

## スポーツ選手におけるイップスの経験と心理的成長との関連：野球選手を対象に

松田，晃二郎

<https://hdl.handle.net/2324/2236006>

---

出版情報：Kyushu University, 2018, 博士（心理学），課程博士  
バージョン：  
権利関係：

平成 30 年度博士論文

スポーツ選手におけるイップスの経験と  
心理的成長との関連  
ー野球選手を対象にー

九州大学大学院人間環境学府

行動システム専攻健康・スポーツ科学コース

平成 28 年度博士後期課程進学

松田晃二郎

# 目 次

序 章	1
1. 問題の所在	2
2. 先行研究の考証	5
1) イップスに関する研究	5
(1) イップスの定義	5
(2) 野球のイップス	6
(3) イップスに関する研究の主な流れ	8
2) 否定的な経験に伴った心理的成長に関する研究	16
3) 量的研究法と質的研究法の価値	19
4) 本研究を実施する意義	22
3. 本研究の目的および構成	23
1) 研究の目的	23
2) 研究の方法	24
3) 論文の構成	25
本 論	27
(1) 第 1 章 イップスの経験と野球選手の心理的成長との関連に関する量的研究	28
(2) 第 2 章 イップスの経験と野球選手の心理的成長との関連に関する質的研究	48

(3) 第3章 総括	72
第1章 イップスの経験と野球選手の心理的成長との関連に関する量的研究	29
1. 目的	30
2. 方法	31
1) 対象者	31
2) 質問項目	31
3) 分析方法	32
3. 結果	35
1) 群分けの妥当性の検討	35
2) イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長の関連	35
4. 考察	38
5. 要約	47
第2章 イップスの経験と野球選手の心理的成長との関連に関する質的研究	48
1. 目的	49
2. 方法	50
1) 対象者	50
2) データの収集の手続き	50
3) 分析方法	54
4) 研究の科学性の担保	56
5) 倫理的配慮	57

3. 結果および考察	58
4. 要約	71
第3章 総括	72
1. 本研究で得られた知見および示唆	73
2. 本研究の限界と今後の課題・展望	76
1) イップスの経験に伴った心理的成長プロセスに関する課題・展望	76
2) イップス経験者の選定に関する課題・展望	77
3) イップスの克服の必要性および評価に関する課題・展望	77
引用文献	81
資料	96
公表論文	105
謝辞	107

## 序 章

## 1. 問題の所在

多くの競技種目において、スポーツ選手は、身体の大きな筋肉を動員し、全身を使うようなダイナミックな運動スキルだけではなく、細やかなコントロールが必要な、高い巧緻運動のスキルを求められる。彼らは、長い年月と厳しい反復的な練習の過程を経て、このような巧緻運動のスキルを獲得することができる。または、反復的な練習を継続することで、運動の自動化が進み、卓越したパフォーマンスを発揮し続けることができる。

イップスは、このような自動化したはずの巧緻運動の遂行を妨げる運動障がいである(例えば, Bawden, 2002)。元来、高い巧緻運動のスキルが必要とされるゴルフのパッティング中に現れる、筋痙攣や筋硬直などの身体的な異常をイップスと呼んでおり、その症状は多くのゴルファーを苦しめてきた。McDaniel et al. (1989) が1050名のゴルファーを対象に行った調査によると、回答が得られた者 (42%) のうち28%がイップスを経験したことがあると報告したという。また、Smith et al. (2000) が2630名のゴルファーを対象に行った調査によると、回答が得られた者 (39%) のうち、過去にイップスを経験したことがあると回答した者が、52%もいたという。そして近年、イップスは、ゴルフ以外にも、ダーゲット型のパフォーマンス課題 (村井・辻内, 2013) の遂行が求められる、野球、弓道、アーチェリーなどの多種のスポーツ競技において確認されている (Clarke et al., 2015)。

ところで、イップスのような、スポーツ選手が直面する多様な運動障がいは、選手としての立場や心理的側面に大きなダメージを及ぼす。例えば、青木・松本 (1999) はスポーツ選手が運動障がいを経験することにより、「スポーツ活動への嫌悪と忌避」(p. 9) または

「逸脱行為」(p. 9) や競技離脱の可能性を指摘している。同様に、イップスの経験もスポーツ選手に予期不安、恐れ、苛立ちなどの否定的または消極的な心理的变化をもたらすことや、最悪の場合、競技からの逃避や競技離脱の原因になることが指摘されている (Bawden and Maynard, 2001; 中込, 2004; Philippen and Lobinger, 2012; Smith et al., 2000)。

このように、イップスがスポーツ選手に及ぼす否定的な影響、あるいはイップス経験者に見られる否定的な心理的变化に関しては明らかになっている。一方で、イップスの経験がスポーツ選手の肯定的な心理的变化に及ぼす影響に関する検討はほとんど行われていない。なぜならこれまでは、イップスの経験はスポーツ選手に否定的な影響を及ぼすものだという前提に立ち、イップスの発症要因やメカニズム、または効果的な対処法を探ることを目的にした研究が主流であったためである (Bell and Thompson, 2007; Bell et al, 2011; Dhungana and Jankovic, 2013; Klämpfl et al., 2013b; Smith et al., 2000, 2003)。しかしながら、Wadey et al. (2011) は、このようなスポーツ選手が競技場面において直面する多様な経験を正確に理解するためには、否定的な側面または肯定的な側面のどちらかのみではなく、その両方の側面を明らかにする必要性を指摘している。

また、スポーツ選手が競技場面で直面する否定的な経験 (例えば、スポーツ傷害、指導者やチームメイトとの軋轢、トラウマになるほどの重大な場面での失敗) は、彼らがスポーツ選手としての心理的成長を遂げる契機になることが報告されている (Tamminen et al., 2013; Tamminen and Neely, 2016; Wadey et al., 2013)。例えば、Stambulova (2000) は、スポーツ選手としての危機として「年齢に関係する危機」、「スポーツキャリアに関係する危機」、「状況や環境に関係する危機」の3つを挙げ、それらの危機の経験は、スポーツ選



手が心理的成長を遂げる転機となることを指摘している。また、西田 (2010) は、スポーツ選手は競技キャリアの中で挫折や危機を幾度となく経験し、それに立ち向かっていくというプロセスを繰り返すことで、心理的に成長していくと言及している。

以上のような点を勘案し、本研究では、イップスの経験とその経験に伴ったスポーツ選手の心理的成長との関連に関する検討を、量的・質的アプローチから包括的に行っていく。

## 2. 先行研究の考証

### 1) イップスに関する研究

#### (1) イップスの定義

イップスは、元来、ゴルフのパッティング中に現れる運動障がいと位置づけられていたため (McDaniel et al., 1989; 新村, 2018), 先行研究におけるイップスの定義は、ゴルフのイップスを対象にしたものが大半である。例えば, McDaniel et al. (1989, p. 192) は、「ゴルファーに影響を及ぼす運動現象であり、集中や細かいコントロールが求められる熟達した運動スキルの遂行中に現れる不随意運動から成るもの」と定義し, Smith et al. (2000, p. 423) は、「ゴルフのパッティングの遂行に影響を及ぼす精神神経筋障がいである」とした。

しかしながら次第に、野球、クリケット、テニス、アーチェリーなどの複数のスポーツ種目において類似の現象が認められるようになったことで (Bennett et al., 2015, 2016, 2017; Bennett and Maynard, 2017; ブレイクスリー・ブレイクスリー, 2009; Clarke et al., 2015; 新村, 2018; 佐藤, 2010; 佐藤ら, 2014, 2015, 2016), イップスの定義が拡張された。例えば、「運動スキルの遂行に影響する不随意運動から成る長期的な運動障がい」(Roberts et al, 2013, p. 53) や「ある動作において身体活動が困難になり、通常、遂行可能な動作が上手くできなくなる」もの (向・古賀, 2017, p. 73) といった定義が適用されるようになってきた。またその他にも、イップスは心理学的な要因により発症するという指摘があることから、「緊張のために身体がかたくなってしまい、うまく動作ができない”ことを総称したもの」(中込, 2006, p. 30) や、「これまでできていた運動動作が心理的原因でできなくなる障がい」

(新村, 2018, p. 189) などという定義もある。このように適用される定義は、研究間で異なっていたが、イップスに認められる症状の特徴の共通点としては、これまでは当たり前のようにできていた動作がある日突然できなくなること (Bennett et al., 2015; 向・古賀, 2017; Smith et al., 2000) や、自分が意図したような身体のコントロールができなくなること (向・古賀, 2017; 中込, 2006), 症状が慢性的または長期的に続くこと (Bawden and Maynard., 2001; Martin, 2015) などが挙げられている。

以上のような先行研究を参考に、本研究におけるイップスの定義を、「スポーツ場面において、これまで当たり前のようにできていた自動化された動作が、神経学的要因や心理学的要因、またはその他の複合的な要因によって上手く遂行できなくなり、その状態が長期的に続く運動障がい」と定義する。

## (2) 野球のイップス

野球は主に「投げる」「打つ」「走る」「捕る」の4つの動作で構成されるが (奥村, 1999), 本研究で対象とする野球のイップスは、「投げる」という動作, すなわち送球や投球の動作に最も出現しやすいとされている (向, 2016; 佐藤, 2010; 佐藤, 2013). それ故, これまで野球のイップスに関する研究では, 「心因性投球動作失調」(岩田・長谷川, 1981; 西野ら, 2006) 「投球失調」(中込, 1987, 2004; 中込ら, 1996) 「投球イップス」(西野ら, 2006; 内田, 2008) 「送球イップス」(賀川, 2013; 八木, 2011) 「投・送球障がい」(賀川・深江, 2013) などという専門用語が用いられてきた。また, 同様に, 野球を対象にした先行研究では, 「ある一定の距離において上手く投げることができない状態」(向, 2016, p. 160) や「精神的原因

によって、投・送球において上下左右に暴投してしまい、その状態が一ヶ月以上続いている状態」(内田, 2008, p. 4) などといった定義が適用されている。

次に、先行研究における野球のイップスの具体的な事例を示す。例えば、ニューヨークヤンキースの名3塁手であった Alex Rodriguez もイップスを経験し、3塁から1塁の時間的に余裕がある送球を行うとき(例えば、正面に飛んできた速いゴロを捕球して、ゆっくり送球すれば良いような状況)にのみ、ショートバウンドや暴投になってしまっていたことが報告されている(ブレイクスリー・ブレイクスリー, 2009)。また、ニューヨークヤンキースの2塁手であった Chunk Knoblauch は、ある日突然1塁への送球が上下左右にそれるようになり、その結果、彼は外野手にコンバートされ、トップ選手から退くことになったという(Papineau, 2015)。さらに、中込(2004)は自身が実施したメンタルトレーニングの中で、イップスを経験した高校野球選手(投手)の例を挙げている。その選手の主訴は「投げるのが怖くなってしまった。投球中、手が止まってしまうような感じになり、コントロールが定まらず、ファアボールばかりだしてしまう。たまに良くなっても、このままいくか不安になってしまう。前のことが頭に浮かんでしまう」(中込, 2004a, p. 110) といったイップスの症状に対する苦悩を訴えたものであった。このように、メジャーリーグで活躍するトップアスリートから高校球児まで幅広い年齢または競技レベルの野球選手がイップスの症状に苦しめられている。

ところで、複数のスポーツ種目においてイップスを経験する選手の現れが報告されているなか、本研究では、野球のイップスを対象にしたが、その理由を以下に述べる。野球は、日本国内において最も代表的なスポーツの1つである。笹川スポーツ財団(2016)が発行す

る『スポーツライフに関する調査2016』によると、日本国内のテレビによるスポーツ観戦種目別観戦率（日本国民3000人を対象に「過去1年間にテレビで観戦したスポーツ種目は？」という質問に対する回答）は、「プロ野球（NPB）」が最も多く、2番目が「高校野球」であった。特に性別に見ると、男性におけるプロ野球（NPB）の観戦率は64.9%（n=1,491）という結果であった。また、日本高等学校野球連盟（日本高等学校野球連盟, online）の調査では、日本高等学校野球連盟に加盟している高校数は約4千校であり、その加盟校の硬式野球部に所属している総部員数は約15万3千人もいることが明らかになっている。このようなデータに鑑みると、野球は本邦において、非常に人気のある、代表的なスポーツ種目であることは明らかであり、イップスに関するより深い知見を得ることは極めて重要であると考えられる。このような理由から、本研究では、多種目に認められるイップスの中でも、野球のイップスを対象にし、研究を進めていく。

### (3) イップスに関する研究の主な流れ

イップスに関する先行研究を概観すると、イップスの発症要因やその対処法の検討を主たる目的にしたものがその大半を占めている。発症要因に関しては、主に神経学的要因と心理学的要因の2つの要因によって、イップスを発症することが示唆されている（Smith et al., 2000, 2003）。まず、神経学的要因としては、複数の研究において、イップスの主要因は、特定の動作または特定の身体部位においてのみ現れるジストニアであると考えられている（Alder et al., 2011; McDaniel et al., 1989; Sachdev, 1992）。ジストニアとは、「中枢神経系の障がい起因し、骨格筋の維持のやや長い収縮で生じる症候」（目崎, 2011, p 467）と定義さ

れている。また、ジストニアは集中的、または反復的に訓練されている緻密性を伴う動作に影響を及ぼすとされている (Philippen and Lobinger, 2012)。さらに、Le Floch et al. (2010) はスポーツ中に見られるジストニアの発症要因には、環境的な要因が強く関与する可能性を指摘している。例えば、野球のイップスは「2人1組になり一方の選手が軽くボールを投げ、他方の選手がバットで打ち返すという練習方法」(布施, 2011, p. 43) であるトスバッティングにおいて多く見られているが(布施, 2011)、ボールを投げる側の選手は近距離から力の意識的コントロールを必要とされる投球動作を反復的に行なわなければならない。同様に、ゴルフにおいても同じ距離、同じ角度から繰り返しパッティングを遂行するといった練習は日常的に行なわれている。さらに、アーチェリーでも的の同じ高さ、同じコースをめがけて矢を射る練習を繰り返し実施している。このように、イップスの経験が報告されているスポーツには、ジストニアが影響を及ぼすとされる動作が頻繁に行なわれており、ジストニアとイップスとの間に何らかの関係があるという可能性が推測される。また McDaniel et al. (1989) や八木 (2011) は、イップスはスポーツの中で見られるダイナミックな動きではなく、微妙で精細な巧緻運動においてのみ見られていることを報告しており、ジストニアの特徴の1つである“緻密性を伴う動作”への影響という点に着目すると、ジストニアとイップスとの関係性を立証する記述の1つである可能性が考えられる。さらに、国内外においてこれらの関係性を示す先行研究が多く挙げられており、以下に紹介する。

Smith et al. (2000) の研究では、イップスを発症しているゴルファー(以下、「イップス群」)とイップスを経験したことのないゴルファー(以下、「非イップス群」)の2つのグループに対して、生理学的な測定方法を用いてゴルファーのパッティング中の身体的な

反応とその変化量について比較検証した。具体的な手法としては、ゴルファーのパッティング時のグリップを握る力の差、筋活動、心拍数の変化の差を見るために被験者全員に electromyogram (以下, “EMG”) と electrocardiogram を装着し、パッティング動作をさせた。その結果、全てのパッティングの瞬間、グリップを握る力はイップス群が非イップスに比べ有意に強かった。また、心拍数もイップス群は非イップス群よりも速くなる傾向、さらに腕の前腕および上腕の筋活動量も増加する傾向が認められたことが報告されている。この結果から、Smith et al. (2000) はイップスの原因の1つとしてジストニアの関与が考えられることを報告している。また Adler et al. (2011) は Smith et al. (2000) と同様に、EMG を用いた生理学的測定手法によって、イップスとジストニアとの関係性について検討した。その結果、イップス群の10人中5人が全てのパッティング動作において、リストの屈筋および伸筋における共収縮が認められた。対照的に、非イップス群において同様の反応がみられた者は1人もいなかった。ジストニアの臨床特徴として共収縮が挙げられている(目崎, 2011) ことから、Adler et al. (2005) の研究結果はイップスとジストニアの関係性を裏づける内容と思われる。また、この研究結果に関して、Dhungana and Jankovic (2013) はイップスとジストニアとの関係性を説明する最も有力な証拠であると言及している。

以上、欧米諸国におけるイップスとジストニアの関係性を報告した研究を挙げたが、国内でもイップスとジストニアの関係性を検討した研究や報告がなされている。佐藤ら(2014, 2015, 2016) は、テニスにおけるイップスとジストニアの関係を明らかにするためにインタビュー調査を実施している。その結果、テニスのトス動作で起こるイップス症状には、精巧で緻密さを要求される行動・運動に異常が生じる巧緻運動障がい、限定された

障がい、例えば字を書くときは出現するが、箸をつかうなどといったそれ以外の行動では出現しない活動特異性、過剰な予期不安によって目的と異なる行動となる予期不安性 (佐藤ら, 2015) 等のジストニアの特性が見られた。そのため、テニスにおいてもイップスとジストニアとの関連が推察されたと報告している。

また、工藤 (2008) は、イップスは心理学的要因によって発症するものではなく、タイピストや演奏家などに見られる職業性ジストニア (工藤, 2008) の 1 つであるとした。職業性ジストニアのメカニズムとしては、「スポーツ選手や演奏家、あるいはさまざまな職工は、同一の動作を幾度となく練習する。すると大脳皮質は可変的変化を示し、関連する身体部位を支配する感覚運動野の領域が拡大する。このこと自体は、当該部位の運動制御能力を高めるための適応的かつ機能的な変化である。しかしながら、同一の動作を過度に繰り返す、近接領域の感覚運動野が同時に活動し続けると、これらの領域の拡大とともに融合が生じることがある (Elbert et al., 1998, pp. 3571-3575)。それによって、感覚の混乱や動作の独立性低下が生じ、運動障がいが起こる」 (工藤, 2008, p. 98) と説明されている。

さらに Le Floch et al. (2010) と八木 (2011) は、多くの共通点からイップスはしばしばジストニアと同義で用いられ、身体部位の局所的な痙攣を意味するクランプ (cramp) (Philippen and Lobinger, 2012) である可能性を示唆した。八木 (2011) はイップスとクランプの共通点を説明している。すなわち、クランプを発症している者は右手ではできないが左手では異常がないといったケースが報告されているが、ゴルフのイップスにおいても、パターのグリップを握る手を左右逆にするとイップスの改善に効果的であるといったような共通点を片側性と称し説明している。また、クランプの症状はある特定の動作にのみ限



定的に障がいが生じ、それ以外の動作では症状が出現しないケースが多いとされている (八木, 2011). 同様にスポーツで見られるイップスにおいても、ある特定の運動行動のみ上手く遂行できなくなるが、その他の動作は一切支障がないことが多いといった共通点を活動特異性と称し説明している (八木, 2011). 八木 (2011) は、この他にもクランプとイップスの特徴に見られる共通点を挙げ、この両者の関係性を明らかにしている. このように、イップスの神経学的要因を検証し、イップスとジストニアやクランプのような運動障がいとの関係性を示唆している研究が散見される.

一方、心理学的要因としては、“Choking under pressure” (以下、“choking”) との関係性 (Klämpfl et al., 2013a; Masters, 1992; Smith et al., 2000, 2003; Stinear et al., 2006) が最も指摘されてきた. 例えば, Stinear et al. (2006) は、イップスを発症しているゴルファーを対象に、金銭的な報酬をかけたプレッシャー状況下と通常の場合でのパッティングの正確性を検討した. その結果、金銭的報酬が関与しない通常のパッティング時の方が有意にその正確性が高かったことを報告している. また、Bawden and Maynard (2001) は、イップスが、Baumeister (1984) によって報告されたchokingの過程に見られる特徴と極めて類似した点が多いため、イップスとchokingには何らかの関係性がある可能性を指摘している. ただ、Bawden and Maynard (2001) は、イップスとchokingの特徴は、完全に符合するものではなく、イップスの症状は慢性的に現れるのに対して、chokingは一時的な症状であることを指摘している. また、Papineau (2015) は、chokingは重要な試合や勝利に直接的に関与するプレーなどの、プレッシャーが高まる状況にのみ現れるが、イップスは日々の練習や自主トレーニングなどのプレッシャーが少ない場面でも現れると報告している.

さらにイップスは、「自動化された動きに悪影響を与える動きの意識的な制御」(Klämpfl et al., 2013b, p. 1) と定義される“reinvestment”との関係性も指摘されている(Klämpfl et al., 2013a). Klämpfl et al. (2013b) は、「投げる前の助走の際、マウンドに近づくにつれて“いったい私はどうやってボールを手から離すのだろう”と考えた」(Bawden and Maynard, 2001, p. 941) という、イップスを経験したクリケットのボウラーの語りを挙げ、このような特徴が reinvestment の代表例であると述べている。

さらに、イップスの心理学的要因に関しては、choking と reinvestment 以外にも、種々の性格特性との関係性も指摘されている。例えば、Roberts et al. (2013) はイップスと完全主義との関係性を検証した。そこでは、イップスの症状が認められるスポーツ選手に対して、6 つの下位尺度からなる完全主義尺度 (FMPS ; Frost, Marten, Lahart, and Rosenblate's multidimensional perfectionism scale) を用いて調査を行った。その結果、6 つの完全主義の下位尺度のうち、自分に高い目標を課す傾向 (personal standards), ミスを過剰に気にする傾向 (concern over mistakes), 秩序正しさを重んじる傾向 (organization) の 3 つの下位尺度がイップスを経験する予測因子となることが明らかとなり、イップスの経験と完全主義には有意な関係性が認められている。また、完全主義以外にも、外向性や積極性 (西野ら, 2006), 社会的や闘争性 (田辺, 2001) が高い者の方がイップスになる可能性が高いといった報告もある。

これらの、イップスの発症要因に関する多くの知見に加え、対処法に関しても、イメージ療法の 1 つである solution focused guided imagery (SFGI; Bell and Thompson, 2007; Bell et al, 2009; 2011) や認知行動療法 (賀川, 2013; 八木, 2011) などの心理学的アプローチや、ボツ

リヌストキシン注射 (Dhungana and Jankovic, 2013; 永井, 2014) や鍼療法 (Rosted, 2005) などの神経学的なアプローチの有効性が報告されている。

上述のように、イップスの先行研究では、発症要因と対処法の検討は、国内外において多角的に行われてきた。このような背景には、イップスが難治性および競技離脱のリスクを伴ったスポーツ選手としての危機として捉えられてきた (Bell et al., 2009; 賀川・深江, 2013) ことが挙げられる。例えば、Philippen and Lobinger (2012, p.13) は「イップスはスポーツ選手のパフォーマンスを遂行する上で致命的な問題となり、場合によってはスポーツ選手のプロとしてのキャリアを奪うこととなり得る」と述べている。また、Marquardt (2009) は、イップスを発症したスポーツ選手はその問題から逃げようとするほど症状は悪化し、多くのスポーツ選手が苦しめられていることを指摘している。さらに、Milne and Morrison (2015) や Smith et al. (2000) は、イップスによる心理的苦痛は強烈なものであり、場合によっては選手のキャリアを奪うこともあると言及している。そして、このようなスポーツ選手に対する影響の多大さ故に、イップスを経験することは、スポーツ場面における否定的な経験として語られることが一般的であり、イップスに関する研究の主眼の多くは、発症要因や対処法を追求することに置かれてきた (Bell et al., 2009; Dhungana and Jankovic, 2013; Rosted, 2005; Stiner et al., 2006)。

一方、スポーツ選手が、イップスをどのように経験し、その経験を通してどのような心理的变化を遂げたのかという側面に着目した研究は、Bawden and Maynard (2001) と Philippen and Lobinger (2012) 以外に見受けられない。Bawden and Maynard (2001) は、イップスを経験した8名のクリケットボウラー全員がイップスの経験直後に怒りや悲しみとい

った著しい否定的感情の喚起や過度な自意識の高まりなどを経験していたことを明らかにしている。また、クリケットボウラーはイップスの経験を通して、次第に自信を喪失し、イップス症状が現れている動作（以下、「被イップス動作」）の遂行を避けるようになるといった共通点も挙げられた。また、Philippen and Lobinger (2012) は、17名のイップスの経験があるゴルファー全員がパッティングを決めなくてはならないという恐れ、被イップス動作の遂行と同時に喚起する失望感や怒りといった否定的感情、あるいはミスに対する懸念やパッティングスキルに対する自信の喪失といった否定的な考えの現れを経験していたことを明らかにしている。これらの先行研究では、質的アプローチを用いてイップスの経験を探索的に検討し、その経験がスポーツ選手の心理的側面に否定的な影響を及ぼすことを明らかにしている。しかし、これらの先行研究は、スポーツ選手がイップスの経験に伴って喚起する否定的な側面のみ注目したものであり、肯定的な側面に対する検討は一切行われていない。Wadey et al. (2011) は、スポーツ選手の競技への参加・継続を通して得た多様な経験を正確かつ十分に理解するためには、それぞれの経験の否定的な側面あるいは肯定的な側面のどちらかのみではなく、その両方の側面を明らかにする必要があると指摘している。そのため、イップスの経験に対する深い理解を得るためには、イップスの経験に伴った否定的な心理的变化に限らず、肯定的な心理的变化に関しても明らかにしていく必要がある。

## 2) 否定的な経験に伴った心理的成長に関する研究

ポジティブ心理学や臨床心理学, 社会学などの領域では, 人生における否定的な経験は, それを経験した個人に抑うつや不安症, ストレスなどといった否定的な影響を及ぼすだけでなく, 彼らが心理的な成長を遂げる転機にもなる可能性が古くから報告されている (Affleck et al., 1985; Thompson, 1985). 例えば, Tamminen and Neely (2016, p. 193) は, 「否定的な出来事は, 人生における肯定的な転換や変化を促す可能性を持っている」と言及している. また, Schaefer and Moos (1992) は, “Personal coping: Theory, research, and application” という著書の 1 つの章で, “Life Crises and Personal Growth” というタイトルを冠して, 人生における否定的な経験や危機的な経験に伴った心理的成長に関する多くの先行研究を概観している. そこでは, 人々の心理的成長の契機となりうる否定的な経験や危機的な経験にはどのような経験があるのか, または, それらの経験に伴って, 具体的にどのような心理的成長がもたらされるのか, さらに, そのような否定的な経験や危機的な経験から人々が心理的成長に至る過程では, どのような要因が関与しているのかなどについて概観されている. また, このような否定的な経験に伴った心理的成長を説明する代表的な概念に “posttraumatic growth” (PTG; Tedeschi and Calhoun, 1996) がある. PTG は, 「トラウマに伴った精神的なもがきや闘いの結果として, 個人によって報告されたポジティブな心理的変容に関する主観的経験」 (Zoellner and Maercker, 2006, p. 628) や, 台風や地震などの自然災害や病気や怪我, 家族の死などのトラウマティックな出来事, およびそれに引き続くもがきや葛藤の結果経験される心理的な成長などのことを示す概念とされている (宅, 2016). なお, 宅 (2016) は, PTG におけるトラウマティックな出来事とは, 生死に関わるような

出来事だけを意味するものではなく、試験に落ちることや、同棲していた者が移住するなど、「何らかのストレスを伴うような出来事はほぼすべて PTG の契機になりえる」(p. 3) と指摘している。さらに、PTG と同様に、Stress-Related Growth (SRG; Park et al., 1996) や finding benefits (Jansen et al., 2011), adversarial growth (Linley and Joseph, 2004) など、否定的な経験に伴った心理的成長を説明する概念は、数多く報告されてきた。

近年、このような概念は、スポーツ心理学の領域においても注目され始めている (Salim et al., 2016; 鈴木・中込, 2013; Tamminen et al., 2013; Tamminen and Neely, 2016; Wadey et al., 2013)。すなわち、スポーツ場面における否定的な経験 (例えば、スポーツ傷害、指導者やチームメイトとの軋轢、トラウマになるほどの重大な場面での失敗) は、スポーツ選手が選手としての心理的成長を遂げる契機になることが示唆されている。

例えば、Sarkar et al. (2015) は、10名のオリンピック金メダリストに対して半構造化インタビューを実施し、スポーツ場面における過去の否定的な経験 (例えば、「繰り返しメンバーに選ばれないこと」「大事な場面でのミス」「深刻な怪我」など) に関して語ってもらった結果、彼らの多くは、否定的な経験を自分自身のスポーツ選手の心理的成長やオリンピックでの成功をもたらすきっかけになったと捉えていたことを明らかにした。また、Sarkar et al. (2015) は10名のオリンピック金メダリストの語りから、彼らは自らの「優勝したい」「誰よりも秀でた存在でありたい」などというスポーツ選手としての野心を煽るために、否定的な経験を利用したのではないかと指摘している。加えて、杉浦 (2001) は杉浦 (1996) を基にスポーツ選手の心理的成長を測るための「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」「精神的安定性」「身体的統制感」の5つの下位尺度から成る「スポーツ選手としての心

理的成熟尺度」を作成し、スポーツ選手が直面する様々な危機の経験と心理的成長との関係性を実証的に検討した。その結果、「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」はスポーツにおける危機の経験を通して変化しやすく、「精神的安定性」「身体的統制感」は変化しにくいという特徴があり、前者は競技に対する継続意志や練習意欲などとの関係性があり、後者は主に実力発揮との関係性があることが明らかになった。

以上のように、スポーツ選手としての否定的な経験は、彼らの心理的成長を促進する可能性があることが多くの先行研究において報告されている。従って、スポーツ選手としての否定的な経験は、それを経験した選手に自信の喪失や不安の高まり、モチベーションの低下等をもたらす否定的な側面を持っている一方で、彼らがその経験に伴ったもがきや葛藤を通して心理的な成長を遂げるきっかけになるといった肯定的な側面の二面性があることが示唆される。このような点に鑑みれば、これまでスポーツ選手を苦しめる否定的な経験としてのみ捉えられてきたイップスの経験は、彼らの心理的成長を促進するきっかけになる可能性も考えられる。なお、本研究における心理的成長の定義は、「スポーツ選手がスポーツに取り組むにあたって必要な心理的側面の肯定的変容」(杉浦, 2004a, p. 24) する。さらに、ここでの心理的成長とは、単にイップスを経験する以前の心理状態に戻る「回復(recovery)」のではなく、以前の水準を超えて、心理的に成長するという意味として用いる。

### 3) 量的研究法と質的研究法の両者を用いる価値

心理学，社会学，哲学，または教育学などの社会科学分野における研究法として，量的研究法と質的研究法がある．量的研究法は，「件数や頻度，身長や体重など数値で表されるデータ（量的データ）を扱う研究法」（寺下，2011）や「自然科学的な枠組みから派生した方法で，主にアンケートや統計調査，実験などから演繹的に分析する」（神林，2009，p. 19）とされ，質的研究法とは，「現象の性質や特徴など数値で表せないデータ（質的データ）を扱う研究法」（寺下，2011）と定義される研究法である．従来の社会科学分野における研究は，事実の客観的な証明を重視し，仮説検証型の研究法である量的研究法を用いたものがその大部分を占めていた．しかしながら現在では，量的研究法に過度に依存した社会科学分野における研究に対する批判から，質的研究法の価値が盛んに唱えられるようになってきた（佐藤，2008）．確かに質的研究法では，量的研究法のように，実証的な結果を導き出すことは難しいが，質的研究法だからこそ追求できることも多くある．具体例を挙げると，質的研究法では，あらかじめ決まった質問に対して，事前に決められた回答方法（例えば，「Yes」「No」での回答や，「全くそう思わない」から「本当にそう思う」までの5件法など）で答えるような質問紙調査（量的研究法）ではわからない，調査者と研究対象者との相互作用のなかで，研究対象者の考えや感情，心理的な変化などの特徴を深く探ることができる．これは一例に過ぎないが，質的研究法は量的研究法同様に，研究法として用いる十分な価値あるいは意義がある．



また、佐藤 (2008, p. 14) は、量的研究法と質的研究法に関して、「2つの研究アプローチは、少なくとも実証研究における基本的なロジックという点に関して言えば、本来それほど明確に区別できるものではないと考えている。またもし、質的研究と量的研究とのあいだに何らかの違いがあるにしても、それは“対立”や“矛盾”という意味での違いではなく、得手不得手ないし“得意分野と不得意分野”という意味での違いであると見ている。したがって、2つの研究アプローチは決して相容れない“敵”などではなく、むしろそれぞれが見落としがちな部分を互いに補いあうことができる、潜在的な協力者の立場であるもの」と説明している。このことから、両者の研究法は、特定の研究課題に対して、互いの弱点を補いながら用いられることが研究課題あるいは研究対象の理解を深めることにつながるのではないかと考えられる。昨今、保健医療学、看護学、健康科学、教育学、体育・スポーツ科学など多領域において、量的研究法と質的研究法を統合し、課題を明らかにしていくことの重要性が指摘されている (樋口, 2011; 大谷, 2014; 坂下, 2012; 四方田ら, 2015)。

ところで、これまでのイップスに関する心理学的研究は、比較的新しい研究領域であるということもあり、従来の社会科学分野における研究と同様に量的研究法を適用した研究が大半である。Clarke et al. (2015) によれば、イップスに関する心理学的研究は、アンケート調査を基にした量的研究法が大半であり、質的研究法を用いた査読付き論文は 2 篇 (Bawden and Maynard, 2001; Philippen and Lobinger, 2012) のみであるとされている。しかしながら、イップスの経験やイップス経験者について深く理解するためには、量的研究法だけでなく、質的研究法を用いた検討も必要であると考えられる。すなわち、単一の研

究方法からではなく、量的研究法と質的研究法の両方からの検討を行うことで、それぞれの研究法の弱点を互いに補いながら、研究の妥当性・信頼性を高めるとともに、イップスの経験やイップス経験者の理解の深化や広がり、またはイップスの経験やイップス経験者のリアリティに一層迫ることが可能になると期待される。

#### 4) 本研究を実施する意義

本研究は、当たり前のようにできていた動作がある日突然出来なくなり、その状態が長期的に続くというスポーツ選手として非常に辛い経験であるイップスの経験に、ポジティブ心理学の考えを応用し、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を明らかにしていこうとするものである。この試みは、イップスを経験することによる否定的な側面に着目してきた従来の議論の中から生まれた問題点に対して新たな視座を与えうるものである。また、イップスの経験やその経験に伴った心理的变化を包括的に明らかにすることができ、イップス経験者やその周囲の支援者に深い理解を生むことにある。そしてこの深い理解は、イップスに対する適切な対処や、イップス経験者へのサポートや介入を行う上でも重要な役割を担うことが期待される。さらに、イップス経験者が、イップスの対処過程において、または、イップスの克服後にスポーツ選手として心理的に成長できる可能性を認識できれば、イップスの克服に向けた対処過程における姿勢や態度、モチベーションなどが肯定的に変化する可能性が期待される。

### 3. 本研究の目的および構成

#### 1) 研究の目的

本研究の目的は、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長の関連を量的および質的に明らかにすることである。そして、以下のように検討を行う。

第1に、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を量的研究法によって検討し、さらにそこでの心理的成長にはイップスの克服が関与するのかどうかについても明らかにする。

第2に、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を質的研究法によって検討し、さらにそこでの心理的成長にはどのような成長があるのかについて明らかにする。

## 2) 研究の方法

本研究では、大学の硬式野球部員または大学の硬式野球部に所属していた大学生を対象に調査を実施し、得られたデータをも基に分析を行う。第1章では、先行研究を基に作成したイップスに関するアンケートを基に群分けし、各群における心理的成長の高さを測定・比較するために、「スポーツ選手としての心理的成熟尺度」を用いて、量的データを収集する。一方、第2章では、イップスの経験を自認している対象者に対して、あらかじめ作成したインタビューガイドを基に、エピソード・インタビューを実施することで質的データを収集する。それらを、量的・質的分析方法で分析をしていく。

### 3) 論文の構成

本研究における目的を達成するため、論文は以下のように構成される。また、各章の位置づけについてのフローチャートは図1に示す。

## 第1章 野球選手におけるイップスの経験と心理的成長との関係性に関する

### 質的研究

大学の硬式野球部員を対象に、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を量的研究法によって検討し、さらにそこでの心理的成長にはイップスの克服が関与するかどうかについても明らかにする。分析には、一要因分散分析と Bonferroni 法による多重比較を行う。この結果から、イップスの経験および克服と心理的成長との関連について考察する。

## 第2章 野球選手におけるイップスの経験と心理的成長との関係性に関する

### 質的研究

イップスの経験を自認している、大学の硬式野球部員または大学の硬式野球部に所属していた大学生の6名を対象に、エピソード・インタビューを実施する。そしてこの結果から、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を検討し、さらにそこでの心理的成長にはどのような成長があるのかについて考察する。

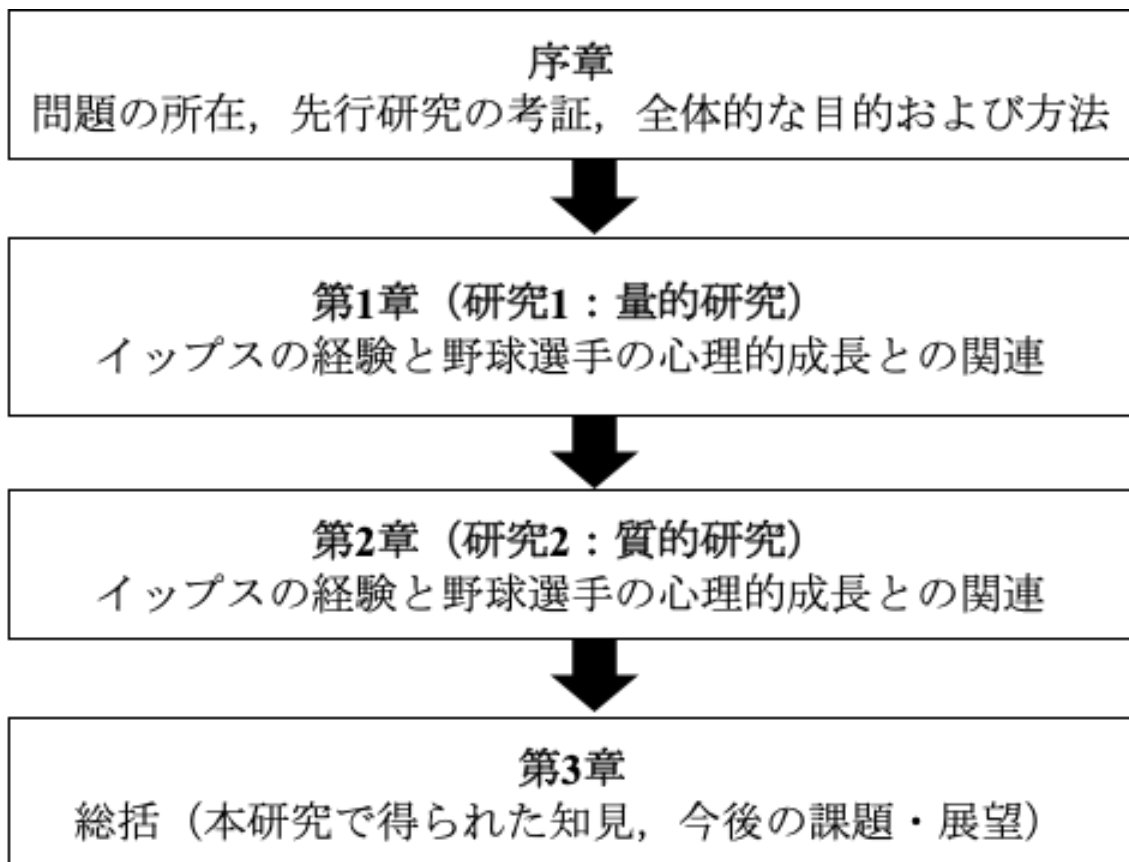


図1 論文構成のフローチャート

## 本 論



## 第1章 野球選手におけるイップスの経験と心理的成長との関係性に関する

### 量的研究

## 1. 目的

本研究は、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長の関連を量的な研究方法を用いて、明らかにして行こうとするものである。

なお、人生における否定的な経験に伴った心理的成長は、各人が直面している問題への適応過程において生じるものであり、苦痛の軽減や危機の解決は、心理的成長の必要条件ではない (木村・大石, 2016; Park et al., 1996) などといった報告がある。しかしながら、その一方で、否定的な経験をするだけでは成長はもたらされず、苦痛の軽減や危機の解決が必要となるという指摘もある (上條・湯川, 2014; Taubman-Ben-Ari et al., 2012), そのため、スポーツ選手がイップスの経験に伴ってなんらかの心理的成長を遂げているのであれば、その場合、イップスの克服は必要不可欠なものなのか、もしくは克服はできていない状態でも成長は認められるのかについても検証する。

以上のことから、本研究では、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連と、その関連にはイップスの克服が関与するのかを検証することを目的とする。

## 2. 方法

### 1) 対象者

7大学の硬式野球部に所属する選手457名を対象にフェイスシートと3つの質問紙を用いて調査を実施した。なお、回答に不備があった者41名を除いた、大学硬式野球部416名(平均年齢19.6歳、標準偏差1.1歳)の回答を分析対象とした。調査は練習や全体ミーティングを利用した集合法により実施した。いずれも回答後すぐに回収した。調査は、事前に調査目的、イップスに関する概要、本研究におけるイップスの位置づけ、そして個人情報管理などに関する説明を書面と口頭で行った。その上で、本研究およびイップスに関する理解が十分に得られたと思われ、調査協力に対して同意が得られた者を対象にアンケートへの回答を求めた。なお、倫理的な配慮の1つとして、調査時に精神的な疾病で病院への通院または薬の服用している者に関して、調査から外れてもらった。

### 2) 質問項目

**フェイスシート**：学年、競技の経験年数、競技成績、主なポジション、キャプテンの経験の有無等について回答を求めた。

**イップスに関するアンケート**：内田 (2008) のアンケートを基に作成した。まず、「これまでの野球人生において、ある日突然自分の思い通りに投げられなくなり、(投げるたびにではないが) 相手が捕球できないような暴投(上・左右といった方向)が続いたことがある」と「これまでの野球人生において、ある日突然自分の思い通りに投げられなくなり、ボールを地面に叩きつけてしまう状態が続いたことがあるか」という問いに「Yes」「No」

で回答してもらった。その後、イップスの継続期間や改善方法などに関する質問に回答してもらった。

**イップス尺度：**内田 (2008) が高校および大学の野球部に所属する選手を対象に、イップス傾向を測定する目的で作成した尺度である。この尺度は、「予期不安」「身体像の歪曲」「自然体の欠如」「周囲からの助言」「他者肯定」の5因子21項目から構成される。予期不安は「暴投した時の周りの評価が気になる」「暴投すると、ベンチから外れるのではないかと思う」といった6項目、身体像の歪曲は「投げることを考えると、心理的に緊張する」「ボールを持つと暴投をイメージして、体が緊張する」といった6項目、自然体の欠如は「ゆっくり投げられない」「塁間より短い距離だと、思うように投げられない」といった3項目、周囲からの助言は「周りの選手から投・送球についてアドバイスや指導をうけることが多い」「指導者から投・送球について、アドバイスや指導をうけることが多い」といった3項目、他者肯定は「投・送球において、周りの選手がうらやましい」「なぜ周りの選手は思うように投げられるのか、と思う」といった3項目から評価される。また、回答は「全くそう思わない(1点)から「全くそうだと思う(5点)」の4件法で評定させた。

内田 (2008) は、尺度の妥当性を併存的妥当性および基準関連妥当性によって、信頼性を Cronbach の  $\alpha$  係数の算出によって検討した。その結果、妥当性と信頼性ともに十分な値を示した。なお、内田 (2008) は、これらの因子の合計得点をイップス得点とし、その得点が高ければ高いほど、イップスの傾向が高いことを示すとした。しかしながら、この尺度はイップスの発症を判定するというより、スポーツ選手のイップスの傾向を評価する尺

度であり、イップスを同定するには、この尺度のみでは困難である。そのため、本研究では、前述したイップスに関するアンケート結果の妥当性を確認するための手段として用いた。

**スポーツ選手としての心理的成熟尺度:**杉浦 (2001) が、杉浦の理論 (1996) に基づいて、スポーツ選手としての心理的成長の高さを測定するために作成した尺度である。また、この尺度は、「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」「精神的安定性」「身体的統制感」の5因子32項目から構成される。明確な目的は「自分はなぜスポーツをしているのかその理由がわかっている」「スポーツをする目的が明確に定まっている」といった7項目、自己把握は「自分の能力を正確に把握できていると思う」「自分のやるべき練習がわかっている」といった6項目、自律的達成志向は「誰に言われなくても自発的に練習に取り組んでいる」「日々の練習に喜びを感じている」といった6項目、精神的安定性は「試合の結果に対して楽観的に考える方だ」「人の評価はほとんど気にならない」といった6項目、身体的統制感は「リラックスして身体を動かすことができる」「どうすれば動きをコントロールできるのかがわかる」といった7項目から評価される。そして、これらの回答は「そう思わない (1点)」から「そう思う (5点)」の5件法で評定させた。なお、杉浦 (2001) は、尺度の妥当性を内容的妥当性および基準関連妥当性によって、信頼性をCronbachの $\alpha$ 係数を求めることによって検討した結果、妥当性と信頼性ともに十分な値を示していた。

### 3) 分析方法

まず、全ての対象者を、イップスに関するアンケートを基に、非イップス群、イップス群、克服イップス群の3群に分類した (図2).

そして、ここで分類した3つの群の妥当性を確認するために、イップス尺度 (内田, 2008) を用いて検証を行った. ここでは、非イップス群、イップス群、克服イップス群の3群を独立変数、イップス尺度における5つの下位尺度得点を従属変数として一元配置分散分析を行った. そして、イップスの経験または克服とスポーツ選手の心理的成長との関連を明らかにするために、3つの群を独立変数、スポーツ選手としての心理的成熟尺度の5つの下位尺度得点を従属変数として対応のない一元配置分散分析を用いて検討した. なお、一元配置分散分析に有意な主効果が認められた場合には、事後検定としてBonferroni法による多重比較検定を行った. いずれの検定も有意水準を5%未満とした.

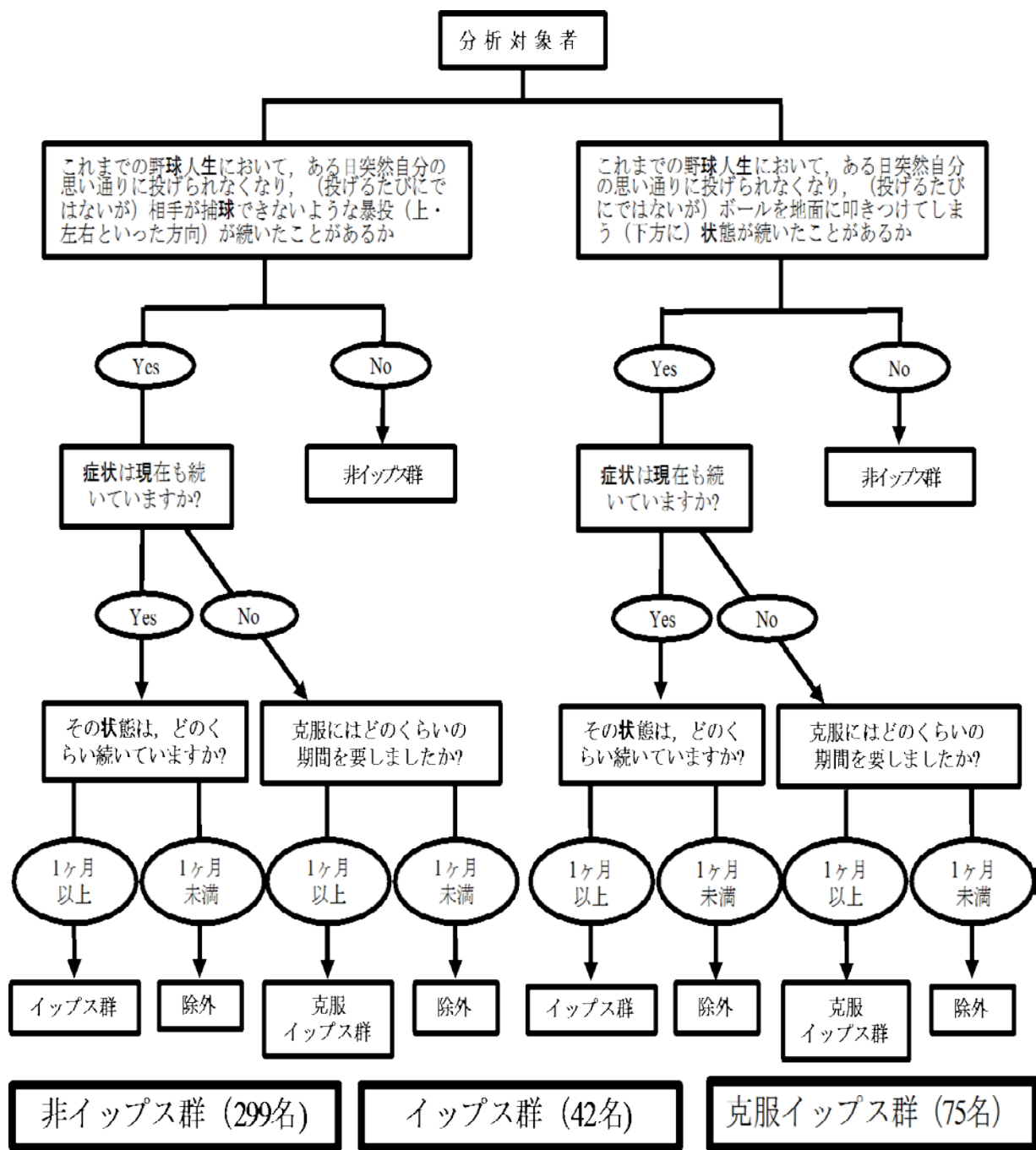


図2 分析対象者の群分け (内田, 2008を参考)

### 3. 結果

#### 1) 群分けの妥当性の検討

イップス尺度を用いてイップスに関するアンケートを基に分類した3つの群の妥当性を確認するために、3群間のイップス尺度の各下位尺度得点の平均値を一元配置分散分析で検定した。その結果、予期不安【 $F(2,414)=53.72, p<.05, \eta^2=.16$ 】、身体像の歪曲【 $F(2,414)=105.99, p<.05, \eta^2=.34$ 】、自然体の欠如【 $F(2,414)=71.73, p<.05, \eta^2=.26$ 】、周囲からの助言【 $F(2,414)=59.40, p<.05, \eta^2=.22$ 】、他者肯定【 $F(2,414)=55.57, p<.05, \eta^2=.21$ 】の全ての下位尺度において主効果が有意であったため、さらに Bonferroni 法による多重比較検定を行った(表 1-1)。この結果、全ての下位尺度で、非イップス群に比べ、イップス群 ( $p=.001$ ) と克服イップス群 ( $p=.001$ ) の方が有意に高い得点を示し、また、全ての下位尺度で、克服イップス群に比べイップス群の方が有意に高い得点を示した ( $p=.001$ )。すなわち、非イップス群はイップスを発症した経験がないため得点が最も低く、その次にすでにイップスを克服している克服イップス群、そして現在もイップスの症状が現れているイップス群が最もイップス得点が高かった。

#### 2) イップスの経験と心理的成長の関係性

そして、表 1-2 には非イップス群、イップス群、克服イップス群の3群間における心理的成熟尺度の下位尺度得点の平均値を示した。3群間の心理的成長の高さを比較するために、3群を独立変数、スポーツ選手としての心理的成熟尺度の各下位尺度を従属変数として、一元配置分散分析を行ったところ、明確な目的【 $F(2,413)=5.27, p<.05, \eta^2=.03$ 】、自



己把握【 $F(2,413)=5.95, p<.05, \eta^2=.03$ 】，自律的達成志向【 $F(2,413)=3.31, p<.05, \eta^2=.02$ 】，精神的安定性【 $F(2,413)=3.36, p<.05, \eta^2=.02$ 】，身体的統制感【 $F(2,413)=15.07, p<.05, \eta^2=.07$ 】の全ての下位尺度で主効果が有意であったため，さらに Bonferroni 法による多重比較検定を行った (表 1-2). その結果, 明確な目的では, 克服イップス群と非イップス群 ( $p=.049$ ), 克服イップス群とイップス群 ( $p=.006$ ) の間に有意な差が認められ, いずれも克服イップス群が高かった. また, 自己把握 ( $p=.006$ ) と自律的達成志向 ( $p=.047$ ) では, 克服イップス群が非イップス群よりも高い得点を示した. さらに, 精神的安定性では, 非イップス群がイップス群よりも有意に高い得点を示した ( $p=.035$ ). 加えて, 身体的統制感では, 非イップス群とイップス群 ( $p=.001$ ), 克服イップス群とイップス群 ( $p=.004$ ) の間に有意な差が認められ, いずれもイップス群が低かった.

表1-1 イップス下位尺度の記述統計および分析結果

	非イップス群 ( <i>n</i> =299 ) <i>M</i> ( <i>SD</i> )	イップス群 ( <i>n</i> =42 ) <i>M</i> ( <i>SD</i> )	克服イップス群 ( <i>n</i> =75 ) <i>M</i> ( <i>SD</i> )	<i>F</i> 値	多重比較
予期不安	10.76 (4.16)	17.76 (5.16)	13.47 (4.77)	52.49*	2 > 3 > 1
身体像の歪曲	7.11 (2.77)	14.38 (4.31)	9.41 (3.67)	105.54*	2 > 3 > 1
自然体の欠如	4.18 (1.77)	7.86 (2.29)	5.67 (2.57)	71.73*	2 > 3 > 1
周囲からの助言	4.89 (2.14)	8.64 (2.30)	6.41 (2.54)	59.4*	2 > 3 > 1
他者肯定	6.31 (2.49)	10.36 (1.82)	8.15 (3.06)	55.57*	2 > 3 > 1

※\*  $p < .05$

※ 多重比較 非イップス群: 1, イップス群: 2, 克服イップス群: 3

表1-2 心理的成長の記述統計および分析結果

	非イップス群 ( <i>n</i> =299) <i>M</i> ( <i>SD</i> )	イップス群 ( <i>n</i> =42 ) <i>M</i> ( <i>SD</i> )	克服イップス群 ( <i>n</i> =75 ) <i>M</i> ( <i>SD</i> )	<i>F</i> 値	多重比較
明確な目的	28.29 (5.57)	26.71 (5.76)	29.97 (4.47)	5.27*	3 > 1, 2
自己把握	22.43 (4.40)	22.40 (3.88)	24.2 (3.76)	5.94*	3 > 1
自律的達成志向	21.18 (4.86)	20.83 (4.45)	22.65 (4.11)	3.31*	3 > 1
精神的安定性	17.32 (4.73)	15.38 (4.63)	16.76 (4.31)	3.34*	1 > 2
身体的統制感	22.22 (5.37)	17.57 (4.93)	20.84 (5.02)	15.07*	1, 3 > 2

※\*  $p < .05$

※ 多重比較 非イップス群: 1, イップス群: 2, 克服イップス群: 3

#### 4. 考 察

本研究は、イップスの経験およびイップスの克服と野球選手の心理的成長の高さの関連性を検討するために、416名の野球選手を非イップス群、イップス群、克服イップス群の3群に分け、群間における心理的成長得点の違いについて明らかにした。そこでは、まず、非イップス群、イップス群、克服イップス群の3つの群の分類の妥当性を確認するためにイップス尺度を用いた検証を行った。その結果、3つの群の分類の妥当性をある程度、保証できたといえる。

#### 明確な目的

明確な目的では、克服イップス群の方が、イップス群や非イップス群よりも高い得点を示した。このことから、明確な目的の得点の高まりには、イップスの克服が関係している可能性が示唆された。イップス経験者は、イップスの症状が現れ続けている間は、失望や苛立ち (Philippen and Lobinger, 2012) , または自信の喪失 (Philippen and Lobinger, 2012) などといったネガティブ感情の喚起や、周囲と同じように練習ができなかったり、試合に出られなくなったりという辛い日々を送らなくてはならない。その期間彼らは、自分はなぜスポーツをしているのか、あるいはスポーツを続けることは自分自身にとって必要なことなのかなどといった疑問を自問自答することになる。そのため、本研究の結果に示されたように、この期間は明確な目的の得点は低下しやすい状態あるいは促進されにくい状態であると思われる。

一方で、杉浦 (1996) は、スポーツ選手がスポーツに参加している理由またはスポー

ツ続けている理由である参加動機に対する危機は、「スポーツ選手に対して、自分がなぜスポーツを行っているのか、自分がどんなスポーツ選手であるのかを考えさせる」(p. 191)とし、さらにその参加動機の危機を解決することでスポーツ選手としての心理的成長がもたらされる可能性を指摘している。この指摘と本研究の結果を勘案すると、イップス経験者はイップスの経験に伴った心理的葛藤の過程において、自分が野球を続けている理由を深く考え、イップスの克服後に、新たな目的を見つけたり、イップスを経験する前に持っていた目的がより明確になったりしたのではないだろうか。

## 自己把握

自己把握では、克服イップス群は、非イップス群に比べ有意に高い得点を示した。この結果は、イップスを経験し、それを克服した者の方が、イップスの経験がない者に比べ、自分自身の能力、体調、調子、そしてやるべき練習などをより正確に把握できている可能性を示唆している。

Tamminen et al. (2013) は、エリートスポーツ選手を対象にスポーツ場面または日常生活場面での否定的な経験とその経験に伴ったスポーツ選手の心理的成長に関する半構造化インタビューを行った。その結果、選手の中には否定的な経験を通じて、自分の能力の限界または身体や心の強さなどへの理解を深めることができた者、さらにはスポーツ選手としての自己を超えた自己のアイデンティティを把握する者がいたことを報告している。また、Wadey et al. (2011) は、受傷アスリートを対象に、スポーツ傷害からの復帰の過程における彼らの心理的変容プロセスを検証した。その結果、受傷アスリートは怪我から復帰するま

でのものがきや葛藤の中で、自己を内省し、自己の感情を理解しようとしたり、自己の感情に関する情報を他者に積極的に開示したりといったことを繰り返し、それらの過程を通して、自己の感情を深く理解できるようになっている可能性を示唆している。その他にも、スポーツ選手は否定的な経験の結果として、自分は何ができて、何ができないのかといった自己の能力に対する深い理解 (Udry et al., 1997; Wadey et al., 2011) や、自分自身に対する気づきや洞察の獲得の促進 (米丸・鈴木, 2016) などの肯定的変容が指摘されている。

このように、スポーツ場面や日常生活場面における否定的な経験は、自己を見つめなおす好機となり、それにより自分の能力や状態、アイデンティティなどへの理解が深まる可能性が多く報告されている。このような報告に鑑みれば、イップスの経験が野球選手の自己を見つめなおすきっかけになり、イップスの克服後にその自分自身や自分の能力に対する理解の深まりを認識できたのではないかと考えられる。

## 自律的達成志向

自律的達成志向では、克服イップス群が非イップス群に比べ有意に高い得点を示した。すなわち、イップスの経験がない者に比べ、イップスを経験し克服した者の方が練習や競技に対して積極的に取り組む姿勢を持っていることが明らかになった。

中村・荒木 (2016) は、受傷アスリートが、怪我からの復帰または怪我を受容していく過程を検討した結果、受傷アスリートは、スポーツ傷害への対処過程を通して、競技ができることに喜びを感じたり競技に対する肯定的な態度を取れるようになったりといった肯定的な変容を明らかにしている。また、Podlog and Eklund (2006) は、深刻な怪我を負った

12名の競技スポーツ選手が、怪我をしてから復帰するまでの変容過程を明らかにすることを目的に、縦断的な調査を行った。その結果、対象者の大半は、怪我によって思ったようにスポーツができなくなったことで、自分の人生におけるスポーツの重要性やスポーツができることの有り難みを再認識し、スポーツに対するモチベーションやスポーツをやりたいという欲望が高まっていたことが明らかになった。このように、スポーツにおける否定的な経験によって、スポーツ選手は改めてスポーツができることへの喜びや幸福感、感謝を抱くことができるようになると考えれば、本研究の結果も説明できる。つまり、イップス経験者は、イップスが原因で、守備位置を変えられたり (Martin, 2015)、試合に出られなくなったり (Dhungana and Jankovic, 2013)、これまで当たり前できていた容易なパフォーマンスができなくなったりする (向, 2016) ような苦しい経験をすることになる。そのため、彼らはイップスの克服に伴って、イップスを経験する以前には感じなかった、または忘れてしまっていた、競技ができることのありがたみや日々の練習への喜びを感じるようになる可能性が考えられる。加えて、そのようなありがたみや喜びの感情の喚起に伴って、積極的に競技やトレーニングに取り組むようになるといった、競技に対する姿勢や態度の変化が生じる可能性も否定できない。

### 精神的安定性

精神的安定性では、イップス群は非イップス群に比べ有意に低い得点を示した。この結果は、イップス経験者は、観衆の前でイップスの症状が現れるのではないかという不安感や、周囲が自分をどのように思っているのかという他者評価へのこだわり、および心理的

過緊張などと常に闘いながら競技を続けているため (岩田・長谷川, 1981), 精神的に不安定な状態になり, このような結果が示されたことが推察される.

しかしながら近年, このようなスポーツ場面における否定的な経験を通して, メンタルタフネスの向上 (Podlog and Eklund, 2006), レジリエンスの向上や競技不安の低下 (小林ら, 2014), コーピングスキルの向上 (Galli and Vealey, 2008; Wadey et al., 2011, 2013) などの精神的安定性に関連するような肯定的変容が多数報告されており, 今後さらなる検証の蓄積が重要といえる.

### 身体的統制感

身体的統制感では, イップス群が, 非イップス群と克服イップス群に比べ, 有意に低い得点を示した. この結果は, イップス経験者に共通して認められている身体的症状とその症状に伴った否定的な心理的变化に関与したものである可能性を示唆している. イップスの身体的症状としては, イップスが現れているパフォーマンスの遂行中に見られる, 筋痙攣や筋硬直などといった筋の異常 (Smith et al., 2000, 2003) が挙げられる. 一方, そのような症状に伴った否定的な心理的变化としては, 主に自分の身体をうまくコントロールできないような感覚, 「指の過度な緊張」「自分の肩が固まっているように感じる」「ボールを指から離すことができなかった」などの変化がある (Bawden and Maynard., 2001; 中込, 2006). これらのことから, イップス経験者は, イップスの症状が現れている期間, 身体をうまくコントロールすることへの自信を喪失するため, 非イップス群に比べてイップス群は身体的統制感の得点が低下した可能性が示唆される. また, 克服イップス群がイップス

群に比べ有意に高い得点を示したのは、イップスの症状が現れている期間は、身体的異常によって否定的な心理的变化（例えば、自分の身体をうまくコントロールできないような感覚）が生じるが、イップスの克服に伴って、次第に自信を取り戻し、リラックスしてパフォーマンスを遂行できるようになったからという可能性は否定できない。

ところで、この非イップス群と克服イップス群に認められた、イップス群よりも有意に高い得点は果たして同質のものなのだろうか。特にイップスの主たる症状は、身体の特定位のコントロールを失うことにある。そのため一度、身体特定部位のコントロールを失ってしまったスポーツ選手が、その原因となる症状が改善したからといって、自分の身体感覚や身体をコントロールすることへの自信が、その症状を発症する前の状態と同質の状態になるとは考えにくい。すなわち、非イップス群と克服イップス群では、それぞれ異なった心理的成長の特徴を持っている可能性も考えられる。したがって、身体的統制感に関しても、今後さらなる検証の余地が残る。

杉浦（2001）は、スポーツにおける危機の経験を通して「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」は向上しやすく、「精神的安定性」「身体的統制感」は向上しにくい傾向があることを報告しているが、本研究の結果はこの報告を裏づける結果となった。すなわち、「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」において、非イップス群の者に比べ、克服イップス群の者の方が有意に高い得点を示したことから、イップスの克服が、心理的成長の促進に寄与する可能性を示唆している。一方で、「精神的安定性」「身体的統制感」では、非イップス群に比べて、高い心理的成長の得点を示す群は認められなかった。このことから、前者の3つの下位尺度では、イップスの経験をして、克服したことをきっかけに向上し



やすい傾向があり、後者の2つの下位尺度においては向上しにくい傾向にあることが示唆される。したがって、イップスの克服は主に、実力発揮に関連する心理的成長よりも、競技に対する継続意志や練習意欲などを促進する可能性があることが示されたといえる。

さらに、本研究において特筆すべき結果としては、「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」において、非イップス群よりも克服イップス群の方が有意に高い得点を示した。それに対し、いずれの下位尺度においても、イップス群は非イップス群に比べ、有意に高い得点を示さなかった。このような結果は、否定的な経験の結果としての個人の成長は、単にその経験をするだけでは促進されず、その経験に伴った苦痛の軽減や危機の解決などが重要な役割を担っているという上條・湯川 (2014) や Taubman-Ben-Ari et al. (2012) の指摘を立証する結果と考えられる。すなわち、イップス経験者に認められる心理的成長には、イップスを経験するだけでなく、イップスを克服することが重要な役割を担っていることを示唆している。

ところで、本研究では既存の尺度 (杉浦, 2001) を採用したが、実際のところ、イップス経験者は、この尺度内の心理的成長の以外の肯定的変容をしている可能性も否定できない。例えば、Wadey et al., (2011) は、スポーツ傷害に伴った主観的恩恵に関するインタビュー調査を行ったところ、一部の受傷アスリーは、スポーツ傷害への対処過程において、周囲に気を配れるようになったり、利他的になったり、またはチーム内のその他の受傷アスリートに共感することができるようになったりという変化を報告したことを示した。このように、スポーツ場面における否定的な経験に伴った心理的成長に関する研究には、既存の尺度 (杉浦, 2001) にはない心理的成長の特徴も認められている。

また、本研究は、横断的研究であるため、因果関係の解明には至っていない。そのため、「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」の3つの下位尺度において、非イップス群の者に比べ克服イップス群の者の方が有意に高い得点が認められたが、実際のところそれらの差は、本当にイップスの経験または克服に伴って生じたものなのかどうかについては、明らかではない。したがって、今後は、イップス経験がある野球選手一人一人にインタビュー調査などを行い、スポーツ選手としての心理的成熟尺度(杉浦, 2001)には含まれていないような心理的成長は認められないのか、あるいは、本当にイップスの経験または克服はスポーツ選手の心理的成長をもたらすきっかけになるのか、などといった疑問をより詳しく検証していく必要がある。また、このような質的アプローチを用いるその他の利点として、イップスの症状が現れ続けている者における心理的変容の特徴をより深く見ることが出来る点にある。本研究の結果では、非イップス群とイップス群の間に有意な差は認められなかったが、実際のところ、イップスの症状が現れ続けている者は、イップスの経験に伴った心理的葛藤により、アンビバレンツな感情が混在している状態にあるため、既存の尺度では測ることができない何らかの心理的成長が生じている可能性も否定できない。

杉浦(2001)はスポーツ選手としての危機の経験と心理的成長との関連を明らかにするために、同じ対象者に対して「スポーツ選手としての心理的成熟尺度」を用いた量的な調査と、自由記述による質的な調査を行ったところ、アンケート調査では測ることができなかった心理的成長の特徴が自由記述の分析結果から認められたと報告している。また、開(2016)によれば、PTGに関するインタビュー調査の中で、まだ直面している問題を解決できていない苦しみの中にいる者においても成長の芽生が見られることがあると報告してい

る.

## 5. 要 約

硬式野球部に所属する選手 457 名を非イップス群, イップス群, 克服イップス群の 3 群に分類し, それらを独立変数とし, スポーツ選手としての心理的成熟尺度における 5 つの下位尺度得点を従属変数とした, 一元配置分散分析を行い, その後に Bonferroni 法による多重比較を行った. その結果, 「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」の 3 つの下位尺度において非イップス群よりも克服イップス群の方が有意に高い得点を示した. この 3 つの下位尺度は, 杉浦 (2001) が, 競技に対する継続意志や練習意欲などと関係性があり, スポーツ場面における危機を通して向上しやすいと指摘した下位尺度である. したがって, イップスの克服は, 主に, スポーツ選手の競技に対する継続意志や練習意欲などに関係する心理的成長を促進する契機になる可能性を示唆している.

また, 上記の 3 つの下位尺度において, 非イップス群よりも克服イップス群の方が有意に高い得点を示したのに対し, イップス群が非イップス群に比べ, 有意に高い得点を示したという下位尺度が 1 つもなかった. このことから, イップスの経験に伴った心理的成長において, イップスの克服が重要な役割を担っていることが推察される.

## 第2章 野球選手におけるイップスの経験と心理的成長との関係性に関する

### 質的研究

## 1. 目的

西田 (2010) は、スポーツ選手は競技キャリアの中で挫折や危機を幾度となく経験し、それに立ち向かっていくというプロセスを繰り返すことで、心理的に成長していくと言及している。なお、否定的な出来事の経験に伴った心理的成長は、単にその出来事を経験することで自動的に生起するものではなく、その経験での葛藤やもがきからもたらされるものであると指摘されている (尾崎, 2011 ; Tamminen et al., 2013)。そのため、本研究では、イップスを経験しても、その状況から逃げることなく、競技を継続している選手、または今後継続していく意思のある選手を対象に研究を進めていく。

そして、本研究の目的として、質的研究手法を用いて、「イップスを経験したが、依然競技を継続する、または継続意思のあるスポーツ選手は、その経験を契機になんらかの心理的成長をしているのではないか、またその場合どのような心理的成長がもたらされているのか」といったリサーチ・クエスチョン (以下、「RQ」) について検討を行うこととした。

## 2. 方法

### 1) 対象者

本研究はこれまでに野球の投送球動作においてイップスの経験があるという自認があり、現在、大学の硬式野球部に所属する男性3名および同部活動を数ヶ月前に引退したが競技を継続している、もしくは競技の継続意志を示している男性3名の計6名（平均年齢21.0歳、標準偏差1.15歳）を対象とした。対象者6名のプロフィールを表2-1に示した。対象者の選定は、まずイップスの定義 (Roberts et al., 2013, p. 53) に基づき行った。さらに、本研究のRQに適合した対象者を合目的に選定すること、およびイップス経験者をより厳密に選定することを目的に、Philippen and Lobinger (2012) と Smith et al. (2000) の論文を参考に以下のような対象の基準を定め、より具体的な選定を行った。その基準として (1) イップスの経験後も1度も辞めずに競技を継続している者または大学卒業による部活動の引退をしているが今後継続していく意思のある者、(2) 過去にイップスと思われる症状が最低1ヶ月以上継続した経験がある者、(3) 症状が現れる前は確実に被イップス動作が容易にできていた者とした。以上の全ての基準を満たし、本調査に自ら協力の意思を示した6名に対して調査を行った。

### 2) データの収集の手続き

インフォームドコンセント：調査に先行し、対象になり得る大学の硬式野球部の指導者に本研究の趣旨の説明をした後、調査の承諾を得た。その後、その硬式野球部員全員に対して、筆頭著者から口頭および文章で研究概要の説明を行い、調査協力者の募集を行った。

表2-1 調査対象者プロフィール

調査対象者	年齢	競技歴	主なポジション	競技レベル (過去の競技成績)	イップス <del>症状</del> の継続期間 (現在の <del>状態</del> )	競技継続中 ・引退
対象者A	19歳	10年	三塁手	甲子園出場	約4ヶ月 <del>症状</del> の改善を自認)	継続中
対象者B	21歳	15年	捕手・三塁手	夏の県大会ベスト4	約8年 <del>症状</del> の改善を自認)	継続中
対象者C	22歳	16年	二塁手・三塁手	夏の県大会ベスト4	約1年 <del>症状</del> の改善を自認)	引退・継続意思あり
対象者D	22歳	15年	捕手	夏の県大会ベスト4	約6年 <del>症状</del> はほぼ改善したが稀に 現れることもある)	引退・継続意思あり
対象者E	22歳	14年	投手	夏の県大会ベスト8	約4年 <del>症状</del> はほぼ改善したが稀に 現れることもある)	引退・継続意思あり
対象者F	20歳	10年	二塁手	秋の県大会優勝・ 春の大会ベスト4	約6年半 <del>症状</del> はほぼ改善したが稀に 現れることもある)	継続中

※ 表中の「引退」とは、単に大学4年になり部活動を引退する時期になったので一時的に野球を辞めているということの意味している。

「引退・継続意思あり」と示した3名は、数ヶ月後、社会人になり、社会人チームや草野球チームなどに所属し、野球を継続する意思があることを語った者である。



また、硬式野球部員全員のイップスという運動障がいに対する理解の統一化を図るために、本研究におけるイップスの定義または症状の特徴に関する説明をした。そして調査の協力を得られた者を対象に、筆頭著者および2名の共同研究者が上記の先行研究を基に設定した3つの基準を全て満たしているか確認した。全ての基準を満たしていることが確認された者を対象に、筆頭著者が対象者に対して本研究および本調査に関する概要、情報の取り扱いや倫理的配慮等について書面および口頭で説明した。これらの説明後に調査協力に関する同意書に署名した者を対象に調査を実施した。

調査手続き：データの収集は、X年7月から11月にかけて、各対象者につき2度のインタビュー調査を筆頭著者が実施した。本研究では、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を探索的に調査するために、エピソード・インタビューを採用した。このインタビューは、「具体的なエピソードや経験の語り（振り返り）、そこから生まれた概念を提示できるようなインタビュー」（市嶋・長嶺, 2008, p. 68）と定義され、調査の対象者によって語られるナラティブ（物語、語り）をデータの一形態とするナラティブ・アプローチの1つである（フリック, 2011）。また、このインタビューは、調査の対象者が自らの経験した特定の出来事に関するエピソードを生成し、インタビュアーに語ることを求められる調査手法である。杉浦（2004b）は、個人が特定の出来事の経験を通して、自己の成長を認識するためには、自らが経験した出来事に関するエピソードを生成することおよび自分以外の他者に物語るという行為が重要であることを指摘している。また、杉浦（2004b）は自らの経験を物語るができないことで、あるいは物語らないことで自己の心理的成長を認識できない者がいることも言及している。加えて、この手法で中心となるのは、あ

る特定のエピソードであるため、人生全体におけるナラティブより具体的に研究対象に関連した対象者の経験にアプローチすることが可能になるといった特徴も持っている (フリック, 2011). そして、このような特徴を持ったインタビューを通して、個人のナラティブに深く迫るような技法は、スポーツ選手の心理的成長を探索的に検討する手段として適するとされる (杉浦, 2004a).

続いて、インタビューの回答に関しては、時間の流れや因果関係のまとまりを意識し、1つひとつを短いストーリーのように語ってもらった。そして、このような手法で、各対象者に対して1時間半から2時間程度のインタビューを実施し、一度分析をした後、補足および確認のために改めて30分程度のインタビューをした。なお、インタビューの内容は全て、対象者の許可を得てフィールドノートおよびICレコーダを用いて記録した。また、調査は、対象者の大学内にある、集中しやすい静かな一室で行われた。

インタビューガイド：インタビューガイドは、杉浦 (2004a) のインタビューガイドを参考に作成した。作成されたインタビューガイドが、本研究のRQを導き出すために適切であるかを確認するため、高校時代に投送球動作においてイップスの経験がある大学院生1名 (年齢：20代前半、競技歴：16年、発症時のポジション：投手) を対象に予備調査を行った。この調査から得られた結果を共同研究者に開示し、予備調査で用いたインタビューガイドの質問項目がRQを確認できているか、回答者に質問の意図がしっかりと伝わっているのかといったことを議論し、適宜修正を加えた。そして、最終的に本研究では、以下のインタビューガイドに基づいて実施した。

(1) プロフィール (所属, 学年, スポーツ種目, ポジション, 周囲との人間関係など),

(2) 競技歴 (競技を始めたきっかけ, 競技成績など), (3) イップスに関して (発症機序, 症状, 症状の出る場面, 対策法, 克服の有無), (4) 指導者, チームメイト, その他の人との関係, (5) イップスの発症が主たる要因となり野球を辞めたいと思ったことがあったか (有りと回答した者は, なぜ辞めなかったのか), (6) イップスの症状に対して悩んだ経験 (その悩んでいる過程でスポーツや自分自身に対する見方や考え方に関する変化や気づき), (7) イップスの発症以降, 競技場面 (練習を含む) におけるプレーの面で変化, (8) 競技に対する意味づけや行っている理由, (9) これからについて (これからの目標等). そして, これら 9 個の質問に端を発し, その後は流れに応じて質問する内容や順番は柔軟に変化させながらインタビューを行った.

### 3) 分析方法

インタビュー調査によって得たナラティブデータを Kelly and Howie (2007) と杉浦 (2004a) が行った分析の手順を参考にし, 分析を進めた. まず筆頭著者が, 録音したインタビュー内容を繰り返し聴き, 可能な限り正確な逐語録を作成した. その後, 2 名の共同研究者を加えて, 3 名で逐語録に記載したデータの全体を完全に熟知できるまで何度も読んだ. そして, 筆頭著者と全対象者の間で紡ぎ出された語りの文脈を十分に理解した上で, 筆頭著者からの質問やコメントを全て逐語録から削除した. その後, 各対象者のイップスの経験に伴った心理的变化に関わるような語り (例えば, 「自分はイップスを経験したことによって『～な状態から, …になった』『～だったものが, …に変化した』などといった語り」) を抜粋した. この際に, データの流れや全体の形を保ったまま, その文脈を重視す

るようにし、細かく切片化はしなかった。そして、そこで抜粋した語りを、否定的な心理的变化と考えられる語り（以下、「否定的な心理的变化に関する語り」）と肯定的な心理的变化と考えられる語り（以下、「心理的成長に関する語り」）に大別した。怒り、悲しみ、ミスに対する懸念、スキルに対する自信の喪失といった、イップスの経験に伴った心理的側面の否定的な変化だと思われる語りを「否定的な心理的变化に関する語り」とした。一方、イップスの経験に伴った、スポーツに取り組むにあたって必要な心理的側面の肯定的変化だと思われる語りを「心理的成長に関する語り」とした。次に、本研究の RQ を明らかにするために、この心理的成長に関する語りにおいて特に内容を反映していると思われる語りに下線を施し、それぞれの心理的成長に関する語りの共通性や差異化の明示化を図った。そして、これらの過程を繰り返した上で、類似の特徴を持った語りからカテゴリを生成した。生成された各カテゴリ同士の関連性および意味内容を検討し、再編成を繰り返した後に、類似の特徴を持ったカテゴリを集約してカテゴリグループを生成した。なお本分析では、逐語録を作成した段階以降の各段階において研究者のトライアングレーションを実施した。トライアングレーションという用語は、「ひとつの現象に対してさまざまな方法、研究者、調査対象群、空間的・時間的セッティングあるいは異なった理論的立場を組み合わせること」（フリック, 2011, p. 491）を意味する。そして、研究者のトライアングレーションは「ひとりの研究者の偏り（バイアス）を見つけ出したり、最小化したりするために異なった観察者ないしインタビュアーが研究に加わるというもの」（フリック, 2011, p. 542）と定義される。また、この研究者のトライアングレーションでは、「複数の研究者が同じ結果にいたるとき、客観的で信頼性があるとみなされる」（フリ

ック, 2011, pp. 475-476) と指摘されている。

#### 4) 研究の科学性の担保

本研究における科学性の担保は、村山ら (2009) を参考に行った。村山ら (2009) は、質的研究の科学性を担保する方法として、研究方法や研究結果が研究対象の現実の姿を捉えられているかを確認する、「リアリティの確保」 (p. 267) を挙げている。そこで本研究では、研究方法のリアリティの確保として、データ収集方法や分析方法などを可能な限り具体的に記すこととした。

加えて、研究結果のリアリティを確保するために、研究者のトライアングレーションを行った。まず、研究者のトライアングレーションでは、筆頭著者と2名の共同研究者の計3名で行った。この共同研究者のうちの1名は、スポーツ心理学が専門であることに加え、心理的に問題を抱えたスポーツ選手を対象にメンタルトレーニングなども行っているため、スポーツ選手の心理的側面に関する知識や理解が十分にあると思われる。また、この共同研究者は質的研究を専門とする研究者が集まる質的研究会に長期にわたり参加して方法論を学んでいることに加え、自身も質的研究を実際に行った経験がある。一方で、もう1名の共同研究者は、臨床心理学を専攻している博士後期課程の大学院生であり、臨床心理士の資格を持ち、実際にスポーツ選手およびそれ以外の心理的な問題を抱えた者に心理カウンセリングを行っている。またイップスに関する研究および質的研究の業績も収めている。筆頭著者は、この2名と共にトライアングレーションを行い、分析内容に関して3名の解釈が一致するまで議論を交わし、3名が全ての分析内容に同意した上で次の

ステップに進むようにした。

#### 5) 倫理的配慮

まず、調査への参加は自由意志であり、参加に同意した後であっても、インタビューにおける回答の回避、中止、撤回等が可能であることを説明した。次に、調査中または調査後に、なんらかの精神的苦痛を受けた場合、専門家への相談窓口になることの保証を行った。また、リスクを最小限にするために、精神的な疾病で病院への通院、あるいは薬を服用している者は除外した。なお、本研究は「九州大学人間環境学研究院健康・スポーツ科学講座倫理委員会」の承認 (201503) を得て実施した。

### 3. 結果および考察

6名の対象者の語りを分析したところ、イップスの経験に伴った心理的な変化に関する語りは、否定的な心理的变化に関する語りと心理的成長に関する語りに大別された。以下ではそれぞれの語りの特徴を示し、考察していく。

#### イップスの経験に伴った否定的な心理的变化

まず、否定的な心理的变化に関する語りは、全対象者に認められ、その語りの内容の一部を表 2-2 に示した。彼らは、イップスの経験をきっかけに、不安の高まり（表 2-2 の対象者 F の語り）や恐怖心の高まり（対象者 B）、さらには競技からの逃避・離脱願望（対象者 A・E）の高まりなどを経験したという語りを示していた。

ここで示した語りは、イップスの経験はスポーツ選手に否定的な心理的变化をもたらすという先行研究（Bawden and Maynard, 2001; Philippen and Lobinger, 2012）の結果を裏づける内容であると考えられる。すなわち、イップスを経験した野球選手は、これまで当たり前のようにできていた動作がある日突然できなくなり、その状態が断続的に続くことで否定的な心理的变化を経験し、場合によっては競技からの逃避願望や離脱願望が高まることが示唆された。なお、ここで認められた否定的な心理的变化は、言い換えればイップスの経験に伴った心理的葛藤やもがきの過程とも考えられる。

#### イップスの経験に伴った心理的成長

本研究の RQ であるイップスの経験に伴った心理的成長に関しては、否定的な心理的変

表2-2 イップスの経験に伴った否定的な心理的变化の語り

調査対象者	発言例
対象者A	その時(イップスの <b>症状</b> が <b>現</b> れているとき)はもう投げれなくて... <b>野球</b> と向き合いたくないというか... <b>野球</b> って言葉が嫌になるというか...いっそのこと違う部活動してやろうかなみたいな
対象者B	2年(高校)の冬とかにキャッチボール相手が結構固定されたんですね、されたっていうか、自然な感じでいつもキャッチボール相手って固定されるんですけど...1回変わって...キャッチボール相手が新しくやったやつが自分が暴投すると激しく怒るっていうか...が一が一いつてくるやつだったので、結構なんか...毎日びくびくしながらやっていましたね...『 <b>中略</b> 』...言われないように言われないようにみたいな...それで結局、そいつとキャッチボールしていたのが、2年から3年の5月あたりくらいまでやっていたんですけど...もうなんか、言われるんでちょっと...鬱みたいな感じになって
対象者C	イップスになってから、全てが嫌になりましたね... <b>現実</b> 逃避しましたね...できない自分も悔しかったし、なんでなったのかもわからないし...どうすれば治るのかもそのときはわかんないし...自分を責めつづけましたね
対象者D	トスバッティングの練習...そのときは嫌で...相手にも <b>申し</b> 訳ないし...変なところばかりいつて...それで本当は好きなんですけど...トスバッティングとかそういう...まあバツピ(バッティングピッチャー)もつすけど...それなる前となった後(イップスを経験する前と後)だと、もともとできてたやつが嫌になるっていうか...「やめてくれ」っていう...そのプレーでのその...変化が結構ありましたね...『 <b>中略</b> 』...トスバッティングだったら、バッティングメインじゃないですか...で、今は好きなんですけど...トスバッティング...投げたり、守備したりするの...昔もそういう感覚で...得意やったの...まあ好きでやっていたのに...やりたくない
対象者E	人の頭を超えるようなボールを投げってしまうことが大半で...それが(大学)1年の時だったんですけど...結構ひどくて...で、それでも <b>野球</b> やめたくなくなったっていうか、 <b>野球</b> もうどうでもいいやって思った部分が、一番最初の大学1年くらいの時です...『 <b>中略</b> 』...ノックとかになると、やっぱ、ああまた暴投なげちゃうんだろなあという思いが、まあ常に持って...それでやっぱノック入らない時期もありますし...で、なんか言い訳をして... <b>逃</b> れ、投げる動作をなるべくしないようなことを常に考えて、 <b>野球</b> をやった部分がありました。なんで、先輩との...なんか「キャッチボールしよう」って頼まれても、「あつちよつと今日肘が <b>痛</b> いです」とかいつて、まあ、逃げてばかりいました
対象者F	自分の場合はたぶん大きなきっかけっていうよりは...積み重なったっていう感じですかね。だからちょっと投げれなくて、ああ...つてなったりして、不安になって、また投げれなくて、不安になっていったのが積み重なっていつて、どんどん大きくなっていつたっていうのがありますかね

※ ( ) 著者が補足情報を記載した箇所である。



化と同様に、全ての対象者に認められ、その一部を表 2-3 に示した。そして、それらの語りに対して分析を行った結果、15 のカテゴリーが生成された。生成されたカテゴリーに対して、各カテゴリー同士の関連性および意味内容を検討し、類似の特徴を持ったカテゴリーを集約して、「競技に対する意識の肯定的変化」「自己認知の変化」「精神的なゆとり」「他者に対する見方・考え方の変化」「競技に対する理解の深まり」という 5 つのカテゴリーグループを生成した。以下に、生成された 5 つのカテゴリーグループの結果を示し、考察を行う。

#### **競技に対する意識の肯定的変化**

「競技に対する意識の肯定的変化」は、「野球をする目的の具体化」「野球を続ける動機の再認識」「野球に対する積極的な姿勢」「野球ができる楽しさや喜びの再認識」の 4 つのカテゴリーで構成される。このカテゴリーグループは、イップスの経験に伴って、野球をする目的をより具体的に設定したり、なぜ自分は野球を続けているのかを改めて考えたり、自らの意思でひたむきに練習に取り組んだり、純粹に野球ができることの喜びを改めて実感したりといった心理的变化を示している語りおよびカテゴリーから生成されたものである。例えば、対象者 A は、イップスの経験に伴って、ノックを受ける前のキャッチボールであったり、バッティングの前のティーバッティングに対する意識が変わり、具体的な課題を持って練習に臨むようになったという（野球をする目的の具体化）。また、対象者 E は、野球を続ける中で、試合に出ることやレギュラーになることに意識が向いていたものが、イップスの経験を通して、単に野球ができる楽しさや喜びを再認識したという（野球がで

きる楽しさや喜びの再認識).

先行研究との関連を見ると、スポーツ選手の受傷の経験に伴った成長を探索的に検討した研究 (Roy-Davis et al., 2017) において、スポーツ場面での受傷の経験をきっかけに、受傷以前に自身の中にあった、行動に対するぼんやりとした目的や意欲が明確になっている語りが得られたことが報告されている。また、否定的な経験をした個人の中には、その経験をきっかけに、「自分にとって本当は何が大切であるのか」といった人生における優先順位に対する再評価を行い、その人生の優先順位を変化させる者や、それを明確にする者がいることが明らかにされている (Connaughton et al., 2010; Schaefer and Moos, 1992; Tedeschi and Calhoun, 2004)。これらの先行研究に鑑みても、イップス経験者の中には、イップスへの対処過程において「今の自分にはどのような練習が必要なのか」、「現在なぜ自分は競技を続けているのか」、「スポーツ選手である自分にとって重要なものや優先すべきものはなんなのか」などの思考を巡らせる中で、目的の具体化や野球を続ける動機の再認識が進むことが推察される。

また、Park et al. (1996) と煙山・尼崎 (2015) は、ストレスフルな経験は、個人の価値観を肯定的に変化させ、自立または自律を促す可能性を秘めていると指摘している。加えて、Udry et al. (1997) は、受傷経験のあるスポーツ選手の怪我への対処過程において見られる心理的变化として、怪我を負う前にはなかった競技に対するコミットメントやモチベーションの高まりが認められたことを報告している。このことから、イップス経験者の中には、これまで通りにプレーや練習ができない経験を通して、単に競技が行えることに喜びを感じたり、積極的に競技に取り組むようになりたりする者が存在すると推察される。

なお、競技に対する意識の肯定的変化の内容は、杉浦 (2001) がスポーツ選手が直面する危機によって変化しやすいとした、明確な目的や自律的達成志向といった下位尺度と類似の特徴を有しており、杉浦 (2001) の報告を一部裏づける結果であると考えられる。

## 自己認知の変化

「自己認知の変化」は、他に類似の特徴を持ったカテゴリーが見つからなかったため、カテゴリー段階にある「自己認知の変化」をそのままカテゴリーグループとした。このカテゴリーグループは、イップスの経験に伴って、これまで持っていた自己の野球選手としての長所や短所、または能力に対する認識を改めて見直し、変化したことを示した語りから生成されたものである。例えば、対象者 B の語りからは、イップスを経験したことで、改めて野球選手としての自分自身の能力に対する理解を深めている様子がうかがえた。

先行研究との関連を見ると、スポーツ場面での逆境の経験とその経験に伴った成長に関する研究において、Tamminen et al. (2013) は、対象者が、逆境に対処する過程で、自身が抱えている問題、またはスポーツ選手としての自己や一人の人間としての自己に対する理解を深めたことを報告している。同様に、競技場面での怪我を経験した選手は、その怪我の対処過程において、自分は何ができて、何ができないのかといった自己の能力に対する深い理解や現実的な予測ができるようになるといった報告もある (Park et al., 1996; Udry et al., 1997)。また、イップス経験者は、イップスの経験に伴って否定的な感情を喚起すると言われているが (Bawden and Maynard, 2001; Philippen and Lobinger, 2012), Young-Eisendrath (2003) は、このような否定的な感情は、個人が自分自身について学び、理解を深める好機

になると指摘している。自己認知の変化というカテゴリーグループの特徴は、これらの先行研究の結果を支持するものであると言えよう。すなわち、イップスの経験は選手に対して、精神的葛藤や苦痛をもたらす一方で、自己の能力に対する正確な理解や把握を促進するきっかけになることが推測される。なお、競技に対する捉え直しは、杉浦 (2001) が、スポーツ選手が直面する危機によって変化しやすいとした、自己把握と類似する特徴を有しており、杉浦 (2001) の報告を一部裏づける結果であると考えられる。

### 精神的なゆとり

「精神的なゆとり」というカテゴリーグループは、「自己受容」「ミスを受容」「気持ちの切り替え」の3つのカテゴリーで構成される。このカテゴリーグループは、イップスの経験に伴って、自分自身の状態をありのままに受け入れたり、ミスや試合での敗退といった結果を受け入れたり、楽観的に捉え直したりし、精神的なゆとりを保つことができるようになっていたことを示した語りおよびカテゴリーから生成されたものである。例えば、対象者 F は、イップスによって守備がうまくできなくなった自分自身を受け入れられるようになったという (自己受容)。また、対象者 A は、イップスの経験に伴って、空振りをして、うまく打てないことがあっても、落ち込まずに「俺まあ1年だから」や「とりあえずバットにあてようか」などと気持ちを切り替えることができるようになったという (気持ちの切り替え)。

Wadey et al. (2011) は、スポーツ傷害を経験した選手が、そのリハビリテーションの過程、または競技への復帰後に、自己の感情をうまくコントロールできるようになることを報告

している。このような報告に鑑みると、イップス経験者はイップスの対処過程において、自己の感情をうまくコントロールできるようになった可能性も考えられる。より具体的に言えば、イップス経験者の中には、その経験に伴った心理的葛藤やもがきを通して、自分自身の状態を受け入れ、できることに目を向け、ミスや試合での敗退などのストレスフルな経験に対する耐性がもてるようになる、すなわちスポーツ選手としての精神的なゆとりを獲得する者がいると推察される。

他方、杉浦 (2001) は、「試合の結果や人の評価やプレッシャー、スランプなどの事態に対し、精神的な安定性を保つことができる」(p. 341) ことを意味する精神的安定性は、スポーツ選手の危機の経験によって変わりにくいものであると指摘しているが、本研究の結果はこの指摘とは相反する内容となったといえる。その背景にある要因として考えられるのは、杉浦の研究 (2001) で挙げられたチームメイトや指導者との対立、怪我、目標の喪失といった危機の特徴にはない、イップスの経験特有の特徴が関与したため、イップス経験者は精神的なゆとりを獲得することができる可能性があると考えられる。

#### 他者に対する見方・考え方の変化

「他者に対する見方・考え方の変化」は、「同様の状況下にいる選手に対する理解・受容」「同様の状況下にいる選手に対するサポート意識の高まり」「チームメイトの存在意義の再認識」「ソーシャルサポートの再認識」の4つのカテゴリーで構成される。このカテゴリーグループは、イップスの経験に伴って、自分と同じように、上手くパフォーマンスを遂行することができず苦しむ選手を理解または受容したり、サポートしたいという気持ちが芽

生えたり，またはチームメイトや家族や親などの存在意義を強く感じ，自分がいかに周囲の人に支えられているのかを再認識するといった心理的变化を示した語りおよびカテゴリーから生成されたものである．例えば，対象者 D からは，指導者になった際に，イップスで悩んでいる子に自らの経験を伝え，改善のサポートをしていきたいという語りが得られた（同様の状況下にいる選手に対するサポート意識の高まり）．または，対象者 E の語りからは，イップスの経験を通じて，先輩や同輩（チームメイト）の存在の重要性を改めて確認している様子が見える（チームメイトの存在意義の再認識）．

先行研究との関連を見ると，開 (2016) は，人生におけるストレスフルな経験をした個人は，自らの経験を生かして同様の状況下にある人々の支援者になる道を見出そうとする傾向にあると指摘している．また，森田 (2010) は，自己の失敗や挫折からくる否定的な感情にさらされることは，同じように辛い状況にある他者の感情を理解する重要な手がかりとなると指摘している．加えて，Wadey et al. (2011) は，スポーツ受傷を経験した選手が，そのリハビリテーションの過程，および競技への復帰後に，他のスポーツ傷害を患っている選手に対して理解や共感できるようになっていたことを確認している．本研究の結果はこのような先行研究の指摘や報告と符合しているものと考えられ，イップス経験者は，イップスの経験をきっかけに自らと同様の状況下にある者に対する受容や理解が高まったり，サポートしたいという感情が芽生えたりといった心理的成長を遂げる可能性が推測される．また同様に，Bonniwell (2012) は，人生においてストレスフルな経験をした個人は，日々の生活の中で，当然のように存在する人や物事に対して，改めて感謝するようになることを報告している．このような考えに基づけば，イップス経験者は，イップスの経験をきっか

けに、これまで当たり前と思っていたチームメイトや指導者、または家族からの支えを再認識し、彼らに対する感謝の念が一層強くなることや、存在意義を認識するようになることが推察される。

### 競技に対する理解の深まり

「競技に対する理解の深まり」は、「野球に必要なスキルの理解 (精神面)」「野球に必要なスキルの理解 (技術面)」「チームスポーツとしての野球の理解」の3つのカテゴリで構成される。このカテゴリグループは、イップスの経験に伴って、野球というスポーツをより深く理解できるようになったことを示した語りおよびカテゴリから生成されたものである。例えば、対象者Eからは、イップスの経験を通して、野球は“走攻守”のスキルが1つでも欠けるとレギュラーになれなかったり、試合に出られなかったりすることに気がつき、個々のスキルの重要性を改めて理解したという語りを得られた (野球に必要なスキルの理解: 技術面)。また、対象者Cは、試合中の大事な場面でイップスの症状が現れ、チームが負けてしまったことをきっかけに、レギュラーから外れた。彼はその際に、野球は試合に出るだけでなく、ベンチにいる選手たちの支えがあって成り立っていることを理解できたという語りを示した (チームスポーツとしての野球の理解)。

先行研究との関連を見ると、Wadey et al. (2011) は、スポーツ傷害の改善に向けたリハビリ中の心理的葛藤あるいは試行錯誤の経験を通して、それぞれが実施する競技種目に関する技術的または戦術的知識の高まりが見られたと報告している。そのほかにも、競技キャリアの中で直面する怪我やスランプなどの負の出来事に伴った葛藤やもがきは、スポーツ

選手が自分らしい競技観を確立するきっかけになるという報告もある（小井土・筒井，2011）。これらのことから、イップス経験者は、イップスの経験を通して、競技に対して見直しが諮られ、結果的に競技に対する理解が深まることが推察される。

本研究は、「イップスを経験したが、依然競技を継続する、または継続意思のあるスポーツ選手は、その経験を契機になんらかの心理的な成長をしているのではないか、またその場合どのような心理的成長がもたらされているのか」という RQ の下、質的検討を行った。その結果、競技に対する意識の肯定的変化、自己認知の変化、精神的なゆとり、他者に対する見方・考え方の変化、競技に対する理解の深まりといった 5 つのカテゴリーグループが生成された。先行研究の知見を基に、これらの結果を考察すると、イップスを経験し、競技を継続している者もしくは継続意思を示している者は、イップスの対処過程における心理的葛藤やもがきに立ち向かいながら、スポーツ選手としての心理的成長を得ている可能性が示唆された。また、杉浦（2001）は、スポーツ選手が直面する危機による考え方の変化によって向上しやすい特徴として明確な目的、自己把握、自律的達成志向を挙げ、その一方で、精神的安定性、身体的統制感は危機によっては変化しにくく身体的能力と密接に関わると指摘している。同様に、第 1 章の研究においても、イップスを経験して、克服した者は、明確な目的、自己把握、自律的達成志向の 3 つの心理的成長のみが促進された可能性が示唆された。本研究においても、明確な目的、自己把握、自律的達成志向といった下位尺度と類似の特徴を持ったカテゴリーグループが生成され、この部分に関しては杉浦（2001）の指摘と第 1 章の研究結果を概ね裏づける結果だと考えられる。一方で、杉浦（2001）が危機によって変化しにくいとし、第 1 章の研究ではイップスの克服との有意な関



係性が認められなかった精神的安定性と身体的統制感に関しては、杉浦 (2001) の指摘のとおり、あるいは第 1 章の研究結果と同様に、身体的統制感に当たるような特徴的な語りは認められなかったのに対し、精神的安定性と類似するカテゴリーグループは生成された。また、他者に対する見方・考え方の変化、競技に対する理解の深まりといったスポーツ選手としての心理的成熟 (杉浦, 2001) の 5 つ下位尺度には含まれない特徴をもったカテゴリーグループは生成された。これらの結果を勘案すると、イップスの経験に伴った心理的成長は、特異的な心理的成長の特徴を有する可能性が推察される。すなわち、人間関係の軋轢や受傷経験など、他のスポーツ選手としての危機でなく、イップスの経験および対処過程を経たからこそ得られた、心理的成長が存在する可能性が考えられる。加えて、第 1 章の量的研究では、イップスの経験に伴った心理的成長には、イップスの克服が重要な役割を担っていることが示唆される結果になったが、第 2 章の質的研究では、イップスを完全に克服していない者においてもイップスの経験に伴った心理的成長だと考えられる語りが得られた。ここで示されたような、第 1 章の量的研究と第 2 章の質的研究の研究結果に対する考察は、第 3 章で「イップスの克服の必要性に関する課題・展望」というタイトルを冠し、記す。

なお、本研究では、先行研究 (Bawden and Maynard, 2001; Philippen and Lobinger, 2012) での指摘を裏づけるような、イップスの経験に伴った否定的な心理的变化に関する語りも認められた一方で、上述たような肯定的変化に関する語りも認められた。このことから、イップスの経験に伴った心理的变化は、肯定的な側面と否定的な側面の二面性を持っているということが明らかになった。このような結果は、これまで、否定的な側面にのみ着目

されてきたイップスの経験をより深く理解する上で、新しい知見を与えるものであるといえる。

表2-3 イップスの経験に伴った心理的成長の語り

カテゴリーグループ	カテゴリー	発言例
競技に対する意識の肯定的変化	野球をする目的の具体化	対象者A 自分、「大体のことはやればできるだろう」みたいな...そういうふうに思ってた...「ちょっとやればできる」みたいに思ってたんですけど、やっぱりこういうふうになって(イップスでボールが思うように投げられなくなって)から、ちゃんと準備していかないと投げられないなと思うようになって...形組みとか...ノックとかする前の準備だったり、キャッチボールとか...バッティングする前のティーとか、そういうのもあったり、 <del>イップス</del> 意識が全然変わってきて...何も考えずにやるんじゃなくて、自分で課題をもって「今日はこうしよう」みたいな、「昨日は何が良かったからこうしようかな」みたいな...そういう考え方ができるというか... <del>イップス</del> がよくなったというか
	野球を続ける動機への再認識	対象者F 何のためにやっているのか...自分のためにやっているっていう考え方が強かったんですけど(イップスを経験する前は)...今は、支えてくれている両親とか...お金だしてくれてるんで...尊敬してくれている今までの指導者とかのために頑張ろうって思います...まあ、1回辞めたって思うことがあって...やっぱりそういうのに気づいた部分はあるのかなって思います。
	野球に対する積極的な姿勢	対象者D 小学校から中学校、高校、ずっとレギュラーでやっていたんで...プライドっていうのが、なんか...ずっとレギュラーとか出たりしたら褒められたりして...プレーとかでもかっこよくみせようとするというのがあるじゃないですか... <del>イップス</del> ...まあ...そういう気持ちの変化です...そういうことから、イップスになって、最初思ってたかっこよくみせるとか、プライドの高さをかいい意味で、なくすというか... <del>イップス</del> ...自分なかで治そうとすることで、 <del>イップス</del> さがでるんじゃないですか...それが治ったときにも、その <del>イップス</del> に取り組んでいるのが練習に出たっていうのはあるかもしれないですね。
	野球ができる楽しさや喜びの再認識	対象者E 大学入ったときは試合に出たって目標で入ってきて...で、イップスになって...そこからはレギュラーうんぬんじゃなくて...なんとか治して(イップスを)楽しく野球がしたいなっていう...簡単な目標っていったらなんですけど...当たり前のことを、当たり前の野球をしたいなって思になって、そういう部分では、野球に対する考え方は...野球ができることの喜びっていうのを、イップスになって改めて感じたかなっていうのはあります。その試合にでるだけじゃなくて、野球ができること自体が...イップスにならなければ、感じられなかったのかなってのはやっぱり思いますね。
自己認知の変化	自己認知の変化	対象者B イップス経験して、自分の力のなさを思い知ったじゃないですけど...なんすかね、俺だめだなあという責めたりしましたけど...それで、個人ができることにもなんか、最大限、限度があるじゃないすかね。
精神的なゆとり	自己受容	対象者F 変わったことは、まあ、守備ではもう解けない、活躍できない、バッティングを伸ばしていくしかないっていうふうにはわかりましたね。
	ミスの受容	対象者B そうですね...ミスしたときとかに、「うわあ、やめたいなあ」とか思うんですけど...めっちゃくちゃ思うんですけど、それをなんかその...できる限り表層とかに出さないようにしてること...「できるかぎり自分、受け止めよう」というか...まあ、ありのままじゃないですけど
	気持ちの切り替え	対象者A 良かったのは(イップスを経験して)やっぱ... <del>イップス</del> ...ポジティブにとらえるというか...やっぱネガティブになっちゃダメなんだっていうふうになって...それからもうバッティングとかも...「空振りしても大丈夫か」みたいな...「俺も1年だから」みたいな...「とりあえず打たないと」みたいな...「思いっきり打たないと」とか思っていたんですけど...「とりあえずバットにあてようか」みたいな...気楽な考え方ができるようになったというか
他者に対する見方・考え方の変化	同様の状況下にいる選手に対する理解・受容	対象者C イップスを体験して、自分自身の性格も変わったし、周りのことを見ることも多くなったし、自分自身のプレースタイルも変わったし...なんか優しくなったと思います... <del>イップス</del> ...それまではできなかったりする人がいたら強くなってたんですけど...実際に自分も...その体験をして(イップスを経験して)できなくなって...で、そこではじめてできなかった時の苦しさとかがわかって、人の気持ちを考えるようになったっていうか...周りが見えるようになったのが多分一番ですね。
	同様の状況下にいる選手に対するサポート意識の高まり	対象者D 指導者になるんだったら、自分が経験してきたイップスとか...克服が自分自身、完全ではないんですけど...悩んでる子とかいたら、自分の経験を話したりして、一緒に頑張って改善方法みたいな...見つけていく...いたらいいなと思います。自分もまだ完全じゃないんで...一緒に... (イップスの対処法には) <del>イップス</del> の方法があると思うんですけど、人によって違うと思うんで...とりあえず自分の経験...伝えたいですね。
	チームメイトの存在意義の再認識	対象者E ある程度自分が思うようなところでボールがいきだしたときは、やっぱ「対策をしてくれてよかったなあ」と思う部分もあります...自分がそこまで改善することができ...改善させてくれた仲間っていうか... <del>イップス</del> もやっぱ、自分自身の中で、1人ではやっぱりイップスっていうのは治せない...先輩とか同級生とかを通じて思っているんで...その部分ではやっぱり...周りの支えがあったから...ある程度改善できたのかなという部分は大きいですね。
	ソーシャルサポートの再認識	対象者C 人に感謝することを覚えまして。親とか...指導者の人だったり...近く支えてくれた人たちに...感謝することができたと思います。
競技に対する理解の深まり	野球に必要なスキルの理解(技術面)	対象者E 野球っていうのは、打って投げて走るスポーツで...1つでもかけると...投げられないと...やっぱ野球ができなくなるっていうのを... <del>イップス</del> 1つでレギュラーから外れたりとか、試合に出れない...出れなくなるっていうのを気づいて...やっぱ <del>イップス</del> の大切さっていうのを考えるようになりました... <del>イップス</del> できないだけでこんなにも違うのかっていうのを、感じることもありました。うーん...やっぱ改めて「野球は難しいスポーツだな...」っていうのを、改めて感じた部分は大きかったかなって思います。
	野球に必要なスキルの理解(精神面)	対象者B (イップスの経験を通して) 野球というスポーツっていうのが、精神的...かなりで、そういうスポーツだっていうのが、めっちゃわかったんで
	チームスポーツとしての野球の理解	対象者C ずっと出させてもらっていて、試合に...で、自分のプレー(重要な場面での大量投)でチームが負けた時に監督に、「自分を外してください」って頼んで...それまでは出て当然だろうみたいな感じだったんですけど...1回裏にまわって... <del>イップス</del> は試合に出るだけではないなっていう...ベンチで支えるっていうか...出ている人たちを...っていうのを...1回外れから...感じることもできました。

※ ( ) 著者が補足情報を記載した箇所である。

## 5. 要 約

本研究は、イップス経験者がイップスへの対処過程に経験する心理的成長について探索的に検討することを目的とした。イップスの経験がある6名の大学硬式野球部員(平均年齢21.0歳, 標準偏差1.15歳)にエピソード・インタビュー法によってインタビューをし、イップスの経験およびその経験による心理学的変化に関する語りのデータを収集した。そしてそのデータを分析した結果、まず「イップスの経験に伴った否定的な心理的变化の語り」と「イップスの経験に伴った心理的成長の語り」の大きく2つの語りに大別された。続いて、「イップスの経験に伴う心理的成長の語り」をさらに分析した結果、「競技に対する意識の肯定的変化」「自己認知の変化」「精神的なゆとり」「他者に対する見方・考え方の変化」「競技に対する理解の深まり」の5つの心理的成長のカテゴリーグループが生成された。これらのことから、イップスの経験は、その経験者に否定的な心理的变化を引き起こす一方で、心理的な肯定的変化をもたらす可能性が示唆された。また、質的研究法を用いて対象者のイップスの経験に伴った心理的な変化を深く探ることで、イップスの経験に伴った特有の心理的成長も確認された。

## 第3章 総括

## 1. 本研究で得られた知見および示唆

本研究では、イップスの経験とスポーツ選手の心理的成長との関連を、量的研究法と質的研究法を用いて、検討することを目的とした。

第1章では、イップスの経験と野球選手の心理的成長との関連を検討すること、または、その心理的成長にはイップスの克服が関与するかどうかについて検討することを目的とした、量的研究が行われた。その結果、イップスの経験し、克服することは、競技に対する継続意志や練習意欲など関係性があり、スポーツ場面における危機を通して向上しやすいとされる心理的成長を促進する契機になる可能性が示唆された。また、そこでの心理的成長において、イップスの克服が重要な役割を担っていることが推測された。

第2章では、「イップスを経験したが、依然競技を継続する、または継続意思のあるスポーツ選手は、その経験を契機になんらかの心理的な成長をしているのではないか、またその場合どのような心理的成長がもたらされているのか」といったRQを検討することを目的とした質的研究を行った。その結果、「競技に対する意識の肯定的変化」「自己認知の変化」「精神的なゆとり」「他者に対する見方・考え方の変化」「競技に対する理解の深まり」の5つのスポーツ選手の心理的成長の特徴が認められた。イップスの経験は、その経験者に否定的な心理的变化を引き起こす一方で、肯定的な心理的变化をもたらす可能性が質的研究でも確認された。

第1章の量的研究の調査では、スポーツ選手の心理的成長の高さを測定する尺度の、特定の因子において、非イップス群よりも克服イップス群の方が有意に高い心理的成長の因子が認められた。この結果と先行研究の知見を勘案し、イップスを経験し、克服すること

は、特定の心理的成長を促進するきっかけになる可能性が推察された。しかしながら、ここでは、縦断的な量的研究によって検討したわけではない。そのため、必ずしも“イップスを経験し、克服したことが、心理的成長が高めた”と断定することはできない、一方、第2章の質的研究では、「イップスを経験したことによって『～な状態から、…になった』『～だったものが、…に変化した』といった、実際にイップス経験者のリアリティのある回顧的な語り」が得られたことによって、第1章の量的研究で報告された結果の信頼性・妥当性を高めるものと考えられる。本研究における量的研究と質的研究の関係性としては、前述した佐藤 (2008, p. 14) の指摘の通り、相互の得手不得手または得意不得意を補い合う関係であるといえる。

また、佐藤 (2008, p. 14) の指摘は、第1章の量的研究で用いた「スポーツ選手としての心理的成熟尺度」の5つの因子には類似しない心理的成長の因子（「他者に対する見方・考え方の変化」「競技に対する理解の深まり」）が、第2章の質的研究において認められたこと、あるいは、杉浦 (2001) が、スポーツ選手が直面する危機によって変化しにくいとした因子（「精神的安定性」）と類似の因子（「精神的なゆとり」）が、質的研究のみで認められたことについても説明することができるのではないだろうか。すなわち、第2章の質的研究では、対象者が質問紙調査のように特定の項目に左右されることなく、調査者との相互作用のなかで自分自身の経験や心理的变化などを語ることで、量的研究で用いた尺度にはない、特異的な心理的成長の特徴が認められ、杉浦 (2001) が、スポーツ選手が直面する危機によって変化しにくいとした因子と類似する因子が認められたことが示唆される。このような点については、質的研究が、量的研究の不得手または不得意な点、そして

限界を補い合っているという見方もできる。同様に、McMillen (2004) は、人生における否定的な経験に伴った心理的成長の検討に、質的研究手法を適応する利点として、量的な質問紙調査では測定できないような、あらゆる特徴または領域の心理的成長を捉えることができることを主張しており、このことから、第1章の量的研究で用いた尺度にはない、特異的な心理的成長の特徴が質的研究では認められたことが説明できると考えられる。

以上のように、本研究では、量的研究と質的研究、あるいは、実証的研究と探索的研究を組み合わせることで、スポーツ選手におけるイップスの経験と心理的成長との関連について深く究明することができた。



## 2. 本研究の限界と今後の課題・展望

### 1) イップスの経験に伴った心理的成長プロセスに関する課題・展望

本研究では、イップスの経験と心理的成長との関連について検討したが、イップス経験がどのように心理的成長に影響を及ぼすかといったプロセスについて検討を行っていない。大橋 (2008) は、危機的な出来事に直面した個人が、その出来事を肯定的に意味づけることができれば、危機は成長の好機となる可能性を指摘し、危機に対する意味づけの仕方が、心理的成長を促す重要な要因だということを主張した。さらに、個人のストレスフルな経験に伴った、心理的成長の決定因子として、自己開示 (Tedeschi and Calhoun, 2004)、人格特性 (Tedeschi and Calhoun, 1996; Waysman et al., 2001)、肯定的な意味づけ (Tamminen et al., 2013)、認知的再評価 (Evers et al., 2001; Fontana and Rosenheck, 1998)、ソーシャルサポート (Kesimci et al., 2005; Park et al., 1996) などが挙げられている。イップス経験者は、イップスを経験してすぐに心理的成長に至るわけではなく、本研究で挙げられたような否定的な心理的变化の後に、ここに示した複数の要因の影響を受けながら、時間の経過に伴って成長していくような過程を経ている可能性も否定できない。また、本研究ではイップスに伴った心理的变化を否定的側面と肯定的側面の2側面に分類したが、時間軸を考慮すると2つの側面には明確に分類できないアンビバレントな側面も存在することも十分に示唆される。今後はイップスの経験に伴ったスポーツ選手の心理的成長の順序性や連続性を捉えることにより、イップスの経験から心理的成長に至るプロセスをより詳細に解明できるものと思われる。

## 2) イップス経験者の選定に関する課題・展望

本研究における調査対象者の選定はアンケートやインタビューなどによる、対象者の主観的な回答結果のみを基に行った。しかしながら、その彼らは実際のところ本当にイップスを経験しているのか、または本当にイップスを克服したのかといった客観的事実の確認は行えていない。そのため、今後は対象者を抽出する際に、イップスの経験を自認している選手のチームメイトや指導者から客観的に見てどう思うかなどの回答を得るようにする。または、生理学や行動学、脳科学的な側面からの客観的な検証を行うことで、イップスの経験または克服とスポーツの心理的成長との関連をより正確に測ることが可能になると思われる。

## 3) イップスの克服の必要性および評価に関する課題・展望

イップスの経験に伴った心理的成長の過程で、イップスの克服は必ずしも必要なものなのかどうかの疑問に関しては、議論の余地が残るところである。第1章の量的研究では、イップスの経験に伴った心理的成長には、イップスの克服が重要な役割を担っていることが示唆される結果になったが、第2章の質的研究では、イップスを完全に克服していない者においてもイップスの経験に伴った心理的成長だと考えられる語りが得られた。

第1章で述べたように、先行研究においても、人生における否定的な経験に伴った心理的成長は、各人が直面している問題への適応過程において生じるものであり、苦痛の軽減や危機の解決は、心理的成長の必要条件ではないといった指摘 (Park et al., 1996; 木村・大石, 2016) がある一方で、否定的な経験するだけでは成長はもたらされず、苦痛の軽減や危

機の解決が必要となるという報告もあり (上條・湯川, 2014; Taubman-Ben-Ari, 2012) . 一定の見解が得られていない.

一方で, イップスの克服に関する評価に関しても今後検討していく必要がある. 本研究における“イップスの克服”あるいは“イップスの克服した者”の位置づけは, 正確には, 研究の対象者本人が自分自身がイップスを克服したと思えば, それに該当するとしている. そのため, 彼らが, 本当にイップス克服したのかどうかに関する正確な評価はできていない. このイップスの克服をどのように評価するのかということは, イップスの経験または克服に伴った心理的成長に影響する可能性が考えられる. すなわち, イップスを本当は克服できていないのにイップス克服群に含まれた場合, 当然ながら研究結果は変わってくる可能性がある. 例えば, 守備の位置や投げ方を変えることによって一時的にイップスの症状がなくなった者は, 正確にはイップスを克服していないが, イップスを克服したと思いつている可能性がある. さらに, その守備位置や投げ方を変えるという対処は, イップスの経験に伴った精神的なもがきや葛藤から逃避するための手段であるという見方もできる.

PTGに関する先行研究の中では, PTGには, 人生における否定的な経験に伴ったもがきや闘いの過程が重要であると言われている (Zoellner and Maercker, 2006) が, イップスに伴った精神的なもがきや葛藤に立ち向かうことなく, その場から逃げ出した者は, 場合によっては, イップスを克服したという自認はあるが, 心理的側面の変化, とりわけ肯定的な変化はあまり生じていない可能性が考えられる. その一方で, イップスの症状が現れているという自認はあるが, イップスの経験に伴った精神的なもがきや葛藤から逃げずに立ち向

かい続けている者は、そのイップスの対処過程において、なんらかの心理的成長が生じている可能性も考えられるのではないだろうか。ここに挙げたのは一例であるが、このようにイップスの克服の評価は、イップスの経験または克服に伴った心理的成長の研究結果に影響することも十分に考えられる。

ところで、開 (2016) は、PTG の 5 つの因子 (「人間としての強さ」「新たな可能性」「他者との関係」「人生に対する感謝」「精神的な変容」) は、それぞれ、異なる時期や理由から生じており、トラウマから回復した後に、あるいはトラウマから回復したことで生じる成長もあれば、トラウマティックな経験に対する適応過程におけるもがきや苦しみの中で、社会的に支援があることで生じる成長などがあることを指摘している。このような考えにたてば、イップスの経験に伴った心理的成長に関しても、それぞれの成長によって、イップスの克服の必要性が異なる可能性も否定できない。すなわち、第 2 章の質的研究で確認された、5 つの心理的成長 (「競技に対する意識の肯定的変化」「自己認知の変化」「精神的なゆとり」「他者に対する見方・考え方の変化」「競技に対する理解の深まり」) がそれぞれのどのような過程を経て生じているのかを検討することによって、ある心理的成長にはイップスの克服が必要不可欠であり、別の心理的成長にはイップスを克服する以前にすでに成長の芽生えが見られるなどといったことが明白になることが推察される。

今後、このようなイップスの経験に伴った心理的成長を、それぞれ別々に検討していくことで、イップスの克服の必要性、さらには、心理的成長の促進要因などがより明らかにすることができることが期待される。

そして最後に、本研究は、イップスの経験を美化するものでも、スポーツ選手としての

心理的成長のためにイップスの経験をする必要があると主張しているわけではない。また、たとえイップスの経験をしたとしても、誰もが心理的成長を遂げるかどうかは本研究の結果からはわからない。実際に、PTGに関する研究（例えば、Calhoun and Tedeschi, 2006; Groleau et al., 2013）のなかでは、人生における重大な否定的な出来事を経験した者の多くが、何らかの心理的成長を遂げることが報告されているが、その一方で、必ずしも全ての人に成長が認められるわけではないこともまた言及されている。イップス経験者においても同じことがいえるであろう。すなわち、イップスの経験をきっかけに、何かしらの心理的成長を遂げる可能性があったとしても、その一方で、もちろん予期不安の高まりやモチベーションの低下、自信の喪失等の否定的な心理的変容をもたらす可能性（例えば、Philippin et al., 2012）もある。Baker et al. (2008) によるPTGに関する研究においても、人生における否定的な経験に伴った心理的変容の過程では、肯定的な側面と否定的な側面が共存していると指摘している。このことから、イップスの経験はスポーツ選手が何らかの心理的成長を果たすきっかけになる可能性がある一方で、否定的な結果および影響をもたらす可能性があることも十分に理解しておく必要がある。

## 引用文献

Adler, C. H., Crews, D., Kahol, K., Santello, M., Noble, B., Hentz, J. G., and Caviness, J. N. (2011) Are the yips a task-specific dystonia or “golfer's cramp”? *Movement Disorders*, 26(11): 1993-1996.

Affleck, G., Tennen, H., and Gershman, K. (1985) Cognitive adaptations to high-risk infants: the search for mastery, meaning, and protection from future harm. *American Journal of Mental Deficiency*, 89(6), 653-656.

青木邦男・松本耕二 (1999) <総説> スポーツ外傷・障害と心理社会的要因. 山口県立大学. 看護学部紀要, 3: 9-19.

Baker, J. M., Kelly, C., Calhoun, L. G., Cann, A., and Tedeschi, R. G. (2008) An examination of posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Two exploratory studies. *Journal of Loss and Trauma*, 13(5): 450-465.

Baumeister, R. F. (1984) Choking under pressure: self-consciousness and paradoxical effects of incentives on skillful performance. *Journal of personality and social psychology*, 46(3): 610-620

Bawden, M. A. (2002) Psychological mechanisms that underpin the 'yips' in sport (Doctoral dissertation, Sheffield Hallam University,).

Bawden, M., and Maynard, I. (2001) Towards an understanding of the personal experience of the 'yips' in cricketers. *Journal of Sports Sciences*, 19(12): 937-953.

Bell, R. J., and Thompson, C. L. (2007) Solution-focused guided imagery for a golfer experiencing the yips: A case study. *Athletic Insight*, 9(1): 52-66.

- Bell, R. J., Skinner, C. H., and Fisher, L. A. (2009) Decreasing putting yips in accomplished golfers via solution-focused guided imagery: A single-subject research design. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21 (1): 1-14.
- Bell, R. J., Skinner, C. H., and Halbrook, M. K. (2011) Solution-focused guided imagery as an intervention for golfers with the yips. *Journal of Imagery Research in Sport and Physical Activity*, 6(1): 1-16.
- Bennett, J., Bickley, J., Vernon, T., Olusoga, P., and Maynard, I. (2017) Preliminary evidence for the treatment of performance blocks in sport: The efficacy of EMDR with graded exposure. *Journal of EMDR Practice and Research*, 11(2): 96-110.
- Bennett, J. and Maynard, I. (2017) Performance blocks in sport: Recommendations for treatment and implications for sport psychology practitioners. *Journal of Sport Psychology in Action*. 8 (1): 60-68
- Bennett, J, Hays, K, Lindsay, P, Maynard, I, Olusoga, P and Maynard, IW., (2016) Yips and lost move syndrome; assessing impact and exploring levels of perfectionism, rumination and reinvestment. *Sport and Exercise Psychology Review*. 12 (1): 14-27
- Bennett, J., Hays, K., Lindsay, P., Olusoga, P., and Maynard, I. W. (2015) Yips and lost move syndrome: exploring psychological symptoms, similarities, and implications for treatment. *International Journal of Psychology*. 46 (1): 61-82
- Boniwell, I. (2012) *Positive psychology in a nutshell: The science of happiness*. Maidenhead, England: Open University Press.



- ブレイクスリー・ブレイクスリー: 小林淳子訳 (2009) 狂った可塑性スポーツや音楽の達人がうまくいかないわけ. 脳の中の身体地図ボディ・マップのおかげで, たいていのことがうまくいくわけ. インターシフト: 東京, pp. 114-156. (Blakeslee, S., and Blakeslee, M. (2007) Plasticity gone awry or. when body maps go blurry. The body has a mind of its own: How body maps in your brain help you do (almost) everything better (pp. 71-97). New York: Random House.)
- Calhoun, L. G. and Tedeschi, R. G. (2006) Handbook of posttraumatic growth: Research and practice. Mahwah NJ: Erlbaum.
- Clarke, P., Sheffield, D., and Akehurst, S. (2015) The yips in sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 8 (1): 156-184.
- Connaughton, D., Hanton, S., and Jones, G. (2010) The development and maintenance of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist*, 24 (2): 168-193.
- Dhungana, S., and Jankovic, J. (2013) Yips and other movement disorders in golfers. *Movement Disorders*, 28 (5): 576-581.
- Elbert, T., Candia, V., Altenmüller, E., Rau, H., Sterr, A., Rockstroh, B., ... and Taub, E. (1998) Alteration of digital representations in somatosensory cortex in focal hand dystonia. *Neuroreport*, 9(16): 3571-3575.
- Evers, A. W. M., Kraaimaat, F. W., van Lankveld, W., Jongen, P. J. H., Jacobs, J. W. G., and Bijlsma, J. W. J. (2001) Beyond unfavourable thinking: The Illness Cognition Questionnaire for chronic diseases. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69: 1026-1036.

フリック: 小田博志監訳 (2011) 新版 質的研究入門〈人間の科学〉のための方法論. 春秋社: 東京.

Fontana, A., and Rosenheck, R. (1998) Psychological benefits and liabilities of traumatic exposure in the war zone. *Journal of Traumatic Stress*, 11 : 485-505.

布施 努 (2011) 大学野球選手の守備中の認知評価プロセスに関する質的研究. 慶應義塾大学スポーツ医学研究センター紀要 特集: 43-50.

Galli, N., and Vealey, R. S. (2008) “Bouncing back” from adversity: Athletes’ experiences of resilience. *The Sport Psychologist*, 22(3): 316-335.

Groleau, J. M., Calhoun, L. G., Cann, A., and Tedeschi, R. G. (2013) The role of centrality of events in posttraumatic distress and posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(5): 477-483.

樋口倫代 (2011) 現場からの発信手段としての混合研究法—量的アプローチと質的アプローチの併用. *国際保健医療*, 26(2): 107-117.

開 浩一 (2016) 第2章「成長の旅路を伴走する—サバイバーの語りから学んだこと」. 宅香菜子編, *PTGの可能性と課題*. 金子書房: 東京, pp. 22-34.

市嶋典子・長嶺倫子 (2008) 「進学動機の自覚を促す」日本語教育実践の意義—レポート分析とエピソード・インタビューを基に—. *日本語教育論集*, 24: 65-79.

岩田 泉・長谷川浩一 (1981) 心因性投球動作失調へのスポーツ臨床心理学的アプローチ. *スポーツ心理学研究*, 8: 28-34.

Jansen, L., Hoffmeister, M., Chang-Claude, J., Brenner, H., and Arndt, V. (2011). Benefit finding

and post-traumatic growth in long-term colorectal cancer survivors: Prevalence, determinants, and associations with quality of life. *British Journal of Cancer*, 105(8): 1158-1165.

賀川昌明 (2013) イップス兆候を示す大学野球選手に対するメンタルトレーニングの効果—動画フィードバックによるセルフモニタリングと認知の再構成を中心に—. *メンタルトレーニング・ジャーナル*, 7: 35-44.

賀川昌明・深江 守 (2013) 投・送球障がい兆候を示す中学校野球部員の心理的特性. *鳴門教育大学研究紀要*, 28: 440-453.

神林哲平 (2009) 環境教育におけるサウンドエデュケーションの意義—小学校での授業実践の評価を通して—. *環境教育*, 19(1): 17-28.

上條菜美子・湯川進太郎 (2014) ストレスフルな出来事に対する主観的評価と意味づけ動機—場面想定法を用いた基礎的検討—. *カウンセリング研究*, 47 (3): 137-146.

Kelly, T., and Howie, L. (2007) Working with stories in nursing research: Procedures used in narrative analysis. *International Journal of Mental Health Nursing*, 16 (2): 136-144.

煙山千尋・尼崎光洋 (2015) スポーツ選手用ストレス関連成長尺度の開発. *ストレス科学研究*, 30: 145-149.

Kesimci, A., Göral, F. S., and Gençöz, T. (2005) Determinants of stress-related growth: Gender, stressfulness of the event, and coping strategies. *Current Psychology*, 24 (1): 68-75.

木村駿介・大石和男 (2016) 運動部活動で経験する困難に関する計量テキスト分析による大学生の調査 (その二): 困難への対処とその後の心理的变化. *立教大学コミュニティ福祉研究所紀要*, 4: 17-33.

- Klämpfl, M. K., Lobinger, B. H., and Raab, M. (2013a) How to detect the yips in golf. *Human Movement Science*, 32: 1270-1287.
- Klämpfl, M. K., Lobinger, B. H., and Raab, M. (2013b) Reinvestment—the Cause of the Yips?. *PloS One*, 8(12): 1-9
- 小林好信・山口 香・松田基子・橋本佐由理 (2014) 保 28-014 柔道選手のスポーツ傷害に関連する心理的要因と心理的成長の可能性について (10 保健, 一般研究発表抄録). 日本体育学会第 65 回大会予稿集, 286-287.
- 小井土正亮・筒井清次郎 (2011) スポーツ選手が遭遇する“負の出来事”が持つ意味. 愛知教育大学研究報告, 芸術・保健体育・家政・技術科学・創作編. 60: 53-62.
- 工藤和俊 (2008) イップス (Yips) と脳 (特集 脳の前頭機能と運動). *体育の科学*, 58(2): 96-100.
- Le Floch, A., Vidailhet, M., Flamand-Rouvière, C., Grabli, D., Mayer, J. M., Gonce, M., and Roze, E. (2010) Table tennis dystonia. *Movement Disorders*, 25(3): 394-397.
- Linley, P., and Joseph, S. (2004) Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17: 1-21.
- LoSavio, S. T., Cohen, L. H., Laurenceau, J. P., Dasch, K. B., Parrish, B. P., and Park, C. L. (2011) Reports of stress-related growth from daily negative events. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(7): 760-785.
- Marquardt, C. (2009) The vicious circle involved in the development of the yips. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4 (1\_suppl): 67-88.

Martin, G. (2015) The Yips Continuum: The Psychology of Sports Performance Breakdowns. The Chicago School of Professional Psychology. Ph.D. thesis.

Masters, R. S. (1992) Knowledge, knerves and know how: The role of explicit versus implicit knowledge in the breakdown of a complex motor skill under pressure. *British Journal of Psychology*, 83(3): 343-358.

McMillen, J. C. (2004). Posttraumatic growth: What's it all about?. *Psychological Inquiry*, 15(1), 48-52.

松下智子 (2008) ネガティブな経験の意味づけ方の変化過程: 肯定的な意味づけに注目して. *九州大学心理学研究*, 9: 101-110.

McDaniel, K. D., Cummings, J. L., and Shain, S. (1989) The “yips”: A focal dystonia of golfers. *Neurology*, 39 (2): 192-192.

目崎高広 (2011) ジストニアの病態と治療. *臨床神経学*, 51(7): 465-470.

Milne, D., and Morrison, G. (2015) Cognitive behavioural intervention for the golf yips: A single case design. *Sport and Exercise Psychology Review*, 11(1): 20-33.

森田 啓 (2010) 体育・スポーツにおける「負の引き受け」. *体育・スポーツ哲学研究*, 32 (2): 69-81.

向 晃佑 (2016) 複線径路・等至性モデル (TEM) による送球イップス経験者の心理プロセスの検討. *質的心理学研究*, 15: 159-170.

向 晃佑・古賀聡 (2017) 野球選手が抱える動作困難感の出現および持続性と注意様式との関連. *リハビリテーション心理学研究*, 43(1): 73-84.

村山孝之・田中美吏・関矢寛史 (2009) 「あがり」の発現機序の質的研究. 体育学研究, 54: 263-277.

村井 剛・辻内智樹 (2013) スポーツ認知・心理研究班 キャッチャーミットのサイズの違いがピッチングパフォーマンスに及ぼす影響について. 中央大学保健体育研究所紀要, 31; 35-43.

永井宏 (2014) イップスの診断と治療 (特集 スポーツとメンタルケア) -- (アスリートにみられる精神疾患のメディカルケア). 臨床スポーツ医学, 31 (10): 950-955.

中込四郎 (1987) 投球失調を呈したある投手への心理 療法的接近－投球距離と対人関係の距離－. スポーツ心理学研究, 14 (1): 58-62.

中込四郎・土屋裕睦・高橋幸治・高野 聡 (1996) イメージが見える～スポーツ選手のメンタルトレーニング～. 道和書院: 東京.

中込四郎 (2004) スポーツカウンセリング－スポーツ選手の心理的問題－日本スポーツ心理学会編 最新スポーツ心理学その軌跡と展望, 大修館書店: 東京, pp. 231-242.

中込四郎 (2006) 身体化するところの問題「イップス」への対処法 (特集「こころ」が弱っているときの見極め方と対処法--はやめの対応が選手を救う). 月刊トレーニング・ジャーナル, 28(2): 30-34.

中村珍晴・荒木雅信 (2016) スポーツ傷害の受容における臨死 5 段階モデルの適応－質的アプローチによる事例検討－. 大阪体育学研究, 54: 31-40.

日本高等学校野球連盟. 部員数統計. [http://www.jhbf.or.jp/data/statistical/index\\_koushiki.html](http://www.jhbf.or.jp/data/statistical/index_koushiki.html), (参照日 2018 年 9 月 22 日).

- 新村 出 (2018) 広辞苑 第七版. 岩波新書: 東京, p. 189.
- 西田 保 (2010) チャレンジ精神と挫折感 (特集「こころ」を育てる身体活動). 体育の科学, 60 (1): 25-28.
- 西野聡一郎・山本勝昭・織田憲嗣 (2006) 心因性投球動作失調 (投球イップス) についての一考察. 九州スポーツ心理学研究, 18: 20-21.
- 奥村浩正 (1999) 野球における投球動作の分析. 九州産業大学健康・スポーツ科学研究 特別寄稿: 10-24.
- 大谷順子 (2014) 質的アプローチを用いた研究手法－健康教育分野への適用. 日本健康教育学会誌, 22(2): 177-184.
- 大橋敏子 (2008) 外国人留学生のメンタルヘルスと危機介入－ナラティブ・アプローチの視点から－. 外国人留学生のメンタルヘルスと危機介入. 京都大学学術出版会: 京都, pp. 238-253.
- 尾崎真奈美 (2011) 心的外傷後の成長 (PTG) とスピリチュアルな発達: インクルーシブポジティビティの視点から. 相模女子大学紀要. C, 社会系, 75: 101-107.
- Papineau, D. (2015) Choking and the yips. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 14 (2): 295-308.
- Park, C. L., Cohen, L. H., and Murch, R. L. (1996) Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, 64 (1): 71-105.
- Philippen, P. B., and Lobinger, B. H. (2012) Understanding the yips in golf: Thoughts, feelings, and focus of attention in yips-affected golfers. *The Sport Psychologist*, 26 (3): 325-340.

- Podlog, L., and Eklund, R. C. (2006) A longitudinal investigation of competitive athletes' return to sport following serious injury. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(1): 44-68.
- Roberts, R., Rotheram, M., Maynard, I., Thomas, O., and Woodman, T. (2013) Perfectionism and the 'Yips': an initial investigation. *The Sport Psychologist*, 27 (1): 53-61.
- Rosted, P. (2005) Acupuncture for treatment of the yips?-A case report. *Acupuncture in Medicine*, 23 (4): 188-189.
- Roy-Davis, K., Wadey, R., and Evans, L. (2017) A grounded theory of sport injury-related growth. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6 (1): 35-52.
- Sachdev P. (1992) Golfers' cramp: clinical characteristics and evidence against it being an anxiety disorder. *Movement Disorders*, 7: 326-332.
- 坂下玲子 (2012) Mixed Methods 研究－Mixed Methods Research. *看護研究*, 45(7), 712-720.
- Salim, J., Wadey, R., and Diss, C. (2016) Examining hardiness, coping and stress-related growth following sport injury. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(2): 154-169.
- Sarkar, M., Fletcher, D., and Brown, D. J. (2015) What doesn't kill me...: Adversity-related experiences are vital in the development of superior Olympic performance. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(4): 475-479.
- 笹川スポーツ財団 (2016) スポーツライフ・データ 2016－スポーツライフに関する調査報告書－. 笹川スポーツ財団: 東京, p. 98.
- 佐藤寛 (2013) 大学野球選手における心因性動作失調: 野球の競技動作にみられる“イップス”の実態調査. *日本心理学会第 77 回大会発表論文集*, 77: 1203.



- 佐藤郁哉 (2008) 質的データ分析法—原理・方法・実践. 新曜社: 東京.
- 佐藤雅幸 (2010) わかりやすいスポーツ心理学. 文化書房博文社: 東京.
- 佐藤雅幸・堀内正浩・佐藤周平・斎藤実・佐藤文平・平田大輔 (2014) テニスにおけるイップスとジストニアの関係 (その 1), テニスの科学 (日本テニス学会誌), 22: 116-117
- 佐藤雅幸・堀内正浩・佐藤周平・斎藤実・佐藤文平・平田大輔 (2015) テニスにおけるイップスとジストニアの関係 (その 2) サービスにおけるトス動作に着目して, テニスの科学 (日本テニス学会誌), 23: 106-107.
- 佐藤雅幸・堀内正浩・佐藤周平・斎藤実・佐藤文平・平田大輔 (2016) テニスにおけるイップスとジストニアの関係 (その 3) —サーブ・トスとフォアハンドストローク時におけるイップス症状に対する対処法について, テニスの科学 (日本テニス学会誌), 24: 98-99.
- Schaefer, J.A., and Moos, R.H. (1992) Life crises and personal growth. In B. Carpenter (Ed.), Personal coping: Theory, research, and application (pp. 149-170). Westport, CT : Praeger.
- Smith, A. M., Adler, C. H., Crews, D., Wharen, R. E., Laskowski, E. R., Barenes, K., Valone, B. C., Pelz D., Brennan, R. D., Smith, J., Sorenson, M. C., Kaufuman, K. R. (2003) The 'yips' in golf: A continuum between a focal dystonia and choking. Sports Medicine, 33: 13-31.
- Smith, A. M., Malo, S. A., Laskowski, E. R., Sabick, M., Cooney, III M. P., Finnie, S. B., Crews, D. J., Eischen, J. J., Hay, I. D., Detling, N. J., and Kaufman, K. (2000) A multidisciplinary study of the "yips" phenomenon in golf: An exploratory analysis. Sports Medicine, 30: 423-437.

- Stambulova, N. B. (2000) Athlete's crises: A developmental perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31: 584-601.
- Stinear, C. M., Coxon, J. P., Fleming, M. K., Lim, V. K., Prapavessis, H., and Byblow, W. D. (2006) The yips in golf: Multimodal evidence for two subtypes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 38: 1980-1989.
- 杉浦 健 (1996) スポーツ選手としての心理的成熟理論構築の試み. 京都大学教育学部紀要, 42: 188-198.
- 杉浦 健 (2001) スポーツ選手としての心理的成熟理論についての実証的研究. 体育学研究, 46: 337-351.
- 杉浦 健 (2004a) 転機を経験を通じたスポーツ選手の心理的成長プロセスについてのナラティブ研究. *スポーツ心理学研究*, 31 (1): 23-34.
- 杉浦 健 (2004b) 転機の心理学. ナカニシヤ出版: 京都.
- 鈴木 敦・中込四郎 (2013) 受傷アスリートのリハビリテーション過程におけるソーシャルサポート希求の変容. *スポーツ心理学研究*, 40(2): 139-152.
- 田辺規充 (2001) *イップスの科学*. 星和書店: 東京.
- Tamminen, K. A., Holt, N. L., and Neely, K. C. (2013) Exploring adversity and the potential for growth among elite female athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 14 (1): 28-36.
- Tamminen, K. A., and Neely, K. C. (2016). Positive growth in sport. In N. L. Holt (ed.), *Positive youth development through sport* (2nd ed., pp. 193-204). London: Routledge.
- 田中輝海・水落文夫 (2013) 男性スポーツ選手におけるバーンアウト傾向の深刻化とポジ

- タイプ感情の関係性. スポーツ心理学研究, 40 (1): 43-57.
- 多々納秀雄 (1995) スポーツ競技不安に関する初期的研究の動向-新たな競技不安モデル作成のために. 健康科学, 17: 1-23.
- 宅香菜子 (2016) PTG の可能性と課題. 金子書房: 東京.
- Taubman-Ben-Ari, O., Findler, L., and Shlomo, S. B. (2012) Personal growth and the transition to grandfather-hood. *The International Journal of Aging and Human Development*, 74(4), 265-285.
- Tedeschi, R. G., and Calhoun, L. G. (1996) The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9 (3): 455-471.
- Tedeschi, R. G., and Calhoun, L. G. (2004) "Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry*, 15 (1): 1-18.
- 寺下貴美 (2011) 教育講座－研究方法論－第7回質的研究方法論～質的データを科学的に分析するために～. *日放技学誌*, 67(4): 413-417.
- Thompson, S. C. (1985) Finding positive meaning in a stressful event and coping. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(4): 279-295.
- Udry, E., Gould, D., Bridges, D., and Beck, L. (1997) Down but not out: Athlete responses to season-ending injuries. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19 (3): 229-248.
- 内田 稔 (2008) 野球選手におけるアップス尺度の作成. 平成 19 年度 順天堂大学大学院 スポーツ健康科学研究科 修士論文.
- Wadey, R., Evans, L., Evans, K., and Mitchell, I. (2011) Perceived benefits following sport injury:

- A qualitative examination of their antecedents and underlying mechanisms. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23 (2): 142-158.
- Wadey, R., Clark, S., Podlog, L., and McCullough, D. (2013). Coaches' perceptions of athletes' stress-related growth following sport injury. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2): 125-135.
- Waysman, M., Schwarzwald, J., and Solomon, Z. (2001) Hardiness: An examination of its relationship with positive and negative long term changes following trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 14: 531-548.
- 八木孝彦 (2011) イップスの心理学: その病態と心理療法. 中央学院大学人間・自然論叢, 32: 51-77.
- 四方田健二・須甲理生・岡出美則 (2015) 英文学術誌掲載論文における体育科教師教育研究の研究方法の動向: 2002 年-2011 年の 10 年間を対象として. *体育学研究*, 60(1), 283-301.
- 米丸健太・鈴木壯 (2016) 「自分が分からない」と訴えて来談したアスリートとの面接. *スポーツ心理学研究*, 43(1): 15-28.
- Young-Eisendrath, P. (2003) Response to Lazarus. *Psychological Inquiry*, 14 (2): 170-172.
- Zoellner, T., and Maercker, A. (2006) Posttraumatic growth in clinical psychology – critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26(5): 626-653.

資料

資料1 フェイスシート, イップスに関するアンケート

学年 年生 年齢 歳

現在, 精神的な疾病で病院への通院または薬の服用をしていますか. ( Yes ・ No )

**野球について** ※これまでの野球の経験に関する以下の質問にお答えください

経験年数 年 開始年齢 歳  
開始時期(小学校・中学校・高校・大学) 年生

① 守備位置

※ 各時期における守備位置を○で囲って下さい (複数ある場合はその全てを○で囲む). また, 各守備位置の下にある()内にその守備位置を守った学年を記入してください.

**小学校**

投手	捕手	一塁手	二塁手
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )
三塁手	遊撃手	外野手	
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	

**中学校**

投手	捕手	一塁手	二塁手
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )
三塁手	遊撃手	外野手	
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	

**高校**

投手	捕手	一塁手	二塁手
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )
三塁手	遊撃手	外野手	
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	

**大学**

投手	捕手	一塁手	二塁手
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )
三塁手	遊撃手	外野手	
( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	( 年 ~ 年 )	

## ② チーム内での立場・競技成績

各時期（小・中学校，高校，大学）の最高学年時におけるチーム内での主な立場を○で囲んで下さい。また各時期を通しての(中学校3年間を通して，高校3年間を通して)競技成績を記入して下さい。

### 1) 小学校

チーム内での立場

レギュラー・準レギュラー(ベンチ入り)・ベンチ入りできたりできなかったり・ベンチ入りではない・キャプテン・副キャプテン・その他( )

競技成績(例→地区大会準優勝，全国大会出場・全国ベスト8 等)

### 2) 中学校

チーム内での立場

レギュラー・準レギュラー(ベンチ入り)・ベンチ入りできたりできなかったり・ベンチ入りではない・キャプテン・副キャプテン・その他( )

競技成績(例→地区大会準優勝，全国大会出場・全国ベスト8 等)

### 3) 高校

チーム内での立場

レギュラー・準レギュラー(ベンチ入り)・ベンチ入りできたりできなかったり・ベンチ入りではない・キャプテン・副キャプテン・その他( )

競技成績(例→地区大会準優勝，全国大会出場・全国ベスト8 等)

### 4) 大学

チーム内での立場

レギュラー・準レギュラー(ベンチ入り)・ベンチ入りできたりできなかったり・ベンチ入りではない・キャプテン・副キャプテン・その他( )

競技成績(例→地区大会準優勝，全国大会出場・全国ベスト8 等)

## イップスについて

※当てはまるものに○を，空欄の所には文字または数字を記入して下さい。

① これまでの野球人生において，ある日突然自分の思い通りに投げられなくなり，相手が捕球出来ないような暴投(上・左右といった方向)が続いたことがある。

はい

いいえ

② それは今も続いていますか。

はい

OR

いいえ

次のページに進んで下さい

どのように改善しましたか。

改善するのにどのくらい期間を要しましたか。

年 月

③ どのポジションの時に①の状態になりましたか。

投手 ・ 捕手 ・ 一塁手 ・ 二塁手 ・ 三塁手 ・ 遊撃手 ・ 外野手

④ なぜ，そのような状態になりましたか（自分が思う原因）

⑤ その状態は，どのくらいの期間続いていますか。

1週間未満 ・ 2週間未満 ・ 1ヶ月未満  
1ヶ月以上 → より具体的な期間( 年 月)



※当てはまるものに○を，空欄の所には文字または数字を記入して下さい。

② これまでの野球人生において、ある日突然自分の思い通りに投げられなくなり、ボールを地面に叩きつけてしまう（下方に）状態が続いたことがある。

はい

いいえ

② それは今も続いていますか。

はい

OR

いいえ

次のページに進んで下さい

どのように改善しましたか。

改善するのにどのくらい期間を要しましたか。

年 月

③ どのポジションの時に①の状態になりましたか。

投手 ・ 捕手 ・ 一塁手 ・ 二塁手 ・ 三塁手 ・ 遊撃手 ・ 外野手

④ なぜ、そのような状態になりましたか（自分が思う原因）

⑤ その状態は、どのくらいの期間続いていますか。

1週間未満 ・ 2週間未満 ・ 1ヶ月未満

1ヶ月以上 → より具体的な期間( 年 月)

資料2 イップス尺度 (内田, 2008)

以下の文章はそれぞれ、あなたが野球を行なう際にどのように考えているか、どのように感じているのかをお聞きします。最もあてはまるものに○をつけて下さい。

	全くそう 思わない	あまりそう 思わない	ややそう だと思う	まったく そうだと思う
1. 投球・送球において、周りの選手がうらやましい。	1	2	3	4
2. 塁間より短い距離だと、思うように投げられない。	1	2	3	4
3. 暴投をすると、仲間をがっかりさせるのではないかと不安になる。	1	2	3	4
4. 周りの選手のように、思うように投げられたらと思う。	1	2	3	4
5. ボールを持つと、暴投をイメージする。	1	2	3	4
6. 暴投すると、途中交代するのではないかと思う。	1	2	3	4
7. 軽く投げられない。	1	2	3	4
8. 先輩から投球・送球について、アドバイスや指導をうける事が多い。	1	2	3	4
9. 投げる相手の後ろにフェンスやネットがないと、暴投のイメージが浮かぶ。	1	2	3	4
10. 暴投をすると、指導者をがっかりさせるのではないかと不安になる。	1	2	3	4
11. 投げることを考えると、体が緊張する。	1	2	3	4
12. 暴投すると、ベンチから外れるのではないかと思う。	1	2	3	4
13. 周りの選手から投球・送球についてアドバイスや指導をうける事が多い。	1	2	3	4
14. 投げることを考えると、心理的に緊張する。	1	2	3	4
15. ゆっくり投げられない。	1	2	3	4
16. ボールを持つと暴投をイメージして、体が緊張する。	1	2	3	4
17. 暴投した時の周りの評価が気になる。	1	2	3	4
18. 指導者から投球・送球について、アドバイスや指導をうける事が多い。	1	2	3	4
19. なぜ周りの選手は思うように投げられるのか、と思う。	1	2	3	4
20. 暴投をすると、先輩をがっかりさせるのではないかと不安になる。	1	2	3	4
21. 投げる相手の後ろがやけに広く見える。	1	2	3	4

各因子の項目番号

・ 予期不安 . . . . . 3・6・10・12・17・20

・ 身体像の歪曲 . . . . . 5・9・11・14・16・21

・ 自然体の欠如 . . . . . 2・7・15

・ 周囲からの助言 . . . . . 8・13・18

・ 他者肯定 . . . . . 1・4・19

資料3 スポーツ選手としての心理的成熟尺度（杉浦，2001）

以下の文章はそれぞれ、あなたが野球を行なう際にどのように考えているか、どのように感じているのかをお聞きします。最もあてはまるものに○をつけて下さい。

	そう思わない 思わない	あまりそう 言えない	どちらとも 思ふ	ややそう	そう思ふ
1. リラックスして身体を動かすことができる。	1	2	3	4	5
2. 試合の結果に対して楽観的に考える方だ。	1	2	3	4	5
3. 自分の可能性を信じて競技を行なっている。	1	2	3	4	5
4. 自分には能力がないんじゃないかと思うことがある。	1	2	3	4	5
5. 何となく競技を続けていると感じることがある。	1	2	3	4	5
6. 人の評価はほとんど気にならない。	1	2	3	4	5
7. 達成したいと思っている具体的な目標を持っている。	1	2	3	4	5
8. スポーツをする目的が明確に定まっている。	1	2	3	4	5
9. 選手としての自分の長所や短所を理解している。	1	2	3	4	5
10. 競技を続けているのはあくまで自分の意志である。	1	2	3	4	5
11. スランプの時には落ち込んでしまいがちである。	1	2	3	4	5
12. 何のためにスポーツを続けているのかわからない。	1	2	3	4	5
13. このままスポーツを続けていいのか疑問に感じる。	1	2	3	4	5
14. 自分の能力を正確に把握できていると思う。	1	2	3	4	5
15. 自分がなぜスポーツをしているのかその理由が分かっている。	1	2	3	4	5
16. 今の自分にどの程度の実力があるのかわかる。	1	2	3	4	5
17. 現在の自分の調子や体調を感じ取るができる。	1	2	3	4	5
18. 選手としての自分自身を客観的に見ることができる。	1	2	3	4	5
19. 自分のやるべき練習が自分でわかっている。	1	2	3	4	5
20. 誰に言われなくても自発的に練習に取り組んでいる。	1	2	3	4	5
21. ふだんから勝たなければというプレッシャーを感じる。	1	2	3	4	5
22. 日々の練習に喜びを感じる。	1	2	3	4	5
23. 動きを意識すると身体が硬くなってしまうことがある。	1	2	3	4	5
24. 選手としての自分に自信を持っている。	1	2	3	4	5
25. 練習させられていると感じることがある。	1	2	3	4	5
26. どうすれば動きをコントロールできるのかわかる。	1	2	3	4	5
27. 気持ちばかり焦って身体が動かないことがある。	1	2	3	4	5
28. 試合に負けたときにはつくよくよしてしまう。	1	2	3	4	5
29. 集中して練習に取り組むことができる。	1	2	3	4	5
30. 他の人と自分の成績を比べてしまう傾向がある。	1	2	3	4	5
31. スポーツを続けていることは自分にとって必要なことである。	1	2	3	4	5
32. 自分の競技能力について劣等感を感じるがある。	1	2	3	4	5

各因子の項目番号

・明確な目的 . . . . . 5・8・10・12・13・15・31

・自己把握 . . . . . 9・14・16・17・18・19

・自律的達成志向 . . . . . 3・7・20・22・25・29

・精神的安定性 . . . . . 2・6・11・21・28・30

・身体的統制感 . . . . . 1・4・23・24・26・27・32

※逆転項目 . . . . . 4・5・11・12・13・21・23・25・27・28・30・32

## 公表論文

1. Matsuda, K. Susaki, Y. and Sugiyama, Y. (2018) Relations between the experience of the yips and athletes' psychological growth. *SOJ Psychology*, 5(1): 1-10.
2. 松田晃二郎・須崎康臣・向晃佑・杉山佳生 (2018) イップスを経験したスポーツ選手の心理的成長：野球選手を対象として. *スポーツ心理学研究* 45(2): 73-87.

## 謝辭



本研究は、多くの方々の協力を得て、成し遂げることができました。まず、大学院に入る道を開いて下さった徳永幹雄名誉教授（九州大学）には、私がこれまで、研究や進路について悩んだ際には、忙しい中時間を作っていただき、いつも親身に相談に乗っていただきました。体育・スポーツ心理学やスポーツ科学の学問領域において、多大なる業績を挙げられてきた徳永教授のお言葉は、一言ひとことに非常に重みや深みがあり、特に研究や教育に関する多くの知識を学ばせていただきました。これまで長きにわたり一方ならぬご厚情賜り、深謝致します。

また、日頃からあたたかいご指導と激励を賜りました杉山佳生教授に心から感謝の意を表します。杉山教授は、体育・スポーツ心理学やスポーツ科学に関する造詣が深いことはもちろん、院生からのどんな問いに対しても、いつも即座に回答し、まさに“歩く辞書”“歩く百科事典”という言葉が合致するような先生でした。研究においても、私たち院生が研究しやすい環境を常に整えてくださり、常に冷静かつ多面的な視点からの的確なご指導をいただきました。本当にありがとうございました。今後とも、末長くご指導ご鞭撻のほど何卒、よろしくお願い致します。

さらに、副指導教員である、西村秀樹教授と内田若希先生に数々のご指導、ご助力を賜りました。西村秀樹教授は、貴重なご示唆やご助言を頂戴いたしました。厚くお礼申し上げます。これまで、スポーツ社会学を専門とされる先生からご指導やご助言をいただいた経験がほとんどなく、西村教授からのお言葉は非常に新鮮であり、且つ貴重なものでした。おかげ様で、考察を深めていくことができました。今後、心理学領域の研究の流れや考え方に依存しすぎることなく、他分野の先生方との交流を図り、積極的に自分の研究に対す

る、ご助言を仰ぐ機会を設けるようにしていきたいと思えます。そして、内田若希先生には、特に、質的研究(法)に関するきめ細かな指導をしていただきました。私の研究成果は内田先生のご指導なしには、あり得なかったものです。また時折、私の将来に関する相談にも、親身に乗ってくださいました。心より感謝申し上げます。今後も日々精進して参りますので、引き続き、ご指導賜りますよう、お願い致します。

本研究を遂行し、論文をまとめる全ての過程で、貴重な時間を割き、あたたかくご指導して下さった島根大学の須崎康臣先生に、厚くお礼申し上げます。須崎先生は、大学院生時代に、土日も休まず、朝は誰よりも早く夜は誰よりも遅くまで研究に打ち込んでおられました。その姿を見ることで、我々後輩は、研究に向かう姿勢を培うことができました。本当にありがとうございました。精一杯恩返し致します。

ならびに、本研究を遂行し学位論文にまとめるに当たり、多大なるご教示を賜りました、びわこ成蹊スポーツ大学副学長の豊田則成教授、学会でお会いした際やメールでのやり取りをさせていただいた際に多くのご指導・ご鞭撻を賜りました、熊本学園大学の橋本公雄教授や法政大学の中澤史教授、九州産業大学の阪田俊輔先生、高千穂大学の田中輝海先生、この場をお借りして、心よりお礼申し上げます。

さらに、アンケート調査およびインタビュー調査にご協力下さった463名の調査協力者の皆様、またはその調査を実施するにあたり、ご協力いただいた先生方には、心より感謝しております。

また、共同研究者である九州大学大学院の向晃佑氏には、研究を進めるにあたり、多大なるお力添えをいただきました。修士2年のときに、同じ学府の同期で、イップスに関する

研究をしている院生がいることを知ったとき、大変驚いたのを今でも鮮明に覚えております。それから、幾度となく研究に関する議論を行なっていく中で、2人で、それぞれの専門領域（向氏は、臨床心理学、私はスポーツ心理学）の院生を集め、合同研究会を立ち上げることになりました。後半はなかなか都合が合わず開催できませんでしたが、研究会を立ち上げ、お互いの研究に関する異なる視点から議論できたことは、私の大学院生活における最も貴重で意義深い経験の1つです。さらに、臨床心理士としての仕事と研究活動の両方を怠ることなく、日々研鑽を重ねられる向氏の姿は、私が研究へのモチベーションを維持・向上することができる原動力となっておりました。本当にありがとうございました。今後とも末永くお付き合いのほど、よろしくお願い致します。

最後に、これまで自分の思う道を進むことに対して、いつも「したいようにしなさい」と、反対もせず、情緒的・経済的な面でサポートをしてくれた両親、明るく励まし続けてくれた兄妹、あたたかく見守ってくれた祖父母、そして親類の皆様に深い感謝の意を表して謝辞と致します。

平成31年1月

九州大学大学院人間環境学府

行動システム専攻 健康・スポーツ科学コース

松田 晃二郎