

<研修会資料>

スポーツ指導とハラスメント

2024. 11. 25 庄内町余目第四まちづくりセンター

I スポーツの価値を高めるスポーツ指導

- 1 スポーツを取り巻く社会状況の変化
 - ▶人口減少・高齢化（人生 100 年時代）▶技術革新 ▶情報化 ▶グローバル化 ▶地域間格差 など
 - ⇒ 子ども達のスポーツ環境の変化 → 休日部活動の地域移行
- 2 スポーツ指導に求められるもの
 - ◎「**スポーツの価値**」を高め、スポーツ振興を推進する
 - ＜課題＞大きな課題 ⇒ **ハラスメント行為**の増加（⇒スポーツの価値を下げる）
- 3 指導スタイルの3つの考え方の変遷
 - (1) コーチファースト
 - (2) プレーヤーズファースト
 - (3) **プレーヤーズセンタード**
- 4 プレーヤーズセンタード

プレーヤーを中心にしながら、それを取り巻くすべての関係者(アントラージュ)自身もそれぞれの Well-being (良好・幸福な状態)を目指しながら、プレーヤーをサポートしていくという考え方。(JSP0 2020)

〔注〕JSP0(Japan Sport Association)：公益財団法人日本スポーツ協会

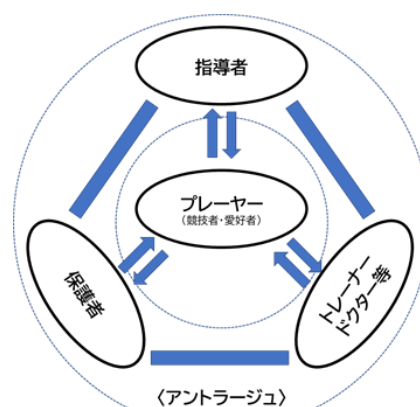
＊アントラージュ〔フランス語：取り巻き、環境〕

競技環境を整備し、アスリートがパフォーマンスを最大限発揮できるように連携協力する関係者
(指導者、保護者、トレーナー、ドクターなど)
- 5 プレーヤーズセンタードが目指すもの

プレーヤーをスポーツ活動の主体(中心)に位置付ける。

 - ▶プレーヤーの人格を大切にする
 - ▶プレーヤーのやりがい(喜びや幸福感)を大切にする
 - ▶プレーヤーに考えさせ、選択(意思決定)させる
 - ▶プレーヤーの「学び」を最適化する

⇒ プレーヤーがスポーツを通して自分の人生を豊かにすること



【全体が高まる・成長する】
プレーヤーズセンタード全体像
(立教大学・松尾哲矢 2019)

II スポーツ・ハラスメント（以下 スポハラ<略称>）

- 1 スポハラとは

スポーツの現場における暴力や暴言、ハラスメント、差別など”安心・安全にスポーツを楽しむことを害する行為”。

(JSP0 定義)
- 2 スポハラの種類と具体例
 - (1) **パワーハラスメント**

パワハラは定義付けは非常に難しいが、一言で言うと、立場の優位性を利用して、指導の範囲を超えて行う嫌がらせであり、結果として、肉体的、精神的な苦痛を与えたり、スポーツを行う環境を悪化させたりすることとされている。(JSP0)

《パワハラの6類型と具体例》

類 型	パワハラに該当する具体例
①身体的な攻撃	・殴る、蹴る、胸ぐらをつかむ ・相手に物を投げつける ・(坊主などの)髪型を強要する、土下座等を強要する
②精神的な攻撃	・人格否定の発言をする ・必要以上に長時間叱責をする ・他者の前で大声で威圧的に叱責する・チーム等のコミュニティ(SNS・掲示板)において、あえて叱責する
③人間関係からの切り離し	・練習に参加させない ・チーム内の連絡手段から外すなど、必要な情報伝達をしない ・集団で無視し、チーム内で孤立させる
④過大な要求・	・達成できないような課題を設定し、達成するまで練習させる ・しごきの様な練習を行う ・過酷な環境下で、水分を与えずに長時間練習させる ・サプリメント摂取や過度な食事制限を強要する
⑤過小な要求	・経験のある者に、誰でもできる単純な練習ばかりさせる ・嫌がらせのために練習させない
⑥個の侵害	・本人の同意なく私物を見る、撮影する ・本人の了解を得ずに個人情報(病歴、性的指向等)を他人に教える(SNSへの投稿を含む)

(2) セクシャルハラスメント

被害者の意に反する性的な行動(行為)や発言(言葉)によって、相手に不快感を与えること。

- 《性的な行動》 ▶ 不必要に身体に触れる ▶ 性的な関係を強要する
▶ 食事やデートに執拗に誘う ▶ 勝手に部屋に入る
- 《性的な発言》 ▶ 男女別の役割を押し付ける ▶ 服装・身体・外見に対して性的な批評
▶ 性的な関係や交際関係を尋ねる ▶ 性的な冗談やからかい(下ネタなど)

*加害者と被害者

- ・指導者から選手に対するものだけでなく、先輩・後輩・友人なども加害者になり得る。
- ・女性も加害者に、男性も被害者になり得る。
- ・異性に対するものだけでなく、同性に対してもなり得る。

(3) **暴力** 肉体的、精神的に傷つけるような不当な力を他者の身体に対して及ぼすこと。

(4) **暴言** 他人を傷つけるような言葉や乱暴な言葉のこと。

(5) **差別的指導**

合理的な理由なく分け隔てすることであり、「年齢、性別、性的指向や性自認、障がいの有無、国籍、文化、言語、民族、人種、宗教などの特徴を理由に、相手の扱いに差をつけたり、相手をあざ笑ったり、侮辱する、さらには集団から排除する、あるいは関わりを否定する言動」等が差別的指導にあたる。

(6) **性的虐待**

(7) **無視、仲間外れ**

(8) **不合理な指導**

*他にも、「他人に対する配慮を欠いた言動」「他人の尊厳を傷つける言動」などもスポハラに繋がりますので「他人に配慮・他人を尊重」してスポーツをするように心がける必要がある。

3 スポハラの現状：JSPOの「スポーツにおける暴力行為等相談窓口」（2013.3 開設）に寄せられた相談

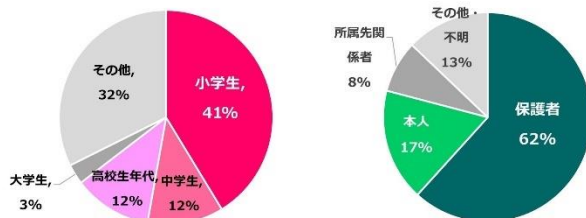
(1) 相談件数の推移



◇相談室開設以降、増加の一途を辿っており、一時コロナ禍の影響で減少したものの、スポーツ活動再開後再び増加

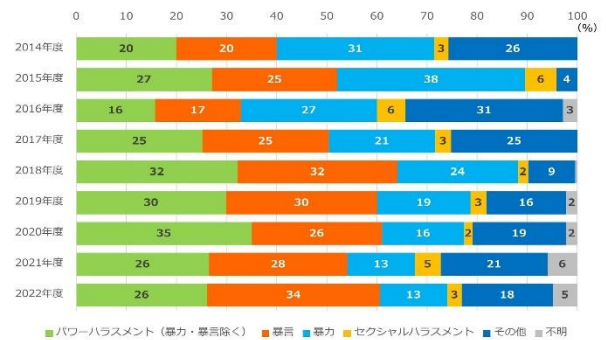
◇2022年度 過去最高

(3) 被害者及び相談者(通報者)の内訳



* JSPO では、2022 年 7 月から子どもにも相談しやすい相談窓口の web サイトをオープン

(2) 相談内容内訳割合の推移



◇「暴力」は減少傾向にあるが、「暴言」「パワーハラスメント」に関する相談が増加傾向

◇2022 年度 暴言の相談件数が最も多い

⇒侮辱的発言、人格否定的発言

◇被害者の 65%が小学生(41%)・中学生・高校生と若年層が多い

⇒声をあげづらい立場

◇相談件数のうち 62%が保護者からの相談

⇒被害者の多くが未成年

III 被害者の心理や影響

1 被害者の心理的弊害

- ▶やらされている練習のため、コーチの目を気にしてしまい自主性が育たない
- ▶委縮し、ミスを恐れて挑戦しなくなる
- ▶特に若年層では自尊心が無くなる
- ▶自分のことを大切に思えず、抑うつ傾向、自傷行為が増える

2 スポーツ特有の集団心理

◇**同調圧力**：“コーチの指導に絶対服従”のような集団規律や規範があると、それに従おうとする集団心理が働きやすい。

- ▶スポハラに極限まで我慢してしまう懸念があり、(被害状況が)表面化した時には重篤な状態になっていることもある。
- ▶スポハラに苦しんでいても、チームのために自分だけが我慢すればよいと考えて耐えている場合もある。

3 スポーツ特有の心理

- ▶スポハラに耐えた後に褒められたり、試合での成果があたかもスポハラに耐えた結果であるかのような(不適切な原因帰属)対応を行うことでスポハラが表面化しづらくなる。

⇒この様な懐柔(手なづけ行為)は「**グルーミング**」と呼ばれ極めて卑劣な行為である。

4 重大な影響が生じるケース

- ▶スポハラの耐性には個人差が大きく、人によってはPTSD(心的外傷後ストレス障害)になることもある。
- ▶加害者は「大したことない」と思っているが、被害者にとっては命や健康に関わる重大な影響が

ある。

▶被害が過小評価(実際よりも低く見積もったり評価したりすること)されることもある。

IV スポハラの根絶に向けて

1 スポハラが発生しやすい状況の改善

(1) 不正のトライアングル

動機・プレッシャー(①)・機会(②)・正当化(③)の3つの要因がそろって不正行為が発生しやすい。

①動機・プレッシャー (不正行為をする心情)

- ▶試合に勝ちたい、勝たせたい
- ▶地域や保護者からの期待
- ▶強くしなければというプレッシャー

②機会(不正ができる環境)

- ▶コーチの権限が強く、他者の意見が反映されにくい
- ▶チームの雰囲気として、プレーヤーが従順
- ▶密室性が高い、第三者の目が届きにくい

③正当化(不正行為を是認する心情)

- ▶プレーヤーのためになると信じている
- ▶過去に自分も同じ(不適切な)指導で強くなった
- ▶他の強豪チームも同様にやっている

(2) 要因の見直しと改善

①動機・プレッシャー (不正行為をする心情)

□何のためにスポーツ指導を行うのかを考える ⇒ 勝利よりもプレーヤーの成長や幸せのため

②機会(不正ができる環境)

□不正行為が起きにくい環境をつくる ⇒ 密室にならないようにする(オープンな指導環境)
他者の意見を聞き、風通しを良くする

③正当化(不正行為を是認する心情)

□「これくらいはいいだろう」という考えを改める ⇒ 高い倫理観、高潔性(インテグリティ)をもつ

2 プレーヤーの状況把握と発育・発達(若年層)を考えた指導

(1) 人間的に成長するための基本的心理欲求

- ①**有能感**・・・頑張ればきつとできる
- ②**自律性・主体性**・・・自信がつき、挑戦する
- ③**関係性**・・・人間関係の構築ができる

*児童期には、ほめられ体験をすることが重要 ⇒ 結果ではなく、努力に対してほめる

(2) 発育発達段階における「マルトリートメント」(小児科用語)の影響

◇**マルトリートメント** 不適切な養育を意味し、暴力・暴言はもとより、子どもが嫌な思いを抱くような子育て全般を指す。

□マルトリートメントがもたらす主な症状

- ▶コミュニケーション不良 ▶人との特異な距離感 ▶頭痛 ▶腹痛 ▶食欲不振 ▶睡眠障害
- ▶不登校 ▶非行 ▶脳及び海馬の縮小(記憶障害) ▶扁桃腺変形(不安傾向増大) ▶忘却
- ▶マルチタスク能力ダウン ▶PTSD(心的外傷後ストレス障害)

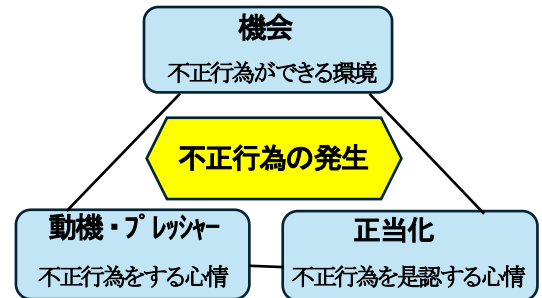
*症状が悪化することがあれば、10年、20年、それ以上にも及ぶケースもある。

(Sport Japan vol.70 2023 11-12)

(3) 発達障害やグレーゾーン(医学的な診断名ではない)の理解

◇**発達障害** 何らかの生来の脳機能の障害のために、認知・知能・運動・言語・社会的行動の諸分野の一部において、年齢に期待される発達課題が達成できない障害。

《不正のトライアングル》



* 不正のトライアングル

1950年代にアメリカの犯罪学者ドナルド・R・クレシー氏が提唱した理論。

◇グレーゾーン 発達障害の特性が見られるものの、診断基準には満たない状態の通称

□発達障害の3つの特徴 ※具体的な特徴については本資料末の「参考資料」参照。

①**注意欠陥・多動性障害**(ADHD:Attention Deficit Hyperactivity Disorder)

⇒集中欠如、衝動的行動などが見られる

②**自閉症スペクトラム障害**(ASD:Autism Spectrum Disorder)

⇒対人関係が苦手、コミュニケーション障害、感覚過敏など

③**学習障害**(LD:Learning Disorder) ⇒知的能力にそぐわない程度の学習困難を示す

□思春期(小学校高学年以降)の発達障害・グレーゾーンの子どもの特有の傾向

※具体的傾向については本資料末の「参考資料」参照。

□指導時の対応

- ・子どもの話に耳を傾ける。
- ・指導の通りに行動しない子どもをよく観察し、子どもの立場に立って理解しようと努める。
- ・子どもの行動をどう理解できるか考えることを優先する(子どものあらゆる行動は、その子どもなりの理由がある)。

<子どもの「能力」を伸ばすために大切なこと>

- ①子どもの話に耳を傾ける ②子どもを一人の人として尊重する ③子どもの力を信じる
- ④子どもに委ねる ⑤子どもを育む

(Sport Japan vol.70 2023 11-12)

3 プレーヤーとの関わりの中で意識してもらいたいこと

(1) プレーヤーを尊重

- ▶プレーヤーを尊重し、プレーヤーと真摯に向き合っていく。

(2) 支援とその成果とのタイムラグ

- ▶支援(特に指導)を行うそのときと、支援したことが成果として表れるときには、必ず時間の差(タイムラグ)がある。

(3) 一呼吸(6秒間)おいての行動

- ▶衝動的な行動を起こすことによって果たしてどのような結果を招きうるのかということを先ずは一呼吸おいて考えて行動する。

(4) 客観的な自己観察

- ▶今自分が感情が乱れていたり、精神的に安定していないという状況を先ずは自分自身で自覚することが重要である。

(5) 「25%ルール」の意識

- ▶100%を最初から求めるのではなく、少しできたこと、25%程度でも褒めてあげること意識する。

(6) 知識のアップデート

- ▶プレーヤーの生育環境に適応していく。

【参考資料】

☆発達障害の3つの特徴の具体例

①注意欠陥・多動性障害(ADHD:Attention Dificit Hyperactivity Disorder)

- ▶気が散りやすい ▶与えられたものに関係ないことをする
- ▶集中力を維持できない ▶衝動的 ▶攻撃的行動 ▶おちゃらける
- ▶友達とうまくやれない
- ▶学校で授業中に座っていること、先生の指示に従うこと、先生の注意を他の多くの子どもと共有することが求められるがうまくできない

②自閉症スペクトラム障害(ASD:Autism Spectrum Disorder)

- ▶社会的コミュニケーションの障害(相互性、言語・非言語コミュニケーション、対人関係の障害)
- ▶限定された反復的な行動様式(常同行動、強迫思考、興味の限定、感覚過敏)
- ▶上記症状が小児科から見られること、日常生活に支障を引き起こしていると判断されること。

③学習障害(LD:Learning Disorder)

- ▶読字：文章を読む速度が著しく遅い。頻繁に引っかかる。促音、拗音などが読めない。文章の理解ができない。
- ▶書字：書くのが極端に苦手。句読点を書けない。漢字が覚えられない。
- ▶算数：数の概念が理解できない。計算が極端に遅い。
- ▶行動：授業中の集中のなさなど

(Sport Japan vol.70 2023 11-12)

☆ 思春期(小学校高学年以降)の発達障害・グレーゾーンの子どもの特有の具体的傾向

- [男子] ▶指導に対して強い怒りを感じがち ▶無鉄砲、あえて危険なことをする
- ▶理由もなくイライラする ▶不眠 ▶頭痛や腹痛などの体調不良
- [女子] ▶気分の落ち込み ▶不安やイラ立ち、食行動異常など ▶不眠
- ▶頭痛や腹痛などの体調不良

(Sport Japan vol.70 2023 11-12)