

第1特集

国際的関心も高まるスポーツ現場での暴力、虐待や差別などの問題。日本でも、いまだ根絶された状況とはいえず、そこでJSPPOスポーツ医・科学委員会では、医・科学的観点から検討すべく「BAHD防止に関するワーキンググループ」を設置。暴力行為などが、特に発育期の子どもに心と体に及ぼす影響について明確化し、不適切指導防止プログラムを提唱する。

いじめ、虐待、嫌がらせ、差別……
「BAHD防止」でプレーヤーのあふれる笑顔を

PART 1
小学生年代のスポーツ現場の実態は？
JSPPO「暴力行為等相談窓口」から見える課題

JSPPOには「スポーツにおける暴力行為等相談窓口」が設置されているが、その取り扱い実績から日本のスポーツ現場における課題を検討。なかでも、小学生年代(主にスポーツ少年団)のスポーツ現場における課題に着目。その実態は、果たしてどうなっているのか……。

1カ月に相談約10件
暴言・パワハラ増の傾向

日本スポーツ協会は、スポーツにおける暴力行為などをはじめとする不適切な行為の根絶をめざし、「スポーツにおける暴力行為等相談窓口」を、2014年11月に設置しました。例えばスポー

ツ少年団で活動する子どもは、もちろん、その保護者もこの窓口へ相談することができます。

これまで約7年間で867件の相談を受け付けており(21年12月末現在)、平均すると1カ月におおむね10件の相談を受け付けたこととなります。相談内容に関して、相談窓口の開設当初は暴

力行為に関する事例が多かったのですが、最近では暴言やパワハラメントに分類される行為が比較的多く寄せられる傾向にあります(図1参照)。

スポーツ指導の現場において、こうしたあらゆる不適切な行為を決して容認しないという厳格な姿勢を、スポーツ界、さらには社



解説/青野 博

日本スポーツ協会
スポーツ科学研究室室長代理
専門分野は、運動生理学。アクティブチャイルドプログラム(JSPPO-ACP)、運動適性テストII、身体リテラシーなどをテーマとする主にジュニア期のスポーツ活動に関する研究と実践に携わる。日本バイアスロン連盟指導者育成委員会委員を務める。

会全体で共有すべきです。
全体と比較して多い
暴言・暴力行為

小学生年代における現状を明らかにするため、小学生が被害者

となっていました。データを抽出し、相談実績全体と比較しました。まず、小学生が被害者となる事例は、これまでに363件発生しています。このうち相談者の区分について図2-1に示しました。

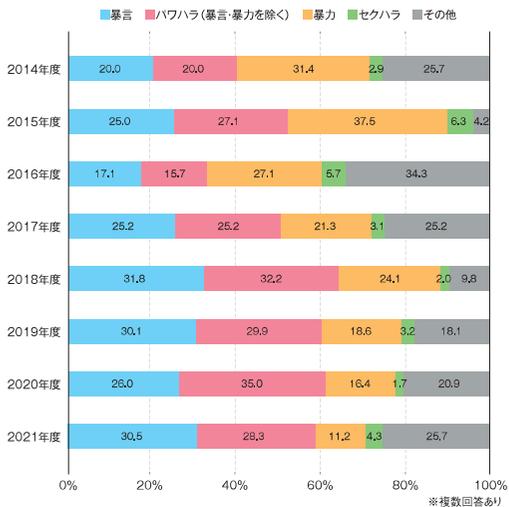


図1: JSPPO「暴力行為等相談窓口」における相談内容の推移

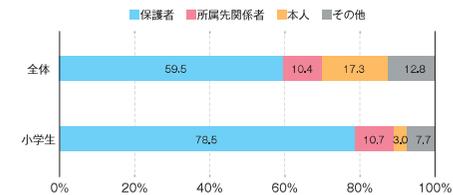


図2-1: 相談者の区分(「全体」と「小学生」)の比較

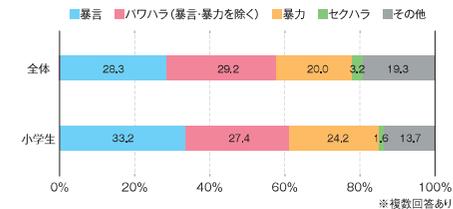


図2-2: 相談内容(「全体」と「小学生」)の比較

相談者は、保護者の割合が圧倒的に高く(78.5%)、次いで所属先関係者でした(10.7%)。小学生の場合は本人が声を上げるケースはほとんどないため、子どもを取り巻く大人が、目撃者から注意深く子どもの様子を見守る必要があると見受けられます。また、相談内容については、全体と比較して暴言・暴力行為が多い傾向が見られました(図2-2参照)。後述するBAHD行為は子どもの心身に悪い影響を及ぼすため、スポーツ指導の現場においていずれの行為も防がなければなりません。こうした行為に接した際は、速やかに関係者間で問題意識を共有する、あるいは相談窓口を利用いただければと思います。

重要なのはエビデンス「愛のムチ」は一切不要

さて、日本ではこれまで、スポーツの現場における不適切な指導を防止するため、倫理観や罰則に基づく啓発がなされてきました。しかし、それでもなお先述の通り、特に子どものスポーツ指導においていまだに暴言・暴力行為などが散見されます。

そこで、本ワーキンググループではこれまでの啓発に加えて、あくまで医・科学的なエビデンス(根

「スポーツにおける暴力行為等相談窓口」

① 取扱範囲	<p>(1) 対象となる行為者</p> <ul style="list-style-type: none"> ●JSPPO公認スポーツ指導者、スポーツ少年団登録者ら <p>(2) 対象となる行為</p> <ul style="list-style-type: none"> ●スポーツ活動現場などにおいて行った暴力、暴言、各種ハラスメント、差別的言動、不適切指導など <p>(3) 利用できる人</p> <ul style="list-style-type: none"> ●対象行為によって被害を受けた方やその家族・知人・所属チームのチームメート・スタッフら
② 利用方法	<p>(1) WEB:相談フォームより(下記URL参照)</p> <p>(2) FAX:03-6910-5820(記入シートを使用:下記URL参照)</p> <p>(3) 電話:03-6910-5827(毎週火・木曜日13:00~17:00)</p> <p>相談の際は、暴力行為などの具体的な内容(いつ、誰が、誰に対して、どのようなことをどのように行ったかなど)を時系列に沿って明確に整理されるとともに、行為時の様子がわかる動画・音声・写真・診断書などをお持ちの場合はそれらも併せてご準備いただけますと、相談がより円滑に進められます。</p>
③ 取り扱いは個人情報の	<p>相談員は秘密を守りますので、安心してご相談ください。提供を受けた個人情報は「公益財団法人日本スポーツ協会個人情報保護方針」に即して相談処理に利用します。また、お伺いした内容は、対応方法の検討や事実関係の確認などのために、必要に応じて一般社団法人日本スポーツ法支援・研究センターおよび当協会加盟団体などに提供する場合があります。</p>



<https://www.japan-sports.or.jp/about/tabid983.html>

PART 2

内外を問わず、その防止策が検討される
スポーツにおける「BAHD」を解説

「BAHD (Bullying, Abuse, Harassment and Discrimination)」——直訳すると「いじめ、虐待、嫌がらせ、差別」。欧州をはじめとしたスポーツ現場では、すでにこのキーワードを掲げ啓発活動を実施。JSPPOでは、BAHDを作業部会名として医・科学的観点から検討を始めているが、まずはその概念を理解する。



解説／上地広昭
山口大学教育学部准教授
専門分野は、スポーツ心理学。早稲田大学人間科学部、同大学院人間科学研究科修士課程・同博士課程修了。米国立ストン大学教育学部客員研究員、早稲田大学人間科学部助手、山口大学教育学部専任講師を経て現職。公認心理師。

※本稿は、竹中晃二(早稲田大学)とともに執筆

「BAHD」の考えが
浸透してきたその背景

「BAHD」とは、Bullying (いじめ)・Abuse(虐待)・Harassment (ハラスメント/嫌がらせ)・おぼろげなDiscrimination(差別)の頭字語であり、個人の人権や尊厳を不当に侵害する行為全般を指します。

この用語は、カナダのS・ケネディとW・マクニールが共同で創設した民間団体「リスペクトグループ (Respect Group)」が提供するオンラインプログラム「リスペクト・イン・スポーツ (Respect in Sport)」のなかで用いられています。

本プログラムは、主に子どものスポーツに関わる指導者および保護者を対象にBAHDの認識、理解、および対応について教育・啓発

し、子どもにとって安全なスポーツ環境を整備することを目的としています。リスペクトグループは、スポーツ以外にも、「職場でのリスペクト (Respect in the Workplace)」や「学校でのリスペクト (Respect in School)」など多様な場面を想定したBAHD防止プログラムを展開しています。

以下では、互いに関連性を持ちながらも重複する点も多いBAHDの4つの用語(いじめ、虐待、ハラスメント、および差別)について詳述します。

一般的な用法に従うならば、指導者から子ども(選手)への暴力行為は「体罰/不適切な指導」、子ども(選手・チームメイト)同士の暴力行為は「いじめ」、保護者から子どもへの暴力行為は「虐待」と、当事者間の関係性によってこれらの用語を使い分けることも

■表1:スポーツ場面におけるBullying(いじめ)

身体的いじめ	●殴る、蹴る、小突く、突き飛ばす、平手打ちする、かむ
精神的いじめ	●チームメイトのスポーツ用品を盗む ●チームメイトを部屋やロッカールームから締め出す ●からかう、悪いウワサを広める、脅す、名誉を傷つける、侮辱する、嘲笑する
社会的いじめ	●グループ練習に加えない ●仲間外れにする ●入会の儀式を受けさせる

「一般的に養育場面では、保護者からの子どもに対する虐待を、身体的虐待、心理的虐待、性的虐待、およびネグレクト(育児や監護の放棄)の4つのタイプに分類します(高齢者や障がい者に対し

ではこれら4つに「経済的虐待」が加わる。表2はスポーツ場面における具体的な虐待の内容を示したものです。この分類に従えばスポーツ場面で見られる「体罰や」し」は、主に身体的虐待に分類す

ることが適切といえます。虐待の内容から当事者間の関係性を見ると、大人(指導者や保護者)から子ども(選手)に対して行われるものが多く、学校の部活動などではそこに上級生や卒業生(OBやOG)からの虐待

も加わるのが想定されます。虐待は、後に紹介するハラスメントに比べても、さらに子どもの人権や尊厳を侵害する行為が多く、子どもに実際の、または潜在的な危害をもたらす可能性が高くなります。

※文献4,Stirling5(2011)を邦訳

可能です。しかし、スポーツ場面では観客やクラブのOB・OGなど、さまざまな立場からの暴力行為も想定されるため、先行研究の定義を参考にしつつスポーツを取り巻くすべての者を含めた、より柔軟な用語の定義を行います。

BAHD、それぞれの
定義と具体的パターン

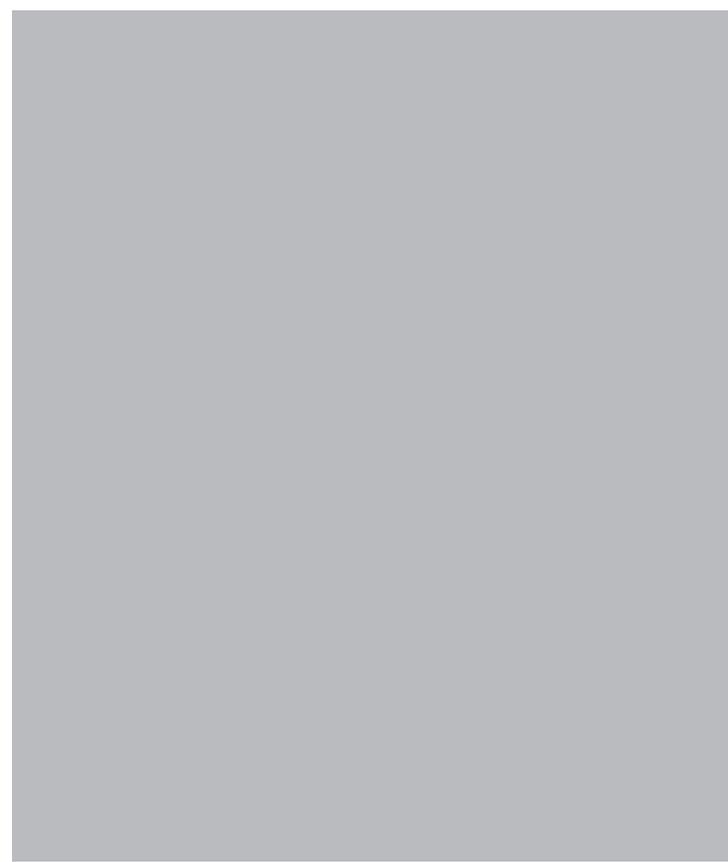
①Bullying(いじめ)
「Bullying」は、「権力や力によって立場の弱い人間を脅し、傷つけること」であり、日本語では「いじめ」に相当します。

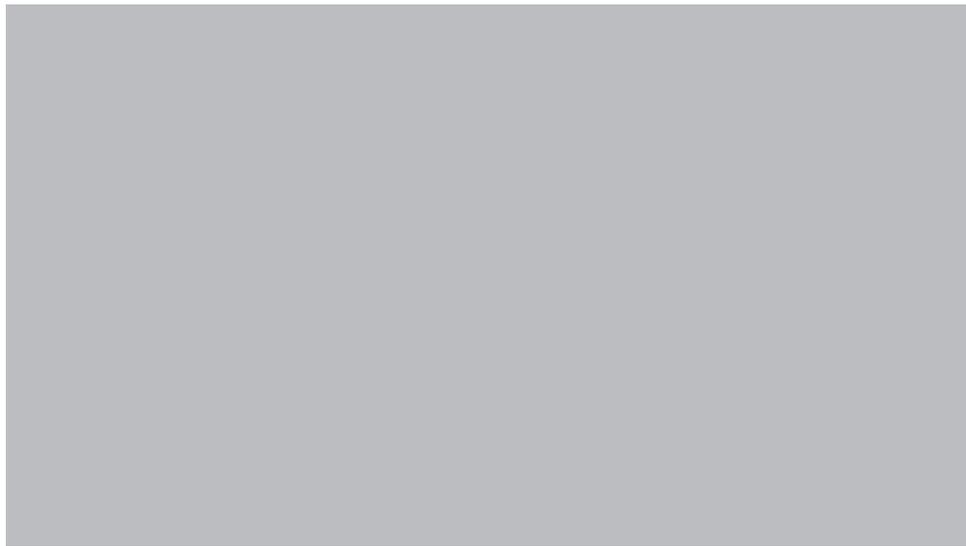
スポーツ場面におけるいじめは、チームメイト間における力の不均衡に基づいた有害な身体的、言語的、心理的な行動パターンと捉えることができます。表1にスポーツ場面で見られるいじめの例を示しました。その内容からもわかるように、いじめは主に同年代の子ども同士の間で行われることが多いため、内容的に稚拙な行為(からかう、入会儀式を受けさせるなど)も含まれていることがその特徴といえます。

■表2:スポーツ場面におけるAbuse(虐待)

身体的虐待	●殴る、蹴る、かむ、突き飛ばす、たたく、揺さぶる、投げる、首を絞める、やけどを負わせる、平手打ちをする ●スポーツ用具でたたく ●トレーニングの範疇を超えて、空気イスやプランクの姿勢を強要する ●足元の悪い地面の上にひざまずかせる ●閉鎖された空間に隔離する ●必要な水分、食べ物、睡眠をとることを禁止する ●選手の能力を超えた練習を強要する(嘔吐/失神するまでトレーニングをさせるなど)
性的虐待	●選手と性的関係を持つ ●不適切な性的接触を行う(選手の胸や臀部を触るなど) ●性的な歓心を買うために優遇する ●性的指向に関するコメント、冗談、ジェスチャーを行う ●性的な事柄について提案する ●選手を性的な視線にさらす(ポルノ媒体など)
心理的虐待	●口汚いコメントをする ●侮辱的な行為をする ●威嚇して脅す(壁に物を投げるなど) ●わざと注意やサポートをしない ●練習や試合から長期間締め出す ●ケガの治療や回復に必要な時間を与えない
ネグレクト	●心理的苦痛の兆候を示している選手に適切なカウンセリングを受けさせない ●選手の栄養状態を気にかけない ●不適切な監督をする ●スポーツ用具の安全管理を怠る ●選手の薬物使用に気づいても何もしない ●教育的要素やウェルビーイング(良好・幸福な状態)に配慮しない ●選手の社会的ニーズを認識しようとしていない ●不適応行動に気づいても介入しない

※文献4,Stirling5(2011)を邦訳





③ Harassment (嫌がらせ)

「Harassment」は、「不快な言動や圧力をかけることで、誰かを悩ませたり、心配させたりすること」を指します¹⁾。わが国でも「ハラスメント」という用語そのままでもすでに浸透していますが、地位や立場を利用した「嫌がらせ」と訳されることもあります。スポーツ場面では、主に子ども（選手）に対して権限を持った立場の大人（監督、コーチ、役員、マネージャー）による有害で望ましくない強制的な行為を指します。ハラスメントは、指導や育成とは異なつた文脈（筋道）で行われることが多く、権力と信頼を悪用した個人の人權や尊厳を侵害する行為といえます。

ただし、先行研究²⁾によるハラスメントの例を見ると、虐待とハラスメント（表2と表3）を人權や尊厳を侵害する「程度」で区別しているようなニュアンスを感じ別して、ハラスメントということばをいじめや虐待を含んだ包括的な概念として用いるケースもあります。

例えば、スポーツハラスメントをいじめや虐待の上位概念に位置づけており、その特徴について、厚生労働省が定めるパワーハラスメント（身体的な攻撃、精神的な攻撃、人間関係からの切り離し、過

※文献4, Stirling S (2011)を邦訳

■表3:スポーツ場面におけるHarassment (嫌がらせ)

身体的ハラスメント	<ul style="list-style-type: none"> ●押す、突き飛ばす、わざとぶつかる ●身体的に脅かす行為 (通せんぼをするなど)
性的ハラスメント	<ul style="list-style-type: none"> ●望まない、または強制された性的関係を迫る ●望まない、または不適切な性的な提案をする ●下品で性的な発言をする ●選手に不必要な扇情的ユニホームを着用させる ●性的な歓心を買うために優遇する
心理的ハラスメント	<ul style="list-style-type: none"> ●個人の品位を傷つける、または辱める冗談を言う ●個人に対する低俗で卑猥な発言をする ●拒否的、攻撃的、もしくは敵対的な表情またはジェスチャーをする ●個人を侮辱する資料 (文章、絵など) を作る
性別、人種、性的指向に基づくハラスメント	<ul style="list-style-type: none"> ●否定的、俗物的、または侮蔑的なことばで個人の性別/人種/性的指向を表す ●性別/人種/性的指向によって特定の者を除外する

大な要求、過小な要求、個の侵害に類似し、そこにセクシャルハラスメントが加わる傾向が強いと指摘する研究者もいます³⁾。

④ Discrimination (差別)

「Discrimination」は、「特定の個人や集団をほかのものと公平に扱わないこと」と定義されます⁴⁾。

※文献7, Sportaction (2017)、文献9, 大塚 (2019) を参考に作成

■表4:スポーツ場面におけるDiscrimination (差別)

性差別	<ul style="list-style-type: none"> ●女子選手は収入が少ない ●女子スポーツはあまりメディアに報じられない ●女子選手はスキルよりも外見などに注目される
人種差別	<ul style="list-style-type: none"> ●テニスやゴルフなど一部のスポーツでは、人種のマイノリティがあまり歓迎されない
宗教差別	<ul style="list-style-type: none"> ●例えば、ユダヤ人選手は土曜日は試合に出られない。イスラム教徒の選手は異性と混合チームは組めない ●宗教上の信条に合わないスポンサー (酒、たばこなど) のロゴの入ったユニホームや露出の多すぎるユニホームを着られない
障がい者差別	<ul style="list-style-type: none"> ●受け入れるために「何もせず」やめさせる
LGBTQ差別	<ul style="list-style-type: none"> ●自分の性的指向によって脅かされる
能力差別	<ul style="list-style-type: none"> ●能力の低い選手を軽視する ●能力向上のために努力しない選手をさげすむ

日本語では、正当な理由なく劣つたものとして不当に扱うことを意味する「差別」に相当します⁵⁾。差別 (表4) は、性別、人種、宗教障がい、性的指向などさまざまな要因に基づき行われ、多様な形態を取ります⁶⁾。また、スポーツ場面においては、選手やチーム同士だけにとどまらず、選手と観客 (サポーター)、選手とメディアの間においても頻繁に発生しています。さらに、その5つのタイプの差別は、日常生活に存在する差別がスポーツ場面にも表出したものですが、スポーツ自体が生み出す差別も存在します。例えば能力差別がそれに当たります。

このような能力差別については「スポーツ」そのものに起因する、きわめてパラドキシカル (逆説的) で難解な問題といえます。

ルールを守れない？

これまで、スポーツ場面におけるBAHDのそれぞれ用語について解説してきました。現在、すでに、国内外を問わず、スポーツ現場においてBAHDを防止するためのさまざまな働きかけが行われています。例えば、欧州では、2012年に、スポーツにおけるセクシャル/ジェンダーハラスメントと虐待の防止についてのベルリン国際会議 (ドイーン) が開かれています。

この会議の成果として発行された日録 (カタログ) には、欧州を中心にカナダとオーストラリアを加えたさまざまな国における性的ハラスメントおよび虐待を防止するための取り組みが記されています⁷⁾。

わが国でも日本スポーツ協会がスポーツ関係者 (指導者、競技者、支援者ら) のハラスメントに対する意識を変え、スポーツ現場のハラスメントを根絶することを目的に「スポーツ現場におけるハラスメ

ント防止動画」を公開しています⁸⁾。そのなかでは「ハラスメント」ということばが用いられていますが、暴力や差別など幅広い人權侵害行為が含まれておりBAHD全般を扱ったものといえます。

現在、生産手段、労働環境、家族のあり方など社会構造自体が大きく変化しています。それに伴い、職場や学校など社会全体でひきつらぬ価値観 (慣習) の刷新が求められています。もちろん、スポーツも例外ではありません。

スポーツは日常の生活から切り離された「非日常的な虚構の世界」です。いったんコートやフィールドの中に入れば通常は「暴行」などに該当し得る身体のおのり合いや武道の投打といった行為も認められるなど、日常とはまた異なるルールが働きます。しかし、そのことが、現実の社会では通用しない非人道的な指導を許容する理由にはなりません。当然ながら、スポーツが「非日常的な虚構の世界」を維持できるのは厳格なルールに従うという前提においてのみであり、ルールに従えないのであれば、それはもはやスポーツとは呼ばれません。

スポーツ指導も同様であり、選手の人権や尊厳を侵害しないというルールを設け、それが守れない

【引用文献】
 1. Respect Group (2021). Respect in Sport <https://www.respectgroupinc.com/respect-in-sport/> (2021年10月16日アクセス)
 2. 高橋修・相安貴美江 (2016). 海外におけるスポーツ環境の倫理的課題への取組に関する研究 (3) カナダを事例として、明治大学教養論集、512、183-214.
 3. 藤後悦子・大橋恵・井梅由美子 (2017). 子どものスポーツにおけるスポーツハラスメントとは。東京未来大学研究紀要、12、63-73.
 4. Stirling, A.E., Bridges, E.J., Cruz, E.L., & Mountjoy, M.L. (2011). Canadian academy of sport and exercise medicine position paper: Abuse, harassment, and bullying in sport. Clinical Journal of Sports Medicine, 21, 385-391.
 5. オックスフォード大学出版局 (2020). オックスフォード現代英英辞典 第10版. 旺文社: 東京.
 6. 新村出 (2018). 広辞苑 第七版 (普通版). 岩波書店: 東京.
 7. Sportaction (2021). Different types of discrimination in sports and how to solve them <https://sportaction.eu/different-types-of-discrimination-in-sports-and-how-to-solve-them/> (2021年10月16日アクセス)
 8. 川谷茂樹 (2005). スポーツ倫理学講義. ナカニシヤ出版: 京都.
 9. 大塚光博 (2019). スポーツに内在する差別的行為: 中島義道による差別論を手掛かりとして. 体育・スポーツ哲学研究、41 (1)、47-54.
 10. 高橋修 (2016). スポーツにおけるセクシャル/ジェンダーハラスメントと虐待の予防: ヨーロッパ、そしてヨーロッパを超えた地域における先駆的取組. スポーツとジェンダー研究、14、146-168.
 11. 日本スポーツ協会 (2021). スポーツ現場におけるハラスメント防止動画 <https://www.japan-sports.or.jp/women/taibid1331.html#ch7> (2021年10月16日アクセス)

PART 3 論文、提言、声明からひもどく文献紹介①

不適切指導による身体への影響は、果たしてどれほどのものがあるのか。

論文、提言、声明などから、その危険性をエビデンスとして示し、警鐘を鳴らす。

養育上の問題として 明らかにされた知見を、 スポーツ指導の現場に 当てはめて考えてみる

スポーツの場面において起きた不適切な指導(BAHD)の実態やそれに対する意識、またなぜそれらが起きるのか、そしてその防止に向けた方策についての報告や議論が今なお活発になされています。

しかし、暴力との因果関係が明白な傷害や自殺などの事例を除けば、非日常的な時間と空間で行われるスポーツの場面での不適切な指導が子どもたちの身体や

あるいはその後大人になってから健康に及ぼす影響を実証することは大変難しく、これらを明らかにした研究はあまり多くはありません。

一方、主に家庭や学校などの日

常生活のなかで虐待や体罰を受けた子どもたちの心身の状態や健康に関わる問題については、これまで世界中でたくさん研究や報告がなされています。したがって、養育上の問題としてこれまで明らかにされた知見を、スポーツ指導の現場に当てはめて考えてみることは大切なことと思われます。

もちろん、養育の場面における虐待や体罰と、スポーツの場面でのそれらとは、状況や程度に大きな違いがあることは明らかですが、子どもたちの心身に悪影響を及ぼすという点において、それらの間に本質的に大きな違いはないと思われれます。

本稿では、まずスポーツに限らず子どもに対して行われた体罰や虐待、暴言などが、特に身体的側面に及ぼす影響についてこれまで明らかにされていることを解説し、その後にスポーツ少年団

の子どもたちを対象とした最近の研究結果を紹介いたします。

なお、エッセイの子どもの権利とスポーツの原則(一)に述べられているように、子どもを暴力や虐待などから保護するためには、スポーツの指導練習競技などのあらゆる過程において、あらゆる形態の身体的または精神的な暴力、虐待、過度なトレーニング、ハラメント、いじめ、指導の放棄、無関心な扱い、不当な扱い、搾取、過剰な規律や制裁などをなくさなければなりません。したがって、本稿のテーマである「不適切な指導」の影響をより広く捉えれば、

子どもたちの追いつまされてしまった子どもたちの心身の健康についても扱うべきでしょう。しかし、これらに関する多くの事柄は、スポーツ指導者にはすでに広く知られていると思われれます。そこで、本稿では、主に体罰や暴言などが身体的側面

に及ぼす影響について解説することとします。

体罰・しつけの名のもとに 受ける暴力の影響

体罰は子どもの身体を直接的に害し、また子どもたちの行動や心身の健康に短期的にも長期的にも負の影響を与えたと行われ「しつけ」の名のもとに行われる暴力であっても、百害あつて、利なしということも多く、研究によつて明らかにされています。

例えば、日本を含む世界9カ国で行われた69件の縦断研究の結果をまとめた最新のレビュー(批評)論文では、殴る蹴るといった生命を脅かす深刻な児童虐待に当たるものを除外したしつけのために行われた体罰であっても、その後の心身に悪影響が及ぶことが示されています。

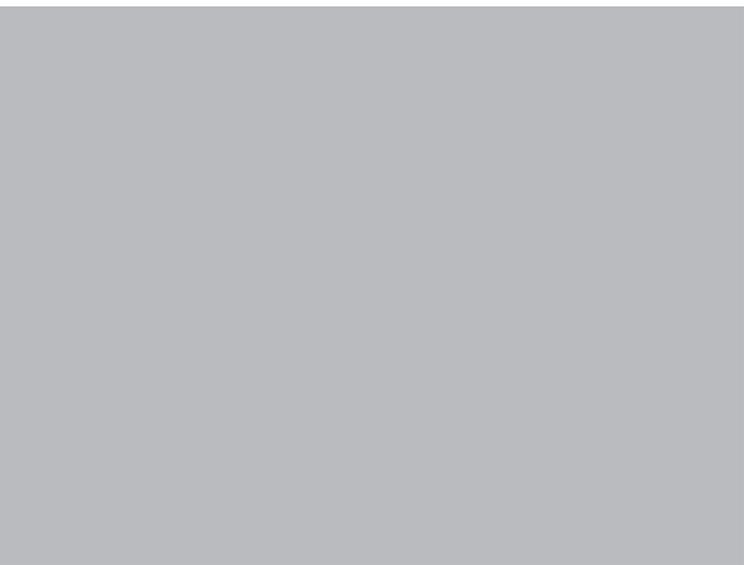
すなわち、お尻をたたくような体罰を子どもに与えた場合、時間経過とともに子どもの攻撃的、反社会的、あるいは学校などでの破壊的行動などの問題行動が増加することや、体罰を受けた子どもは、その環境において子どもの学習意欲が阻害されてしまうため認知能力が低下することが指摘されています。さらに、体罰の頻度が高くなればなるほど、子どもへの態度はますます悪くなるというようことも確認されています。

なお、このレビュー論文に取り上げられている日本の調査研究①では、3歳半のころに保護者からお尻をたたくなどの体罰を受けていた子どもと、体罰をまったく受けていなかった子どもと比べると、5歳半のころに、落ち着いて話を聞くことや約束を守ること



解説／内藤久士

順天堂大学大学院
スポーツ健康科学研究科教授
運動生理学、体力学を専門分野とし、
体力、トレーニング効果、加齢、骨格筋、
運動処方方をキーワードに掲げる。順
天堂大学スポーツ健康医科学研究科の
所長を務める。スポーツ庁体力・運動
能力調査報告書作成協力者、日本
スポーツ協会スポーツ医・科学委員会
委員。

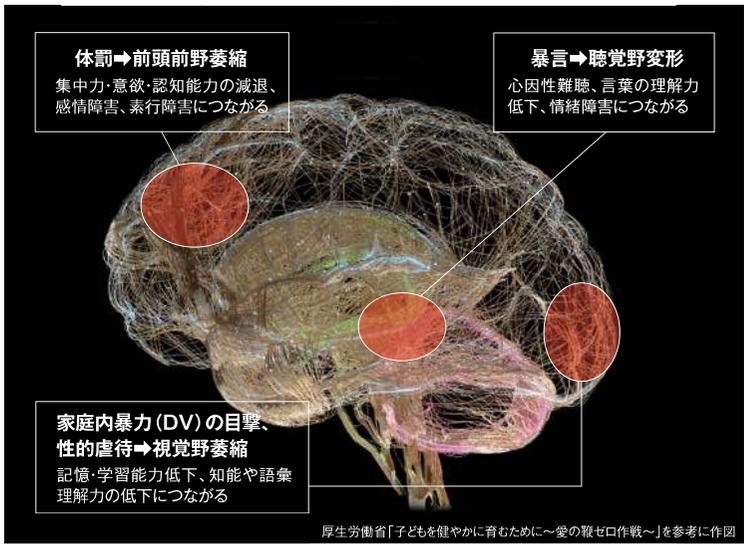


ができないというよう問題行動のリスクが高まり、また体罰が頻繁に行われるほど、リスクは高くなつていたことが報告されています。そして、つづつこの集中できない、我慢ができない、感情をうまく表せない、集団で行動できないというよう、行動に関わるリスクも高まることが指摘されています。

また、体罰は子どもたちの身体的な健康にも悪影響を及ぼすことが報告されています②。すなわち、健康がすぐれないと感じたり、ぜんそくなどの身体症状、ケガや事故、さらには、喫煙、けんか、飲酒などの誤った習慣を身につけてしまったこと、さらに、大人になつてからの健康が、ガン、心臓病、ぜんそく、片頭痛、関節炎、肥満、飲酒などによつて脅かされること

不適切な養育が 脳の発達に与える影響

日常的に体罰などを受けた子どもたちには、さまざまな行動上の問題が生じることがすでに述べましたが、友田教授(福井大学)らの研究グループは、その一因として発育発達段階にある子どもたちの脳の発達に、体罰や暴言、あるいは心理的、性的、そして不適



厚生労働省「子どもを健やかに育てるために～愛の視座作戦～」を参考に作図

図1:体罰・暴言などは子どもの脳の発達に深刻な影響を及ぼす

切な養育環境や食事を与えないなどのネグレクトのような虐待などが大きなダメージを与えていることを明らかにしています。

最初に述べたように、スポーツ指導の場面に起こり得る状況は、家庭などで体罰を受けた子どもたちの状況と完全に一致するわけではありませんが、ここでは子どもに対するスポーツ指導の現場で似たような状況が起こり得る可能性の観点から、これまで明らかにされている脳科学的な研究成果を紹介いたします。

●厳格な体罰が脳に及ぼす影響

厳格な体罰(頬への平手打ち、ベルトや杖などで尻をたたくなどの行為)を長い間にわたりに繰り返した(年12回以上かつ3年以上)に受けた子どもたちの脳では、そうでない子どもたちの脳と比べると、感情や理性などをつかさどる右前頭内野内側部の容積が平均19.1%、集中力・意思決定・共感などと関係がある右前帯状回の容積が16.9%、物事を認知する働きなどがある左前頭内野背外側部の容積が14.5%減少している。

ました。これらの部分の障害は、感情障害や、非行を繰り返す素行障害などに影響を与えると考えられています。

●暴言による虐待が脳に及ぼす影響

物心がついたころから暴言による虐待を受けた人々たちを集めて脳を調べたところ、他人のことを理解して会話するときやコミュニケーションを取る時に重要な役割を果たす大脳皮質側頭葉にある聴覚野が変形していました。なかでも左脳にある聴覚野の一部である上側頭回灰白質の容積が平均14.1%増加し、また暴言の程度が深刻であるほどその影響は大きかったです。これも示されています。

これらのことは、ことばの暴力によって身体表面には傷がつかなくても、暴言を受け続けることで聴覚に障害が生じるだけではなく、知能や理解力の発達にも悪影響が及ぶ可能性を示しています。

●面前で家庭内暴力が脳に及ぼす影響

子どもの目の前で家族に暴力を振るうなどの家庭内暴力(DV)を目撃させる行為は、心理的虐待のついでとされ、理学的に、DVを目にした子どもにはさまざまなトラウマ反応が生じやすく、知能や語彙理解力にも影響が及ぶことが知られています。

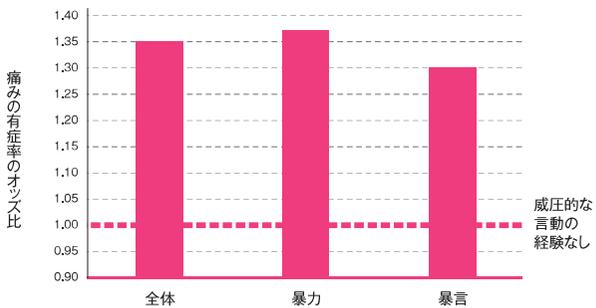
DVを平均で約4年間目撃して育った人は、夢や単語の認知に関係する視覚野(舌状回)の容積が16%減少していました。また、DVには殴る蹴るなどの身体的暴力だけでなく罵倒するなど、ことばの暴力も含まれますが、舌状回の容積が身体的DVでは3.2%減少するのに対して、ことばによるDVでは19.8%減少するなど、そのダメージははるかに大きなものでした。

た人は、大脳皮質の後頭葉にある左の視覚野の容積が18%も減少していました。特に影響が大きいのは12歳以前の被虐待経験で、また期間が長ければ長いほど容積が小さくなる傾向がみられました。

視覚野はものを見るだけでなく、その記憶の形成と強く関わっているため、その容積が減少することは視覚的なメモリ容量の減少につながっている可能性があります。また、脳には部位によってストレスの影響を受けやすいつ時期が異なる可能性があることなども明らかになっています。

●威圧的な言動が子どもたちの筋骨格系の痛みに及ぼす影響

最後に、スポーツ少年団の指導の現場における威圧的な言動が子どもたちの筋骨格系の痛みに及ぼす影響について報告された最近の研究を紹介します。



■図2: 威圧的な言動が子どもたちの筋骨格系の痛みに及ぼす影響(文献9より作成)

小中学生のスポーツ選手が抱える筋骨格系の痛みと指導者からの威圧的な言動の経験に関する研究では、ある県のスポーツ少年団に所属する小学校1年生から中学校3年生の選手を対象に、競技の種類やレベル、指導者による威圧的な暴力や暴言の経験の有無、身体への痛みや有無などについてアンケート調査を行いました。

た。なお、指導者からの威圧的な暴力や暴言の有無は、直接本人に対するものだけでなく、仲間に対するものも含めてその有無を質問しました。

解析可能な回答が得られた5784人のうち、指導者による威圧的な言動(暴力・暴言)を経験したことがある子どもは、27.8%(暴力12.7%、暴言21.9%)で、また威圧的な言動の経験をした子どもたちの痛みの有無率は威圧的な言動を経験していない子どもに比べて高いものでした(図2)。

筆者らは、指導者による威圧的な言動は、スポーツ活動を行う子どもたちの心理的ストレスを高め、筋緊張の変化、スポーツ活動時の意欲、集中力の低下によって痛みの発症を高める可能性があると考えています。また、痛みの有無率は男子では暴力、女子で暴言を受けた場合に高かったことから、男子は指導者に従順になりやすい傾向があるため暴言よりも暴力に、一方、女子は指導者の威圧的で独裁的な指導に敏感であるため暴言による指導の影響を強く受ける可能性があると考えられています。

さらに、同研究グループ¹⁰は、競技レベル(大会出場なし、地区大会出場、県大会出場、全国大会出場)に着目した検討も行っています。この報告によれば、県大会よりも高いレベルの大会に出場した経験を持つ子どもたちでは、関連は認められませんでした。威圧的な言動の経験による痛みの有無率は、暴力や暴言を経験していない子どもに比べて高かったことを報告しています。

なぜ、暴力や暴言の影響が男女や競技のレベルによって異なるのか、また取り組んでいるスポーツ種目などが影響するのかなど、詳細な指導の実態との関連性についての検証を含め、今後解明が進んでいくことが期待されます。

体罰や暴言などを経験する子どもたちの存在は、家庭においてもスポーツの場においても決して特別なものではありません。これは、いつでも、どこでも起こり得る危険性を秘めています。私たちに、そのような誤った行いがいかに人の心と体に悪影響を及ぼすのかについて正しく理解し、スポーツのよりよい指導に役立てていく努力が求められています。

また、同研究グループ¹⁰は、競技レベル(大会出場なし、地区大会出場、県大会出場、全国大会出場)に着目した検討も行っています。この報告によれば、県大会よりも高いレベルの大会に出場した経験を持つ子どもたちでは、関連は認められませんでした。威圧的な言動の経験による痛みの有無率は、暴力や暴言を経験していない子どもに比べて高かったことを報告しています。

【文献】
 1.日本ユニセフ協会(2019) 子どもの権利とスポーツの原則、(https://childsport.jp)
 2.Heilmann A et al.(2021) Physical punishment and child outcomes: a narrative review of prospective studies Lancet 398(10297):355-364.
 3.Okuzono S et al.(2017) Spanking and subsequent behavioral problems in toddlers: A propensity score-matched, prospective study in Japan, Child Abuse & Neglect 69:62-71.
 4.The Global Partnership to End Violence Against Children(2021) Corporal punishment of children: review of research on its impact and associations, Full working paper 2021. http://www.lac.org.na/projects/grap/Pdf/Research-effects-summary-2021.pdf
 5.Tomoda A et al.(2009) Reduced prefrontal cortical gray matter volume in young adults exposed to harsh corporal punishment, Neuroimage 47 Suppl 2:T66-71.
 6.Tomoda A et al.(2011) Exposure to parental verbal abuse is associated with increased gray matter volume in superior temporal gyrus, Neuroimage 54 Suppl 1:S280-286.
 7.Tomoda A et al.(2012) Reduced visual cortex gray matter volume and thickness in young adults who witnessed domestic violence during childhood, PLoS One 7:e52528.
 8.Tomoda A et al.(2009) Childhood sexual abuse is associated with reduced gray matter volume in visual cortex of young women, Biol Psychiatry 66:642-648.
 9.黒木薫(2019) 学童期における選手が抱える痛みと指導者の威圧的な言動(暴言・暴力)の関連、東北大学博士論文。
 10.黒木薫ら(2020) 学童期のスポーツ選手が抱える痛みと指導者の威圧的な言動(暴言・暴力)の関連～競技レベルにおける検討～、理学療法学 Supplement 47S1:199.

PART 4

論文、提言、声明からひもとく文献紹介②
不適切指導による「心」への影響

不適切指導が身体への影響があるように、心理へも影響を及ぼすことは疑いの余地なく、PART③に引き続き、論文、提言、声明などから、「BAHD (Bullying, Abuse, Harassment and Discrimination)」による心理への影響をエビデンスを挙げて報告を鳴らす。

子どもの現在、将来の心理にも影響を及ぼす

世界的な身体活動量の減少傾向は、成人だけでなく、子どもにおいても問題視されています¹⁾。子どもの健康と、スポーツをはじめとする日常生活全般の身体活動量の関係を調査した研究によると、身体活動量は、身体的、心理的/社会的、および認知機能の面で良好に影響することが報告されています²⁾。そして、この関係性は、軽い強度の身体活動より強い強度の身体活動において顕著に見られることが示されています³⁾。

子どもが実施するチームや学校などの組織的なスポーツの多くは、中高強度の身体活動を含みます⁴⁾。そのため、組織的なスポーツへの参加は、子どもの身体活動を促進するために、重要な要因の



解説 / 田中千晶

東京家政学院大学
人間栄養学部教授
専門分野は、発育発達学、運動生理学、公衆衛生学。スポーツを含む日常の身体活動のエネルギー代謝および変動要因の研究。国際機関 Active Healthy Kids Global Allianceの日本チームのリーダーを務める。元シンクロナイズド(現アーティスティック)スイミング日本代表。

一つとして考えられています⁵⁾。このように、子どもにおける組織的なスポーツへの参加が推奨される一方で、日本学術会議の提言書では、「現代のスポーツは競技の意味合いが大きく、相手を倒すことを目的とするがゆえに、暴力との親和性が高くなりがちであり、スポーツにおける暴力の根絶は容易ではない」ことが指摘されています⁶⁾。

スポーツに関わる暴力とは、身体的な行為だけではなく、暴言やネグレクトといった行為も含まれます。

スポーツ指導現場において、感情的・身体的に虐待的なコーチングを行うことは、アスリートの成長や将来の成功のカギであり、

指導者や親が組織的なスポーツに参加する子どもの心理的発達に及ぼす影響

指導者や親が組織的なスポーツに参加する子どもは、心理的発達に及ぼす影響について、総説論文が報告されています⁷⁾。それによると、指導者のフィードバック(プレー後の指導や声かけなどの関与)と子どもの自尊感情やシーズ後の態度との関連性を調査した研究では、子どもへの「罰」の要素を含むフィードバックは、子どもの感情や態度にマイナスの影響が生じることが示されています。

さらに、指導者が行っているフィードバックを、子どもや選手が評価するアンケート調査では、「罰」的なフィードバックが多かったり、子どもや選手が成功やミスを無視してしまう指導者の傾向は、子どもや選手

理的側面にネガティブ(否定的)な効果を示しました。一方、パフォーマンスの成功とミスの双方に対して励みになる支援的で教育的なフィードバックが多いことは、子どもや選手が心理的側面にポジティブ(肯定的)な効果を示したことが報告されています。

これらのことから、指導者や親が子どもへのパフォーマンスの成功だけでなくミスや努力に対して励ましや肯定的・支持的なフィードバックを与えたり、肯定的な期待や信念を持つたりすることが、子どもの有能感や自尊感情・肯定的

コーチングの「正常な」一部であると考えられることが多いものです。例えば、暴力や性的虐待を受けたアスリートが多く、自分を被害者とは思わず、そのような行動がスポーツの場に典型的なものだと考えてしまう傾向にあります⁸⁾。そのため、スポーツ以外の社会では不適切、または受け入れられないと考えられる暴力的な行動がスポーツの指導現場では、

受け入れられるもの、当然のものととして常態化につながってしまっています⁹⁾。

東京2020オリンピックにおいて、体操の米国代表シモーネ・バイルス選手が体操女子団体決勝で途中棄権しました。「自分の身体と心を守るためであった」との報道がなされています。米体操協会の元医師ラリー・ナサールにより、多くの体操選手が性的虐待を受

けていたのです。

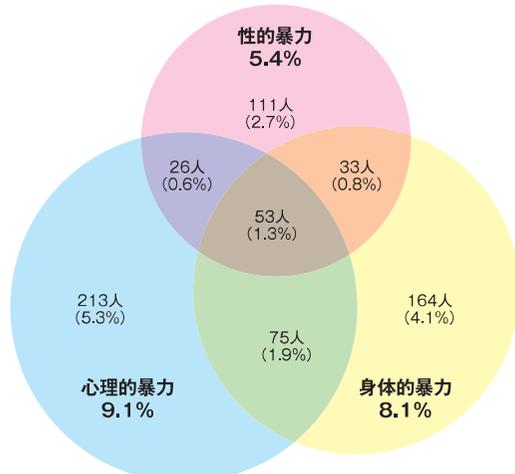
セクシャルハラスメントを経験した女性アスリートへのインタビューを実施した研究では、スポーツパフォーマンスの低下やドロップアウト、自尊心の低下、不安の増大などのネガティブな結果が報告されています¹⁰⁾。

ここでは、BAHDが子どもの現在と将来のQOLなどに及ぼす影響について紹介します。

感情、内発的動機づけなどの発達において重要であることが示唆されています。

暴力にさらされた子どもの成人後の心の問題、および生活の質の低下

子どものころに対人暴力にさらされたこと、大人になつてからの心理的問題、および生活の質（Quality of Life: QOL）の低下との関連について検討した世界初の研究が欧州で行われました。



■図1: スポーツの指導現場において子どものころに受けた対人暴力 (Vertommen et al. 2018⁷⁾)
 ※3368人(83.3%)は、スポーツ指導現場における深刻な対人暴力を報告しなかった

スポーツ指導現場において子どものころに受けた対人暴力の現状

オランダとベルギーの成人（18〜50歳）を対象に、18歳までに組織化されたスポーツに参加していた経験と、現在の心理的問題とQOLについて質問紙調査が行われました。この調査では、4043人から回答が得られ、その約3分の1はレクリエーションスポーツのみに参加し、それ以外は地域、全国および国際レベルでの競技を行っていました。

また、対人暴力の種類については、上記の図1の通り、心理的暴力を受けたことがあったのは9.1%（性差なし）、身体的暴力を受けたことがあったのは8.1%（女性…5%、男性…12%）、性的暴力を受けたことがあったのは5.4%（女性…7%、男性…4%）でした。この3つの対人暴力には重複回答が見られ、全体の1.3%の回答者が、心理的、身体的、さらに性的な暴力のすべてを受けたことがあると回答しました。また、暴力を受けた経験のある回答者の約半数が、複数種類の暴力を経験していることがわかりました。

①大人になつてからの心理的問題
 スポーツの指導現場において子どものころに対人暴力を経験した者と、経験しなかった者を比較した結果、現在の心理的苦痛は、前者において高いことがわかりました。また、対人暴力の種類が多いほど、現在、抑うつや不安などの症状が見られました。

②大人になつてからの生活の質
 つまり「身体的暴力」「性的暴力」「心理的暴力」3種類すべての対人暴力を経験した者は最も多くの心理的な症状（不安やうつ病、またこれらによつて引き起こされる身体的症状）を報告し、次に「身体的暴力」ともう1種類、別の暴力を重複して経験した者が続きました。そして、2種類の対人暴力を受けた者は1種類の者よりも苦痛を感じ、1種類でも対人暴力を経験した回答者は、対人暴力を経験しなかった回答者よりも多くの心理的状況を報告しました。

て同様の検討が行われました。その結果、対人暴力の種類と4領域の関係は、すべて保たれ、なかでも、

身体的健康で最も強い負の関係が見られました。そして、多重被害を受けると、4領域のすべての

得点が低下しました。身体的暴力を含む多重被害は、心理的性的暴力の組み合わせや単独被害よりも顕著な悪影響が示されました。

どんなにづらい練習でもむしろ楽しかったことが、今でも鮮明に脳裏によみがえります。昭和の時代も令和の時代も、子どもの気持ちは変わらないのかもしれない。もちろん、年齢層や子ども個人には異なりますが、組織的なスポーツの指導現場において、子どもが失敗をしたときでも、指導者や保護者が子どもが一生懸命取り組んだことに肯定的に関わることが、子どもの望ましい心理的健康に貢献するでしょう。また、組織的なスポーツに参加することで、競技レベルにかかわらず複数の対人暴力を経験している子どもが存在しています。かつ、対人暴力の種類が増えるほど、その後の人生における心理的健康やQOLの低下に関係しています。

子どもの心理的健康を守るスポーツ指導

スポーツ庁の調査によると、小学5年生と中学2年生に「どのようなときに運動やスポーツが楽しいと感じたか」と尋ねたところ、特に中学生の女子は小学生より「先生や監督、コーチなど大人に褒められたり、友達から励まされたり」することが、楽しさにつながっていました。

そのため、①スポーツの指導現場においては、あらゆる競技レベルでの子どもの保護を念頭に置くこと、そして、②BAHDを予防するプログラムを考える際は、単一の対人暴力に焦点を当ててはならず、あらゆる虐待や暴力行為を対象とすることが重要です。

【文献】
 1. Guthold R et al. (2018) Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. *Lancet Glob Health*, 6:e1077-e1086.
 2. Guthold R et al. (2020) Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *Lancet Child Adolesc Health*, 4:23-35.
 3. Poitras VJ et al. (2016) Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Appl Physiol Nutr Metab*, 41: S197-S239.
 4. Butte NF et al. (2018) A Youth Compendium of Physical Activities: Activity Codes and Metabolic Intensities. *Med Sci Sports Exerc*, 50:246-256.
 5. Aubert S et al. (2018) Global Matrix 3.0 Physical Activity Report Card Grades for Children and Youth: Results and Analysis From 49 Countries. *J Phys Act Health*, 15: S251-S273.
 6. 日本学術会議. 提言 科学的エビデンスを主体としたスポーツの在り方. 令和2年(2020年)6月18日 科学的エビデンスに基づく「スポーツの価値」の普及と在り方に関する委員会.
 7. Vertommen T et al. (2018) Severe interpersonal violence against children in sport: Associated mental health problems and quality of life in adulthood. *Child Abuse Negl*, 76: 459-468.
 8. Parent S & Bannon J (2012). Sexual abuse in sport: What about boys? *Child Youth Services Review*, 34: 354-359.
 9. Fasting K et al. (2002). Consequences of sexual harassment in sport for female athletes. *Journal of Sexual Aggression*, 8: 37-48.
 10. 久崎孝浩, 石山貴章. (2012) スポーツに参加する子どもの心理的発達に及ぼす大人の影響: その研究動向と今後の方向性. *応用障害心理学研究*, 11: 45-67.
 11. スポーツ庁 (2019) 令和元年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査報告書. https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00001.html.

『子どもを守る』：BAHD防止キャンペーン』がスタート

不適切な指導の防止、抑制、さらに踏み込んで、子どもたちへの効果的な指導法を模索するために始まる普及啓発活動『子どもを守る』：BAHD防止キャンペーン』。スポーツ界からの新たな発信は、一般社会の規範意識をも変えていく可能性を含んでいる。

それは、指導者ではなく、受け手側が決める。

アクティブチャイルドプログラム啓発・普及プロジェクトでは、『子どもを守る』：BAHD防止キャンペーン』と名付けた普及啓発活動を行うおうとしています。BAHDとは、「Bullying（いじめ）」「Abuse（虐待・体罰）」「Harassment（嫌がらせ）」「Discrimination（差別）」のそれぞれ頭文字を取ったもので、19ページにあるようにロゴも制作し、特に子どもへのスポーツ指導者や関係者、また選手同士のパワハラ関連行為の防止をめざします。

BAHD行為は、スポーツ界全体ではないにせよ、指導者、選手間、また関係者の間で従来から見られてきたことです。スポーツ界でBAHD、とりわけ指導者のパワハラ行為を伴う指導は、もちろん被害者に及ぼす影響に配慮すれば人道上許されなことです。そのため、現在、スポーツ界では、人権を守るという認識に立つて声高に禁止が叫ばれています。しかし、やれば何らかの裁判沙汰になる、罰を受ける、だからやらないという消極的な捉え方をしてる指導者も多く見られます。



「子どもを守る」：BAHD防止キャンペーン」は、スポーツ界からBAHD行為をなくすことを目指し、日本スポーツ協会アクティブチャイルドプログラム普及・啓発プロジェクトが推進している活動です。

ワハラ関連行為がなくならないという理由としては、「育ててもらった」「今があるのはXコーチのおかげ」などと言わざるを得ない選手、試合に使ってもらったため、進歩のために我慢を強いられる選手や保護者、一方で、「選手のためだ」「甘やかすところがない」「指導のために必要悪だ」と正当化している指導者、さらに厳しい上下関係が今も現存するスポーツ環境など、さまざまな要因が放置されてきた結果かもしれません。

ややもすると「熱血指導」の名のもとで正当化されてしまう「大声（でどなる）」「たたく」「練習から外す」などの高圧的な指導について、それらがBAHDになるかどうかの判断は、指導者サイドが行うものではなく、あくまでも受け手である選手やその周囲が行うことなのです。

もっとよい指導の仕方や選手への諭し方を考える

スポーツ界での不文律のもとで、表面化しにくいまま行われてきた高圧的な指導ですが、最近では選手が自殺に追い込まれたり、選手や保護者から「度を越えた指導」について糾弾されたり、または内部告発によって表面化することが多くなっています。そのため、さまざまな場でパワハラ行為のなかでも特に体罰については声高に禁止が叫ばれています。もちろん、指導者にそのつもりがなかったとしても、選手的人格否定や直接的な暴力行為は決して許されることではありません。しかし、一方で、社会からのたび重なる批判から、指導者が自分の指導について自信が持てず、言いたいことも言えずに萎縮してしまっているケースも見られます。

もちろん、指導者や関係者をはじめとして選手同士で生じているBAHD行為は許されなことです。子どもを守る『BAHD防止キャンペーン』では異なる視点を持って指導者に働きかけようとしています。それは、そのような指導をしなくても、もっとよい指導の仕方や選手への諭し方

があり、日常からその方法を頭の中でリハールすることで高圧的な指導に代わる方法を行ってもらえるようにすることです。例えば、「怒ってはいけない指導」には、ただ「怒ってはいけない」という禁止事項があるだけで怒る代わりにこういうことをすればもっとよい指導になるよという代案が必要です。

私たちは『子どもを守る』：BAHD防止キャンペーン』を行うにあたって、この代案を示すことに加え、従来の指導場面や状況のなかで実際に行ってもらった習慣づくりの方策も同時に示そうとしています。

■表1：パワハラの6類型（厚生労働省雇用環境・均等局〔2018〕資料を援用）

類型	被害・加害の例
身体的な攻撃	叩く、殴る、蹴るなどの暴行、丸めたポスターで叩かれる(被害);叩く(加害)、など
精神的な攻撃	チームなどみんなの前での叱責、罵倒、長時間にわたって叱られる(被害);叱る(加害)、など
人間関係からの切り離し	隔離・仲間外し、無視される(被害);無視する(加害)、など
過大な要求	不可能な内容の強制、あるいは妨害される(被害);する(加害)、など
過小な要求	能力や経験とかけ離れた低い練習や内容を行わされる(被害);行わせる(加害)、など
個の侵害	私的なことに過度に立ち入られる(被害);立ち入る(加害)、など



解説／竹中晃二

早稲田大学人間科学学術院教授 健康心理学を専門とし、健康行動についての行動変容介入のほか、メンタルヘルス問題の予防およびプロモーション活動を展開。スレスママネジメント、習慣形成、身体活動・運動なども研究キーワード。主な著書に「アクティブライフスタイルの構築」(早稲田大学出版部)、「運動と健康の心理学」(朝倉書店)など。

※本稿は、上地広昭(山口大学)、青野博(日本スポーツ協会)とともに執筆

このキャンペーン開始に先立ち、JSPPO関連の研修会に参加した指導者を対象に調査を行いました。本稿では、その結果をかいつまんて紹介し、調査の結果をもとに制作した啓発リーフレットを示すことにします。

職場におけるパワハラの定義から考える

近年、職場従業員のメンタルヘルス不調を招くことで特に注目されているパワハラ(ハラスメント)、パワハラ行為があります。パワハラとは、職場内の優位性を利用した、主に社会的に地位の高い人による「自らの権力や立場を利用した嫌がらせ」のことを指します(ウィキペディアによる)。

厚生労働省雇用環境・均等局(1)の資料によれば、「職場のパワハラ」とは、以下の3要素をすべて満たしているものをいうそうです。それらは、職場において、①優越的な関係に基づいて(優位性背景に)行われること、②業務の適正な範囲を超えて行われること、および③身体的もしくは精神的な苦痛を与えること、または就業環境を害すること、です。これらの内容は、まさにスポーツ界において、指導者が行ってしまうようなパワハラ指導に相当するかも

しれません。同資料によれば、パワハラの具体的内容として、上司から部下に対して行われる①身体的な攻撃(殴打、足蹴りなど)、②精神的な攻撃(人格否定の発言など)、③人間関係からの切り離し(仕事外し、長期的な隔離、自宅研修させるなど)、④過大な要求(長期間にわたって肉体的苦痛を伴う過酷な環境下で直接関係のない作業を命ずるなど)、⑤過小な要求(誰でも遂行可能な業務を行わせるなど)、および⑥個の侵害(フライバシーの侵害、職場内外での継続的な監視、ほかの従業員に接触しないように働きかけたりするなど)の6類型に分類されています(表1参照)。

しかし、上司の行為をパワハラと捉えるか否かの判断は、被害者の主観に基づきものであり、それによってパワハラ行為が認定される。その後の裁判事例が示されるなど、パワハラの被害やその後の罰則が強調されています。スポーツ界で指導者が行ってきたパワハラ指導は、職場のパワハラとは少しニュアンスが異なるかもしれませんが、パワハラ指導には、BAHDではない「bullying(いじめ)」「abuse(虐待)」「harassment(嫌がらせ)」「discrimination(差別)」に

■BAHD防止キャンペーン



「子どもを守ろう：BAHD防止キャンペーン」は、日本スポーツ協会 アクティブ チャイルド プログラム普及・啓発プロジェクトが推進する活動です。子ども対象のスポーツ指導者や関係者、あるいは子ども同士によるBAHD行為—Bullying（いじめ）、Abuse（虐待）、Harassment（いやがらせ）、Discrimination（差別）—を、スポーツ界からなくすことを目指しています。

より効果的な指導方法を求めて

子どもを守ろう

BAHD防止キャンペーン

いじめ Bullying
虐待 Abuse
差別 Discrimination
いやがらせ Harassment

「子どもを守ろう：BAHD防止キャンペーン」は、日本スポーツ協会 アクティブ チャイルド プログラム普及・啓発プロジェクトが推進する活動です。子ども対象のスポーツ指導者や関係者、あるいは子ども同士によるBAHD行為—Bullying（いじめ）、Abuse（虐待）、Harassment（いやがらせ）、Discrimination（差別）—を、スポーツ界からなくすことを目指しています。

STOP

BAHD

子どもを守ろう

努力を怠っている、辛抱できていない

- 手を抜く
- 投げ出す
- できないことに腹をたてる など

精神的な弱さを見せている

- 消極的なプレイをする
- 慎重すぎる
- 思い切り欠ける など

責任転嫁をしている

- 自分のミスを他人のせいにする
- 言い訳をする
- 他人の邪魔をする など

集中力が欠如している

- 何度も同じミスを繰り返す
- 練習に身が入っていない
- 関係のない雑談をする など

スポーツ指導中に子どもがこうにしていると感じたら

指示したことをやっていない

- 言われた通りにできない
- 言われたことをやろうとしない
- 言われたことと違うことをやる など

反抗的な言動や態度を見せている

- 返事をしない
- 練習内容に不満を言う
- 無視する など

他者を侮辱する

- 他人のミスを馬鹿にする
- 差別的な発言をする
- みんなで特定の子をからかう など

ルールを破る

- 練習に遅刻する
- チームの取り決めなど約束したことを守らない
- 危険なプレイをする など

緊張感がない

- だらだらとした雰囲気や漂う
- 私語が多い
- やる気が見えない など

ストップ → リラックス → シンク を行ってみる

Stop

まずは、**ストップ** 考えを一旦とめる

- 「ストップ」と自分に言う
- 「怒らない」と自分に言い聞かせる
- 天井を見る、窓の外を見る
- 一回、深呼吸をする
- 背筋を伸ばす

Relax

そして、**リラックス** 短時間のできるリラクゼーション

- 自分自身に「落ち着いて」と言う
- 3回、深呼吸をする
- 肩や腕のストレッチをする
- 目を閉じて呼吸を整える
- 胸に手をあててさする

BAHD行為を選ける工夫

- ✓関係性の再考 「たて(上下)」の関係を「よ(平等)」の関係に
- ✓諭し方の工夫 押しでもだめなら引いてみな
- ✓考え方の再考 あなたの常識、非常識?
- ✓プライドより利益 名を捨てて実をささる

Think

最後に、**シンク** 現実的な対処方法を考えて実践する

個別対応・タイミングを見計らう

子どもが落ち着く時間を確保し、冷静になって対話する。個別に話をする

わかりやすく説明する

なぜいけないのかを相手にわかりやすく説明する。事実に基づいて説明する

話し合わせる

決めつけないで子ども同士で話し合わせる。個人攻撃にならないようにする。チームプレイについて考えさせる

丁寧な言葉使いで話す

丁寧な言葉使いを心がける。客観的に物事をみてわかるように話す

考えさせる

伝えたいことを伝えた後は相手に考えさせる。先に言わないであて言う

その後起こる悪い結果を考えさせる

問題の行動の先を考えさせる。逆に今の問題を変えたら、どのようによいことが起こるかを説明する

傾聴する

まずは相手の言い分を聞いてみる。口を挟まずに聞く、その上でわかりやすく話す

共感する

相手の立場に立って考える。まずはなぜそうなったのかについて理解しようとする

怒りの弊害を考える

子どもを萎縮させないように、これ以上は言わないようにする。ただのイエスマン・イエスガールにさせない

それぞれが当てはまるものの特
にabuseやharassmentの要素が
強いものです。

『BAHD防止
キャンペーン』に
先立って実施した
調査：内容と結果

私たちが行った調査※では、
JSP O主催の研修会時におい
て、まず担当者から参加者に対し
て調査の目的を説明し、協力して
いただける方がウェブ型アンケー
ト作成管理ソフトウェアを通じて
調査に参加するという、自由参加
の形を取りました。

調査では、まず参加者の属性や
指導経験などをお聞きしたうえ
で、先のパワハラ6類型のそれぞ
れについて、過去に指導者や先輩か
らどの程度被害を受けたのか被
害「やられた」、また自身の指導
の際にどの程度行ってきたのか
（加害「やった」）、について、「まった
くない」、「少しだけ」、「ときど
き」、「たいてい」、「いつも」の5件
法で回答を求めました。

また、スポーツ指導を行っている
際に「感情的になって怒りがおさ
まらず、大声でなごってしまったこ
とがあったか」の質問に対して、
「あった」と回答した人には、自由
記述も含めてどういう状況場面

でそのようになったのか、さらには
「いま振り返って考えてみて、その
よかつたのか」について具体的に思
いつく対処法をお聞きしました。
「方、なかつた」と答えた方には、
「どのような方法で自制したり、感
情をコントロールしたのかを自由
記述で回答してもらいました。

調査対象者は、研修会に参加
した指導者103人（男性77人、
女性26人）で、年齢は20歳代が22
人（21.4%）、30歳代が14人（13.
6%）、40歳代が27人（26.2%）、
50歳代が21人（20.4%）、60歳以
上が19人（18.4%）でした。回答
者が指導している主な対象は、幼
児小学生が36人（35.0%）、中高
校生が30人（29.1%）、大学生成
人が31人（30.1%）、高齢者が6
人（5.8%）となりました。

以上の結果をまとめると、過去
の被害の割合と比べて、現在の加
害の割合がそれほど高くないた
めに、近年ではパワハラ指導の防止
意識が高まってきていることがう
かがえます。被害は、比較的年配
の指導者から多く報告されてお
り、「身体的な攻撃」の加害につい
てはこの年齢層でほかの年齢層
よりも若干多く行っていることが

■表2:「BAHD防止キャンペーン」に先立って実施した調査（内容と結果）

内容	結果
①性差	パワハラ6類型それぞれには、被害、加害とも指導者に性差が見られていない。
②被害の割合	過去の被害について、「ときどき」、「たいてい」、「いつも」と回答した指導者の割合を見たところ、「身体的な攻撃」26.2%、「精神的な攻撃」35.0%、「人間関係からの切り離し」10.7%、「過大な要求」16.5%、「過小な要求」13.6%、「個の侵害」11.7%であった。
③加害の割合	過去から現在の加害について、「ときどき」、「たいてい」、「いつも」と回答した指導者の割合を見たところ、「身体的な攻撃」4.9%、「精神的な攻撃」7.8%、「人間関係からの切り離し」2.9%、「過大な要求」4.8%、「過小な要求」3.9%、「個の侵害」5.8%というように、いずれも被害と比べて低い割合であった。
④年齢層の違い	20歳代、30・40歳代、50歳以上の3年齢層で比較した場合、50歳以上の年齢層がほかの年齢層と比較して、過去に「過大な要求（不可能な内容の要求など）」の被害を受けたと答えた割合が多かった。また、現在の「身体的な攻撃」の加害についても同様に、50歳以上の指導者の回答がほかの年齢層と比べて有意に高かった。
⑤指導対象の違い	指導する対象別に見た場合、中高生を指導している指導者において、過去に「身体的な攻撃」、「精神的な攻撃」、「過小な要求」、および「個の侵害」の被害を受けたという回答について、ほかの対象を指導している指導者よりも高く見積もっていた。また、「人間関係からの切り離し」の加害でも同様の傾向が見られた。
⑥被害と加害の相関関係	6類型それぞれの被害と加害についてSpearmanの順位相関係数を算出したところ、6類型すべてで有意な相関係数が認められた。なかでも、「身体的な攻撃」では、0.55と高い係数を示し、過去に被害を受けた人が加害を行う傾向が強いことがわかった。
⑦大声でどなった経験	「感情的になって怒りがおさまらず、大声でなごってしまったことがあったか」を尋ねたところ、「あった」と「なかつた」の回答が同程度あり、「あった」と回答した指導者では、「個の侵害」を除くすべての加害で、「なかつた」と回答した指導者と比べて有意に高い値を示した。

わかりました。この結果は、6類
型それぞれの被害加害の相関関
係からもわかるように、過去に被
害を受けた50・60歳代の指導者
は、加害することに対して、ある
程度、必要悪であると認めている
のかもしれない。

また、被害を受けた人が加害
しやすいためという「身体的な攻撃」
の相関係数の結果では、中高校生
の指導者が加害しやすいためとい
う傾向がありました。「感情的に
なごって怒りがおさまらず、大声で
なごってしまったことがあったか」

※調査全体については、事前に早稲田大学「人を対象とする研究に関する倫理審査委員会」の承認（承認番号:2021-358）を取得
Sport Japan 2022/03-04 20

PART 6

「いじめ、虐待、嫌がらせ、差別」がなくなる日へ
スポーツ現場からBAHD根絶に向けた「提言」

倫理観や罰則に基づく啓発に頼るのではなく、医学・科学的な観点に基づき不適切な指導を根絶する今回の取り組み。「いじめ、虐待、嫌がらせ、差別」がなくなる日へ……スポーツ現場から発信する、BAHD根絶に向けた「提言」。

なくならない

BAHD行為の現実

スポーツ現場における暴力などの問題については、これまでにもさまざまな形で幾度となく取り上げられてきました。しかしながらそうしたやすく改善策が見いだせるわけではなく、むしろ隠れている部分がよくやく顕在化され始めた状態にあるともいえるのではないのでしょうか。

子どものスポーツ場面における暴力については、昨年(2020年)にヒューマンライツ・ウォッチによる調査報告書「教えきれないほど叩かれて」(S J 52号参照)が

公表され話題になりました。日々成長していく子どもたちはその変化の時間を待ってくれません。子どもに関する問題は、すべて今すぐにでも解消されなければならぬ喫緊の課題であることは間違いありません。

本ワーキンググループでは、「BAHD」と称して、暴力、暴言、いじめ、嫌がらせ、差別などの行為を包括した形で示しています。該当する具体的な行為はさまざまに及び、これらのなかには日常的に無意識になされているものもあるのではないのでしょうか(PART②)。

まずは現実には起きている事態

「BAHD」根絶に向け……

- 一、BAHD行為は、日常的に無意識になされていたものもある
- 一、BAHD行為は、脳をはじめ発達の流れにも影響を及ぼす可能性がある
- 一、いち早く指導者が対応できる方法、指導法を身につける
- 一、指導者、保護者分断することなく、風通しのいい協力関係を築く

子どもを取り巻く環境は重要です。発達段階によつて刺激の与え方、すなわち具体的な指導の方法も変化していくべきだといえるでしょう。

成長期の子どもに対するBAHD行為の大罪

成長期の子どもは可塑性が高く、受けた刺激に対して柔軟に適応し、それに見合った変化をしていきます。だからこそ主体である子どもを取り巻く

環境は重要です。発達段階によつて刺激の与え方、すなわち具体的な指導の方法も変化していくべきだといえるでしょう。

不適切な養育環境が子どもの脳の発達に大きな影響を与えるメカニズムが近年の脳科学研究から明らかになり、スポーツ場面での不適切な指導も、程度は違えど似たような影響を受ける可能性があることが十分考えられます。本来適切な刺激を受けて育つところが、過剰なストレス刺激を受けると、それによってそれが阻害されてしまい、ある種の発達の遅れの状態を示したり、長期的にその影響を受けてしまうこともあることが示唆されています(PART③④)。

指導者としてどうしたらいいのか？

あらためて、スポーツの現場において、不適切な指導(BAHD)のいかなる行為も許されないことだということが明確にされました。先述の通り、現状の改善は早急に求められることではあります。本プロジェクトのなかでは、アン

ガーマネジメントやメンタルマネジメントの手法を活用した感情調整方法を提案しています。指導者がこういった手法を身につけることで衝動的な行動を抑制し、具体的な行為の面からBAHD防止に繋げるねらいがあります。

またこういった行動の実践方法と並行して、子どものスポーツの本質を理解し、指導者としての学びを深めていくことも必要でしょう。この理解が深まらないかぎり、子どものスポーツ指導におけるBAHD行為を根本的に絶つことは難しいと思われず。

最近では、運動部活動の地域移行など子どもを取り巻くスポーツ指導者の活動場面が拡大されつつあり、自信を持って適切な指導を実践できる質の高い指導者が求められています。まずは指導者それぞれが自身の指導や行動を振り返りその是非を認識することが必要ではないでしょうか。また、研修などの学びの場を通して、ほかの指導者らと知識や情報を共有していくことも大切です。

自分以外の指導に触れることも大いに学びになると思います。積極的に交流するなかで自身の抱える問題解決のヒントを自分自身にもあるかと思えます。風通しよく多くの視線が注がれることが健全な環境をつつていくことにつながるのではないのでしょうか。

学びの場は、実際の指導現場にもあるでしょう。不適切な指導にふながらやすい縦の主従関係をプレーヤーズセンタードの視点で見直してみることはできないでしょう。

うか。BAHD防止の意識をきょうかけとして、指導能力のバージョンアップを図っていただければいいと思います。常にアップデートすることも忘れずに。

子どもを取り巻く大人たちのあり方

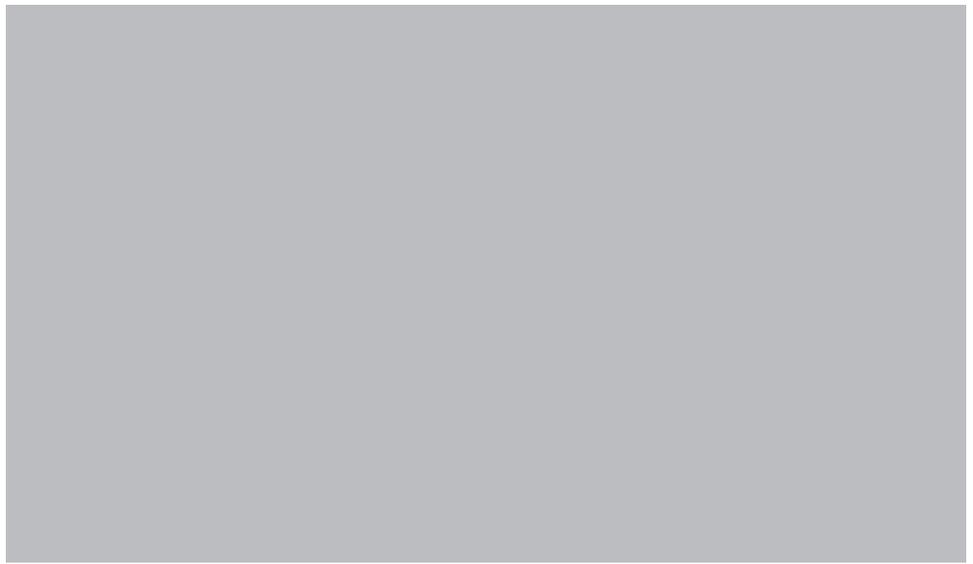
子どものスポーツ場面においては、指導者のみならず親、保護者の存在も決して小さくありません。スポーツ・ペアレンティングということがありますが、これは子どものスポーツ場面にまつわる子育てスタイル、およびスポーツ場面での親の子どもへの関わり方のことです。ここにもいい関わり方もあるれば、不適切な関わり方もあります。

子どもに対して聞く耳を持ち、かつ親としての要求も明確に提示するスタイルや、子どもに選択の余地を与え自己決定を促し、その内容を一緒に検討していくといったスタイルが望ましいとされる一方、子どもへの応答性が低く、要求が高すぎるスタイルや、親の価値観を押しつけ、子どもを監視する

ような支配的なスタイルは不適切だといわれます。後者は、親が過度に子どものスポーツに関わるもので、子どもにとっては大きなストレス源になるといわれます。

子どものスポーツ参加にあたって、多くの親は「スポーツを楽しむこと」「健康になる。体力をつけること」「友達をつくること」「社会性を身につけること」などのことを望む声が圧倒的に多くあります。しかし、実際は熱心なあまりに徐々に子どものプレーに口を出したり、ミスを叱責したりするようになり、ミスや不適切な関わりをなくしていかねばならないでしょう。保護者に対しても自分の子どもにのみ集中せず、広く同年代の子どもたちのスポーツへの認識と理解を深めるような機会が提供できるといえるように思います。指導者と保護者も分断されたり、上下の関係性を持つことなく、風通しよく協力的な関係を持つことも大切でしょう。

BAHD(暴力、暴言をはじめとする不適切な指導)に対して、あらためて根絶の必要性を認識し、指導者が後ろ向きになることなく行動しつつ、指導能力向上のための積極的な学びの場を確保し続けていくことが求められると思います。



解説/佐々木玲子

慶應義塾大学体育研究所教授
発達発達学、身体教育学、子ども学を専門分野とし、動作調整力の発達、基礎的動きの評価、幼少期の身体活動プログラムなどをキーワードに掲げる。日本体育・スポーツ健康学会、日本バイオメカニクス学会理事、日本スポーツ協会スポーツ医・科学委員会委員。