

スポーツ選手の心理的問題に関する実態調査

On the psychological problems on athletes

米丸健太¹⁾・鈴木 壯²⁾・鈴木久雄¹⁾

YONEMARU Kenta¹⁾, SUZUKI Masashi²⁾ and SUZUKI Hisao¹⁾

Abstract

The purpose of this study was to examine the psychological problems on athletes. Participants were 340 athletes. The results were followed;

(1) The athletes who had worry and anxiety were 78 (22.9%), and wanted to the psychological support were 20 (5.9%).

(2) The female athletes had more worry and anxiety than the male athletes.

(3) Many athletes had worry and anxiety concerning "Body" and "Interpersonal relationship".

(4) The athletes who had worry and anxiety tended to be significantly low score in 6 scales and total score in GSLI (Gifu Sport Life Index). This means they have psychological problems.

These findings will help us to develop the psychological support.

はじめに

スポーツ選手は表面上健康であると見られることが多い。その一端は、例えば体育専攻学生の健康度が高いこと(鈴木ほか, 1993)から知ることができる。しかし、表面上の特徴とは異なり、プレーの不調、ケガ等の身体的問題だけでなく、さまざまな心理的問題を抱えている。例えば、Ogilevie & Tutko (1966) は、負傷頻発、過度の不安、成功恐怖、鬱傾向などの選手の抱えている問題を挙げている。Beisser (1967) は、エディプス葛藤が試合中に再現し、いつも負けてしまう選手、生育歴上の問題が背景にある自己不全感を表面上筋骨たくましく、力強く見せることによって過補償していた選手など、さまざまな問題を精神分析的観点から考察している。Begel & Burton (2000) もまた精神医学的な観点から同様の問題があることを指摘している。また、本共同研究者のスポーツカウンセラーとしての経験(例えば、鈴木, 1992; 2005)のなかで、スポーツ選手が実力発揮や競技力向上など競技に直接関わる心理的問

題、対人関係、自身のパーソナリティの問題などを抱えていることが示されている。さらに、心理的問題を抱えた選手に対する心理サポートが実際に行われている(例えば、小川, 1979; 鈴木, 2002; 中込, 2004)。

以上のように、スポーツ選手はさまざまな心理的問題を抱えていることが示されている。しかし、これらはいずれも臨床事例から見出されたものであり、実証的な調査に基づいているわけではない。スポーツ選手はどのような問題を抱えているのか、その中でどのような専門家の援助を必要としているのか、などといった選手の抱える心理的問題の実態については、これまで実際の調査がなされてきたわけではない。実証的な調査を実施することによって臨床事例からの結論がより明確になるであろう。また、調査結果より効果的な心理サポートを展開するための基礎資料が得られることになるだろう。

以上のことを踏まえて、本研究は、選手の抱える心理的問題の実態調査研究の緒として、岐阜県内の選手を対象に彼らが抱える悩みとその内容について実態調査を実施することを目的と

1) (財)岐阜県イベント・スポーツ振興事業団岐阜県スポーツ科学トレーニングセンター/Sports Science Training Center, Gifu Events and Sports Promotion Foundation

2) 岐阜大学教育学部/Faculty of Education, Gifu University

した。

方法

1. 調査対象

岐阜県スポーツ科学トレーニングセンター (Sport Science Training Center ; SSTC) に体力測定をするために来所した岐阜県内の強化指定校または強化指定運動部の選手395名を調査対象者とした。そのうち、フェイスシートや調査用紙に欠損値のある選手55名を除いた340名を分析対象者とした (表1)。分析対象者の種目は、フェンシング、柔道、空手、陸上、新体操、卓球、バドミントン、ソフトテニス、レスリング、ボクシング、アルペンスキー、クロススキー、スケート、バレーボール、フィールドホッケー、硬式野球、ボートと多岐にわたっていた。また、競技レベルは、国際・全国大会レベルが213名、東海大会など地区大会レベルが68名、県大会までのレベルが59名であった (表2)。

2. 調査手続き及び調査期間

SSTCの体力測定専門職員が、対象選手に対して体力測定のガイダンス時に調査用紙を配布し、その場でまたは体力測定の休憩時間に記入を求め回収した。調査期間は、2010年7月～11月であった。

3. 調査項目

1) フェイスシート：学年、年齢、性別、競技種目、競技成績レベルなどの記入を求めた。

2) スポーツ選手の悩みに関するアンケート調査：日常生活におけるスポーツ選手の悩みの有無とその内容、悩みに対するサポート資源の

有無、専門家への援助希望の有無について回答を求めた。

3) 岐阜県スポーツライフインデックス (Gifu Sport Life Index ; GSLI) : SSTCで開発され (渡植ほか, 1998), スポーツ選手が日ごろ気になっていることや抱えている悩みや問題の傾向を捉えるために用いられている質問紙である。試合場面だけでなく、練習環境や学校・家庭生活など競技に関わる生活全般にわたる選手の心理面を総合的に概観することが可能な心理検査である。「練習」「指導者」「行動」「心理」「活気」「充実」「けが」「疲労」「人間関係」「サポート」「ストレス」の11下位尺度66項目からなり、すべて「はい」「いいえ」の2件法で回答する。

表2 対象者の競技レベルの人数 (男性・女性)

競技レベル	人数
国際・全国出場	213 (137・76)
地区出場	68 (53・15)
県大会出場	59 (48・11)
計	340 (238・102)

単位:人

結果と考察

1. 選手の悩みと専門家への相談希望の有無

「現在、何か悩んでいることや困っていることがありますか？」の問いに対して、「はい」と回答した選手は78名で全体の22.9%であった (表3)。この結果は、悩みを持つ一般の中学生

表1 対象者数 (男性・女性) と平均年齢 (標準偏差(SD))

	1年生	2年生	3年生	合計人数	年齢(SD)	男性	女性
中学生	2(1・1)	23(9・14)	25(9・16)	50(19・31)	13.96(0.81)	(14.00(0.67)	13.94(0.89))
高校生	103(71・32)	102(78・24)	29(28・1)	234(177・57)	16.24(0.81)	(16.33(0.79)	15.98(0.79))
大学生	24(18・6)	26(21・5)	6(3・3)	56(42・14)	19.05(0.81)	(19.00(0.77)	19.21(0.97))
			(計)	340(238・102)	16.37(1.64)	(16.61(1.49)	15.80(1.85))

単位:人

単位:歳

が23.3%，高校生が27.4%いたことを報告している今田ほか（1999）や三浦ほか（1999）とほぼ一致している。このことは、スポーツ選手も一般の生徒と同様に悩みや問題を抱えていることを示している。

また、「現在抱えている悩みや課題を、こちらの専門家に相談したいですか？」の問いに対して、「はい」と回答した選手は20名で全体の5.9%であった（表5）。これは、悩みや問題の解決に向けて専門家の援助を希望する選手がわずかながらに存在することを示している。援助を希望する選手の存在は、それに応える専門家や専門機関の必要性を示唆している。その中には、スポーツメンタルトレーニング指導士（以下、SMT指導士）で応じられる場合とそうでない場合が考えられる。現在の心理サポートはメンタルトレーニングに関わる指導やアドバイスによるサポートが主流であり、パーソナリティの問題や発達課題が彼らの悩みの背景にあるような「競技生活の中で心理的問題を抱えたアスリートの相談を行う専門機関は少ない」（中込，2009）状況である。悩みや問題を抱えた選手に応えるためには、SMT指導士以外の専門家や専門機関の充実もまた必要であろう。

2. 悩みの有無の男女差，発達年代差，競技レベル差

悩みの有無（2）×男女（2），悩みの有無（2）×中高大学生（3），そして悩みの有無（2）×競技レベル（3）の χ^2 検定を行い，悩みの有無を男女，発達年代，競技レベルで比較検討した（表3）。

その結果，悩みの有無の男女差が有意であった（ $\chi^2(1) = 14.65, p < .01$ ）。これは，男子よ

りも女子の方が悩みを多く抱える傾向にあることを示している。この結果は、「女性アスリートは精神的不調を訴えやすい」と指摘している岸ほか（2008）と一致している。鈴木（1992）もまたスポーツカウンセリングへの来談者は男性よりも女性の方が多いことを報告している。女子選手は，男性性と結びつきの強いスポーツ環境の中で「男らしさ」と「女らしさ」との性別役割の葛藤を抱きやすく，また，やせた身体への強い欲求から食行動異常を起こす可能性があることが指摘されている（阿江，1996；藤原，2000）。さらに，他者との協調や親密さを重視するといった女性の行動特徴から，運動部内の人間関係に問題を抱え不適応を起しやすいことも考えられる。本調査結果は，以上のような女性選手の特徴を反映していると考えられる。こうした悩みや問題を抱えやすい女子選手の心理サポートでは，人との関係と取り方についての配慮が必要になってくる。

悩みの有無の発達年代差，競技レベル差は有意ではなかった。これは，発達年代差，競技レベル差によって悩みの有無に違いがないことを示している。選手は発達年代や競技レベルに関係なく悩みや問題を抱えているのである。

3. 悩みの内容分析と心理サポート

自由記述された78名の選手の悩みの内容を，KJ法を用いて分類した（表4）。そのなかで，特に件数の多かった項目は“身体の痛み・怪我”16件，“プレーの不調・不具合”12件，“人間関係”12件であった。

“身体の痛み・怪我”は、「怪我をしやすい」「腰が痛い」「怪我を治して今までよりも速くなれるのか」などであった。過酷な身体活動を行

表3 悩みの有無による男女別の人数

	男	女	中学	高校	大学	国際・全国	地区	県	合計
悩み有	41	37	13	46	19	51	15	12	78
悩み無	197	65	37	188	37	162	53	47	262
合計	238	102	50	234	56	213	68	59	340

単位:人

表4 悩みの内容と人数

内容		人数	男	女	中学	高校	大学	国際・全国	地区	県
競技力向上・実力 発揮の問題	プレーの上達	5	4	1	3	2		1	2	2
	プレーの不調・不具合	12	6	6	7	5		8	3	1
	身体の痛み・怪我	16	7	9	5	9	2	12	2	2
	体型・体格	8	5	3	8			7	1	
	モチベーション	2	1	1			2	1	1	
人間関係の問題	人間関係	12	7	5	8	4		9	1	2
性格の問題	性格	4	2	2	1	2	1	2	1	1
日常生活の問題	進路	9	3	6	3	3	3	6	2	1
	生活	10	6	4	4	6		6	1	3
(計)		78	41	37	13	46	19	52	14	12

単位:人

う競技スポーツにおいて、身体の痛み・怪我についての訴えが多くなることは当然のことであろう。競技力向上をめざし、競技にエネルギーを注げば注ぐほど身体的負担が増し、身体の痛みや怪我の危険性は高まる。そのとき、心理的負担もまた同様に増すだろう。そのため、身体の痛みや怪我の意味を考え、それといかに関わり合い、乗り越えていくかを考えざるを得ない。それは選手としての一つの課題であり、その過程を支える一つとして心理サポートが考えられる。

また、スポーツ選手の身体の痛みについて三輪・中込(2005)は、Saundersの“Total Pain”の概念を援用し、痛みを単なる身体的な痛みとしてではなく、こころの奥底にある痛みの訴えとしても捉えられることがあると指摘している。さらに、鈴木(2001a)は、スポーツ選手が言語よりも身体で活動することが生活の中心であるために、心理的な問題を身体を通じて表現することがあると述べている。実際に身体を通じて心理的問題を表現した選手のサポート事例もいくつか報告されている(例えば、鈴木, 2004)。このように身体に関わる問題に心理的背景の存在が考えられるゆえに、本調査結果から示されている“身体の痛みや怪我”の中身について今後精査し、心理面から必要なサポートを検討し

ていくことが必要である。

次に多く挙げられたのは、「落ち着いてプレーできない」「自分のプレーができない」「結果が出ない」などの“プレーの不調・不具合”に関する悩みであった。パフォーマンスの向上や競技成績を求めて生活している選手にとって、プレーの不調・不具合は直接その選手自身に関わる大きな問題である。そのため、“プレーの不調・不具合”に関する悩みについてもまたその背景にある心理的要因について精査し、心理面から必要なサポートを検討していくことが必要である。

本調査で記述された悩みの“プレーの不調・不具合”、“身体の痛み・怪我”、“体型・体格”などは「身体」に関するものであった。これは、中込(2004)がスポーツ選手の心理相談においては一般の心理相談よりも自己の「身体」への訴えが多いと報告していることと一致する。「身体」に関わる問題は「心」とは無関係と見られることが多いが、その内容を検討することで、心理サポートの必要性のあるケースが見出される可能性がある。

プレーの不調・不具合と同数挙げられたのは、「チームメイトの事が理解できない」「指導者との関係が悪い」などの人間関係に関する悩みであった。これは、運動部では人との関係が密に

表5 悩みにおける援助希望の有無別の人数

内容	人数	援助希望有	援助希望無
プレーの上達	5		5
プレーの不調・不具合	12	2	10
身体の痛み・怪我	16	2	14
体型・体格	8	4	4
モチベーション	2		2
人間関係	12	6	6
性格	4	2	2
進路	9	2	7
生活	10	2	8
(計)	78	20	58

単位:人

なるため、あるいは部特有の上下関係があるため、人間関係の問題が生じやすいということを示しているのであろう。運動部の退部理由の一番が「人間関係の軋轢」であるといった青木(1989)の報告や、鈴木(2001b)が「競技集団は関係が親密になるために、非常に嫌がられたり、敬遠される、あるいは苦手意識を持たれる競技者が出ることもあり、人間関係が悪化して悩んだあげくに来談することがよくある」と述べていることから、人間関係の悩みを抱える選手は少なくないと考えられる。本調査結果では、こうした人間関係の悩みがあるとした12名のうち、専門家の援助を希望する選手が6名おり、その割合が比較的高かった(表5)。スポーツ選手の人間関係の問題はチームメイトや指導者との関係など同じ運動部内での問題が多いため、関係者以外の援助を求めていることを示しているのであろう。

ところで、チームメイトや指導者との関係が、中学・高校・大学生のスポーツ選手それぞれの自我発達に関連していることが指摘されている(竹之内ほか, 2006; 2010)。つまり、選手が訴える人間関係の問題の背景に心理社会的発達上の課題があることが予想されるのである。したがって、心理サポートの専門家は、その発達課題についても配慮することが求められる。

本調査では、性格や日常生活に関する悩みも

挙げられており、選手の抱える悩みは多様であることが示されている。競技力向上や実力発揮に限定した視点から選手を捉えるばかりではなく、日常生活や発達段階の問題など多様な視点から選手を捉え、サポートしていくことが求められる。

4. 悩みの有無とGSLIの得点の比較

悩みがあると回答した選手^{注)}(N=78)を悩み有群、悩みがないと回答した選手(N=262)を悩み無群として、悩みの有無によるGSLIの11下位尺度の平均得点を比較した(表6)。なお、GSLIの各項目の回答は、それぞれ「はい」を1点、「いいえ」を0点とした。

その結果、「行動」「心理」「けが」「疲労」「人間関係」「ストレス」の6尺度と「合計得点」において有意な差が認められた [$t(338)=2.25, p<.05$; $t(338)=3.64, p<.01$; $t(105)=4.32, p<.01$; $t(112)=3.68, p<.01$; $t(107)=2.62, p<.01$; $t(338)=6.69, p<.01$; $t(338)=4.47, p<.01$]

悩み無群より悩み有群が「けが」「疲労」「人間関係」の得点が有意に低かったことは、悩みのある選手は悩みのない選手よりも怪我をしている、あるいは怪我をしやすいこと、身体的な疲労感、倦怠感を感じやすいこと、そして孤独感や対人不安を感じていることを示している。これらの結果は、「身体」や「人間関係」に関する記述が多いことを示した、悩みの内容に関する本研究結果と重なるものであり、選手の抱える悩みの傾向はGSLIの得点上においても反映されていることを示している。

また、「行動」や「心理」においても有意な差が認められたことは、悩みのある選手が、悩みのない選手よりも実力を発揮できなかったり、試合でプレッシャーを感じたりすることが多いことを示している。

さらに、「ストレス」においても有意な差が認められたことは、悩み有群の方がストレスを多く感じていることを示している。

以上の結果はGSLIの各項目が妥当であることを裏づけているとも言える。

一方、「活気」や「充実」において有意差が認められなかったことは、悩み有群であっても

表6 悩みの有無によるGSLIの平均得点の比較

	悩み有群(N=78)	悩み無群(N=262)	t値
練習	3.91	4.18	1.96 †
5項目	(1.20)	(1.05)	
指導者	4.26	4.53	1.76 †
5項目	(1.25)	(0.97)	
行動	3.44	4.00	2.25 *
7項目	(2.04)	(1.90)	
心理	3.46	4.61	3.64 **
9項目	(2.37)	(2.48)	
活気	5.46	5.65	0.97
7項目	(1.53)	(1.37)	
充実	7.56	7.62	0.28
9項目	(1.61)	(1.63)	
けが	2.81	3.42	4.32 **
4項目	(1.16)	(0.89)	
疲労	3.67	4.44	3.68 **
6項目	(1.68)	(1.43)	
人間関係	2.62	2.79	2.62 **
3項目	(0.54)	(0.43)	
サポート	4.18	4.19	0.12
5項目	(1.05)	(0.94)	
ストレス	2.65	3.98	6.69 **
6項目	(1.61)	(1.51)	
合計	44.01	49.42	4.47 **
66項目	(10.21)	(9.10)	

注) ()内は標準偏差 †: p<.10, *: p<.05, **: p<.01

無群であっても、相応に適応していることを示しているのであろう。しかし、そうであったとしても、合計得点に示されるように全般的に悩み無群より悩み有群の得点が低かった。このことは、悩みのある選手が悩みのない選手よりも、様々な側面で悩みや問題を抱えやすいことを示しているのであろう。

「身体」や「人間関係」に関する項目だけでなくGSLIの全ての項目において、悩み有群の得点が悩み無群よりも低かったことは、選手の抱える悩みの背景に心理的問題があることを示しているのかもしれない。例えば、選手は怪我をしたことでストレスを増大させたり、充実感を感じられなくなったりするだけでなく、怪我の背景にはパーソナリティの問題や人間関係の問題などのあることも考えられる。本研究では選手の抱える悩みの背景にある心理的問題につ

いて詳細な調査をしているわけではないので、今後は選手の抱える心理的問題について精査していく必要がある。

5. 悩み有群の事例的検討

悩み有群はどのような悩みを抱えていて、どのような心理サポートが必要とされるのであろうか。そのことを3事例を通じて検討することにする。以下に事例ごとに、①悩みの内容②GSLIの合計得点と得点の低い尺度の得点③問題の理解と考えられる心理サポートを示した。

1) 事例X

①悩みの内容：「怪我をしやすい。競技でどうしてもマイナス思考になってしまう」

②GSLIの得点：合計33点。低い得点は「行動」1点、「心理」0点、「怪我」0点、「ストレス」2点。

③問題の理解と考えられるサポート：「行動」や「心理」の得点が低く、悩みの内容として怪我と同時に心理面の課題があげられていた。このことから、怪我の背景に心理的問題のあることが想像される。このような選手に対しては、選手の怪我を治療していく過程を支えると同時に、マイナス思考の心理的背景を理解しなければならない。そのときには、生育歴、競技歴、人間関係等を聴き取りながら、パーソナリティ上の背景にある心理的問題を見極め、その解決のための心理サポートが必要になる。また、医師やトレーナーと連携し、怪我の実状を把握しながらサポートしていくことも必要になる。

2) Y選手

①悩みの内容：「自分ではやる気を持って取り組んでいるが、周りからは評価してもらえない」

②GSLIの得点：合計33点。低い得点は「指導者」2点、「行動」2点、「心理」1点、「人間関係」2点。

③問題の理解と考えられるサポート：「行動」「心理」の得点に示されるように、プレー中にプレッシャーを感じて実力を発揮できなくなることがあると感じていると想像される。しかし、悩みの内容からは、自分自身の課題よりも周りの評価に注意が向いていることがわかる。このような選手は、自他の評価がズレている、自己

評価が低い、他者評価を過度に気にしているなどの心理的問題が想像される。このような選手は、自分が信頼され、尊重されているという体験が必要である。そのためには、良い時、悪い時はどのようなプレーをしているのかなど選手の自身の課題を選手の話しを共感的に傾聴しながら共に整理し、自己への気づきを向上させるようなサポートが必要である。

3) 事例Z

①悩みの内容：「競技を辞めようかと考えている」
 ②GSLIの得点：合計29点。低い得点は「指導者」3点、「充実」2点、「怪我」1点、「人間関係」1点、「サポート」1点。
 ③問題の理解と考えられるサポート：「怪我」や「人間関係」の得点が低く、また「充実」の得点も低い。また、競技を辞めようと悩んでいる。これらのことから、運動部への不適応を起している可能性が考えられる。さらに、「指導者」や「サポート」の得点も低く、悩みを抱えながらも相談者のいないことが予想される。このような選手に対しては、選手が語る悩みを傾聴し、共感的に受け止めることが必要である。そのことによって選手自身が問題と向き合い自己解決していく過程を支えるようなサポートが考えられる。

以上の事例で示したように、選手個々によって悩みや問題が異なるため、それに応じた心理サポートをしていく必要がある。そのためには、選手の抱える悩みや問題を適切に理解することが必要になる。本研究では、自由記述の内容とGSLIの得点から問題を理解するに留まっているが、今後は、選手の抱える悩みや問題について面接調査等を通じてその内容を検討していく必要があるだろう。そのことで、より詳細に選手の心理的問題を理解することができ、それがより適切な心理サポートの展開につながると思われる。

まとめ

本研究は、岐阜県内の強化指定校あるいは強化指定部の選手340名を対象に、選手の抱える

心理的問題の実態調査を行った。その結果は、以下のものであった。

1) 悩みや問題が有るとした選手は、78名(22.9%)、専門家の援助を希望する選手は20名(5.9%)であった。

2) 男子よりも女子の方が、悩みが多くある傾向にあった。

3) 選手が記述した悩みは、「身体」に関する問題と「人間関係」に関する問題が多かった。

4) 悩みが有ると記述した選手は、GSLIの6尺度と合計得点で有意な差が認められ、心理的問題を抱えていることが想像された。

これらの結果は、これまでの臨床事例の結論を裏付けるものであり、今後の心理サポートを展開する上での基礎資料となり得るものである。しかし、本研究の対象は、岐阜県内の選手のみであり、本研究結果をスポーツ選手全般の特徴として一般化するには慎重を期する必要がある。今後は対象の範囲を広げて調査をする必要がある。また、面接調査等によって悩みの内容の詳細や必要な心理サポートについて精査する必要がある。それらは、いずれも今後の課題である。

付記：本研究をまとめるにあたって、平成22-24年文部省科学研究費補助金（基礎研究（C）：課題番号22500571）の一部の助成を受けた。

注：「悩みがある・ない」という回答は意識的にできる範囲での回答であり、たとえば「悩みがない」と回答した選手には、実際に悩みを抱えていても心理的抵抗のため「ない」とした選手、悩みが深刻すぎるため意識化できず「ない」とした選手、「悩みがある」と回答した選手には内向的であるために「ある」とした選手など、さまざまな選手が存在することが考えられる。本研究ではその辺りのことは考慮に入れずに、意識レベルでの回答として検討した。

文 献

- 1) 阿江美恵子（1996）女性競技者の心理について。体育の科学, 46（11）：907-911.
- 2) 青木邦男（1989）高校運動部員の部活動継続と

- 退部に影響する要因. 体育学研究, 34 : 89-100.
- 3) Begel, D. & Burton, R. W. (2000) Sport psychiatry. W. W. Norton.
- 4) Beisser, A. R. (1967) The madness in sport: Psychosocial observation on sports. Meredith Publishing.
- 5) 藤原真理 (2000) 女性とスポーツ 上田雅夫 (監) スポーツ心理学ハンドブック. 実務教育出版, pp. 370-383.
- 6) 今田里佳・須々木真紀子・関根たまえ・田村節子・大関健道・小野瀬雅人・石隈利紀 (1999) 中学生・高校生のもつ悩みに関する学校心理学的研究 (1) -学習, 心理・社会, 進路, 健康の側面から-. 日本教育心理学会総会発表論文集, 41 : 564.
- 7) 岸順治・鈴木壯・黒川淳一・高橋正紀・松岡敏男 (2008) General Health Questionnaire (GHQ) からみたアスリートの精神健康度の特徴. 岐阜経済大学論集, 41 (3) : 25-36.
- 8) 三浦美智子・横島義昭・難波博子・小野瀬雅人・石隈利紀 (1999) 中学生・高校生のもつ悩みに関する学校心理学的研究 (2) -学習, 心理・社会, 進路, 健康の側面から-. 日本教育心理学会総会発表論文集, 41 : 565.
- 9) 三輪沙都子・中込四郎 (2005) 負傷競技者の体験する“痛み”の事例研究-Total Pain概念による事例の分析を通して-. スポーツ心理学研究, 31 (2) : 43-54.
- 10) 中込四郎 (2004) アスリートの心理臨床, 道和本書院.
- 11) 中込四郎 (2009) アスリートのメンタルサポートとは. 臨床スポーツ医学, 26 (6) : 621-625.
- 12) 小川捷之 (1979) アポロ的すぎたスポーツマンあるサッカー選手の挫折-. 新体育, 49(2):96-105.
- 13) Ogilvie, B. & Tutko, T. (1966) Problem athlete and how to handle them. Pelham.
- 14) 鈴木壯 (1992) スポーツ・カウンセリングルームの活動報告. 大阪体育大学紀要, 23 : 9-15.
- 15) 鈴木壯・荒木雅信・奥田愛子 (1993) 大阪体育大学生の精神健康-UPIの結果より-. 大阪体育大学紀要, 24 : 39-42.
- 16) 鈴木壯 (2001a) スポーツ選手の身体とこころ-身体が語ること 山中康裕 (監) 魂と心の知の探求-心理臨床学と精神医学の間. 創元社, pp. 114-121.
- 17) 鈴木壯 (2001b) 競技者の心理的トラブルとその予防・対策-カウンセリングを通して見えるもの. 体育の科学51 (5) : 349-352.
- 18) 鈴木壯 (2002) 腕の堅さを訴えたスポーツ選手との面接. 岐阜大学心理教育相談研究, 1 : 3-8.
- 19) 鈴木壯 (2004) 負傷 (ケガ)・スランプの意味, それらへのアプローチスポーツ選手への心理サポートの事例から-. 臨床心理学, 4 (3) : 313-317.
- 20) 鈴木壯 (2005) スポーツ選手の心理的支援-メンタルトレーニング, スポーツカウンセリング, そして精神医学-. スポーツ精神医学, 2 : 17-21.
- 21) 竹之内隆志・田口多恵・奥田愛子 (2006) 中学ならびに高校運動選手のパーソナリティ発達: 自我発達を指標とした検討. 体育学研究51 : 757-771.
- 22) 竹之内隆志・奥田愛子・大畑美喜子 (2010) 運動選手の機器経験と自我発達: 危機事象の発達の变化. 日本スポーツ心理学会第37回大会研究発表抄録集, pp. 28-29.
- 23) 渡植理保・岩田真一・鈴木壯・岸順治 (1998) カウンセリングの補助資料となる心理検査の開発. 日本スポーツ心理学会第25回記念大会研究発表抄録集, pp. 16-17.