

平成 21 年 4 月 1 日現在

研究種目：基盤研究 (B)

研究期間：2006～2009

課題番号：18300208

研究課題名 (和文) 臨床スポーツ心理学の構築

研究課題名 (英文) Development of clinical sport psychology

研究代表者

中込 四郎 (NAKAGOMI SHIRO)

筑波大学・大学院人間総合科学研究科・教授

研究者番号：40113675

研究分野：スポーツ心理学

科研費の分科・細目：健康・スポーツ科学・スポーツ科学

キーワード：スポーツ心理学

1. 研究計画の概要

研究対象や研究方法 (臨床学的方法) の明確化、そして専門家養成の方法 (カリキュラム、スーパーヴィジョン、そして資格制度を含む) の整備といった3つの側面から、新たに「臨床スポーツ心理学」を構築する。

2. 研究の進捗状況

臨床スポーツ心理学の研究対象として位置づけた設定課題についてはほぼ終わっている。これまでの主な成果としては、①チームスポーツへのメンタルトレーニング技法の開発ならびに内界探索型メンタルトレーニングの有効性の検討、②スポーツ選手の心理的諸問題に関わる事例の検討、③投影法を手がかりとしたスポーツ選手の心性の理解、④「コツ」獲得における心理的意味の明確化、⑤関連のテーマによる学会シンポジウム等の開催 (「スポーツカウンセラー：その役割と可能性」「アスリートの心理臨床から考える」「心理臨床の現場から身体を再考する」「育てる人を育てる」、他) し、意見交換を行う、等がある。

当初、研究計画の中では言及していなかったことではあるが、日本スポーツ心理学会 (編)「スポーツ心理学事典」(大修館書店)の出版企画が持ち上がり、本研究組織を構成する3名は、「スポーツ臨床」の領域を担当した。そこでは7つの大項目 (スポーツカウンセリング、スポーツ臨床の方法・見方、心理臨床の技法、スポーツ臨床の対象、スポーツセラピー、アスリートの個性化とスポーツ、スポーツカウンセラーの養成・資格・研修)そして53の中項目より構成した。

上述のように、本研究者らが強く関わって

いる「臨床心理身体運動学会」を中心とした学会での本研究課題と関連したテーマでのシンポジウム開催ならびに、「スポーツ心理学事典」の出版等により、臨床スポーツ心理学に対する周囲の理解を深めることが出来た。

3. 現在までの達成度

「おおむね順調に進展している」：本研究課題は「臨床スポーツ心理学の構築」であり、現時点では、領域固有の研究手法ならびに、資格・専門家養成について課題を残している。これらについては、本研究者らの既発表論文・資料に加筆する形でまとめる予定である。

4. 今後の研究の推進方策

「臨床スポーツ心理学」を提唱するための基礎資料は出そろっており、残された1年でまとめる。

5. 代表的な研究成果

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 11 件)

- ①中込四郎・武田大輔・小谷克彦：女子ボールゲームチームへのグループ箱庭の適用. スポーツ心理学研究, 査読有り, 35(2):67-79, 2008.
- ②佐渡忠洋・鈴木 壯：競技者の自我の強さと自我境界の検討. 臨床心理身体運動学研究, 査読有り, 10:1-10, 2008.
- ③中島登代子：表現療法としてのスポーツ・身体運動の可能性. 精神療法, 査読なし, 34-5:64-70, 2008.

④鈴木 壯：メンタルトレーニングとカウンセリングの2つのアプローチ。体育の科学，査読なし，58-9：637-660，2008.

⑤中込四郎・小川洋平・武田大輔・小谷克彦・宇土昌志：内界探索に方向づけられたメンタルトレーニングプログラムの検討。スポーツ心理学研究，査読有り，33-2：19-33，2006.

〔学会発表〕(計 10 件)

①中込四郎：「夢」を手がかりとしたアスリートへの長期にわたる心理サポート。第 11 回日本臨床心理身体運動学会大会，2008 年 13 日，浜松.

②中込四郎・鈴木 壯・中島登代子、他(2008) 心理臨床の現場から身体を再考する。第 27 回日本心理臨床学会大会(シンポジウム)，2008 年 9 月 6 日，つくば.

③中込四郎・鈴木 壯・中島登代子、他：アスリートの心理臨床から語る。第 10 回日本臨床心理身体運動学会大会(シンポジウム)，2007 年 12 月 9 日，つくば.

④江田香織・中込四郎：アスリートの自己形成に及ぼす愛着の影響。第 10 回日本臨床心理身体運動学会大会，2007 年 12 月 8 日，つくば.

⑤森岡正芳・中込四郎・鈴木 壯・中島登代子、他：スポーツカウンセラー：その役割と可能性。第 9 回日本臨床心理身体運動学会大会(シンポジウム)，2006 年 12 月 3 日，大垣.

〔図書〕(計 3 件)

①中込四郎(領域編集担当)・鈴木 壯・中島登代子・土屋裕睦(編集協力)：9・スポーツ臨床。日本スポーツ心理学会(編)，スポーツ心理学事典。大修館書店，pp. 563-658，2008.

②中込四郎：スポーツ臨床と投影法。小川俊樹(編)投影法の現在，至文堂，pp. 229-235，2008.

③中込四郎・山本裕二・伊藤豊彦・編：スポーツ心理学：体・運動・心の接点。培風館，pp. 1-305，2007.