



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 48 回大会に参加して	1
◇ 特集 九州スポーツ心理学会第 34 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	9
編集後記	10

特 集

日本スポーツ心理学会第 48 回大会に参加して

日本スポーツ心理学会第 48 回大会

2021 年 11 月 20 日 (土) ~11 月 28 日 (日) 日本大学 (オンライン開催)

『コロナ禍で鍛える研究者の姿勢』

亀井 誠生 (鹿屋体育大学)

昨年度に続いて第 48 回大会は新型コロナウイルス感染症の予防のため、オンライン開催となりました。学会を運営された日本大学 (スポーツ心理学系) の皆さんも初めての Web 設営だったかと思います。この場を借りてお礼を申し上げます。偶然にも私が初めて参加したスポーツ心理学会も、10 年前に日本大学で開催されたものでした。今回発表に臨む大学生の姿を見て、あの頃のスポーツ心理学に対する熱い気持ちと進まない自身の研究の歯痒さを思い出しました。また今年度は、夏季オリンピックが日本 (東京) で開催され、限界にひたむきに挑む姿を世界中のアスリートが見せてくれました。コロナ禍で日々の生活の危機に瀕する中で、多くのアスリートにとってトレーニングやパフォーマンスに不満があったと思いますが、言い訳せずにその場 (場所、タイミング) で最大の成果を残そうとする姿勢に感銘を受けました。

今回、執筆機会を頂き自身の教員・研究者生活を振り返る中で、真摯に研究に向き合っていない姿勢を恥ずかしく思いました。そこで勝手ながら、働きながら研究を進める中で想うことについて、若手研究者として 1 つだけ共有 (決意表明) をさせていただきます。

「毎年を活かし切る」

研究遂行に最大限の時間を割けないことは事実です。特にコロナ禍では、実験参加者が集められない等、研究が進まない理由を簡単に挙げる (言い訳) が出来ました。一方で、学生にコロナ禍での大学生活はどうか? と問うと、“自身と向き合う時間が増えた” “自分を律する力の重要性が分かった” といった回答が得られ、必ずしもマイナス面ばかりを感じている訳ではありません。研究についても、コロナ禍だからこそ応援 (観客) の有無がスポーツパフォーマンスに及ぼす効果 (弊害) を明らかにできるとレポートに書いてくれた学生がおり、その柔軟な理解、解釈、モチベーションに頭が下がります。

学生だけでなく私達にとっても毎年は繰り返しではなく、残された教員、研究生活には限りがあります。また、今後も研究遂行が難しい時が訪れるかもしれません。研究する場所やタイミングを肯定的に捉えることに努力 (メンタルトレーニングを活用) することで、スポーツ心理学の発展に寄与します。

今年は学外の研究者と顔を合わせる機会が殆どありませんでした。コロナが終息し討論する機会が訪れましたら、唾の飛沫も気にせず熱い議論を交わせることを真摯に願っています。

特 集

九州スポーツ心理学会第 34 回大会 報告

九州スポーツ心理学会第 34 回大会が下記において開催されました。

日時:令和 3 年年 3 月 6 日(土)・7 日(日)

会場:インターネット開催

大会テーマ :

『多様性』

【3 月 6 日 (土)】

11 : 30~12 : 30 理事会 (理事・役員のみ)

13 : 00~13 : 10 会長挨拶 森司朗 (鹿屋体育大学)

13 : 10~14 : 40 ラウンドテーブルディスカッション

テーマ : メンタルトレーニングの実践を研究論文にするために
~実践を促す研究論文の在り方を考える~

パネリスト : 兄井彰 (福岡教育大学)

伊藤友記 (九州共立大学)

金高宏文 (鹿屋体育大学)

司会 : 中本浩揮 (鹿屋体育大学)

14 : 50~15 : 10 総会

【3 月 6 日 (土) ~3 月 14 日 (日)】

以下のオンデマンド講演及びポスター発表は期間中にいつでも視聴可能です

※オンデマンド講演の公開は 3 月 7 日 (日) から行います

特別講演 幼児の心と体の育ち

演者 : 森司朗 (鹿屋体育大学)

特別講演 研究的思考法 想いを伝える技術

演者 : 樋口貴広 (東京都立大学)

特別講演 スポーツとセクシャリティ

演者 : 眞野豊 (日本学術振興会特別研究員 PD・広島修道大学)

特 集

九州スポーツ心理学会第 34 回大会 報告

参加学会：九州スポーツ心理学会 34 回大会

日時・開催地：2021 年 3 月 6 日(土)～14 日(日) 鹿屋体育大学（インターネット開催）

『九州スポーツ心理学会第 34 回大会を振り返って』

伊藤 友記 （九州共立大学スポーツ学部）

第 34 回大会のテーマは「多様性」でした。事務局の鹿屋体育大学の先生方のご尽力により、その開催形式を含めてとても有意義な大会となりました。まずは初日の 3 月 6 日に森司朗会長のご挨拶に始まり、ラウンドテーブルディスカッションのセッションが開催されました。テーマは「メンタルトレーニングの実践を研究論文にするために～実践を促す研究論文の在り方を考える～」と題し、パネリストとして金高宏文先生（鹿屋体育大学）、兄井彰先生（福岡教育大学）、そして私が登壇し、中本浩揮先生（鹿屋体育大学）が司会をしてくださいました。金高先生は福永哲夫先生（鹿屋体大前学長）が携わられて創刊された「スポーツパフォーマンス研究」の理念や内容を中心にお話をしてくださいました。そこでの基本理念は「従来の親科学の方法論に限定されない」、「実践活動に直接寄与する知見」、「スポーツ領域で活動している専門家が共有できる実践知や身体知を創造し、蓄積していくことが目的である」といったことでした。兄井先生は、「特にトップアスリートを対象とした心理サポート実践は研究が目的ではない。しかし、彼らからのニーズに応えるためには根拠となるエビデンスが必要となる。（そのためには、研究的視点が欠かせない）」といったジレンマともいべき心理的サポート研究の課題をあげてくださいました。お二人のお考えに強く共感しながら、私は臨床領域における「事例研究」の在り方についてお話させていただきました。限られた時間の中で、「理論（研究）」と「実践（現場）」の望ましい関係性といった、永遠の課題ともいべきテーマがフロアの先生方も交えて議論されました。特別講演では 3 人の先生方のオンデマンド講演が公開されました。それぞれ、「幼児の心と体の育ち（森司朗先生：鹿屋体育大学）」、「研究的思考法 想いを伝える技術（樋口貴広先生：東京都立大学）」、「スポーツとセクシュアリティ（眞野豊先生：広島修道大学）」といったどれも先生方の貴重なご経歴を基にした興味深いお話でした。ポスター演題は全 13 演題で、どの演題もチャット機能を用いて活発な議論が展開されていました。時間的に後から参加しても、それまでのやり取りが確認できることもオンライン形式の利点と言えるでしょう。これら特別講演とポスターは 3 月 7～14 日と長期にわたって公開されたため、時間のある時にじっくり視聴できるのもよい点でした。そのような利点を享受しながらも、一日も早くコロナ禍が終息し、互いの息づかいが感じられる対面形式の学会開催も待ち望まれるところです。

連 載

こころトピック

第 8 回 『コミュニティ心理学的アプローチからみたメンタルトレーニング』

森 司朗 (鹿屋体育大学)

自閉症児の支援活動として「日曜学級」という活動を主催してきた。自閉症児のように脳の器質的損傷が原因で生じている症状は簡単には治療できるものではない。そしてそれぞれの障害を対象にした治療教育プログラムを密室で展開していく「医学モデルの中のアプローチ」だけでなく、地域社会での支援運動としてのプログラムの展開を中心にした「コミュニティ心理学的アプローチ」も重要であると考え、その点からこの活動に取り組んできた。この考えでは、「障害児本人に働きかけると同時にその周りにも働きかけて、本人と周りとの適合性(フィット)の改善をはかろうとする」ため、家族・社会システムも治療教育の対象になってくる。従来の心理的アプローチとの違いとしては、カウンセリングのような「治療室」から「相手の土俵」へという場への転換や「個人からシステムへ」、そして、「専門家のおかかえ主義」から「チームワーク」へという方向性の変換を引き起こし、最終的には、「治療論から生きがい論へ」とつながっていくと考えている。

そして、このアプローチはスポーツ選手へのメンタルトレーニングでも同様であるといえないだろうか。メンタルトレーニングにもいろいろなタイプがあるが、メンタルトレーナーがチームに帯同するということはよくあることであり、このことは相手の土俵に行って寄り添うことになる。また、選手との個とのかかわりだけでなく、コーチなどの選手を取り囲む環境、つまりシステムそのものへかかわっていくことはメンタルトレーニングを行う上で重要なことだと思われる。また、このことはパラアスリートへの心理的アプローチにおいても同様である。このように考えると、メンタルトレーナーは実際、選手を変えるだけでなく選手を取り囲む環境を変えていくコミュニティ心理学的アプローチをおこなうことで、より効果的なパフォーマンスの向上に貢献できるのではないだろうか。

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」

『Going inside the inner game: predicting the emotions of professional tennis players from match broadcasts』

Research Papers Competition on MIT SLOAN Sports Analytics Conference, p.1-13.

山口幸生（福岡大学スポーツ科学部）

男子プロテニスの世界 No.1 であるジョコビッチ選手は、試合中よく怒りを露わにし、時にはラケットを破壊することもある。しかし意外なくらい、その後にきちんとポイントを取得するのである。彼にとってはそのような感情状態が最適なのかかもしれない（マナー的には最悪だが）。そんな振る舞いを真似てか、学生選手が試合中に怒りにまかせてラケットを放り投げる場面をたまに目にする。果たしてその選手にとって、怒りは最適な感情状態なのだろうか？試合中の感情が競技パフォーマンスに影響することは、多くの人が理解していることであると思う。しかし、どのような感情状態が自分にとって最適なのか、についてはよくわかっていないのではないだろうか？

今回紹介する研究「Going inside the inner game: predicting the emotions of professional tennis players from match broadcasts」は、この問題に極めて斬新な手法で切り込んでいる。スポーツ心理学の研究では、試合前後の精神状態を質問紙によって測定することがよく行われる。しかし、このデータサイエンティストによる研究では、テレビ放送の映像から選手の試合中の表情を切り出している。そして機械学習の様々な手法を用いてポイント間の感情状態を推定した上で、得失点との関係性を分析しているのである。この分析手法においては、判断の基準となる最適な教師データと、膨大な表情推定の学習が必要になる。分析対象は、テニス界の伝説と言われる、フェデラー、ナダル、ジョコビッチ、マレーという4人の超一流選手である。わかったことは、世界トップレベルの選手でもポイント取得可能性を高める感情状態は、選手によって異なる、ということである。例えば、先述のジョコビッチ選手は「いらいら」が高いとその後ポイント取得する可能性が高く、ナダル選手は逆の傾向がある。フェデラー選手は「高揚した感情状態」であると、その後ポイントを取っている。このような分析手法が普及することで、今後、一般選手も自分の最適な感情状態を客観的に把握することができるようになるだろう。脚光を浴びている人工知能分野の手法が、スポーツ心理学の世界にも浸透してきそうである。

<紹介した研究論文>

Kovalchil S. & Reid M. (2018), Going inside the inner game: predicting the emotions of professional tennis players from match broadcasts, 2018 Research Papers Competition on MIT SLOAN Sports Analytics Conference, p.1-13.

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」

村川 大輔 (鹿屋体育大学大学院)

八尋 風太 (九州大学大学院)

大谷 虎太郎 (福岡大学大学院)

皆様、初めまして、福岡大学大学院の大谷です。私は、博士課程前期から山口幸生先生 (福岡大学) の研究室に所属し、「コミュニケーションを促進する運動手法」をテーマに研究しております。学部 (中村学園大学) では教育学 (小学校) を専攻しており、スポーツ心理学には無縁でした。そんな私が、スポーツ心理に興味を持ち始めたのは、大学 3 年生で行った教育実習の経験からです。実習校では、いわゆる体育嫌いの児童がおり、その子達に「体育ってこんなに面白いんだ」と思わせたく奮闘しましたが、目標を達成できないまま実習を終えました。そこで、この実習で得た課題を研究したいと思い、山口先生の研究室に入ることを決断しました。

大学院に進学してみると、様々な分野の先生が在籍しており、いろんな角度から私の研究にアプローチをかけることができました。例えばスポーツ運動学の授業でバク転をしました。私は、これまでにバク転をしたことはなく初めてチャレンジしました。動きのコツやカンなどを探り、授業中に綺麗なバク転をすることができました。「出来た」という感覚は非常に重要なことであり、身体を動かすことの楽しさや面白さに繋がります。私の研究では比較的簡単に行うことができる、2 者間で動きを合わせるといった「同調」をキーワードに新しい運動手法を提供しています。沢山の先生方に見てもらい意見を頂戴したいと考えております。

来年度から私も小学校現場で働くことが決まりました。この大学院 2 年間で培ってきた知識と物事の本質を見抜く力を活用して、児童たちに「学校に行くのが楽しい」と思わせることができる教員になりたいと思います。山口先生をはじめ、大学院で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、院生生活を通じて、研究者としてはもちろん教育者としても成長できたと感じています。これからは、教育現場での研究が主になってくるとは思いますが、今後ともご指導ご鞭撻のほど何卒宜しくお願い致します。

*各執筆者の所属は、執筆当時のものです。ご了承ください。

七波 (福岡大学大学院)

相羽 莉子 (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)

大石彩加 (九州大学大学院)

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 〒819-0395 福岡県福岡市西区元岡 744

九州大学大学院人間環境学研究院 杉山佳生研究室内

九州スポーツ心理学会事務局 宛

E-mail : sugiyama@ihs.kyushu-u.ac.jp

九州スポーツ心理学会 第 35 回大会開催!

大会テーマ「身体性」

令和 4 年 3 月 5 日 (土) インターネット開催

【日時】 令和 4 年 3 月 5 日 (土)

【参加費】 会員: ¥3,000 当日会員及び学生会員: ¥2,000

非会員: 発表なし ¥2,000 発表あり (一般) ¥5,000 (学生) ¥3,500

【3 月 5 日 (土)】

9 : 30 ~ 9 : 40 会長挨拶 伊藤豊彦 (久留米大学)

9 : 40 ~ 12 : 00 シンポジウム

テーマ: 様々な立場から「身体性」にアプローチする

演者: 古賀 聡 (九州大学)

「身体動作を物語るー臨床心理学の立場からー」

山本 浩二 (関西福祉大学)

「柔道教育と身体」

山崎 将幸 (東亜大学)

「パラスポーツと身体」

山田毅彦 (医療法人八女健明会八媛病院)

「チームドクター経験からの所見」

司会: 杉山 佳生 (九州大学)

12 : 05 ~ 12 : 35 総会

12 : 35 ~ 13 : 20 昼休み

13 : 20 ~ 15 : 20

特別企画: キュウスポ NEXT 「次世代を担う若手研究者を紹介します」

モデレーター & プレゼンター:

奥野真由 (久留米大学) & 實宝希祥 (国立スポーツ科学センター)

水崎佑毅 (徳山大学) & 小笠希将 (福岡大学)

萩原悟一 (九州産業大学) & 八尋風太 (九州大学大学院)

小川 茜 (西日本短期大学) & 當山貴弘 (九州大学大学院)

甲木秀典 (西九州大学) & 阪田俊輔 (横浜商科大学)

進行: 内田若希 (九州大学)、中本浩揮 (鹿屋体育大学)

15 : 30 ~ 17 : 00 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

(令和 3 年 4 月～令和 6 年 3 月)

会長	伊藤 豊彦	久留米大学
副会長	伊藤 友記	九州共立大学
理事長	杉山 佳生	九州大学
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	九州大学名誉教授
理事 :	磯貝 浩久	九州産業大学
	兄井 彰	福岡教育大学
	下園 博信	福岡大学
	萩原 悟一	九州産業大学
	甲木 秀典	西九州大学
	阿南 裕也	活水女子大学
	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
	森 司朗	鹿屋体育大学
	中本 浩揮	鹿屋体育大学
	和多野 大	沖縄工業高等専門学校
	手島 史子	山口短期大学
	小川 茜	西日本短期大学
広報担当理事	水崎 佑毅	徳山大学
会計担当理事	内田 若希	九州大学
監事	堀田 亮	近畿大学九州短期大学
	奥野 真由	久留米大学
事務局スタッフ		
総括	杉山 佳生	九州大学
会計	内田 若希	九州大学
編集	小川 茜	九州大学
各種委員会委員		
企画委員会	伊藤豊彦 伊藤友記 杉山佳生 磯貝浩久 兄井彰 中本浩揮 下園博信 内田若希	
広報委員会	水崎佑毅 下園博信 山崎将幸 (東亜大学)	
HP 担当	福岡大学	

編集後記

九州スポーツ心理学会会報「健康と競技の心理 (Psychology of Health & Sport)」第 26 号をお届けします。本誌にご協力いただいた先生方、大学院生の大谷さんのおかげで今年も無事にお届けすることができました。この場をお借りして御礼申し上げます。

2020 年から生活や仕事のスタイルは大きく変化し、外出する時はマスクを着け、授業はオンラインを活用して椅子に座ったまま、顔も見えない学生に教えることが当たり前となりました。こうした環境になって改めて思うことは、同じ空間で相手の表情を見ながら話をする大切さです。オンラインを活用することで、いつでも・どこでも・簡単に相手と繋がるできるようになりましたが、オンラインから伝わる情報は、何かが削ぎ落されているような気がします（もちろん、私の情報も削ぎ落されて伝わっていると思います）。これが何なのか、明確に伝えることはできませんが、もしかすると対面でしか知覚することができないモノ（微表情、瞳孔の変化、熱量?、オーラ?...）なのかもしれません。オンラインになり相手を知ること、自分を知ってもらうことを、さらに難しく感じるようになりましたが、コミュニケーションをもっと工夫しようという想いも芽生えるようになりました。こうした想いは、様々なオンラインイベントからも感じ取ることができます。

第 35 回大会もまさにそうした工夫が取られた学会だったと思います。それを象徴する企画の一つが「キュウスポ NEXT『次世代を担う若手研究者を紹介します』」です。オンライン学会が増え、人と人の繋がりが希薄になってきたことに危機感を覚えた、内田先生（九州大学）と中本先生（鹿屋体育大学）がオンラインであっても人と人の繋がりを感じることができるよう工夫を凝らした、想いの詰まった企画となっていました。私自身、モデレーターとして登壇させていただきましたが、オンラインなのに、情報交換会のような空気感を感じることができる楽しい企画でした。学会開催に当たり、ご尽力いただきました九州大学の杉山先生をはじめ、多くの先生方、大学院生の皆様に感謝いたします。本当に有難うございました。

最後になりますが、皆様のご健康が守られますよう、そして世界に平和が訪れるよう心よりお祈り申し上げます。

。

編集担当 水崎佑毅