

「楽しい体育」におけるフロー理論適用の意義と課題

迫俊道（広島市立大学）

チクセントミハイのフロー研究

心理学者の M・チクセントミハイ (Csikszentmihalyi, M.) は、人間の心理状態における「フロー」という新たな観点を提示した。チクセントミハイの著書 (1988, 2000) を参照すると、チクセントミハイの *Beyond Boredom and Anxiety* (1975) が上梓された後に、フロー理論は教育現場、産業、スポーツなど様々な分野に影響を与えてきたことがわかる。

チクセントミハイは全く言及していないが、*Beyond Boredom and Anxiety* の邦訳『楽しみの社会学』は、日本の学校体育の授業にも大きな影響を与えてきた。日本では、1977年に学習指導要領が改訂された。その中では、「楽しさ」が新たに学校体育の授業目標として掲げられ、非常に重要なテーマとして強く意識された。しかし、指導要領改訂時には楽しさの構造を的確に平易に説明できる有効なモデルがなかった。日本においては、1979年にチクセントミハイの著書の日本語訳が登場するとすぐに、フロー理論の骨格であるフローモデルは日本の学校体育の授業において、楽しさの構造を具体的に説明する極めて有効なモデルとして積極的に用いられていった。

本報告の目的は、「楽しい体育」において、フロー理論がどのように受容されたのか、そしてフロー理論がどのような影響をもたらしたのかを、「楽しい体育」におけるフロー理論適用の意義と課題という観点から整理し、その上で J・J・ギブソン (Gibson, J, J) のアフォーダンス理論、A・ボルグマン (Borgmann, A.) の実在に関する分析、両者に関する中島の考察 (2004) を援用し、フロー体験が深化する過程を考察することにある。

フロー理論適用の意義—楽しさの広がり

学習指導要領改訂の後に、スポーツ社会学者の今村浩明によって、*Beyond Boredom and Anxiety* の日本語版の翻訳『楽しみの社会学』が 1979 年に刊行された。1977 年の学習指導要領の改訂から 1978 年までの間には、「楽しい体育」という言葉を用いた論説、雑誌記事は見られない。「楽しい体育」と銘打った論説は、1979 年以降に登場する。1977 年の学習指導要領改訂の時期には、「楽しさ」とは抽象的な目標であったが、フロー理論の登場によって具体的な目標となり、楽しさについての興味・関心が一気に高まった。

そして、学校体育の授業にフロー理論が適用されることによって、たくさんの児童・生徒が楽しさを体験することができる、体育授業が模索されていった。フロー理論は、技能水準に適合した挑戦課題に取り組むことによって、どの技能レベルにおいても活動を楽しむことができることを示している。そのため、学校体育の授業では、個人差に配慮した個別化学習授業が重視され、学習環境が準備されていった。

フロー理論適用の課題—楽しさの深化

フロー理論は、学校体育の授業において多くの児童・生徒が楽しさを体験できるという

可能性を提示した。だが、学校体育の授業においては十分な時間が無いため、フロー体験を深めることは困難であり、「フロー体験の深化」は課題として残ったと思われる。それは、フロー理論自体において、「フロー体験の深化」に関する説明が概括的であったからではないかと思われる。このことは、フロー理論を歪曲させる危険性にも繋がりがかねない。

学校体育の授業において、フロー理論を導入することを試みた識者のフローモデルに関する説明文には、「不安や退屈を感じている時に、自主的、自発的な取り組みは少なくなる」という記述がある。だが、フローモデルにおいて、最も自主的、自発的な取り組みが必要となるのは、フロー状態ではなく、フローチャンネルを逸れた時であるだろう。

「フロー体験の深化」に関する理論構築に向けて

チクセントミハイは、「最良の瞬間は普通、困難ではあるが価値のある何かを達成しようとする自発的努力の過程で、身体と精神を限界にまで働かせ切っている時に生じる」(チクセントミハイ, 1996, p. 4) と述べ、「苦役や不安」の必要性について自覚している。

だが、フロー理論の骨格であるフローモデルの説明には、苦役や不安が必要であるという記述は見られない。そのため、フロー理論が援用される場合、「フロー体験の深化」のために必要である苦役や不安に関する記述は看過される恐れがある。

ギブソンのアフォーダンス理論、ボルグマンの實在に関する分析を援用して、「フロー体験の深化」を考えていく際には、ギブソンとボルグマンの両者の理論的接近を図った中島の考察が非常に有効な視座を与えてくれる。チクセントミハイ、ギブソン、ボルグマンの理論的検討を踏まえ、「フロー体験の深化」に関する理論構築を試みたい。

引用・参考文献

- ボルグマン, A. (2001. 7). 物質文化の道徳的意味. (根田隆平訳). 思想, 岩波書店:231-245.
- Csikszentmihalyi, M. (1988). "Introduction." In Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. S. (Eds.). *Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness* (p. 3-14), New York: Cambridge University Press.
- チクセントミハイ, M. (1991). 楽しむということ, (今村浩明訳). 思索社.
- チクセントミハイ, M. (1996). フロー体験 喜びの現象学, (今村浩明訳). 世界思想社.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). "Preface to the 25th Anniversary Edition." In *Beyond Boredom and Anxiety 25th Anniversary Edition*, San Francisco: Jossey-Bass.
- ギブソン, J. J. (1985). 生態学的視覚論—ヒトの知覚世界を探る—, (古崎敬ら訳). サイエンス社.
- 嘉戸脩. (1982). 「楽しい体育」への方法. 日本体育協会. 体育の科学, 32(6): 445-448.
- 中島悠平. (2004). 「命じてくる實在」 / 「思い通りになる實在」 図式はどのように描き直せるか. 千葉大学文学部日本文学学科都市文化論レポート.
- 迫俊道. (2002). 日本の伝統的身体技法におけるフロー体験—特に芸道に注目して. 日本スポーツ社会学会. スポーツ社会学研究, 10: 36-48.