



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 52 回大会に参加して	1
◇ 特集 九州スポーツ心理学会第 38 回大会 報告	3
◇ 「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 52 回大会に参加して

日本スポーツ心理学会第 52 回大会

2025 年 9 月 26 日（金）～28 日（日）同志社大学京田辺キャンパス

『大会企画講演に参加して』

幾留 沙智（鹿屋体育大学）

第 52 回大会初日の大会企画講演は、田中あゆみ先生（同志社大学心理学部教授）による「スポーツで活かすヒューマン・モチベーション研究—自律性の支援に向けて—」でした。冒頭で、モチベーションが出ない、又は長続きしない、他者のモチベーションはどうすれば上げられるのか、といったよくある悩みが列挙されたのち、これらの悩みに、ヒューマン・モチベーション研究はどのように答えを出せるのか？と切り出されたところでもう心が掴まれました。これに関し、「できないと恥ずかしい」のように、やらなければならないにも関わらず失敗への恐怖によってモチベーションが低下する事態や、はたまた何もかもにモチベーションが低下する事態を解決し得る研究成果が紹介され、他者のモチベーションを上げるという視点で、話題は自己決定理論における自律性の欲求に移っていきました。

実は「ヒューマン・モチベーション」と聞いて当初ピンときていなかったのはここだけの話です。しかし、ご紹介いただいた研究成果では、ちょっとした教示の違い（向上させる or 優れていることを証明する）によって我々の目標は変化し、前者のような向上に焦点を当てるマスター目標では、偽否定的フィードバック後の不正答数の増加や反応時間の延長がみられないことが明らかにされていました。すなわち、目標の持ち方次第で失敗は怖くなくなるということです。なんとも人間的でまさに「ヒューマン・モチベーション！」とまたしても心を鷲掴みにされました。

今回の大会企画講演では、初めて「指定質問者」として参画させていただきました。動機づけ研究の著名な先生方を指し置いて滅相もないと一度はお断りした大役でした。しかし、どうせ行くのなら質問できるチャンスをいただけるのはもしかしてとてもありがたいのでは、と人間的に色々思案し、貴重な機会に恵まれるに至りました。あわや自尊心が低下しかねない危機事態（＝指定質問者）に対しても、自分の中であれこれ処理し、モチベーションを発生させることができるのが、我々人間なのだ実感しました。以上のように、改めて我々人間の複雑なモチベーションに興味を湧いた、大変興味深いご講演でした。

特 集

九州スポーツ心理学会第 38 回大会 報告

九州スポーツ心理学会第 38 回大会が下記において開催されました。

日時: 令和 7 年 3 月 1 日(土)~2 日(日)

会場: 九州産業大学 3号館4階

大会テーマ:

『コーチングとスポーツ心理学』

【3 月 1 日(土)】

- 12:30~13:30 受付
- 13:30~13:40 会長挨拶 伊藤友記(鹿屋体育大学大学院)
- 13:40~15:10 特別講演 「状況判断に関わる研究とコーチング」
中川 昭(京都先端科学大学)
司会 下園博信(福岡大学)
- 15:20~17:00 シンポジウム 「コーチング現場とスポーツ科学をつなぐ」
筒井清次郎(東海学園大学)
村川大輔(鹿屋体育大学)
秋山大輔(九州産業大学)
司会 伊藤友記(鹿屋体育大学大学院)
指定討論者 中川 昭(京都先端科学大学)
下園博信(福岡大学)
- 17:10~17:40 総会
- 18:00~20:00 情報交換会 学内「クラブハウス」

【3 月 2 日(日)】

- 8:30~9:00 受付
- 9:00~12:00 会員交流企画: キュウスポ FUTURE
「日本の体育・スポーツ心理学の持続可能性: 未来への道筋を語る」
司会 中本浩揮(鹿屋体育大学)
ファシリテーター 萩原悟一(九州産業大学)
- 12:00~13:00 昼食・ポスター掲示
- 13:00~14:30 ポスター発表

特 集

九州スポーツ心理学会第 38 回大会 報告

参加学会：九州スポーツ心理学会 38 回大会

日時・開催地：2025 年 3 月 1 日(土)～2 日 (日) 九州産業大学 (福岡市)

『「コーチングとスポーツ心理学」講演、シンポジウムの振り返り』

下園 博信 (福岡大学 スポーツ健康科学科)

① 講演「状況判断に関わる研究とコーチング」の司会を務めて

中川昭先生のご講演「状況判断に関わる研究とコーチング」の司会を務めながら、研究者としての自分自身の姿勢を深く見つめ直す機会となった。状況判断研究の先駆者であり、日本コーチング学会の会長として長年学術界を牽引してこられた中川先生の言葉には、研究と現場の両方を知る者にしか語れない重みがあった。特に強く心に残ったのは、状況判断を「判断→実行」という単純な直線モデルでは捉えられないという指摘である。相手との相互作用の中で状況が生成され、その中で判断もまた変化し続けるという視点は、私自身がこれまで暗黙のうちに前提としてきた“静的なモデル”を揺さぶるものだった。さらに、現場の課題として示された評価、トレーニング、タレント発掘、コーチ自身の状況判断はいずれも、研究が十分に答えきれていない領域であり、研究者が現場の課題から出発して研究を組み立てる必要性を痛感した。ゲームセンス研究から戦術研究へと至る研究史の整理も、概念を作るだけでなく更新していく姿勢の重要性を示していた。司会という立場でありながら、研究者としての姿勢を見直す貴重な時間となり、今後も研究と現場をつなぐ取り組みを続けたいと強く感じた。

② シンポジウム「コーチング現場とスポーツ科学をつなぐ」に参加して

本シンポジウムでは、スポーツ科学が競技現場にどのように貢献できるかを改めて考えさせられた。筒井清次郎先生の講演では、研究成果を国内外へ積極的に発信し、現場に届く形で伝える研究者の姿勢の重要性が強調された。また、村川大輔先生は、現場が求めているのは理論そのものではなく、実践可能なトレーニング方法であると指摘し、理論と実践の距離を縮める必要性を示された。さらに、秋山大輔先生の剣道研究では、伝統的な指導と科学的分析が相互に補完し合う可能性が示され、科学の新たな役割を感じる内容であった。

全体を通して、「研究と現場が離れないためには、双方が歩み寄る姿勢が不可欠である」ことを再認識した。研究者は現場のリアリティを理解し、現場は研究の価値を知り、互いに対話を続けることで初めて“橋渡し”が成立する。スポーツ心理学は目に見えにくい領域であるがゆえに、なおさら研究者が現場に寄り添い、現場の言葉で伝える努力が求められるのだと思う。

連載 こころトピック

第 12 回 『事前登録, はじめました』

久保 昂大 (熊本学園大学)

統計的仮説検定には、してはいけないことがいくつかあります。例えば、有意じゃなかったらデータを追加して有意になるまでデータ収集を繰り返すということはしてはいけません (p-hacking)。また、有意だった結果を見てからあたかもデータ取得前からそのような仮説を立てていたように論文を書くというのも NG です (HARKing)。このような研究実践は、問題のある研究実践 (QRPs) と呼ばれます (池田・平石, 2016)。QRPs は、研究の結論を大きく歪めかねません。

QRPs の対策として、事前登録があります。これは、データ取得の前に、研究デザイン、仮説、分析計画、手続き、サンプルサイズ、参加者の除外条件などを第三者機関 (例えば、OSF; <https://osf.io>) に登録することです (柳岡・白砂, 2024)。あらかじめ研究計画を登録すれば、有意になるまでデータ取得を繰り返したり、有意な結果をもとに事後的に仮説を立ててあたかも初めから仮説を立てていたように装うといったことができなくなります。

心理学研究や社会心理学研究では、事前登録をしている研究には申請すればバッジが付与される仕組みが導入されていたり、パーソナリティ研究では、事前審査付き事前登録制度 (池田・平石, 2016) が導入されていたりします。このように、心理学全体では事前登録が広まっていますが、(国内の) スポーツ心理学界隈ではまだまだ認知度が低いように感じます。

私は、これまで 3 回、事前登録を試みましたが、事前登録には QRPs の防止のほかにもさまざまな利点があるように感じました。例えば、研究活動の効率化が挙げられます。確かに、事前登録をするためには相応の-effort を割く必要があります。しかし、事前登録という形で詳細な計画が残るので、データ収集、分析で、「あれ、ここどう分析するんだっけ？」のように悩むことが少なくなります。また、論文執筆の際にも、事前登録の内容を参考にできるので執筆がスムーズに進みます。そのため、研究活動全体で見ると、プラスではないかなと感じています。

ぜひ、みなさんも事前登録やってみませんか？わかりやすいチュートリアル論文や動画もあります (長谷川他, 2021 ; 山田, 2022)。思っているより、ハードルは低いと思います。池田功毅・平石界. (2016). 心理学における再現可能性危機: 問題の構造と解決策. 心理学評論, 59 (1), 3-14.

長谷川龍樹他. (2021). 実証的研究の事前登録の現状と実践: OSF 事前登録チュートリアル. 心理学研究, 92 (3), 188-196.

山田佑樹. (2022). 事前登録のやり方. <https://www.youtube.com/watch?v=o5zI7pI-Nhg>

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させていただきます。
「みなさん！読んでみてください」

『ままならぬ顔・もどかしい身体：痛みと向き合う 13 話』

山口 真美 著 （ 東京大学出版会, 2025 年 ）

内田 若希 （九州大学）

本書は、「顔身体学」という学問領域を立ち上げた山口真美先生（中央大学文学部教授）が、病いや死の受け止め方や、ルッキズムおよびジェンダーなどの社会問題を題材に、研究の知見などを踏まえながら自身の考えを綴ったエッセイです。私は、20 年以上にわたって「身体」をめぐる研究に携わってきましたが、それだけでなく自分が年齢を重ねるにつれ、自分自身の「身体」と向き合うことが増えたこともあり、この書籍を手にとりました。

13 話のエッセイで構成される本書の内容は、実に多岐に渡ります。ここでは、そのいくつかをご紹介します。まず、著者自身が多発性がんを発症し、「健康で普通の人」と病気の自分を別世界として切り離し、その 2 つの世界を揺れ動きながら「自身の身体感」を再構築していく過程が描かれています。私自身、腰痛や病いを理由にこの 10 年で 3 回も入院し（自慢にならない）、著者が語る「健康で普通の人」に戻れないもどかしさは、身につまされるものがありました。中途身体障害を負った人々を対象に、身体知覚や自己の揺らぎとその再構築に関する研究をずっとしてきたはずなのに、私自身が自分の身体にいかにも無頓着だったかを見直す気づきを得たように思います。

また、近年なにかと話題になるルッキズムに関するエッセイを通しては、私自身が社会の中に存在する差別や偏見と向き合う研究をしてきたにもかかわらず、病いや老いを通して、自分の中にルッキズムへの囚われが生じていたのではないかとハッとさせられました。さらに、顔や身体は自分の存在証明のようなものであり、自分の顔や身体こそが人生の一番の同伴者ではないかと著者は述べています。私たちが身を置く「スポーツ科学」「健康科学」「身体科学」などの学問領域は、この人生の一番の同伴者である顔や身体と向き合うものであり、人間の人生に寄り添う研究をさせていただいているのだと改めて実感しました。

ちなみに、著者は白髪が増えたことで、黒く染めるよりもあえて脱色して金髪にすることを美容師さんに勧められ、思い切って金髪にしてみたそうです。白髪が気になってはや〇〇年……私も金髪にしてみようかなと思ったりしたのですが、どう思いますか？

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」

橋井 優介（九州大学大学院）

中村 詠美（北翔大学大学院）

藪内 雄太（福岡大学大学院）

皆様、はじめまして。福岡大学大学院博士課程前期 1 年の藪内雄太です。現在は下園博信先生のご指導のもと、スポーツ心理学を専攻しております。今回は、私が大学院進学に至るまでのきっかけと現在の研究についてご紹介させていただきます。

私が大学院進学を志したきっかけは、大学 3 年次に受講した「スポーツ心理学実験実習」という授業でした。自ら抱いた素朴な疑問を実験によって検証し、得られたデータを考察して発表するという一連のプロセスに、これまでにない魅力を感じたことを鮮明に覚えています。この授業や下園ゼミでの学びを通じ、より高度な学問的知見を深めたいという知的好奇心が湧き、進学を決意いたしました。

現在は「個人特有の心地よいテンポ」を核とした研究に取り組んでいます。身体の内側にある独自のリズムを起点に、パフォーマンス向上や練習効率の改善を目指しています。

具体的には、自ら選んだテンポとその調整速度を比較検討しています。一般に速いテンポは出力を高めますが、心理的負担も伴います。対して遅いテンポは、数値上の出力は低下してもポジティブな回復効果をもたらすことが推察されます。個人にとっての心地よいテンポを最上位の指標に据え、各速度の長所を明らかにすることで、局面に応じた最適な支援に繋がる知見の提供を目指しています。

大学院での学びは、探究を深めるほど新たな課題や他分野との繋がりが見えてくる奥深い世界だと感じています。実際に調査を進める中で、新しい知識や関連する理論が次々と現れ、それらが複雑に絡み合っていることに驚かされる日々です。博士課程前期の残された時間で、運動実践者の感覚に寄り添った実効性のある知見を導き出せるよう、粘り強く研究活動に励んでいきたいと考えております。

最後になりますが、丁寧にご指導くださる下園先生をはじめ、支えてくださる先生方に深く感謝申し上げます。初心を忘れず、研究活動に邁進してまいります。今後ともご指導、ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

*各執筆者の所属は、執筆当時のものです。ご了承ください。

村川 大輔（鹿屋体育大学大学院）

安部 七波（福岡大学大学院）

相羽 枝莉子（九州大学大学院）

福村 寿華（鹿屋体育大学大学院）

大谷 虎太郎（福岡大学大学院）

八尋 風太（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

【学会事務局】

〒811-4192

福岡県宗像市赤間文教町 1-1

福岡教育大学 兄井研究室内

連絡先：兄井彰（Email：aaniyi@fukuoka-edu.ac.jp）

九州スポーツ心理学会 HP の URL：<https://sksinlabo23.backdrop.jp/>

九州スポーツ心理学会 第 39 回大会開催!

大会テーマ「セーフスポーツ」の実現に向けて

令和 8 年 2 月 28 日 (土)・1 日 (日) 日本経済大学

【日時】 1 日目：令和 8 年 2 月 28 日 (土) 受付 12:30～
2 日目：令和 8 年 3 月 1 日 (日) 受付 8:30～

【参加費】 会員：¥3,000 学生会員：¥2,000
当日会員：発表※ありー 一般 5,000 円，学生 3,500 円，発表なしー 2,000 円
※ポスター発表の筆頭者

【スケジュール】

※ 理事会は別日に開催

2 月 28 日 (土)

12:30～13:30 受付

13:30～13:40 会長挨拶 伊藤友記 (鹿屋体育大学大学院)

13:40～15:10 特別対談

「九州から日本一へー 一選手の主体性を伸ばす指導の挑戦ー」

片桐章光 (日本経済大学・同男子バスケットボール部 監督・部長)

島沢優子 (ジャーナリスト・スポーツ育成アドバイザー)

瀧 豊樹 (日本経済大学)

15:20～17:00 シンポジウム

「セーフスポーツの実現にむけた心理学的アプローチー指導

・仲間関係・情報環境を含むトータルな安全保障の視点からー」

豊田 隼 (東京大学・日本学術振興会)

久保昂大 (熊本学園大学)

池田和司 (日本経済大学)

指定討論者：島沢優子 (ジャーナリスト・スポーツ育成アドバイザー)

司会：伊藤友記 (鹿屋体育大学大学院)

17:10～17:40 総会

18:00～20:00 情報交換会 (日本経済大学厚生会館 1F CAFETERIA)

3 月 1 日 (日)

8:30～ 9:00 受付

9:00～12:00 特別企画

「(超) 若手研究者がスポーツ心理学研究にみる未来」

石崎 聖 (筑波大学)，久保柚葉 (佐賀大学)，

小崎友裕 (熊本学園大学)，田下智裕 (九州大学)，

九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ

(令和 6 年 4 月～令和 9 年 3 月)

会長	伊藤 友記	
副会長	磯貝 浩久	九州産業大学
理事長	兄井 彰	福岡教育大学
顧問：	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
	伊藤 豊彦	島根大学名誉教授
理事：	杉山 佳生	九州大学
	下園 博信	福岡大学
	内田 若希	九州大学
	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
	萩原 悟一	九州産業大学
広報担当理事	水崎 佑毅	周南公立大学
会計担当理事	秋山 大輔	九州産業大学
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	兄井 彰	福岡教育大学
会計	秋山 大輔	九州産業大学
編集	萩原 悟一	九州産業大学
各種委員会委員		
企画委員会	伊藤友記 杉山佳生 兄井彰 中本浩揮 下園博信 内田若希 萩原悟一	
広報委員会	水崎佑毅 萩原悟一 下園博信 村山さら (福岡大学)	
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 30 号をお届けいたします。本号の刊行にあたり、ご多忙の中ご協力くださいました先生方、ならびに大学院生の藪内さんに、心より感謝申し上げます。皆様のお力添えのおかげで、第 30 号を無事お届けすることができました。

私自身、この「第 30 号」という節目の編集に携わることができたことを、大変ありがたく感じております。30 年という長い年月の中で、多くの先生方や大学院生の皆様が本ニュースレターに関わってこられたことを思うと、非常に感慨深いものがあります。創刊に尽力された先生方をはじめ、これまで関わってこられた方々の想いを、どこまで引き継ぐことができているかは分かりませんが、その想いのバトンを大切に受け継いでいきたいと感じています。こうした節目を大切にするという考え方は、日本のさまざまな場面で見られます。2025 年は終戦から 80 年という節目の年でもありました。先代の方々が歩んできた歴史や想いに目を向けながら、過去を大切に、これからの時間を重ねていきたいと思っております。

編集担当 水崎 佑毅

令和 8 年 2 月 発行
九州スポーツ心理学会会報第 30 号
「健康と競技の心理」
Psychology of Health & Sport
広報・編集担当
下園博信 萩原悟一 村山さら 水崎佑毅

* 当記載すべての無断転載・引用等は固くお断りします
