

自己存在感の認識に関する考察

—— 陸上競技(110m障害)と武道(柔道・なぎなた)を中心に ——

西村次郎・太田正和*

岡山理科大学工学部

*岡山理科大学理学部

(1995年9月30日 受理)

1. はじめに

眼前に並ぶ10台のハードル。スタートラインに立ったハードラーの多くは、言いようのない胸の高まりと興奮をおぼえるものである。そして、0.1秒の記録短縮のために、1日に100台以上のハードルを跳ぶのである。東京オリンピックに出場したあるハードラーは、ハードルの木製バーの上に5円硬貨をのせ、ハードルをクリアーする際にバーに触れないで、その5円硬貨を落とすトレーニングをしたといわれている。また、ボストンマラソンをはじめ、国内外のマラソンレースで輝かしい成果をおさめた瀬古選手などは、1日に50kmを走るトレーニングも珍しくなかったという。柔道家においても、技の習得のために、相当の日数を費やすといわれている。ある歴史的な登山家が「なぜ山に登るのか」と聞かれ、「そこに山があるから」と答えた話はあまりにも有名である。

我々は1回限りの人生を送っている絶対的な存在であるが、各個人(陸上競技110mハードル・柔道・なぎなたを経験した人)においては、それぞれ、陸上競技(ハードル)、柔道、なぎなたはどのような価値観があり、自己の存在の意味とどのように関わりあったのであろうか。人間の生き方については、古くはシュプランガー(Spranger, E.)が、個人の追求する価値の方向に基づいて理論人、経済人、審美人、社会人、権力人、宗教人、の6類型を設定し、これによって人間の生き方を捉えようとしている。また、モリス(Morris, C. W.)は13の道を提唱している。

本稿では、競技者の自己存在感、そして自己実現としての「生きがい感」という視点から考察する。

2. 方 法

研究、調査をする場合、通常、仮説をたて質問紙などによって調査し、統計的な処理をすれば結果が出てくるが、本稿の視点を考えると、必ずしもそのような方法では、競技者の真実の実態が明らかになるとは考えられない。そこで単に研究、調査の対象として観るのではなく、共に生きるという観点から、相手の自己開示性(self-disclosure)を尊重しながら

ら面接し、調査項目についてあらかじめ記憶する「構造化された面接法」を採用した。

3. 事例

事例① W. T. 47歳 男性 身長172cm 体重62kg

種目：110m障害，最高記録14秒3，アジア大会1位

(1) 陸上競技をはじめた動機

小学生の時より走るのが速かった。中学校ではごく自然に陸上部に入部した。ハードルとの出会いは遊び半分で、指導者から特別な指導はうけていない。

(2) 競技力(記録)のレベルアップとともに、陸上競技に対する価値観に変化があったかどうか

競技力の向上によって、価値観に変化があった。具体的には、大学入学後、1年生のシーズンオフにランキング1位となり、その頃から、より強く、より速くを追い求めるようになった。春の合宿では、7日間に1000台のハードルを跳び込むことによって自信を深めた。その後、合宿、練習の成果が確実に競技力、成績に表れていった。その後もハードルを跳び込むことによって価値観を求めていった。反面、トレーニングを中断することへの不安がいつもつきまとい、“休む”ことに対する苦しい気持ちとの戦いであった。

(3) 選手の時と指導者の立場になってからとでは価値観に変化があったかどうか

より高い目標(精神的)にむかっているような気がする。また、最近では、スポーツ文化論の視点からスポーツを考えるようになり、単に競技力、成果を追い求めるだけでなく、人間とスポーツとの関わりについても考えるようになった。

(4) 現在、あなたにとって陸上競技とはどのような存在(意味、価値)であるか

ひとり一人の陸上競技部員の競技力を高めたいという気持ちでグラウンドに立っている。自分自身の経験から、陸上競技は人間関係を育ててくれるものと考えている。同時に、そのようなコーチング姿勢でありたいと思っている。このようなことから、部員達ともトレーニング、競技力、人間関係を育てていきたいと思っている。

事例② H. T. 40歳 男性 身長178cm 体重73kg

種目：110m障害，最高記録14秒4

(1) 陸上競技をはじめた動機

中学生の時は野球をやっていた。高校で個人競技(陸上)に興味をもった。(高校での野球に対する限界を感じていた。体力、トレーニング面)

(2) 競技力(記録)のレベルアップとともに、陸上競技に対する価値観に変化があったかどうか

高校時代は、指導者はほとんどグラウンドに出てこなかった。専門は短距離で100m11秒3，200m23秒5の選手であった。大学入学後、1年間は短距離とハードルをやって

いた。2年になり、ハードルの有名な指導者と出会った。基礎からの運動をしっかりとやり、3年時には競技会に出れば自己新記録であった。4年時には、関東インカレ3位になり、記録も向上し、競技会での勝利の感覚を経験した。1年時には、練習が苦痛で逃げていたが、4年時には練習が苦痛でなくなり、知らないうちに自己の生活の中で、競技が中心になっていった。また、このころより、指導者の記録が目標となってきた。そして、この指導者の言うことを実行していれば記録が伸びるという信頼関係が強くなった。社会人になってからは、練習も単独で集中力を高めるよう努力した。また、現役として活動できる期間は限定されるので、やれる時にしっかりとやっておきたいと意識した。

(3) 選手の時と指導者の立場になってからとでは価値観に変化があったかどうか

現在、体育指導員として子供達と関わっている。また、指導者(教員)とも接する機会があるが、悪い意味での唯我独尊の世界に入り込んでいる人も見うけられる。自分自身としては広い視野で、正しい技術を教えられる魅力ある指導者になりたいと考えている。

(4) 現在、あなたにとって陸上競技とはどのような存在(意味、価値)であるか

ハードル競技の魅力というのは、フラットレースと異なり、10台をクリアするのに10台とも完璧はあり得なく、ゴルフと同じように奥の深い点であると思う。性格的にもグズグズ考えずにプラス思考で考えるタイプなので仕事においてもプラスになっている。(競技の経験が)

事例③ F. Y. 37歳 男性 身長185cm 体重80kg

種目：110m障害, 最高記録14秒6, アジア大会1位

(1) 陸上競技をはじめた動機

体が弱かったことと、兄が陸上(ハードル)をやっていたので陸上競技をはじめた。

(2) 競技力(記録)のレベルアップとともに、陸上競技に対する価値観に変化があったかどうか

中学1年から陸上をはじめたが、中学時代は走り高跳びで1 m74cm, ハードルでも郡の大会で入賞する程度であった。高校入学後は指導者にも恵まれ、高3の国体では高校新記録を樹立した。大学進学後は、特に、冬期練習において質、量とも豊富で納得のいくものであった。日常の生活もおのずから競技中心へと移行し、成績の方も日本新記録をうち立てることができた。社会人になってからは追い込んだ練習がなかなかできず、維持するだけで精一杯であった。その中で、各国際大会出場、アジア大会1位は満足のいくものであった。しかしながら一方では、競技力(記録)の向上とともに、自分自身の心の中でハングリー精神(レースに対する心理的欲求)がしだいに弱くなっていったと思う。

- (3) 選手の時と指導者の立場になってからとでは価値観に変化があったかどうか
大きな変化は無いと思う。現在、選手を育成することの難しさを感じている。ひとり一人の生徒の記録が向上するように意識してやっているが、なかなか難しい。自分が競技をやっていた方が楽である。
- (4) 現在、あなたにとって陸上競技とはどのような存在(意味, 価値)であるか
過去に日本記録を樹立したことやアジア大会1位ということは、すばらしい思い出にはなっているが、それは現在の生活の中では一部分である。

事例④ S. U. 21歳 女性 身長155cm 体重46kg

種目：100m障害, 最高記録13秒76

- (1) 陸上競技をはじめた動機
小学生の頃から走ることに自信があった。市内の陸上競技大会やクロスカントリー大会に出場していた。ソフトボール, バレーボール, 水泳など, 他のスポーツも楽しんでいて。中学生になり, 陸上競技とバレーボールとどちらにするのか迷ったが, 団体スポーツよりも個人スポーツの方が好きなことと, 身長が低かった事もあり, 陸上競技を選んだ。100mハードルをやりはじめたきっかけは, 中学校1年生の時に2つ上のハードルの先輩に憧れ「私もやってみたい」と思い, はじめた。
- (2) 競技力(記録)のレベルアップとともに, 陸上競技に対する価値観に変化があったかどうか
大学3年時までは, チャンスはあったものの13秒台の厚い壁がなかなか破れず, 自分自身に対するはがゆさと, ハードルに対して苦痛を感じていた。大学4年になりやっとその壁を破ることができ, 大会に出るごとに記録が更新され, ハードルを跳ぶことがとても楽しくなった。今まで分かっていた出来なかつた動作がスムーズに出来るようになり, 自分の思い通りのイメージを描くことがかなりできるようになった。14秒台の頃は, 練習でも大会でもなかなか思い通りに動き作りが出来なくて逃げ腰になったり, なかなか気分が乗らなかつたりと, 気持ちと体がバラバラといった感じであった。競技力の向上にともない, そういったバラバラなものがかなり一体化したようになり, ハードルを毎日でも跳んでいたいという気持ちに変化した。記録が出なかつた頃は, 試合に対しての恐怖心や不安から, あまり試合にも出たくなく, 消極的であった。それが, 壁を破ったとたんに試合が待ち遠しくなりどんな試合でも挑戦してみようという気持ちになった。現在は試合の雰囲気やレースを楽しんで走っている。記録が出なかつた頃の自分とは全く対照的な姿勢に大きな変化を感じている。
- (4) 現在, あなたにとって陸上競技とはどのような存在(意味, 価値)であるか
現在は大学4年生で現役の競技者であるが, 4年生になると授業も週に2時限だけなので練習中心の生活である。今までと違い自由な時間がたくさんあって, 自分のやりたいときに練習が出来るということもあってか, 陸上競技そのものが私自身にとっ

ての生活スタイルとなっている。私にとって100mハードルは趣味であり、生きがいである。

事例⑤ O. Y. 92歳 男性 身長167cm 体重90kg

種目：ハンマー投げ・砲丸投げ・円盤投げ，アムステルダムオリンピック出場

(1) 陸上競技をはじめた動機

中学への通学に歩いて1時間半かかっていた。そのころは陸上部ではなく、徒歩部という名であった。とにかく体を動かすことが好きで鉄棒をやったり、砲丸を投げていた。

(2) 競技力(記録)のレベルアップとともに、陸上競技に対する価値観に変化があったのかどうか

大学進学後、個人として円盤投げ、ハンマー投げで日本新記録を作り、また、競走部としても日本国内では敵なしというところまでいったので、部長(教授)の発想で、英国の私大の双璧、オックスフォード、ケンブリッジ両校に試合を申し込み、日本ではじめての大学の海外遠征が実現された(昭和3年)。とにかく、勝負ごとが好きで、体を動かすことが好きだった。だから、陸上競技は自然にやった。

事例⑥ H. O. 60歳 女性 身長155cm 体重45kg

種目：なぎなた，O県なぎなた連盟理事長

(1) いつごろから、どのような動機でなぎなたを始めたのか

記憶がはっきりしないが、小学校4年の時になぎなたをもっている写真がある。母親が戦前からなぎなたをやっており(O県なぎなた連盟前理事長)、その影響でなぎなたを始めた。

(2) 技術(競技レベル)のアップ、そして、年齢とともに、なぎなたに対する意識はどのように変化したのか

小学生の時は、武道廃止令により、神社などの儀式としてなぎなたが行われていた。また、なぎなた対なぎなたの試合は禁止されており、剣道と試合を行っていた。現在のなぎなたの刀と異なり、全部カシの木で刀ができていた。上記のような状況から、家庭で母親からなぎなたの手ほどきをうけていた。中学になり、1週間に1度、道場で手ほどきをうけていた。高校では、なぎなた部がなかったので剣道部に入り、友人2~3人とそこでなぎなたをやっていた。朝日高、操山高の2校戦に出場していた。大学生になり、体育実技で剣道をやっていた。なぎなたの練習は1週間に1度であった。大学を卒業後、家の仕事を手伝うようになり、そんな中で週に1回、内山下小学校で練習を行う。35歳ごろまでは、なぎなたをやっているだけで母親が喜んでくれるという意識が強く、母親のためになぎなたをやっていたところが大きかった。40歳のころに、仕事となぎなたとの選択にせまられた。なぎなたをやめてしまおうと思ったのはこの時だけであったが、悩んだ末、仕事をやめてなぎなたを続けることにした。また、

このころより、親が喜ぶからするというのではなく、自分でやれる幸せ、なぎなたをさせてもらえることは幸せであるという意識に変化した。その後、母親が亡くなり、なぎなた連盟理事長を引き継いだ。

(3) 選手の時と指導者の立場になってからとでは価値観に変化があったかどうか

〇県では、なぎなたの指導者が少なかったので、選手時代から指導者の育成に力を注いできた。教えながら、また、学ぶことも多い。

(4) 現在、あなたにとってなぎなたとはどのような存在(意味、価値)であるか

技術的なことをはじめとして、ひとつの山を越えても、また山があり、終わりが無い。つまり、非常に奥が深い感じがする。なるべく自然体で無理のないように心がけている。

事例⑦ T. Y. 47歳 男性 身長167cm 体重75kg

種目：柔道，〇高等学校柔道部監督

(1) いつごろから、どのような動機で柔道を始めたのか

生まれた地区で以前から相撲が盛んであった。その影響で、中学生のころまで相撲をやっていた。相撲の地区大会で2位に入賞したこともある。高校生になり、自分自身が通っていた高校では相撲部が無かったので、以前より興味があった柔道部に入部した。

(2) 技術(競技レベル)のアップ、そして、年齢とともに、柔道に対する意識はどのように変化したのか

高校の柔道部の雰囲気は、のんびりとしており、好きな者が集まって自主的にやっていた。大学に進学し柔道部に入った。大学の部では、全国からの精鋭が集まっており、高校時代にもっと柔道の基礎練習をやっておくことの大切さを痛感した。そのような中で、大きな大会には出場できなかったが、自分なりに4年間練習をした。大学卒業後、柔道部の無い高校で教職についた。高校時代の基礎トレーニングの重要性を痛感していたのと、自分自身も体も動き、年齢も若かったので、生徒達と共に熱心に練習を行った。その結果、県大会で1位になる選手も誕生した。5年後、今度は柔道のある高校に転勤した。まず最初に、その柔道の3年生とうまくうちとけることができるかどうか不安であったが、割合にうまくうちとけた。そこでも、生徒と共に練習をし、全国に出場できる選手を作ることを目標とした。そのような中で、夏の練習時にレギュラーにはなれない生徒が、2時間かけて弁当をもち自転車で毎日休まずに通った姿に感動した。競技の強さばかりでなく、柔道が好きな生徒が出てきたことに喜びを覚えた。

(3) 選手の時と指導者の立場になってからとでは価値観に変化があったかどうか

大きな変化はないように思うが、特に最近では加齢とともに、生徒と同じように練習する機会も少なくなったが、その中で競技レベルの向上も大切ではあるが、柔道が好

きな子供が多く出てきて欲しいという想いで指導している。

- (4) 現在、あなたにとって柔道とはどのような存在(意味, 価値)であるか

相撲もそうであるが、柔道が好きであると思う。柔道が弱くてもひたむきにやっている子供を見ると柔道をやってきてよかったと思える。

事例⑧ I. U. 47歳 女性 身長154cm 体重47kg

種目：なぎなた

- (1) いつごろから、どのような動機でなぎなたを始めたのか

社会人になってから(24歳ごろ)、友人がなぎなたをやっていたので見学に行った。そして、その場でなぎなたを握らせてもらい興味をもった。

- (2) 技術(競技レベル)のアップ, そして, 年齢とともに, なぎなたに対する意識はどのように変化したのか

技術のアップとともになぎなたがおもしろくなってきた。そして、結婚をする際にも、なぎなたが続けられることを条件とした。30歳前後になると、自分の思い通りになぎなたができ、たくさんの試合に出て、対戦することがとても待ち遠しくなった。生活の中心がなぎなたになっていった。35歳ごろに、突然として試合中に思い通りに打てなくなり、1～2年その状態が続いた。この時に初めて、なぎなたに対してもうやめてしまおうという気持ちがあられた。その後、練習をしている時に、また以前の好調時の感覚がよみがえってきた。現在もなぎなたが中心の生活で、国体や全国規模の大会に役員としてとび回っている。

- (3) 選手の時と指導者の立場になってからとでは価値観に変化があったかどうか

中学生、高校生を指導しているが、基本を教えるのはとても難しく、基本を教えながら自分自身も学んでいる。

- (4) 現在、あなたにとってなぎなたとはどのような存在(意味, 価値)であるか

日常生活の中で、体調が悪くても防具を身につけ、練習で汗をかけば、体調が良くなる。なぎなたをやっている時は、無我夢中でやっているの、非常に充実している。

4. 考 察

本稿の目的は、陸上競技、柔道、なぎなたが競技者にとってどのような価値があり、自己存在感の認識、そして「生きがい感」とどのように関わりあっているのか探究することであった。競技力のレベルアップと価値観についての質問(2)に対して、事例①では、「大学入学後、1年生のシーズンオフにランキング1位となり、その頃より、より強く、より速くを追い求めるようになった。」、事例②では、「4年時には、関東インカレ3位になり、記録も向上し～知らないうちに自己の生活の中で競技が中心になっていった。」、事例③では、「日常の生活もおのずから競技中心へと移行し～」、事例④では、「試合が待ち遠しく、ど

んな試合でも挑戦してみようという気持ちになり～」事例⑧「たくさんの試合に出て、対戦することがとても待ち遠しくなった。」と述べている。これらは、生活の中で自分の長所、能力、個性の発揮として経験される独自性による「生きがい感」であると考えられる。藤原喜悦は、「生きがい感」について次のように指摘している。「個人が持つ要求は多種多様であり、時々刻々要求の持つ重みは変化していくが、それにもかかわらず、特定の個人にとっては、一定の要求が重大な意味を絶えず持っており、その要求が充足されるかいなかには、その個人の適応の成否を大きく左右する。そして、そのような要求は個人にとって中心的な位置を占め、それが満たされれば大きな満足感と自尊感情とを持つことが可能になる。人は「生きがい」を持つようとするために「生きがい」を求めるのではなく、自己の存在にとって最も重要な意味を持つ中核的な要求を充足する過程において「生きがい」を持つことが可能となり、「生きがい」を感じるのである。」¹⁾。このことについて、例えば、質問(1)動機についてに対して事例①②③④⑤⑥⑦⑧でも示されているが、走るのが人より速かった、個人競技に興味をもった、兄がやっていた、健康のためなど、どの事例も最初から「生きがい感」を求めて陸上競技をはじめたわけではない。競技生活の中で、記録の向上による、長所、能力、個性の発揮という独自性による「生きがい感」を経験し、また、事例②「指導者の記録が目標となってきた」、事例⑥「母親からなぎなたの手ほどきをうけていた」で見られるような指導者に対するモデリングによる「生きがい感」もみられる。

次に「生きがい」の対象であるが、「生きがい」の対象は、個人の要求を何らかの意味において満足させる性質をもっているが、特に重要なことは、その特定の対象(例えば陸上競技、柔道、なぎなた)でなければ「生きがい」を満たすことができないという、強いイメージを持っていることである。

次に質問(3)(4)選手時代と指導者の立場になってからの価値観の変化、現在の自分自身の中での陸上競技、柔道、なぎなたの位置づけであるが、事例①②③⑥⑦にみられるように、個人の生き方が、環境条件や本人自身の要因によって変容を受け、これまでとは異なった新しい方向の対象に「生きがい」を持つことも考えられる。事例⑥-(2)にみられるような、他人の期待のみに志向するような「閉じた生きがい」²⁾ではなく、それぞれの競技人が真に納得のいく価値大系を確立し、その生活目標を実現していく過程において、真の意味での「生きがい」つまり「開かれた生きがい」³⁾を持つことが可能になる。指導者と選手の関わりにおいても、人間は1回限りの人生を送っている絶対的な存在であることを考えれば、例えば指導者も選手と関わることによって選手から学び、人間性を深化させるような、お互いが成長していくような関わりが重要であると考えられる。

今後、さらに人間の生きがいの発展過程の探求、性にまつわる文化的影響の解明、自己理解の発展(深化)の明確化が課題である。

(注)

- 1) 藤原喜悦, 現代青年心理学講座『現代青年の生きがい』(1972) 金子書房, 70頁
- 2) 同前, 101頁
- 3) 同前, 101頁

A Study of the *raison d'être* of athletes

Jiro NISHIMURA and Masakazu OTA*

Faculty of Engineering, Okayama University of Science,

**Faculty of Science, Okayama University of Science,*

Ridai-cho 1-1, Okayama 700, Japan

(Received September 30, 1995)

It is well known that E. Spranger studied (about) the *raison d'être* by classifying human beings into six types—those of logic, economy, aesthetics, society, authority and religion. On the other hand, C. W. Morris divided them into thirteen categories. In this paper we focus on the *raison d'être* of athletes who devoted themselves to the 110 meters in track and field, a hurdle race, judo, and naginata. What senses of value do these sports give to them? How have they been concerned with the meaning of their own existence? The purpose of this study is to consider these matters from the viewpoint of the value attitude.