

青年期・思春期の対人関係—スポーツの側面から—

大西 絢

(橋本 尚子ゼミ)

はじめに

筆者自身、今までずっとスポーツを続けてきた者として、スポーツについて様々な思いを抱くことがあった。ここでは、青年期・思春期の対人関係をスポーツとの関連から検討し、その上で若者のスポーツにおいて必要な視点をまとめてみたい。

1. 青年期・思春期の位置づけについて

1) 青年期・思春期という時期の特徴

思春期・青年期という時期の特徴について伊藤(2006)は、次のように述べている。「人生の発達段階の中でも、子ども時代からおとな時代への過渡期にあたるのが思春期であり、青年期である。暦年齢的な区分でいうと、児童期・学童期の終わりごろから思春期が始まり、この思春期は青年期と重なり合いながら、次に続く成人期の前段階を形成している。」青年期に関する心理学的研究の歴史は、100年余りとされ(落合, 1995)、その出発点に当たるのが、ホール(Hall, 1904)の『青年期』であるといわれている。ホールによると、青年期は「疾風怒濤」を特徴とする。身体の急激な変化によると不安と動揺の時期であるとされる。その後の青年期研究に大きな影響を与えたエリクソン(Erikson, 1950)は、青年期とは「自我同一性の確立を模索する心理的モラトリアムの時期」であると提唱した。また、オーズベルト(Ausubelt, 1954)によると、青年期は「生物社会的地位の変化が大きい時期であり、パーソナリティの再構成の時期」と定義されている。

また、青年期を前半と後半に分け、両者の違いに注目したのがビューラー(Buhler, 1921)である。日記分析という手法をとり、青年期前半(17歳まで)は身体的・精神的不快や不安が生じる否定感情を基調とした時期であり、後半(24歳ご

ろまで)は、笑いや幸福を感じ新しい価値を発見するなど、積極的で肯定的な感情を抱きやすいという違いを見いだした。

これらの理論に共通するのは、青年期がそれまでの子ども時代とは身体も心も大きく変化する時期であり、再構成される変容の時期であるとする視点である。そして、変化の影響として、一種の「危機」的状況に注目する点も共通しているが、これは精神病理学的青年期論に共通してうかがえる。

わが国でも精神医学の立場から思春期・青年期について深く考察したものに清水(2003ほか)がある。それによると、思春期は「性ホルモンの分泌で始まる身体の変化と、それに随伴する情緒面の変貌期」であり、青年期は、「それに続く心理社会的な変化を包含する年頃」と理解される(清水, 2003)。生物学的にも心理社会的にもきわめて変化の大きい「揺れ動きの時期」として注目される。つまり、身体の変化によって始まり、情緒面にもその揺れが連動して起こる思春期と、その不安定な思春期を含み込みつつも、おとなとして安定するまでの「変化と成長の過渡期」を青年期と見ることができよう。

2) 青年期・思春期における友人関係の意義

小学校高学年から中学、高校と学年が上がるにつれて、青年の友人関係は大きく変化する。本節では、いくつかの調査結果から、友人関係の現状や発達のな変化を分析し、青年にとって友人関係がどのような意義を持つかについてみていく。

・学校で出会った友人との関わり方 子供・若者の意識に関する調査(平成28年度)は、全国の15歳から29歳までの男女を対象として、有効回答数を6,000サンプルとし、無作為抽出により選定し、標本数を全国7ブロックに分け、ブロックごとの15歳から29歳までの人口比率を、割付け

て、インターネット調査を実施した。

学校で出会った友人との係わりとして、「そう思う（計）」が最も高いのは、“楽しく話せる時がある”（76.9%）。次いで“困ったときは助けてくれる”（65.0%）、“強いつながりを感じている”（59.6%）、“会話やメール等をたくさんしている”（59.5%）、“他の人には言えない本音を話せることがある”（58.5%）、“何でも悩みを相談できる人がいる”（57.7%）と続く。

・**学校や職場以外で他者で行う活動** 子供・若者の意識に関する調査（平成28年度）は、ここ数年（2～3年）以内に学校や職場以外で他者で行った活動内容については、「映画、展覧会、音楽などの鑑賞」が51.0%と最も高く、次いで「観光」が32.0%、「スポーツ（観戦含む）」30.6%、「自然体験（キャンプ、川遊び、天体観測など）」（16.6%）、「地域行事（祭りなど）」（14.1%）、「絵画や音楽などの制作活動」（11.7%）と続く。

・**距離をおいたつきあい** 古いデータではあるが日本と西ドイツの比較があり、国際的な面での違いを見ることができる。総務庁青少年対策本部（1991）の調査では、友人づきあいの内容についても細かくたずねている。ふだんの友だちとのつきあい方にあてはまる行動としては、日独共通して「友達と一緒にいると安心できる」、「友達とはなるべく争いごとをしないようにしている」、「失敗は友達とお互いにかばいあう」などが多かった。しかし、日本では「友達関係はわりとあっさりしている」や「悩みを友達に言うことは少ない」などの、友人間に距離がおいたつきあい方が多く、西ドイツでは「友達が悪いことをしたら注意する」、「友達をしらげさせないように気をつけている」などの、友人に配慮する行動が多くとられていた。

より具体的な行動内容を尋ねた結果においても、日本より西ドイツの方が、友人と家の行き来が多く、さまざまな話題を話し、本気でけんかをしたりするような、親密な行動が多いことが明らかにされている。ドイツ青年と比べると、日本青年は、友人に悩みをうちあけたり、親密な会話を交わし、ときにはけんかをしたりするような、心

理的に密接した交際をあまり行っていない。友人との間に心理的な距離をおいた友人づきあいをしているのである。

同本部が19～28歳の人々を対象にして行った調査（総務庁青少年対策本部、1986）では、友人との距離のとり方が男女によって異なることも明らかにされている。同調査報告によると、「一番親しい同性の友人」とのつきあい方について、多くの青年が自分の友人関係を「いつもいっしょにいても疲れないうで」、「黙っていても気まづくない」関係であると感じていた。「お互いに悪いところは悪いと言える」つきあいであり、「悲しいことがあったら話を聞いてほしいと思う」と望んでいた。ただし、友人と「わかりあえている」や「けんかしあえる」という密接な関係をもつ者は、2割ほどにとどまっていた。現代の青年は、気疲れしないようにつきあい、悲しいときには話を聴いてもらいたいが、深刻な相談ごとは避けるという、一定の距離をおいた友人関係を営んでいる。

男性と女性の回答結果を比較すると、女性は男性に比べて「悲しいときに話を聞いてもらいたい」が3倍以上と多く、男性では、「あまり深刻な話をしない」が多くなっていた。深い内容の自己開示は男性に比べ、女性の方が積極的に行っている。ただし、「お互い悪いところは悪いといいあえる」、「お互いの性格は裏の裏まで知っている」など、互いの理解や受容の深さを示す行動は、女性より男性の方が多く行っていた。したがって、女性と男性の友人関係は、交流の深さや親密さが異なるのではなく、親密さを表す行動の内容が異なっているものと考えられる。

友人づきあいについて日本と西ドイツで比較したときに、日本の友人づきあいの方が一定の距離感を取り、あまり深入りしない関係を作っていることがわかる。親密な会話を交わし、ときにはけんかをしたりするような、心理的に密接した交際をあまり行っていないということからも、自分をさらけ出すことや深くかかわることで相手から嫌われることを避けたり、友人との争いごとを避けたいと思う傾向があると考えられる。

2. スポーツと思春期について

1) 部活について

日本では、中学生・高校生の多くの生徒が部活に所属している。部活に所属することで学校の授業だけでは学べないことを学習することができる機会であるといえる。例えば、先輩や後輩といった同じ学年だけではなく上や下といった縦割り社会での人との関わり方を経験することができる。また、目的や意志が似た集団の中に属するので、その似た考えを持つ人と深い関係を築ける面があるのではないかと考えられる。逆に、同じような考えではない人に対しては否定的な行動を示したり、距離を置くようになってしまっているのではないかと考えられる。

部活に所属することでいろいろな人と関わることができたりいろいろな経験を積むことができるという良い面もあるが、その反面、学校の中の部活で一度人間関係が壊れてしまうと普段の学校生活にも影響が出てしまい、部活だけが行きづらくなっていったものが学校まで行きづらくなってしまいうという悪い面もあると言える。

2) 集団凝集性

中込・伊藤・山本 (2012) は、集団凝集性とは、集団のメンバーを集団に留めようとする力と、集団を壊そうとする力に対抗する力によって生み出されると考えられているとしている。集団凝集性は、しばしば、大きく「課題凝集」と「社会凝集」に分けられ、これは、チームスポーツについてもあてはまる。課題凝集は、たとえば、チームとして実力をつけ、よいプレーをし、よい成績をあげるという、チームとしてなすべきことに対して、チームのメンバーがどの程度満足しているのかを示している。社会凝集は、選手同士や指導者との関わりといったようなチーム内の人間関係のあり方に対してどの程度満足しているのかを示している。

3) スポーツ集団について

スポーツ集団について佐藤 (2002) は、次のように述べている。一般的に、競技スポーツは個人競技と団体競技に分類される。個人競技とは、テニス、バドミントン、卓球、水泳、陸上、レスリ

ングなどで、ダブルスやリレーなどはあるにせよ、個人の能力を競い合うものである。そして、団体競技とは野球、バレーボール、ラグビー、サッカーといったチームが競い合うものである。どちらの種目を好むかは個人の身体的、心理的特性によって影響されるが、いずれにしても、個人競技、団体競技にかかわらず個人がスポーツをするためには、それらの集団や組織に所属しなければならない。大段員美ら (1972) は、スポーツ集団とは「成員間にスポーツをするという共通目標や、そのための規範やわれわれ意識があり、成員間にある程度安定した相互作用が継続するような社会単位」として定義している。このように、個人の欲求不足の実現を中心とした社会関係締結の原理は、お互いの意見を尊重して合意するいわゆる「契約」にもとづいているのである。日本的スポーツ集団に着目してみると、こういった契約の基本には、対人関係を重視した「和」の概念があるのかもしれない。

4) 日本的スポーツ集団について

立木 (2005) は、日本的スポーツ観として、「道の思想」「精神性の湾曲」「集団内の人間関係」「勝敗に対する価値観」「教育的価値の強調」等を挙げて、これらスポーツ観が伝統的な日本文化や日本人論あるいは伝統的な身体的競技というものを基礎としながら、近代におけるわが国の社会的背景によって強化されてきたことを指摘している。すなわちわが国においては、スポーツと「道」を結びつけ、その精神性における技術の習得（ある意味求道的）や勝敗観（ある意味勝利至上主義に通じる）を強調し、「家」や「家父長制」を基盤として集団での上下関係や帰属意識が尊重されてきた。さらに、スポーツの教育的側面を重視することによって「体育」として教育制度に組み込まれた等のスポーツ観に関連した文化的経緯があることが理解できる。前途したようなスポーツ観に基づいたスポーツ集団では、ややもすると過剰な勝利至上主義、上下関係（たとえば、指導者と選手間、先輩と後輩間）の強調、集団主義の横行、スポーツ活動参加者の自主性・主体性の脆弱化等の蔓延が観察される場合もあり、これまでのわが国のスポーツ集団の一般的な評価につながってき

たことも確かであろう。

しかし、近年におけるわが国のスポーツは、その種目・目的・方法等において多様化の様相を呈しており、上杉（1982）はこのようなスポーツの多様化を、スポーツ参加者のスポーツ価値意識の多様化ととらえている。今日のスポーツ価値意識の多様化に伴って各スポーツ集団のスポーツ観に基づいた活動形態も変化と多様化が認められつつあり、大橋ら（1982）によると、鍛練型・競技型スポーツからプレー型・自己実現型のスポーツへ変化、国家主義型から個人主義型のスポーツへ変化、競技志向のスポーツから日常ゲーム型スポーツへの変化といったように多様化していることが指摘されている。

実際にスポーツ観の一部と考えられるスポーツ指導観について体育指導委員を対象に調査した中（1999）は、「学習者の運動能力の特性を考慮し、自主性を尊重し、競技会出場を目指さず、旧来の道の思想的伝統にとらわれず最近のスポーツ科学を取り入れ、また、チーム運営では上下関係よりも人間関係を重視し、指導者の権限の示威行為も温情的である。しかし、スポーツを精神修養の手段としてとらえ精神面の指導や、スポーツマンシップ、フェアプレー、挨拶、連絡面の指導を重視する傾向が見られた」と報告している。スポーツ集団の一成員である指導者の指導意識が、精神性や教育価値等のこれまでみられたスポーツ観の一部は尊重しながらも、道の思想からの脱却、個性や自主性の尊重、上下関係というよりも人間関係の重視等へ変化しつつあることが指摘されている。

3. スポーツと青年期・思春期 についての研究

栗木（1997）では、「スポーツ活動を実践する者の日常生活における友人関係」と「スポーツ場面における友人関係」それぞれが曖昧なままにその特徴を論じてしまうという問題点をあげている。その上で栗木は、「スポーツ活動を実践する者の日常生活における友人関係」に焦点を当てるという意味から岡田（1995）の作成した友人関係尺度そのものを調査に使用してその特徴を明らかにすることを目的とした。その結果、大学生生活に

おけるスポーツを通じた様々な経験から、「肯定的交友関係群」と肯定的な友好関係に対して否定的な反応を示す「否定的交友関係群」という二つの特徴的な群を抽出した。

さらに栗木（2005）は、岡田（1995）によって作成された、友人関係尺度を用いて体育系大学に所属する学生の友人関係に対する認知構造を調査した。この調査からは、友人に気を使いながら関わる「気遣い」因子と、お互いの深いかかわりを避ける「ふれあい回避」因子が抽出された。この研究で抽出された集団で表面的な面白さを志向する「群れ」因子に「真剣に議論する」など積極的な関りを志向する項目が組み合わせさせた「積極的交友」因子が抽出された。これは、日常生活においてスポーツ活動を実践している青年期の友人関係の特徴と位置付けることができる。一般大学生とは異なる体育系大学生の因子構造の特徴は従来、経験的に認められている、外向性、社交性、協調性に富むといったスポーツマン的性格傾向に照らし合わせることも肯定できるところである。

さらに、この因子を友人関係尺度の合成得点を変量としたウォード法によるクラスタ分析を行った結果、第1クラスタは、「積極的交友」因子が他に比べ有意に高い値を示したことから「積極的交友」群とし、第2クラスタは、「気遣い」因子が他の因子に比べて高い値を示したことから「気遣い関係」群とし、第3クラスタは、「積極的交友」因子に対して否定的な反応を示すことから「積極的交友関係否定群」とした。

「気遣い関係」群は積極的な交友関係に関する認知構造を内包しつつ、さらに、様々な対処行動や人間関係の構築に関する技能を身につけている結果であると推察することも可能である。しかし、体育系大学生の特徴であろうと考えられる「積極的交友」因子の得点が低い「積極的交友関係否定」群が見出された。これは、日常的に行われているスポーツ活動の経験やその質が影響を及ぼしているものと推測される。つまり、スポーツ活動は決して青年期における友人関係の認知に対して一方方向の影響を及ぼしているというわけではないことを示している。また、「積極的交友否定」群は、強固な勝利至上主義的な指導を受け、自主的にスポーツへ関わる態度を育成させることに失敗

し、自己のスポーツに対する関わり方を見失ってしまっているという特徴を推察することができる。

この研究から、「スポーツ活動を実践する者の日常生活における友人関係」において、スポーツマン的性格傾向の特徴である積極的交友が見られたが、肯定的な友好関係に対して否定的な反応を示す積極的交友否定も見られた。その理由として、スポーツをする環境や質、指導方法が友人関係の認知構造に大きな影響を与えていることが考えられる。

これらのことから、日本でのスポーツのあり方として日本の昔からある文化の「和」の概念や「道」の考えが大きく影響していると考えられる。大橋ら（1982）は、鍛練型・競技型スポーツからプレー型・自己実現型のスポーツへ変化、国家主義型から個人主義型のスポーツへ変化、競技志向のスポーツから日常ゲーム型スポーツへの変化といったように多様化していると述べているが、近年、暴力指導や体罰問題が沢山ニュースで取り上げられていることから、まだまだ「道」や精神性、過剰な勝利至上主義が根付いていると考えられる。「和」の概念や「道」の考えによって周りとの協調性を重視できることや規律をしっかり守る人を育てることができるという良い部分がある。しかし、逆に周りと違うことをする人をあまり良く思わない環境であるから個性を出せない環境だと考えることができる。また、積極的交友にスポーツは一方方向の影響を及ぼしているわけではないが、様々な対処行動や人間関係の構築に関する技能を身につけることができるということから、スポーツをすることで人との関わる機会ができ沢山の対人関係を築いていくことができると考えられる。

4. スポーツマン的性格

スポーツマン的性格について船越（2003）は、競技選手が外交的で社会性があり、同時に支配性を示す点は異論がないとする。これらの3特性は向性次元はかる尺度として構成されており、記述特徴は共通点が多く、因果関係が認められる。外交的な人は、行動的・非抑制的で強い刺激を求める。

社交的で親切、対人関係を好み、社会的活動に

積極的に参加する。彼らは開放的でよく笑い、よく目立ち、時のはずみで行動しやすい特徴をもつ。外交型人間は大脳皮質における活性水準が高く、強い刺激の方が反応しやすい。成功した選手がプレッシャーに負けない理由も、世界水準の高い外交的特性に帰因する。社会性のある人は、あたたかく好人物、のんきで協調的、人に親切で思いやりがあり、信頼がおける。融通がきき、人間関係に無理なく適応できる。競技生活ではチームメイトとの交流に寛大であり、喜んで都合をつけてみんなと一緒に行動する。信頼し信頼されるチーム内協同に欠かせない特性として、集団スポーツでは重要である。社会性得点の低い人は、小さい頃にスポーツの世界からはじかれやすい。

支配性の概念には、自己主張、自信、強情、慣習打破、競争的攻撃精神などが含まれる。一部の競技者にみられる自分勝手、自惚れ、違反行為、暴力などの因をなす。社会的非難に対して鈍感であり、外罰的傾向が強い。若い選手の支配性は、極端なお喋りや人の目を引く行動をとりやすい。他の人や環境を支配して目的を達成する願望は、スポーツのなかで十分に充足できるものであり、男性傾向や攻撃性と結びついてトッププレーヤーを特徴づけている。

5. 競技者のタイプ

筆者自身が競技者として様々なチームや選手を目にする機会があった。その経験から、仮説ではあるが、以下のようなタイプへの競技者の分類を試みた。

・**タイプA** マイワールドな人。一切、周囲の目や意見を気にすることなく自分のやり方でやりきろうとする。自己中心的で、自惚れがあったりする人。よく言えば信念の強い人に多いと思う。これは、船越の言う社会性得点の低い人に近い。

・**タイプB** 人の目をものすごく気にして遠慮がちな競技する人。自分のことよりも先に周りかどう思っているのかなどを考えてあまり自分から動いたり発言したりしない人、優柔不断で何か決めることが苦手な指示を待っている人に多い印象。

しかし、自分が何かすることによってチームの輪を乱さないようにという協調性を重視している人なのかもしれない。これは、船越の言う社会性の人の中の協動的という部分が顕著に表れているといえるだろう。

・**タイプC** 自分のチームメイトには思いやりがあり優しいが、相手の選手となると相手を怪我させるかもしれない危険なプレーでも平気でやってしまう人。普段仲のいい人や意見の合う人にはものすごく優しくしたりするが、反対の意見をする人や自分の邪魔をする人には攻撃的な姿勢であったり、否定的な態度をとるのではないかと考える。これは、集団凝集性や集団圧力が関係しているといえるだろう。

・**タイプD** どんな状況でも明るく振舞い、周りの人にやさしく声をかけることができる人。普段から穏やかで落ち着いており誰にでも優しく相手の気持ちなどを考えられる人だと思う。これは、船越の言う外向性、社会性のどちらにも当てはまるといえる。

タイプAの人は周囲との協力を必要としないで、個人の努力がそのまま結果としてあらわれる個人競技の選択のほうがよいのではないかと考えられる。

タイプB、タイプC、タイプDの人は、自分が属する集団を大切にできたり、周囲との協力をとることができるので集団競技に向いているだろうといえる。その中でもタイプDの人は、チーム内のリーダー的存在に多いのではないかと考えられる。

6. 選手と指導者の関係について

筆者自身が現在まで競技者として様々な指導者と出会ってきた経験から、指導者と選手との関係について、仮説ではあるが次のようにいくつかの関係のタイプ分けを試みた。

- 1) 科学的な根拠や理論に基づき指導する指導者と選手の関係。

選手は信頼感を持ち指導者との関係を築いていると思える。それは、不確かな曖昧なものに比べて、しっかりとした科学的な根拠からの理論が確かなものとなり曖昧なものより強い信頼をもつことができるのではないかと思われる。

- 2) 気合と根性論に立脚する指導者と選手の関係
気合と根性論が選手にとって当てはまれば指導者との関係は慕われたり、尊敬されるなどいいものになるが、当てはまらなければ指導者との関係は築かれていかないだろうと考えられる。

- 3) 指導者という立場の権力を使い選手に反論を許さないような指導者と選手の関係
選手は従うか、もしくは反抗してその指導者のいる集団からはじき出される。選手は指導者のいうことを聞いているので、指導者と選手の関係はうまくいっているように見えるが、それは指導者に対する恐怖心からできている関係なのではないかと考えられる。このような関係は、中学・高校において多くみられる。大学でこのような指導の仕方の人は選手からは受け入れてもらえていないように思う。これは、大学生になると自分の意志を持ちそれを周囲の人へ発信する力を身につけているからだと考えられる。

7. 暴力的指導について

落合(2014)は、選手と指導者の関係について次のような取材を行っている。

・**暴力的指導について** ラグビーの元日本代表選手、平尾剛(元神戸親和女子大学講師)によれば、暴力によって恐怖を植え付けて子どもたちを追い込むような指導は一定の効果があると言っている。しかし、それで本物の競技力が身につくはずはなく、自主性をはじめ失うものは限りなく大きい。スポーツの指導者は子どもたちを自分の意のままに動く「兵士」に仕立て上げていないかと思尾さんは問いかけている。このように、一方的

な指導では選手の意思は尊重されず、本来であれば好きで始めた競技を嫌いになってしまう可能性が高いと考えられる。

・愛情と叱咤激励について 柔道の金メダリスト、吉田秀彦は「愛があり、相手を思っている叱咤激励は体罰ではない。自分はたたかれながら、歯を食いしばってやってきた」と取材に答えている。子どものころ父親から指導を受けたレスリングの金メダリスト、吉田沙保里は「殴られることもあった。でも、愛のムチだと頭で理解していたから体罰とは思わなかった。なぜ殴られているのか、殴られている側が理解するかどうかだと思う。毎日殴ったりするのは明らかにおかしい」と話している。この場合は、指導者と選手の間信頼関係が築かれているから、一方的な暴力ではないから体罰と言われたいのではないかと考えることができる。

しかし、信頼関係が築かれているからといって教育や指導の現場に暴力というものが存在することはおかしいと筆者は考える。日本の社会でも昨今、教育や指導の現場にパワーハラスメントや体罰といったことについて、メディアなどでも大きく取り上げ問題視している。ここまで大きく問題として取り上げられているということからも、スポーツに関わっている人、指導者や選手、選手の保護者、教育機関など様々な立場はあるが、その様々な立場でこれは深刻な問題であると捉えるべきだと考えられる。また、なぜこのような問題が多発してしまうのかを考え、今後どのように改善していくのかという明確なものが必要ではないかと考えられる。

8. 指導方法について

コーチングについて生島（2015）は、ラグビーの元日本代表ヘッドコーチのエディー・ジョーンズとの対談で次のように述べている。

まず、日本でのスポーツのあり方について、エディーは戦後に学校や企業などの組織で規律を改めて落とし込むためにスポーツを道具に使ったのではないかと考え、その結果、軍隊的な風習が根強く、上意下達の命令形になってしまったと考えている。次に、エディーは日本のスポーツ界について、自分の強みを見つけている選手よりも、自

分の向上できる部分や否定的な部分を探す選手が多いと言っている。こういう選手が多い理由として、先ほど述べた軍隊的な風習と自分の否定的な部分から入ってそこから成長ルートを導き出す方が指導者に評価されるという環境が挙げられている。このように指導者が否定的な部分を探しそこから成長ルートを導き出して選手を評価することは、指導者もその選手に対してマイナスな部分にフォーカスしてしまっていると言える。

また、エディーは、指導の現場についてオーストラリアと比較している。オーストラリアの指導者はポジティブなプラスの面を見ているのに比べて、日本では、ネガティブな部分に指導・反応を多くしていると言っている。これが、言葉の暴力にエスカレートしているとも述べている。

エディーは、コーチとは競技者の成長に役立つことを提案できる優秀なセールスマンであると述べている。つまり、競技者自身にその提案を受け入れるかどうかの選択権があるということである。対照的に日本人は指導者の言うことを選手に説得する・理解させるという表現を使っている。

これらのことから、日本人の指導者のように、説得する・理解させるという指導は、指導者から選手への一方通行で拒否をすることができない関係を作り、選手が理解できなければ理解しない選手が悪いということで暴力指導や体罰にエスカレートしてしまうのではないかと考えられる。しかし、エディーのいうコーチがセールスマンであれば、そのコーチが言うことを受け入れるか拒否するかは選手自身が判断して決めることができる。そういった状況でコーチが言ったことを受け入れたのであれば選手と指導者の両者の同意があると言えるのでそこには信頼関係が生まれると考えることができる。また、このような関係であれば選手と指導者は対等な立場であるので、上の人の言うことに「はい」としか答えられない日本の悪い考え方である軍隊的な風習の減少に繋がると考えることができる。

高校野球の指導について、次のようなニュース（2019）があった。DeNAの筒香嘉智は、勝利至上主義によるアマチュア野球指導者の選手酷使や暴言・暴力につて問題提起し、少年野球や高校野球でのリーグ戦導入や球数制限の適用について訴

えている。また、高校野球に対してエースがマウンドに立ち続けることが美学とされ、甲子園などではメディアが感動的な物語を仕立て上げ、高校野球人気を煽っていることから、高校野球にとってメディアは良くないものだと述べている。

このニュースからわかることは、一発勝負のトーナメントでは、その試合の勝ちに学校や関係者、監督、コーチがこだわってしまいそれがエスカレートして暴言や暴力が生まれやすい環境になってしまうが、リーグ戦が導入されれば、1つの試合に負けても次の試合に勝てばいいと考えることもできるので勝利至上主義から生まれる暴言や暴力を減らすことができるという可能性である。このように、指導方法について見直すだけではなく、大会や試合の運営のあり方を見直すことにより、暴言や暴力を減らすことができる面もある。指導方法、大会運営、組織のあり方、あらゆる面から暴力的な指導を減らす努力がまだまだできるのではないかと。また、メディアは人に良くも悪くも大きな影響を与える力があるのでメディアのあり方も考えていく必要がある。

9. 考察

筆者自身、小学校3年生から大学まで一つのスポーツを続けてきた。その中で中学・高校・大学の3つのカテゴリーで指導者とチームメイトと関わってきた。その体験を振り返ってみたい。

まず、中学の指導者は暴力的な指導者でノーとは言えない環境を作る人だった。とにかく怒られないように、また、殴られないようにという思いで指導者の機嫌を伺いながら練習していた。

次に、高校ではしっかりとした説明があり選手が納得・理解ができ、わからないことは指導者に聞くことができる環境を作ってくれる指導者だった。また、技術面だけではなくやっているスポーツをやめたときに人として何が残るのかという、スポーツをすることの目的を勝敗だけではなく人として成長するための一つの手段だと教えももらった。

最後に、大学では今までの経験から、その競技についての自分の考えや意見がある程度しっかり持つことができているので、その考えが指導者と合わず衝突することが多かった。中学の時には指

導者への恐怖心から意見することはできなかったが、大学の時は自分の中で譲れないものをしっかり持っていたため、指導者という立場の人に対してでも意見できたのではないかと考えられる。

このような指導者との関係以外の面では、スポーツで、友人関係が豊かになった面がある。筆者は人見知りで学校の教室の中ではあまりすぐに友達を作ることはできなかったが、一緒にスポーツをすることで友達を作ることができたり人脈が広がったという経験をした。

これらのことから今回、発達段階の中で心身ともに大きく変化する青年期・思春期の人間関係にスポーツはどのように関わっているのか考え、スポーツをする環境をより良いものにするためにこの研究を行った。

ビューラー (Buhler, 1921) の青年期前半 (17歳まで) の身体的・精神的不快や不安が生じる否定感情を基調とした時期とされており、この時期には、中学校・高校の部活動が関わってくると考えられる。青年期後半 (24歳ごろまで) は、笑いや幸福を感じ新しい価値観を発見するなど、積極的で肯定的な感情を抱きやすいと言われており、この時期には大学の部活動が関わってくると考えられる。このように、青年期でも、前半と後半で感情の現れ方が違うので、部活動の指導方法、選手との関係の築き方を中学校・高校と大学で変えていかなければならないと考える。例えば、中学校・高校の時期に選手は不安や迷いの感情を持ちやすいので、指導者が「これは、こうだ!」という指導の仕方ではなく、選手に考えさせるような疑問形で質問をし、選手が答えを導くための補助をするような指導ができれば、指導者と選手は良い関係を築けるのではないかと考えられる。大学では価値観などしっかりしてくるころなので、指導者と選手がある程度平等な立場で意見交換をできる機会を増やしていくことで、反抗や衝突は防げるのではないかと考えることができる。

また、エリクソン (Erikson, 1950) は、青年期とは「自我同一性の確立を模索する心理的モラトリアムの時期」と提唱している。この時期に、学校の教室以外で人間関係をつくることのできる手段として、部活動やスポーツがあると考える。部活動やスポーツを通して、いろいろな考えや価値

観を持った人と関わることで、自分の考えかたや所属する集団にとって自分がどういった存在であるか、役割などといったことを考える機会が増える。その点で、自我同一性を確立していく青年期に部活動やスポーツをすることは良い影響を与えるのではないかと考えることができる。しかし、逆に指導の問題や部活動・スポーツをする環境が悪いという問題で自我同一性の確立に失敗するという場合も出てくることも考えられる。

今まで見てきたことから、部活動・スポーツをすることにはメリットとデメリットの両方があると言える。従来、スポーツが青年期・思春期の学校教育の中で持つメリットだけが、教育現場では脚光を浴びることが多かった。しかし、近年、ニュースなどでデメリットの部分が目立っている。このデメリットの部分を減らし部活動・スポーツをする環境を良くしていくための実践は今後必ず必要だと言える。

このデメリットの部分が目立つ理由として日本の昔からの考え方や文化が大きく影響しているのではないかと考えられる。生島(2015)の著書におけるオーストラリアと日本との比較からもわかるように日本の指導者はネガティブな部分にはばかりフォーカスしており、否定的に考えるような選手を作る。「和」や「道」という文化が根付いて「和」を乱してはいけない、周りと一緒になければならぬという考えになってしまう環境になっていると言える。また、これらのことを守れないと指導がエスカレートし、結果として暴力的な指導や体罰といった形で選手を支配するようなことが生じ、問題になるという悪循環が起きると考えることができる。こうした環境では、一人一人の個性を出すことができず、新しく良い発想があってもそれを表現できないなど、決して良い環境だとは言えない。このように、スポーツをする環境に悪い影響を与えている日本の文化や考えを根本的に見直していく必要があると考えることができる。

そのためには、日本国内で何とかしようとするのではなく、世界に視野を広げ、日本と他国の指導方法の違いなど国際的な比較を行い、オーストラリアの指導のようにポジティブなプラスな面を見て良い所を認め合える、選手が自信を持ち否定

的な考えをしなくていい環境を作り、精神性などの曖昧なものではなく科学的なものをもっと導入していくべきだと言える。また、スポーツ本来が持つ力でもある楽しさ、気持ちよさという根本的なものも、重視されるべきであろう。

日本の文化がスポーツに与える影響が、すべて悪いのではないのではなく、協調性や規律を守るなどは大切な事であり、礼儀を身に着けることも必要である。しかしこれを尊重しすぎてしまうと悪い方に行ってしまうので、その点に気をつけながら世界的に成功している指導法について学び、上手く日本の文化と社会に合うように工夫をして取り入れていくことが必要だと考えられる。

まとめ

日本では中学校・高校・大学に部活動という環境があり、思春期・青年期にスポーツと関わる機会があると言える。また、栗木(2005)の研究からもわかるようにスポーツは、友人関係を築くの肯定的側面を有する。

しかしまた、本来ならスポーツは個性を表現する手段でもあり、スポーツを楽しみ心のリフレッシュが出来るものであるのに、「和」の文化や軍隊的な風習により暴力的な指導や体罰が生まれ、スポーツをする目的を見失ってしまっているのが近年の現状だと言える。もしも、スポーツの指導法を見直し改善していくことができれば、思春期、青年期においてもっとスポーツを楽しむことができ、アイデンティティの確立の手助けや友人関係を築くことにもつながると考えられる。そしてもっとスポーツを安心してすることや、部活動に入ることを推奨できる環境になるのではないだろうか。

スポーツをする環境を良くしていき、この先、スポーツを心から楽しみスポーツを通して沢山の人の人と関わり、人と人の輪を広げていくことができる環境を増やしていきたい。また、スポーツをする目的として、勝つことだけではなくスポーツを通して何を学ぶか、個性を表現できるもの、新しい発想・クリエイティブな人を育てていくことを見据えれば、スポーツ界だけでなく、いろいろな場所で世界に出て対等に戦っていける人が生まれてくると考えられる。

参考文献

- 伊藤美奈子（2006）『思春期・青年期臨床心理学』（朝倉心理学講座 16）朝倉書店。
- 齋藤誠一（2002）『青年期の人間関係』（人間関係の発達心理学 4）培風館。
- 楠本恭久（2015）『はじめて学ぶスポーツ心理学』福村出版。
- 内閣府政策統括官（平成 29 年）『子供・若者の意識に関する調査』（平成 28 年度）。
- 中込四郎・伊藤豊彦・山本裕二（2012）『よくわかるスポーツ心理学』ミネルヴァ書房。
- 栗木一博（2005）『体育系大学生の友人関係とスポーツマン的自我同一性との関連性について』
- 石井源信・楠本恭久・阿江美恵子（2012）『現場で生きるスポーツ心理学』杏林書院。
- 杉原陸・船越正康・工藤孝幾・中込四郎（2003）『スポーツ心理学の世界』福村出版。
- 落合博（2014）『体育・スポーツと暴力／性暴力を考える—新聞報道の現場から—』毎日新聞社。
- 生島淳（2015）『ラグビー日本代表ヘッドコーチ エディー・ジョーンズとの対話 コーチングとは「信じること」』文藝春秋。
- 『アマ指導者に警鐘の筒香 甲子園を主催の新聞社も痛烈批判』日刊ゲンダイ（2019 年 1 月 26 日）
<https://www.nikkan-gendai.com/articles/view/sports/246304>