Journal of High Performance Sport 8(2021)113-124

総説

アスリート・ウェルビーイングの概念：専門家による意見合意形成

The development of the concept of athlete well-being: a consensus statement

衣笠泰介[1)], 榎本恭介[2)], 荒井弘和[3)], 野口順子[1)]

Taisuke Kinugasa[1)], Kyosuke Enomoto[2)], Hirokazu Arai[3)], Yoriko Noguchi[1)]

Abstract : In general, well-being refers to living a more fulfilling life and the theoretical concept has been established in the field such as psychology, economics, and sociology. Several issues related to mental health such as depression and eating disorders are surfacing in elite athletes. However, the definition of athlete well-being was not clear and the concepts related to athlete well-being needed to be theoretically validated. Thus, the aim of the study was to conduct a narrative review of athlete well-being to achieve consensus among international and national experts on the relevant concepts of mental health, wellness, dual career, and athlete lifestyle. It was found that the concepts related to well-being and mental health in sport have not been clearly defined in the literature. The experts agreed on the definition of athlete well-being, the scope of dealing with mental health, and the holistic support required for elite athletes. Further studies are needed to fully understand the current status of athlete well-being in Japanese elite athletes and also to develop the diagnostic tools and other measurement scales which can be used in practice.

Key words : athlete well-being, mental health, wellness, dual career, athlete lifestyle

キーワード：アスリート・ウェルビーイング，メンタルヘルス，ウェルネス，
デュアルキャリア，アスリートライフスタイル

[1)]国立スポーツ科学センター, [2)]法政大学大学院, [3)]法政大学

[1)] Japan Institute of Sports Sciences, [2)] Hosei University Graduate School, [3)] Hosei University

E-mail : taisuke.kinugasa@jpnsport.go.jp

受付日：2021 年 3 月 3 日

受理日：2021 年 8 月 18 日

Ⅰ．背景

一般的にウェルビーイングはより豊かに生きることに関連し、生活の質（QOL）や幸福度等の多様な測定尺度を用いて研究され、心理学や経済学、社会学を含む学際的な概念として確立されている[5]。政策の観点から、ウェルビーイングは政策立案者の第一の焦点となるべきであり、その厳密な測定は政策上の第一の必須事項であると位置づけられている[6]。こうした中、スポーツ界においても、アスリートを対象にしたウェルビーイング（「アスリート・ウェルビーイング」）は海外のスポーツ統括機関等でも近年、重要な概念として浸透してきている。特に、イギリス、オーストラリア、カナダ、ニュージーランド等の諸外国では、トップアスリートが日常的に練習を行うナショナルトレーニングセンターやスポーツ医科学支援・研究拠点等に、ウェルビーイングの精神的側面であるメンタルヘルスの予防・対策の機能を新たに設置する取組が見受けられるようになってきた[31]。

メンタルヘルスについては、オーストラリアやイギリスの代表アスリートでうつ、摂食障害、キャリアへの不満等が報告されている[7, 10]。例えば、オーストラリアの代表アスリートの224名を対象とした研究においては、「うつ（27.2%）」、「摂食障害（22.8%）」、「一般的な心理的苦痛（16.5%）」等のメンタルヘルスの課題が多く報告された。特に、「社会的不安（14.7%）」も高かった背景には、代表アスリートが競技大会での記者会見等何らかの形で一般に公にさらされることが多いことが挙げられ、代表アスリートに対する専門家による支援を促すことが提言された。また、我が国の強化アスリートも国費の投入や自国開催等による高度なプレッシャーからアスリートの抱えるメンタルヘルスの課題が表面化してきている[31]。さらに、国際オリンピック委員会（IOC）を始め多くの国際関連組織（学会や協会等）は、ここ数年でメンタルヘルスに関する合意声明や意見表明報告書等を相次いで出している[31]。これらのことから、メンタルヘルスに関連する課題が競技現場レベルで表面化してきている。

アスリートにおけるメンタルヘルスの概念は、KuettelとLarsen（2020）が「アスリートがその潜在力を発揮し、スポーツと人生の目的・意味に鑑みて、個人的な人間関係を信頼しながら一般的な生活だけでなくエリートスポーツのストレスに対処し、その価値観に従って自律的に行動できるウェルビーイングの動的状態」と定義している[17]。また、メンタルヘルスよりも広義な概念として健康の定義は、「病気でないとか、弱っていないということではなく、身体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」[52]であり、健康とウェルビーイングの定義の違いは明確ではないことが分かっている[19]。しかし、メンタルヘルスの症状と身体的な症状は人為的に分けられているが関連し合っているため[11]、メンタルヘルスの概念だけでは、ウェルビーイングの身体的・社会的側面やそれらの相互作用を捉えきれないと思われる。さらに、アスリート・ウェルビーイングに関連した概念として、ウェルネス、デュアルキャリア、アスリートライフスタイル等についてもそれらの概念や支援体制が世界各国で異なることが分かっている[30]。

以上のことから、アスリート・ウェルビーイングに関連した概念については理論上の整理が必要である。特に、メンタルヘルスの扱う範囲に関して学術上明確でないのが現状である。そこで、本研究の目的は、アスリート・ウェルビーイングに関連する概念の文献レビューを行い、アスリート・ウェルビーイングの定義やメンタルヘルスの扱う範囲、アスリート・ウェルビーイングの支援体制の在り方について専門家による意見合意形成を得ることとした。

Ⅱ．方法

1．アスリート・ウェルビーイングに関連する概念の文献レビュー

PRISMA声明[24]に基づくナラティブレビューを実施した。国際的文献検索データベースSPORTDiscus、PubMed、PsycINFO、PsycARTICLESと国内文献検索CiNii、Google Scholarを用

いて、アスリート・ウェルビーイングに関連する概念である“athlete AND well-being/ アスリートとウェルビーイング”“athlete AND wellness/ アスリートとウェルネス”“athlete AND dual career/ アスリートとデュアルキャリア”“athlete AND athlete lifestyle/ アスリートとアスリートライフスタイル”の国内外のキーワードが最初にヒットした年から 2019 年までを検索してリスト化した。

ナラティブレビューにおける適格性の評価までの作業を行った結果、最終的に 412 件の文献を採用した（図 1）。まずスクリーニングの段階では、タイトルと抄録だけで評価を行い、評価が難しい文献は保留し、後にその文献の全文から適格性の評価を行った。適格性の評価基準は、1) 本文が英語もしくは日本語である、2) 対象がトップアスリートもしくは大学生のアスリートである、3) 事例研究でない、であった。なお、スクリーニングと適格性の評価は、筆頭著者含めた 3 名（スポーツ心理学研究者 2 名、スポーツ社会科学研究者 1 名）が概念ごとに独立して行い、保留した評価が難しい文献は 3 名で討議して評価を行った。最終的に評価した論文は著者全員で確認し、著者間で意見の相違はなかった。

“athlete AND mental health/ アスリートとメンタルヘルス”に関しては、ここ数年で合意声明や意見表明報告書等が国際オリンピック員会（IOC）を始め多くの国際関連組織（学会や協会等）から相次いで出された[8, 12, 23, 27, 35, 41, 48]。これらの文献が先行研究及び実務文書等の概念定義を概ね網羅していることが確認された。本研究ではここ 7 年で国際関連組織から出された合意声明やポジションステートメントを文献リストに含めて検討した（図 1）。

関連する各概念の文献数の変遷を把握するために、重複文献を除外した後の文献数を 1990 年より以前、1990 年から 1999 年、2000 年から 2009 年、

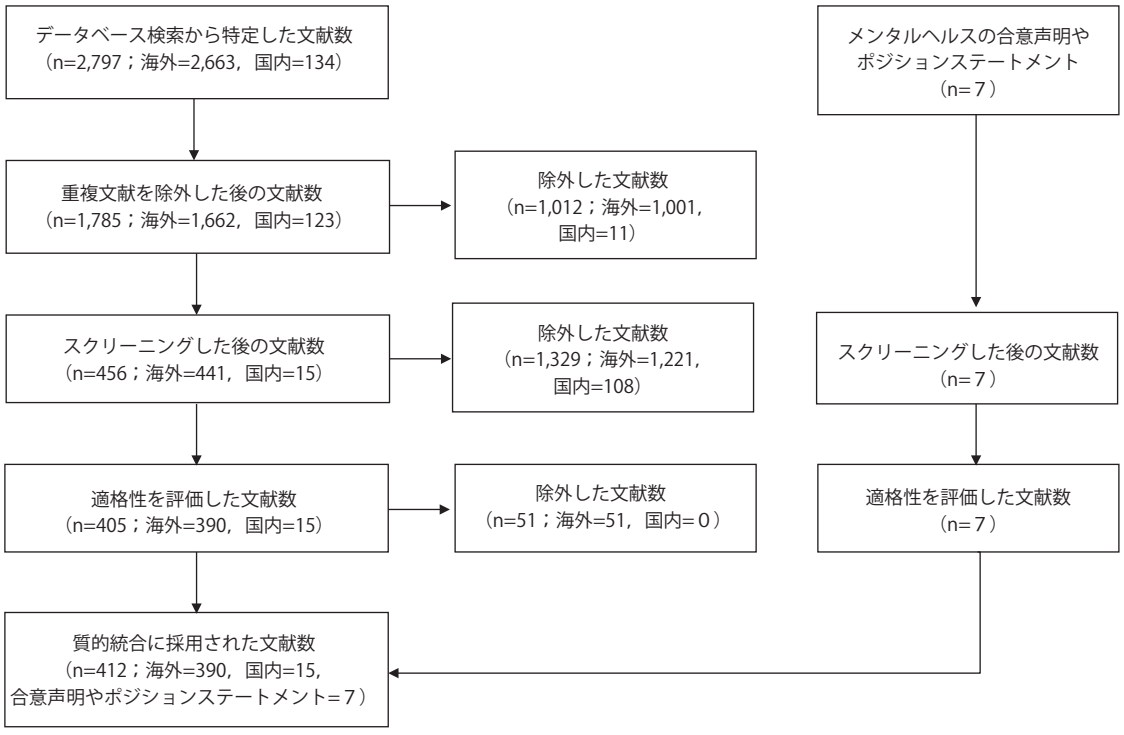


図 1．PRISMA フロー図[24] に基づく国内外文献のナラティブレビューの手順

2010 年から 2019 年と 10 年単位で区分して算出した（表 1、表 2）。

2．専門家による意見合意形成

国内外のアスリート・ウェルビーイング関連領域の専門家 9 名を招集して意見合意形成の会議体を設置した。参加した専門家 9 名の内訳は、大学やスポーツ機関に所属するスポーツ心理学及びスポーツ社会科学の研究者 5 名（海外の研究者 1 名を含む）、スポーツ心理学者及び臨床心理士の実務者 4 名（海外の実務者 1 名を含む）で構成され、研究及び実務での経験が 5 年以上ある者であった。専門家の中で内訳のカテゴリーが両方に当てはまる者もあったが、本研究開始時の主な所属を基に分けた。

本研究では、専門家による意見集約の手法であるデルファイ法 [14] を用いた。1 回目のデルファイ調査に先立ち、専門家 9 名全員での会議が開かれた。定義や概念に関する最初の記述は、筆頭著者が中心となって作成し、会議での意見をもとに修正を加えた。この記述は、上記の文献レビューの結果や実践現場からの情報に基づいた。筆頭著者は、専門家 9 名に合意意見のリスト（各項目の参考文献の裏付けを含む）をメールで提示し、それに対する回答を依頼した。具体的には、1）アスリート・ウェルビーイングの概念の定義、2）メンタルヘルスの扱う範囲、3）アスリート・ウェルビーイングの支援の在り方、以上の 3 点につい

表 1. アスリート・ウェルビーイング関連の海外文献数

	Well-being	Wellness	Dual-career	Athlete-lifestyle
総文献数	1,652	867	125	19
重複文献除外後の文献数	1,015	571	68	8
1. 1990 年より以前	36	0	0	0
2. 1990 年から 1999 年	58	20	0	0
3. 2000 年から 2009 年	161	93	0	1
4. 2010 年から 2019 年	760	458	68	7
最初にヒットした年	1933 年	1990 年	2011 年	2005 年

表 2. アスリート・ウェルビーイング関連の国内文献数

	ウェルビーイング	ウェルネス	デュアルキャリア	アスリートライフスタイル
総文献数	14	61	50	9
重複文献除外後の文献数	14	61	50	7
1. 1990 年より以前	0	0	0	0
2. 1990 年から 1999 年	0	1	0	0
3. 2000 年から 2009 年	0	17	0	0
4. 2010 年から 2019 年	14	43	41	7
最初にヒットした年	2011 年	1998 年	2012 年	2015 年

て合意形成を行なった。これら 3 点に対する暫定的な合意意見を設定し、「満足度」と「分かりやすさ」について 5 件法（1「全くそうでない」から 5「全くそうである」の 5 段階尺度）で専門家（n=9）に評価を依頼した。各項目の合意性について最低 67% の合意水準を設定した [25]。

2 回目のデルファイ調査では、専門家は 1）前回の調査結果の要約、2）他の参加者からの回答、3）これらの回答に基づいた修正案のリストを受け取った。その後、各専門家が他の参加者からの回答や前回の結果を考慮し、1 回目の調査と同様の方法で評価を行った。専門家の独立性を保つため、筆頭著者が各専門家の意見を一括に集約した。

Ⅲ．結果

1．アスリート・ウェルビーイング関連の概念

ナラティブレビューの結果、海外データベース検索から特定された海外の総文献数は 2,663 件であり、うち適格と評価された文献数は 390 件であった（図 1）。国内データベース検索から特定された国内の総文献数は 134 件であり、うち適格と評価された文献数は 15 件であった（図 1）。

1）アスリート・ウェルビーイングの概念

“athlete AND well-being” の海外文献数は、1933 年に最初にヒットしてから、1990 年以降、増加傾向にあった（表 1、図 2）。特にこの 10 年間でアスリート・ウェルビーイングの海外文献数が 5 倍（2010 年 37 件；2019 年 185 件）に増えていた。

国内文献数についても、2010 年以前には「アスリートとウェルビーイング」に関する論文が 1 件も認められなかったが、海外の動向に沿うように、この 10 年で論文が刊行され始めていた（表 2、図 3）。しかし、国内文献数は多いとは言えず、国内ではいまだ新しい概念と位置づけられているように考えられた。

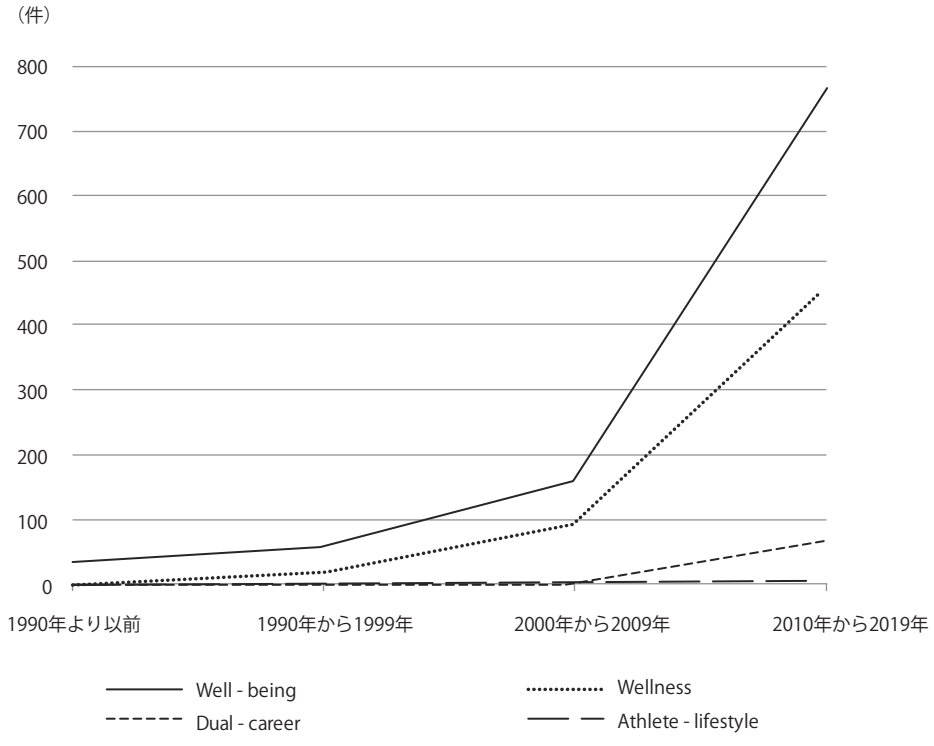


図２．アスリート・ウェルビーイング関連の海外文献数の推移

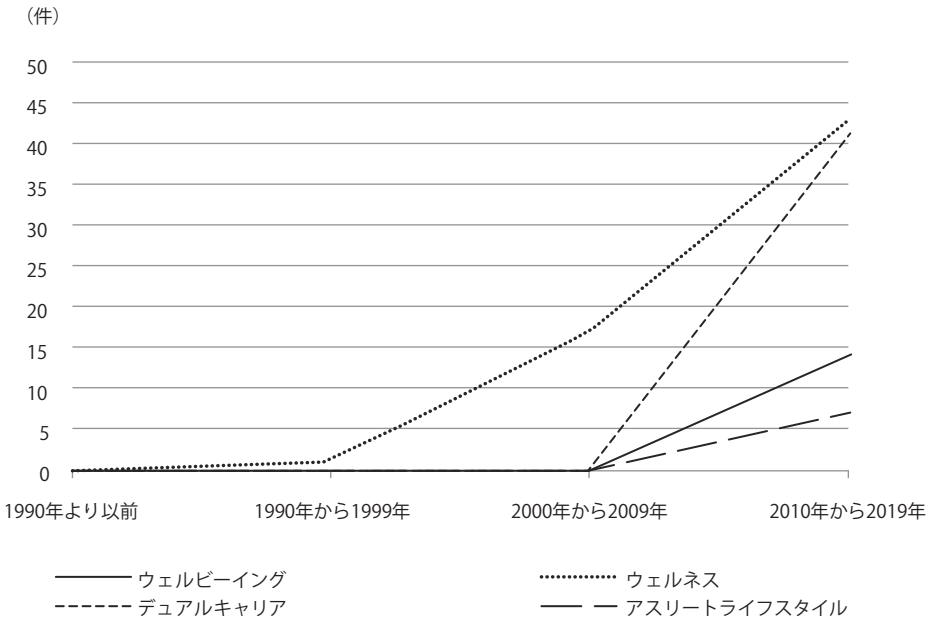


図３．アスリート・ウェルビーイング関連の国内文献数の推移

研究の対象に関しては、女性アスリート[4, 32, 45]やパラアスリート[2, 21]も含まれていた。扱う研究領域に関しては、身体的[36, 37]、心理的[2, 36, 40, 42]、情動的[43]、社会的[21, 49]、スピリチュアル[39]と広範囲に渡っていた。加えて、睡眠の質、疲労、ストレス、筋肉痛等の主観的コンディションの尺度[13, 15]やキャリア移行期[22, 46]、受傷後リハビリテーション[3, 33,40]等でも幅広くウェルビーイングが扱われていた。

アスリート・ウェルビーイングの定義に関しては、Lundqvist（2011）がスポーツ心理学の研究でアスリート・ウェルビーイングの明確な定義がなかったことを指摘している[19]。その要因の一つとして、従来の競技スポーツの研究領域では、アスリートが直面するネガティブな障壁のみに焦点が当てられ、アスリート・ウェルビーイングについて系統的に研究されてこなかったことが挙げられている[19]。

2）ウェルネス、デュアルキャリア、アスリートライフスタイルの概念

ウェルネスが文献で用いられる場合は、ウェルビーイングの身体的状態と密接に関連していた。例えば、リカバリー（疲労回復）のための睡眠等の生理学的指標とウェルネスが関連づけられていることが分かった[16]。また、ウェルネスは健康増進の文脈でも用いられていたが[44]、学術上の明確な定義はなかった。

また、デュアルキャリアについては、主にヨーロッパで広まり、この 10 年で出てきた比較的新しい概念であった。デュアルキャリアとは、「アスリートが人生のキャリアの一部として、学業や仕事だけでなく、社会での役割、満足のいく収入源の確保、アイデンティティの確立、パートナーとの関係等、人生のさまざまな段階で重要な他の領域と組み合わせて、スポーツでのキャリアを活躍の場を広げ、最終的なキャリアを形成していく要件を包含したもの」[53]と定義されている。国内においても、ヨーロッパでの概念を踏まえて、デュアルキャリアとは、「トップアスリートとしてのアスリートライフ（パフォーマンスとトレーニン

グ）に必要な環境を確保しながら、現役引退後のキャリアに必要な教育や職業訓練を受け、将来に備えること」[29]と定義されている。

さらに、アスリートライフスタイルについては、海外文献ではほとんど概念として確立されていなかった。日本スポーツ振興センター（2019）は、デュアルキャリアの概念を踏まえて、「アスリートがパフォーマンスを最大限に高めるための考え方や習慣」としてアスリートライフスタイルを提唱し、教育プログラムを提供している[28]。アスリートライフスタイルの概念には、目標設定だけでなく、日常生活における様々なストレスに対処するコーピングスキル等も含まれる。ただし、アスリートライフスタイルについては、同様の意味を持つ別の語が各国において個別に用いられていることも考えられる。

3）メンタルヘルスの扱う範囲と支援体制の在り方

心の健康に関連するメンタルヘルスの合意声明等の文献数は、ここ7年で7件[8, 12, 23, 27, 35, 41, 48]であった。中でもメンタルヘルスの概念は、文献の中で学術的にあいまいに用いられてきたことが分かった。前述したように、Kuettel と Larsen（2020）は文献レビューの中で、アスリートにおけるメンタルヘルスの概念を、「アスリートがその潜在力を発揮し、スポーツと人生の目的・意味に鑑みて、個人的な人間関係を信頼しながら一般的な生活だけでなくエリートスポーツのストレスに対処し、その価値観に従って自律的に行動できるウェルビーイングの動的状態」と定義している[17]。しかし、メンタルヘルスは、主にスポーツ医学の領域として捉えられているが[38]、IOC、ヨーロッパスポーツ心理学会（FEPSAC）、国際スポーツ心理学会（ISSP）等の合意声明の中でもメンタルヘルスを扱う範囲には、不一致があった。特に IOC の合意声明でも、メンタルヘルスが主に症状と障害の臨床的な観点から捉えられている一方で、アスリート・ウェルビーイングやパフォーマンスに不可欠な要素であり、身体的健康と切り離すことはできないとも捉えられていた[35]。

メンタルヘルスを扱う範囲の不一致の一要因として、メンタルヘルスの連続体が二つか[47]、一つか[39]の研究者間の議論がある。メンタルヘルスの連続体を二つとする場合、第一の連続体は精神疾患の有無に、第二の連続体は良好なメンタルヘルスの有無に関連していた[47]。連続体を一つとする場合、メンタルヘルスの状態は以下に分類されていた：(a) 活動的な精神疾患；(b) 亜症候群；(c) 正常（時折症状が出る）；(d) 良好な精神状態；そして最後に (e) ピークパフォーマンス（フロー状態またはゾーン状態）[41]。

こうした中、IOC はメンタルヘルスの課題に対処するために、根拠に基づいたアプローチ、アクセシビリティの向上 / 支援環境の創出、理解促進のための教育、分野横断型のケアを謳っている[35]。特に、オーストラリアでは、メンタルヘルスの症状や障害を発症リスクのある又は既往歴のあるトップアスリートの要望に早急に対応するために、メンタルヘルスやアスリート・ウェルビーイングを促進する包括的な枠組みを国レベルで提唱している[34]。具体的には、地域のメンタルヘルスの専門家（心理士等）で構成された、オーストラリアスポーツ研究所（AIS）アスリート・ウェルビーイング＆エンゲージメント部門主導で地域での照会ネットワークの構築・導入を 2018 年から試みている[38]。

2．専門家による意見合意形成

文献レビューの結果や実践現場での課題を踏まえて国内外の専門家（n=9）による意見合意形成を行った。1 回目のデルファイ調査の結果、専門家（n=8、回答率 88.9%）の 62.5% の合意を得たが、暫定的な合意意見に対する満足度と分かりやすさについて一部文言や表現の分かりにくさ等の指摘があった。具体的には、当初の合意意見のリストにあったアスリート・ウェルビーイングの定義の中の身体的・精神的・社会的幸福感の表現の分かりにくさや、アスリート・ウェルビーイングは現象か、状態か等の指摘があった。筆頭著者が上記の指摘事項を踏まえ、最終的には文献レビューの

結果やこれまでに確立されている健康の定義[52]を基に修正のリストを提示した。

その後の再調査の結果、専門家（n=7、回答率77.8%）の意見が反映された修正のリストが100%の合意を得たため、以下の合意意見を採用した。

アスリート･ウェルビーイングとは、「アスリートの身体的・精神的・社会的幸福感が相互に作用した状態（ウェルビーイング）である」と定義した。

アスリートにおけるメンタルヘルスは、「健全な精神的健康から病的な精神疾患までの一つの連続体として捉えられる」とした。

アスリート・ウェルビーイングの支援体制の在り方については、「日本における社会的支援制度として、アスリートのライフスタイルを習得するプログラムやデュアルキャリア教育を含めた、包括的な支援機能が求められている」とした。

Ⅳ．考察

本研究の結果、アスリート・ウェルビーイングを扱う研究領域は、身体的[36, 37]、心理的[2, 36, 40, 42]、情動的[43]、社会的[21, 49]、スピリチュアル[39]と広範囲に渡ることが分かった。加えて、睡眠の質、疲労、ストレス、筋肉痛等の観的コンディションの尺度[13, 15]やキャリア移行期[22, 46]、受傷後リハビリテーション[3, 33, 40]の文脈でもアスリート・ウェルビーイングが扱われており、WHOの健康の定義に合わせて身体的・精神的（心理的と情動的を含む）・社会的幸福感をアスリート・ウェルビーイングの扱う範囲と捉えた。WHOの健康の定義でも、身体的、精神的、社会的の三つに加えて、「スピリチュアル」を追加するという提案が1998年にされた[51]。しかしその後WHOが、スピリチュアルは身体的、精神的、社会的に含まれているとしたため、本研究もそのように捉えた。また、心身は人為的に分けられているが絡み合っているため[11]、身体的、精神的、社会的幸福感が相互に作用している関係性として捉えた。一方で、経済的な理由で引退するアスリートが多く[22]、アスリートの短期的な利益のために不正行為等の誘惑も高まっていることから[1]、財政的な支援や法的な保障にも配慮が必要と思われる。これらのことから、アスリート・ウェルビーイングについては、アスリートとしてのキャリア（競技生活）を包括的な視点で捉えることが重要であり、アスリートがその成長段階において適切な手段を講じることで、パフォーマンスを最大限に発揮することが可能になるだけでなく、引退後のキャリアにおいても健康な状態を維持することができると考えた。今後の研究は、こうしたアスリート・ウェルビーイングの様々な要因が競技パフォーマンスに与える影響を検討することが期待される[19]。

メンタルヘルスの扱う範囲は、ピークパフォーマンスから精神疾患までを一つの連続体として次元的に捉えることができると思われる。Schinkeら（2018）[41]も指摘しているように、メンタルヘルスを一つの連続体とする次元的なアプローチでアスリートを見ることは、アスリートの全体的な心理的状態、苦痛の程度、機能レベルの微妙な差を評価しながら、その診断の閾値の中でアスリートの個人差が存在することを認識するのに役立つと思われる[26]。そのため、メンタルヘルスを一つの連続体で捉えることが、アスリートだけでなく研究者や実践者にとっても実践現場で活用できる実用的な分類だと考えられる。また、前述の健康の定義[52]を踏まえて健康の一側面であるメンタルヘルスを包括的な概念として現場での支援で用いることができる可能性がある。

個人のメンタルヘルス状態に合わせて専門家がIOCのスポーツメンタルヘルス評価ツールI[9]等の診断ツールを活用し、個別に対応していくことが求められる。これまでオーストラリアやイギリスの代表アスリートでうつ、摂食障害、キャリアへの不満等のメンタルヘルスの症状や障害が報告されてきたことから[7, 10]、メンタルヘルスの支援は主にスポーツ医学の研究領域のみで捉えられてきた[38]。しかし、前述のようにアスリートに対する財政的な支援や法的な保障への配慮も重要であることから、アスリート・ウェルビーイングのより包括的な概念の中で、システムレベルでの支

援が求められている[11]。そうした中、オーストラリアでは、メンタルヘルスやアスリート・ウェルビーイングに対して国レベルでの支援体制を構築してきている[34]。しかし、我が国のトップアスリートのメンタルヘルスの症状・障害やアスリート・ウェルビーイングの社会的な支援制度の実態がまだ明らかではないのが現状である。将来的に、我が国においてもアスリート・ウェルビーイングを社会的に支援するための体制として、国レベルでの専門家をつなぐ照会ネットワークの構築・導入[38]や、競技別の支援アプローチ[50]についても検討が必要である。

今後の展望としては、日本人アスリートのアスリート・ウェルビーイングの現状と課題を把握する実態調査を行っていく必要がある。そのためには、本研究で定義した概念に基づいた調査が前提となる。また、これまでの実態調査では、オーストラリアやイギリスの代表アスリートを対象とした研究が主にあった[7, 10]。しかし、日本人アスリートのアスリート・ウェルビーイングの実態をより詳細に把握するためには、特定の競技レベルの競技者として年代別代表、大学生アスリート、シニア日本代表を含めて分析することが望ましいと思われる。

また、アスリートだけでなく、コーチ、医療従事者、スポーツ心理学者等に対しても根拠に基づいたアスリート・ウェルビーイングやメンタルヘルスの対策を講ずる必要性が高まっている[41]。特に中央競技団体等がアスリートのメンタルヘルスを最適に護り、メンタルヘルス障害のあるアスリートに対して徹底的なケアを提供する支援体制の整備が求められていることから[12, 23]、実態調査の対象範囲を中央競技団体にも広げていくことも検討の余地がある。

Ⅴ．まとめ

本研究でアスリート・ウェルビーイングのナラティブレビューや専門家による意見合意形成を実施した結果、スポーツの文脈でその概念は、国内外の文献でよく用いられ、文献数は増えていたが、学術上明確に定義されている概念とはいえないと考えられた。特にアスリート・ウェルビーイングの定義やメンタルヘルスの扱う範囲はあいまいであった。今後は、日本におけるアスリート・ウェルビーイングの実態を把握するため、本研究で合意形成されたアスリート・ウェルビーイング関連の概念を踏まえた実態調査や診断ツール等の測定尺度を開発していくことも求められている。

文献

1）Barker D, Barker-Ruchti N, Wals A, Tinning R. High performance sport and sustainability: A contradiction of terms? Reflect Pract, 15(1): 1-11, 2014.
2）Campbell E. Psychological well-being of participants in wheelchair sports: Comparison of individuals with congenital and acquired disabilities. Percept Mot Skills, 81(2): 563-568, 1995.
3）Clement D, Shannon VR. Injured athletes' perceptions about social support. J Sport Rehabil, 20(4): 457-470, 2011.
4）Di BPM, Shaffer C. A comparison of female college athletes and nonathletes: Eating disorder symptomatology and psychological well-being. J Sport Exerc Psychol, 24(1): 33-41, 2002.
5）Diener E, Lucas RE, Oishi S. Advances and open questions in the science of subjective well-being. Collabra Psychol, 4(1): 15, 2018.
6）Diener E, Seligman ME. Beyond money: Toward an economy of well-being. Psychol Sci Public Interest, 5(1): 1-31, 2004.
7）Foskett RL, Longstaff F. The mental health of elite athletes in the United Kingdom. J Sci Med Sport, 21(8): 765-770, 2018.
8）Gorczynski P, Gibson K, Thelwell R, Papathomas A, Harwood C, Kinnafick F. The BASES expert statement on mental health literacy in elite sport. Sport Exerc Sci, 59(Spring): 6-7, 2019.
9）Gouttebarge V, Bindra A, Blauwet C, Campriani

N, Currie A, Engebretsen L, Hainline B, Kroshus E, McDuff D, Mountjoy M, Purcell R, Putukian M, Reardon CL, Rice SM, Budgett R. International Olympic Committee (IOC) sport mental health assessment tool 1 (SMHAT-1) and sport mental health recognition tool 1 (SMHRT-1): Towards better support of athletes' mental health. Br J Sports Med, 55(1): 30-37, 2020.

10) Gulliver A, Griffiths KM, Mackinnon A, Batterham PJ, Stanimirovic R. The mental health of Australian elite athletes. J Sci Med Sport, 18(3): 255-261, 2015.
11) Hainline B, Reardon CL. Breaking a taboo: Why the International Olympic Committee convened experts to develop a consensus statement on mental health in elite athletes. Br J Sports Med, 53(11): 665-666, 2019.
12) Henriksen K, Schinke R, Moesch K, McCann S, Parham WD, Larsen CH, Terry P. Consensus statement on improving the mental health of high performance athletes. Int J Sport Exerc Psychol, 18(5): 553-560, 2020.
13) Hooper SL, Mackinnon LT, Howard A, Gordon RD, Bachmann AW. Markers for monitoring overtraining and recovery. Med Sci Sports Exerc, 27(1): 106-112, 1995.
14) Hsu C, Sandford B. The Delphi technique: Making sense of consensus. Pract Assess Res Eval, 12: 1-8, 2007.
15) Jones MV, Sheffield D. The impact of game outcome on the well-being of athletes. Int J Sport Exerc Psychol, 5(1): 54-65, 2011.
16) Kroshus E, Wagner J, Wyrick D, Athey A, Bell L, Benjamin HJ, Grandner MA, Kline CE, Mohler JM, Roxanne Prichard J, Watson NF, Hainline B. Wake up call for collegiate athlete sleep: Narrative review and consensus recommendations from the NCAA interassociation task force on sleep and wellness. Br J Sports Med, 53(12): 731-736, 2019.
17) Kuettel A, Larsen CH. Risk and protective factors for mental health in elite athletes: A scoping review. Int Rev Sport Exercise Psychol, 13(1): 231-265, 2020.
18) Linton MJ, Dieppe P, Medina-Lara A. Review of 99 self-report measures for assessing well-being in adults: Exploring dimensions of well-being and developments over time. BMJ Open, 6(7): e010641, 2016.
19) Lundqvist C. Well-being in competitive sports the feel-good factor?: A review of conceptual considerations of well-being. Int Rev Sport Exercise Psychol, 4(2): 109-127, 2011.
20) Lundqvist C, Sandin F. Well-being in elite sport: Dimensions of hedonic and eudaimonic well-being among elite orienteers. Sport Psychol, 28(3): 245-254, 2014.
21) Macdougall H, O'Halloran P, Sherry E, Shields N. Needs and strengths of Australian para-athletes: Identifying their subjective psychological, social, and physical health and well-being. Sport Psychol, 30(1): 1-12, 2016.
22) Moesch K. Reasons for career termination in Danish elite athletes: Investigating gender differences and the time-point as potential correlates. Sport Sci Rev, 21(5-6): 49-68, 2012.
23) Moesch K, Kenttä G, Kleinert J, Quignon-Fleuret C, Cecil S, Bertollo M. FEPSAC position statement: Mental health disorders in elite athletes and models of service provision. Psychol Sport Exerc, 38: 61-71, 2018.
24) Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, Group P. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. PLoS Med, 6(7): e1000097, 2009.
25) Mokkink LB, Terwee CB, Patrick DL, Alonso J, Statford PW, Knol DL, Bouter LM, de Vet HCW. The COSMIN checklist for assessing the methodological quality of studies on measurement

properties of health status measurement instruments: An international Delphi study. Qual Life Res, 19(4): 539–549, 2010.

26) Moore ZE, Gardner FL. Clinical sport psychology. The new sport and exercise psychology companion. Fitness Information Technology, pp.381–401, 2011.

27) Neal TL, Diamond AB, Goldman S, Klossner D, Morse ED, Pajak DE, Putukian M, Quandt EF, Sullivan JP, Wallack C, Welzant V. Inter-association recommendations for developing a plan to recognize and refer student-athletes with psychological concerns at the collegiate level: An executive summary of a consensus statement. J Athl Train, 48(5): 716–720, 2013.

28) 日本スポーツ振興センター . アスリートライフスタイルガイドブック第 2 版 . 日本スポーツ振興センター , 2019.

29) 日本スポーツ振興センター . 2019 年度スポーツ庁委託事業スポーツキャリアサポート推進戦略報告書（プロジェクト報告）. https://www.mext.go.jp/sports/content/20200508-spt_sposeisy-300001067_1.pdf (2021/3/3).

30) 野口順子 . アスリートはどんな道のりを歩むのか . 体育の科学 , 68(12): 861–867, 2018.

31) 野口順子 , 衣笠泰介 . ハイパフォーマンススポーツにおけるアスリートのメンタルヘルス . アスリートのメンタルは強いのか ?―スポーツ心理学の最先端から考える . 晶文社 , pp. 163–190, 2020.

32) Petrie TA, Greenleaf C, Reel J, Carter J. Personality and psychological factors as predictors of disordered eating among female collegiate athletes. Eat Disord, 17(4): 302–321, 2009.

33) Podlog L, Lochbaum M, Stevens T. Need satisfaction, well-being, and perceived return-to-sport outcomes among injured athletes. J Appl Sport Psychol, 22(2): 167–182, 2010.

34) Purcell R, Gwyther K, Rice SM. Mental health in elite athletes: Increased awareness requires an early intervention framework to respond to athlete needs. Sports Med Open, 5(1): 46, 2019.

35) Reardon CL, Hainline B, Aron CM, Baron D, Baum AL, Bindra A, Budgett R, Campriani N, Castaldelli-Maia JM, Currie A, Derevensky JL, Glick ID, Gorczynski P, Gouttebarge V, Grandner MA, Han DH, McDuff D, Mountjoy M, Polat A, Purcell R, Putukian M, Rice S, Sills A, Stull T, Swartz L, Zhu LJ, Engebretsen L. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). Br J Sports Med, 53(11): 667–699, 2019.

36) Reinboth M, Duda JL. The motivational climate, perceived ability, and athletes' psychological and physical well-being. Sport Psychol, 18(3): 237–251, 2004.

37) Reinboth M, Duda JL. Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. Psychol Sport Exerc, 7(3): 269–286, 2006.

38) Rice S, Butterworth M, Clements M, Josifovski D, Arnold S, Schwab C, Pennell K, Purcell R. Development and implementation of the national mental health referral network for elite athletes: A case study of the Australian Institute of Sport. Case Stud Sport Exerc Psychol, 4(S1): S1–27–S1–35, 2020.

39) Ridnour H, Hammermeister J. Spritual well-being and its influence on athletic coping profiles. J Sport Behav, 31(1): 81–92, 2008.

40) Robbins JE, Rosenfeld LB. Athletes' perceptions of social support provided by their head coach, assistant coach, and athletic trainer, pre-injury and during rehabilitation. J Sport Behav, 24(3): 277–297, 2001.

41) Schinke RJ, Stambulova NB, Si G, Moore Z. International Society of Sport Psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and

development. Int J Sport Exerc Psychol, 16(6): 622-639, 2018.

42) Smith A, Ntoumanis N, Duda J. Goal striving, goal attainment, and well-being: Adapting and testing the self-concordance model in sport. J Sport Exerc Psychol, 29(6): 763-782, 2007.

43) Smith A, Ntoumanis N, Duda J, Vansteenkiste M. Goal striving, coping, and well-being: A prospective investigation of the self-concordance model in sport. J Sport Exerc Psychol, 33(1): 124-145, 2011.

44) 早田吉伸 . スポーツイベントにおける価値軸の検討 . 公共コミュニケーション研究 , 4(1): 89-99, 2019.

45) Stark JA, Toulouse A. The young female athlete: Psychological considerations. Clin Sports Med, 3(4): 909-921, 1984.

46) Stephan Y, Bilard J, Ninot G, Delignières G. Repercussions of transition out elite sport on subjective well-being: A one-year study. Percept Mot Skills, 96: 95-104, 2003.

47) Uphill M, Sly D, Swain J. From mental health to mental wealth in athletes: Looking back and moving forward. Front Psychol, 7: 935, 2016.

48) Van Slingerland KJ, Durand-Bush N, Bradley L, Goldfield G, Archambault R, Smith D, Edwards C, Delenardo S, Taylor S, Werthner P, Kenttä G. Canadian Centre for Mental Health and Sport (CCMHS) position statement: Principles of mental health in competitive and high-performance sport. Clin J Sport Med, 29(3): 173-180, 2019.

49) Verkooijen KT, van Hove P, Dik G. Athletic identity and well-being among young talented athletes who live at a dutch elite sport center. J Appl Sport Psychol, 24(1): 106-113, 2012.

50) Walton CC, Liknaitzky P. Advancing elite athlete mental health treatment with psychedelic-assisted psychotherapy. J Appl Sport Psychol, In press.

51) World Health Organization. WHOQOL and spirituality, religiousness and personal beliefs (SRPB). https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/70897/WHO_MSA_MHP_98.2_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y (2021/3/3).

52) World Health Organization. Basic documents, forty-fifth edition, supplement. Constitution of the World Health Organization (WHO) October 2006. https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf (2021/3/3).

53) Wylleman P, Lavallee D, Alfermann D. Career transitions in competitive sports. FEPSAC, 1999.