

研究課題名 メンタルトレーニングにおける選手の包括的理解を目指したアセスメントの体系化

研究代表者 平山 浩輔

メンタルトレーニング(以下、MTとする)では、選手の問題に応じて様々な技法を活用しMTを実践している。MTを実践する上で、心理サポート担当者は選手の問題や状態を適切に把握する必要があると考えられており、その方法としてアセスメント(心理サポート担当者が選手に対してMTを行うために、選手の知能や性格傾向などの個体要因と家族や競技場面といった環境要因との両側面から選手の状態を正確に把握すること)がある。アセスメントにおいて選手の問題や状態を正確に把握することができなければ、MTの効果に大きく影響を与える可能性があるため、MTにおけるアセスメントの研究を進めていく必要がある。そこで本研究はMTにおけるアセスメントの方法を探索し、体系化することを目的とした。まず国内で発表されたMTにおけるアセスメントの先行研究を概観し、現状を確認した。次にMTで実践されているアセスメントの方法を先行研究より抽出した。

はじめに「アセスメント」の用語に加えMTの対象者である「アスリート」、「選手」、「競技者」のいずれかの用語と「心理・サポート」、「メンタル・トレーニング」などの7つの用語のいずれかを組み合わせ、CiNii(国立情報研究所)による文献検索を行った。検索時期は2017年3月であった。その結果、いずれの組み合わせも検索件数が0件であった。しかし、MTではアセスメントが行われている実践報告や事例研究が見受けられるため、MTの実践報告、事例研究についてCiNiiを用いて検索した結果、81編の論文が抽出された。多くの論文は、アセスメントの方法をMTの効果検証として活用していたが、16編の論文では選手が訴える問題の改善へ向けて、競技に関する検査や性格検査を用いてアセスメントを実施していた。その中の1編の論文では面接と行動観察による包括的なアセスメントを実施していた。だが、本研究で抽出された論文は16編と少ないため、これらの論文だけでMTにおけるアセスメントとして体系化することは、信頼性・妥当性の担保が難しいと考えられた。そこで、本研究で得られた結果と他領域で行われているアセスメントの方法(下山、2013)を照らし合わせて、MTに必要なアセスメントの方法を検討した。その結果、検査法、観察法、面接法の3つの側面から構成された。具体的な方法について、検査法では「競技に関する検査」、「性格検査」、「症状に関する検査」、「知能検査」が挙げられた。また観察法については、「自然観察法」や「実験観察法」、「組織観察法」が挙げられた。最後に面接法は、「臨床面接法」や「調査面接法」が挙げられた。本研究で明らかにしたMTにおけるアセスメントの方法に他領域で実施されているアセスメントの方法を加えることによって、選手の問題に対する理解が進むと考えられた。