競技引退後の精神内界の適応

中込四郎¹⁾

Intrapsychic Adaptation to Athletic Retirement

Shiro Nakagomi¹

Abstract

Athletic retirement is not limited to being a crisis; it can also be an opportunity for psychosocial development and transition. In this paper, the internal changes which took place during the adaptation process in a retired world-class athlete are discussed after being revealed in the client's dreams and pictures (Landscape Montage Technique) by psychotherapy.

Hashi-san (assumed name) was a world-class athlete of an individual sport (for confidentiality reasons, no specific details can be given). Hashi-san qualified for many consecutive appearances in a top international competitive event and won a medal on each occasion. Over a period of several years, psychological support for Hashi-san took place once a week for 60 min. For the first two years, the focus was on mental training, with an aim to improve Hashi-san's competitive spirit. This support lasted for 73 sessions until Hashi-san's final international competition.

This paper focuses on approximately 80 psychotherapy sessions for athletic retirement which took place after the mental training sessions. The psychotherapy sessions can be divided into four periods: coping with retirement; stagnation and depression; self discovery; and returning to the athletic field as a coach.

The following internal changes in the adaptation process after athletic retirement were identified: 1. retirement ceremony, mourning; 2. self discovery, intrapsychic development; and 3. connecting past and future, self consistency. The three post-retirement periods constitute psychological tasks, which can be used as the basis for a working hypothesis for future athletic retirement research that can be applied to top athletes who have previously committed their lives to their sport.

Key words: athletic retirement, intrapsychic adaptation, psychotherapy, dream, case study

1) 筑波大学人間総合科学研究科
〒305-8574 つくば市天王台1-1-1
連絡先：中込四郎
E-mail: nakagomi@taiiku.tsukuba.ac.jp

1 Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University
of Tsukuba
1-1-1 Tennodai, Tsukuba, Ibaraki 305-8574
Corresponding author: Shiro Nakagomi

はじめに

青年期の心性に対して、「青年期危機説」と「青年期平穩説」の2つがあるように、競技引退においても、当該アスリートの意識レベルでの体験における危機意識の程度は様々である。しかしながら、思春期・青年期に一貫してアイデンティティの拠り所を強く競技スポーツに求めてきたトップアスリートは、競技引退によって、程度の差はあれアイデンティティの再体制化の課題を突きつけられることになる。引退後、周囲から与えられた軌道にそのまま乗れるならば良いが、それまでの自分やこれからの自分に対して真正面から問いかけ・問い直しをするならば、引退後の適応過程は心理・物理的にも大きな課題となるはずである。しかしその課題への取り組みは、同時に、今後の新たな個性化(individuation)を果たす上で重要な意味をもっているのである。

この問題事象に対して、近年は、「競技引退」(athletic retirement)との表記よりも「キャリアアトランジション」(career transition)をそこに充てるのを目にすることが多くなった(例えば, Petitpas, A., et al., 1997, Lavalley, D., 2000). 社会学者のCoakley (1983) は、アスリートにとって引退が必ずしも心的外傷やアイデンティティ危機などの深刻な問題とはならないとし、一つのキャリア終結(career termination)というよりも新たな人生への再生(rebirth)と捉えるべきであると主張している。彼の主張の背景には、社会老年学や死亡学における理論モデルを援用したそれまでの説明が、競技引退の否定的側面そして深刻で対処困難な体験であるとする偏った見方への問題提起もあったように思われる。しかし、競技引退を「新たな人生への再生」とするには、引退アスリートのキャリア支援の理論的基盤となった生涯発達論も含めて、引退の積極的意味に注目する立場は支持できるものの、その後提示された支援プログラムの実際からは、引退経験における発達上での積極的意味の実現への繋がりを見いだせない。むしろそれらからは、外的な適応への偏りがうかがわ

れる。引退の危機を発達のチャンスとするためにいかに関わっていくかは、アスリートの心理療法の現場においても重要な心理的課題となっている。そのためにも、引退が彼らの内的発達契機となっていく心理過程ないしは内的作業の特徴を明らかにする必要がある。

問題の所在

1) 相談室での経験から

筆者は勤務大学内に常設されたスポーツ系の課外活動学生の支援を目的としたスポーツクリニックの中にある心理相談室のカウンセラーを兼務している。わが国でもこのようなアスリートの心理支援機関が、まだ十分な数とは言えないが、増えつつある。

ここでは“競技離脱・退部”の問題を抱える学生の来談があるが、大学OBや近郊に在住しているアスリートの一部からは、競技引退に関わる訴えを聴くことがある。中には、現役競技者としての実力発揮を問題として来談し、その後、長期にわたって相談を継続していくと、ピーク年齢を過ぎたアスリートにおいては、競技引退の予期ともとれる話題を面接室で共有する機会がある。それは競技を退いた後の具体的なプランではなく、自身のこれまでの競技キャリアを振り返ったり、指導者側の視点から自身の競技遂行・動きを意味づけたり、狭義の競技パフォーマンス以外の側面からの到達目標(例えば、競技姿勢、普遍化した究極の技の追求)を語ったりするところから感ずるのである。

1992年のバルセロナオリンピックの時に米国オリンピック委員会(USOC)は、自国の代表選手に対して「自分の言葉で自分の競技を語ることができて初めてトップアスリートとして認められる」と、メッセージを贈ったようである(出典不詳)。競技期の終盤にさしかかったアスリートや引退を迎えたアスリートの心理相談では、彼らが自身のこれまでの歩みをカウンセラーの前で語るところに大きな意味があるように思われる。USOCがそこに重ねたメッセージとは異なるが、引退に直面しているアスリートがそれまでの競技生活をこころの中に納め、そ

して次の歩みに繋げていく上で語る作業は、大きな意義があると思う。

ここで、これまでの競技引退や離脱の相談経験に対して、体系的な分析・検討をほどこしているわけではないが、大雑把な印象を述べてみたい。

まず、彼らの競技人生を登山に喩えると、「高い山に登れば登るほど下りる困難さが強くなる」ように、競技引退でも同質の体験がなされるようである。「このオリンピックを最後に、現役引退をする」と、オリンピック後、実際に競技から離れても、次の一步を踏み出せないアスリートがいた。あるいは、幼少期から継続してきた競技を大学年次の途中で辞めたアスリートが、「16年間同じ競技をやってこれただけで、本当によくやったと思っている。もちろん大学4年までできればよかったと思うが…1年早く辞めて、その分、将来の進路を試してみたい」と、競技から離れていったが、具体的な動きを起すまでにはその後さらに時間を必要とした（中込，1999）。

これらはいずれも外的には明らかに競技から離れているのであるが、内的にはその後もしくはアスリートとしての自分を引きずっていったようである。さらに、高校生の時に日本選手権覇者となり、周囲の期待を受け、そして自身も将来のオリンピックを夢見て大学進学を果たしたあるアスリートのバーンアウト事例を報告した（中込・岸，1993）。「辞めたいと思っても実際に辞める事は考えられなかった」「〇〇（競技種目名、以下同様）以外に何もやってこなかった。だから何をやってよいのかわからなかった」と、運動部離脱後の強い適応困難を抱えた。このような事例からは、青年期にモラトリウムがあるように、トップアスリートたちの現役引退後においても、心理社会的両面からの猶予期間（モラトリウム）の必要性を痛感し、そしてスポーツカウンセラーが果たす役割の大きいことがそこでも考えられた。

次は、アスリートの競技引退と「中年期の危機」とのイメージレベルでの重なりについてである。一部の競技種目では引退年齢が引き上げ

られたとはいえ、国際レベルで活躍する多くのアスリートが30代半ばで競技引退を迎える。彼らの競技期は長くなく、しかも引退を挟んだその後の人生との間には大きな質的变化をもたらす。そこでは、「人生の後半をどう生きるか」あるいは「人生の前半で生きることのできなかった部分をどう生き直すか」といった中年期に相当する課題を突きつけられたとも言い換えられる。長い競技経験を重ねてきたアスリートから、「これからはこれまでとは何か違った生き方をしてみたい」との思いを訴えられると、共感せずにはいられない。そこで思い出すのが、われわれのライフサイクル（生涯）を太陽の日周期に喩えたユング（1948）である。彼は、「われわれの生涯は太陽の動きのようなものだ」と述べ、太陽が頂点に達するまでの上昇期を青年期に相当させ、その後の下降期のはじまりを中年期に位置づけた。そして「…人生の午後は、人生の午前に劣らず意味深い。ただ人生の午後の意味と意図とは、人生の午前のそれとは全く異なるものである」として、移行の困難さや意味を指摘した。アスリートの競技引退は、通常多くの人たちに訪れる時期よりも早い「中年期危機」であると思えてならない。

活躍したトップアスリートの場合、多くは周囲から何らかの形で次のキャリアの提示がなされる。たとえそのような働きかけが好条件であっても、それに対してアスリート自身が積極的に歩み出さなかったり、その場からドロップアウトしたりすると、なかなか周囲の理解を得られない。このような状況に遭遇すると、引退後の彼らの外的な流れ（外的適応）と内的な流れ（内的適応）とにギャップの存在を認めねばならない。

2) アイデンティティの再体制化という視点

本邦において、アスリートの競技引退後の適応過程に関する基礎的ならびに臨床的研究は未だ十分とは言えない。そうした状況にあって、アイデンティティの再体制化を手がかりとした豊田による一連の研究は示唆に富んでいる。

豊田（1999）は中年期危機を体験した元オリ

ンピック選手のインタビューによって、①競技引退のきっかけとなる出来事、②アスリートである自分の歩みの再吟味と引退への方向づけ、③競技からの移行、④職場への傾倒、といった再体制化のプロセスを明らかにしている。そしてその中で、「社会化予期」が競技から新たな社会生活への移行を助長し、「時間的展望」がアイデンティティの再体制化における課題解決の程度を決定づけると主張している。この研究でさらに注目すべきは、再体制化の過程で、アスリート自身が将来に向けた自己のあり方を主体的に選ぶとっていくこと（時間的展望）の大切さに言及していることである。豊田は調査面接によって得られた事例の分析の中で、「競技引退を通じて体験されてきたアイデンティティ再体制化は、中年期危機に直面して、再び問い直されていたと考えられる。青年期・成人期を通じて早期完了（危機経験の少ない解決）の状態にあった者は、競技引退に際して、将来に向けた自己のあり方を主体的に選び取って行く姿勢を獲得しておらず、その後の新たな危機的場面に直面した際に、深刻な問題へと発展させてしまったのであろう」と考察している。

引退後の新たな生活に表面的にはスムーズに移行できたとしても、それに伴うべきアイデンティティの再体制化の課題への取り組みが消極的・未解決であるならば、それは積み残された（解決を先送りされた）課題となり、いずれ何らかのきっかけで、置かれた状況に応じたかたちでの問題として顕在化することが予想される。このように、引退期の体験が以後の発達課題の取り組みに影響すると考えられることから、競技引退後のスムーズな移行を助長するよりも、「如何にしてこの期を乗り越えるのか」が重要となり、そこでは、それまでの競技との関わり方も関係しているのである。先ほどの比喩に戻るならば、「どのように山から下りるかは、それまでどのように山に上ってきたかが影響する」のである。

中込（1993）はスポーツ場面での危機（例えば、ケガ、スランプ、指導者関係、他）への対処の仕方、過程（危機様態と呼んだ）が、青年

期にあるアスリートのアイデンティティ形成への取り組みにおいても繰り返されることを明らかにしている。さらにまた、スポーツ場面での危機様態の相互性の程度とアスリートの人格発達との関連性も見出している。これらの研究成果より、「アスリートとしてのアイデンティティを彼らがどのように獲得してきたのか、そして“アスリートとしての自分”のみを手がかりとしながらも、競技場面での様々な体験にどのように関わってきたのか、引退後の歩みに大きく影響するのではないか」、との主張が生まれてくる。

ところが、支援プログラムはいずれも認知行動理論を背景に構成されており、主要な作業課題（介入）は、キャリアプランニングに向けたアスリートの具体的な動きを引き起こすことにある。つまり、引退後のアスリートができるだけスムーズに第二の人生に移行できる準備を支援しようとしているのである。いうなれば、引退後の着地点へのソフトランディングを最大目標としている。しかしながら、個々のアスリートにとって競技引退の持つ意味は異なり、彼らの発達や充実を期するのであれば、この時期をスムーズに通り過ぎることよりも、その後の歩みに役立てられるような競技引退の体験がなされるべきであり、そのための関わり方を再検討していく必要がある。その意味から、近年の競技引退を「キャリアトランジション」(career transition)と受け止め、スムーズな移行を目指す“ソフトランディング”の考え方に対して、個人的にはやや懐疑的にならざるを得ない。

目 的

本研究では、あるトップアスリートの競技引退に関わる心理療法の中で報告された夢や描画（以下、LMT）を主な手がかりとして、競技引退後の適応過程での内界の変化について検討する。これは同時に、競技引退アスリートの心理支援において取り組まれる内的課題を明らかにすることでもある。

事例の概要

事例 橋さん（仮名）実業団所属のアスリート
競技歴 橋さんは数多くの国際大会の出場を経験し、国際レベルで活躍したアスリートであり、その後、競技から引退した。

相談過程

橋さんはあるオリンピックに出場した数ヶ月後にいったん競技の世界から離れ、そして約2年近くのブランクの後、再び競技に復帰し、復帰後半年ほどしてチームメイト（筆者く以下、Th）のクライアント）より紹介され、Thの相談室を自発的に訪れた。

橋さんとの相談は10年以上に及んでいる。基本的には週1回・60分で行われてきた。最初の2年近くは、メンタルトレーニングを中心に競技力向上を目的とした心理サポートを行った（ここでは当初、心理スキルの指導を行ったが、その後、カウンセリングをベースとしたサポートに移行していった）。この期間は、現役アスリートとして出場した最後の国際大会までであり、X年11月よりX+2年7月までに73回の相談が行われた。本紹介では、研究課題に沿って、その後の相談過程について、大まかに4期に分け、各期における外的事実（そのときの現実生活）ならびに主要な夢を紹介しながら、相談の流れを示す。相談の中で報告された夢は、現実レベルでの連想を中心に展開していったが、それらの内容については、必要に応じて討議で言及していく。

以下では、『』が夢、「」がクライアントの語り、＃が相談回数を、そして夢に付された数字が相談の中で報告された順の通し番号を示している。

第1期：引退期（X+2年8月からX+4年3月）

「多分、最後のオリンピックとなるので、思う存分雰囲気味わってきたい」と橋さんは、競技からの引退を意識してオリンピックに出場し、そして大会を終え、遠征前に交わした約束の日にメダルを持参し、来談してきた。

大会後一息つくまもなく、本人の動きに反して、周囲は大きく動き出していた。それは、所属する競技連盟からの強化スタッフ（コーチ）就任の要請、出版社からの自伝本の出版依頼、そして海外での長期コーチ研修の勧め、他であった。しかし橋さんは、「でも、これから先の事がどういう方向に進むのかわからない。私自身の中でどうなりたいのかははっきりしていない。オリンピックを目標としてやってくるがその後が大変。最終的には自分がやらねばならない。ただ今はその場その場で、きているものに受け応えできないでいる」（＃75、通算の回数）と戸惑いを訴えた。

連盟からのコーチ要請に対して周囲は当然のごとく了承するものと思っていたようであったが、橋さん本人は「具体的にそこで自分が何をしたいのかわからない。これまでやってきた競技の世界にこれからも自分が関わっていきたくどうかかわからない。こんなあやふやな状態で、今、全日本のコーチングスタッフに入っていたら、身もころもボロボロになるような気がする。現役引退はオリンピック前から考えていたが、周りが言うように現役を辞めたらすぐにコーチにとは、私の中では繋がらない」と、しばらく態度を保留していた（その後、正式にその要請を断ることになる）。

10回ほど相談が行われた後、「向こうから、落ち着いたら便りを出します。いろいろじっくり考えてきます。長いことありがとうございます」（＃83）と、1年間の海外コーチ研修に旅立った。

そして、面接室での1年ぶりの再開では、研修中の土産話とはならず、今後の進路の定まらなさが訴えられた。「1年経って自分の気持ちの方がコーチの方に変わればそれで良いと思っていたが、ますますその世界から離れたくなってしまった。帰国する直前までどうしようかと迷っていた。コーチをやるのが今は何か自分らしくない。何となく違うなあという感じ。もっといろんなスポーツを見たい。広くスポーツに関わりたい」。そして、「どうすれば良いのか決まっていない。出来れば前と同じようにここに

来て話しをしたい」(面接再開, #1とする)と、再継続を希望し、Thは了承した。

Thは「ここでの話を少し広げて考えるのにも必要。橋さんは夢をみることがありますか」と尋ねたところ、「先週話して、その夜、面白い夢をみました」と、即座に2つの夢を報告した。〈夢1〉『入り口に五輪のマークがあるいろんな国の選手村。雨がふってきて雷が鳴った。“雷がこんなに近くだったらどこかに落ちるよね”と話していたら、火事になってどこかが燃え出した。それがB選手(橋さんの現役時のライバル)の国の人の部屋だった。入り口にある五輪の旗の端の方が燃えている。私はそこへモップを持って消しに乗り込んでいった』(#5)。さらに同じ回に『よくわからないが、向こうに行かねばならない。大きな川が目の前にある。一生懸命に行こうとしているが、もがいている。行きたい。行かねばならないが行かない』〈夢2〉と報告している。

「感覚的に“芯が動いていない”感じがする。何するにも遅い。判断するのが遅い。多分、真ん中が動いていない」(#9)。さらに「自分の周りはガヤガヤしているが、自分の核はすごく固い、動かないでいるような気がする。何で固いのか考えてみた。これから動き始めるには何か大きな力が必要な感じがする。いろんな面で力を蓄えないと動き出せない感じがする。もちろん目標が定まっていないこともあるが、身体の中の感じとしてわかる」(#10)と語った。

この時期に橋さんには、自伝の出版、指導者としての上級資格の取得、連盟からのコーチ要請への辞退、脚の手術などがあった。自伝の出版に関しては、研修前にある程度出来上がっていた原稿に、「表側だけで、私がそのときどきに何を思ったのか、感じたのかが書かれていない。私の気持ちがあまり出ていない」と満足できず、「今回は自分の方から動いて、もっと私の方がしっかりしないといけない。もう少し時間をかけてやらないといけないと思った」(#12)と、再挑戦することになった。また、脚の手術入院により、4週間ぶりに来談した橋

さんは、「競技の方は一区切り。さびしくはないが、“これからどうするのかなあ”と。脚の手術をやって、身体もところも動いていない感じ、今まで身体とところの両方とも止まることはなかった。どちらかが止まっても一方で引張っていった。どうやって動いていこうかという感じ。…身体の動きがゆっくりになると、ところの動きもゆっくりになる。やけに物がよく見える。買い物に行っても近隣の風景まで。いつも歩いている道なのに、“こんなところにこんなものが”と発見することがある。ぜんぜん気がついていないことがある」(#14)と語った。

LMT1の作品に対して橋さんは、「人は自分ぐらい。橋を渡ってずうっと歩いて来た。一つ橋を越えて休んでいる。周りは蓮華畑なんです。この道はどこへ行くと言われてもよくわからない。道が同じではつまらない。茶色にしたら面白くない。使っていない色が黄色、そうしたら分けわかんなくなったのでグリーンを入れた。この人はここで休みたがっているんです。でも、道はずうっと続くので、少し休んでいる感じ」と説明した。

第2期：停滞・低迷(X+4年4月からX+4年11月)

橋さんは久しぶりに競技関係者に会い、連盟が部分的に改革しつつある話を聴く。「今のまま同じことをしていてもダメ。変わっていかないとダメだと私も思っていた。自分が自分をそ

図1 写真①: LMT 1

う見ているのかもしれない。…確かに今のままではぜんぜん力が足りない。何か付け加えないといけない。今一つ気持ちがモヤモヤしている。体力というよりも精神的にきつい。でも、どうしたら良いかわからない。時間だけが過ぎていく」(#21)と、自分の状況につなげていた。さらに、「何か見通しがあつてこうなりたいから今はこうしているというのではなく、今は、今まで来た道がおもしろくないから次は何かしたいというところがある。けっこう一生懸命やってきたつもりではいる。一生懸命やってきたにもかかわらず自分では100%誉められない。自分が描いていたものと違う。でもそういう表現は違うな。けっこうやってきても何か物足りないというか、何かわからないけど嫌になってしまう」(#23)と語った。

＜夢3＞『ああ苦しいなという思い。英語の“MUST”だけが大きな文字で出てきた』(#25)と、橋さんは久しぶりに自発的に夢を持参し、報告した。Thはこのセッションの終わりに、夢の記録そして報告を要請した。以後のセッションでは、ほぼ毎回夢を報告するようになり、夢を通しての面接が中心となっていた。

＜夢5＞『大きな船に乗っている。船の中に居るときは別に揺れを感じないが、船の外のデッキに出て波を見ると波が船に当たり、強い』(#27)。＜夢15＞『星形みたいなものが切り取られていて、それに合うものを探して見つけてくる。探しているところ』(#33)。＜夢17＞『白いTシャツに絵を描いている。一つの作品を出さねばならない。山の絵を描いて色を塗っている。赤、黄、緑、茶、わかんない色を塗っている。それをできたら飾る。私は途中だがその絵を出した。そのTシャツをどう飾るか』(#34)。＜夢23＞『近くでも遠くでも行ける電車みたいな乗り物が地下に入っていく。そこに入口がある。行き先はよくわかんないが、自分で思った所に行ける。だから自分が思い間違ふと違うところへいってしまう。いっぱいいろんな所に行けるので“〇〇”行きというのはない』(#37)。

＜夢25＞『道路の工事をしているところ。上にあつたコンクリートを剥がし、下の砂利をならしている。大きなローラーで道路のコーナーみたいな所をならしている。私は自分の車をそのローラーの近くに置いた。ここに置いていたらローラーがきたら危ないと思った。そうしたら、ローラーで車をぺちゃんこにされた。ブリキみたいなものを手にとって、“こんなになるんだ”とながめている』(#39)。

面接の中で橋さんが語る日常生活においては、目立った動きはなく、週1回の来談が継続されていた。恐らく本人の感覚としては、“定まらなさ”(拡散)をさらに強めていたに違いない。ある時期、スポーツマーケティングへの関心を示し、海外での修学を話題とするセッションが続いた。しかし、上述のような夢からは、内的な動きあるいは作業の進展がうかがわれた。

LMT2は前回の描画から2ヶ月半ほどして実施されたものである(#36)。この作品に対して、「川は左から右。ここから奥の方に歩いていこうとしているところ。前の時も木の近くに人を描いた。一休みした後、ここから向こうを見ているイメージ」と説明している。

第3期：さらに内界の旅を続けていく(X+4年11月中旬からX+5年3月)

「人と話していて自分の中で“もう十分休んだなあ”という感じがした。もうそろそろ自分でも動けるだろう。大変とは思ふが、少し動き

図2 写真②：LMT2

出してはと考えている。研修期間の1年で休んだつもりで帰国したが、何か十分に休んだ気がしなかった。いずれ競技に関わっていくのかもしれないが、現役を辞めてそのままAさん（同じように活躍した先輩）みたいに競技へ関わる気になれなかった』（#42）。

＜夢28＞『新しいアスファルトの道路を歩いている感じ。そのアスファルトが自分の足もとの周囲だけ』（#43）。＜夢37＞『川岸みたいところで、家の中にいる。川岸はごみだらけ。家はボロボロで地震で揺れ、傾きかけている。（場面が変わって）列に並んでいる。2番目にいる。写真とかを持っていて、通行証明書を作るところ』（#49）。＜夢40＞『海の地下、海底。そこに町があるんです。自分が居たのか行っただのかかわからない。町がガラスで覆われていたのか、私が乗った乗り物がガラスで覆われているのかかわからない。けっこう息苦しい感じであった』（#50）。

＜夢42＞『本屋で本の予約注文をしている。まず1冊を注文。そうしたら本屋さんが、“これは手に入るのに遅くなる”と言った。2冊目を注文すると“2冊目は1冊目よりさらに手に入りにくい、少ない”といわれる』（#52）。＜夢49＞『北海道みたいところで、急いで切符を買って、ドアが閉じかけているところの電車に飛び乗っている。乗ってから反対方向に行っているのに気づく。隣の人から、“それでも行けるよ”と、隣の国か何かを経由してきたら良いと言われた』（#59）。

＜夢52＞『中華料理かなにかのクックがいて、一人誰かが料理をあまり上手く作れない。明らかに下手そうな人で、食べたら確かに美味しくなかった。その人が私に相談しに来た。“料理がうまく作れない”と。私に相談されても困る。私が答えたのは、“いろんな物を作ろうとするより自分の得意なものを作った方が良い”であった。上の方を見ると星のよく見える夜空だった。ああ夜だなあ、久しぶりに雲のない夜空を見ている感じ』（#61）。

この時期、橋さんは、久しぶりに競技会を観戦し、その会場で何人かの競技関係者に挨拶す

ることになった。「良かったというか、しばらく顔を出していなかったし…。最初は顔を出すのをどうしようかと思っていたが、別に何を言われようがいいかなあと思って、挨拶できて良かった」と語っている。

第4期：指導者として再び競技に戻っていく (X+5年4月初旬からX+5年12月)

その後間もなく、橋さんは配属された所属企業内の部署で週の半分を働き、そして大学運動部での練習を始めていた。「何で私がこんな仕事をしなくてはいけないのかと思ってしまう。仕事はまだわからないのでいろいろ言われても仕方ないと思うが、何でという感じ」（#62）と、面接では、職場での戸惑いや不満をしばらく訴えていった。また、雑誌の取材を受け、その中でオリンピック後初めてユニフォーム姿で写真撮影に臨んだことが語られた。

＜夢54＞『下の歯がかけたのか、2本ぐらい咽に詰まっていた、粉になって咽にひっかかっていた邪魔苦しい感じ』（#63）。＜夢55＞『自分は家の中にいた。何か修理の人がドアを叩いたのでドアを開けた。（場面が変わって）友達が結婚式にすごい偉い人を招待した。招待客が車の中にいて、パッと見たら天皇陛下がいた。私はその車の横で自転車に乗っていて、“あ、天皇陛下が出るんだ。よかったね”と言っている。友人もすごく喜んでいた』（#69）。そして橋さんは、引退して間もない頃を、「コーチはコーチで終わりという感じだった。実際それしか見ていなかった。すごく嫌だった。自分でもどうしていくのか見えなかった」（#73）と、当時を振り返った。

＜夢60＞『合宿か遠征かな。お湯を飲もうとして出そうとするがけっこう遠いというか、蛇口が遠い。腕にお湯があたり“熱いなあ”と。他にいろいろなグループがいるが、自分はそこから無理して離れている。そんなに無理して離れる必要がないのかなあ。蛇口も別に根元でなくても手前のところをひねれば、ちょっとそのことを聞けばわかったのに意地になって根元をひねろうとしている』（#74）。＜夢62＞『大き

くて丸くて絵もいっぱい描いてあるきれいな花瓶がある。表彰式が何かで誰かが持っており、「ああ欲しいなあ」と思っている。そうしたら私に、不意にくれたというか、もらったらその花瓶が壊れていった。弱くてわれてしまった。落として割れたというよりも、壊れて。友人が「これは不良品だよ」と言った』(#78)。

橋さんはある元オリンピックの講演を聴き、自身との類似点に触れながら、「＜略＞以前、途中で競技から離れたことは、寄り道であり無駄だったのではと言われ、カチンときたことがあった。自分としてはあのまま競技を続けていたらきっと続けられなかったと思う。何か、自分の中でこれまでは必要であったような気がする」(#80)と語った。そして、「今までは、自分から入っていけなかったところがあった。『まず、入り口はどこだろうか』と探していた。これからは今までやってきたことを武器にして、選手を育てることに對して今まではそれだけしか見えなかった。その先はそこを通過していかないと見えないものですよ」(#83)と、橋さんは新たな職場を得ると同時に、指導者として選手養成に関わっていくことになった。

LMT3は#67、そしてLMT4は#85で描かれたものである。前者に対して、「ちょうど橋を渡っているところ。ここら辺(右下隅)を通過するのにきつかった。だからこっち側(左)の雰囲気が好きなのかなあ。何しろここを通り抜けたという感じ。まだ全部はいろんな

ことが整理しきれていないが、とりあえずどうか、何となく競技の方で見晴らしく見えているのではないかなあと」、そして後者では、「川は手前から奥の方に流れている。歩いてこの橋を気持ち良さそうに山を見ながら渡っている。(道の色)山に向かって石とかでちょっと整備されているというか。道は山にくっついていくというか、登っていく感じ。道はあるんだけど、けっこう近い位置にいるんだと思う。そんなに大きな登れないほどの山ではない。登ってまた別の山を登る」と説明した。

事例の検討

1. 描画(風景構成法)に投影された心理過程

橋さんの競技引退後の内界の歩みについて、相談の中で実施されていた風景構成法(LMT)を手がかりに振り返ってみたい。橋さんには引退前の相談も含めて、合計7回のLMTを実施していた。それらに共通していたのは、いつも橋が架けられた「川」を大きく描き、そして太陽を付加していたことであった。橋さんの内界でのエネルギーの豊かさや中心となる存在をいつも求めていたのではないかと受けとめた。さらに、いつも一人の「人」を「道」の上に描き、そしてそれを自己像として位置づけた。路上の人がそのときどきでどのような歩みをしているかによって、全般的な流れを比較することもできる。ここではそのうちの競技引退を課題とした時期に実施された前掲の4つの作品を手がかりに検討する。

図3 写真③: LMT 3

図4 写真④: LMT 4

LMT1は帰国してから面接を再開した時期に描かれたものである。画面中央に大きくうねるように描かれた道は、色を部分的に変えているのを（橋にかかるまでを黄色と緑の混色、そしてその後は茶色に）特徴としていた。「道が同じ色ではつままない」と説明するところからは、橋さんがそれまでの延長線上にあるような生き方ではなく、別な生き方を強く求めている状況と重なってくる。また、道が大きくカーブし、その端の大木がある地点に描かれた人に対して、「この人はここで休みたがっているんです。だからずうっと歩いて疲れているんです。でも道はずうっと続くんて、少し休んでいこうという感じ」と説明している。それは現実レベルの生活でまさに停滞していた時期であった。

LMT2は、手前に大きな川があり、道はその川を横切り、遙か遠くまで続いている感じ。前回の作品とは構図的に大きく異なり、軌道修正する力が伝わってくる。これからの長い道のりをイメージさせられるような作品であった。そしてまた、それは先に紹介した夢2と3とも重なっており、新たな課題を突きつけられ、立ち向かおうとする状況ともとれる。

前回の描画から7ヶ月ほど経過した時点での作品がLMT3であり、それからさらに5ヶ月ぐらいいしてからLMT4のような作品を仕上げた。前者の作品に対して、「確かにこっちから（右側）来た。ここら辺（右隅）を通ってくるのにきつかった。だからこっち（左）の雰囲気が好きなのかなあ」と説明していた。また、LMT4には、「歩いていてこの橋を気持ちよさそうに山を見ながら渡っている。田んぼは時期が違って、ここだけはちょうど芽が出始めたところで、収穫はまだ遠い」と語った。橋さんの中では、次の人生に向けての新たな動きだしを実感できていたものと思う。しかし、橋の向こう側の道（ここでもまた色彩を変えている）は途切れており、取り組むべき課題が残されていると考えねばならない。

引退そして1年間の海外研修を終えてからの約2年間の相談の中で描かれた作品を手がかりに、引退後の内的な変化をたどってきた。橋さ

んは、その後、さらに1年あまりして、ある職場で採用され、競技の指導も行うようになっていった。また、海外での指導やオリンピックムーブメントの一環として、ある委員会に所属し日本代表で国際会議のメンバーとして活躍している。橋さんとの相談はその後もしばらく継続され、その時々話題を語り、相談の場を“こころのチューニング”として利用していった。先に示したLMT4からさらに3、4年後に描かれたLMT5を最後に紹介しておく。それまでの作品と比べると、山・川・道などの処理より伝わってきた違和感が少なくなり、全体的な納まり（構成）が良くなっているのが伝わってくる。この回の作品からは、再び、次なる目標を目指して歩み出している状況がイメージされた。

図5 写真⑤：LMT 5

2. 「夢」を介した競技引退後の内的作業・課題

以下では、橋さんが引退後の適応過程で取り組まれたと考える3つの内的作業に沿って検討していく。

2-1 引退の内的儀式：喪の作業

橋さんは、「多分、最後のオリンピックとなるので、思う存分雰囲気を味わってきたい」と、競技引退を視野に入れ、大会出場を果たしていた。また、その後与えられた1年の海外研修期間に対して、「いろいろじっくり考えてきます」と言い残してはいたが、引退後の適応過程での歩みは困難を極めたとと言える。その時の状況を橋さんは、「感覚的に“芯が動いていない感じがする”」と説明している。またさら

に、「いろんな面で力を蓄えないと動きだせない感じがする」と、その後の内的作業の課題や必要性をほのめかしてもいた。

Thからの促しにより報告された2つの夢は、競技引退そして新たな適応といった課題を突きつけられたこの期の内的体験を物語っているように思われた。夢1について橋さんは、先に出場したオリンピックでの試合を中心に話題を拵げていったが、それでもまだまだ語り尽くせないといった感じであった。突然の雷で五輪旗が燃えだしてしまい、橋さんは夢の中でそれを消しに行こうとしている。しかし、モップでは恐らく確実に消し止めることはできないであろう。Thには、橋さんが競技引退という事実を必死で消そうと抵抗しているようなイメージが浮かんできた。そして夢2は「渡河」のテーマであり、競技引退をキャリア移行として意味づけ、その後のスムーズな適応に繋がるようソフトランディングを目指す立場とは大きく異なり、橋さんの内的体験レベルでは、そこに大きな隔たりを感じていたようである。

LMTの特徴の一つとして指摘した「橋」の描写からも、競技引退により新たに歩みだそうとする世界が、橋さんにとってあたかも“異界”のごとく受け止められ、いかにして踏み出すかが、大きな中心的課題となっていたようである。

トップアスリートたちは競技からの引退によって、それまでとは大きく異なる生き方を求められている。それを“中年期危機”に置き換えるならば、先述した「それまでは生きることのできなかった生き方の模索」、あるいは、青年期を「子どもの時代のあり方をいったん解体し、新たな社会人としての人格の構造を成し遂げるという構造転換」の時期と下山（1990）が述べるように、競技引退後の自我の再体制化においても、それまでの拠り所となったアイデンティティの手がかりを解体する課題をも同時に避けて通れないことになる。

クライアントがこの期に現実レベルに関わった出来事の意味を検討していくことにより、心理的課題が見えてくるようである。それは、ま

ず、1年間の海外研修があげられる。これは、トップアスリートたちの競技引退後の制度的に設けられた「モラトリアム期」とも位置づけられる。こうした制度を橋さんも利用したわけではあったが、それだけでは十分ではなかったようである。「帰国する直前までどうしようかと迷っていた」と、単に時間を与えられるだけでは解決することができなかったようである。そこで得た思いは、「コーチをやることが今は何か自分らしくない。何となく違うなあという感じ。もっといろんなスポーツを見たい。広く関わりたい」と、ここでも同様に、内的課題をほのめかしているとも考えられる。つまり、ここでの幅広いスポーツとの関わりは、専門種目以外のスポーツだけを意味するのではなく、自身の内的な広がりをも望むメッセージとして受け止められる。

次に、連盟からの強化スタッフへの就任要請を断ったことがあげられる。これによって橋さんは、全日本レベルの選手強化ないしはそれまでやってきた競技に関わる道を閉ざされた。しかしそれは同時に、競技現場とは距離をとりながら自身の直面した内的課題に真正面から取り組むことを可能としていったとも考えられる。

さらに、自伝の出版をあげることができる。この作業の中でライターや編集関係の人たちを前に、自身のこれまでの体験を語る機会が増えていった。これは橋さんにとって、これまでの競技人生を物語ることになり、そこに新たな意味づけを見出すと同時に、自身の人生の物語を書き換える作業への取り組みにも繋がっていったのではないと思われる。この作業はオリンピック後まもなく開始されてはいたが、「〈略〉表側だけで、私があるときどきに何を思ったのか、感じたかが書かれていない。私の気持ちがあまり出ていない」と、出来上がっていた原稿に対して満足せず、帰国後再び、ライターを代えて取り組んでいた。「〈略〉今回は自分の方から動いて、もっと私の方がしっかりしないといけない。もう少し時間をかけてやらないといけない」と変化していた。それは研修を挟んだ1年前からの競技引退の課題への橋さんの取り

組みの変化と同期しているようである。

そしてもう一つは、現役時から問題を抱えていた脚の手術に踏み切り、4週間の入院生活を経験したことである。橋さんの競技においてこの種の手術は、現役アスリートの場合、大きなダメージ（競技復帰までに長期のリハビリ期間を要す）となり、しかも以前のパフォーマンスレベルでの競技復帰を期待できないことを意味していた。

このようなオリンピック後の海外研修、コーチ要請の辞退、自伝本の出版、そして脚の手術等からは、現役アスリートとして終止符を打つ上での内的意味をそこに認めることが出来る。橋さんにとって競技引退は、大きな「対象喪失」を意味し、その為の「喪の仕事」を必要としていたように思われる。したがって、この一連の出来事は「喪の仕事」に繋がる意味を有していたと考えた。さらにこのテーマは、夢を通して、「死と再生」のテーマへと進んでいくことになる。

2-2 内界の旅：心の広がり求めて

橋さんはその後順調に新たな着地点を見出し、歩み始めていったわけではなかった。これからの歩みを予感するかのようにすでに、「これから動き始めるには何か大きな力が必要な感じがする。いろんな面で力を蓄えないと動き出せない感じがする」と、さらなる充電の時を予感していた。現実水準での生活は、停滞・低迷をしばらく続けていったが、報告された夢からは、精神内界での作業が様々な広がり・深まりをみせながら活発に行われていった。それを可能としたのが夢や描画を通したThとの関わりであったと考える。

#25以降、橋さんとの面接は、報告される夢を扱っていくことが中心となっていた。ここでの夢の扱い方は、治療者として、夢を報告するクライアントが今何を問題としようとしているのかを知り、その問題を共有しようとする立場をとっている。したがって、夢を分析的に解釈するのではなく、クライアントの語る夢の「聴き手」になれることを大切にしながら、そのときどきの体験を受け止め、理解に繋げよう

としていった。それはまた、夢を通して内界を語る作業（夢の記録、報告、連想）によって、クライアント自身が内的体験の意味づけをはかり、「こころの広がり」へと向かうことを期待した。

「停滞・焦り」といった状況が伝わってくるいくつかの夢が、しばらく面接室のなかで共有されていった。例えば、夢3では心理的に苦しい状況と重ねて英語の“MUST”の文字を見ている。そこからの連想として、「“must be”は“だろう”で、“must”だけだと“ねばならない”の2つの意味がある。“ねばならない”というのは周りとの歩調を合わせるような感じ。こういう固い考え方の一方にもっと別のやり方があるのかもしれないということも意味している」と言及している。また夢5からも、具体的な方向性が定まったわけではないが、動き出そうとしている状況が伝わってくる。それは同時に、先述の相談過程では触れなかったが、『コップが何かの容器に水がいっぱいになって、そこから水が溢れている』（夢10）といった夢の報告に至っており、現実の生活では忙しいわけではないが、気分的に余裕のなさや慌ただしさを常に抱えていたようである。「自分できちんと決めないといけないが、決め切れていない感じ。今まではどちらかという安全圏で動いていたところがある。なだらかな所を歩いていた。でも今は結構急なところにいる」とも語っていた。

『星形みたいなものが切り取られていて、それに合うものを探して見つけてくる。探しているところ』（夢15）、『白いTシャツに絵を描いている。1つの作品を出さねばならない。山の絵を描いて色を塗っている。赤、黄、緑、茶、わかんない色を塗っている。それをできたら飾る。私は途中だがその絵を出した。そのTシャツをどう飾るか』（夢17）、『行き先はよくわかんないが、自分で思った所に行ける。だから自分が思い間違えと違うところへいってしまう』（夢23）が報告された。これらの夢からは、競技引退を自身の問題として引き受け、そして元オリンピックとしてのペルソナを脱ぎ捨て、自分なりの「色」（どのようなペルソナを

作るか)を主体的に模索しようとしている状況がイメージされた。

さらにその前後に道路工事をテーマとした夢を2つ報告している。夢25では、ローラーでべちゃんこに潰された車に対して橋さんは、「その車はもう買い換えようとしていた古い車だった。そんなにショックではなかった」と説明している。そして2、3セッション後、『新しいアスファルトの道路を歩いている感じ。そのアスファルトが自分の足下の周囲だけ』(夢28)と報告している。

あらためて、競技引退後の歩みが橋さんにとって、かなり大きな人生の転換期を意味していたことが伝わってきた。そしてこれら一連の夢からは、通過儀礼の根底をなすモチーフと言われている「死と再生」のテーマが象徴的レベルでの体験として読み取れる。まだまだ十分とは言えないが、足場が築かれ現実生活の中でも動きが認められるようになった。

『北海道みたいなところで、急いで切符を買って、ドアが閉じかけているところの電車に飛び乗っている。乗ってから反対方向に行っているのに気づく。隣の人から、“それでも行けるよ”と、隣の国が何かを経由してきたら良いと言われた』(夢49)を報告した。この夢を通して、「最初は今までやってきたことをぶっち切ろうと思ったが、それだったら“今までやってきたこと何?”ということになる。今までやってきたことを取り入れてやった方が良い。そうでないとやれないと思うようになってきた。それを上手く生かしながら、ここ1、2年競技と関わっていないので情報不足。どこかに関わりたいと思っている」と語り、橋さんは自分の方から、ある大学の運動部の指導者を尋ね、そこで練習の場を得るようになった。

橋さんは企業所属のアスリートであったが、引退後も退社することなく社に止まり(止まることが出来)、経済的な支援を引き続き受けていた。しかし、所属企業の運動部から離れているため、社に残るには、他の部署への配属を了承せねばならなかった。「話を受けた時はしょうがないかなあという感じ。とりあえず規則正

しい生活をとった。今まで自分が競技を一生懸命やれば会社の為になったが、これからは辞めてどうするか考えた時、会社の利益になるためにはどうするか考えていたわけ。今ある範囲で考えると良い案が出てこない。考え方の基本として、“会社のために”とするとあまり拮がらない。そうでなくてももっといろんな発想しても良いのではという感じがした。もっといろんな考え方を、会社の為にと考えると堅苦しい。今ある中で固まってしまう。無難にいいこうとしてしまうような気がする」。橋さんは入社後約10年目にして初めて出社し、仕事をするようになった。

橋さんは本社に行く用事があり、そこで社長と話す機会を得、そして自分の希望を伝えた。「社長からは自分の考えで自由にやったら良いと言われた。よく考えると、トップの方からは9時から勤めてとか具体的な事は何も言われていない。私の方で思い込んだだけ。今まで自分がやってきたことがプツリ切れるようなイメージがあった。与えられた部署での仕事は出来る範囲でやらねばとは思っているが、(特定の部署に配属され勤務することになっても)これまでやってきた競技関連のことやカウンセリングも続けたい」と語った。ところが会社側は、橋さんが納得する進路が見つかるまで他の社員とは異なり、緩やかな勤務形態で在職するのを受け入れていた。

この期になると橋さんは周辺で起こる物事に対してかなり異なる角度からも考えられるようになっていった。当初、「スポーツ全般に広い視野から関わりたい」と言っていたが、それは専門としてきた競技種目以外にも幅広く触れることを意味していただけではなく、自身の内的な拮がりを求めたメッセージも含まれているのではないかとThは受け止めていた。夢を通して内界を語る作業は、「こころの拮がり」をもたらせ、そして橋さんはそれを必要としていたのであろう。

アイデンティティの手がかりを競技に限定しがちなトップアスリートたちにとって、競技引退後におけるこうした内的作業が欠かせないよ

うに思われる。しかし、この間の歩みは順調でなかった。橋さんだけでなくカウンセラーとして関わった筆者の中では、現実の世界の滞り・動きのなさに対して、ある時期、不安に思い、夢の流れを信頼できずにいたこともあった。報告される夢と現実生活の動きのズレの大きいことに対して、それは夢が現実レベルでの「補償」としてのみ機能しているのではないかといった不安であった。そんな時、Thは童話「三ねんねたろう」（文・大川悦生、絵・渡辺三郎、ポプラ社）の世界とイメージを重ねることによって、“橋さんの一見まげのような今の状況が、次に進むうえで価値を持つにちがいない”，だから“とにかく橋さんにとことん付き合っていこう”と、揺れを押さえた。

2-3 現在と過去・未来の繋がり：自己の連続性

橋さんは面接の中で、「慎重な人のことを“石橋を叩いて渡る”と言うが、私の場合は、“石橋を叩いて叩いて壊してしまい、渡れなくさせてしまう”ところがある」と、自身の特徴を比喩したことがあった。提示された一連の描画作品（風景構成法）の中で描かれた橋を渡る人の位置の変化からも、その辺りのゆっくりした歩みをうかがい知ることが出来る。したがって、引退後、現実水準においてなかなか動き出せないでいた背景には、橋さんのパーソナリティ特徴に負うところも大きかったと考えねばならない。しかし、橋さんとの歩みや相談の中で行われた心理的作業は、仮に薄まったかたちではあっても、多くの元トップアスリートが引退後に取り組みねばならない内的課題であり、また体験する内的過程ではないかと受け止めている。

指導者として競技の世界に戻ることに不安やギャップを当初は強く訴え、その動きを止めていたが、徐々に指導者としての可能性や見通しを持てるようになっていった。橋さんはその時期を、「自分の中で何かが足りないかなあと思っていた。選手を終えてすぐにコーチになったら自分のカラーを出せるかどうか分らなかった。それに、コーチの期間が終わったら

“はい終わり”という感じでその先が見えなかった」、そして「競技をまったく別とは考えていなかったわけで、どこかで最終的に競技にプラスになる何かをしなくてはいけないと思っていて、それが訳わからなくなってしまったのではないかなあと思う」と振り返っている。

「わけわからなくなった」という橋さんが、指導者として再び〇〇の世界へと動き出した時期に見た夢が、『中華料理かなにかのキッチンがいて、一人誰かが料理をあまり上手く作れない。明らかに下手そうな人で、食べたら確かに美味しくなかった。その人が私に相談してきた。“料理が上手くつくりれない”と。私に相談されても困る。私が答えたのは、“いろんな物を作ろうとするより自分の得意なものを作った方が良い”であった。上の方を見ると星のよく見える夜空だった。ああ夜だなあ、久しぶりに雲のない夜空を見ている感じ』（夢52）であった。こうした動きの背景には、それまでとは異なる展望を持てるようになったことと同時に、過去の競技経験を活かす個性化の道を見定められるようになったからではないかと考えられる。

周囲のトップアスリートとは異なる引退後の歩みを選んだ橋さんは、内的にも外的にも困難を経験することになったが、その選択は、無用の回り道ではなかったと考えたい。むしろ、そこに必然性を考えても良いのではないか。「選手時代はその道の入り口としてまだ初心者。ある程度上にいくと先生方と交わることもある。その次にくるのは現場での指導。その上にさらにあることがわかる。これまでは、現場の指導・コーチだけしかみていなかった。そこだけでは面白くないと思っていた。“動きがどうだろうだ”と、ただそれだけの…。勝った負けたと、それだけでは面白くない。それが最後だったら選手の延長という感じを受けた。選手の時はその上があるのは知っていたが、繋がっていなかった」と徐々に時間的展望を得られるようになっていった。

先に言及したバーンアウト事例（中込・岸，1993）を競技離脱後の内的適応の視点から見直

すと、数回にわたった調査面接の最終回での言及もまた、過去・現在・未来での連続性を実感することの持つ意味が理解される。それは、「将来的には、過去のこと（ある競技での華々しい活躍の経験）として、周りの人にそれをストレートに話せるようになるのではないかとと思う」であった。競技から離れたアスリートにとって、過去のトップアスリートとしての活躍は、今の現実とのギャップを強く自覚させてしまい、現在の自分の受容を困難とし、未来への動きを止めさせてしまうようである。そしてまた、現在の新たな歩み出しを困難とさせているのは、未来を現在の延長・発展として捉えられない背景がある。現在は過去と未来の結節点を意味しており、競技引退後の適応においては、それらが相互に繋がって、影響し合っていることを実感する必要がある。

エリクソン（1959）は「一つの人格的アイデンティティをもっているという意識的な感情は、同時に行われる2つの観察に基づいている。つまりそれは、時間的な自分の自己同一性（self-sameness）と連続性（continuity）の直接的な知覚と、他者が自己の同一と連続性を認知しているという事実の同時的な知覚である」と述べている。過去に活躍した現役アスリートの頃と今現在の競技から離れた元アスリートである自分とのギャップを受けとめながらも、根底での繋がりを実感できることが大きな意味を持つようである。橋さんの中では、この自己同一性と連続性の手応えを得つつあり、アイデンティティ再体制化へと動き出した。この時期、橋さんには、正式採用までには至らなかったが、ある職場からの誘いがあり、そしてさらに1年が経過し、正式に勤め始めた。

本相談の中で最後に報告された夢は、〈夢62〉『大きくて丸くて絵もいっぱい描いてあるきれいな花瓶がある。表彰式か何かで誰かが持っており、“ああ欲しいなあ”と思っている。そうしたら私に、不意にくれたというか、もらったその花瓶が壊れていった。弱くてわれてしまった。落として割れたというよりも、壊れて。友人が“これは不良品だよ”と言った』

（#78）であった。この夢に対してThは、橋さんが引退後、それまで探し求めてきた何かが、自身のキャリアの延長にある身近なものであった現実を受け入れたのではないかと考えた。

そして、橋さんは2年ほど前に行われた脚の手術において接合しておいた患部の再検査のために短期の入院をした。検査結果は良好であり、ボルトで補強してあった接合部分は完全に繋がりを、ボルトの必要性がなくなり取り除かれた。Thは「意味ある偶然」とこの出来事を受け止めた。

おわりに

橋さんとの面接記録の中から、本稿で紹介した部分だけをとってみても、そこには多様な流れを読み取る事が出来るに違いない。そのような中であって、ここでは、夢を手がかりに競技引退後の内的な過程を、「引退後の内的儀式：喪の作業」「内界の旅：心の拡がり求めて」そして「現在と過去・未来の繋がり：自己の連続性」と捉えた。これらは同時に、競技引退後のアスリートが取り組むべき内的課題を意味し、そして競技引退に関わる今後の研究における作業仮説と位置づけられる。トップアスリートが競技から退き、アイデンティティの再構築をはかる作業は、「自己の存在」と向かい合うことでもあり、競技引退をきっかけに、存在の揺らぎを経験し、再び新たな世界での安定を得る（個性化の流れを見いだす）までには、それに見合った内的作業、そして相当の時間を必要とするはずである。

最後に、当時の面接資料に基づいた論文投稿を承諾してくれた橋さんに感謝するとともに、橋さんが次の山に向かって力強く進まれることを願っている。

付 記

本研究は平成21～23年度科学研究費補助金（挑戦的萌芽研究、課題番号21650159）からの補助を受けてまとめられた。

文 献

Coakley, J. J. (1983) Leaving competitive sport: Retirement

- or rebirth? Quest, 35: 1-11.
- Lavallee, D. and Wylleman, P. (ed.) (2000) Career transitions in sport: International perspectives. Fitness Information Technology; West Virginia.
- エリクソン, E. H.: 小此木啓吾訳 (1975) 自我同一性. 誠信書房; 東京, p.10 <Erikson, E. H. (1950) Childhood and society. W. W. Norton; New York >
- ユング, C. G.: 高橋訳 (1977) 無意識の心理. 人文書院: 東京, pp.11-13 <Jung, C. G. (1948) Über die Psychologie des Unbewussten, Zürich >
- 中込四郎・岸 順治 (1991) 運動選手のバーンアウト発症に関する事例研究. 体育学研究, 35: 313-323.
- 中込四郎 (1993) 危機と人格形成—スポーツ競技者の同一性形成—. 道和書院; 東京.
- 中込四郎 (1999) 身体を窓口としたこころの深層理解. バイオメカニクス研究, 3-1: 53-58.
- Petitpas, A., Champagne, D. et al. (1997) Athlete's guide to career planning: Keys to success from the playing field to professional life. Human Kinetics; Champaign, IL.
- 豊田則成 (1999) アスリートの競技引退に伴うアイデンティティ再体制化に関する研究—中年期危機を体験した元オリンピック選手—. スポーツ教育学研究, 19: 117-129.

(2011.9.7 受稿, 2011.11.21 受理)