

## 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：

氏 名 : 松 田 晃 二 郎

論文題名 : 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—

区 分 : 甲

## 論 文 内 容 の 要 旨

### 【研究の背景と目的】

本研究では、イップスを「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」と定義した。イップスは、野球、ゴルフ、クリケット、テニスなどの複数のスポーツ種目において見られている (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)。本研究では、本邦において最も代表的なスポーツ種目である野球に着目することとした。野球のイップスの特徴としては、「短い距離であるにも関わらず、ワンバウンドを投げたり、相手が捕れないような場所に投げたりする」(賀川・深江, 2013) や、「投げる前に身体が硬直してショートバウンドになったりする」(向・古賀, 2017), などの症状が挙げられる。このようなイップスの症状は、長期的に現れ、最悪な場合、スポーツ選手を競技からの逃避や競技離脱に追い込む可能性が指摘されている (例えば, Philippen et al., 2012)。

このようなスポーツ選手に及ぼす影響力の多大さから、イップスに関する先行研究では、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 (Bell et al., 2011; Smith et al., 2000)。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、否定的な側面だけでなく、肯定的な側面、あるいは、両方の側面からアプローチすることが必要であると指摘している。実際、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、スポーツ選手としての心理的成長を遂げる契機になるという報告もなされている (Tamminen et al., 2013; Tamminen and Neely, 2016; Wadey et al., 2013)。

以上のような点を勘案し、本研究では、イップスの経験とスポーツ選手の肯定的な心理的成長との関連を、量的および質的アプローチを用いて包括的に検討することを目的とした。

### 【結果の概要】

1) 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を量的研究手法により検討した。ここでは、調査対象者を、イップス経験のない「非イップス群」、イップスの症状が現れている「イップス群」、イップスを既に克服した「克服イップス群」の 3 群に分け、それぞれの心理的成長の高さを、杉浦 (2001) の尺度を用いて測定した。その結果、(杉浦, 2001) が、スポーツ場面における危機を通して向上しやすいとした「明確な目的」「自己把握」「自律的達成志向」の 3 つの因子において、克服イップス群が非イップス群より有意に高い得点を示した (第 1 章)。

2) 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を質的研究手法により検討した。ここでは、6名のイップス経験者に対し、「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」というリサーチ・クエスチョンを設定して、イップスの経験やその経験に伴った心理的变化に関するインタビューを行った。その結果、先行研究でも報告されてい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だけでなく、「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、スポーツ選手としての心理的成長に関する語りも認められた。これにより、イップスの経験がスポーツ選手としての心理的成長を促進する可能性が示唆された（第2章）。

### 【まとめ】

本研究では、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を検討することを目的とした。第1章では、イップスの経験および克服は、競技に対する継続意志や練習意欲などと関係があり、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、イップス経験は、否定的な心理的变化を引き起こす一方で、ある特定の肯定的な心理的变化をもたらすことが示唆された。

以上のように、イップスの経験には、スポーツ選手を選手活動の危機に追い込むような否定的な側面と、スポーツ選手が心理的成長を遂げる契機になるといった肯定的な側面があることが明らかになった。

### 【今後の課題】

#### 1) プロセスの検討

本研究では、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の検討は行われていない。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、イップス経験から心理的成長に至るプロセスを明らかにすることが必要である。

#### 2) 調査対象者の選定

本研究におけるイップス経験の評価については、主観的な回答を基に行われており、本当にイップスを経験しているのか、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なされていない。今後は、チームメイトや指導者からの他者評価や、生理学、脳科学、行動分析学的な側面からの評価を行うことで、イップスの経験または克服と心理的成長との関連をより精緻に分析することが可能になるとと思われる。