

受傷した選手のソーシャル・サポートと
受傷時の心理状態の認知構造との関連について

高野 洋平 栗木一博

キーワード：受傷時の心理, ソーシャル・サポート, 認知構造

The Study of the Structure of Cognition of Injured Athletes afforded with Social Support

Yohei Takano Kazuhiro Awaki

Abstract

The purpose of this study was to reveal the interrelation between social support for the injured athlete and his cognitive structure. Subjects were 165 university athletes who had experience of injury. We identified cognitive structure of injured athletes by using the scale of injury to investigate the cognitive structure and Athletic Social Support Scale (ASSS), Athletic Burnout Inventory (ABI), and Psychological Distance Map (PDM). In this study, we suggested 44 items as the scales of injury to investigate the cognitive structure, we did factor analysis to reveal the main cognitive structure: the first factor (F1) was image for return to a game, F2 negative attitude, F3 anxiety and skeptic, F4 stress from the team, F5 positive attitude. We analyzed the relationship between the five factors and ASSS, ABI or PDM. As a result, state of mind at the time of injury and ASSS, ABI, PDM showed significant correlation. This result showed that social support influenced state of mind at the time of injury. Social support showed not only positive effect but also negative effect. We need to give social support and individualized methods of providing social support.

Key words : state of mind at the time of injury, social support, cognitive structure

I. はじめに

① ソーシャル・サポートの定義

ソーシャル・サポート(Social Support; 以下「SS」とする)の研究は、ストレスを扱う心理学関連の領域で強調され、特にストレスと精神的健康に関連のあるものとして、看護学分野においていち早く取り入れられ、その重要性が強調されている。SSは、「ある人を取り巻く重要な他者(家族・友人・同僚・専門家など)から得られる様々な形の援助」(久田, 1987)とされているが、それは多義的なものであり、嶋, (1990)は「他者との関わりの中で得られる、有形・無形の援助」と定義している。

② SSの機能

SSの具体的な機能としては、情緒的SSと道具的SSに大別されることが多い。「情緒的SSとは、社会的資源を含めた当該個人のストレス対処能力を高く評価するように機能し、道具的SSは当該個人の適応的な対処行動を促進する機能」(土屋・中込, 1994)ということが挙げられる。ストレスの脅威に対する評価は情緒的なSSと関連している。例えばスポーツ場面では、コーチやチームメイトからの理解や援助を得ることでストレスの脅威を減らすことができる。ストレスへの対処行動では、道具的SSを得ることで、問題解決などの対処行動を促進することが考えられる。

③ ストレスに関する事柄

ストレスの緩衝要因として、対処資源が存在する。対処資源とは、個人に生じた問題やライフ・ストレスなどに対処する場合に役立つ多種多様な行動や社会的ネットワークのこと(Billings & Moos, 1981)を示している。構成要因としては、SSのような社会環境的要因から感情制御能力のような個人的要因までの様々なものが考えられる。優れた対処資源を持っている者と持っていない者を比較し

たところ、優れた対処資源を持っている者は、健康問題に直面することが少ないということが報告されている(Billings & Moos, 1981)。上記でも述べたように、SSは対処資源の一つであることが示され、これがストレスの緩衝要因となる。Hardyら(1991)は、男性選手において、SSの提供者数、つまり、SSの人数やSSに対する満足度が低下することで、傷害発生頻度が高くなると報告している。Petrie(1993a)もまた、控え選手においては、緩衝効果は見られなかったが、レギュラー選手において、SSの満足度が高いほど受傷の程度が軽いといったストレス緩衝効果を発見した。

④ SSとストレス

Cohen&Wills(1985)の提唱するストレス緩衝仮説(Buffering Hypothesis)を基盤にし、SSがストレスの緩衝材として機能することで、個人の健康の維持・増進に効果があることを実証している(宗像・椎名, 1986; Russell, et al; 田尾, 1987; 浦, 1991)。土屋・中込(1994)はSSが競技ストレスの悪影響を緩和し、その結果、SSがバーンアウトに対して抑制効果をもつと報告している。

⑤ SSの研究について

体育・スポーツ領域においてSSに関する先行研究に着目すると、土屋・中込(1994, 1996)は、選手の燃え尽き(Burnout; 以下「バーンアウト」とする)予防の観点からSSに着目し、基礎資料の収集を行っている。また、バーンアウトの研究のほかに、運動部活動に対する適応感に与える影響や競技不安などが挙げることができる。土屋・中込(1995)は運動部活動に対する適応感形成に与える影響を検討したところ、男性競技者は部の仲間からの直接のSSが適応感を促進するのに対し、女性競技者では、指導者やコーチに対する心理的接近度を介して適応感を促進させている

ことを示した。また、負傷の発生ならびに負傷後のリハビリテーションへの専心度についての研究をまとめると、SS が生活ストレスやリハビリテーションへの悪影響を緩和し、結果として負傷の発生(頻度)を防ぐと理解されている(Rider & Hicks, 1995)が、これには反論する論文もあり、頻度より負傷の重症度と関連するという主張もある(Hanson, et al, 1992)。これ以外にもリハビリの継続に焦点を当てた研究では、Nixon(1994)は負傷選手に対してトレーナーからの情緒的・道具的な SS の提供が必要であると主張していることや SS の提供が負傷選手に SS の満足度を高め、リハビリテーションへの意欲へと変わるとの報告も挙げられる (Ievla & Orlick, 1991)。

⑥ 競技者と SS の関連性

受傷した場合、リハビリテーションにおいて、怪我を受容することが望ましく(中込ら, 1994)、そして、怪我に関して情緒的コントロールをすることが重要となってくる(MacDonald et al, 1990)。これはリハビリテーションにおいて、極めて重要な要因とされている。そのため、SS の重要性を認識し、SS を提供することで、リハビリテーションへの意欲を促すことができると考えられる。

II. 目的

ソーシャル・サポートには様々な効果がある。事例として、バーンアウトの抑制効果やリハビリテーションへの意欲の喚起などが挙げられる。また、ストレスの緩衝効果によって良好な SS が心身の健康・維持につながるということが先行研究から明らかにされている(土屋・中込, 1994; 土屋・桂・中込: 1995)。以上のことから、SS の状態が受傷時の心理状態に対してポジティブな影響、つまりストレスへの影響を緩和することによりバーンアウトの抑制や不適切な対処行動の抑制をする

ことで早期復帰への意欲に影響を与えていることが考えられる。

そこで本研究では、受傷時の心理状態に影響を与えている認知構造を明らかにし、その要因と SS、ストレスとの関連性を明らかにする。

III. 方法

1. 調査対象と調査期間

S 大学体育会運動部に所属する受傷経験のある運動選手 165 名(性別、学年の構成を Table 1 に示す)を対象に平成 22 年 4 月下旬～7 月中旬にかけて部活動ごとに質問紙調査を実施した。配布方法としては、部活動ごとに筆者からの説明ののち、その場で回答を行い、回収した。ソーシャル・サポート尺度、バーンアウト尺度、運動部員用心理的距離地図については受傷する前の状態を回想しながら記入してもらった。

Table 1 学年ごとによる男女の人数

	1年	2年	3年	4年
男	37	26	34	15
女	15	6	13	16

2. 質問紙の構成

1) 受傷に対する認知構造を調査するための尺度

この尺度は、ネガティブな要素を含んだ言葉とポジティブな要素を含んだ言葉を織り交ぜながら筆者が作成した。またこれらの要素には身体的な要素を含んだ内容や心理的な要素を含んだ内容のものも織り交ぜてある。この調査は競技を行っていた中で最も重症な怪我をした際の心理状態に関連する 44 項目について「当てはまらない」から「とても当てはまる」までの 4 段階評定法を用い回答する形式である。

2) 競技者用ソーシャル・サポート尺度

土屋・中込 (1994) が開発した「競技者用ソーシャル・サポート尺度」(Athletic Social

Suppot Scale 以下 ASSS とする) を使用した。この尺度は24項目で構成され、4つの因子によって分類されている。この4因子は「親愛サポート」因子(9項目)、「娯楽サポート」因子(6項目)、「自尊サポート」因子(4項目)、「指導サポート」因子(5項目)である。

3) バーンアウト尺度

岸ら(1988)によって開発された「運動選手のバーンアウト尺度」(Athletic Burnout Inventory: 以下 ABI と略す)は19項目から構成され、4因子によって分類されている。4因子はそれぞれ「競技に対する情緒的消耗感」因子(8項目)、「個人的成就感の低下」因子(5項目)、「チームメイトとのコミュニケーションの欠如」因子(3項目)、「競技への自己投入の混乱」因子(3項目)である。

4) 運動部員用心理的距離地図

Wapner(1978)のPDM(Psychological Distance Map)をもとに、桂・中込(1990)が開発した「運動部員用心理的距離地図修正版(以下PDMとする)を使用した。この調査では、白地図中央に自分を示す印が記されており、①「家族(父親・母親・兄弟・姉妹を含む)」、②「現在の部の仲間(先輩・後輩を含む)」(以下「部員」とする)、③「現在の部の指導者(監督・コーチなど)」(以下「指導者」とする)、④「大学入学後、知り合った所属部以外の人」(以下「入学後知人」とする)、⑤「大学入学以前からの知り合い」(以下「入学前知人」とする)、⑥「所属部に帯同している競技部活動のサポートを行っている人」(以下「トレーナー」とする)の各属性にあたる重要な他者1名を、身近に感じている程度が高いほど、自分の近くに○印で記入させる形式の調査用紙である。PDMの測定方法として、PDMに示された人物と自分を示す印との距離をミリ単位で測定し、その実測値の逆数を100倍することで心理的接近度を求めた

3. 分析方法

まず、受傷に対する認知構造を調査するための尺度を明確にするために因子分析を行い、5因子に分類した。また、ASSS、ABIは質問項目を既存の4因子に振り分け、得点を算出し、PDMは距離を得点化した。受傷時の状態を表した5因子において、性差による比較を行うため独立したサンプルのt検定を行い、この他にレギュラー間、学年による比較も検討もしたため、一元配置分散分析を実施した。受傷時の状態を表した5因子はSSと相関が考えられるため、これらの5因子を性差、レギュラー間を用いて、ASSS、ABIとのPearsonの相関分析を行い、PDMに関しては各属性とのPearsonの相関係数を算出した。

IV. 結果

1. 受傷に対する認知構造を調査するための尺度の因子分析

受傷に対する認知構造を調査するための尺度の44項目に対して因子分析を行った。因子抽出方法として主成分分析で実施し、バリマックス回転で解析した。因子数はスクリープロットで判断し、5因子を抽出した(以下受傷時の状態を表した5因子とする)。「復帰イメージ」因子、「ネガティブ」因子、「不安・懐疑心」因子、「チームストレス」因子、「ポジティブ」因子の5因子である。

2. 性差における受傷時の状態を表した5因子とSSの関連

男子は「ポジティブ」因子を除いた他の因子では相関が見られたことが示された。それに対し、女子はすべての因子とSSの相関が見られなかった。男子・女子ともに「ポジティブ」因子とSSとの相関に有意差は示されなかった。つまり、「ポジティブ」因子とSSには関連性がないことが認められた。男子の「復帰イメージ」因子と「チームストレス」因子は、SSの4因子すべてにおいて相関が

認められた。特に、「チームストレス」因子とSSの「親愛サポート」因子において、中程度の正の相関が見られたことが分かった($r=0.446, p<0.01$)。「親愛サポート」因子のように性格や立場を理解し、激励するといった情緒面での援助機能を有する因子は「復帰イメージ」因子($r=0.368, p<0.01$)、「不安・懐疑心」因子($r=0.338, p<0.01$)、「ネガティブ因子」($r=0.229, p<0.01$)において正の相関があることが示された。「親愛サポート」因子と同様の傾向が表れているのが、「自尊サポート」因子であり、「自尊サポート」因子と「チームストレス」因子($r=0.371, p<0.01$)、「復帰イメージ」因子($r=0.279, p<0.01$)、「ネガティブ」因子($r=0.246, p<0.01$)が挙げられ、これらに関しても受傷時の心理状態に影響を与えているとわかる。「自尊サポート」因子はチームの一員として、尊重されているといった、自己認知に働きかける機能を有していると定義されているため、「チームストレス」因子とSSの関連において相関が高く出ていることがわかる。

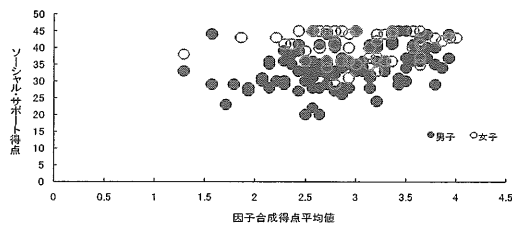


Fig.1 復帰イメージ因子と親愛サポートの相関

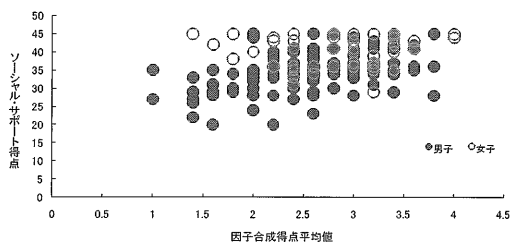


Fig.2 チームストレス因子と親愛サポートの相関

3. レギュラー間における受傷時の心理状態を表した5因子とSSの関連

レギュラーは娯楽サポート因子を除いたサポートで正の相関があり、準レギュラーにおいては「娯楽サポート」と「復帰イメージ」

因子とで中程度の正の相関が認められ($r=0.462, p<0.5$)、また、これ以外にも「復帰イメージ」因子と「自尊サポート」因子($r=0.451, p<0.5$)、「不安・懐疑心」因子と「自尊サポート」因子($r=0.470, p<0.5$)との関連で中程度の相関が認められた。準レギュラーは「親愛サポート」因子、「指導サポート」因子には相関がないが、レギュラーやレギュラー外よりも高い相関があることが示された。レギュラー外において、「親愛サポート」因子との相関があることがわかり、特に「チームストレス」因子との相関が高いことが示されている($r=0.438, p<0.01$)。

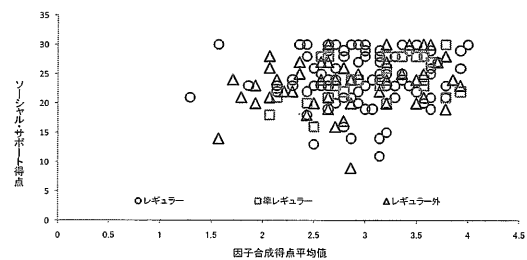


Fig.3 レギュラー間による復帰イメージ因子と娯楽サポートの相関

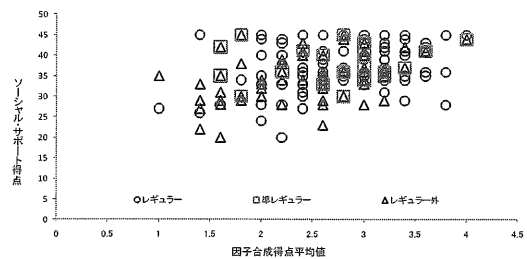


Fig.4 レギュラー間によるチームストレス因子と親愛サポートの相関

4. 性差における受傷時の心理状態を表した5因子とバーンアウト尺度の関連

男子に比べ、女子の方が相関は高い傾向にあった。男子において、最も相関が高いものとして、「復帰イメージ」因子と「競技への自己投入の混乱」因子($r=-0.344, p<0.01$)が挙げられ、女子においては「復帰イメージ」因子と「消耗感」因子($r=-0.423, p<0.01$)であった。性差で共通する負の相関として「消耗感」因子が挙げられ、「消耗感」因子の得点が低ければ低いほど、「復帰イメージ」因子に与える影響があるということである。受傷時にバーン

アウト尺度の得点を減らすことが、受傷時の「復帰イメージ」の心理状態を上げることがわかった。

5. レギュラー間における受傷時の心理状態を表した5因子とバーンアウト尺度の関連

レギュラー間において、レギュラーは、2つの相関が見られ、「復帰イメージ」因子と「消耗感」因子($r=-0.260, p<0.5$)、「チームメイトとのコミュニケーションの欠如」因子($r=0.223, p<0.5$)、準レギュラーは「ネガティブ」因子と「個人的成熟感の低下」因子($r=0.421, p<0.5$)、レギュラー外では「復帰イメージ」因子と「競技への自己投入の混乱」因子($r=-0.300, p<0.5$)の1つの相関が見られた。

6. 性差における受傷時の心理状態を表した5因子とPDMの関連

男子において、「ネガティブ」因子とPDM「家族」属性($r=0.208, p<0.5$)、「入学前知人」属性($r=0.207, p<0.5$)で低い正の相関が示された。また、「チームストレス」因子とPDM「指導者」($r=0.250, p<0.01$)、PDM「トレーナー」属性($r=0.313, p<0.01$)において低い正の相関が示された。

7. レギュラー間における受傷時の心理状態を表した5因子とPDMの関連

レギュラーは「チームストレス」因子とPDMの「トレーナー」属性と($r=0.368, p<0.01$)正の相関があり、準レギュラーにおいては、PDMの「入学前知人」属性と受傷時の心理状態を表した因子の関連が高く「復帰イメージ」因子($r=-5.50, p<0.1$)、「不安・懐疑心」因子($r=-0.505, p<0.5$)、「チームストレス」因子($r=-0.488, p<0.5$)の3因子で、中程度の負の相関が認められた。レギュラー外では、PDMの「家族」属性の関連が

高く、「ネガティブ」因子($r=0.346, p<0.5$)、「不安・懐疑心」因子($r=0.366, p<0.5$)、「チームストレス」因子($r=0.295, p<0.5$)において、低い正の相関が認められた。

Table 2 受傷時の状態を表した5因子と心理的接近度との相関 (レギュラー間の比較)

	家族	部長	指導者	入学後知人	入学前知人	トレーナー
レギュラー (n=50)	復帰イメージ	.105	.031	.165	.105	.077
	ネガティブ	.115	.041	.097	.013	.173
	不安・懐疑心	.023	.096	.183	.290 *	.111
	チームストレス	.033	.006	.209 *	.043	-.010
	ポジティブ	-.077	-.019	-.032	.074	-.078
準レギュラー (n=24)	復帰イメージ	-.190	-.049	-.471 *	-.159	-.359 *
	ネガティブ	.051	.024	-.215	.263	-.261
	不安・懐疑心	-.100	.023	-.311	.040	-.490 *
	チームストレス	-.040	-.252	-.350	.194	-.483 *
	ポジティブ	-.017	.131	.156	.389 *	-.001
レギュラー外 (n=48)	復帰イメージ	.193	.101	.159	.151	.165
	ネガティブ	.246 *	.106	.039	.237	-.015
	不安・懐疑心	.266 *	.132	.105	.049	.181
	チームストレス	.255 *	.170	.303 *	.151	.211
	ポジティブ	-.114	-.088	.037	-.070	.079

Fig.001, pg.0/5

V. 考察

1) 受傷時の心理状態とSSとの関連性

SSが受傷時の心理に影響を与えたものとして、SSの親愛サポートが影響を与えたのではないかと考える。このサポートは情緒的なサポートとされ、受傷時の心理状態にポジティブな影響を与えた。また、ネガティブな影響も与えたことが示された。SSの情緒的サポートは受傷時の心理状態に、二つの影響を与えることから、個人に対する情緒的サポートを与えることで受傷時のネガティブな影響を減少させられることが考えられる。なぜなら Thoits, P.A. (1992)は、SSを与えるにあたり個々に当てはまるSSを与えることがSSのマッチング(合致度)の効果を決定づける大きな要因となると報告している。また、マッチングしないものはポジティブな影響が認められないということが報告されている(Cutrona & Russel, 1990)ことから、適合するSSを見つけることが重要となってくる。

2) 受傷時の心理状態とバーンアウトの関連性

受傷時の心理状態の「復帰イメージ」因子とバーンアウトは負の相関がみられたため、バーンアウトを抑制するSSの重要性が示さ

れたといえる。これは先行研究においても報告されているように、SS がストレスに対する影響を緩和することで抑制効果を発揮すると土屋・中込(1994)は述べている。また、Cohen&Wills(1985)の提唱するストレス緩衝仮説(Buffering hypothesis)に基づくと、「SS がストレスの悪影響を緩和し、問題解決への主体的取り組みを促す」ということが考えられるため、受傷時の心理状態というのはストレスによって変化するものと考えることができる。このことから、バーンアウト尺度と受傷時の心理状態は SS に関連しているといえる。

3) 受傷時の心理状態と PDM の関連性

受傷時の心理状態と PDM では、性差において相関がほぼみられなかった。このことから、性差と PDM との関連はあまりないと考えられる。だが、レギュラー間において、準レギュラーは「入学前知人」と、レギュラー外では「家族」とのある特定の PDM の属性で相関がみられた。準レギュラーは「入学前知人」からの SS を受けていると認知していることから PDM の距離が近づいたと考えられる。それに対し、レギュラー外と「家族」の相関において、レギュラー外は「家族」からの SS を認知していないと考えられるため、PDM の距離が遠くなったと考えられる。SS の先行研究(例えば桂・中込,1994)によると、SS と PDM において男性は現在の部の仲間、女性では現在の指導者との相関がみられた。本研究においても SS の送り手としての影響が受傷時の心理に影響を与えたと考えられる。Thoits, P.A.(1992)は、SS の提供者として、彼らを与える影響は大きいと、SS のマッチング(合致度)は、効果を決定づける大きな要因となると述べていると報告されていることから、受傷時の心理状態に関連している人物は SS の提供方法を変えることで受傷時の心理状態にポジティブな影響を与えられる可

能性があると考えられる。

VI. まとめ

本研究において、受傷時の心理状態と SS の相関が認められたことにより、SS は受傷時の心理に影響を与えることを明らかにした。また、認知構造を明らかにするために、バーンアウトや PDM との相関についても分析を行い、相関が認められたため、SS は受傷時の心理状態において影響を及ぼすことを示した。これはポジティブな影響を与えるだけでなく、ネガティブな影響を与えた事も示したため、SS の提供方法や個々に合わせた SS を提供する必要がある。

VII. 文献

- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981) : The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events, *Journal of Behavioral Medicine*, 4 : 139-157
- Cohen, J., & Will, T.A. (1985) Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98 : 310-357
- Hanson, S.J., McCullagh, P, and Tonymon, P (1992) : The relationship of personality characteristics, life stress, and coping resources to athletic injury, *Journal of Sport and Exercise Psychology* 14 : 262-272
- Hardy, C., Richman, J., J.M., & Rosenfeld, L.B. (1991) The role of Social support in the life stress/injury relationship. *The Sport Psychologist*, 5 : 128-139.
- 久田満 (1987) ソーシャルサポートの動向と今後の課題 *看護学研究*, 20 : 170-179
- Ievleva, L., and Orlick, T. (1991) : Mental links to enhanced healing : An exploratory study. *Sport Psychologist*

- 5 : 25-40
- 桂和仁・中込四郎 (1990) : 運動部活動における適応感評定尺度 (ASST) の妥当性の検討, いばらき体育・スポーツ科学, 5 : 13-19
- 桂和仁・中込四郎 (1990) : 運動部活動における適応感を規定する要因, 体育学研究, 35-2 : 173-185
- 岸順治, 中込四郎, 高見和至 (1988) 運動選手のバーンアウト尺度の作成の試み. スポーツ心理学研究, 15-1 ; 54-59.
- McDonald, S. A. & Hardy, C. J. (1990) Affective response patterns of the injured athlete: An exploratory analysis, *The sport Psychologist*, 4 : 261-274.
- 宗像恒次, 椎名淳二 (1986) : 中学教師の燃えつき状態の心理社会的背景, 精神衛生研究, 33 : 129-153
- 中込四郎, 岸順治 (1991) : 運動選手のバーンアウト発生機序に関する事例研究. 体育学研究, 35 : 313-323.
- Nixon, H.L. (1994) : Social pressure, social support, and help seeking for pain and injuries in college sports networks, *Journal of Sport and Social Issues* 18 : 340-355
- 岡浩一郎, 竹中晃二, 児玉昌久 (1995) : スポーツ傷害発生に関わる心理社会的要因, スポーツ心理学研究, 22 : 40-55
- Rider, S.P., and Hicks RA (1995) : Stress, coping, and injuries in male and female high school basketball players, *Perceptual and Motor Skills* 81 : 499-503
- Rotella, R.J. & Heyman, S. R. (1986) Stress, injury, and the psychological rehabilitation of the athletes, In *Applied Sport psychology Personal Growth to peak performance*, J. M., Williams. (ed.), Palo Alto, CA, Mayfield, Pp.343-364
- Russell, D. T., Almaier, E & Velzen. V. D. (1987) : Job-related stress, social support, and burn-out among classroom teachers. *Journal of Applied Psychology*, 72 : 269-274
- 嶋信宏 (1990) : ソーシャル・サポート研究の現状と臨床場面への応用, 東京大学教育学部心理教育相談室紀要, 12 : 63-72
- 辰巳智則, 中込四郎 (1999) : スポーツ選手における怪我の心理的受容に関する研究, スポーツ心理学研究, 26 : 46-57
- Thoits, P.A. (1995) : Stress, coping, and social support processes : Where are you we? What next? *Journal of Health and Social Behavior (Extra Issue)* : 53-79
- 土屋裕睦, 桂和仁, 中込四郎 (1994) : ソーシャル・サポートが大学運動選手の運動部活動に対する適応感形成に与える影響. 筑波大学体育科学系紀要, 18 : 75-83
- 土屋裕睦, 中込四郎 (1994) : 大学運動選手におけるソーシャル・サポートの構成要素とその機能. 筑波大学体育科学系紀要, 17 : 133-141.
- 土屋裕睦, 中込四郎 (1994) : ソーシャル・サポートのバーンアウト抑制効果の検討. スポーツ心理学研究, 21 : 23-31
- 土屋裕睦, 中込四郎 (1996) : サポートタイプと提供者からみた有効なソーシャル・サポートの探求—バーンアウトを規定する競技ストレスの緩衝効果に注目して—, 筑波大学体育科学系紀要, 19 : 27-37
- 土屋裕睦, 中込四郎 (1997) : 体育・スポーツ領域におけるソーシャル・サポート研究の現状と課題, 筑波大学体育科学系紀要, 20 : 71-84