

男子中学生の自己開示からみた学校部活動の検討

高見和至

The Examination on So-called *Bukatsudo* among Male Junior High School Students by Using a Self-disclosure Inventory

Kazushi TAKAMI

The purpose of this study was to examine the effects of school athletic clubs (so-called *bukatudo*) to mental health of male junior high school students using a self-disclosure inventory. Two-hundred and forty-two male junior high school students were given questionnaires on their self-disclosure about thirty-seven items to seven target persons (parents, brothers, teachers, classmates, friends [*bukatsudo*], freinds [others]). The highest score of target persons was parents and the second was classmates. And the lowest score was teachers of their school. Freinds of *bukatsudo* were lower than classmates, but were higher than other friends. It indicated that *bukatsudo* provided participants with opportunities of self-disclosure, and that those groups of *bukatsudo* were recognized as peer groups by members. The results also suggested that the adjustment to school athletic clubs became the determinant factor of mental health in junior high school students.

Key Words: *bukatsudo*, self-disclosure, male junior high school students

はじめに

近年、余暇時間の増大などに伴い社会体育、生涯スポーツの拡充が進められており、各地でスポーツ施設の増加やスポーツ関連行事の開発実践が盛んに行われている。この動きは各年令層にも及び、青少年に対しても学校5日制の導入などからスポーツ活動の団体作りや活動プログラムの充実が急務になっている。一部ではスイミングスクールやリトルリーグなど民間や地域での受け入れ先もあり継続した活動を行っているが、現在のところ最も多くの青少年が参加しているスポーツ活動は学校の運動部、いわゆる部活動^{注1}である。

このような状況下で青少年の心身の発達における運動部活動の問題が頻繁にとりあげられている(今橋1987, Hardy 1986, 正木1987)。それらを見ると現象の明確さからか特にスポーツ傷害、活動中の事故など医学的見地いわば心身の身体の部分に観点が向けられていた。しかし一方で部活動が参加者の心理的側面に与える影響も軽視できず、この面からの教育的配慮の必要性も主張されている。ところで運動生理学や医学的見地からは症例や調査データなどを用いた実証的な研究報告がなされているのに対して、心理学的また精神衛生上の問題に関しては事例を用いながらも評論、提言の形式をとるものがほとんどであった。心理面での対応が遅れている一つに理由は実証的な研究方法において運動部でのスポーツ経験を単に表面的な期間や種目、レベルだけでなく各個人の意味づけ、心理的な経験内容として抽出することが難しく、問題となる事象との因果関係の同定にまで言及することが困難であることが考えられる。そのなかで大学競技選手を対象にした高見ら(1990)では青年期のアイデンティティ形成にスポーツ経験が及ぼす影響を半構造化面接を用いて質的な検討を加えている。そこで青年期に質量ともに多くのスポーツ経験を持つ大学競技選手のアイデンティティ形成にスポーツ場面を介した対人関係や成功体験、挫折経験が影響しており、スポーツ経験がアイデンティティ形成の手掛かりとなっていることが示唆されている。この研究はアイデンティティ理論を援用することでスポーツ経験と人格形成の関連を心理社会的に検討できたことに意義があったが、調査対象が比較的人格が安定している青年後期の大学運動選手であることと、スポーツ経験を遡及的に調査したものという一面がある。この時期のスポーツ経験特に部活動の影響を検討するためには中学生、高校生を調査対象にした研究が不可欠で、スポーツ活動の中心である部活動体験がどのような脈絡で心理的な影響を及ぼしているのかを明らかにしていく必要があるであろう。

中学生の臨床をもとにした都筑、高田ら(1984, 1985)の一連の研究は中学時代の部活動体験を検討しているが、精神医学の立場から部活動での不適応が情緒傷害の主因または促進因になっている症例が少なくないことを報告している。また大学生を調査した結果、部活動が青年期における自己向上欲求や自己実現などと密接に係わっており、中学時代の部活動における体験と青年期後期における自尊感情(self esteem)に関連があることを示唆している。上述してきたように青年期のスポーツ経験(中学校から大学の運動部体験)がアイデンティティ形成に影響を及ぼし、また中学生の部活動が精神衛生上にも波及するものであるということは、当然ながら部活動がそれだけ生活空間において占める心理的な割合の大きさ、意味の深さを有していることの現われだと考えられる。

本研究では青年期における部活動の心理的な意味を実証的に提示し、スポーツ経験が青少年に及ぼす影響を考察しようとするものであるが、その観点とし自己開示(self-disclosure)を取

り上げている。Jourard(1971)によると自己開示とは「自分自身をあらわにする行為であり、他人たちが知覚しうるよう自身を示す行為」と定義しているが、一般的に自分の特徴や感情、思想等を特定の人間に言葉で伝えようとする行為であるとされている。Jourardにより自己開示の概念が提唱されて以後、多くの研究がなされ自己開示と精神的健康の間に密接な関係があることが明らかにされてきた。吉森(1991)は自己開示に関する研究を概観し、その機能をまとめており、自分の感情や衝動を発散する感情浄化、自分のことを伝えるために自己を言語化する自己明確化、また自己開示の代償として他者からの評価を得る社会的妥当化などをあげている。また遠藤(1989)は神経症傾向や孤独感との関係から積極的に自己開示しようとする意志と精神的健康に強い関連があることを指摘しており、部活動の中での自己開示の状況を見ることは部活動の心理的意味を検討する有効な手段になると思われる。

また中学生の年代の人格の発達にとって同年代の集団の持つ重要性は多くの研究者で一致するところである。笠原(1977)は青年期前期は同性同輩者との関係がとりわけ重要になり、仲間の中での自分の妥当性の確認が人格に大きく作用するという。また犬養(1987)も子供の社会が家族集団、学校集団、仲間集団からなるとし、少年期の社会性の発達が仲間集団に所属し、集団の法則性、傾向性の認識によるところが大きいと述べている。犬養の分類によると部活動集団は学校集団と仲間集団の中間に位置する性格を持っており、また集団に参加する形態が共通の興味関心をもとに自分の意志で参加するものであることから、部活動が青年期前期の人格発達に重要な意味を持つ同性同輩の仲間集団になっていることも十分予想される。

そこで自己開示の精神的健康への影響と青年期前期の仲間集団の意義を考え合わせることで、特定集団の意義を探求する有効な方法が考えられる。つまり中学生の自己開示の状況を調査し、部活動の集団が自己開示の対象としてどのように位置づけられているかによって部活動の重要性を検討できるであろう。実際の自己開示の対象としては両親、兄弟、友人等が考えられ、また自己開示の内容も多岐に渡っていることが推測される。ゆえに自己開示の現状を捉えるためには対象と内容を広範囲に設定する必要があるだろう。加藤(1987)やSebald(1980)は対象として父、母、兄弟、友人、先生を設定したうえで、多くの内容についてどの程度自分を打ち明けて話しているかや意見に準拠する程度を調査する方法をとり、その結果自己開示の対象の相対的な重要性を考察している。

本研究では自己開示の対象として肉親、学校教師のほかに特に同性同輩の友人関係を細分し、部活動の友人、クラスの友人、その他の友人を設定する。そして種々の自己開示の対象の中で部活動の友人に対する自己開示と他の対象に対する自己開示とを比較検討することで中学生における部活動の精神的健康への影響を考察していく。

研究目的

本研究の目的は自己開示の観点から男子中学生の対人関係のなかで部活動が同世代の友人に対する自己開示の場としてどのように位置づけされているのかを明らかにし、部活動が青年期における精神的健康に及ぼす影響を検討する基礎的な資料を得ることである。

研究方法

調査対象 男子中学生 242名(2年生 120名, 3年生 122名)。

本研究の調査対象は首都圏にある中高一貫校の男子中学1・2年生である。対象になった2つの学校はいわゆる進学校で卒業後はほぼ全員が大学へ進学している。すべての学校とも中高一貫であることから中学校時の部活動は盛んで、ほとんどの生徒が運動部もしくは文化部に所属している。運動部の活動状況は運動部の場合、週に3～4日、2時間半前後の練習時間の部が多く、競技レベルは都県のブロック大会でいくつかの部が上位に進出する程度である。しかし部の顧問教員と面接し部員の意識や雰囲気聞いたところ、熱心な生徒が多く部の集団凝集性も強いようである。また対象校の過去2年間の卒業文集をみると、部活動経験に関する内容も多くみられた。そこで対象校の部活動が参加者にとって継続的な活動になっており、青年期前期に特有な仲間集団となりえる活動の質を有していると判断された。^{注2}

対象学年は調査の実施時期(5～6月)の都合から、入学後まもない1年生ではなく、比較的継続した部活動経験を持つ2・3年生を対象とした。

質問紙 自己開示質問紙：加藤(1985)がJourard(1971)を参考にし作成したものを本研究の目的に合うように修正し用いた。

質問紙は調査対象が周囲の人達(両親, 兄弟, クラスメイト, 部活動の友人, その他の友人, 学校の先生)に対してどの程度自分を打ち明けて話すのかを自己評定させるものである。兄弟がいない場合や部活に未加入の場合は解答せず空欄にする。質問紙の内容は趣味, 学校, 身体, 友人, 性格, 社会, 異性の7つの領域の35項目で構成されており, 各項目について打ち明けて話す程度を以下の4段階で記入させた。

0：そのことについては何も話さない。

1：話すことは話すが、それほど深くは話さない。したがって相手の人は自分のその方面についておよそのことを知る程度。

2：十分に詳しく打ち明けて話す。したがって相手の人は、自分のその方面についての正確

な知識と理解を持つことができる。

×：それに関して嘘をついたり不正確に述べたりして、本当の姿を隠そうとする。^{注3}

「趣味」は自分の趣味や嗜好品、音楽、スポーツなどの内容である。「学校」は勉強、クラス、先生などについての項目を含んでいる。「身体」は容姿、体力、セクシャリティなどに関する項目、「友人」、「異性」はそれぞれ同性と異性の友人の氏名、つきあい、友情、恋愛に関する悩みについての問いである。「性格」は自分の長所や短所、自分の悩みなどを含んでいる。「社会」は親子関係、同世代の人達について、自分の信念、尊敬する人物など価値観や社会状況を含む内容になっている。

なおフェースシートに氏名等の記入はなく、部活動の活動状況を問う欄を設けた。調査の実施は対象校を訪問し、授業時間内に教室で解答方法を説明したのちに実施し回収した。

結果および考察

調査対象の部活への参加状況は242名のうち運動部に所属するものが196名、文化部に所属するものが112名、そのなかで両方に所属しているものが78名である。事前に運動部と文化部の得点を比較するとほとんど差がみられなかったので運動部所属の者のみを比較せず全対象者を集計した。解答を得られた対象別の自己開示得点を示したものが表1および図1となる。この場合の最高可能得点は35項目すべてに2点を掛けた70点である。どの対象に対しても30点を越えるものはなく自己開示得点は低い値になっている。全体的に「自分のことをそれほど深く話すことはない」という自己閉鎖的な傾向がみられる。なお、解答欄に×と記入されたものはごく少数で、項目内容をみると、ほとんどが自分の性的成熟や異性とのつきあいに関するものであった。いわゆる性に関する内容は他の内容に比べて、自分の中だけに隠そうとする傾向があるようだ。

学年別にみると2年から3年にかけて各得点が高くなり自己開示が進んでいる。対象別でも

表1 対象別自己開示得点の平均値

	両親	クラス	部活	兄弟	その他	先生
2年	23.09	21.24	16.47	13.37	7.88	7.47
3年	28.12	26.93	23.36	19.00	11.45	9.92
t検	*	**	**	*		
全体	25.61	24.10	20.08	16.42	9.76	8.70

*：5%水準 **：1%水準

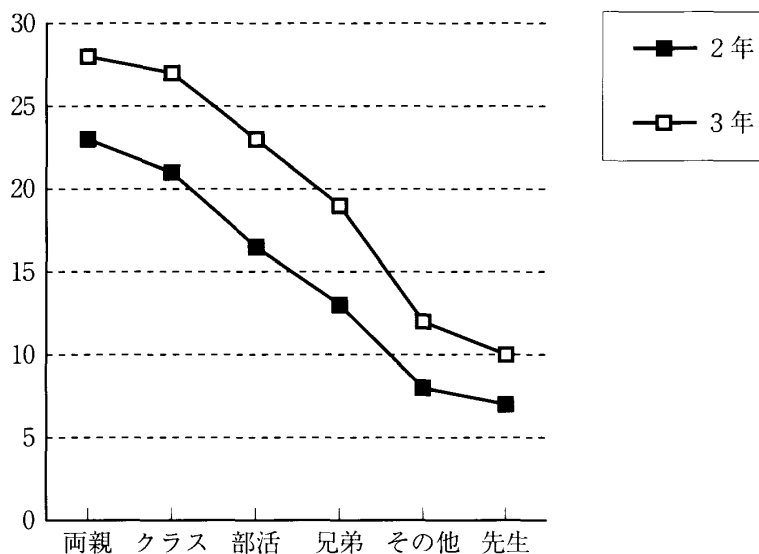


図1 対象別の自己開示得点

表1のようにその他と学校の先生を除き全てに有意差が認められた。得点の内容をみると2年と3年の間で「十分に詳しく打ち明けて話す」という2点の解答の頻度は若干の上昇傾向がみられた。「その他」の解答の対象はほとんどが塾の友人であると小学校時の友人と記述されていた。多くの対象の自己開示が進むなかで教師に対する自己開示の伸びが最も停滞している。これは学年の進行に伴い生徒の自己開示傾向が高まっているのかかわらず、教師と生徒が個人的な内容まで踏み込んだ対話が持ちにくい現状であることを表している。教師と生徒が自己開示するのに十分に親密な人間関係に至っていないのか、対話の機会やゆとりを確保できない環境に置かれているのか定かではないが懸念される問題である。反対に分散分析の結果交互作用は認められないが最も得点の伸びを示したのが部活の友人に対してで約7点の上昇である。3年次になると1年次から部活に参加し種々の活動を行う中でメンバーの入れ替わりも固定し長い友人関係を持つに至っていること、また部活の中で中心的な活動を行うようになる過程で部員間の自己開示が促進されたのではないだろうか。

対象別の自己開示得点を比較すると両学年とも1両親、2クラス、3部活、4兄弟、5その他、6先生の順序になっている。加藤(1987)の男子中学生の結果では自己開示の対象として友人が父母よりも上位にあげられていたが、本研究の調査対象にとって両親が最も話しやすい存在として捉えられている。それが親子関係の変化によるものか、友人関係の希釈化によるのか追試が望まれる。部活動は友人関係の中でクラスに次いで高い自己開示を得ており、その他の友人が低得点に留まっていることから同年代で自己開示の相手を得る主要な機会になっている。特

男子中学生の自己開示からみた学校部活動の検討

にクラスが決められているものであるのに対して部活動は自分が任意で参加を決定するものなので、その仲間の中で自己開示できる友人を得られることは精神的健康にとっても好ましいことであろう。

表2と図2は7つの領域の学年毎の自己開示得点の平均値である。この場合の最高可能得点は60点である。両学年とも「趣味」、「学校」の領域で比較的到自己開示が進んでおり、趣味や学校についての話題は話しやすい内容のようである。反対に「社会」、「異性」の領域は得点からみてほとんど話す機会もなく周囲の者もそれについて何も知らないという状況である。異性については調査対象が男子校の生徒であることも影響していると思われるが、中学の段階でほとんど自己開示する内容ではないらしい。領域別の学年差は全体の自己開示の伸びを反映し全ての領域で有意差が認められた。特に自己開示が進行した領域は認められず、図2のように同様の曲線で3年生の得点が上昇している。

表2 領域別自己開示得点の平均値(各5項目)

	趣味	学校	身体	友人	性格	社会	異性
2年	17.52	14.11	12.00	10.51	9.38	7.84	3.39
3年	22.43	19.82	16.58	14.85	13.84	13.05	6.79
t検	*	**	*	*	**	**	*
全体	20.01	17.08	14.38	12.75	11.69	10.34	5.14

* : 5%水準 ** : 1%水準

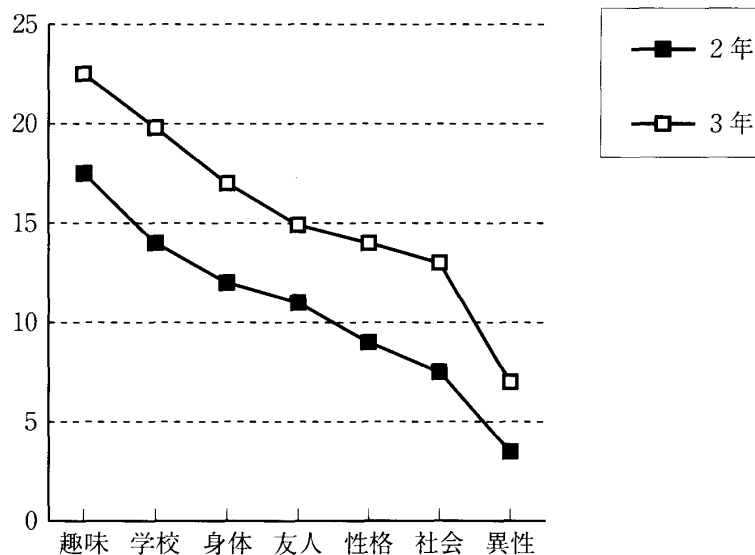


図2 領域別の自己開示得点

6つの対象に対する7領域の自己開示得点を図3に示した。各領域の順序からみると両親が自己開示しやすい対象のようであるが、学校や異性に関することは両親よりもクラスや部活動の友人のほうが話しやすいようである。本研究では領域別に自己開示の対象が異なるかどうかについて大きな差はみられなかった。おそらく今後の自己開示は発育発達が進むにつれて7領域ごとにその対象が変化し複雑な様相をみせながら高まるのではないだろうか。

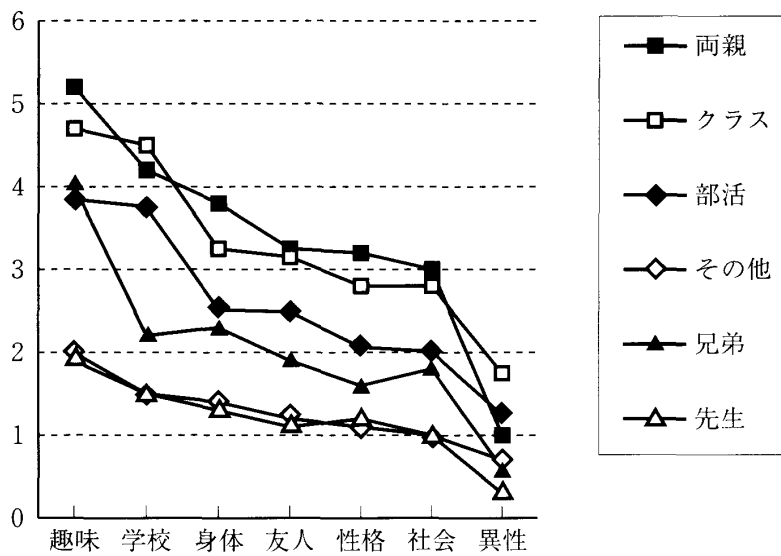


図3 対象別・領域別の自己開示得点

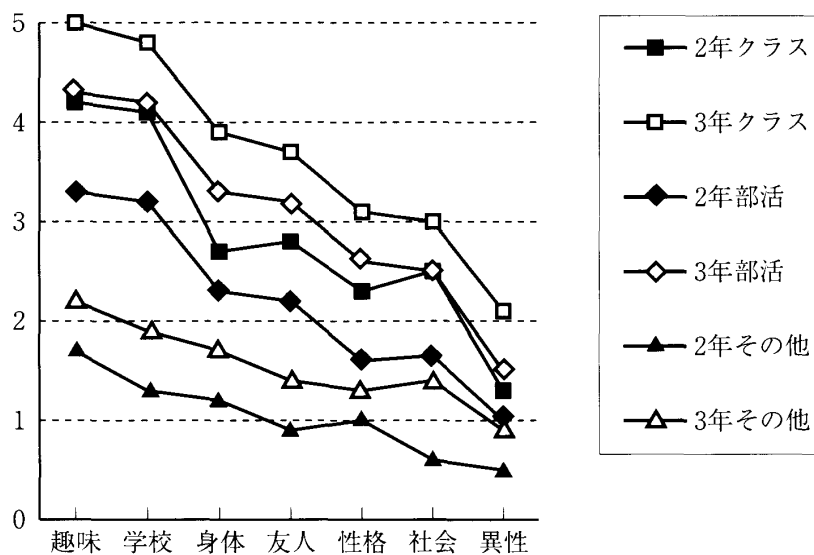


図4 友人間での領域別自己開示得点

6つの対象の中からクラスの友人、部活動の友人、その他の友人のみを抽出し友人関係の中での自己開示の状況を現したのが図4である。2年生3年生とも全ての領域でクラス、部活動、その他の順序で自己開示がなされている。しかし3年生になり自己開示が進むと3年生の部活動の友人が2年生のクラスの友人と同等かそれ以上の自己開示を得る傾向がみられる。また両学年とも部活動の友人とその他の友人の間には数値の差がみられることから部活動は自己開示を伴う友人関係を提供する主要な機会になっていると考えられる。吉森(1991)は自己開示の影響の一つに周囲からの評価による社会的妥当化をあげているが、クラスほど大人数ではなく密接な関係が必要となる部活動での友人関係は周囲との関係の中で自分を形づくる場になるのではないだろうか。親からの精神的な離脱が課題となる中学生の時に同年代の集団のもつ意味を考慮すれば都築(1984)、高田ら(1985)が指摘するように部活動が中学生の精神衛生に影響を及ぼすことは十分に予測される。特に部活動が共通の興味関心をもとに任意に参加した同輩集団であることから、そこでの不適応は思春期の自己形成に大きく影響することになるであろう。

部活動の在り方はその目的によって大きく変わってくる。特に運動部の場合、チャンピオンシップをどれほど重視するかによって普段の練習の在り方から部の雰囲気まで変化してくる。その結果個人の運動能力や部活動に参加した動機が、その部の方針に合っているかどうかで適応できる者、不適応を起こす者ができてくる。体力的、技能レベル的についていけるかどうかの問題のほかにも、もし友達作りが主たる目的で参加した部活動が、競技力を高めることに主眼をおいた練習形態をとるものならば自分に合わず、反対に達成指向の強い者が同好会的な運営の部活動に加入した場合、共に疎外感を味わうことになる。部活動にはそうした集団と個人の指向性の一致不一致も問題になってくる。それらは表面的には参加→適応→継続もしくは参加→不適応→離脱(退部)の流れになるが、問題は中学生にとって部活動が単なる集団への参加にとどまらず周囲との関係の中でアイデンティティを形成していく心理社会的なプロセスをも含んでいるということにあるだろう。部活動の運営に教育的な配慮が必要なことは繰り返されているが、さらに中学生の心理社会的発達段階も考慮したチームメイトとの人間関係の在り方に対する配慮も不可欠であろう。

[注]

- 1：本研究での「部活動」は教育課程に位置づけられ、正規の時間割に組み込まれているクラブ活動ではなく、教育課程以外の活動(課外活動)として行われているものであり、共通する興味関心をもとに全学年が一斉に参加する活動である。
- 2：部活動の在り方や生徒への奨励には学校により差異があり、部活動に関する調査の対象を抽出する場

合、所属する学校の影響を受けることが考えられる。また環境の影響を受けやすい自己開示を中学生全般として検討するには広範囲にわたり大量の調査対象が必要である。このような条件を考慮し本研究では調査対象を抽出した学校を上述の共通した特徴の中で選んでいる。ゆえに本研究から得られる結果の汎用性には限界があり、学校の取り組み方、性別、学力、地域性などの影響は追試を必要とする。
3：自己開示得点の集計の際には0点として計算する。

引用文献

- 遠藤公久 1989 「開示状況における開示意图と開示規範からのズレとについて」『教育心理学研究』第37巻, pp. 20-28.
- Gleeson, G. (ed) Hardy, L. 1986 "Psychological stress and children in competition," *The growing child in competitive sport* Hodder and Stoughton. pp. 157-72.
- 今橋盛勝(他) 1987 『スポーツ部活』草土文化.
- Jourard, S. M. 1971 "The transparent self," *Van Nostrand*, (岡堂哲雄訳『透明なる自己』誠信書房, 1974).
- 犬養義秀 1987 「子供の発達とスポーツ集団の課題」『体育・スポーツ社会学研究』第6巻, pp. 85-98.
- 笠原 嘉 1977 『青年期』中央公論社.
- 加藤隆勝 1987 『青年期の意識構造』誠信書房.
- 正木健雄 1987 「子供のスポーツ・部活を考える」『教育』第3巻, pp. 21-35.
- Sebold, H. and White, B. 1980 "Teenagers' divided reference group: alignment with parents and peers" *Adolescence* Vol. 15, 6, pp. 697-87.
- 高田千恵子(他) 1985 「青年期の自在感情と部活動に対する認知との関係」『群馬大学医療技術短期大学部紀要』第6巻, pp. 29-35.
- 高見和至 1990 「青年期のスポーツ経験と自我同一性形成の諸相」『体育学研究』第35巻1号, pp. 29-39.
- 都筑 等(他) 1984 「いわゆる部活動の中学生の精神衛生に与える影響」『群馬大学医療技術短期大学部紀要』第5巻, pp. 49-55.
- 古森 護(編者) 1991 「自己と他者」『人間関係の心理学ハンドブック』北大路書房, p. 36.

参考文献

- 遠藤公久 1995 「自己開示における抵抗感の構造」『カウンセリング研究』第28巻, pp. 47-57.
- 加藤隆勝 1977 『青年期における自己意識の構造』東京大学出版会.
- 加藤隆勝 1980 「青年期における自己概念の特質と発達傾向」『心理学研究』第54巻, pp. 279-82.
- 文部省体育スポーツ研究会 1990 『スポーツピア21：21世紀に向けたスポーツの振興方策について』体育施設出版.
- 高見和至 1990 「20 答法による大学運動選手の自己概念の検討」『スポーツ心理学研究』第16巻, pp. 98-100.

謝辞 面倒な質問紙に真摯に解答してくれた調査対象の方々、授業時間を割いて協力してくださった両校の先生方、また繁雑なデータの入力作業を手伝ってくれた方々に感謝いたします。