

間合いとスポーツ・対人関係論

A distance of human relationships theory and sports

1J02C197-8 氏名 西村 達樹

指導教員 主査 太田 章 先生 副査 内田 直 先生

<序論>

私は学生生活を通じて、主に心理学に興味を持ちつつ勉学に励み、フェンシング部に所属して日々心身を鍛え、そして学外活動では接客業を中心に仕事に取り組んできた。全ての場面において共通して言えることは「人と人が関わること」であり、相互にもつ、「経験」により築きあげられてきたパーソナリティを相手に示し合うことにより、互いに自分というただ一人しか存在しないパーソナリティをもつ人間が形成されていく。私たちは様々な環境の中で刺激を受けては、「学習」することを繰り返すのである。私は全ての場面で共通してみられる、ある一つの空間的な要素の重要性に気づいた。それが「間合い」である。実際に間合いは日常生活、対人関係、スポーツシーンなど、あらゆる面でみられるものであるが、私たちは無意識のうちにそれを察知しては行動しているのであり、普段から間合いを意識している人間などまづいないだろう。その空間的な要素である「間合い」をあらゆる場面から意識的に分析することに重点をおき、私なりの視点で論じることとする。

<第1章>人が日常生活で経験する「間合い」

ここでは、日常生活の場面において、人が何気なく無意識のうちに感じとり、解決している場面の例をいくつかあげて、時間的な間合い、すなわちタイミングや距離をキーワードにその対処方法を述べている。

<第2章>対人関係における「間合い」

全ての人の周りにとり巻く、目に見えない空間である「パーソナル・スペース」という概念をもとに、私自身のこれまでの経験によって、人と人との間合いについて感じたことや、私自身の「物の見方」で思うことを述べている。さらに、対人関係と間合いの観点から、関連があるであろうと思われる一般的理論をあげて、そこから現代社会の問題とされているいくつかの要因について考察している。

<第3章>スポーツ競技における「間合い」

私が専門とする競技であるフェンシングは、1対1で行なう対人競技である。なので、ここでは対人競技をいくつか例にあげて、それぞれの競技の特徴などを、主に距離的間合い・時間的間合い・心理的間合いの3つについて述べている。また、団体競技では対人競技と相対する間合い理

論は存在するか、ということについても述べている。

<第4章>対人関係とスポーツ

第2章・第3章の内容は、一見すると関わりのないことのように思えるが、そこには以外な共通点が存在するのではないかということ、やはりここでも私なりの「物の見方」で述べている。多くの時間を対人競技に費やしてきた私なりの視点で、対人関係とスポーツの間合いを比較している。また、対人関係がきっかけとなって発症するメンタルヘルス不全を防ぐためには体を動かす、すなわち運動することが重要であるということについても述べている。情報化社会へと進化し、便利な世の中になっていく中で、私たちは体を動かす機会が少なくなりがちな状態に陥りつつある。健康的な日々を過ごすためには、1日のなかに運動を取り入れることが重要だということについても、この章で触れてみることにする。

<最後に～将来の自分へ～>

「人が生きていくということ」の意義を今の私なりの視点から「間合い」を中心に述べてきたが、私がこの機会を通じて述べたかったのは、もはや間合いが重要である、という概念ではない。間合いについては結局のところ、対人関係やスポーツなどに対しての1つのスキルにすぎない。私が最も述べたかったこと、それは「人は一人で生きていくのではない」ということである。もちろん自分自身で解決しなければならない場面もあるだろうし、これから先も様々な環境の中に立っては壁にぶちあたり、悩みを抱えることも大いにあるだろう。そんなときには、自分はどのような仮定を経て、今そこに存在するのかを思いだしてほしい。決して一人の努力ではつくりあげてくることのできなかった道だということ、そしてそれは今を生きる全ての人に共通していえることであるということ。人は相互に支えあえるからこそ次の一步を踏み出すことができる。共に成長することができる。だからこそ、人は歩み続けなければならないのである。