



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 42 回大会報告 (九州共立大学)	
日本スポーツ心理学会大会報告	1
「感性学のスポーツ心理学への応用・展開を考える」を聞いて	2
◇ 特集 九州スポーツ心理学会 第 28 回を振り返って	3
◇ 「こころトピック」	5
◇ 連載 「みなさん！読んでみてください」	6
◇ 連載 研究タマゴ	7
◇ お知らせ	
九州スポーツ心理学会からのお知らせ	8
九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ	11
編集後記	12

特 集

日本スポーツ心理学会第 42 回大会報告

参加学会：日本スポーツ心理学会第 42 回大会
日時・開催地：2015 年 11 月 22, 23 日 九州共立大学
(※21 日 (土) に SMT 指導士研修会・講習会、自主シンポジウム開催)

伊藤 友記 (九州共立大学)

2015 年 11 月 22 日 (日), 23 日 (祝) と 2 日間にわたり福岡県北九州市にある九州共立大学で日本スポーツ心理学会第 42 回大会が開催されました (21 日 (土) は SMT 指導士研修会・取得講習会, 自主シンポジウムを開催)。九州は福岡県で本大会が開催されるのは, 福岡市・海の中道ホテルで開催された第 29 回大会 (2002 年) 以来で 13 年振りのこと。その当時私は他県の施設で競技選手の心理サポートに携わる仕事をしており, そこでの実践に関する口頭発表をしたのでした。

あれから 13 年, 私が九州の大学に勤務すること, 学会大会の実行委員長を仰せつかることなど, 当時の私は夢にも思っておりませんでした。今から 10 年前, たまたま運よく大学への職を得たことはもちろんのこと, なんとその職場にはかつて F 大学と一緒に助手をしていた S 氏も同時着任。お隣の大学には大学院博士課程時代, 毎日のように一緒に過ごしていた A 氏。非常勤でお世話になる本学に程近い大学には大学院修士課程時代の先輩である I 氏がいるではありませんか。単身北九州に赴任した私でしたが (家族は新潟県在住), 信じられないくらいに, 知己の友人や先輩に囲まれた環境への移行であったため, 寂しさを感じるどころかむしろ, 仲間にもまれて嬉しさを感じ, まるでこの人達に引き寄せられたのではないかと思えるような劇的な境遇の変化でした。

さて, 話が横道に逸れ過ぎました。学会大会の報告に軌道修正。今大会は口頭発表 25 演題, ポスター発表 97 演題, その他シンポジウムと RTD を合わせて計 128 演題, 参加登録も 300 余名と誠に盛大なる規模の大会開催となりました。この演題数は本学会の開催以来, 過去最多数の規模となりました。開催者の裁量が最大限に許される大会企画シンポは, 「チームづくりにおける指導者の仕事とは 一選手発掘から育成まで」と題し, 本学野球部の名将, 仲里清 (元) 監督を演者に据えました。どうしても会員の皆さんにこの人を紹介したい, そんな思いからのキャスティングでした。もうお一方, 福岡大学サッカー部の名将, 乾真寛監督を据え, 引き出し役の鈴木先生を壇上に上げてしまえばあとはお任せ。会場のホットな反応を見る限り, なかなか好評だったように思いますが, いかがでしたでしょうか。

このように何とか成功裡に終えることのできたと思える学会でしたが, それも全て「仲間」に恵まれたからこそ。学会開催を打診してこられた, これまた私の尊敬する Y 先生の電話口での言葉, 「お前のところでやれる? いけるやろ, 周りにいっぱいおるし」。そうなんです, 「(何とかやれるだろうな, 皆がいるし)」, これが引き受けた理由でした。何とも無責任な……。かくして, 無責任なリーダーを囲む精鋭たちに助けられ (前出の先生方に加え, さらに近隣大学の先生方, 学生さん総動員), フォローしまくってもらい, 何とか無事に大会開催に漕ぎ着け, そして恙なく終了したのでした。運営に携わってくださった皆さん, そして参加してくださった皆さん, 本当にありがとうございました。

特 集

「感性学のスポーツ心理学への応用・展開を考える」を聞いて

参加学会：日本スポーツ心理学会第 42 回大会
日時・開催地：2015 年 11 月 22, 23 日 九州共立大学
(※21 日 (土) に SMT 指導士研修会・講習会、自主シンポジウム開催)

山崎 将幸 (東亜大学)

本シンポジウムは、今学会において、最も楽しみにしていた企画の 1 つでした。「感性」と「スポーツ」を結びつけるとどんなことがうまれるのか、と頭の中で様々な想像をしておりました。しかし、私の想像とは裏腹に、とてもいい意味で自分自身の想像を裏切られました。シンポジウムの講演を拝聴するまでは、感性を科学することは難しいのではないかという想像

像でいました。つまり、長島茂雄監督のような擬態語を用いたスポーツ指導のことを想像しており、「スポーツ科学」という点から考えると、どうやって科学するのだろうかという想像がつきませんでした。また、感性とスポーツを結びつけて、心理学領域で行き着くと、「根性論」に結びつく様な気がしていました。しかし、シンポジウムでは、三浦先生が感性学の定義を「多義的で不完全な情報に基づき、複数の情報を統合して、無自覚に、意識過程を経ずに、瞬時(直感的)に、印象・評価の形をとって、状況にあった(正確なあるいは鋭敏な)判断を行うことのできる能力で、学習可能性を持ち、知性、知識、理性と対立するものではなく、創造、発見などの能動的側面にも関わる能力」と示していただき、感性学の科学について理解することができました。安藤先生は、演劇の熟達と感性についての接合点から講演をしていただき、大変興味を引かれるとともに、演劇=スポーツと置き換えると、感性学とスポーツ科学の接点を見いだせたような気がしました。中山先生は、サッカーのコーチングの視点から感性学との接合点を講演いただき、3名の先生方の講演を聞き終えて、スポーツと感性が結びついたような気がしました。プログラムにも記載されているように、瞬間的な状況判断や新しい技の発明、選手の力量の見極めなどといったスポーツの様々なシーンで、重要な役割を果たしているのだろうと感じました。本シンポジウムで学んだことを参考にして、自分自身の研究活動にも活かしていきたいと思います。



特 集

九州スポーツ心理学会第 28 回を振り返って

九州スポーツ心理学会第 28 回大会が下記において開催されました。

日 時 平成 27 年 3 月 7 日(土)・8 日(日)

会 場 かごしま県民交流センター東棟 3 階

鹿児島県鹿児島市山下町 14-50 (市電水族館口電停下車 徒歩 4 分)

大会テーマ :

『運動・スポーツの場と雰囲気』

招待講演 「いのちの電話の組織化にみるコミュニティアプローチ」

特別企画 フリースタイル・グループディスカッション

-運動スポーツの場—雰囲気づくり-

競技場面における雰囲気づくり

健康運動場面における場・環境づくり

体育授業場面における雰囲気づくり

学生企画 「2020 年東京オリンピック・パラリンピックにむけて

～学生研究者として現場に何が還元できるのか～」

シンポジウム 「スポーツ心理学研究の成果は運動・スポーツ現場に

役立っているのか？」

ポスター発表

第 27 回九州スポーツ心理学会報告

九州スポーツ心理学会第 28 回大会に参加して

日 時 平成 27 年 3 月 7 日 (土) ・ 8 日 (日)
会 場 かがしま県民交流センター東棟 3 階

下園 博信 (福岡大学)

雄大な桜島が目と鼻の先にある、かごしま県民交流センターにて九州スポーツ心理学会第 28 回大会は開催されました。前回の鹿児島開催は錦江湾ホテルでの開催であったと思います。鹿児島での開催地はいつも、風光明媚な場所での開催となっています。

今回の大会テーマは、「運動・スポーツの場と雰囲気」でした。私は、フリースタイルディスカッションのデモレーターとして、登壇させていただきました。競技場面における雰囲気づくりということで、話題提供を行い、参加者とのディスカッションをコーディネートしました。競技に関わっている参加者の方々のディスカッションは、熱心で、時間が足りないくらいでした。競技場面での雰囲気づくりでは、競技者の年代、競技レベル、競技状況 (試合前やトレーニング場面など) によって、当然、違いがあり、一概に「この雰囲気づくりが、適当である」というような話にはなりませんでしたが、参加者が感じていることを多く語っていただけたのかなと・・・あまり、まとめようとは思いませんでしたので、悶々とされた方もいらっしゃるかもしれません。他のテーマの健康場面、体育授業場面についても、熱心なディスカッションが行われていました。

私が今回の学会で、特に印象に残ったのは、2 日目のシンポジウム「スポーツ心理学研究の成果は運動・スポーツ現場に役立っているのか？」の橋本公雄先生の基調講演でした。大学に奉職する者として、大学の 3 つの役割 (知識の獲得⇒研究, 知識の伝達⇒教育, 知識の応用⇒社会貢献) をはじめ、社会貢献を視野に入れた研究と教育を行うことの重要性を聞け、襟を正す思いでした。研究課題等についても、自分自身の興味をいかに社会に還元することができるのかを考えること、つまり、競技者や指導者の目線を常に持って、独創的な研究を進めるべきであると話されていました。

最後になりますが、2 日間の大会を準備された福岡大学の事務局の皆様と、現地で対応された鹿屋体育大の森先生をはじめとする関係者のみなさまに、感謝申し上げます。是非、次回の鹿児島開催も期待しております。

余談ですが、学会終了後、指宿まで足を延ばし、唐船峡で流しそうめんを食べ、砂蒸し温泉に入り、日本一の露天風呂を満喫して帰りました・・・

こころトピック

第 3 回 「自己」対応マニュアル

杉山 佳生 (九州大学)

「自己」、「セルフ」、「自我」、「自分」、「自身」、「己 (おのれ)」・・・どれも、心理学や日常においてよく見られ、使われる言葉であるが、それらが意味するところは、深いようで、浅いようで、正直、よくわからない。

学術的概念としての「自己 (セルフ)」に、私が初めて深く触れたのは、動物行動学や進化学の世界で注目されていた、ドーキンスの「Selfish Gene (利己的遺伝子)」ではなかったかと思う。そのため、「セルフ (自己)」には、この「セルフイッシュ=利己的」という図式から、あまりよくないイメージを持つようになっていた。

一方、学術的な「自我 (エゴ)」には、心理学の勉強を始めた頃、フロイトのパーソナリティ構造にかかる理論で、出会った。そこでは、私たちの心 (人格) は、快楽原理に従う「イド (あるいはエス)」、道徳原理に従う「超自我」、そして、それらの調整を司る (いわゆる「大人」の)「自我」から成り立っているとされていた。それまで、「自我が強い」、「エゴイスト (利己主義者)」といった言葉から、「自我」はどちらかといえば望ましくない「わがまま」な存在だと認識していたが、それが、ここで、一変することとなった。

その後、「自己」や「自我」に対するイメージや理解は、心理社会的発達理論の「自我 (あるいは自己) 同一性」、達成目標理論の「自我関与」、自己決定理論、あるいは、「自己概念」、「自尊感情」、「自己効力感」といった概念を扱う一連の自己理論等、新しい用語や理論に触れるたびに、変化してきたように思う。いいかえれば、学べば学ぶほど、「自己」とは何か、「自我」とは何か、曖昧になってきたような気がする。それでも、先生や先輩、同僚との学術的議論についていくために、あたかもわかっているかのような顔をして討議に加わってきたが、どこかで一度、整理しなければいけないだろうと考えている「自分 (自己?)」がいたのも事実であったし、今でも、その思いは消えていない。

もちろん、あまり深入りしても研究の生産性は高まらないということも「自覚」しており、のめり込みを「自制」し、ほどほどに理解しておくのがよいのかも、という「自論 (持論)」にすぎているところもある。

それでも、徒然草風にいえば、「自己」等について「心にうつりゆくよしなしごとを、そこはかとなく書きつく」ったり、語りあったりすることで、「自己理解」が深まり、「自己研鑽」にもなるのではないかと考えている。もっとも、これらも「自己満足」に過ぎず、「自己実現」にはほど遠いのかもかもしれないが・・・

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」

『感性の限界 ー不合理性・不自由性・不条理性ー』

高橋昌一郎

講談社

水落 文夫（日本大学）

この著書は、「理性の限界（2008）」、「知性の限界（2010）」の続編である。しかし、「理性」、「知性」と読破して「感性」に至ったわけではなく、私に関心を持っている心理的ストレスに影響されるスポーツ選手の意思決定に関わる文献として、たまたま検索された本である。内容的にも、研究の仮説設定を支えるようなものではない。最先端の研究知見を解説しているようなものでもなく、読み物として面白い新書の範疇である。

様々な肩書の専門家（たとえば、神経生理学者、行動経済学者、認知科学者、急進的フェミニスト、進化論者、法律学者、軍事評論家など）が、ガヤガヤと雑談する形式で、人間の行為や意志や存在などに関わる話題を提示しては議論している。主題は、「なぜ理性的であるはずの人間が愚かな行動をとるのか」、「なぜ人間は“空気”に支配されてしまうのか」、どうやら「人間は、論理や情報とは別のアプローチによって結論を導いている可能性」もあり、その「理性や知性とは別の感性によるアプローチとはいったい何か」である。一つの話題に対して様々な専門家が、それぞれの領域の理論やモデルを披露して議論・反論しているため、多彩な考え方に触れながら知的好奇心が刺激される。ときには、「ソクラテスの悪妻」とか「矛盾の語源」とか、議論がずれていくこともあるが、それも清涼剤となっている。

著者も述べているが、中には登場人物の発言に飛躍や厳密性に欠ける論法も含まれている。しかし、読んでいると議論に参加しているような錯覚とともに、たまにスポーツ競技で出会う不思議な現象を説明するヒントを与えてくれる。たとえば、試合終盤の競っている時に、リスクの高いショットをわざわざ打って自滅する。周りにはそのプレーの選択を非難され、合理性を良しとする自分がなぜ愚かなプレーを選択したのかわからず、ただ後悔する。これは、プレッシャーによる心理的ストレスで起こるスポーツ選手の認知・意思決定プロセスの問題である。本書では、不確実性が高い状況における認知バイアスや感情的要因による「不合理性」について説明している。すなわち、意識的に制御できない反応を引き起こす「自律的システム」により、人間が本来もつアンカリングによる認知バイアスや、損をする状況でリスクを冒そうとするフレーミング効果（ノーベル経済学賞を受賞したカーネマン＜実は心理学者＞によるプロスペクト理論）が働き、自分でも理屈に合わないとわかっていながら不合理な行動をしてしまうというのである。なお、「運動選手」が専門家として登場するが、どうやら議論は期待されていないようである。

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」

佐久間智央（九州工業大学大学院）

守田 有希（福岡大学大学院）

前回担当されました、佐久間智央さん(九州工業大学大学院)より襷を受け取りました、福岡大学大学院の守田有希です。佐久間さんとは、第 28 回大会(2015 年 3 月)の九州スポーツ心理学会の学生企画で他大学の大学院生の方と共に発表をさせていただきました。

私は、大学院で、“文武両道”をテーマに研究をしてきました。ある日、指導教員である山口幸生先生と研究打ち合わせの際、前日テレビで特集されていた、元プロテニス選手の松岡修造さんの話題になりました。「スポーツ以外の場で活躍するには、ある程度の教養や知識がないと無理だよな。」という先生の一言から、「勉強とスポーツの両面で優れている人の特徴や工夫していることがあるのでは…?」という疑問が生まれ、文武両道を研究のテーマに日々勉強をしております。

大学院生活で、初めて参加した学会がアジア南太平洋国際スポーツ心理学会(ASPASP)でした。口頭発表や、ポスター発表を初めて目の当りにし、様々な視点からの研究を見て、とても勉強になりました。しかし、日常生活で外国の方と関わる機会がほとんどない私は、興味のある発表に対する質問はできず、コミュニケーションも取れず…。初めての国際学会はとても悔いの残るものでした。その後修士 2 年時に、山口先生をはじめ研究室のメンバーと交換留学生とでテニスをする機会がありました。ちょうどその頃、韓国の釜山大学との交流会において、英語による口頭発表の機会を得ており、発表に向けて英会話や、プレゼンの練習を授業で行っていました。最初、「何歳ですか?」という程度だった会話から、具体的に聞きたいことや言いたいことを以前に比べたら伝えられるようになったと実感しましたし、何よりもっと英語で会話をしてみたいと思うようになりました。交流会に向けて、英語によるスライドや抄録作成、またプレゼンの練習など、これまでの人生で最も英語に触れたような気がします。そして当日、初参加した国際学会での悔いを晴らそうと意気込んでいたのですが、今年の交流会は、大寒波の影響で釜山大学の福岡大学への訪問が中止となってしまいました。しかし、日本人のみの学会ではありましたが、英語によるプレゼン、ポスターによる質疑応答を無事行うことができ、少し英語に自信を持つことができましたし、貴重な経験をさせて頂きました。

大学院で、専門分野の知識を深く勉強することができたのはもちろんですが、大学院生活また研究を行う上で多くの方と関わり、様々な経験をすることができました。私は、保健体育の教員を目指しております。この大学院生活で学んだことを教育現場に還元できればいいなと思っております。

大石彩加（九州大学大学院）

萩原悟一（九州工業大学大学院）
松田陽二（福岡大学大学院）

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 〒807-8585 北九州市八幡西区自由ヶ丘 1-8

九州共立大学スポーツ学部 伊藤研究室

九州スポーツ心理学会事務局 宛

TEL : 093-693-3310

E-mail : kssp@kyukyo-u.ac.jp

九州スポーツ心理学会 第 29 回大会開催!

大会テーマ「自己（セルフ）再考」

平成 28 年 3 月 5 日・6 日 パークサイドビル

日時 1 日目：平成 28 年 3 月 5 日（土） 受付 12：00～
2 日目：平成 28 年 3 月 6 日（日） 受付 8：30～

会場 パークサイドビル
北九州市小倉北区堺町 1-6-13 （JR 小倉駅下車 徒歩 10 分）

参加費 会員 ¥3,000 当日会員及び学生会員 ¥2,000

【3 月 5 日（土）】

11：00～12：00 理事会
12：00～ 受付
13：10～13：15 会長挨拶 会長 磯貝浩久（九州工業大学）

13：15～16：45 特別企画 フリースタイル・グループディスカッション
テーマ：＜自己（セルフ）について語らう＞

モデレーター&テーマ

- | | |
|----------------|----------------|
| ① 熟達と運動学習の観点から | 中本浩揮（鹿屋体育大学） |
| ② 社会との関係の観点から | 萩原悟一（日本経済大学） |
| ③ ダイバーシティの観点から | 内田若希（九州大学） |
| ④ 健康行動の観点から | 煙山千尋（岐阜聖徳学園大学） |

総合司会 杉山佳生（九州大学）

16：55～17：40 総会

18：15～20：15 情報交換会

【3月6日（日）】

8:30～9:00 受付

9:00～10:20 学生企画

テーマ：＜現場に活かすロジカルコミュニケーションスキル＞

演者：松田晃二郎（九州大学大学院）

山本さくら（福岡大学大学院）

北村暢治（鹿屋体育大学大学院）

司会：神力亮太（九州工業大学大学院）

10:30～12:00 特別講演

テーマ：＜自己調整学習理論とスポーツにおけるパフォーマンスの向上＞

講演：塚野州一（富山大学名誉教授）

司会：山口幸生（福岡大学）

12:00～13:00 昼食・ポスター掲示

13:00～14:50 ポスター発表

*パークサイドビルのご案内



小倉駅をモノレール側出口より出て、モノレール沿いに進みます。モノレールの平和通駅を過ぎたら、左手の角に 4° C ブライダル様(白い建物) がございますので、その角を左に曲がって 100～150m程です。(小倉駅より徒歩 10 分程度)

ビル 2F～7F は立体駐車場になっており、隣には堺町公園派出所があります。

最寄りのバス停留所は、平和通りとなっております。

<http://www.parksidebld.com/access/>

九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ

役員（平成 27 年 4 月～平成 30 年 3 月）

会長	磯貝 浩久（九州工業大学）
副会長	杉山 佳生（九州大学）
理事長	伊藤 友記（九州共立大学）
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（福岡大学名誉教授） 橋本 公雄（熊本学園大学）
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） 荒井 久仁子（熊本健康・体力づくりセンター） 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） 山口 幸生（福岡大学） 和多野 大（沖縄工業高等専門学校） 山津 幸司（佐賀大学） 上地 広昭（山口大学） 下園 博信（福岡大学） 内田 若希（九州大学）
広報担当理事	今村 律子（九州工業大学）
会計担当理事	兄井 彰（福岡教育大学）
監事	長野 史尚（九州共立大学） 秋山 大輔（日本経済大学）

事務局スタッフ（平成 27 年 4 月～平成 30 年 3 月）

総括	伊藤 友記
会計	兄井 彰
編集	萩原 悟一（日本経済大学）

各種委員会委員（平成 27 年 4 月～平成 30 年 3 月）

企画委員会	磯貝浩久 山口幸生 兄井彰 杉山佳生 伊藤友記 内田若希 中本浩樹
広報委員会	今村律子 山崎将幸（東亜大学） 水落文夫（日本大学） 下園博信
HP 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 20 号をお届けいたします。

平成 28 年 1 月 24 日、40 年ぶりと言われる大寒波が西日本を襲いました。(前回の編集後記も寒波の話でしたが、昨年を超える大寒波です) 沖縄でもこの寒波の影響で観測史上初めての雪(実際はみぞれ)を観測しました。しかしながら、すぐに 3 月末ごろの陽気がやってくるといったなんとも忙しい季節でした。

さて、今年度から九州共立大学の伊藤理事長を中心に北九州地区合同事務局へと運営が移りました。日本スポーツ心理学会第 42 回大会から、北九州続きの学会となります。日本スポーツ心理学会が大盛況で幕を閉じたとのことですが、29 回目を迎える九州スポーツ心理学会の開催地は「小倉」です。事務局スタッフも、日本スポ心を超える(?!)九州スポ心を目指す! そんな気概を胸に、たくさんの皆さまの御参加を心からお待ちしております。

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い致します。

編集担当 今村律子



日本スポーツ心理学会第 42 回大会のスタッフの皆さん
おつかれさまでした

平成 28 年 2 月 発行
九州スポーツ心理学会会報第 20 号
「健康と競技の心理」
Psychology of Health & Sport
広報・編集担当
今村律子 山崎将幸 水落文夫 下園博信

* 当記載すべての無断転載・引用等は固くお断りします