様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　２ 年　 ６ 月　 ３ 日現在

機関番号：３２６７５
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2016～2019
課題番号：１６Ｋ１６５５５

研究課題名（和文）受傷アスリートの心理的成長過程の検討

研究課題名（英文）The study of the psychological growth process of the injured athletes

研究代表者
鈴木　敦（Suzuki, Atsushi）

法政大学・スポーツ研究センター・研究員

研究者番号：００７３４７９０

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,900,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、アスリートの受傷体験が心理的成長に与える影響を明らかし、当該アスリートへの心理支援方法の確立への示唆を得ることであった。本研究では、受傷アスリートの気づきやスポーツ傷害の受容といった受傷アスリートの心理的成長に関わる要因を数量的に測定できる尺度を作成した。また、受傷アスリートへの心理サポートの事例から身体面の訴えを多面的に理解することが受傷アスリートの心理的成長につながることを明らかにした。

研究成果の学術的意義や社会的意義
本研究で作成した尺度は受傷アスリートの気づきやスポーツ傷害の受容の程度を数量的に測定でき、その結果をもとに受傷アスリートの心理的回復や心理的成長のために必要な支援を提供することができる。また、心理サポート事例から得られたアスリートの身体面の訴えの多面的な理解は、受傷アスリートの心理面に対する理解を促進させ、心理専門家だけでなく、トレーナーやコーチ等の話の聴き方にも一般化可能である。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to clarify the influence of an athlete's experience of injury on psychological growth and to suggest for establishing a psychological support method for the athletes. In this study, the factors involved in the psychological growth of the injured athletes, such as awareness of injured athletes and acceptance of sport injury questionnaire have created to measure that quantitatively . Also, from the case of psychological support for injured athletes, it was considered that multifaceted understanding of physical complaints would lead to the psychological growth of injured athletes.

研究分野：スポーツ心理学

キーワード：受傷アスリート　心理的成長　気づき

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

近年の怪我を負ったアスリート（以下、受傷アスリート）に関する研究では、受傷体験のネガティブな影響だけでなく、ポジティブな影響についても主張されている。そこでは、受傷後のアスリートの成長について、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から検討されてきた（例えば、Waday et al.,2011；Podlog and Eklund, 2006；Udry et al., 1997；Tracy, 2011）。しかし、先行研究では、これらのポジティブな変化を引き起こす心理要因ならびにその機序は明らかにされてこなかった。本研究において受傷アスリートの体験に迫り、機序を理解することができれば、受傷アスリートへの有効な心理支援（介入）の方法の構築につながると考えられた。

２．研究の目的

本研究の目的は、アスリートの受傷体験が心理的成長に与える影響を明らかし、当該アスリートへの心理支援方法の確立への示唆を得ることであった。そのために、以下の下位検討課題を設定した。

（1）受傷経験のあるアスリートの心理的成長と関わりのある受傷後の気づきやスポーツ傷害の受容に関する尺度を作成すること。

（2）心理サポートの事例から、受傷後の心理的成長のために必要な心理サポートを明らかにすること。

３．研究の方法

（1）受傷経験のある大学生アスリートに対して質問紙調査を実施した。1 ヶ月以上の受傷経験がある 343 名のアスリートに対して受傷アスリートの気づき尺度への回答を求めた。

（2）受傷経験のある大学生アスリートに対して質問紙調査を実施した。1 ヶ月以上の受傷経験がある 244 名のアスリートに対してスポーツ傷害の受容尺度への回答を求めた。

（3）筆者の行った 2 名の受傷アスリートへの心理サポート事例を分析し、受傷アスリートの心理的成長に対する心理サポートの必要性について検討した。

４．研究成果

(1) 主因子法プロマックス回転による因子分析を行った結果、「自己理解の進展（α=.765）」と、「考慮対象の拡大と深化（α=.760）」という 2 因子構造であることが明らかになり、尺度全体の信頼性係数は α=.838 であり、尺度としての有用性が示された（図 1）。

(2) 主因子法プロマックス回転による因子分析を行った結果、「脱執着的対処（α＝.722）」、「情緒的安定性（α＝.776）」、「所属運動部における一体感（α＝.759）」、「時間的展望（α＝.644）」という 4 因子構造であることが明らかになり、尺度全体の信頼性係数はα＝.823 であり、尺度としての有用性が示された（図 2）。

	factor		
	Ⅰ	**Ⅱ**	**共通性**
自己理解の進展（α=.765）			
5 **チーム内での立ち位置が理解できるようになっていた**	.854	-.250	.531
3 **競技での目標を再確認していた**	.740	-.020	.551
18 **競技をしている理由が明確になっていた**	.675	.104	.498
12 **競技への関わり方が良い方向に進んでいた**	.660	.115	.475
13 **自分のプレー面の長所が分かるようになっていた**	.580	.155	.535
考慮対象の拡大と深化（α=.760）			
14 **選手以外の人と話すことが多くなっていた**	-.167	.767	.461
16 **自分自身について考える機会が増えていた**	-.072	.762	.472
17 **色々な人たちと関わりを持つようになった**	.106	.739	.524
8 **自分だけでなくチーム関係者にも目が向くようになっていた**	.040	.682	.646
9 **競技のことを深く考えるようになっていた**	.237	.528	.545
因子寄与	4.135	1.104	
因子寄与率（%）	41.355	52.394	
因子相関 Ⅰ		0.564	

図１　受傷アスリートの気づき尺度

	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ	**共通性**
17 怪我をしてしまったことに後悔していた	0.637	0.179	-0.173		0.464
21 自分の現状にイライラしていた	0.622	0.140			0.480
1 早く復帰したいと思い，焦っていた	0.619			-0.116	0.320
7 チームから離れて練習することが苦痛であった	0.613	-0.158	0.211		0.506
9 怪我によって気分が滅入っていた	0.525			0.172	0.431
2 復帰までの道のりが明確にイメージできていた	-0.172	0.677			0.458
4 怪我を前向きに捉えていた	0.229	0.633		-0.146	0.426
8 怪我とうまくつきあっていけると思っていた	0.361	0.599		-0.193	0.408
18 復帰後の自分がイメージできた		0.541	0.205		0.433
14 復帰に対して明確な目標を持っていた	-0.381	0.484	0.194	0.277	0.524
19 チームメートとよく話をした			0.845	-0.149	0.634
15 チームの話題に溶け込めていた			0.695		0.457
11 自分はチームの一員だと感じていた		0.156	0.629		0.551
3 怪我によってチーム内での孤立感を味わっていた	0.364	-0.179	0.488		0.463
24 今でも怪我のことをくよくよ考え，動き出せないでいた		-0.114		0.650	0.369
10 先が見えない状況であった	0.203	0.215		0.588	0.571
5 復帰できるかどうか不安であった	0.109	-0.104		0.567	0.352
12 怪我に対する理解が不十分であった			-0.129	0.473	0.160
16 怪我をしていないときの自分に固執していた	0.169			0.467	0.295
因子寄与	3.140	2.495	2.804	3.073	
因子寄与率（%）	22.321	33.538	39.630	43.695	
因子相関 Ⅰ					
Ⅱ	0.104				
Ⅲ	0.209	0.367			
Ⅳ	0.495	0.315	0.472		

図２　スポーツ傷害の受容尺度

（3）受傷アスリートの心理サポート事例より、身体面の不調（怪我による関節の可動域や動きの制限）を通して自分の心理面の課題を語っており、身体面の訴えを多面的に理解し、怪我とは直接関係のない訴えでもそれらを通して受傷時の辛さや受傷アスリートの心理的課題を代弁している可能性のあることが示唆された。そのような受傷アスリートの辛さを多面的に理解し、受け止めることが受傷アスリートの心理的成長につながったと考えられた。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計3件（うち査読付論文　2件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　2件）

１．著者名 鈴木敦・中込四郎	４．巻 27
２．論文標題 受傷アスリートの気づき尺度の作成	５．発行年 2017年
３．雑誌名 スポーツ産業学研究	６．最初と最後の頁 277－286
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 鈴木敦	４．巻 49
２．論文標題 受傷アスリートにおけるスポーツ傷害の受容尺度の作成	５．発行年 2018年
３．雑誌名 武蔵大学人文学会雑誌	６．最初と最後の頁 139－152
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 鈴木敦	４．巻 69
２．論文標題 スポーツ傷害からの回復期におけるメンタルサポート	５．発行年 2019年
３．雑誌名 体育の科学	６．最初と最後の頁 726ー730
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

〔学会発表〕　計0件

〔図書〕　計2件

１．著者名 鈴木敦	４．発行年 2018年
２．出版社 北大路出版	５．総ページ数 161
３．書名 シリーズ心理学と仕事　スポーツ心理学	

１．著者名 荒井弘和、雨宮怜、深町花子、鈴木敦、栗林千聡、梅崎高行、青柳健隆、内田遼介、衣笠泰介、野口順子、金澤潤一郎、立谷泰久	４．発行年 2020年
２．出版社 晶文社	５．総ページ数 272
３．書名 アスリートのメンタルは強いのか？	

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考