全国 出来る 辛い 最後 調子	地区 負ける 勝つ 先生 顧問 プレッシャー 団体	高校 所属 自分 練習 思う 選手 強い 先輩 続ける 出る 大会 出場 チーム 試合	イップス 投げる 打つ 使う 部 ボール 出す	最初 残る ケガ 状態 メンバー 上がる 年 強豪 部活 入る 大学 行く 引退 代 レギュラー 中学 監督	小学校 中学校 入部 入学 指導 周り 見る クラブ 取り組む 行う 人 スポーツ 活動 良い 学校 多い 一つ 感じる 始める	生活 時代 プレー 自身 状況 学年 後輩	受験 勉強 非常 目標 決める 気持ち 考える キャプテン 厳しい

### 3. 困難な経験への認知の記述における語の使用傾向

さらに、困難を経験した当時の認知について、階層的クラスター分析（最小出現数9）を行った（Table 2）。競技群全体での困難な経験への認知に関しては9のクラスターが抽出され、これらに含まれた意味内容について、原文の内容を考慮しながらトライアングレーションを実施し

て命名した結果を以下に詳述する。

クラスター1では、『考える』『練習』『試合』などが原文では、「試合に出られるように練習での取り組みについて考えた」などの意味で使用されていたため【競技に対する思い】、クラスター2の『受験』『目標』『親』などは原文では「目標達成の過程において、受験に対する親の考えとの擦れ違いをどう克服するか考えた」などの意味で使用されていたため、【親との擦れ違い】とそれぞれ命名した。クラスター3では、『リハビリ』『辛い』『痛み』などが原文では「痛みなどに耐えながら辛いリハビリ生活を送るために工夫した」などの意味で使用されていたため【リハビリ】、クラスター4の『監督』『変わる』『チームメイト』などは原文では「監督などの指導者やチームメイトとの関係性を改善させるために双方との折衝を行った」などを意味していたため【指導者とチームメイトとの間での葛藤】と、それぞれ命名した。クラスター5では、『負ける』『自身』『悩む』などが原文では「試合などに負けたことで自信や気力を失い思い悩んだ」などの意味で使用されていたため【敗北による無気力】、クラスター6の『大会』『悔しい』『プレー』などは原文では「大会などにおける自分のプレーに対して悔しさを覚えた」などを意味していたため【結果への悔しさ】と、それぞれ命名した。クラスター7では、『ケガ』『部活』『嫌』などが原文では「ケガなどによって部活動自体が嫌だと感じてしまった」などを意味していたため【意欲の低下】、クラスター8の『考え』『続ける』『キャプテン』などは原文では「キャプテンなどの大変な役割を果たしながら、現状を突破する方法を考え実践し続けた」などを意味していたため【現状突破への思い】と、それぞれ命名した。クラスター9の『最後』『プレッシャー』『精神』などは、原文では「精神的に追い込まれてしまった状況においてもプレッシャーに対して最後まで向き合っていこうと考えた」などを意味していたため【プレッシャーと向き合うこと】と命名した。

Table 2 困難な経験への認知に関するクラスター分析の結果

1	2	3	4	5	6	7	8	9
競技に対する思い	親との擦れ違い	リハビリ	指導者とチームメイトとの間での葛藤	敗北による無気力	結果への悔しさ	意欲の低下	現状突破への思い	プレッシャーと向き合うこと
考える 自分 思う チーム 練習 試合	受験 目標 親	リハビリ 生活 出来る 辛い 行く 終わる 強い 痛み 治る	監督 変わる チームメイト 出す	負ける 高校 自信 意味 持つ 努力 悩む	大会 悔しい 目 思い メンバー 非常 イップス 周り プレー 選ぶ	原因 入る 言葉 一つ 人 ケガ 状態 大きい 行う 多い 部活 嫌	正直 辞める 楽しい 考え 分かる 出場 続ける キャプテン 学年 顧問 先生 気持ち 言う	最後 悪い 環境 良い 状況 見る 勝つ プレッシャー 精神 厳しい 先輩 不安 出る 選手 レギュラー 感じる 自身 続く

#### 4. クラスターの 카테고리生成

競技群全体で得られたすべてのクラスターを基に、原文の内容を考慮しながらカテゴリを生成した (Table 3)。以下、カテゴリは [ ] 内に示す。

まず、困難な経験の種類における【スポーツ障害】【他者からのプレッシャー】【レギュラー争い】【環境の変化】【時期や立場によって生じる困難】【日常生活での充実感の欠如】【大会での成績不振】などは、『怪我』『周囲との関係性』『環境』のように競技者自身の力の及ばない範囲の事柄が原因で起こる困難であった。そこで、これらの内容を「外因性の困難」のカテゴリとした。次に【スランプ】【自分の競技能力に対する劣等感】【心因性の動作失調】は、精神面の影響が大きい困難であることから「内因性の困難」とした。

困難な経験への認知について、【競技に対する思い】【親との擦れ違い】【リハビリ】は、競技を行う上での親との擦れ違いやリハビリ中の精神的な困難など競技の実施や継続に関する内容であったため「競技への熟考」とした。次に【現状突破への思い】【プレッシャーと向き合うこと】は、困難の内容を受容している様子を示していたため「受容的認知」とした。最後に、【指導者とチームメイトとの間での葛藤】【敗北による無気力】【結果への悔しさ】【種々の困難による意欲の低下】は、困難な状況を受け入れることが出来なかつたり、その後への不安が強く示されていたため「否定的認知」とした。

Table 3 困難な経験の種類と認知のカテゴリ

質問項目	カテゴリ	クラスター			
困難の種類	外因性の困難	スポーツ障害	他者からのプレッシャー	レギュラー争い	環境の変化
		時期や立場によって生じる困難	日常生活での充実感の欠如	大会での成績不振	
	内因性の困難	スランプ	自分の競技能力に対する劣等感	心因性の動作失調	
困難への認知	競技への熟考	競技に対する思い	親との擦れ違い	リハビリ	
	受容的認知	現状突破への思い	プレッシャーと向き合うこと		
	否定的認知	指導者とチームメイトとの間での葛藤	敗北による無気力	結果への悔しさ	意欲の低下

#### 5. 総合的考察

困難の種類に注目すると、前述のように多くの先行研究でスポーツ選手が経験する困難について報告している。ただし、困難をどのように受け止めたかという認知に関しては、多くの場合にはカウンセリングなどの臨床場面での事例報告に限られてきたのが現状である (鈴木, 2014)。したがって、困難とその認知について大きな枠組みの中で示されることはほとんどなかった。そこで本研究では、比較的多くのスポーツ経験者を対象にしてこれらの点について検討を加えた。

本研究で得られたすべての結果をテキストデータにおける時系列に従って配列し、仮説として図示した (Figure 1)。なお、図中の矢印は時系列の移り変わりを示しており、明確な因果関係を

規定するものではない。全般的に経験された困難の種類に関して抽出されたクラスターは、先行研究での報告内容とほぼ類似したものであった。そして、これらのクラスターをより大きな概念でカテゴリー化すると、それらがほぼ明確に外因性と内因性に分類することが示された。加えて、困難の認知が〔否定的認知〕である場合に加えて、【競技に対する思い】や【リハビリ】など積極的な〔競技への熟考〕や〔受容的認知〕などのポジティブな認知を伴う場合の存在を示すことができた。特に、心理サポートを必要としている者は必ずしもすべてが否定的な気持ちになるわけではなく、現状は厳しいものであっても、それらを受容して前向きに認知する者の存在を示すことができた点で意味があるかもしれない。以上のように、サポートを提供する側がスポーツ活動に関わる困難を理解することにおいて、その考えの枠組みを提供するという点で本研究の知見が有用となる可能性がある。

ただし、実際のサポートの場面では注意が必要である。一般にナラティブ・アプローチ (narrative approach) では、人は他者とともに作り上げた物語的な現実によって自分の経験に意味やまとまりを与え、そこで構成された視点を通して人生を理解する (Anderson and Goolishian, 1992) とされる。このアプローチの枠組みでは、本研究で分析された困難な経験はドミナント・ストーリー (dominant story)、すなわち問題を抱えた現実を構成する物語とされる (White and Epston, 1990)。このドミナント・ストーリーは困難を抱える本人ひとりで構成されたものではなく、社会的に構成される、すなわち他者とのコミュニケーションによって意味づけられたものであると考える立場をとる。さらに心理的な治療の際には、他者の力を用いて「問題の外在化」、すなわち問題を本人から距離を置くことで、客観化や擬人化し、新たなストーリー (オルタネイティブ・ストーリー) を作り上げることを目指す。したがって、想起された内容が今後変化する可能性も残されているうえ、本研究で見出された内因性の困難であっても、個人だけの問題ではなく他者との関係でそれらを理解あるいは解決することが必要である点に注意しなければならない。

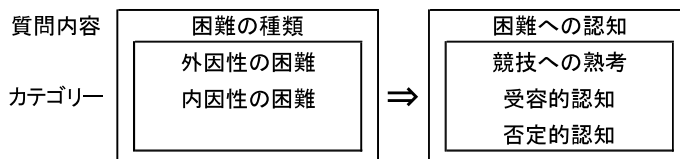


Figure 1 カテゴリー表

#### IV. 本研究の限界と展望

本研究では、学校の運動部活動の参加に関連したスポーツ選手の抱えやすい問題とその際の認知について探索的に調査を実施した。通常、本研究のような調査では、あらかじめある程度回答を予想した短い設問や選択法による質問紙が用いられる。これに対して本研究では、比較的長い自由記述をすべて分析することにより、そこから抽出された内容が示された点に特徴がある。実際、これまでには報告されていなかった種々の知見が得られた点は評価できる。

しかしながら、今回の研究には限界も存在する。例えば、中込 (2004, 2013) が指摘するように、個々の困難の背後に顕在化しにくい問題が隠されている場合が多く、当初の訴えとは違ったものがみえてくることも考えられる。そのため指導者や心理サポートに携わる者は、表層の問題を解決することも重要であるが、それだけに注力することなく、パフォーマンス発揮と人格レベルでの発達の関係性などを総合的に考慮する視点を忘れずにいる必要がある。

## 文 献

- Anderson, H. and Goolishian, H. (1992) "The client is the expert: A not-knowing approach to therapy" in *Social Construction and the Therapeutic Process*, edited by McNamee, S. and Gergen, S., Sage Publication, pp.25-39.
- Anshel, M. H., and Kaissidis, A. N. (1997) "Coping styles and situational appraisals as predictors of coping strategies following stressful events in sport as a function of gender and skill level", *British Journal of Psychology*, vol.88, pp.263-276.
- Anshel, M. H., Jamieson, J., and Raviv, S. (2001) "Cognitive appraisal and coping strategies following acute stress among skilled competitive male and female athletes", *Journal of Sport Behavior*, vol.24, pp.128-143.
- 青木邦男 (1989) 「高校運動部員の部活動継続と退部に影響する要因」『体育学研究』第34号, pp.89-100.
- 青木邦男 (1990) 「高校運動部員の退部を思いとどまる理由と部活動継続に影響する要因」『体育の科学』第40号, pp.65-70.
- 青木邦男・松本耕二 (1997) 「高校運動部員の部活動適応感に関連する要因」『体育学研究』第42号, pp.215-232.
- 荒井弘和・中村友浩・木内教詞・浦井良太郎 (2005) 「男子大学生における身体活動・運動と不安・抑うつ傾向との関係」『心身医学』第45号, pp.865-871.
- 荒井弘和 (2010) 「大学体育授業に伴う一過性の感情が長期的な感情および運動セルフ・エフィカシーにもたらす効果」『体育学研究』第55号, pp.55-62.
- Barnett, L. A. (2007) "'Winners" and "losers": The effects of being allowed or denied entry into competitive extracurricular activities", *Journal of Leisure Research*, vol.39, pp.316-344.
- Broshek, D. K., and Freeman, J. R. (2005) "Psychiatric and neuropsychological issues in sports medicine", *Clinical Journal of Sport Medicine*, vol.24, pp.663-679.
- Cresswell, S. L., and Graham, T. R. (2004) "The athletic burnout syndrome: possible early signs", *Journal of Science and Medicine in Sport*, vol.7, pp.481-487.
- 遠藤伸太郎・和秀俊・大石和男 (2013) 「Sense of Coherence (SOC) の高い大学生運動部員のスポーツ活動に伴う困難への対処—SOCの低い運動部員との比較に注目して—」『体育学研究』第58号, pp.19-33.
- Etzel, E. F. (2009) *Counseling and psychological services for college student-athletes*. West Virginia: Fitness Information Technology.
- Evans, L. and Hardy, L. (2002a) "Injury rehabilitation: a goal-setting intervention study", *Research Quarterly for Exercise and Sport*, vol.73, pp.310-319.
- Evans, L., and Hardy, L. (2002b) "Injury rehabilitation: a qualitative follow-up study", *Research Quarterly for Exercise and*

- Sport*, vol.73, pp.320-329.
- 藤井美和 (2005) 「テキストマイニングと質的研究」藤井美和・小杉考司・李 政元 (編著) 『福祉・心理・看護のテキストマイニング入門』中央法規出版 pp.13-28.
- Glaser, B. G. and Strauss, A. L. (1967) *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research*. Chicago: Aldine.
- 樋口耕一 (2004) 「テキスト型データの計量的分析：2つのアプローチの峻別と統合」『理論と方法』第19号, pp.101-115.
- 樋口耕一 (2006) 「内容分析から計量テキスト分析へ—継承と発展をめざして—」『大阪大学大学院人間科学研究科紀要』第32号, pp.1-27.
- 和秀俊・遠藤伸太郎・大石和男 (2011) 「スポーツ選手の挫折とそこからの立ち直りの過程：男性中高生競技者の質的研究の観点から」『体育学研究』第56号, pp. 89-103.
- 川端亮 (2003) 「宗教の計量的分析—真如園を事例として」『大阪大学大学院人間科学研究科』平成14年度博士論文.
- 木下康仁 (2007) 「修正版グラウンデッドセオリアプローチ (M-GTA) の技法」『富山大学看護学会誌』第6号, pp.1-10.
- 木村駿介・大石和男 (2016) 「運動部活動で経験する困難に関する計量テキスト分析による大学生の調査 (その二) —困難への対処とその後の心理的变化—」『立教大学コミュニティ福祉研究所紀要』第4号, pp.17-33.
- 厚生労働省 (2012) 健康日本21 (総論) [http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21\\_11/s0.html](http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21_11/s0.html) (2016年8月16日).
- 越中康治・廣瀬真喜子・松井剛太・朴信永・若林紀乃・八島美菜子・山崎晃 (2014) 「障害のある幼児の保育に関する保育者の意見—テキストマイニングを用いた職種による特徴の検討—」『宮城教育大学情報処理センター研究紀要』第21号, pp.33-38.
- Mankad, A., and Gordon, S. (2010) "Psycholinguistic changes in athletes' grief response to injury after written emotional disclosure", *Journal of Sport Rehabilitation*, vol.19, pp.328-342.
- 三浦麻子 (2012) 「東日本大震災とオンラインコミュニケーションの社会心理学：そのときツイッターでは何が起こったか」『電子情報通信学会誌』第95号, pp.219-223.
- 文部科学省 (2013) 運動部活動の在り方に関する調査研究報告書. [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/jyujitsu/\\_icsFiles/afieldfile/2013/05/27/1335529\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/_icsFiles/afieldfile/2013/05/27/1335529_1.pdf) (2016年8月16日).
- 森川貞夫・遠藤節昭 (1999) 『必携スポーツ部活動ハンドブック』大修館書店.
- Murphy, S. M. (1995) *Sport psychology interventions*, Illinois: Human Kinetics.
- 中込四郎 (1987) 「運動選手の自我同一性の探求とスポーツ経験 (V) —運動選手の生育史における危機的場面—」『筑波大学体育科学系紀要』第10号, pp.43-51.
- 中込四郎 (2003) 「スポーツ受傷者のこころと体の痛み」『体育の科学』第53号, pp.856-860.
- 中込四郎 (2004) 『アスリートの心理臨床—スポーツカウンセリング』道和尚書院.
- 中込四郎 (2013) 『臨床スポーツ心理学』道和尚書院.
- 西田順一・橋本公雄・木内敦詞・谷本英彰・福地豊樹・上條隆・鬼澤陽子・中雄勇人・木山慶子・新井淑弘・小川正行 (2015) 「テキストマイニングによる大学体育授業の主観的恩恵の抽出：性および運動・スポーツ習慣の差異による検討」『体育学研究』第60号, pp.27-39.
- 岡田純一・鳥居 俊・宮内考知・柳谷登志雄・加藤清忠 (2003) 「大学運動部歴と中高年期における身体活動の関連性に関

- する研究」『早稲田大学体育学研究紀要』第35号, pp.25-35.
- 岡浩一郎・竹中晃二・児玉昌久(1996)「スポーツ障害が選手に及ぼす心理的影響—受傷選手の情動的反応とソーシャルサポートとの関係—」『体育の科学』第46号, pp.241-245.
- 岡浩一郎・竹中晃二・松尾直子・堤俊彦(1998)「大学生アスリートの日常・競技ストレス—尺度の開発およびストレス—の評価とメンタルヘルスの関係」『体育学研究』第43号, pp.245-259.
- 大島千帆・児玉桂子・後藤隆・足立啓・三宅貴夫(2006)「認知症高齢者の状態像に対応する在宅環境配慮評価軸の抽出—テキストマイニングを用いた家族介護者の自由記述回答の分析—」『老年社会科学』第28号, pp.334-347.
- Pearson, L. and Jones, G. (1992) "Emotional Effects of Sports Injuries: Implications for Physiotherapists," *Physiotherapy*, vol.78, pp.762-770.
- Pool, I. S. (1959) "Trends in Content Analysis Today: A summary", *In Trends in content analysis*, pp.189-234.
- Poulton EC (1957) "On prediction in skilled movements", *Psychological Bulletin*, vol.54, pp.467-478.
- Raedeke, T. D., and Smith, A. L. (2004) "Coping resources and athletic burnout: An examination of stress mediated and moderation hypotheses", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, vol.26, pp.525-541.
- Rock, J., and Jones, M. (2010) "A preliminary investigation into the use of counseling skills in support of rehabilitation from sport injury", *Journal of Sport Rehabilitation*, vol.11, pp.284-304.
- 齋藤朗宏(2012)「日本におけるテキストマイニングの応用」『The Society for Economic Studies The University of Kitakyushu Working Paper Series』No. 2011-12.
- Seefeldt, V. (1987) "Benefits of competitive sports for children and youth". in *Handbook for youth sports coaches*, edited by Seefeldt, V., American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance Publications.
- 清水裕士・小杉考司(2005)「テキストマイニングを用いた心理学分析の応用例—異性関係への印象の分析—」藤井美和・小杉考司・李政元(編著)『福祉・心理・看護のテキストマイニング入門』中央法規出版.
- Smith, A. M., Scott, S. G., O'Fallon, W. M., and Young, M. L. (1990) "Emotional responses of athletes to injury", *Mayo Clinic Proceedings*, vol.65, pp.38-50.
- Smith, A. M., Stuart, M. J., Wiese-Bjornstal, D. M., Milliner, E. K., O'Fallon, W. M., and Crowson, C. S. (1993) "Competitive athletes: Pre injury and post injury mood state and self-esteem", *Mayo Clinic Proceedings*, vol.68, pp.939-947.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., and Barnett, N. P. (1995) "Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches", *Journal of Applied Psychology*, vol.78, pp.602-610.
- 鈴木社(2014)『スポーツと心理臨床—アスリートのこころとからだ—』創元社.
- 高倉実・嶋原盛造・興古田孝夫(2000)「大学生の抑うつ症状に関連する要因についての短期縦断研究」『民族衛生』第66号, pp.109-121.
- 竹中晃二・岡浩一郎(1995)「スポーツ障害における心理的治療プログラムの有効性に関する実践研究」『スポーツ心理学研究』第22号, pp.32-39.
- 豊田則成(1999)「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に関する研究—中年期危機を体験した元オリンピック選手」『スポーツ教育学研究』第19号, pp.117-129.
- 豊田則成・中込四郎(2000)「競技引退に伴って体験されるアスリートのアイデンティティ再体制化の検討」『体育学研究』

第45号, pp.315-332.

土屋裕陸 (2012) 『ソーシャルサポートを活用したスポーツカウンセリング』 風間書房.

上野耕平・中込四郎 (1998) 「運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究」『体育学研究』 第43号, pp.33-42.

White, M. and Epston, D. (1990) *Narrative means to therapeutic ends*. W. W. Norton and Company.

安田貢・進藤俊郎・下川浩一・布施洋・袴田敦士・伊藤潤二 (2009) 「大学生の運動部活動に関する回顧調査中学時代のストレス, サポート, 自己効力感に注目して」『教育実践学研究』 第14号, pp.95-105.