

Yes? No? アスリートのメンタルケア

今回の東京オリンピックでは、トップアスリートのメンタルケア(心の健康)がクローズアップされました。一石を投じたのは、米体操界のエース、シモン・バイルス選手(24)が心身の健康を優先して、本番の団体戦を途中棄権したことです。心の問題を告白し、主要大会を棄権した女子テニス界のスター、大坂なおみ選手(23)の言動も注目されており、今後、世界のスポーツ界がどのように対策していくか問われています。皆さんは、この問題をどう解決していくべきだと思いますか。

1964年東京オリンピックの男子マラソンで銅メダルに輝いた円谷幸吉選手は次回大会でのさらなる期待の中、開催9か月前に「もうすっかり疲れ切っちゃって走れません」と両親に遺書を残して自殺しました。歴代最多のオリンピックメダル獲得の米競泳界の英雄、マイケル・フェルプスさん(36)も過去に自殺を考えたことを告白しています。また、アスリートの半分以上が睡眠障害に悩まされているとの調査報告もあり、多くのアスリートは強いプレッシャーにさらされているようです。

「史上最高の選手」(GOAT: Greatest Of All Time)と評されるバイルス選手は前回リオデジャネイロ大会で4冠を達成。その後の世界選手権でも活躍し、今回の東京大会では多くのメダルを獲得することが期待されていました。

しかし、団体戦で最初の種目を終えた後、残りの種目を棄権。前日に、激しい精神的な落ち込みに見舞われ、演技中、思うように体が動かさなくなる「ツイスティ」を発症したといい、「自分のメンタルケアに集中しなくてはならない」と棄権の理由を明らかにしました。この決断は、重圧に追い込まれるアスリートの「メンタルケア」について、スポーツ界全体が取り組むべき必要があるとの認識を広めました。

バイルス選手はその後も応援団を務めるなど、チームの銀メダル取得に貢献しました。世界中でこの行動は称賛され、米オリンピック・パラリンピック委員会(USOPC)のサラ・ハーシュランド CEO は「心の健康を優先するという決断を、私たちは称賛する。これからの道のりを歩んでいくあなたに、全面的なサポートとリソースを提供する」と語りました。



しかし、アスリートのメンタルケアは始まったばかりの状況です。大坂選手が今年5月の全仏オープンで心の問題を理由に記者会見に応じない姿勢を示したことに、大会主催者は1万5000ドルの罰金を科すことを表明しました。さらに、テニス四大大会の主催者は連名で声明を発表し、「選手の責任」として、今後会見に応じない場合は四大大会で出場停止処分にすることを示唆しました。

この声明では、選手のメンタルヘルスが重要であるとしたうえで、ルールが全ての選手が平等に扱われるために存在していることや、メディアを通じて選手の視点をファンに伝えることの重要性を説明しています。この問題を正しく解決していくためには、アスリートと大会主催者の意見だけでなく、ファンやメディアの考えもしっかりと受け止める必要があるでしょう。

この問題について、次のような意見もあります。あなたはどう考えますか？

- トップ選手は大会に勝った賞金とは別に「出場料」をもらったり良い練習環境を提供されたりと、下位の選手にはない恩恵を受けている。相応の責任を負うのは当然だ。
- 大会や練習でケガをしないように、アスリートは日々トレーニングを積んでいる。心の問題は大変重要で注目されるべきことだが、心の不調だけが支援や配慮の対象とならしたら違和感がある。