

研究ノート

大学野球における投・送球イップス研究の 国内に於ける動向

——コーチングの視点から——

古 葉 隆 明

東京国際大学論叢 人間科学・複合領域研究 第8号 抜刷
2023年（令和5年）3月20日

研究ノート

大学野球における投・送球イップス研究の 国内に於ける動向

——コーチングの視点から——

古 葉 隆 明

Investigate Trends in Japan of Research on Pitching/Throwing *Yips* in College Baseball Based on the Coaching Experience

KOBA, Takaaki

Abstract

For most people, even without specialized knowledge or experience, the action of throwing an object is not particularly difficult. When it comes to baseball, however, the ball must be thrown by the pitcher, hit by the batter, caught by the fielder, and thrown again. All this must also be done accurately within a limited space. As such, baseball is a sport that requires the acquisition of delicate, precise, advanced and complicated movements. As the level of competition increases, the certainty that the ball will be thrown accurately and within the time limit becomes even more crucial. Unfortunately, some competitive athletes, including some baseball players, have been known to suffer from a phenomenon called *the yips*. “*The yips*” is a term coined by professional golfer Tommy Armor in his book ABC Golf: “A golfer who had hitherto putt smoothly until one day suddenly became so nervous that he hit only a few tens of centimeters. I called the disease *YIPS* (moaning), a disease that causes a person to overshoot the cup or go far beyond the cup” (Armor, 1967, cited in Miyake *et al.*, 2020). This is a very serious problem that can threaten a player’s career once it develops, and can make these players very difficult to coach. For this reason, we decided to conduct a literature review to understand what steps are necessary to combat *the yips* and to what extent this phenomenon is currently recognized in the field of college baseball. Therefore, in this study, we focus on research on

pitching/throwing *yips* in college baseball from studies on *the yips* that are mainly conducted in the field of psychology. The primary purpose is to investigate trends in Japan. The second purpose is to examine what measures coaches can take to counter the symptoms of *the yips* based on the author's coaching experience.

Keywords: yips, pitching/throwing yips, college baseball, coaching

目 次

はじめに

- I. 大学野球での投・送球イップスに関する研究の国内に於ける動向
 1. 文献の抽出方法
 2. 分析方法
 3. 対象文献の概要
- II. イップス症状の改善法のコーチングを踏まえた見地からの検討

はじめに

専門的な知識や経験が無くても「物を投げる」という動作を行うことは殆どの人にとってさほど難しいことではなく一度は経験をしたことのあることではないだろうか。

だが、「野球」という競技となると、限られた空間の中で、投手が投げたボールを打者が打ち、打ち放たれたボールを野手が捕球し、捕球したボールを正確に送球しなければならない、繊細で緻密かつ高度で複雑な動作獲得が必要なスポーツである。野球の競技レベルが高くなるにつれ、時間的制限のなか「正確に送球すること」への確実性が求められるようになる。

そのような状況において野球をする中で、「イップス」に悩まされる選手が現れる。イップス症状に陥った選手をコーチングすることは極めて困難な作業である。「イップス」とは、プロゴルファーのトミー・アーマーが自著『ABCゴルフ』(1967)のなかで「今までスムーズにパッティングをしていたゴルファーがある日突然、緊張のあまりほんの数10 cmしか打たなかったり、あるいはカップをはるかにオーバーするようになる病気を、自分がイップス *YIPS* (うめき声) と名付けた」(三宅ら, 2020)と述べており、野球というスポーツにおいても「投・送球において上下左右に暴投してしまう」(内田, 2008)ようになり、一度発症すると選手としてのキャリアを脅かすことになりうる非常に大きな問題である。

コーチング分野での研究について、スポーツ指導者が行うコーチングとは、選手に望ましい結果を導くためにコーチがとる行動すべてのこと(伊藤, 2017)であり、文部科学省のスポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議(タスクフォース)(2013)においても、「スポーツ指導者の役割は、競技者やチームを育成し、目標達成のために最大限のサポートを行うこと。」であることや、「コーチングには時々刻々と変化する状況を的確に読み、これまでに学んだ知識を最大限に駆使し、効果的な即興を行うこと」(伊藤, 2017)が必要であるとも報告されていることから、イップスを研究することはスポーツ指導者としてコーチングを行ううえで重要な役割となりうることが窺える。

そこで、本研究では、主に心理学の分野で行われているイップスに関する研究の中から、「大学野球での投・送球イップスに関する研究」に焦点を当て、イップスを改善するためには何が必要な

のか、現在大学野球の現場でどのくらい認識されているのか現状を把握するために文献レビューを行い、大学野球における投・送球イップス研究の国内に於ける動向を調査することを第一の目的とする。そしてそこから、どのような対策を行えばイップス症状を改善できるのかを、著者の大学での球技指導経験を踏まえたコーチングの見地から検討することを第二の目的とする。

I. 大学野球での投・送球イップスに関する研究の国内に於ける動向

1. 文献の抽出方法

2021年7月までの「日本国内における大学野球での投・送球イップス」について書かれている原著論文、研究報告の文献検索を行った。なお検索の際のデータベースはCiNii Articlesを使用している。

大学野球の投・送球イップスについての研究が少ないだろうと想定し、検索に使用したキーワードは（イップス 野球）のみを用いた結果、重複を含む、合計17件の文献が抽出された。そして抄録や本文などから内容を確認し、大学生を対象としていないもの、イップス以外の特徴を含む文献を除外し、8件を選択した。その他、筆者が関わった文献を1件加え、最終的に9件を分析対象とした。

2. 分析方法

対象文献を精読し、著者、タイトル、発行年、研究目的、研究方法、研究結果・考察、研究対象者（競技レベル）、イップスの定義を把握し対象文献の概要を整理した。（表1参照）また研究方法、研究結果を詳細に読み、コーチングの観点から整理した。

3. 対象文献の概要

対象文献の概要を纏めたものが表1である。「研究目的」からわかることは、投・送球イップス症状に陥っている対象者を直接的に改善することを目的にしているものは賀川（2013）と三宅ら（2020）の2件で、その他7件は、イップス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と（松田ら，2018）、イップス状態にある大学野球選手の特徴を明文化すること（寅嶋ら，2020）、チームメイトがイップス野球選手へ行ったサポートの内容を明らかにすること（野栗ら，2021）など、イップス症状緩和に向けた心理的・物理的サポートの方法を探索的に検討することや、新たな尺度を議論するためのイップスの実態を把握する目的のものであった。

「研究方法」については、質問紙を用いた研究は5件（楠奥，2018；松田ら，2020；山田ら，2020；青山ら，2021；野栗ら，2021）でそのうちインターネットを利用したものが野栗ら（2021）のものであった。なお、松田ら（2018）はインタビュー調査を利用したものであった。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、インタビューに語ることが求められる調査方法である。その他、介入研究をしているものは2件（賀川，2013；三宅ら，2020）あり、専門家らの観察指摘が、本人の主観的運動感覚と一致しているのか否か介入面接を重ねるうちに自分自身でイップス症状緩和のための対策を考案するようになり、その後改善されてくると能動的に取り組むようになった（三宅ら，2020）とする一方で、賀川（2013）の研究は、被験者の研究への参加が最初から能動的であり、自ら介入調査をお願いしているものであった。

「結果・考察」からは、介入研究を行った賀川（2013）、三宅ら（2020）ともに被験者のイップ

表1 対象文献の一覧

ID番号	タイトル	著者	発行年	雑誌名	研究目的	研究方法
1	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	賀川昌明	2013	メンタルトレーニングジャーナル(実践論文)	動画フィードバックを利用し自分のプレイを客観視し、それによるセルフモニタリングや認知的再構成を図り、イップスを訴える大学硬式野球部員の兆候改善に役立てること。	対象者に対して聞き取り調査を行いイップス兆候改善のためにイメージ想起・制御の基礎練習、個人課題に対するイメージトレーニング、自律訓練法、プラス思考交換トレーニング、15分間のイメージトレーニング、動画フィードバック(練習・試合時)、ゲームプランの振り返りを行う介入研究。
2	イップス症状緩和に向けた心理サポートの探索的研究	三宅紀子 古葉隆明 城戸絵理沙	2020	臨床心理身体運動学研究(原著)	イップス症状を有する球技系運動部員を対象にイップス症状の緩和に向けた介入を行い、その経過および結果を検討するとともに、イップス症状緩和に向けた心理サポートの方法を探索的に検討すること。	イップス尺度調査(内田, 2008)を実施しイップス傾向ありの結果が出た選手と各チームの指導者からイップスの様のパフォーマンスが認められると判断された選手を抽出し、対象の身体像に歪みが認められるのかを写真と描画を比較検討する身体描画法(三宅, 2011)を使用して測定し、それらを用いた介入研究。
3	セルフ・エフィカシー理論から見た野球の投・送球イップス研究	楠奥繁則 篠谷皇政 若本拓巳	2018/9/18	名古屋産業大学・論集(研究ノート)	セルフ・エフィカシー理論の観点から、投・送球のイップス傾向について議論するための基盤をつくり、さらにセルフ・エフィカシー理論のイップス研究領域への適用可能性について検討すること。	内田(2008)の21項目の投・送球イップス傾向尺度を参考に11項目の投・送球セルフ・エフィカシー尺度を作成し、このセルフ・エフィカシー尺度と内田の投・送球イップス傾向尺度と板野(1986)の一般性セルフ・エフィカシーを用いた質問紙調査を行い、その関連性を分析する観察研究。
4	イップスを経験したスポーツ選手の心理的成長	松田晃二郎 須崎康臣 向晃佑 杉山佳生	2018/9/28	スポーツ心理学研究(早期公開原著論文)	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されているのかの検討を行うこと。	先行研究を基に設定した3つの基準を満たした6名のエピソード・インタビューを行い、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て分析による観察研究。
5	野球におけるイップスの実態	松田晃二郎 羽根枝莉子 須崎康臣	2020	九州栄福社大学研究紀要	野球におけるイップスの経験者の割合、症状、発症要因、そして対処方法に着目し、野球におけるイップスの実態を探ること。	過去または現在、イップス経験を有する野球選手と、イップスを経験したことが無い野球選手による質問紙への回答結果から、野球におけるイップスの実態を把握した。さらにイップス経験を有する野球選手については開かれた質問に対して自由記述方式によって回答してもらい、そこから得たデータを定性的な分析による観察研究。
6	大学野球選手におけるイップス尺度からの一考察(第一報)	山田亮 山口航 寅嶋静香 若本正姫	2020	北海道教育大学紀要。人文科学・社会科学編, 71(1): 141-149	大学野球選手を対象とし、イップス尺度及びSTAIによる調査を行うことで、集団特性を把握し、寡少サイズに留まっている野球におけるイップス研究の知見集約に貢献すること。	研究の被験者は硬式野球部員31名で、イップス尺度とSTAI不安尺度を採用して自記式質問紙調査を行い、その結果を相関分析する観察研究。
7	大学野球選手におけるイップス尺度からの一考察(第二報)	寅嶋静香 山口航 山田亮 来田宣幸	2020	北海道教育大学紀要。人文科学・社会科学編, 71(1): 151-159	専門家による分析と対象者本人の聞き取り調査を行いイップス状態にある大学野球選手の特徴を明文化すること。	イップス尺度調査における高得点者の投球を撮影した画像から専門家による動作の分析や動作の不具合等の分析による観察研究を行い、その結果と対象者本人の聞き取り調査で得た主観的運動感覚とが一致しているかを確認した。
8	大学野球選手における送球イップスの発症率とその症状に関する探索的研究	青山敏之 阿江数道 相馬寛人 宮田一弘 梶田和宏 奈良隆章 川村卓	2021	体力科学第70巻 第1号 91-100(2021)	送球イップスのメカニズムの解明と対応法や治療法の確立に向けた研究を展開するための基礎的知見を得ること。	集合調査法によって無記名の質問紙を用いた調査を実施し、ペアワイズ除去法を用いて解析を行う観察研究。
9	日本人イップス野球選手へのチームメイトによるサポート行動の把握	野栗立成 川田裕次郎 山口慎史 広沢正孝 柴田展人	2021	応用心理学研究 Vol.46, No.3 Japanese Journal of Applied Psychology	チームメイトがイップス野球選手へ行ったサポートの内容を明らかにすること。	インターネットサービスを用いた質問紙調査を行い、自由記述で得た内容の分類にKJ法を用いた。質的分析法では、調査者のトライアンギュレーションを実施した。

ID番号	タイトル	研究結果・考察	研究対象者（競技レベル）	イップスの定義
1	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	(結果・考察) 練習における送球ミスの減少、公式戦におけるミスがなかった。また自己評定用紙得点・イップス尺度が改善された。対象者は今回のメンタルトレーニングが認知の再構成や自身の向上に役立ったと認識された。また第三者の院生3人の評価として、対象者の送球前の動作やフォームが、以前よりも自信をもってプレイしていることなどから、今回のトレーニングが有効だったことが認められた。	大学硬式野球部員1名、レギュラー。競技レベルの記載無し、競技歴10年、19歳1名。	内田(2008)の定義
2	イップス症状緩和に向けた心理サポートの探索的研究	(結果) イップス尺度得点がそれぞれ79点から48点、58点から48点となり改善された。(考察) イップス症状緩和が見られ、自らの運動行動や認知を客観的に振り返り、自分なりの対応策を新たに考えることができたと考えられた。	大学硬式野球部員84名のうち研究参加の同意を得られた2名、そのうち1名はメンバードと推察できる。競技レベルの記載無し、平均19歳2名。女子球技系運動部員に関する研究は含まず。	内田(2008)の定義に加えチームの指導者からイップス様のパフォーマンスが認められた者
3	セルフ・エフィカシー理論から見た野球の投・送球イップス研究	(結果・考察) 投・送球セルフ・エフィカシー尺度の信頼性、妥当性、適用可能性を考察した結果、セルフ・エフィカシー理論のイップス研究領域への適用は可能であることが示唆された。	愛知県内私立A大学硬式野球部員48名(元部員含む)、競技レベルの記載無し。	内田(2008)の定義
4	イップスを経験したスポーツ選手の心理的成長	(結果・考察) これまではイップスの経験による否定的な側面のみ着目されてきたが、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肯定的変化も認められ、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。	大学硬式野球部員3名と数か月前に同部活動を引退したが競技を継続している。もしくは協議の継続意思を示している男性3名(平均年齢21.0歳、標準偏差1.15歳)、甲子園経験者1名、県大会ベスト8以上経験者5名、平均競技歴13.3年。	Roberts et al (2013)の定義
5	野球におけるイップスの実態	(結果) イップス経験者の割合は全体の17.6%で1497名中263名であった。イップスの症状は「特定の運動技能に付随」「特定のポジションに付随」「ボールが抜ける」「ボールのコントロール不全」「ネガティブイメージ」「過剰な意識」等、23カテゴリーに集約された。イップスの発症要因は、「練習環境・練習不足・練習メニュー」「守備位置の変更」「デッドボール」「トラウマ」「特定の他者に対する恐怖・意識」等、19カテゴリーに集約された。イップスの対処方法は「情報収集」「投球フォーム・スタイルの変更」「考え方・捉え方の転換」「周囲とのコミュニケーション」等の9カテゴリーに集約された。(考察) 本研究で明らかになった野球におけるイップスの対処法については、それぞれの有効性についてさらなる検討を科学的根拠に基づいて行っていくことが必要であり、研究現場から得られた知見を指導者や選手に広めていくことが求められる。	男子大学硬式野球部員1,541名のうちのイップスの経験を有する男子硬式野球部員263名(平均年齢19.6±1.0歳)、競技レベルの記載無し。平均競技歴11.31±2.15年。	内田(2008)の定義を含む7つの先行研究を基に1.5年以上の野球経験のある者 2. 送球または送球動作において、明らかな異常が認められた者 3. 以前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った者 4. 症状が一時的ではなく、1ヶ月以上継続的に現れた経験のある者 5. 1~4の基準を満たし、あなたはこれまでに、イップスを経験したことがありますかの質問に「はい」と回答した者
6	大学野球選手におけるイップス尺度からの一考察(第一報)	(結果) イップス尺度結果の平均値は43.6(±14.0)点で、イップス高得点と判断される60点以上(松田ら, 2018)の該当者は、4名だった。STAIにおける特性不安における全体平均値は41.6(±8.5)点、状態不安の全体平均値38.3(±10.0)点であった。この結果をもとに、特性不安とイップス尺度間では $r=0.51$ 、状態不安とイップス尺度間では $r=0.49$ という中程度の正の相関が認められた。(考察) 野球競技を遂行する集団におけるイップス特性及び不安特性を「見える化」し、その集団把握に繋がることを示唆した。	硬式野球部員31名、平均年齢20.3(±1.7)年 平均野球経歴およそ12.0(±1.7)年、競技レベルの記載無し。	内田(2008)の定義
7	大学野球選手における送球イップス尺度からの一考察(第二報)	(結果) 専門家らと対象者との間で「肩甲骨・背中の柔軟性の低さ」や「利き肩への負担の大きさ」等の共通メッセージが確認された。また専門家が「視点がややぼやけている」と分析していることに対して対象者は「視点がぼやけている感覚はない」という相違メッセージが確認された。(考察) イップス尺度得点が高いと判断された場合、様々な立場の専門家へ投球フォームを観察してもらうことの意義が見出されたが、専門家間でも相違メッセージが確認されたため、専門家がどの領域に属し、どのようなゴールをその選手に対して目指しているのか、の作業を重要になると推察された。	第一報のイップス尺度調査の最高得点者、競技レベルの記載無し。	内田(2008)の定義
8	大学野球選手における送球イップスの発症率とその症状に関する探索的研究	(結果・考察) 47.1%にイップスの経験を有することが明らかになり、筋の過剰な収縮に関連する症状のみではなく、先行研究で認められているような感覚、身体認知、運動の企画に関する問題といった多様な自覚症状を有することが示唆された。今後はイップスに関連する筋活動や運動学的なパフォーマンスの特徴に留まらず、心理学的、脳科学的視点を含めて包括的にその兆候を捉えるための学術的研究の必要性が示唆された。	首都大学野球連盟1部リーグに所属する大学硬式野球部員104名、平均競技歴12.5年。	内田(2008)と、Roberts et al (2013)の定義
9	日本人イップス野球選手へのチームメイトによるサポート行動の把握	(結果) 調査協力者42名のうち、過去に同じチームメイトでイップス野球選手がいた人は35名、そのうち実際にサポートを行った対象者は21名(全体の60%)であった。サポートの内容は「技術指導」「イップス症状に対する容認」「専門家の紹介」「練習メニューの提案」「イップス症状の受容支援」の5つのカテゴリーに分類された。(考察) House(1981)が提唱する4つのソーシャルサポート(「道具的サポート」が「指導指導」と「練習メニューの提案」に、「情緒的サポート」が「イップス症状の容認」に、「情報的サポート」が「専門家の紹介」と「練習メニューの提案」に、「評価的サポート」が「イップス症状の受容支援」)にそれぞれ該当した。	過去4年以内に大学の競技志向の硬式野球部に所属し野球競技経験10年以上の男性42名、平均年齢21.5歳±1.59歳、平均競技歴13.3年±2.23年	McDaniel et al (1989)の定義

ス症状緩和が見られた。三宅ら（2020）ではイップス尺度得点がそれぞれ79点から48点、58点から48点となり、自らの運動行動や認知を客観的に振り返り、自分なりの対応策を新たに考えることができたと考えられた。賀川（2013）では練習における送球ミスの減少、公式戦におけるミスがなくなり、自己評定用紙得点・イップス尺度が改善された。対象者は今回のメンタルトレーニングが認知の再構成や自身の向上に役立ったと認識され、第三者の評価として、対象者の送球前の動作やフォームが、以前よりも自信をもってプレイしていることなどから、今回のトレーニングが有効だったことが認められた。

「イップスの定義」については、その定義にイップス尺度調査（内田，2008）を使用した文献が9件中7件（賀川，2013；楠奥ら，2018；松田ら，2020；三宅ら，2020；山田ら，2020；寅嶋ら，2020；青山ら，2021）であり、今後もイップス研究に大きく貢献する資料の一つであると考えられる。イップス尺度調査とは、内田（2008）が野球選手を対象とした個別面接や自由記述による調査をもとにイップス尺度を作成し、「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」という5つの因子を抽出したものである。また楠奥ら（2018）はこのイップス尺度調査を参考に11項目の投・送球セルフ・エフィカシー尺度を作成し、このセルフ・エフィカシー尺度と内田（2008）の投・送球イップス傾向尺度と、板野（1986）、小久保（1998）、神藤（2014）らの一般性セルフ・エフィカシーを用いた質問紙調査を行い関連性を分析したものである。この「投・送球セルフ・エフィカシー傾向尺度」も「イップス尺度調査」同様に今後のイップス症状改善に大きく貢献すると考える。なお、セルフ・エフィカシーとは、ある結果を生み出すために必要な行動をどのくらいできそうかという個人の自信の程度を表す概念である。

そして「対象者」については、リーグのレベルの記載があるものは1件のみで、その他は、リーグのレベルの記載は無いが公式戦に出場している選手を対象としているも、県大会ベスト8以上の選手（甲子園出場経験者を含む）を対象としているものであった。また松田ら（2020）の研究では17.6%（1497名中263名）、青山ら（2021）の研究では47.1%（104名中49名）にイップスの経験を有することが明らかになった。大学まで野球を継続しているということは、一定水準以上の競技レベルに達していると考えられるが、今回の調査では、個々の研究に於いて競技レベルの記載が無く投球スキルの問題で暴投を繰り返しているだけの可能性があることは否めない。今回調査した研究においてその詳細について言及したものは多くないことから今後は調査対象者の所属リーグや個人の競技レベルを詳細に分かる研究が増えることがコーチングにおいてイップス改善に役立つ対処法を考えることに繋がるのではないかと考える。

Ⅱ. イップス症状の改善法のコーチングを踏まえた見地からの検討

筆者は、2018年11月までの12年間様々な立場（監督・助監督・ヘッドコーチ）から大学野球の現場での指導を行った。大学での指導者の役割は、試合に勝つ為の技術指導を行うだけではなく、チームのマネジメント、選手のスカウティング、大学生活・キャリア形成のサポート等多岐にわたるものだった。スポーツ競技の中で、野球のコーチングを行うことは難しい競技のなかの一つではないだろうか。ある選手に対して有用であったコーチングが誰にでも当てはまるということは殆どなく、100人いれば100通りのコーチング方法があると言っても過言ではない。川村（2017）が「よいコーチングは勝つ為の戦略・戦術、合理的で経済的な動作の獲得方法、チームのマネジメント、社会との関わり方など様々な要因があって成立している。」と述べているように、コーチングを行う際には、心理学、バイオメカニクス、マネジメント、社会学等様々な学問分野の知識

が必要であることが伺われる。先述したように、イップスは一度発症すると選手としてのキャリアを脅かすことになりうる非常に大きな問題である。このようなことから今後どのような対策を行えばイップス症状を改善できるのかを、著者の指導経験を踏まえたコーチングの見地から検討する。

今回の調査では、大学野球に絞った研究を対象にしたものであったため賀川（2013）のものが最初であったが、国内に於いて投・送球イップスに関する研究の報告は、岩田ら（1981）をはじめ、1980年代から散見されるようになった。岩田ら（1981）の研究はプロ野球選手を対象に行ったもので、非常に珍しい報告であると言えるだろう。なぜなら、澤宮（2018）が元プロ野球選手に行ったイップスに関するインタビューを纏めた著書で『イップスについての取材を試みたが、「今は話したくない」「引退後に話す「イップスに特化した取材は受けたくない」という理由で断られ、何度かチャレンジしたが実現しないことが多かった。』と述べているようにイップス症状に陥った当事者からすれば公言したくなく非常に対処しづらい問題だからである。このように、特にレベルの高い選手を対象としたイップスの研究は実施自体が非常に難しいという問題がある。

そのような中で筆者は、三宅ら（2020）とともに心理学の観点から、大学生に対してイップスに関する研究を行った。そこで、先述したプロゴルファーのトミー・アーマーがイップスについての記述や、さらにイップスに関する研究は最近になって増加していることも報告した。安田ら（2018）は、ゴルフ以外でも（弓道、ダーツ競技、テニスのサーブ動作など）精緻な動作を必要とするような競技で同様の症状が存在する症例が知られていると報告している。また対象を野球とした研究では、林ら（2022）が「自身の監督経験を基に采配に関する実践知を記述しているものの、選手へのコーチングについては言及しておらず（以下略）」と述べているように、野球競技に於いてイップスに陥った選手に対するコーチングについては十分に明らかにされていないのが現状である。

また山本正嘉（2018）が「メカニズムが十分にわからなくても、スポーツ現場にとって役立つヒントを示すことができれば、その研究には高い価値がある。」、また川村（2017）が、コーチングについて「（ある）選手を上達させることを考えた時、選手が進むべき方向がいつも1つに定まっていることはない。選択肢はいくつもあって、その選択を最終的に行うのは選手であり、コーチはその助言と進んだ方向性に対するメリット、デメリットを含めて考えて、提示していく必要であると考えられる。そして、最終的に選手が決断を下せるよう、一緒に探索していくことが必要だと考えられる。」とそれぞれ述べているように指導者はイップス症状に陥っている選手に寄り添い、さらに指導者としての資質を高めながら我慢強く指導する必要があるだろう。

野栗ら（2021）の研究において、イップスを改善するためのチームメイトによるサポートがどのようなものであるかを報告したが、調査対象の競技志向レベルが高い場合はお互いライバルということもありサポートを行わない可能性があるとしている。そこで「大学硬式野球の部員数は2007年から2018年まで11年連続で増加するなど（中略）1チームあたりの平均部員数も2007年の54.5名から2020年には70.8名にまで増加している」（奈良ら、2022）なかで、監督だけでは全てを賄うことが難しいことから、学生スタッフを有効活用できる仕組みをつくり、その中でイップスに関わるサポートができるようにすることも重要な対策の一つとも考える。

また凶子（2014）が「優れたコーチとは、選手・チームのレベルや特徴に応じて適切な変化を誘引しながら、記録や成績および成果を向上させ続けることのできるプロフェッショナル（Professional）である。」とも述べているように、イップス症状に陥っている選手を指導者がどのように感じ、そしてどのように対処しているのかの研究が増えることがイップス症状を改善する

ことに大きく貢献すると考える。

さらに澤宮（2018）が「イップスは心理的な症状とよく言われるが、今回取材してみて、心理的なものと断定してよいものかという疑問を感じた。（中略）きちんとした正しいフォーム、技術を習得することで、克服できるケースもあることを意味する」と報告していることから、コーチングを含めた介入研究を増やすことにより、現場にとって有益なイップス症状改善のための知見を得ることにつながると考える。さいごに、今回の調査は国内の大学野球に於ける研究を対象にしたものであったが今後は海外の大学野球でのイップスの対するコーチングを含めた動向を調査していきたい。

参考文献

- 青山敏之・阿江数道・相馬寛人・宮田一弘・梶田和宏・奈良隆章・川村 卓（2021）「大学野球選手における送球イップスの発症率とその症状に関する探索的研究」*体力科学*, 第70巻, 第1号, 91-100.
- 伊藤雅充（2017）「コーチング学への招待」*日本コーチング学会*: 12-25.
- 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」*日本スポーツ心理学会*, 第8巻, 1号: 28-34.
- 内田 稔（2008）「野球選手におけるイップス尺度の作成」*修士論文*, 順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科.
- 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*, 第7巻: 35-44.
- 川村 卓（2017）「私のコーチング: 野球のコーチングを例に」*コーチング学研究*, 第30巻, 3号: 41-44.
- 北澤友美（2019）「我が国におけるスポーツ外傷・障害を受けた大学生アスリートの心理的特徴——国内における文献レビュー——」*日本運動器看護学会誌*, 第14巻: 45-51.
- 楠奥繁則・篠谷皇政・岩本拓巳（2018）「セルフ・エフィカシー理論からみた野球の投・送球イップス研究——野球の投・送球セルフ・エフィカシー尺度作成の試み——」*名古屋産業大学論叢*, No. 32: 53-59.
- 澤宮 優（2018）「イップス 魔病を乗り越えたアスリートたち」.
- 図子浩二（2014）「コーチングモデルと体育系大学で行うべき一般コーチング学の内容」*コーチング学研究*, 第27巻: 149-161.
- 寅嶋静香・山田 航・山田 亮・来田宣幸（2020）「大学野球選手におけるイップス尺度調査からの一考察（第二報）——野球の特性を踏まえた観察研究より——」*北海道教育大学紀要*, 人文科学・社会科学編, 71(1): 151-159.
- 奈良隆章・日榮亮太・田原康寛・林 卓史（2022）「大学硬式野球部員の運動部活動経験とライフスキルの特徴」*コーチング学研究*, 第36巻: 77-87.
- 日本スポーツ運動学会（2020）「コツとカンの運動学わざを身につける実践」.
- 野栗立成・川田裕次郎・山口慎史・広沢正孝・柴田展人（2021）「日本人イップス野球選手へのチームメイトによるサポート行動の把握」*応用心理学研究 Japanese Journal of Applied Psychology 2021*, Vol. 46, No. 3, 257-263.
- 林 卓史・井上元輝・奈良隆章（2022）「野球における卓越した指導者の指導に関する事例研究——メジャーリーグにおいて活躍する2人の選手を育成した高校野球監督の語りを手がかりに——」*コーチング学研究*, 第36巻: 19-33.
- 松田晃二郎・相羽枝莉子・須崎康臣（2020）「野球におけるイップスの実態——イップスの経験者の割合、症状、発症要因、対処方法に着目して——」*九州栄養福祉大学研究紀要*, 第17巻, 39-54.
- 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*, advpub_2018-1715.
- 三宅紀子・古葉隆明・城戸絵理沙（2020）「イップス症状緩和に向けた心理サポートの探索的研究」*臨床心理身体運動学研究*, 第22巻, 第1号.

- 山田 亮・山口 航・寅嶋静香・岩本正姫 (2020)「大学野球選手におけるイップス尺度調査からの一考察(第一報)——野球という競技特性を踏まえた実態調査より——」北海道教育大学紀要, 人文科学・社会学編, 71 (1) : 141-149.
- 山本正嘉 (2018)「体育・スポーツの分野における実践研究のあり方と方法論——スポーツ選手を対象としたトレーニング研究を例に——」スポーツパフォーマンス研究 : 12-34.