



健康と競技の心理

Psychology of Health & Sport

目次:

特集 九州スポーツ心理学会の20年 ～ 功労賞受賞者による語り～	2
関連学会参加記	5
執筆論文紹介	11
研究アラカルト ～ヨーロッパ滞在記～	13
2008年 関連学会大会日程	15
事務局ニュース	16
九州スポーツ心理学会の紹介と学会入会申込様式	17



オランダ・ホーグランセ教会
写真提供：清水安夫 先生（桜美林大学）

特集 九州スポーツ心理学会の20年 ～ 功労賞受賞者による語り～

功労賞を受賞して

岩崎 健一

以前の九州体育学会の第2分科会では、毎年3月に研究会が開催されていた。1983年の研究会は熊本大学で開かれたが、この研究会は私にとって特に印象深いものであった。それは徳永先生（当時九州大学）の講演によるものである。アメリカ留学から帰国されたばかりの先生は、当時世界最先端のメンタルトレーニングに関する理論と方法論を披露された。ボクシング選手の精神面に関する指導に行き詰まっていた私にとって、正に目から鱗が落ちる内容であった。

早速、選手の指導に応用したところ、今までどうしても解消しきれなかった課題（不安や恐怖など）が解消でき、多くのチャンピオンを輩出するといった好成績をもたらすことができた。選手達もトレーニングの効用を認め、結果に対しても高い満足感を示した。

当時、ロス五輪での日本選手の不振から、松田岩男先生を中心にMMプロジェクトが日体協に立ち上げられ、九州・山口地区は山本勝昭先生を班長として研究協力を行った。その研究成果は、昭和61・62年日体協のスポーツ医科学研究報告に「バイオフィードバックとイメージトレーニングを利用したメンタルトレーニング」のテーマで報告されている。この研究は、ボクシング選手を対象に熊本大学で行ったものであるが、当時バイオフィードバックの装置は九州大学にしかなく、機器を熊本まで運んで実験したものである。当時この種の実験は日本では珍しく、この実験風景はNHKのサンデースポーツスペシャルで報道された。

これらの成果を元に、その後、陸上、野球、弓道、ボウリング、ハンドボールなど他の競技へも適用をひろげ、プログラムを開発し効用性を検証していった。現在まで約20競技、年代も中学生からプロ選手までその範囲を広げて実施している。

このような実践の体験を基に、日本スポーツ心理学会や九州スポーツ心理学会などのシンポジストとして、その末席を汚させてもらったりしたが、これも徳永先生はじめ九州スポーツ心理学会の諸先生方のご指導のお陰と深く感謝している。その上功労賞まで頂いて重ねて御礼申し上げたい。

現在では、日本スポーツ心理学会にも実践研究の分野が設けられ、私のように実践的研究を続けてきた者にとっては大変ありがたいことであり、今後、この分野の発展を大いに期待するものである。しかし、日本スポーツ心理学会会長の杉原氏は「スポーツメンタルトレーニング教本」のまえがきで次の様に述べている。「メンタルトレーニングは、その効果を客観的に示すことが非常に困難である。従って、自分の実践の成果や問題を他の実践者や研究者と共有することによって、経験を“学”のレベルに高めることが極めて重要である」実践的研究をする者にとって含蓄に富むことばである。今後も励んで行きたい。



特集 九州スポーツ心理学会の20年 ～ 功労賞受賞者による語り～

功労賞を受賞して

作久本 稔

学会にたいした貢献をしていないにも関わらず、このような素晴らしい賞を頂けることを大変有難く感じています。九州スポーツ心理学会が20歳を迎えられ、若い研究者に溢れ、第一線で活躍している姿を見ると、とても頼もしく感じます。

九州スポーツ心理学会が今後とも益々の発展を遂げることをお祈り申し上げます。

最後に、つぎの学会大会で皆様とお会いできることを楽しみにしております。



功労賞を受賞して

徳永幹雄（第一福祉大学）

1. なぜ、体育教師を夢見たのだろうか

五人兄弟の長男として、福岡県朝倉郡の原鶴温泉に近い筑後川に隣接した田舎に生まれた。小学校に昭和24（1949）年頃、他校に先がけてプールができた。校内水泳大会ではどうしたわけか、一番ばかりであった。中学校ではオリンピック選手も生まれた先輩達のいる水泳部に入り、福岡県大会では常に上位を占め、中学3年生の時、県大会の開会式で選手宣誓をした記憶がある。中学校の先生に「徳永、泳いでばかりいないで、時には図書館に行きなさい」と言われたことを憶えている。

高校でも水泳部に入って、寒い日はドラム缶の風呂で体を温めては、プールを行ったり来たりして泳いでいた。その頃から忍耐強くなった気がする。進路を決める時期になって、英語教師だった父親の忠告に反対して、体育教師の道を選んだ。それは中学時代の「泳げない水泳部長」先生の姿をみて、「自分も将来、あの先生のように生徒にやさしく、夢を持たせ、挑戦させるような生徒を育てたい」という思いからだったような気がする。

広島大学に進学後は、水泳だけしかできないようでは体育教師としては失格だと思い、泳げないシーズンには、サッカー部や柔道部にも入部し、実技力を育て、中学校か高校の体育教師を夢見た。

特集 九州スポーツ心理学会の20年 ～ 功労賞受賞者による語り～

2. 体育学会に参加し、スポーツ心理学に興味

父親の世話で、大学就職の試験を受けるきっかけができて、思いがけず九州大学に就職することができた。最初は、サッカー部の監督をして体育教師の夢に向かって、学生と汗を流す毎日であった。30歳頃だったか、「もう少し勉強をなさい」と教授にたしなめられた。その後、サッカーでアキレス腱を切ったショックもあり、学位取得を密かに目指すことになる。当時は、教授のもとで、地震で有名になった福岡県の玄界島の漁村、平家の落人の五木や五力荘地区の山村などに子どもの発育測定に行っていた。また、運動療法の研究で少年院や保養院などにも出かけた。ここで発想豊かなワンマン教授からいろいろなことを学んだ。次第に学会に参加するようになり、自分の興味が少しずつスポーツ心理学に向いていった。独自の研究を目指し、最初は態度変容から始まる授業研究やスポーツ行動の変容、運動療法、健康心理、競技心理と変った。米国留学を期に長年の夢であった競技心理に傾き、会報のタイトル「健康と競技の心理」にはその思いが残っている。

3. 功労賞を頂くとは

研究会を思い立ち、それを九州スポーツ心理学会に育て、20年が経過した。「九州の中心たれ」「関東・関西に負けるな」はワンマン教授の口癖でもあった。それらの教えを守り、いわば、この九州スポーツ心理学会の20年は、私の歴史でもある。水泳のオリンピック選手や体育教師を夢見た田舎の少年は、自分の思いをスポーツ心理学に変え、この道を歩いた。ここまでの間には、小学校から大学まで、多くの先生方、そして多くの先輩・後輩から教えられ育てられた。文武両道と言うのが、「教育と研究とスポーツ」を三位一体にさせることをモットーに、九州大学で永年、過させて頂いた。そんな勝手な私に功労賞を与えて頂いた。有難いことである。まだまだ、元気に頑張っています。



関連学会参加記

「九州体育・スポーツ学会の
学生企画シンポジウム」にて発表して
中本浩揮(鹿屋体育大学大学院)

第56回九州・体育スポーツ学会の学生企画「子どもにおける運動・スポーツ実施のあり方について」というテーマの下に発表をさせて頂きました。他学会を含め、同級生達が学会の企画の一部を作り上げて発表する姿には憧れと若干の(かなり?)ジェラシーを感じていた私にとって学生企画での発表は念願でした。学生企画を計画するにあたり、藤原大樹さん(九州大学)を中心に、河津慶太さん(九州大学)、村江史年さん(大分大学)、永井太介さん(大分大学)、古澤小百合さん(佐賀大学)、原克浩さん(熊本大学)というメンバーで話し合いましたが、各々の研究領域も違えば研究内容も全く異なる中でのテーマ決めは、扱うテーマをかなり大きな枠組みで大胆なものにしてみました。

発表当日には、2つのトピックセッションと同時刻という中、多くの学生や先生方に集まっていたことができ、発表30分、質疑応答50分という稀に見る長いディスカッションを有意義に過ごすことができました。企画の意図は、運動・スポーツが子どもの身体的、心理的、社会的要因に与える影響はポジティブな面だけではなく、ネガティブな面があるという従来の知見に対し、ネガティブな面を直視した上で子どもの運動実施の在り方を提案しようという応用に眼を向けるものでした。これに基づき、各発表者は、認知機能を促進するための自発的な運動遊びを誘発する場の設定(中本)、社会性を高めるための競争と協同を取り入れた場の設定(河津さん)、子どものスポーツへの期待構造を把握した上での場の設定(村江さん)という3つの提案をしました。フロアーからの建設的な意見に回答する中で、自身の発表に関して、子どもの教育現場を知らないで現場に提案することの無意味さを感じました。というのも私の主張にはリアルな場や子どもというものが見えず、仮想的な場に仮想的な子どもを置いた味気ない回答になってしまい、現場を知るフロアーの方が納得する説明は到底出来ませんでした。そのため、個人的には企画の意図に対する責務は果たせなかったと反省し、勉強をさせて頂けた機会に感謝する初学生企画の経験となりました。

特に、現場の方の「現象の切り方」を見たことで、現場を知ることの重要性を強く感じる事ができたことは今後の自身の研究の大きな進歩になると感じました。



「九州体育・スポーツ学会」に参加して
山崎将行(九州大学大学院人間環境学府)

私が九州体育・スポーツ学会に初めて参加したのは、大学院の修士1年のころでした。学部生の頃から何度か学会には参加したことがありますが、学部生の頃は学会に参加するだけで、自分自身の研究発表をすることは想像できませんでした。大学院に進学して初めて自分自身の研究発表をしたのが、九州体育・スポーツ学会であり、発表の前にとても緊張していたことを覚えています。それ以来、口頭発表、ポスター発表、学生企画シンポジウム、助成金採択研究と、毎年様々な形で発表をさせて頂いております。私のような学生の研究に対しても、熱心で、暖かな指導やご意見を下さる諸先生方が多く、大変ありがたく思っております。さらに、体育領域ということもあり、分野を越えて研究に対するご意見をいただくことができ、自分自身の研究に対して刺激を多く受ける学会であると思っています。

学生として、九州体育・スポーツ学会に対して思うことは、九州各地から大学院生の参加が多くあり、大学院生同士の交流が広がり、お互いの研究に

対して刺激を与え合うことができるように感じています。学会のプログラムとして、学生企画シンポジウムも行われており、様々な学生とコンタクトをとり、企画を成功させようと各大学院の学生が努力している姿には、自分自身も積極的に関わっていこうと思ひ、毎年、何かの形で企画に携わっております。一つ残念なことは、学生企画に参加する大学院生は、一部の限られた大学院の学生であり、もっと積極的に学生に企画に携わってほしいと思うと同時に、学生企画に携わっているものとして、多くの大学院生ともって交流を深めて、積極的に参加したり、企画運営に意見をしてもらったりできるような環境を作っていく必要があると感じております。

最後になりましたが、貴重なご意見をいただいた諸先生方ならびに分科会の事務局の方々に感謝の意を表します。

「九州スポーツ心理学会」に参加して

山崎将幸(九州大学大学院人間環境学府)

私が九州スポーツ心理学会に参加しはじめて、5年が経過しております。初めて参加したのは学部の3年生の時で、清水安夫先生をはじめとする「桜美林大学一行」の一員としてでした。この時が学会というもののはじめての参加であり、スポーツ心理学について学びはじめたばかりの私にとっては、競技選手を対象にしたものだけでなく、様々なスポーツやその他運動に関する心理的現象を扱った研究があり、研究に対する視野を広げるといっても、大変刺激を受けたことを覚えています。私が研究の道へ進むことのきっかけになった学会といっても過言ではないと思ひます。

学部3年以後、毎年参加させていただいており、私自身の研究発表についても修士1年の頃からポスター発表やシンポジウムなど様々な形で行わせていただいております。研究発表をするたびに、諸先生方には研究への興味をもっていたいただき、とても暖かいご指導、ご意見をいただくことができ、次の研究活動に対するアドバイスとして大変ありがたいことであると感じしております。

私が学生の立場として、九州スポーツ心理学会のよいところを考えてみると、運動・スポーツ心理学領域における偉大な先生方が多く、その偉大な先生方と間近で接することができ、学生に対しても研究への建設的な意見をもらえることができる点だと思ひます。日本全国の学会を考えても、このような学会は九州スポーツ心理学会だけであると感じております。

最後になりましたが、九州スポーツ心理学会への参加、研究発表から多くのことを学び、多くの出会いを経験し、現在まで研究活動を進めて参りました。今後も精力的に研究活動を行い、九州スポーツ心理学会の発展に貢献できるよう努力していきたいと思ひます。また、貴重なご意見をいただいた諸先生方ならびに分科会の事務局の方々に感謝の意を表します。

「日本教育心理学会第49回総会」に参加して

西田順一(群馬大学)

2007年9月15日から17日まで文教大学越谷キャンパスにて開催された日本教育心理学会第49回総会に参加しました。今回の大会は、ポスター発表730件、自主シンポジウム43件と例年にも増して多数の発表であったと思ひます。昨年本学会大会に参加した際に、発表数がとても多く戸惑い、事前に抄録を熟読し、聞きたい発表の場所にピンポイントで行かなければ、成果が得られないことを体感しました。そこで、今回は興味深い発表を逃さず聞くことができました。

本稿では、研究発表をじっくりと聞けた興味深い発表を御紹介することにします。興味を持った研究は、高知学園短期大学の吉村斉先生がなされた「競技種目の特性により規定される部員の自己表現・主張と主将のリーダーシップの関係」です。吉村先生は、体育・スポーツを専門としているのではなく、心理学の立場から研究しておられ、独自の新しい視点からスポーツ集団のリーダーシップについて捉えています。近年、多くの論文を発表され、精力的に研究なされております。ここでは、競技種目の特性を個人種目と団体種目とに分類し、その違いによるリーダーシップの発揮の仕方の違いに着目していました。吉村(2005)のリーダーシップ尺度からリーダーシップの類型化を行い、とりわけ、団体種目では指導の圧力が低く、消極的指導型のもとでは部活への満足感が低かったことが示されておりました。また、団体種目では、他者との連携が不可欠であり、リーダーシップの影響力が大きく現れたのではないかと考察しておりました。

本学会大会は、私にとっては、研究情報や研究手法を仕入れる為の学会、つまりインプット学会としてこれまで位置づけてきましたが、インプットと同時に積極的にアウトプットを行い、自分の研究も発表していきたいという気持ちにさせられました。2008年10月11日(土)~13日(月・祝)までの日程にて東京学芸大学で第50回総会が開催されます。



「日本野外教育学会第10回大会」に参加・発表
して

渡壁史子(山口短期大学)

第10回を迎えた日本野外教育学会は、6月16日・17日に第1回大会と同じ国立オリンピック記念青少年総合センターで行われました。その前日(15日)、文化女子大学を会場に10周年記念事業「自然が教える、自然が育てる、チャレンジの世界」が開催されました。そこでは、日本における野外教育理念の普及や活動の振興に功績を残されたプロスキーヤーの三浦雄一郎氏と登山家の田部井淳子氏を迎え、記念スピーチと交流会が賑やかに催されたということでした。

さて、今回は「野外教育のさらなる発展をめざしてー野外教育が子どもを変えるー」というテーマを掲げた大会でした。研究発表数は47本。私は、発展し続けている地域キャンプの継続理由を大人の価値意識に着目し、質的研究法を用いた報告をしました。研究発表全体の傾向としては、アンケートを用いる量的データを扱った報告だけでなく、被験者の記述や観察によるデータで検証する質的研究法を用いたものが増えてきた、ということです。

それから、今回とくに10回大会という節目を意識しての企画は、分科会形式で行われた討議でした。4つの分科会にわかれ、それぞれ「野外教育100年発展の変遷」、「なぜ『野外』なのか『自然』なのか」、「野外教育研究の独自性と可能性」、「『日本型野外教育』を考える」というテーマで行われました。

この企画は、「野外教育を体験することによって、何が得られるのか」というこれまで積み重ねてきた効果検証の成果を、そろそろ学会全体とし

て整理していこう(社会に対してその価値を認識させるような研究の集約をしよう)ということでもありました。しかし、分科会とその後の全体会の討議に参加しながら、それが決して簡単なことではないと痛感しました。

日本で教育的なキャンプが始まってから約100年、そして野外教育に関する本格的な研究が始まってから約40年、ある程度の成果を整理する時期ではあるかもしれませんが、変化していく社会や子どもの育ちをじっくり見据えた研究が、まだまだ必要だと感じた今回の学会でした。

「SPSS DIRECTIONS Japan 2007」に参加して
西田順一(群馬大学)

2007年11月8日から9日までの2日間、東京ドームホテルで開催されたSPSS DIRECTIONS Japan 2007に本学の大学院生と共に参加してきました。以前から長い間、ずっと興味を持っていたのですが、タイミングがなかなかあわず参加することができず、今回が初めての参加でした。多くの企業関係者、大学関係者などを集め、盛大に開催されていました。セミナーは、チュートリアル、アカデミック、ビジネス、ビジネス という4つの領域に分かれ、SPSSの新ツールの紹介や応用的な統計手法の紹介などが盛り込まれていました。福岡大学の山口先生とも久しぶりにお会いする機会ともなり、有益な時間となりました。来年も是非、続けて参加したいと考えております。



European College of Sport Science (ECSS) にて発表して

木内敦詞 (大阪工業大学)

2007年7月11～14日の4日間、ヨーロッパ・スポーツ科学会 (12th Annual Congress of the European College of Sport Science: ECSS) がフィンランドで開催されました。会場のユバスキュラは、湖の畔にある自然に囲まれた美しい町です。60カ国から1300の演題があり、発表者の上位三国はフィンランド135・イギリス124・日本121とのこと。日本人は大健闘です。

さて、今回のECSS参加で考えたことが1つあります。いい発表とは？ということです。日本のある学会とECSSとの交流セッションがあり、2名の日本人研究者が発表されました。両名ともある領域における優れた研究業績と留学経験をお持ちです。A氏は流ちょうな英語で気の利いたジョークを織り交ぜながら、そつなく発表されていました。一方のB氏は、日本人が聞いても下手な英語で、しかも興奮状態のせいか too loud な発声で、耳が痛いくらいでした。ところが、私にとっては、下手な英語ながらも、一言ひとこと、自分の研究からわかったことをみんなに聞いてもらおうと、懸命に発表されるB氏の発表の方が、他領域ながらもその要点は十分理解できましたし、彼の研究に対する姿勢をかいま見たような気もしました。私にとってはB氏の発表の方が だったわけです。ただ、私はここで英語力を高めることを否定するわけではありません。ECSSではポスター発表にも約2分間の簡単な口頭説明が義務づけられていますし、その後、英語でしっかり討論しなければなりません。当の私の発表はといえば、研究デザインのことに関する質問にはそれなりに回答できたものの、研究結果に関する質問に対して、まったく違うことを答えたようです。「英語力の低いこいつにこれ以上のことを聞いても仕方がない」と判断されたのでしょうか。以後の質問はありませんでした。英語力を鍛えることは、海外の研究者と討論し、研究の質を高めていくうえで、やはり極めて重要だということです。ですが、私たち日本人が海外で研究発表するとき忘れてはならないのは、「英語を発表する」のではなく、あくまでも自身の「研究を発表する」のだという意識と態度を強く持つこと。それを、先述の交流セッションにおける好対照な日本人研究者から学んだような気がします。

私はこれから毎年、このECSSの発表でヨーロッパ各国へ行くことを強化子に設定し、心理学に基づいた健康教育・スポーツ教育を実践していきたいと考えています。来年のECSSはポルトガルのエストリルで7月9～12日に開催されます(抄録締切は2008年2月末)。九州スポ心会員の方々と、ヨーロッパでもいっしょにお酒を飲めればいいなと思います。



「日本スポーツ心理学会」に参加して

船橋孝恵 (九州大学大学院人間環境学府)

2006年の沖縄大会は都合がつかずお休みしましたが、日本スポーツ心理学会はわたしが最も高頻度で参加している学会のひとつです。

初めて日本スポーツ心理学会に参加したのは、修士課程2年の大阪大会でした。学生企画のシンポジストとして声をかけていただきましたが、準備段階ではすっかり周りに頼り切って当日を迎えました。二日目の朝一番にもかかわらず、多くの先生、学生さん方が会場に足を運んでくださり、嬉しい反面怖気づいてしまったことを覚えています。人前で話すことが大の苦手である自分にとって、これ以上の緊張は経験したことがない、というくらいに緊張していました。しかし、多くの方々に参加していただき、意見交換をしたことは私にいくらかの自信と貴重な経験をもたらしてくれました。

続く早稲田大学での大会にも学生企画の司会として関わることになりました。福岡大学（現在、国立スポーツ科学センター）の織田さんとは、多くの意見交換をしました。シンポジストや企画スタッフと様々なアイデアを出し合い、疑問を共有することができるシンポジウムを目指しました。反省点も多く残りましたが、ここでも貴重な経験をさせていただきました。2度の学生企画を通して、少し、人に何かを伝える方法を学んだように感じます。

私の日本スポーツ心理学会の記憶の多くはこのように学生企画が占めていますが、ポスター発表やラウンドテーブルディスカッションでも、自分の研究領域以外の研究が数多く発表されており、それらに触れることで大きな刺激を受けていることも事実です。昨年の東京工業大学での大会は、外国人研究者を迎えた英語のみのセッション、メンタルトレーニングのセッションなどに参加し、興味深いディスカッションに時間を忘れてしまいました。この学会で知り合った学生さんや先生方と久しぶりに顔を合わせ、近況や研究の話だけでなく、将来のことや研究以外のことへと話題が広がることもしばしばです。福岡を離れた私にとって、日本スポーツ心理学会は研究発表をする・見るだけではない学会になりそうです。

「日本スポーツ心理学会」に参加して

山崎多瑛

(福岡大学スポーツ健康科学研究科)

平成19年11月23日（金）～11月25日（日）に東京工業大学において開催された、日本スポーツ心理学会第34回大会に今回初めて参加しました。他学部出身の私にとってスポーツ心理学研究室での生活は、良い刺激を受け、とても充実した日々を送ることができました。そのような生活の中で、同大学院の先輩方より、日本スポーツ心理学会大会に参加すると伺い、日本スポーツ心理学会に参加することを楽しみにしていました。「様々な研究発表が聞ける」という期待と、「理解できるだろうか」という不安を抱き、日本スポーツ心理学会大会に参加しました。

話に向っていたとおり、口頭発表においても、ポスター発表においても興味を引く発表が多数あり、「理解できるだろうか」という不安よりも、「理解できないことを聞かなくてはいけない」という気持ちのほうが先行し、無我夢中で質問して

いたように思います。その際には、発表されていた先生方や、学生の方々も嫌な顔ひとつせず、理解できるまで説明していただきました。そして、このような学会をとおして、改めて自己の研究の位置づけや、他大学の先生方や学生の方々の研究に対する姿勢など、研究内容のみならず、研究者としての“心構え”を教えていただいているように感じました。また、今回の学会に参加して、他大学の先生方や、学生の方々からの良い刺激を受け、次回の日本スポーツ心理学会第35回大会では、発表したいと強く思いました。

最後になりましたが、学会事務局を運営された東京工業大学の皆様に、このような貴重な機会を与えていただいたことに感謝申し上げたいと思います。

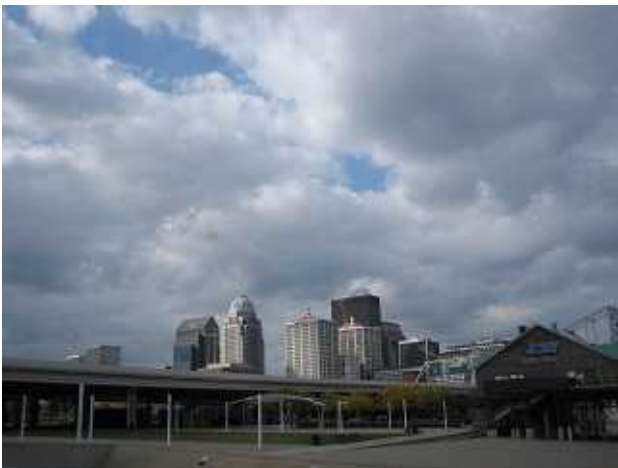
「国際応用スポーツ心理学会」に参加して

村上貴聡（東京理科大学）

2007年度の学会は、米国ケンタッキー州ルイビルで、10月24日 - 27日の日程で開催されました。AASPは1986年に第1回大会を開催して以来、毎年北米各地で実施されてきました。世界各国から多くの研究者や実践者が参加し、スポーツ心理学の応用的研究が報告されています。ただ、今年は地方都市で開催されたこともあり、例年に比べると参加者がやや少ない気もしました。日本からは、高妻先生の東海大学グループ5名、宮崎先生（青山学院大学）立谷先生（国立スポーツ科学センター）、笠原先生（作新学院大学）と、私を含めた計9名の参加でした。

学会では、現場での応用を目的としたワークショップが数多く実施され、研究発表はポスターと口頭発表に集中していました。今年のキーワードは「パラリンピックとスポーツ心理学」というテーマであり、パラリンピックのバスケットボール米国代表選手の話は大変興味深く聞かせていただきました。ワークショップではチームワークを高めるストラテジーやリーダーシップに関するテーマも多く見受けられ、非常に参考になりました。ポスターについては計138件の発表があり、会場の雰囲気はくつろいで自由なものでありました（なんとポスター会場でビールやソフトドリンクが販売されています！）が、発表者に対する積極的な質問や意見の交換が行われ、熱気に溢れていました。特に最近のポスターはデザイン

も凝っているものが多く、それぞれの研究者が自分の研究をアピールしたいという気持ちが強く感じられました。また、今回の学会では7年前に九州スポーツ心理学会で講演をされたダニエル・スミス氏（現Cerritos College）と再会し、テニスの話題など思い出話に花が咲き、懐かしかったです。最後になりますが、2008年のAASPはミズーリ州セントルイスで開催予定です。次回は今回よりも多くの日本の研究者にも参加していただきたいと期待しています。



「日本認知療法学会」に参加して
平木貴子(国立スポーツ科学センター)

平成19年10月22・23日 品川区立総合区民会館「きゅりあん」にて日本認知療法学会が行われ、昨年度に引き続き参加させていただきました。

二日間の学会スケジュールの中で、もっとも私が面白いと思ったセッションは、23日（火）に行われた『精神療法のエビデンスを批判的に吟味してみよう』という特別レクチャーでした。

この特別レクチャーでは、本当に有効な治療法とそうでないものとをどのように区別することができるのか、どのようにすれば自分の臨床がやっている「つもり」以上のものであることを保証できるのかといったことをテーマに行われていました。エビデンスを吟味する際の視点としてPECO（ペコ）が紹介されていました。自分が参考にしているエビデンスについて：

- P (patient : 患者) ... どういう患者に対して行われたものか？（治療への割り付けは無作為に行われていたか、症状・年齢・性別・国籍など適用しようとしているクライアントと比較して差異がないか）
- E (exposure : 暴露) ... どういう介入を行っているのか？（注：exposureは認知行動療法の技法の一つ）
- C (comparison・control : 比較・統制) ... どういう比較対象群やコントロール群を設定しているのか？（全く介入していないのか、他の心理療法を行ったのかなど）
- O (outcome : 結果) ... どのような結果であったのか？

について検討し、目の前のクライアントにどのくらいそのエビデンスが活かせるのかをしっかりと吟味することが重要であるということでした。

認知行動療法とメンタルトレーニングでは相違点はいくつもありますが、エビデンスを元に構成されているという点では変わりがないと個人的には思います。自分の活動を振り返れば、PECOに沿って十分エビデンスを吟味できていなかったのではないかと反省点ばかりが目につきます。しかし、PECOを満たすエビデンスがメンタルトレーニングにおいて、さらに日本人を対象として、どのくらいあるかということかなり少ないのではないかと思います。資格を持った専門家として、対象と技法を照らし合わせて吟味した上でサポートを実施し、実施後も本当に自分の行ったサポートは目の前の選手にとって適切だったのかと振り返ることは重要なことです。もちろん第一に選手が尊重されるべきですが、メンタルトレーニングの質の向上において重要なことは、私たちが行っているサポートや研究を形にし、共有することだと思います。サポートを行っている皆様、5年先・10年先を見据えながら活動され、質の良いサポートにつなげるための実践研究や事例研究が今後数多く出てくることを切に望み、また自分自身も精進してまいりたいとこの学会に参加し、強く感じました。

執筆論文紹介

博士論文紹介

清水知恵（福岡教育大学）

今ふりかえってみると、生まれてから、睡眠時間の最も少なかった一年でした。睡眠時間と論文、日々の肉体労働系の仕事との調整が上手く付かなかった、自己の体調管理の悪さを感じます。記憶といえば、落第生の私を励ましなが、必死でご指導して下さいました橋本先生の思いに報いることも出来ないまま、急性気管支炎で予備審査直前まで入院し、薬を飲みくらくらしながら審査を受ける事態になってしまったこと。また、最後の本審査間近に、急性胃潰瘍になり緊急入院したこと。審査後すぐ、立て続けの入院が2回あったこと。などが思い出されます。完成まで時間のかかった私にとって、博論での体験は、回想を許される記憶段階まで未だに加工されていない状態です。

そのようなわけで、今回は、本題の論文概要を中心に報告させて頂こうと思います。

「論文タイトル」

舞踊における動きの質的变化に伴うボディ・イメージの変化 - 舞踊セルフ・エフィカシーの役割 -

本博士論文は、舞踊の動きを用いたボディ/マインド・アプローチによって、自己概念の下位概念として位置づけられるボディ・イメージおよびセルフ・エフィカシーといった心理変数の肯定的な変化を促すことを意図した研究である。このテーマの背景には以下のことがある。

踊るという体験においては、その体験をする前と後で、体験者に大きな変化が見られることが頻繁にある。これまでの研究から、舞踊におけるさまざまな技術習得過程での成功体験は、踊ることに対する自信を高め、ひいては自己に対する見方や感じ方に変化を生じさせ、自己イメージおよび自己のボディ・イメージといった自己を形成している概念においても肯定的な方向へ変化させている可能性が示唆されている。

このことを明らかにするにあたり、本研究では以下の3つの仮説を立てた。第一に、同じ身体活動でも、舞踊の方が、一般的なスポーツ種目と比較して、より効果的なボディ・イメージ変化をもたらす。第二に、動きの質をコントロールした舞踊ムーブメントの体験は、より大きな動きの質的变化をもたらす。舞踊セルフ・エフィカシーおよびボディ・イメージに顕著な影響を及ぼす。第三に、動きの質をコントロールした舞踊ムーブメントの体験が、ボディ・イメージへの影響を及ぼす際に、舞踊セルフ・エフィカシーが媒介する役割を担っている。

仮説を検証するにあたってはモデルとなる理論が必要であると考えられるが、これまでの舞踊を用いたボディ/マインド・アプローチ研究では、動きや動き方とボディ・イメージの関係を調べた研究は見当たらず、仮説モデルも存在しない。そのため、運動によるボディ・イメージ変化の仮説的モデルを一部参考とし、ボディ・イメージの変容過程を明らかにすることを試みた。また、良質な舞踊フレーズを作るため、動きの質に関する理論に基づき、力性、時間、空間、流れの動きの要素を含む、動きの質を高める「学習用舞踊ムーブメント」の作成を試みた。この舞踊ムーブメントは一般の授業プログラムの一部にあたるものであり、そのプログラムの効果についても併せて検証した。

以上より、本研究では、ボディ/マインド・アプローチの観点から、舞踊によるボディ・イメージの変化を検討することを目的とした。また、その際、舞踊のボディ・イメージの変化に及ぼす舞踊セルフ・エフィカシーの役割についても検討した。

博士論文紹介(つづき)

清水知恵(福岡教育大学)

具体的な章構成は、以下の通りである。

- 第1章 舞踊におけるボディ・イメージの変化とセルフ・エフィカシーの関係
- 研究 接触・連動型舞踊ムーブメントに伴うボディ・イメージの変化 舞踊と一般スポーツ種目の比較
- 研究 接触・連動型舞踊ムーブメントに伴うボディ・イメージの変化とセルフ・エフィカシーの関係
- 接触・連動型舞踊ムーブメントの体験が、一般のスポーツ種目より顕著なボディ・イメージ変化をもたらすかどうかについて検討すると共に、セルフ・エフィカシーとの関連性についても検討した。
- 第2章 舞踊セルフ・エフィカシー尺度(ISED)の作成
- 研究 尺度項目の精選および尺度作成
- 研究 舞踊セルフ・エフィカシー尺度(ISED)の信頼性と妥当性の再検討
- 舞踊セルフ・エフィカシー尺度の開発を試み、信頼性と妥当性検討した上で、尺度の作成を試みた。
- 第3章 舞踊における動きの質的变化に伴う舞踊セルフ・エフィカシーおよびボディ・イメージの変化
- 動きの質に関するラバン理論を背景に「学習用舞踊ムーブメント」を作成し、コントロール群を設定した5週間の介入研究により、その有効性について検討するとともに、舞踊セルフ・エフィカシーにおける介入効果を検討した。
- 第4章 舞踊における動きの質的变化に伴うボディ・イメージの変化 - 媒介変数としての舞踊セルフ・エフィカシーの役割 -
- 3章を踏まえた上で、ボディ・イメージ効果をより顕著にもたすため、7週間への期間延長し、方法論を再検討し、同様の研究を行い介入効果について確認した。さらに、舞踊の動きの質的变化がボディ・イメージの変化をもたらす際に、舞踊セルフ・エフィカシーが媒介しているかどうかについて検証した。

本研究で得られた知見

- 舞踊セルフ・エフィカシー尺度(ISED: Inventory of Self-efficacy for Dance)の開発
舞踊における独自のセルフ・エフィカシー変化を検討することが可能な、舞踊セルフ・エフィカシー尺度(ISED: Inventory of Self-efficacy for Dance)を開発した。この尺度の開発研究は、舞踊の動きを用いた介入研究の発展に繋がるものであり、わが国における舞踊における動きを用いた研究分野の発展に大いに貢献するものと思われる。
 - 「学習用舞踊ムーブメント」の有効性
「学習用舞踊ムーブメント」による動きの質的向上のための体験が、学習者の舞踊セルフ・エフィカシーおよびボディ・イメージに対して肯定的影響を与えたことから、「学習用舞踊ムーブメント」の有効性が示唆された。
 - 舞踊セルフ・エフィカシーは媒介変数としての役割
動きの質的体験に伴うボディ・イメージの変化においては、舞踊セルフ・エフィカシーの媒介変数としての役割が検証された。
- 以上のまとめとして、舞踊における動きの質的体験を用いた介入研究においては、介入の独立変数である動きの質を問う必要性があり、質の良い動きの体験が、舞踊セルフ・エフィカシーおよびボディ・イメージに明確な変化を生じさせるという新たな知見を提示した。

付記:

本学位論文の完成にあたり、長年にわたって温かい励ましと御指導を賜りました九州大学健康科学センターの橋本公雄教授、ならびに貴重なご助言を賜りました諸先生方に、この場をおかりして心より御礼申し上げます。

研究アラカルト

ヨーロッパ滞在記

清水安夫(桜美林大学健康福祉学群)

2006年9月から2007年の9月までの1年間、オランダのライデン大学(Universiteit Leiden)のStan Maes教授の下で勉強をさせていただいた。短い期間であったが、ヨーロッパの大学における研究スタイルや大学システムに触れる機会が得られ、異文化における心理学の動向を知ることができた。また、滞在期間中、ヨーロッパで開催された3つの学会に参加する機会が得られ、様々な刺激を受けた。

日本では、イギリス、ドイツ、フランスなどのヨーロッパの大国に比べて、少々マイナーな感のあるオランダではあるが、とりわけ九州とは縁が深い。1600年に豊後国(大分県臼杵市)にオランダのデ・リーフデ号が漂着し、徳川家康がこれを厚くもてなしたことから、日本とオランダの外交関係は始まった。江戸時代の鎖国体制下において、数少ない交易国の一つであり、当時のヨーロッパの学問や科学技術が蘭学として伝わったことは、広く知られるところである。興味深いことに、オランダの国土面積は、ほぼ九州と同じ41,000km²(九州は39,900 km²)で、人口も1600万人(九州は1300万人)ととても類似している。特に、私が滞在していたライデンの街は、日本に西欧医学を伝えたシーボルトが、長崎の出島からヨーロッパに戻り、晩年を過ごした所である。現在でも街の中心にはシーボルト博物館があり、彼が日本から持ち帰った沢山の歴史的資料や動植物の剥製が所蔵されている。当時の史料から、長崎の街の先進的な情景を見ることができ、九州スポーツ心理学会の皆様には、大変興味深い所であると思う。また、すでに日本では絶滅してしまい、現在では見ることの出来ない動植物が保存されているため、日本人にとっては、何かノスタルジーを感じる所でもある。

ライデン大学で印象的だったことは、日本における心理学の研究手法との相違や大学における評価システムの違いである。まず、研究方法の特長は、介入研究(intervention)やコホート研究をとっても高く評価する傾向にあること。また、統計的な分析においては、余り細かい数値にこだわらないことや技巧に凝らないことが挙げられる。例えば、日本では、心理的指標を作成する際、探索的因子分析を行い、検証的因子分析を行い、信頼性係数を算出し、妥当性と信頼性を確かめて...というのが主流のようであるが、概してライデンでは、探索的な因子分析を行い、信頼性係数を算出して終了。細かい適合度指標の数値などは必要としないとのこと。むしろ、項目の内容や構成因子による全体的な整合性について厳密なチェックが入る。分析方法の流行も違うようで、日本で流行?の共分散構造分析よりも、重回帰分析の方が主流であった。これはオランダの心理学が異なるという訳ではないようで、国際誌での傾向と考えると良いようである。そもそも、オランダは小国家なので、国内の学会というものが意味を持たず、研究雑誌も国際雑誌が基本となっているからである。次に、大学における研究者の評価が競争原理を基本としたシステムであること。例えば、大学院生は研究者扱いをされており、研究業績を上げる事が出来るよう、ひたすら論文執筆に勤んでいる。

研究アラカルト（つづき）

ヨーロッパ滞在記

清水安夫（桜美林大学健康福祉学群）

競争原理は、必ずしも良い成果だけを生み出す訳ではないが、結果として教授陣は熱心に院生の研究指導を行い、それに学生も応えようと必死であった。また、掲載雑誌のインパクトファクターが重要な意味を持つ世界なので、院生たちは常に研究の最新動向を探り、緊張状態にあった。しかし、博士課程の修了者が、ギリシャ、カナダ、コスタリカなどの大学に次々と就職して行く姿を見て、グローバル・スタンダードの実力を羨ましく思った。

ライデンに滞在中、ヨーロッパにおける心理学、スポーツ科学に関する3つの学会に参加する機会を得た。2007年7月に開催された、第10回ヨーロッパ心理学会（10th European Congress of Psychology in Prague, Czech Republic）、第12回ヨーロッパ・スポーツ科学会（12th European College of Sport Science in Jyväskylä, Finland）と2007年8月に開催された第21回ヨーロッパ健康心理学会（21st Congress of European Health Psychology Society in Maastricht, The Netherlands）である。チェコ、フィンランド、オランダと3つの国を転々とし、様々な言語が飛び交うヨーロッパの学会の醍醐味を感じた。各学会とも、ヘルスプロモーションを意図した行動科学的な研究発表が盛んに行われており、スポーツや身体活動の意義や可能性について改めて考えさせられた。幸運なことに、バンデューラ先生（Albert Bandura）やサリス先生（James F. Sallis）の講演を拝聴する機会にも恵まれ、心理学の予防医学的な意義や社会環境学的な意義を改めて実感することが出来た。いずれの学会も参加費は高いが（院生を含む学生は格安でお得です）、昼食や午前・午後のティータイムなどサービス満

点で、うっとりするような学会ばかりであった。ECPは隔年で開催、ECSSとEHPSは毎年開催である。各学会の次回開催は、ECPは2009年にノルウェーのオスロ、ECSSは2008年にポルトガルのエストリル、EHPSは2008年にイギリスのバースである。旅行のついでに参加してみても如何でしょうか？



2008年 関連学会大会日程

学会名	開催日	大会会場
日本健康支援学会	2月23日～24日	九州大学西新プラザ(福岡市)
メンタルトレーニングフォーラム イン 福岡	3月7日	福岡大学セミナーハウス(福岡市)
九州スポーツ心理学会 第21回大会	3月8日～9日	福岡大学セミナーハウス(福岡市)
ランニング学会 第20回大会 in 群馬	3月28日～30日	群馬大学荒牧キャンパス(群馬県前橋市)
日本野外教育学会 第11回大会	6月16日～17日	びわこ成蹊スポーツ大学(滋賀県)
日本ストレスマネジメント学会 第7回大会	7月下旬	場所未定
日本体育学会 第59回大会	9月9日～12日	早稲田大学西早稲田キャンパス(東京都新宿区)
日本健康心理学会 第21回大会	9月12日～13日	桜美林大学(東京都町田市)
日本心理学会 第72回大会	9月19日～21日	北海道大学(北海道札幌市)
AASP(応用スポーツ心理学会)	9月24日～27日	The Galt House Hotel & Suites(St.Louis, Missouri)
日本教育心理学会 第50回総会	10月11日～13日	東京学芸大学小金井キャンパス(東京都小金井市)
SPSS Directions Japan 2008	10月21日～22日	東京ドームホテル(東京都文京区)
日本学校保健学会 第55回大会	11月14日～16日	愛知学院大学楠元キャンパス(愛知県名古屋)



事務局ニュース

1. 「九州スポーツ心理学会第21回大会」 開催のお知らせ

九州スポーツ心理学会第21回大会が下記の要領で
開催されます。

「九州スポーツ心理学会第21回大会」

テーマ：

「チームマネジメントのための心理学」

【大会概要】

開催日 2008年3月8日（土）13時開始
9日（日）15時まで

場 所 福岡大学セミナーハウス

〒810-0044 福岡市中央区六本松3丁目4番20号
TEL 092-751-8141

内 容

特別講演「女子バスケットボールにおける
チームマネジメント」
吉村明（中村学園女子高校）

シンポジウム

「運動学習と競技力向上」

「行列のできる健康支援」

ワークショップ

「チームビルディングの理論と実際」

「認知行動療法と

動機づけカウンセリングの基礎」

学生企画

ポスター発表 など

2. 「メンタルトレーニングフォーラム イン 福岡 ー第2回大会ー」開催のお知らせ

九州スポーツ心理学会第21回大会の前日にメンタ
ルトレーニングフォーラム イン 福岡ー第2回大
会ーが開催されます。

「メンタルトレーニングフォーラム イン 福岡
ー第2回大会ー」

【大会概要】

開催日 2007年3月7日（金）
10:00～受付 10:30～16:00開催

場 所 福岡大学セミナーハウス

〒810-0044 福岡市中央区六本松3丁目4番20号
TEL 092-751-8141

内 容

レクチャー「競技で自信を高めるための理論
と具体的方法」

研修1 「MT指導事例の検討
トップラグビー選手の指導の実際」

研修2 「グループディスカッション」

3. 連絡先・所属先変更に関するご案内

ご連絡先や所属先等に変更がございましたら、
「九州スポーツ心理学会入会申込み・連絡先等変更
用紙」にご記入の上、学会事務局までご連絡くださ
い。宜しくお願い致します。



《 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。平成20年3月8日～9日には、福岡市で第21回大会が開催されました。

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 〒820-8502 福岡県飯塚市川津680-4
九州工業大学情報工学部 人間科学講座内
九州スポーツ心理学会事務局 磯貝浩久 宛
TEL&FAX:0948-29-7872
E-mail: kssp@fukuoka-u.ac.jp

あとがき

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12号をお届けいたします。

さて、本号は非常に興味深い2つのトピックを中心に構成しました。第1には、先の学会大会において学会功労賞を受賞された3名の先生方の御感想です。この稿では、スポーツ心理学研究に着手したきっかけや今日までの取り組みについてご執筆を頂きました。ここでは、まだ学問として、体系化されていなかった時代において、スポーツ心理学研究に熱意を持って臨まれ、着実に研究を積み上げ、学問として確立するまでの軌跡の一部が記されていたように思います。また、本会報の「健康と競技の心理」という名称の由来にまつわるエピソードも語って頂きました。

本特集記事を拝読させて頂き、功労賞を受賞された先生方の歩みは、正に日本のスポーツ心理学の歩みであると感じました。先生方の並々ならぬ熱意とご努力に敬意を表したいと思います。また、私どもが大学の職にてスポーツ心理学を教育・研究できているという現状も功労賞を受賞された先生方、すなわち、この分野を開拓・発展させてこられた大先輩方の御蔭だと考えております。重ねて感謝申し上げます。

ところで、佐久本先生におかれては昨年11月に自然桔梗をわずらい入院され、身体的・精神的に非常にきつい状況であった中で、本特集記事のためにご執筆頂き、御礼申し上げます。

本稿の第2のトピックは、学会会員による海外での活躍です。大阪工業大学の木内先生は European College of Sport Science (ECSS) に、そして東京理科大学の村上先生は国際応用スポーツ心理学会 (AASP) にそれぞれ参加・発表し、そして桜美林大学の清水先生はオランダに1年間留学され、ヨーロッパの最新の健康心理学を学んでこられました。近年では、九州、日本という枠組みを越えて、海外において研究成果を公表し、また新しい刺激的な研究について学ばれておられる先生方が増えてきているように思います。本NLでは、今後も海外における最新の研究情報等をお伝えしたいと考えておりますので、情報をお持ちの先生方には是非、その旨を群馬大学・西田順一 (junichi@edu.gunma-u.ac.jp) までお知らせ頂きたいと思っております。

最後になりましたが、お忙しい中、快く本NLの御執筆を頂きました先生方および大学院生の皆様、誠にありがとうございました。厚く御礼、申し上げます。

(西田順一)

