

# 教育相談の在り方と発展可能性に関する一考察

## —運動部生徒の事例を取り上げて—

百瀬 容美子

### 1. 問題と目的

学校の運動部活動は、学校教育の一環として、スポーツに興味と関心をもつ同好の生徒の自主的、自発的な参加により、顧問の教員をはじめとした関係者の取組や指導の下に運動やスポーツを行うものであり、多くの生徒の心身にわたる成長と豊かな学校生活の実現に大きな役割を果たし、様々な成果をもたらす（文部科学省，2013）。スポーツ庁（2018）は、体力や技能の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、生徒の多様な学びの場として、教育的意義が大きいと記している。体力向上だけでなく人格形成や仲間づくり、自己実現への契機といった奏功も報告されている（金森・蛭田，2018；今宿ら，1991）。こうした背景と並行して、スポーツ推薦入学試験制度は年々拡大化されて実施校数が増大してきた（小野ら，2017）。このように、運動部活動は、学校生活において見落とせない領域だと思われるが、教育相談の対象として取り上げられることは少ない。

なぜなら、運動部生徒は「明るく、元気、爽やか」と表面的に理解されやすいためだと思われる。ところが、競技性を有すると「明るく、元気、爽やか」ではいられなくなり、身体的にも心理的にも過酷な状況に陥ることがある。例えば、緊張やプレッシャーを抱える、普段ならできることが本番では難しくなる、心的なオーバートレーニング（横山，2011）、そして潜伏していた心理的問題の表面化を呈することがある。特に、こうした運動部員特有の臨床事例（老松，2016；鈴木，2012，pp.126-127）がスポーツ推薦入学試験制度による入学生徒らにより呈される場合、学校生活や人生上の大きな危機へとつながることになりかねない。

鈴木（2012）は、「競技場面に関わるすべての人々を対象とする心理臨床行為」「競技力向上に関わる問題、競技遂行上の問題、神経症、身体的問題、あるいは、全人格的成長や引退の問題など、さまざまな問題や悩みを抱えるアスリートに対する心理アセスメント、そしてカウンセリングや心理療法がその主たるもの」をスポーツカウンセリングと呼んだ（鈴木，2012）。競技性を有する運動部生徒は、競技力向上に関わる問題や競技遂行上の問題を訴えて相談に訪れることがある。しかしながら、教育相談の現場では、運動部生徒に関する実態はあまり知られていない（鈴木，2012，pp.173-175）。

運動部生徒への心理援助手段は、スポーツカウンセリングの他、メンタルトレーニング

法（日本スポーツ心理学会編，2005），言語面接（老松，2016），合宿や大会への遠征帯同サポートや携帯メール利用（原，2011），動作法（星野，1994）など工夫を凝らした介入が報告されている。それに対し，現存の教育相談活動では，面接室内の活動，面接室外の活動として授業利用による啓発活動，心身の健康支援イベント（日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会，2010；下山ら，1991）が取り上げられてきた。したがって，運動部生徒に着目することで，従来の教育相談の在り方と発展可能性を考察できるのではないかと考えた。

教育相談の在り方と発展可能性を考察するにあたり，筆者が選手としても心理援助者としても実績を有する水泳部にスポーツ推薦入試制度により在籍した運動部生徒の事例を取り上げる。さらには，過度な心身の緊張を訴えた事例との比較を通して，教育相談の在り方と発展可能性を考察することを目的とした。

## 2. 事例A

### 2-1. 事例概要

事例Aの言葉を「 」で，Th（筆者）の言葉を< >で記す。

事例Aは，高校1年生の女子競泳選手であった。小学1年頃からスイミングクラブの選手育成メンバーとして練習に励み，小学校から帰宅するや否やスイミングクラブに行き，毎日のように2時間以上の練習をこなしてきた。小学3年時に全国大会に出場して以来，市や県の強化指定選手に選出され続けていた。そして，中学3年時に，母親とスポーツ指導者の勧めを受け，スポーツ推薦入試制度により高校進学を決めた。

主訴は，学校生活は十分に送れていたが，「思うように泳げない」「自己ベストが出せない」「（選手としても心理援助者としても実績を有する）筆者に話を聴いて欲しい」であった。それを受け，事例Aとその母親に，実施場所は筆者の所属する心理面接室としつつ，在籍高校および行政による教育相談機関とも連携体制をとること，週1回50分を目安に継続した言語面接を実施すること，面接の経過次第では医療機関等の専門機関にリファーする場合があること，個人情報保護を遵守して教育・研究の為の情報提供に承諾することを口頭で説明し，両者からの同意を得て面接が開始された。面接は，X年3月～X+1年3月までの1年間にわたった。なお，カウンセリング料は発生していない。

### 2-2. 面接経過

#### (1) 第一期：現状と向き合った時期

事例Aの日課は，小学校から帰宅するや否やスイミングクラブに行き，毎日のように2時間以上の練習をすることであった。しかし，小学6年生になった頃から，時折，スイミングの練習に行かなくなることがあったと語られた。練習に行かない時には，母親と水泳指導者，チームメイトの「励まし」に従って練習を再開してきた。ところが，数ヶ月前から学校の運動部活動の練習がこれまで以上に休みがちになった。

現状について，事例Aは，「特に（競技に関する）理由があるわけではないけど，練習に行くのが嫌」だそうで，自分でも明確に理由が分からない様子だった。一方で，母親は「頑張っている子が好き」，「推薦で入学しているんだから泳ぎなさい」と言うことが多く，

執拗に叱責してくるのだと語られた。そんな母親に対しては、「すごく嫌になる」けど「何もできない」そう。水泳指導者や市や県の強化指定選手を対応する指導者らには、通常の練習場である学校の運動部活動ではなく他の練習場で泳ぐように促されていた。事例Aは、母親や水泳指導者らの提案に従うしかないという依存的な考え方を示していた。Thは、頷きや繰り返し、反射といった基本的な傾聴技法を用いて、丁寧に寄り添っていった。

## (2) 第二期：心理的な不安定期

言語面接を通して現状に向き合うと、次第に「水泳は好き」だけど、「今は泳ぎたくない」と両価的な感情を表現するようになった。さらに「今まで期待に沿うために頑張ってきた」けど、「何か違和感があった」と、事例Aのありのままの心境を語るようになった。同時に、スポーツ推薦入試制度による高校在籍が所以し、「明るく、元気、爽やか」に見えるにもかかわらず運動部活動への不参加が続いたことで、チームメイトである運動部生徒らが応援ではなく不信感や不平感を露わにし始めた「いじめ」の現象が生じていった。そうして落ち込んだ時には、友人や母親に対し「ただそばにいて欲しい」と訴えていた。Th(筆者)はその語りに共感的理解を示し、肯定的、且つ、中立的に受け止めるよう努めた。「いじめ」の現象が生じ始めた状況を受け、事例Aの心境の変化を受け入れることができなかった母親は、これまで通りに従順な態度をとらせることに必死になり支配を強めた。すると、母子関係でのトラブルが増し、運動部活動への不参加に留まらずに、不登校気味の様相を呈した。そこで、事例Aのみへの言語面接に加え、母親の要請を受け、行政による教育相談機関を紹介した。このようにして、綿密な連携下で、母子並行面接が開始された。

## (3) 第三期：新しい認知パターンや対人スキルを試した時期

母親の言語面接が開始されたことで、事例Aの言語面接も新たな展開を示していった。事例Aは、競技に関連した母子間で起きてきたトラブルをふりかえり、以前のように母親の言う通りに従順に従うことしかなかった依存的な考えや態度ではなく、事例Aの意見を主張しようとし始め、どう母親に伝えようかと模索し始めた。それに随伴して、母親の性格や考え方の特徴を理解し、且つ、受け入れ始めた。同時に、水泳指導者の指導方針、チームメイトである運動部生徒らの不信感や不平感をも理解し、受け入れるようになった。なお、行政による教育相談機関からは、母親は事例Aの心境を理解することが難しく娘の主張が強くなり困っている様子だと報告を受けた。母子並行面接が促進するように、情報共有しながらも、母子それぞれを共感し受容しながら言語面接が進められた。

## (4) 第四期：心理的離乳(Hollingworth, 1928)が促進された時期

言語面接を開始して約10か月が経過した頃には、事例Aがいつも誰かに従って自分の判断や考えを持たずにいた依存的な面があったこと、母親や水泳指導者、チームメイトらがどんな気持ちでいたのかを明確に自覚した語りをするようになった。こうして自他の視点を持つようになると、事例Aと他者(母親、指導者、チームメイト)のそれぞれの主張をバランスよく取り入れた認知パターンや対人スキルを発揮できるようになった。すると、運動部活動も学校生活も安定して送れるようになっていった。

競技生活について「水泳は好き」だと一貫して語ってきた事例Aは、今後は母親の為でも水泳指導者の為ではなく、事例Aが納得できるスタンスで続けていきたいと、明るい表情で語るようになった。さらに学校の運動部活動では、「自分らしくじけそうな選手の気持ちを分かってあげられるからマネージャーとしてもチームに貢献したい」と語り、主に

マネージャーとして活動するようになった。母親との関係性については、母親の性格や気持ちを理解し受け入れるようにして、母親のことも思いやりながら自分らしく過ごしていったみたいと決意を表明していた。そして、「Th（筆者）との言語面接がなくても自分一人で考えて行動できると思う。やってみる。」という自信を伴った主張をし、言語面接が終結を迎えた。その後、間もなくして母親面接も終結された。

### 3. 事例B

#### 3-1. 事例概要

事例Bの言葉を「 」で、Th（筆者）の言葉を< >で記す。

事例Bは、大学2年生の女子競泳選手であった。専門種目は、100 m平泳ぎであった。幼少期よりスイミングクラブに所属しており、高校時代にはスイミングクラブと水泳部で練習していた。筆者が担当する大学授業の受講生として、前年8月に出会い、1年ぶりの再会となった。事例Bは適度な真面目さ、提出物等も卒なくこなせる学生でやや遠慮がちな印象があった。

Y年8月Y日に、大学授業が全て終了した後に、一人で筆者のところにきて、「肩と首に力が入ってしまって」「もうすぐ大会もあるけど、身体の緊張がとれない」「なぜかここ（肘から手首にあたる前腕部分）に力が入ってすごく疲れる。クロールでは使わない筋肉のはずなのに」と訴えていた。事例Bの訴えに対し、<身体の動作を使って行う心理技法がある>と伝え、非常に関心を持ち、「お願いできるのですか！お願いしたいです」と要請があった。大学授業が終了しており単位認定者と心理支援者という多重関係が生じないこと、所属機関は異なることから、事例Bの要請を受け、動作法による心理援助をすることにした。

動作法とは身体の動作を使って行う心理技法であり、姿勢制御を含む動作の生起過程を「意図－努力－身体運動」という図式で捉え、言語ではなく動作を媒介とした心理療法（星野，1994；高橋，2013）であるため、運動部員がプレイや演技として身体動作の成果を表す「身体性」と親和性が高いのではないかと考えたからである。なお、動作法の手続きを用いた心理治療法は動作療法と呼ばれる（鶴・吉川，2000）ことがあるが、ここでは心理治療というよりは運動部員特有の心身の緊張や現実的問題への具体的対処、心理的問題への介入が予想されるため、動作法という用語を用いる方が適切だと考えられた。

Y年8月Y+10日から開幕する全国大会に出場するまでの期間内で、動作法による躯幹ひねり動作、腕上げ動作、重心移動動作などの動作課題（大野・村田，2008，星野，1994）に取り組むことにした。ただし、その後に継続する余地は残し、全国大会を経てから再契約をすることも可能とした。動作法は、2～3日間隔で筆者との時間調整ができた時に、1回50分程度、部活動の前後の時間を使い、泳動作学習と併用しやすいプールサイドとプール周辺に設置されている運動場にて行うことにした。なお、動作法に伴う身体接触があること、競技成績の向上につながらないこともあること、個人情報保護を遵守した研究成果を公表すること、さらに必要が生じた場合には医療機関等にリファーすることもあることを書面と口頭で説明したところ、全てにおいて同意され署名を得た。



### 3-2. 面接経過

#### (1) #1 (Y年8月Y+1日)

介入前の動作法での査定のため、あぐら座位姿勢をとると、背中丸まり、股関節と首肩周りに強い不当緊張が観察され(図1)、事例Bの「肩と首に力が入ってしまって」「身体の緊張がとれない」という言語的訴えと一致した表れであった。心理面の状態把握のため、POMS短縮版(横山, 2011)への回答を求めた。POMS短縮版は、6因子、5件法、計30項目で構成されている。結果として、緊張-不安因子が6点、抑うつ-落ち込み因子が3点、怒り-敵意因子が2点、活気因子が6点、疲労因子が6点、混乱因子が6点であった(図3)。活気因子得点と疲労因子得点が同点であり「心的オーバートレーニング(横山, 2011)」が懸念される気分状態であった。また状態自尊感情尺度(阿部・今野, 2007)への回答を求めたところ、29点であった。この状態自尊感情尺度は、1因子、4件法、計10項目で構成されている。

#1では、あぐら座位と膝立ち、及び立位での左右前後の重心移動動作と、股関節と首肩周りの不当緊張を弛緩させるために、腕上げ動作と軀幹ひねり動作を行った。重心移動動作では、肩と首だけで動かしていた。特に、腰から肩甲骨あたりまでの重心軸に沿った感覚が乏しそうで、明確な動きはみられなかった。ただし、あぐら座位での重心移動動作を行うと、意図して努力する過程が上手く、比較的早く望ましい動きが生じてきた。また、背伸ばし動作を取り入れて、腰から頭頂部までの背中全体を使った動きを作る練習をした。背中全体を使った動きは平泳ぎでの推進力につながる

ため、肝要な動きであった。そして、腕上げ動作と軀幹ひねり動作では、どのように動けばよいか意図が定まらなかったが、懸命に努力し、模索していた。なお、動作法実施時には、#1でもそれ以降のセッションでも、即時フィードバックを心がけ、動作課題への取り組みで生じた心的体験について敢えて言語化を求めず本人の体験様式の変容を優先させた。ただし、そうした中で、動作課題への取り組みを通して湧き上がってきた対話では、共感的理解、無条件の肯定的配慮、自己一致する態度を示した。

#1を終えると、「いつもより踏んだ感じがある」「上半身に力がない、これで泳いでいいのか?」と、身体感覚の鋭敏化と自己制御への意図、不当緊張の緩和の兆しが窺えた。そして、#1の後に「あの後、泳いでみたところ100mの前半、体(特に上半身)に変な



図1. 事例Bの介入前の姿勢



図2. 事例Bの介入後の姿勢

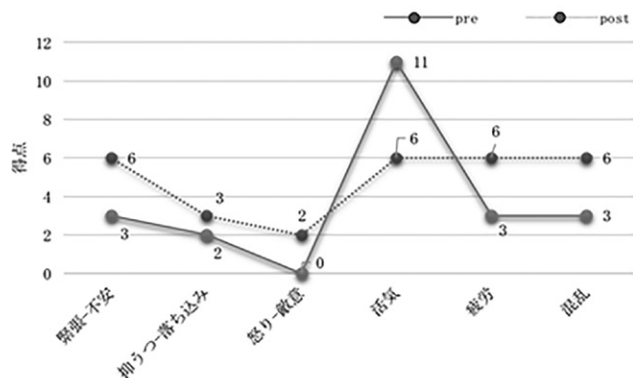


図3. 事例BのPOMS短縮版の得点変化

力が入らず、楽に速く泳げました！後半や2本目になるとまた力が入り、小さい泳ぎになってしまったので、意識して脱力したいと思います。」「タイム短縮に繋げるために、家でも実践します！」と書かれたメールを受け取った。なお、メールでの報告は、Th（筆者）の要請ではなく、事例Bの自発的な行為であった。

## (2) #2 (Y年8月Y+3日)

#2では、前日から体調が万全でないことと「掌と足裏がつる」ことを訴えていた。#1と同様に、あぐら座位での重心移動動作に取り組むと、左側に重心が偏っていた。不当緊張の解消のために、仰向け位での膝曲げ動作をすると、股関節の不当緊張があるものの意図して努力する心的過程が観察できた。前腕には不当なひねり動作が入るため、軸がなくふにゃふにゃしている印象が持たれた。前腕に軸がないと、泳ぐ時に水をつかんで前に進みにくくなるため、手首を固定して軸をつくり、不当なひねり動作をしないことが求められた。足首も伸びきっていて軸がなくふにゃふにゃしている印象が持たれた。

あぐら座位での重心移動動作を行うと、背中全体を使った不当な力のない適度な入力で軸づくりができるようになってきた。すると、自発的に泳動作の場合に応用させ始め、平泳ぎのキック動作、及び背中全体を使った大きな躍動感あるストローク動作を行っていた。その陸上で行ったストローク動作が水中でも再現できれば、推進力が増すに違いないと思わせる動きだった。

#2を終えた日には、「背筋を意識してみます」「手（前腕）を固定してみます」というメールを受け取った。

## (3) #3 (Y年8月Y+7日)

#1および#2と同様に、あぐら座位での重心移動動作に取り組んだ。立位での重心移動動作で、足を踏む感覚を問うと、「(普段から)裸足の時に気にしているし、足首も使っている気がする」とのことだった。さらに、#3では、手首を固定し、ひねらずに、腕全体で軸を作った手首の動きづくりをしたところ、意図して努力する心的過程が観察できた。陸上での泳動作シミュレーションになると、平泳ぎの場合には背中全体を使った大きなストローク動作は、推進力を生みそうな躍動感が伝わるものに定着してきており、「肩を(余分に)使わなくなったので、疲れがなくなった」と語っていた。クロールの場合でも「肩周りの余分な力がとれた」と報告していた。

#3後に、大会直前の動作法での査定として、あぐら座位姿勢をとると、背筋がゆったりとしつつも凜としており、動作課題で取り組んだ成果が窺えた(図2)。心理面の状態把握のため、POMS短縮版(横山, 2011)への回答を求めた。結果として、緊張-不安因子が3点、抑うつ-落ち込み因子が2点、怒り-敵意因子が0点、活気因子が11点、疲労因子が3点、混乱因子が3点であった(図3)。活気因子得点が疲労因子得点を8点も上回り、活気に満ちた気分状態へ変容した。また状態自尊感情尺度(阿部・今野, 2007)への回答を求めたところ、30点であった。

## (4) 目標とする大会での結果

大会初日(Y年8月Y+10日)には、400mメドレーリレーの100m平泳ぎの泳者として、前半50mを37秒30で折り返し、大学時代の自己最高記録を残した。また大会3日目(Y年8月Y+12日)には、100m平泳ぎの個人種目に出場し、前半50mを36秒87で折り返し、実力発揮して泳ぎ終えた。「脱力して泳ぐ感覚をこの3日間の大会でつかみました」「(今

でも) まだ高校生の時と同じくらいのスピードで泳げたことに驚きました。可能性がまだまだあることに気がつけたレースでした」というメールを受け取った。筆者は、事例Bの今後の可能性を期待した。

#### 4. 考 察

事例Aの語りからは、小学6年頃から心理的離乳のつまずきの兆候を呈していたと解釈された。運動部生徒を始めとする競技性を有する者は、「幼児性」が残りやすいと言われてきた(鈴木, 2012)。事例Aも「幼児性」が顕著で、暦年齢に相当しにくい精神発達段階にあったのかもしれない。事例Aに対しては、頷きや繰り返し、反射といった基本的な傾聴技法を用いて、丁寧に寄り添っていった。その結果、母親や水泳指導者といった周囲の大人からの勧めだけに従順に従うだけでなく自分で考え行動することを始めた。随伴して母親も、青年期にある事例Aの心理社会的課題への取り組みに応じるようになり、母子共に変容を示した。これは、事例Aが母親や水泳指導者といった周囲の大人から心理的離乳を辿り、「水泳は好き」で「自分らしくじけそうな選手の気持ちを分かちあえられるからマネージャーとしてもチームに貢献したい」と語っていたように、マネージャーとして仲間を支えながら活動するようになり自分らしさを獲得していったのではないかと解釈された。竹之内ら(2012)が運動部に所属する青年の自我発達プロセスを明らかにしており、運動部員の自我発達に関連する危機事象は運動領域と日常生活領域の両方に存在し、かつ危機、探求、自己投入の経験は概して自我発達と正の関連を持つことが示されている。この知見は、事例Aが運動部活動と日常生活、学校生活と連動して、危機を体験しながら心理的離乳を遂げ成長を示した心理的変容の過程を支持すると推測された。

先行研究を支持するだけでなく、事例Aを通した新たな知見も創出された。それは、運動部生徒にとっては、親だけでなく運動指導者も心理的離乳に相当する影響を持つのではないかとということ、競技性を有する運動部生徒の心理的離乳プロセスが一般青年の場合(落合・佐藤, 1996)とは質的に異なるのではないかとということ、そして運動部生徒にとってチームメイトの役割は一般青年における友人の役割とは質的に異なるのではないかとということである。

競技性を有する運動部生徒にとっては、日常生活と競技生活が極めて密接に影響し合っている為、心理的離乳に関わる要因が一般青年より複雑化している可能性が窺える。また三田(2005)が報告しているように、男子より女子の方が心理的な依存と独立の問題を抱えやすいことが予想される。それゆえに、競技性を有するスポーツ推薦入試制度により在籍した運動部生徒の事例を取り上げたことで、教育相談の現場ではあまり知られていない実態を垣間見る資料提出がなされ、従来の教育相談で見落とされていたかもしれない運動部生徒に特有な心理的離乳や対人関係の取り方、自分らしさの模索といった青年期心性へのサポートが拡充できる可能性が窺えた。

それに対する事例Bについては、水泳部としてのオンシーズン時期での心理援助の要請であった。競技活動に打ち込む過程では、潜伏していた心理的問題の表面化(鈴木, 2012)、心的なオーバートレーニング(横山, 2011)に陥ることがある。事例Bは、心的なオーバートレーニングを作り出す不要な心身の緊張緩和と自己制御して動作実行へと体

現化することを達成した。それは、姿勢画像からも、POMS短縮版の得点からも裏付けられた。こうした奏功は、動作法で動作課題に取り組む際の「意図－努力－身体運動」を重視し、援助者である筆者と要援助者である事例対象者が協働して取り組めたことが一因だと考えられた。また動作法では、即時フィードバックを心がけ、動作課題への取り組みで生じた心的体験について敢えて言語化を求めず本人の体験様式の変容を優先させた。そして、そうした中で、動作課題への取り組みを通して湧き上がってきた対話では、共感的理解、無条件の肯定的配慮、自己一致する態度を示したことも奏功をもたらした理由だと思われた（百瀬, 2022）。こうした心理援助過程では、動作課題に対する目標共有が歪むことはなく、安定した構造枠を保ちながら、動作課題とそれに随伴する心理的課題に取り組めたのではないかと考えられた。

ただし、動作法は、心理療法で唯一身体接触を伴うため、性別・ジェンダー配慮や身体接触への説明と同意を得ることは欠かしてはならないと振り返った。もし身体接触到消極的な場合は、コロナ禍を経て開発された触れない動作法もある（上倉ら, 2021）。その為、動作法を適用する場合も、要援助者の精神発達状態や自我状態を査定し、それに応じて選択することが求められるだろう。特に、事例Bの場合のように、即効性と限られた期間内での危機介入的援助にも適していると考えられる。ただし、全ての心的課題が解決するわけではないため、その都度に治療目標を的確にして再契約を行う必要があるだろう。

最後に、教育相談の在り方と発展可能性について考察する。第一に、教育相談の構造枠についてである。相談の構造枠について、援助時間は両者とも50分間であったが、援助頻度と援助場所は異なっていた。事例Aの実施頻度は、週1回で、場所は心理相談室にある面接室であった。それに対し、事例Bの実施頻度は2～3日間隔で、場所は活動場所のプールサイドであった。事例Aの場合が基本的な構造枠だとすると、事例Bは応用的な構造枠だと解釈できる。両者とも成功事例となったことから、教育相談の構造枠の設定でも、将来的に基本と応用を使い分けて、現存の教育相談活動よりも幅広い心理援助法を提供できる拡大可能性が示唆された。なお、事例Bは適度な真面目さとやや控えめな様子の学生であったために、構造枠を応用させた援助が成り立ったのではないかと振り返った。したがって、もし事例Aの場合のように、自我状態の不安定さや自我境界の曖昧さが窺える場合には構造枠が保たれないことが懸念されるため、基本的な構造枠を選択すべきかもしれない。

第二に、教育相談の現場では、相談効果の測定に対する意識が統一されていない現状があり、心理援助効果の捉え方は多様である（江上ら, 2016）。そのため、どのように心理援助効果を捉えるかについて検討余地が残されている。本稿では、事例Aでは個性記述のみ、事例Bは個性記述と客観的な実証データを組み合わせて収集した。「特殊教育学研究」掲載の実践研究論文では、約7割が事例研究で、そのほとんどが個性記述のみによる分析である。その事実に対し、個性記述で終わらずに、可能な限り精度の高い行動的指標を用いて個人内変化を示す客観的データを量的にも質的にも示すことが重要だという指摘がある（藤田, 1996）。こうしたことから、事例Bの場合のように、心理援助効果を個性記述だけでなく量的及び質的な実証データを添えて提出することは、教育相談における実践研究の効果検証に対する豊かな資料提供に資すると考えられた。

第三に、本稿で取り上げた運動部員の臨床事例は、教育相談の現場でもその実態はあま



り知られていない（鈴木, 2012, pp. 173-175）。それは、運動部及び教育相談の現場で、運動部員が「明るく、元気、爽やか」という一見してプラスの状態にはサポート不要だと思われるからかもしれない。確かに事例Aも事例Bも、学校生活は十分に送れており、比較的真面目な印象を受ける「明るく、元気、爽やか」な印象を受ける生徒たちであった。しかしながら、教育相談の対象は、不登校や成績不振、精神疾患や発達障害を有する者（日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会, 2010）だけでない。教育相談の実践研究領域では、サービスの必要性（下山ら, 2012, p20）、学習者を理解する視点（日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会, 2010, pp. 30-41.）への追及が求められている。もし教育相談の現場でのスタッフへの荷重を避け、ピアサポート体制の充実などの策を経た上で、運動部生徒らへの臨床心理学的な心理援助が拡充されれば、持ちうる可能性の拡大と自分らしさを実感した活気あふれる生徒が多い学校現場の実現に寄与できるかもしれない。

註）事例Aについては日本スポーツ心理学会第40回大会で、事例Bについては日本公認心理師学会第3回大会で発表された。

## 【引用文献】

- 阿部美帆・今野裕之（2007）．状態自尊感情尺度の開発．パーソナリティ研究, 16（1）, 36-46.
- 江上奈美子・川崎隆・古川真由美・田中崇恵・慶野遥香・藤岡勲・高野明（2016）．学生相談活動の効果測定導入に対するカウンセラーの意識．学生相談研究, 37（2）, 94-107.
- 藤田和弘（1996）．教育実践研究の方法と課題：運動障害を中心に（公開講座：実践研究の方法と課題）（＜特集＞実践研究）．行動分析学研究, 9（2）, 165-171.
- 原妃斗美（2011）．運動部選手の心理サポートにおける携帯メール利用の効果と課題．鳴門教育大学情報教育ジャーナル, 8, 11-17.
- Hollingsworth, L. S. (1928). The psychology of the adolescent. Appleton.
- 星野公夫（1994）．不確実性と秩序—物質とこころの自己構築—．稲本直樹・星野公夫・岩淵忠敬・吉村章 第Ⅱ部 心理学における不確実性と秩序（Ⅰ）メンタルアクティベーション．岩波ブックサービスセンター, pp. 55-120.
- 今宿裕・朝倉雅史・作野誠一・嶋崎雅規（2019）．学校運動部活動の効果に関する研究の変遷と課題．体育学研究, 64（1）, 1-20.
- 金森史枝・蛭田秀一（2018）．大学における正課外活動としての体育会運動部活動の意義—体育会運動部活動を通して何を習得しているのか—．総合保健体育科学, 41（1）, 45-54.
- 上倉安代・大川一郎・益子洋人（2021）．コロナ禍における統合失調症者を対象とした触れない動作法の試み．心理学研究, 92（5）, 428-434.
- 日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会編（2010）．学生相談ハンドブック．学苑社.

- 日本スポーツ心理学会編 (2005). スポーツメンタルトレーニング教本 改訂増補版. 大修館書店.
- 三田英二 (2005). 性格特性からみた女性の自立心・依存心. 静岡県立大学短期大学部研究紀要, 19, 73-77.
- 百瀬容美子 (2022). 先天全盲児者の運動イメージ生成指導法と評価法の開発. 風間書房.
- 文部科学省 (2013). 運動部活動での指導のガイドライン. [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop04/list/detail/\\_\\_\\_icsFiles/afieldfile/2018/06/12/1372445\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/detail/___icsFiles/afieldfile/2018/06/12/1372445_1.pdf) (2023年12月26日取得)
- 落合良行・佐藤有耕 (1996). 親子関係の変化からみた心理的離乳への過程の分析・教育心理学研究, 44 (1), 11-12
- 老松克博 (2016). 身体系個性化の深層心理学 あるアスリートのプロセスと対座する. 遠見書房.
- 小野雄大・友添秀則・根本想 (2017). 我が国における大学のスポーツ推薦入学試験制度の形成過程に関する研究. 体育学研究, 62, 599-620.
- 大野清志・村田茂編 (2008). 動作法ハンドブック 応用編 行動問題, 心の健康, スポーツへの技法適用. 慶応義塾大学出版会.
- 下山晴彦・峰松修・保坂亨・松原達哉・林昭仁・齋藤憲治 (1991). 学生相談における心理臨床モデルの研究—学生装弾の活動分類を媒介として. 心理臨床学研究, 9 (1), 55-69.
- 下山晴彦・森田信一郎・榎本眞理子 (2012). 学生相談 必携GUIDEBOOK 大学と協働して学生を支援する. 金剛出版, pp.30-41.
- 鈴木壮 (2012). 競技スポーツ・アスリートの心性 中込四郎・伊藤豊彦・山本裕二 (編著) よくわかるスポーツ心理学, ミネルヴァ書房, pp. 126-127.
- 鈴木壮 (2012). スポーツカウンセリング. 中込四郎・伊藤豊彦・山本裕二 (編著) よくわかるスポーツ心理学, ミネルヴァ書房, pp. 173-175.
- スポーツ庁 (2018). 運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン. [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/shingi/013\\_index/toushin/\\_\\_\\_icsFiles/afieldfile/2018/03/19/1402624\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/013_index/toushin/___icsFiles/afieldfile/2018/03/19/1402624_1.pdf) (2023年8月25日取得)
- 高橋美保 (2013) 心理療法 藤永保監修 最新心理学事典. 平凡社, p400.
- 竹之内隆志・奥田愛子・大畑美貴子 (2012). 運動選手の自我発達プロセス: 危機事象の発達的变化に基づく検討. 体育学研究, 57, 379-398.
- 鶴光代・吉川吉美 (2000). まえがき. 日本臨床動作学会 (編) 臨床動作法の基礎と展開, コレール社, pp. 1-3.
- 横山和仁編 (2011). POMS短縮版 手引と事例解説. 金子書房.