

体育における臨床的指導法の研究 (1)

—— 運動嫌いの問題と指導 ——

佐 藤 正

1. 問 題

運動嫌いが長びけば、子どもの発育発達、健康の面ばかりでなく人格的発達の面からも問題であることはいうまでもない。

運動嫌いには、運動がうまくできない、うまくできないから恥しい、嫌いになるという一般的な系列があると思う。したがって、何はともあれ、運動をさせて、運動ができるようになれば、嫌いが好きになるだろうという「一種の神話」⁽¹⁾が生まれてくるが、どんな場合でも、それが当てはまるとは限らない。熱心に指導しすぎて、かえって嫌いにさせてしまう場合もないことはない。

体育嫌い、運動嫌いの原因探究を臨床的に行い、原因-結果との関連から有効な指導を導き出す必要がある。

2. 体育・運動嫌いの問題

ここにいう体育嫌いとは、体育科授業における身体活動、スポーツへの参加を嫌い、参加しても消極的なものをいう。

学校における教科の好き-嫌いの調査においては、小学生のほとんどは体育科を好んでいる。しかし、嫌いなものがないではない。中学生以上になると、嫌いなものがふえてくる。

昭和50年度の福岡市の調査⁽²⁾によると、体育科を嫌うものは小学校5・6年男子1.5%、女子5.0%、中学生2・3年男子2.0%、女子6.8%、高校2・3年男子2.2%、女子3.5%であった(福岡県体育研究所)。

本学学生が昭和54年度に教育実習期間に行った所属学校(岩手、埼玉、神奈川、香川)における中・高校の調査結果⁽²⁾(表1)をみても同じ傾向のあらわれを知ることができる。

この種の調査は、「あなたは、運動やスポーツが好きですか、嫌いですか」というようなごく一般的な質問に基づくものである。

嫌いな理由の多くは「できないから」「不得意だから」「恥しいから」というようなものである。ここでは、「何が」、「どのていどできない」がわからない。そこで種目別に調査をしてみる必要がある。

表1 運動・スポーツの好き嫌いについての一般質問(%)

	高 校					中 学			
	男 子		女 子			男 子		女 子	
	埼 玉	岩 手	埼 玉	岩 手	香 川	岩 手	神奈川	岩 手	神奈川
好き	116(65.5)	47(55.3)	111(60.6)	64(62.7)	60(48.4)	47(83.9)	37(55.0)	38(65.5)	71(72.0)
嫌い	5(2.8)	9(10.6)	5(3.7)	6(5.9)	5(4.0)	0(0)	2(3.0)	1(1.0)	3(3.0)
普通	56(31.6)	29(34.1)	67(36.6)	32(31.4)	58(46.7)	9(16.1)	28(42.0)	19(32.8)	24(24.0)
計	177	85	183	102	123	56	67	58	98

さきの福岡市の調査においても、児童生徒に、好き嫌いのベストスリーをあげさせている。嫌いな種目は、器械運動、陸上競技が上位になっている。

さきの本学学生の調査では「自由に運動を選ぶとすれば、次の種目の中から何を選ぶか。好きなもの、嫌いなものを3つ選んでください」という質問で行っているが、福岡市の場合と同じ傾向があらわれている。(表2)

表2 種目別の好き嫌いについて(%)

	(埼 玉 県)				(香 川 県)	
	男 子 (177名)		女 子 (183名)		女 子 (124名)	
	好 き	嫌 い	好 き	嫌 い	好 き	嫌 い
1. 器 械 運 動	11(6)	111(62)	16(9)	119(65)	11(8.8)	88(70.9)
2. 陸 上 競 技	11(6)	95(54)	9(5)	120(66)	10(8.0)	85(68.5)
3. ダ ン ス	3(2)	108(61)	6(3)	108(59)	8(6.5)	43(34.6)
4. 水 泳	37(2)	45(25)	80(44)	72(39)	18(14.5)	74(59.6)
5. バスケットボール	87(49)	16(9)	92(50)	18(10)	73(58.9)	6(4.8)
6. バレーボール	68(38)	11(6)	121(66)	13(7)	44(35.4)	17(13.7)
7. 野 球	73(41)	18(10)	14(8)	11(6)		
8. バドミントン					74(59.6)	1(1.0)
計	290	404	338	461	238	314

しかし、ここに問題がないではない。好きなものと嫌いなものとを半強制的に記述させるのであるから、嫌いな種目を気楽に記入することができる。したがって、種目別にすれば嫌いなものがふえるのは不思議ではない。

それでは、もっと細分化すればどうなるかという疑問も当然生れてくる。

本学学生が行った調査の中で「器械体操が嫌い」と答えた人は、その中で特に、どの種目が嫌いかを教えてください」の質問においては、次のような結果がでてくる。(表3)

表3 器械運動の種目別の嫌いについて(岩手県)(%)

		a. マット	b. 跳箱	c. 平均台	d. 鉄棒	e. 器械が嫌い	f. 被検者
中 学	男	12(42.9)	3(10.7)	7(25.0)	15(53.6)	28 (50)	56
	女	16(57.1)	8(28.6)	7(25.0)	11(39.3)	28 (48)	58
高 校	男	23(46.0)	16(32.0)	0(0)	39(78.0)	50 (59)	85
	女	40(51.9)	29(37.7)	18(23.3)	43(55.8)	77 (75)	102

このような傾向は、他の種目においてもあらわれてくる。陸上競技の「嫌いな理由」においては、「マラソン、長距離はついていけないので嫌だ」、「ハードルでは怪我をしたことがある。跳べないからきらい」などが出てくる。(種目別の%は、「器械が嫌い」についてのもの)

3. 嫌いの理由

運動の種目についての好き、嫌いは、単に運動技術の巧拙だけから生まれるものではない。たしかに、技術的に進歩がみられないとか、失敗が多いというようなことから、恥しさのような心理的な問題が生まれてくる。さきの本学学生の調査⁽²⁾では、「ダンス嫌いの理由」は次のようなものである。(高校2・3年女子)

- (1) 身体的理由 — からだが硬いから、からだが思うように動かない。
- (2) 表現面の理由 — ダンスの美しさ、女らしさがうまくできない、女の子らしく踊るのが嫌い。
- (3) ダンス教材についての理由 — 興味を感じない、心の底から楽しめない。
- (4) 情緒的理由 — 人前で踊るのが恥しい、女らしい表現で踊るのが恥しい。
- (5) 創作することについての理由 — むずかしい、思ったような動きができない。

ダンス授業をはじめる前のダンス嫌いの理由にも同じような傾向があらわれている。⁽³⁾(中学1年女子)

どう動いて表現すればよいかわからない41%、何を表現するのか考えが浮かばない26%、うまくできないから恥しい15%、思いきった運動ができないから物足りない15%などである。

「体育・運動嫌いの原因」については、末利・調枝氏の分析がある。

末利 博⁽⁴⁾ — 研究室での調査から運動遅滞児 → 運動嫌いとみて、運動遅滞の原因を調べると次のようになる。

- (1) 運動能力・運動神経が劣る — 20 % , (2) 性格による — 17 % , (3) 過保護による — 11 % , (4) けが、病気の影響 — 6 % , (5) 物的環境 — 7 % , (6) 外傷経験 — 8 % .

上の項目の内容は、次のようなものである。

- (1) 身体的条件(肥満, 虚弱, 低能力, 不器用など)
- (2) 性格的条件(内気, 小心, 不安感, 消極的など)
- (3) 外傷的经验(大けが, 溺水, 自我の損傷など)
- (4) 環境的条件(幼少時の近辺の地理的, 物的環境), (家庭, 近隣, 学校)

(5) 文化的環境(親の養育態度, 親の期待など)

調枝孝治⁽⁵⁾— 不快感情の増巾系として

運動経験における一つの失敗や嫌いな感情は、「坊主憎けりゃ袈裟までも」のたとえのように体育運動やスポーツへ増巾される。増巾はサイバネティックスからの用語であるが、学習における「転移」や適応機制における「合理化」においても説明できる。しかし、このメカニズムは、一つの失敗感情から運動一般へ及ぶという面と、他の運動経験における楽しさが1, 2の嫌いな感情を抑制して好きと表現させる面とがある。前述の種目別では嫌いが多くあったが、一般的な好き嫌いでは、好きが多くなるのは、このような一面を示しているのであろう。なお、氏は「体育嫌いな者は、体育に対してどのような具体的な手続きで行動をおこせばよいかを決めかねている」とも述べている。

筆者は以前に⁽⁷⁾⁽⁸⁾高校の体育教師の指摘する問題生徒(授業において指導のしにくい生徒、教科の指導にのってこないで手を焼かせる生徒)を1校で1~2名選んでもらい、その生徒たちから面接によって、その原因を探るという調査を試みたことがある。これらの生徒のうちの身体虚弱や運動不器用というような身体的なハンディキャップをもつものを除いて、普通以上の条件をもつもの26名の原因は、次のようなものであった。

(1) 意識的逃避 7例, (2) 認められないことへの不満, わがまま 6, (3) 失敗を恐れる 5, (4) 教師との対立による反発 5, (5) 補償されているための消極性 4, (6) 課題過重への不満 3, (7) 友だちとの不和 3, (8) 性格の無気力 3, (9) 負担意識過重 3。

ここにいう意識的逃避とは、進学のため家族が消極的であったり、過労を恐れたり、女であるから体育は必要でないと考えているなどである。課題過重への不満は、そのために教師への反発や失敗を恐れるなどの態度に関係する。教師との対立とは、叱られたり、笑われたり、無視されたりなどに対する反感である。

以上のような心理的要因は、一般的な質問や、体育教師による質問からは出てこない。

面接を通してえられた問題を要約すると次のようになる。

(1) 欲求不満・劣等感に基づく反感

仲間や同じ条件に立つ人達と比較されて自分が劣ることを知ることは不愉快である。他に何か優位なものがあれば補償されて気にならないが、自分の立場を回復したいと思えば合理化が行われて、自分の劣等をかばおうとする。

(2) 漠然とした反発

競争や他の人に見られるという場面に耐えられない、自信がない、気が弱い、努力をしても良い効果があがらないなどに対する自分自身のいらだちが反動形成として反発の形をとったりする。

(3) スポーツ一般への反発

自己の劣等を認めざるをえないことを嫌って、スポーツそのもの、スポーツマンへの反感として表現する。運動することは時間の無駄づかいである、疲労が勉強の邪魔になる、運動ができて意味がない、単純なものがスポーツを好むなど。

4. 臨床的指導の必要

臨床的指導とは、個人の問題行動の原因を、直接個人との接触を通して探り、原因-指導との関連を通してその効果をあげることである。

個人の問題行動の原因には、個人がはっきりと意識できるものと、個人の気つかぬ深層の原因から派生されたものがある。この深層における原因は、これまでの原因分析における心理的な問題のように、直接的には探れない場合が多い。このような場合には、心理学的な仮説において、その行動との関連を考えなければならない。合理化によって変形された原因意識があれば、その合理化の背景の問題を探らなければならない。

合理化から生まれる意識は、小学生の低・中学年では少ない。しかし、小学高学年から中・高校生へかけては、自我の発達を契機として次第に多くなる。

身体の肥満や運動不器用などは、友だちに笑われるから恥ずかしいという運動嫌いの直接の原因となる場合が多い。しかし、運動がまずくても運動が好きだ、鉄棒は嫌いだがボールゲームは好きだ、というような子も多いことを知っている。体育の立場からは、そのような子を良い方向に育てたいので、子どもの意識、子どもの考え方を問題にする必要がある。

心の障害をのり越えるということは、他の人から言われて気を取り直すというよりも、自分自身で、自分の考え方を考えるきっかけをつかむことがたいせつなのである。そのためには、指導者は、子どもの問題を、遠くから見ているのではなく、できるだけ子どもの問題に密着して、子どもと共に考えるという姿勢をもつことが大切である。

このような問題の原因探究のためには、次のような臨床的接近の手順を経ることが必要である。

1. 問題行動を収集して、問題点を明らかにする。
2. 多面的な角度から資料を求めて、原因を考察する。
3. 原因を仮説する。
4. 原因を治療指導するための指導計画を立てる。
5. 指導計画を実践にうつす。

しかし、多くの場合に、予想した効果をあげることができない場合が多い。その時には、ただちに原因仮説を修正したり、指導計画を建て直さなければならない。原因仮説はともかく、指導計画を練り直すことは、通常行われることであるが、指導の実践を通して、真の原因に近づこうとする指導者側の根気が必要である。

次に紹介する水泳における実践指導は、体育指導に熱意をもつ教師の子どもとの接触の記録の一部である。臨床的指導は、このような指導を期待するのである。

(水泳嫌いA君の指導と気持の変化)⁽⁹⁾— 原文から要約させていただいたもの。

A君(小学5年男)は水泳は大嫌い、性格は内気、水泳と聞いただけで頭痛、腹痛、ジンマシンがでる。

一年生のときにプールで溺れそうになり、水をたくさん飲んで気持が悪くなった。

T先生はA君と色々話をする。A君は泳ぎたくない、泳げなくても勉強ができればよい。舟に乗らなければ溺れることはない頑強に水に入ることを拒否しつづける。

先生は母親とも話し、電話で何度もプールへ誘い、別件で学校へ呼び出したり、水泳に関する本を貸し与えたり、友だちの噂などを話したりといろいろと指導の手を差しのべたが、A君は、「先生はしつっこい」「水が怖い」と繰り返し反発する。先生はあきらめずに母親にプールに来てもらったりするが効果があがらない。しかし、先生はあきらめずにA君との関係を保つことに努めた結果、ついに、A君は、先生とだけならプールへ行ってもよいと言い出した。

その後も先生の苦しい指導が続くが、ついにA君は、水の怖さを克服するのである。

この指導過程で重要な点は、先生や母親が何度もA君の水泳嫌いを説得しようと試みた点である。ついにA君は、先生に向かって「先生はしつっこいなあ」といっている。この時点で先生が憤慨したり、あきらめたり、母親も子どもの側に立ってしまえば、A君は水を恐れたまま小学校を卒業してしまうことになる。

指導者が指導をあきらめることは、指導仮説を放棄したことである。子どもの真の原因を模索しながら、指導仮説を修正しながら子どもとの接触をつづけるうちに、子どもの心に触れて指導者側に引きつけることができる。そこから技術指導の段階に入ることができるのである。このような指導の実践は熱意のある指導者には当然のことであろうが、指導の途中で指導を放棄してしまう場合も多いと思う。子どもの発達や生涯教育を考えると、指導から外れる児童生徒の問題は、常に指導者の念頭に置かれていなければならぬ問題なのである。

5. まとめと今後の課題

体育・運動嫌いの原因には、身体的、運動能力などの表面的なものから合理化や転移などの背景にある心理的な問題、児童生徒が意識することのできない、又、他人には語ることがはばかられる問題などと複雑なものがある。

運動嫌いは、技術指導によって、できない運動ができるようになれば運動好きになるという反面、中学、高校においては、技術的に高度なもの、一層の努力が要求される種目においては到達困難に対する反発や反感が予想される。

これらの反発や反感は、それぞれの真の理由さえ教師に理解されれば、教師と児童生徒とは指導の線上に乗ることができるのである。如何にして、真の原因を見出すことができるか。

ここに調査の方法と体育・運動嫌いの原因との関係を心理的な角度から概観し、更に深層にある問題への接近を臨床的方法として述べてきたが、この問題は、さらに多くの質的なケース研究を加えることによって多面的な領域にその実態を探らなければならない。今後の発展を期待して第一報とする。

参 考 文 献

- 1) 「学校体育」はしがき、学校体育 31 卷 11 号 昭和 53 年 9 月
- 2) 佐々木 稔 運動群別にみた好き、嫌いの現状「学校体育」前掲
- 3) 東京女子体育大学学生(昭和54年度卒)鶴岡千恵子、関野宣子、丹野静子、野口貴美、体育(運動・スポーツ)嫌いの分析とその対策(卒業研究)

- 4) 鈴木喜美子 導入の工夫により恐怖心を除去 「学校体育」前掲
- 5) 末利 博 運動の下手な子の原因の探究とその対策 「学校体育」前掲
- 6) 調枝孝治 体育嫌いの原因の探究とその対策 「学校体育」前掲
- 7) 佐藤 正 教科不適應の診療についての研究 教育心理学研究 4 卷 1 号
- 8) 佐藤 正 体育心理 収書店 昭和48年1月
- 9) 森 道子 子供の喜び, 自信を高める能力別指導—涙を乗り越え斗ったA君—「学校体育」前掲