

高校生女子バレーボール選手の困難への対処過程に関する事例研究 ストレス対処力強化をめざした縦断的調査による質的検討

池田結香¹、園部豊²

¹帝京平成大学 現代ライフ学部、²帝京平成大学

背景：高校生において運動部活動は、心身共に成長をもたらすと考えられるが、競技生活は成功だけではなく困難な状況に置かれることも多々ある。困難によるストレスをポジティブに捉え、自己成長の糧にしようとする概念としてストレス対処力 (Sense of Coherence : 以下SOC) がある。SOCは緊張状態の成功的な対処によって強化される。しかしこれまでに、スポーツ選手のSOC強化につながる要因を縦断的に検討した研究は見られない。SOC強化のためには、選手の困難な場面への対処過程を縦断的に明らかにする必要がある。

実践報告の目的：そこで本研究の目的は、高校生女子バレーボール選手の困難への対処過程について、縦断的調査による質的検討によるモデルの構築を行うことであった。

対象チーム：首都圏にある県立高校2校の女子バレーボール部員20名 (16.9±1.3歳) を対象にした。対象チームの特徴は競技歴平均6.6年であり、県大会出場レベルであった。

測定手順：2018年8月 (Time1 : 以下T1)、2019年6月 (Time3 : 以下T3) の計2回の集合法による質問紙調査 (自由記述) を行った。本研究では遠藤ら (2013) に基づき、スポーツ場面で生じる困難の克服に向けた対処の調査を行った。また、T1からT3に至るまでの選手自身に起きた出来事をTime2 (以下T2) とし、心理社会的変化に関する振り返りをT3において実施した。

分析方法：回答内容の整理・集約は、KJ法 (川喜田, 1970年) の4ステップのうち、1つ目の「紙切れづくり」及び2つ目の「グループ編成」に基づいて行った。

結果および考察：T1では『スキルへのアプローチ』、『自分と向き合えること』、『他者の存在』、『チームワークへの影響』、『競技のやりがい』の5つのカテゴリーが生成された。T2では、『経験』と『他者の存在』というカテゴリーが生成された。T3では『スキルへのアプローチ』、『自己形成』、『他者の存在』、『チームワークへの影響』の4つのカテゴリーが生成された。次にT1からT3に至るまでの困難への対処過程を検討するために、モデルの構築を試みた。T1で生成された各カテゴリーは、T2において経験や他者の影響を受け自己の変容が起こり、T3各カテゴリーを生成している可能性が示された。さらにT1からT3に至るまで、必ずT2の『自己の変容』を経由していた。選手が練習や試合での経験や、チームメイトの存在という気づきによって自己変容のきっかけとなり、T3における困難への対処に繋がったと推察される。

現場への提言：困難へ対処するためには、経験と他者の存在が重要であり、それがSOCを強化する要因とも考えられる。したがって、選手へは経験や他者の存在が困難を克服することに繋がることを認識させるような指導が適切であろう。