



---

# 健康と競技の心理

## Psychology of Health & Sport

---

◇ New!		
新企画 「こころトピック」 - 体罰 -		1
◇ 特集 九州スポーツ心理学会 第 26 回を振り返って		2
シンポジウム		3
「ロンドンオリンピック 2012 パラリンピック競技大会における心理サポートを聞いて」		
◇ 学会報告		
国際スポーツ心理学会 (ISSP) 第 13 回大会 - 北京		4
◇ New!		
新企画 「これは面白い！」		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		8
編集後記		9

---

## 新企画

近日話題になっていることについて問題提起しテーマについて教育・スポーツ・健康などの立場において深めることができればと思っています。

# こころトピック

## 第 1 回 「 体罰 」

山口幸生（福岡大学スポーツ科学部）

大阪市桜宮高校の体罰事件以来、体罰の是非に関する議論が盛んである。文科省による初の包括的調査では、平成 24 年度に体罰を行った教員は 6,721 人（H23 年：404 人—公立のみ）、体罰を受けた生徒は 14,208 人であった。悲惨な体罰事件が、昔から発生しているにもかかわらずこの数字である。

さて「部活動の現場で、だらけていたり、ふざけている部員、チームワークを乱しかねない部員に対して、指導者が頭を叩いたり、尻をけったり、正座をさせる」ことを皆さんはどう思われるだろうか？当然これは体罰であり懲罰の方法として認められていない。驚くことに、スポーツ専門学部の学生に聞くと、このような指導者の行為を容認するものが 3 割程度存在する（筆者ゼミ生の卒論調査による）。部分的な容認も含めると、実はもっと多いだろう。

内田（2013）は体罰問題の根は「処罰の恐怖のもとで人間はその限界を超えて、オーバーアチーブする」という信念を指導者が持っていることである、と喝破した。確かにインターハイ出場など期限が決まっている場合、直前に体罰という恐怖を与えることで、一時的に生徒をうまくコントロールし、さらには競技パフォーマンスが向上するかもしれない。しかし恐怖に基づく指導を繰り返し受け続けてきた生徒は、必ずどこかで疲弊していく。

ではどう考えるべきか？生徒に「限界を突破させる」ことは教育において非常に重要である。内田（2013）の卓見はこうだ。「体罰は限界の内にとどまっていると、ひどい目にあうことを知らしめる方法にすぎない。指導者は限界の外に出るといいことがある、ことを伝えるべきであるが、今のスポーツ界はその両方を場合にに応じて使い分けている。しかも残念なことに、そこでのいいこととは、進学・就職・年収・名声といったものにすぎない。本来いいこととは、細胞レベルで生きる力が満ちる出来事ではないか」と。

私も今一度、スポーツ心理学者として、教員およびスポーツ指導者として、「生きる力が細胞レベルで満ちる出来事」を、生徒が希求するような指導ができているのか再考していきたい。

特集

特集 第 26 回を振り返って

九州スポーツ心理学会第 26 回大会が下記において開催されました。

日 時 平成 25 年 3 月 9 日(土)・10 日(日)  
会 場 福岡大学 中央図書館多目的ホール・商学部棟  
福岡市城南区七隈 8-19-1

大会テーマ：  
『卓越性の日常化』

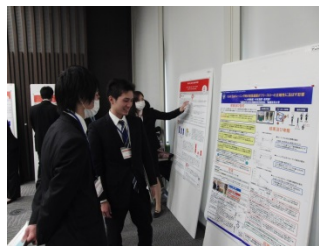
基調講演 「ライフ・ワーク（研究スタイル）としての行動療法  
- お掃除から子育てまで -」

特別企画 フリースタイル・グループディスカッション  
卓越したフォロワーシップ  
スポーツ心理学者の就職・キャリアアップを考える  
経験や勘を大事にする運動制御・学習研究を考える  
体罰の問題の何が問題か？そしてスポーツ心理学者がすべきことは？

学生企画 「個人競技のリーム意識は  $1+1=2$  の常識を変えるのか？  
～現象・理論・実際の調査からの検討～」

シンポジウム「ロンドン 2012 パラリンピック競技大会における心理サポート」

ポスター発表



シンポジウム

「ロンドンオリンピック 2012

パラリンピック競技大会における心理サポート」を聞いて

シンポジウム 話題提供者：内田若希（九州大学） 橋口泰一（日本大学）

司会：泰泉寺尚（宮崎大学） 企画：兄井彰（福岡教育大）

\*上記所属は学会当時の所属となっています。

谷川知士（鹿児島女子短期大学）

本シンポジウムに参加させていただき、現在国内外でも注目を集めている「パラリンピック」の現状と課題から、今後の我々スポーツ心理学研究者のサポートに関する方向性が示唆された内容であり、特に障がい者スポーツに造詣が深い、九州大学の内田若希先生の国内外の彼らへの科学的サポートの解説と、ロンドンパラリンピックでの選手への心理サポートを担当された、日本大学の橋口泰一先生からの講話は、大変興味深い内容だった。

内田先生からは、日本は欧米諸国に比べてトレーニングセンター等のハード面や心理サポートスタッフ養成と派遣の脆弱さを訴えられ、橋口先生からは、実際の現場では選手やコーチ陣に心理サポートの必要性が理解されつつあるも、まだ2/3の障がい者スポーツ団体で、サポートを受けていないとの報告がされた。

通常のスポーツ競技に比べ、参加資格要件（障がい種別や程度）も複雑で、ルールも解りにくいところがあり、障がいを十分に理解することも難しいが、我々スポーツ心理学研究者はノーマライゼーション（normalization）、インテグレーション（integration）、バリアフリー（barrier free）の理念を踏まえ、障がい者スポーツの発展に貢献する必要がある。

今後のパラリンピックの発展と盛り上がりは、オリンピック同様に間違いなく障がい者スポーツの進展に寄与し、スポーツのすそ野を広げることになる。日本でも700万人を超えるさまざまな障がい者自身に、大舞台に立つという目標ができ、国民と喜怒哀楽を分かち合える喜びは計り知れない。彼らをサポートすることは、彼らを理解することであり、大変意味深いことは言うまでもない。

オリンピック後に行われるようになったパラリンピックは、1960年の第16回ローマ大会開催後に開かれるようになり、日本は1964年の東京オリンピックからパラリンピックに参加した。そして、奇しくも2020年にふたたび東京でオリンピックが開催され、パラリンピックの注目度もピークに達するであろう。招致活動でも感動を与えてくれた、障がい者アスリートの佐藤真海さん達と共に、我々研究者は粛々とサポートに徹したい。

## 学会参加報告

## 「国際スポーツ心理学会（ISSP）第 13 回大会 - 北京」

参加学会：平成 25 年 国際スポーツ心理学会（ISSP）第 13 回大会

日時・開催地：7 月 22、23、24、25 日・北京体育大学

秋山大輔（日本経済大学）

7 月 22 日から 25 日までの日程で中国の北京体育大学で開催された、国際スポーツ心理学会（ISSP）に参加しました。本学会は 4 年に 1 回しか開催されない貴重な学会であり、1 つでも多くの知見を得ようと強い決意を持って、中国に渡りました。私は現在、日本経済大学で大学教員の職に就いておりますが、昨年 10 月に博士後期課程に入学し、初めての国際学会への参加、そこでポスター発表をさせていただくことに楽しみよりも不安のほうが大きい状況でした。

学会では研究領域に分かれ、午前には基調講演とシンポジウム、午後にはシンポジウムとポスター発表という日程が組まれており、海外の多くの研究者の発表を目にすることができました。私のポスター発表が初日に予定されていたため、早速ポスターを張り、発表させていただきました。1 時間の発表時間で数件の質問をしていただきましたが、私の未熟な英語力で完璧な返答ができず、非常に悔しい思いをしました。海外の研究者と知の共有をするためには語学力を向上させることが必要であることを痛感し、今後の私の大きな課題となりました。初日の夜にはレセプションもおこなわれ、北京オリンピックでは卒業生が 14 個の金メダルを獲得した北京体育大学の学生による演武やダンスが披露され、会場は大いに盛り上がりました。また、北京体育大学の学生が学会スタッフとして会場案内や通訳としての参加姿勢が素晴らしく、感銘を受けました。

中国に入国したことも初めての体験でした。人口 13 億 5 千万人の大国、首都北京の人の多さに驚き、経済大国としてのパワーを肌で感じました。交通事情や食事に関しても日本と違うことは多く、冷や汗をかくこともしばしばありました。

今後、国際学会で自信を持って発表できるよう研究活動に励みましょうと思います。



新連載

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！」

「教師のメンタルヘルスはなぜ悪いのか」 吉川武彦（清泉女子大学学長）  
学校メンタルヘルス 第 15 巻 2 号, 181-184, 2012

清水安夫（国際基督大学）

2012 年度は、「いじめ」「体罰」にまつわる事件が連続して起こりました。しかし、多くのメディア報道では、表面的な事象についてのバッシングが繰り返され、根本的な学校制度の見直し等には触れられていなかったように思います。その折、九州スポーツ心理学会の第 26 回大会にて、福岡大学の山口幸生教授主催の「体罰問題」のフリーディスカッションに参加し、多くの先生方から、様々なご意見を拝聴し、学ばせていただきました。

ここで紹介させていただく「教師のメンタルヘルスはなぜ悪いのか」は、「学校メンタルヘルス」第 15 巻 2 号に掲載された、吉川武彦先生（現、清泉女子大学学長）の大会講演を要約したものです。吉川先生は、1935 年生まれの 78 歳。精神科医師、厚生省（現、厚労省）の精神衛生課、琉球大学付属病院精神科長、同大教育学部教授、国立精神・神経センター精神保健研究所長、中部学院大学教授等を歴任し、医療・行政・教育の 3 つの視点から、長年、日本社会を見つめて来られた方です。

本稿では、教師のメンタルヘルスを悪化させている要因について、日本人の精神風土的な要素と戦後の日本社会における学校文化の変化による要素とにまとめ、今後の学校教育について提言をされています。ある意味、教師に対して、「時代は変化している」「子どもも社会も変化している」、先生方、気づかなければいけませんよ・・・というメッセージとも読み取れます。その中でも、「ビー玉人間を育てない」「もうトーナメント戦に勝つという考えはやめよう」といった提言には、現在、学校現場で中核を為している 40 代、50 代の先生方には、「えっ??」って思いながらも、「そうなんだよなあ、昔とは違うんだよなあ」と呟いてしまう内容だと思います。

高度経済成長を支えた効率主義の教育システムは崩壊しているのに、教育制度は旧態依然のまま。「対応が甘いから、いじめが起きる」「指導力が無いから、体罰で解決を図る」という批判の声ばかりで、対応策は聞こえない。生徒指導の際にトラブルがあると、「大学で何を学んできたの？」と初任の体育教師が必ず先輩に言われること。「えっ、大学では、そんなこと習ってないんですけど…」。「訴訟用の保険には入った方がいいですよ～」って朝礼での教頭先生からのアナウンス。部活指導は月に何時間？年休の消化は？組合に入ろうかなあ…。奉仕の精神に支えられたボランティア勤務体制はいつまで続くのでしょうか現実と理想との狭間で苦しむ教師の精神的な状態を見るにつけ、「いじめ」「体罰」の発生とは、表裏一体のような気がします。

学校現場の様子と照らし合わせながら、本稿を拝読し、今後の学校教育について、いろいろ考えさせられた次第です。教育職に就かれている先生方には、様々な見解があるかと思いますが、会員の皆様と今後の教育について語れたらと思います、紹介をさせていただきました。

## 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」

萩原悟一（九州工業大学大学院）

松田陽二（福岡大学大学院）

大石彩加（九州大学大学院）

前回、「研究タマゴ」を書かれた萩原さん（九州工業大学大学院）と松田さん（福岡大学大学院）から襷を受け取りました、九州大学大学院の大石彩加です。萩原さんと初めてお会いしたのは、第 26 回九州スポーツ心理学会の学生企画です。初の学会発表で不安でしたが、萩原さんや共演者の方々のおかげで充実した発表ができ、貴重な経験をさせていただきました。松田さんとも同学会でお会いしました。松田さんは自己効力感についての発表をされており、私の修士論文のテーマも自己効力感であるため、研究の事など様々アドバイスをいただきました。

そもそも私が大学院でスポーツ心理学を学ぼうと思ったきっかけは、高校時代の部活動での経験です。全国大会優勝を掲げている部活動に所属しており、常に結果を求められていました。私は過度に緊張しやすく、練習時にできていた事が試合時に発揮できない選手でした。最終学年になっても試合で勝つための対応策を見つける事ができず、練習でひたすら技術を磨く事しかできませんでした。そんな時、スポーツ雑誌に心理学の事が記載されており、その技法を実践すると緊張が和らぐだけでなく試合でも勝てるようになりました。「心」を鍛えることで試合に勝てる実感でき、「心」はスポーツで勝つために必要な要因であると強く感じました。

学部時代に恩師である九州保健福祉大学の正野知基先生から、スポーツ心理学という専門分野がある事を教えていただき、現在は九州大学大学院で杉山佳生指導教官のもと、スポーツや運動に関する心理学を学んでいます。

大学院では、苦手な英語論文の読解や他分野の授業に苦戦していますが、スポーツや運動を様々な角度から考える事ができ、多くの発見があります。また、メンタルトレーニングにも携わる事ができ、スポーツには「心」も重要である事を伝える機会もいただいています。

このような環境で、修士課程では「競技成績と自己効力感」を大きなテーマにして研究を進めています。先生方や研究室の皆さんにご指導・ご鞭撻をいただけることに感謝し、多くの人にスポーツ心理学を伝えられるような人になれるよう日々精進していきたいと思っております。

---

## 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 〒814-0180 福岡県福岡市城南区七隈 8 丁目 19 番 1 号  
福岡大学スポーツ科学部内  
九州スポーツ心理学会事務局 宛  
TEL : (092) 871-6631 (内 6728)  
FAX : (092) 865-6029  
E-mail : 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 24 年 4 月～平成 27 年 3 月）

---

会長 橋本 公雄 熊本学園大学

副会長 磯貝 浩久 九州工業大学

理事長 山口 幸生 福岡大学

顧問（前会長）： 徳永 幹雄 福岡医療福祉大学

佐久本 稔 福岡女子大学名誉教授

山本 勝昭 福岡大学

理事： 兄井 彰 福岡教育大学

岩崎 健一 熊本健康・体力づくりセンター

井上 勝子 熊本学園大学

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

伊藤 友記 九州共立大学

宮城 政也 琉球大学

山津 幸司 佐賀大学

杉山 佳生 九州大学

広報担当理事 今村 律子 福岡大学非常勤

会計担当理事 坂元 瑞貴 福岡大学

監事 下園 博信 九州共立大学

事務局スタッフ（平成 24 年 4 月～平成 27 年 3 月）

総括 山口 幸生

会計 坂元 瑞貴

編集 難波 秀行

各種委員会委員（平成 24 年 4 月～平成 27 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 今村律子 徳島了（HP 担当：福岡大学）清水安夫

## 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 18 号をお届けいたします。

金風の候、「2020 年東京都オリンピック開催決定！」の便りが日本中に運ばれてきました。東京開催が決定した時のインタビューで「オリンピックに出て、金メダルをとりたい！」と目をきらきらさせて応える子どもたち。この若い力が 7 年後どんな花を咲かせるのか楽しみだなあなんて想像しながらも、「オリンピック」と聞くだけでも何故か心臓の鼓動が高まります。やはりスポーツ畑で育ったものの習性なのでしょう。かつてオリンピックが開催された中国・北京にて、7 月末に国際スポーツ心理学会 (ISSP) 第 13 回大会が行われ、私も発表者として参加いたしました。メイン会場でもあった北京体育大学の体育館にて、ポスターを掲示していると、事務局スタッフの学部生が「何かお手伝いすることはありますか？」と日本語で声をかけてきました。聞くに「日本が大好きで、自己流で日本語を勉強しました。」とこれまた流暢に。いやはや感心…とそこでも若い力の持つエネルギーを感じました！…負けられませぬね。

さて今回から、新企画として「こころトピック」と新連載「みなさん！読んでみてください！」をスタート致しました。先生方からのこころのメッセージを受け、「さあ、若者よ！力をつけよう！」と声を上げたくなるほど、我が九州スポーツ心理学会にも若い力が増しております。第 26 回大会のポスター発表にも学生が増え、活発な議論が展開されていました！2014 年開催の 27 回大会では、益々の若い力を期待し、たくさんの方々に参加していただけることを願っております。

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。皆様方に厚く御礼、申し上げますとともに、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

編集担当 今村律子



ISSP2013 in 北京…北京オリンピックメインスタジアム通称「鳥巢」前にて

平成 25 年 9 月 発行  
九州スポーツ心理学会会報第 18 号  
「健康と競技の心理」  
Psychology of Health & Sport  
広報・編集担当  
今村律子 徳島了 清水安夫

\*当記載すべての無断転載・引用等は固くお断りします