Bull. Mukogawa Women's Univ. Humanities and Social Sci., **53**, 9–16(2005)
武庫川女子大紀要(人文・社会科学)

ハンドボール女子代表選手の新版エゴグラム検査における考察(第1報)

樫塚　正一，網野　央子，伊達萬里子，田嶋　恭江
(武庫川女子大学文学部健康・スポーツ科学科)

Consideration in new publication egogram inspection of a handball girl all-star representative (The first report)

Shoichi Kashizuka, Teruko Amino, Mariko Date, Yasue Tajima

Department of, Health and Sports, of Letters,
Mukogawa Women's University, Nishinomiya, 663-8558, Japan

Abstract

It investigated in order to know the realities of a handball player's self condition. The intimate relation of self consciousness and practical activities of a sport became clear by it. As the rise of age bracket of a woman handball representative team, it became clear that self consciousness had ripened.

This analysis of new edition ego gram test of woman handball representative player showed the average numerical value in each measure. In future, when based on the characteristic of a handball game, instruction which raises the numerical value of an ego gram is desired.

I. 緒　言

本研究では，ハンドボール競技を行っている選手の心的競技能力である「自我意識」に着目した．女子ハンドボール代表選手の自我意識について調査を進めることに，東京大学医学部心療内科 TEG 研究会が発行している Tokyo University Egogram を用いて調査を実施することが有効と考えた．

スポーツは種目によって人数や規則の制限は異なっているが，人間の活動によって競技が成立していることは誰もが認める事実である．成果を上げるための活動には身体競技能力と心的競技能力を駆使して実践活動に取り組んでいる．しかし，競技スポーツの結果に対する評価に絶対はなく，勝利を獲得するためにはさまざまな条件を整える必要がある．満足した成果を得るためには障害や課題を克服する努力とさらに新しい能力を開発する理論の構築と実践活動が求められる．選手によって競技が進められる試合や練習過程には多大な能力を必要とするが，中でも身体競技能力と心的競技能力は重要な要因である．選手は状況に合わせてこれらの能力を駆使し，またバランスよくコントロールすることによってパフォーマンスの発揮に結びつけている．身体競技能力もさることながら，身体競技能力を発動させる要因である心的競技能力はより重要な能力と考えた．スポーツの実践活動には正しい行動と的確な動作が要求され，これらの要因には状況に対する判断や決断を含めた混乱する情報を客観的にみる新しい情報を提供する心のコントロールは重要な能力となる．

本研究者は，心的競技能力から自我意識の在り方に興味を覚え調査を進めた．自我に関係する研究は「自我同一性とスポーツ経験」の分野において研究が進められているがエゴグラムを用いての研究は例をみない．また，社会心理学分野においても先行研究はあるが，スポーツとの関連づけた論文は発表されてい

ない．天谷[13]は，「公的私的自己意識と自我体験」の関連に検討を加え自己意識と自我体験の間には密接な関連があると述べている．これらの視点を踏まえて，ハンドボール女子代表選手の自我がどのような状態であると検討することを目的とする．

Ⅱ．方　法

1．調査対象

日本を代表するナショナルチームに所属する17歳～30歳間の48名の女子ハンドボール選手を対象に調査を実施した．

① ナショナルチーム（21歳～30歳）16名
② U－20チーム　（18歳～20歳）16名
③ U－18チーム　（17歳～18歳）16名　合計48名

2．調査期間

① ナショナルチーム　平成17年8月1日　北国銀行研修会館
② U－20チーム　平成17年7月24日　大崎電機研修所
③ U－18チーム　平成17年6月23日　大阪ガス体育館会議室

3．調査方法

調査を対象としたチームは一日の行事を終えた自由時間帯であるPM8:00から各合宿施設の静かな研修所及び会議室を用いて主旨と目的を説明した後に新版東大式エゴグラムによる心理検査を実施した．

4．調査内容

研究の目的にそって日本を代表する女子ハンドボール選手を対象に東京大学医学部心療内科TEG研究会が作成した新版Tokyo University Egogram（TEG）を用いて検査を実施した．

今回使用したTEGは個人のパーソナリティの各自我状態の関係外部に表れる心的エネルギーの評価が可能な検査方法で，自我である感情及び思考さらにそれらは関連する行動を把握できるようにしたものである．

5．エゴグラムの尺度について

自我状態とは「感情および思考，さらにはそれに関連した一連の行動様式を総合した一つのシステム」と定義され，P（親の自我状態：Parent），A（大人の自我状態：Adult）C（子どもの自我状態：Child）の3つに分類される．それらを5つに分類でき，Table 1.に各自我状態の一般的特徴を示す．

Table 1. 自我状態の一般的特徴

批判的親（CP）	•責任感が強い •厳格である •批判的である •理想をかかげる •完全主義
養育的親（NP）	•思いやりがある •世話好き •やさしい •受容的である •同情しやすい
成人（A）	•現実的である •事実を重視する •冷静沈着である •効率的に行動する •客観性を重んじる
自由な子ども（FC）	•自由奔放である •感情をストレートに表現する •明朗活発である •創造的である •活動的である
順応した子ども（AC）	•人の評価を気にする •他者を優先する •遠慮がちである •自己主張が少ない •よい子としてふるまう

Ⅲ．結果及び考察

1. 自我意識とスポーツ実践の関連について

梶田[14]は「自我意識は私と言う個々の心理機能の中に潜みつつ我々の現在の態度や行動として間接的にその姿を現す」と述べている．スポーツ活動における実践もこれと同様であり，自分の持つ能力の中から状況にあった戦術や技能を引き出し，動作として表現するものである．自我意識の働きは選手という個人が内外の対象に対する意識や技術操作の総てを動作として表現している能力ということを知らなければならない．また，意識するということは状況に対して一定の何かを指し示すことではなく，時と状況に応じて領域や機能を変えて表現するものでありスポーツ実践の動作の一つひとつの行動も同じであると考えられる．

心理学における自我をオールポートは次の8種類に整理してまとめている．

① 認識者としての自我
自分という主体が環境に対してつねに志向している．

② 認識対象としての自我
幼児は個人として自分を意識しておらず，環境と自分が未分化な状態にあること．

③ 根源的な利己心としての自我
人間の本質としての意識は合理化，防衛機能などの術中心的動機づけから生じる．

④ 優越動因としての自我
優越感，支配欲であり，利己心として考えられ地位や承認を要求するものである．

⑤ 心的プロセスの変動的体制としての自我
積極的な力を持たない受動的なものであり，超自我，外的環境といった相互に敵対する力を調させ方向づける．

⑥ 目的追求者としての自我
自我を上方へと推進する力が常に活動している．

⑦ 行動システムとしての自我
自我は時とともにその境界は変化するがある条件の下では知覚行動，情緒を限定する働きを持つ．

⑧ 文化を主体的組織したものとする自我
心理学，精神分析学，社会人類学の方法の結果生まれたものである．

他にも多くの研究が発表されているが，内容的にはオールポートの考え方を改修したと考えられるものが多い．これらの調査を進めるにあたり，スポーツ実践の中に自我意識をどのように位置づけるかは，自我は時期的にも場面的にも一貫したものか，それとも変化した形で表しているものかを整理することが重要と考える．

梶田[14]の考えた2つの視点に着目した．

① 自我は認識や行動の主体として考えられるものか．それとも自分自身に対する反省的意識の内容であり認識の対象として考えられるものか．

② 外的視点から考えるものであり，主体の外側からその主体の意識や行動を統一的に理解するために要請されるものであり，内的視点からその主体の意識体験として現れる．

これらは自分が何を意図とし，何をしようとしているかを内的，外的要因として捉える考え方であり，スポーツを実践する活動にも同様に情報をとり，その情報から何を取り出し，何をしようとしているかを意識することは，動作の選択する重要な能力といえる．

このように，自我意識とスポーツ実践とは深い関連を持ち，自我意識という能力の発揮はスポーツ活動の成果を得得るためには欠くことができない能力といえる．

2. ハンドボール女子代表チームのエゴグラムの全体的な特徴

全体のTEGの結果をFig. 1.に示した．各尺度の平均はCP:10.92±4.17，NP:13.40±3.44，A:8.15±3.90，FC:13.96±4.21，AC:10.81±4.33であった．また，TEGパターン分類では，平坦型Ⅱであり，こ

の型の特徴は「あらゆる面において平均的で中庸ではあるが，やや個性に欠けておもしろみがない」[1]である．

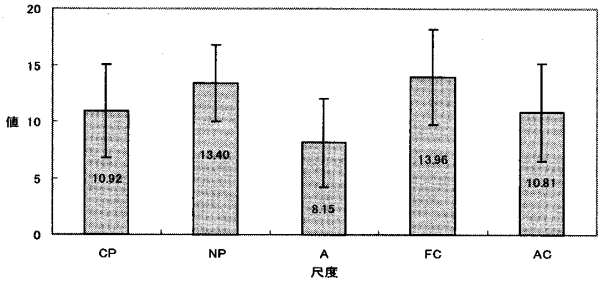

Fig. 1. 全体における TEG5 尺度の平均と標準偏差(N＝48)

後藤ら[5]は，運動選手は，非選手より情緒的に安定しており無事太平であり，外交的，活動的，支配性的特性が著しく，集団種目の選手は個人種目の選手に比べて，外交的であり活動的また明朗な性格特性を持っていると報告している．また，ハンドボール競技は，基本の構え，コート内での動き，ボールの保持，捕球，パス(投球)，ドリブル，フェイント，シュート，相手からのボールの奪取，シュート・ブロック，ゴールキーパー技術の基本技術を用いて，味方プレーヤーの能力と個性，さらに相手チーム特徴を見極め，最も的確な戦術を組み立て，ゴールを奪っていく競技である[6]．ハンドボールは 20×40 メートルのコートにおいて攻防が行われる．この狭いコートの中での攻防に対して戦術の決断や心のコントロールが重要である．そのため，攻撃においても，攻防においても状況を正しく判断し，戦術を理解することが求められる．以上のことから，全尺度が平均的であり，平坦型Ⅱであることは，トップレベルにある選手たちがトップレベルのゲームを勝ち取るための能力を持っていないと考えられる．A 尺度の得点を上昇させ，この分野の能力を強化することが重要な要因と考えられる．

3. 各世代別によるエゴグラムの特徴

1）U－18 チーム

U－18 の TEG の結果を Fig. 2. に示した．各尺度の平均は CP：10.63±2.53，NP：14.00±3.18，A：6.69±3.55，FC：15.43±4.08，AC：10.63±4.62 であった．また，TEG パターン分類では，FC 優位型であり，この型の特徴は「陽気ではしゃぐ好奇心旺盛なネアカの人である．ただ，回りへの気づかいが少ないので，わがまま，腰が軽いという風評を受けることもある」[2]である．

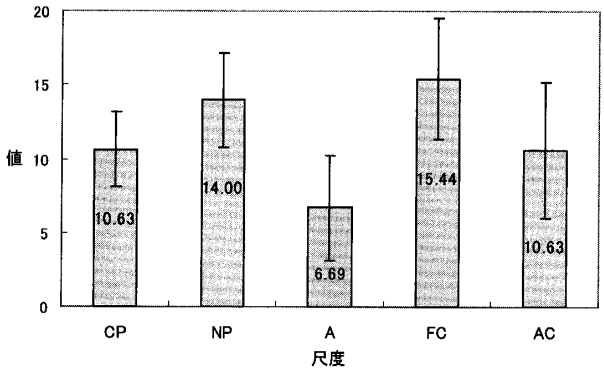

Fig. 2. U－18 における TEG5 尺度の平均と標準偏差(N＝16)

U－18 には高校生の代表チームであり，高校生はエリクソンの発達段階においては青年期にあたる．エリクソンの理論によれば，乳児期から老年期までの一生の間に，人は 8 つの心理・社会的危機にさらされる．その中で最も重要視されている危機が青年期におとずれる「自我同一性対自我同一性の拡散・混乱」で

ある．身分，所属など客観的な情報以外に「自分は何者か」，「～であることこそ，私である」の問いに対して，はっきり自分でつかんでいることは，自我同一性の感覚である．一方，そのような感覚が持てず，自分が何なのか，自分がこれからどうしていいのかわからないという感覚に陥っているときは自我同一性拡散の状態である[7]．自我同一性の形成にスポーツ経験は一役課している．スポーツ経験により，自分はどういう選手なのか，どういう選手になりたいのかなどの主観的意識や感覚，スポーツ経験を通して得た自己確認や，スポーツに関与することで自分を確認していくスポーツマン的同一性[8]を形成し，自分の存在を明らかにする．

本研究の女子ハンドボールU－18の選手の特徴として，これまでの所属したチームの中で自分が主体であり，自分中心に他の者の役割が分担されて競技を続けてきた過程が伺える．従って，自分が主体となるコンビネーションプレーにおいて戦術を展開することは得意であるが，自分がアシストプレーヤーとして役割を果たすことは得意ではなく，結果，FC尺度にある感情的な起伏が激しいことと結び付けることができる．また，戦術を展開することにおいても自分の能力の外で起こる状況，自分が考えるテリトリー外で起こる状況については，情緒的に混乱を起こし，ミスの発生やコンビネーションプレーでは冷静で客観的な判断ができない状態を起こす．全国から選抜された優秀な素材を持った代表チームに所属する選手であるが，自我意識をコントロールできる範囲が狭いことが，能力を開発しなければならないと考えられる．また，事実を重視し客観的に判断する必要がある自我同一性形成のためには，A尺度の得点上昇が不可欠であると考えられる．つまり周囲への関心を強め冷静沈着であると同時に周囲を，仲間を，相手を観察しながら行うハンドボールという競技に対して，さらに周囲への配慮が必要と考えられる．事実を重視し冷静沈着に相手の戦術等を見極めていく能力が必要であり，周囲と自分との関係を見極めながら，スポーツマン的同一性を形成していくことが重要である．

鈴木ら[9]は，運動選手の自我同一性について危機の有無によって運動選手の同一性形成の特徴があり，青年期の自我発達状態を知る手がかりになると述べている．また，竹之内ら[10]は，高校スポーツ選手を対象とした自我発達と競技レベルの関連から，高自我発達者は競技レベルが高い者が多いと報告している．以上のことから，津田[11]が，多くのスポーツ選手が普段と違う自分，「もう一人の自分」を競技スポーツの場で意識していると述べていることから，日常生活においての自我とスポーツ場面での自我同一性を一様に捕らえることは課題として残るが，高校生にあたる青年期でのスポーツ活動は，自我同一性形成の手段として重要な手段の一つとして考えることができる．

2）U－20チーム

U－20チームのTEGの結果をFig. 3.に示した．各尺度の平均はCP：11.94±4.68，NP：13.63±2.27，A：9.06±4.81，FC：13.81±3.67，AC：10.75±4.14であった．また，TEGパターン分類では，CP優位型であり，この型の特徴は「理想を追求する，リーダーシップをとる，責任感が強い，自他ともに厳しいという特徴を示し，社会的には責任ある仕事を担当する反面，がんこ，融通がきかないと不評をかっこつけることもある」[3]である．

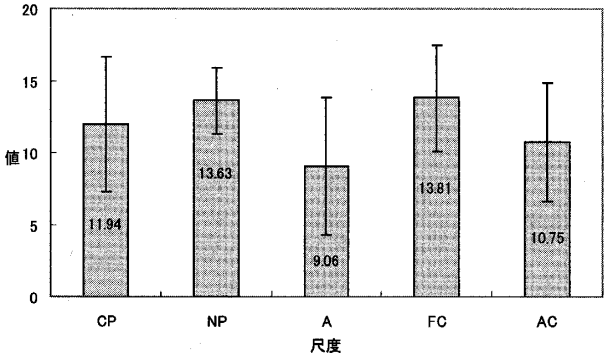

Fig. 3. U－20におけるTEG5尺度の平均と標準偏差(N＝16)

U－20では大学生が中心選手となる．大学運動選手では，未来に向けての自分の再構築という発達課題をスポーツに傾向する経験を伴いながら解決し，さらにその答えを抱えて成人期に向かっていく[8]．Fig. 4. は，大学運動選手の自我同一性の確立を，スポーツマン的同一性と精神的発達の2つの条件とし，マルシアのアイデンティティ・ステイタスの4つのタイプの発言を分析したものである[12]．その結果，大学運動選手にとってスポーツマン的同一性の高低が，自我同一性確立を決定する重要な要因である．運動選手でありながらスポーツマン的同一性が低い状態は，自我同一性が危機状態にあることを示し，そのような状況で精神的発達の高低が，積極的な模索であるモラトリアムと逃避的な混乱である同一性分散を分けている．大学運動選手の同一性拡散の状態は，スポーツでの目標を失い，所属集団への不適応が顕在化していることが考えられる．一方，スポーツマン的同一性が高い場合では，精神的発達の高さが，好ましい確立の型である同一性達成を導き，反対に未熟な精神的発達は模索体験の少ない早期完了と関連している．つまり経験から得たスポーツマン的同一性を自らの自我同一性に主体的に位置づけていくプロセスこそが，大学運動選手の自我同一性確立の出発点でるといえる．また，大学運動選手には模索体験の少ない早期完了が多いこともいわれている．そのため，現代の大学生の年齢では自我同一性の形成は難しいともいわれている．

しかし，この世代の特徴はU－18とは異なり，CP尺度が高くなり理想をかかげ，リーダーシップをとり，責任ある仕事をしようとする心意気がみられる．また，冷静沈着を示すA尺度の得点も上昇している．新しい環境である大学に入り，練習スタイルの取り組み方考え方も異なり，これを理解することによって練習成果は結果に結びつき，論理的な環境では戦術や技術習得への理解が必要とされる．また，練習過程では状況を冷静に見極めること，どの様な方法で役割を果たさなければならないのかの責任感の有無CP尺度に表れている．これらの尺度はU－18チームより自我意識の成長であり，役割に対する認識や責任感の強さによって自分を高めようとする傾向が伺える．以上のことから，個々の意志が現れ，自分は何ものかの問いに対しての答えを見出せるのではないかと推察できる．

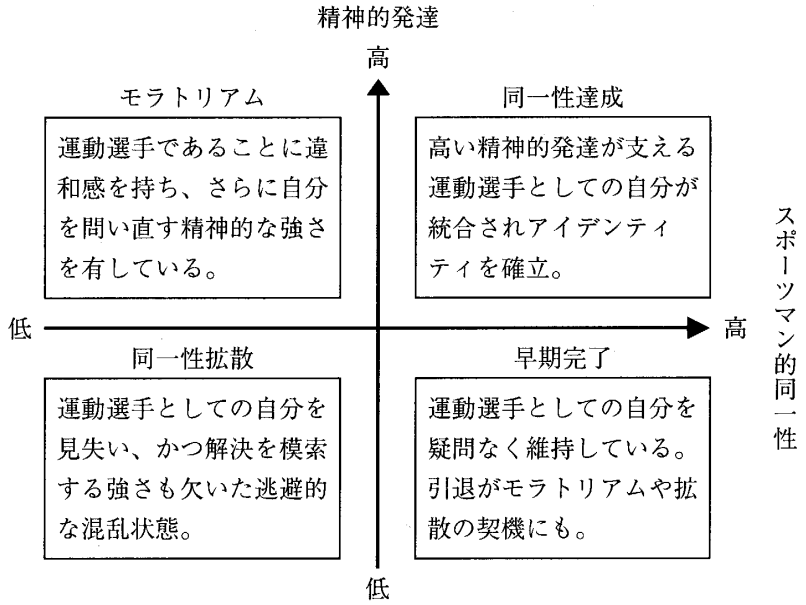

Fig. 4. 精神的発達とスポーツマン的同一性からみたアイデンティティの諸相[12]

3）ナショナルチームの場合

ナショナルチームのTEGの結果をFig. 5. に示した．各尺度の平均はCP：10.19±4.94，NP：12.56±4.53，A：8.69±2.94，FC：12.63±4.62，AC：11.06±4.51であった．また，TEGパターン分類では，平坦型Ⅱであり，この型の特徴は「あらゆる面において平均的で中庸ではあるが，やや個性に欠けておもしろみがない」[1]である．

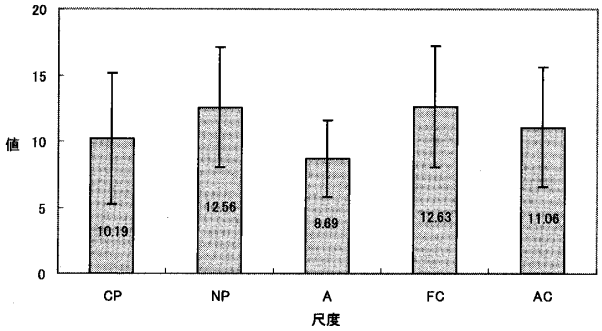

Fig. 5. ナショナルチームにおける TEG5 尺度の平均と標準偏差(N=16)

ナショナルチームでは，社会人が主力となる．この世代は，エリクソンの発達段階では成人期にあたる．この段階では，自我同一性が形成されているため，自分が何ものであるかの問いに対しての答えは各選手が持っていると考えられる．年齢的にも選手としての経験も長く所属するチームにおいても中心的な役割と責任感を持って練習過程をこなしている選手たちであり，この状態が予測的な数値に結果として表れている．U－18 世代の自由奔放さ，U－20 世代の頑固さはなくなり，調和の取れた心的状態で練習をこなす成人を感じさせる過程には無駄が少なく，理論に適った状態を考えることができる．しかし，さらに高いレベルの技術の獲得や戦術を考えることと考えた場合には，調和をどのように捉えるべきか，レベルを上げるための課題が含まれていると考えられる．

4. 結　論

以上，本稿では自我意識と女子ハンドボール代表選手と実践活動の関連に視点を合わせて調査を実施した．元来，自我意識の強さという概念は心的効果を予測するための概念でありベースラインとしての重要性が強調されてきた[15]．

本稿では，自我意識とスポーツの実践がどのように関係し，自我機能の成熟がスポーツ実践への効果に現れているかについて考察を行った．

第 1 章では，自我意識とスポーツ実践の関連ついて先行研究及び文献による調査から関連をみた．自我意識は，個々の心理機能の中に潜みつつ現実の態度や行動として姿を表わし，スポーツ実践の動作はこのような自我の働きから起こるものと指摘した．意識するということは，状況に対して一定の何かを指し示すことだけではなく，時と状況に応じて表現が変わることも知るに至った．

第 2 章では，女子代表選手チームの TEG 全体的な結果は平坦型Ⅱであり，全体的に平均されたものであり競技性の特徴や特性に欠けており，スピード性や身体のコンタクトの強い競技では CP 尺度，A 尺度の強化が重要と考える．

第 3 章では，U－18 チームは高校生を対象とする女子代表選手であり，自我意識そのものの成熟度は未熟な点を残すが陽気で好奇心が強くわがままではあるが，将来性をもった発達段階期にいる．自分が何者か，～であることが私であることは自分を掴み切れていないが指導による導きによって自己の確立ができることがわかった．

第 4 章では，U－20 チームの大学生を中心とする女子代表選手であり，所属集団への不適応が伺えるものの精神面での発達は上昇しており，自己確立を行おうとする傾向が見られる．CP 尺度の成長がみられ，批判的尺度の成長から責任感の強さや現状に対する批判的な考えが持てるようになり，スポーツ実践にこれらが生かされれば自分の状況に対し客観的に判断して行動に移すことができる．

第 5 章ナショナルチームでは，他チームと比較して平均的な結果を示している．社会人が主力となるこの世代はエリクソンの発達段階の成人期であり，自我意識は確立されているため自分をよく知り，何をどうすべきかを知っていると考えられる．

U－18，U－20，ナショナルチームというハンドボール選手をそれぞれの各層の代表としている選手の自我状態の調査を行った結果，段階層におって自我意識が成長していることが伺えた．しかし，ハンドボール競技の特性である強さや厳しさ責任感については一層の発達がなければ代表チーム全体としてのチーム力を上げることはできないと考える．

5. 参考文献

1）保坂健治，新版 TEG 解説とエゴグラム・パターン，金子書房，第 5 版，pp.80(2005)
2）同上，pp.65
3）同上，pp.64
4）同上，pp.65
5）後藤清志，清水正典，梶谷信之，スポーツ選手の人格構造Ⅲ－スポーツと性格形成－，岡山県立短期大学紀要，**36**，145-154(1991)
6）ヨアン・クンスト＝ゲルマネスク，ハンドボールの技術と戦術，ベースボール・マガジン社，pp.20-25(1981)
7）堀　洋道，山本眞理子，心理測定尺度集Ⅰ－人間の内面を探る〈自己・個人内過程〉－，サイエンス社，第 5 版，pp.66-69(2002)
8）徳永幹雄，教養としてのスポーツ心理学，大修館書店，初版，pp.168-169(2005)
9）鈴木　壮，中込四郎，高見和至，運動選手の自我同一性形成の特徴，岐阜大学教育学部研究報告(自然科学)，**13**，124-135(1989)
10）竹之内隆志，奥田愛子，自我発達と競技レベルおよび実力発揮度の関連－スポーツカウンセリングの理念の実証的検討－，総合保健体育科学，**26**(1)，39-43(2003)
11）津田忠雄，スポーツ選手の性格の二面性について，近畿大学健康スポーツ教育センター紀要，**2**(1)，27-40(2003)
12）高見和至，岸　順治，中込四郎，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，**35**，29-39(1990)
13）天谷祐子，自己意識と自我体験－「私」への「なぜ」という問い－の関連，パーソナリティ研究，**13**(2)，197-207(2005)
14）梶田叡一，維持意識の心理学【第 2 版】，東京大学出版会，pp.21(1995)
15）宅香菜子，思春期自我発達のしく促進要因に関する理論的検討－ストレス体験過程の積極的意義に着目したモデル構築の提案－，名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要，**49**，169-179(2002)