



# 健康と競技の心理

## Psychology of Health & Sport

### 目次:

◇ 特集 第22回を振り返って	2
・第22回を終えて	3
・シンポジウム I II	4
・フォーラム	6
・学生企画	7
・ポスター発表	8
・初参加者の声	9
・第22回大会プログラム紹介	10
◇ 執筆紹介	12
◇ 2009年 関連学会大会日程	14
◇ 九州スポーツ心理学会紹介	15
◇ 九州スポーツ心理学会新理事体制	16
◇ あとがき	17



# 特集

## 「九州スポーツ心理学会 第22回大会を振り返って」

九州スポーツ心理学会第22回大会が下記において開催されました。本号では、第22回大会を振り返り特集したいと思います。(詳細プログラムは、10ページをご覧ください)

日時 平成21年3月7日(土)・8日(日) 会場 九州共立大学スポーツ学部A館、B館

### 大会テーマ：『スポーツ心理学の社会的貢献』

#### 【特別講演】



#### 【フォーラム】



#### 【シンポジウム】



#### 【学生企画】



#### 【ポスター発表】



## 第22回大会を終えて

磯貝浩久（九州工業大学）

九州スポーツ心理学会第22回大会は、平成21年3月8日、9日の二日間の日程で九州共立大学において開催されました。前日には3回目となるメンタルトレーニングフォーラムが行われました。大会は会員の割合などから基本は福岡市で開催し、3年に一度は福岡市以外の地で開催する慣例になっていて、これまで鹿児島、熊本、宮崎で大会が行われています。今回は北九州市の良さも知ってもらおうと、3年前にスポーツ学部を新設した九州共立大学での開催となりました。遠方からのアクセスを心配していましたが、多数の会員に参加して頂きました。

さて、初日の特別講演では、佐藤先生に世間学からみたスポーツについて講演して頂きました。日本には欧米のような社会は存在せず、世間と呼ばれる社会関係で成り立っているというお話は新鮮であり、世間の中で行われているスポーツ行動はきっと欧米と異なるのだらうと感じました。シンポジウムでは、北京パラリンピックに出場した洞ノ上選手と内田先生のご夫妻に山崎先生を交えて、アダプテッドスポーツへの心理的サポートのあり方について議論されました。洞ノ上選手の競技に対する熱意がひしひしと感じられ、それを妻と心理学者の両方の立場からサポートされた内田先生の姿に清々しさを覚えました。もう一つのシンポジウムでは、大学体育を活用した健康づくりについて、木内先生と清水先生にお話して頂きました。我々会員の多くは体育授業を担当していますが、授業実践で活かせる沢山のヒントが得られたように思います。

フォーラムIのJISSの心理的サポートの実際では、九州出身のJISSスタッフの織田先生と平木先生から具体的なサポート内容に関する興味深いお話を聞かせていただきました。フォーラムIIでは、ウォーキングを用いた健康づくりの取り組みについて、平島先生、藤原先生、堀田先生、竹中先生に地域における具体的な取り組みについてお話頂きました。どちらのフォーラムも実践的な内容で、現場に関わる楽しさと難しさの両方を感じました。学生企画ではコミュニケーションの能力について議論され、19演題のポスター発表では急遽ショートプレゼンテーションをしてもらうことにして、より活発に議論して頂いたように思います。そして、学会のメインイベントとも言える懇親会には、例年通り多くの方に参加して頂きフグなど玄海灘の幸と美味しいお酒を堪能して頂きました。このように振り返ってみると、何とか盛会のうちに大会を終了することができたのではないかと思います。参加して頂いた皆様にこの場をお借りして感謝申し上げます。

本大会は北九州連合事務局の最後の大会でしたが、山本会長、橋本副会長、理事の先生、事務局スタッフ、学生スタッフのご協力のお陰で大過無く運営できました。関係の皆様にご心より感謝申し上げます。来年からは、杉山先生を中心とする九州大学の事務局の先生方が本学会をよりいっそう盛り上げてくださることを期待しております。

## シンポジウム I 「アダプテッドスポーツへの心理的サポート」

演者：洞ノ上浩太（Team SUNDISK） 内田若希（福岡県立大学） 山崎将幸（九州大学大学院）  
司会：磯貝浩久（九州工業大学）

洞ノ上浩太（Team SUNDISK）

今回のシンポジウムでは、車いす陸上競技を始めたきっかけや北京までの道のり、メンタルトレーニングの効果等の話をさせていただきました。私のメンタル指導者であり、最大の理解者でもある妻（内田若希；福岡県立大学）と共に発表させていただきました。そして、夫婦でのメンタルトレーニングを客観的に見た立場として、九州大学大学院の山崎将幸氏が意見するといった感じでした。私はこういった場に不慣れで緊張しやすいこともあり、司会の兄井先生（福岡教育大学）からの質問形式とさせて頂きました。

私はとにかく速くなりたい一心でメンタルトレーニングを開始しましたが、最初はなかなかメンタルトレーニングの効果を感じることができませんでした。メンタルトレーニングの効果を実感するまでに二年ほどかかりましたが、今では私にとってメンタルトレーニングは必要不可欠なものとなりました。私が一番効果を感じたのは目標設定でした。私は、今まで目標を明確にせず、ただ漠然と練習をしてきました。目の前の小さな目標は持っていましたが、それだけでは北京パラリンピックへの出場は出来なかったと思います。大きな目標を持ち、その過程の中に小さな目標を持つことが大切だと知りました。そして、競技だけでなく、私生活の方でもメンタルトレーニングは多大な影響を与えるのだなと感じています。そして、質疑応答では、たくさんの方から質問をしていただき、本当に嬉しく思っています。今回の発表で、もう一度自分を見つめ直す良い機会となり、心とは鍛えることによって成長するものだなとつくづく感じました。その後は、それまでの学会から雰囲気が一転して、とてもアットホームな情報交換会が開催されました。そこでもたくさんの方から声をかけていただき、いろいろな情報を交換させていただきました。私にとって、この学会での発表やたくさんの方との出会いは、とても大切な財産となりました。お聞き苦しい点多々あったかと思いますが、下手なりに一生懸命に発表させて頂きました。この機会を与えて下さった関係者の方を始め、司会を務めて頂きました兄井先生、ご清聴いただいた皆様、そしてなにより妻に感謝したいと思います。ありがとうございました。



洞ノ上浩太さん

所属：Team SUNDISK

北京パラリンピック車いす陸上5000mとフルマラソンに日本代表5位入賞。

## シンポジウムII 「大学体育を活用した健康づくり戦略とその可能性」

演者：演者 木内敦詞（大阪工業大学知的財産学部） 清水安夫（桜美林大学健康福祉学群）  
司会・演者：山津幸司（佐賀大学文化教育学部）

山津幸司（佐賀大学文化教育学部）

九州スポーツ心理学会第22回大会にて、シンポジウム「大学体育を活用した健康づくり戦略とその可能性」を担当させていただいた。当日は、テーマ設定の趣旨を説明後、最初に私が「身体活動増強・メンタルヘルス対策としての大学体育の可能性」という演題で、教養体育に行動科学的手法を活用した事例と、教養体育が学生のメンタルヘルスを改善させるかという仮説検証を行った2つの研究成果を発表させていただいた。

第二演者の清水安夫先生（桜美林大学）には、「大学体育の場を活用した新しい心理介入法の可能性」という演題をお願いした。清水先生は、教養体育にて「グループ・エンカウンター」や「プロジェクト・アドヴェンチャー」を用いた授業展開の試みとともに、欧米の大学における教育動向や我が国の教養体育のあり方に関するお考えまで言及いただいた。

最終演者の木内敦詞先生（大阪工業大学）には、「初年次教育としての大学体育の可能性」という演題をお願いし、教養体育を初年次教育に見事に組みこみ成果を挙げられた事例が紹介された。系列校で、教養体育が廃止された後に退学率が顕著に上昇したというデータが印象的であった。

質疑応答の際には、「今回の介入設定が教養体育でなければならない特別な理由は何か?」、また「今回の発表した介入成果の長期継続性の検討は?」などの質問や助言をいただき、教養体育のあり方を深く問いなおすよい機会をいただくことができたと思う。

私にとって司会と演者共に初の経験であり、終了時刻を超過するなど不慣れな司会の中やり遂げることができたのは、清水先生と木内先生のご協力、そしてフロアの先生方の温かい雰囲気あつてのこととと思っている。今一度、深く感謝申し上げたい。その後の反省会の席で「10年後同じメンバーでさらに発展した成果を発表しよう」と誓ったことは、今後の研究の励みとなるだろう。教養体育は我々体育・スポーツ科学の研究者にとって重要なフィールドでもある。今後も同様の研究を続け、10年後のシンポジウム発表を本当に実現できるよう、着実に研究を進めていきたいと思う。



## フォーラムII

# 「地域におけるウォーキングを用いた健康づくりの取り組み」

### － 如何に継続させるか －

演者：平島陽子（筑紫野市健康推進課） 藤原大樹（九州大学大学院人間環境学府）  
堀田亮（九州大学大学院人間環境学府） 竹中晃二（早稲田大学人間科学学術院）  
指定討論者：吉川政夫 東海大学体育学部  
司会：橋本公雄（九州大学健康科学センター）

平島陽子（筑紫野市健康推進課）

今回のフォーラムの場で、本市の「なかなかよか健康チャレンジ事業」を発表する機会をいただいたこと感謝しています。各方面で活躍されている著名な専門家を前に、行政職員の自分にどのような内容を提供できるのか危惧していましたが、日頃から取り組んでいる本市の健康づくり事業をフォーラム参加者に紹介できればいいかなと思ひ、当日に臨んだ次第です。

15年に亘り、本市の健康づくり推進協議会委員を務めてこられた九州大学の健康科学センターの橋本先生、真摯な学生や院生達のエネルギー、健康になりたいと思う住民との出会い・・・を思いながら「ああでもない、こうでもない」と日々の業務で留意していることなどを振り返りながら資料作成をすすめました。行政では諸々の施策を掲げていますが、限られた予算や人材で効果ある事業にしようとするとき、行政内部の連携をいかに図れるのか？本市でも遅まきながら事務評価が導入され、事業は常に（P）lan ～（D）o～（S）eeの手法で進められています。来年度には第三者評価も本格導入の予定です。しかし、究極の共通目的は住民福祉の増進でしょう。

これらの効果ある事業を模索するなか、熱い思いを抱いた住民が地域の核となって住民活動を実践されようとしています。この気運を維持し、拡大するためには、どんな“仕掛け”が必要か？健康分野で働く私達職員も仕事は与えられるのではなく、「使命感」をもって、自ら汗をかかなければならないと思ひます。“健康寿命の延伸”をテーマに保健事業を展開していますが、今秋に「ウォーキング都市」の宣言を控え、市民ボランティアスタッフに企画から参加してもらい、多くの住民を取り込めるようひろく広報していく予定です。

健康講座の講師のことば【棺桶まで歩いて行こう！】を胸に、生活の質（QOL）を高めた健康な住民がやがて「社会資源」となって、地域のさまざまな課題に取り組んでいける自助精神が根付いてくれたらと、行政職員として虫の良いこと（？）を考えています。

終りになりますが、栄えあるスポーツ心理学会に行政職員として参加できましたことに厚く御礼申し上げます。



## 学生企画

## 「スポーツ心理学を専攻する大学院生・研究生に 求められるコミュニケーション能力とは」

話題提供者：福盛英明（九州大学健康科学センター准教授）

水原博而（九州スポーツクラブ協議会会長 前博多全日空ホテルヘルスクラブサンテロア支配人）

企画・話題提供者：谷川知士（福岡大学大学院 地域生活支援センター専任コーディネー）

企画・司会：本多芙美子（九州大学大学院・CMAS スクーバダイビングインストラクター）

谷川知士（福岡大学大学院）

本企画は、九州大学大学院の本多芙美子氏と協同で立案することになった。偶然だが、二人とも社会人経験者（私は現役の社会人）という事もあり、大学院生諸氏に、将来社会人として巣立つ時に役立つ内容にしたいとの考えで、「スポーツ心理学を専攻する大学院生・研究生に求められるコミュニケーション能力とは」というテーマを選定した。

実施に当たっては、我々の先輩である、前博多全日空ホテルヘルスクラブ支配人の水原博而先生（現福大非常勤講師）と九州大学健康科学センターで心理健康学の教鞭をとられ、学生相談に長年関わっておられる福盛英明先生（現九大准教授）に協力をお願いした。お二人とも忙しい最中に、快くお引き受けいただき恐縮した次第である。

当日は、大勢の方々に参加をいただき、あっという間の80分であった。まず司会の本多氏から、本企画の趣旨と演者の各プロフィール等の紹介で始まり、次に水原先生から、フィットネス業界で最も人気のあるインストラクターについて、顧客の話をよく聴く人であるとか、採用面接の受け方のポイント等、ユーモア溢れる語りで話題提供していただいた。そして福盛先生からは、学生相談の経験から試みられた、コミュニケーション能力を育む実践事例等を報告され、現代の学生は、他者とのつながりが希薄化し、様々な心の問題を抱える者が増加している中、大学側も学生に対して積極的なアプローチをしていくことの重要性が話された。最後に、私から社会福祉の現況を解説し、高齢者や障がい者と接する機会が多くなるはずの学生諸氏に、その重要性について話題提供させていただいた。

当初、フロアーからの積極的な討論を期待して、時間配分を考慮していたが、私の話が長くなり、司会者をはじめ多くの方々に迷惑をかけてしまったことが、今でも心苦しい次第である。また、学生企画の趣旨を充分理解していないまま、話題提供者を外部からお呼びしたことで、九州スポーツ心理学会理事の皆様方に、格別なご配慮をいただくことになった。この紙面をお借りし、あらためて関係者の皆様方にお詫びと感謝を申し上げます。



## ポスター発表

### 「はじめてのポスター発表」

荒井 久仁子  
(医療法人社団寿量会熊本機能病院併設  
熊本健康・体力づくりセンター)

今回、九州スポーツ心理学会で初めて心理学分野の学会でポスター発表をさせていただき、とてもいい経験になりました。スポーツ心理学に出会ったのは、私が高校時代ボート部で全国大会に行くことになり、監督からメンタルトレーニングを習いに、当時熊本大学におられた岩崎先生のところに行くように言われたのがきっかけでした。スポーツは筋トレと練習さえすれば勝てると思っていた私には、心をトレーニングすることが出来ると知って驚いたのを覚えています。たった数ヶ月でしたが、今の私がスポーツ心理学を勉強し、メンタルトレーニングを指導する上で、とても貴重な体験だったと思います。今回、大学野球選手に3ヶ月に渡りメンタルトレーニングの指導を行い、その結果を報告させていただきましたが、自分がメンタルトレーニングを受けた時に感じたことも伝えながら指導することが出来ました。ただ、やはり受けるのと指導するのでは全然違い、自分の知識のなさや、伝えたいことをいかにわかりやすく選手に指導するか、伝えたことを継続して選手に実践してもらおうか等問題だらけでしたが、なんとか大会まで指導することが出来、選手からもメンタルトレーニングを受けてよかったとの声を聞くことが出来て、とても嬉しかったです。また、現場では自分を取りたいデータを思うように取ることが出来ず、データとしてまとめることもとても難しかったです。たくさんの先生や学生みなさんに協力していただき、今回こうやってまとめて発表することが出来ました。まだまだ知識、指導ともに未熟ですが、今回の発表で沢山のことを経験出

来たことは、これからまたメンタルトレーニングを指導し、研究していく上で大きな一歩となりました。最後になりましたが、今回ポスター発表を行うにあたってご指導いただいた岩崎健一先生、メンタルトレーニング研究会の方々、発表の時にご指導いただいた先生方に深く感謝いたします。

### 「ポスター発表を終えて」

山崎 多瑛 (福岡大学大学院)

平成21年3月7日(土)～3月8日(日)に九州共立大学において開催された、九州スポーツ心理学会第22回大会に参加しポスター発表を行いました。今年度は修士論文作成の年ということもあり、その一部を今回の学会で発表いたしました。今回のポスター発表では、各自の発表に使える持ち時間が3分であったために、その中で自分の研究を発表しなくてはなりません。3分間の中で自分の研究をまとめて発表することは初めてだったために、限られた時間の中で発表することの難しさを痛感いたしました。

昨年と同様に、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ました。私のところにも質問をしに来てくれた方がいて、自分の研究に興味や関心を示してくれることがとても嬉しかったです。また、今回の学会でも、ポスター発表を行い、他大学の先生方や、学生の方々からの良い刺激を受けました。今年で福岡大学大学院を修了するため、今後の九州スポーツ心理学会に参加できる機会は減ると思います。しかし、今後もスポーツに関わっていく時には大学院で学んだことをいかしていきたいと思います。

最後になりましたが、学会事務局を運営された方々に、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ます。



## ポスター発表

### 「ポスター発表を行って」

野津 亜季（九州大学大学院）

2009年3月7日、8日と北九州共立大学にて開催されました、第22回九州スポーツ心理学会に参加・ポスター発表をさせていただきました。学会でのポスター発表は8月に行われた九州体育・スポーツ学会に続き2度目でしたが、初めての九州スポーツ心理学会への参加・発表ということもあり、不安や緊張な面が多々ありましたが、とても新鮮で勉強になった学会でした。

学会では、特別公演やシンポジウム、フォーラムなどの普段あまり聞く機会のない内容に触れることが出来、狭くなりがちな考え方に新たな風を吹き込んでもらうことが出来、今後の研究の進め方について深く考えさせられるものでした。

学会では、特別公演やシンポジウム、フォーラムなどの普段あまり聞く機会のない内容に触れることが出来、狭くなりがちな考え方に新たな風を吹き込んでもらうことが出来、今後の研究の進め方について深く考えさせられるものでした。ポスター発表でも19題の発表があり、とても活発な学会大会でした。また、ポスター発表は自由に見てもらい、質疑応答という形で行われると思っていたのですが、3分の概要説明という口頭でのプレゼンテーションがあり、3分という短い時間でのわかりやすい説明ということの難しさを実感しました。見てわかりやすく、話してもわかりやすいポスターを作ることの大変さを痛感しました。ポスター発表の前日まで、先生や先輩方にアドバイスをもらいながら、ポスター作成に取り組んでいたのですが、その過程で、自分自身の研究内容に対する視点や考え方などを理解してもらうためにはどのような表現や主張をしていけばよいか等、深く考えさせられました。ポスター発表当日に頂いた質問は、分析方法や理論についてなど多岐にわたり、今後の研究の進め方や発表の参考になりました。

今回、九州スポーツ心理学会第22回大会に参加・発表させていただいたことで、スポーツ心理学という学問で、どのような研究が実際に行われているかを知ることができ、今後の研究にとって非常に貴重な経験と知識を得ることができたと感じています。最後になりましたが、今回、このような貴重な学会参加の機会を与えてくださった関係者の方々に感謝の意を表します。

## 初参加者の声

### 「九州スポーツ心理学会に参加して」

島崎崇史（東海大学）

学会前日、生粋のホークスファンである私は、先輩である本多さん（九州大学大学院）に無理を言い、ヤフードームに連れて行っていただきました。そんな余興もあり、充実した気持ちで学会に臨みました。

今回、初めて九州スポーツ心理学会に参加させていただき、強く印象に残っているのが、学生企画である「スポーツ心理学を専攻する大学院生・研究生に求められるコミュニケーション能力とは」というセッションでした。私は、このセッションを拝聴しながら、この学会自体が学生や研究生のコミュニケーション能力を高めるために大きな役割を果たしているように感じました。大学の先生、大学院生の方々が、研究の事などを研究では初心者である私たち学生に対して、気さくに話してくれることに非常に感銘を受けました。学会を通じて、色々な方とコミュニケーションを取る機会が多く、何気ない雑談の中にも学ぶ事、気づかされる事が多くありました。学会大会終了後、また来年も参加したいと思えたのは、この学会がポジティブなコミュニケーションの場であったからではないかと感じています。

また、学会を通して感じたことが、研究の場とスポーツ指導の現場とのキャッチボールの重要性でした。スポーツメンタルトレーニング、地域における健康づくり、体育授業における運動実践に関する研究発表を拝聴させていただき、より良い研究のためには、スポーツ指導の現場の声を聞くことが大切であり、より良いスポーツ指導を行うためには、研究成果をスポーツ指導の現場でいかに表現していくかが大切なのではないかと感じました。今後大学院に進学し、研究をしていく上でも、将来スポーツ指導の現場に立つ上でも非常に多くのものを学ばせていただいたと感じています。

最後になりましたが、九州スポーツ心理学会関係者の皆様方、このような学びの場を与えていただき本当にありがとうございました。この経験を糧とし、今後も精進していきたいと思えます。

## 九州スポーツ心理学会 第22回大会 プログラム

日 時 1日目 平成21年3月7日(土) 2日目 平成21年3月8日(日) 受付 9:00～  
会 場 九州共立大学> 北九州市八幡西区自由ヶ丘1-8 スポーツ学部A館、B館

### 【3月7日(土)】

11:00～12:00 理事会 (B館201)

13:00～13:05 会長挨拶 会長 山本勝昭 福岡大学

13:05～14:35 特別講演 (B館404) 司会: 磯貝浩久 九州工業大学

「世間学からみたスポーツ」 講師: 佐藤直樹 九州工業大学

14:45～16:05 シンポジウムⅠ (B館404) 司会: 兄井 彰 福岡教育大学

「アダプテッドスポーツへの心理的サポート」

演者: 洞ノ上浩太 Team SUNDISK 内田若希 福岡県立大学、山崎将幸 九州大学大学院

16:15～17:45 フォーラムⅠ (B館204) 司会: 伊藤友記 下園博信 九州共立大学

「JISSにおける心理的サポートの実際」 演者: 平木貴子 織田憲嗣 国立スポーツ科学センター

16:15～17:45 フォーラムⅡ (B館306) 司会: 橋本公雄 九州大学健康科学センター

「地域におけるウォーキングを用いた健康づくりの取り組み—如何にして継続させるか—」

演者: 平島陽子 筑紫野市健康推進課、藤原大樹 九州大学大学院人間環境学府、

堀田亮 九州大学大学院人間環境学府、竹中晃二 早稲田大学人間科学学術院、

指定討論者: 吉川政夫 東海大学体育学部

17:50～18:20 総会 (B館204)

18:30～ 情報交換会 (A館2階 リフレッシュコーナー)

### 【3月8日(日)】

09:00～10:20 学生企画 (B館204) 企画・司会: 本多英美子 九州大学大学院・CMAS スクーバダイビングインストラクター

「スポーツ心理学を専攻する大学院生・研究生に求められるコミュニケーション能力とは」

話題提供者: 福盛英明 九州大学健康科学センター准教授、水原博而 九州スポーツクラブ協議会会長  
前博多全日空ホテルヘルスクラブサンテロア支配人

企画・話題提供者: 谷川知士 福岡大学大学院 地域生活支援センター専任コーディネーター

10:30～12:00 シンポジウムⅡ (B館204) 司会・演者: 山津幸司 佐賀大学文化教育学部

「大学体育を活用した健康づくり戦略とその可能性」

演者: 木内敦詞 大阪工業大学知的財産学部、清水安夫 桜美林大学健康福祉学群





13:20 ~ 15:00 ポスター発表 (B館1階 ラウンジ)

1. 障害者スポーツ指導者に必要な資質に関する調査研究  
—指導者協議会九州ブロック研修・研究部会の取り組みの報告#2— 内田 若希
2. 学生の健康度・生活習慣改善を意図した行動変容技法による介入効果 正野 知基
3. プロジェクト・アドベンチャー教育の実践研究 (I)  
—大学生のリーダーシップ養成の可能性の検討— 尼崎光 洋
4. プロジェクト・アドベンチャー教育の実践研究 (II)  
—大学生のフォロアーシップ養成の可能性の検討— 煙山 千尋
5. メンタルトレーニングにおける目標設定に対するモバイルツールの有効性 及川 和美
6. 生活習慣とソーシャルスキル及びメンタルヘルスの関連性に関する研究 倉藤 利早
7. 大学スポーツ選手に対するスポーツメンタルトレーニングの効果  
～メンタルトレーニング講習後の選手自身によるプログラム作成～ 田島 誠
8. 陸上競技選手の月経に対するイメージ 小田 有里彩
9. バドミントンパフォーマンスと動体視力の関連性の検討 瀬戸 祐介
10. サッカー選手によるサッカーコーチ及びサッカーチーム評価尺度作成の試み 国吉 大二郎
11. 組織キャンプ体験によるコミュニケーションスキルおよびメンタルヘルス向上へのソーシャルサポート介入の効果検証 甲木 秀典
12. ウォーキング行動に対する計画行動理論の予測力  
-ウォーキング実践で変化するか?- 阿南 祐也
13. 運動・スポーツ活動におけるメンタルヘルス効果の仮説モデル  
—心理・社会的要因を媒介変数として— 橋本公雄
14. 運動に伴う感情変化の心理的要因尺度の開発 本多 芙美子
15. スポーツドラマチック体験とポジティブ特性の関係  
—主観的規範の再検討— 野津 亜季
16. 大学野球選手に対する心理的サポートの一例  
—サポート期間の違いによる心理面・試合結果への影響— 荒井 久仁子
17. 子どもにおける身体活動ガイドラインの検討  
—メンタルヘルスとの関係から— 山添 健陽
18. スポーツ経験を通じてライフスキルは獲得されるのか  
—縦断調査による因果関係の推定— 島本 好平
19. スポーツ・キャリアパターンを規定する心理社会的要因II  
- 学校適応感と部活動適応感に着目して - 山崎 多瑛



## 執筆紹介

### 博士論文を執筆して

渋谷崇行（新潟県立大学）

名古屋大学大学院教育発達科学研究科に「高校運動部員の心理的ストレスに関する研究：部活動ストレスモデルの構築と介入プログラムの作成」という題目で博士論文を提出し、平成20年3月に博士（心理学）の学位を授与されました。この原稿の執筆に先立ち、博士論文の主査を引き受けていただきました名古屋大学総合保健体育科学センター教授西田保先生に心より感謝申し上げます。指導教授として熱心、かつきめ細やかなご指導をいただく中で、研究に関わる全般について多くのことを学ばせていただきました。本当にありがとうございました。

名古屋大学大学院博士課程（後期課程）に入学したのは平成17年4月でした。このとき既に大学教員の職に就いていましたが、今後研究者として仕事をしていく上で、博士の学位を取得する必要性は強く感じていました。そのような中、名古屋大学への入学を決意する大きなきっかけは、日本体育学会の大会会場で西田先生より声をかけて頂き、初めて夕食をご一緒させて頂いたことでした。それまでの約10年間、私は高校運動部員の心理的ストレスに関する研究を行ってきましたので、それらをまとめて博士論文を作成したいと考えており、そのことを西田先生にお話しました。西田先生からは博士課程の入試制度や学位取得までの道のりを丁寧にご説明頂いたと記憶しています。その後、メールにて博士課程での研究生活に関わる有益なアドバイスを頂き、入学の日を迎えることができました。

博士課程の1年目は、論文構想、研究計画、そして研究方法についての学習が主でした。2年目は調査の実施、3年目は博士論文の執筆です。ゼミは1～2ヶ月に1度の割合で行われました。それ以外に、学会や研究会の合間に研究指導が行われることもありました。もちろん、顔を合わせられないときは、適宜メールにて研究指導を頂きました。新潟－名古屋間は高速バスや飛行機を利用して通います。同期入学の、現在は日本女子体育大学に勤務されている佐々木万丈先生も仙台から飛行機で通っていました。そのようなことから、ゼミの後の中部国際空港までの道のりは、毎回、佐々木先生とため息をつきながらの反省会でした。しかし、私たち2人にとって、この1時間あまりの帰路はとても貴重な時間でした。この間に、佐々木先生と励まし合い、認め合い、そして新しいアイデアを出し合うこともできたからです。仲間の大切さを改めて感じた瞬間でした。互いに切磋琢磨し合える同志を持てたということで、佐々木先生には本当に感謝しています。

思い出話はこれくらいにして、博士論文の内容を紹介させて頂こうと思います。本論文は、高校運動部員（以下、部員と称す）がストレスマネジメントを行うことによって運動部活動（以下、部活動と称す）への適応を実現していくところに大きな関心がありました。そのため、部活動ストレスモデルの構築と部員用のストレスマネジメントプログラム（以下、SMPと称す）の作成を研究目的とし、理論的および実践的研究を行いました。

第1章では、部員の部活動適応の促進をねらいとした心理的ストレス研究を行ううえで、①部員の心理的ストレスの実態を説明するモデルの構築、②部員のストレスマネジメントを促進する介入プログラムの作成、③部活動ストレスの肯定的側面に注目した研究の推進の3つが課題となることが指摘されました。第2章では、第1章で指摘された課題を受け、本研究の目的が以下の通り提示されました。すなわち、①部員の心理的ストレスを理解するための部活動ストレスモデルを構築すること、②部員のストレスマネジメントを促進するSMPを作成することの2つです。第3章と第4章では、第1の研究目的である部活動ストレスモデルの構築に向けた研究が行われました。第3章では、部員の心理的ストレス過程の構造やそこに含まれる変数間の因果関係が検討されました。第4章では、部員の心理的ストレス体験が部員の主観的視点の側面から探索的に検討されました。第5章では、第3章と第4章による量的、質的両研究の結果を受け、部員のストレスマネジメントを効果的に進めるための「部活動ストレス—適応モデル」が作成されました。本モデルは、部員の心理的ストレスを部活動適応に至る過程と部活動不適応に至る過程の両側面から捉えており、ストレスマネジメントの活性化も視野に入れられているという点で独創的なモデルと考えられました。第6章では、「部活動ストレス—適応モデル」を理論的根拠とすることで、第2の研究目的である部員用のSMPが作成されました。SMPの方法論としては体験学習モデルが採用されました。つづいて、作成されたSMPを部員に対して実施し、その効果が検討されました。その結果、いくつかの課題が指摘されたものの、SMPの効果は認められると判断されました。第7章では、本研究結果の部活動指導に対する貢献が議論され、①部活動ストレスにポジティブな意味が加わったことにより、部活動ストレスに対する新しい見方を現場に持たせることができるということ、②本研究で構築されたモデルとSMPは、部活動への適応に自ら向かうことができる自立的な部員を育成するということが、③SMPは部活動現場に導入しやすい介入プログラムであるということが指摘されました。

最後に、これから博士論文を作成する若手研究者の皆さんに一言アドバイスさせていただきます。博士学位の取得は大きな目標となりますが、そこに至る過程を大切にしてください。この大きな課題に精一杯取り組むことを通して、自分自身の成長と多くの財産を得てきたことに気づけると思います。がんばって下さい。

追記 「部活動ストレス—適応モデル」は「体育の科学 第58巻第6号、2008年」で紹介されています。

## 2009年 関連学会大会日程

学会名	開催期間	大会会場
<2009年>		
日本健康支援学会 第10回学術集会	2月20日(金)～21日(土)	福岡大学ヘリオスプラザ
日本発達心理学会 第20回大会	3月23日(月)～25日(水)	日本女子大学
日本健康教育学会 第18回大会	6月20日(土)～21日(日)	東京大学本郷キャンパス
日本野外教育学会 第12回大会	7月3日(金)～5日(日)	釧路市
日本ストレスマネジメント学会 第8回学術大会	7月25日(金)～26日(日)	長崎大学中部講堂・教育学部
日本心理学会 第73回大会	8月26日(水)～28日(金)	立命館大学衣笠キャンパス
日本体育学会 第60回大会	8月26日(水)～28日(金)	広島大学東広島キャンパス
日本健康心理学会 第22回大会	9月7日(月)～8日(火)	早稲田大学国際会議場
日本体力医学会 第64回大会	9月18日(金)～20日(日)	朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター
日本教育心理学会 第51回総会	9月20日(日)～22日(火)	静岡大学静岡キャンパス
日本社会心理学会 第50回大会	10月10日(土)～12日(日)	大阪大学吹田キャンパス
第68回日本公衆衛生学会総会	10月21日(水)～23日(金)	奈良県文化会館・奈良県新公会堂
第45回日本臨床心理学会大会	11月6日(金)～8日(日)	東北文化学園大学
日本スポーツ心理学会 第36回大会	11月20日(金)～22日(日)	首都大学東京
日本学校保健学会 第56回大会	11月27日(金)～29日(日)	沖縄県立看護大学
第25回日本ストレス学会学術総会	12月4日(金)～12月5日(土)	横浜市開港記念会館
<国外>		
ISSP 12th World Congress	6月17日(水)～21日(日)	Marakesh, MOROCCO
NASPSPA(北米スポーツ心理学会)	6月11日(木)～13日(土)	Austin, Texas, USA
米国心理学会(APA)	8月6日(木)～9日(日)	Toronto, CANADA
国際応用スポーツ心理学会(AAASP)	9月15日(火)～18日(金)	Salt Lake City, Utah, USA

## 《 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21年3月7日～8日には、北九州市で第22回大会が開催されます。

### 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 〒816-8580 福岡県春日市春日後援6-1  
九州大学健康科学部センター内  
九州スポーツ心理学会事務局 宛

TEL&FAX: 092-583-7856

E-mail: [kssp@fukuoka-u.ac.jp](mailto:kssp@fukuoka-u.ac.jp)

## 九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ

## 役員（平成21年3月～平成24年3月）

会長	山本 勝昭	福岡大学
前会長	徳永 幹雄	福岡医療福祉大学
	佐久本 稔	活水女子短期大学
副会長	橋本 公雄	九州大学
理事長	杉山 佳生	九州大学
理事	山口 幸生	福岡大学
	磯貝 浩久	九州工業大学
	兄井 彰	福岡教育大学
	井上 勝子	熊本学園大学
	岡村 豊太郎	東亜大学
	小橋川 久光	
	秦泉寺 尚	宮崎大学
	山内 正毅	長崎大学
	森 司朗	鹿屋体育大学

広報担当理事	伊藤 友記	九州共立大学
庶務担当理事	村上 雅彦	保健医療経営大学
会計担当理事	山崎 将幸	福岡医療福祉大学
監事	小林 稔	琉球大学
	下園 博信	九州共立大学

## 事務局スタッフ（平成21年3月～平成24年3月）

総括	杉山 佳生	
庶務	村上 雅彦	
会計	山崎 将幸	
編集	村上 雅彦	山崎将幸

## 各種委員会委員（平成21年3月～平成24年3月）

企画委員会	橋本公雄	岩崎健一	磯貝浩久	山口幸生	兄井 彰	杉山佳生
広報委員会	伊藤友記					
	徳島 了	(HP担当：福岡大学)				
	今村律子	(NL担当：福岡大学)				



## 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15号をお届けいたします。

さて、まずは本号の発刊が遅れましたことをお詫び申し上げます。去る6月に、4年に1度の国際スポーツ心理学会がモロッコにて開催され、我が日本は最多参加者国となりました。九州からも山本会長を筆頭にモロッコにて発表を行いました。（\*次号掲載予定）

「九州スポーツ心理学会」も22回大会を向かえ、特に今回のテーマである「スポーツ心理学の社会的貢献」として様々な分野の参加者は意見を交わすことができたと思います。

今年度より、新体制となり私自身未熟者ながら、広報（ニュースレター編集担当）の役をいただきました。この九州スポーツ心理学会から情報発信をする徳島先生（広報・ホームページ担当）とともに重要な役割として頑張ってい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、快く本ニュースレター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。そしてNL前担当でありました西田順一先生、編集おつかれさまでした。皆様方に厚く御礼、申し上げますとともに、今後ともよろしく願い申し上げます。

（福岡大学 今村律子）



---

平成21年9月 発行  
九州スポーツ心理学会会報第15号  
「健康と競技の心理」  
Psychology of Health & Sport

広報・編集担当  
伊藤友記 徳島了 今村律子 西田順一

---

\* 当記載すべての無断転載・引用等は固くお断りします