



健康と競技の心理

Psychology of Health & Sport

◇ 特集 日本スポーツ心理学会第 46 回大会に参加して	1
◇ 特集 九州スポーツ心理学会第 32 回大会 報告	2
◇ 「こころトピック」	4
◇ 連載 「みなさん！読んでみてください」	5
◇ 連載 研究タマゴ	6
◇ お知らせ	
九州スポーツ心理学会からのお知らせ	7
九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ	10
編集後記	11

特 集

日本スポーツ心理学会第 46 回大会に参加して

日本スポーツ心理学会第 46 回大会

2019 年 11 月 15 日 (金) ~11 月 17 日 (日) 筑波大学

水崎 佑毅 (徳山大学)

2019 年 11 月 15 日から 17 日の 3 日間、筑波大学にて日本スポーツ心理学会第 46 回大会が開催されました。

大会初日、自主シンポジウムである「スポーツ心理学の社会的価値向上のために、東京 2020 大会を機にどのようなレガシーを残すことができるのか？—スポーツベースポジティブユースデベロップメントの普及を目指して—」に参加しました。5 名の先生から「レガシー」をテーマに異なる視点でご講演をいただきました。レガシーとは、過去の遺産という意味を持つ言葉です。スポーツの価値は、する人、みる人、支える人、すべての人が関わり合って生まれていくものだと、私は思っています。そして、生まれた価値は、いずれは遺産となって将来に繋がっていくはずで、スポーツが今後どのようなレガシーを残していくのか？また、どのようにレガシーを残していくのか？こうした疑問について改めて考える機会となりました。

2 日目は、大会企画シンポジウムである「個が育ちチームが勝つ指導」に参加しました。このシンポジウムでは、ボトムアップパーソナルズ協会の畑喜美夫氏からお話を伺うことができました。畑氏は、高校教員時代にサッカー部の監督をしており、そこでボトムアップ理論を応用した指導を実践し、2006 年にサッカー部を全国制覇に導いた方です。ご講演の中で、特に記憶に残っているのが「全員リーダー制」のお話です。私の所属する大学では、EQ 力 (こころの知能指数; 著:ダニエル・ゴールマン, 1998) を高めるプログラムを大学の特色の一つとして実施しています。学生の「こころの力」を高めるためにどうすればよいか？と日々頭を悩ませていた時期だったので、全員に役割を持たせるという「全員リーダー制」のお話は、とても納得のいく内容でした。早速、来年度から取り入れてみようと思っています。

最終日は、学会企画シンポジウムである「スポーツ心理学と発展的な観点からみた指導」に参加しました。3 名の先生方からご講演をいただき、どれも非常に興味深いお話でしたが、中でも外山先生 (筑波大学) のお話が印象的でした。「個人に合った動機づけの高め方」をテーマに、理論的な背景から研究をご紹介いただいたので、私自身の近況と照らし合わせながら、お話を伺うことができました。改めて学生一人一人、選手一人一人を見ることの大切さについて考えさせられる時間となりました。

3 日間を振り返ると、スポーツについての価値やスポーツが残せる遺産、教育や指導の本質について改めて考えさせていただく機会になりました。こうした情報を自身の中でしっかりと消化して、今後の研究、教育活動に活かし、現場へ還元していきたいと思っています。

特 集

九州スポーツ心理学会第 32 回大会 報告

九州スポーツ心理学会第 32 回大会が下記において開催されました。

日時:平成 31 年 3 月 9 日(土)10 日(日)

会場:天文館ビジョンホール 6F ホール (鹿児島市東千石町 13 番 3 号)

大会テーマ :

『子どもの運動指導の再考』

特別講演

テーマ : 発達的特徴に応じた幼児期の運動指導

演者 : 杉原隆 (東京学芸大学名誉教授・田中教育研究所所長)

司会 : 森司朗 (鹿屋体育大学)

大会企画 シンポジウム

テーマ : 部活時間短縮は問題か? ~学習効率の視点から考える~

「学校教育行政の立場から : 部活動時間短縮に対する鹿児島県の取り組み」

演者 : 桑山靖幸 (鹿児島教育委員会・学校体育安全係)

「指導者の立場から : 実践者の立場から見た部活動時間短縮」

演者 : 安達和紀 (ソフトテニス全日本 U-14 女子チーム監督)

「研究者の立場から : 運動学習理論からみた学習効率

演者 : 兄井彰 (福岡教育大学)

司会 : 中本浩揮 (鹿屋体育大学)

学生企画 研究室紹介

紹介大学 : 九州大学・福岡大学・九州産業大学・法政大学・鹿屋体育大学

ポスター発表

学生企画 特別対談

テーマ : 指導におけるリーダーシップスタイル : サーバントリーダーシップ

対談者 : 伊藤友記 (九州共立大学)

藤井雅文 (鹿屋体育大学硬式野球部監督)

特 集

九州スポーツ心理学会第 32 回大会 報告

参加学会：九州スポーツ心理学会 32 回大会
日時・開催地：2019 年 3 月 9 日～10 日 天文館ビジョンホール 6F ホール（鹿児島市）

『九州スポーツ心理学会第 32 回大会を振り返って』

中本 浩揮（鹿屋体育大学）

鹿児島で開催となった第 32 回大会は、「子どものスポーツ指導再考」というテーマのもと行われた。本大会の 1 年前にスポーツ庁によって運動部活動に関するガイドライン（指針）が策定され、休養日の指定、できるだけ短時間に、合理的かつ効率的・効果的な活動を行うこと(医科学的エビデンスに基づいて)が明記された。また子供の体力・運動能力の低下は今なお続く問題であり、重要な大会テーマと感じた。

特別講演として、東京学芸大学名誉教授の杉原隆先生に「発達的特徴に応じた幼児期の運動指導」に関するご講演をいただいた。修士課程でご指導いただいてから 15 年ぶりにお話しを聞けることそのものが感動であったが、考えの深さにとにかく圧倒された。

「遊び」という言葉の定義をはじめ、大規模調査の結果や、幅広い理論体系をシンプルにまとめられるスタイルは今後の目標としたい。シンポジウムでは、冒頭で述べた部活の変化について、学校教育行政の立場から桑山靖幸先生に、指導者の立場から安達和紀コーチに、研究者として兄井彰先生にお話しをいただき、これからの部活動について議論していただいた。多様な立場からのご意見を拝聴し、部活動の教育としての位置づけと競技としての位置づけが立場によって明確にわかるが、人間育成という視点では共通していると感じた。特別対談として、伊藤友記先生と鹿屋体育大学の野球部監督藤井雅文氏に対談いただいた。リーダーといえば、チームの司令塔としてメンバーに指示を出すのが一般的である。特に野球はその性質が強いが、藤井氏は選手中心、コーチはサポーターという指導(サーバント・リーダーシップ)を展開している。当日は具体的にどのような哲学でコーチングを行っているかについて語っていただき、リーダーシップの在り方について考え直す機会をいただいた。

今回はこれに加え、杉山佳生先生ご提案のもと、研究室紹介も行った。各大学の代表者が研究室の活動を紹介し、その後、フロアにブースを作り、自由に見学・質問を行った。本学会の良いところは、会員間の交流が必ず担保される点である。このような取り組みは今後も続いてほしい。

連 載
こころトピック

第 6 回 『延期された東京 2020 から得る知見との向き合い方』

小川 茜（西日本短期大学）

会報 23 号(2019 年 3 月)と本号の発刊の間に新型コロナウイルスが感染拡大しました。東京 2020 においてはこの間に延期が発表され、今日まで様々な報道がなされています。その中から直近のトピックを 2 つ皆さまと共有させていただきます。

1 つは、2 月の組織委員会前会長の女性蔑視発言による辞任問題です。皆さんはどう捉えられたでしょうか。スポーツ倫理やジェンダーについては近年注目度が増しており、3 月初旬の九州スポーツ心理学会でも眞野先生のご講演がありました。私も拝見して大変勉強させていただきました。

私からも 1 つ有名な動画として、P&G 社の動画を紹介します¹⁾。スポーツで「女性らしく」と言われることがどう影響するかという動画です。「男性らしく」も似た状況ではないでしょうか。

私が授業でこの動画を学生に見せて感想を求めると、ほぼ全員が「～らしくと言われた経験がある」と答えます。一方で「嫌だった」と答える学生は実は少数で、「今思うと無意識に影響されていた」「考えた事も無かった」との回答が多数です。このような問題に対しまずは自覚的になることからスタートだと実感するとともに、私も心理サポートに携わる者として、指導者として、教員として、もっと多くを学ばないといけないと感じるトピックです。

もう 1 つは、3 月初旬に発表された外国からの観戦客受け入れの中止方針についてです。この是非を問いたい訳ではなく、またこの原稿時点では IOC とは調整中とのことですが、新型コロナ対策など初めての取り組みに加えて恐らく例年よりも少ない観戦者数や、外国選手にとっては母国からの観戦者が少ない状況等、これらの諸要因が選手のパフォーマンスにどう影響するかは研究者にとって気になるところではないでしょうか。東京 2020 にスポーツ心理学の知見を活用することはもちろん、そこで得られた知見をその後の北京 2022 やパリ 2024、そして多くのスポーツ・運動実践者や支援者の活動に活用できるよう取り組むことが研究者の大切な役割だと感じます。

1)P&G 社 #LikeAGirl キャンペーンビデオ (2014 年 6 月) 日本語字幕版
<https://www.youtube.com/watch?v=-VlzSuot9h0&feature=youtu.be>

連 載

最近読んだ面白い研究または書籍を先生方にご紹介していただきます。

「みなさん！読んでみてください」

『心理学，認知・行動科学のための反応時間ハンドブック』

綾部早穂・井関龍太・熊田孝恒 編

小笠 希将（情報通信研究機構・脳情報通信融合研究センター）

今回は、「反応時間」を取り扱った『心理学，認知・行動科学のための反応時間ハンドブック』を紹介していこうと思います。

反応時間とは、刺激の提示開始から反応の生起までの間に要した時間のことを表しています。心理学の実験では、この経過時間と反応の正確さ（正答率）が、ヒトの内面で行われている情報処理過程を推測する際の重要な従属変数として扱われています。本書では、この反応時間を用いた実験を初めて行おうとしている学生や、そういった学生を指導する大学院生や先生方にとってもオススメな内容となっております。

まず、あるテーマについてまとめている本に共通して言えることですが、当該領域の歴史的な研究の流れを説明してくれており、関連する論文がたくさん紹介されることが多いです。この本でも同様にクラシカルな論文から最近の論文まで、たくさん紹介されていますので、関連文献の収集に役立つと思います。この点は新しい領域で研究を始める際には特にハードルが高いと感じる点ですのでかなり評価できるポイントではないでしょうか。

次に、反応時間実験を実施する際に知っておくべきこと（実験機器の特徴、変数の操作の意味、仮説の立て方、結果の解釈の方法など）が幅広くかつ詳細に記載されています。この点は、文章量の都合上、論文では省略されがちですので（近年では、Supplemental Information（付録）が充実してきてはいますので、詳細が知れないわけではありません）、まさに痒い所に手が届くといった感じでした。

また、ヒトの内面で行なわれている処理過程に関して、現在仮定されているモデルやそのモデルを証明するために用いられる分析・解析方法（階層ベイズなど）についても紹介されています。そのため、反応時間研究をやったことがない初学者の人のみならず、これまで反応時間の研究を行ってきており、さらに知識を深めていきたいといった人も十分に楽しむことができるのではないかと思います。

ここまで具体的な本の内容にはあえて触れずに、私の感じた本の良い点のみを紹介してきましたが、「反応時間ハンドブック」といったタイトル通りに、反応時間をこれから研究しよう、あるいは研究を続けていこうと思っている人には本当にオススメの内容となっているのではないかなと思います。ページ数も 200 ページと多くはなく、敷居もそれほど高くないとは思いますがぜひとも読んでみてください。

最後に、この本の中で私個人として一番興味深かったのは、反応時間研究がなぜ始まったのか？についてでした。気になる方は自分の目で確かめてみてくださいね。

連載

新たなステージを求め、研究の第 1 歩を踏み出した方々をリレー形式でご紹介！

「研究タマゴ」

相羽 枝莉子（九州大学大学院）

安部 七波（福岡大学大学院）

村川 大輔（鹿屋体育大学）

皆さんこんにちは。鹿屋体育大学大学院の村川です。私は大学 3 年時から、中本浩揮先生（鹿屋体育大学）のスポーツ心理学研究室に所属し、スポーツの優れたパフォーマンス発揮に寄与する心理的要因（知覚認知技能）を明らかにする研究を行っています。現在は、「うまく説明することができないけど、よいプレーができた」という競技場面で頻繁に報告される現象に興味を持ち、意思決定の二重プロセス理論に基づいた潜在的な知覚処理の観点から検討を行っています。これまででない新たな側面から優れたパフォーマンスを支える心理的要因の解明に取り組むことで、サッカー界およびスポーツ界に貢献していきたいと考えています。

スポーツ心理学の世界へ足を踏み入れたのは、大学 3 年時のゼミ選択の時であり、大学 1,2 年で受けた授業の中で最も興味が沸いたからという非常にシンプルな理由がきっかけでした。また、修士課程へ進学したのも、スポーツ心理学をもう少し勉強してみようかなという程度の理由でした。しかしながら、研究活動を継続していく中で、スポーツ界におけるスポーツ心理学の可能性や必要性を強く認識するようになり、博士課程へ進学し研究活動を継続しています。

私の目標は、研究活動と現場指導を両立させていくことです。中本先生をはじめ大学院時代にご指導頂いた先生方には、私の考えを理解して頂き、たくさんのご指導・ご支援を頂きました。大変感謝しています。先生方のご指導のおかげで、大学院時代を通じて、研究者としてはもちろん、サッカー指導者としても成長できたと感じています。今後も、研究活動と現場指導の両立を目指して、日々勉強に励んでいきます。

計 5 年間の大学院時代では、研究内容に関することはもちろん、研究者としての姿勢や取り組み方など、多くのことを学ばせて頂きました。また、学会活動や他大学・他機関の先生方との交流などを通じて、さまざまな分野の考え方に触れることもできました。これら経験を活かし、これからも頑張っていきたいと思えます。まだまだ力不足で未熟者の私ですが、今後ともご指導ご鞭撻のほど何卒よろしく願いいたします。

*各執筆者の所属は、執筆当時のものです。ご了承ください。

大石彩加（九州大学大学院）

古門 良亮（九州工業大学大学院）

守田 有希（福岡大学大学院）

佐久間智央（九州工業大学大学院）

学会からのお知らせ

《 九州スポーツ心理学会の紹介 》

沿 革

本学会は、第 1 回が昭和 63 年 3 月に開催され、九州スポーツ心理学研究会として発足しました。第 6 回大会（平成 5 年）より九州スポーツ心理学会と改称し、学会としての組織化が行われています。

目 的

本学会は、運動・スポーツ心理学における研究と介入を促進することを目的としています。事業として、運動・スポーツに関する心理学的研究とその応用に関心ある人々のために年 1 回の学会大会を開催し、情報交換および交流の場を提供しています。

会員のメリット

1. 健康・スポーツ心理学に関するさまざまな情報が得られます。
2. 年 1 回の学会大会の案内が送付されます。
3. 「九州スポーツ心理学研究」が送付されます。
4. 健康運動指導士の公衆ポイントが得られます。
5. 日本スポーツ心理学会「資格認定スポーツメンタルトレーニング指導士」の研修ポイントが得られます。

《 学会入会希望の方へ 》

入会をご希望の方は下記の項目を記入の上、事務局まで郵送または E-mail にてご連絡ください。

1. 氏 名
2. 所属機関
3. 連絡先（勤務先・自宅）
4. 電話番号（勤務先・自宅）
5. FAX 番号（勤務先・自宅）
6. E-mail

連絡先 〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町 1 番地

鹿屋体育大学 体育学部 体育・スポーツ心理学研究室

九州スポーツ心理学会事務局 宛

E-mail : nakamoto@nifs-k.ac.jp （中本浩輝）

ikudome@nifs-k.ac.jp （幾留沙智）

九州スポーツ心理学会 第 33 回大会開催!

大会テーマ「スポーツと社会」

令和 2 年 3 月 7 日・8 日 福岡大学

【日時】 1 日目：令和 2 年 3 月 7 日（土） 受付 12：30～

2 日目：令和 2 年 3 月 8 日（日） 受付 8：30～

【会場】 1 日目：福岡大学 A 棟（A202）

2 日目：福岡大学 第 2 記念会堂（1211）

【参加費】 会員¥3,000 当日会員及び学生会員¥2,000

【3 月 7 日（土）】

11：30～12：30 理事会（福岡大学 A 棟 A101）

12：30～ 受付（福岡大学 A 棟）

13：30～13：40 会長挨拶 森司朗（鹿屋体育大学）

13：40～14：40 学会企画 教育講演

テーマ：研究的思考法 思いを伝える技術

演者：樋口貴広（首都大学東京）

司会：兄井彰（福岡教育大学）

14：50～16：20 大会企画 シンポジウム

テーマ：今が旬、ラグビーフットボールのススメ

「ラグビーのパフォーマンス分析からの視点-“ONE TEAM”を具体化できるか？」

演者：戸田尊（NTT ドコモレッドハリケーンズ、日本代表アナリスト）

「ラグビーワールドカップ出場選手の表情認知とパフォーマンスの関係」

演者：山口幸生（福岡大学）

「社会心理学的なラグビー選手の見方」

演者：萩原悟一（鹿屋体育大学）

司会：下園博信

（福岡大学・日本ラグビーフットボール協会技術委員会・情報科学部門長）

16：30～17：00 ポスター・フラッシュトーク

演者：ポスター発表者のうち学会初日参加者

司会：中本浩揮（鹿屋体育大学）

17：10～17：40 総会

18：00～20：00 情報交換会（福岡大学内カフェテリア「陽だまり」）

【3月8日（日）】

8：30～ 受付

9：00～10：20 九州スポーツ心理学会・スポーツ社会心理学研究会合同企画
ラウンドテーブルディスカッション

テーマ：2020年の先を見据えたスポーツを通じたヒトと社会の成熟

「オリンピックと LGBT」

演者：眞野豊（日本学術振興会特別研究員 PD・広島修道大学）

「東京オリンピックの功罪」

演者：中村珍晴（神戸学院大学）

「自閉症児の夏季療育キャンプを通してーコミュニティ心理学の視点からー」

演者：森司朗（鹿屋体育大学）

司会：内田若希（九州大学）

10：30～11：45 学生企画 研究室紹介

紹介大学：順天堂大学、東海大学、大阪体育大学、明星大学、広島大学

司会：杉山佳生（九州大学）

11：45～13：00 昼食・ポスター掲示

13：00～14：20 ポスター発表

九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ

(平成 30 年 4 月～令和 3 年 3 月)

会長	森 司朗	鹿屋体育大学
副会長	兄井 彰	福岡教育大学
理事長	中本 浩揮	鹿屋体育大学
顧問 (前会長) :	徳永 幹雄	九州大学名誉教授
	佐久本 稔	福岡女子大学名誉教授
	山本 勝昭	福岡大学名誉教授
	橋本 公雄	熊本学園大学
理事 :	磯貝 浩久	九州産業大学
	杉山 佳生	九州大学
	伊藤 友記	九州共立大学
	荒井 久仁子	熊本健康・体力づくりセンター
	正野 知基	九州保健福祉大学
	山内 正毅	長崎大学
	和多野 大	沖縄工業高等専門学校
	山津 幸司	佐賀大学
	手島 史子	山口短期大学
	下園 博信	福岡大学
	内田 若希	九州大学
	萩原 悟一	鹿屋体育大学
広報担当理事	今村 律子	福岡大学
会計担当理事	幾留 沙智	鹿屋体育大学
監事	荒井 久仁子	近畿大学九州短期大学
	水崎 佑毅	福岡大学
事務局スタッフ		
総括	中本 浩揮	鹿屋体育大学
会計	幾留 沙智	鹿屋体育大学
編集	萩原 悟一	鹿屋体育大学
各種委員会委員		
企画委員会	森司朗 磯貝浩久 兄井彰 杉山佳生 伊藤友記 中本浩樹 内田若希	
広報委員会	今村律子 山崎将幸 下園博信	
HP 担当	福岡大学	

編集後記

まずは、ニュースレターの発刊が大変遅くなり申し訳ありません。私の怠慢によって 2 号同時発刊となってしまいました。今回の発刊に当たって、皆様にご迷惑をおかけしました。にもかかわらず、私の依頼を快く引き受けてくださった先生方や大学院生の皆様に、この場を借りて御礼申し上げます。有難うございました。

このような事情のため、編集後記も 2 号同時に書いているということを正直にお伝えしたところで、編集後記を始めさせていただきます。

ご挨拶が遅れましたが、今村先生 (@福岡大学) よりバトンを頂きまして、広報を担当することとなりました、水崎と申します。2019 年の 3 月まで福岡大学に所属しておりましたが、4 月から山口県の周南市にある徳山大学に異動し、現在 2 年目が終わろうとしております。

本来であれば、この編集後記は 2020 年 2 月下旬から 3 月初旬に書かれているものなので、その頃を思い出しながら書かせていただきます。当時は、「教える/指導する」ことの難しさを改めて感じていました。福大時代は、主に実技の中で教えることが多かったのですが、徳大就任後は講義の中で教えることが増えました。やはり、講義の内容を教えることはとても難しく、私の教え方の良し悪しが学生の態度に素直に表れます（主に悪し…）。最初は、そうした態度に目を向けることができず、自分を騙しながらやっていました。しかし、それでは状況は変わらないので、自分を見つめなおし「教える/指導する」ことについてもう一度考え直しました。その時に熟読した本が「運動指導の心理学、著: 杉原隆」です。運動をベースに書かれているので、とても読みやすい本です。この本から学んだことは動機づけ（モチベーション）の大切さです。本を読んだからは、学生のモチベーションに意識を向けた指導を心がけています。学生の学びに変化が出ているかは、まだ分かりませんが、このように学んだ知識を現場で応用していくことを繰り返し、私自身の成長が誰かの成長の役に立つよう、日々精進していきたいと思えます。

編集担当 水崎佑毅