運動選手のバーンアウト症候群に関する概念規定への試み

岸 順 治¹⁾ 中 込 四 郎²⁾

An approach to clear the definition of athletes' burnout syndrome

Junji Kishi¹ and Shiro Nakagomi²

Abstract

Considerable research has been conducted on burnout syndrome in the field of human services. Lately this concept has been applied to the psychological problems of the athlete, and has often been discussed as athletes' burnout. However, some current definitions are vague, or overly inclusive. Staleness and overtraining similar to burnout have been discussed without proper differentiation of these concepts. For application of this concept to the athlete, a certain standard must be defined. Therefore, it is attempted in this paper to consider and clarify burnout syndrome by reviewing previous studies of burnout. The review was looking on three essential factors—a premorbid character, situation and symptoms. The cases which met our criteria for burnout syndrome were compared with other clinical figures.

Common characters as melancholic type or immodithymia were recognized as a premorbid character. Further it was assumed that burnout cases would cling tenaciously to objects or situation (e.g. job), and then suffer serious stress which eventually leads to the disease.

Next, based upon this review we attempted to present some conceptual framework for the study of athletes' burnout. Staleness can be regarded as one prodrome or symptom of burnout in sports. Overtraining can be regarded as a situational factor in which psychosomatic dissipation or burnout occur rather than as a category of disease. In determining the diagnostic criteria of athletes' burnout, we have to consider not only a consequence such as a decrease in athletic motivation and a drop out from sports but also a premorbid character and situations, especially the clinging to sports in object relationship.

(Japan J. Phys. Educ., 34: 235-243, December, 1989.)

はじめに

近年、バーンアウト症候群 (burnout syndrome) に関する研究が米国を中心に活発化している。この症候群は、医療施設のスタッフに認められた、長い間の目標への献身が十分報いられなかったときに生じる情緒的・身体的消耗として Freudenberger^{17),18),19)}によって初めて報告されたものである^{※1)}。

以来、教師^{9),10),38),59)}、看護婦^{28),37),56)}、ソーシャル・ワーカー^{50),54)}、アスレチック・トレーナー^{5),6),20)}、コーチ^{4),7)}といった対人サービスを行なう職種を対象とした研究が行なわれている。そして、この現象を運動選手に適用し、さかんに議論が行なわれるようになってきた^{14),22),25),51),55)}。運動選手が、記録の停滞、試合での敗北、怪我などによって、無気力、抑うつといった心理的問題を呈するという報告は従来

1) 岐阜メモリアルセンター

〒502 岐阜市長良福光大野2675-28

2) 筑波大学体育科学系

〒305 つくば市天王台1-1-1

1. Gifu Memorial Center, Gifu City, Gifu, (502)

2. Institute of Health and Sports Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba City, Ibaraki, (305)

から行なわれている^{42),43)}。また、近年の競技スポーツの高度化に伴うトレーニングの低年齢化、長時間の練習、勝利志向の重視等は、運動選手に対し強いストレスの原因となっており、その弊害が指摘されつつある。保坂・杉原²⁷⁾は、運動選手の記録の停滞によって学習性無力感 (learned helplessness) が形成されることを示している。こうした運動選手の心理的問題に、バーンアウトという新たな枠組みを導入することによって、これまで個々独立して研究が進められてきた問題の同一水準での解明が可能となる。運動選手のバーンアウトは、単に成績の低下やスポーツからの離脱といった問題に終わるものではなく、対人関係や学生競技者の修学上の問題、精神衛生といった日常生活の様々な領域に波及する。現場での選手指導だけでなく、選手への心理臨床的働きかけを行なう上でも、バーンアウトの理解は有力な手がかりを与えてくれるようである。

しかしながら、現在のところバーンアウトをどう捉えるかという点で研究者間に若干の混乱が認められる^{8),12),18)}。これは、症候群という形態による包括性ととも、Shank⁵²⁾が指摘するように、この用語が米国社会で一時流行語となり拡大解釈されてきた経緯によるようである。統一した定義がないことによって、この用語を恣意的に使用している研究も認められる。また、予防論・治療論が先行し、現象そのものの究明・理解は十分に行なわれていない。メカニズムを十分に究明することによって、より効果的な対処が可能となるはずである。そして、本来対人サービスの職種に限定されていた現象を、そのまま運動選手に適用するにあたっては慎重に取り扱わなければならない。今後、運動選手のバーンアウトについて研究を進めるにあたって、一定の概念的枠組みを提出しておくことが必要であると考えられる。こうして出される概念的枠組みは、作業仮説として実証的研究を促すものであり、そして、より精度の高い説明が可能となっていくはずである。

したがって、本稿の目的は以下の2点である。

1つは、バーンアウトに関する従来の研究を概観し、この現象を明確に捉えること。ここでは、曖昧性をできるだけ排除するために、この現象を心理臨床的見地から一臨床単位として捉えるという立場をとっている。いま1つは、運動選手のバーンアウトについて、オーバートレーニングあるいはへばり (staleness)²⁵⁾といった従来から論じられている現象との関連、さらには診断・鑑別上の問題について検討し、その概念的枠組みを設定することである。

バーンアウト症候群についての文献的考察

異なる領域での対象疾患から得られた知見を運動選手のバーンアウトに適用する場合、必ずしも同列に扱うことはできない。しかし、運動選手のバーンアウトの発症機序あるいは症状の特異性を考慮しながらも、精神医学や臨床心理学領域からの情報は、運動選手のバーンアウトの明確化をはかるうえで有効な手掛かりを与えている。ここでは、これまでに種々の角度から行なわれてきたバーンアウト研究を、病前性格一発病状況一症状という枠組みからまとめる³⁰⁾。こうしたアプローチによって、病像の有機・構造的把握が容易になると考えられる。そして、この枠組みの中で得られた知見に基づき、他の精神疾患との関係について論じ、この病像の臨床的位置づけを行なう。

1. 病前性格

不適応あるいは心理的問題を呈する要因には、パーソナリティ次元の問題が関連していることが多い。病前性格 (基本性格) という観点からの詳細な研究は行なわれていないようであるが、バーンアウトになりやすい人の性格特徴は、多くの報告で共通項を見い出すことができる。すなわち、情熱的、仕事熱心、理想主義、完全主義、几帳面、他者志向、強迫傾向といった特徴^{11),19),36),47),52)}である。Farber¹²⁾、Gieck et al.²⁰⁾は、このような特徴を冠状動脈性心臓疾患を引き起こしやすい性格特徴として知られるタイプA行動特徴 (type A behavior pattern) として類型化している。また、宗像・椎谷³⁸⁾は中

学校教師のバーンアウト状態とタイプ A 行動特徴との間に正の相関を報告している。確かに両者には重複する部分もあるが、バーンアウトの病前性格において認められている他者志向 (people oriented) や主張的行動の欠如 (lack of assertive behavior)^{39), 52)} といった特徴は、タイプ A 特性者のもつ攻撃性、他者支配性といった特徴とは対照的なものである。バーンアウトにおける、批判に対する敏感さ、他者に認められようとする欲求等⁵²⁾ を考えあわせると、むしろ単相性うつ病の病前性格として知られるメランコリー親和型性格特徴・執着性格という類型^{31), 32)} にほぼ合致すると思われる。

2. 発病状況

(1) 高すぎる理想の設定

バーンアウトの発病状況の一つに、非現実的期待あるいは高い理想を自分自身に課すことが指摘されている^{19), 24), 35), 56)}。当然これは、理想主義、完全主義といった前項で指摘した性格特徴が基盤となっている。Fischer¹⁶⁾ はバーンアウト患者を、「苦痛を受けても自己の理想を放棄したり低めたりせず、最後まで対象にしがみつき、結果として生じるすべての緊張や消耗を受けながらさらに激しく働く人々である」と述べている。仕事への過度の同一視によって、理想と現実とのギャップが一種の悲哀体験となり、そこでの適応的対処行動ができないことがバーンアウト発症の契機となっているようである。

(2) 慢性的ストレス

バーンアウトを仕事上の慢性的ストレスによる反応として捉え、多くの実証的研究が行なわれている。ここでは主に、Maslach and Jackson³⁴⁾ の開発した Maslach Burnout Inventory (MBI) を使って、バーンアウトと関連を持つ職場の環境的・組織的ストレスの影響を明らかにしようとする試みが中心である。仕事上の役割の曖昧さ (role ambiguity) と役割の混乱 (role conflict)^{6), 7), 9)}、職場での対人関係⁵⁰⁾、日常の苛立事、仕事の士気の低下³⁸⁾、仕事の量^{6), 10)} などといった変数とバーンアウトの程度との相関が報告されている。しかし、同じ労働条件でも

バーンアウトに陥る人とそうでない人がいる^{16), 39)}。ストレスは受ける側の性格特徴の違いによって、状況の認知的解釈及び被る影響の違いをもたらすことになる。バーンアウトの病前性格の輪郭がある程度ははっきりしていることを考えると、バーンアウトは、ある種の性格特性者が持つ素因に基づいて出現するストレス的状況の結果として捉えるべきであろう。つまり、ストレスはバーンアウトになりやすい性格特徴を持つ人に症状を引き起こす誘因の一つとして捉えることができる。

3. 症状

バーンアウトの症状は実に多様である。精神症状と身体症状に大別され、個人によってその様態は異なる。精神症状としては、不安、抑うつ、罪悪感、感情の鈍麻、気分の変動、怒り・焦燥などといった欲求不満反応、他者に対する敵意ないし懐疑的態度、全能感を伴う妄想、自殺念慮など^{5), 13), 17), 35), 37)} が報告されている。身体症状としては、疲労感、頭痛、消化器系・心臓血管系不調、睡眠障害、体重の減少あるいは増加、浅い呼吸、心拍数の増加、性的不能、薬物・アルコール依存など^{5), 17), 37)} が報告されている。

Maslach and Jackson³⁴⁾ は、バーンアウト患者の臨床観察、面接、自由記述の質問紙による調査によって、バーンアウトの 4 つの特徴を想定し因子分析の結果、次の 3 因子を抽出している。情緒的消耗 (emotional exhaustion)、個人的成就感 (personal accomplishment)、離人症 (depersonalization) である。また、Perlman and Hartman⁴⁵⁾ は、バーンアウト研究を概観し、その特徴を情緒的・身体的消耗、生産性の低下、過度の離人体験の 3 つにまとめている。これは、Maslach and Jackson の 3 因子とほぼ対応するものであり、バーンアウトの症状はこの 3 つに包括できるようである。

4. うつ病との関係

バーンアウトを従来からの臨床単位と直接、比較・対応するという試みはほとんど行なわれていないようであるが、報告されている症状には、抑うつ、自尊心の低下、絶望感、感情の鈍

麻, 気分の変動といったうつ病に類似した症状あるいは抑うつ反応を多く認めることができる。ここでいううつ病とは, 精神病範疇のものでなく, 比較的軽症の神経症範疇(抑うつ神経症)のものであるが, 近年はこうした軽症のうつ病が増加しており, その病態も非常に多様化の傾向にある³⁰⁾。また, バーンアウトの病前性格はうつ病のそれとほぼ一致するものと考えてよいであろう。したがって, バーンアウトをうつ病の一亜型とする見方も出てくる。笠原・木村³⁰⁾のうつ病の分類に従えば, バーンアウトはI型のメランコリー親和型のうつ病に近いようである。広瀬²⁶⁾は, 競争社会において, 闘いの前から無気力になるアパシー型うつ病, 闘いに参加しながら形勢不利とみるや闘いを諦め抑うつに逃避する逃避型うつ病に対し, メランコリー親和型のうつ病を最後まで闘いながら抑うつに陥る型と述べている。バーンアウトにおける対象とのかかわり方を考えると, メランコリー親和型うつ病と発病状況においても類似した特徴を持つといえる。

Fischer¹⁶⁾は, バーンアウト患者の精神分析的観察から, 彼らの仕事への過度の同一視は, 自分についての誇大感(*grandiose self*)を抱いており, 対象(仕事)がこの自己愛を満たすための供給源(*narcissistic supply*)となっているためであると指摘している。つまり, 自分の能力と一致しない過大な理想自己を持ち, そこでの対象関係(*object relation*)において対象を自己愛的に同一視(*narcissistic introjective identification*)⁴⁴⁾している。そのために, 理想自己とありのままの自己の断絶¹⁹⁾という一種の悲哀体験によって, これまで仕事を精力的に行なうという形で対象に向けられていた攻撃が, 自己に向きかえられて症状を呈するという発症機序である。

この発症機序は, うつ病のそれとほぼ同じものといってよい。しかしながら, うつ病にみられる生活全般にわたる浸透性の抑うつと異なり, バーンアウトのうつは症状の主導を形成しているわけではなく, 少なくとも初期において

はある対象(仕事)に限定されているという指摘がある^{16), 19)}。さらに, バーンアウトの1つの特徴である他者への攻撃・敵意的態度はうつ病ではほとんど認めることはできない。うつ病では, 多くの場合, 自責, 自罰という形で自己への攻撃となり, 表へ出たり, 他者へ直接表出されることは稀である³¹⁾。このバーンアウトの攻撃性について, Fischer¹⁶⁾は自己愛的外傷(*narcissistic trauma*)による反応とみており, 自尊心低下による欲求不満反応の1つとして捉えることもできるが推測の域を出ない。したがって, 病前性格や発病状況レベルではうつ病にかなり近く, 心理的発生メカニズムもほぼ同じとみてよいと思われ, 少なくともうつ病, 特にメランコリー親和型のうつ病に近縁する病態ということはあるようである。

運動選手のバーンアウト

今のところ, 運動選手のバーンアウトに関する実証的研究は行なわれていないようである。Rowland⁵¹⁾は, 運動選手のバーンアウトの症例と診断のための指針を報告している。しかし, 彼の報告するバーンアウトはストレスによる成績の低下という包括的視点からの, オーバートレーニングや, 近親者の死去による心理的外傷によるものであり, 前項で捉えたバーンアウトとは必ずしも一致しない。また, Henschen²⁵⁾, Feigley¹⁴⁾は, 運動選手のバーンアウトの予防論・治療論を展開しているが, 現象の十分な理解を待たずにその対応策を講じることには慎重であらねばならないと考えられる。

従来から報告されている運動選手の不適応例の中には, 前項でまとめられたバーンアウトに類似した症例を認めることができる。例えば, Ogilvie and Tutko⁴³⁾の報告するデプレッション・プローン・アスリート(*depression prone athletes*), ベイサー²⁾, 小川⁴²⁾および高田ら⁵⁷⁾の報告する症例である。また, 著者らの運動選手を対象とした臨床経験でもバーンアウトに近い症例を認めており⁴³⁾, こうした選手への効果的な対応策を講じるためにも, 概念の共通性を求

め、より基礎的な研究を行なうことが必要である。まずは、研究の出発点として、運動選手のバーンアウトを考えるうえでの一定の枠組みを検討する作業が必要であると思われる。ここでは、前項でまとめられたバーンアウトの病前性格一状況一症状という観点を基に、運動選手のバーンアウトの明確化を試みる。

1. へばり (staleness)・オーバートレーニングとの関係

スポーツ場面では、以前からへばり、オーバートレーニングといった現象がさかんに議論されてきた。へばりもオーバートレーニングも統一的定義はなく、研究者の立場によって捉えかたは異なっているようである。当然、バーンアウトとの混乱が予想される。ここでは、前項で捉えたバーンアウトをへばり及びオーバートレーニングと比較し、その関連について検討する。

Jensen and Fisher²⁹⁾は、へばりをオーバートレーニング、練習の単調さ、持続した情緒的ストレスによる一般的な疲労としており、症状として反射の遅延、関心喪失、長期間にわたる体重の減少、倦怠感、活力の低下、焦燥感をあげている。また、Hanson²³⁾は、へばりをオーバートレーニングと同義に扱い、疲労、抑うつ、倦怠感とその他、喉・筋肉の痛みなどの不特定症状をあげ、その主要な特徴は気分状態 (mood state) の低下であるとしている。へばりとは種々の要因による活力の減退あるいは気分の低下ということが出来る。したがって、Henschen²⁵⁾も指摘するように、へばりはバーンアウトの前駆状態として、あるいは一症状として位置づけることが出来ると思われる。

クレコフスキー³³⁾によれば、オーバートレーニングは、一定の方法で一定の期間トレーニングを続けてきた人およびトレーニングを続けている人において、そのトレーニングのあり方が身体組織の機能を阻害し、その状態が続いたものであると主張している。Kereszy³²⁾は、スポーツにおいて成績の低下をもたらす要因を器質的疾患、オーバートレーニング、過度の緊張、一過性の不快の4つに分類し、オーバートレーニ

ングを身体的・心理的影響による慢性的疲労によって引き起こされる神経系の失調であると述べている。オーバートレーニングの症状としては、種々の生理的症状の他に精神的症状として抑うつ、焦燥、活力の低下、不眠、頭痛、自尊心の低下など^{31),32),33)}、バーンアウトの症状とはほぼ重複している。両者とも症状の発現様態は個人によって異なり、また、オーバートレーニングに至る背景には、練習熱心、完全主義、理想主義といったパーソナリティ次元の要因が関係している場合が考えられる。このように、オーバートレーニングに関わる報告の中にも、バーンアウトと共通する側面を認めることができる。しかしながら、オーバートレーニングを疾病単位として捉えることは誤解を招き、心身の消耗を引き起こす状況因として位置づけたほうが適切であると考えられる。なぜなら、運動選手のバーンアウト発症における状況要因 (発病状況) の1つとして、オーバートレーニングが、今後種々の角度から検討されることになるとと思われるからである。従って概念的には、両者を別次元で捉えることが望ましいといえる。これまでにオーバートレーニングとして報告されてきたものと、バーンアウトを区別する基準としては、バーンアウト特有の病前性格、状況、また、それに伴う本人のトレーニングの認知の仕方を考慮することが妥当であろう。

2. 診断・鑑別の問題

運動選手のバーンアウトを診断・鑑別する方法として、報告されている症状からの症候論的視点がある。特に運動場面で問題となるのは、競技意欲の低下であろう。この場合、練習による疲労、試合後の虚脱状態など一過性のものは除き、慢性的症状を対象としなければならない。

しかしながら、症候群という形態に由来する症状の多様性・個別性という問題がある。さらに、報告されている症状は、対人サービスの職種に認められたものであるから、運動選手に同じ症状が認められるとは限らない。特に、Maslach and Jackson³⁴⁾の離人症因子に代表される他者への敵意・懐疑的態度は、対象(仕事)=

他者というこの種の職業の特殊性が反映されている可能性がある。したがって、症状からの鑑別だけでは不十分であるといえる。

一方、測定尺度は研究者によっては独自のチェックリストを作成しているが、実証的研究に最も頻繁に使用され、一応の信頼性・妥当性が保証されているのは、Maslach and Jackson³⁴⁾のMBIである。この尺度は、バーンアウトの特徴である情緒的消耗、個人的成就感、離人症の3因子を質問紙化したものである。これは、対人サービスの職種を対象として作成されているため、今後この尺度を背景として運動選手に適用する際には修正して用いることになるだろう。しかし、この種の尺度は、どこまでをバーンアウトにするかというカットオフポイントの問題があり、また、症状からの把握であるために、バーンアウト状態あるいはバーンアウト傾向の程度の把握ということになる。運動選手のバーンアウト研究においても、バーンアウト尺度を適用すると同時に、個々の症状に至った過程を検討する必要がある。そして、この発症の過程を明らかにすることにより、指導上有益な示唆を得ることになる。

Smith⁵⁵⁾は、バーンアウトによるスポーツからの離脱(drop out)とそうでない離脱をシボーとケリーの社会的交換モデル¹⁾を用いて区別することを提唱している。これは、スポーツ活動による報酬(reward)と負担(cost)との関係である結果(outcome)と、活動への個人の要求水準にあたる比較水準(comparison level)、現在の活動と他の活動との魅力の比較である選択水準(comparison level for alternatives)の3者関係において離脱か残留かが決定されるという公式である。Smithは、従来のスポーツからの離脱に関する研究を概観し、ほとんどの場合、選択水準が結果と比較水準を上回ったことによる離脱であるとした上で、バーンアウトではこうした関係は成立せず、比較水準は高いけれども、結果が選択水準を下回って離脱するという説明を試みている。つまり、バーンアウトでは現在の活動に強い魅力と要求水準を持っていな

がら、結果を上回る多大な負担によって離脱に至るのである。このモデルは、活動へのかかりと固執の程度からの把握であり、バーンアウトにおける対象への執着あるいは自己の理想の引き下げができないという発病状況における見解と一致したものである。さらに、病前性格を加えた病因論的視点を採用することによって、一層有効な診断・鑑別が可能となるだろう。

まとめと今後の課題

運動選手のバーンアウトという新たなカテゴリーを提唱するために、これまでに報告されてきているバーンアウト研究を、心理臨床的視点から、病前性格—発病状況—症状という枠組みで捉えた。メランコリー親和型・執着性格という性格特徴が、この病態の素因として大きな役割を担っていることが示唆された。この性格ゆえに対象に固執し多大なストレスを被り、様々な症状を呈するのである。このような構造を、バーンアウトの中核として捉えることができる。特に対象への固執ということがバーンアウトを論じる上での、1つの鍵となっている。

そして、これまでオーバートレーニングの表題で報告されてきたものには、運動選手のバーンアウトと読みかえることが可能な内容が散見している。しかし、オーバートレーニングはバーンアウトの状況因の一つとして位置づけることの方が適当と考えられる。また、へばりはバーンアウトの前駆状態あるいは一症状として捉えることが可能であることを示唆した。また、運動選手のバーンアウトを診断・鑑別するには、単に競技意欲の低下、スポーツからの離脱といった結果だけでなく、競技への固執の様態を考慮する必要があることが示唆された。したがって、バーンアウト発症に至るまでの過程が、今後の研究の課題となってくるようである⁵⁴⁾。本研究で行なわれた概念規定を作業仮説として、実証的研究を進める必要がある。

Feigley¹⁴⁾が指摘するように、おとなしく真面目で練習熱心で、目標の高い選手は、コーチから理想的な選手として受けとめられている。こ

うした選手の中にはメランコリー親和型・執着性格に近い者があり、現場では特に問題視されることはなかった。このような性格は、おそらくそれまでの生育史にその起源を求めることができる。特に、運動選手の場合、それまでの競技活動での経験様式がバーンアウト発症の機序に関連していることが予想される。また、自己と競技との対象関係、さらには競技場面でのストレス要因などが問題となってくる。ここで得られたバーンアウトに関する病前性格、発病状況、症状といった基本的構造を踏襲し、これまで対人サービスの職種について論じられてきた概念を運動選手に拡大・援用することは、運動選手の不適応や成績の低下といった問題に新たな視点を提供することになるだろう。

注

注1) バーンアウト症候群は、精神疾患の診断名として正式には採用されていない。著者らが本文中で試みている運動選手のバーンアウトの概念規定を、従来の疾患分類に求めるならば、「メランコリー親和型うつ病」、あるいはキールホルツ(Kielholz)の説明する「消耗抑うつ」(Erschöpfungsdepression)に近いと考えられる。後者については、本論文の査読者の1人からも指摘されたことである。しかし、「バーンアウト」という名称をあえて用いた理由は以下のようなことからである。

- 本研究の主たる目的は、運動選手のバーンアウトを従来の疾患分類の中に整理しなおすことではない。今後さらにバーンアウト研究を積み重ねていくことにより、臨床像への共通理解を得ることができ、精神病理学上での診断について、改めて検討課題となっていくものと考えている。
- スポーツ心理学領域でのバーンアウト研究は着手されたばかりである。伝統的な疾患カテゴリーの枠内で研究するよりも、現時点では一応独立させて、それらとの関連を論じながら研究を進めていくことの方が望ましいと考えている。
- 運動選手を対象としたバーンアウト研究がすでにいくつか認められており、また今後もバーンアウトの表題のもとに報告されることが予想される。それらの研究と関連づけるうえでも、バーンアウトをキーワードとして採用することが妥当であると考えた。

注2) うつ病の発病に際して病因的役割りを担っ

ている性格特徴として、下田⁵³⁾が執着性気質、テレンバッハ⁵⁸⁾がメランコリー親和型性格をそれぞれ報告している。執着性気質は、仕事熱心、凝り性、徹底性、正直、几帳面、強い義務責任感という特徴である。このような人々は、一度生じた感情がさめることなくその強さが持続し、むしろしだいに強まって活動を持続し、その結果疲労の頂点でうつ病に至る。また、メランコリー親和型性格の特徴は、几帳面と自己要求の高さ、仕事・対人関係での秩序の重視、仕事の量と精度、他者への良心性などである。両者には類似点が多くうつ病の病前性格として一括して論じられている。いずれも状況の変化に対して柔軟な対応に欠けることが問題となっている。この性格類型は我が国と一部のドイツ語圏で認められているのみで米国では一般的なものではない。そのために、バーンアウトの研究にこの性格特徴からの記述がないものと考えられる。しかし、米国でのバーンアウト研究においては、バーンアウトに陥りやすい性格特徴の個々の記述に終わっており、それらの妥当と思われる共通側面を記述しようとしたとき、さらに洗練され、まとまったものとしてこの性格類型を取り上げた。我が国でバーンアウトを研究するにあたって、必然的に浮かび上がってくる性格類型であると考えられる。

注3) 本研究は著者らの論述の稚拙や、こうしたテーマにおける研究遂行上の倫理の問題が問われ、公刊されるまでにかなり時間を要した。その間、運動選手のバーンアウトに関する事例報告を行なう機会が以下のように与えられた。本文の注ならびに参考文献として新たに付け加えさせていただくことをお許し願いたい。

- “On the athlete's reconfirmation of ego identity and the past crisis mode,” Seoul Olympic Scientific Congress, Abstracts, Pp. 372, 1988⁴⁰⁾
- 「運動選手のバーンアウト(Burnout)について—1症例の競技歴を通して—」スポーツ心理学研究, 15-1:102-03, 1988⁴¹⁾。

注4) 運動選手のバーンアウト発症に至る過程を検討—発症機序の解明—する場合、必然的に臨床事例を扱うことになる。慎重に行なうと同時に、著者ら自身の心理臨床技法のさらなる習熟をはかっていくことが大切となる。

付記：本稿の作成にあたり、貴重な御示唆を賜りました筑波大学教授市村操一氏、ならびに岐阜大学助教授鈴木 壮氏に深く感謝いたします。

引用・参考文献

- 1) 青井和夫, 「小集団の構造と機能」青井和夫・綿貫譲治・大橋 幸(編), 集団・組織・リーダーシップ, 今日の社会心理学第3巻, 培風館, 1962, pp. 80-83.
- 2) ベイサー (藤原健固 訳), スポーツ心理学—スポーツによる心理社会的障害—, ベースボールマガジン社, 1976.
- 3) Bell, B., "The overtraining syndrome," *American Rowing*, 18-2: 40-42, 1986.
- 4) Caccese, T.M. and Mayerberg, C.K., "Gender differences in perceived burnout of college coaches," *Journal of Sport Psychology*, 6: 279-88, 1984.
- 5) Campbell, D., Miller, M.H. and Robinson, W. W., "The prevalence of burnout among athletic trainers," *Athletic Training*, 20-1: 110-13, 1985.
- 6) Capel, S.A., "Psychological and organizational factors related to burnout," *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 57-4: 321-28, 1986.
- 7) Capel, S.A., Sisley, B.L. and Desertrain, G.S., "The relationship of role conflict and role ambiguity to burnout in high school basketball coaches," *Journal of Sport Psychology*, 9: 106-17, 1987.
- 8) Chance, P., "That drained-out, used-up feeling," *Psychology Today*, 15: 88-95, 1981.
- 9) Crane, S.T. and Iwanicki, E.F., "Perceived role conflict, role ambiguity, and burnout among special education teachers," *Remedial and Special Education*, 7-2: 24-31, 1986.
- 10) DePaepe, J., French, R. and Lavay, B., "Burnout symptoms experienced among special physical educators: A descriptive longitudinal study," *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2-3: 189-96, 1985.
- 11) Edelwich, J. and Brodsky, A., *Burnout: Stages of disillusionment in the helping professions*, Human Services Press: New York, 1980.
- 12) Farber, B.A., "A critical perspective on burnout," in Farber, B.A. (Ed.), *Stress and burnout in human service professions*, Pergamon: New York, 1983, pp. 1-20.
- 13) Farber, B.A. and Miller, J., "Teacher burnout: A psychoeducational perspective," *Teacher College Record*, 83-2: 235-43, 1981.
- 14) Feigley, D.A., "Psychological burnout in high-level athletes," *Physician and Sportsmedicine*, 12-10: 109-19, 1984.
- 15) Firth, H., McIntee, J., Mckeown, P. and Britton, P.G., "Maslach burnout inventory: Factor structure and norms for British nursing staff," *Psychological Reports*, 57: 147-50, 1985.
- 16) Fischer, H.J., "A psychoanalytic view of burnout," in Farber, B.A. (Ed.), *Stress and burnout in human service professions*, Pergamon: New York, 1983, pp. 40-45.
- 17) Freudenberger, H.J., "Staff burn-out," *Journal of Social Issues*, 30-1: 159-65, 1974.
- 18) Freudenberger, H.J., "Burnout: Contemporary issues, trend, and concerns," in Farber, B.A. (Ed.), *Stress and burnout in human service professions*, Pergamon: New York, 1983, pp. 23-28.
- 19) Freudenberger, H.J. and Richelson G., *Burn out: The high cost of high achievement*, Anchor Press: New York, 1980.
- 20) Gieck, J., Brown, R.S. and Shank, R.H., "The burnout syndrome among athletic trainers," *Athletic Training*, 17-1: 36-42, 1982.
- 21) Gold, Y. and Michael, W.B., "Academic self-concept correlates of potential burnout in a sample of first semester elementary-school practice teachers: A concurrent validity study," *Educational and Psychological Measurement*, 45: 909-14, 1985.
- 22) Gould, D., "Understanding attrition in children's sport," in Gould, D. and Weiss, M.R. (Eds.), *Advances in pediatric sport sciences*, Vol. 2, Human Kinetics: Champaign, 1987, pp. 61-85.
- 23) Hanson, P., "Illness among athletes: An overview," in Strauss, R.H. (Ed.), *Sports medicine*, W.B. Saunders Company: Philadelphia, 1984, pp. 79-90.
- 24) Harison, W.D., "A social competence model of burnout," in Farber, B.A. (Ed.), *Stress and burnout in human service professions*, Pergamon: New York, 1983, pp. 29-39.
- 25) Henschen, K.P., "Athletic staleness and burnout: Diagnostic, prevention, and treatment," in Williams, J.W. (Ed.), *Applied sport psychology*, Mayfield Publishing Company: California, 1986, pp. 327-42.
- 26) 広瀬徹也, 抑うつ症候群, 金原出版, 1986, pp. 65.
- 27) 保坂かおる・杉原 隆「競泳選手の記録の変化と Learned Helplessness との関係」スポーツ心理学研究, 12-1: 16-21, 1985.
- 28) 稲岡文昭・松野かほる・宮里和子「看護婦にみられる Burn Out とその要因に関する研究」看護, 36-4: 81-104, 1984.
- 29) Jensen, C.R. and Fisher, A.G., *Scientific basis of athletic conditioning*, 2nd Ed., Lea and Febiger: Philadelphia, 1979, pp. 298-99.
- 30) 笠原 嘉, 木村 敏「うつ状態の臨床的分類に関する研究」精神神経学雑誌, 77-10: 715-35, 1975.

- 31) 笠原 嘉「うつ病の病前性格について」笠原 嘉 (編), 躁うつ病の精神病理 1, 弘文堂, 1976. pp. 1-29.
- 32) Kereszty, A., "Overtraining," in Larson, L. (Ed.), *Encyclopedia of sport sciences and medicine*, Macmillan: New York, 1971. pp. 218-22.
- 33) クレコフスキー (高橋華王 訳), スポーツマンの健康とは何か, ベースボールマガジン社, 1979. pp. 154-58.
- 34) Maslach, C. and Jackson, S.E., "The measurement of experienced burnout," *Journal of Occupational Behaviour*, 2: 99-113, 1981.
- 35) McConnell, E.A., "How close are you to burnout," in McConnell, E.A. (Ed.), *Burnout: In the nursing profession*, C.V. Mosby Company: St. Louis, 1982. pp. 98-103.
- 36) McConnell, E.A., "Potential causes of burnout," in McConnell, E.A. (Ed.), *Burnout: In the nursing profession*, C.V. Mosby Company: St. Louis, 1982. pp. 111-18.
- 37) McMinn, S., "Burnout," *Nephrology Nurse*, 1-3: 8-10, 1979.
- 38) 宗像恒次・椎谷淳二「中学校教師の燃えつき状態の心理社会的背景」精神衛生研究, 33: 129-53, 1986.
- 39) Nagy, S., "Burnout and selected variables as components of occupational stress," *Psychological Reports*, 56: 195-200, 1985.
- 40) Nakagomi, S., "On the athlete's reconfirmation of ego identity and the past crisis mode," *Seoul Olympic Scientific Congress, Abstracts*, pp. 372, 1988.
- 41) 中込四郎「運動選手のバーナウト (Burnout) についてー1. 症例の競技歴を通してー」スポーツ心理学研究, 15-1: 102-03, 1988.
- 42) 小川捷之「アポロ的すぎたスポーツマンーあるサッカー選手の挫折ー」新体育, 49: 296-305, 1979.
- 43) Ogilvie, B.C. and Tutko, T.A., *Problem athletes and how to handle them*, Pelham Books: London, 1966. pp. 173-92.
- 44) 小此木啓吾, 「精神分析からみたうつ病」宮本忠雄 (編), 躁うつ病の精神病理 2, 弘文堂, 1977. pp. 249-79.
- 45) Perlman, B. and Hartman, E.A., "Burnout: Summary and future research," *Human Relations*, 35-4: 283-305, 1982.
- 46) Pines, A. and Kafry, D., "Occupational tedium in the social services," *Social Work*, 23-6: 499-507, 1978.
- 47) Pines, A., Aronson, E. and Kafry, K.D., *Burnout: From tedium to personal growth*, Free Press: New York, 1981.
- 48) Powers, S. and Gose, K.F., "Reliability and construct validity of the Maslach Burnout Inventory in a sample of university students," *Educational and Psychological Measurement*, 46: 251-55, 1986.
- 49) Rafferty, J.P., Lemkau, J.P., Purdy, R.R. and Rudisill, J.R., "Validity of the Maslach Burnout Inventory for family practice physicians," *Journal of Clinical Psychology*, 42-3: 488-92, 1986.
- 50) Rosenthal, D., Teague, M., Retish, P., West, J. and Vessell, R., "The relationship between work environment attributes and burnout," *Journal of Leisure Research*, 15-2: 125-35, 1983.
- 51) Rowland, T., "Exercise fatigue in adolescents: Diagnosis of athlete burnout," *Physician and Sportsmedicine*, 14-9: 69-77, 1986.
- 52) Shank, P.A., "Anatomy of burnout," *Park and Recreation*, 18-3: 52-58, 1983.
- 53) 下田光造「躁うつ病の病前性格について」精神神経学雑誌, 45-2: 101-03, 1941.
- 54) Shinn, M., Rødsario, M., Morch, H. and Chestnut, D.E., "Coping with job stress and burnout in the human services," *Journal of Personality and Social Psychology*, 46-4: 864-76, 1941.
- 55) Smith, R.E., "Toward a cognitive-affective model of athletic burnout," *Journal of Sport Psychology*, 8: 36-50, 1986.
- 56) Storlie, F.J., "Burnout: The elaboration of concept," in McConnell, E.A. (Ed.), *Burnout: In the nursing profession*, C.V. Mosby Company: St. Louis, 1982. pp. 81-85.
- 57) 高田千恵子・田村 宏・石淵真理子・藤永 隆・下山定利・柚木 仁・黒梅恭芳・高田利武「部活動体験による青年期不適応に就いてー事例研究ー」日本教育心理学会第29回総会発表論文集, pp. 528-29, 1987.
- 58) テレンバッハ (木村 敏 訳), メランコリー, みすず書房, 1978.
- 59) Zabel, R.H. and Zabel, M.K., "Factors in burnout among teachers of exceptional children," *Exceptional Children*, 49: 261-63, 1982.

(昭和63年1月8日受付)