

## 高校球児の転機（その2）

## －『苦しかった』を繰り返した高校球児の一事例－

## A study on narratives of high-school baseball players : part 2

炭谷 将史  
(SUMIYA, Masashi)

## 要 旨

本研究は、「高校野球から受験勉強へ」という高校球児にとっての「転機」における心理的問題を明らかにすることを目的として行われた。高校球児9名を対象に半構造化面接を行い、その中の1名について自己物語の作成、検討を行った。その結果、本事例はそれまでの野球経験の中で困難な状況を積極的に乗り越えようとしてきたとは言い難く、受験勉強への移行についても、準備段階にあったといえる。また、将来への展望も明確ではないようであった。高校球児の受験勉強への移行における心理的課題として、人生航路を見据えた目標設定をするといった直面する課題への積極的な関与が必要であることが示唆された。

**Key Words** : 高校球児, 転機, 自己物語, インタビュー

## 1. 緒言

高校球児が直面する発達の課題のひとつとして、「受験勉強への移行」が挙げられる。彼らの多くにとって、クラブ活動は高校生活の中心であり、大きく自我関与 (ego involvement) をする対象である。高校野球から受験勉強への移行体験は、高校球児にとって大きなライフイベントであり、人生における意味ある転機 (turning point) となる。この転機は、比較的、予測可能であると考え得る。しかしながら、決してスムーズな移行になるとは限ら

ない。そこには、どのような心理的問題や発達の課題があるのだろうか。

昨今、自己心理学の領域においては、個人の転機へアプローチする方法として「自己物語法」が注目されている（梶田，2002；杉浦，2001；やまだ，2001）。自己物語とは、自分自身の経験を他者に対して語ったものである。この自己物語を語る時、我々は、現在の「私」と過去の「私」を対比することによって出来事を選択的に組織化し、聞き手が理解できるように語ろうとする。語られる出来事が客観的事実であるか否かよりも、物語の筋（plot）の立て方や信憑性、説明の真実さが重視される。そして、自己に関する物語の筋はクロノジカルな事実を重視するわけではなく、個人の内的事実に着目しており、取り上げられるトピックは時に逆行したり、組み換え（語り直し）ながら、個人の内面をうつし出している。

自己物語は、語り手と語られる相手（聞き手）が存在することによって初めて成立する。そこでは、聞き手の共感が得られるように「語られる」ことが重視され、相手との間に成立する特定の文脈の中で物語りはたえず構成されているとよい。すなわち、語り手にとっては、「どのように（物語が）受け入れられるか」といった内的作業を含んでいる。この意味から、自己物語における聞き手の存在は重要といえ、自己物語が構成されるプロセスは、いわば、語り手と聞き手の共同生成の場となりうる。

炭谷・豊田（2003）は、高校球児の自己物語に着目し、野球から受験勉強への移行体験という彼らにとっての「転機」を詳細に検討している。そこでは、高校球児が野球に傾倒している生活から次の段階に移行していくことがあらかじめ分かっているにも関わらず、準備をすることなく「転機」を迎えることもしばしばあるとしている。また、「高校球児ではない自分の模索が必要ではないか」と推測している。つまり、高校生活における中心的課題として位置づけ、傾倒してきた高校野球を終え、「高校球児ではない自分」となった時に、「何がしたいのか」、「高校野球を離れた自分がどんな人間なのか」を模索することが生涯発達の立場からすると非常に意味ある体験となるはずである。そこには、「高校野球から受験勉強への移行」における発達の課題

があると推測された。

筆者は、これまでメンタルトレーニングを指導、実践し、その効果を検証してきた（炭谷・豊田，2001；炭谷ほか，2001）。炭谷・豊田（2001）は、高校野球部員を対象に、質問紙を用いて、メンタルトレーニング実施前後の1）競技達成動機および2）試合前の情緒状態を比較、検討した。その結果、選手たちの競技達成動機が向上し、試合前の情緒が望ましい方向へ変化していたことを明らかにしている。また、炭谷ほか（2001）は、高校サッカー部員を対象とした研究を行っている。彼らは、炭谷・豊田（2001）と同様、競技達成動機および情緒安定性の向上を報告するとともに、その両者の変化が関連していることを指摘している。これら一連の研究から筆者が実践しているメンタルトレーニングメソッドの効果が徐々に明らかになってきた。

これらの一連の研究を通して、筆者は選手をより包括的に捉え、理解することの必要性を感じてきた。質問紙を用いた研究は、ある一側面の変化を明らかにすることは可能であるが、様々に変化する状況の中で競技を行っている選手たちを包括的に理解するという点においては、検討の余地があると考えられる。そこで、本研究では、高校球児の転機に関する自己物語を作成し、その中にみられる心理的問題や発達の課題を明らかにすることを目的とした。

## 2. 方法

**調査対象：**筆者がメンタルトレーニングコーチとして関わった高校球児9名に対してインタビュー調査を実施。本研究では、その中の1名について自己物語の提示を行った。

**調査期間：**200 X年7月28日～8月1日（7月24日に夏の甲子園県内予選敗退）

**調査内容：**高校野球生活に対する思いや野球、メンタルトレーニングへの取り組み、高校野球から受験勉強への切り換え、将来への展望などについて取り上げるように配慮し、半構造化面接（約1時間×2回程度）を実施した。会話の内容は本人の承諾を得てカセットテープに収録された。

分析方法：収録されたインタビューデータの逐語録を作成し、それをもとに自己物語を作成した。なお、事例提示については本人の了承を得ている。

### 3. 自己物語の提示

Tは、中学時代に地方大会で準優勝するなどの好成績を残し、期待されて入学。1年夏からベンチ入りを果たす。高校1年の秋にはチームの地方大会ベスト8進出に大きく貢献。しかし、その後はケガが続き、いい成績が残せなかった。最後の大会では、1, 2回戦と素晴らしいピッチングをするも、3回戦では打ち込まれ敗戦投手となった。調査時点では、高校野球生活の疲労が感じられ、受験勉強に本格的に取り組むための準備段階にとどまっているようであった。

Tは、小学校2年生から「友達がやっているから」という理由で野球を始めた。本格的に投手としてプレーするようになったのは、中学生の頃であった。中学2年生の秋に県代表として地方大会に出場し、準優勝という好成績を収める。Tは、「野球が趣味の延長のようで楽しかった」と中学時代を振り返っている。この頃、「ピッチングとバッティングの両立」が極めて難しいことだとは感じておらず、「両方やるのが当たり前だった」と語っていた。

高校に入学し、早くから投手として高い評価を受けた。メインチームとともに帯同し、登板することもしばしばあり、好投することも多かった。「ダメでもともと。抑えればすごいという感じで、あまりプレッシャーもないし、挑戦みたいな感じで楽にできた」と当時を振り返っている。1年次の全国高校野球選手権大会県内予選では、1年生ながらベンチ入りを果たした。

新チームで迎えた秋季県大会では、エースとして登板。チーム2年ぶりの地方大会進出に大きく貢献した。そして、地方大会でも活躍し、快挙の立役者となる。「(春の)甲子園出場」が現実味を帯びてくる中で、Tに対する周囲の期待は日増しに高まった。「この頃から野球が重くなり始めた」とTは振り返る。中学までの野球は「趣味の延長」に近いものであったが、高校に入ると「仕事」のように感じられ、「野球が重くなっていった」。

筆者への接触が頻繁になり始めたのも、この秋季大会の途中からであった。メンタルトレーニングへの取り組みについては、「(野球の話題に限らず) 筆者と幅広く話ができたとよかった」とTは振り返っている。一方で、メンタルスキルトレーニングに関しては、最初はよく理解できなかったようである。効果を感じ始めたのは2年生の秋季大会あたりからで、「自然に活用できるようになったのは3年夏の最後の大会であった」と振り返っている。

「(春の) 甲子園出場」を逃したあと、Tは肩痛を訴えて練習も思うようにできなくなり、春季大会ではベンチ入りすらできなかった。2年の夏には、ベンチ入りはしたが登板の機会はなかった。2年次の秋季大会では1年ぶりにエースとして登板。1, 2回戦は好投をしたが、3回戦では打ち込まれ、大敗を喫した。

最上級生となり、監督は1年次から試合に出場してきたTに対してチームリーダーとしての役割も期待するようになった。そんな最中、Tは冬の練習時に足を骨折してしまう。この時、監督のTに対する扱いは「あたかも罪人のような扱い」だったという。監督に「見学者」と称され、「チームの手伝いばかりをさせられて、自分の練習を削られるのが嫌だった」と当時を振り返っている。「冬の練習は自分の体を鍛えたり、技術を高めたりするものだから、例え骨折していてもできることはある」とTは考えていた。しかし、監督は「見学者はチームの練習をサポートしろ」と言う。このことが「どうしても納得できなかった」ために、監督に対する不信感を募らせ始めた。

この頃、「キャプテン交代制」という取り組みがチーム内で行われていた。3年生の9名が交代で一日キャプテンをするという制度である。Tは、彼がキャプテンをやる順番の日にもいつものように室内練習場で自分の練習をしていた。しかし、「キャプテンである以上、全体の練習を見ているべきだ」と監督に言われ、叱責される。また、練習後にキャプテンとして一日のまとめのコメントをした時も、Tは「早く切り上げようとした」が、「そんなことしかないのか?」と監督に言われた。Tは「別に(監督に対して) もっと言ってもよかったが、僕もすねている部分があったし、(監督に対して) 反

抗していたので、(頑なに)何も言わなかった」としていた。

3年次の春から夏にかけてTは苦しんでいた。練習試合での大量失点が続く、「いつもゲームを壊していた」という状態が1ヶ月以上も続いた。チームがリードしていても、Tが登板すると逆転される。結果として夏の選手権大会前の大事な6月の時期にチームは1勝13敗という成績に終わった。この頃、「マウンド上で自信が持てなかった」。監督やチームメイト、周囲の人が「ブルペンではいいボールを投げている。ブルペンでのピッチングをすれば大丈夫だ」という。しかし、Tにはそうは思えなかった。「今よりいいボールは投げられないのではないか」と感じていた。

ところが、大会直前の練習試合で「なんかよくわからないけどいいピッチングができた」。彼にもきっかけはわからない。監督と二人きりで話をしたこともあった。監督に「もっとうぬぼれろ」と言われたこともあった。いずれにしても、試合でいいボールが投げられたことによって「(公式)試合でも投げられる」という自信を回復できた。

そして、ピッチングの調子が戻り始めると、今度はバッティングについて悩み始める。Tは、ピッチャーでありながら、「むしろバッティングの方が好き」という程こだわりを持っていた。「ピッチャーとバッターとどちらかしかできないとすれば、バッターを取るだろう」とも語った。

Tが、ピッチングとバッティングの両立を意識し始めたのは、高校入学後。高校野球では、ピッチャーは他の選手とは別のメニューで練習を行うことが多い。Tは、そのことに対して不満を抱いていた。中学時代には、「ピッチング練習のためにバッティング練習を削られること」はなかった。自分の必要に応じてランニングやピッチングをやることはあっても、強制的にバッティングを削られることはなかった。しかし、高校では事情が違った。「頭では(ピッチャーがピッチング練習を優先することを)理解しているつもり」ではあったが、「(バッティングの時間を削られることが)どうしても納得がいかなかった」。「せっかく野球には走攻守の3つがあるのに、攻をやらないのはもったいない」というのがTの考えだった。

夏の甲子園の県内予選が始まってからも、Tはピッチングよりもバッティングについて悩み、苦しんでいた。「ピッチングについて心配する心の余裕がなかった」とその時の自分を振り返っている。3回戦の前日には、全体練習が終わった後、長い時間チームメイトと居残りして特打ちを行っていた。また、3回戦が雨で順延になり、室内練習場で練習した時も、バッティング練習にかなりの時間を割いていた。大会期間中を通して、特にピッチング練習よりもバッティング練習を重点的にやっていた。それとは裏腹に、大会ではバッティングにおいてTが望んでいたような結果を出すことはできなかった。投手としては、1, 2回戦で期待通りの好投をみせた。しかし、3回戦では、1点リードで登板した5回に集中打を浴び、リードを守りきれず、逆転負け。敗戦投手となった。

大会が終了した約1週間後の調査時点では志望校はまだ決定しておらず、やりたいことも「まだはっきりとは見えていない」状態であった。受験勉強は、まだ本格化していなかった。「7月は勉強をする気を作って、8月から本腰を入れられたらいいと思っています。昨日からだいぶ勉強する気分になってきました」（Tへのインタビューが実施されたのは、8月1日）。

野球については、大学で続けることも考えてはいる。しかし、「(これまでのように) 本当に真剣にやる可能性は低い」と語っている。Tは、「大学で野球をするなら、野球で生計を立てていくことも考えなくてはいけない」という考えを持っている。でも、「そういうことは現実としては考えにくい」。また、Tには「大学で真剣にやるというなら、関西・関東六大学じゃない」というイメージがある。しかし、「そのレベルでできるかどうか今は考えられない」と話している。いずれにしても、高校野球が終わり、「本当に疲れているから、野球を続けることは今は考えられない。疲れが取ればまた考え方も変わってくるかもしれないが、それが取れるまではだいぶ時間がかかると思う。受験勉強が終わる春先くらいまで待ってから考える」とのことであった。

#### 4. 自己物語の討議

上記の自己物語の分析は、様々な観点から行うことが可能であろう。ここでは、炭谷・豊田（2003）に基づき、以下の3つの観点に絞って検討する。すなわち、3つの観点とは、1）高校野球に対する取り組み、2）野球から受験勉強への切り換え、3）今後の見通しである。

##### 1) 高校野球に対する取り組み

Tは、入学当初から高い評価を受け、順調に高校野球生活をスタートさせたと考えられる。登板の機会こそなかったものの、夏の選手権大会のベンチメンバーに選ばれた1年生は彼ひとりであった。1年の秋季大会ではエースとして登板。活躍をするが、ここで「周囲からの期待」というプレッシャーに直面した。Tは、筆者に頻繁に接触するなどして、その「プレッシャー」を乗り越えようと試みた。

2年次のオフシーズンには、監督との不和が生じる。ここでは、この危機的状況において、積極的に乗り越えようとした様子はあまり見られない。Tは、この時のことを「別に（監督に対して）もっと言ってもよかったが、僕もすねている部分があったし、（監督に対して）反抗していたので、（頑なに）何も言わなかった」と振り返っている。

春から初夏にかけて、Tは、ピッチングにおいて再び試練に直面した。「いつもゲームを壊し」ており、「マウンド上で自信が持てなかった」状態が続いたのである。何とか事態を好転させようと彼なりに悩んだようだ。しかし、この試練も「なんかよくわからないけどいいピッチングができた」という形で終わられている。すなわち、状況打開に向けての積極性を欠いていた。

そして、ピッチングに関する悩みが無くなると、すぐに今度はバッティングについて悩み始める。この試練に対しても、Tは特打ちや居残り練習を行い、それなりに積極的に取り組んでいたという印象が強い。

Tは、周囲からのプレッシャーや指導者との不和、ピッチングの不調、バッティングへの拘りといった転機に次から次へと直面しているが、どれもこれも積極的に乗り越えてきたとは言い難いように思われた。



## 2) 高校野球から受験勉強への切り換え

インタビューは、大会終了約1週間後に行われた。この時点で、Tが受験勉強に取り組んでいる様子はあまり見られなかった。「7月は勉強する気を作って、8月から本腰を入れたらいい。」と話しているように、野球から受験勉強に本格的に取り組むといった切り換え期間が認められる。

調査時点では、Tがこの切り換え期間をスムーズに乗り越えていたとは言えないが、乗り越えようとしている最中であったと言える。

## 3) 今後への見通し

Tが先への見通しとして、「はっきりとは見えていない」と語っていることから、具体的な将来へのビジョンが見えていないことがわかる。また、野球についても、「大学で続けるかわからない。まだ高校野球の疲れが残っているので、（野球を続けるかどうかを）考えられない」と語っているように、まだ野球への未練を引きずっており、今後のことを考えられる状態にまで至っていなかった。

## 5. まとめ

本研究では、高校球児の自己物語に着目し、検討してきた。その結果、高校球児の転機に関する問題について以下の3点を導き出すことができた。

- 1) 野球への取り組みの中で、危機的な状況や試練に直面した時、積極的に乗り越える姿勢が欠けていた。
- 2) 高校野球から受験勉強への切り換えについては、Tはそのプロセスにあったといえる。また、受験勉強を本格化するためには、ある一定の期間が認められた。
- 3) 先行きへの見通しは、まだ見えておらず、まだ野球への未練を引きずっているようであった。

豊田・中込（2000）は、アスリートの生涯発達の立場から直面化すべき課題への消極的取り組みは、問題の先送りを引き起こし、そして、その問題は、より一層深刻なものとなって、対処困難な不適應問題に発展する恐れがある

ことを指摘している。Tはこの時期の発達課題となるべき受験勉強への傾倒、将来展望に対して決して積極的に取り組んでいるとは言い難く、いわば「自分探し」の最中にあると捉えることができる。

メンタルトレーニングの中の技法に、目標設定スキルがあるが、競技目標を設定することはもちろんのこと、人生の目標、見通しといった長いスパンでのビジョンを個人が獲得するよう配慮することが必要といえるのではないか。本研究においては、自己物語法とは、個人をより包括的な立場から捉え、トレーニング効果の検証を行う上でも意味ある方法論となり得ると考えられた。今後も、個々の高校球児にメンタルトレーニング指導を行っていく上で、彼らの生涯発達を見据えることが大切であるといえる。

冒頭にも触れたが、筆者は、これまでメンタルトレーニングの効果を検証してきた（炭谷・豊田，2001；炭谷ほか，2001）。これらの経験から、メンタルトレーニングの効果と課題を明らかにするためには、より包括的な視点が必要であるとしてきた。メンタルトレーニングの効果は、単にパフォーマンスを指標として理解されるのではなく、社会的文脈や各個人における過去の経験、その経験の解釈などが考慮され、より全人的・包括的な視点から検討することが重要である。本研究は継続研究の一事例であり、今後もインタビューによる自己物語を蓄積し、競技者への理解を深めるとともに、メンタルトレーニングの効果と課題を明らかにしていきたい。

## 引用・参考文献

- 梶田叡一 2002 自己意識研究の現在 ナカニシヤ出版
- 杉浦健 2001 生涯発達における転機の語りの役割について 教育論叢, 12, 1 - 29.
- 炭谷将史・豊田一成 2001 心身統一的メンタルトレーニングに関する研究（その2）－高校野球部員に対する試み－ 滋賀県体育協会スポーツ科学委員会紀要, 19・20, 101 - 112
- 炭谷将史・豊田一成・三上修二 2001 心身統一的メンタルトレーニングに

- 関する研究（その3）－高校サッカー部員に対する試み－ 滋賀県体育協会スポーツ科学委員会紀要, 19・20, 113 - 122.
- 炭谷将史・豊田則成 2003 高校球児の転機 第30回日本スポーツ心理学会発表論文集, 84 - 85.
- 豊田則成・中込四郎 2000 競技引退に伴って体験されるアスリートのアイデンティティ再体制化の検討, 体育学研究, 45, 315 - 332.
- やまだようこ 2001 人生を物語る ミネルヴァ書房

[附記]

本論文を作成するにあたり、有益な視点の提供を賜ったびわこ成蹊スポーツ大学豊田則成先生に深く感謝いたします。