

# 大学生アスリートの受傷体験が心理的成長に与える影響についての 研究

## ーソーシャルサポートに着目してー

スポーツ経営組織学ゼミナール 1316014 荻野 映子

### 1. 研究動機・研究目的

怪我はアスリートにとって避けては通れない問題である。今日、大衆メディアにおいてもプロスポーツ選手の怪我についての報道が頻繁になされている。怪我は一時的な競技停止による競技能力の低下を招くだけでなく、最悪の場合にはスポーツ選手としての引退を迫られる原因ともなる。現に一流のスポーツ選手が怪我を理由のひとつにして引退しているケースも多々ある。三輪・中込(2004)は、受傷アスリートの訴える痛みについて Saunders が提唱した Total Pain の概念を援用し、負傷による身体的な痛みは、単に身体に異常があるだけでなく、不安や焦燥感などの心理的な痛み、理解者の不在や周囲に受け入れられていないという社会的な痛み、さらには、競技を続ける意味を失い、競技者としての自己の揺らぎを引き起こすスピリチュアルな痛みに結び付くことを示唆した。そして、彼女らは身体的な痛みの訴えの背景に、心理的痛み、社会的痛み、スピリチュアルな痛みが込められていることがあることを主張している。つまり、アスリートにとってのスポーツ傷害とは、競技者としての自己の存在を揺るがすような大きな危険性を伴った体験であると考えられる。

しかしながら、近年のスポーツ傷害の心理的な面における研究では、アスリートの心理面に対してネガティブな影響のみならず、ポジティブな側面を持つ可能性が明らかにされてきた。Wadey et al(2011)は、受傷後のアスリートは、技術の向上や筋力の増加といった身体的側面、自信やモチベーションの増加といった心理的側面、ソーシャルサポートの獲得やネットワークの拡大といった社会的側面での成長が見られることを明らかにした。

そこで、本研究では、大学運動部活動に所属する受傷体験のある学生を対象に、そのリハビリ過程において身体や心とどのように向き合っているのか、またどのようなソーシャルサポートが心理的成長に影響を与えているのかを明らかにする。

### 2. 研究方法

本研究では、4年制大学に在籍し、大学運動部活動に所属している大学生アスリートの中で、大学在学中に受傷体験のある学生を対象に半構造化インタビュー調査を行った。調査対象者は、各競技における特性が結果に反映されることを防ぐため、個人種目競技者を4名、団体種目競技者を4名のできる限り異なる競技を行っている者を選定した。また、男女比にも偏りが出ないように、男性4名(50%)と女性4名(50%)の計8名を対象に調査を行い、競技は、陸上競技、柔道、サッカー、野球、剣道、バスケットボールであった。質問項目は、Kübler-Ross の臨死5段階モデルを参考にし、調査対象者の受傷体験によって得られた心理的变化を考慮して作成した。

## インタビュー内容

①怪我をした直後の心理状態について教えてください。
②怪我に対する後悔や「なぜ自分が」といった反発を感じることはありましたか。
③怪我の状態が少しでも良くなってほしいと思うことはありましたか。
④リハビリ過程において憂うつな気分になったことはありましたか。
⑤リハビリへの取り組みでどのようなことを思ったり、考えたりしていましたか。
⑥怪我をする前と復帰後で環境の変化はありましたか。
⑦怪我をした経験が、現在の自分にとってプラスになったと思うことがあれば教えてください。
⑧怪我からの復帰後における自身の成長度合いを5段階で表すといくつになりますか。

### 3. 主な結果と考察

逐語化したデータを基に、282枚のカードを作成し、KJ法によるグループ編成を行った。その結果、①不満、②後悔、③成長、④前進、⑤サポート、⑥不安の6つの大ラベルと16の中ラベルが完成した。これらは、Kübler-Rossの臨死5段階モデルにおける各段階の特徴と共通する点を示したものの、完全に一致するものではなかった。また、ソーシャルサポートは受傷アスリートの心理状態にポジティブな影響を与えることが明らかとなった。さらに、質問項目⑧「怪我からの復帰後における自身の成長度合いを5段階で表すといくつになりますか」に対する答えが5(非常に成長できた)に近いほど、大学生アスリートは受傷体験によって「プラスの変化」や「怪我からの学び」といった成長をより多く感じていることが分かった。

### 4. 結論

(1)大学生アスリートの受傷体験による心理的成長には、怪我によるプラス面とマイナス面の両方が関係しており、複数の要因が影響を及ぼしている。

(2)受傷アスリートの心理的成長に影響を与える6つの要因は、Kübler-Rossの臨死5段階モデルにおける各段階の特徴と共通する点を示したものの、完全に一致するものではなかった。

(3)受傷アスリートへのソーシャルサポートは様々であるが、中でもチームメイトからのサポートは競技復帰に大きく影響している。

### 5. 卒業論文の執筆を終えて

本論文の執筆にあたり、お忙しい中多くのご指導、ご鞭撻をいただきました水野基樹先生をはじめ、スポーツ経営組織学ゼミナールの大学院生に心から感謝申し上げます。また、インタビュー調査に快くご協力くださった8名の方々にも御礼申し上げます。本研究により、受傷アスリートがリハビリ過程においてより効果的な競技復帰を目指す一助となり、復帰後の心理的成長につながる一助となれば幸いです。