

# 卓球競技のバーンアウト発症機序プロセスにおける事例研究

1220406 家高しの

指導教員 坂本泰祥

## 研究背景

近年のスポーツ選手に対する厳しいトレーニング面での管理体制によって選手たちの精神的な負荷レベルは一段と上がっている。著者の周りでも、バーンアウトのような症状が高校時代のチームメイトの一人で見られた。そこでバーンアウトについて文献研究を行った結果、中込等の研究を見出した。その中で、中込等はスポーツ選手のバーンアウト発症機序プロセスについて明らかにしていた。しかし、その5事例の中に卓球競技の事例はない。そのため卓球の事例でも上述のバーンアウト発症機序プロセスが確認できるか検証する必要がある。

## 研究目的

そこで本研究では、中込等の示したバーンアウト発症のフレームワークが卓球競技にも言えるのか検証することを目的とする。

## 調査・分析方法

本研究では、文献研究とインタビュー調査を行う。まず上述した中込等の研究に基づきインタビュー調査を行った。その結果を中込等が提唱する要因連関図というツールを用いてバーンアウトに至るプロセスと要因間の関係を分析した。中込等は実際に5つの事例がどんなプロセスを経て、バーンアウトに至るかをこの要因連関図という分析ツールを提案することで、どういった要因が関係を持ちながらプロセスを進行させているのかを詳細に分析できるようにしている。

## 分析結果

分析の結果、パーソナリティ、競技環境、そして対人関係が影響を及ぼし合い、熱中→停滞→固執→消耗を経てバーンアウトに至るまでのプロセスを経ることを確認することができた。さらに中込等の事例とは違う新たな要因間の因果関係も発見した。これは卓球競技ならではの独自性をもった要因ではないかと考え着目する。

## 考察・結論

以上の分析より中込等の明らかにしたバーンアウト発症機序プロセスで卓球競技の強化選手のバーンアウトを説明することができたと考えられる。一方では中込等が対象とした事例では見られない、異なる要因間の新しい因果関係を発見することができた。それは卓球協会の育成システムに原因があると考えられる。選手を強化選手に指定する際は本人の性格特徴に合わせたサポートも必要である。実際に中込等の研究でバーンアウトになりやすい性格特徴とされたメランコリー親和型性格特徴が卓球競技の強化選手に当てはまった。

以上より本研究を通して次のことが言える。

- 中込等の研究で提言されたバーンアウト発症機序プロセスに今回の研究で一般性の一端を示すことができた。
  - 今回の卓球選手の事例では卓球競技ならではの要因同士の因果関係も発見できた。
- 一方今後の課題として、
- バーンアウト発症のプロセスだけでなく、バーンアウトの予防法について研究する必要がある。