

車いすテニスのコーチに対する心理学的サポート 心理的競技能力診断検査（DIPCA.3）を活用したコンサルテーションの検討

Psychological Support for the Coach of Wheelchair Tennis

—Study of Consultation Utilizing Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athlete 3—

花田 利郎・西村 麻希・山田 力也

Toshiro HANADA, Maki NISHIMURA, Rikiya YAMADA

論文

車いすテニスのコーチに対する心理学的サポート 心理的競技能力診断検査（DIPCA.3）を活用したコンサルテーションの検討

花田 利郎・西村 麻希¹・山田 力也²

（西南学院大学 人間科学部 心理学科、¹西九州大学 臨床心理相談室、
²西九州大学 健康福祉学部 社会福祉学科）

（平成25年10月31日受理）

Psychological Support for the Coach of Wheelchair Tennis —Study of Consultation Utilizing Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athlete 3—

Toshiro HANADA, Maki NISHIMURA¹, Rikiya YAMADA²

Division of Psychology, Department of Human Sciences, Seinan Gakuin University

¹*Clinical Psychology Counseling Office, Nishikyushu University*

²*Department of Social Welfare Science, Nishikyushu University*

（Accepted: October 31, 2013）

Abstract

The purpose of this paper is to examine the psychological support made to the coach of top athletes aiming to compete in the Paralympic wheelchair tennis. When the support has been initiated, it was suggested that there was a lack of mutual understanding about the psychological support between coach and athlete. The authors have carried out the support for the coach from the point of view of consultation. For the coach of wheelchair tennis, knowledge and skills of clinical psychology has been provided. In particular, Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for athletes 3 (DIPCA.3) has been utilized irregularly. A result of examining the course of support, the importance of the support from the point of view of consultation was suggested.

キーワード：コーチ、コンサルテーション、心理的競技能力診断検査（DIPCA.3）、車いすテニス

Key Words：coach, consultation, Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athlete 3 (DIPCA.3), wheelchair tennis

1. はじめに

競技スポーツにおけるコーチの役割の重要性は言うまでもないことであろう。競技レベルの上昇に伴い、特に全国大会レベルから国際大会レベルへと上がれば上がるほど、コーチの重要性は増し、コーチに求められるものも技術面だけではなく心理面へまで広がっていく（北村，2012）。既に諸外国の中には、アスリートだけではなくコーチに対するメンタルサポートが積極的に実施されている国もある（遠藤，2006）。わが国でも「今後、トップアスリートの競技力向上に向けた支援は、コーチング・スタッフも含め総合的に取り組むことが一層求められる」と言われるようになっている（北村，2012）。したがって、コーチへの心理的な援助は車いすテニスなどの身体障害者スポーツでパラリンピック等の国際大会の出場を目指す場合にも当然当てはまることであると考えられる。

しかし、障害者スポーツの領域においては、パラリンピックの出場を目指すようなトップアスリートであっても、国からの公的支援は日本パラリンピック委員会に加盟する競技団体への助成がほとんどであり、その助成金を用いて実施できる事業は、強化合宿、国際競技会へのチーム派遣、強化会議の開催を主としており、個人支援にはほど遠いのが現状である（日本障害者スポーツ協会平成24年度事業報告，2012）。このような状況の下、身体障害者競技のアスリートは限られた資金の中で指導契約をコーチと結び、身体障害者競技のコーチもその限られた時間の中で選手の競技能力の様々な面の向上を目指すなければならない。

さらに、内田（2012）は過去のパラリンピック等の報告書や日本代表選手への調査の分析を行い、指導者側はアスリートの心理的課題に言及し心理サポートの必要性を訴えるのに対し、アスリート側は半数以上の者が「心理サポートは必要ない」、「心理的な問題（課題）はない」と回答していることを取り上げ、心理サポートは多くのアスリートに必要でありながらアスリート個人としては根付いていないと分析している。これらの指摘は、パラリンピックを目指すようなトップアスリートに対する心理サポートの難しさを示唆するものである。したがって、トップアスリートのコーチは、心理的な問題を抱えながらそれに気づいていない者、心理的な問題に気づいていながらもそれを認めたくない者（指摘されたくない者）に対して、心理面の課題を正確にアセスメントし、アスリートの理解と協力を得ながら、必要な心理サポートを実施していかなければならない。

また、身体障害者競技のコーチについては、高い率で生じる、健常者競技には少ない困難性を指摘することができる。健常者競技であれば、その種目についてある程

度の競技歴があるアスリートに対して、その競技のアスリートであった者がコーチになる場合がほとんどであろう。しかし、身体障害者競技の場合は、アスリートとコーチの組み合わせについて、様々な場合が想定される。車いすテニスを例にすると、アスリートには、先天的な障害の場合と中途障害の場合が考えられ、その種類と障害の程度も様々である。さらに中途障害の場合でも、受障前に、テニスのアスリート経験がある場合、テニス以外のスポーツのアスリート経験がある場合、そしてアスリート経験がない場合が考えられる。さらにアスリート経験がある場合でも、競技レベルは様々であることが考えられる。一方コーチについても、車いすテニスのアスリート経験がある場合とテニスのアスリート経験はあっても車いすテニスのアスリート経験はない場合が考えられる。もちろん後者の場合であっても車いすの操作を体験したり、車いすテニスを体験したりすることはできる。しかし、それはあくまで健常者として車いすを操作したり、車いすテニスをしたりする体験になる。このように、アスリートとコーチの経歴において様々な組み合わせが考えられる中で、コーチはそれらを踏まえてアスリートの心理的側面について理解を深め、向き合っていくことが必要とされる。したがって、コーチに求められる能力は多岐にわたり、心理面のサポートは、健常者競技以上に、アスリートだけでなくコーチに対しても行っていくことを考えていかなければならない。

しかし、内田ら（2007）が「身体障害者競技選手を対象としたメンタルトレーニングの実践や研究は、欧米においてもわが国においてもいまだ未発達の段階である」と指摘するように、選手に対するメンタル面のサポートが不十分な現状においては、ましてやそのコーチに対する心理的なサポートは不十分な状態にあるであろう。実際、身体障害者競技選手のメンタルトレーニング等の心理的サポートに関する研究や報告は見られるようになってきた（内田ら，2003，2007；内田，2012）。しかし、身体障害者競技のコーチに対する心理学的なサポートに関するものはほとんど見られない。

そこで、本論文では、パラリンピックへの出場を目指す車いすテニスのコーチに対して行った心理学的援助について報告を行い、そのあり方と必要性について検討することを目的とする。

（なお本研究は、車いすテニス選手に対して日常の健康管理から競技能力向上のための科学的サポートを行うために2011年3月に西九州大学で組織された「西九州大学パラリンピックサポートプロジェクト（以下NPSP）¹⁾」の心理学的・社会学的調査部門の活動の一環として行われた。）

II. 心理学的援助

1. 方 法

1) 対象者

車いすテニスのトップアスリートのコーチ1名（以下Cと記す）を援助の対象とした。援助開始時、Cのテニスのコーチ歴は約20年、車いすテニスのコーチ歴は約7年間であり、テニスおよび車いすテニスのコーチとして、複数の選手（ジュニアを含む）のレッスンを行ってきた（テニスのアスリート歴は中学以降の約8年間であった）。本報告の車いすテニスのアスリートを約7年間指導しており、大会とその前後を除いた期間の契約者が希望する週に、1回約3時間のレッスンを1、2回行う契約（レッスン・コーチ）であった。したがって、Cは担当アスリートの日本国内の大会に帯同する（自費）することもあるが、海外の大会に帯同することは基本的にはなかった（遠征に同行するツアーコーチではなかった）。

Cが契約を結んでいる車いすテニスのアスリート（以下Aと記す）について以下に述べる。Aは男性で、17歳の時に交通事故により頸椎を損傷し、胸より下および手に麻痺が生じた。20歳より車いすテニス（クアードクラス：首から下に障害がある人のクラス）を始めた。その後、競技レベルを年々上昇させ、援助開始時の競技歴は約7年、競技レベルは国内的にはトップクラス、国際的には上位20位内であった。

パラリンピック出場を目指すAに対してCがレッスンを行ってきたが、大会まで2年を切った頃、戦績がやや下降し、パラリンピック出場が危ぶまれた。危機感を覚えた両者は、練習場所の提供を受けていた西九州大学の運動・スポーツ分野の教員に相談し、前述のNPSPの結成に至った。

NPSPの2011年3月の初回会合（顔合わせ）時の筆者らと両者とのやりとりにおいて、Cが「メンタル面」を強調するとAの笑顔が消え表情が硬くなる様子が観察された。

2) 心理学的・社会学的調査部門の全体的な援助の方向性

NPSPの心理学的・社会学的調査部門のAとCに対する援助は、両者のレッスンが充実したものになることを基本的には目指すこととした。個別的には、Aに対しては心理検査と面接を通して試合と練習の振り返りを行う機会を提供すること、Cに対してはAを理解する視点として心理学の視点を提供することとした。すなわち、車いすテニスのトップアスリート、テニスのアスリート経験がある車いすテニスのコーチという、両専門家に対して、心理学および臨床心理学の専門知識や技術を提供するというスタンスであった。

理由としては、時間的な制約が第一に挙げられる。す

なわち、AがCのレッスンを受けるために来学する日が不定期（大会と大会の間、オフ期間）であること、来学した日もレッスン前にはNPSPの他の部門のサポートが組まれていることが多いこと、レッスンは基本的に技術と体力の向上に当てること、レッスン後は当然のことながら疲労のため長時間の取り組みは困難なこと、そして、Cが来学する日時には基本的にAの分も含めてレッスンがびっしり組まれていることがNPSPの進行につれて明らかになっていったからである。

また、筆者らの専門性（臨床心理学）が影響したことも否めない。すなわち、パラリンピックまでに残された期間は少ない上に前述のように定期的に十分な時間を確保することが困難であったために、慣れないスポーツ心理学領域のメンタルトレーニングを導入するよりは心理アセスメントや心理療法（検査法や面接法）等の筆者らの専門分野を活かす方がいいと判断した（両者のニーズも確認し、当面の援助として適切であると判断された）ことが挙げられる。

3) Cに対する援助の内容

前述したようにCへのサポートの大枠は、Aを理解する視点として心理学的な視点を提供することであった。つまり、心理学の専門家はAの心理的側面をどのような方法で、どのように評価するかをCに示すことであった。そのための具体的な内容は、大別すると、(1)Aに行った心理検査および面接結果のフィードバック、(2)Cに対する心理検査の実施、(3)CとAと筆者らによる三者ミーティングの実施の3点からなる。以下にその概要を示す。

(1) Aに行った心理検査および面接結果のフィードバック：Aに対しては心理検査（心理的競技能力診断検査（徳永,2000）他）と半構造化面接（課題整理と目標設定のため）を行った。それらの内容についてAの承諾を得た後、Cに対してフィードバックを行った。

心理的競技能力診断検査（Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athlete³, 以下DIPCA.3と記す）はスポーツ選手の心理的競技能力を測定し、さらにその変化をみるために、徳永らが開発した質問紙法の心理検査である。質問項目は、忍耐力、闘争心、自己実現、勝利意欲、自己コントロール能力、リラックス能力、集中力、自信、決断力、予測力、判断力、協調性の12尺度から成り、さらに、競技意欲（忍耐力、闘争心、自己実現、勝利意欲）、精神の安定集中（自己コントロール能力、リラックス能力、集中力）、自信（自信、決断力）、作戦能力（予測力、判断力）、協調性（協調性）の5因子に大別される。

(2) 心理検査の実施：Aの心理的競技能力についてDIPCA.3を用いて評価を求めた。DIPCA.3は競技者自身が自分自身の能力を把握するために、自己評価をするの

表1 サポートの状況

シーズン	月	試合	アスリート(A)			コーチ(C)				備考
			質問紙 DIPCA.3	面接 DIPSB.1	面接 DIPSD.2	ニーズの 確認	Pに対する 援助の説明	DIPCA.3 回答	Pに対する 援助の報告	
2011	4		○		○					
	5				○	# 1	○	○	○	
		国内試合	○							
	6	海外試合			○					
	7	海外試合			○	# 2				三者ミーティング
	8				○					# 2の振り返り
	9	海外試合								
		国内試合	○		○					
	10				○					
		国内試合	○		○					
	11		○		○					2011シーズンの振り返り
	12					# 3		○	○	2011シーズンの振り返り
2012	1	海外試合								
	2	海外試合								
	3				○					

※この他に、毎月行われたNPSPの定例会に参加し、報告を行った。

が本来の使い方である。今回、本来の使い方からは大きく外れるが、Cの視点からAの心理的競技能力について評価してもらった。本来の使い方以外の使い方をあえて行った理由は、限られた時間でDIPCA.3についての理解を深めてもらうためと、両者のDIPCA.3の結果を基に三者ミーティングを進めるためである。

(3) 三者ミーティングの実施：DIPCA.3をAとCに対して行った後に、その結果を基に、三者でミーティングを行った。ここで言う三者とは、C（コーチ）、A（アスリート）、そして筆者ら（心理職）であった（筆者らの内の2名が加わって、人数としては4名であったが、専門性の違いの視点より、「三者」と表記することとした）。ミーティングの所要時間は約1時間であった（詳細は「2. 経過」を参照）。

(1)～(3)を設定した理由は、NPSPの初回会合（顔合わせ）時の両者のやりとりにおいて、Cが「メンタル面」を強調するとAの笑顔が消え表情が硬くなる様子が観察されたことと、その時点で特にCからの具体的なメンタルトレーニングの希望がなかったことである。その時のエピソードより、AとCの両者の「メンタル面」の定義

や捉え方にズレが生じており、さらにそのズレを両者間のやりとりにおいて十分に検討することができていない面があることを推察し、上述のサポートが有効であると考えたからである。2011年4月にCに先行してAに対するニーズの確認を行った結果、(1)の内容を中心に進めることになったため、Cに対しては、取りあえず上記の方向性でサポートを進め、Cのニーズを確認した後に、必要に応じて微調整を行うこととした。

また、NPSPのメンバーによる月1回程度のミーティング（定例会）に参加し、心理学的・社会学的調査部門の活動の報告を行うとともに、CおよびAの報告における言動に注目し、記録を行った。

2. 経過

表1にCおよびAに対する心理学的サポートの経過を示す。

1) # 1 / 2011年 5月

(1) ニーズの確認

「メンタル面」でCが気になっていることについて尋ねると、「強く言えない」、「どこまで言っているかわ

からない」とAに対する指導の迷いや躊躇があることが先ず述べられた。さらに尋ねると「練習中に笑顔がない」ことや「覇気が感じられない」ことが気になっており、「練習時と試合時の温度差がある」ことが訴えられた。以前は「オムニコート(砂入り人工芝コート、日本とオーストラリアとニュージーランドでのみ広く普及)であろうがハードコートだろうが試合に出ていた」のに最近では「オムニコートに出たがらない」、「試合(コート)を選ぶようになってから勝てない試合が続いている」と認識していることが語られた。また、Cとしては「オムニコートの大会にも出て、勝てる相手と戦って、勝てる感じをつかんで欲しい」という希望を持っていた。試合運びについても、「スロースターター、第1セットは落とすパターンになっている」ことが気になりながらも、選手が「人の意見を聞かない」と、最後に再び、「何を考えているのかわからない」、「本音を言えば『まだまだやれることはある』と言いたい」と指導における困惑が語られた。

CからのAのメンタル面に関する自発的発言は以上であったため、コーチレッスン等のAとの関わりの現状について確認を行った。Cとのレッスンにおいては、技術練習が主に、次いで体力練習に当てられ、Aの心理的側

面については、必要性は感じていながらも、アセスメント、リラクセーション技法、イメージ技法、メンタルリハーサルなどのメンタルトレーニングプログラムを行うための十分な時間がないことも確認された。また、現時点では特定の具体的なメンタルトレーニングの希望は認められなかった。心理検査については経験がないわけではないが、十分には活用してこなかったことが確認された。

(2) Aに対する援助の方向性の説明

#1に先だって行った選手に対するニーズ確認の面接を受けて、筆者らが立案した、Aに対する援助の方向性について説明を行った(図1&図2、西村ら、2012)。主な援助内容は以下の2点であった。

- ① シーズン開始時とシーズン終了時にDIPCA.3を実施し、活用を図る。
- ② 国内で行われる3大会(5月/9月/10月)を対象として、大会前に「試合前の心理状態診断検査(Diagnostic Inventory of Psychological State Before Competition, 以下DIPS-B.1と記す)」、大会中の毎試合後に「試合中の心理状態診断検査(Diagnostic Inventory of Psychological State During Competition, 以下DIPS-D.2と記す)」、大会後に面接を行う。

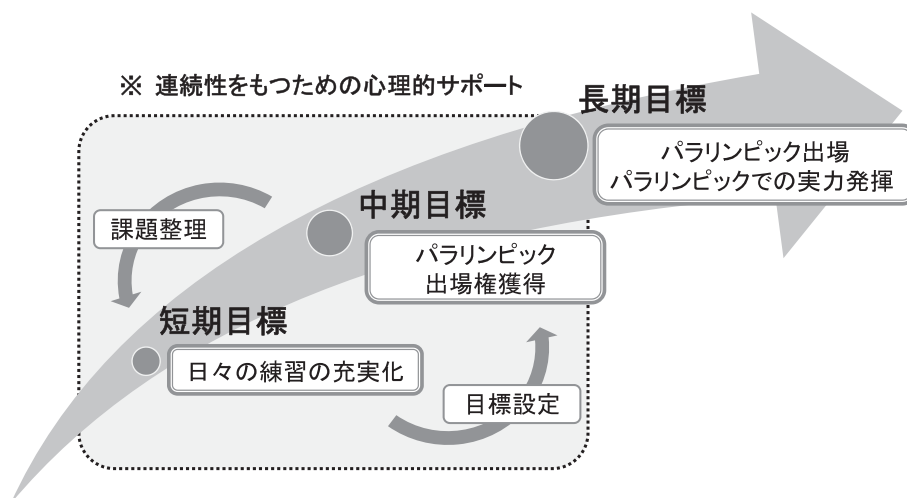


図1 Aに対する心理的サポートの方向性 (説明資料)

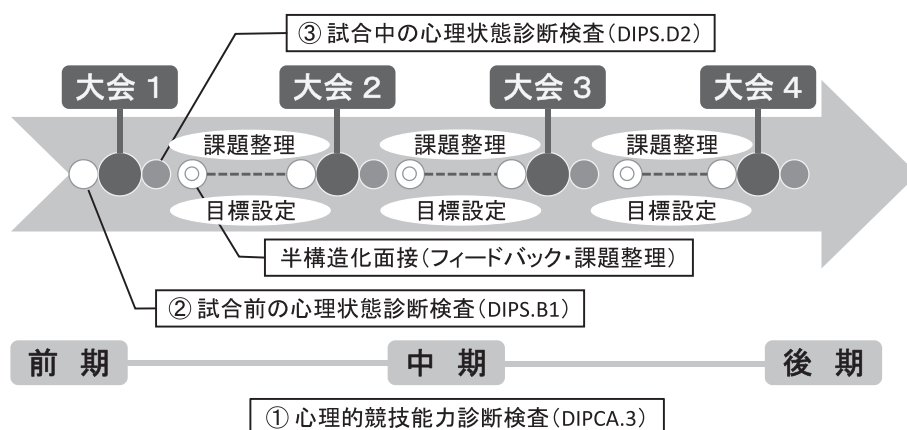


図2 Aに対する心理的サポートの流れ (説明資料)

(3) Cに対するDIPCA.3の実施

まず、DIPCA.3の説明を行った。検査用紙を紹介し、検査の形式と内容、活用方法を伝えた。その後、選手が自己評価をする形式の検査ではあるが、他者評価の形式でAをCが評価することを提案した。提案理由として、Cの検査に対する理解の促進とAとCの両者の結果を照らし合わせる考えであること、さらにそれらを基にミーティングを開催する考えであることを伝えた。本来はこのような使い方はなされていないこと、結果をAにもみてもらうこと、筆者らがこの試みがサポートに繋がると考えていることを納得してもらい、DIPCA.3への回答の承諾を得、実施した。Cは一項目ずつ時間をかけて回答していた。

(4) Aに行った援助（心理検査と面接）の報告

#1までにAとはDIPCA.3の実施も含めて、2回の面接を終えていた(表1参照)。AのDIPCA.3の結果(図3)を健常者競技(テニス・柔道)のアスリートに実施した結果(徳永・橋本, 2000)とともにCに提示し、「忍耐力、リラックス能力、予測力、判断力、協調性」を低く評定(10点前後)していることを示した。また、面接結果から受ける選手に対する筆者らの所感として、面接中のAの様子については「筆者らの目を見て、質問に耳を傾け、決して多弁ではないが自分の言葉で伝えようとしていた」こと、心理検査については「一項目ごと時間をかけて回答し、評価が尺度内では比較的一貫性があり尺度間では明確に分かれていた」ことを伝えた。そして、それらを踏まえると筆者らがAを「全体として協力的で真摯な姿勢で臨んでいる」と評価している」ことを伝えた。CからはDIPCA.3の競技意欲(特に勝利意欲、自己実現意欲、闘争心)のAの自己評価の高さに違和感がある旨のコメントがあった。

(5) 三者ミーティングの提案：DIPCA.3の結果を基に、Aを加えた三者で合同ミーティングの開催を提案し、了承を得た(既にAには了解を得ていた)。

2) #1終了後

Cのニーズを確認した結果、具体的なメンタルトレーニングについての希望は表明されず、Aとのコミュニケーションに関することが中心に述べられた。したがって、当初の方針通り進めていくことにした。三者ミーティングに向けて、DIPCA.3の結果を基に進めていくことを確認した。

3) #2 2011年7月(三者ミーティング)

(1) DIPCA.3の結果の検討

まず筆者らが、CとAにDIPCA.3の結果(図4)を提示した。その後、DIPCA.3の各項目について、①お互いに低評価の項目(予測力、判断力)、②お互いに中評価の項目(自己コントロール能力、集中力、自信、決断力、忍耐力)、③お互いの評価に大きな差がある項目(CとAの尺度得点の差が2点以上の項目：闘争心、自己実現意欲、勝利意欲、リラックス度、自信、協調性：協調性のみC>A、他の項目は全てC<Aであった)について報告を行った後、①、②、③の順にディスカッションを行った。評価の低かった①については、評価内容もほぼ一致しており、お互いに課題を共有することができたようであった。②については中程度の評価であったこともあり大きな議論にはならなかった(両者とも笑顔が見られ、比較的和やかな雰囲気であった)。一方、③については評定値のズレとともに両者の評価内容にズレがあることが明らかになった。特に「勝利意欲」については、「勝ちへの思い」があることはAとCとも共通認識であったが、Aは質問項目の文言通り「勝ちへの思い」の有無を評価しているのに対し、Cは「勝ちへの思い」と「その思いがプレイ面にも表れていること(そういう意欲があるならまだできるはず)」の両面から評価していた。さらに、Cからは「勝ちたい思いの裏側」に対する問いかけがAにあり、Aは勝ちたいと言うよりは「負けられない」という守りに入っている自分、そのような思いから「判断力や予測力が鈍ることもある」という報告があった(この間のやり取りは両者とも非常に厳しい表

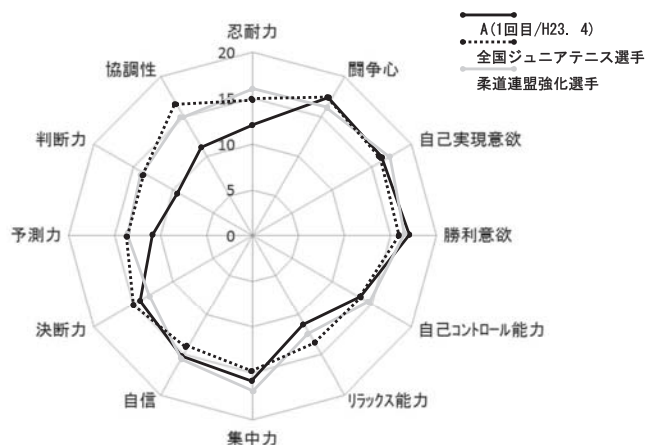


図3 #1における提示資料(DIPCA.3)

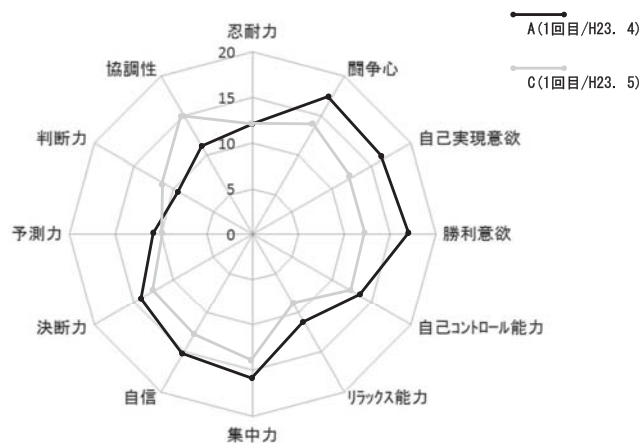


図4 #2における提示資料(DIPCA.3)

情で、時にやや声を荒げる調子で行われた)。「リラックス感」については、Cは「練習の時にできていることが、試合でできないことがある。(試合のある日の)朝、どうしたのかなーって思うような表情をしていることがあった」、Aは「試合中にドキドキするというような緊張をすることはない。試合中にポワーンとなること、プレイに意識が向いてないというか…、となることはある。(その時は)『こうすれば良かった』と自分の首を絞めて追い込んでしまうほどではないけど、後になって色々と考えが出てくることはある」という発言があった。

その後、「スロースタート」のプレイスタイル(「第一セットがなかなか取れないこと」)にも話がおよんだ。Cは「エネルギー維持や次の試合につなげるためにも序盤からスムーズに試合に入ることができれば」、「ランクとスロースタートの度合いが比例している印象」を述べたのに対し、Aからは「正直に言うと、『直した方がいい』という人と『そのままでもいい』という人がいてどうしていいかわからない」状況であることが語られた。

最後に今後の予定を検討した。Cに対してAのメンタル面の課題(2～5個程度)を挙げてもらうことを要請し、了承された。Aに対しては、その課題について筆者らとミーティングを行うことを提案し、了承を得た。さらに、それらの課題を踏まえて、練習毎にその日の目標を設定し、練習後に評価を行うこと、コーチレッスンの時には、Cにも評価してもらい、今回のようにシェアリングを行うことが筆者らより提案された。

4) #2終了後

※2011年7月(三者ミーティング後)

三者ミーティングにおいてCに提案を依頼していた当面の課題として、「調子の波があることへの対処」と「練習できていることを試合でもできるようにすること」の2つが挙げられた。

※2011年8月(選手との面接)

Aとの面接において、Cより提案のあった当面の課題を取り上げ、検討を行った。筆者らより、課題に関するAに対する質問と、いくつかの提案を行った。

※2011年10月(定例会)

本人報告において、8月の選手との面接で筆者らが行った質問や提案が、A自身の課題として述べられた。

5) #3 2011年12月

(1) コーチに対する DIPCA.3の実施

1回目と同様に、1項目ずつ時間をかけて回答していた。

(2) 選手の DIPCA.3結果(2回目)の報告

Aの DIPCA.3の結果(図5)をCに提示した。#2で話題になった競技意欲については全体的にやや微増していること、そして、リラックス能力、予測力、判断力、忍耐力、協調性の評価が上昇していることを伝達した。

Cからは#1の時のようなAの自己評価に対する違和感の表明はなく、Aの評価として概ね納得しているような様子であった。さらに、検査結果を踏まえて優勝した試合に触れ「これまでの経過からすると負けパターンだった。Aがそこでどういう気持ちでその局面に臨んだのか、どういう工夫をしたのか…。それが今後もしかれば」という発言があった。

(3) 選手に行った面接の報告

2011年度、Aに対してどのような援助を行ってきたかを報告した。特に、#2の三者ミーティング後にCが当面の課題として挙げた2項目について、8月に行ったAとの面接で取り上げディスカッションを行ったこと、さらに、その時のディスカッションで話題になったことがその後の定例会においてA自身の口から自分の言葉で課題として挙げられていたことを伝えた。特に、後者について筆者らが高く評価していることを伝えた。

また、2011シーズンのAの戦績について、2010年シーズンと比較する形式でまとめた資料(A4二枚、別紙)を基に、筆者らの見解をAに伝えたことを報告した。戦績の資料は、勝敗数と勝率を中心に、試合相手別(トップレベル、上位者、中位者、下位者)、試合経過別(第1セットを取った場合と落とした場合)に勝敗数と勝率を算出し、それらの結果から読み取れることとして、「第1セット落とさなくなったこと」、「第1セットを取ったときの勝率の高さ」、「第1セットを落としたときの勝率の低さ」、さらに「第1セットを落としたときの気持ちの切り替えの重要性」をコメントしたものであった。Cは、「このように振り返ると、試合の持って行き方のパターンが分かる。やはり第一セットをいかにして取るかがポイントだと実感できる。さらに、第一セットを取られたときの気持ちの切り替えも課題だと感じる」と所感が述べられた。さらに「今は調子が良い。ただ、次調子が落ちたときにAがそれをどう捉えて、立て直すのが大切になってくる。ずるずるいかないためにも…」と述べた。

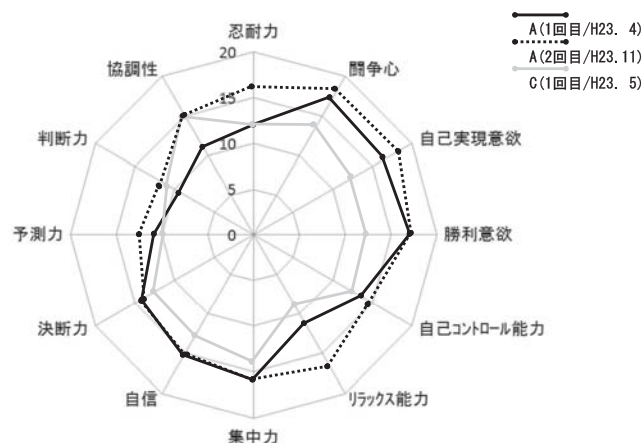


図5 #3における提示資料 (DIPCA.3)

6) #3終了後

CのDIPCA.3の結果(図6)を踏まえ、再び三者ミーティングを開催する予定であったが、2012年がパラリンピックの開催年であり、シーズンインとともに選手は海外遠征、国内大会が続いたため、結局開催することはできなかった。Aに対しては2012年3月の面接時に報告し、コーチに対しては3月の定例会および報告書において結果を報告した。その際には、Cから当初のような「メンタル面」に対する要望は特に語られなかった。

参考までに、2010年と2011年のAの戦績を表2に示す。

III. 考 察

1. Cのニーズとコンサルテーション

Cの求めている「メンタル面」のサポートとはどのようなものであったのであろうか。Cは顔合わせ時において、筆者らにAの「メンタル面」のサポートへの期待を表明した。筆者らは、Aに対するメンタルトレーニングの適用の要請があることも想定していた。しかし、#1でCが先ず訴えたのは、Aに対して「強く言えない」、「どこまで言っているかわからない」という躊躇やもどかしさであり、Aが「何を考えているのかわからない」という、換言すれば、Cの言っていることがAに伝わっているのかという不安であった。

一方、それに対して筆者らが取った方法は、Cの感じているもどかしさや不安に焦点を当てるのではなく、心理学の立場では、Aをどのような方法で理解しようとし、その結果に基づいてどのように理解するかを示すことであった。つまり、広義ではあるが、コンサルテーションの立場をとったことになる。コンサルテーションは一般に「相談、協議、診断」という意味が辞書では与えられている。しかし、心理学の分野(特にコミュニティ心理学)ではコンサルテーションを「一方をコンサルタン

表2 2010-2011年 シーズン戦績

年	月	大会カテゴリー等	試合数	勝	敗	成績
2010	3	ITF 3 海外	1	0	1	Best 8
	3	ITFF 国内	1	0	1	Best 8
	4	ITF 3 国内	1	0	1	Best 8
	5	ITFS 国内	3	2	1	Best 8
	5	ITF 1 海外	3	2	1	Best 8
	6	ITF 1 海外	3	2	1	2 nd
	9	ITF 3 国内	2	1	1	Best 8
	10	ITF 2 国内	2	1	1	Best 8
	12	他 国内	2	1	1	3 rd
年	月	大会カテゴリー	試合数	勝	敗	成績
2011	3	ITF 3 海外	2	1	1	Best 8
	4	ITF 3 国内	1	0	1	Best 8
	5	ITFS 国内	2	1	1	Best 8
	5	ITF 1 海外	1	0	1	Best16
	6	ITF 1 海外	3	2	1	Best 4
	6	ITF 2 海外	2	1	1	Best 4
	7	ITF 1 海外	2	1	1	Best 8
	7	ITFS 海外	1	0	1	Best16
	9	ITFS 海外	2	1	1	Best16
	9	ITF 2 海外	2	1	1	Best 4
	9	ITF 3 国内	2	2	0	優勝
	10	ITF 2 国内	3	3	0	優勝
	12	他 国内	2	2	0	優勝

※大会カテゴリー：ITFF<ITF 3<ITF 2<ITF 1<ITFS の順に大会レベルが上昇

ト、他方をコンサルティと呼ぶ、異なる領域の専門家の間の相互作用の一つの過程である。そして、コンサルタントがコンサルティに対して、コンサルティの抱えているクライアントの精神衛生に関係した特定の問題をコンサルティの仕事の中でより効果的に解決できるように援助する関係をいう」と定義し、異なる専門家間の関係であることを重視する(山本, 1986)。もちろん今回の場合は、カウンセリングにおけるクライアントは存在せず、特定の問題も精神衛生に関係しているわけではない。その一方で、コーチのCもアスリートのAもそして筆者らも異なる専門家であり、コーチのCとアスリートのAが特定の問題をそれぞれの仕事の中でより効果的に解決できるように援助する関係である点は一致すると考えられる。したがって、山本が言うように、カウンセリングのように、コンサルティ自身の心の内面の変化を目指すのではなく、また、コーチの代わりにアスリートのメンタル面をトレーニングするのでもなく、むしろ、コンサルティがこれまでに培ってきた専門性や価値観を尊重し、コーチの専門性を侵すことなく一定の距離を保ちながら、人間の心理学的理解の方法の共有を図った。

具体的には、Cが「メンタル面」という抽象的(一面的)な言葉で捉えていたものに対し、「心理的競技能力」という心理学的な多面的な見方を紹介した。Cの自分自身の経験に基づくAに対する感覚や直観に対し、面接法

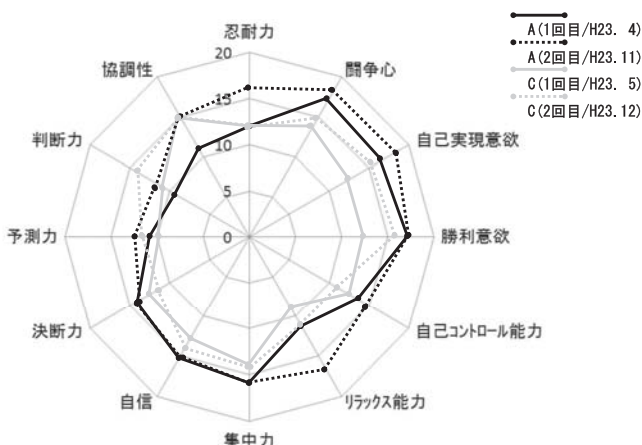


図6 サポート開始1年後の定例会における提示資料 (DIPCA.3)

や検査法（心理検査）という心理学的な研究方法とそれらに基づくAの心理学的理解を提供した。Cがこれまでに観た試合から導き出したAのプレイスタイルに対し、戦績を数量化し分析したAの試合運びの特徴を紹介した。

#3では、#1・2で見られたようなDIPCA.3の結果に対する「違和感」の表明はなく、また、約1年後の段階でも当初のような「メンタル（面）」についての要望は語られなかった。これらのことにはAの戦績の上昇等の要因も大に関係していることは否定できない。しかし、Cの「違和感」や「メンタル（面）」の捉え方に変化が生じた結果であるとも考えることもできる。「違和感」や「メンタル面」の問題がなくなったという単純な見方もできるが、違和感や問題があったとしても、それを含めて全体的として多面的にAを理解した結果であったり、その違和感や問題を指導に活用しようという視点や見通しが加わった結果であったりする可能性等も考えられる。また、戦績を分析した資料を見て「このように振り返ると、試合の持って行き方のパターンが分かる」という報告があり、データとともに振り返ることの重要性についての言及も見られた。従って、今回のようなCのニーズに対しては、コンサルテーションの立場を意識して援助を行うことが有効であることを示唆しているものとも考えられよう。

2. DIPCA.3の活用

今回のCに対するサポートにおいてはDIPCA.3の活用が重要な役割を果たした。活用のユニークな点は2点挙げられる。1点目は本来アスリートが自分の心理的競技能力を自己評定する形式のDIPCA.3をコーチがアスリートの心理的競技能力を他者評定する形式で実施したことであり、2点目はアスリートとコーチの両者のDIPCA.3の結果を基に筆者らを加えた三者によるミーティングを行ったことである。

①コーチが選手を他者評価したこと：心理検査を活用するためには、その検査について理解を深めることが不可欠である。理解が浅いと、プロフィール上の数値だけが一人歩きしてしまい適切な援助につながらない。今回利用したDIPCA.3は心理検査の中でも質問紙法に分類されるものである。従って、「リラックス能力」等の各特性（尺度）の評価は、試合における心理的なことの頻度を自分で主観的に判断した結果にすぎない。しかし、結果をプロフィールとして数値で表されてしまうと、あたかもその特性が被検査者にそれだけ備わっているかのように判断されてしまいやすい。従って、そのような危険性を回避するためには各特性について、どのように定義され、どのような項目があり、どのように評定すればどの程度の判定になるか、そして、質問紙によって測られ

ていることは何で測られていないことは何であるかを知ることが重要である。すなわち、心理検査の形式や構造を理解し、効用と限界を知った上で活用することが必要である。しかし、これらのことを限られた時間の中で、説明だけで伝えるのは難しい。そのため、今回はテストの内容や形式について理解を深めるために、質問項目を検討し、Cの了解を得て、Aを他者評価する形式でCに回答を求めた。C自身について自己評価をしてもらうことも考えたが、現役を引退して約20年が経過しており、現職はコーチであるため断念した。そこで、DIPCA.3を紹介し心理的競技能力が多面的なものであることを知ってもらうだけではなく、DIPCA.3を使ってAの心理的競技能力を多面的に評価してもらうこともCにとって有意義であると考え、このような方法をあえて取った。CがAの「メンタル面」が気になると言っても、心理的競技能力の全ての尺度について同じように気になっているとは考えにくい。DIPCA.3を他者評価してみることは、心理的競技能力の諸側面を知るだけではなく、それらの中のどの面をC自身がAの「メンタル面」として気にしているかを明確に知ることができると同時に、その他の面をAのポジティブな心理的競技能力として評価し、Aの「メンタル面」を「心理的競技能力」という枠で再評価することができるという利点があったのではないだろうか。変則的なDIPCA.3への回答の要請に対して、Cが強い関心を持って協力的に取り組んだ様子が伺われたことは、そのことの表れではないかと考えられる。

②三者ミーティングにおける活用：Cに対するコンサルテーションの#2として、Aを加えて行った三者ミーティングは、CとAの、「メンタル面」の課題を共有するとともに、「メンタル面」の評価の際の両者の視点のズレを相互に認識する絶好の機会となった。その中でも「勝利意欲」について、質問項目の文言どおり「勝ちへの思い」の有無を評価しているAに対し、「勝ちへの思い」の有無だけではなく「その思いがプレイ面にもあらわれていること」の両面から評価しているCの視点のズレが明らかになった。前述したとおりDIPCA.3は質問紙法の心理検査であるため、結果はアスリートの主観的評価に基づくものである。従って、結果の分析においては、各尺度の得点の高低だけではなく、評価の適切性も重要となる。すなわち、主観的な評価やその変化が、主観的な変化のみに留まっているのかどうかを常に検証する視点が必要となる。また、ズレが明らかになったことは決してマイナスではなく、プラスとして捉えることができると考えられる。ズレが明らかになるということは、CがAの評価の視点を知ることである。これによって、Cは理解しがたい面もあった、これまでのAの言動を再評価することが可能となり、Aに対する理解を深めたのではないだろうか。また、ズレが明らかになるとい

うことは、Cの評価の視点をAに伝えることでもある。これによって、Cは、Aに対して「練習や試合を自己評価する際の視点を与え、多面的な理解を促す」というコーチの務めの一つを果たすことができ、さらにそのことによる安堵感を得ることができたのではないだろうか。

また、心理的競技能力についてだけでなく、Aのプレイスタイルについてまでディスカッションがおよび、#1でAを「人の意見を聞かない」と評価していたCが、Aを再評価する機会となった。すなわち、「正直に言うと、『直した方がいい』という人と『そのままでもいい』という人がいてどうしていいかわからない」というAの発言より、Aは「人の意見を聞かない」わけではなく、複数の人の意見（情報）を得て、これまでの試合経験を踏まえて検討を行っている最中であったことが明らかになった。これによって、Cは自分のアドバイスが、車いすテニスのコーチという専門家の意見（情報）の一つとして、トップ・アスリートのAに受け止められていたことを認識し、コーチの務めを果たせていたのだという安堵感を得るとともに、自分の指導（アドバイス等）の適切性についての自信も深めることができたのではないだろうか。一方Aは、車いすテニスのアスリートという専門家として、自分の責任において、極めて真摯に課題と向き合っていたと言えよう。前述したように、アスリートとコーチは厳密に言えば専門性の異なる専門家同士である。コーチもまた、アスリートにとってはコンサルタントであり、最終決定はコンサルティであるアスリートが行わなければならない。特に、車いすテニスのような個人競技であればなおさらである。これらのことを再認識することになったため、両者にとって大変有意義なミーティングとなったのではないだろうか。

内田（2012）がトップアスリートであってもアスリート個人としては心理サポートが根付いていない我が国の現状を指摘するように、コーチがアスリートにメンタル面を指摘することはコーチに課せられた使命ではあるが、センシティブな難題である。本事例において、顔合わせ時の筆者らと両者とのやりとりにおいてCが「メンタル面」を強調するとAの笑顔が消え表情が硬くなる様子が観察されたことはそのことを如実に表していた。今回、一般的にも困難性が高いと考えられるアスリートのメンタル面を、三者ミーティングにおいて取り上げることができた要因として以下の3点を挙げる。

1点目は、DIPCA.3をミーティングの柱としたことである。すなわち、ミーティングでは「Cの考えるAのメンタル面の課題」がそのまま取り上げられるのではなく、「心理的競技能力」という共通の枠が設けられ、その中でディスカッションが進められたことである。このようにDIPCA.3を柱とすることにより、Aにとっては「指摘される内容を想定できない（何を言われるかわか

らない）不安な状況」ではなくなり、Cにとっては「必要以上にメンタル面を指摘し、Aおよび両者の関係を傷つけすぎてしまいAに対して不利益を生じさせてしまうことを恐れる状況」ではなくなったと考えられる。

2点目は、1点目と大きく関連することであるが、DIPCA.3の実施と活用について筆者らがインフォームド Consentを重視したことである。すなわち、Aに対しては、DIPCA.3の導入の際に検査の内容と活用の計画を説明し、導入後も実施の度に結果をCに提示する許可を得るようにし、Cに対しても同様に、導入の際に検査の形式や内容および活用の計画（変則的な使用であること、結果をAに提示すること、結果を基にミーティングを設けること）を説明し、十分な理解と納得を得た後に実施し、実施後も再度確認を行ったことである。このようにインフォームド Consentを得る手続きを徹底したことによって、両者とも、検査結果が双方に伝わり、それらを基にミーティングが行われることを十分に理解し納得して、DIPCA.3に回答することができたと考えられる。もちろんそのことが、DIPCA.3の評価に影響を与えた可能性を考慮しなければならないが、例えば影響があっても三者ミーティングが行われるため、問題は少ないと考えられる。

3点目は、既述の二点と大きく関連することであるが、車いすテニスのアスリートであるAとも、車いすテニスのコーチであるCとも異なる専門性（心理学、臨床心理学）を有する筆者らが、ミーティングに同席したことである。このことによって、単に第三者がニュートラルな立場でミーティングに存在するというだけではなく、臨床心理学（臨床心理面接や臨床心理査定）の専門家が「心理検査の結果の理解やミーティングの展開において、必要に応じて適切な介入が可能な姿勢」でミーティングに参加していることが伝わり、両者はそれぞれの考えを自由に述べ合うことができたのではないだろうか。

このような三重の安全枠があったため、それらに守られ、Cは自分の思いを十分に表明することができたと考えられる。さらに、ミーティングの前半に、両者にその経験（三重の安全枠内における自由）があったために、DIPCA.3に加えてプレイスタイルについても取り上げることができたのではないだろうか。

V. まとめ

車いすテニスでパラリンピック出場を目指すトップアスリートのコーチに対する心理サポートを、車いすテニスのコーチという専門家に対して、臨床心理学の専門家として情報提供を行うコンサルテーションの立場で、心理的競技能力診断検査（DIPCA.3）を活用して行った。サポートの経過を検討した結果、コンサルテーションの

立場で援助を行うことの重要性が示唆された。特に、車いすテニスのような個人競技種目で、公的支援がまだ不十分なためコーチレッスンの時間が限られている場合には、コーチの代わりにアスリートのメンタル面をトレーニングするのではなく、コーチの専門性を侵すことなく一定の距離を保ちながら、心理学および臨床心理学の専門知識や技術を提供するというスタンスで援助を行うことが有効であることが示唆された。また、アスリートの自己評価形式で行う DIPCA.3 をコーチの他者評価形式で活用したことは、DIPCA.3 の変則的な使用だとして批判はあろうがユニークな方法であると考ええる。アスリートの心理的競技能力をコーチが評価し、目に見える形にすることも重要であり、質問紙およびその利用法についての開発も必要であろう。

<付 記>

本論文でまとめた取り組みは、西九州大学の健康福祉教育研究（平成23年度、24年度）の助成を受けて実施したものである。本研究の対象となったコーチと選手には、多大なご協力と貴重な学びの機会をいただきました。深く感謝致します。

注

1 西九州大学パラリンピックサポートプロジェクト (NPSP)

NPSP は、スポーツ選手の日常の健康管理から競技力向上のための科学的サポートを実施することを目的に平成22年3月に組織されたものである。本プロジェクトでは、西九州大学の教職員を中心メンバーとし、「メディカルチェック・健康管理部門」「栄養管理部門」「運動能力評価部門」「運動機能評価部門」「心理学的・社会的調査部門」「トレーニング管理部門」の各部門から、スポーツ選手に対してパフォーマンス向上への助言をおこなっている（石橋，2013）。

参考文献

- 遠藤俊郎（2006）「競技スポーツからみたこころの強化」，*体育の科学*，56(6)，437-442
- 石橋弘人（2013）「パラリンピック出場の夢をかなえてやりたい。一人の青年の夢を実現しようと15人のプロが立ち上がった。」，*ノーマライゼーション障害者の福祉*，6月号，61-63
- 石井源信（2007）「コーチングの最新心理学」，*体育の科学*，57(2)，84-89
- 北村勝朗（2012）「トップアスリートを指導するコーチ

- の心理」，*体育の科学*，62(8)，581-585
- 公益財団法人日本障害者スポーツ協会（2012）「平成24年度 事業報告」
- 西村麻希・花田利郎（2012）「2011年度活動報告（心理）」，『NPSP2011年度活動報告書』
- 徳永幹雄・橋本公雄（2000）「心理的競技能力診断検査（DIPCA.3）」，*トーヨーフィジカル*
- 内田若希・橋本公雄・竹中晃二・荒井弘和・岡浩一朗（2003）「男子車いすスポーツ競技選手の心理的競技能力に関わる要因」，*障害者スポーツ科学*，1(1)，49-56
- 内田若希・平木貴子・橋本公雄・徳永幹雄・山崎将幸（2007）「車いす陸上選手の心理的競技能力向上に向けたメンタルトレーニングに関する研究」，*障害者スポーツ科学*，5(1)，41-49
- 内田若希（2012）「パラリンピック選手に対する心理サポート」，*体育の科学*，62(8)，576-580
- 植田実（2006）「テニスにおけるコーチ学の敬意と展望」，*びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要*，3，15-21
- 山本和郎（1986）「コミュニティ心理学—地域臨床の理論と実践—」，東京大学出版会

2010-2011

[illegible]

2011シーズンは多くの試合をよくこなした。
→ 試合数 18→30 / 大会数 9→13
2011シーズンはチャレンジングなシーズンであった。
→ トップおよび上位選手との試合数 3→7
2011シーズンはトップおよび上位との試合が多い中、勝率が良くなった。
→ 勝率 0.500→0.600
中位および下位相手の取りこぼしが減少した。
→ 中位相手の勝率 0.625→0.714 / 下位相手の勝率 0.429→0.889
1stセットを落とさなくなった。
→ 1stセット負け率 0.444→0.533 / 中下位に限りば0.467→0.65

※トップおよび上位の壁は、やはりとてつもなく厚く高い
→ トップおよび上位選手との勝敗(2年間) 1勝9敗
※1stセットを取ると、中位および下位には負けなし
→ 2010シーズン:7戦6勝1敗/2011シーズン:15戦全勝
※1stセットを取られると、相手に聞かわず、ズルズルいってしまうか、
スタミナ切れになってしまいうことが多い
→ 中位・下位の場合…2010シーズン:2勝6敗/2011シーズン:3勝5敗
※1stセットを取ると、上位と2ndセットまで競った展開に持ち込める。
→ 1stセットを取らないと、トップや上位とは試合にならない。

※1stセットを取ることの重要性
 ※1stセットを取られた時の、気持の切り替えの重要性
 1stセットを取られた後のズルズルになってしまう傾向は、改善の兆しが見られる。
 1stセットを取られた後のズルズルになってしまう傾向は、改善の余地は大いにある。