

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 23 日現在

機関番号：32672

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2013～2015

課題番号：25750304

研究課題名(和文) 異文化圏の日本人選手・指導者に対する心理支援プログラムの開発

研究課題名(英文) Development of a program of psychological support for Japanese athletes and coaches living in a foreign culture

研究代表者

高井 秀明 (TAKAI, HIDEAKI)

日本体育大学・体育学部・准教授

研究者番号：50586146

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,200,000円

研究成果の概要(和文)：近年、強化拠点を海外のスポーツ先進国に移して専門とする競技水準の向上を図る選手や指導者が増加している。その一方で、海外の生活環境の変化に馴染めず、心理支援を必要とする選手や指導者が後を絶たない。そこで、本研究は、異文化圏の日本人選手・指導者に対する心理支援プログラムを開発することとした。まずは、サッカーのブンデスリーガの日本人選手・指導者を対象にして異文化適応のプロセスについて明らかにした。さらには、異文化圏の日本人選手・指導者に対して継続的に遠隔心理支援を実施し、心理支援プログラムのあり方について提案した。

研究成果の概要(英文)：In recent years, there has been an increase in the number of athletes and coaches that aim to increase their competitive standard by moving their training centers to countries overseas where sports are well developed. At the same time, a great many of these athletes and coaches need psychological support because they are unable to adapt to the changes in living environment encountered overseas. The present study therefore aims to develop a psychological support program for Japanese athletes and coaches in a foreign culture. First, the process of adaptation to foreign culture was clarified in Japanese athletes and coaches in the German soccer Bundesliga. In addition, a psychological support program giving continuous psychological support from a distance to Japanese athletes and coaches living in a foreign culture was implemented, and a proposal for the shape of psychological support programs was made.

研究分野：スポーツ心理学

キーワード：異文化適応 サッカー 遠隔心理支援

1. 研究開始当初の背景

近年、我が国では国際的な競技力の向上を目指し、強化拠点を海外のスポーツ先進国に移して専門とする競技水準の向上を図る選手や指導者が増加している。その一方で、海外の生活環境の変化に馴染めず、心理支援を必要とする選手や指導者が跡を絶たない。

これには「ある文化において歴史的に共有されている自己についての前提」である文化的自己観(高田、2000)が影響を及ぼしているものと考えられる。個人は他者から別離しており、他者から独立して独自性を主張することを必要と考える「相互独立的自己観(interdependent construal of self)」が欧米文化には一般的であるのに対して、個人は互いに結びついており、さまざまな人間関係の一部になりきることが大切と考える「相互協調的自己観(interdependent construal of self)」は日本をはじめとするアジア文化で優勢であるといわれている(北山、1995)。

このように、人間や個人というものの考え方が基本的に異なるために、欧米の心理学の枠組みに沿った理論や知見は、日本文化に必ずしも妥当しないことを北山(1995)は指摘しており、実際それを確認する知見も徐々に集積されつつある(北山・高木・松本、1995)。もちろん、その反対に日本では当たり前のことが、欧米文化では適応されないこともありえる。これはスポーツの世界も例外ではない。

選手や指導者には、競技を取り巻く状況の変化に応じてすぐさま最適な判断をし、行動に移すことが求められる。しかしながら、選手と指導者が異なる文化をもつ場合、それ自体が起因となり互いの考えが時間をかけても伝わらないことがある(高井、2012)。そのため、異文化圏においては、人間の社会的行動の文化差がいつも存在することを選挙や指導者は互いに理解しておく必要があるだろう(高井、2012)。

これらを考慮した言動や行動をとることが、異なる文化をもつ選手と指導者の相互理解に繋がるものと考えられる。ただし、このように対処することは、互いの自己観の特徴をみると当然のことながら容易でない(図1)。したがって、異文化に対する不適応経験が積み重なり、競技に専念することができず、悩み苦しみ、最終的にはドロップアウトしてしまう日本人選手や指導者は少なくない。

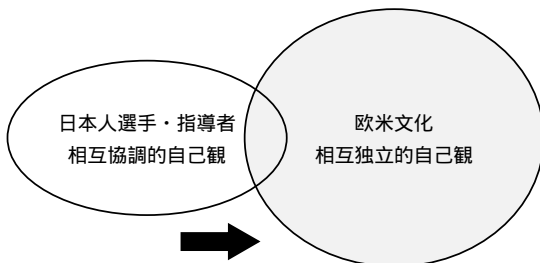


図1 日本人選手・指導者の文化的自己観と異文化適応の関係

2. 研究の目的

本研究では、異文化圏の日本人選手と指導者に対する心理支援プログラムを開発することを目的とし、以下の3点を検討する。まずは、(1)異文化圏の日本人選手と指導者の課題やニーズを体系化する。次に、(2)その日本人選手と指導者に対して、体系化された課題やニーズを中心に心理支援を行なう。最後に、(3)異文化圏の日本人選手と指導者に必要な心理支援プログラムを構築する。

3. 研究の方法

(1) 日本人選手・指導者の課題とニーズ

欧米文化の相互独立的自己観と日本文化の相互協調的自己観の特徴を示すことが予想される集団競技のサッカーを対象競技とし、サッカー先進国であるドイツ・オランダに在留する日本人選手と指導者の12名を研究協力者とした(写真1)。



写真1 ブンデスリーガにおける育成年代の日本人指導者の指導場面

本研究のデータは、研究協力者からのインタビューにより収集した。また、ここでは個別性の高い広範囲な回答を得ることが重要であることから(北村・齊藤・永山、2005)、調査は1対1の半構造的(semi-structured)、深層的(in-depth)、自由回答的(open-ended)インタビューにより実施した。

「異文化圏の日本人選手・指導者の課題やニーズを体系化する」ためのインタビューに用いる質問項目は、本研究の目的に沿った対象者の体験や認識について幅広く回答がえられるような基幹的質問、語られたテーマ、意味、考え方などについてその意味をより明確にする追跡的質問、語られた内容に的を絞ってさらに深く掘り下げる探索的質問の3種類の組み合わせにより構成した(Rubin & Rubin, 2005)。

なお、本研究では、Glaser & Strauss(1967)の質的分析の手法である Grounded Theory Approach(GTA)を利用する。GTAはデータの収集と分析で生じる研究者のバイアスを最小限にとどめるとともに、データ収集と分析を繰り返すことで理論を産出しようとする研究手法である。

(2) 日本人選手・指導者の心理支援

本研究では、異文化圏における日本人選手と指導者に対して、体系化された課題やニーズを考慮して遠隔心理支援を実施した。この遠隔心理支援の実施者は、日本スポーツ心理学学会認定スポーツメンタルトレーニング上級指導士の資格を有していた。

遠隔心理支援を希望したドイツ・オランダに在留する日本人選手と指導者の7名には、継続的に約2週間に1回の頻度で、1回あたり約50分間にわたって情報通信技術 (Information and Communication Technology) を活用して遠隔心理支援を行なった。なお、今回は日本人選手と指導者の要望を考慮し、SkypeもしくはFaceTimeを主に利用して対応した。

日本人選手と指導者に対して遠隔心理支援を実施する前には、ドイツ・オランダで直接対面し、インタビュー面接を実施することとした。それを踏まえ、日本人選手と指導者の個々に必要な遠隔心理支援のあり方を検討した。また、遠隔心理支援を継続的に実施し、半年に1回はドイツ・オランダを訪れて日本人選手と指導者の状況を把握するとともに、継続的に実施している遠隔心理支援の効果について評価した。

(3) 心理支援プログラムの構築

ここでは、日本人選手と指導者に対して継続的に遠隔心理支援を実施し、これまでに蓄積した事例をもとに、異文化圏における日本人選手と指導者に対する心理支援プログラムを総括的に構築することとした。

心理支援プログラムを総括的に構築するためには、他の研究者による研究結果や対象に対する解釈の受容・納得が必要であるため (渡邊、2004)、本研究では異なる研究者間の解釈が収束する点を探索するトライアングレーションを利用した。

なお、今回はスポーツ心理学を専門とする研究代表者1名とブンデスリーガのサッカー指導者1名、臨床心理学を専門とする1名の合計3名により、トライアングレーションを行なった。研究代表者の分析をもとに、意味単位と記述的ラベルの整合性やカテゴリーの内容について3名の解釈が一致するまで議論することとした。そして、最終的には日本人選手と指導者のそれぞれがもちあわせる長所を活かし、世界をフィールドに活躍するためのガイドラインを作成した。

4. 研究成果

(1) 日本人選手・指導者の課題とニーズ

本研究では、異文化圏の日本人サッカー選手と指導者の課題やニーズを体系化することを目的とし、GTAによってテキストデータを質的に分析した。その結果、日本人サッカー選手と指導者のドイツ・オランダでの在留当初は、「言語習得」が最も重要な課題であった。それと同時に、日本人選手・指導者と

して異文化適応するには、「異文化の理解と受容」が必要条件であった。その後、ドイツ・オランダでの在留期間が長期化すると「日本文化の理解と受容」が重要視されることが明らかとなった。また、「日本人の勤勉さ」、「細やかな気遣い」、チームのために自分を捧げることができる「献身性」といった相互協力的自己観は、日本人選手と指導者が世界を舞台に活躍するための心理的特徴であることを示した。

(2) 日本人選手・指導者の心理支援

ドイツ・オランダに在留する日本人選手と指導者の7名に対して継続的に遠隔心理支援を実施した。その結果、ビザをはじめとした「生活環境の整備」やチームスタッフ・チームメイトとの「良好な人間関係の構築」、パフォーマンスに関係する「競技成績の評価」など、問題・課題は個々に応じて様々であった。日本人選手と指導者には、認知行動療法を中心に実施し、問題・課題に対応した。

また、長年にわたって異文化圏のドイツで生活をし、サッカーのブンデスリーガで指導するエキスパートの日本人指導者3名の文化的自己観の特徴を事例的に明らかにした。その結果、その結果、指導者Bと指導者Cはドイツでの滞在が長期間になっても、日本人を含むアジア人の特徴である、相互協調的自己観 (interdependent construal of self) を強くもちあわせていることが示された。しかし、指導者Aはドイツ人の一般的な特徴である、相互独立的自己観 (independent construal of self) をもちあわせている可能性が高かった。よって、異文化適応のパターンには個人のパーソナリティ特性が深く関与していると推察される。ただ、どの指導者も共通して自分がアジア人 (日本人) であることを真摯に受け入れ、サッカーの指導に携わっていることがうかがえた。

(3) 心理支援プログラムの構築

異文化圏に在留するサッカーの日本人選手と指導者に対して遠隔心理支援を継続的に実施した事例を考慮し、トライアングレーションによって結果をまとめた。

その結果、まずは語学の習得が必要であり、その後に異文化の理解と受容がうまれることが共通点として明らかになった。それと同時に自己の特性について興味・関心をもつようになり、日本人や日本文化を改めて認識することに繋がることを示された。

また、異文化圏であってもサッカーの選手もしくは指導者として、サッカーに関する研究は継続しなければならない。そして、日本人選手と指導者は、自分が日本人であるということを前提とし、その特長を把握して最大限活かそうと試みていた。

以上の異文化適応のプロセスを把握し、想定される問題・課題に対処するための事前準備の重要性が明らかになった。

5. 主な発表論文等
(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計0件)

〔学会発表〕(計4件)

高井秀明、異文化圏で活躍する日本人指導者のコーチング・スタイルを探る、日本体育学会第64回大会予稿集、139、2013.

高井秀明、サッカーのブンデスリーグで指導する日本人コーチの文化的自己観、日本スポーツ心理学会第41回大会 Posters Session、A-17、2014.

Hideaki Takai, Cultural view of self of Japanese soccer coaches in the Bundesliga, ASPASP 2014, Posters Session, A-17, 2014.

高井秀明、VVV フェンロの藤田俊哉の異文化適応過程に迫る、日本体育学会第66回大会予稿集、149、2015.

〔図書〕(計1件)

高井秀明、福村出版、はじめて学ぶスポーツ心理学 12 講、メンタルトレーニング、2015、131-145.

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

取得状況(計0件)

〔その他〕

ホームページ等

<http://hideaki-takai.mental1.net/>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

高井 秀明 (TAKAI, Hideaki)

日本体育大学・体育学部・准教授

研究者番号：50586146

(2) 研究分担者

なし

(3) 連携研究者

なし