

日本体育学会

体育心理学専門分科会会報

第11号(通卷第39号)

体育心理学専門分科会

1999年8月発行

日本体育学会体育心理学分科会会則

- 第1条 本会は日本体育学会 体育心理学専門分科会と称する。
- 第2条 本会は体育・スポーツに関する体育心理学研究の発展のため、会員相互の情報交換を行い、研究と実践を推進することを目的とする。
- 第3条 本会は第2条の目的を達成するために次の事業を行う。
- (1) 研究会の開催
 - (2) 会報の発行
 - (3) 会員の研究に資する国内、国外の情報の収集と紹介
 - (4) その他、本会の目的に資する事業
- 第4条 本会の会員は本会の趣旨に賛同する者で、本会の会費を納入した者とする。
- 第5条 本会に次の役員を置く。
- (1) 会長 1名
 - (2) 運営委員 若干名
- 第6条 本会の会長の任期は2年を原則とする。ただし、運営委員は留年を妨げない。
- 第7条 本会の会議は総会と運営委員会とする。
- 第8条 総会は、次の事項を審議決定する。
- (1) 会長および運営委員の選出
 - (2) 事業報告および収支決算
 - (3) 事業計画および収支予算
 - (4) 会則の改正
 - (5) その他
- 第9条 総会は年1回、日本体育学会の開催地で開催し、当日の出席会員をもって構成する。
- 第10条 会長は運営委員の投票により互選する。会長候補者が過半数に満たない場合は、出席会員の3分の2以上の賛成によって決定される。
- 第11条 会務の執行は、運営委員と協議のうえ事務局が担当する。
- 第12条 本会の経費は会員の会費（年額1000円）、日本体育学会の補助金ならびに寄付金の収入によって支出する。
- 第13条 本会の会計年度は日本体育学会終了日より翌年の体育心理学専門分科会総会までとする。
- 第14条 本会の事務は事務局で行い、当分の間、筑波大学体育科学系内（〒305-8574 茨城県つくば市天王台1-1-1, TEL&FAX:0298-53-2686）に置く。事務局には幹事（若干名）を置き、任期は4年間とする。

平成7年10月5日施行。

体育心理学専門分科会選出の日本体育学会の役員

任 期：平成11年4月1日～平成13年3月31日

理 事：3名

杉原 隆 猪俣公宏 徳永 幹雄

(順不同)

評議委員：22名

阿江 美恵子	落合 優	竹中 晃二	藤田 厚
荒木 雅信	加賀 秀夫	調枝 孝治	山本 勝昭
石井 源信	海野 孝	徳永 幹雄	吉田 茂
伊藤 政展	工藤 孝幾	中込 四郎	吉本 俊明
市村 操一	近藤 充夫	橋本 公雄	(五十音順, 敬称略)
猪俣 公宏	杉原 隆	船越 正康	

なお、上記評議員の先生には、体育心理学専門分科会の運営委員として同期間活動して頂くことになって
います。

はじめに

日本体育学会体育心理学専門分科会
事務局代表 中込四郎（筑波大学）

本年度の学会大会（第50回記念大会）はすでに周知のとおり、新しい企画がたくさん盛り込まれており、それは今後の学会大会の有様を会員個々が考えるきっかけとなるはずです。

その一つに、「領域横断的なシンポジウムを」ということから、30近くの共催シンポジウムが予定され、私たちの専門分科会のメンバーも話題提供者としていろいろなテーマで顔を出すようです。今回の学会大会に限らず分科会内の研究においても、これまでの枠に捕らわれず新たな方向に拡大していくことが予想されます。もちろん、他の専門分科会でも同様な動きが認められます。体育心理学領域が以前扱っていた研究テーマ（基礎研究として）であったものを、最近では他領域での研究発表の中に見ることができるようです。

これもまた学会誌等で伝わっていることですが、体育学研究への投稿論文の審査方法が大きく変わりました。従来の分科会推薦による査読者を中心とした論文審査ではなく、学会員全員に査読をお願いできる方法を採用し、査読結果をそのまま投稿者に返すことになりました。しかも、論文の採択は、決められた一定の基準に従って機械的に行われます。これまで懸案となっていた効率化の問題がだいぶ解消されるはずです。このような改定に伴って、今後、論文査読においては、分科会会員の皆さまにご協力いただくこととなります。この場を借りましてお願い申し上げます。

分科会事務局としての仕事が3年目を終えようとしています。今回の会報づくりにおきましても多くの先生方のご協力を得ることができました。感謝申し上げます。次年度に向けてまた皆さまの協力をいただきながら、分科会活動を充実していきたいと願っております。

平成11年8月1日

目次

iii

はじめに	中込 四郎 (筑波大学)	i
目次		iii
I. 特別寄稿		
1. 体育学会および体育心理学専門分科会の これまでの歩みと私		
イメージトレーニングの意味論	勝部 篤美 (愛知淑徳大学)	1
体育心理学専門分科会発足当時の思い出	末利 博	5
私と体育心理学専門分科会とのかかわり	藤善 尚憲 (天理大学)	10
2. 歴代体育心理専門分科会事務局の歩み		
体育心理専門分科会事務局回顧録	杉原 隆 (東京学芸大学)	12
シンポジウム「子どもの身心の発達と学習」の頃	西條 修光 (日本体育大学)	13
第3期事務局担当者の感慨	船越 正康 (大阪教育大学)	14
第4期専門分科会事務局	中島 宣行 (順天堂大学)	14
第5期分科会事務局	山崎 勝男 (早稲田大学)	15
第6期分科会事務局担当を省みて	徳永 幹雄 (九州大学)	16
第7期分科会事務局を担当して	中込 四郎 (筑波大学)	16
II. 研究室の紹介		
1. 研究室めぐり (その6)		
1) 東京工業大学大学院社会理工学研究科人間行動システム専攻 行動システム講座 身心相関分野	石井 源信	19
2) 九州大学健康科学センター	橋本 公雄	21
3) 海外で頑張っている日本人研究者 (その1)	筒井 清次郎	24
III. 日本体育学会第49回大会関連		
1. キーノートレクチャー		
テーマ: 今, 求められている健康スポーツの心理学的意義—運動心理学の視点—		
司会: 中込 四郎 (筑波大学)		25
演者: 竹中 晃二 (早稲田大学)		26
キーノートレクチャーを拝聴して	桂 和仁 (武蔵丘短期大学)	35
2. シンポジウム		
テーマ 大学・大学院における「体育心理学」教育の課題 およびネットワーク化		38
司会: 佐久間 春夫 (奈良女子大学)		
演者: 吉田 茂 (筑波大学) 「大学・大学院における「体育心理学」教育の課題 およびネットワーク化—筑波大学における現状と課題—」		39
近藤 明彦 (慶応義塾大学) 「私立総合大学における教養教育 としてのスポーツ心理学の展開」		41
荒木 雅信 (大阪体育大学) 「体育系大学 (学部) における体育・スポーツ 心理学関連領域のカリキュラムの実際と将来」		42
石井 源信 (東京工業大学) —理工系大学における独立大学院の立場から—		45

<シンポジウム傍聴記>

日本体育学会第49回大会

体育心理学専門分科会シンポジウム傍聴記・・・佐川 正人（北海道教育大学札幌校）・・・ 46

シンポジウム傍聴記・・・・・・・・・・筒井 清次郎（愛知教育大学）・・・・・・・・ 47

3. 一般研究発表（座長報告）

<口頭発表>・・ 49

海野 孝（宇都宮大学） 平井 タカネ（奈良女子大学） 滝 省治（甲子園大学）

調枝 孝治（広島大学） 丹羽 劭昭（聖母被昇天学院女子短期大学）

阿江 美恵子（東京女子体育大学） 森 司朗（東京学芸大学） 土屋 裕睦（大阪体育大学）

吉田 茂（筑波大学） 山本 裕二（名古屋大学）

<ポスター発表>・・ 63

近藤 明彦（慶應義塾大学） 荒木 雅信（大阪体育大学）

竹中 晃二（早稲田大学） 立谷 泰久（日本体育大学）

<学会参加記>・・ 69

日本体育学会第49回大会に参加して・・・松尾 直子（早稲田大学大学院）

学会傍聴記・・・・・・・・・・高井 和夫（筑波大学準研）

IV. 日本体育学会第50回大会および関連学会の案内

1. 日本体育学会第50回記念大会（東京大学）の内容案内・・・・・・・・・・・・・・・・ 73

1) 特別講演・・ 74

テーマ：「からだの自由と不自由」

司 会：荒木 雅信（大阪体育大学）

演 者：長崎 浩（東北文化学園大学）

2) イブニングシンポジウム企画・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 75

V. 事務局報告

体育心理学専門分科会総会式次第・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 77

1. 平成10年度事業報告・・ 78

1) 日本体育学会体育心理学専門分科会関係

2) 体育心理学専門分科会会報の発行

3) その他事務局報告

4) 速報

2. 議題・・ 80

1) 平成11年度の事業計画について

(1) 日本体育学会第50回記念大会関係

(2) 体育心理学専門分科会会報第11号（通巻39号）の発行

2) 平成10年度決算および平成11年度予算案について

3) その他

3. 平成10年度決算および平成11年度予算案について・・・・・・・・・・・・・・・・ 81

編集後記

I. 特別寄稿

<特別寄稿 1>

体育学会および体育心理学専門分科会の これまでの歩みと私

本年は、日本体育学会大会が50回記念というから、専門分科会の「会報」でもそのことを意識して2つの特集を組んでみた。そろそろ50才の舞台にのろうとする世代にとって、これまで長く学会活動をしてきたつもりでいても、その歴史の半分しか参加していないことに気付く。

学会設立の初期から活動してこられた先生方から、自由に語っていただいた。また、これまでに専門分科会の事務局を担当した関係の先生方からも当時の様子を原稿にいただいた。寄稿していただきました皆さまに感謝申し上げます。

イメージトレーニングの意味論

勝部 篤美（愛知淑徳大学）

はじめに

体育心理学の研究領域は、発達、学習、適応、指導、知覚などかなり広い範囲にわたっているが、最近の傾向としてメンタルトレーニングやイメージトレーニングについての発表が目立って多くなってきているように思われる。

わたくしは、メンタルトレーニングは「心理的コントロール」を主な内容としているのに対して、イメージトレーニングは「技能学習」を主な内容としている点で両者は異なっていると理解しているのであるが、ここで問題としたいことは、

イメージトレーニングに関することである。

心ある指導者は、受講生たちに対して次のようなことを強調しているようである。すなわち、「グラウンドやコートにいるときだけがトレーニングではない。手足を直接動かさなくてもできるトレーニング法がある。バスに乗っているときでも、フロに入っているときでも、フトンの中でもできるトレーニング法がある。それは、すぐれたプレイヤーの演技を隣の視覚的イメージとして描くこと、またすぐれたプレイヤーの演技に付随しておこる音を耳の奥に聴覚的イメージとして

聴きとること、さらに自分自身を演技者としてイメージの中に描き出す練習をすること、これがイメージトレーニングである」と。

ここに述べられたことは確かにその通りである。しかしこれだけでは説得力が弱いのではないか。なぜならば、この行動を支える理論的根拠ないし意味論的説明が、そこには示されていないからである。

理論的根拠を持たない学習法は単なる信仰と同じで「眉唾もの」と思われても仕方のないフシがある。そこで、わたくしはイメージトレーニングの講義をするときには、必ずその理論的根拠についても詳しく話すことにしている。これは考え方によれば意味論的検討の結果を伝えているといえる。御参考までに、以下にその概要を述べさせていただきます。

1. 人間にとってイメージとは何か

1) イメージの概念

従来、心理学ではimageのことを心像と訳して、知覚対象がないにもかかわらず心の中につくる像として考えてきた。この場合の心像は、鏡にものを映すような実物模写的なものとしてとらえられており、実験心理学の領域では記憶像、知覚遮断実験などの研究で行われてきた。

これに対して、imageは単なる感覚の模写ではなく、合成作用、比較作用、増幅作用、圧縮作用などによって創造的活動に関係が深いところから、imageのダイナミズムを学習に利用しようとする心理学的研究が台頭してきた。この場合、イメージを動的なものとして把握しているので、むしろimaginationと呼ぶ方が適当であると考えている人もいる（藤岡喜愛）。

また一方、imageを単なる外界の模像としてで

はなく、個人の内的現実の表現としてこれを重視しようとする立場が臨床心理学では貫かれてきた。特に精神分析の立場では、imageやimaginationとは区別して、限定的な意味をもたせてimagoと呼ぶ人もある（Jung, C.G.）。

2) 動物心理学との関連

イメージの喚起は動物にもあるものとされている。ただし、それは静止的、鏡映的なものであろうといわれている。

また、動物でも夢を見ることが検証されている。しかし、イヌやネコの見る夢は直感的なものであると考えられているし、チンパンジーの夢でさえ人間でいえば1歳児程度のものであろうと考えられている原始人なども直感像の世界の住人であろうとされている（梅棹忠夫）。

旧石器時代の原始人は洞窟絵画を描いているが（アルタミラなど）、この時代に言語が駆使されたかどうか疑問視されている。だとすれば、初めに言葉ありきではなくて、初めにイメージありきということになる。

3) 生理心理学との関連

イメージ表出の過程は生体電気現象としてとらえることができる。イメージ表出の過程の筋電図を最初にとったのはジェイコブスン（Jacobson, E.）である。彼は被験者にタイヤに空気をつめたり、錘りを持ち上げたりする動作をイメージとして描かせ、そのときの微細な筋放電を筋電図に描記することに成功している。これは、実際にはからだを動かしていないのに、想像するだけでその運動に関係のある筋肉に神経衝撃が伝わっていることを示している。

これと同様に、わたくしは声楽の発声練習のときの咽頭部の筋電図をとってみた。ドレミファソラシドと、次第に声を高めていくと、それらの発

声ごとに筋放電が認められる。そこで次には声を出さずに、心の中でドレミファソラシドとやってみると、微弱ながらやはり筋放電が認められた。そして、これ以上高い音域の声が出ないというところでは、実際に声を出さず練習の場合でも、声には出さない場合でも、共通して咽頭部にひきつったような感じを受ける。そしてこのときの筋放電は最高を示すのである。このことは、音声に出そうが出すまいが、想像だけで声帯収縮が可能であることを示している、やはりジェイコブスンの実験の場合と同様に考えることができる。

ジェイコブスンは彼の実験から、思考は大脳に限局して行われるのではなく、中枢と末梢との全体的関連の中で行われることを強調したのだが、

「戦場で失ったはずの手足がうづく」という実話も考え合わせると、人間の思考活動にとって重要な問題がそこに秘められているような気がする。

その後、わたくしはイメージは情緒的興奮に依存するものであるから、その面からのアプローチが必要であるとして、イメージの表出過程と皮膚電気反射（ウソ発見器の原理）との対応関係を調べてきた。その後、藤田厚らもイメージ表出と脳波・筋電図との対応関係を調べている。

このように、思考活動、イメージ表出過程における生体内の電気的変化が明らかになると、単に被験者の内省報告に頼っていたイメージ研究は飛躍的に進歩するとともに、いわゆるイメージトレーニングの理論的根拠が明白となった。

4) 発達心理学との関連

人間は、新生児のときからイメージを持ち始める。そのころは記憶心像と呼ばれる段階のものであって、静止像が多いであろう。「人見知り」というのは、幼児が身近な人の顔を記憶し、その

心像と現前の相手とを照合するところ起こるといわれている。

以前から幼児の直感像の明瞭性についてはよく指摘されてきたが、そのうちに記憶心像は多様な感覚・知覚的経験によって豊富に貯えられ、これらが相互に結合していくことによってここにイメージの運動化が起こり、単に明瞭に描くだけでなく、イメージの生成発展を促し、やがて統御する方向へ向かう。

幼児のイメージ思考は、概念形成以前の思考方法として抜きがたいものである(Piaget, J.)。後には言語を用いて論理構築をするようになるが、やはり「初めにイメージありき」である。

5) 思考心理学との関連

パスカル (Pascal, B.)は人間を「考える葦」と呼んだ。またデカルト (Descartes, R.)は自らの存在の証しとして思惟を認めた。「われ思う、故にわれあり」(Cogito ergo sum)のことは多くの人の知るところである。

思考活動は、人間が生き続ける限り、その存在にかかわる重要な営みであるが、その際イメージは無意識の言語として重要な役割を果たしている。そのことは、発明・発見の事例でしばしば指摘されている。

我々は言語によって概念をつくり、イメージによって観念をつくっているようである。国家観、世界観、人生観、異性観など何々観といわれるものはイメージによって作り上げられている。

このように見てくると、イメージはロゴスの世界よりもパトスの世界に根をおろしているといえる。

6) 芸術心理学との関連

芸術的表現の過程は、想像の過程であり、また創造の過程でもある。たとえ写実主義に徹すると

いえども、その芸術家は外界の模写に終わることはない。外界の事実を、芸術家自身の見方・感じ方のチャンネルを通してイメージ化し、独自の世界を切りひらいているはずである。

美術家では視覚心像、音楽家では聴覚心像が明瞭であることはすでに知られている。舞踊家はこれら両面が必要であるばかりでなく、心像の運動化、つまり変換統御能力がますます重要となってくるであろう。新体操、アイスダンス、シンクロナイズドスイミング、高とび込みなど、構成美を狙って行われるスポーツでも、舞踊と同様のことがいえる。

文学では読書は言語のイメージ化なしには鑑賞できないし、読者は作者のイメージを追体験する過程で同一化し、共感する。そしてその共感単に内部受容だけでなく、外部表象となることが多い。思わず手がでる、足が出る、という運動随伴がそれである。

文学以外の芸術では、ことばのロジックよりも、イメージのパッションが重要な役割を果たしており、イメージそのものが生命力であるとする人もいる（岡本太郎）。

7) 臨床心理学との関連

他人の心の中をのぞくことは容易ではない。そこで臨床心理学では、イメージによってその人の内的現実を知ろうとする。各種の投影テストはそのための具体的手段である。

また、心理療法では、心的状態の改善のためにイメージ操作を利用している。一般的なカウンセリングでもイメージによるやりとりが有力な手段になっており、ことばに頼るよりも、むしろ以心伝心的なことが効果的だと考える人もいる（河合隼雄）。

以上述べてきたように、イメージは心理学の多

くの分野にわたってかかわる重要な問題であるが、とくに運動技能学習への関与の仕方について次に考えてみよう。

2. イメージトレーニングは運動技能学習においてどのような意味をもっているか

1) イメージトレーニングの理論的根拠

イメージトレーニングは先に述べたジェイコブスの実験的知見に基づき、「人間は何かの動作を思うとき、思っただけでその動作に関係している筋肉に対して中枢から神経衝撃が流れ、筋放電が起こる。それならば積極的に想像することによって運動に関係している神経回路の訓練をすることができるのではないか」（勝部）、と考えられたことがイメージトレーニングの理論的根拠なのである。

2) イメージの関わり方

(1) 観念の形成

運動学習において、学習者はまず課題とされていることがどのようなことなのか、課題とされている動作はどのようなものなのかを理解できなければならない。これは観念の形成といえることができる。指導者の良き示範があれば観念の形成（イメージ化）はますます容易に促進されるであろう。この場合、イメージ化は同時に内的言語を伴うことが非常に多い。つまり、イメージによる観念化と言語による観念化の相互補完的結合で運動の思考活動は進められる。そのことは問題に対するstrategy（方略）の樹立へと発展する。

(2) 観念・方略の修正

次の段階では、果たして自分のからだはイメージのように動いているかどうかを実地に行って検証してみる。その結果、イメージと実地との差異を自覚し、その差異を埋めるための方法をイメー

ジ化した後に、再び実地に行って検証することになるであろう。このようにして、より正しい観念へと修正するとともに、新たに方略も修正し直して目標に迫るといえることができる。新戦法・新技術の開発もこの観点から理解することができる。

(3) 記憶の強化

イメージを繰り返して描くということは、それ自体が運動の記憶強化に役立っている。

とくに、身体運動の学習は筋感覚に支えられた受動的なものであるため、むしろ間脳などの情動中枢の機能に依存するところが大きく、これが大脳皮質の活動水準を賦活させることが考えられる。その点では、言語学習のように単に皮質レベルの活動を主としたものとは異なる。

おわりに

世の中には、運動は動物でもやっているなどといって、ことさらに軽視しようとする人たちがいる。これはまことに愚かなことで、ことがらの本質を知っていない蒙言といえる。

下等な動物の運動は、生まれつきからだに組み込まれた固定的なプログラムにしたがって行われている。そのために定型的・常同的である。クモが巣を張るのも、ガンが空を渡るのも、まさにそうである。これに対して高等な動物は可逆的・流動的なプログラムにしたがって行われるので、事態の変化に対応することができる。しかも、熟練という明確な目的をもち、そのために意識的にトレーニング（学習）するという動物は、人間をおいてほかにはない。

運動を学習する場合に見られる人間と他の動物との間の大きな違いは、人間はイメージと言語を媒介とした思考活動をフルに活用しているということである。つまり、人間の運動は高次の思考活動から生まれているということである。それでこそあの美しいシンクロナイズド・スイミングのような創造的な群泳やアイスダンスができるのである。運動のために頭を使うということ、それこそが人間の特徴であり、「考える葦」といわれるゆえんである。

体育心理学専門分科会発足当時の思い出

末利 博

日本体育学会は昭和25年（1950）2月11日に誕生した。当学会発会当初とその後の推移は表1の如くである¹⁾。江橋氏²⁾の報告によると、学会設立に当たって尽力された方々は、大谷武一、東俊郎、

加藤橋夫、松井三雄、森清、久松栄一郎、重田定正などで、学会発足当時の役員構成は「理事長・大谷武一、庶務・加藤、会計・重田、編集・久松の諸理事であった。50年前のことであり、その

方々は全員他界されているが筆者にとっては懐かしい諸先輩方である。表1によると400人足らずの会員で発足した学会は昭和34年（1959）の10回当時には約3倍の1309人になるまでに発展している。会員の増加に伴い、研究領域の類似した会員が集って、それぞれの研究領域を中心に専門分科会を設置しようとする動きが生じた。

このような動きの先頭をきったのは運動生理学、キネシオロジー（今日のバイオメカニクス）、体育心理学の研究者達であった。この動向に対処して学会は専門分科会設置内規を定め、昭和36年（1961）に運動生理学、キネシオロジー、体育心理学の3専門分科会の設置を承認した。1960年代のはじめに、体育社会学、体育史、体育原理、発育発達、体育管理、測定評価などの専門

分科会が設置され、昭和43年（1968）に体育方法の分科会が認められて10の専門分科会となった²⁾。今日ではさらに保健、体育科教育学、スポーツ人類学の分科会が加わり、13の分科会構成になっている。日本体育学会の第50回記念大会：体育・スポーツ関連学会連合大会の開催要項によると、この連合大会への参加学術団体に33団体が列記されており、体育学関連の多くの研究団体（学会）が多彩に開花している⁵⁾。体育心理学領域では表1に示した如く、昭和48年（1973）に日本スポーツ心理学会が発足している。この学会も昨年25周年を迎え、会員も300人の中規模の学会に成長し、心理学会ジャンルの一分野を形成するまでになっている。

表1 日本体育学会の推移

年度	正会員数	支部数	学会大会について			専門分科会など	
			回	会場	発表部門		発表演題数
昭和 25 年	356	2	1	東京大学（本郷）		51	
26	424	6	2	東京大学（本郷）		103	
27	594	10	3	東京大学（本郷）		149	
28	631	15	4	名古屋大学・名工大		173	
29	739	17	5	東京学芸大学		183	
30	1051	16	6	京都大学	11	231	
31	1276	21	7	中央大学	11	283	
32	1428	21	8	久留米大学	11	275	
33	1371	21	9	日本体育大学	11	299	
34	1309	21	10	大阪大学	11	364	
35	1428	22	11	早稲田大学	11	344	
36	1683	23	12	愛知県立文化会館	11	456	生理・キネ・心理分科会 3 専門分科会発会
40	1627	26	16	北海道大学	11	445	9 専門分科会発会
48	3252	30	24	中京大学	11	489	日本スポーツ心理学会発会
50	3777	30	26	天理大学	11	610	10 専門分科会
60	5153	30	36	岐阜大学	12	806	
平成 9 年	6752	31	48	新潟大学	13	532	13 専門分科会

註) 日本体育学会第49回大会プログラム (p.100) 掲載 (末利先生自筆の資料をもとに作表)。

ところで、体育心理学専門分科会発足の母体であったと思われる研究団体に体育心理学研究会があったことを忘れてはならない。この研究会は昭和33年（1958）に発足し、次の59年から会報「曲り角」を発行している。同コピーは思い出のためにその第1号の1頁をコピーしたものである。この1号の4頁に体育心理学研究会の発足の経緯が次の如く記されている。すなわち、「体育心理学研究会は昨年の第9回体育学会において発足をみ、その運営は全て東京在住者に一任することになった。そのために12月13日に松井、太田、柏原、藤田、稲垣、渡辺、阿部、杉本の諸氏が参集し、懇談の結果、次のことを申し合わせた。1）この研究会は日本体育学会と無関係に発足する。……4）研究会の責任者ならびに連絡所は次のとおりとする。〈責任者〉松井三雄（日本大学）、鈴木清（東京教育大学）、松田岩男（東京教育大学）。〈連絡所〉日本大学文理学部、体育学研究室。」その申し合わせ事項の第1組にこの研究会は日本体育学会と無関係に発足すると記されているが、曲り角は後述の如く日本体育学会心理学専門分科会の会報となっている。

曲り角のNo.1（1959）からNo.7（1963）までは“体育心理学研究会—曲り角”の表題になって

いるが、No.8（1963.11）は“日本体育学会・体育心理学専門分科会＝曲り角”となり、専門分科会の会報の形態となり、昭和42年（1967）から再び“体育心理学研究会会報—曲り角”として続行されている。今日では“日本体育学会・体育心理学専門分科会会報”として専門分科会が続行し、“曲り角”の名称が削除されている。曲り角についての説明がやや冗漫になったが、それは体育心理学専門分科会発足初期の経過についての貴重な記録である。1960年代当初の曲り角から注目すべきイベントを拾い上げてみよう。そのNo.1の2～3頁に62人の全会員の名簿が掲載されており、可成り幅広い専門領域の人達の名前がみられる。またその4頁の“シグナル”の頁に曲り角の標題名について「本紙の名付け親は松井先生で巻頭の言葉にありますように、今や体育心理学は一つの“曲り角”にきている。（巻末コピー）……」と記述され、当時の松井三雄教授の存在の大きかったことがうかがわれる。曲り角のNo.2（1959.9）には、当時の曲り角の編集責任者であった杉本功介氏が“体育心理学の歩み”の記述の中で日本体育学会大会での発表演題数と心理学的なものの推移を図1の如く報告している。

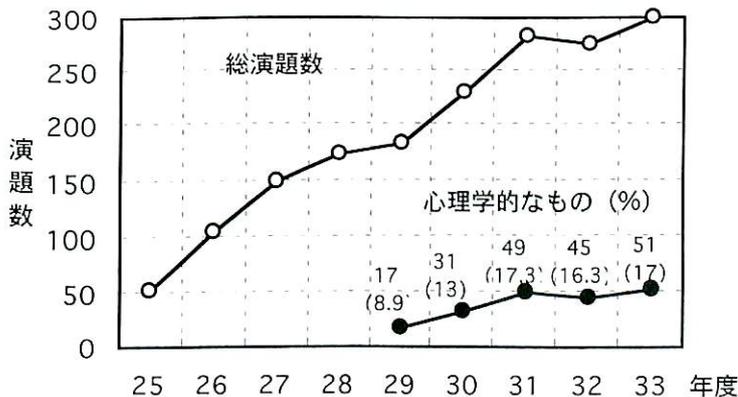


図1 学会発足当初の発表演題数と心理学的なもの推移（曲り角、1959、No.2による）

日本体育学会発足の最初の8年間に発表総数第は6倍にも増大しているのに心理学的研究の発表は総数に対して50題(15%)前後で停滞している。杉本氏はこの傾向を懸念してその理由は何であろうかと体育心理学研究会員に問いかけている。昨年の49年大会では発表総数522題に対し、体育心理学会場での発表数は46題で総数の8.8%となっている。最近では学会員の研究領域が大きく分科してきていることもあるが、心理学的研究は量的には発展していないようである。

体育心理学専門分科会の発足当初の学会大会での量的推移は前述の如くであるが、その研究内容は分科会の発足時から開かれた専門分科会のシンポジウムのテーマがそれをあらわしている。今回分科会の事務局が配布してくれたシンポジウム及びキーノートレクチャーの一覧が年次別にその主題とサブテーマを示している。それによると分科会発足の年から5年間に亘って運動(スポーツ)のパフォーマンスの向上を考えると身体運動と人格適応が研究内容として浮上するのは自然の成り行きと思われる。筆者もこの頃はこの問題をメインテーマとして研究していた。

筆者がこのテーマに動機づけられたのは筆者の恩師である後藤岩男教授の著書“体育の心理³⁾”の第4章の“スポーツマンの性格”の内容であった。筆者はその内容の概要を“身体活動と知的活動”という標題で曲角(昭和58.11,第2号)に紹介している。それは15年も前のことなので、重複するが、スポーツに専念するものには挑発的でショッキングな内容であるので、あえてその1部を再記する。即ち、『体育運動は主として外の場の活動である。言いかえると外の場が非常に分化し、異質化してゆくことにほかならない。かかる異質化は、必然的に内の場の等質化を必要とす

る。内の場も異質化しつつありながら外の場もまた異質化することなどは、いかなる名手もこれをよくすることはできない。このような理由で長い間体育運動のみに専念しているものは鋭敏な感性を失ってしまいがちである。そのかわり小節にこだわらないいわゆる肝の太い剛直な性格になりやすい。……スポーツマンの性格を調査してみても、体育運動家の体験を聞いてみても、この理論に証明を与えるような有力な事実が多い。体育運動家は概して犀利な思索や強靱な思考が不得手であり、考えが大ざっぱである。……』。後藤教授にこの著書は昭和24年(1949)に出版されており、当時体育心理学に関する著書としては唯一のものであった。後藤教授は心理学担当の教授であったが、学生の頃にサッカーをされたと聞いている。その性で体育心理の著作が発想されたものと思われる。同教授は当時の行動心理学の有力な学派であるゲシュタルト(形態)心理学の研究者で、前期の体育運動家の人格適応もゲシュタルト心理学の場の理論で説明されている。私達スポーツに専念してきたものにとってはそれは大変刺激的内容であったが、同時に大変説得的であった。この著書は続いて昭和27年(1952)に公刊された松井三雄教授の体育心理学⁴⁾とともに当時体育心理学に関心をもったもの達を強く動機づけたこの面の雄著であった。体育心理学専門分科会がその発足から5年間にわたって身体運動と人格適応をシンポジウムの主題としたのはこの二著、特に前者の影響が大きかったのではないかと推測している。

文献

- 1) 日本体育学会第49回大会プログラム
- 2) 私と日本体育学会-その初期の頃をふりかえって-江橋慎四郎, 体育の科学: 47(1), 1997.

3) 体育の心理, 後藤岩男, 金子書房, 1949年. 1月.

4) 体育心理学, 松井三雄, 体育の科学社, 1952.

5) 日本体育学会第50回記念大会/体育・スポーツ関連学会連合大会, 開催要綱, 東京大学教養学部駒場キャンパス, 日本体育学会第50回記念大会/体育・スポーツ関連学会連合大会, 組織委員会, 1999.



曲り角にきた体育心理学

—発行のことばにかえて—

社会は、ますます複雑化するばかりで、そこにはいろいろな社会問題が発生している。これらの問題の解決は、各方面からの努力の總和にまたなければならぬことはいうまでもないが、しかし、その根本は教育にあることを否定することはできない。たとえば、国民の健康問題にしても、医療の進歩や病院の建設だけでは解決されない。医療や病院が必要になったときは、すでに健康問題への斗いは、少なくとも一度失敗しているのである。病気になる人間を育てることがこの問題の最後の解決策である。社会不安の向題にしても、公の子育て、貧困者に経済的援助を与えることだけで解決されるものではない。大衆に経済的疎遠をさけるだけの生活態度をもたせることが考えられなければならない。また、法律の強化で、不良化防止の有効な対策が講じられたとするのも早計である。社会風に対する抵抗力と協力の精神を養うことが、この問題解決の根本策である。

要するに、社会問題の根本的解決は、教育によって極限員の身体的、精神的、社会的資質の向上をはかるのでなければ不可能であるということができる。そして、この目的を達成するのに最も有効な教育活動の一領域が体育である。しかし、その体育は一定の原理にもとずき、それぞれの事態に応じて合理的に処理されたものでなければ、目的を達成することができないばかりでなく、かえって有害にして悪態に満ちた活動に墮するおそれさえある。ここに体育心理学に対する大きな期待が生じてくるのである。

殿紅、わが国における体育心理の研究は、目ざましい発展を示しているがまだ十分に上に述べたような意味で実施にとけこんでいるとはみられない。今や、体育心理学は一つの「曲り角」にきているといわなければならない。体育心理学研究会の発足はこの意味において、まことに精進をえた企てであると思う。その会員を結ぶ紐としての本紙の発展を祈ってやまない次第である。(松井 三雄)

下部のアンダー・ラインは筆者によるもの。

資料 「曲り角」第1号(1959) (末利先生寄贈による)

私と体育心理学専門分科会とのかかわり

藤善 尚憲 (天理大学)

日本体育学会も今年は「第50回記念大会」を開催するというので、半世紀の年輪を重ねたことになる。その意味では、戦後の混乱期に学会を創設し、現在まで連綿として継続し発展させるための努力を積み重ねてこられた先人、先輩の方々に深甚なる敬意を表するとともに、私のかかわってきた体育心理学専門分科会の一端を事務局の要請に応じて書きしるすことにしたい。

私と日本体育学会や体育心理学専門分科会とのかかわりは、私が天理大学（体育学部）に赴任した昭和35（1960）年からである。初めて日本体育学会に参加したのは、早稲田大学で開催された第11回大会であり、その頃はやっと学会としての基盤も固まって研究発表もその内容が充実しはじめた頃であった。すなわち、それまで一般研究発表会のみであったものが、現在のシンポジウムのはしりである「研究討論会」がはじめて持たれて専門分科的性格が明確になるとともに、各専門分科会でメインテーマを決めた討論するという各個の研究発表からそれらをその時点でまとめて討議する時期に入った年でもあった。

この研究討論会（シンポジウム）での最初の頃（5年間位）の話題は、主とした「パーソナリティと体育・スポーツ経験」との関連性についてであり、各種のパーソナリティテストによる運動

経験やスポーツマンの性格特性に関する内容の検討であった。私もたまたま本学の花田先生との共同研究によってその分野での研究に従事していたので、その研究討論会でのサポート役を果たすこととなった。そして、その後もスポーツマンの性格、態度、性格像（イメージ）などの研究を継続し、昭和43（1968）年に共著としてまとめたものが「スポーツマンの性格」（不味堂出版）である。

その後昭和40（1965）年からは、やはり体育・スポーツ教育の心理学における問題が中心的課題と思われる「運動学習」の問題がシンポジウムとして取りあげられることとなった。これまた赴任当初から私の学生時代からの師であり、実験心理学を専門分野とされる鷹野先生との共同研究で「反応時間やタイミングの研究」を手がけていた事もあり、運動学習としての最初のシンポジウムである第16回大会（昭和40年）の「運動の学習課程について」をメインテーマとするシンポジストとして「タイミングの学習」について話題提供することによりその討論に加わった。

その際、2年後に日本体育学会第18回大会が関西（大阪大学）で開催されることが決定されたので、そのシンポジウムの内容を関西地区のメンバーで検討してほしいとの専門分科会からの要請があった。そこで、森脇（近畿大）先生の世話取

りによって、末利（京都教育大）、鷹野（大阪体育大）、柏原（大阪教育大）、藤善（天理大）のメンバーが相寄って検討することとなった。その結果、昭和42（1967）年の第18回大会では、末利先生を座長として「運動学習における諸問題—技術習得過程におけるイメージの役割」をメインテーマとしてシンポジウムを持つことにした。これを契機として、せっかくこのような関西のメンバーが集まる機会が得られたのだから関西の体育心理学研究者の集いを持つてはどうかという話が持ちあがり、関西における体育心理学研究者を結集して「関西体育心理研究会」の発表をみることとなった。この会はお陰様でその後大学院の学生諸君も交えて、年5、6回の研究発表会と懇親会を持つようになり、現在までの30有余年継続されると共に、ますます盛大になっている。これが関西における体育・スポーツ心理学研究の基盤となっていることはいまでもないが、これも体育心理学専門分科会の落とし子であると思うと懐かしく、嬉しいことである。

さて、続いて忘れたくないのは、松田先生を中心として、世界の体育・スポーツ心理学の研究事情（国際スポーツ心理学会）からこの体育心理学専門分科会を母体として「日本スポーツ心理学会」が昭和48（1973）年に結成されたことである。これはかねてから「国際スポーツ心理学会」への加入問題として、「日本スポーツ心理学会」の創設が叫ばれていたことによるものであった。その発起人会を昭和48年に日本大学で開催して総会を開き、翌昭和49（1974）年11月に早稲田大学で「第1回日本スポーツ心理学会」が開催された。そして、この学会は体育学の専門的研究者のみではなく、広く体育・スポーツ心理学に関連する諸学会の研究者を結集して、日本における体育・スポー

ツ心理学独自の学会として創設が成ったのである。わたしもその発起人の一員として創設に参加し、理事・監事として現在に至っているが、体育・スポーツ心理学研究の国際性を含めた研究の飛躍が望まれるとともに、ますます世界における日本の体育・スポーツ心理学研究に期待されてもいるのである。

このように、わたしの主として関与したのは、日本体育学会の体育心理学専門分科会や日本スポーツ心理学会の草創期から充実期に至る時期であったが、その後は日本体育学会も学際性、国際性を含めて発展の一途をたどり、体育・スポーツ心理学の分野もだんだんに国際化されるとともに細分化され、研究も多岐にわたってきている。そして、毎年のシンポジウム、キーノートレクチャー等を通して研究の課題設定がなされ、活発な討論が繰りひろげられているのは誠に喜ばしいことである。わたしも及ばずながらシンポジウムの司会やシンポジストとして、はたまたキーノートレクチャーの司会等にたずさわってきた。

言うまでもなく、学会はこの機会を通して研究者としての発表の場であるとともに、研究を発展させる討論の場としてお互いが大いに活用し合い、体育・スポーツ心理学研究のますますの充実の飛躍的發展をさせる場である。当然のことながら、その成果が期待されるとともに、その社会的要請や期待にもこたえる場である。したがって、そのような研究もまた必要となろう。

思いおこすままに、体育学会並びに体育心理学専門分科会にかかわる私の一端を述べ、今後ますます体育・スポーツ心理学会の隆盛を祈念してその責を果たすことにしたい。

<特別寄稿 2>

歴代体育心理学専門分科会事務局の歩み

体育心理専門分科会事務局回顧録

杉原 隆（東京学芸大学）

回顧録を書くようにと依頼されたが、何分とも昔（約30年前）のことであり、加えて記憶力もよくない方であることもあって、余りよく覚えていない。中込先生に頼んで送ってもらった当時の「曲がり角」を手掛かりに記憶を辿ってみたが、思い違いがあるかもしれない。

小生が近藤充夫先生から事務を引き継いだのは、東京教育大学体育心理学研究室の助手になった昭和43年の4月であった。主な仕事は、会報「曲がり角」の編集・発送、月例会の企画と実施、体育学会評議員選挙の実施、大会時のシンポジウムの企画・司会者の推薦などであった。これらのことを体育心理学研究室の鈴木潔先生、小林晃夫先生、松田岩男先生、それから一般体育研究室に移られた近藤充夫先生と相談しながら行っていたが、中心になっておられたのは松田岩男先生であった。

そのころの会報「曲がり角」は年に2回くらいの発行で、シンポジウムの演者を中心として、会報が自分の研究について紹介する内容が中心であった。原稿を依頼して書いていただける方が少なく発行に苦勞したこと、学生さんに手伝っても

らいながらも封筒の宛名書きが大変だったことを覚えている。

月例会は「月例会」という名称とは裏腹に、年に3～4回の開催になっていた。参加者もあまり多くなく、盛会とは言えない状態であった。

学会大会の司会者の推薦も気を使う仕事であった。当初はそれまでの慣例に従い、司会者はお年を召された大先生方をお願いしていた。それはそれでいいところもある。しかし、そのうちにもっと若い人で新鮮な見方で司会をしてもらいたいのではないかと思い、松田先生に相談したところ、いいでしょうということになった。そこで35歳くらいの方から司会者として推薦することにした。体育心理専門分科会の司会者の年齢が他の専門分科会と比べ若くなっているのはその頃からであると記憶している。

東京教育大学が廃校になり、筑波大学が発足するのを契機に、事務局を日本体育大学に引き継いで、昭和50年に8年間に渡った肩の荷を下ろした。

シンポジウム「子どもの身心の発達と学習」の頃

西條 修光（日本体育大学）

私たちの研究室（長田一臣先生，円田善英先生）で専門分科会の事務局をお引き受けしていた昭和55年は，子どもたちの手の不器用さ，背筋力の低下，背すじの歪み，骨折の増加，土ふまずの形成や感覚器の発達の遅れなどが具体的に指摘され，父母，教師，マスコミそして研究者の中から，子どもたちの体がおかしいのではと言われ始めた頃でした。

「手の器用な子ほど，物わかりがよく，感性もこまやか」「土踏まずの形成の後れている子は，すぐにいやになったり，疲れたという」といった，からだと心の関わりについての実感を子どもたちに接している人達から聞くことがあります。だとすると，からだの「おかしさ」はそれ自体由々しき問題ですが，このまま放置されればそれだけにとどまらず，心の発達や人格形成の上で深刻な事態を引き起こすことが予想されます。このような問題意識で設定したのが，昭和52年の学会での表題のシンポジウムのテーマです。

研究テーマを設定する場合，何とかしたいと痛感され，解決を迫られ，実際的な価値がある「心配」から出発するものと，知的な「興味」から出発するものが多いと言われています（宗像誠也「教育研究法」）。興味から出発する場合，研究室や研究者のなかだけで興味があって，現場で求めているものとは無関係なものとなる危険性があります。事務局ではテーマ設定に当たり，当時の子どもたちの身心の発達をめぐる状況をふまえ

「心配」から出発したわけです。

司会は円田先生で，演者とテーマは以下の通りです。

- (1) 近藤光夫先生（東京学芸大学）
「感覚運動経験が知的能力に及ぼす影響」
- (2) 藤巻公裕先生（埼玉大学）
「生活・社会環境と身体的認識の発達」
- (3) 田中孝彦先生（東京大学）
「感情・認識・人格の発達と学習」

なお，演者とテーマ（シンポジウムのテーマも含めて）本分科会会報（第6号，1994年）でのそれと幾分違っていますが，当時の事務局の資料と「体育学研究」（22巻4号）を参考にしながら，私が確定したものです。

当日のシンポジウムの会場は大入り満員で，他の分科会の会員，父母，小学校から高校の先生方が参加し，このテーマへの関心の深さが伺えました。そして今でも珍しいことと思いますが，何名かのマスコミの方も参加し，テレビの収録をしていました。終了後，円田先生と「よかった」と手をとりあって喜んだことを今でも覚えています。

あれから20年以上たちました。今年の体育学会の専門分科会ではどんなテーマのシンポジウムが開かれるのか楽しみにしています。事務局の方々ご苦勞様です。

第3期事務局担当者の感慨

船越 正康（大阪教育大学）

事務局を担当したのは彼此20年前、当時を振り返ると己の歳を感じさせられる。東教大から日体大を経て大教大へ確かに事務局は引き継がれたけれども、その頃は関西体育心理研究会が発足して10年がたった。故人となられた森脇勤（近大）先生が世話人となり、末利博（京教大）、柏原健三（大教大）、鷹野健次（大体大）、藤吉尚憲（天理大）の4先生が核となって隔月の例会を開いていた。参加者は20名内外、若手に引き継がれて今なお続いており、互いの切磋琢磨と交流を深める契機として力を貯えていたように思う。関東に比べれば関西は小じんまりした印象が強い。1～2時間で集まれる地理的便利さがあるから、楽しみつつ出掛けることができる。

大阪、京都、奈良、兵庫の常連に滋賀、三重を加え、最近では岐阜、愛知、愛媛からの参加がある。全国への発信基地を引き受けるに際して、一大学が担当する視点よりも、関西一円の熱心な活

動母体があったればこそその出発だった。日本全体に“地方の時代”意識が流れ始めており、多少の力みがあったかもしれないが、「曲がり角」に活動記録を盛りながら、シンポジウムの企案や発表コードの改正に取り組んだ。関西での例会は一演題の持ち時間が約2時間30分から1時間の話題提供の後にワイワイ言い合っていると、研究の全容と独自性が見えてくる。至極必然的に研究活動が活性化していった。

全国規模に広がった「臨床スポーツ心理」「メンタルトレーニング」「運動学習」研究の中に、この例会から育った人たちがいるのは喜ばしい。世を揚げて情報化・国際化の時代、日本の地方と世界の都市の距離はインターネットで一飛び。研究の必然として、細分化が進めば統合を必要とする時が再び来るであろう。体育心理学の新しい時代をリードする思考と研究者の育成を、地方の壁を乗り越えて心より念ずる歳のようなものである。

第4期専門分科会事務局

中島 宣行（順天堂大学）

昭和61・62年度にわたって、本分科会の事務局を担当した。その間、体育学会大会のシンポジウムでは、3年目の継続テーマとして「集中力をめぐる諸問題（3）」を、そして翌年は「学校体

育・スポーツの問題と体育心理学研究の課題」を設定し、会員との間で討議が行われた。

当時の会報である「曲り角」の中で太田は「…体育系大学の心理学関係の講義を担当している研

究者にとって特に関心が深いのは、健康心理学とスポーツ心理学であることは言うまでもない。問題となることは、実践的問題の解決へ向かって役に立つ健康心理学でありスポーツ心理学となるための軌道を一日も早く敷くことである。…」と述べている。10数年経過した今も同種のことを新たな視点から再度問いかける必要を感じる。

事務局の活動の一つとして、東京地区を中心とした研究会開催を呼びかけたことが思い出される。市村氏（競技不安について-現象から過程へ）や星野氏（メンタルプラクティス）を話題提供者

として、お茶の水校舎の一室で研究会がもたれた。通常の学会口頭発表とは異なり、参加者の全てが平等で自由な雰囲気の中活発な情報交換、研修が行われた。そうした研究会を事務局担当の間、4回ほど企画させていただいた。

最近では、各研究テーマごとに関心の深い者が集まり、研究会を組織しているが、関西地区の体育心理学例会のような集まりをそれぞれの地域でもつことも有意義ではないかと思われる。地域的な結びつきでの集まりにより、一味違った研修の雰囲気を体験できるのではないかと考える。

第5期分科会事務局

山崎 勝男（早稲田大学人間科学部）

順天堂大学から事務局をお引受けしたのは1988年の3月下旬でした。仕事始めは専門分科会から評議員を選出し、学会本部へ報告することで。早速、前任校から送られてきた資料や書類の中から会員名簿を探し出し、とりあえずこの名簿に従って、選挙を行なった次第です。手許に残っている業務日誌によりますと、評議員選挙に関する文書、被選挙権を有する会員名簿のコピー、投票用紙、返信用封筒、それに加えて年会費未納の方は、支払いを宜しくという文書も同封して147名に発送したと記されています。今でも鮮明に記憶していることは、この郵便物を受け取られた会員のご家族から、本人は数年前に死亡しているが、いつまで年会費を払い込んだのか判らないので、如何致しましょうか、というご返事を頂戴したことです。この時ほど、名簿と年会費の管理について深く思い致したことはありませんでした。学会費及び専門分科会費の自動引き落としが制

度化されてからは、このような状況が解消しました。恒例イベントである専門分科会主催のシンポジウムやキーノートレクチャーも、事務局としては気の重い問題でした。しかし、運営委員会を設置してからは、シンポジウムのテーマや司会者及びシンポジストの人選がだいぶ楽になりました。ただ、推薦された司会者やシンポジストとの交渉には、E-mail全盛の現在からは想像も出来ないほどの時間が取られたことも確かでした。会報は運営委員会の手承を得て、従来の「曲がり角」から「体育心理学専門分科会会報」と名称を変更し、年1回の発行としました。会報には主として専門分科会のシンポジウムを掲載したのですが、録音起こしの原稿編集には相当時間を要しました。私共の所では1号から5号までの会報を発行しました。事務局をお引き受けした1988年には、名簿の不備などもあってか専門分科会の会員数はわずか147名でした。それが1989年には402名とな

り、以降1990年433名、1991年448名、1992年533名、1993年554名と増加してきました。事務局

は1993年9月25日をもって、九州大学健康科学センターに引継した次第です。

第6期分科会事務局担当を省みて

徳永 幹雄(九州大学)

事務局(平成5年～8年)が終わって、人ごとみたいに思っていたら、思わぬ原稿依頼があり、懐しく思い起しています。

平成5年に事務局交代の挨拶を兼ねて、会員の体育心理学専門分科会に期待している要望についてアンケート調査を実施しました。私達の事務局では基本的にはその集約された内容の実現に向けて努力したように思います。

第1は研修会と懇親会の実施でしょう。熱意ある会員の期待に答えてプレ・セミナーと称して学会前日に研修会を開催し、その後、懇親会をやるという企画でした。それなりに盛り上がりを見せましたが、長続きしなかったプレ・セミナーには少々、無理があったのかなあ、と思っています。

第2は会報の充実です。早大が事務局の時に立派な会報をつくって貰ったので、それに学会発表時の座長のコメント、地方や研究会レベルの活動報

告、大学研究室めぐり、海外情報、博士号取得者の紹介などを追加してみました。

第3は、体育心理学専門分科会に会則がありませんでしたので、会則の制度。そして、学会でのポスター発表の導入などを試みました。

九州という関東、関西から離れた土地ではありましたが、橋本公雄、高柳茂美(以上九大)、磯貝浩久(九工大)、瀧 豊樹(第一経済大)の努力によって、何とかお世話できたのではないかと考えています。

今後、日本スポーツ心理学会との関係もあります。が、体育心理学専門分科会独自の理事会が開催できないものかと考えています。

ここいらで、体育心理学専門分科会選出の理事・評議員を集めて、将来的意味も含めて、年一度の会合を持ち、課題を検討してはいかがなものでしょう。

第7期分科会事務局を担当して

中込 四郎(筑波大学)

九州大学・徳永先生より事務局のバトンタッチをしたのが、アトランタオリンピックの年と記憶しています。千葉大学での学会大会でありまし

た。それまで、発表や論文投稿をとおして間接的には分科会の活動に関わってきたつもりでいましたが、600人以上の登録会員の集まりをどのように

まとめていくのか、あるいは本部との連携をどのようにしていくのかについては、大きな戸惑いがありました。とにかく4年後のシドニーオリンピックまでという約束で動き出しました。最初の1年目の活動は、前事務局の遺産を食いつぶした感じを強く持っています。

一部の分科会と同様に、体育心理学においても領域内での分化が色濃くなってきています。それぞれに個性を持って研鑽の場を築いている各研究会を無理して統合するよりも、サポートすることも事務局の立場ではないかと考えました。その代わりに、シンポジウム等では、注目されている研究主題よりも、会員にとってできるだけ共通性の高い体育の問題を取り上げようとしてきました。

本年は50回目の体育学会ということで、皆さま

もご存知のように記念大会として位置づけ、従来の内容に様々な試みが加えられています。本分科会においては、各研究会を母体としたイブニングシンポジウムを4つ設定しました。比較的クローズドに行われてきたものを、オープンにすることによってどのような波紋が生じるのかについて明確な見通しを持っていたわけではありません。仮に失敗の試みであっても、次のステップへの手がかりが得られるはずです。会員の皆さまの積極的な参加を希望いたします。

記念大会での主旨の一部は次回の学会（奈良）でも受け継がれていくようです。学会本部が抱える「体育学の分化と総合」の課題は、私たちの分科会内そして他分科会との関わりの中でも考えていくことになるようです。

表 体育心理学専門分科会事務局および会報の変遷

通巻	名称	期間（年度）	事務局	編集者
1-9	曲り角	昭和42年-昭和51年	東京教育大学	鈴木 清・松田岩男・近藤充夫・市村操一・杉原隆
17-20	曲り角	昭和52年-昭和55年	日本体育大学	長田一臣・円田善英・西條修光
21-27	曲り角	昭和56年-昭和60年	大阪教育大学	柏原健三・船越 正康・中川 昭
28	曲り角	昭和61年-昭和62年	順天堂大学体育学部	太田鐵男・星野公夫
29-33	体育心理学 専門分科会会報	昭和63年-平成4年	早稲田大学 人間科学部	上田雅夫・山崎勝男
34-36	体育心理学 専門分科会会報	平成5年-平成8年	九州大学 健康科学センター	徳永幹雄・橋本公雄・高柳 茂美
37-	体育心理学 専門分科会会報	平成9年-	筑波大学 体育科学系	中込四郎

・体育心理学専門分科会会報（通巻34号，p.42）に基づく。

II. 研究室の紹介

<研究室めぐり> (その6)

東京工業大学大学院社会理工学研究科 人間行動システム専攻 行動システム講座 身心相関分野

石井 源信

1. はじめに

<社会理工学研究科ができた経緯>

我々は体育・スポーツ心理学, 運動生理学, バイオメカニクスを中心として理工系の特徴を生かしながら研究・教育を進めてきました. 大綱化が打ち出されて, 一般教育と専門教育の枠を越えた教育と組織づくりが一層要求され, 同時に大学院重点化により, 平成8年度から工学部(一般教育担当)所属から新設された大学院社会理工学研究科へ所属しています. この研究科は, 科学技術(理系)と人間社会(文系)の双方の分野を視界に入れた新しい学問しかもきわめて実践的な意志決定に重心をおいた学問領域であり, 人間行動システム, 価値システム, 経営工学, 社会工学の4つの専攻からなり, 我々が所属する人間行動システム専攻は旧一般教育群(保健体育, 教育, 外国語の一部)を中心として教育工学開発センター及び外部機関(大学入試センター)の協力で設立されました. <人間行動システム専攻の概要> 本専攻は, 行動システム講座と人間開発科学講座の2つの基幹講座(大講座)と1つの協力講座(教育工学)からなっています. その理念は「人間性を加味した新しい科学技術の発展に寄与するため人間の知性, 認識, 社会性, コミュニケーション, 生体や行動などの特性を解明し, 人間の能力開発の基礎となる理論体系を構築する. また, そ

の理論体系に基づき, 人間とさまざまなメディアや機器との効果を解明し, 人間に優しく, 人間の能力を引き出しかつ拡大する新しいメディアや機器の開発に貢献することをめざす.」というものです. 我々が所属する行動システム講座は3分野(従来の小講座相当)1講座の大講座制をとっており, 「身心相関分野」「生体動態分野」「言語行為分野」からなっています.

2. 身心相関分野の紹介

我々の研究室は, 生理学と心理学, 基礎と応用, 研究と実践, 心と体, まさにそういった2つのものを1つに統合して新たなことに挑戦する研究室です. 以下研究スタッフ, 研究領域, 修士論文テーマなどについて紹介します.

<研究スタッフ>

研究スタッフは以下の4名の専任教官と博士課程および修士課程の学生より構成されています.

教授	石井源信(スポーツ心理学)
助教授	須田和裕(生化学)
助手	石川国広(野外教育) 小谷泰則(スポーツ心理学)
学生	博士課程 7名 修士課程 3名

今までの学生の出身大学は心理系（東工大，東大，筑波大，東京女子大，横浜国大，北大，東京理科大，早稲田大，図書館情報大学）生化学系（東工大，都立大，東京商船大）であり，きわめて雑多な集団です。

＜研究領域＞ 研究内容は次に示すような大きく分けて3つの領域があります。研究対象は広く，ヒトからネズミから何でもあります。特に，最近はスポーツゲーム場面における情動プロセスに関する生理・心理学的アプローチを手がけています。以下具体的な研究対象を分類してみます。

＜心理的側面を対象とするもの＞

- ・スポーツ選手のストレス要因とメンタルマネジメントに関する研究
- ・アウトドアスポーツの参加者の心理的変容と環境教育
- ・スポーツ運動時の視覚情報と動作の関係
- ・スポーツ選手の怪我の発生メカニズムと心理的サポートに関する研究

＜生理学的な側面を対象とするもの＞

- ・トレーニングが血管作動性ホルモンの情報伝達系に与える影響
- ・トレーニングによりアンギオテンシンII受容体に起こる適応変化の解析・SHRの腎臓AVP受容体に対するトレーニングの影響

＜生理学的指標を用いながら心理的要因の影響を見るもの＞

- ・脳波（CNV，SPN）を利用した反応準備メカニズムの解明
- ・脳波（SPN）に対する刺激情動価（affective-motivational valence）の影響
- ・ストレスに対するコントロール可能性が唾液中の cortisol に及ぼす影響
- ・競技ストレスとホルモンの関係

＜学生の研究テーマ＞

平成9年度修士論文

- ・ストレスモデルにおける状況の多様性と諸要因間の因果構造（現在，東京大学大学院医学研究科博士課程2年）
- ・交通情報提供の在り方と利用者の不満に関する分析（現在，主都高速道路公団）

平成10年度修士論文

- ・受傷選手の回復過程における心理・社会的サポートに関する調査研究（現在，目白学園女子中学・高校教諭）
- ・唾液中 cortisol と心拍数変化による心理的ストレスの研究（現在，博士課程1年，平成11年10月からドイツ留学<トリア大学のストレスリサーチセンター>）
- ・持久的トレーニングがラット腎バソプレッシン受容体に与える影響（現在，森永乳業）
- ・持久的トレーニングが様々なラット組織におけるアンギオテンシンII受容体に与える影響（現在，大正製薬）
- ・持久的トレーニングが様々なラット組織におけるエンドセリン受容体に与える影響（現在，大正製薬）

3. おわりに

まだまだ生まれたばかりの研究室ですが，心と体の関係という非常に重要なテーマを扱っている研究室です。今後の研究の発展に期待してください。詳しい研究内容等は，研究室ホームページ（<http://www.taiiku.titech.ac.jp/shinshin/>）でどうぞ。



東京工業大学構内の風景

九州大学健康科学センター

橋本 公雄

1. 九州大学健康科学センターと教官スタッフ

JR博多駅より普通電車で下ること15分。JR大野城駅を下車すると、そこは九大の筑紫キャンパスである。元々米軍基地があったところで、返還後は九大キャンパスと筑紫公園がその土地を分かち合っている。筑紫キャンパスの一角に健康科学センターがある。昭和53年に旧教養部の保健体育科と保健管理センターが一緒になり、全国に先駆けて設置されたセンターである。病人（歩けない人）を対象とした「医学」やスポーツ選手（走る人）を対象とした「スポーツ科学」の研究領域はあるが、普通の人（歩く人）を対象としたものなく、そこに焦点を当てた研究領域として「健康科学」の旗を掲げ、スタートした。20数年たった現在では「健康科学」という言葉は全国に流布し、

一般的に用いられるようになってきている。先達の先見性に頭の下がる思いがする。しかし、この研究領域はまだ緒についたばかりで、その定義や研究領域など曖昧な部分が多い。

研究組織は、健康科学第1部門(運動・スポーツ科学)、第2部門(健康医学・心理)、そして第3部門(教育相談学)からなり、スタッフは総勢21名。そのうち運動・スポーツ科学は12名であり、生理系6名、心理系3名、社会系3名で構成されている。これらのスタッフで健康科学に関する研究、および全学共通教育と大学院教育に携わっている。

2. 全学共通教育

全学共通教育科目としての健康・スポーツ科学科目(講義・実習)は、平成6年度からは4年次

まで履修できる選択科目として講義・実習を開講し、今年度の平成11年度からは従来の保健体育科目の卒業要件単位を4単位から3単位（講義2単位、実習1単位）に減らした。講義と実習の融合を図るために、講義はテキスト「健康と運動の科学」に則り、健康の維持増進に対する運動の効用性を生理学、心理学、社会学的な側面から講義し、実習は1年次前期に修得させている。実習内容はスポーツ種目でなく、実習ノートと指導案に基づき、健康・体力づくりのために体力測定法やトレーニング法を教えるユニークな授業である。当初は学生に不人気であったが、最近では授業内容を工夫・改善したおかげで、結構受けている。しかし、教官側は種々の測定法を指導したり実習ノートのチェックなど大変である。

3. 大学院「人間環境学研究科」

以前から大学院設置を試みていたが、運良く平成10年4月から、健康科学第1部門は大学院人間環境学研究科行動システム専攻（健康科学コース）に協力講座として参画することができた。教育・研究分野としては、身体運動学やスポーツ科学を母胎としながら、「健康行動学第1（スポーツ社会・心理系）」と「健康行動学第2（運動生理・生化学）」の2つがあり、「健康」を多様な観点から捉え研究・教育が行われている。定員は博士課程4名、修士課程8名である。

運動・スポーツ心理学関係は、徳永幹雄先生と私それに高柳茂美先生がいる。徳永先生が「スポーツ心理学」を、そして私が「運動心理学」を担当している。「スポーツ心理学」は主に、スポーツ選手についての心理診断法の開発やメンタルトレーニングの指導法の検討など競技パフォーマンスとの関わりの中で心理的要因の関連について研究指導を行っている。また、運動・スポーツ

を含めた生活習慣と健康についての診断法の開発や運動・スポーツの心理的効果に関する研究指導を行っている。「運動心理学」のほうは、スポーツ心理学と棲み分けを明確にしつつ、行動変容理論を用いた健康・スポーツ行動の予測と継続化、および運動のメンタルヘルス効果に関する研究指導を行い、とくに精神的健康パターン診断検査の開発や快適自己ペースという主観的運動強度を用いたエアロビック運動による感情の変化とそのメカニズムに関する研究指導を行っている。

週1回の運動・スポーツ心理学研究会を中心としながら、ゼミや個人指導を行っている。研究会では、初年度は論文紹介、個人の研究報告、さらには全員で手分けして“Foundations of Sport and Exercise Psychology”を読んだ。この本に関しては、今院生中心に要約集を編んでいる。今年度は“Advance in Sport and Exercise Psychology Measurement”を読み、運動・スポーツ心理学分野で開発されている種々の調査票の理論的背景や尺度の有効性を学習している。また、ゼミではJSEP、IJSP、TSPなどの雑誌を手当たり次第に読み、世界の研究の動向を確認している。さらには、早稲田大学の竹中晃二先生らの研究グループとメイリングリストで頻繁に情報交換をし、お互いに刺激し合っている。というか、早稲田大学のパワーに少々押され気味ではある。一部のメンバーはスポーツ社会心理学系の研究グループにも入り、やはりメイリングリストで情報交換をしている。このように、まだスターとしたりばかりの大学院ではあるが、手探りの中でもインターネットを駆使しながら、着実に前進している。

運動・スポーツ心理学系の大学院生は現在、博士課程に5名、修士課程に4名の9名が在籍して

いる。最後に院生の研究テーマを紹介したい。

<博士課程>

「運動行動における目標志向性の比較文化的研究」(磯貝浩久)

「アスリートの競技引退への予防的・教育的介入」(大場ゆかり)

「中年期女性の不定愁訴に及ぼす運動の影響」(上田真寿美)

「高齢者のメンタルヘルスに及ぼす健康行動の影響」(安永明智)

「一過性運動の心理的効用」(鍋谷 照)

<修士課程>

「組織キャンプ体験のメンタルヘルス効果に関する研究」(西田順一)

「スポーツ選手のメンタルヘルスに関する研究」(村上貴聡)

「選手のライフスキル尺度作成に関する研究」(吉田安宏)

「運動・スポーツ行動の予測モデルに関する研究」(渡壁史子)



Dan Smith 教授 (シンガポール) を迎えて



Dan Smith 教授と九州体育・スポーツ学会へ参加

海外で頑張っている日本人研究者（その1）

勝又 宏さん

（ペンシルバニア大学大学院博士課程2年）

北アメリカで毎年行われている北米スポーツ心理学会(NASPSPA)に参加した時に会った日本人の学生研究者を紹介しようと思います。私も文部省の在外研究に行かせていただいた時に、楽しくかつ有意義な時を過ごさせてもらったと共に、英語を十分に理解できず結構苦しい経験もしました。その事を考えると、単独で経済的支援も特でない状態で、海外でPh.D.を取ろうとしている人を見るとすごいなあと、そのバイタリティと熱意に感心してしまいます。彼は、Ph.D.取得後には、日本で研究を続けたいという意向を持っています。2001年の夏を目途に取得できるように頑張っているそうです。

彼の経歴は以下の通りです。

1) 早稲田大学教育学部保健体育科卒業

2) 順天堂大学スポーツ健康科学部大学院修士課程卒業

3) ペンシルバニア大学身体運動学部運動学習研究室大学院博士課程在学中

研究分野は、運動学習の中の Dynamic Perception に関するものです。

最近の研究発表は、指導教官の Dagmar Sternad とともに今年の NASPSPA で行ったもので、題目は以下の通りです。

"Rhythmic bouncing of a ball: Perceptual information in dynamically stable movement solutions performed in 1D and 3D"(1999 NASPSPA).

今後の彼の活躍を期待したいものです。

（文責 愛知教育大学 筒井清次郎）



写真左上段が勝又氏、右上段が筒井氏、中央は関矢氏（広大）。

Ⅲ. 日本体育学会第49回大会関連



愛媛大学正門前

<キーノートレクチャー>

テーマ：今、求められている健康スポーツの心理学的意義 —運動心理学の視点—

司会 中込 四郎（筑波大学体育科学系）

今年度の専門分科会レクチャーでは、竹中晃二先生（早稲田大学）よりご講演をいただいた。この企画を行う上で、今回は、体育・スポーツ心理学領域での新しい動きを取り上げてみたいといった思いがあった。そんなおり、竹中先生が編集された「健康スポーツの心理学」（大修館書店、1998）が出版され、興味深く拝見させていただいたのがきっかけとなった。

私たちの領域では、早くから「運動・スポーツによる心理的効果」に関する研究があった。私自身も以前“スポーツセラピー”といった視点から関心をもったことがあった。今日の健康ブームから、この種の研究がさらに求められてくるのは容易に理解できる。では、以前の研究とどこが違うのか。そして、研究課題として今後どのようなことが注目されているのか、など、関心が膨らんだ。

竹中先生に関してはあらためてご紹介するまでもなく、当日は、60分の時間を目一杯使っての講義をいただいた。

講義の入り口では、北米を中心とした「運動心理学」の位置づけについてご紹介いただいた。こうした概念的なお話も大事ではあるが、先生の中には、“役に立つ心理学” “どこに貢献する心理学か”と

いった思いがあり、話は必然的に、フィールドでの活動の実際に移っていった。

兵庫県三田市における健康エクササイズ事業での運動処方プログラムの展開について、先生を中心としたメンバーの苦勞を交えながらご紹介をいただいた。エネルギーなお話は、あつというまの1時間であった。そこでのエッセンスについては、この後、先生ご自身から語っていただくことになる。当日の話の中で個人的に強く印象に残っている中の一つは、「思わず心が笑いだす運動経験」「経験が楽しいものであること」であった。フィールドでの研究から発せられたものであることから、迫力がありそして納得させられるところが多い。

最後に、この領域での益々の研究の積み重ねを期待し、先生には重ねて感謝申し上げます。

（以下、事務局の判断で、竹中先生には会報への原稿を特にお願せず、体育学研究誌上に掲載された論文を転載させていただきました）

今、求められる健康スポーツの心理学的意義 —運動心理学と身体行動の視点—

竹 中 晃 二

Significance of psychological effects on sports and exercise: exercise psychology and behavioral science for physical activity

Koji Takenaka

1. はじめに

米国人が医療機関に入院する総日数のうち30%はうつ病や不安神経症などのメンタルヘルス問題が原因であると言われている²¹⁾。残念ながら、わが国においてはそのような統計は存在しない。しかし、現在の不況下においてますます進む伝統的雇用慣行（終身雇用制や年功序列など）の崩壊は、中高年勤労者のストレス問題をさらに深刻にしている。また、不登校、いじめ、暴力などの学校内外の問題に曝される青少年や超高齢化社会を迎える高齢者にとっても同様にストレスの多い状況下に置かれている。そのため、現在では、メンタルヘルス問題に関して、その対処とは別に、予防的観点からの取り組みも注目されるようになってきている^{12,14)}。

その一つとして、近年、大きな脚光を浴びてきたものに身体運動やスポーツ活動がある。運動は、現代人の運動不足に起因する疾患の予防だけにとどまらず、現在ではその心理的な効果が期待されている。その恩恵は、一方ではメンタルヘルスやストレス対処のための実際的な予防措置として利用され^{10,13,20)}、他方ではうつ病、不安神経症などの感情障害の治療としても注目されている⁷⁾。特に、身体運動を感情障害治療に用いるメリットは、薬物と比べて副作用がないことや低コストで

行われる点にある。

わが国では、ライフスタイルに関わる心理学的研究は主に健康心理学の領域で扱われ、その中でも運動やスポーツは総論的な話題の一つでしかなかった¹⁵⁾。欧米では早くから、運動心理学 (exercise psychology) という名のもとに、運動やスポーツの心理的恩恵を研究する独自の領域が発展してきた^{7,16,17)}。Rejeski and Thompson (1993)⁸⁾によれば、運動心理学とは、体力に関わるパラメータを促進し、説明し、維持し、強化するために、心理学の教育的、科学的、専門的な貢献を与えることと定義している。すなわち、運動心理学の研究は、筋力、持久力、動作域（範囲）、心肺持久力、身体組成の知覚（認識）やそれらの客観的变化に関連する認知、情動、行動と関係している。Rejeski and Thompson は、1983年から1990年に刊行された運動心理学関連研究を10項目の内容に分類し、解説を行っている。それらの項目は、1) 体力とメンタルヘルス、2) ボディ・イメージ/エスティーム、3) ストレス反応、4) 疲労/主観的運動強度、5) 動機付け、6) 運動パフォーマンスと代謝反応、7) 睡眠、8) 認知、9) 会社/産業環境、10) 運動アディクションであった。特に、彼らは、運動の抗うつ・不安効果、また運動による気分や自己概念への影響に関する研究数が際だって多いことを挙げ、心理療法としての運動

の可能性を説明している。

残念ながら、わが国では、「運動」の英訳が多方面にわたるために（たとえば motor, movement, exercise など）、逆に、わが国において「運動心理学」と名付けられた研究分野は欧米で発展してきた exercise psychology の内容と必ずしも一致していない。本稿では、あらかじめ誤解を招かないように、「運動 (exercise)」という用語は Casperson et al. (1985)²⁾の定義、すなわち「計画的で、構造化され、繰り返し行われる身体活動の集合体で、体力の改善や維持を最終目標や中間目標としている身体活動」を意味するものとして使用する。本稿では、ある市の事業「健康エクササイズ」の内容について簡単に紹介する。私たち早稲田大学研究グループは、平成9年の企画段階から作業に関わり、この事業を心身の健康を強化する総合的なヘルスプロモーションと見なし、運動心理学や行動科学の知恵を活かしたプログラム作りを行ってきた。

2. 健康エクササイズ事業

1) 事業の目的

平成10年4月にスタートしたこの事業は、市福祉保健センターが行っている「寝たきりゼロ活動」の一環であり、現在では国民健康保険保健事業助成の対象となっている。従来、地方自治体が行うこの種の事業は、たとえば教育委員会体育課が主に主催し、スポーツ指導や体力増強にねらいを絞って、運動やスポーツそのものに焦点が置かれていた。本事業で行っている運動は、単に楽しさのみを強調し、運動そのものによる直接的効果を期待していない。本事業の目的は、この事業参加者に、プログラム終了時点で示す生理諸機能の改善効果のみを求めるのではなく、プログラム終了後も続く彼らの日常生活における身体活動量を増加させることである。本事業において、4カ月を通してわずか8回しか存在しない健康エクササイズ・プログラムは、単なる身体活動実施の場ではなく、参加者のライフスタイル改善に寄与する教育援助的な役割を担う。具体的には、身体運動やスポーツといった特別な活動ではなく、庭いじ

りや散歩、さらにエスカレータなどを使用しないで駅の階段を積極的に昇るなど、参加者の日常生活における身体活動量の増強を本事業の最終目標としている。一般に、日常生活における身体活動量の増強は、単純に心身の余裕感を生むだけではなく、社会的な活動に参加する機会を増加させ、結果的に生活の満足度を増強させる。すなわち、生活の質感 (quality of life: QOL) の向上に波及するのである。健康エクササイズと健康教育の融合を意識した本事業を行うことによって、身体的な健康度のみならず精神的な健康度を意識した新しい施策作りの提案としている。以下に、本事業の目的をまとめる。

① 日常生活における身体活動量を増加させる —ライフスタイルの改善

生理諸機能の改善だけでなく、プログラム終了後も続く参加者の日常生活における身体活動量を増加させる。

② メンタルヘルスを改善させる —QOLの向上

日常生活における身体活動量の増強は、単純に心身の余裕感を生むだけでなく、社会的な活動に参加する機会を増加させ、結果的に生活満足感を増強させる。

③ 健康エクササイズと健康教育を融合させる —「指導」から「援助」へ

身体的な健康度のみならず、精神的な健康度の増強を意識している。従来保険事業が指導型であったのに比べ、この事業では市民自らが健康行動目標を設定し、達成できるように行政サイドが援助を行うという新しい施策作りの提案をした。

2) 本事業の内容

① 従来事業の反省

従来地方自治体が行う運動・スポーツ教室では、その効果として生理学的な恩恵にのみ注意が払われてきた。たとえば、コレステロール値や血圧の低下、安静時心拍数の減少、最大酸素摂取量の増加などはその恩恵の代表例であった。さらに、従来事業では、プログラムへの参加のみに注意が払われ、日常生活への波及効果が検討され

てこなかった。すなわち、教室やプログラムへの参加の継続性だけが注目され、広義の運動アドヒレンスと考えられる日常生活の活動性、たとえば庭仕事などの家事活動の程度、また散歩からエスカレータを止めて階段を上るなどの積極的な身体活動の採択などの状況が把握できていなかった。また、プログラムの内容が運動・スポーツであるために、競技経験者や体育教師による経験に頼った試みが中心であり、科学の成果を活かしたプログラム作りが行われてこなかったきらいがある。そのため、本事業では、参加者の日常生活における身体活動量の強化を大きな目標とし、行動科学の手法を用いた健康カウンセリングによるライフスタイルの変容を試みた。

② 事業スケジュール

本事業は、4カ月を1コースとする2週間に1回、計8回のプログラムから成り、年間4コースの募集が行われた。参加条件は、40歳から65歳までの男女で、各コースとも定員が40名であった。各コースとも、プログラム開始前および終了時には検診によって健康測定が行われ、8回のプログラム時ではそれぞれが種類の異なる運動とその後の健康カウンセリング（個人面接、小講

義、グループワーク）が行われた。具体的な内容は、図1に示されている。運動は、参加者各自に合ったものを実感してもらうために、種類の異なる運動内容が用意され、毎回の健康カウンセリングでは日常生活の見直しと変容のための個人別目標が設定された。これら運動および健康カウンセリングでは、専門の運動指導員、保健婦、栄養士および私たちの研究グループがそれぞれの部門を担当し、その内容には行動科学的手法が採用された。すなわち、参加者の行動変容を意図し、自信を高める工夫や継続性および自己制御が可能なように配慮されたセルフモニタリングの手法が使用された。また、健康測定時およびプログラム最終日には講義および評価のフィードバックが行われた。

③ 行動科学モデルの適用

—セルフエフィカシーの強化

本事業で用いた行動科学モデルの代表的なものとして、セルフエフィカシーという概念がある。セルフエフィカシーとは、自分がある具体的な状況において、適切な行動を成功裡に遂行できるという予測および確信のことである¹⁾。セルフエフィカシーは課題に対して固有に作用し、特に身体

	説明会	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
場所	センター	センター	センター	センター	プール	センター	センター	センター	センター
内容	オリエンテーション、検査	健康処方発行	→			健康処方中間見直し	→		健康処方最終見直し
運動メニュー		楽しく検診 ストレッチ	にこにこウォーキング ストレッチ	ダンベルで遊ぶ ストレッチ	プールでウォーキング ストレッチ	いきいきハイキング ストレッチ	減る脂肪エアロビクス ストレッチ	レクリエーション 検診 ストレッチ	サーキットトレーニング ストレッチ
小講義、グループワーク		知っておきたい運動安全学	身体の仕組み -汗と筋肉-	笑いの健康学	食べた、歩いた、比べてみれば	栄養やじろべえ	めざせ、脂肪の燃焼		終了式、まとめ

Aコース：5月1日-8月27日；Bコース：7月3日-10月29日；
Cコース：8月28日-12月17日；Dコース11月27日-3月18日；

図1 健康エクササイズ事業の内容およびスケジュール

活動や運動に対する効力感は他の課題に対する効力感とは異なる。運動プログラムの心理的効果（不安や抑うつ気分の改善，自尊感情の増強）は，実際の身体能力の改善（有酸素性作業能，筋力）よりもむしろ身体能力に対する知覚，すなわち身体的セルフエフィカシーによって強化される^{4,11)}。さらに，セルフエフィカシーは，運動プログラムへの長期的な継続よりもむしろ参加の初期に強い影響を及ぼす^{6,19)}。これらの知見は，運動プログラムにストレス低減などの心理的効果を期待するためには，従来の体力科学の領域で研究されてきた生理・物理的効果を求めるよりも，むしろ身体的セルフエフィカシーを増強させる工夫が必要であることを示唆している。すなわち，成功体験を持たせたり，他人の成功体験を観察させたり，運動中の身体の反応に注意を向けさせて気付きを高めるなどのセルフエフィカシーを高める工夫が有効であり，これらのアプローチは運動の継続性を高める上でもきわめて重要である。プログラムのうち，運動実施にあたっては，参加者の身体的セルフエフィカシーを高める声かけや指導を行った。また，健康カウンセリングでは，日常生活の活動量を増加させるように，万歩計の記録やセルフモニタリングシートの記入を義務付け，個人に応じた目標設定の重要性を認識させるように努めた。

3) 本事業の評価

本事業の実際の評価時期は，4 コースとも，プログラム開始時（0 カ月目），終了時（4 カ月目）およびフォローアップ期（8 カ月）の計3回である。本稿では，未だ全体の分析が終了していないために，現在報告可能なAコースの0カ月と4カ月の比較だけにとどめる。

① 身体活動量の結果

表1は，身体活動内容調査表（Yale Physical Activity Survey 日本版）¹⁸⁾の結果を示している。Aコース参加者は，プログラム終了時では開始時と比較して，1週間単位で見た日常生活の身体活動量を示す家事活動と運動そのものの活動時間が増加した。その内容は，面接調査から，主に散歩の習慣や意識的な身体活動を伴う家事活動であ

表1 身体活動内容調査表（Yale Physical Activity Survey 日本版）による1週間の活動時間

日常生活活動時間 (hour/week)	プログラム 開始前	プログラム 終了時
家事活動	38.92(20.82)	46.96(33.05)
趣味活動	33.90(16.20)	26.85(12.36)
運動・スポーツ活動	6.53(4.85)	7.34(5.57)

()内は標準偏差

表2 万歩計による平均歩数

	プログラム開始前	プログラム終了時
平均歩数	9189(2882.68)	9590(3238.11)

()内は標準偏差

った。また，表2に示したように，プログラム開始時および終了時のそれぞれの1週間における万歩計の平均歩数も，プログラム終了時に増加した。プログラム開始時における平均歩数が9189歩というように，万歩計装着時に示した過剰に動機付けられた歩数の獲得と比較したとしてもなお，プログラム終了時には歩数が増加したことは，まさに日常生活のライフスタイルが変容したことを示している。さらに，図2は，GSM社製アクティブトレーサーによるプログラム開始前およびプログラム終了後の測定例である。アクティブトレーサーは，あらかじめ設定した3次元合成加速度値以上の身体活動の回数を加算するとともに，心拍数を連続記録することができる。図は，Aさんのプログラム開始前および終了後における身体活動（加速度）および心拍数の連続記録を比較して示している。この2日間の測定では，同じ曜日を設定し，できるだけ通常の生活を送るように指示した。加速度の結果および活動内容の記述を見ると，プログラム開始前と比べて終了時には，日常生活が活動的になったことが理解できる。にもかかわらず，心拍数に大きな変化が見られないのは，日常生活におけるこまめな身体活動によって，生理的な適応が起こっていることが推測できる。これらの傾向は，他の参加者にも見られた。

今、求められる健康スポーツの心理学的意義

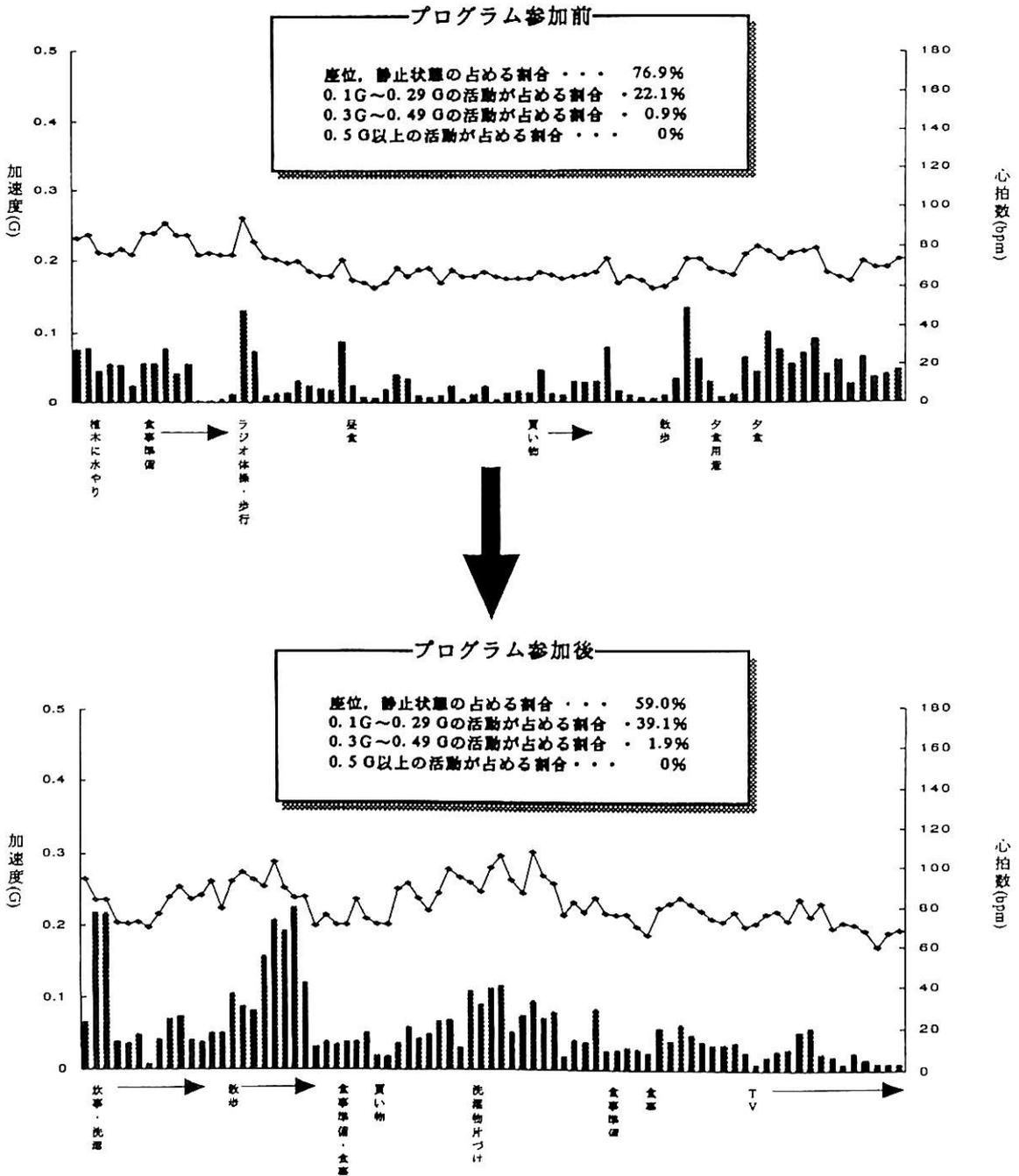


図2 アクティブトレーサーの測定結果 (Aさんの場合)

② 心理的効果について

表3は、心理的効果を0カ月と4カ月に分けて比較して示したものである。参加者の特性不安

は4カ月で低下し、また「体力が弱まった」という自覚症状が減少した。さらに、身体活動を増加させるための動機付け、運動についての否定的

表3 心理的効果

測定項目	プログラム 開始前	プログラム 終了時
特性不安 (STAI)	41.57(7.26)	40.48(7.08)
体力低下の自覚		
運動・スポーツ実施 に伴う体力の自覚	23.52(4.82)	21.76(4.83)
日常生活における 体力の自覚	16.52(4.33)	15.90(4.64)
精神的な体力の自覚	12.52(3.09)	12.24(3.70)
動機付け	15.95(2.56)	16.86(2.57)
運動による利益に 関する考え	11.95(2.29)	12.29(1.98)
運動による損失に 関する考え	6.67(1.83)	6.52(2.06)
ソーシャルサポート	21.24(4.84)	24.42(4.72)
主観的幸福感	12.52(3.59)	12.86(3.53)
身体的セルフエフィカシー (全体)	50.25(13.61)	48.87(16.03)
・ 挙上	33.08(17.36)	37.43(18.79)
・ ジョギング	54.59(22.82)	55.30(25.97)
・ 階段昇り	61.39(27.67)	58.95(26.45)
・ 腕立て伏せ	20.18(11.65)	25.50(15.91)
・ 歩く	87.30(14.99)	81.58(17.32)

()内は標準偏差

考え方が低下し、反対に肯定的な考え方が増加したこと、さらに人間関係の円滑さや幸福感が上昇した。一方、「できる」という自信を表すセルフエフィカシーは、身体活動のそれぞれの種類でプログラム終了時に増加を示した。

以上、大雑把な評価ではあるが、現在行なえる分析結果では本事業の目的がほぼ達成されていると考えられる。今後は他の結果やフォローアップの分析も含めてさらなる評価を行う予定である。

3. 最 後 に

高齢化社会の到来とともに、身体活動が果たす役割はますます重要になってきた。世界保健機構 (World Health Organization: WHO) は、1996年8月に開かれた第4回身体活動、エイジングとスポーツに関する国際会議において、高齢者に対する身体活動のガイドラインを初めて公表した³⁾。このガイドラインによれば、対象は、加齢によって身体に生理的な変化が起り始める50歳以上

とし、高齢になってから身体活動を重視するのではなく、もっと若い時期から始めることが望ましいとしている。WHOが提起している身体活動の目的は、50歳以上の人たちが身体活動レベルを維持・増進させることによって生活の質感を改善させることであり、身体健康面のみ注目していた従来の指針とは異なっている。また、このガイドラインでは、身体活動の内容をエネルギー消費を伴う身体活動全般にまで範囲を広げ、たとえば園芸や散歩、階段の昇り降りから種々のスポーツに至るまで幅広く捉えている点でも興味深い。このような考え方は、米国スポーツ医学会のポジションスタンドの流れと帯同しているものと思われる⁷⁾。

WHOのガイドラインには、身体活動を行うことによる恩恵を、生理的、心理的、そして社会的な3種類の恩恵に分類している。特に、心理的恩恵に関しては、効果を短期的および長期的恩恵に分け、短期的恩恵では、リラクゼーションの強化、ストレスおよび不安の低減、気分の強化の3点を挙げている。一方、長期的恩恵として、一般的安寧の獲得、メンタルヘルスの改善、認知機能の改善、運動の制御とパフォーマンスの向上、技能の獲得の5点を示した。一般に、私たちが知っている身体運動の恩恵は、主に予防医学や体力科学的見地から得られた知見である。しかし、WHOが初めて運動に関する具体的なガイドラインに運動の心理・社会的恩恵を示したことは、世界的にも深刻化する雇用不安などの現在のストレス社会における対応として大きな意味をもっている。

本稿で紹介した健康エクササイズ事業の中に行動科学の知見を加えたことには意味がある。わが国においては、運動が身体の健康によいことは誰もが知っているにもかかわらず、健康の維持・増進に必要とされる運動所要量 (週2回以上、1回30分以上、「ややきつい」という運動強度) を満たしている、いわゆるアクティブ・スポーツ人口と呼ばれる人たちはわずか9.1%しか満たない⁹⁾。この事実によって、知識を提供するだけでは、人々の行動を変容させるのに十分でないことがわか

る。健康エクササイズ事業では、特に、セルフエフィカシーの考え方をプログラムに適用することによって、運動アドヒレンスや心理的効果を高めることを意図した。Lachman et al. (1997)⁵⁾は、

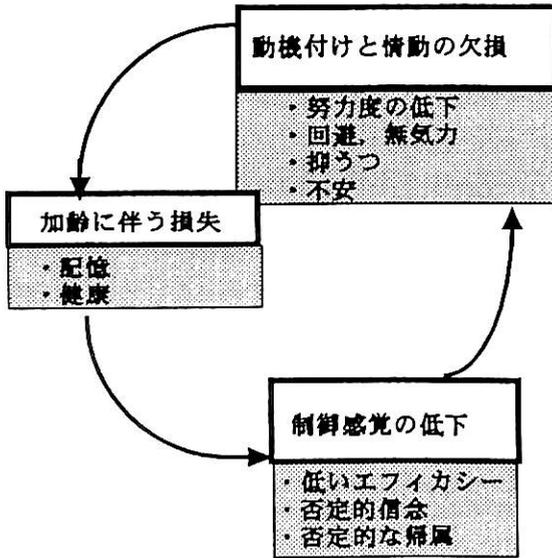


図 3-1 加齢, 制御, 動機付けに関する概念モデル (Lachman et al., 1997 ; 筆者が一部改変)

高齢者に定期的な身体活動を奨励するために認知行動的モデルの導入を推奨している。彼らは、図 3-1 に示すように、加齢に伴う喪失と態度および動機付けの変化の相互作用を説明している。まず、加齢に伴う認知機能(記憶)や身体機能(健康)の低下や損失は、高齢者の制御感覚を低下させる。この制御感覚の低下は、セルフエフィカシーの低下(たとえば、「運動を続けたり、トレーニングを行うことに自信がなくなる」)、否定的信念(たとえば、「自分の身体は自分の制御下にはないので、身体を動かして何かを行うことはできない」)、内部の安定した原因への帰属(たとえば、「できないのは歳を取ったせいだ、貧弱な能力のせいだ」)を含んでいる。その後、行動を変化させる動機付けが低下し、困難に直面した時に努力したり、粘り強さが失われ、抑うつや不安のような感情変化を生む。そして、身体不活動はますます痴呆、筋萎縮へと導く。

ほとんどの介入はたった一つだけの目標に焦点をあてている。たとえば、指導者の注意は、運動プログラムによって筋力トレーニングや安全な歩行方法を教えるということだけに集中していた。

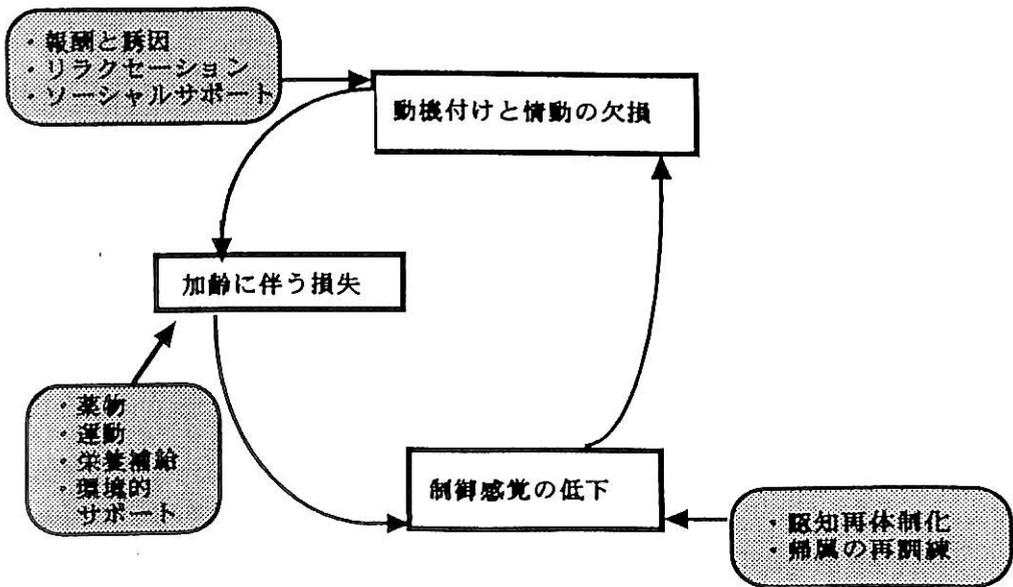


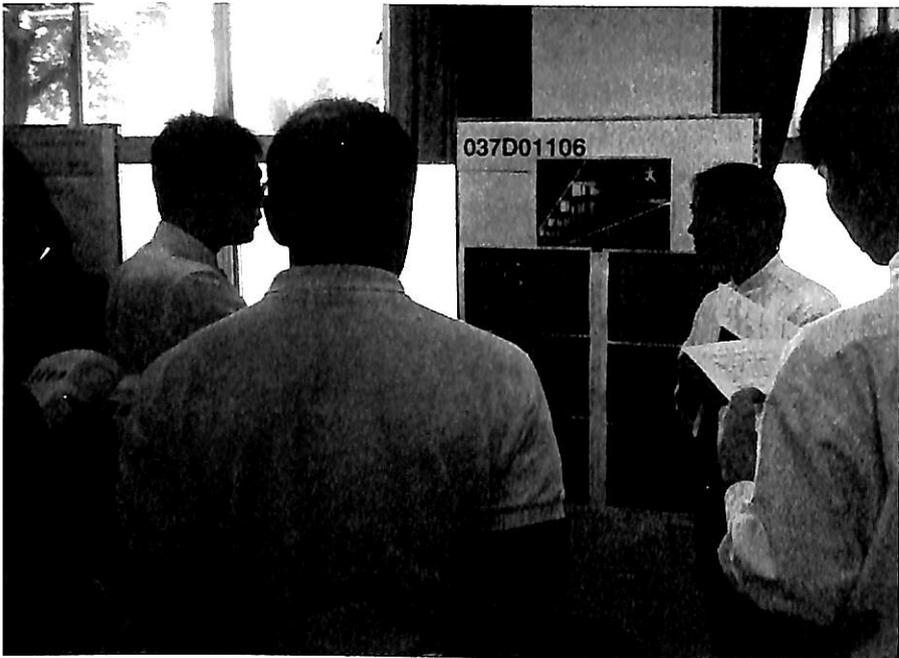
図 3-2 介入方略. 多重ターゲット (Lachman et al., 1997 ; 筆者が一部改変)

それに対して、図3-1で示した概念モデルは、多面的アプローチの必要性と介入のための骨組みを与えてくれている。Lachman et al. は、図3-1のモデルを基にして、認知行動的介入の可能性を示した。図3-2の介入方略では、まず、薬物、運動、栄養補給、環境援助（高齢者の活動しやすい環境を整える）によって、加齢に伴う損失を補ったり、予防したりするためのスキルを身につけさせる。また、進歩を自覚させることや目標達成への報酬、リラクセーション、ソーシャルサポートを取り入れることによって運動への動機付けを強化したり、情動への影響を補うことができる。最後に、認知的再体制化によって、否定的な信念をより肯定的な信念に変化させたり、正しい帰属にもどすことが制御感覚を強化することにつながる。これらはまた、現実的な期待や目標を設定するといった行動の変化に必要とされる動機付け要因に関係する。たとえば、もし高齢者が自分は貧弱なバランス能力を持ち、筋力が弱く、それらを改善するスキルは何もないと信じれば、新しい方略を学ぶ努力を行わない。しかし、もし新しいスキルを教えるに加えて、制御の信念が強化されれば、この組み合わせは彼らの努力や粘りを増加させる。その結果、抑うつや不安が減少し、スキルの学習の効果が最大になる。今後、運動プログラムの企画・実行にあたっては、従来の体力科学的アプローチに加えて、行動科学の知恵を活かすことが求められていると思う。私たち早稲田大学グループは、健康エクササイズ事業の結果を見守っていききたい。

参 考 文 献

- 1) Bandura, A. (1977) Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 84: 191-215.
- 2) Casperson, C. J., Powell, K. E., and Christenson, G. M. (1985) Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports* 100: 126-130.
- 3) Chodzko-Zajko, W. J. (1997) The World Health Organization Guidelines for promoting physical activity among older persons. *Journal of Aging and Physical Activity* 5: 1-8.
- 4) Ewart, C. K. (1995) Self-efficacy and recovery from heart attack: implications for a social cognitive analysis of exercise and emotion. In J. E. Maddux (Ed.), *Self-efficacy, adaptation, and adjustment: theory, research, and application*. Plenum Press: New York, pp. 203-226.
- 5) Lachman, M. E., Jette, A., Tennstedt, S., Howland, J., Harris, B. A., and Peterson, E. (1997) A cognitive-behavioral model for promoting regular physical activity in older adults. *Psychology, Health & Medicine* 2: 251-261.
- 6) McAuley, E., Courneya, K. S., Rudolph, D. L., and Lox, C. L. (1994) Enhancing exercise adherence in middle-aged males and females. *Preventive Medicine* 23: 498-506.
- 7) モーガン, W. P. : 竹中晃二・征矢英昭監訳 (1999) 身体活動とメンタルヘルス. 大修館書店: 東京.
- 8) Rejeski, W. J. and Thompson, A. (1993) Historical and conceptual roots of exercise psychology. In P. Seraganian (Ed.), *Exercise psychology: The influence of physical exercise on psychological processes*. John Wiley & Sons, Inc.: NY. pp. 3-35.
- 9) 笹川スポーツ財団 (1997) スポーツライフ・データ1996: スポーツライフに関する調査報告書.
- 10) 竹中晃二・堤 俊彦・岡浩一朗・松尾直子 (1997) 身体運動の健康心理学的意義—基礎研究から応用研究へ—. 日本健康心理学会第10回大会自主シンポジウム論文集 pp. 1-48.
- 11) 竹中晃二, 岡浩一朗, 松尾直子 (1997) 運動の心理的効果に及ぼす身体的自己効力感. 日本心理学会第61回発表論文集 pp. 992.
- 12) 竹中晃二 (1997) 子どものためのストレスマネジメント教育—対症療法から予防措置への転換—. 北大路書房: 東京.
- 13) 竹中晃二・岡浩一朗 (1998) 健康タイプA者における有酸素運動が心臓自律神経機能に及ぼす効果. *健康心理学研究* 11: 48-56.
- 14) 竹中晃二 (1998) ストレスマネジメント教育. 宮田 洋 (監修) 柿木昇治・山崎勝男 (編) 新生理心理学第3巻 北大路書房: 京都 pp. 45-48.
- 15) 竹中晃二 (1997) 健康と運動. 島井哲志編 健康心理学. 培風館: 東京 pp. 111-123.
- 16) 竹中晃二 (1998) 身体運動・スポーツの心理学—運動心理学の世界— 心理学ワールド 特集 スポーツの心理学 日本心理学会 pp. 5-8.

- 17) 竹中晃二 (1998) 健康スポーツの心理学. 大修館書店: 東京.
- 18) 竹中晃二・L. D. Zaichkowsky・B. Don (1998) 高齢者の Quality of Life に及ぼす日常生活の身体活動量—高齢者版身体活動量調査票の開発— デザントスポーツ科学 19: 94-103.
- 19) 竹中晃二 (1999) 高齢者の転倒と運動. 坂野雄二・前田基成編 セルフエフィカシーの臨床心理学. 北大路書房: 京都 pp. 235-260.
- 20) 竹中晃二 (1999) 運動・スポーツセラピー. 上田雅夫監修, 山崎勝男, 児玉昌久, 竹中晃二, 谷口幸一, 吉川政夫(編) スポーツ心理学ハンドブック 実務教育出版: 東京 pp. 392-402.
- 21) Weinberg, R. S. and Gould, D. (1995) Exercise and psychological well-being. In R. S. Weinberg and D. Gould (Eds.), Foundation of sport and exercise psychology, Human Kinetics, pp. 361-378.



精力的に研究活動を展開する竹中先生

キーノートレクチャーを拝聴して

桂 和仁（武蔵丘短期大学）

“河井継之助（つぎのすけ）”。もう十何年も前になるのか、入試の面接で「最近読んだ本で面白かったのは？」というようなことを聞かれ、司馬遼太郎の「峠」と答えた。継之助は、この史実を踏まえた歴史小説の主人公で、越後長岡藩の一藩士から家老、執政（首相）、総督へと上り詰めた陽明学徒である。竹中先生の日頃の活動ぶりを見聞きしながら、この人物と似ていると感じていた。司馬遼太郎が教えてくれるところによると、陽明学というのは、「その行者たる者は自分の生命を一個の道具としてあつかわなければならない。いかに世を濟（すく）うかということだけが、この学徒の唯一の人生の目標である。このために、世を濟すくう道をさがさねばならない。学問の目的はすべてそこへ集中される」。つねに自分の主題を燃やしつづけていなければならないし、行動しなければならないのである。はたして、憧れであり尊敬する人物であるとも答えた継之助と先生とはどれくらい重ね合わさるのだろうか？ 道を捜せずにいる状態にある私に刺激を戴けるだろうか？ と興味深くレクチャーに臨んだ。

先生はまず、副題である“運動心理学の視点”を“エクササイズ心理学から身体行動科学へ”と変更された意図を説明された。先生らしい、と

思った。推測が過ぎようか？、その領域を掌握しづらい運動心理学という用語を最初から副題につけておいた確信犯的行動は、先生の研究・行動の主義をフロアーの先生方に宣言するためであったように思う。説明に入られた直後には、私は「“Exercise”のニュアンスが周知されるのを待つより、運動であろうが、スポーツであろうが“健康”を冠しておけばいい。学問領域を現わす用語を輸入するより、多少回りくどくても日本語のほうが混乱を招かずにすむ」と思っていた。実際に、先生御自身も二十年近く、体育心理学とは何か、を考えた事はなかったと言われた。その上で、運動心理学・体育心理学の捉え方について、日本の縦のつながり、アメリカの横のつながりについて説明され、続いて“エクササイズ心理学”の研究領域を紹介された。それでも私は判然とせずにはいたが、先生は「日本の運動心理学とアメリカの Exercise Psychology が違っていい。ここで、この違いについて議論する気はない」と述べられた。そうして‘どこに貢献する研究を自分がやっているのかという考え方をすれば良い’という内容の提案をなされた。先生は‘俺は心理学（特に行動科学）の知識を基盤に運動・スポーツを媒体として、競技力の向上とは関係無く、もっぱら人々の心身の健康に貢献する研究をしてい

る。俺はこれを“エクササイズ心理学”とし、実際の体現者として行動している。用語の用い方をうんぬんしているより、実際に俺のやっていることをみてもらいたい。今、こういうことが社会に求められているのだ’と宣言されたように思えた。少し先走ったが、副題を変えられた意図をすこし納得できたような気がした。

さて、先生がレクチャーのメインとされた「健康エクササイズ事業」について触れてみたい。先生のチームが取り組まれているのは、兵庫県三田市福祉部健康課が主催し、1) 日常生活における身体活動量を増加させる、2) 生活の質感 (Quality of life) の向上、3) 健康エクササイズと健康教育を融合させる (指導から援助へ)、を目的とした事業であった。事業導入の経緯等を語られた後、「のびのび健康運動教室 -思わず心が笑いだす運動体験-」のコース内容を説明された。先生は、従来行われてきた同種の健康事業の反省にたつて、3つの目的を果たすためには行動科学的アプローチが必要であることを強調された。そして実際に、Bandura の社会的学習理論と Prochaska et al. の通 (変容) 理論モデルを統合させ、どのようにこのプログラムに応用されていたかを詳細に語られた。特に準備期におけるプログラム提供者自身の (現場の保健婦、栄養士、運動指導員、事務員さん達までを含む) のセルフ・エフィカシー (以後S.E.) 強化を重視され、具体的にどのように強化していかれたかを示された。これは、プログラムの成否を決定するクリティカルな問題でありながら、これまでの事業では、しばしばなおざりにされてきた部分である。同様の教室や講習会の講師となるような者には、非常に参考にしなければならないことであった。プログラム実施者のS.E.強化や心理的効果を

高めるための方略についても、実際どう実施されたのかを示して頂いたことは有難かった。ただ、先生は必要以上のことも口走ってしまった。傍聴記に記するようなことではないが、先生が人々の健康とそれを支援していこうとする研究者の育成・拡がりを願っておられるならば、「自腹を切って、学生を連れて何度も関東と関西を往復した」などとは言ってほしくなかった。同様の、あるいは近接領域の研究者のS.E.を高めることにならないからである。他の研究者に対する“情報宣伝費”として頂きたかった。「佐久間象山」にはなつてほしくないので、敢えて記させていただいた。本題から逸れてしまった。先生は、プログラムの内容・進行に続いて、評価に関わる多面的測定の結果について述べられた。おおむね良好な方向に変化を見せていることが示された。しかし、先生御自身が「評価を語るだけの余裕はない (その時期に来ていないということ)」とのことなので、これについては今後の報告をお待ちしたい。レクチャーの終りには、先生の今後の研究内容について「色々なものに興味がある」と述べられ、4つの課題を挙げられた。どれもその先にあるものは、人々の心身の健康を導く支援方略の研究のようであった。先生ならば、どの研究においても実効性を伴うものとなろうが、私個人としては一分野でよいから、どの研究者も足元にも及ばないような超々一流で、これまでのような行動を伴う研究に向かって頂きたいとの思いもした。先ほど先走ってしまったが、先生は「人間の自発的身体操作に関わる身体活動全般 (リラクセーション、趣味活動、運動、スポーツ) を研究材料として、それらの社会・心理的効果を行動科学の視点に基づいて研究を行う分野」、即ち身体行動科学の分野で活動を行っていくと述べられレクチャーをし

められた。

ところで、キーノートレクチャーのテーマとなっている健康・スポーツの心理学的意義は、今になって求められているのだろうか？ 市町村の体育館や公民館で行われてきた健康作り教室やスポーツ教室は何十年前前から行われてきている。それらは何も競技スポーツの振興を目的としたものではなかった。ずいぶん前から生涯スポーツという言葉が盛り上がり、私自身十年以上前に、健康のための卓球教室やママさん卓球クラブの世話を随分とやった。始まって何か月位かの間は、健康作りが大題目で、また日常のストレスを解消する場であった。休憩時間には文字どおり茶飲み話で、「ほら先生！ユニホームがピチピチじゃなくなったでしょ。すこしやせたのよ」とか、車で行っていた買い物に自転車で行くようになったとかの話が弾んだ。それがいつの頃からか、技術的に上位の人の発言力が強まるようになり、競技指向のサークルへと変遷してしまって、会員が減り始め、人間関係も小グループ化しギクシャクするようになってしまった。最初、会に集まっていた人達は、健康・スポーツの心理学的意義は無意識ながらも十分に知っており、そのために来ていたのである。この様な経験は一回ではなかった。和気あいあいとした雰囲気が好きだった私自身、歯がゆい思いをしたものであった。それはなにより、私自身の行動・言動に問題があったこと、行動科学の知識が無かったことに起因している。健康・スポーツの心理的意義は、今も求め続けられている。そして、その意義を享受するために求められているのが、研究者の実践行動を伴う身体行動科学なのであろう。

先生は、本題に入られる前に「研究といえるかどうか、自分たちの試みをフロアーの人達がどん

なふうに感じられるのか、非常に興味がある」とおっしゃった。お願いしてみると、即座に資料を送って下さった。その資料とテープを基に、感じたままを記させて頂いた。冒頭で、“河井継之助”に似ていると感じていた、と書いた。似てはいなかった。継之助は、小藩の中であって、自らの美学を貫いたがゆえに非業の死を遂げることになる。先生は体育の中だけを観てはおられないだろう。また継之助はチームを組んで行動することはなかったし、自ら弟子を育てるようなことはしなかった。学会帰途、空港までのバスで、‘早稲田のエースアタッカー’岡君に会った。言葉は交わさなかったが、数年前、私が質問したとき、少々自信なげだった人とは別人のように堂々としていた。実効を伴う社会・心理的研究はチームで行った方がはるかに効率が良い。私の周りにも、他の研究者の方々の周りにも支えられ、支える人たちがおられるだろう。先生のエネルギーを感じ、十分に刺激を戴けた（未だ道を捜せずにいるが）。“たった一人しかいない自分を、たった一度しかない一生を、本当にいかさなかったら、生まれてきた甲斐がないじゃないか”山本有三「路傍の石」の一節を思い出した。聞きごたえのあるレクチャーであった。

<シンポジウム>

大学・大学院における「体育心理学」教育の課題
およびネットワーク化

司会 佐久間 春夫（奈良女子大学）



司会の佐久間春夫氏

大学・大学院における「体育心理学」教育の課題 およびネットワーク化 —筑波大学における現状と課題—

吉田 茂（筑波大学）

重複して無駄と思うが、まず学会抄録の抄にコメントを追加し（〔 〕部分）、次にシンポジウムでの感想・追加等を記す。

<学会抄録の抄と追加>

心理学は体育・スポーツと多面的にしかも深く関わっており、大学・大学院教育にとって大きな意義を持っている。しかし、さまざまな制約から現実的に対応しきれない状況もある。

1. 筑波大学の体育心理学教育

- (1) 体育専門学群（略）
- (2) 体育研究科（修士課程：〔2年制〕）（略）
- (3) 体育科学研究科（博士課程：5年制）（略）
- (4) 体育心理学研究室

研究生等を含めると総勢60名となり、大所帯である。定例の勉強会、研究会や、春、夏の合宿研究会も行われている。詳細は、体育心理学専門分科会会報「研究室めぐり（その3）」（1996, 8, 75-77）を参照のこと。

2. 教育上の課題と改善（改悪？）への私見

・体育では「始めに種目・教材ありき」という考えが優先している。→ 「心身運動」として人間存在の意義を実感として認識する上で重要なものであり、これを教育の中心に位置づけるべきである。

・心理学の基本は自己認識の確立と人間関係の工夫にあるが、その実習・実体験の場が少ない。→

人的交流の力が大きく、ネットワーク化への期待がある。接触距離、実時間で人間のライブ的交流が基本であるので、学会などで学生同士のナイトセッションを行う。〔特に運動は現実感大切〕

・運動を主体にしてきた学生、あるいは他領域卒業生が大学院で研究を進めるうえで、心理学の基礎力が不足している。→ 意識・生活様式の切替えと、基礎力を養成するために、1年間余分にかかるだけの意気込みが欲しい。たまに補習的な自主講座を開いている。〔MC 4年、DC 7年もよし〕

・研究テーマは、学生自身の問題意識の掘り下げを重視するために多岐にわたる（指導教官の大枠内に納めるようにはしている）。→ 訓練期間ゆえ、研究室（教官）のテーマのサブテーマを遂行すべきである（?）。しかし、発想力、企画力がつきにくくなるだろう。〔研究法全般の指導必要〕

・多人数のため指導時間の調整が困難である。→ 一人10分以内で十分とする（?）。しかしお人よしで徹底できず、長時間になり、自分の時間がなくなる。〔私は、お人吉田?!〕

・日本の運動部的な指導者依存傾向がみられる。→ 知識、問題解決能力もさることながら、熱情と自分で考え抜く底力が必要である。それには大いにケンカすべきであり、バトルの場を設けている。

〔問題設定能力を養う：答えの形を設定できることが大切。解決法は自ずから見えてくる。〕

・心理学に対して親学問的発想, 借り物意識がみられる。→ 親を踏み越えて運動面から発信する気迫が欲しい。[運動から心理活動を見直す。首から上だけではダメで、ヘソから下が大切。しっかり立てるか歩めるか? 動けなきゃ、生きられない]

・文科系だからという発想が寂しい。→ 人間は文系, 理系を含めた「文理両道」の存在である。運動はまさに複合的で, 多面性・矛盾性こそ本質そのものである。[$0 = \infty$: リーマンの世界?]

3. ネットワーク化への期待と限界

・距離と時間の制約の解消として, インターネットが利用 (E-mail, Mailing-list, Home-page) できるので大いに推進すべきである。SCS (衛星通信大学間ネットワーク) もあるが, 今後利便性の改善が望まれる。

・ネット化を推進すれば, 各大学の総花的な画一化よりも, 特徴を活かした個性化が図れる。すでに連携大学院が機能しており, EUでは統一体育修士コースが来年発足するようである。[ソクラテス/エラスムス・プロジェクトとして, 1999年10月から6コースが開設されるという]

・ただし, どこまでやるか, 誰がやるか, というところで挫折してしまう事例には事欠かない。また give & give の精神でないとやっていけない。結局息の合う個人間での提携に留まる可能性もある。

[ヒューマン・ネットワーク: 人のつながりが一番大切。不満(human)の塊である人間の糸を引く納豆ワーク (ネバネバ・ギブアップ)]

<シンポジウムでの感想・追加>

・「全ては心理学」: 結局は論理・情動を含めた認識論・美意識である。他分野に遠慮せずに, 心身運動についてもっと発言してもよいと思う。

・広報活動: 世の中に知られていない現状を打破するには, 分科会のWWWホームページを作り体育学会とリンクする (リンク集だけでも役立つ)。

・心理技法は, 運動指導場面では隠し味的に入れると効果的。私の空手の授業では, ワッハッハーと笑うと素晴らしい気合いが出せる, まじめにやるとヘタになる, だらしくなくやるといい動きが出る, 酔っぱらいやモンキー・ウォークで運足の安定をずる, などまじめな「おふざけ」を取り入れている。



演者の吉田 茂氏

私立総合大学における教養教育としてのスポーツ心理学の展開

近藤明彦（慶應義塾大学体育研究所）

大学改革以降の慶應義塾におけるスポーツ心理学の展開を筆者の所属する体育研究所の活動を中心にまとめた。

慶應義塾における組織と大綱化に伴う カリキュラムの取り扱い

慶應義塾には保健体育・スポーツに関連する組織は体育研究所（昭和35年12月，体育実技・体育理論・保健衛生の教養過程科目を設置），スポーツ医学研究センター（平成元年4月，体育理論を兼任），保健管理センター（昭和47年4月，保健衛生を兼任）があり，兼任講師の派遣等で交流がなされている。また学生総合センター，体育会，総合政策学部・環境情報学部附属心身ウェルネスセンター等もある。体育研究所は学部から独立した機関であり保健体育科目を開設し，学生は学部の学則に従い履修をしている。

大学設置基準大綱化以前は慶應義塾では体育実技2科目（各1単位），保健衛生・体育理論（各1単位）が必修科目となっており，体育研究所が実技および講義を担当していた。新カリキュラムにおいて保健体育科目（体育実技・体育理論・保健衛生，それぞれ半期1単位）は選択制になり，学部によりその取り扱いが異なっている。各学部の卒業単位として認定される保健体育科目の上限単位数は文・商は4単位，経済6単位，法学部法律学科16単位，法学部政治学科24単位である。理工学部は体育実技のみ2単位，体育理論・保健衛生にかわり総合教育科目

「人体の科学」が開設され，体育研究所の教員が担当している。医学部は体育実技のみを自由科目として履修できる。

一般教養科目としてのスポーツ心理学の 展開と問題点

選択制の新カリキュラム開始により体育理論の履修者はそれ以前の1/20に減少した。履修者の激減に歯止めをかけるために体育理論にサブタイトルをつけ，スポーツ科学として取り扱い，講義を担当する教員の専門性を前面に打ち出す授業にした。このような背景のもとで，筆者は専門研究分野であるスポーツ心理学に焦点をあてた体育理論の講義を担当することになった。

このような状況変化に対応して，平成6年度には「スポーツの心理学的側面」というサブタイトルでスポーツ心理学の講義を開設した。しかし思うように履修者が増加しないため，翌年（平成7年度）には「スポーツ心理学における俗説と真理」というサブタイトルに変更した。また平成8年度からはスポーツ心理学を専門とする2名の期限付き専任教員の任用を受け，「競技スポーツにメンタルマネジメント」というサブタイトルでオムニバス形式の講義を開設した。この結果，履修学生数は他の体育理論の講義よりは若干多い状態となった。現在スポーツ心理学関連の講義は，上記2タイトルとオムニバス形式の「アスリートのためのスポーツ医・科学」において行われている。

しかしここで問題になるのは人事制度である。一つには嘱託助手制度（期限付き助手）であり、もう一つには実技優先の人事である。スポーツ心理学の授業を開設にあたり教員が必要であるが、実技優先の人事であるためにスポーツ心理学を専門にしている教員が採用されるとは限らないし、また採用されたとしても期限付き助手なので長期的な授業展開が困難である。このような問題を解決するにはスポーツ心理学の重要性・必要性を明確に打ち出さなければならぬと思われる。

スポーツ心理学関連のその他の活動と今後の展開
さらに、慶應義塾大学では、スポーツ医学研究センターにおいてもスポーツ心理学にかかわる活動を行っている。平成5年より文学部心理学科の教員2名が兼担所員となり、体育会各部や神奈川県国体チーム（高校剣道）をメンタル面でサポートしている。しかし現在体育研究所とスポーツ医学研究センターでは、スポーツ心理学監連での共同した活動は行っていない。

現在、慶應義塾では教養教育全体の中で、新たなシステムづくりが検討されており、このような全体の流れの中で、既存の活動さらには、諸関連機関と

の連携を図ったスポーツ心理学の展開を模索している状態である。

さらに、専門性の高いスポーツ心理学の授業を行うにあたっていかに情報を収集するかが重要なポイントであるが、すべての研究会等に参加することが難しい私学の教員にとって情報収集の手段としてインターネットその他の電子的な機器を用いることができれば、効率的に高い質の授業が展開できるのではないだろうか。



演者の近藤明彦氏

「体育系大学（学部）における体育・スポーツ心理学関連領域の カリキュラムの実際と将来」

荒木雅信（大阪体育大学）

本報告は、平成9年度日本私学振興財団特別補助「特色ある教育研究の推進」教育研究プロジェクトの一貫としておこなわれた、「体育系大学（学部）における体育・スポーツ心理学関連領域のカリキュラムの実際と将来」という調査研究の内容であり、

全国15大学、17名の先生方（大会号抄録に記載）の協力をえ、それをまとめたものである。

本テーマに関係する体育心理学専門分科会でのこれまでの流れと、体育・スポーツ心理学を取り巻く環境の変化について概観すると、昭和50年第26回大

会のシンポジウムにおいて、課題研究「体育学研究の成果と課題」の体育心理学分野について、和田（京都教育大学）と鷹野が報告している。その中で、実践的もしくは臨床的研究の不足を指摘し、これは、「現場との関係が密接でないことが、一番の原因である。」と結論している。さらに、体育心理学関連の研究成果を一箇所に集め、保存する体制が必要であることを提案した。そして、昭和53年第29回大会のシンポジウムにおいて 課題研究「体育学研究の成果と課題」について、末利が報告している。ここでは、先の提案を受けて、全会員の協力のもとに、著書、論文を年代別、コード別にコンピューターにより整理し、文科系文献目録を作成し、今後、学会に文献センターが設置されたら、そちらで管理運営を行うことを提案した。平成5年第44回大会のキーノートレクチャーにおいて、「分科会30年の活動を顧みて将来を考える」というテーマで、鷹野が体育学会創設当初の「神代」から、体育心理学研究の課題と将来を、その時々のエピソードを交え概観し、スポーツ心理学に比べ、体育心理学の概念の整理の遅れと必要性を訴えた。このような経緯を経て、本シンポジウムが企画された。ただ、現時点では、先の時点と明らかに違う変化がある。教育・研究では、◎大学設置基準大綱化に伴う保健体育科目の取り扱いの変化、◎大学院重点化◎教育課程審議会審議のまとめ等であり、スポーツでは、競技での心理面の重視、さらに、健康ではストレスの概念が、身体から精神へと適用範囲が拡大されたことである。

このような、体育・スポーツ心理学の教育・研究の流れと、時代背景の変化の中で、今回は、体育教師、そしてスポーツ選手とその指導者の教育・養成に寄与するための、体育・スポーツ心理学の枠組みを提示し、当該領域での課題や将来を検討するために、現在、体育系大学（学部・大学院）で開講され

ている体育・スポーツ心理学 関連領域の科目について、そのねらいや講義内容（授業計画）の調査した。方法は、体育系大学および総合大学で、スポーツ心理学関連領域の科目を担当している先生に、インタビュー調査を行なった。検討資料は、開講されている体育・スポーツ心理学関連領域の科目のシラバスと、現在、開講されているスポーツ心理学関連領域の科目について、今後、必要と思われる科目等についてインタビューした内容である。

図1は現在、学部で開講されている体育・スポーツ心理学関連科目の割合である。必修科目では、体育心理学40%、スポーツ心理学40%とまったく同数であり、発育発達論などその他が20%だった。次に、選択必修をみると概論、競技、発達、学習・知覚、臨床等の講義が各々10%ずつで合計50%となり、研究方法30%、実験実習20%の合計50%で講義と実習を含む授業が半々の割合だった。選択科目は、概論15%、発達24%、臨床23%、競技23%、その他が15%であり、概論とその他を除くと発達、臨床、競技がほぼ同数の割合で開講されている。図2は現在、大学院の修士および博士課程で開講されている体育・スポーツ心理学関連科目の割合である。修士課程では、体育心理学24%、スポーツ心理学24%とまったく同数であり、認知・行動14%、臨床29%、その他が9%だった。次に、博士課程をみると体育心理学27%、認知・行動27%、臨床27%とまったく同数であり、スポーツ心理学が19%の割合で開講されていた。

科目名とその配当をみると、理論から実践・応用への流れで、カリキュラムが構成されていることがわかる。つまり、専門必修科目で理論的背景を作り、選択必修科目で方法論を身に付け、選択科目で応用を学ぶといった構成がイメージできる。内容は、《必修科目》では、体育心理学・スポーツ心理学の概論的な内容が殆どであり、それに発育発達な

どが加わる。また、身心相関論が開講されている例は特記される。《選択必修（専攻）科目》では、体育・スポーツ・発育発達・運動学習・知覚と臨床・健康に関係する講義と、研究法および実験に分類され、比較的幅広く用意されている。各大学で、専攻（あるいはコース）の特徴が出ていた。ただ、内容を見ると、メンタルトレーニング関係のものが比較的多く含まれていた。《選択科目》では、ユニークな科目も開講されているが、スポーツ競技へのアプローチがメンタルトレーニング関係の科目として開講されているのが注目される。

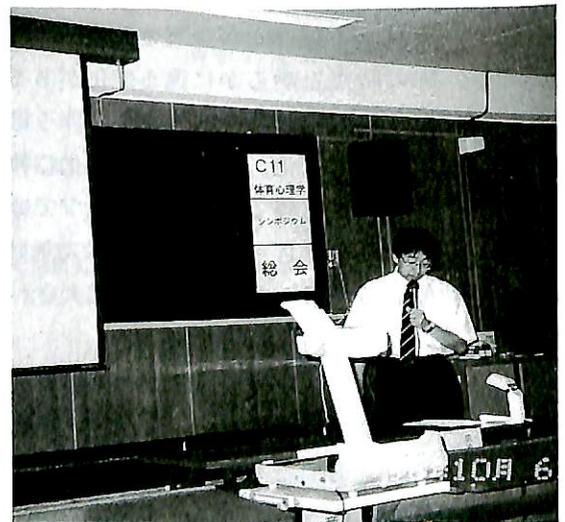
次に、このようなカリキュラムの中で、「将来、開講する」あるいは「開講を考えている」科目は、圧倒的に、メンタルトレーニングに関する科目と、カウンセリング、主に、面接や相談に関する科目であった。加えて、健康心理学に関係した科目の開講を計画している大学もみられた。しかし、具体的な授業内容の検討・作成に至っていないことから、目的やニーズ、方法論、つまり心理的スキルの伝達と実習なのか、面接・相談に代表される臨床心理学の領域まで含むのか、また、必修科目なのか、コースあるいは選考の必修に止めるのか、オープン化し選択科目にするのかなどの、多様性がみられ、検討中の段階のように思えた。

調査対象とした各大学の体育・スポーツ心理学関連領域のカリキュラムの構成の流れを概観すると、「こころ」と「動き」と「身体」のことを体系的に教育することをねらいにしているようである。しかし問題点として、従来の体育心理学のねらいと、スポーツ心理学のねらいの一つである「資格関連」の問題が、どのような関係（整合性）を保っていくか、検討が必要である。調査対象とした各大学の先生の多くは、現状の学部教育では、体育教師やコーチなどの体育・スポーツの専門職に必要な「こころの知識」の教育（座学）は可能だが、長時間にわた

る現場での実習と、そのスーパーバイズを行なうことは不可能であるという意見が大半であった。

以上をまとめると、今後の課題は、社会の要請にこたえるだけのカリキュラムの提供を検討であり、具体的には、対象を絞った大学・大学院の体系的なカリキュラムの開発と、大学院学生の指導体制の再編の検討が上げられる。

次に、ネットワーク化だが、対象を絞れば、総合的な教育研究ができなくなるので、各大学・大学院が、それぞれ、特色のある教育・研究領域を持ち、そのデータベースを大学・大学院間で共有することになり、そのこと自体は可能であるが、「誰が」、「どこで」が問題となる。また、大学・大学院間での単位の互換や、特別講座の開講による資格関連の単位の認定、研究所・トレーニングセンターなどでのインターンシップによる実習などのネットワーク作りは、今後是非検討すべきことである。ただ、大学院がやたらに実学に走り過ぎると、学問の発展に必要な基礎研究を行う人材が確実にいなくなる危険性も、危惧される。



演者の荒木雅信氏

—理工系大学における独立大学院の立場から—

石井 源信（東京工業大学）

シンポジウムにおいて独立大学院の立場から、新設された東京工業大学大学院社会理工学研究科に位置づけられた我々の所属する人間行動システム専攻の紹介をさせていただいた。我々体育人として、一般教育に携わる立場と理工学大学での大学院研究教育に携わる立場の両立を今後どのように考えていくかはきわめて重要である。

大綱化により保健体育の位置づけは各大学に委ねられ、ある方向性が示されてきたが、大学側が主張する要求と保健体育が主張する要求で論争を重ねながら戦ってきたのが今の現状である。

本学では、平成10年度から実習2単位と講義1単位を合わせて計3単位に縮小した。ただし、必須から外れた2単位は生涯実習ならびに各自が科目を起こして選択必須の形で卒業要件の単位に含めることができることとなった。ちなみに私は「テニスメンタルマネジメント」科目を新設し、講義と実技を含めた2単位の授業をこの4月から実施している。

シンポジウムでは体育学部の立場、一般教育の立場からの話も参考になったが、なかでも徳永先生（九州大学）から、各大学の特徴を踏まえて、きちんと体育ならびにスポーツ心理学を位置づける努力をするしかないといった御意見にまさに共感し、強い励ましの言葉に聞こえた。特に、理工系大学のなかに人文系とを融合させる社会理工学研究科の社会から期待されている部分が大きく、それに応えるための将来展望を見据えて進んでいかなければならない。

我々が所属する人間行動システム専攻では行動システム講座と教育学、心理学、情報工学などの人間開発科学講座の2つの基幹講座（大講座）と1つの協力講座（教育工学）からなっており、人事面、予算面、博士・修士論文審査など共通な基盤で運営されているので、そのなかに永久的に体育科学、スポーツ科学をきちんと位置づけていくためには並々ならぬ努力をする必要がある。

一般教育としての健康・スポーツ科目がある以上我々は体育人としてのプライドをもちながら教育に関わっていく必要があるし、一方では、大学院で博士号、修士号をどんどん出していくことが要求されている。その両立には悩まされるが、我々はあくまで体育で生きてきた人間であり、体育人としてのプライドを再確認し、個人的には必ず理工系の本学に体育ならびにスポーツ心理学をきちんと位置づけていこうという強い信念をもって考えていきたい。

一番危惧しているのは、教授、助教授の人事も体育、スポーツ科学以外の領域の人が入る可能性がある。また、本学出身の理工系の学生が助手に採用されることも考えられるが、これも体育、スポーツの教育がどれだけできるかが第一条件にならなければならない。



演者の石井源信氏

＜シンポジウム傍聴記＞

日本体育学会第49回大会 体育心理学専門分科会シンポジウム傍聴記

佐川 正人（北海道教育大学札幌校）

今回のシンポジウムは従来の内容と全く異なったものであった。知る限りでは初めての内容であったし、シンポのテーマとしても珍しいと感じたが、教員養成系大学に勤めている者としては今後考えるべき方向性を持つテーマ設定であったと思われた。

司会を務められた佐久間氏は大学改革の中で体育心理学・スポーツ心理学の教育的課題を探り、問題点を明確化するために生かしたいとシンポの方向付けをされた。演者4氏による発表内容は現実に直面している問題やその問題解決への対処法など詳細な事例をあげられ、大学教育を考える上で貴重な機会を与えたと思われる。たとえば、教養科目にスポーツ心理学の内容を取り入れ、専門領域を活用した講

義を展開していることやスポーツ心理学領域を理工系の学生に指導していること、さらに専門教育を行う上での工夫などについてが印象深い。大変参考になる内容であったが、シンポ自体の機能を考えるならば、個別情報の提供のみでは少々寂しかった。フロアからの質疑応答や討議が盛んになされたとは言い難い。

個人的には、テーマであった「体育心理学」教育の課題について参加者に共通する議論が欲しいところであった。①誰に対し、②何を目的として、③どの様に教育するのか、①についてはテーマにもある大学生、大学院生である。彼らに対し体育心理学は何をもたらすのか、体育心理学の教育的意義を我々

はどの様に考えているのか、体育心理学の教育目的は何なのかなど、②についての根本的な課題はこころ辺にあるような気がした。20年ほど前、大学の講義の中に「体育心理学」があった。もちろん体育を専攻している私を含む学生の専門講義であった。今、当然の事のように体育心理学の授業を持っているが、教員養成系の専門教育科目として体育心理学がいかに機能するかは体育大学や体育学部での機能のさせかたと同じではない。

体育心理学は体育領域の中ではごく一部の研究分野である。また、心理学領域の中でもひとつの分野（場面）として考えられる。フロアからも数ある学問領域の中でどれほど特殊な領域なのかを理解すべきだと指摘があった。その特殊性が研究分野そ

のもののID(identity)を明確化することもあるが、教育的意義を見い出せるかとなるとそう簡単ではない。各組織に所属する研究者が体育心理学教育を個別に考えるのでは自ずと限界もあろう。何しろ小規模大学では専任の中に体育心理学専攻者が1人いればいい方である。

この解決にはネットワークの力を用いるのが適当であろう。また、③にあたる教育の方法についてもネットワーク化が多様な情報を提供してくれそうである。期待したいのは今回のシンポではまだ明確に問題提起できなかった体育心理学教育の課題やねらいを確定し、広く社会の要請に応えられる機能を持ったネットワークの確立であろう。

シンポジウム傍聴記

筒井 清次郎（愛知教育大学）

まず第1に、シンポジウムのテーマを見た時に違和感を感じたというのが、本音である。従来は、最近の研究について報告されることが多く、研究のための情報収集という色合いが強かったのに対し、今回は大綱化による苦しい状況を如何に切り開くかという目的であったように思う。現状からいえば、このテーマの方が切実な問題なのかもしれないが、学会のシンポジウムではなく、プレセミナーのレポートとした方が適していたのではないかと感じたのは私だけであろうか。

司会の佐久間先生から上述のようなテーマ設定の主旨が述べられた後に、吉田先生が、学生・院生指導の実状と問題点を述べられた。後半部分では、教育上の私見が述べられたが、個人的にはここが最も

興味深かった。私自身が、修士課程の学生の指導教官であるとともに、博士課程の学生でもあるという両方の立場にあるわけで、自分の位置を両方に置き換えながら、先生の教育観・人間観を聴くことができ、非常に参考になった。

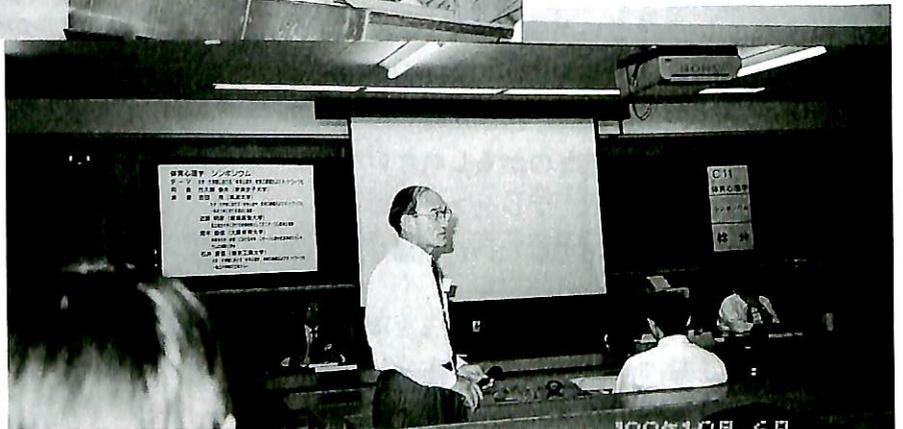
続いて、近藤先生が、教養教育としての体育の経緯と現状を述べられた。履修が義務づけられていない状況での厳しさとその苦勞を話された中で、ある教官が3000名(?)を1教官で教えたツケで、理論が卒業単位として認められなくなったという話が印象深かった。結局、我々が普段どのように行動しているかということで周囲は評価しており、状況が窮してからどうしよう、こうしようとして動いても遅いということを改めて感じた。要は、各教官が、その場

の状況の中で、誠実にきちんと教育・研究していくしかなく、その結果が、現状の打開に繋がると感じた。教養教育でありながら、スポーツ心理学関連の授業が開講され、なおかつ、多くの学生が集まって来ているという先生の話が、それを裏付けているように感じた。

さらに、石井先生が独立大学院の現状を話された。一つの分野に12名の院生がいるというのは、学問的緊張感があつて良いなと思う反面、指導する立場は大変だろうと思わずにはいられなかった。単位の削減という状況にはあるものの、依然として体育が必修単位として認められていることや、博士課程の指導を任されていることなどから、学内的にはかなりの評価を受けているのであろうと感じられた。

最後に、荒木先生が体育系大学の全国的傾向についての調査を報告された。主観的に意見を述べることも良いが、相手にアピールするにはこのように調査を行い客観的資料を提示する方がより効果的であるかもしれないと感じながら聴いていた。

全体を通して感じたのは、体育といっても、必修体育の有無、専門体育（体育心理学）の有無、授業・学生負担など、状況が異なりすぎて一般化できないし、その必要もないということであった。結局、フロアーの先生（徳永先生・岡枝先生）が述べられたように、状況に応じてすべきことを各自が考え、その事に最善を尽くすしかないということである。その際に、このシンポジウムにおける発表が、ヒントを与えてくれるであろうと思うし、そうあつて欲しいと思う。



白熱した議論が繰り広げられるシンポジウム会場

一般研究発表（座長報告） ＜口頭発表＞

演題番号 035D02101～02103 座長 海野 孝 (宇都宮大学)

- 「スポーツ経験がEmotional Intelligenncceに及ぼす影響」 藤生 光恵 (東海大学大学院)
「ジョギングの好嫌に関わる要因について」
—ランニング中の心の状態— 滝 省治 (甲子園大学)
「高齢者を対象とした定期的なWell Rounded Exerciseとしての
水中運動による心理的效果」 渡辺 英児 (中京大学大学院)

初日の最初のセッションということもあって、比較的空席が目立つなかで、定刻どおり開始した。

藤生氏は、Emotional Intelligenncceを測定する尺度を作成した上で、スポーツ経験のEIに及ぼす影響を検討した。尺度構成にあたっては、因子分析の結果、42項目からなる「社会性」、「動機づけ」、「思いやり」、「楽観性」、「主体性」、「自己コントロール」、「自己認知」の7因子を抽出した。 α 係数の値はすべて0.7以上の値を示しており、内的整合性は確認されているが、はたしてSalovey & Mayer(1990)の提唱したEIの概念を測定しているのかどうか、妥当性の検討が今後必要と思われる。スポーツ経験による影響については、社会性、動機づけ、楽観性、及び主体性の尺度において、体育系学生のほうが非体育系の学生よりも得点が有意に高いことを明らかにした。スポーツのどのような経験がEIに影響

を及ぼすのか、一層詳細な研究が望まれる。

滝氏の研究は、ジョギング及び持久走に対する好嫌に、ランニング中の心の状態やパーソナリティがいかに関連しているかを検討したものである。ランニング中の心の状態については、22項目の因子分析から、「高揚感」、「不快感」、「嫌悪感」、「漂泊感」、「スピニアウト」、「ひらめき」の6因子を抽出した。そして、ジョギングの好きな者は高揚感が多く、嫌いな者は、高揚感が少なく不快感が多いことを明らかにした。さらに滝氏は、ジョギング及び持久走の好嫌に影響を及ぼすと思われる様々な要因を考慮した多重指標モデルを適合した結果を提示した。発表時間が不足してしまったのが残念であったが、このような因果関係を明らかにする研究は貴重に思われた。

渡辺氏の研究は、高齢者を対象に、週3日、12週間にわたる水中運動による心理的果を検討したものである。トレーニング前後にPOMSとSTAI-

Traitを実施した結果、ネガティブな気持ちと特性不安が軽減されることを明らかにした。この種の研究は、生涯スポーツのメンタルヘルスに関する

貴重な研究と思われるが、今後は、運動によって何が改善され、どのようなメカニズムで心理的効果を生じるのか、一層の研究が期待される。

演題番号 035D2104～035D2106 座長 平井 タカネ (奈良女子大学)

コンタクト・ワーク経験を通じた「自尊感情」と

「ボディ・イメージ」の変化とその関係

清水 知恵 (福岡教育大学)

女子学生のBody Cathexis (身体満足度)

についての経年的一考察>

北岡 和彦 (武蔵野女子大学)

大学生における自己身体に対する意識と異性に対する理想像

龍山 賢治 (山梨大学大学院)

近年、20歳代を中心とした若者たちの食行動の障害、さらには自己身体についての評価や理想身体に関してさまざまなひずみが指摘されている。今回私が座長を担当した研究発表3題は、いずれも今日の若者たちの自己及び異性の身体に対する意識について検討・考察したものであり、今後の教育や研究課題を示唆するものとして大変興味を持たれた。

まず、清水知恵氏の発表は、大学生を対象として身体の接触を中心とした運動実習がどのような効果を示唆するものであるかについて検討している。調査は「自尊感情」と自己身体に対する「ボディ・イメージ」について行われているが、コンタクト・ワーク（他者身体との接触）は自己への信頼感を向上させ、さらに男女とも自己の「からだ」を肯定的かつ自然なものとして受容する方向に効果すること、その傾向が男子学生においてより強く認められたという興味ある結果が示されて

いる。しかし、コンタクト・ワークプログラムの構成要因についてはいまだ少し経験的であり、「自尊感情」や「ボディ・イメージ」との対応などやや曖昧な印象を残しており、今後さらに検討されることを希望したい。

次に北岡氏他による発表では、女子大学生と看護学科女子学生を対象として、1976年と23年間を経た1998年に行った自己身体に対する感情の比較を、アンケート様式により行っている。その結果、一般学生の場合、全体として統計的に有意ではないが1998年においてより否定的な傾向が示されている。さらに項目別に見ると、太もも、ウエスト、プロポーション、腕、顔の形、体重では統計的に有意に否定的であり、これは注目に値する興味ある結果といえよう。

最後に、龍山氏他による発表は、大学生が自己と異性の体型についてどのような理想像を持っているのか、また実測値がこれらの理想体型にどの

ように影響をあたえているかについて検討をしている。興味ある結果としては、自己の身長の高さに応じて異性に求める身長も異なること、また、男子の理想体型に対しても男女差はあるが、特に女子の理想体型に対しては男子と女子の間に有意な差（ずれ）が認められたことが示された。しかしデータからさらに言及するならば、女子の理想体型については、男女ともに極めてスリムである

ことを望んでいるのではないかと思われる。すなわち、女子の理想の身長は男女とも161cmであるが、理想の体重は男子48.2kg、女子47.8kgである。若い女性のヤセ願望の一つにこのような異性の視線があるのではないか。今後、高校生や中学生などの若年層についても詳細な検討が進められることを期待したい。

演題番号 035D2107～035D2110 座長 滝 省治 (甲子園大学)

自律訓練法による女子スポーツ選手の月経随伴症状軽減の試み

岩本 陽子 (日本体育大学大学院)

摂食障害 (過食症) のグループ療法におけるリズム・身体表現の試み

平井 タカネ (奈良女子大学)

メンタルトレーニング効果による心理的パフォーマンスの効果

伊達 萬里子 (武庫川女子大学)

テニス選手のセルフトーク診断テストの開発 (1) 一場面別PN尺度の構成一

海野 孝 (宇都宮大学)

岩本氏等は女子スポーツ選手の月経随伴症を自律訓練法によって軽減させようと試みられた。月経周期と心身変化をとらえるMDQ質問紙を指標として、月経の前中期それぞれの時期において、ATを行い変化があるかどうか比較したところ月経中のみ変化が見られAT行うことで痛みが軽減し集中力が増す有効性が報告された。月経前に有意な変化の見られなかった点においては、内田クレペリン検査を用いた先行研究から月経前の2、3日に不安定感が増すことから月経前調査を2、3日に絞ったらどうかとの指摘がなされた。

平井氏等は過食症のグループ治療にリズム・身体表現をセラピーとして導入する試みについて報告された。スライドをもとに具体性を持った報告であった。

この中で身体接触の有用性や治療の効果として患者さんが安定感を持ってパーキングの回数が減っていく等の報告がなされた。

伊達氏は新体操用に考案したメンタルトレーニングの有用性を心理的競技能力・DISPから報告された。「自信」の項目を除いて有意な好ましい効果が示された。しかし、個人差が大きいこともつ

け加えられた。質疑の中では皮膚温を用いたバイオフィードバックの有効性もスライドをもとに提示された。

海野氏はテニス選手のセルフトークを診断するテストの考案について報告された。文献から得られた600以上の自分との会話の内容を134項目にまとめ、重相関係数から実力発揮度との関連を示し

て、さらに2因子に限定した因子分析からプラス・マイナスのセルフトークをテニスプレーの様々な状況別に提示された。信頼性、妥当性の観点から次回以降に継続する研究の方向性が示された。

以上4題ともにフロアーの先生方の積極的な質疑があったことを報告させて頂きたい。

演題番号 035D03101~035D03103 座長 調枝 孝治 (広島大学)

運動が自律神経調節機能に及ぼす影響—心拍変動による1/Fゆらぎの検討—

円田 義英 (日本体育大学)

打球動作における励起アトラクタの検証

山本 祐二

(名古屋大学総合保健体育科学センター)

優性前額皮上電位 α_2 バイオフィードバックトレーニングによる

注意集中の増強と疲労度との関係

丹羽 劭劭

(聖母被昇天学院女子短期大学)



活発な交流が繰り広げられる学会会場

演題番号 035D03104～035D03107 座長 丹羽 劭昭 (聖母被昇天学院女子短期大学)

「水平面内を移動する視標を追従する際の眼球運動」 石田 和之 (東大大学院)

「一致タイミング課題における効果的眼球運動パターンと知覚的方略」

朴 寅圭 (筑波大学大学院)

「異なる提示速度が両手協応学習に及ぼす影響」

田島 誠 (広島大学大学院)

「動作リズムにおけるグレーディングの様相」

山西 正記 (広島大学)

石田氏らの研究では動体視力測定中の眼球運動を測定し、移動視標の速さと眼球運動との関係から、識別の成否等を検討している。その結果、視標速度が $300^{\circ}/s$ 付近までは、視標に眼球運動が追視でき動体視標の識別が可能であるが、それより高速になると追視できなくなり、識別が困難になることがわかった。そこで眼球運動をトレーニングすることによって、 $300^{\circ}/s$ 以上の動体視標を識別することができるかも知れない。そうしたことに示唆を与える研究が、次の実験である。

朴氏らの研究は、追視可能な移動視標の速度に対する一致タイミング課題を用いて、効果的なパフォーマンスに影響する眼球運動パターンを明らかにすること、また、効果的な視覚・知覚的方略を検討することである。そのため3条件を設定している。すなわち、(1)眼球運動要因(追視条件と凝視条件)、(2)視標の移動速度要因、(3)マスク要因である。その結果、効果的な知覚的方略として ①視標を眼で追っていくこと ②追跡眼球運動によっておこる反応遅延を調整するため
1) 移動視標の視覚フィードバック情報と追跡眼球運動からの自己受容感覚(運動感覚)フィード

バック情報に注意を向けること 2) マスクの終わり頃の一致タイミングに近いところでは、視標への追跡眼球運動から跳躍眼球運動に切りかえ、一致タイミング点を注視しながら見越反応動作を行うことが重要であるとの示唆を得ている。

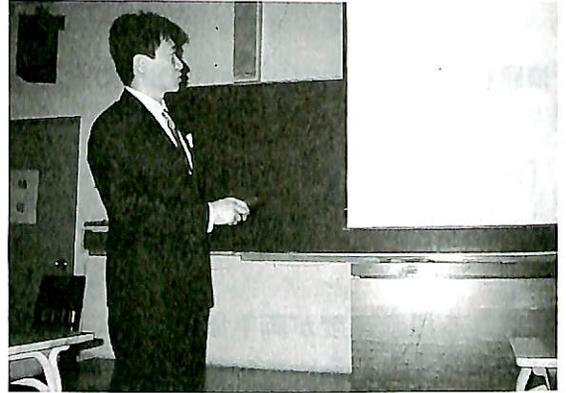
以上の二つの研究は類似しているため、その方法論や結果について、たとえば、速い視標($300^{\circ}/s$)の場合、両眼視ができないため追視ができないのではないかなど、活発な質疑応答が展開された。いずれにしても、スポーツ場面で重要な動体視力や移動視標への一致タイミングを扱った基礎的研究として大変興味深い内容であった。

田島氏らの研究では、高速、中速、低速の3種の提示速度が、複雑な両手協応運動であるポリリズム・タッピングに及ぼす影響を検討している。その結果、S-R事態において高速提示で両手協応運動を学習した場合、R-R事態でポリリズムを産出する際に両手の相互作用、すなわち「引き込み現象」による影響を強く受けることを報告した。多くの質疑応答があったが、その一つに、他の科学の領域でも振動数が速いと引き込み現象がみられる。この研究では現象の説明があるだけで、その

原因や理由の説明がないため、議論が堂々めぐりになっているという指摘が印象に残った。

山西氏ら研究では、動作リズムの周期的頻度を漸増するグレーディング課題を用いて、各個人がグレーディングに際し、どのような方略で動作頻度を増加するかを検討している。その結果、動作リズムのグレーディングとして、6名の被験者には、3名ずつ二つの異なる様相が認められた。しかしこれ以外にも異なる様相が見い出される可能性があるため、被験者を増やして検討する必要がある、いわば初期的段階の報告と考えられる。

全体を通して、テーマが比較的共通していたことや、午前の最終セッションで時間的余裕があったことも加わって、20分位時間を超過する程、活発な討論が行われた。



発表中の朴寅圭氏

演題番号 037D02101～037D02103 座長 阿江 美恵子 (東京女子体育大学)

生活環境からみた調整力の習得に影響する要因の検討」 浅井 修 (大阪樟隠女子大学)

「幼児期における動的バランス能力と静的バランス能力の発達」

鈴木 一二美 (東海大学大学院)

「最近の幼児の運動能力 —1986年と1997年の比較—」

森 司朗 (東京学芸大学)

浅井氏らの研究は、調整力の習得にどのような要因が関与しているかを質問紙調査によって検討しようとしたものである。幼稚園児から大学生にまで4000名を越える被験者を対象に、調整力を9項目で自己判断させた値を基に運動経験、生活環境との関連を調べた。

鈴木氏らは、静的バランスと動的バランスの発達を検討した。対象は4～6歳児男女43名であっ

た。静的バランスを直立姿勢時の重心動揺で、動的バランスを直線往復走行所要時間で測定した。その結果、動的バランス、静的バランス開眼状態では5、6歳が4歳と比較して飛躍的な発達を示したとまとめられた。

森氏らは、全国150箇所の幼稚園・保育所の幼児を対象に運動能力検査を実施し、1986年の結果と比較した。その結果、全ての調査項目で幼児の運

動能力が、10年前に比較して低下していることを明らかにした。

質疑応答では、浅井氏に研究姿勢まで問う厳しい質問が出された。氏の研究では調整力を「自己評価」でとらえているが、過去の研究結果を全く踏まえない「調整力」の捉え方に疑問が出され、莫大なデータを用いた重回帰分析にも先行研究に基づく要因の絞り込みの必要性が指摘された。最後の演者の森氏の発表が、妥当性が既に吟味されている運動能力テストを用いた質の高い研究であったことと比較すると、「調整力」の定義を無視した研究では、結果の検討も意味がなくなることは自明であった。

今回、次演者の鈴木氏の研究も同様であったと思われる。「静的バランス」と「動的バランス」として用いた測定尺度が本当にその能力を測定しているかという問題の吟味が発表ではなされていない。また、幼児の全般的発達に関する認識も十分とは言えないようであった（4歳児と6歳児に同じ言語教示でよいかなど）。

運動能力については過去に多くの研究がある。過去の研究をまずは調べるという研究の最初の手順は情報量の多い現在でも重要である。論旨の明

快な研究をまとめるのは難しいことであるが、スタートの方向が誤っていると労力が水の泡になることは実に残念なことである。

研究領域として運動能力は重要な領域である。とくに森氏の指摘した能力の低下傾向は半ば予想されたものであったが、「幼児からすでに」というショックを我々に与えるものであった。他の領域との連携も含めて研究を拡大させる必要があると考えられる。



座長の阿江美恵子氏

演題番号 037D02104~037D02107 座長 森 司朗 (東京学芸大学)

「元スポーツ選手の競技引退に伴う同一性の再体制化プロセス」

豊田 則成 (筑波大学体育科学研究科)

「情緒的サポートと道具的サポートの関係-大学新入部員を対象とした縦断的調査の再分析-」

土屋 裕睦 (大阪体育大学)

「大学女子軟式野球チームの成員の意識—競技開始動機及び集団凝集性について—」

阿江 美恵子 (東京女子体育大学)

豊田先生らの研究は、事例的アプローチを通して、元スポーツ選手が競技引退を通じて社会化予期と時間的展望をどのように体験し、また、これらの2つの側面が引退後の社会生活にどのように関わっていったのかについてのプロセスを明らかにしようとするものである。競技期→移行期→再適応期という時間的経過のモデルに準拠しながらの2つ事例分析が行われた。今回の事例では競技期には同一性早期完了に相当し、再適応期では一つの事例では摸索型、もう一事例は不安・防御型に相当し、両事例とも調査時点では比較的不適応状態にあったという報告であった。事例における再適応化や同一性再体制化の解釈の妥当性や中年期危機との違いや事例研究の在り方などの質問がフロアーから出された。本研究は競技力向上の裏に存在する重要な視点からの研究であり、今後の発展が期待される。

土屋先生の研究では、ソーシャル・サポートの機能である情緒的サポートと道具的サポートに着目して、情緒的サポートの満足度によって、道具的サポートのバーンアウトに対する抑制効果について研究が行われ、その結果、道具的サポートがバーンアウトと対応するストレスの悪影響を緩衝するのは、情緒的なサポートに満足している状況に限られると報告された。フロアーの方から道具的サポートと情緒的サポートの違いに関して質問がなされ、援助の区別に関してはサポートを受け取る側の問題があるのではないかという意見などが出された。今後の更なる分析及びフィールドへの応用が期待される。

阿江先生の研究は、全国大会出場チームの軟式野球に対する意識を探ることによって、女子大学生とスポーツの関わりを心理学的に明らかにしようとするものであった。調査の結果、野球を開始

した動機としては「野球をやりたかった」などの野球自体への関心が伺え、練習への満足度に関しては満足していないことが報告された。また、野球についてのイメージについては非常に肯定的で積極的に野球に関わっており、チームの集団の凝集の基礎としては「仲間関係」にあることが報告された。質問としては、集団凝集性に関することが出された。これからの研究が期待される。

須田先生らの研究では、指導現場における心理面の指導に対する心理面の指導の難しさ、心理面の指導に関する情報源、指導者の選手に対する心理面の評価などの調査から、心理的指導の課題として、主に競技に対する不安の軽減、および実力発揮に関する問題解決が、重要であることが指摘された。フロアーからは、心理学専門家への相談の内容や相談に関わっている人について質問がなされた。今後、更なる分析が期待される。



発表中の豊田則成氏

演題番号 037D02108～037D02111 座長 土屋 裕睦 (大阪体育大学)

性格特性からみた心理的ストレス反応の検討—大学生におけるストレス反応の構造—

関 彩子 (日本体育大学)

中・高校生の心理的ストレス反応の中・日比較—学校生活におけるストレス反応の構造比較—

鄧 菽 (日本体育大学研究員)

体育の授業における中学生の心理的ストレス反応の分析 佐々木 万丈

(仙台電波工業高等専門学校)

中・高校生における心理的ストレス反応の検討

池原 忠明

(日本体育大学大学院)

関先生らの報告は、NDS健康調査票、タイプA行動特性尺度によって判別された性格特性が、PSRS-50Rによって測定されたストレス反応とどのように関連するかを検討したものであった。報告によれば、タイプA、神経症、うつ病のいずれも健常域から境界域、特性域にすすむにつれて、ストレス反応が高くなるとのことであった。さらに発表では、要因ごとの構成比を算出し、タイプAでは対人因子が、神経症では情動・意欲因子がそれぞれ作用していることを明らかにした。なお、本研究の調査対象者である大学生男女(748名)には体育専攻の学生が含まれているとのことであったが、彼等らにはどのような特徴が認められるのか、座長個人は非常に興味を持った。今後、調査の続報を期待したい。

続いて、同じくPSRS-50Rによって測定されたストレス反応について中・日比較研究の報告があった。ここでは意欲を除き、情動、思考、対人のいずれの因子においても総じて中国の方が高い

ストレス反応を示しており、さらに中学1年から高校3年生までの各々の比較では、対人因子のうち「対人不信」の下位尺度で日本の方が高い得点を示したとの報告があった。この報告に対してはフローアーより「果たして中国を代表するサンプルといえるのか」といった指摘があった。座長個人は、本研究の調査は東京・神奈川、北京と両国ともに首都圏で実施されており、国際比較にあたってある程度の配慮がなされているといった印象を受けたが、他にも国際比較では調査用紙の翻訳・標準化の問題があり、その点についてどのような手続き(例えばバックトランスレーション等)がなされたのか、さらに中国側のストレス反応の高さについて、その理由づけはどのようになるのか、興味のあるところであった。なお発表は、演者交代により円田先生からなされたことを付け加えておく。

3題目は佐々木先生より、中学の体育授業に焦点をあてた、ストレス反応の分析結果が示され

3題目は佐々木先生より、中学の体育授業に焦点をあてた、ストレス反応の分析結果が示された。調査用紙は本研究の調査対象・調査目的に合致するように作成されており、因子分析ならびに因子の解釈を経て7因子が抽出された。性×学年の2要因分散分析ならびに体育が「好き群」「嫌い群」の比較からは、ストレス反応に違いのあることが見い出され、体育授業において生徒のストレス過程に介入する必要性を主張された。本研用に質問紙を準備され、さらに主成分分析による因子構造の確認、尺度構成、分析といった一連の綿密な手続きに裏付けられた本研究の主張は、非常に説得力のあるものといった印象を受けた。佐々木先生はこれまで体育科教育の分科会でご発表されていたと記憶しているが、今回本セッションでご発表いただいたことをうれしく思う。

最後に池原先生より、中学1年生から高校3年

生まで1340名に対する大規模な調査結果が示された。第1発表、第2発表と同様の調査用紙を用い、ストレス反応は学年を追って上昇するものの、高校1年生では減少するといった特徴を明らかにした。縦断的調査と横断的調査の違いには十分注意をしなければいけないが、もし仮に高校進学時に一時的にでもストレス反応得点の減少といった転換期を迎えるのであれば、それが継続して低く抑えられるような教育環境の在り方や、生徒指導の在り方を考える必要があるであろう。そういう意味でも、たいへん貴重な資料を提供していただいた。第1発表の関先生、本発表の池原先生ともに日本体育大学大学院にご所属の「若手研究者」であったが、当日はOHPを活用され、非常に分かりやすい、堂々としたご発表であった。また今後の課題も明示されておられたので、これからも継続したご発表を期待したい。



座長の土屋裕陸氏

さて、フロアーからは座長に対する質問も出されたのでこの場を借りて報告しておく。1つはセッションの構成の方法について、もう1つは発表の採択基準についてであった。当日は学会事務局の三木先生（筑波大学）がフロアーにいらっしやり、「おおよそのキーワードを参考に事務局がセッションを構成していること」「体育心理分科会では発表の審査がないこと」について座長に代わってお答え頂いた。これらの質問に対して座長個人の考えは以下であった。「体育心理」は1つの見方に過ぎず発表者が比較的自由に発表する中で、それぞれの興味関心から取り上げられた現象を掘り下げてゆけばよいと考えている。例えば本セッションでは教育現場におけるストレス反応について、性格特性や日中比較、中高の変化が報

告されている。例え取り上げられる現象が体育授業やスポーツ場面に限定されなくとも、ストレス反応というキーワードから、身体一心の関連が掘り下げられており、また本稿で報告したとおり多くの示唆に富むものであった。このような報告が増えることで、学会員それぞれが細分化された専門領域に傾倒しながらも、共通テーマで討論ができるのではないかと思う。その1例として本セッションでは、丹羽先生（聖母被昇天学院女子短期大学）より現場への示唆を巡る質問があり、第1発表の共同研究者である西条先生および円田先生との間でディスカッションがなされた。特に、大学生のQOLを視野に入れた取り組みの必要性が浮き彫りにされ、座長・フロアーともども貴重な時間を共有することができたと考えている。

演題番号 037D03101～037D03103

座長 吉田 茂（筑波大学）

「楽音が及ぼす心身への影響 —調和音・不協和音の比較から—」

近藤 正子（奈良女子大学大学院）

「対人空間についての実験的研究 —方向及び音刺激の異なる場合—」

吉田 累幾子（奈良女子大学大学院）

「速度の異なるボディワークについての実験的研究—特にワークを行う側と受ける側との関係に着目して—」

青木 朋子（大阪大学）

近藤氏らの発表では、調和音・不調和音が心身へどのような影響を及ぼすかを実験し、その比較から不調和音は心理指標としては不安や不快感を

与え心理的に抑圧しているが、生理指標からは交感神経系を抑制し安定しているという矛盾するような結果が見られた。この点を若い被験者は最近

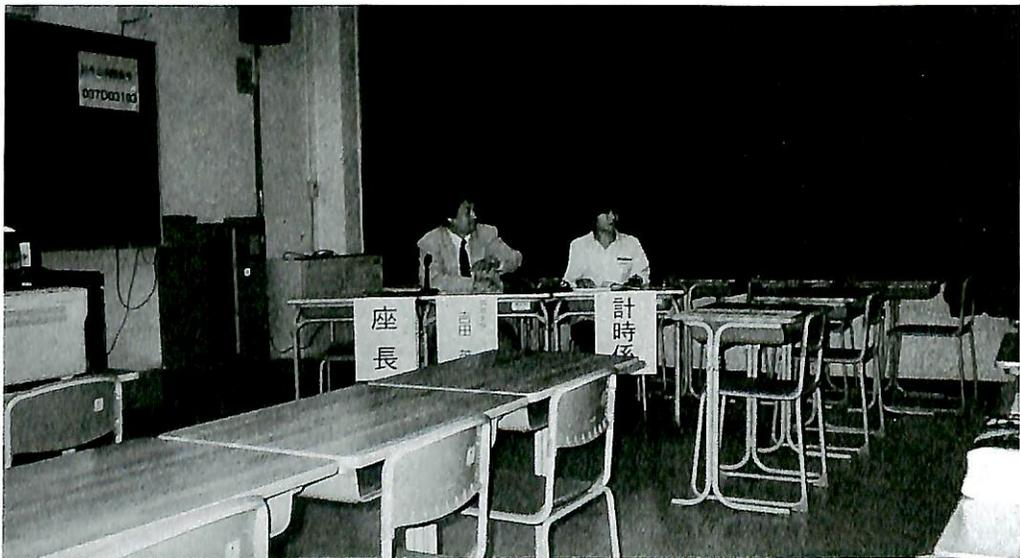
の流行歌に「慣れ」していると解釈している。慣れによる環境要因よりも、むしろ刺激自体の周波数特性によるのではないかとの質問があり、今後の課題とするとの回答があった。楽音的調和と心理的調和が対応するか、運動への直接的な影響はなにかなど、更に発展させていただきたい。

吉田氏の発表では、見知らぬ他者と空間を共有する場合の近づきやすさについて検討し、背面からの接近が許容限界時間が長く緊張感が低くなり、低覚醒で正誘意性の音楽が親密感が高く緊張感が低くなり、ダンスの導入場面に適用できるとした。対人距離は個人の感じ方を基準にすべきではないかとの質問があり、一般的な緊張範囲から割り出して設定したとの回答があった。背後からの接近は状況依存的であるがむしろ怖いのではないかとの質問には、文化的な背景も関連するようであるとの回答があった。方向だけでも様々な要因がからむので、それに絞り込んで研究を深めて

いただきたい。

青木氏らの発表では、ボディワークでの撫でる速度が心理的効果にもたらす効果を検討した結果、ゆっくり撫でたほうが気持ちを落ち着かせること、撫でる側が自分の個人テンポよりも相手に合わせて行うようになったことがわかった。好みの速さを中心に逆U字的に効果が現れるのではないかとの質問があり、今回は強制法を用いたが今後の課題として個人テンポでも検討していきたいとの回答があった。古来「薬師」法といって、まず相手の呼吸に合わせて背中を撫で、その後ゆっくり撫でて落ち着かせるなど、よく用いられるので、合わせて検討を重ねていただきたい。

3演題に共通した感想は、問題設定をもっと単純化した方が分かり易くなるのではないかと、さらに心理的に自然な数量化の方法が工夫できるのではないかと、ということである。今後に期待したい。



座長の吉田 茂氏

演題番号 037D03104 - 037D03106 座長 山本 裕二 (名古屋大学)

「競争が持久走のパフォーマンスにおよぼす影響」

飯塚 太郎 (東京大学大学院教育学研究科)

「競歩の競技力向上に伴う身体運動イメージの中心化」

平川 武仁 (筑波大学体育科学研究科)

「最大筋力発揮イメージ想起時の心理・生理的指標の変化に関する研究」

長岡 由紀子 (中京大学研究生)

最終日の最終セッションにも関わらず、多くの方が参加されました。3題の発表は特に共通点がないと感じたため、それぞれの演題について質疑なども含め簡単に紹介する。

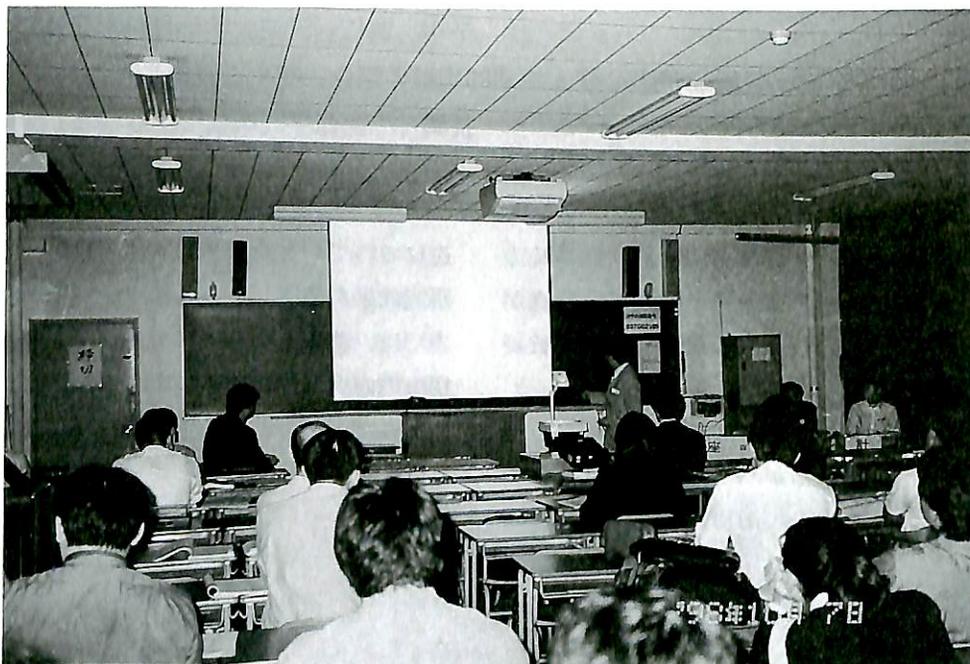
飯塚・星川両氏による発表は、5000mという持久走において、競争事態がパフォーマンスにおよぼす影響を生理・心理的な指標から検討を試みたものであった。競争がパフォーマンスにおよぼす影響として、パーソナリティや動機づけの観点からおこなわれた研究はこれまでも多くみられるが、その要因を理・心理的機序との関係でみようとしているという点では興味深いものであった。結果としては、競争事態の方が単独走よりもパフォーマンスは向上するが、競争事態と同じラップタイム走条件との比較では、競争事態で生理的亢進のみが生じたとし、心理指標であるRPEとの対応は見いだせなかった。この点に関してはフローアからの質問にもあったように、競争事態そのものの心理的要因（被験者の主観的勝利確率や競争に対する志向性など）の統制や観察ができれば、生理的状态との関連やパフォーマンスとの関

連についても言及できるものと思われ、さらなる研究成果を期待したい。平川・吉田両氏による発表では、競歩という動作の身体運動イメージが競技力の向上に伴いどう変容するかについての発表であった。その結果、上級者に比べ初心者では多くの身体運動イメージを用いており、また競技力向上に伴い時間・空間的イメージから視覚的・力的イメージに変容することが報告された。こうした結果は、個々の運動・動作が学習によって統合されていくことを示しているものと思われ、それが言語化されたレベルでまさに表象（イメージ）として現れており興味深い。さらにこうしたイメージがどのように獲得されるのか、あるいは運動技能獲得にこうしたイメージはどの程度役立つのかといった技能の獲得との関連での今後の研究成果に期待したい。

長岡・猪俣両氏による発表は、筋力発揮のイメージトレーニングの効果を生理的指標と心理的指標から検討した結果であった。そこでは、覚醒状態の高まりによって筋力発揮が増大するという前提で実験が行われたが、覚醒状態の変化の指標

となる瞳孔径ではイメージトレーニングの効果は明らかにならなかったが、心拍数とイメージの明瞭性はイメージトレーニングの効果がみられたというものであった。イメージトレーニングの効果は課題によってその作用機序が異なると思われ、課題により適切な生理的指標を取ることによって

さらにその機序が明らかになることが期待されるとともに、トレーニングを行うイメージの質や内容を検討することがイメージトレーニングの今後の研究には必要だと感じた。



口頭発表会場の一コマ

<ポスター発表>

演題番号 035D01101~035D01103 近藤 明彦 (慶應義塾大学)

キックスキルとEMGの関係(3)—EMG活動の定量化について—

堀野 博幸 (早稲田大学人間科学部)

負荷加重による高齢者歩行への情報処理的検討

荒木 雅信 (大阪体育大学)

事象関連電位による運動イメージの評価

正木 宏明 (日本学術振興会)

堀野氏の研究はインステップキック時の筋活動の定量化を検討するためにEMG積分値とEMG率を用いて筋活動を評価した研究である。従来から筋活動の評価に関してEMG波形やEMG積分値を用いた解析が行われている。しかし堀野氏はこれらの評価法は筋の作用機序を解析する上では有効であるが、被験者間に大きな個体差が生じることを問題となるとしてEMG率を用いて評価している。結果としては大腿直筋のEMG積分値においては技術水準による放電様式に差異はられなかったが、EMG率のピークは技術水準の高い被験者は助走段階とインパクト時であったのに対し、技術水準の低い被験者は助走段階とインパクト後にピークが見られ、技術水準が高い被験者ほど効率的な筋活動を行っていることが分かった。EMG積分値と相対的なEMG率をあわせて検討することにより筋活動の効率を評価できることが示唆されていると報告した。

荒木氏の研究は将来的に高齢者歩行におけるつまずきや転倒のメカニズムの解明について焦点をあてた研究である。歩行がどのような情報処理で行われているかを解明するために視覚や筋運動感

覚に負荷をかけ自然歩行との相違を実験的に検討している。方法は4名の被験者(19歳)に自然歩行、視覚変調歩行、重り負荷歩行、視覚変調+重り負荷歩行の4条件で歩行を行わせ、各条件を10試行行い、一步時間、歩調、歩幅、歩行速度を測定している。その結果、自然歩行での試行経過の変化と類似した変化が負荷条件歩行でも見られ、試行の過程で感覚情報の変容に伴う歩行の運動プログラムの修正が行われているのではないかと推察している。また自然歩行に比べ負荷歩行では一步時間、歩調、歩幅、歩行速度が低下し高齢者歩行に近づく傾向が見られた。また歩幅を歩行率(1分間の歩数)で除して数値は被験者に共通の傾向は見られなかったが、1名の被験者に関して自然歩行が0.006(成人の値)であるのに対し負荷歩行では0.005(高齢者の値)に近づく傾向が見られたと報告した。

正木氏は事象関連電位が運動イメージの評価の指標となりえるかを検討している。被験者を陸上競技・短距離種目を専門とする競技者7名(専門群)と長距離種目を専門とする競技者7名(非専門群)に分類し、2種類のイメージ課題を用いて

いる。課題1は閉眼状態でクラウチング・スタートをイメージ想起し、課題2は400m走の内的イメージを想起させて、この時の事象関連電位の振幅値を測定した。また実験終了後にはQMIおよびVMIを用いて被験者のイメージ能力を測定し事象関連電位の振幅値との相関関係を検討している。結果は課題1に関しては専門群、非専門群の間に差は認められなかったがCNVの振幅値 Cz と、VMI得点との間に正の相関が認められている。課題2に関してはミスマッチング性変動とVMI得点の間にも正の相関が認められた。この結果から事象関連電位がイメージ想起能力が評価しうることが示唆されると報告している。



発表中の堀野博幸氏

演題番号 035D01104～035D01106 座長 荒木雅信（大阪体育大学）

「運動遊びを通じての親子の関わり—ある親子体操教室の事例—」

三木ひろみ（筑波大学）

「体育系大学における学生の友人関係の特徴-学年による友人関係に対する認知構造の変化-」

粟木一博（仙台大学）

「学生の運動実施状況とスポーツ・運動活動に対する意識」

近藤明彦（慶應義塾大学体育研究所）

三木氏の発表（運動遊びを通じての親子の関わり）について、子どもの精神面（知的）の発達において、親子の関係が重要な要因であることを前提として、運動を主たる手段とした遊びが、親子

関係とその子どもの精神面の発達に大きな役割を果たすことを、実践的に検証しようとした点で、興味深い研究である。4つの事例について、それぞれの親子関係や遊び方の特徴を比較し、運動遊

びの効果や将来の可能性を予測している。たいへんスケールの大きい研究であり、問題や検討するところも多岐に渡っている。その意味で、発表者の多才さも手伝ってか、焦点が絞り切れていない感じがした。この点は、発表内容が恣意的と誤解される原因になることもあるので注意してもらいたい。小子化・弱子化といわれる昨今、スポーツ・運動の役割を新たな視点で見直す意味でも、今後の発展に期待したい。

粟木氏の発表（体育系大学における学生の友人関係の特徴）について、現代青年の人格形成を、スポーツ経験からみようとする研究で興味深い。現代の若者を理解することは、世の中の流れの一面を把握するためにも必要である。今回は1996年からの継続研究であり、縦断的にスポーツ経験が人間形成に与える影響をみた点は評価される。これで、一応出発点に立ったという感じがする。これからのどのように、発展させるのか注目していきたい。つまり、今後も因子分析等の手法で心理的構造の特徴や変化を検討するのか、先の三木氏のようにいくつかの事例を詳細に検討するのか、大きな選択を迫られると思う。ただ、報告者は、先のような研究方法（因子分析等の手法）では、余程新たな視点を設ける必要があると思う。

近藤氏の発表（学生の運動実施状況とスポーツ・運動活動に対する意識）について、過去の経験が、現在の活動の意識に大きく影響しているという点は特記される。また、スポーツ・運動活動についての意識構造が、因子分析により明確に示され、大いに参考になる。体育系以外の専攻学生の方が、圧倒的に多いのだから、この結果が、現代学生の意識の一面を表わしていることは間違いない。報告者としては、経験の質（成功・失敗など）にも興味がある。今後は、継続的（縦断的）な研究になるのだろうか。氏の発表も三木氏や粟木氏の研究と大いに関連しているように思える。

（3氏の研究結果を、教育課程審議会などの委員会の方に聞かせたい。）その意味でもこの種の研究は、先の粟木氏のところでも触れたが、研究方法論がそろそろ議論されても良いように思える。そのためには、「どこかで誰か」が、これまでの研究の体系化を計ることが大切と思える。3氏の今後のリーダーシップに、大いに期待するところである。



発表中の三木ひろみ氏



発表中の近藤明彦氏

演題番号 037D01101～037D01103 竹中 晃二 (早稲田大学)

スポーツ選手の催眠時における暗示語の研究 (2) —スポーツ種目と暗示語の分析—

立谷 泰久 (日本体育大学)

合気道動作課題における統御可能性について

大羽 智美 (中京大学大学院)

呼吸の随意的コントロールが自律訓練に及ぼす影響—自律訓練中におけるSPLの変動から—

三村 覚 (日本体育大学)



発表中の立谷泰久氏

演題番号 037D01104~037D01106 座長 立谷 泰久 (日本体育大学)

体育専攻学生のタイプA傾向について 濁川孝志 (立教大学)

高齢者のメンタルヘルスを規定する要因としての身体活動

松尾直子 (早稲田大学人間科学研究科)

身体的自己効力感強化を意図した体力自覚尺度の開発

竹中晃二 (早稲田大学人間科学部)

濁川先生の発表は、体育専攻学生とその他の専攻学生を対象に、タイプA傾向について比較・検討することを目的としたものである。他の専攻学生とは、経済、経営、文、商、法の各学部であり、タイプAを測定する質問紙は「KG式日常生活質問紙」を用いた。

その結果、最も強いタイプA傾向を示したのは、体育学部であり、最も弱かったのは、商学部であった。また、濁川先生らの先行研究において、大学生Athleteとnon-athleteを比較した結果、athleteの方が強いタイプA傾向を示した。更にathleteの中でも競技レベルが高い者ほどこの傾向は強く、これらの結果はすべて有意なものであった。つまり、体育専攻学生および大学生Athleteは、高いタイプA傾向を示したということである。

以上のことから、管理された運動プログラムがタイプA傾向に有効な減少を引き起こすことは、競技スポーツにおいてはあてはまらなく、むしろ助長する可能性があるという報告であった。

濁川先生の「競技スポーツの本質とタイプAの本質が類似している」という視点には、非常に興味深いものが感じられた。このような見方をおさ

えながら、今後の研究の発展に期待したい。

松尾先生の発表は、高齢者の日常生活における身体活動状況を定量的に把握できる質問紙の作成を試みるともに、高齢者の身体活動の特徴について検討し、高齢者におけるメンタルヘルスの身体活動の影響を明らかにすることを目的としたものである。

質問紙は、「家庭活動」「運動活動」「趣味活動」の3つの領域に分けられ、性差について比較・検討した。また、事例研究として、活動的な高齢者と座位中心の生活を送る高齢者を対象に「質問紙」と「加速時計」を用いた身体活動の測定によって、日常生活の身体活動状況の差異についても検討を行った。

その結果、「運動活動」において女性より男性が活動的で「身体活動」においても女性より男性が活動的であった。また、高齢者ほど活動量が減少するという報告であった。

以上の結果から、本研究で作成した質問紙は、高齢者の身体活動の定量的把握に有効であることが明らかになった。

「高齢者」を対象にした研究は、これからの社会には必要な不可欠なものであり、誰もが興味の

ある研究分野であろう。松尾先生には、今後もこのような研究を発表していただき、社会的な貢献だけでなく、我々にも研究の方向性を示唆していただきたい。

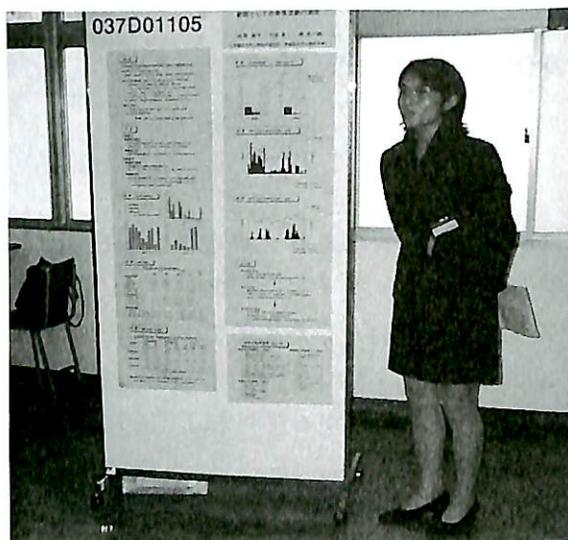
竹中先生の発表は、PSE（身体的自己効力感）を強化させるために使用できる体力の自覚尺度の開発を行い、その尺度の開発と信頼性および妥当性の検証を行うことを目的としたものである。

第1段階「項目の収集」、第2段階「因子分析」、第3段階「信頼性の検討」、第4段階「妥当性の検討」が行われた。第3段階において、尺度の再現性が認められ、第4段階の妥当性においても、有効な示唆を得た。

以上のことにより、本尺度はPSE（身体的自己効力感）強化の道具になりうるという報告であった。誰もが使えるような尺度にしていってほしいと望むのは、私だけではないであろう。

竹中先生の発表は、いつ聞いても迫力があり、研究に対する熱意も感じられる。発表をきいていると「自分もやらねば！」という気持ちにさせられる。そして、そんな気持ちを持って研究に取り

組むと、「できる」という見込み感が生まれてくるのである。つまり、発表を聞くことにより、「自己効力感」が生まれるのである。本研究のもう一つの意味が見えた気がする。考えすぎだろうか？発表を聞きいた後、そんなことを感じた。



発表中の松尾直子氏



発表中の竹中晃二氏

<学会参加記>

日本体育学会第49回大会に参加して

松尾直子(早稲田大学大学院人間科学研究科)

初秋の頃、四国の愛媛・松山にて日本体育学会第49回大会が開催された。私は、昨年の第48回大会(新潟大学)に続いて2回目の参加であった。今回は、大学院の仲間4名とともに、早朝の松山便で東京を飛び立った。松山空港に降り立ち「祝・日本体育学会」の横断幕に出迎えられ、さらに学会会場の愛媛大学へと向かう人混みに出会いながら、頭の中が次第に学会モードへと切り替わっていった。9時には体育心理学専門分科会の発表会場に到着したが、教室にはすでに多くの人々が詰めかけていた。午後は、キーノートレクチャー「今、求められている健康スポーツの心理学的意義—運動心理学の意義—」を傍聴。早稲田大学の竹中先生による運動介入に伴うライフスタイルの変容を話題とした約1時間の講演に、およそ150名もの人々が熱心に耳を傾けていた。

大会2日目、9時からの佐久間先生司会のシンポジウム「大学・大学院における「体育心理学」教育の課題およびネットワーク化」には、約70名の人々が参加。各演者の先生方から、それぞれの大学のカリキュラムが紹介された後、大学内における「体育心理学」の今後についての活発な議論が交わされた。また、本シンポジウムのキーワードである「ネットワーク化」については、時間や空間、あるいは世代を越えての意見・情報交換、交

流の場として、今後の「体育心理学」サイトの開設による実現に期待が寄せられた。近年のインターネットを通じた情報の流通時代においては、これらの早期実現が学会活動の活発化につながると思われた。この日は、午前中で学会が終わりということもあって、午後は、路面電車の窓からの市内見学や松山城を訪れたり、学会参加のもうひとつの魅力ともいえる観光を楽しむことができた。

最終日はあいにくの雨であったが、午前中の17件の口頭発表の教室は、早々と立ち見になるほどの満員状態であった。私は、ポスター発表の日で朝から緊張していた。ポスター会場では、竹中・立谷(日本大学)両座長のもとに、6名の発表者が内容をそれぞれ約3分で説明した後、フリーディスカッションが行われた。各先生方におかれては、白熱した議論を交わされている様子がうかがえ、また私自身も、いろんな方々と率直に様々な意見を交換することができ、セッションの1.5時間は瞬く間に過ぎていった。

今回、私は体育心理学専門分科会以外の分科会も傍聴してみた。特に、方法論分科会では、現場の体育指導における心理的問題が取り上げられて議論が行われていたのが印象に残り、今後、他の分科会との交流の必要性も実感した。

最終日の帰り道には、夏目漱石の「坊ちゃん」も入浴したという「道後温泉」に寄ってのんびりと温泉に浸かり、旅ならぬ学会の疲れを癒した。

松山の美味・美酒も堪能することができ、心身ともに満足した3日間であった。

学会傍聴記

筑波大学体育科学系 準研究員 高井和夫

10月5日―7日の3日間、愛媛・松山市の愛媛大学を会場として、日本体育学会（第49回）が開催された。ここでは大会期間中の思いについて簡単に記すことにする。

われわれ筑波からの一行は、大会前日に専門分科会の懇親会がある「伊予鉄会館」へ向かう。懇親会は25名余りの先生方が参加され、盛大に催された。論文や著書でしか知らない有名な先生方の顔を間近で拝見することができ思わず感激した。こうした普段は接する機会の少ない研究者・学生たちがリアルタイムで交流する場を提供してくれるのが学会の有り難いところである。そういえば、以前はプレセミナーと称して、大会前日に講義と懇親会があったことを懐かしく思い出す。欲を言えば復活を願いたいところ。折しも本年は第50回記念大会で、学会企画として「イブニング・シンポジウム」「フリーコミュニケーション」が開催されるとのこと。多くの先生方との触れあいが大変楽しみである。

学会初日と3日目は、一般研究発表とキーノートレクチャーが開催。一般発表は全46件（口頭：34；ポスター：12）と過去5年間で最も少なかった（H.6-H.9でそれぞれ、55, 50, 47, 52）。

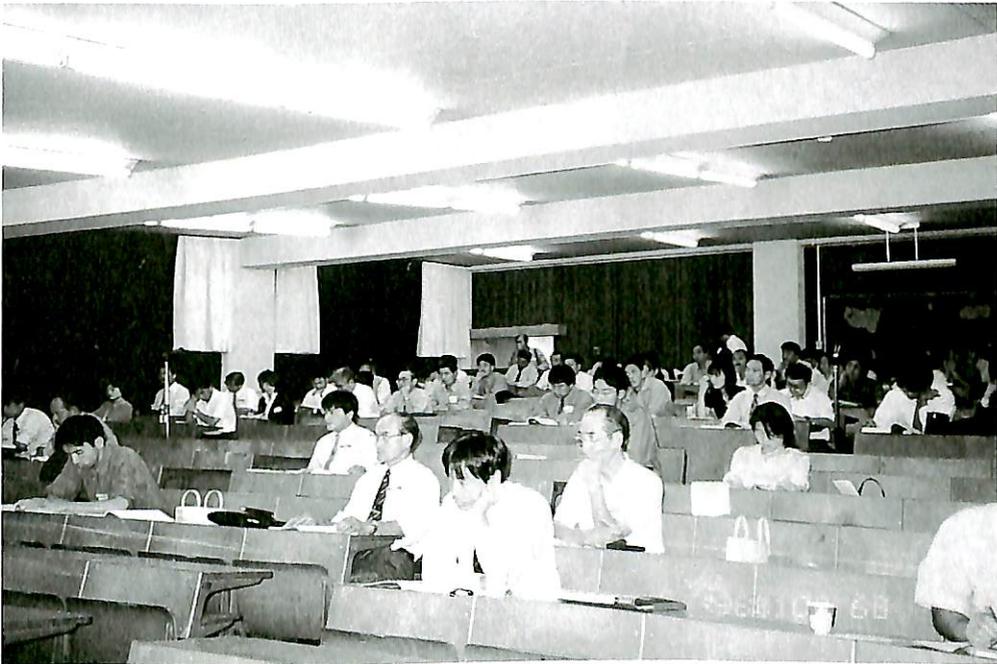
しかし、各教室での討論は熱気を帯びたものだった。来年は東京が会場なので多く方が発表されるのだろう。ポスター発表は研究者とのライブ感あふれる議論が交わされるのが面白い。国内でも分野によれば半数以上の発表がポスターだと聞く。今後はこうした温もりが伝わる距離でのプレゼンテーションが主流になってくるのかもしれない。大会初日・午後のキーノートでは竹中先生（早大）のレクチャーを拝聴した。詳細は本誌の松尾先生（早大院）の傍聴記に譲るとして、大教室に満員の盛況ぶりは、アクティブな研究活動をなさる先生への個人的な人気もさることながら、「健康心理学」「運動心理学」「高齢者・高齢化社会」に対する聴衆の並々ならぬ関心を裏打ちしていると思われた。この分野における米国の現状からしても、近い将来には日本の体育・スポーツ心理学領域においても確固たる位置を占めていくのではないかという流れを肌と感じた。

大会二日目は、シンポジウムと総会が開催された。シンポジウムの骨子は少子化、選択制、独立行政法人化などの難題に直面した大学体育に対する各校の現状と取り組みの紹介だった。この問題は昨年の大会から各分科会でも取り上げられてお

り、現場の教官の切実な危機意識を感じさせ、学会レベルでの早急な意見の集約などが望まれているのだろう。また、近年のネットワーク環境の整備に伴って、こうした媒体を通じての大学・研究機関からの情報の発信や意見交換がより活発になるに違いない。従って、学会・分科会レベルでも会員相互の交流を深め、タイムラグを縮めるため、mailing-list、Home-pageの開設が迫られるかもしれない。ただ、教官の危機感とは裏腹に、学会に参加した院生・学生等はその論議の場外にあるため、両者の関心の度合いに温度差があったかもしれない。引き続き行われた総会では、「分科会・会報のあり方」「分科会企画への要望」などについて意外にも活発な意見のやりとりがあ

り、来年以降の事務局の仕事は大変だなあと人ごとのように伺っていた。

こうしてのべ3日間、実質4日の学会が本年も盛況の下閉幕した。大会プログラムの表紙を飾った瀬戸内ブルーとも呼ぶべき青空と同様に、多くの方々との触れあいは私にとって忘れがたい思い出となった。当番校だった愛媛大学ならびに関係各位の方々のご尽力のおかげもあって、運営はスムーズかつ和やかな雰囲気にも包まれていた。記して感謝申し上げます。来年の東京での第50回記念大会での再会そして成功をお祈り申し上げるとともに、体育心理学専門分科会の更なる発展を期待しております。



シンポジウム会場の一コマ

IV. 日本体育学会第50回大会の案内

1. 日本体育学会第50回記念大会（東京大学）の内容案内

1) 総会

日時 10月8日（火）9：30～10：30

会場 E-1

2) 特別講演

日時 10月8日（火）10：30～12：00

会場 E-1

テーマ からだの自由と不自由

司会 荒木雅信（大阪体育大学）

演者 長崎 浩（東北文化学園大学）

3) イブニングシンポジウム企画

日時 10月7日「スポーツ動作法」・「スポーツ社会心理学研究会」

10月8日「臨床スポーツ心理研究会」

10月10日「メンタルトレーニング・応用スポーツ心理学研究会」

各日、18：10～19：30.

会場 未定

特別講演

「からだの自由と不自由」

演者 長崎 浩 (東北文化学園大学)



長崎 浩 (ながさき・ひろし)

1937 (昭和12) 年, 東京に生まれる。東京大学理学部卒業。同大学院修士課程。東京大学物性研究所, 東北大学医学部リハビリテーション医学研究施設, 東京都老人総合研究所運動機能部門室長を経て, 現在, 東北文化学園大学医療福祉学部リハビリテーション科。医学博士。

著書「からだの自由と不自由」(中公新書), 「運動学実習」(編著, 医歯薬出版), 「脳卒中の機能評価と予後予測」(編著, 医歯薬出版) 「健康な暮らしと運動」(編著, 東京化学同人) ほか。

従来, 身体運動に関する事実や法則を説明する「理論」として, 情報处理的心理学と神経生理学がパラダイムになってきた。これに対して近年, 生態学的心理学と力学システムからのアプローチが新しい理論として台頭し, この観点から事実の見直しと発見が進んでいる。両理論の特徴と両者のえもいわれぬ関係の問題点を指摘する。

運動に関する生態心理学的アプローチの典型例を, W.H.Warrenらの「開口部のアフォーダンス」実験に見ることができる。これは戸口の通り抜け可能性が運動する身体のスケールに基づいて判断

され, 知覚と運動が直に関係することを主張するものである。このような観点で知覚と運動の発達, 学習, 制御につき多くの実験・観察が蓄積され, 新パラダイムの生産性を明らかにしている。そして, 光学的流動など知覚情報はダイナミックだから, これと力学システムとの関連が比喩的に強調されている。

しかし, これには方法上の問題がある。知覚と運動はどのような意味で「因果関係」にあるのか。知覚情報が力学に直結するとすれば従来のようなバイオメカニズムは使用できない。では, 人

が身体運動を「制御する」ことはいかなる因果法則に基づくのか。

ただし、身体運動研究の生態学的アプローチは有効だと思う。運動の重大な生態学的環境の一つは重力場である。例として、重力だけで歩く歩行のコンパスモデル（脳も神経も筋もない2足歩行）を取り上げる。このモデルが「歩く」ためには歩行速度が180m/分以下、月面では73m/分以下が必要であり、後者はトリビアルなことではない。また、ステップ周波数は毎分100以上なければ

ならず、これは成人および老人の歩行のいくつかの事実を説明する。

歩行のコンパスモデルが有用である限り、重力場の要請に従うことが2足歩行の基底的な制約条件になっており、この条件は、系統発生的個体発生的に脳や心による歩行の制御に「先立つ」与件と見ることができる。重力という生態学的場で人は歩き始めるのである。

イブニングシンポジウム企画

体育心理学専門分科会では、これまで独自に各研究会が、主に学会大会期間中を利用してそれぞれ研究集会を行ってきました。本年の学会大会では、研究会会員以外への参加も呼びかけ、「イブニングシンポジウム」として研究会開催の希望が出てまいりました。よろしくお願いたします。

(1) 「スポーツ動作法」

期日：10月7日

責任者：星野公夫（順天堂大学体育学部）

Tel&FAX：0476-98-1033

設定趣旨：動作法とは自分の身体を自分の思うように動かす「動かし方」を実感し、身につけるための技法である。スポーツ選手に動作法を適用する効果については、その事例的实践・研究から技能の向上といったテクニカル・トレーニングとし

て、さらには不安の軽減や精神的強靱さの向上などのメンタル・トレーニングとしても有効であることが示されてきている。今までの4回に及ぶ研究会では、初めての参加者には講義と基本的な実技研修を行い、続けて参加している者には、実際に適用した事例の紹介と検討、応用的な実技研修が行われた。そこで、今回は今まで実践されてきた事例・研究・技法をまとめ、スポーツ動作法の示す効果・特徴について検討を深める。

(2) 「スポーツ社会心理学研究会」

期日：10月7日

責任者：伊藤豊彦（島根大学教育学部）

Tel&FAX：0852-32-6339

設定趣旨：本研究会は、分科会の枠組みを越えて、体育・スポーツの社会心理学的側面に興味・

関心を同じくする研究者の話題提供や事由な意見・情報交換の場とすることを目的に、平成10年にスタートしたばかりの新しい研究会である。研究会を通して、研究促進のアイデアを得たり共同研究のきっかけとなることを期待している。また、スポーツ社会心理学的な立場から、今後の体育・スポーツのあり方や教師・コーチ教育に有益な情報を提供できることを目指したい。

(3) 「臨床スポーツ心理研究会」

期日：10月8日

責任者：土屋裕睦（大阪体育大学）

Tel：0724-53-8899，FAX：0724-53-7028

設定趣旨：本研究会は平成3年に結成され、以後、学会大会時を中心に毎年行われてきた。スポーツ選手へのカウンセリング、メンタルトレーニング、そして“身体からこころへ”と働きかけるスポーツセラピーなど、体育・スポーツの心理臨床に関心を持つ会員にとって、単なる情報交換だけでなく“研修の場”となることを目的に、本シンポジウムでは事例検討会を行う。“個を見ることの大切さ”を旗印に、分科会の枠組みを超えて、今後の体育・スポーツのあり方や可能性を複眼的に追及していくことを目指している。また、

同時に、従来とは異なる新しい理解の方法を具体的に提示できることを願っている。

(4) 「メンタルトレーニング・応用スポーツ心理学研究会」

期日：10月10日

責任者：高妻容一（近畿大学教養部）

Tel：06-6721-2332<内線3163>

設定趣旨：応用スポーツ心理学で関心の一つとなっているメンタルトレーニングを取り上げ、研究から現場での応用について、研究者・コーチ・選手・トレーナー・精神科医・企業関係者を含めた情報交換の場としたい。研究者は、教育的スポーツ心理学のコーチ教育／選手教育という立場から、研究を現場にどのように応用していくのか、一方、現場におけるコーチや選手の立場から、研究を現場で応用するには何が必要なのかを、現場からの声として聞き、「研究と現場での応用におけるギャップ」を少しでも埋めるきっかけを作りたい。また、トレーナーなど他の現場スポーツ関係者からの声も反映したい。

V. 事務局報告

日時 平成10年10月6日(火)

場所 愛媛大学共通教育・講義棟1F(C11)

体育心理学専門分科会総会式次第

1. 開会の辞
2. 議長の選出
3. 報告
 - 1) 平成10年度事業活動報告
 - 2) その他
4. 審議
 - 1) 平成10年度決算および平成11年度予算案について<資料1>
 - 2) 平成11年度の事業計画について
 - (1) 日本体育学会第50回記念大会について
 - (2) 体育心理学専門分科会会報第11号(通巻39号)の発行について
 - 3) その他
5. 閉会の辞

1. 平成10年度事業報告

(平成9年度学会終了時～平成10年度学会終了時まで)

1) 日本体育学会体育心理学専門分科会関係

(1) キーノートレクチャー

日時：10月5日(月) 13:00～14:00

会場：愛媛大学 共通教育・講義棟1F (C11)

テーマ：今、求められる健康スポーツの心理学的意義－運動心理学の視点－

司会：中込 四郎(筑波大学)

演者：竹中 晃二(早稲田大学)

(2) シンポジウム

日時：10月6日(火) 9:00～11:00

会場：愛媛大学 共通教育・講義棟1F (C11)

テーマ：大学・大学院における「体育心理学」教育の課題およびネットワーク化

司会：佐久間 春夫(奈良女子大学)

演者：吉田 茂(筑波大学)

近藤 明彦(慶應義塾大学)

荒木 雅信(大阪体育大学)

石井 源信(東京工業大学)

(3) 一般発表

口頭発表およびポスター発表：平成10年10月5日(月) および10月7日(水)

発表数：平成10年度46題(口頭発表34題；ポスター発表12題)

(備考：平成6年55題；平成7年50題；平成8年度47題；平成9年度52題)

(4) 総会

日時：10月6日(火) 11:00～12:00(シンポジウム終了後)

会場：愛媛大学 共通教育・講義棟1F (C11)

2) 体育心理学専門分科会会報の発行

会報第10号（通巻第38号）を8月17日付で発行した。全会員669名および他専門分科会事務局（12部）を郵送した。

3) その他の事務局業務

事務局業務として、次の事項を遂行した。

- (1) 第49回日本体育学会専門分科会連絡会議出席。
- (2) キーノートレクチャーおよびシンポジウム講師・演者への依頼。
- (3) 専門分科会連絡会議および支部長・専門分科会世話役合同会議への出席。
- (4) キーノートレクチャーおよびシンポジウム演者への抄録提出依頼。大会号の抄録原稿は事務局でとりまとめ、当番大学に送付する旨を通知・依頼した。
- (5) 体育心理学専門分科会のキーノートレクチャーおよびシンポジウム大会号原稿の送付。関連する大会号原稿を一括して事務局より当番校（愛媛大学）へ送付した。また、各演者、司会者へも送付した。
- (6) 日本体育学会一般発表プログラムの作成および座長の推薦。
発表数46（口頭発表34題；ポスター発表12題）のプログラム作成と座長の推薦を当番校に推薦した（5月22日）。
- (7) 日本体育学会体育心理学専門分科会選出の評議員選挙（3月17日通知，4月17日開票および選出），および会長の選出（5月18日）。
この結果，評議員22名が選出され，会則第10条に基づき評議員の互選により会長1名（徳永幹雄氏）が選出された。なお，本選挙の詳細については会報第10号の「平成9年度事業報告：速報」（p.67）に掲載済みである。
- (8) 平成11年度体育心理学専門分科会の事業計画について意見調査。
- (9) 体育心理学専門分科会会報の送付（8月17日）。
- (10) 日本体育学会法人化案に関する資料の送付。
- (11) 名誉会員の推薦。

4) 速報

- (1) 日本体育学会の法人化について，体育心理学専門分科会評議員に対して関係資料を送

付し、その賛否および理由について意見調査を行った（平成11年4月1日）。その結果、13名から返答があり、賛成12、保留1という意見が出された。その内容は、賛成意見として「公的法人として法的に認知されるべき」「社会的信用の向上」「寄付金が受けやすくなる」「監査が厳しくなる」など寄せられた。また保留意見として「役員（特に理事20名）の構成をどうするかについて、専門分科会と支部との調整が必要であること。この点が議論されてから法人化されるべき」との意見があった。

2. 議題

1) 平成11年度の事業計画について

- (1) 日本体育学会第50回記念大会関係
- (2) 体育心理学専門分科会会報第11号（通巻第39号）の発行。

2) 平成10年度決算および平成11年度予算案について（別紙資料参照のこと）。

3) その他

- (1) 一般発表の申し込みにおける大会発表コードの見直しについて。
- (2) 会計報告において繰越額が多い。学会で講師など招待するのに配分したらどうか。
- (3) 学会発表期間中における口頭発表とポスター発表の重複について改善を要請。
- (4) 分科会会報について
 - (a) 一般発表の座長報告は必要か。
 - (b) 若手研究者に最近の研究動向について原稿依頼したらどうか。
 - (c) 学会発表時に、優秀研究に対して投票するなどして表彰するのはどうか。
 - (d) 分科会会報を発展させ、学術誌として会員からの論文を掲載したらどうか。

【資料1】

平成10年度決算報告（自 平成9年度総会 至 平成10年度総会）

○収支決算書

款		予算案	決算	差額
収入の部				
当期収入合計 (A)		720,000	771,816	51,816 △
前期繰越収支差額		952,150	952,150	0
収入合計 (B)		1,672,150	1,723,966	51,816 △
支出の部				
当期支出合計 (C)		1,050,000	806,114	243,886
次期繰越収支差額 (B)-(C)		622,150	917,852	295,702 △

△超過

○収入の部

款		予算案	決算	差額
・前年度繰越金		952,150	952,150	0
・年会費		600,000	642,000	42,000 △
・シンポジストより返金		0	0	0
・郵便貯金（利息）		0	816	816 △
・体育学会専門分科会補助金		120,000	129,000	9,000 △
○収入合計 (B)		1,672,150	1,723,966	51,816 △

△増収

○支出の部

款	項目	予算案	決算	差額
・分科会会報関連費用	小計	450,000	430,750	19,250
	印刷費		252,000	
	郵送料		155,600	
	会報作成補助費		20,000	
	写真現像代		3,150	
・シンポジウム等関連経費	小計	200,000	200,000	0
	謝礼（特別寄稿）		25,000	
	謝礼（学会講師，会報原稿協力者）		110,000	
	シンポジウム打ち合わせ補助		35,000	
	専門分科会懇親会補助		30,000	
・ポスター発表負担金		100,000	0	100,000
・事務局事務費	小計	150,000	110,683	39,317
	文具，コピー，封筒印刷費等		22,753	
	発送業務・資料整理		87,930	
・通信費	会員・評議員連絡費，評議員選挙費	150,000	64,681	85,319
・当期支出合計 (C)		1,050,000	806,114	243,886
・予備費 (B)-(C)		622,150	917,852	295,702 △
○支出合計		1,672,150	1,723,966	51,816 △

△超過

平成11年度予算案（自 平成10年度総会 至 平成11年度総会）

○収入の部

款		前年度度決算	予算案	差額
・前年度繰越金		952,150	917,852	34,298
・年度会費		642,000	650,000 △	8,000
・郵便貯金（利息）		816	1	815
・体育学会専門分科会補助金		129,000	129,000	0
・当期収入合計(A)		771,816	779,001 △	7,185
○収入合計(B)		1,723,966	1,696,853	27,113

△増収

○支出の部

款	項目	前年度度決算	予算案	差額
・分科会会報関連費用	印刷費，郵送料，会報作成補助費等	430,750	450,000	19,250
・シンポジウム等関連経費	小計 謝礼（体育学会講師，会報原稿協力者等） 謝礼（第50回記念大会講師等） シンポジウム打ち合わせ補助等	200,000	250,000	50,000
・ポスター発表負担金		0	100,000	100,000
・事務局事務費	文具，印刷費，発送業務・資料整理費等	110,683	150,000	39,317
・通信費	会員・評議員連絡費等	64,681	150,000	85,319
・当期支出合計(C)		806,114	1,100,000	293,886
・予備費(B)-(C)		917,852	596,853	320,999
○支出合計		1,723,966	1,696,853	27,113

編集後記

会報11号（通巻39号）を会員の皆さまのお手許にお届けいたします。

本号の会報では、日本体育学会が50周年記念ということから、それを意識して特別寄稿を計画させていただきました。これまでの学会および専門分科会の活動を振り返っていただくのに相応しい先生方から原稿をいただいたり、歴代の分科会事務局の担当者から当時の様子を語っていただきました。

特別寄稿をはじめ、執筆いただきました先生方には感謝申し上げます。

東京大学駒場キャンパスで行われます記念大会では、専門分科会として、イブニングシンポや特別講演等を予定しておりますので、会員の皆さま多数の参加をお待ち申し上げます。

平成11年8月1日

日本体育学会体育心理学専門分科会会報 第11号（通巻39号）

発行 平成11年8月15日 発行（非売品）
発行責任者 中込四郎（代表）
発行所 日本体育学会体育心理学専門分科会事務局
〒305-8574 つくば市天王台1-1-1
筑波大学体育科学系 中込研究室内
TEL&FAX：0298-53-2686
印刷 前田印刷株式会社 筑波支店
〒305-0033 つくば市東新井14-3
TEL：0298-51-6911
