北海道教育大学学術リポジトリ
Hokkaido University of Education Repository
国立大学法人 北海道教育大学
HOKKAIDO UNIVERSITY OF EDUCATION

練習停止期における精神内界の変化：事例M.O.を通して

メタデータ	言語: Japanese
	出版者:
	公開日: 2012-11-07
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 中込, 四郎
	メールアドレス:
	所属:
URL	https://doi.org/10.32150/00002793

北海道教育大学紀要（第2部C）第31巻 第2号
Journal of Hokkaido University of Education (Section II C) Vol. 31, No. 2

March, 1981
昭和56年3月

練習停止期における精神内界の変化
——事例M. O. を通して——

中　込　四　郎
北海道教育大学旭川分校体育学教室

A Preliminary Report on the Changes to the Intra-psychic World during Exercise Interruption
——Through Case M. O.——

Shiro NAKAGOMI
Physical Education Laboratory, Asahigawa College, Hokkaido University of Education, Asahigawa 070

Abstract

The purpose of this study is to examine the features of the change to the intra-psychic world during exercise interruption caused by injuries or disease in athletes. The case subject is M. O., a male college volleyball player aged 21. The Rorschach Test was given twice—once during exercise interruption and once during recovery period—to M. O.. The test was administered and scored according to the method developed by Kataguchi.

As a result, the change occuring in the intra-psychic world during exercise interruption is identified by Rorshach responses, i. e. in exercise interruption period, decrease of R(number of response) and ΣC(chromatic response), slowness and irregularity of R_1T(reaction time), and deterioration of F-L(form level) are found in the Rorshach protocols.

The results seem to suggest that M. O. is in a stase both of deterioration of psychic function and emotional restraint caused by exercise interruption. And, on the other hand, the modified BRS scored(−1→+36) also show that the change of intra-psychic world has occurred in M. O.. This study is the first step for further studies, in which further experiments will be made.

1．はじめに

本来スポーツは，喜び・楽しみ，そして健康のために行われるものであると，多くの人達によって考えられてきている．ところが，より高度化し，競技化されたその世界(競技スポーツ)でスポー

ツにかかわり合っている人達(選手)にとって，スポーツは不安や緊張，そして心身の疲労を経験する場ともなっているようである．小川(1976)[4]も指摘しているように，専門とする個々のスポーツ種目の中で良い成績を納めようとすることは，願望と現実との間に生じるギャップをうめることであり，それはとても辛い自己実現(Self-actualization)の過程と言える．また，長田(1976)[5]は，円谷選手の自殺に対して興味深い考察をしている．「弱い選手の走力は個人のものに過ぎないが，強い走力はかくして個人の意志を離れ，管理されるようになる．…」このように，レクリエーションとしてのスポーツと区別して，競技スポーツの世界の中にはカウンセリング(Counseling)の対象となるような問題が内在されているようである．

コーチ・監督は，ケガや病気等で練習を中断しなければならなくなった選手に対して，次のような内容のガイダンスをすることがある．「個々の種目において激しい練習ができないならば，上体あるいは下肢の補強をしなさい．体を動かすことができないのなら，その間イメージ作りをしなさい．etc」このような指導は，決して誤ったものではない．しかしながら，当事者達は，わかっていてもなかなか行動を起こすことができず，無為に日を送ってしまうことがある．また，Segal, B. E., R. J. Weiss, & R. Sokol(1965)[8]や Pierce, R. A. (1969)[6]が報告しているように，運動選手は一般学生に比べて，心理的な悩みを訴えて治療にやって来ることが少ないといった，心理・社会的特性—例えば，運動選手は，心理臨床家の働きに対して積極的なとらえ方をしていない．また彼等は，情緒的な問題は治りにくいものであると決めつける傾向がある．その他，パーソナリティや認知型等の差異からも説明している．—をもっていることも，さらに問題を複雑にしているようである．

スランプ(Slump)を経験すると，選手達は諸々の心理的変化を訴えてくる．しかしながら，それに関する実証的研究はまだ少ないようである．本研究で報告される，運動選手のケガ・病気等による練習停止の心理的影響についても，あまり手のつけられていない分野と言えそうである．本研究意図とは若干異ったものであるが，Baekland, F. (1970) [1]による報告に注目することができる．そこでは，通常トレーニングを行っている運動者に対し，強制的な運動停止をさせること(Exercise deprivation)が生理・心理的にどんな影響を与えるかを，運動者の睡眠生活を中心として明らかにしている．運動停止によって，睡眠パターン(Sleep patterns)の中に不安反応の増加を検出することができ，さらに質問紙によって，寝つきが悪くなる，性的緊張の増加，そして対人関係への欲求の増加等を確かめている．

本研究は，疾病によって練習の継続を停止せざるを得なくなった一人の運動選手を事例としてとりあげ，ロールシャッハ反応(以下，ロ・反応とする)を手がかりとして，彼の精神内界の変化を明らかにしようとしたものである．言うまでもなく，このロ・反応を分析することによって，人格についての推論をくだすのは，ロールシャッハ・テスト(以下，ロ・テストとする)に用いられる図版のブロットの多様性・あいまいさによって，一つのブロットが，同一個人により，また個人個人によって種々のものに見えてくる．そして被験者が何をどのように見るかが，彼の経験・知識・興味・気分・欲求・価値体系その他の人格機能によって決定されてくるといった事実に基づくものである．

一つのサンプルから得られた知見だけで，ここで取り上げられる問題が片付けられるとは思ってはいない．またさらに，ロ・テストを学ぶ過程にある初学者が，このような報告をすることは冒険的であると言われてもしかたがない．今後さらに一連のケーススタディによる分析を重ねばならないことを踏まえながら，予報としてここに報告するものである．

2．事　例

M. O.　♂　21歳　バレーボール選手

検査施行日：第1回目(練習停止期)—1979年5月19日．5月5，6日の春季リーグ戦を最後に5月7日より練習停止期に入った．M. O. は以前から，バセドウ氏病の疑いありと診断され，いくつかの自覚症状を認めている．検査施行時は，通院を続けている状態で，クラブの練習への参加は中止しており，また専攻の体育実技の授業も見学することが多いようである．昨年度は1年生ながらもスタメンとして出場し，エースアタッカーであった．他の運動種目での授業参加ができなくとも，さほど焦燥感はないが，バレーボールに関しては，できないことに対してかなりショックを受けているようである．

第2回目(回復期)—1980年4月30日．昨年秋頃よりクラブの練習に参加するようになり，今回の検査施行は完全とまではいかないが，練習・試合等にほとんど参加することができる程に回復した時期である．「病気中のことを今思えば，もう過去のこととして…．」と前置きをし，「昨年，チームの成績が比較的良い方であったのに，自分の調子が悪かったのはとても残念であった．」と，M. O. は振り返っている．このように故障中のことを冷静に振り返えることができたのは，安定期に入ったことを物語っているようである．また，2，3のチームメートから「病気前よりも動きに幅ができたようである．」と言われたことを報告している．数日後行われた春季リーグ戦において，M. O. の所属する部は優勝することができた．

ロ・テストの施行法及び記号化は全て片口法[3]に従って筆者によってなされた．テスト施行前に本研究の研究意図の概略について話すと同時に，本検査への協力を要請した．1回目のロ・テスト終了後，次回のテスト実施について説明をした．つまり，第2回目のロ・テスト施行は，故障が治り，以前のように練習できるようになった比較的安定している時期と指定した．したがって，1回目ロ・テスト施行時では，相方共に2回目の日時を知ることができないが，被験者より了解を得ることができた．

両テスト施行間には，約1ケ年の間が生ずることになるわけであるが，本研究でとり上げられる事例 M. O. と筆者の間には，その間カウンセリング的かかわり合いはなかった．

3．結果と考察

上述したように，M. O. に対して2回のロ・テストを施行した．それぞれのロ・反応プロトコル及びスコア比を表にして並記した．これらの表をもとにして考察を進めていくことになるが，その前に付記しておかなければならない若干の問題がある．それは本事例である M. O. とテスターである筆者とが，専攻領域の教官と学生の関係にあったこと，そして，約1ヶ年の間をおいて同一テストを実施したことである．検査状況に対して，この前者のような関係的要素が入り込んでいることは否定できない．また，テストの操り返しによる練習効果や，前回テストの反応の記憶などが影響しているものも事実である．

これらの条件を考慮しながらロ・反応の比較を行わねばならないが，本事例においてそのことがテストとしての公共性と客観性を著しく損傷することには至っていないものと筆者は考えている．

表 I 練習停止期のプロトコル

カードI						
1.	20″	∧	キツネに見えます。なんか目がおかしい。（I段階：怒っている。狙っている目に感じる。）	W,S	FM∓	Ad
2.		∨	インベーダーゲームに出てくるＵＦＯ。 −60″	W	F±	Obj
カードII						
1.	30″	∧	ここがなんとなくカブトガニに見える。	D	F±	A
2.		∧	クマが手を合わせている。	D	FM±, FC	A
3.		∨	白いところがジェット機。赤いところが火をふいているようだ。 −1′25″	S, D	Fm±, CF	Obj
カードIII						
1.	15″	∧	人が何かを二人で持っている。	W	M±	H P
2.		∨	逆に見ると跳び箱を人がとんでいるところ。 −1′35″	W	M±	H
カードVI						
1.	70″	∧	無理してみたら、木の幹。普通のところにある木ではなく、ヨウカイが出そうな所にはえている木のイメージ。（I：ヨウカイデムというマンガに出てくるよう。）	W	F±, FC'	Pl
2.		∧	（一部だけでも良いですか。）エビのしっぽ。 −1′50″	d	F±	Ad
カードV						
1.	25″	∧	羽根があって飛んでいるイメージ。（I：今思いついたのですが、ヨウセイのようなものが飛んでいる。弱々しい飛び方。）	W	M∓	(H)
2.		∨	チョウチョが飛んでいるようにも見える。 −1′05″	W	FM±	A P
カードVI						
1.	90″	∧	（何も見えないです。T：もう少し見て下さい。）ヘビの頭に見えます。	d	F∓	Ad
2.		∧	昆虫のしっぽ。（I：カブト虫のようなものの尻のところ。） −1′40″	d	F±	Ad
カードVII						
1.	50″	∧	何かマンガに出てくるいろいろな顔。下が怒っている。上が笑っている。 −1′35″	D, de	M∓	(Hd)
カードVIII						
1.	50″	<	ヒョウが岩の上から獲物をねらっている感じ。（I：下を向いている感じから獲物をねらっていることを連想する。）	D	FM±	A P
2.		∨	見ようと思ったらチョウチョの羽根に見える。（I：柔らかい感じがする。）	D	FC∓, Fc	Ad
3.		∧	火山、マグマ。地学の教科書にのっている火山の絵に似ている。 −1′50″	D	FC±, m	Lds
カードIX						
1.	35″	∨	火が燃えている感じ。（I：雲が赤くなっている。夕焼けみたい。）	D	mF∓, CF, FK	Fire, Cl
2.		∨	世界地図に見える。上が北半球で下が南半球に見える。（I：グリーンがヨーロッパ、オレンジが南半球。）	D	F∓, Csym	Map
3.		∨	ちょっと極端かもしれないが、グリーンのところが女性の髪に見える。ここが目。） −2′00	D	F±	Hd
カードX						
1.	25″	∧	昆虫がたくさんいるみたい。クモ、カエル。（やっぱり昆虫にしか見えない。） −1′40″	D	F±	A

この第1回目(練習停止期)のプロトコルにおいて注目されることは，R_1T(初発反応時間)が比較的長くムラがあることである．またR(反応数)も正常成人における20～45の範囲に含まれるものの，少ない方といえるようである．さらに，表3には示さなかったが，R_1T(Av. N. C)とR_1T(Av. C. C)との差がやや大きいことにより，"濃淡ショック"(前者の方が大きい)を疑うことができる．このことはCard VIに対してR_1T 1′30″という反応の困難を示し，またその反応内容に「ヘビの頭に見えます」に不快感がうかがわれることより，さらに裏づけることができるようである．M. O. は検査状況に対して，やや防衛的・警戒的な態度でのぞんでいたようであるとも考えられるが，心的機能の低下や情緒的抑制状態を考慮することも必要であろう．

色彩反応の少ないことも本事例の特徴と言えるようである．Rorschach(1921)[7]は，「抑うつ的な気分の変調にある人は，すべて色彩の貧困を示しており，高揚性気分変調の人は，すべて数多くの色彩反応を与える．……情緒が固定しているという特徴をもった被験者は，すべて色彩反応をわずかしかないか，全く示さないなかである.」と述べている．Card VIIIに対して，2つのFCを示したにすぎず，しかも1つは形態水準の低いものであった．M. O. が本来，感受性の乏しい情緒的表現を抑制するようなパーソナリティ傾向の強い人であるかについては，第2回目のロ・反応プロトコル(FC：8，CF：2.5)との比較によってわかることである．運動反応の内容の中に，Card I「なんか目がおかしい．I：怒っている．狙っている目に感じる.」Card VII「何かマンガに出てくるいろいろな顔．下が怒っている．上が笑っている.」，Card VIII「ヒョウが岩の上から獲物をねらっている感じ．I：下を向いている感じから……」といったものがある．この両反応特徴を考え合わせると，M. O. は練習停止において，現実場面から退りぞくことを余儀なくされ，抑うつ的になった．しかしながら，対人関係への欲求が強く潜在していることから，現実生活との間に葛藤(Conflict)を引き起こし，その結果このような攻撃的傾向をもった反応を示したと考えられる．

修正BRS[2]の値(－1)は，当初予想されたよりもかなり低い値が得られた．この結果をそのままBühlerの統合水準評定表にあてはめてみることによって結論づけることは避けた方が良いようである．むしろ，後述される第2回目のロ・反応結果と比較しながら，相対的変化を知る手がかりとして利用した方が良いように思われる．

第2回目(回復期)のロ・反応プロトコルの解釈にあたっては，第1回目のプロトコルの比較を行いながら進めていくことにする．

第2回目(回復期)のプロトコルでは，まず反応数の増加，そして初発反応時間が短かくなり，しかもムラがなくスムーズに答えるようになったことが注目される．このことが，全てくり返しによる練習効果によってもたらされたものであると決めつけてしまうことは，本事例においては控えねばならないようである．以後ふれられるいくつかのプロトコルの変化を考え合わせるならば，M. O. の両方テスト時における精神内界の変化によるものと考えねばならない．反応数の増加は，Determinant Range (決定因カテゴリーの種類の数)の増加，及び形態水準の上昇を共っていることがわかる．これらのことから，練習停止期にみられたような心的機能の低下や精神的抑制状態が，回復期では援和され現実吟味が的確になされるようになったことが予想される．A％(動物反応)の減少も顕著ではないが，精神活動のそう快な気分に近づいたことを物語るものと考えられる．

また．FCの増加も著しいことがわかる．このFC反応は，情緒的衝撃に対する統制された，しかも敏活な反応性を示すと言われている．したがって，M. O. が情緒的に安定し，外界の情緒的要求に適切な方法で反応し，他の人と円滑につきあえるようになったものと予想できる．M反応の数は変化していないが，質的な面から見ると，M. O. の内界あるいは精神機能の向上的変化をさらに裏

表 II 回復期のプロトコル

カードI						
1.	10″	∧	前と同じでオオカミに見える。(I：目の雰囲気が似ている。)	W, S	F±	Ad
2.		∧	昆虫のお尻のあたり。 −1′05″	d	F±	Ad
カードII						
1.	7″	∧	超音速旅客機。(I：火をふき出しながらとんでいる感じ。)	S, D	Fm±, CF	Obj
2.		∧	ウサギに見える。手を合わせている。	D	FM±	A P
3.		∧	カブトガニ。(I：ほんとうはこんな色ではないが、でも、この赤色からも少し連想される。) −2′20″	D	FC±	A
カードIII						
1.	11″	∧	カゴを持った人。女性。	W	M±	H P
2.		∨	跳び箱をとんでいる。	W	M±	H
3.		∨	チョウネクタイに見える。	D	FC±	Obj
4.		<	花のように見える。何ていうか南米産の花のよう。(I：特別名前は思い浮かばない。赤色から南米産のよう。)	D	FC∓, Csym	Pl
5.		∨	タツノオトシゴ	D	F±	A
6.		∧	(部分的でも良いのですね。) 馬のひづめ。あるいは女性のハイヒールにも見える。	d	F±	Obj
7.		∧	人工衛星から見た地球の一部分。 −5′00	D	FK±	Lds
カードIV						
1.	23″	∧	大きな木の感じ。	W	F±	Pl
2.		∧	エビのしっぽ。背中の部分から先の方まで見える。	D	F±, FC	Ad
3.		∧	悪魔の耳のよう。	d	FC∓	(Hd)
4.		∧	白鳥が首を下げているところ。 −3′00	d	FM±	A
カードV						
1.	10″	∧	コウモリ。羽根をひろげてとんでいるよう。	W	FM±	A P
2.		∧	人のフクラハギに見える。	d	F±	Hd
3.		∧	習字の筆で線を引いたよう。(I：この白いところが筆の先で黒いすじが線に見える。 −2′55″	di, s	F±, Fc	Obj
カードVI						
1.	12″	∨	獣の敷き皮。(I：まわりがギザギザしているから。色のまだらのところも関係しているよう。)	W	F±, Fc	Obj P
2.		<	恐竜が水面に顔を出している。(I：反対側は水面に映っているところ。)	D	FM±	(A)
3.		∨	昆虫のお尻。 −2′20″	d	F±	Ad
カードVII						
1.	18″	∧	人の顔が6つある。笑っている顔。怒っている顔。	D	M±	Hd
2.		∨	マンガに出てくるような円盤あるいはロケットが着陸している。 −3′15″	S	F±	Odj
カードVIII						
1.	8″	∧	獲物をねらっているヒョウ。あるいはトラのよう。	D	FM±	A P
2.		∧	火山の噴火の断面図。	W	CF, m	Lds
3.		∨	花でなくて花びらに見える。	D	FC±, FC	Pl
4.		∧	宇宙から見た地球の感じ。 −3′12″	D	FK∓	Lds
カードIX						
1.	8″	∨	赤いのが爆発したよう。	D	CF, m	Expl
2.		∨	南アメリカ大陸とヨーロッパあるいはユーラシア大陸	D	F∓, Csym	Map
3.		∨	カキを2つに割ったところ。	D	FC±	Pl
4.		∧	モモ。	D	FC±	Pl

5.		∨	人が向い会っている。	dr	M±, Fc　Hd
6.		∧	針に植えてある花。　−3′20″	D	FC±　Pl

カードX

1.	12″	∧	たくさん虫がいるように見える。	D	F±　A
2.		∧	カブト虫が木を上っているよう。	D	FM+, FC′　A
3.		∧	女の子の横顔に見える。	de	F±　Hd
4.		∧	部分的に言うとここがカニに見える。	D	F±　A
5.		∧	青虫　−3′00	D	FC±　A

表 III　スコアー比

テスト／カテゴリー		第1回目（停止期）	第2回目（回復期）	テスト／カテゴリー	第1回目（停止期）	第2回目（回復期）
R (total response)		21	39	FC : CF+C	2 : 1	8 : 2.5
Rej (Rej/Fail)		0 (/)	0 (/)	FC+CF+C : Fc+c+C′	3 : 1.5	10.5 : 5
RT (Av.)		1′34″	2′57″	FM : M	4 : 4	6 : 4
R_1T (Av.)		41″	11.9″	F%/ΣF%	43/95	36/95
W : D		7 : 13	7 : 23	F+%/ΣF+%/R+%	67/65/72	93/87/85
W %		33	18	A%	48	38
Dd %		0	8	At%	0	0
W : M		7 : 4	7 : 4	P (%)	4 (19%)	5 (13%)
E,B	ΣC : M	2.25 : 4	8 : 4	Content Range	7	8
	Fc+c+C′ : FM+m	1.5 : 6.5	6.5 : 8	Determinant Range	5	9
	Ⅷ+Ⅸ+Ⅹ/R	33%	38%	修正　BRS	−1	+36

づけることができそうである．1回目のプロトコルには4つのMがあり，そのうち2つは形態水準のやや低いものであり，さらにCard Vに対する反応内容の中に「I：ヨウセイのようなものが飛んでいる．弱々しい飛び方.」といった屈曲的なMを見た．ところが2回目のプロトコルでは，4Mともに形態水準が満足され，屈曲的Mは見られなかった．このことからも，M. O. が以前よりも他の人とのよい共感的な関係をもちうるようになったことがうかがわれる．また，自己概念(Self-concept)に対する手がかりが，このM反応の性質や内容から推測することができると言われていることから，自己概念の変化についても確めることができるようである．しかしながら，自己概念の変化に関しては，質問紙調査等によって得られる資料をさらに付け加えることによって断定すべきところのようである．

運動因子Mと色彩因子ΣCとの相互関係より，Jungの言うところの外向—内向の概念と対応することのできる精神活動の方向性にふれることができることをRorschachは主張し，それを彼は≪体験型≫(Erlebnistypus : experience balance)と名づけている．ΣC：Mの比率に関してM. O. は，2.25：4から8：4に変化しており，内向的体験型より外拡的体験型に変わったことがわかる．他方，第2の比率(Fc+c+C′)：(FM+m)は，1.5：6.5より6.5：8と，極端な内向的ないし内向的傾向を示している．この両者の比にみられる食い違いが特定の意味を有しているのかどうかは，

さらに検討してみなければならないようである．

修正 BRS は－1から＋36へと大きな上昇をしている．ロ・反応プロトコルの比較から，M. O. にとって疾病による練習停止が心的機能に影響を及ぼしたことを客観的に把握することができた．しかしながら，さらに深く問題を探ると同時に，多くの事例の分析を進めねばならないようである．

4．要 約

疾病によって練習の停止を余儀なくされた，一人の運動選手を症例に，ロ・テストを施行した．得られたロ・反応を手がかりにして，練習停止期における彼の精神内界の変化を探ってきた．

練習停止期と回復期の2回にわたって施行されたロ・反応を比較した結果，練習停止期において事例 M. O. は，反応数の低下，初発反応時間が長くムラのあることが認められた．そして，色彩反応の数の少ないことも特徴的であった．

これらのロ・反応結果から，練習停止によって M. O. が，心的機能の低下や情緒的抑制状態をもたらされたことに触れることができた．さらに，このような練習停止による精神内界の変化については，修正 BRS の－1から＋36の変化によっても全般的に知ることができた．

文 献

1．Baekland, F., 1970. Exercise deprivation sleep and pychological reactions. Arch. Gen. Psychiat., 22 365-369.

2．片口安史．1959．修正 BRS について．ロールシャッハ研究，2　159-183.

3．片口安史．1974．新・心理診断法．金子書房．

4．小川捷之．1976．勝利志向の構造―心理学的考察―．新体育，46　30－34.

5．長田一臣．1976．スランプに挑む．講談社，東京．190 頁．

6．Pierce, R. A., 1969. Athletes in psychotherapy: how many, how come?. J. Amer. College Health Assciation, 17　244－249.

7．Rorschach, H., 1921. Psychodiagnontik. Bern: Erunst Bircher. 片口安史(訳)1976 精神診断学(改訳版)金子書房　24－25 頁．

8．Segal, B. E., R. J. Weiss, and R. Sokol, 1965. Emotional adjustment, social organization and psychiatric treatment rates. Amer. Sociol. Rev., 30　548－556.