

日 本 体 育 学 会
体育心理学専門分科会会報

第 14 号 (通卷第 42 号)

体育心理学専門分科会

2002年 8 月発行

日本体育学会体育心理学専門分科会会則

- 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
 - (3) 監事 2名
- 第6条 本会の会長の任期は2年を原則とする。ただし、運営委員は留任を妨げない。
- 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、平成12年学会終了時から平成16年学会終了時の4年間、名古屋大学総合保健体育科学センター（〒464-8601 名古屋市千種区不老町、TEL:052-789-3952 FAX:052-789-3957）に置く。
- 平成12年10月9日施行。

体育心理学専門分科会の役員

任 期：平成13年4月1日～平成15年3月31日

会 長：徳永 幹雄

運営委員：1. 阿江 美恵子 7. 猪俣 公宏 13. 中込 四郎 19. 和田 尚
2. 荒木 雅信 8. 石井 源信 14. 岡沢 祥訓 20. 山本 勝昭
3. 調枝 孝治 9. 伊藤 政展 15. 佐久間 春夫 21. 山本 裕二
4. 藤田 厚 10. 伊藤 豊彦 16. 杉原 隆 22. 吉田 茂
5. 船越 正康 11. 近藤 充夫 17. 竹中 晃二 (ABC順, 敬称略)
6. 橋本 公雄 12. 工藤 孝幾 18. 徳永 幹雄

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 西田 保（名古屋大学）

名古屋大学が事務局を引き受けて2回目の会報をお届けします。何か斬新な企画をと思いましたが、昨今の多忙さに追われてしまい、落ち着く所はこれまでと同じような内容になってしまいました。会員の皆様のアイデアやご意見を事務局にお寄せ頂ければ幸いです。

さて、最近のニュースとして、平成14年6月28日に日本体育学会の法人化が正式に認可されました。今後は「社団法人日本体育学会」として様々な事業が活発に運営されていくことと思いますが、法人化のメリットを十分に機能して頂きたいと思います。

ご承知のように体育心理学専門分科会の運営委員は、専門分科会選出の評議員が兼任しています。しかしながら、今般の法人化に伴い現在の評議員は解散されることとなります。事務局としましては、これを契機に、体育心理学専門分科会の新しい組織づくりを考えてみてはどうかと、徳永会長と相談のうえ原案を考えました。組織改編の基本は、体育心理学専門分科会の活性化にあります。そのためには、これまでの事務局主導型の運営では限界があると判断し、委員会制度の導入を計画しています。学会大会委員会（学会大会時の専門分科会関連の企画立案）、企画委員会（専門分科会独自の企画：講演会、研究会など）、広報委員会（会報の発行：内容の検討、執筆者への依頼、印刷業務）、庶務・会計委員会を考えています。今後は、今年の体育学会（埼玉大学）での総会までに組織改編の原案を運営委員の先生方の意見を取り入れながら作成し、これに伴う専門分科会の会則改正とあわせて総会で審議する予定です。従いまして、会員の皆様の総会へのご出席方をよろしくお願い申し上げます。

最後に、本会報の発刊にあたりましては、多数の方々にご協力を賜りました。ここに厚く御礼申し上げます。また、会員の皆様には、今後とも専門分科会活動に積極的にご協力頂きますよう事務局一同よろしくお願い申し上げます。

平成14年7月27日

目 次

はじめに	西田 保 (名古屋大学)	i
目次		iii
I. 巻頭言	徳永幹雄 (第一福祉大学)	3
II. 特別寄稿		
変革期の「体育心理学」に思う	船越正康 (大阪教育大学)	7
III. 日本体育学会第52回大会関連		
1. キーノートレクチャー		13
テーマ：体育・スポーツにおける心理尺度開発の動向と展望		
司 会：西田 保 (名古屋大学)		
演 者：徳永幹雄 (九州大学 (発表時), 第一福祉大学 (現在))		
発表抄録		13
演者報告		15
キーノートレクチャー傍聴記		16
磯貝浩久 (九州工業大学)		16
森 司朗 (東京学芸大学)		17
2. シンポジウム		18
テーマ：体育授業における体育心理学の役割 ～からだと心の教育を考える～		
司 会：和田 尚 (京都教育大学)		
演 者：鈴木 壮 (岐阜大学), 賀川昌明 (鳴門教育大学), 岡出美則 (筑波大学)		
発表抄録		18
司会報告		25
シンポジウム傍聴記		26
奥田援史 (滋賀大学)		26
安永 円 (中京大学大学院)		27
近藤明彦 (慶應義塾大学)		28
3. 一般研究発表		30
口頭発表 (座長報告)		30
養内 豊 (北星学園大学)	吉村 功 (北海道教育大学函館校)	
山本裕二 (名古屋大学)	田中雅人 (愛媛大学)	
ポスター発表 (発表記と傍聴記)		36
長瀬匡彦 (順天堂大学)	山本さつき (九州大学大学院)	
東山明子 (滋賀県立大学)	三谷有子 (奈良女子大学大学院)	
杉山哲司 (日本女子大学)	村井 剛 (中京大学大学院)	
荒井弘和 (早稲田大学大学院)	麓 信義 (弘前大学)	
4. 学会参加記		47
浦田 清 (函館工業高等専門学校)		47
佐川正人 (北海道教育大学札幌校)		48
IV. 研究会の活動報告・参加記		
第11回運動学習研究会 (JMLS2001) に参加して		
.....	門田浩二 (大阪大学大学院)	51
スポーツ・健康動作法セミナー	星野公夫 (順天堂大学)	52

第11回臨床スポーツ心理研究会	上向貫志（武蔵大学）	53
メンタルトレーニング・応用スポーツ心理学研究会	高妻容一（東海大学）	54
V. 日本体育学会第53回大会案内		
1. 日本体育学会第53回大会（埼玉大学）の内容案内		57
2. キーノートレクチャー1		58
テーマ：スポーツ選手のメンタルトレーニングにおける動作法		
司会：飯嶋正博（順天堂大学）		
演者：星野公夫（沖縄国際大学）		
3. キーノートレクチャー2		59
テーマ：リラクゼーショントレーニングがもたらす心理的変容		
司会：田嶋恭江（武庫川女子大学）		
演者：伊達萬里子（武庫川女子大学）		
4. シンポジウム		60
テーマ：体育授業における体育心理学の役割 - 運動学習の視点から教育を考える -		
司会：麓 信義（弘前大学）		
演者：関矢寛史（広島大学），阪田尚彦（岡山大学）		
コメンテーター：伊藤政展（上越教育大学），藤田昌一（さいたま市立原山小学校）， 樋上弘之（滋賀県立水口東高校）		
VI. 学位論文の紹介		
日本語版主観的運動体験尺度を用いた運動後の感情変化に関する研究	鍋谷 照（九州大学大学院）	65
スポーツにおける目標志向性に関する日米比較研究	磯貝浩久（九州工業大学）	68
高齢者の主観的幸福感に及ぼす長期的運動の影響	安永明智（九州大学非常勤講師）	70
一致タイミング課題におけるファジービジョン方略	朴 寅圭（筑波大学）	72
子どもの健康に果たす身体活動の役割	上地広昭（早稲田大学大学院）	74
VII. 研究室の紹介：研究室めぐり（9）		
福岡大学体育・スポーツ心理学実験室の今	山本勝昭	79
日本大学文理学部体育学科スポーツ心理学研究室	吉本俊明	81
VIII. 海外情報		
ブリスベンより	山内正毅（長崎大学）	85
2001年度・国際応用スポーツ心理学会（AAASP）に参加して	高妻容一（東海大学）	87
ACSMヘルスフィットネス・サミットに参加して	松本裕史・竹中晃二（早稲田大学）	89
IX. 事務局報告		
1. 平成13年度事業報告		93
2. 速報		95
3. 平成13年度決算および平成14年度予算案		96
編集後記		

1. 卷頭言

巻 頭 言

日本体育学会体育心理学専門分科会
会長 徳永幹雄（第一福祉大学）

平成14年3月現在で、体育心理学専門分科会の会員は640名です。日本体育学会の中では5番目に多い会員を有しています。それでも、日本体育学会の法人化にともない、これまで評議員22名、理事3名を選出していた本専門分科会は、総会に出席し、議決権を持つ代議員3名（全体で80名）だけの選出と縮小されます。そして、運営を担当する理事は代議員の互選による20名になりますので、理事を出せるかどうかはわかりません。さらに、一般会員は総会に出席する権利がなくなります。このような日本体育学会の理事、評議員の縮小化に伴い、体育心理学専門分科会の運営体制も再検討が迫られています。会報の発行にあたり、一言申し上げます。

1. 目立った動きに見えない事務局

体育心理学専門分科会の事務局は4年間を区切りにしてお世話頂いています。歴代の事務局の努力により、本専門分科会の特徴はポスター発表の導入と会報の発行ということでしょう。日本体育学会という全体の流れの中で、当然のことのように体育心理学専門分科会の企画が折り込まれますので、事務局としてはキーノートレクチャー、シンポジウムの企画をするのが中心的業務となります。会員にとっては、ごく当り前のことであり、例年の習わしということになり、事務局が頑張っているにも拘らず、目立った動きに見えない現状になっています。

2. 日本スポーツ心理学会との関係

会員のほぼ大半が日本スポーツ心理学会に所属しています。日本スポーツ心理学会は独自の学会のため、こちらは、企画や交流は活発にできます。ただ、会員の多くは発表内容によって二つの学会を使い分けている方は、非常に少ないのではないのでしょうか。以前に内容を精選しようとしたのですが、分類が難しく会員の申し込みに委ねているのが現状です。

3. 体育心理学専門分科会の仕事は何か

法人化に伴い専門分科会の運営体制は名古屋大学の西田先生をはじめとした事

務局で検討して頂いています。専門分科会独自の企画、広報が欲しいところです。たとえば、運営委員会を年数回、開催することにより、企案の発案、実行体制をつくり、分野別研究会の実施、体育心理学の著書の発刊なども良いのではないかと考えます。会員の皆様のご意見を事務局へお寄せください。

平成 14 年 7 月 31 日

II. 特別寄稿

特別寄稿

変革期の「体育心理学」に思う

船越正康（大阪教育大学）

1. 田舎者のスポーツ体験から

米・餅・小豆に味噌・蜂蜜、塩の効いた豚肉やら何やら、家から持ち出せるものは全て詰め込んで、トランクと石油缶を縛りつける。両手に合わせて160Kgを持つと気合いが入る。その出立ちで上野の駅に立った。柔道部の先輩が2人、ニコニコと出迎えてくれた。特急で40時間、北海道の山奥からの受験は一生に一度のこと。昭和32年当時、疎開先の母子家庭であれば浪人生活など考えようがない。落ちたら奉公に行く約束だった。「持つよ」「いいです。重いから」「何言ってるんだ」と引たくろうとしてトランクを落とす。「バランスがいいですから」とか何とか言いながら、これから世話になる先輩に持たせる代物ではない。腰をいれて持ち上げ「行先はどっちですか」と促した。それが始まりだった。

北海道の馬鹿力と紹介され、初対面の猪熊功（グランドスラマー、故人）に二間ほど投げ飛ばされた。「初めになめられたらいかんから渾身の背負いを掛けた」と笑っていた。後で思えば、柔道大学の教育学部に入った感がある。78.5kgの体重が60kgまで落ちる稽古の中で、一年次の骨折3回は馬鹿力が遠因だったような気がする。無事が名馬の条件なら駄馬に等しい。3年の3月31日、ライバルとの意地の張り合いから武者窓に激突、4度目の骨折では腸骨稜が吹飛んだ。レギュラーの座は夢と消え、焼酎を呷って吐血したり、思い入れが強

かっただけに今でいうバーナウトからドロップアウトの心境であった。

しかし、振り返って見れば、これらは全てスポーツカウンセラーとしてオリンピック選手のメンタルサポートに向かった時、理論を裏付ける体験的基礎になっていた。スポーツ障害の予防と対策、スポーツ適性研究、コンディショニング、個性理解に基づくコーチング、技能上達、運動不適應に関しては心理学的理論の援用が欠かせない。

2. 全人教育論への共感とともに

子供の頃から目の性が悪く、教室では最前列が指定席だった。眼鏡をかけるようになってからも、気の散らない居心地の良さを知って、教壇の間近に陣取る癖がついていた。苦虫を噛み潰した風情で前川峰雄教授（体育原理）の講義が続く。「体育とは、身体活動を通じての全人教育である。」の行を聴きながら「オヤ、体育も満更じゃないナ」と思う。言われてみれば、好きだから、楽しいから熱中していたが、人間が生きる原点にあるようなものだ。それにしても素晴らしいことを言っている割に、何でこんなに面白くない顔をしているのだろう。気になり出すと益ます気になるもので、表情の乏しい苦虫顔の印象が強く残ってしまった。

その頃、人の話は目を見て聴く習慣がついていた。けれども、見られる方が困るほど見つめていたらしく、同級生から窘められたりした。それかあら

ぬか講義の最終日に「僕の話を中心に聴いてくれた諸君、体育の現実とは定義のような綺麗なものではないよ。教育の現場に行けば分かるが、ブルーカラー扱いだからね」と頷いている。いつになく柔らかな顔で…。

夜間定時制高校での教諭経験9年、指摘された理念と現実のギャップを痛感しながら大学院に通う中で、戦前に教授が残した著書に触れる機会があった。その時、苦虫の顔が彷彿と浮かび上がる。体操科から体錬科への移行期は、戦争に必要な精神・身体錬成論が時流であった。その中に一連の論述がある。戦後になって民主体育の啓発に進むとき、自らの主張のギャップに苦悩する時期があったであろう。ふっと見せた柔らかな顔と心を平和な世にどこまで受け継いでいけるのか、言論の府に生きる身となって肝に銘じる気持ちが強い。

3. 「学」における方法論の重要性

稚拙な卒論が、縁あって「勝負の世界」(田中秀雄, 1962)に紹介された。今になって見ると戦後の柔道復活期、警察に伍して学生柔道が抬頭した時代である。内田クレベリン精神検査(UK法)を通じてトップレベルにある学生選手を位置づける、精神的側面からみたスポーツ適性研究の走りであった。「学問は方法論が肝心だね。パーソナリティ研究に興味を持つ人が多いけれども、主観を排除して客観化する、科学的態度を大切にしないとね。」卒論発表会終了後、口調は優しいが鈴木清・体育心理学主任教授の講評が胸に突き刺さる。

UK法は数字を扱いながら英名表記が示す通り、心理診断(Psycho-diagnostic)である。心理的エネルギー水準を示す作業量区分や職業適性なり社会的適応を見る定型-非定型の分類作業は、比較的

簡単に修得できる。5人の面接官が最高得点を与えた入試判定に対して、社会的適応異常を見分けて不可としたことがある。若冠22歳の報告に50代の現役教官の経験を無視するのかと詰問されたが、内田勇三郎博士が目を通して「間違いありませんね。でもいいじゃないですか。入学させてみれば分かりますよ」で落着。1年後、横領事件を起こして退学した学生の曲線は、誰が判定しても間違いのない非定型のP曲線であった。

判定には熟練の壁があって、誰にでも分かる範囲は分かるが、熟練者が見ても分からないものは分からない。人間にはまだまだ分からないところがあるから、これは仕方のないことなのであろう。しかし、「神ならぬ人間が人間を裁くに等しい」と喝破する、いわゆる心理テスト批判は何時頃からあったのであろうか。千葉県にいた昭和40年代には中学校の指導要録に知能検査や性格テストの表記があって、定時制生徒の指導に役立った。大阪では教育委員会が軒並み拒絶反応を示し、教え子がUK法を使うとお目玉を頂戴した。国立大学の自由が救ってくれたのか、一付属小学校が全校生徒の個性理解とクラス指導に採用して29年、年1度の心理テストを経験した卒業生の記録が四半世紀分になる。科研費がついたので定年までに報告するのが楽しみである。

学における方法論の重要性は言を俟たない。体育学会設立準備の最中に体育学独自の研究対象と方法を特定するよう要請されて、先達が苦勞したと聞く。最終的に関連諸科学の方法論を援用して、身体活動を通じて変化・変容する人間研究が中核に据えられた。これは、総合科学への志向性が体育学会発足の時に芽生えていたことを示すものであろう。学会の発展は日進月歩。5分科会から13分

科会に分化した7000人に近い研究集団の中で、体育心理学専門分科会からスポーツ心理学会が独立した。日本心理学会は一時、22部門に細分化して研究発表が行われた。分化の行きつく処は再構成して統合が図られる。体育学会も体育心理学専門分科会も科学の発達法則の中で随分前から過渡期を迎えていたのではないだろうか。

4. 「役に立つ心理学」の視点から

学会設立25周年の総括に、体育心理学は理論的・実験的研究に終始し、現場の用に応えていないという批判があった。悠に四半世紀前の話であるが、役に立つ心理学(「スポーツと催眠」:長田一臣, 1970)を標榜して理論の実践に踏み出したスポーツ心理学は、競技界の期待に応えつつある。2000年にはスポーツ・メンタルトレーニング指導士の学会認定資格制度が機能し始め、55名の指導士(補)とともにメンタルサポートの質の高さも確保される段階に入った。国際的動向と呼応して、実践心理学への傾斜は一層拍車がかかるであろう。

体育心理学はどうであろうか。教育現場では数知れないほどの研究発表が量産されている。体育指導の助言者として参画する方も多いであろうが、教師の熱意と費やされる努力に比例した成果は必ずしも上がっていない。子どもの行動を体育心理学の視点から理解すべき課題が足許に転がっている。しかし、実践あつての教育現場に消化不良の理論やデータ収集が優先する研究手法を持ち込まれては、迷惑がられても仕方がない。折角の発表も統制群の設定ができず、統計的思考が不徹底であったり、臨床的思考の必要な発表は主観に流され、原理や法則の敷衍まで進まない。スポーツ現場の葛藤にスポーツ研究者が応える形で始まった「役に

立つ心理学」と同様に、体育心理学者が体育科教育なり学校教育に責任を果たす取り組みが要求されているのではなかろうか。昨年度のシンポジウム「体育の授業における体育心理学の役割」が、発展の契機になることを祈念したい。

それにつけても、世は改革の嵐が吹き荒れている。渦中にあるにもかかわらず、教育界はのんびりしたものである。否、気付いた一部の層が躍起になっているだけで、他人事のように思っている人が多い。どこぞの大学は疾く改革されて教育学部がなくなった。定員削減と予算基準の変更、省令定員枠の解除は、全ての国立大学が独立行政法人化へ向かうための下達布石である。自主的再編のできない組織に対しては新たな定割がきて、二進も三進もいなくなる。私学を含めて定員枠が締めつけられる中での研究体制は、教育理念に並行して大学経営の実利を問う姿勢が厳しくなるであろう。

総合学習や週休2日制実施の背景理由を考えれば、トップサーティ論のみで教育の将来を語るわけにはいかない。余裕や癒しの問題を注視する場合にも、教育関係者の中でも体育研究者は自分達の研究成果を再構築して、人間の生活における身体活動の意義を主張しなければなるまい。そのとき、体育心理学者は、心身相関論・スポーツ文化論・生涯教育論の中に、今までに明らかにした知見を明確に位置づけることができる。変革期であればこそ研究の継続性を疎かにしてはならないであろう。洗練された方法論を駆使して基礎的研究を充実する。その上で教育現場の用に応える体育心理学研究を進めるとともに、社会的責任を果たす研究者の姿勢を整えておきたいものである。

III. 日本体育学会第52回大会関連



北海道大学正門前

キーノートレクチャー

発表抄録

体育・スポーツにおける心理尺度開発の動向と展望

司会：西田 保（名古屋大学）

演者：徳永幹雄（九州大学（発表時），第一福祉大学（現在））

運動・スポーツや健康についての様々な行動を予測しようとする時、われわれは人びとの心の状態を診断・評価することによってそれを可能にすることができる。古くは手計算による態度尺度の作成から始まり、近年のコンピューターの発展により、多様な尺度が開発されるようになった。本レクチャーでは、わが国の体育・スポーツにおける心理尺度について「スポーツ心理学研究」第1巻(1974)、日本スポーツ心理学会第14回大会抄録集(1987)及び「体育学研究」第17巻第1号(1973)以降の文献を検索し、その動向と展望を考察する。

1. 心理尺度開発の動向

1) わが国における心理尺度

(1) 体育・スポーツに対する態度尺度

スポーツに対する態度研究は、古賀(1934)の競技に対する態度を皮切りにその後、杉本、石井らに引き継がれている。新たにスポーツ活動、勝敗、スポーツマンシップ、ランニング、持久走、身体活動などに対する態度が、石井ら、徳永ら、和田ら、増田らによって開発されている。

次に体育授業に対する態度は徳永(1965)に始まり、小林の態度測定による授業診断へと発展した。また、体育授業の楽しさに関して、千駄ら、賀川ら、

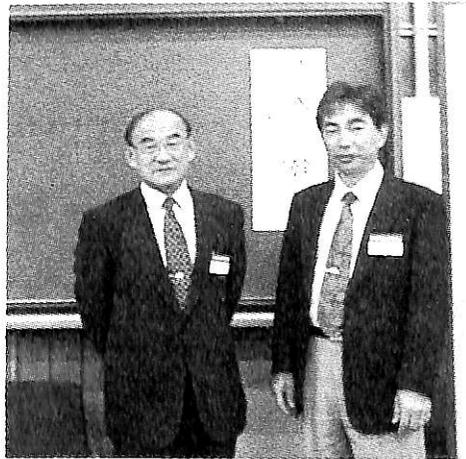
徳永らが開発している。

さらに、動機づけについては西田の学習意欲や伊藤、細田ら、磯貝らの目標志向性、金崎のコミットメント、磯貝らの社会的体格不安などの尺度が開発されている。

集団凝集性については1960年代の丹羽らの一連の研究が注目に値する。

(2) スポーツ選手のための尺度

スポーツ選手の心理的スキルについて、徳永ら



徳永幹雄氏（左）と西田 保氏（右）

のDIPCA, 橋本らの不安尺度, 日体協のTSMIやPCI, 吉沢らのSMI, 杉山の競技社会的スキル, 杉原らのT-TAIS, 西田のMTGなどが開発されている。

(3) 近年の傾向

近年では, 橋本ら, 荒井らの運動後の感情尺度, 佐々木, 岡ら, 渋谷, 加藤らのストレス, 土屋らのソーシャルサポート, 岸らのバーンアウト, 高見らのスポーツマン同一性, 松尾ら, 森らの自己効力感や有能感, 大場の競技引退観, 村上らのスポーツ選手のメンタルヘルスなどの多様な尺度が開発されている。また, 運動・スポーツ実施者においてもメンタルヘルスやライフスキルを考慮した指導・実践が重要であることが認識され, 橋本ら, 吉田らの尺度が試みられている。

2) 外国語版心理尺度

米国のAndrew C. Ostrowは「Directory of Psychological Test in the Sport and Exercise Sciences (Second Edition, 1996)」の中で1965から1995年までの45のジャーナルから314編の尺度を20項目に分類して紹介している。

わが国では, 西田の達成動機(1988)及びゴルフの心理的スキル検査(1994), 橋本・徳永の特性不安尺度(1993), 徳永・橋本の心理的競技能力診断検査(1993)などが紹介されている。

2. 心理尺度の作成方法

心理尺度が備えるべき条件として, 次の精度が求められる。

1) 尺度項目の作成

まず, 何を測定するかという測定対象を明確化

する。そして, それを測定する項目は先行研究, 自由記述, 面接などにより収集する。予備データを収集し, 統計的分析(反応分析の検討, GP分析, IT相関分析, 因子分析など)により項目を決定する。

2) 信頼性の検討

本調査を実施することにより, 信頼性について再テスト法, 折半法, α 係数などを算出し, 信頼性を検証しなければならない。

3) 妥当性の検討

作成された尺度が測定しようとしているものを, 実際に測っているかどうか検証することが必要である。そのために基準関連妥当性, 内容的妥当性, 構成概念妥当性を検証しなければならない。

3. 心理尺度開発の展望

1) 期待される尺度の開発

運動・スポーツの実施者や指導者が目的に応じて簡便に利用できる尺度(短縮版など)を開発すること, 海外で開発された尺度について, 妥当性等検証し, 日本語版尺度として普及することなどが期待される。

2) 心理検査の倫理上の問題

心理尺度の開発や発行並びに普及に関与する者は, 人権の尊重・個人情報の保護を基本理念として発行, 普及, 研修, 個人情報の保護などについて倫理上の問題を守らなければならない。

【要約】

体育・スポーツにおける心理尺度について(1)わが国の1973年以降の動向を概観し, (2)心理尺度の作成方法, (3)今後の展望について考察した。

キーノートレクチャー演者報告

徳永幹雄（第一福祉大学）

名大の西田 保先生からキーノート・レクチャーの依頼を受け、光栄と思ったまでは良かったが、いざ、作業を始めてみると、これもこれもと追加作業が増えた。当初はわが国の体育・スポーツに関連する心理尺度をできるだけ古くまで、さかのぼってチェックしてみたいと思っていた。しかし、「日本スポーツ心理学研究」の第1巻が発行された1974年（昭和49年）からと決め、「体育学研究」もそれに合わせてチェックすることになった。私だけではとても無理だと思い九大の博士後期課程の磯貝浩久、上田真寿美、鍋谷 照、大場ゆかり、安永明智、村上貴聡の6名に手伝って貰った。

さて、本番では尺度を紹介するだけでは「退屈で仕方がない」だろうと思って、僧越ながら体験談などを折りまぜさせて貰った。さぞ、退屈な90分だったのではないかと心配しています。しかし、資料収集については「大変だったでしょう」と労いの言葉を頂き、有難く思いました。その後、内容も含めて一冊の著書として紹介したいと思って作業を進めていますが、遅々として進みません。当日の紹介内容は以下のとおりです。

1. わが国の心理尺度開発の動向

1) スポーツ・身体活動に対する態度、2) 体育授業についての態度、3) 体育・運動・スポーツの楽しさ、4) 志向性、同一性、5) 意欲、動機、帰属、6) 不安、感情変化、7) ストレス、8) 自信、9) イメージ、10) 攻撃性、注意、11) スポーツ選手の心

理的スキル、12) 運動、スポーツ集団、13) 健康、生活習慣、についての尺度を紹介した。

2. 諸外国の心理尺度開発の動向

米国の Andrew C. Ostrow の「Directory of Psychological Test in the Sport and Exercise Sciences」に紹介されている314編の尺度をタイトル、作成者、出典などを翻訳して紹介した。

3. 心理尺度の作成法

心理尺度の作成法として、1) 測定目的、内容の明確化、2) 質問項目の選定及び質問紙の作成、3) 予備調査の実施、4) 予備調査結果の分析、5) 質問紙の再構成、6) 本調査の実施と結果の分析、7) 完成または標準化、について紹介した。

4. 心理尺度使用の倫理上の問題

5. 心理尺度開発の展望



徳永幹雄氏

キーノートレクチャー傍聴記

磯貝浩久（九州工業大学）

緑豊かな北海道大学のキャンパスにおいて、これまでに様々な心理尺度を作成してこられた徳永先生のレクチャーを興味深く拝聴させていただいた。講義は、わが国の心理尺度開発の動向、諸外国の心理尺度開発の動向、近年の心理尺度作成法、倫理問題、そして尺度開発の展望と多岐に渡り、また詳細な資料（71枚のOHP）を用いて展開された。特に、わが国で約30年の間に作成された心理尺度（配付資料では118尺度）をレビューされ、研究分野別に紹介されたことに、驚きを感じたのは私だけではないであろう。心理尺度の作成に関わる多くの有意義なお話のなかから、ここでは印象深かった3つの点についてふれてみたい。

第1に、先生は昔の埋もれている尺度に目を向ける必要性を強調された。このことは本講義で、先生が最も伝えたいメッセージだったような気がする。研究成果の積み重ねが重要な心理学においては、先人がどのような研究を行い尺度が作成されてきたのかを調べた上で、新たに尺度を作成する必要があるならば、その理由を明確にして研究に取りかかることが重要なのだと再認識することができた。例えば、わが国でスポーツに対する態度尺度は既に17ある。態度研究や尺度に興味を持った場合、まずはこれらの先行研究にあたってみるのが大切になるのだろう。

第2に、先生は何のために研究するのかに関して、現場に役立つという観点を強調され、その一つ

の方法として、心理面を評価できる道具を開発することの重要性を指摘された。さらに、尺度は自己満足に終わるのでなく、他の人に使って貰えるようにすることが大切であると述べられた。日頃から現場を強く意識して研究されてこられた、先生らしいお言葉だったように思う。心理学的な概念や尺度の提示にとどまらず、対象者へフィードバックを早くする工夫など、研究成果を現場に還元するための配慮が重要になると実感した。

第3に、先生は心理尺度の作成に関して、妥当性・信頼性を厳密に検討する必要性を強調された。そのことに関係するが、近年の欧米の研究雑誌には、他の研究者が作成した心理尺度の構造を検証的因子分析などを用いて再検討するといった研究が多数みられる。作成者にとっては余計なお世話という気もするが、心理尺度に厳密さが求められていることの表れと理解できる。日本でも近い将来に、このような研究が行われるかもしれないと感じた。

最後に、本講義はまずは質問項目を作り、データを集め、それを因子分析してといった我々の安易な研究スタンスに対して、「温故知新」という諺の重みを実感させてくれるものだった。また徳永先生から、今回取り上げられた心理尺度を整理され、本にまとめられるとお伺いした。出版を楽しみにしたい。

キーノートレクチャー傍聴記

森 司朗（東京学芸大学）

レクチャーの前に司会の西田先生から、これまでの徳永先生のご業績なり人なりのご紹介の後、徳永先生より40年間にわたる先生のこれまでの研究生活の思い出などを交えながら、「体育・スポーツにおける心理尺度開発の動向と展望」について5つの観点からのレクチャーをしていただいた。

先生は、昭和36年九州大学に赴任された。当初は子ども達の心と身体の発達やリハビリテーションにおける運動療法の効果というテーマからご研究が始まり、その後、体育を通して日常の運動を増やしてもらうにはどうしたらいいかという問題点から体育授業における態度変容のご研究をはじめたことが、心理尺度の研究に入っていききっかけだったというお話だった。

レクチャーの最初に、国内の心理尺度の動向に関して、先生がこれまで体育学研究、スポーツ心理学研究などをから心理尺度に関する研究を整理され、13の内容に分けてご説明があり、これらの動向を概観した結果、日本でも体育・スポーツにおける心理尺度の数はかなりあるが、その尺度の信頼性、妥当性の問題や、競技特有の尺度は日本独自のものは少ないことなどをご指摘されていた。

先生は、この中で、40代の後半、「自分は何のために、体育教師になったのか。自分は何をするために大学の教員になったのか。」という問題意識で、

現場に役立つ研究、選手に使える道具の開発という視点から、選手強化として役立つ心理的競技能力検査(DIPCA)を作成されたという話をされた。先生のご講演を聴きながら、「研究は何のために行うのか、研究することがどのような意味をもってくるのか」という、ある意味では、研究の哲学的なことが、前提にあつてこそ、大きな一歩が始まるのではないかと再認識した。

諸外国の動向については、Ostrow, A.C.(1996)の著作をもとにご説明があり、種目ごとの尺度が多く開発されている点、特性と状況を測る尺度を使用している点、いろいろな結果を基に、新しい尺度が作成されている点などのご報告があった。

さらに、今後我々が尺度を作成していく上での心理尺度の作成に関する基本的な考え方や倫理上の問題点、質問紙を含めたレビューの必要性、心理尺度開発の展望についてレクチャーをしていただき、幕を閉じた。

本日のレクチャーは、これまで行われてきた心理尺度の位置づけや考え方、今後の方向性について、これまでに心理尺度を作成を試みたことがある小生にとって、大いなる反省と今後の展望を含め、自分の考えを再度問い返す意味でも有意義な時間であった。

シンポジウム

発表抄録

体育授業における体育心理学の役割 ～からだと心の教育を考える～

司会：和田 尚（京都教育大学）

テーマ設定の主旨

来年度からの新指導要領の導入に向け、他教科と同様体育科でも議論が活発に展開されている。その中で注目されるのは、教育課程審議会の答申で改善の特徴として示された「心とからだを一体としてとらえて健全な成長を促す・・・」という内容である。心身一元論の立場から体育を位置づけたこの表記内容は、体育心理学における基本的問題であり、心とからだに関する教育・研究の再考を促すものである。またそれを実現するために具体的に提示された「体ほぐし」に関連して示された仲間との交流も、人間関係の欠如が指摘されている子どもの重要な問題として注目される。仲間との関わり合いは、集団的活動としての体育授業を考えるうえで今後のポイントになるであろう。

「心の教育」は中央教育審議会の答申（H.10.6）でも強調され、現在抱えるさまざまな子供の問題の解決を図るとともに、確かな子どもの成長を意図してまとめられている。心の教育は学校教育においては主として道徳教育、総合的な学習の中で考えられることが多く、現にこの問題に関する書籍、雑誌、論文などをみても、そうした領域との関連で論議されているものがほとんどである。

しかし、からだと心を一体としてとらえ、その教育について論じる試みは十分なされていない。

本テーマによる議論は、体育の独自性を発揮し、その有用性を確固とするためにも不可欠な議論として位置づけられよう。

昨今の体育・スポーツに関する心理学的研究は、競技スポーツと健康のためのスポーツを対象としたものに関心が集まっているといえる。この傾向は社会的要請や背景を考えると当然のこととして受け止めることができ、この種の研究は今後さらに質量ともに増大するであろう。

一方で学校体育、特に体育授業に焦点を当て、その実践への心理学的アプローチは極めて少ないのが実状である。実践のための基礎的研究を標榜する研究においても、成果を授業実践に活用・応用し



和田 尚氏

ている研究は少ない、特にこころの教育に関しての議論は少ないといえる。この傾向は、筆者らが25回記念大会の課題研究で分析した報告（体育の科学、25(12)、1975）でも指摘したが、その時以上に強まっていると思われる。教員養成学部で体育心理学の講義を担当する立場からも、より現場に密着した研究や理論が求められているのではないだろうか。

その種の研究が少ないのはなぜであろうか。現場での研究がしにくい、研究として形にしにくい、方法論的にむずかしい、関心がうすいなどその理由はさまざまであろう。しかし、体育授業を視野に入れた実践的研究は、体育心理学研究の一つの柱として、今後さらに遂行され成果を収めることが必要であると、多くの者が望んでいると思われる。

こうした背景と実態をふまえ、来年度から新指導要領が導入されるという機会に、体育心理学専門分科会としてもからだと心の教育を体育授業との関連で是非討議しておくべきであると考え、本テーマを設定した。さらに新世紀という区切りの大会に、体育心理学の役割を体育授業と関連づけて考えることの意義も併せて考慮した。

シンポジウムの内容

当日発表いただく演者とテーマは次のとおりである。

鈴木 壮（岐阜大学）

・臨床心理学からみた“心、からだ、体育”

賀川昌明（鳴門教育大学）

・現状分析と今後の体育心理学に期待すること

岡出美則（筑波大学）

・仲間づくりという観点からみた体育の授業の可

能性と現状の抱える課題

臨床心理士として、学校カウンセラーにも携わっておられる鈴木氏には、臨床心理学的視点から心とからだについて、身体活動の心理治療的意味を明らかにするとともに、体育授業での心とからだの教育の可能性について提言していただく。

学校現場の経験もあり、以前雑誌「学校体育」の編集委員を勤められ、常に授業実践を頭に入れ研究に取り組んでこられた賀川氏には、研究会での子どものからだと心に関する実態を指摘していただいたうえで、これまでなされてきた本テーマに関係のある研究を分析していただく。さらに、今後への期待と研究のあり方について提言をいただく。

体育科教育学専門分科会において幅広くご活躍で、社会学習の世界的動向にも詳しい岡出氏には、関連のある海外のモデルの紹介をとおして、体育の授業における仲間づくりに関して、その可能性と課題について提言いただく。さらに、体育心理学への期待についても触れていただく予定である。

三氏の提言をもとに、本シンポジウムでは体育授業において「からだと心の教育」はどこまで可能なのか、さらに、どのようにすればそれを実現できるのか、研究上の方法論はいかにあるべきかなどについて考える場にできればと願っている。心の教育論には実践論が欠けているという指摘がなされることがあるが、当日は机上の空論に留まらず、実践研究への足がかりとなるような実践論が展開されることを期待している。

体育授業における体育心理学の役割は、本サブテーマ以外にも多くある。今後も引き続いて本メインテーマが継続され、シンポジウムが企画されることを希望する次第である。

臨床心理学から見た“心，からだ，体育”

鈴木 壮（岐阜大学）

1. スポーツや身体運動の心理治療的な意味

スポーツの場がカウンセリングの場と同様の働きをすることを示唆している研究者がいる（たとえば、Malkin, 1977; Sacks, 1979）。競技場やルールという制限のなかで、つまり守られた空間のなかで、スポーツをする人の内面にあるもの（感情）が表出され、それが治療的な働きをする、というのである。カウンセリング（心理療法）においては、面接室という守られた空間のなかで、クライアントの内面にあるものが表出され、それを共感的に受け取るカウンセラーとの関係のなかで治療が行われる。スポーツはそのことと同様のことが行われる場であるというのである。そのとき、指導者が治舞者（カウンセラー）の役割を担うことになる。スポーツという身体運動を行う場のなかで、スポーツをする人たちによって内面にあるものが表出されるのを指導者（治療者）が受け止める、という関係のなかでスポーツをする人たちの自己成熟過程が促進されるのである。

ところで、身体を動かすことは「自分自身が思わぬところであらわになる体験」（中島, 1996）でもある。人の動きを観察していると、歩き方、走り方などに個性があることがわかるであろう。また、体育その他で人が身体運動をしているところを見ると、その動きにその人の内面にあるものが表されているのに気づくことが多い。このように身体を動かすことはその人の内面にあるものを表出させやすくするようである。

また、心理治療の方法としてプレイセラピー（遊戯療法）というものがある。主に子供の治療法として大人の言語に代わる遊び（プレイ）を用いて、その中で感情を自由に表現することによって治療がなされるのである。また、心理治療の方法として運動療法あるいはスポーツセラピーというものがある。いずれも治療の手段として身体を動かすことが用いられている。それらは、身体を動かすことによって表出される内面にあるものを共感的に受け止める治療者のもとで行われると、自己成熟過程が促進される、ということを示している。

以上のように、スポーツや身体運動は適切な枠（守り）があるなかで、自分の内面にあるものを自由に表現できるという意味で、治療的であると考えられる。つまり、自己成熟過程を促進する可能性



鈴木 壮氏

があるのである。そして、そこには表現されたものを受け取る人の存在が不可欠である。

また、内面にあるものが表出されやすいのがスポーツや身体運動の場であるとすれば、そこは活動する人たちの感情がぶつかりあう場面ともなってくる。そのような場では、お互いにお互いの感情に気づいたり、調整したりできる場ともなることが考えられる。従って、スポーツや身体運動が行われる場は貴重な人間関係のトレーニングの場ともなりうるのである。

2. 心理治療的な意味と体育

体育の授業の中でスポーツや身体運動をどれだけ治療的にすることができるだろうか。カウンセリング場面では、クライアントの内面(感情)の表

出を可能にするために、「自由にして保護された空間」が必須である。同時に、カウンセラー(治療者)の器量もまた非常に重要となっている。従って、体育の授業に治療的な意味合いを持たせるためには、体育館や運動場、そして授業中のルールなどの制限の中、つまり守られた空間の中で、生徒の自由な表現を保障できなければならない。また、守られた空間の中で生徒によって自由に表現されたものを、体育教師が受容できる器量があること、つまり彼らが身体で表現するものを心を開いて受け止めることができなければならない。従って、体育教師がそれ相応の訓練を受ける必要があるかもしれない。たとえば、体育教師自身の身体感受性を高める、身体で表現されたものを感じ取る力を育てる等の訓練を受けた方がいいかもしれない。

現状分析と今後の体育心理学に期待すること

賀川昌明(鳴門教育大学)

1. 現代の子どものからだと心

中央教育審議会の第一次答申では、現代の子どものたちの生活の現状を「ゆとりのない生活」とし、そこから生じた問題点として、「社会性の不足や倫理観の欠如」「自立の遅れ」「肥満傾向や視力低下」「体力・運動能力の低下」といった特徴を指摘している。また、受験戦争の過激化、いじめや不登校の問題、学校外での社会体験の不足などが、豊かな人間性をはぐくむ上で障害要因となっているとした。

また、筆者が関係する研究会において、体育授業の中で問題だと感じる「子どものからだと心」の状況について、自由記述によるアンケート調査と懇

談会形式による聞き取り調査を実施した。アンケート調査では35名の小・中学校教師からの回答が得られ、懇談会ではその結果を基にして大学教官を含む12名で話し合った。

その結果、概ね中央教育審議会の指摘と同様な状況が浮かび上がったが、その内容はより具体的になった。たとえば、からだの問題に関しては、屋外での運動遊びの機会が減ったため、全体的に体力低下の二極化現象が見られるとともに、基本的な身体操作能力が身に付いていないことも指摘された。また、心の問題に関しては、他人とのコミュニケーションが苦手な子が多く、ある特定の子ど

もたちとだけしか話せない子が多いこと、ストレスに耐えきれず突然切れたり、暴力を振るったりする子が増えていることも報告された。さらに、忍耐力やねばり強さが無く、すぐに飽きてしまうとか、他人との協調性に欠け、自己中心的な子どもが多くなっていること等も指摘された。

これらのことから明らかなように、現代の教育における最大の課題は、病んでいる子どもたちの「からだと心」を解放し、いかにして健全なものとして育てていくかということである。そして、それを土台として、これからの厳しい社会生活をたくましく、豊かに生き抜いていく力を身につけさせなければならない。しかしながら、現代の子どもたちの生活体験は非常に乏しいものとなっている。特に身体活動に関わるものには、その傾向が著しい。そして、今までであれば当然身に付いていたと思われる身体操作能力や対人関係の処理能力、さらには自己の感情処理能力等が身につけていない。その結果、今までのように、体育授業において「鍛える」という発想だけでは対処しきれない状況が生まれている。対応の仕方によっては、健全なからだと心を育てるべき体育授業が、かえって子ども

たちの心に大きな負担をかけ、やがてそこから身体的不調を引き起こしかねない可能性すら孕んでいる。

2. 体育心理学分科会における体育授業関連発表演題目の全発表演題目に対する比率

こういった状況下、体育心理学分科会では、どのような対応がなされているのであろうか。その状況を把握するため、1986年から2000年までの過去15年間における体育心理学分科会における体育授業関連の発表演題目をリストアップした。また、それと対比する意味で、体育科教育分科会における心理学的課題に関連する発表演題目もピックアップし、両分科会における全発表演題目に対する比率を計算した。その結果、体育心理学分科会における体育授業関係の発表演題目は平均3.7%、体育科教育分科会における心理学関連の発表演題目は平均14.2%で、明らかに体育科教育分科会における心理学関係の発表演題目が多くなっている。このことは、体育心理学分科会における発表者の関心が体育授業以外の領域、すなわち、運動学習やスポーツ活動における心理学的課題に集中していることを示している。また、数少ない体育授業関係の発表も、学習者の心理的諸問題を測定する尺度開発や、その規定要因の分析など、どちらかという基礎的な研究の比重が大きいことが示された。



賀川昌明氏

3. 体育心理学への期待

現代の教育課題である「からだと心の教育」は、まさに体育授業に直結する問題であると言えよう。しかも、その課題は、体育心理学にとって、無視できないものである。ことに、今回改訂された学習指導要領の体育・保健体育科の目標で強調されている「心と体を一体としてとらえ」という考え方は、体育心理学にとって非常に興味深い観点である。しかしながら、理屈としては分かっているが、いざ

それを体育授業の中で実践しようとするとき、果たして我々はどれだけ有効な手段を提供しうるのであろうか。「からだほぐしの運動」を例に取ってみても、その具体的な取り扱い方と、その効果に関しては未知な部分が多い。

研究的な立場から見れば、物事を科学的にかつ理論的に説明することは重要なことである。しか

し、教育現場においては、理論よりも当面の課題解決に役立つ情報が求められている。教育あるいは体育・保健体育の授業における「からだと心の問題」にどう対処すればよいのか、また、どのような授業をすれば期待されるような効果が得られるのか、具体的で実践的な示唆が提示できるような研究成果の積み重ねが期待される。

仲間づくりという観点からみた体育授業の可能性と 現状の抱える課題

岡出美則（筑波大学）

1. 体育の授業で仲間づくりを進める前提条件

「体ほぐし」の導入を契機に展開されている、仲間づくりを意図した実践には次のような多様な認識がみられる。

- (1)あくまで運動学習が主であり、仲間づくりは二義的。
- (2)運動学習と仲間づくりを関連づける。
- (3)人間関係上のトラブルは即座に回避すべきもの。
- (4)体育の授業で培った人間関係は他の場面にも転移する。

他方で、仲間づくりは学活でやればよく、体育の授業でする必要がないとの指摘もみられる。

しかし、人間関係づくりを促すカリキュラムは、国際的に多様化している体育のカリキュラム構想の1つ、あるいはその1つの学習領域として明確に位置づけられている。

そこで以下では、ドイツの社会学習、アメリカの共同学習モデルとペア学習モデルを紹介することを通して、仲間づくりを意図した体育の授業づくりの可能性と問題点を検討したい。

2. ドイツにみる社会学習の提案

ドイツ語圏では行動様式や情緒的な反応の仕方、構えを意図的に組織した学習が社会学習とみなされている (Phüse, 1990, 22-23)。他方で、体育の授業の学習を運動学習に限定する人々からは、「結局何が学習されたのか？」との批判がしばしば示されてきた。

このような批判に答えるべく、例えば Cachay (1981, 376-78) は、次の4つの能力育成を求めた。

- (1)全メンバーの状態に感情移入できる能力
- (2)自分の欲求が満たされないことに対する寛容
- (3)ゲームの意義やルールの意義に関する知識等を前提としたゲーム構造の柔軟性を維持する能力
- (4)言語能力

彼 (Cachay, 1976, 300-306) はまた、自らの球技の実践で、次の手続きを取っている。

- (1)社会学習に関わる観察活動の組織化
- (2)関わりの実態を示す触球数調査の活用
- (3)作戦の有効性の理解促進
- (4)勝敗をめぐるトラブルの意図的組織化と達成観

の相対化

3. 共同学習の目的と社会学習の手続き論

共同学習は、(1)生徒間に学習成果の獲得をめざす共同関係を生み出すこと、(2)肯定的なグループの関係を生み出すように促していくこと、(3)生徒の自己評価を発達させること、(4)学習成果を主にすることを意図した学習モデルである (Metzler, 2000, 223)。また、その目的実現に向けては、(1)チームとして獲得する報酬、(2)個人としての説明責任並びに(3)成功に向けての機会均等の3点に関わる手続きが求められている (Metzler, 2000, 221)。

4. ペア学習モデルにみる社会学習の手続き論

ペア学習モデルは、チューター役を設定し、それを交互に演じることを求める学習モデルである。

このモデルでは、大部分の意志決定とリーダーシップは教師に委ねられ、チューターには学習指導過程のごく一部分が委ねられるに過ぎない (Metzler, 2000, 289)。そのため、この学習モデルの成果を期待するのであれば、良質のチューターを育てることが必要とされている。



岡出美則氏

5. 体育授業での仲間づくりの前提とその展開に向けて

これらの提案には、人との関わり方が学習の対象になるとの明確な認識や子どもたちの人間関係上のトラブルが克服の対象として明確に位置づけられている。しかも、体育の授業で実現可能なそれを追及する姿勢がみられる。さらに、これらの学習モデルには、仲間づくりに関わって行使されるストラテジーやそれを行使する前提条件が提案されている。例えば、次の点である。

- (1) 体育の授業の目標は、運動、認識、情意/社会といった複数の領域から構成される。
- (2) 仲間づくりは、社会的な能力獲得に向けての一定の学習を通して可能になる。
- (3) 仲間づくりの前提には、自己への気づき、他人への気づきが必要になる。
- (4) 課題は教師が設定するが、解決方法は生徒が中心に検討し、教師はその促進役を務める。
- (5) 一定期間、人間関係を固定する。
- (6) 体育の授業で培われた仲間づくりの能力が他の領域に無限定に転移するとは考えない。

しかし、我が国では、授業の意図に応じた多様な学習モデルという発想が体育関係者の一般的な共通認識になっていない。また、社会学習という学習領域の存在への意識も弱い。他方で、この種のアイデアが、教師の信念や授業をめぐる風説により拒否されたり、教師の能力により成果をあげないケースもみられる。逆に言えば、このような状況を越えていく、実現可能な見通しを提案していくことこそが必要になる。

その意味では、我が国でも、社会学習を促す学習モデルの提案やその成果の検証、さらには、その研究成果が実際の授業づくりに還元されていく手続きの確立が求められよう。

シンポジウム司会報告

和田 尚（京都教育大学）

今回のテーマ設定にあたっては次の2点が考慮に入れられた。一つは、平成14年度から小、中学校で導入される新指導要領の体育・保健体育科の目標で強調されている「心とからだを一体としてとらえ、健全な成長を促す…」という内容が体育心理学に密接に関わっていることである。

二つ目は、21世紀を迎えた節目の年に、教科としての体育の心理学的研究を考えなおすことの意義である。近年、競技スポーツや健康のためのスポーツに関する心理学的研究への関心が高まっている一方で、体育授業を対象とした体育心理学を見直すことが必要であると考えた。

演者とそのテーマは次の通りであった。

- ・鈴木 壮（岐阜大学）「臨床心理学からみた“心、からだ、体育”」
- ・賀川昌明（鳴門教育大学）「現状分析と今後の体育心理学に期待すること」
- ・岡出美則（筑波大学）「仲間づくりという観点から見た体育授業の可能性と現状の抱える課題」

鈴木先生は、理論的な背景を説明された後、身体運動の治療的な意味について、授業という守られた空間の中でスポーツをする人の内面にあるもの（感情）が表出され、それが治療的な働きをすることを指摘された。その考えに立って、体育を治療的な場にするためにはどのようにすればよいかについて提言された。また、教師自身の身体表現の感受性を高めることや授業のカンファレンス、スーパービジョンについても言及された。

賀川先生は、現場の体育教師からみた子どものからだと心の問題点と、それらに対するの保健体育の授業を通じての具体的な対応策についての実

際を示された。さらに今後の課題として、現場のニーズと研究課題とのズレをなくすために、現場の課題に対応した情報の提示を活発に行うべきであると提言された。ITを活用することの意義や、事例的研究に関して一層の評価の必要性についても指摘された。

岡出先生は、仲間づくりを意図した体育授業づくりの可能性を、ドイツの社会学習とアメリカの共同学習モデル、ペア学習モデルの紹介を通して説明された。具体的な例をあげながら、仲間づくりを促すためのスキルや手続き、学習過程の仕組み方について提案された後、今後体育授業づくりを考えるうえで、わが国における社会学習を促す学習モデルの提案やその成果の検証が求められていることを指摘された。

約一時間の質疑応答では、心とからだの一体化や、身体を動かすことの意味といった基本的な問題、教師の治療者としての訓練の可能性の問題、学習集団に関する研究のあり方など幅広く議論された。また今後の課題として、方法論と実践の一層の積み重ねや、両者のより密なジョイントの必要性も指摘された。

少し範囲を広げすぎたため討論の焦点が定まらにくかった点が反省材料であるが、体育授業における体育心理学の役割を考える契機になった有意義なシンポジウムであったと考えている。これを機会に、この種のテーマが引き続いて設定されることを期待したい。他分科会からの参加者も含め、多くの参会者により、盛会裏に終えることが出来たことに対し、お礼申し上げる次第である。

シンポジウムを傍聴して

奥田援史（滋賀大学教育学部）

「また軟弱なものが導入されまして」と、地域の「体ほぐし」研究会で、ある校長が冒頭の挨拶で言ったという。この話を友人の教諭より聞き、本シンポジウムをととても楽しみにして、北海道へ向かいました。

シンポジウムは、司会の和田先生より、初めに「こころの教育」をこころが反映した行動の教育と方向づけがなされて、3名の先生よりそれぞれ約20分程度の提案がありました。鈴木先生は、臨床心理学の立場から、スポーツの場がカウンセリングの場と同様の働きをする可能性があること、そしてそのためには体育教師自身が身体の感受性を高めることが必要であることなどについて話されました。次に、賀川先生から、子どものこころとからだの変化の現状報告と体育授業研究における心理学的な研究の発表数が少ないことについて話され、現場と研究との融合が必要であることを主張されました。賀川先生の資料をみて、体育授業と関連する心理学的研究が実に少ないことに驚きました。研究を矛に子どもを盾にしているようでは変化は期待できないようです。最後に、体育科教育学を専門とされている岡出先生から、仲間づくりの観点からみた体育授業の可能性という主旨で、社会学習をキーワードにして説明がありました。岡出先生の内容は体育心理学を専門とする多くの参加者には新鮮であったはずですが、その後の質疑応答では、大学教官だけでなく、小・中学校教員の方々からも質問がなされました。

シンポジウム終了後、直感的に傍聴記は書けないと思いました。直感ですので、そこには明確な理

由を探すことはできません。ただ、サブテーマの「からだところの教育」についての自分勝手な考え方が拡散したことが理由ではないかと思います。この時点で、本シンポジウムの効果が事前事後で有意差ありと報告できると思います。さて、まだ紙面はあり、この依頼を今さら事務局にお断りもできませんので、帰路の間、飛行機嫌いが発汗しながら考えたことを述べさせていただき、まとめとさせていただきます。

学校教育や地域教育の隠れたカリキュラムとして、子どものからだところの育ちが保障されてきた時代から、「体ほぐし」「仲間づくり」などの顕在的なカリキュラムを導入し、体育授業の場において子どもの治療（成長）を求める時代を迎えているようです。

このように時代を形容すると、「時代が変わっても変わらないものがある」と大声で言う人がいて、大人は「そうだ、そうだ」と納得しがちです。私もその一人でしょう。しかし、本当に時代不変のものがあるのでしょうか。ある発達心理学者は、最近の子どもの社会性の未発達に基準のズレに原因があると指摘します。なるほど、基準をずらせば、最近の子どもも十分に発達していることになります。子どものこころとからだの発達の基準を決めることから、スタートする必要があるようです。ところで、基準というものはあるのでしょうか。

飛行機が揺れ、発汗ピークのため、拡散思考に終止符を打ちました。機内での体ほぐしは発汗には効果的でないようですが、今後もこのようなテーマでのシンポジウムを個人的には希望いたします。

シンポジウム傍聴記

安永 円（中京大学大学院）

シンポジウムが行なわれる会場の入り口では、資料が配布されていましたが、用意された資料が行き渡らないほど大勢の来場者でした。開始直前に会場へ入った私も、一部の資料を手に入れることができず、休憩時間に隣の先生に見せて頂いたり、他の先生に譲って頂いたりといった状態でした。

シンポジウムは、京都教育大学の和田先生司会の下、3人の先生方が順に公演され、最後に質疑応答の時間が設けられました。はじめに、岐阜大学の鈴木先生がカウンセラーの立場からお話になり、続いて鳴門教育大学の賀川先生が中学校教諭の経験から、これからの研究をどのような形で進めていけば授業に貢献できるものになるのか提起されました。そして、筑波大学の岡出先生は、実際に小学校の体育の授業を通して行なった「共同学習モデル」を取り上げ、体育授業での仲間づくりを提案されました。

演者の先生方は、それぞれの立場からお話になりましたが、共通してテーマにされていたことは、「仲間との交流」について考える必要があるのではないか、ということでした。

鈴木先生は、スポーツの場がカウンセリングの場と同様の働きをするのではないかと、という考えを述べられました。その考えは、プレイセラピーをスポーツに置き換え、競技場やルールという制限の中、つまり守られた空間の中で、運動をする人の内面にある感情が表出され、それが治療的な働きをするというものでした。また、複数で行なう団体

スポーツは、貴重な人間関係のトレーニングにもなり得ることを示唆されました。鈴木先生が使われた「治療」ということばは、その人の成長を支援していくという意味を表しています。体育の授業の中で、教師が治療者の立場に立てるかが重要であると述べられました。また、賀川先生は、理論的な研究を授業の中で活かすには、より具体的な事例を示して欲しいと提案されました。これは、教育の現場で、先生方から様々な質問を受けた場合、こうすればいいというものやすぐに提示できないといった、ご自身の経験から出されたものでした。その点では、岡出先生の「共同学習モデル」への取り組みは、現場のニーズに応える具体的な事例の1つであったと思います。

質疑応答では、小学校で子どもたちと接している先生方からの質問が多くみられました。教育現場の生の声を聞かせて頂き、教師はその現場でどのように対応していけばよいのか？という課題を抱えながら、試行錯誤を繰り返されているのではないかと感じました。

この問題を解決していくためには、子どもたちを受け止める側の教師がトレーニングを行なえる「場」の確保と、研究室と現場を結ぶ実践研究の発展などが期待されているように感じました。

「仲間との交流」には、子どもや教師だけでなく、研究室と現場の交流も重要だと思います。これからの体育授業において体育心理学は、こういった交流を促進する役割を果たしていくべきではないでしょうか。

シンポジウム傍聴記

近藤明彦（慶應義塾大学）

体育心理分科会シンポジウムのテーマに筆者が特に注目していたのは、これまでの体育の授業がこのテーマに対して注意を払ってきたかどうかが問われているのではないかと感じていた点にある。なぜなら選択制となった大学の体育科目を担当するものとして、多くの学生が授業を履修しているが、本当に我々が教えなければならない学生は、体育もスポーツも嫌いで体育科目を履修しないといった者ではないかと考えてきたからである。これまでに体育指導者が体育・スポーツ嫌いを作ってきた過程が有るはずだし、それを解決する鍵がこのシンポジウムで得られるのではないかと期待が有ったからである。

最初に司会の和田尚先生は、平成14年度から実施が予定されている新指導要領にともない「心からだを一体としてとらえる」点が注目されているが、このことが十分議論されていないことを指摘した。そして、学校体育授業という空間あるいは集団における教育内容として、どのようにしたら心が反映した行為・行動を取り入れられるかを議論したいと提言され、これを受け、3人のシンポジストはそれぞれ次のような内容の提言をされた。

岐阜大学の鈴木先生は臨床心理学、特に深層心理的立場から、スポーツや身体運動の場での内的な感情の表出は、お互いの感情に気づいたり調整したりできる場になると指摘し、人間関係のトレーニングの場になるであろうと述べた。さらに、

ここで重要なのは指導者が心をひらいて、生徒が表現する内容を受け止めることが出来るかが大切であり、そのためには体育教師自身が自らの身体の感受性を高め、身体で表現されたものを感じ取る訓練が必要なのではないかと指摘された。

次に、鳴門教育大学の賀川先生は、体育授業において「鍛える」という発想だけでは問題に対処できないばかりか、健全なからだを心育てるべき体育授業が、かえって子供たちに大きな負担をかける可能性さえあると指摘したうえで、現状を詳しく分析された。まず現場教師からのアンケートとインタビューの結果を基に、心理的な課題は多彩なものであるが体育心理の専門家としては対応できない課題が有ると述べられた。さらに、体育心理分科会・体育教育分科会での体育授業関連の発表が少なく、今後は科学的・理論的に研究することは大事であるが、当面は課題解決に役立つ情報が求められており、具体的・実践的な示唆が提示できるような研究成果が期待されると提言された。

筑波大学の岡出先生は社会学習の観点から、仲間づくりについて、共同学習モデルとペア学習モデルの詳しい説明をなされた。そこでは、人と人との関わり方の基本等の獲得が目的とされ、通常のスポーツ場面に見られる個人中心あるいは競争といった要素を極力押さえるような工夫がなされている点が強調されていた。

これらの講演を聞いていて思い浮かべたのは、

大学の同僚と話をしてきたことである。「体育では人前でやりたくないものを無理やりやらされることがある」あるいは、「体育では弱者のことを考えていないのでは?」といった彼らの体育・スポーツに対する感想である。これまで、体育教育が「鍛える」「上手になる」といったことを課題の中心としていたことが様々な形で問題となっているのではと感じていたが、今回のシンポジウムでの各演者の話も、この点が強調されていたように感じられた。勝利志向性を持った課題は様々な教育的効果を持つと考えるが、その場において弱者に対してどのように対応するかについて体育教師

はまだまだ学ばなければならない点があるのではないだろうか。

岡出先生が指摘されるように学習課題を巧みに取り扱うとともに、鈴木先生の指摘のごとく教師自身がからだと心の関連を理解する能力を身に付けないかぎり、生徒に対してからだと心の教育を行うことは出来ないのではないかという感想を持った。体を動かすこと自体が教育的な効果を持つとのディスカッションの中での見解も有ったが、体育教師の配慮不足がスポーツ・体育嫌いを作っていたのでは、我々はまだまだ未熟であると感じざるをえないシンポジウムであった。



質問中の筒井清次郎氏



質問中の中込四郎氏



質疑応答中の話題提供者（左から岡出氏、賀川氏、鈴木氏）

一般研究発表

口頭発表（座長報告）

演題番号 035E21401 ～ 035E21403

座長：蓑内 豊（北星学園大学）

「アスリートの大学不適應の諸要因についての事例研究 -不適應を示す大学生の事例から-」

菊池直子（仙台大学）

「自己の身体に対する意識の変容 -第2報：中学生を対象として-」

遠藤俊郎（山梨大学）

「女らしさ・男らしさの認知について」

阿江美恵子（東京女子体育大学）

北海道の秋らしい気持ちの良い気候の中、日本体育学会第52回大会が北海道大学を中心会場として、9月25～27日の日程で開催された。大会初日の朝9時からのセッションにもかかわらず、気がつけば、教室の座席には座りきれないほどの聴衆が集まっていた。以下に、このセッションで行われた発表の内容や質疑、感想などを簡単にまとめる。

菊池氏の発表は、大学運動選手が不適應を起こす要因について、これまでの先行研究から環境要因と内的要因に分類し、各要因が不適應を生じる過程にどのように影響したのかを事例から検証したものであった。発表された事例では、想定された要因とよく対応しており、競技成績の向上と共に不適應の要因を誘発するという形で観察され、この過程で偏った信念や価値観が形成されることが分かった。また、現実にふさわしく修正することなく大学で競技生活を送る場合、これまでに形成された内的要因が、不適應の危険因子となって潜伏することなどが示唆された。

今回の発表では、1事例からの検証であったが、今後、事例数を増やし、このモデルについてさらに検討することや、この成果を踏まえて不適應の予防に活かすことなどが期待された。

遠藤氏らの発表は、前年の小学生を対象とした第1報に続き、中学生を対象とした自己の身体に対する意識について調査したものであった。ここでは、身体に対する満足度、自己体型評価、シルエット図による評価、身体に関する意識などの質問紙が用いられた。満足度では、男子の方が女子よりも高く、学年が進むにつれて満足度が低下していた。さらに、身体部位別にみると、学年の進行と共に女子の満足度の低下が確認された。体型評価に関しても、同様に、特に女子で学年が進むにつれて評価



蓑内 豊氏

が低下していることが認められた。

この研究の特徴として、青年期より前の男女を対象にしていることがあげられるが、今後、高校生以降の青年期や中高年をも対象とすることによって、我々の身体に対する意識が成長から老化の過程でどのように変化するのかについて、明らかにされるよう期待したい。また、瘦身願望を煽るような社会情報が、このような身体意識に反映するのかについても関心がある問題である。

阿江氏らの発表は、Bem(1974)が考案した Bem Sex Role Inventory (BSRI)の日本語版60項目を女子体育大学生を対象に調査したのものである。この尺度は、男性性、女性性、中性性の各20項目ずつから構成されており、行動の特徴や形容詞的表現に対し、5段階で評価するものであった。そして、所属運動部で表現系と競技系に分類し、男性性得点および女性性得点を比較している。その結果、女性性得点では表現系の方が高く、男性性得点では競技系の方が高いことや、表現系運動部員の方が一般女性の特徴に近いことなどが分かった。



阿江美恵子氏

用いられた尺度は、27年前に作成されたものの日本語版であったが、この間に社会的環境がかなり変化してきたことや、属している社会によって性役割が異なることから、尺度の項目を検討することが考えられた。そして、この女性性や男性性の発達的变化にも関心が寄せられた。

演題番号 035E21404 ~ 035E21406

座長：吉村 功（北海道教育大学函館校）

「ストレス低減を図るリラクゼーショントレーニングにおける効果の検証」

伊達萬里子（武庫川女子大学）

「教員養成系大学学部生における自尊感情の分析 - 一般的自己効力感・運動有能感・体育授業に対する態度との関連 -」

賀川昌明（鳴門教育大学）

「運動の継続化モデルの構築に関する研究」

橋本公雄（九州大学健康科学センター）

伊達氏の研究は、日常的に運動経験の少ない女子大学生70名を対象に、呼吸法を基盤としたリラクゼーショントレーニングの効果を、腋下温、心拍数、 α 波、およびストレス度 (JSACL) によって検

討したものである。その結果、いずれにおいてもトレーニング後に有意な差が示され、トレーニングの効果が示された。特にJSACLについては、事前調査で問題とされたストレス因子と覚醒因子がト

トレーニング後に有意な低減を示しており、本トレーニングの効果が検証されたものと思われる。健康状態については、事前調査で便秘、生理痛、アレルギーなどの点で良好とは言えないとされていたが、トレーニングによってこれらがどう変化したのかについても検討されるとよいのではないかと感じた。また、トレーニング前に、個人の性格や形態（身長・体重・BMI）なども測定されているが、これらが本研究とどのように関わっているのかということに対する疑問を感じた。

賀川氏の研究は、大学生の自尊感情と体育授業との関りを明らかにするために、自尊感情と各種要因（一般的自己効力感、運動有能感、体育授業の楽しさ、授業の成績）との関連を分析したものである。その結果、自尊感情は一般的自己効力感と強い正の相関関係が示された。また、体育授業における楽しさの要因のうち、他者との関係及び活動自体への楽しみに関する要因と自尊感情との正の相関が示され、体育授業における自尊感情の育成という点で、有益な資料になるものと思われる。一方、授業の成績については有意な相関が認められず、「自尊感情が客観的な能力とは別の次元で規定されている」という賀川氏の解釈に加え、対象者が本成績の観点をどのようにとらえているかということ

も検討の余地があるのではないかと感じた。さらに本調査では「初等体育」を取り上げているが、これはおそらく教員免許に関する授業であり、その授業といわゆる一般体育との性質の違いも踏まえて、今後検討されることが望まれる。

橋本氏の研究は、運動継続化の螺旋モデル（螺旋モデル）、Reasoned Action 理論（R 理論）、Planned Behavior 理論（P 理論）について、行動意図を予測因としたそれぞれの予測力を比較するものである。螺旋モデルの予測因は快適経験・目標設定・結果の知識・成功体験、R 理論の予測因は態度・主観的規範、P 理論の予測因は態度・主観的規範・運動のコントロールである。結果として、R 理論の予測力は11%、P 理論の予測力は33%であった。螺旋モデルの予測力は19%であったが、体力レベル要因を導入すると23%に高まることから、螺旋モデルの有効性を示している。フロアから、要因を増加すれば説明率がさらに高まるのではとの質問がなされ、少ない要因で予測することが大切であると述べられた。とすると、螺旋モデルは本来の4要因に体力要因も加えて有効性を示したものであり、フロアの質問に対する回答との矛盾を感じた。この点、（個人的にでも）教えていただきたい。



吉村 功氏



橋本公雄氏

演題番号 037E21401 ～ 037E21403

座長：山本裕二（名古屋大学）

「運動競技場面における展望的記憶事態の特徴」

大場 渉（広島大学大学院）

「テニスのサービスコース・球種予測に関する研究 - サービス特定時期及び予測正確性と予測手がかりについて -」

武田守弘（広島大学大学院）

「映像により伝達される運動情報」

田中雅人（愛媛大学）

大場氏らの報告では、従来記憶研究で扱われてきた過去に関する記憶としての回想的記憶ではなく、将来に関する記憶としての展望的記憶に関して、運動競技場面での特徴を想起の成功と失敗から検討したものである。その結果、自発的意図の方が他発的意図よりも展望的記憶の想起に成功すること、展望的記憶の想起に失敗するのは記銘方略を用いずイメージの利用に頼る場合が多いこと、また記銘してから実行までの時間が短い方が想起が成功しやすいこと、さらに競合する活動の重要度が高い場合に想起に失敗するという特徴を明らかにしていた。展望的記憶を「これから行うイメージ」としてとらえた場合に、運動種目によって展望

的記憶の想起のしやすさが異なるのではないかと、また展望的記憶のメカニズムを回想的記憶のメカニズムと対比させることによって、有効な展望的記憶の利用、いいかえれば「イメージリハーサル」の方法へ示唆が得られるのではないかとと思われる。

武田氏らの報告では、テニスのサービスコース及び球種の予測に関して、特定時期を反応時間計測法によって、また手がかりの特定のために空間



山本裕二氏



武田守弘氏

的遮蔽法を用いて検討したものである。その結果、インパクトの直前(100～200msec前)にトスされたボールを手がかりにコースと球種を予測していることを明らかにした。ただ、同じトスをあげているはずの応用的なフォームにおいてもトスされたボールを手がかりとしているということから、空間的遮蔽法で隠蔽されたある部分だけの手がかりよりは他の身体部位との関連、すなわち身体座標系の中でのボールの位置が予測手がかりとなる可能性も残されているであろう。また結果が被験者の技能レベルを反映しないのは、反応様式(ここではボタン押し反応)によるものかもしれない。つまり、ボタン押し反応で仮定される刺激同定、反応選択、反応プログラミングという系列的な情報処理が必ずしも行われていないとすると、実際のレープ動作を観察するなど反応様式の工夫が見られるとよりおもしろくなるのではないだろうか。

田中氏の報告では、ビデオ映像による膝関節の

屈曲・伸展動作の模倣課題をおこない、再生される動作から呈示情報の劣化について検討したものである。模倣する動作は、大きさから3種類ずつの組合せで9種類あった。結果は、呈示する動作に拘わらず動作範囲が狭くなる(小さい動作は大きく、大きな動作は小さく再生される)が、同じ動作時間の動作でも小さい動作はより長く(ゆっくり)再生されることから、空間的情報の方が時間的情報よりも劣化しにくいとしている。情報の増大化に対して、情報の削減化を提言する発想は今後が期待される。ただ、「わかること」と「できること」をどう繋いでいるかという問題を解明する必要があると思われる。また、課題である膝関節の屈曲・伸展動作は単純ではあるが、それだけでは日常動作の中では意味を持たないことから難しい動作であると思われる。ビデオ映像によって伝達される運動情報を意味の観点からとらえるときに課題の選択は重要になってくるのではないだろうか。

演題番号 037E21404 ～ 037E21405

座長：田中雅人（愛媛大学）

「自律訓練法(AT)がイメージ想起に及ぼす影響 - 脈波波高変動係数(CVWH100)を指標とした自律神経機能の評価について -」

菅生貴之（日本大学大学院）

「非線形ダイナミクスによる打球動作学習」

山本裕二（名古屋大学）

菅生氏（日本大学大学院）は、スポーツメンタルトレーニングのリラクゼーション技法として用いられている自律訓練法(AT)がイメージ想起に及ぼす影響について検討するため、自律神経機能、特に交感神経系の指標として脈波波高変動係数

(CVWH100)を用いた、AT経験のない学生15名を被験者として、ATおよびイメージ想起を2日間3セッションのスケジュールで行った。状態不安尺度であるSTAIの実験前後の比較から、不安得点軽減群と非軽減群に群分けしたところ、ATが効果的

に行われ不安が軽減された被験者は、イメージもうまく行え、CVWH100を指標とした交感神経機能の評価に関しては、非軽減群と比べて安定傾向が観察されるという結果を得た。ATがうまくできていたのか、そしてそれはどのように示されるのかという疑問が提示されたが、一般的には不安が減少されたことによってATが機能していると考えて良いという見解が示された。しかしながら、短期間のATにおいては、その熟練度といった点で考慮が必要であろう。そして、ATをイメージトレーニングに適用する際に、その成果を示す有益な指標としてCVWH100を用いるためには、他の生理的指標に優るといった実践的報告がさらに積み重ねられることが望まれる。

山本氏(名古屋大学)は、連続・複合打球動作に潜む規則性をフラクタル遷移ととらえ、その現実への投射(理論の実践)としてテニスのストローク動作を取り上げた。前の打球動作の終末局面と次の打球動作の準備局面の運動方向が一致することによる運動の局面融合が、中間局面を変える、したがって、局面融合を利用した複合運動条件での学

習が有効であるとの仮説を検証した。テニス経験のない5名の大学生女子を複合運動条件と連続運動条件に振り分け、それぞれの条件で5日間連続で練習を行ったところ、仮説を支持する結果が得られた。すなわち、複合練習によって、肩と腰の回転範囲のフォロースルー方向への増加が認められた。実際のパフォーマンスについては、今回は対象とはされていなかったが、ボールはするどくなったものの方向性は定まっていないとの報告があった。さらに、スキルの定着には、単純な反復が有効ではないかといった意見もあったが、これらは対象となる動きや被験者に応じて決定されるべきものであろう。いずれにせよ、こうした身体の物理則に従う局面融合を利用した練習法のように、環境を操作する、すなわち環境のデザインに変更を加えることによって、複雑に見える運動が自然と可能になる学習法は魅力的であり、他の運動領域における実践報告が待たれるところである。

最後に私的な感想ですが、発表の主流がポスターに移る中で、口頭発表での工夫されたプレゼンもまた捨てがたいなあと感じました。



田中雅人氏



菅生貴之氏

ポスター発表

演題番号 035GYM201～035GYM213

「言語化されたハードリング・イメージについて -男子110mH・400mH競技者の主観的重要度から-」

荻部俊二（法政大学）

「男子110mHと400mHのハードリング・イメージについて -両種目の主観的重要度の比較から-」

平井敏幸（法政大学）

「フィギュアスケート選手における感情とパフォーマンスの関係」

吉田 聡美（コンディショニング・ラボ）

「身体的自己概念と体力テストの関係について」

蓑内 豊（北星学園大学）

「動作法が身体的自己効力感に及ぼす影響」

長瀬匡彦（順天堂大学）

「体ほぐし運動への動作法適用の検討（1）」

飯嶋正博（順天堂大学）

「母親の健康意識からみた幼児のBody Imageについて」

田中千恵（奈良女子大学大学院）

「中学生の学校生活満足度と運動に関する研究 -性・学年・部活所属及び運動に対する態度との関係-」

山本さつき（九州大学大学院）

「体育授業における社会的特性と学習目標との関係」

吉村 功（北海道教育大学函館校）

「体育における学習意欲診断システムの開発 -支援要因および学習行事の選好について-」

西田 保（名古屋大学）

「運動行動における動機づけと行動変容段階との関係 -自己決定理論の応用-」

松本裕史（早稲田大学大学院）

「スポーツ選手のライフスキル獲得に関する研究」

村上貴聡（九州大学大学院）

「トランポリン選手における心理的スキルトレーニングの縦断的検討 -オリンピック出場選手を事例として-」

石村宇佐一（金沢大学）

ポスター発表記

動作法が身体的自己効力感に及ぼす影響

長瀬匡彦（順天堂大学）

去る9月25日から27日にかけて、北海道大学において日本体育学会第52回大会が開催されました。前回奈良女子大学での体育学会では、遠くまで高い交通費を出して行ったにもかかわらず、発表もしなかったのせいで、せっかくなら何か発表をしようと思ひ学会発表をすることに決めました。また、北海道といえばかに、すし、ラーメン、ビール、ジンギスカン、すすきのなどの誘惑が多くあり、その誘惑に負けないためにもと思つたのも事実です。

私自身、今学会のポスター発表が初体験でした。研究者とのディスカッションが直接できる、数多くの研究者と交流できるという点で、今回は口頭発表ではなくポスター発表にしました。口頭発表の雰囲気が初めての学会発表にしてはきついなというのも本音で少しありましたが……

初めて行った北海道大学はすこぶる広い。地下鉄南北線3駅にわたって広がり、中には農場もあり、「さすが北海道」と感じさせるものでした。ポスター発表の会場は、クラーク像とはちょうど反対側、中央道路を北に進んだ体育館で行われました。私が発表した日の体育館は、最初はとにかく人がまばらでした。毎年ポスター発表の会場は、大勢の人で活気にあふれているのに、今年は北海道だから、皆さんも誘惑に負けてしまったの？と思わせるくらいとにかく人の出が悪く拍子抜けしてしまいました。隣のスペースで発表の先生に聞いてみると、その時間は、口頭発表の時間と少しダブっているとのことでした。やがて口頭発表の時間が終わると、大勢の人が津波のように現れ、あっという間に例年どおりの活気ある会場に早変わりしました。私自身のポスターの前にも多くの人にきていただき、多くの質問、ご指導を頂いたことは良い

経験になりました。自分の研究の不十分なところを指摘していただいたり、質問されたことを、瞬時にわかりやすく説明することが苦手な自分に気づいたり大変勉強になりました。また初対面の先生ともお話ができたという点は良かったと思います。ポスターの掲示板の隙間が狭く、身の置き所がなく、人の流れが阻害されて、やりずらい感がありました。同じ時間で発表されていた先生方と意見交換できなかったのも残念な点です。

まだ学会発表をしたことがない人も、早いうちにぜひ一度してみるとよいと思います。ただ人の研究を見て意見交換するだけでなく自分の研究について意見交換をする。そしてそこで交わされた意見を参考にし、学会で新しくできた人脈を生かせば、より良い研究ができると思います。チャレンジしてみてください。私は今回の体育学会では、結局誘惑にも負けてしまいました。多くの先生方ともお話ができ、自分の研究をもう一度見直す機会にもなり、良い経験になりました。次回は、口頭発表にチャレンジします。



長瀬匡彦氏

ポスター発表記

中学生の学校生活満足度と運動に関する研究 - 性・学年・部活所属及び運動に対する態度との関係 -

山本さつき（九州大学大学院）

北海道大学に足を踏み入れたのは2回目でしたが、本学会に参加するのは初めてでした。今回、私はポスター発表者の一人として参加しました。

ポスター展示場所には、まだ開始時刻30分前だというのに、既に準備が完了している発表者の周りに人だかりが出来ていました。ポスターの張り出しは発表開始時刻までという規定とポスター会場の空き時間をうまく利用して、自分の発表時間を確保している発表者の方々に対して、一步出遅れたことに少々焦りを感じつつ、私も準備を終えました。

早速、私のブースにも人が集まり始めました。ポスターが見やすいようにと一步後ろに下がっていると、人の流れに押し流されそうになりましたが、心理学関連の方をはじめ、生理学、バイオメカニクスなど異分野の方からも、あらゆる観点からの指摘・質疑・感想を頂きました。ポスター発表は1対1で、お互いが納得のいくまで論議が交わること、また発表内容だけではなく、お互いの研究内容、研究室の様子など、いろいろな会話から交流を深められるところが気に入っています。また、今回は思いがけない人からも声をかけられました。心理学関連の学会では出会うことの無い、生理学を学んでいる大学時代の学友でした。懐かしさの反面、異分野の人にも理解してもらえるかどうか不安でしたが、一通りポスターを眺めた後、理解を示してくれたことに安心し、昔話と現状報告に話が弾みました。一時間という発表時間はあっという間に過ぎ、私の発表に興味関心を持って頂いた方全員と、心ゆくまでの論議が交わらなかったことが心残りとなりました。

自分の発表以降は、なるべく多くのポスターを見て、できる限り質問するよう心がけました。近

年、学校教育の中では、自分の身体に対する気づきを高めることを目的とした「体ほぐしの運動」が注目され、盛んになってきています。本学会においても、パフォーマンスの向上を目的とした心理的要因に関する研究や種々の運動パターンが感情に及ぼす影響に関する研究などが大部分を占める中で、体ほぐしの運動や動作法、ボディワークなどを用いて、それらが心身に及ぼす影響を調査した研究が増加してきたように思います。またポスターに関しては、カラフルなもの、写真入りのもの、図表中心のもの、文字の多いものなどさまざまで、発表者それぞれの好みや工夫が見て取れました。参加者数の多い学会では、一日見ただけで発表内容の全体像が把握できるようなポスターが望まれます。

わかり易く、見やすいポスターの工夫と発表前後の時間も最大限に活用し、できる限り多くの人と論議を交わし、交流を深めることが私の次の課題となりました。



山本さつき氏

ポスター発表傍聴記

演題番号 035GYM201～213

東山明子（滋賀県立大学）

今回のポスター発表会場は、例年と同様に展示会場、大学院紹介コーナー、休憩所とともに体育館にて行われた。学会初日の午前中ではあったが、天気もおだやかな快晴で、口頭発表の会場とは道を隔てただけの近さであり、大会参加者が足を運びやすい場所にあったためか、体育館の中には多くの人たちがいて活気があった。ポスター設置場所は手前がバイオメカニクスであり、その奥が体育心理学であった。発表時間帯は午前が体育心理学、午後がバイオメカニクスと分けられていたが、午前中からすでにバイオメカニクスのポスターにも貼られているものがあり、体育心理の責任着座時間前にはポスターを貼る人、そのポスターを見る人等でポスター発表場所周辺は体育館の中でも特に賑わっていた。ポスター発表の責任着座時間になると、体育心理学のポスター周辺はまさに雑踏となり、各ポスター前でディスカッションする姿が重なり合っていた。ちょうど午前中の口頭発表時間のすぐ後であり、それまで口頭発表会場にいた参加者の大半がそのままポスター会場に足を運んだと思われ、今回の会場配置や時間設定は大変参加しやすい好条件であった。

ただいくつかの残念な点もあった。まず、ポスターが縦長で上部は見えやすいが中頃から下部は近寄らないと見えないのであるが、そのポスターの前には発表者が立つため発表者の身体が自分のポスターの邪魔をしてしまう事態にならざるを得ないことである。その上、そのポスターの前でディスカッションしているため、どのような発表なの

か見てみようとしてもなかなか近寄りづらい。特にコーナー部分付近は90度に位置するポスター発表前でそれぞれの向きに多くの人が密集して話し込んでおり、何度か近づこうと試みたが最後まで見に行けなかった発表もあった。また、責任着座時間のみポスターを貼って終了後にはすぐ剥がしてしまうので、1時間という短時間に13題のポスター発表全部をじっくり見て回る時間的余裕がなかった。せめて2～3時間ポスターを貼っておくようにすれば、混雑していない時間帯にじっくりポスターを見て回ることもできるのではないだろうか。半日ならポスターを貼っておいて口頭発表会場に行き、責任着座時間に再びポスター前に戻ってディスカッションした後にポスターを剥がして片付けるということが出来る。ポスター掲示時間の検討を望みたい。さらに、「あ、工夫しているな。綺麗だな。」と人目を引くポスターが2題ほどしかなく、ポスター制作者のあそび心があればもっと楽しめるのと感じた。

今回の発表会場では、今までのポスター発表会場でしばしば見受けられた「やあ、お元気ですか？」的な内輪的会話はほとんどなかったように思われる。発表内容に関連しての質疑応答が時間いっぱい展開され、気持ちのいい雰囲気であった。体育心理分野以外の人の姿もあり、ポスター発表の場が開かれた場所として他分野との交差点的役割も果たし、研究者の視野を広げることは好ましい発展だと思った。

演題番号 036GYM201 ～ 036GYM213

- 「高齢者の運動行動ステージと日常生活動作能力及び心理社会的要因の関係」
安永明智（九州大学大学院）
- 「組織キャンプ体験による児童のメンタルヘルス変化過程」
西田順一（九州大学大学院）
- 「不登校生徒を対象としたキャンプがメンタルヘルスに及ぼす効果とその規定要因」
兄井 彰（福岡教育大学）
- 「スキー実習での自己概念の変容過程」
竹之内隆志（名古屋大学）
- 「美瑛ヘルシーマラソン参加者のゴール直後の主観的状态」
山田秀樹（北海道東海大学）
- 「高齢者における運動頻度の違いによる心理的効果の比較」
渡辺英児（中京大学）
- 「幼児における体格、運動活動とパーソナリティとの遺伝的相関」
奥田援史（滋賀大学）
- 「Walking運動がもたらす心理的効果について -Walking強度とPersonality類型から-」
三谷有子（奈良女子大学大学院）
- 「CNVと不安尺度との関連について」
後藤千明（奈良女子大学大学院）
- 「心理的プレッシャーがパフォーマンスに及ぼす影響について」
服部加代子（奈良女子大学大学院）
- 「イメージ時の生理心理的变化について -イメージの内容とイメージ能力の違いから-」
林 悠子（奈良女子大学大学院）
- 「ボディワークに関する精神生理学的検討（2）」
近藤正子（奈良女子大学大学院）
- 「セルフマッサージのイメージ想起の有効性に関する研究 -肩関節の可動域を指標として-」
高橋憲司（日本柔整専門学校）

ポスター発表記

Walking 運動がもたらす心理的効果について -Walking 強度と Personality 類型から -

三谷有子（奈良女子大学大学院）

9月25日～9月27日の3日間、北海道大学キャンパスを会場として日本体育学会52回大会が盛大に開催されました。北海道へは何度か訪れた経験はあったものの、これらは全て趣味であるスノーボードのための旅であり、寒い冬の北海道でした。今回、初めて季節のいい秋の北海道ということでかなりの期待を胸に抱いていました。そして、到着日まず北海道大学のキャンパスを訪れ、さすが！とキャンパスの広さと美しさ、重みに圧倒されました。ポスター発表の行われる会場まで正門から20分ほどの有酸素運動を行い、運動後の爽快感を感じました。その後、着いた先では各ポスターの前で白熱した議論が交わされており、多少の緊張感に包まれました。

そして、発表当日、ポスターを掲示するなり多くの先生方が足を運んで下さいました。このように自分の発表に対して多くの先生方がいらして下さいた経験は未熟な私にとって初めての事であり、始めはやや混乱していたというのが正直なところでした。しかし、時間が経つにつれ先生方から質問や、次回はこういう方向で進めてみるとおもしろいのではないか、また今回の発表における不十分な点などについて多くの意義あるアドバイスを頂き、大変有りがたいと感謝しました。さらに、ある先生に「みましたよ、先生の論文」とお声をかけて頂いた時、嬉しさと感謝の念とともに研究者としての重みやプレッシャーを感じましたが、さらなる研究への意欲をしっかりと確信しました。

そこで、私はポスター発表の魅力とはこういうところだと感じました。ポスター発表では、ポスター内容に興味を持って下さった多くの先生方とゆっくりとお話をする余裕がある上、自分と同じような分野に興味をもつ同僚とも研究内容や掲示

方法について話合うことができます。また、改めて自分の研究に対する進め方について反省することができるということです。基本的なことではありませんが、ポスター発表では一枚のポスターの中いかに分かりやすく文章と表やグラフを組み込み、さらに見て下さった人に理解しやすくできるかがポイントです。今回の私のポスターには、この基本が十分に網羅されておらず、次回からの発表では見る側の立場に立った構成を練りながらの準備を心がけなければいけないと改めて反省しました。以上のように、今回の体育学会において、私は自分の研究に対する姿勢を改めて見直すいい機会に恵まれたことに感謝しています。今後は、この気持ちを忘れずにさらなる発展を目指していきたいと思えます。

最後になりましたが、穏やかな天候に恵まれた今回の52回体育学会の企画・運営に携わられたスタッフの皆様はこの場をお借りお礼を申し上げます。



三谷有子氏

ポスター発表傍聴記

演題番号 036GYM201 ~ 213

杉山哲司（日本女子大学）

北海道大学で行われた学会のポスター発表に参加して、幾つか感じたことを述べさせていただきます。

今まで、学会に参加した中では、もう少し質問しなかったけれども時間切れ、発表時間が他の発表と重なっていて聴くことができなかつたということが何度もありました。ポスター発表は、口頭発表よりも質疑応答時間の制約がないために多くの意見交換をすることができます。つまり、ある程度、納得のいくまで質疑応答を繰り返す中で新たな発見ができることが、ポスター発表に参加する楽しさの一つだと思います。また、普段あまりお話することのできない方と研究についてじっくり話ができることもポスター発表の利点だと思います。

今回私が質問をさせて頂いた発表は、西田順一先生の「組織キャンプ体験による児童のメンタルヘルス変化過程」、兄井彰先生の「不登校生徒を対象としたキャンプがメンタルヘルスに及ぼす効果とその規定要因」、渡辺英児先生の「高齢者における運動頻度の違いによる心理的効果の比較」、奥田援史先生の「幼児における体格、運動活動とパーソナリティとの遺伝的相関」、三谷有子先生の「Walking運動がもたらす心理的効果について」、でした。私がいろいろ質問したところ、各先生はていねいに答えて下さいました。これらの研究は継続性があるので、これからどのように発展していくのか、今後の内容に非常に期待しています。今回は、ポスター発表に参加する楽しさを味わうこと

ができたと思います。

ポスター発表の場合、特定のテーマに聴く人が殺到して、なかなか質問することができないということがあります。今回も当然ながら発表によって、人のばらつきはみられましたが、発表者、質問者ともに節度のある対応をしていたように感じられました。例えば、私が質問した奥田先生は、遺伝率の計算方法についての質問に対しては、私が納得するような説明には時間がかかるために、後日メールで丁寧な回答を頂きました。

私が初めて学会に参加した頃よりも近頃は情報が進み、補足資料や質疑応答の続きなども、メールですばやく簡単にやりとりできるようになりました。三谷先生の「Walking運動がもたらす心理的効果」についての研究は、昨年からの継続で、今年も興味深く聴かせて頂きました。パーソナリティと運動強度別にどのようなWalking運動が効果あるのかという内容で、私が感じたことを述べたところ、すぐにメールで細かい回答が送られてきました。

残念ながら聴きたい発表に質問できないこともありましたが、今回、私が質問した発表やそれ以外の発表をみると、一つのテーマにじっくり取り組んでいるという姿勢が感じられました。質問させて頂いた先生、大会関係者の方々、いろいろありがとうございました。

演題番号 037GYM201 ～ 037GYM212

「幼児の利き手の確立と投球パフォーマンスとの関連について」

射手矢 岬（東京学芸大学）

「幼児の利き手の確立と視覚-運動協応の発達との関連について -Pinboard Testと利き手の関連から-」

森 司朗（東京学芸大学）

「心拍制御トレーニングによる注意力増強の検討」

東山明子（滋賀県立大学）

「運動技能のより効果的な習得 -運動技能の構成要素としての基礎的運動能力を高める動作法-」

星野公夫（順天堂大学）

「遅い速度の遂行が認知機能に及ぼす影響」

成瀬九美（奈良女子大学大学院）

「運動の随意制御の獲得およびその保持に対する心理的活動としての遠心性過程と求心性過程との影響」

澁谷智久（順天堂大学）

「勝利志向型チームにおけるキャプテン像の因子構造」

村井 剛（中京大学大学院）

「高校運動部員の部活動ストレスに対する認知的評価とストレス反応との関連」

渋谷崇行（新潟工科大学）

「軽強度エルゴメーター運動における姿勢変化がもたらす心理的及び運動関連感情への影響」

堤 俊彦（近畿福祉大学）

「大学競技チームに対するメンタルトレーニング講習会の試み -コーチ・選手・MT担当者との関係を中心に-」

土屋裕睦（大阪体育大学）

「ストレングス・トレーニング経験とストレングス・エクササイズに伴う感情との関係」

荒井弘和（早稲田大学大学院）

「高校ラグビー選手の心理的競技能力とライフスキルに関する研究」

和田光一郎（九州大学大学院）

ポスター発表記

勝利志向型チームにおけるキャプテン像の因子構造

村井 剛 (中京大学大学院)

今回行われた日本体育学会は、北海道大学においての開催でした。私個人としましては、生まれて初めての北海道、しかもフェリーを利用しての名古屋からの往復行程、という2つの楽しみも含めたイベントとなりました。気になるポスター発表の方ですが、恥ずかしながら今回が初めての学会発表ということもあり、発表前はスポーツで味わう試合前の気分と似たような心境になりました。しかしながら発表は、ポスターを基に1時間のフリーディスカッション形式であったため、発表時間の経過と共に緊張は多少薄れ、段々と普通に話しているような感覚になりました。

私自身の発表内容は、「勝利志向型チームにおけるキャプテン像の因子構造」という題目で、予備調査としてチームスポーツの競技選手を対象に、理想のキャプテン像に関する自由記述形式のアンケートを実施し、得られた項目を整理して、次に本調査として、理想のキャプテンとしての必要度を、各項目について5段階評価で記入してもらった結果を整理したものでした。研究内容、分析内容、考察内容全てが未熟なため、今回の発表で自分の足りない所をいろいろご指摘いただこうと、悪い考えかもしれませんが他力本願的な心構えで発表に向かったのが本当のところでした。その結果、発表自体の反省としまして、すべての意見を受け入れようという心構えがあだとなり、自分の心の奥底に持っている熱い意見を、質問やご指摘を頂いた方々につけ返すという本当のディスカッションができなかった事が悔やまれます。たぶん無意識的に学会の雰囲気にのまれてしまっていたのだと思います。また、自分の勉強不足、知識不足など、大いに影響があったと感じたのも事実で、普段の生活への取り組みの甘さ、自分への甘さを痛感しました。

発表時間中、周りの方々の発表を伺うチャンスがなかったのが残念でしたが、全体的にポスター発表の会場は人も多く、非常に活気があるように感じられました。発表と言えばOHPやスライドを使って行う口頭発表が頭に浮かんできますが、ポスターを基にフリーディスカッションする発表形式も、メリット・デメリットが口頭発表と比べ異なる部分があるかとは思いますが、個人的には良い発表形式なのではないかと感じました。

最後に、発表を終えて思うことは、自分が研究、調査した事は、自信があろうが無かろうが、どんどん発表していった方が、いろんな意見をもらえるし、それによって新たな考え、方向性を自分が一人で考えるよりも早く得る事ができ、より生産的なのではないかと感じました。1時間という発表時間の間、幸運にもいろいろな方々からのご意見やご指摘を受けることができ、自分の今後の方向性を考えていく上で大いに有意義だったと思います。これからは気を引き締めて取り組んでいこうと思います。



村井 剛氏

ポスター発表記

ストレンクス・トレーニング経験と ストレンクス・エクササイズに伴う感情との関係

荒井弘和（早稲田大学大学院）

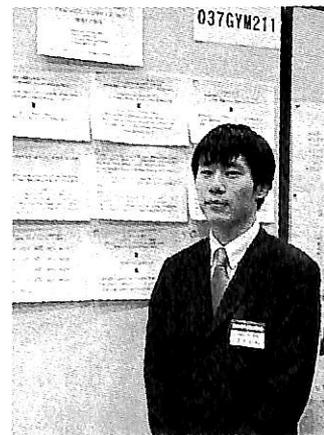
今年も体育学会の季節がやってきた。唐突だが、私は体育学会が好きである。理由は2つある。1つは、様々な分野の人たちが研究発表を聞きに来てくれることである。私の少ない経験に頼るならば、体育心理学の研究発表には、「運動生理学」、「体育科教育学」、「コーチ学」、および「保健」の分野の方が多く訪れてくれるように感じる。もう1つは、普段は同じ校舎で過ごしている人間科学研究科の先輩・後輩や友人たちの研究発表を聞けるからである。日常とは違い、緊張感のある彼らの表情や振る舞いを見ると、なぜか心がはずむ。ほほえましい気持ちになる。本大会には、私が所属する竹中研究室から、1年間の米国在外研究を終え気合十分の竹中晃二先生、博士後期課程1年の松本裕史さんと私の3人が参加した。

ところで、今大会では、自分のポスター発表以外に印象に残ることが2つあった。まず、初日に九州大学の徳永幹雄先生による、キーノートレクチャーを行われた。そのレクチャーの最後に、徳永先生が「これからは若い人ががんばってほしい」とおっしゃり、とても刺激になった。（その言葉は、1ヶ月後に長嶋茂雄元読売ジャイアンツ監督によって、奇しくも繰り返されるのだった）またその翌日、同じく九州大学の橋本公雄先生が、運動生理学のシンポジウムでシンポジストとして発表された。今風にいうと、「コラボレーション」ということになるだろうか。「富士通」と「IBM」の提携に代表されるように、現代はかつて対立していた者が手を結ぶ時代である。もちろん、対立関係とまではいわないが、体育心理学と他の分科会が、これまで近くに位置してきたとも言い難いのではないだろうか。そこで、橋本先生の素晴らしい発表である。いつかは私も！と大いに刺激を受けた。

そして、最終日のポスター発表を迎えた。先にも

触れたように、体育学会の研究発表を聞きに来てくれる研究者は、体育心理学の方ばかりではない。そのため、体育学会の発表用ポスターは、いつも以上にシンプルに作るように心がけている。枝葉の情報は極力排除して、ヘミングウェイの文体をイメージしながら、キーワードをつなげていく。今回の発表は、少し発表時間が短く感じられ、議論したい方々全員と話せずにやや残念だった。それでも、投稿論文の査読のような示唆、実際の経験談、ひいては今後行おうとしている研究に対する意見までもいただくことができ、大変満足のいく研究発表となった。

来年の主催は埼玉大学、地理的にはホームである。その間近に博士論文提出があるが、できることならばまた参加して、発表したいと考えている。今回は参加するにとどまったわが指導教官も、なにかやってくれるだろうと弟子ながらひそかに期待を寄せている。千歳空港までの帰り、車窓から見た素晴らしい夕陽に背中を押され、「東京へ帰ったらまたがんばろう！」と、ひそかに誓うのだった。



荒井弘和氏

ポスター発表を聞いて

演題番号 037GYM201～212

麓 信義（弘前大学）

筆者に課された課題は、全体的な印象記を書けというものであった。3日目の会場は、最終日にもかかわらずかなりの賑わいをみせていた。

ところで、今回の発表順が必ずしも同一方法や同一対象でまとめたものになっていないので、一言では全体印象を表現できない。しかし、フロアとのやりとりを聞いていると、すべての発表から、研究者が独自の問題意識をもとにテーマを選択して取り組んでいる姿勢が伝わってきて、じっくりと聞かなければいけないという気持ちにさせられた。

研究方法としては、アンケートによって得られた数値を心理学的指標として用いたものが多く、その数値が実験群と統制群でどう違うかという研究とその数値とパフォーマンステストの相関をみる研究に大別される。それ以外には、指導実践が二題、生理的指標の測定が一題であった。

測定方法自体に問題がありそうな研究はないと思われたが、そのデータが発表者が意図する要因を本当に測定しているのかという吟味と、この結果だけで実験条件の影響と言い切れるのかという疑問が残ったものがいくつかあった。

たとえば、森氏らのグループの研究では利き手の決定を母親に対するアンケートで行っていたが、右左だけでなく両手利きという群も考察対象とするのであれば、両手利きの定義や測定（判断）方法

をもう少し検討する必要があったのではないかと思った。また、東山氏の心拍制御トレーニングで集中力がますかどうかの研究では、集中力テスト時の心拍数に実験群と統制群で差があったという報告がなされたが、実験群の被験者のみが頻繁に研究室に出入りしているとすると、心拍数はその実験室への慣れだけでも変化するので、原著論文として投稿するにはもう一つ別の統制群が必要なのではないかと思った。脳波を扱った成瀬氏の研究についても同様のことが言える。氏は脳波の影響を認知機能への影響と考えているが、与えられた課題の動作が遅すぎていららした感情を、コントロールする心の働きの影響が出たとも考えられるので、生理的な指標から心理過程を推測する研究では、実験条件、結果解釈ともより慎重な姿勢が望まれる。もちろん、これらの問題点について、こうすれば解決するというはっきりした回答を筆者が持っているわけではないが、そのあたりを詰めて考えることが必要ではないかと思った。

ところで最近、感情の測定等、質問紙の開発ラッシュのようで、このセッションでも様々な質問紙技法が用いられていた。遠隔地にいる筆者としては、意味の理解についていっただけでアップアップしており、その信頼性や妥当性を評価する立場にいないが、尺度作りに終わらない応用研究への継続を願ってやまない。

学会参加記

体育学会第52回大会参加記

浦田 清 (函館工業高等専門学校)

今回の第52回大会への参加は、大学時代の後輩からの一本の依頼電話で毎回の単なる発表、シンポジウムへの出席ではなく、大会を運営する実行委員としての参加となりました。今回出席された諸先生が感じられたことと思われませんが、北海道は大変広大であり、実行委員も北は稚内、南は函館から100名ほど4～5時間かけて札幌に集まり、前日に最後の打ち合せを終え大会に備えました。そのうち体育心理学専門分科会としては5名が携わり、口頭発表、ポスター発表、シンポジウム、キーノートレクチャーの各会場準備を行いました。

そして迎えた当日、口頭、ポスター両発表会場とも多くの先生が来られ大変盛況となり、初日を終えた後、実行委員としては、会場が手狭ではないか、他に広い場所はないかという話が出て検討したほどでした。結局、会場変更することはせず、出席された諸先生には、着退席や質疑・応答の際、マイクの使用などで不便をかけたことと思います。ポスター発表会場もバイオメカニクスの共同使用であり、手狭な感は否めませんでした。それでも両会場とも多くの方が来られ、熱心な質疑・応答があり、体育心理学専門分科会としては学会が成功であると感じられました。

それでも問題がなかったわけではなく、2日目の午前中にポスター発表会場である体育館の配電盤で漏電がありボヤ騒ぎとなりました。幸い会場として使用していない体育館半面の照明が使用不能

となっただけで、展示や発表会場の部分は何事もありませんでした。これがもし逆であったならばと冷や汗ものでした。

この第52回大会は裏方としての参加でしたが、これまで自分にとって興味、関心のある発表のみには着席し、注意を集中させていました。それが今回は会場担当としてその場にいて、自然とどの発表にも落ち着いて耳を傾け、目を向けることができました。そしてこのような分野では、このような視点で、このような問題があるのかと興味、関心の幅が広がり、今後の自分の研究活動にとって実行委員としての学会参加が思わぬプラスとなった大会でした。



浦田 清氏

日本体育学会参加記

佐川正人（北海道教育大学札幌校）

秋の訪れを感じさせる9月に日本体育学会が開催されました。会場であった北海道大学構内の紅葉はどのように映りましたでしょうか。私、残念ながらよく覚えておりません。例年よりも暖かい9月であったため紅葉には早かったのか、考え事をして良く見ていなかったのか、いやいや年齢的な記憶力の低下が原因かもしれません。何事もすばやくメモっておかなければ…。

怪しい私の記憶では北大での開催は昭和58年に次いで2回目となります。58年は学生身分で参加しましたからお客様でした。北海道では珍しい8月の例年にない蒸し暑つさを記憶しています。今回は大会事務局で分科会の仕事を引き受けさせていただきました。大会の準備を含めて、3日間の参加を振り返りたいと思います。

一般発表会場(教室)には約80名分の座席があったのですが、初日から満席となり立たれている方や会場に入れない方がおりました。向かいの〇〇分科会発表会場は人もまばらで発表演題も少なめであったことと対照的です。本分科会会場は非常に窮屈な空間ではありましたが、発表テーマや研究内容に強く関心を示された非分科会会員の方も多く見受けられました。個人的な感想ですが、演題に専門用語を多用していない発表の場合、聴衆数は増えるようでした。内容も関係するでしょうが、発表演題と聴衆との関係は考察の価値がありそうです。

ポスター発表会場ではポスター間にはスペースを空けること、コ形に配置しないことなどが会場である体育館のスペースの問題で回避できませんでした。発表者の皆さんには気の毒で、隣が気になる狭いスペースでディスカッションをしなければならなかったことと思います。狭かったのが幸いしたか、発表時間を30分、1時間過ぎてもほとんどの発表者が引き上げることもなく、熱気を帯びた討論が次から次へと繰り広げられたように感じました。それは利点だったかもしれません。

分科会として取り組んだキーノートレクチャーやシンポジウムについても多くの聴衆が詰めかけ熱のこもった意見交換がなされました。また、分科会関係者による各種の研究会在会期中に開催され、個別領域における専門的な発展を感じさせるものでした。大所帯となってきた体育心理学分科会の機能が個別領域の認識・推進ということでは求められるのかもしれませんが。

今回の学会参加は裏方として徹していました。そのため裏方の立場からしか見ることができなかったことを一つ提案します。それは、発表会場に関しての対応は開催地区によっても異なると思われませんが、発表者やフロアーの方にとって快適な環境を提供するよう連携を取っていく必要があると思われたことです。「発表のしやすさ、発表の聞き(見)やすさ、ディスカッションのしやすさ」が肝要だと思いました。今後に期待したいと思います。また、言及するまでもなく、規定外の「すすきの」会場については、大変満足したとの規定外報告を受けております。

ともかく、無事に終えることができましたのも、分科会会員皆様のご協力やご配慮のおかげであると感じております。紙面をお借りしてお礼を申し上げます。



佐川正人氏

IV. 研究会の活動報告・参加記

研究会の活動報告・参加記

第11回運動学習研究会（JMLS2001）に参加して

門田浩二（大阪大学大学院人間科学研究科）

2001年の運動学習研究会が8月8日から10日の3日間に渡り開催された。会場となった東京大学検見川セミナーハウスは、多目的ホールや食堂に加え、個室の宿泊設備や種々の運動施設も併設された、とても綺麗な設備であった。

研究発表は口頭発表が14題、ポスター形式が12題で、演題は運動学習に関するものだけでなく、スポーツ技術の分析や運動制御のメカニズムに注目したものまで多岐に渡っていた。発表時間は60分と通常の学会等と比較して長く設定されていた。また、発表中のフロアからの発言は自由であり、プレゼンテーションの最中から演者との間で白熱した討論が展開されることもしばしばであった。

口頭発表では、完結した研究成果の報告だけでなく、研究計画や予備実験段階のデータの発表も認められていた。これは本格的な実験開始に先立ち、計画に更なる検討を加え洗練する場を提供しようという試みから始まったものである。この趣旨は参加者にも十分に浸透していたようで、質問や指摘は極めて建設的であった。特に、経験の少ない学生の発表に対しては、暖かな雰囲気の中で論議が進められていた。的確で多岐に渡るアドバイスを、渡りに船とばかりに嬉々としてノートに書き留める学生の姿が印象的であった。

1日目の夕食後に行われたポスター発表は、当初、3日間で収まりきれない演題をなんとか捌こ

うと発案されたものであったが、思いも寄らぬ盛り上がりを見せた。懇親会を兼ねて食堂で開催するという強攻策であったため、掲示用のボードなどは当然の事ながら準備されておらず、食堂の壁や窓一面にポスターが貼り付けられることとなった。個性溢れるポスターを肴に演者も聴衆も入り交じって討論、談笑しながら過ごすという、なんとも楽しいひとときとなった。また、2日目の発表終了後にはサッカーやテニス等のリクリエーション、その後は懇親会が催された。研究会会場からグラウンド、懇親会と活動の場が変わっても、参加者の精力が全く衰えなかった点は特筆に値する。

発表者は研究会の発表内容を報告書にまとめ、提出することが義務づけられている。報告書には発表内容だけでなく、後日参加者から送付されるコメントと、それに対する回答を付記することが慣例となっている。これらの報告書は年ごとに製本されており、今年で11巻を数えるまでになった。

本研究会の参加者のバックグラウンドは多様化が進む一方である。複合領域である運動学習研究にとっては願ってもない傾向であろう。今後も健全で開放的な風潮を維持し、多領域の研究者が互いの知識を搾り合わせることのできる場であり続けたいものである。

運動学習研究会ホームページ：<http://www.htc.nagoya-u.ac.jp/yamamoto/jmls/>

スポーツ・健康動作法セミナー

星野公夫（順天堂大学）

セミナーの経過

学会や研究誌、雑誌等にスポーツ動作法の研究・事例の発表が増加するにしたがい、その内容や技法に関する問い合わせや体験希望者が増加してきた。そこで、平成10年2月にセントラルスポーツのご協力の下に、「スポーツ動作法研究会」を発足させた。参加者は約30名であった。研究会の内容は、動作法に関する基礎理論の講義と実習であった。

平成10年5月の第二回からは、浦安市運動公園総合体育館に会場を移した。ここでは、本学で動作法を研究した者が指導者として体育館行事への参加者の一部に動作法を実施していたこともあり、回を重ねるにつれて、スポーツ関係者のみならず、自分の健康維持やリハビリテーションを目的として参加するものが増えてきた。

そこで、平成13年7月の第八回から「スポーツ・健康動作法セミナー」に名称を変更した。このような中で、平成14年2月に第10回目を行った。参加者数は平均40名弱というところである。

セミナーの内容

約3時間のセミナーでは、おおむね、動作法の理論一時間、実技一時間半、質疑30分である。動作法の実技では、対象が障害児であれスポーツ選手であれ、また目的が、動作の改善であっても心理的変容であっても、基本的な内容は同じであるのが特色である。

そこで、実技の約30分は全員で躯幹のリラック

スとあぐら座で上体を楽に伸ばす訓練とを行う。次いで、各回の参加者の実態に応じて、スポーツ動作法の初心者と経験者とにグルーピングしたり、スポーツと健康という目的別にグルーピングして実習を行っている。

動作法は、対象や目的に関わらず基本的内容は同じであるが、力点の置き方は異なってくる。例えば、スポーツ動作法では、きちんとした踏み締め、膝や股のきちんとした曲げ、前後左右への大きな重心の移動、歩行やジョギングでの腰入れ等身体を起こした動きが課題として重要となる。これに対して、健康を目的とした場合には、寝た姿勢でのさまざまなリラックス、座位での胸を緩め等、動作体験の仕方の微妙な変化を実感することが課題となる。事例として、脳卒中の後遺症で脚を引きずりながら歩いていたのが、2回の練習で踏み締めて歩けるようになった人もいる。

今後の問題

最初研究会としたのは、動作法を実施した者が、互いの成果や問題点を検討し合うことを目的としたためである。しかし、まだその状態にまで至らないので、動作法を広めることが必要と考えセミナーと名を変えた。また、体育関係者には心理臨床の経験者が少ないためか、自分の専門種目の技術の獲得は別として、それ以外では、分かることとできることとの違いの理解が不十分な場合が多く、技術を極めようとする人が少ないのが問題に思える。

第11回臨床スポーツ心理研究会

上向貫志（武蔵大学）

平成13年9月25日（火）夕方より、学会会場である北海道大学にて「第11回臨床スポーツ心理研究会」が開催されました。今回の事例提供者は、スポーツの指導に加え、学生相談においても臨床を実践されておられる菊池直子先生（仙台大学）、また指定討論者には鈴木壯先生（岐阜大学）をお迎えして開催されました。

「高校での挫折体験が未練という形で学生生活に影響を及ぼしたアスリートの事例」と題した事例について菊池先生から発表して頂き、その後フロアとの間で活発な質疑がなされました。特に、いくつかの立場を兼ねている菊池先生と学生との微妙な関係性の中で、苦勞しつつも支え続けた跡が感じられる報告であり、また鈴木先生からは多くの示唆に富むコメントを頂きつつ、フロアとの橋渡しをじつに巧み行って頂きました。

研究会終了後には、広大な北大キャンパスを通

り抜け、駅前の居酒屋にて懇親会が催されました。この懇親会では在北海道の先生方（養内先生：北星学園大学、吉村先生：北海道教育大学、吉田先生：コンディショニング・ラボ）にお世話になり、北の美味を堪能することができました。特に、ほとんどの参加者の方がはじめて味わった“さんまのしゃぶしゃぶ”には、さんまの新たな発見とも言えるくらいの美味を堪能することができました。

なお、本研究会発足以来、事務局としての雑務等を土屋裕陸先生（筑波大学・大阪体育大学）にお願いしてきましたが、かなりのご負担が想像されるため任期3年で事務局を移動することになりました。来年度以降の事務局は上向（武蔵大学：uemukai@cc.musashi.ac.jp）が担当しますので、ご意見・ご要望、また本研究会に関心のある方は是非ご連絡ください。



鈴木 壯氏（左）と菊池直子氏（右）

メンタルトレーニング・応用スポーツ心理学研究会

高妻容一（東海大学体育学部）

1994年に国際メンタルトレーニング学会の意向を受けて始めたこの研究会は、関西地区体育心理学会の許可を得て、研究より現場での応用を目的にスタートした2001年現在、延べ1万人以上の参加者があり、北海道、沖縄、愛知、福井、石川、関西、関東地区、東海大学の支部会ができ毎月1回の情報交換・講習・特別ゲストの講演などを実施している。2001年度は、関東地区と東海大学支部会がスタートし、東海大学では毎週1回研究会が実施され、毎回40-70名10種目以上の参加者があり、学外の高校の監督や選手の参加も多い。特別ゲストには、全日本バスケットボールチームに11年いた選手を招待し、国際大会や全日本レベルでのメンタル面の講演があった。さらに、春の甲子園大会に出場した高校野球監督の講演もあり、参加者から大いなる評価を得た。関東地区研究会は、月1回渋谷の青山学院大学で開催しており、関東地区から多くの参加者がある。また、各地区の研究会も年に数回の集中講習会を実施して、チームや選手がすぐ実

施できる内容の講習や実技を紹介し、現場のニーズに答えている。最近は、プロ、実業団、高校の野球部などに対してサポートするケースも増えてきた。この中から全国大会優勝や全国大会出場を決めたチームが多数でて、研究会の目的である競技力向上に対して、研究と現場での応用や実践のキャッチボールが確実に成果になって表れている。他の活動として、スポーツ心理学会での自主シンポジウム、メンタルトレーニング指導士・補資格認定講習会での話題提供などに積極的に参加して、研究会の活動の主旨を理解していただけるように努力している。この研究会の情報収集として毎年国際学会への参加をしている。本年度は、米国オーランドで開催された国際応用スポーツ心理学会(AAASP)に3名が参加した。今後は、体育心理専門分科会やスポーツ心理学会との交流を密にして、研究と現場のキャッチボールがもっとできることを希望している。

V. 日本体育学会第53回大会案内

日本体育学会第53回大会（埼玉大学）の内容案内

1. キーノートレクチャー1

日 時：10月12日（土）13：00～14：00

会 場：A202

テーマ：スポーツ選手のメンタルトレーニングにおける動作法

司 会：飯嶋正博（順天堂大学）

演 者：星野公夫（沖縄国際大学）

2. キーノートレクチャー2

日 時：10月12日（土）14：00～15：00

会 場：A202

テーマ：リラクセーショントレーニングがもたらす心理的変容

司 会：田嶋恭江（武庫川女子大学）

演 者：伊達萬里子（武庫川女子大学）

3. シンポジウム

日 時：10月13日（日）09：00～11：30

会 場：A202

テーマ：体育授業における体育心理学の役割
—運動学習の視点から教育を考える—

司 会：麓 信義（弘前大学）

運動学習の場である体育授業で何を教えるか

演 者：関矢寛史（広島大学）

運動学習研究の体育授業への貢献

阪田尚彦（岡山大学）

授業実践につながる運動学習研究とは何か

コメンテーター：

伊藤政展（上越教育大学）

藤田昌一（さいたま市立原山小学校）

樋上弘之（滋賀県立水口東高校）

4. 総会

日 時：10月13日（日）11：30～12：00

会 場：A202

スポーツ選手のメンタルトレーニングにおける動作法

— 身体の自己コントロールとメンタルアクティベーション —

星野公夫（沖繩国際大学）

動作法、動作課題、動作体験 動作の構造化、メンタルアクティベーション

1 動作法とは

動作法は特定の理論に基づいて身体運動の過程を検討するのではなく、臨床事例の積み重ねを通して理論を構築してきた。そのために、発展の過程で理論に変化の見られるのが特徴である。しかしながら、その中心的な見解は一貫している。

それは、随意運動を筋・骨格系とか脳・神経系の活動とかの観点から検討する生理学的見解ではなく、体の持ち主である「主体」が自分の体を動かす「身体の自己コントロール」と言う「心理過程」として捉える立場を取ることである。この見解に基づき、成瀬は、「体が動く」と「体を動かす」とを峻別し、体を動かす過程を動作と定義し、そこに、「意図」→「努力」→「身体運動」の一連の過程を設定した。これは、「意図」「努力」の心理的活動があって初めて生理現象としての「身体運動」が開始されると見るのである。

この見解に立つと、身体運動を遂行するには、その開始から終末まで、絶え間ない主体的・能動的な努力を必要とする。しかもそこでは、今、自分が体をこのように動かそうとしているとか、動かしている、これはだめだな、これはいいぞ等さまざまな実感を伴う。この実感を動作体験と呼ぶなら、動作を遂行するには、体の自己コントロールのみでなく、動作体験をも含めた幅広い心理的な活動がなされるのである。

動作は心理的な活動に基づき遂行されるのであるから、逆に言うなら、動作を変えることは、心理的な活動を変えることにもなる。

この、動作の変容を企図することによって心理的な変容を図ろうとするのが動作法の最大の特徴となる。

2 動作法の目的

トレーナー（指導者）はトレーニー（被指導者）にとってより有益な動作課題を設定し、トレーニーがその動作課題を解決しようとする際の動作体験の仕方の変容を図ることを通して心理的な活性化を図る。

3 手続き

躯幹部の弛緩、股関節部の弛緩、胸や肩の弛緩、躯幹を伸ばす、胸や首筋を伸ばす、重心の左右、前後への移動、踏みしめ等の動作を動作課題として設定する。

これらの課題は、一見ありふれたもののように見えるが、実際には自分ひとりではうまく行えないものである。そこでトレーナーは、トレーニーの体を実際に動かす手助けをすることで、課題解決の援助を行う。

4 スポーツ技術における動作の構造化

スポーツでは、自分の体を動かすことが基本であり、しかも、これは、主体的・能動的な活動である。そこで、スポーツ選手に対しては、動作法は、体を動かす事を第一の目的としつつ、こころの活性化を図ろうとする。つまり、メンタルアクティベーションである。

その際に、例えば、重心の移動が巧みになると、その結果、プレイも巧みになる。そのために、動作法は競技の技術を指導しているとの誤解を受けることがある。そこでここでは、スポーツ技術における動作を行動の観点から構造化し、動作法の位置付けを明確にしたい。

例

- ① 目的行動 100mレースで勝とう
- ② 目的動作 走る動作
(目的行動の達成を裏付ける動作)
- ③ 基本動作 腕振り、足首の蹴り、腰を立てる等
(目的動作の構成要素となる動作)
- ④ 弛緩動作 身体各部の弛緩

選手達は、勝つことや好記録を目的として練習を重ねているし、指導者も指導を行う。そこには、運動技術の練習のみでなく、場の認知の練習もなされるが、ここでは、運動技術に話を絞りたい。では、選手達は上記のどのレベルの練習をしているのであろうか。おそらく、②目的動作の練習が主で、基本動作の練習にはあまり時間を割けないであろう。

しかも、筆者の見解では、人間一般は、弛緩、躯幹や首筋の伸ばし、腰を入れる、重心の移動等の基本動作を、練習することなしに完全にできるものは極めて少ない。したがって、目的動作の練習を行うことで基本動作を身につけることは極めて困難と言えるのである。

動作法は、基本動作と弛緩動作の練習には効果的な方法である。そこで、動作法によって弛緩動作や基本動作を身につけた選手は、目的動作をより効率的に習得することが予測できる。

5 まとめ

心理状態の変容を図ることは選手が自己の能力を十分に発揮するのに極めて重要である。しかし、心理状態が好転したとしても、運動技能に向上が見られるとは限らない。運動技能の向上のためには体の自己コントロール能力の向上が必要である。この意味で、基本的な体の動かしかたの練習を通して心理的な活性化を企図する動作法はスポーツ選手に有益な方法の一つであろう。

リラクゼーショントレーニングがもたらす心理的変容

伊達萬里子（武庫川女子大学）

リラクゼーショントレーニング、パーソナリティ、心理的変容、皮膚温、脳波

1. はじめに

リラクゼーショントレーニングの効果は、近年多様な角度から報告されているが、生理学的手法をもとにした研究は、今日でもそれほど多いとはいえない。さらにスポーツ社会学上で分類される克服・達成スポーツである新体操を対象とした実証的研究に至っては皆無と言っても良い。

この原因は新体操の種目特性・性格特性もさることながら、スポーツ心理学の研究者間でも指摘されているように、「精神の安定」という概念が非常に複雑であり、測定・評価方法が難解とされるからである。また、パーソナリティが短期間の刺激などでは変容しにくいと定義されていることから伺える。

しかし、短期間の刺激でも各試合場面で性格の一側面が関与する認知的評価の状態が、一時的に変容したと考えるとよいのではないか。これまでも短期間のサポートによるパーソナリティ変容が問題にされてきたが、これらについて今後再検討する余地があると思われる。近年の心理的変容に関する研究には、リラクゼーショントレーニングは緊張・不安の軽減、精神の安定・自己コントロールの向上を図ると指摘した報告が数多くみられている。

ここでは、演者が検証したリラクゼーショントレーニングの心理的効果について報告をおこなうと共に、関連研究を検索し、その動向と展望を考察する。

2. 新体操の沿革と種目特性

新体操としての歴史は浅く、1963年にヨーロッパで第一回世界選手権大会が開催されるまでは、芸術体操と呼称されていた。新体操の種目特性は、敵対する相手と格闘する「格技スポーツ」やゲームをおこなって勝敗を争ったり、なんらかのタイムや距離の優劣を決したりする「競技スポーツ」ではない。達成感や成功感を得るために連続的なリスクによる過緊張や正確・確実性を意識した集中持続などを伴ったアートスポーツである。

3. 新体操選手の心理的特性

演者はパーソナリティの一側面を見る手段として、YG性格検査やMPI、TSMI、DIPCA、JSACLを用いて分析をおこなった結果、トップクラスの選手は新体操の一般選手や球技種目の選手と比較すると精神的に不安定な傾向を示すことが明らかとなった。

特に顕著な差異が認められたのは、情緒安定性、神経症的傾向、失敗不安、緊張性不安、精神の安定・集中、ストレスなどの各因子・尺度であった。

4. 新体操選手のメンタルサポート

M女子大学では、過去において過緊張によりミスを犯す選手が多く、全日本選手権大会に今一歩で手が届かない状態であった。1995年～1999年にかけてリラクゼーショントレーニングを主軸としたメンタルサポートを試みた結果、2000年に全日本選手権大会出場（9位）、2001年には入賞（4位）を果たした。これらの成績はリラクゼーショントレーニングが心理的スキルの向上をもたらし、運動パフォーマンスの安定的発揮に貢献した結果と考えられる。

この間のリラクゼーショントレーニングにおける実験方法は以下の通りである。

① 呼吸法を基盤とした一連のプログラム

音楽(α WAVE MUSIC CLASSIC...♪) 30～32/分、アダージオを用いたリラクゼーショントレーニング(呼吸法、漸進的リラクゼーション法、自律訓練法、気功)を行い、効果の理論的根拠については自律神経系の活動水準をみるパラメーターから心理的側面への影響を検討した。

結果から、心拍数や腋窩温はトレーニング後に有意な低下を示し、皮膚温は、手指に有意な温度上昇がみられた。

さらに、脳波では左前頭部と比較して右前頭部に顕著なα波の増加量がみられた。特にDIPCA.3で精神の安定・集中因子が低い結果を示した実験群に大きな変化が認められた。

② リラクゼーショントレーニングプログラムの検討

リラクゼーショントレーニングプログラムは時間的に余裕のある練習過程でおこなうことが前提である。しかし、試合直前に短時間で効果が期待できる手法とは何か、これらを解析することがピークパフォーマンスにつながると推測した。この実験では、緊張不安やあがりの克服方法として、従来からよく用いられている「個人の儀式(ルーティン)」も取り上げた。この意図は、お守りやお気に入りのグッズを持つ、祈る、縁起を担ぐ、無心になるなどルーティンにおける効用性に関する研究は少ないと考えたからである。手法ごとの測定はEEG topographyとJSACLの面から評価した。結果では、ルーティンと無心は右後頭部と右側頭部でα2波の含有量が有意な増加を示し、大脳賦活効果がみられた。

5. リラクゼーショントレーニングの動向と展望

近年、国内において発表されたリラクゼーショントレーニングとパーソナリティに関する文献を検索し、パフォーマンス向上を図るメンタルサポートについて考察する。詳細な報告は大会当日におこなう。

運動学習の場である体育授業で何を教えるか

運動学習研究の現在から考える

司会 麓 信義 (弘前大学)

体育心理学分科会では、昨年にひきつづき、体育授業との接点を求めたシンポジウムを企画しました。内容は、表題にあるように、運動学習研究の成果が実際の授業でどのように生かせるかについて議論しようというものです。

心理学における運動の研究史を見ると、発達心理学の分野では、幼児の知的発達が運動と密接に結びついていることから、動作の発達が、知能の発達などとの関連で研究されてきています（たとえば、ピアジェの感覚運動シエマ）。

ところが、運動学習は人間の基本的な学習活動の一つであるにもかかわらず、学習心理学の分野ではほとんど研究されてきていません。

学習を刺激と反応の結合として理解しようとするSR理論が主流であったことによる方法論的境界があったのかも知れませんが、この運動学習の分野の研究は、HenryとRogers（1960）によるメモリードラマ説の発表まで、大きな進展はありませんでした。

その後、Keele（1968）が運動プログラムの概念の重要性を指摘し、Adams（1972）が閉回路理論を発表したりして研究が進展しました。そして、Schmidt（1975）がスキーマ理論を提唱したことがきっかけとなり、運動学習の理論的研究が盛んになってきています。

スキーマ理論の重要な視点は、動作はプログラムを作って実行されるが、プログラムを作る段階でその動作をするとどのように自分自身で感じられるかについての予測も準備され、実行段階ではその予測される結果に対してフィードバックがなされてスムーズな動作が遂行されるとという枠組みです。

そして、練習によって獲得された技術は、運動プログラムとしてそのまま記憶されるのではなく、より一般的な運動プログラム（スキーマ）として

記憶されるという点です。

スキーマ理論によると、新規な動作をやってみようとする場合は、これまでの経験で獲得している「似た動作の運動スキーマ」から借りてきて運動プログラムを作ると仮定されています。

スキーマ理論の発表以降、運動学習に関する様々な理論が提唱されていますが、今回は、「学習者は運動プログラムを作って動作を行うことを繰り返して上達する」ということを前提にして、運動学習研究の成果と体育の授業現場を結びつけると、どのような示唆が得られるかについて検討したいと思います。

これまで、運動学習研究者が体育の授業を想定して研究をしていたかと反省してみると、50周年記念大会の共催シンポジウム「スポーツの技術指導を考える」に代表されるように、技術指導との関連は考慮されていましたが、体育授業全般との関わりについてはあまり考慮されていなかったように思われます。副題を「考える」と結んだ理由は、この点については実績がないので、今回のシンポジウムを出発点としてこの面についても考えていこうという姿勢を示したかったからです。

今回は、運動学習研究の最前線で活躍されている若手の関矢寛史氏に体育授業と関連づけられそうな運動学習研究の最先端を紹介していただき、体育心理学を研究されて教科教育に移られた阪田尚彦氏からは授業実践で生じる問題の中で学習に関係すると思われる事項について話題提示をしていただきます。

その内容を踏まえ、指定討論者としてお呼びした研究者（伊藤政展氏）と現場教師（藤田昌一氏、樋上弘之氏）の方々から授業現場の問題と研究成果との関連について、疑問や問題点を指摘していただき、今後の研究の指針の一つにできたら幸いです。

運動学習研究の体育授業への貢献 —運動学習を効率よく行わせることによって何を教育するのか—

関矢寛史（広島大学総合科学部）

観察学習，フィードバック，潜在学習，多様性，文脈干渉

運動スキルの学習とは、練習や経験を通じた比較的永続的な行動の変化を意味し、パフォーマンスとはある特定の条件下における一時的なスキル遂行の達成度を指す。つまり、体育の授業中に起こるパフォーマンスの変化が単なる一時的なものであるのか、それとも比較的永続的かつ多様な状況への適応性を備えたものであるのかによって、学習の生起は大きく左右される。

本シンポジウムにおいては、運動学習研究が明らかにしてきたテーマの中から、特に体育授業におけるスキル学習の方法論に示唆を与えるものをいくつか選び、効率の良い運動学習を通して学習者に何を教育するのかについて考えてみたい。

まず、観察学習（モデリング）の研究は、理想的なフォームを持つ熟練者モデルを観察することが、四肢や体幹の協応（コーディネーション）に関する情報の取得を容易にすることを示している。一方、失敗や成功を繰り返しながら未だ学習の発展途上にある学習者モデルを観察することは、失敗の原因や学習方略に関する情報の取得を促進することが明らかになっている。ただし、それは観察者が行為者と同じ情報処理を主体的に行いながら観察した場合に限定される。体育授業においてこれら2つのタイプのモデルをどのように活用するべきであろうか？

次にフィードバックに関して、かつては、動作遂行後に与えるアドバイスなどの付加的フィードバック情報は、より迅速に、より頻繁に与えるべきであると考えられていた。しかし近年のフィードバック遅延やフィードバック頻度の研究は、迅速かつ頻繁なフィードバックが、時として保持や転移という学習効果を抑制することを明らかにしている。これは学習者が外在的なフィードバ

ック情報への依存性を高め、運動感覚などの内在的フィードバック情報の処理を怠るためであると考えられている。体育授業において、学習者が課題に内在した情報に基づき、自己のパフォーマンスを主体的に評価・修正する能力を高めるためには、どのようにフィードバックを与えたら効果的であろうか？

また、近年、多くの領域で意識と無意識についての研究テーマが注目を集めているが、運動スキルの潜在学習に関する研究は、人間が環境や課題に存在する規則性を潜在的に（無意識的に）学習する能力をもっていることを明らかにしている。さらに、潜在的な学習が顕在的な（意識的な）学習に比べて学習を促進する事態も多く認められている。これは、観察学習やフィードバックの研究から導き出された「主体的に考える」ことの重要性と一見矛盾するように思われるが、指導者は意識的・無意識的な学習環境をどのように使い分け、セットアップしたらよいのであろうか？

また、多様性と文脈干渉に関する研究は、一時的なパフォーマンスの向上と、比較的永続的かつ適応性をもった行動への変化を区別して、スキルの練習方法を考慮することの必要性を示してきた。練習中のストレスを減らすこと、成功経験を味わわせること、動機づけを高めることなどが、時間と労力は要するが忘却されにくく適応性をもった運動記憶として学習することと両立するのであろうか？もし両立しないのであれば、体育授業ではどちらを重要視するべきであろうか？

本シンポジウムにおいて、効率的な運動学習が何を教育するのか、もしくは、何を教育したいのかが効率的な運動学習の方法を規定するのかについて考えてみたい。

授業実践につながる運動学習研究とは何か

—個別の運動教材に根ざした「指導—学習」研究のあり方—

阪田尚彦（岡山大学）

教材の特性 運動プログラム 注意の集中 学習集団

1. はじめに

運動学習研究は今、教育（教科体育）に如何ほど寄与できているのだろうか。運動学習を通して何を、どのように教育するのか。このような「問い」に答えていくには、研究成果の実践への「適用」という一方向的な発想ではなく、授業実践という営みを直視し、そこから問題をひき出すことが不可欠であると思う。

現実に授業においては、ひとり心理学だけでなく、多様な分野の研究成果が組み合わされ、統合されて、投入されるものである。運動学も生理学・解剖学も社会学も…である。しかし、教育が基本的に、外からの働きかけで、子どもの内面（心理）を動かし、変えていく仕事であるならば、心理学は本来、主導的な役割を担うべきものなのかもしれない。

授業を行う立場からすれば、体育心理学（運動学省）の研究では、端的に言えば、子どもの心理を明らかにして欲しいのである。それも一般的な心理ではなく、個別の運動を学んでいる子どもの「個別の心理」を、である。そして、それがどのように行動の変化に反映し、学習を成立させ得るかを、個別の運動について明示して欲しいのである。運動一般の「普遍性」追求は、もっと時間をかけてもよいのである。

2. 教材（運動）の特性が要求する心理過程

身近な例で、跳び箱の指導を考えてみる。跳び箱は跳び越すこと、さらにより高い段を目指すことが、直接の技術的目標となることがしばしばである。しかし、このように価値を一元的におき、ここに子どもたちを引き込んでいくのは、教育としては問題である。“苜蓿前”の体力・運動能力という自分の固定的なものを出して跳んでいるだけでは、教材としての跳び箱の学習とは言えない。跳び箱という教具を含む“状況”に「対応」して、自分を調節し、自分をつくり変えていくとするものでなくてはならない。そして例えば、合理的な腕の支え、柔らかい膝による踏み切りや着地などが学習されたならば、それは、「安全性」（自分の身を守る力）という体育の不可欠の目標実現に沿っているである。

跳び箱はスタートから着地までの流れ・リズムの形成に跳び箱固有の身体の「制御」が要求される。跳び越すことはこの過程にあらわれるひとつの変化であり、一定の結果である（もちろん、この運動のピークではある。）。

3. 「運動プログラム」形成の場としてのスタート

跳び箱でスタートが問題とされている授業（記録）は、ごく例外を除いてほとんどなかったといつてよい。

スタート地点で何が教えられるのか。物理的にはただ立っているだけであるが、心理的には運動を成立させるだけの内的活動の喚起が必要である。跳び箱という“抵抗体”（障害物）を自分に“一体化”させていくには、葛藤、不安などをも含め、さまざまな心理的要因が関与するものである。少なくとも初学者にはそうである。一回の試行に二度、身体が宙に浮く瞬間があるが、ここで怖くなり、流れが途切れてしまうことがある。スタートとは、“リズム・流れ”を生み出す「起点」であり、「源」であるという解釈が、ここでは必要であるように思われる。

「学習理論」的に言えば、この地点は運動に先立って、「運動プログラム」作成の場である。したがって、この運動の実現に向けての手段、条件等の予測、「先取り」が行われるべき場である。スタート時には、このような内的活動の喚起という技術上の課題はもちろんのこと、確固たるイメージを自力でつくりあげていくだけの「自立性・主体性」形成という、教育の基本問題への手がかりさえ存在するようにも思われる。

また、ここでの心理的な形態として、「注意」の問題に引き寄せて考えることも可能である。過去の授業記録でスタートに関して調べると、呼吸、準備状態としての脱力・柔らかさ、スタート位置の判断、体重の移し変え等々、さまざまな内容が見られるが、いずれも、“状況”への「対応」を教えているのであり、学習者の側からすれば、対象への「注意の集中」という心理的要因を如何につくりだすかという問題として考えることもできる。

4. 「集団の吟味」を受ける運動学習

学校とは、本来、「みんなで学ばないと身につかないもの」を学ぶ場である。教師は学級という学習集団にかかわり、相互の情報の交流を促しつつ、必要な教育内容を子どもに身につけさせようとする。孤立したかたちで学習が行われることは基本的にはない。そのような意味で、現象的には個人的な運動学習に見えても、その過程には教師を含む、学習集団の多様な情報を取り込んでいることが多く、その吟味を受けながら遂行しているのが授業という場である。この場合は、実験室とは異なり、ニュートラルな空間ではないのである。

VI. 学位論文の紹介

学位論文の紹介

日本語版主観的運動体験尺度を用いた運動後の
感情変化に関する研究

鍋谷 照 (九州大学大学院人間環境学行動システム専攻)

1. 目的

本研究は、一過性運動の感情変化を評価する主観的運動体験尺度(SEES)の日本語版を作成し、その下位因子である「疲労感」「心理的ストレス」「積極的安寧」の3因子を用いて、感情変化に伴う因子間の関わりを明らかにすることを目的とした。

2. 結果の概要

1) 日本語版主観的運動体験尺度の作成

まず、日本語版主観的運動体験尺度(SEES-J)が作成された。尺度作成は3つの研究から構成されている。研究1において項目の精選、研究2において運動時の適用、研究3において基準関連妥当性が確認されている。

研究1では、体育専攻学生223名による運動時のイメージ想起によって候補語31項目の中から、因子負荷量を基に3因子12項目が抽出された。表1は抽出された12項目によるプロマックス回転後のパターン行列である。オリジナルSEESと同様の因子構造をもつことが確認された。また、疲労感因子： $\alpha = 0.88$ 、心理的ストレス因子： $\alpha = 0.87$ 、積極的安寧因子： $\alpha = 0.85$ と各因子において高い信頼性が示された。

次に研究2において、運動時における尺度の有効性を確認した。調査対象者は大学において体育実技の授業を履修している学生187名である。研究1の因子構造を確認するために、運動前後の調査結果に検証的因子分析を行った。その結果、モデル

表1. 12項目によるプロマックス回転後のパターン行列

No	項目	FAT	PD	PWB	english
1	疲れた	0.88	0.08	0.02	tired
2	疲労感	0.84	0.01	0.07	fatigued
3	へとへとな	0.80	-0.03	-0.03	drained
4	消耗した	0.74	-0.06	-0.04	exhausted
5	落胆した	-0.06	0.95	0.04	discouraged
6	悲しい	-0.08	0.82	0.13	miserable
7	つまらない	0.04	0.80	-0.14	crummy
8	ひどい	0.19	0.59	-0.06	awful
9	希望に満ちた	-0.03	0.10	0.85	great
10	積極的な	-0.06	-0.04	0.78	positive
11	力強い	0.07	0.12	0.74	strong
12	素晴らしい	0.05	-0.18	0.74	terrific

PD 心理的ストレス

PWB 積極的安寧

FAT 疲労感

の適合度としては、運動後の基本モデルは $GFI=0.901$, $RMSEA=0.086$ であり、単純構造を覆さない程度の修正を加えた修正モデルにおいては $GFI=0.925$, $RMSEA=0.068$ であったため、モデルの適合度としては十分なものと判断された。

次に研究3において、他の心理測定尺度との関連が確認された。調査対象者は大学生体育実技履修者103名であった。測定項目としてはSEES-J, FS (Feeling Scale), POMS(Profile of Mood States), SAI (State Anxiety Inventory)が用いられた。SEES-Jの下位因子は同様の因子を対象としている尺度との相関係数が高く、それ以外の因子との相関係数が低い傾向があった。これらのことから、収束妥当性、弁別妥当性が示された。

以上のことから、信頼性及び妥当性が確認され、「疲労感」「心理的ストレス」「積極的安寧」各4項目による3因子構造をなす質問紙、日本語版主観的運動体験尺度が作成された。

2) 感情変化に関係する運動様式の違い

次に、運動様式の異なる種目の感情変化の違いを分析した。運動課題としては、静的な運動であるストレッチと動的な運動であるサッカーが採用された。

調査対象者は大学生257名(ストレッチ103名, サッカー154名)であり、体育実技の前後に調査を行った。その得点の変化を図1に示した。分析の結果、ストレッチにおいて、疲労感と心理的ストレスは低下、積極的安寧は増加を示した。一方でサッカーは、疲労感と心理的ストレスは増加、積極的安寧

は減少を示していた。心理的ストレスは種目間の主効果に有意差はなく、積極的安寧は運動前後の主効果にも有意差は示されなかった。そして、すべての因子で有意な交互作用がみられたため、ストレッチとサッカーでは変化のパターンが異なるものと思われた。

また、運動後の因子間の関わりは、運動の様式によって異なるものであった。ストレッチにおいて疲労感因子と心理的ストレス因子との標準化共分散係数は、運動前において0.82であり、運動後にも0.81と強いものであったが、サッカーの標準化共分散係数は、運動前に0.81であるが、運動後には0.26と弱くなっていた。

これらの結果は、サッカーの疲労感の高まりが著しいものであるにも関わらず、心理的ストレスには種目間の差が生じていないことを結びつけるものであった。

以上のことから、動的な運動による疲労感が必ずしもネガティブ感情に結びつくものではないことが示された。

3) 感情変化に関係する疲労感の違い

先述の疲労感の影響について更に細かく分析を試みるため、疲労感の変化パターンと運動前後の感情変化、及び感情の因子間の相互関係を明らかにすることを目的とした。

調査対象者は、大学生及び短大生727名であった。SEES-Jによって調べられた疲労感因子の得点を標準化して、2つのカテゴリーに分類した。運動前後の疲労感の高低から4群を抽出した。

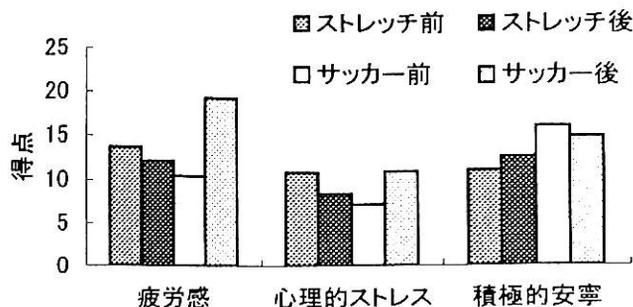


図1. ストレッチとサッカーのSEES-Jの得点変化

心理的ストレス因子と積極的安寧因子の関連を多母集団同時分析によって比較した結果、低疲労から高疲労に変化した群だけに心理的ストレス因子と積極的安寧因子間に負の相関が生じた。このことは、身体的に疲労感の高まった状態において、心理的ストレス因子が高い人は積極的安寧因子が低く、心理的ストレス因子が低い人は積極的安寧因子が高い状態にあることを示した。

これらのことから、身体的な疲労感によって、ネガティブ感情とポジティブ感情の負の関わりを引き起こすことが示唆された。

4) 感情変化に関する運動前の疲労感

次に、運動前の疲労感が感情変化に及ぼす影響を確認し、疲労感が運動指導の有効な事前情報と成り得るかを確認した。調査対象者は大学生及び、短期大学生727名であった。運動前の疲労感を標準化して2つのカテゴリーに群分けし、種目別に感情の変化が確認された。

心理的ストレス因子の変化を図2に示した。心理的ストレス因子の変化としてはインディアカとサッカーを除き有意な交互作用がみられた。そし

て、比較的低強度の運動であろうと考えられる種目を実施した後に、高疲労群の心理的ストレス因子は減少している傾向が示された。

これらの結果は、運動前に疲労感の高い者は、低強度の運動をすることによって心理的ストレス因子が減少することを示しており、運動前の疲労感が高い者には、低強度の運動実施が適切であることが示唆された。

3. 要約

1) 運動前に疲労感の高い者が低強度の運動をすると、ネガティブ感情が減少し、ポジティブ感情が増加する傾向があった。

2) 感情因子の関わりは運動強度に依存する可能性と、疲労感は運動強度によっては必ずしもネガティブ感情には結びつかないということが示唆された。

以上が、論文の概要ですが、紙面の都合上、すべての内容を報告することができませんでした。ご了承くださいたく存じます。

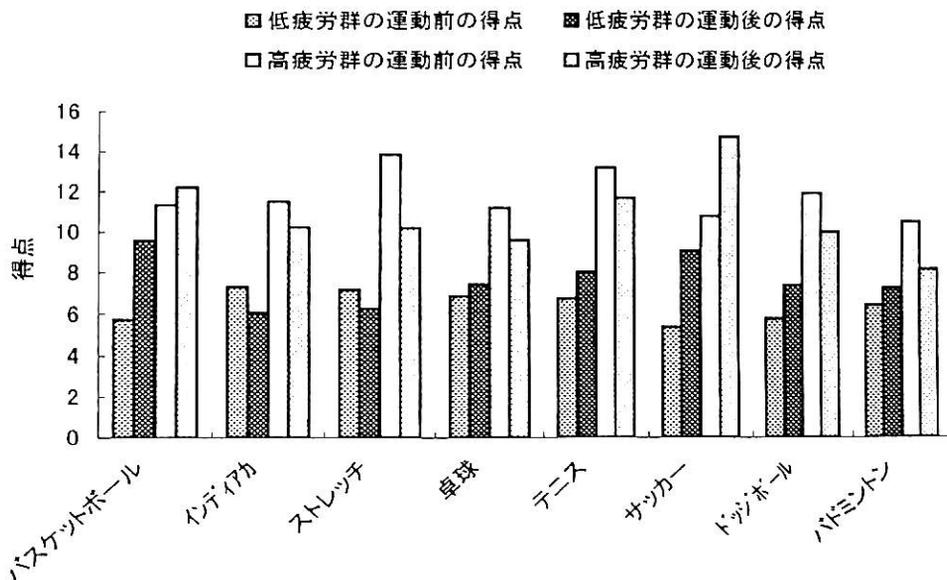


図 2. 種目別心理的ストレス因子得点の変化

スポーツにおける目標志向性に関する日米比較研究

磯貝浩久 (九州工業大学情報工学部)

九州大学人間環境学研究科博士論文

はじめに

スポーツ活動を生涯に渡って継続することは、様々な疾病を予防する上で、また豊かな生活を営む上で重要であり、そのスポーツ継続に関与する要因として動機づけの問題が指摘できる。近年の動機づけ研究では、個人が抱く目標の認知的表象の特質と機能により、目標を成し遂げるための方法や過程が影響を受け、その結果として様々な行動が生じたり維持されると考える目標志向性（目標理論）が注目されている。そのため、本論文では目標志向性に関する先行研究を展望し、以下の2点が研究課題とみなされることを指摘した。

第1に、従来の研究では競技者の目標志向性について、課題志向性・自我志向性の2つの視点を中心に検討されてきたが、多様な視点から競技者の目標志向性を明らかにする必要があるということである。

第2に、スポーツにおける目標志向性は、自己に対する考え方と関係し、その自己観は個人が所属する文化のなかで形成されると考えられることから、比較文化的観点から検討する必要があるということである。

本論文では、比較対象国としてアメリカ合衆国（米国）を選定した。それは、相互協調的自己と相互独立的自己の文化的自己観が日米で相違すること、学習場面の動機づけ研究において、日米間で様々な相違が示されていること、競技者の目標志向性に関する研究が米国を中心に行われてきたこ

と、などの理由による。

これらについて検討することにより、日本人競技者の動機づけのあり方に対する理解を深めることができると考えられる。

目的及び仮説

本研究の目的は、スポーツにおける目標志向性に関して新たな視点を提示し、日米大学生競技者の比較を行うことにより、スポーツ場面での目標志向性に及ぼす文化の影響を明らかにし、考察することである。

本研究の仮説は、スポーツにおける目標志向性には文化的自己観が関係しており、そのため日米競技者の目標志向性が様々な相違する、である。

論文構成

研究目的を達成するために、論文は以下のように構成された。すなわち、第1章「序論」、第2章「スポーツにおける個人・社会志向性尺度の作成とその適用」、第3章「スポーツにおける目標志向性の日米比較」、第4章「スポーツにおける目標志向性と原因帰属の日米比較」、第5章「総括」である。

結果の概要

1. スポーツにおける個人・社会志向性尺度の作成とその適用

スポーツ場面での自己實現的あり方を意味するスポーツにおける個人志向性、スポーツ場面での社会適応的特性を意味するスポーツにおける社会志向性の概念を提示し、予備尺度を作成した。因子分析の結果、2因子構造であることが確かめられ、ま

た構成概念妥当性及び基準関連妥当性が示された。さらに、信頼性が確認されたことから妥当性・信頼性を有する尺度が作成された。

スポーツにおける個人・社会志向性尺度の特徴として、女性は男性より社会志向性が高く、個人種目競技者は集団種目競技者より個人志向性が高いことが示された。

2. スポーツにおける目標志向性の日米比較

1) スポーツにおける個人・社会志向性に関して: スポーツにおける個人・社会志向性尺度の等価性が確認された。2 志向性は、日本では密接に関係するのに対して、米国では関係性が示されなかった。日米とも女性は男性より社会志向性が高く、個人種目競技者の個人志向性が高いことが示された。日本人競技者は米国人競技者と比べて、個人志向性が高く、社会志向性が低いことが明らかになった。

2) スポーツにおける課題・自我志向性に関して: スポーツにおける課題・自我志向性尺度の等価性が確認された。2 志向性は、日本では密接に関係するのに対して、米国では関係性が示されなかった。日米とも個人種目競技者の課題志向性が高いことが示されたが、性差は認められなかった。日本人競技者は米国人競技者と比べて、自我志向性が高く、課題志向性が低いことが明らかになった。

3. スポーツにおける目標志向性と原因帰属の日米比較

スポーツにおける帰属様式尺度の等価性が検証された。帰属様式に関して、日本人競技者は、成功を外的要因、不安定要因等に帰属し、失敗を内的要因、安定要因等に帰属する自己批判的帰属傾向を示した。一方、米国人競技者は、成功を内的要因、安定要因等に帰属し、失敗を外的要因、不安定要因等に帰属する自己肯定的帰属傾向を示した。目標志向性と帰属様式の関係について、日本では自我

志向性の高い競技者は失敗を外的要因に帰属する傾向にあり、米国では個人志向性の高い者は成功を内的要因に、社会志向性の高い者は失敗を内的要因に帰属する傾向が認められた。

研究のまとめ

本研究結果から、スポーツ場面での目標志向性の新たな視点として、スポーツにおける個人・社会志向性の概念が示され、妥当性・信頼性のある評価尺度が作成された。スポーツにおける個人・社会志向性及びスポーツにおける課題・自我志向性は、日米の大学生競技者間で様々に相違することが示され、また原因帰属との関係も相違することが明らかになった。日米間の相違の仕方には、文化的自己観の概念に合致するものとししないものが含まれていたが、スポーツにおける目標志向性に社会文化的要因が影響することが明らかになり、今後これらの要因を考慮して研究を進めていく必要性が示唆された。

おわりに

本論文を作成するにあたり、今年九州大学から第一福祉大学に移られた徳永幹雄教授に終始温かいご指導を頂きました。また、九州大学の橋本公雄教授、丸野俊一教授、古川久敬教授から多くの示唆を頂きました。記して深く感謝申し上げます。

論文の一部は、下記の雑誌に掲載されました。ご興味のある皆様から、ご批判を頂ければ幸いです。

磯貝浩久: 運動行動に対する動機づけ理論とその文化規定. 健康支援, 1 (2): 15-26, 2000.

磯貝浩久・徳永幹雄・橋本公雄: スポーツにおける個人・社会志向性尺度の作成. スポーツ心理学研究, 27 (2): 22-31, 2000.

Isogai, H., Bigwood, B.W., Cornelius, A.E., Etnier, J., and Tokunaga, M.: A cross-cultural analysis of goal orientation in American and Japanese physical education students. *International Journal of Sport Psychology*, in press (2002).

高齢者の主観的幸福感に及ぼす長期的運動の影響

安永明智（九州大学非常勤講師）

【背景と目的】

少子高齢社会をむかえる我が国において、高齢者は日常生活機能の自立を維持し、心身ともに健康な状態を保つことが重要な課題となってくる。厚生労働省も「あと何年生きられるか」という生存の量のみならず、「いかに自立して健康に暮らせるか」という生活の質（Quality of life；QOL）を考慮した「健康寿命」の重要性を提言している。このような「平均余命の延長」から「健康寿命の延長」への高齢期の目標の変化は、高齢期により積極的な意味を持たせるものである。特に、サクセスフル・エイジング（successful aging）やQOLの視点からも、高齢期において主観的幸福感などで評価されるポジティブな心理的健康を良い状態で保つことは「幸福な老い」の実現のためには不可欠である。

今後の少子高齢社会の中にあって、高齢期における「幸福な老い」を実現していくためにも、高齢者の心理的健康を良好に保つために、運動・身体活動がどのように貢献できうるかを検討していくことは意義のあることと考えられる。

そこで、本研究は、サクセスフル・エイジングやQOLの重要な構成要素である主観的幸福感に及ぼす長期的運動の実践の影響を、介在変数を含めて包括的に検討し、高齢者の主観的幸福感への長期的運動の実践の心理社会的なメカニズムを明らかにしていくことを目的とした。

【結果】

最初に、在宅の前期高齢者を対象として、主観的幸福感と長期的運動の実践、日常生活機能の自立の関係を分析した。その結果、高齢者の主観的幸福感には、日常生活機能の自立が重要な役割を持つことや、長期的運動の実践は、日常生活機能の自立に重要な役割を持つことが明らかになった。

次に、前期高齢者と後期高齢者別に日常生活機能の自立や心理社会的変数と長期的運動の実践の関係を検討した。その結果、後期高齢者の日常生活機能の自立や健康度自己評価、ソーシャルサポート、主観的幸福感、前期高齢者の日常生活機能の社会的自立への長期的運動の実践の重要性が明らかとなった。高齢者の主観的幸福感への長期的運動の実践の影響に関する仮説の検証において、単相関の分析では、長期的運動の実践と主観的幸福感に有意な関連がみられたものの、単相関での分析結果を基にした仮説を共分散構造分析で検証した結果、長期的運動の実践の主観的幸福感への直接的な影響は示されなかった。仮説を修正し、統計的に受容された仮説から、主観的幸福感に直接的な影響を与えた変数は、健康度自己評価とソーシャルサポートであった。これらのソーシャルサポートや健康度自己評価は、日常生活機能の自立から直接的な影響を受けていた。また、日常生活機能の自立は長期的運動の実践から直接的に影響を受けていた。以上の結果から、長期的運動の実践が直接

的効果をもたらすのは日常生活機能の自立であり、日常生活機能の自立の維持がソーシャルサポートや健康度自己評価を良好に保ち、そのことが主観的幸福感に影響を与えることが明らかとなった。

最後に、高齢者の体力や主観的幸福感への長期的運動の実践の効果を介入研究により検証した。その結果、運動介入前後で、開眼片足立ちの低体力群、長座体前屈の低体力群、全身反応時間の低体力群と高体力群に有意な変化が認められ、高齢者の体力への長期的運動の実践の効果が示された。特に、体力の低い高齢者でその効果は顕著であった。一方の主観的幸福感の低得点群でも介入前後で有意な変化が認められ、高齢者の主観的幸福感への長期的運動の実践の効果も示された。体力測定項目と同様に、主観的幸福感の低い高齢者でその効果は顕著であった。また、一女性の介入期間中の事例から、定期的に運動を実践し、体力やその認知を高めてやることは、外出などの態度をより積極的なものに変化させ、その結果、主観的幸福感を高め

ることにつながるのではないかと推察された。

【まとめ】

本研究の結果から、高齢者の主観的幸福感への長期的運動の影響は、直接的ではなく、日常生活機能の自立やソーシャルサポート、健康度自己評価を通じた間接的な影響であることが明らかとなった。平成12年度からスタートした公的介護保険制度下では、ADLなどの日常生活機能の自立の評価が介護度を決定する最大の要素となっている。その意味からも、高齢期において日常生活における活性化をはかり、日常生活機能の自立を維持して、主観的幸福感などのQOLの維持につなげることが重要であることが示唆された。

【付記】

同名の論文題目において、平成14年3月に九州大学人間環境学研究科より博士(人間環境学)の学位を授与されました。主査の徳永幹雄先生に深く感謝申し上げます。

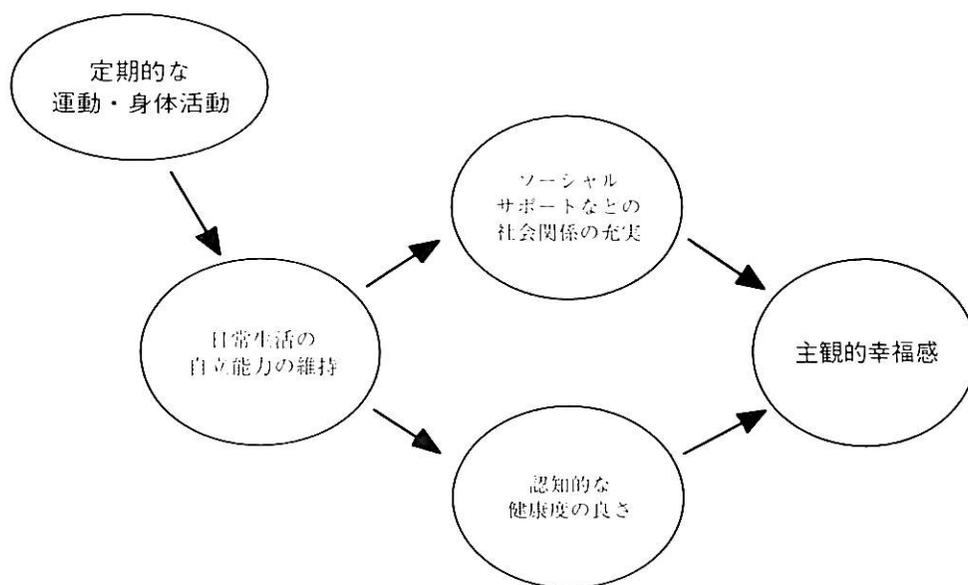


図. 高齢者における運動と心理的健康の心理社会的モデル

一致タイミング課題におけるファジービジョン方略

朴 寅圭（筑波大学体育科学系・学術振興会特別研究員）

学位取得大学：筑波大学

学位種別：博士（体育科学）

学位取得年月日：平成14年3月25日

「背景と目的」

スポーツ場面における様々な運動機能の理想的なパフォーマンスは、タイミング・コントロールの問題と直接的な関係がある。野球のバッティング等において、様々な速度や空間的な変化を伴いながら接近するボールに対し、どのようにして適切に反応を合わせていくかという一致タイミング技能は、大変重要な能力である。実際にスポーツ現場では長い間、一致タイミング技能を向上させる視覚的方略として「ボールをよく見る」ということ、すなわち、追跡眼球運動が指導の定石とされてきたが、ボールをよく見るためにはどのように見れば良いか等の具体的な教示及び方略は、殆どなされていないのが現状である。従って、本研究では一致タイミング技能における視覚的方略に関して、検討を行い、現場へ適用可能な視覚方略を提案することを目的とし、5つの実験を行った。

「実験1：一致タイミング課題における反応遅延調整のための視覚的方略」

本実験では、一致タイミング課題において運動視標に対する追跡眼球運動の有効性及び熟練パフォーマンスに影響する眼球運動のパターンを明らかにすることが目的である。そのために、計測した眼球運動のデータを時系列的に分析し、視標運動の初期、中期、後期において効果的視覚方略を検討した。その結果、一致タイミングのパフォーマンスを高めるための方略として、一致タイミング点

を凝視しながら周辺視で運動視標を捉える凝視方略より、運動視標を中心視で追う追視方略の方が効果的であるが、場合によっては、遅延反応を頻繁に引き起こすことがわかった。また、この遅延反応を抑制するためには、1) 視標運動の初期には、視標をできるだけ素早く正確に追っていくこと、2) 追跡眼球運動中には、運動視標の視覚情報と共に、自己受容感覚情報にも意識的に注意を向けること、3) 視標運動の後期においては、視標に対し追跡眼球運動からサッカーに切り替え、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などの方略を提案した。

「実験2：超短潜時サッカーを誘発させる視覚刺激要因」

実験2では、追跡眼球運動によって起こる反応遅延を抑制するために提案された実験1での方略の内、視標運動の初期において、視標を素早く正確に追っていくことに注目した。様々なスポーツの場面において運動視標を見る時間が極端に短い場合に、運動パフォーマンスを向上させるためには、視標の運動開始からすぐに視標に対する軌道及び速度等について、より精度が高い視覚情報を得る必要があるということから、視標運動の初期は最も重要な局面である。従って、実験2では運動を開始する視標に対する視線の位置、視標の運動開始に対する予測の正確さ、空間的注意の水準等の3つの要因を操作し、運動視標を素早く正確に追って

いく方法を検討した。その結果、運動を開始する視標を周辺視で捉えた上で、視標の運動開始直前において空間的注意を一瞬解除させることによって、反応時間の短い超短潜時サッカーが誘発された。従って、運動するボールのような視標に対しても超短潜時サッカーの誘発ができると考えられるので、スポーツ場面での応用が期待された。しかし、ここでの問題は、空間的注意の解除方法が、被験者にとって、受動的に操作されたため、実際の運動場面に応用できる可能性はまだ十分ではないと評価した。

「実験3・4：空間的注意の能動的制御法を用いたファジービジョン方略」

従って、実験3と4では、被験者側から能動的に空間的注意の水準を低くさせる方法をファジービジョン方略 (fuzzy vision strategy) と命名し、超短潜時サッカーの誘発の可能性を検討した。ファジービジョン方略は、視対象に注意集中を持続しながら明確に見るクリアービジョン方略とは反対の概念として用いており、空間的注意の水準を低くさせるため、視対象を一時的に積極的にややぼかして見る状態 (能動的受動状態) を意図的に作る方略である。その結果、ファジービジョン方略を用いた課題は、クリアービジョン方略の課題より、運動を開始する視標に対し素早く反応ができ、一致タイミングの絶対誤差も小さく、恒常誤差もゼロに近かった。よって、ファジービジョン方略はわずかな時間内に複雑な情報を処理し、反応動作を行わなければならないスポーツ場面においてより効果的な視覚的方略であると考えられた。

「実験5：打撃動作におけるファジービジョン方略」

実験5では、実験1から4までの実験室の研究

結果を基にし、スポーツの現場にできるだけ近い状況 (野球のバッティング動作) において、パフォーマンスを向上させるファジービジョン方略の効果を事例的に検討した。その結果、非熟練者および熟練者ともクリアービジョン方略を用いる場合は、予想通りにバッティングのパフォーマンスを向上させることはできず、場合によっては下げてしまうこともあった。しかし、ファジービジョン方略を用いた場合には、両群の被験者において、バッティングのパフォーマンスを向上させた。

「まとめ」

以上のように、ファジービジョン方略は、眼球運動の反応時間を著しく短くさせることによって、いち早く運動視標に対する視覚情報を得ることや運動視標の軌道を見る時間を長くすることができる。その結果、運動視標の特徴をより効果的に予測することができるようになり、一致タイミング技能を必要とするスポーツにおけるより高いパフォーマンスに大きく寄与すると考えられる。

本研究は、「ボールをよく見よ」と言われている既存の視覚方略に新たな知見を加え拡張したものである。従来の指導ではボールに対する視覚的注意集中の持続に伴う凝視が強調されてきているが、本研究の結果、運動視標の把握には視標の運動開始直前においては一時的に注意を解除した見方を取り入れることが効果的であると示唆された。

このようなファジービジョン方略の応用面としては、一致タイミングの技能を必要とする野球の打撃、テニスのサーブレシーブ等に応用可能であると期待される。今後、様々なスポーツの実戦状況でファジービジョン方略の効果を検証していく必要があると考えられる。

子どもの健康に果たす身体活動の役割

上地広昭（早稲田大学大学院人間科学研究科）

博士（人間科学）学位論文

近年、わが国においては、テレビゲームの普及および遊び場の減少などを背景として、子どもたちの身体活動量が減少傾向にあることが指摘されている。子どもの身体活動量の低下は、身体的な健康問題（肥満、生活習慣病、および体力・運動能力の低下など）だけではなく、精神的問題（疲労感の増大、ストレスの増大、および判断力・想像力の低下など）および社会的問題（人間関係を形成する能力の低下および社会的マナーの欠如など）も引き起こす可能性が指摘されている。そのため、現在、子どもの身体活動を増進させ、子どもの身体的、精神的、および社会的健康の改善を図る必要がある。

わが国において、子どもの身体活動と様々な健康の関係を検証した研究は非常に少ない。本研究では、子どもの身体活動と、身体的、精神的、および社会的健康の関連を検討することを第1の目的とする。また、身体活動を規定する要因を明らかにすることにより、今後、どのようにして子どもの身体活動を増進させるべきかについて提案を行うことが第2の目的である。本研究は、7部（第1部：はじめに、第2部：子どもにおける身体活動と健康に関する研究の動向および課題、第3部：子どもの健康および身体活動に関連する尺度の開発、第4部：子どもにおける身体的、精神的、および社会的健康に果たす身体活動の役割、第5部：子どもにおける身体活動の決定要因、第6部：子どもにおける身体活動増進の試みに関する展望、第7部：総合論議）

により構成されている。

第2部において、子どもにおける身体活動と健康に関する研究の動向および課題について展望し、第3部では、それを参考に、子ども用身体活動尺度、小学校高学年用簡易健康調査票、および身体活動セルフエフィカシー尺度を開発し、その信頼性および妥当性について検討した。

第4部において、子どもにおける身体的、精神的、および社会的健康に果たす身体活動の役割を検討した。その結果、男子においては、身体活動水準の高い子どもは、不定愁訴、怒り、抑うつ、不安、引込み思案行動傾向、および攻撃行動傾向が低く、向社会的行動傾向が高かった。女子では、怒り、不安、および引込み思案行動傾向が低く、向社会的行動傾向が高いことが明らかになった。また、子どもにおける身体活動と身体的、精神的、および社会的健康の因果関係について検証するために、共分散構造分析を行った。その結果を、図1および図2に示す。これらのことから、子どもの身体活動は、心身の健康および社会的スキルに好ましい影響を与えていることが確認された。

第5部では、社会的認知理論および生態学モデルを基に、子どもの身体活動を決定している要因について検討した。その結果、「身体活動セルフエフィカシー」、「身体活動の好き嫌い」、および「身の回りの運動施設の数」が、子どもの身体活動水準を強く規定していた。

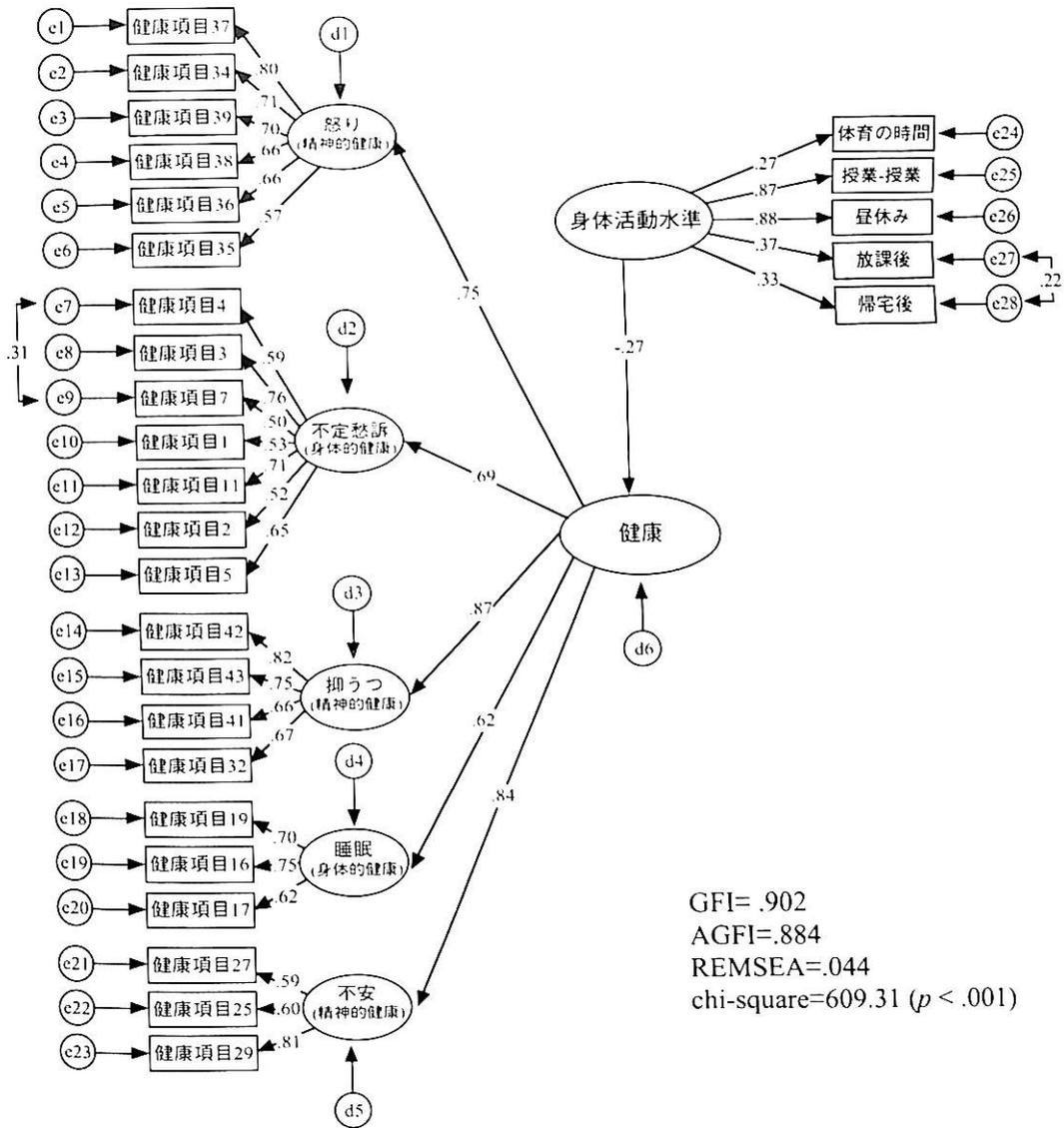
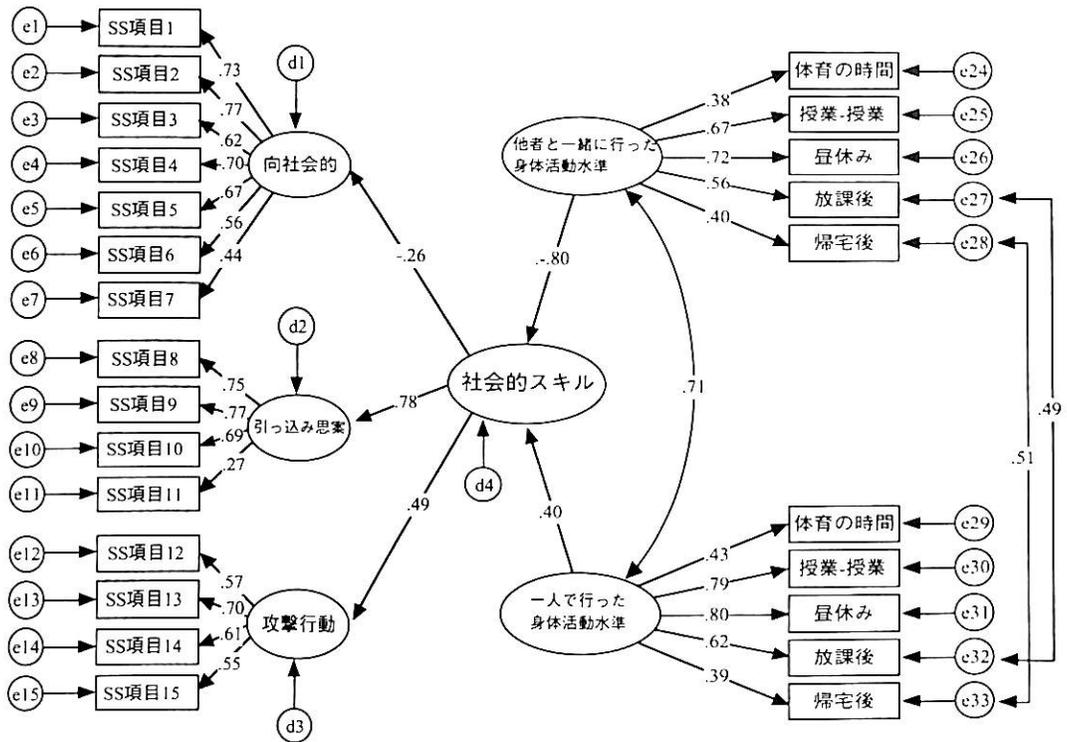


図1 身体活動水準から健康への因果関係モデル

第6部では、米国で行われている健康増進プログラムに関する研究を展望し、プログラムに用いられている理論・モデルについてまとめた。米国における子どもの健康増進プログラムに関する研究を概観

したところ、代表的な研究領域として、学校、医療現場、地域の3つが挙げられたため、各領域ごとに研究をまとめた。医療現場および地域における子どもの健康増進プログラムに関する研究はまだ少



GFI= .916
 AGFI=.898
 REMSEA=.054
 chi-square=795.64 (p < .001)

図2 身体活動水準から社会的スキルへの因果関係モデル

ないが、学校においては多くの研究が行われていることが明らかになった。学校において行われた健康増進プログラムの多くが、子どもの身体活動量に好ましい変化をもたらしていた。さらに、子どもの健康増進プログラムに用いられている認知行動的アプローチおよび環境・政策的アプローチについてまとめた。子どもの身体活動を増進させるための認知行動的アプローチとして種々の行動変

容技法を紹介し、環境・政策的アプローチとして子どもを取り巻く物理的環境の操作の例を挙げ、子どものための身体活動増進プログラムの提案を行った。

最後に、7部において、本研究で得られた知見をまとめるとともに、子どもの身体活動に関する研究の今後の方向性について提示した。

VII. 研究室の紹介：研究室めぐり（9）

研究室めぐり：その9

福岡大学

体育・スポーツ心理学実験室の今

山本勝昭（福岡大学スポーツ科学部）

本研究室は、昭和44年4月に福岡大学が体育学部（体育学科）を開設したときに新設されました。その後、平成2年4月に大学院体育学研究科修士課程を増設、平成10年4月に体育学部を改組してスポーツ科学部（スポーツ科学科・健康運動科学科）を改組して、現在の福岡大学スポーツ科学部体育心理学実験室となりました。体育心理学実験室は、福岡大学の第2記念会堂2階にあります。現在の施設は7つに分れ（情報処理室、相談室、学習実験室、知覚反応測定室、脳波室、メンタルトレーニング室等と院生室）構成されています。



福岡大学第2記念会堂

本実験室の構成メンバーは、山本勝昭（教授）、山口幸生（講師）及び助手、副手、教育技術職が各々1名の計5名、大学院生（修士課程）6名と学部ゼミ生50名から構成されています。

実験室での研究テーマは、大きく分けて3つあり、1つは競技スポーツや運動への心理的サポー

トの有効性、2つ目は知覚・運動学習研究、3つ目は心身の健康に対する運動の効果測定です。これらの研究テーマを遂行する上で、実験室単独では、調査や分析が困難な状況が多々あります。例えば、運動前後の血中成分の変化などは、医学部や病院の協力が不可欠となります。しかしながら、本学は10学部（人文、法、経済、商、商二部、理、工、医、薬、スポーツ）を有する総合大学であることと、全ての学部が同一キャンパスにあることで、学部の垣根を越えた実験室や研究室との連携が容易であることが大きな特徴と言えるでしょう。

実験室として担当する授業は、学部3年生を対象に、前期週1回木曜1・2限を通して行われる体育心理学実験実習です。

実験実習は、上記専任のスタッフに加え、非常勤講師2名を加えた7名が担当しています。学部生は選択科目にもかかわらず毎年50数名が履修しています。実験実習の内容は、

1. 心理検査法
2. 知覚・反応測定
3. 知覚・運動学習実験
4. 特殊実験
5. 情報処理法
6. 実験結果の発表等

から構成されています。この実習では、古典的な心理測定法や新しい測定法を学び、「運動・スポーツ行動にかかわる心理的問題の測定及び研究方法の実際について学ぶ」こと、さらに4年次に行う卒

業論文作成の予備訓練を意図した実習になっています。特に、特殊実験では学生自ら実験計画を作成し、時には自作の実験装置を創作する場合があります。



実習風景 知覚・反応実験 -CCNo-

また、新しい試みとして昨年度から、実験実習専用のホームページを作成し、データをインターネット経由で、学生自身が自分のデータを入力し、他の学生とデータの共有化をするサービスも始めました。さらに、最近の傾向として、ワードやエクセルといった計算機ソフトウェアを使いこなすことが求められていることを考え、実験実習のデータ処理では、積極的にパソコンを利用するように指導しています。

心理学ゼミ生は3年及び4年生で構成され50名在籍し、専任の教授と講師によって指導されています。昨年のゼミ生の卒業論文のテーマは、

1. 競泳のパフォーマンスに及ぼす心理的要因の影響
2. 我が福岡大学硬式野球部には何が足りないか
3. 陸上競技選手における心理的競技能力の一考察
4. スポーツビジョンの能力が運動パフォーマンスに及ぼす影響について
5. 個人競技と集団競技におけるPM理論特性についての考察
6. 男女間における心理的コンディションがパ

フォーマンスに及ぼす影響

7. テニスのゲーム状況とサーブ動作ルーティン及びポイント間隔の関係
8. 高校バスケットボール選手における競技意欲と目標志向性及びコーチ受容との関係
9. インターネットを活用した身体活動促進プログラムの有効性
10. 大学バレーボール選手における感情面を考慮した状況判断トレーニングの効果
11. 小学生バレーボール指導者の目標志向性とコミュニケーションスキル及び体罰との関係
12. 大学バレーボール選手のコーチ・チームメイト受容と自己効力感の関係

以上12テーマが発表されました。

ゼミ生のテーマ設定は、これまでの競技生活における心理的な問題や疑問点を明らかにしようとして、競技スポーツと心の問題を取り上げる学生が多いようです。



平成13年度卒業論文発表会

現在、体育心理学実験室は、ホームページを作成しています。公開には今しばらくかかりますが、このホームページにて、スタッフの詳しい紹介、研究内容、大学院生の紹介も含めて実験室の雰囲気など、今回紹介できなかった情報を発信ができるようにしたいと思っております。

日本大学文理学部体育学科 スポーツ心理学研究室

吉本俊明（日本大学文理学部体育学科）

日本大学文理学部体育学科（東京世田谷）には、スポーツ心理学を専門とする研究室があります。第1実験室（通称：いちじつ）を拠点として、運動やスポーツ技能の学習、発達、指導、さらには認知、メンタルマネジメント、社会心理など、様々な心理領域の研究を進めています。もちろん、関連科目の授業を通じての教育や多様な競技者に対するサポートも担っています。

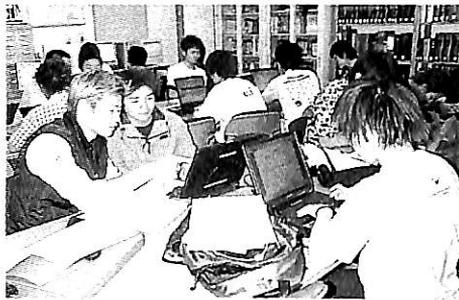
この研究室、すなわち第1実験室を中心に教育・研究活動をしているスタッフは、教員が4名で大学院生が3名です。スタッフ間の協力体制はできていますが、研究ではテーマを絞り込み研究室単位だけで動いているわけではありません。松井三雄先生、藤田厚先生の流れて学習や知覚の領域を意識してはいるものの、その時のスタッフによって、様々な領域の広がりがあります。これには、日本大学および文理学部の特性も影響していると思います。日本大学は総合大学ですので多様な学部を有しています。もちろん、他学部にも心理系を専門としている先生方がおられます。さらに、医学部や歯学部、理工学部、国際関係学部など、関連分野の専門家との連携が比較的気軽にできます。文理学部内でも文系・理系の学科が多数あり、研究における交流も盛んです。ですから、第1実験室の個々のスタッフと研究分野を異にする他学部・他学科の先生が、共同して研究や選手サポートに取り組むことはそれほど珍しいことではありません。最初の写真はストレス課題を与えたときの自律神経機能の変化を観察しているところです。このあと、実際にスポーツ活動前後で同様の測定を行います。



さて、ここ最近の研究活動での出来事です。まず一つ、冬季スポーツ競技団体の依頼で、氷点下の雪中に長時間いることになったのですが、黄色い長靴も最新の防寒ウェアも地吹雪には勝てず、入ったばかりの新人にまずは測定の過酷さを知られてしまったことです。もう一つ、採血する測定で食事の管理を徹底することの再確認です。あんなに言ったのに、トンカツを食べてしまった被験者の血は使い物にならないほどドロドロでした。

スタッフが担当する授業科目には、「スポーツ心理学特論」、「スポーツ心理学実験」、「体育学演習Ⅰ」（以上、大学院）、「体育学概論」、「スポーツ心理学」、「スポーツ心理学演習」、「スポーツ心理学実験演習」、「スポーツ情報処理演習」、「測定及び評価」、「測定評価演習」（以上、学部）などがあります。大学院は教育学専攻体育学コースがあり、博士前期と後期課程が設置されています。ただし、文理学部は教室制ではありませんので、研究室単位で院生の入学定員が割り当てられていません。新人が入らない年もあります。しかし、今年は新人2名を加え、博士前期課程3名が第1実験室に日参しています（全員男です）。

次の写真は、第1実験室などで実施している学部の演習授業の様子です。



実験や調査を通して、スポーツ活動に関係する様々な心理的課題を解決していくのですが、いずれもデータの入力・処理、情報収集、資料やレポートの作成とパソコンに向かいながらの時間が長くなっています。

次の写真は、新入大学院生が運動学習研究の基礎として、動作分析の手順を習得しているところです。



ここからはこの2名、「やす」こと橋口泰一(写真手前),「くぼっち」こと久保田貴洋が、この研究室に入る経緯を会話形式で紹介します。



やす：日大法学部からなんで体育の大学院に来たの？

くぼっち：学部時代ゴルフ部に所属してたんだけど、それで心理に目覚めて・・・

やす：え?!目覚めたって？

くぼっち：どの種目でも言えると思うんだけど、技術、体力面の向上だけではレベルアップが難しいと思って・・・

やす：なるほど。僕は基礎スキーをやっているんだけど、スタート前の緊張をどうやって良い方向にもっていくか疑問に思っていて・・・

くぼっち：そうだね。心と体って本人しか理解できない部分もたくさんあると思うし、特に心って目に見えない部分が多いから、それをどうやって選手にフィードバックするかも難しいよね。

やす：確かに。それぞれ人によって考え方が違うし、それを測る絶対的な尺度がないしね。選手それぞれの心理状態が違うのは当然だから、実際のスポーツ現場を知らないといけなし、医学・生理学の知識を増やすことや、それらと平行して研究をしっかりとやっていかないといけないな。

くぼっち：そうだね!がんばるぞ!

くぼっち：ところで、この実験室ってたくさん実験機器があるよね。

やす：まだ勉強不足で、機器を完全にいかしきれてないけど。

くぼっち：でも、どんなに失敗をしても先生方が広い心で見守ってくれてるから・・・

やす：でも、失敗しすぎてない?

くぼっち：ま、いいか。この環境で学べることを喜びとして、一杯飲みにいけますか!?

やす：そうしまっか!!

VIII. 海外情報

海外情報

ブリスベンより

山内正毅（長崎大学）

「なんて歩いてる人が少ないんだろう」、「なんて朝が早いんだろう（逆に、もうお店閉まっちゃうの）」、「なんて気さくで陽気なんだろう」、私の最初のブリスベンの印象です。現在（5月11日）ブリスベンは、日中の気温は25度前後ですが朝夕はすっかり涼しくなりました。昨年9月4日より本年7月2日まで在外研究員としてThe University of Queensland (UQ), School of Human Movement Studies (HMS)のProf. Bruce Abernethy (Head of School), Dr. Richard Carsonらの研究室(Perception and Motor Control)へ来ています。

ブリスベンは人口160万人、緑豊かでとても静かな文教都市でありビジネス都市でもあります。とても朝が早く、都市というよりも田舎のちょっとした美しい街、といった感じです。人が集まるのはショッピングモールと週末のマーケットだけのように感じるのは、日本の22倍の国土に2000万人弱の人しか住んでいないという先入観からでしょうか・・・？ シティーを流れるブリスベン川の両岸には立派なウォーキングロードがあり（写真1）、多くの人がこの道路を利用してジョギング、サイクリング、ローラースケートなどに汗を流しています。私も、朝6時ウォーキングに出かけると、恰幅のいいおじさんとかわいい小犬の散歩にすれ違い、にこっと笑って「Good morning!」と声をかけられ、何とものすがすがしい朝でした・・・。

UQは主にSt Lucia, Gatton, Ipswichのキャンパスと他に多くの施設が市内に散在しています。その中でも私のいるSt Luciaキャンパスは最も広くシティーの南、大きく蛇行するブリスベン川上流約8 Km程にあります。広さは114ヘクタール、我が長崎大学文教キャンパスの約6倍もの広さに18,000人以上の学生が学んでいます。スポーツ施設は全天候型の陸上競技場、テニスコート（20面以上）、全面芝のラグビー・サッカー場（5面）、体育館（2）、温水プールなど、学生はもちろん一般市民にも開放され、毎日夜遅くまで多くの人々がスポーツを楽しんでいます。HMSの建物（5階建）は道路を一本隔ててこれらのスポーツ施設の隣にあり、その4階に研究室があります。



写真1 ブリスベン川

研究室には現在, Dr. Abernethy, Dr. Carson (写真2奥中央)の他に, 上級講師のDr. James Tresilian (写真2左最前), 研究員のDr. Guy Wallis (写真2奥右), 研究アシスタントが2名, PhDの学生が3名, 研究生2名, 海外からの訪問研究者4名が在籍しています。Dr. Carsonを中心とする運動スキル獲得のメカニズムを中枢制御と末梢制御の観点からTMS (Transcranial Magnetic Brain Stimulation), H波, F波を用いて検討するプロジェクト, Dr. Tresilianを中心とするタイミングコントロール, 特に視覚情報の働きを数学的モデルを用いて検討するプロジェクト, Dr. Wallisを中心とするコンピュータグラフィックを駆使した視覚-運動制御システムのメカニズムの解明とそれを実際の自動車事故原因の解明へ応用するプロジェクトがPhDの学生を含めて進められています。学生を除けばDr. CarsonもDr. Tresilianも土日関係なく, 朝早くから夜まで研究室に通う毎日です。

私が滞在中, スイスからDr. Hauert, ドイツからDr. Munzert, カナダからDr. Starksらが長期にわたって滞在し, 親交を結ぶことが出来ました。日本人研究者はHMSに私だけでしたが, 本年4月に明治大学の田中先生, 中京女子大学の田原先生が相次いで来られ, トップアスリートのコンディショニングの研究に取り組んでいるPhD学生の衣笠君, スポーツ文化の国際比較に取り組もうとしている修士の越水さんらと5人になり, 何となく寂しい思いをしていた私にとっては心強い仲間が増えました。

また, 昨年12月初めに都立大学の今中先生が東北大学の樋口先生と

ともに大学院生4名を連れて訪れました。Dr. Abernethyらと学会発表内容について議論し, Perthでの学会へ出発されました。また, 名古屋大学の西田先生も2月末にDr. Abernethy, Griffith大学のDr. Thomasらを訪問して帰りました。このように, 世界各国から長期短期に関わらず, 多くの研究者が訪れてこちらのスタッフと親交を深めて帰ってきます。それだけ研究者と施設, 教育研究プログラムの充実が進んでいるのではないかと思います。

HMSの歴史をみると, 1941年のDepartment of Physical Educationから始まって, 1975年にHuman Movement Studiesへの名称変更, 1997年にFaculty of Biological and Chemical Sciences (BACS)への所属変更, そして1999年にFaculty of Health Scienceへ移行, 2000年より現在のthe School of Human Movement Studiesに至っており, ここでも改革が押し進められているように思います。日本での改革の行方を多少気にしつつ, 残りの期間を研究とエネルギーの充填に費やしたいと思います。



写真2 研究室のスタッフ

2001年度・国際応用スポーツ心理学会 (AAASP) に参加して

高妻容一（東海大学体育学部）

2001年度の学会（AAASP）は、米国フロリダ州オーランドで、10月3日～6日の日程で開催された。この学会は、1986年に北米スポーツ心理学会（研究中心）から、現場での応用や実践を目的に派生し、第1回学会を開催して以来、毎年北米各地で実施されてきた。1996年より国際化され、国際応用スポーツ心理学会として世界30カ国以上から多くの研究者や実践者（プラクティショナー）が、現場でのスポーツ心理学の応用や実践に関する情報交換を目的に集まる学会である。

学会前の2日間は、継続教育ワークショップが実施され、新しく資格を取る人の研修や資格を取った人々の再教育研修が行われた。オープニングセレモニーや基調講演をスタートにして学会が始まると、(1)競技力向上のスポーツ心理学、(2)健康スポーツ心理学、(3)社会スポーツ心理学の3つのセクションで、キーノートレクチャー、シンポジウム、ワークショップ、口頭発表、ポスター発表などが行われた。

本研究者の興味は、「競技力向上のスポーツ心理学」にあるため、次のようなセッション（ほとんどがワークショップやシンポジウム形式）に参加した。今回参加したセッションのシンポジウム、ワークショップ、口頭発表のタイトルは下記の通りである。

1) スポーツメンタルトレーニングのイメージト

レーニング活用法、2) ゴルフとテニスにおける現場で受け入れられるための指導法、3) 指導法資格保持者会議、4) コーチはサービス業だというワークショップ、5) 競技力向上のネットワーク化作戦、6) 失敗から学ぼう、7) 次のレベルの競技力向上へ、8) オリンピック選手への競技力向上への心理的サポート、9) 研究から応用への応用スポーツ心理学、10) どのように資格を取得するか、11) 極東(アジア)のスポーツ心理学、12) 選手の隠れた才能を引き出す、13) スポーツ心理学の本をどうのよう出版するか、14) コーチとスポーツ心理コンサルタントの関係づくり、15) スポーツ心理学コンサルタントの選手サポートに対してどう評価し概念化するか、16) オリンピック選手の心理的才能をどう向上させるか、17) 持久系選手のユニークな心理学的チャレンジ、18) プロとしてのコーチングとスポーツ心理学、19) スポーツにおける完全主義(パーフェクトを求める考え)を理解する、20) 理論から実践へ、などのセクションに参加して情報を収集した。

口頭発表とは別に、ポスター発表が4回に分けて実施された。ここでは、ポスター発表の分類と発表数を紹介するので、この年の研究動向が確認できると考える。

1 回目のポスターセッション：効果(16発表)・攻撃性(1発表)・モチベーション(11発表)・ユース(4

発表)・特別年代(1発表)

2回目のポスターセッション:発達(2発表)・コーチング(4発表)・チームワーク(3発表)・健康行動(14発表)・障害(4発表)

3回目のポスターセッション:コンサルティング・心理的サポート(5発表)・専門家育成(5発表)・研究(6発表)・セルフ(7発表)・社会(7発表)

4回目のポスターセッション:一流選手(3発表)・学習(10発表)・メンタルトレーニング(15発表)・パーソナリティ(3発表)

また、この年のキーノートアドレスは、「ピークパフォーマンスに対するビジネスチームのコーチング」であった。他にも、競技力向上・社会・健康スポーツ心理学の各セッション会議などがあり、本研究者は競技力向上のスポーツ心理学セッション会議に出席した。

この学会の選挙では、ペンシルバニア州立大学のデイブ・ヤーコセン博士が新しい会長に選出され、その講演では、「この学会が始まった頃は、現場での応用や実践がかなり強調されていたはずだ。しかし最近はまだ研究を強調した発表やその動向が出てきたようである。もう一度、初心に戻り、私はこの学会の本来の目的であった現場での応用や実践の方向へ引き戻したいと考えている」というような所信演説を行った。会員の数も1000名を越え、体育・スポーツ科学系の背景を持つ会員と心理学系の背景を持つ会員が、ほぼ半々となった学会では、競技力向上に興味を持つ会員とカウンセリング心理学や臨床スポーツ心理学に興味を持つ会員に大きく分かれているようである。資格取得の

ためには、研修(400時間)はもちろんのこと、研究業績をあげるなども必要になり、北米スポーツ心理学会との区別が付きにくくなってきたことへの危惧があるようであった。特に、資格には(1)競技力向上系の単位からの資格取得、(2)カウンセリングや臨床心理学系の単位からの資格取得、(3)研究系の単位からの資格取得の3分野からのアプローチができる。同じ名称の資格でも、役割分担があり、取得する単位や学ぶべき大学院のプログラムも違う点、それ以上に現場での応用や実践が内容も違う点など、今後の展望について、さらなる議論がされているようである。また、学会認定の資格を取得させるための各大学大学院のプログラムが整備され、スポーツ科学系と心理学系の授業の両方が取れるプログラムを開講する大学が増えてきている。

最後に、この学会の日本人参加者は、米国に留学中の人を含めても10名にもみえないのが現状である。日本でも「メンタルトレーニング指導士・補」の資格ができ、現場での応用や実践が叫ばれる中、この資格を取るためにはAAASPに参加することを義務づけるなど、世界の流れにのる「応用スポーツ心理学」という日本にはまだ正式にない学問を体系立てていくべきだと感じている。国際応用スポーツ心理学会(AAASP)は、日本のスポーツ心理学会や日本体育学会の体育心理学専門分科会の動向とは、全く違う現場へ踏み出すという観点を理解して欲しいと考えると同時に、日本でもこのような学会ができることを期待している。

今年は、10月31日-11月3日にアリゾナで開催されるため、ぜひ多くの方が参加して欲しい。

ACSMヘルスフィットネス・サミットに参加して

松本裕史・竹中晃二（早稲田大学大学院人間科学研究科）

早咲きの桜の花が散り、力強い緑の葉が暖春の訪れを知らせている4月上旬、指導教授の竹中先生と共に、アメリカのオーランドで開催されたACSM（アメリカスポーツ医学会）が主催するヘルスフィットネス・サミットに参加した。私たちの興味は、わが国の運動指導現場においても、近年、注目を集めている「行動変化（Behavior Change）アプローチ」がどの程度、現場の人々に認知され、活用されているのか、つまり研究と現場の距離はどの程度縮まっているのかを肌で感じることであった。

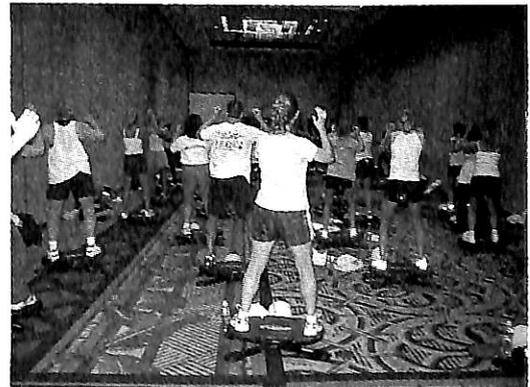
ACSMヘルスフィットネス・サミットは、今回6回目を迎える健康関連職従事者を対象としたサミットである。参加者は、スポーツクラブ・ヘルスクラブのマネジャーやプログラムディレクター、およびトレーナーなどの運動指導者が主であった。ワークショップやレクチャーは、栄養、対象者別

(Special populations)、運動プログラムデザイン、スポーツ医学、パーソナルトレーニング、経営管理、マインドボディ、および行動変化方略の8つの内容に分類されていた。その他に、スポーツメーカーがスポンサーとなって、毎朝6時45分から、参加者のために50分間の様々なスタジオエクササイズが開催されていた。私たちは早朝からエクササイズに参加する人は少ないだろうと、時差ボケを解消するために出かけたが、会場は溢れんばかりの人だかりで参加することができなかった。正直言って驚いた。

それはさておき、最も私たちを驚かせたのは、行動変化方略がワークショップやレクチャーの分類の中に並んでいることであり、アメリカの健康関連職従事者における行動変化アプローチに対する関心の高さを示していた。さらに、サミットのプレ



学会会場



早朝エクササイズ

カンファレンスは、「運動、食事と行動変化指導」という題材で行われ、300名ほどの参加者で会場は熱気に包まれていた。プレカンファレンスは、3人のスピーカーによる講義とグループ（会場は円卓で席が用意されており、6～8人ほどのグループを形成）でのロールプレイを中心に進んだ。ロールプレイは苦しかったが、このプレカンファレンスについて書いてみたい。

3人のスピーカーによる講義は、まず、Ms. Vicki DiLilloによる「Motivational interviewingの理論と実践」、次に、Mr. John M. Jackicicの「行動カウンセリングのウェイトマネジメントプログラムへの応用」、最後に、Ms. Ruth Ann Carpenterによる「非行動科学者のための行動テクニック」という題目で行われた。その中でも、Ms. Carpenterによる講義は、私にとって、現場での活用をイメージしやすく、理解が深まった講義であった。その内容は、運動指導者が、クライアントに対して、身体活動や運動を促進するためのスキル（Facilitation Skills）と身体活動や運動を促進するための道具（Facilitation Tools）に分けて具体的に示していくものであった。身体活動や運動を促進するためのスキルとは、カウンセリングや個別指導を通じて、クライアントの動機づけを高めるスキルである。運動指導者が、クライアントの状況に共感し、変化することの重要性を話し合うことで、クライアントの気づきを高め、自発的な行動を促進できる。また、身体活動や運動を促進するための道具とは、行動をセルフコントロールするために重要とされる行動変化テクニックである。その中でも、セルフモニタリング、目標設定、ソーシャルサポート、逆戻り予防が挙げられていた。彼女は、講義の中でこれらの行動

テクニックは、運動指導者のためにあるのではなく、クライアントのためにあるのだということは何度も強調していた。つまり、クライアントの状況に共感し、支援する姿勢が、身体活動や運動の継続を促進するのに重要ということである。運動や身体活動は、恩恵が認められているにもかかわらず、継続することは容易ではない。運動指導者は、運動の種類や強度などを指導する単なる運動処方に留まらず、クライアントの運動継続をどのように促すかという役割が必要になっている。その点で、今回の講義は、運動指導者の新たな役割を明確にした講義ともいえる。

私たちの研究室では、現在、兵庫県三田市健康福祉センターと日本心臓血圧研究振興会付属榊原記念病院リハビリテーション科で共同研究を行っている。兵庫県三田市では、中高年者を対象に行動変化理論を用いた健康運動教室を開催している。また、榊原記念病院においては、心臓リハビリテーションを終えて退院した患者を対象として、行動変化プログラムを開発している。どちらの事業も、医師、看護婦、保健婦、栄養士、運動指導者、および自治体職員など多くのスタッフがプログラムを良いものにしようと知恵を絞っているものである。しかしながら、スタッフがクライアントを教育するという姿勢では、どれだけ優れたスキルや道具を活用しても効果は期待できない。最も重要なことは、クライアントの自律的な行動を支援するという姿勢で接することである。今回のサミットで学んだことは、これらの事業においても貴重な知見といえる。今後、これらの研究成果を現場に還元していきたいと思う。

IX. 事務局報告

事務局報告

平成 13 年度事業報告（平成 12 年総会～平成 13 年総会）

1. 日本体育学会第 52 回大会体育心理学専門分科会関係（於：北海道大学）

1) 一般研究発表

口頭発表（E 214）およびポスター発表（第 2 体育館）

日時：平成 13 年 9 月 25 日～27 日

発表数：平成 13 年度 49 題（口頭発表 11 題；ポスター発表 38 題）

（備考：平成 7 年度 50 題；平成 8 年度 47 題；平成 9 年度 52 題；
平成 10 年度 46 題；平成 11 年度 54 題；平成 12 年度 44 題）

2) キーノート・レクチャー

日時：13 年 9 月 25 日（火）13：00～14：30

会場：北海道大学（S 2）

テーマ：「体育・スポーツにおける心理尺度開発の動向と展望」

司会：西田 保（名古屋大学総合保健体育科学センター）

演者：徳永幹雄（九州大学健康科学センター）

3) シンポジウム

日時：13 年 9 月 26 日（水）09：00～11：30

会場：北海道大学（S 2）

テーマ：「体育授業における体育心理学の役割 ～からだと心の教育を考える～」

司会：和田 尚（京都教育大学）

演者：鈴木 壮（岐阜大学）

臨床心理学からみた“心，からだ，体育”

賀川昌明（鳴門教育大学）

現状分析と今後の体育心理学に期待すること

岡出美則（筑波大学）

仲間づくりという観点からみた体育授業の可能性と現状の抱える問題

4) 総会

日時：平成 13 年 9 月 26 日（水）11：30～12：00

会場：北海道大学（S 2）

式次第：

開会の辞

事務局代表（西田 保）

専門分科会会長挨拶

徳永幹雄会長

議長の選出 佐川正人氏（北海道教育大学）を選出
報告事項

①平成13年度事業活動報告について

- ・日本体育学会第52回大会（於：北海道大学）の開催
- ・体育心理学専門分科会会報の発行

第13号（通巻第41号）を8月13日付で発行，全会員661名に郵送

②その他

審議事項

①平成13年度決算及び平成14年度予算案について（資料1，資料2）

決算および予算案とも異議なく了承された。なお、会計監査の必要性が指摘され、監事2名をおくことが会則改正とともに承認された。その人選は事務局に一任することとなった。

②平成14年度の事業計画について

- ・日本体育学会第53回大会（平成14年）について
埼玉大学にて開催予定（運営については、事務局に一任）
一般研究発表（口頭・ポスター）、シンポジウム、総会、
キーノート・レクチャーなど
- ・体育心理学専門分科会「会報」第14号（通巻42号）の発行
事務局で編集作業を行うことが承認された。

③その他

閉会の辞

2. 体育心理学専門分科会会報第13号（通巻第41号）の発行

平成13年8月13日付で発行し全会員661名に郵送した。

3. その他の事務局業務

平成13年度の事務局業務として、以下の事項を遂行した。

(1) 日本体育学会第52回大会専門分科会関連（於：北海道大学）

- ・第52回大会専門分科会連絡会議への出席（H12.10）
- ・学会企画に関して運営委員と文書にて意見交換（H13.3）
- ・シンポジウムの企画（テーマ設定，司会者，演者の決定）（H13.4-6）
- ・キーノート・レクチャー講師の推薦および依頼（H13.4-6）
- ・発表総数49題（口頭発表11題；ポスター発表38題）のプログラム作成と座長の推薦，当番大学への通知（H13.6）

(2) 日本体育学会専門分科会活動報告の作成と本部への報告（H13.4）

(3) 会報第13号（通巻第41号）の原稿依頼，編集業務および送付（H13.4-8）

速 報

1. 日本体育学会体育心理学専門分科会選出の代議員選挙（H14.6-7）

日本体育学会選挙管理委員会から、法人化に伴う新役員の選出として代議員選挙の依頼がありました。体育心理学専門分科会に割り振られた代議員の定数は3名で、任期は平成15年4月1日から平成17年3月31日の2年です。規定に従って実施した郵送投票（平成14年6月末日締切）の結果は以下の通りでした。得票順に選挙管理委員会に報告しました。

◎有効投票数 98票（投票率：15.3%）

1. 杉原 隆, 2. 徳永幹雄, 3. 中込四郎, 4. 西田 保, 5. 橋本公雄,
6. 藤田 厚, 7. 猪俣公宏（敬称略）

2. 体育心理学専門分科会の組織改編（H14.5-）

現在の運営委員は、専門分科会選出の日本体育学会評議員が兼任しています。しかし、日本体育学会の法人化に伴い評議員は解散されることとなります。これを契機に、事務局としては体育心理学専門分科会の新しい組織づくりを運営委員に提案しました。

組織改編の基本は、専門分科会の活性化にあります。そのためには、これまでの事務局主導型の運営では限界があると判断して、委員会制度の導入を考えました。今年の体育学会（埼玉大学）での総会までに組織改編の原案を運営委員の意見を取り入れながら作成し、これに伴う専門分科会の会則改正と合せて総会で審議する予定です。

以下は、現在検討中の組織案です。

<役員> 任期は2年、2期の重任を限度

◎会長：1名 ◎理事：11名（事務局1名を含む）

◎監事：2名 ◎幹事：若干名

<理事会>

◎学会大会委員会：3名 学会大会時の専門分科会関連の企画立案

◎企画委員会：3名 専門分科会独自の活動の企画（講演会、研究会など）

◎広報委員会：3名 会報の発行（内容の検討と執筆者への依頼、印刷業務）

◎庶務・会計委員会：事務局1名、幹事

平成13年度決算報告

(自 平成12年度総会 至 平成13年度総会)

<資料1>

○収支決算書

款	予算案	決算	差額
収入の部			
当期収入合計 (A)	770,001	777,417	△ 7,416
前期繰越収支差額	999,090	999,090	0
収入合計 (B)	1,769,091	1,776,507	△ 7,416
支出の部			
当期支出合計 (C)	1,100,000	786,923	313,077
次期繰越収支差額 (B)-(C)	669,091	989,584	△ 320,493
支出合計	1,769,091	1,776,507	△ 7,416

○収入の部

款	予算案	決算	差額	説明
・前年度繰越金	999,090	999,090	0	
・年会費	640,000	645,000	△ 5,000	1千円×645名
・シンポジストより返金	0	0	0	※会員数669
・郵便貯金(利息)	1	417	△ 416	(納入率96.4%)
・体育学会専門分科会補助金	130,000	132,000	△ 2,000	
○収入合計 (B)	1,769,091	1,776,507	△ 7,416	

○支出の部

款	項目	予算案	決算	差額	説明
・分科会会報関連費用	小計	450,000	515,930	△ 65,930	
	印刷費		244,125		750部印刷
	郵送料		131,800		661部発送*
	発送作業代		30,005		
	謝礼(特別寄稿)		20,000		1.0万×2名
	謝礼(研究室紹介)		10,000		0.5万×2名
	謝礼(学位論文紹介)		65,000		0.5万×13名
・シンポジウム等関連経費	小計	250,000	180,000	70,000	
	謝礼(講師)		60,000		
	謝礼(傍聴記会報寄稿者)		105,000		0.5万×21名
	謝礼(学会記録等)		15,000		
専門分科会懇親会補助		0		開催なし	
・ポスター発表負担金		100,000	0	100,000	今年度なし
・事務局事務費	文具、コピー、発送業務・資料整理等	150,000	62,591	87,409	
・通信費	会員・評議員連絡費	150,000	28,402	121,598	
・当期支出合計 (C)		1,100,000	786,923	313,077	
・予備費 (B)-(C)		669,091	989,584	△ 320,493	収入-支出
○支出合計		1,769,091	1,776,507	△ 7,416	

△は超過

*会員669名のうち住所不明者5名、事務局3を除く

平成 14 年度予算案

(自 平成 13 年度総会 至 平成 14 年度総会)

<資料 2 >

○収入の部

款		前年度決算	予算案	差額	説明
・前年度繰越金		999,090	989,584	9,506	前年予備費から
・年度会費		645,000	640,000	5,000	1千円×640名
・郵便貯金(利息)		417	1	416	
・体育学会専門分科会補助金		132,000	130,000	2,000	
・当期収入合計(A)		777,417	770,001	7,416	
○収入合計(B)		1,776,507	1,759,585	16,922	

○支出の部

款	項目	前年度決算	予算案	差額	説明
・分科会会報関連費用	印刷費、郵送料、会報作成補助費等	515,930	450,000	65,930	
・シンポジウム等関連経費	小計 謝礼(学会講師、司会、会報原稿協力者等) 専門分科会懇親会補助 シンポジウム打ち合わせ補助等	180,000	250,000	△70,000	
・ポスター発表負担金		0	100,000	△100,000	第47回大会で支出
・事務局事務費	文具、印刷費、発送業務・資料整理等	62,591	100,000	△37,409	
・通信費	会員・評議員連絡費等	28,402	50,000	△21,598	
・当期支出合計(C)		786,923	950,000	△163,077	
・予備費(B)-(C)		989,584	809,585	179,999	収入-支出
○支出合計		1,776,507	1,759,585	16,922	

△超過

編集後記

会報第14号（通巻第42号）を会員の皆さまにお送り致します。ご執筆頂きました先生方にはこの場をお借りしまして厚くお礼申し上げます。

例年通り、平成13年度の専門分科会関連の活動記録を残すことを中心として編集致しましたが、第52回日本体育学会（北海道大学）でのポスター発表に關しましては、若手の先生や大学院生に発表記を記して頂きました。若い会員の方々にご自身の発表の経験を語って頂くことが刺激となり、専門分科会全体の活性化につながっていくのではないかと考えたためです。

今後さらによりよき会報となるよう事務局としましても努力していきたいと思っておりますが、内容につきまして、会員の方々よりアイデアを頂ければ幸いです。

文責：竹之内隆志

日本体育学会体育心理学専門分科会会報 第14号（通巻第42号）

発行	平成14年8月16日 発行（非売品）
発行責任者	西田 保（代表）・山本裕二・竹之内隆志
発行所	日本体育学会体育心理学専門分科会事務局 〒464-8601 名古屋市千種区不老町 名古屋大学総合保健体育科学センター 西田研究室内 TEL：052-789-3952 FAX：052-789-3957
印刷	名古屋大学消費生活協同組合 印刷部 TEL：052-781-6698 FAX：052-781-2177