

関西体育心理例会通信

<会員誌第9号目次>

- ✓ 巻頭言『はじめに』 世話人 直井愛里（近畿大学）
- ✓ 平成20年度第二回例会発表要旨
『テニス選手の社会不安傾向と競技不安の関係：
認知モデルの観点からの考察』・・・中村晶子（甲南女子大学大学院）
『随伴する筋緊張が反応動作の情報処理過程に及ぼす影響』・・・荒木雅信（大阪体育大学）
『アスリートの競技経験とこころの成熟過程の検討』・・・石原端子（大阪体育大学大学院）
『自己紹介』・・・荒木香織（兵庫県立大学）
- ✓ 事務局より

はじめに

世話人：直井愛里（近畿大学）

平成20年度第二回関西体育心理例会が、12月6日（13:30～16:30）に常翔学園大阪センターで開催され、総勢25名の研究者の方々に参加していただきました。今回は、中村晶子先生（甲南女子大学大学院）に「テニス選手の社会不安傾向と競技不安の関係：認知モデルの観点からの考察」、荒木雅信先生（大阪体育大学）に「随伴する筋緊張が反応動作の情報処理過程に及ぼす影響」、石原端子先生（大阪体育大学大学院）に「アスリートの競技経験とこころの成熟過程の検討」の研究発表をしていただきました。そして、本年度より関西に来られた荒木香織先生（兵庫県立大学）には、今までのコンサルティングや研究活動を含めた自己紹介をしていただきました。

荒木雅信先生の学位論文の発表では、現場でも利用できる貴重な報告をしていただきました。荒木雅信先生の「あきらめないこと」という言葉には、多くの参加者が励まされたと思います。中村晶子先生と石原端子先生の発表では、参加者から多くのコメントがあり、活発な意見交換が行われました。各研究の中に、発表者自身のご経験なども表れていたことが興味深かったです。最後に、米国とシンガポールを経て日本へ戻られた荒木香織先生から、シンガポールの文化の話も交えた自己紹介をしていただきました。新たに若手研究者がメンバーに加わり、関西の体育心理学、スポーツ心理学もパワーアップしたかと思えます。例会後に開催された懇親会では、ちゃんこ鍋を囲みながら、参加者同士の現状報告なども行われ、楽しい時間を過ごすことができました。

『テニス選手の社会不安傾向と競技不安の関係：認知モデルの観点からの考察』

甲南女子大学院 中村晶子

例会では、私が現在取り組んでいる修士論文『テニス選手の社会不安傾向と競技不安の関係：認知モデルの観点からの考察』について発表させていただきました。本研究では、Wells が提唱している社会不安の認知モデルを背景に、社会不安の高いテニス選手の方が、社会不安の低いテニス選手よりも、負けて嫌な思いをした試合後に反すうを行っているかどうか検討しました。さらに、社会不安と競技不安の関係について明確にし、社会不安が引き起こす競技パフォーマンスへの影響について分析を行いました。例会では結果までの発表となりましたが、例会で様々なご意見（分析方法や方法論、今後の課題などについてのご意見）をいただいたことで、その後の考察を書くヒントとなりました。『思考の反すう』は私が特に興味を持っているテーマです。今後も、臨床心理学で研究されているテーマを用いて、スポーツ選手のパフォーマンス向上に貢献できるような研究をしていきたいと考えております。

中村晶子（なかむらしょうこ） 米国 Washington College にて心理学（臨床心理学／カウンセリングコース）を学び、2006年には、米国 Argosy University Phoenix にて M. A. Sport & Exercise Psychology を取得。現在は、甲南女子大学院人文科学総合研究科博士前期課程にて臨床心理学を学んでいる。

『随伴する筋緊張が反応動作の情報処理過程に及ぼす影響』

大阪体育大学 荒木雅信

合目的な主運動を行なうためには、種々の要因が考えられる。本研究では、主運動を、情報処理過程と運動実行過程に分けて考えた。そして、これらの過程に影響する要因として、随伴する筋緊張による中枢の覚醒を取り上げた。

ヒトをひとつの情報処理系と考えた場合、「心理状態の変化による覚醒水準の変化と、それによる身体的変化」－「身体的変化による覚醒水準の変化と、それによる心理状態の変化」といった相互循環因果関係は興味深い。

結論を先にいえば、「随伴する筋緊張は、主運動の情報処理過程に作用し、運動実行過程には作用しない。そして、その最適水準は10%～20%MVCの間である」という結果を得た。そして、主動筋でない筋からの筋感覚情報が、主運動を開始する前からフィードバック情報として、主運動の情報処理過程を覚醒させ、情報処理時間を短縮させたものと推察する。

このことは、運動を行なうために必要な意識にのぼりにくい「準備」といえる。抽象的だが、熟練したスポーツ選手が体得した運動の「コツ」に当たると思われる。

荒木雅信（あらかまさのぶ） 大阪体育大学大学院博士課程スポーツ科学研究科 教授

石川生まれ。大阪体育大学体育学部体育学科卒業 バスケットボール部所属 筑波大学大学院修士課程修了 筑波大学大学院博士課程・課程修了退学 スポーツ心理学専攻大阪体育大学大学院博士後期課程 (Ph. D) 趣味 キャバリア犬（雌・1.5歳）なっちゃんとの散歩

「アスリートの競技経験とこころの成熟過程の検討」

大阪体育大学大学院 博士後期課程 石原端子

例会では、「アスリートの競技経験とこころの成熟過程の検討」のタイトルで、博士論文研究計画を発表させて頂きました。当日は主に、研究の背景と枠組みについてお話をしました。研究の背景では、「競技経験を通してアスリートが成長・成熟していくとはどのようなことなのか？」という問いに至った背景を、私の陸上競技とゴルフ競技者としての体験から紹介しました。そして、研究の枠組みでは、作成した「競技経験とこころの成熟過程の概念モデル」を示しながら、独立変数と従属変数となる尺度をどのように測定していくのかについて紹介しました。

発表後、丹羽先生からは言葉の定義、菅生先生からはモデルについて、杉浦先生からは従属変数の考え方についてなど、またその他にも多くの先生からいろいろな視点でのアドバイスを頂きました。個人的には、少し低下ぎみになっていた研究に対するモチベーションが高まり、かつ頭の中を整理することができた大変ありがたい機会となりました。発表を勧めて頂きました世話人の直井先生、大場先生にあらためて感謝申し上げます。

石原 端子 (いしはらまさこ)

鳥取県生まれ。鹿屋体育大学卒業。大学時代までは陸上競技、大学卒業後にゴルフを始めプロゴルファーとなる。現在大阪体育大学大学院博士後期課程在学中。スポーツ心理学専攻。2008年スポーツメンタルトレーニング指導士補資格取

「自己紹介」

荒木香織 (兵庫県立大学)

ニートからの復活。2008年10月より兵庫県立大学で教鞭を取る機会に恵まれた。アメリカやシンガポールでの活動を経て日本に、そして関西に帰ってこられたことは言い表しようのない喜びである。せっかく頂いたチャンスを生かし、今後思う存分活動していきたい。

まずは研究活動。学位論文ではスポーツにおける完全主義傾向について追究した。今後も日本人のスポーツの場面における完全主義傾向について、尺度作成を含め取り組んでいきたい。また、中高生や高齢者を含むすべての女性の運動参加への意欲や機会についての研究も続けていきたいと考えている。前者は量的研究、そして後者は質的研究を中心として進めていくことにより、バランスのとれた研究者となることを目標としている。また、これまでの経験やネットワークを生かし、国内外の研究者との共同研究にも取り組んでいけたらと考えている。

次にコンサルタント活動。中学校でのワークショップから、北京オリンピックにおけるシンガポールナショナルセーリングチームへのサポートまで、幅広く活動してきた。これからもコンサルタントスキルを磨くことを怠らず、より多くのアスリートやコーチの支えになることができるよう活

動していきたい。また、スポーツや運動の枠組みを超え、すべてのひとが楽しく元気に暮らすためのサポートにもどんどん取り組んでいくことを忘れずにいたい。

大好きなスポーツ心理学を通して、アスリートはもちろん、毎日頑張っているひとたち、そして小学生から高齢者まで、なるべくたくさんの方のところに届くような研究やコンサルタント活動をしていくことを目標としている。

こう見えても、人見知り。なるべくたくさんの方の先生方とお話をし、交流を深めることにより日本でのスポーツ心理学についても、もっともっと学びたいと考える日々である。現職につきまだ3ヶ月足らず。にもかかわらず、関西体育心理例会はもちろんのこと、数々の研究会や学会に参加させて頂く機会に恵まれた。多くの先生方のご尽力により、日本で活動ができることを心の底から感謝している。

荒木香織（あらかきかおり）兵庫県立大学環境人間学部 准教授

京都生まれ京都市育ち。日本大学文理学部体育学科卒業 保健体育審議会陸上競技部所属 保健体育科教員免許取得 米国北アイオワ大学大学院修士課程修了 米国ノースカロライナ大学グリーンズボロ校大学院博士課程修了 (Ph.D.) スポーツ健康心理学専攻 女性ジェンダー学専攻 (Graduate Certificate) 2006年から2008年までシンガポール南洋工科大学国立教育学院に専任講師として勤務 趣味 サーフイン 骨董品収集

<事務局より>

今回は、大阪工業大学の木内敦詞先生に「常翔学園大阪センター」を紹介いただき、例会を開催することができました。木内敦詞先生に改めてお礼を申し上げたいと思います。また、多くの先生方、大学院生が参加してくださり、関西メンバーの研究に対する意欲を感じることができました。研究もスポーツと同様に、周りからの指導や心理サポートが大切になってきます。お互いに協力しながら、一人一人の研究を進展させ、スポーツ心理学の発展に貢献できるよう、例会を継続していきたいと思います。次回は5月頃を予定しておりますので、よろしく願いいたします。

また、例会に関するご希望、ご意見、あるいは体育心理学、スポーツ心理学に関する情報提供などがありましたら、<kansaitaikushinri@gmail.com>までお願い申し上げます。
