

メンタルマネジメントにおける関係性への質的アプローチ

伊藤麻由美（スポーツ学研究科 競技スポーツ系 スポーツ情報戦略分野）

主査 豊田則成（指導教員） 副査 高橋佳三，林綾子

The qualitative approach to relationship in mental management

Mayumi Ito

キーワード：関係性，メンタルマネジメント，質的研究，ねじれ，ズレ

Keyword : Relationship, Mental Management, Qualitative Research, Twist, Remove

緒言

本研究の関心事は，メンタルマネジメント（Mental Management：以下MMと略す）におけるアスリートと監督，MM指導者の関係性を質的に検討することにある。

したがって，本研究は「MMにおける関係性はどのように変容するのか」というリサーチクエスション（以下，RQ）を設定し，質的にアプローチを行い，発展継承可能で有益な仮説的知見を導き出すことを目的とする。

方法

- 1) 対象者 MMは本研究者が担当し，高校生アスリート7名（女子，球技系競技）と監督1名（男性）を対象として実施された。
- 2) 調査期間 20XX年〇月△日～〇月△+145日（MMの介入期間）。
- 3) 調査方法 MMの内容やアスリートの様子を詳細に観察・記録をし，加えて個別にインフォーマルなインタビューを行い，会話内容をICレコーダーに録音した。観察記録，および録音データを逐語し，発話データとした。
- 4) 分析手順 セッションごとに三者の関係構造の可視化を行った。その後，質的研究法の代表的手法である，修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（Modified Grounded Theory Approach：M-GTA）を参考に概念図（Fig. 1 MMにおける関係性の変容プロセス）を生成した。

結果

本事例は，監督の「今のチームは困難な状況があると弱くなり，相手チームに変わったこと，

想定外のことをされると対応できない」という語りから介入が行われた。しかし，介入を行っていくなかで，高校生アスリートの実力発揮が監督との関係性に繋がりがあのではないかと気づくようになる（I期）。

その後，高校生アスリートと監督の距離感が離れることでそれぞれが自己と向き合い（II期），再び距離感を縮めようとするがうまくいかず（III期），関係性を見直すことで試合への課題が明確になる（IV期）。そして，チームに危機が訪れたことでそれぞれがチームと向き合うようになり（V期），各自が実力発揮へ向けてすべきことや自己の役割に気づき，課題に取り組むようになる。

考察

分析の結果，「MMにおける関係性はどのように変容するのか」というRQに対し，高校生アスリートと監督，MM指導者は「距離感の変化と立場の変化によって関係性にねじれが生じ，その経験を契機に視点の変化が起こることによってズレを受け入れる」という変容をたどるという仮説的知見を導き出した。つまり，MMの介入によって，高校生アスリートと監督のズレがねじれとなって現れ，それぞれが自立的な取り組みへ向かうようになった。

まとめ

MMにおける関係性の究明に対し質的なアプローチを行うことで，関係性におけるズレが浮き彫りとなった。このように，本研究によって導き出された関係性のねじれやズレを，MM現場への提言とし，今後のMM指導に活かしたいと考える。

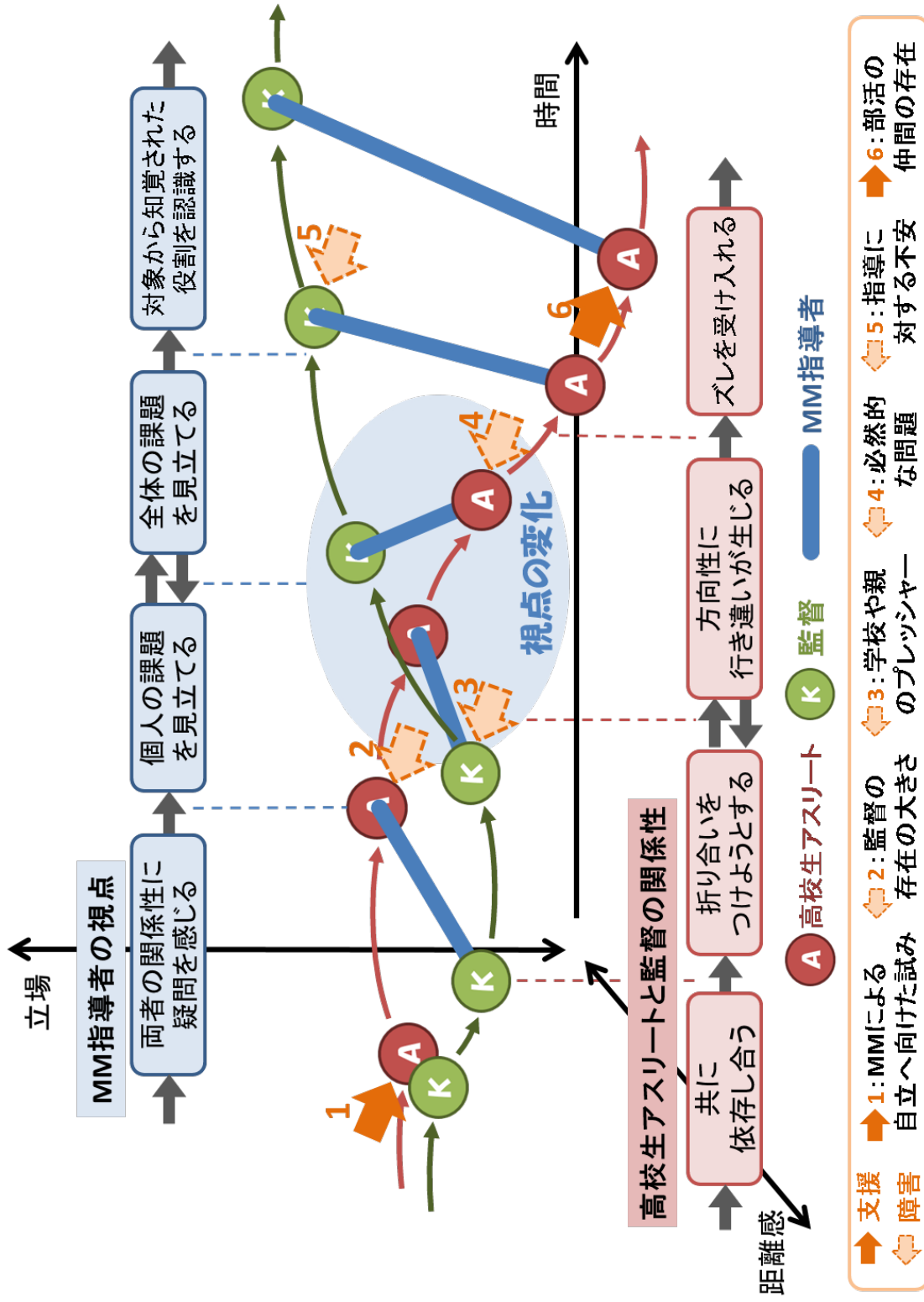


Fig. 1 MMIにおける関係性の変容プロセス