

# 教 育 研 究 業 績

氏名 佐々木 丈予  
学位：博士（学術）

研 究 分 野	研 究 内 容 の キ ー ワ ー ド	
スポーツ心理学	心理的プレッシャー、実力発揮、メンタルトレーニング	
主要担当授業科目	基礎ゼミⅠ～Ⅳ、健康・スポーツ心理学演習、卒業研究、メンタルトレーニング論、メンタルトレーニング特講、メンタルトレーニング演習	
教 育 上 の 能 力 に 関 す る 事 項		
事項	年月日	概要
1 教育方法の実践例		
(1) 東京成徳大学応用心理学部 「メンタルトレーニング論」	2020年9月～2021年3月	メンタルトレーニングの基礎理論について講義した。本授業は1学年の学生を対象としたものであり、それまでのスポーツ経験を大学での専門的な学びへとつなげる役割を有している。そのため、授業内やレポート課題において、自身の経験と学習内容のつながりについて考える機会を積極的に設けた。
(2) 東京成徳大学応用心理学部 「メンタルトレーニング演習」	2020年9月～2021年3月	メンタルトレーニングにおける実践的内容についての演習を実施した。本授業は2学年の対象としたものであり、前学年の「メンタルトレーニング論」での学びを発展させる役割を有する。これを踏まえ、実際のメンタルトレーニング実践の流れに沿わせて、アセスメントや各種心理技法を実施し、有効性や留意点を体験的に学べるように構成した。
(3) 法政大学デザイン工学部 「スポーツ総合演習」	2020年9月～2021年3月	スポーツ活動の意義や役割を体験的に学ぶことを目的とした、スポーツ科学の各領域について学ぶオムニバス形式の授業であった。応募者は、「心理学的ストレス理論」および「身体化された認知」の観点から、ストレスマネジメントの実習を提供した。
(4) 法政大学市ヶ谷リベラルアーツ・SSI 「身体運動学演習」	2020年9月～2021年3月	スポーツ推薦により入学した学生を対象に、身体運動パフォーマンスに対する心理面の影響について、情報提供と議論を実施した。具体的には、「認知心理学」と「身体心理学」における最新の研究知見を紹介し、これを学生自身の競技生活でいかに活かすかという観点で議論した。
(5) 武蔵野大学教育学部 「体育心理学」	2016年4月～2020年3月	体育・スポーツ心理学における基礎的内容および応用的内容を講義した。学びを深めることを目的として、講義内容と学生自身のスポーツ体験を結びつけるプレゼンテーションを実施させる等の工夫を行った。
(6) 広島商船高等専門学校 「体育」	2012年4月～2015年9月	複数の競技についてゲームを中心に実施させた。主体的な取り組みを促すことを目的に、ゲームを通じて明らかとなった課題、およびその課題を解決するための練習メニューを学生自身に考案させた上で、実施、評価させる等の工夫を行った。
2 作成した教科書、教材		特記事項なし
3 教育上の能力に関する大学等の評価		
(1) 武蔵野大学「体育心理学」 授業評価アンケート	2016年4月～2020年3月	当該期間の総合得点において全学平均と同等の評価を得た。高評価を受けた項目は、論理的思考力やディスカッションスキルの習得に関するもので、講義計画における工夫の成果が得られたものとする。
(2) 広島商船高等専門学校「体育」 授業評価アンケート	2012年4月～2015年9月	すべての期間において、授業内容、教員の熱意、満足度等で5点満点中4.5点以上の評価が得られた。
4 実務の経験を有する者についての特記事項		
5 その他		

職務上の実績に関する事項				
事項		年月日	概要	
1 資格, 免許 日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング指導士		2020年4月1日	競技能力向上のための心理的スキルを中心とした指導や相談を行う学識と技能を有する専門家として日本スポーツ心理学会が認定する資格である。	
2 特許等				
3 実務の経験を有する者についての特記事項				
4 その他				
研究業績等に関する事項				
著書, 学術論文等の名称	単著・共著の別	発行又は発表の年月	発行所, 発表雑誌等又は発表学会等の名称	概要
(著書)				
1 『なるほど最新スポーツ科学入門』	共著	2020年	化学同人	一般の読者を想定して、「メンタルとは何か」、「メンタルトレーニング指導士の仕事」、「心理サポート事例」、「スポーツ現場での心理面を意識した関わり」等について平易に解説した。 編者：伊東浩司、吉田孝久、青木和浩 担当部分「メンタルが勝負を分ける—スポーツ心理学の発展—」pp.133-141
(学術論文)				
1 「自国開催の国際大会における実力発揮に至る心理的過程の質的研究」	共著	2019年	<i>Journal of High Performance Sport</i> , 国立スポーツ科学センター	自国開催のオリンピックやパラリンピックに出場し、実力発揮に成功した経験を有する元アスリート10名にインタビューを実施し、内容を分析した結果をまとめた。 共著者：佐々木丈予ほか5名 第4巻、pp.79-93
2 “Changes in initial posture and anticipatory postural adjustment in self-paced single forward stepping under psychological pressure”	共著	2018年	<i>International Journal of Sport and Exercise Psychology</i> , International Society of Sport Psychology	心理的プレッシャーが自己ペースにより開始される1歩踏み出し運動における初期姿勢ならびに予測的姿勢制御に及ぼす影響を調べるために行った実験の結果をまとめた。 共著者：Joyo Sasaki, Hiroshi Sekiya Vol.16, no.5, pp.476-487
3 “Psychological pressure distorts high jumpers’ perception of the height of the bar”	共著	2018年	<i>Journal of Functional Morphology and Kinesiology</i> , MDPI	心理的プレッシャーが走り高跳びにおけるバーの高さや成功率の知覚に及ぼす影響を調べるために行った実験の結果をまとめた。 共著者：Yoshifumi Tanaka, Joyo Sasakiほか4名 Vol.3, no.2, 全6ページ
4 「競技中における『気持ち切れた』現象に関する質的研究」	共著	2018年	『スポーツ心理学研究』、日本スポーツ心理学会	「気持ち切れた」と表現されるアスリートの心理現象について、これを探索的に明らかにすることを目的に実施されたインタビュー調査の結果をまとめた。 共著者：来間千晶、佐々木丈予、関矢寛史 第45巻2号、pp.57-72
5 「自国開催の国際大会における実力不発揮の心理的プロセスの検討」	共著	2018年	<i>Sports Science in Elite Athlete Support</i> , 国立スポーツ科学センター	自国開催のオリンピックやパラリンピックに出場し、実力発揮に失敗した経験を有する元アスリート3名にインタビューを実施し、内容を分析した結果をまとめた。 共著者：鈴木敦、米丸健太、佐々木丈予ほか3名 第3巻、pp.1-13

6	「チームメイト間における躊躇と衝突に関する質的研究」	共著	2015年	『広島体育学研究』、広島体育学会	チーム競技において生じるチームメイト間における躊躇と衝突の現象について探索的に明らかにすることを目的に実施されたインタビュー調査の結果をまとめた。 共著者：小川茜、長谷川大地、佐々木丈予ほか1名 第41巻、pp. 1-12
7	「心理的プレッシャーが1歩踏み出し運動の初期姿勢ならびに予測的姿勢制御に及ぼす影響」	共著	2014年	『体育学研究』、日本体育学会	心理的プレッシャーが音刺激への単純反応により開始される1歩踏み出し運動における初期姿勢ならびに予測的姿勢制御に及ぼす影響を調べるために行った実験の結果をまとめた。 共著者：佐々木丈予、関矢寛史 第59巻2号、pp. 577-589
8	“Psychological pressure facilitates corticospinal excitability: Motor preparation processes and EMG activity in a choice reaction task”	共著	2014年	<i>International Journal of Sport and Exercise Psychology</i> 、International Society of Sport Psychology	心理的プレッシャーが2選択反応課題の運動開始前における皮質脊髄路の興奮性に及ぼす影響を調べることを目的に実施された実験の結果をまとめた。 共著者：Yoshifumi Tanaka, Kozo Funase, Hiroshi Sekiya, Joyo Sasaki ほか1名 Vol. 12, no. 4, pp. 287-301
9	“Influence of pressure on a sprint start”	共著	2014年	<i>Bulletin of the Graduate School of Integrated Arts and Sciences, Hiroshima University</i> 、Graduate School of Integrated Arts and Sciences, Hiroshima University	心理的プレッシャーが短距離走スタートダッシュにおける心理面、生理面、行動面、およびパフォーマンスに及ぼす影響を調べることを目的に実施した実験の結果をまとめた。 共著者：Joyo Sasaki, Hiroshi Sekiya Vol. 9, pp. 1-8
10	「カーブ戦来場者の観戦動機」	共著	2014年	『広島大学大学院総合科学研究科紀要』、広島大学大学院総合科学研究科	広島カーブ戦観戦者の観戦動機について、過去の観戦回数や広島という土地やカーブというチームへの愛着を踏まえて実施したアンケート調査の結果をまとめた。 共著者：鎌田彩夏、佐々木丈予、関矢寛史 第9巻、pp. 9-15
11	“Multiple EMG activity and intracortical inhibition and facilitation during a fine finger movement under pressure”	共著	2011年	<i>Journal of Motor Behavior</i> 、Routledge	心理的プレッシャーが精緻運動課題中における皮質脊髄路の興奮性や皮質内抑制に及ぼす影響を調べることを目的に実施された実験の結果をまとめた。 共著者：Yoshifumi Tanaka, Kozo Funase, Hiroshi Sekiya, Joyo Sasaki ほか1名 Vol. 3, no. 1, pp. 73-81
12	「ユースサッカー選手の心理的課題の帰納的分析とメンタルトレーニングに伴う対人スキルの向上」	共著	2011年	『メンタルトレーニング・ジャーナル』、日本スポーツメンタルトレーニング指導士会	ユースサッカーチームを対象に実施された心理講習会を踏まえ、チームにおける心理的課題や情動知能の変化を分析し、まとめた。 共著者：関矢寛史、小山美羽子、佐々木丈予 第5巻、pp. 15-27
(その他) [招待論文・記事]					
1	「自国開催大会の国際大会で実力を発揮するための方略」	単著	2020年	『体育の科学』、杏林書院	自国開催大会で実力を発揮するための方略について、これまでに実施してきた研究(佐々木ほか, 2019; 鈴木ほか, 2018)をもとに解説した。 著者：佐々木丈予 第70巻5号、pp. 335-339 特集「自国開催にみるアスリートへのメンタルサポート」
2	「注意と運動制御」	単著	2018年	『体育の科学』、杏林書院	運動スキル遂行時の内的焦点と外的焦点の違いについて、パフォーマンスへの影響やメカニズムの違いに触れながら解説した。 著者：佐々木丈予

				第 68 卷 3 号、pp. 219-223 連載「アテンションフォーカスと身体運動」
[講演]				
1 「東京 2020 に向けた心理サポートの最前線」	単独報告	2020 年	立命館大学スポーツ健康科学部	国立スポーツ科学センターで推進されている東京 2020 対策プロジェクトについて講演した。 <u>特別講演</u> 、立命館大学スポーツ健康科学部、 <u>2 月</u>
[学会シンポジウム等]				
1 「JISS における自国開催プレッシャー対策」	共同報告	2019 年	日本スポーツ心理学会	国立スポーツ科学センターで推進されている東京 2020 対策プロジェクトについて発表した。 日本スポーツ心理学会第 46 回大会、筑波大学、 <u>11 月</u> ラウンドテーブル・ディスカッション「2020 東京オリンピック・パラリンピックに向けての心理サポートとその後（4）」
2 「自分の専門性を信じ切る力」	共同報告	2017 年	日本スポーツ心理学会	スポーツメンタルトレーニング指導士としての活動における専門性の捉え方について講演した。 日本スポーツ心理学会第 44 回大会、大阪商業大学、 <u>10 月</u> 会員企画自主シンポジウム「SMT 指導士の自己認識力・自己開示力の向上を目指して」
[学会報告] (国際学会：査読あり)				
1 “A qualitative study of factors that influence the psychological conditioning of Japanese athletes participating in home game”	共同報告	2019 年	European Federation of Sport Psychology	東京 2020 対策における情報収集として実施したインタビュー調査の結果を報告した。 <u>15th European Congress of Sport Psychology</u> 、ミュンスター（ドイツ）、 <u>7 月</u> 共同報告者：Joyo Sasaki, Yasuhisa Tachiya
2 “A qualitative study on the psychological process of excellent performance of Japanese athletes in international competition held in Japan”	共同報告	2017 年	International Society of Sport Psychology	学術論文 1（佐々木ほか、2019）に関連するデータについて報告した。 <u>ISSP 14th World Congress</u> 、セビリア（スペイン）、 <u>7 月</u> 共同報告者：Joyo Sasaki ほか 5 名
3 “Influence of pressure on postural adjustment in self-paced and simple-reaction forward stepping tasks”	共同報告	2013 年	North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity	学術論文 2・7（Sasaki & Sekiya, 2018; 佐々木・関矢, 2014）に関連するデータについて報告した。 <u>North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity Conference 2013</u> 、ニューオーリンズ（アメリカ）、 <u>6 月</u> 共同報告者：Joyo Sasaki, Hiroshi Sekiya
4 “Influence of pressure on a sprint start”	共同報告	2012 年	Asian Council of Exercise and Sport Science	学術論文 9（Sasaki & Sekiya, 2014）に関連するデータについて報告した。 <u>The 5th Asia-Pacific Conference on Exercise and Sports Science</u> 、上海（中国）、 <u>11 月</u> 共同報告者：Joyo Sasaki, Hiroshi Sekiya
(国内学会：査読なし)				
1 「東京 2020 対策心理サポートプロジェクトの展開」	共同報告	2019 年	独立行政法人日本スポーツ振興センター	国立スポーツ科学センターで推進している東京 2020 対策プロジェクトについて、具体的な対策方法を発表した。 <u>ハイパフォーマンススポーツ・カンファレンス 2019</u> 、国立スポーツ科学センター、 <u>10 月</u> 共同報告者：佐々木丈予ほか 8 名

2「心理的プレッシャー下における実力発揮の成否を分ける要因の質的研究 -対人競技の事例から-	共同報告	2018年	日本スポーツ心理学会	心理的プレッシャー下での実力発揮の成功と失敗の両方の経験を有するアスリートを対象に行ったインタビュー調査のデータについて、対人競技の事例に焦点を当て、関連する要因を示した。 日本スポーツ心理学会第45回大会、名古屋国際会議場、10月 共同報告者：佐々木丈予、福井邦宗
3「自国開催の主要国際大会における競技パフォーマンスに影響を及ぼす心理的要因の検討 -記録系個人種目の事例-	共同報告	2018年	独立行政法人日本スポーツ振興センター	東京2020対策における情報収集として実施したインタビュー調査の結果について、記録系個人種目の事例に焦点を当てて発表した。 ハイパフォーマンススポーツ・カンファレンス2018、国立スポーツ科学センター、10月 共同報告者：佐々木丈予ほか4名
4「プレッシャーが把持力調節に及ぼす影響 -異なる目標値からの検討-	共同報告	2015年	日本スポーツ心理学会	心理的プレッシャーが正確な把持力調節課題に及ぼす影響を調べるために行った実験の結果を報告した。 日本スポーツ心理学会第42回大会、九州共立大学、11月 共同報告者：佐々木丈予、董玉明、関矢寛史
5「大学体育会弓道部を対象としたメンタルトレーニング講習会の実践報告」	共同報告	2015年	日本スポーツメンタルトレーニング指導士会	大学体育会弓道部に提供した合計6回のメンタルトレーニング講習会について、その内容や成果、改善すべき点などについて報告した。 日本スポーツメンタルトレーニングフォーラム第10回記念大会、国立スポーツ科学センター、8月 共同報告者：佐々木丈予、小川茜、関矢寛史
6「心理的プレッシャーが1歩踏み出し運動の初期姿勢ならびに予測的姿勢制御に及ぼす影響」	共同報告	2015年	日本体育学会	学術論文2・7 (Sasaki & Sekiya, 2018: 佐々木・関矢, 2014) に関連するデータについて報告した。 日本体育学会第66回大会、国土館大学、8月 共同報告者：佐々木丈予、関矢寛史
7「プレッシャーが短距離走スタートダッシュに及ぼす影響 -心理面、生理面、行動面、パフォーマンスの関係性-	共同報告	2010年	日本スポーツ心理学会	学術論文9 (Sasaki & Sekiya, 2014) に関連するデータについて報告した。 日本スポーツ心理学会第37回大会、福山平成大学、11月 共同報告者：佐々木丈予、関矢寛史