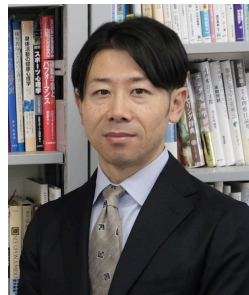




## 研究テーマ

1 アスリートの”ころを育む “かかわりとは？（実践研究）

2 アスリートが困難に直面したとき、周りにできることは何か？



## 宇土 昌志

うと まさし  
教育学部  
保健体育

准教授

## キーワード

アスリートの心理的成熟、  
競技力向上、心と身体

特許情報・  
共同研究・  
応用分野など

・ JISS競技心理検査 (J-PATEA) : 大衆館書店

・ 科研費: 基盤研究 (C) アスリート競技力向上認知行動療法e-learningシステムの研究2017-2021年度

・ 科研費: 基盤研究 (C) トップアスリートにおける心理診断システムの開発と効果検証2017-2019年度

・ 科研費: 基盤研究 (C) トップアスリートにおける心理的競技能力評価尺度の開発に関する研究2013-2015年度

## 研究概要

競技スポーツは一回性のもので、指導者にとって、当然、前うまくいったからといって同じ指導は通用しない。

どうしたらいいか、という情報は世の中に溢れてきたけれども、目の前の現実に十分応えうるものではないことは、とくに競技水準が高くなるほどあるのではないだろうか。

本[研究・技術シーズ]では、そうした競技現場の出来事をもちよって検討する場を設け、例えば、こういう感覚のときはいい流れ、これは注意が必要だ、というフックのようなものを見つけるような、“現場の知を創り上げる”ということに取り組みたい。

## 1 アスリートの”ころを育む “かかわりとは？（実践研究）

アスリート個々がその個性を発揮できるような指導・支援、チームの在り方を実践的に究明し、競技現場に活かす知見を得る。

現場で何が起きていたのか、何ができたのか、などを整理する、まとめる研究というイメージ。

## 2 アスリートが困難に直面したとき、周りにできることは何か？

アスリートが悩みやケガ、スランプ等に直面したとき、周りはこれを乗り越えて成長して欲しいと思うもの。とはいえ、何がアスリートにとって一番いいかはわからない。そこでアスリート自らの歩みを邪魔しない関わりって何だろうか。あるいは、アスリートの育成・支援にかかわる者がどのような力、どのような在り方が求められるのだろうか、ということに関心をもち、これを研究として探究していく。

## ホームページ

## 技術相談に応じられる関連分野

- ・ アスリートの心理的問題・課題解決に向けた心理支援
- ・ チームに対するスポーツ心理学等の講習会や心理支援

## メッセージ

資格：公認心理師

(心理相談・スタッフ経験：オリンピック日本代表、プロチーム、実業団チーム、国体少年チーム等。)