

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 ニュースレター

Certified Mental Training Consultant in Sport

第21号

2024年7月



I. 巻頭言(提言)	
・資格委員会委員長 荒井弘和(法政大学)	1
II. 資質向上部門・資格審査部門・社会連携部門長の報告	
・資質向上部門長 内田若希(九州大学)	3
・資格審査部門長 秋葉茂季(国士舘大学)	4
・社会連携部門長 江田香織(東洋大学)	5
III. 資格取得者の抱負	
・谷木龍男(東海大学)	6
・飯田麻紗子(法政大学大学院)	8
IV. SMT指導士実践報告	
・平木貴子(日本大学)	9
・村山孝之(金沢大学)	10
・坂中尚哉(香川大学)	11
V. 事務局からのお知らせ	12

I. 巻頭言(提言)

「わかりやすく」活動のご報告

資格委員会委員長 荒井 弘和(法政大学)

現資格委員会は、任期3年の2年目を迎えました。前号の所信表明で、私たち資格委員会に与えられたテーマは、「わかりやすく」と表明しました。そこで1年目は、指導士研修会や資格取得講習会におけるインストラクションや手引きの改定

にとどまらず、「わかりやすく」のための活動を重ねてきたつもりです。今号では4点に絞って、「わかりやすく」活動の経過をご報告させていただきたいと思います。

1. 日本スポーツ精神医学会との連携

有資格者・他学会に対して、わかりやすく。ここに、日本スポーツ精神医学会との連携を明示します。

資格認定委員会（資格委員会の旧名称）が、日本スポーツ精神医学会に対して、日本スポーツ精神医学会総会・学術集会への参加を指導士資格の取得・更新・移行のための研修実績として認めると通知（2010年3月12日付）していることが、有資格者からの指摘によって明らかとなりました。その後、本件について資格委員会が調査を行った結果、相違ないと確認されたため、日本スポーツ精神医学会総会・学術集会への参加は、「本委員会が点数を認定する研修会（1点）」として認められることをここに言明します。この点について、指導士の先生方、および、指導士資格の取得を目指している先生方に対して十分に周知してこなかったことを深くお詫び申し上げます。

ベテランの指導士の先生方はご存知と考えますが、資格委員会と日本スポーツ精神医学会には、リファーマップの構築の検討などの連携を前向きに模索してきた歴史があります。そこで、有資格者の先生方へお願いです。日本スポーツ精神医学会から、指導士の先生方に選手のリファーマップ等の依頼があった場合は、前向きに検討していただくと幸いです。

2. 申請のオンライン化

有資格者・資格取得希望者に対して、わかりやすく。2023年度から、資格更新・移行のプロセスをオンライン化し始めました。

従来の「紙」による申請は、申請する側にも、申請を受ける側にも、多くの負担を強いてきたと考えています。多くの個人情報に記載されている申請書類が、事務局に大量に保管され続け、蓄積する一方です。全国に点在する資格委員・部門員が審査に携わるためには、書類を受け取り次第、事務局が全ての書類を急いでスキャンせねばならず、その手間は少なくありません。オンラインでの申請は、始めのうちこそ慣れないかもしれませんが、慣れていただければ先生方の手間も減ると考

えます。前号の所信表明で申し上げたとおり、資格委員会の庶務会計部門は、最もテコ入れが必要な部門です。事務局が3年ごとに移転する資格委員会は、持続可能な事務局運営を検討する必要がありますが、オンライン化によって、庶務会計部門の作業もぐっと減ります。事務局の負担軽減のためにも、ご了承のほどよろしくお願いします。

毎年ニュースレターで報告されているとおり、幸いにも現在、資格委員会の収支は黒字が続いています。受益者負担の原則を堅持しつつ、受益者への還元を適切に行ってゆきたいと考えています。そこで、今こそ費用を投じて申請のオンライン化を進めるべきと考え、実現できました。本件においても、サコムの坂本知絵さんには大変お世話になりました。この場をお借りして、坂本さんに重ねて感謝申し上げます。

3. 手引きへの「英語版サマリー」の添付

諸外国の関連団体に対して、わかりやすく。このたび、新たに手引きの英語版サマリーを作成しました（近日、手引きに添付予定）。

以前は、手引きに英語版サマリーが付帯されていましたが、規定や手引きの改定が続いたこともあり、このサマリーは数年前から削除されていました。しかし、海外の資格（たとえば、Association for Applied Sport Psychology が認定する Certified Mental Performance Consultant）を更新する場合に、受講した指導士研修会を資格更新のためのポイントとして申請したいという声があり、現行の規定や手引きに照らし合わせて、英語版サマリーの作成に取り組みました。この新たなサマリーは、学会理事の先生方にもご確認いただいています。英訳に際しては、上級指導士であり、学会理事でもいらっしゃる直井愛里先生（近畿大学）にご尽力いただきました。この場をお借りして、直井先生に厚くお礼申し上げます。

4. 資格の改称の議論

社会に対して、この資格がわかりやすくあり続けるために。そのための1つの論点として、「資格の改称」が挙げられています。

具体的には、資格名称を「スポーツメンタルト

レーニング指導士」から変更するかどうかです。この点について、今期のうちに議論を行うよう、前期の委員の先生方からご助言をいただいています。「スポーツメンタルトレーニング指導士」は、偉大な先達が熟議の末に設定してくれた名称で、私個人としても思い入れが強い名称です。その一方で、この名称が現在の私たちの活動の実態を適切に反映しているのかどうか、疑問視する声が聞かれるのも事実です。改称を前提に議論を行うわけではありませんし、改称するとしても、この1～2

年の内に行うのは性急すぎると認識しています。しかし、いずれにしても、議論は始めた方がよいのだろうと考えています。本件について、先生方にご協力をお願いすることもあるかと存じますが、その際は議論にご参画いただけると幸いです。

次の1年も、愚直に「わかりやすく」を追求して参ります。有資格者の先生方、そして、資格取得を目指す先生方、この1年もよろしくお願ひいたします。

Ⅱ. 資質向上部門・資格審査部門・社会連携部門長の報告

2023 年度の資質向上部門活動の振り返り

資質向上部門長 内田 若希（九州大学）

前任の秋葉茂季先生（国士舘大学；現・資格審査部門の部門長）から資質向上部門の部門長を引き継ぎ、不慣れなことも多い中で、地域の部門員の先生方に支えられながら2023年度を終えることができました。はじめに、2023年度の地域の部門員をご担当いただいている先生方をご紹介しておきたいと思います。

- ・北海道・東北地区 野崎真代先生（日本大学；新規）
- ・関東地区 平木貴子先生（日本大学；継続）
- ・信越・北陸・東海地区 村山孝之先生（金沢大学；継続）
- ・近畿地区・中山亜未先生（大阪体育大学；新規）
- ・中国・四国地区・坂中尚哉先生（香川大学；新規）
- ・九州・沖縄地区 奥野真由先生（久留米大学；新規）

資質向上部門の会議においてSMT指導士全国研修会のテーマや目的、内容等を検討することになるため、部門員の選出に際しては、多様なバックグラウンドを有する先生方に依頼をするように配慮しています。また、部門員の先生方には、それぞれの地域の研修会にかかるアドバイザー的役割や、その他の相談にかかる窓口としての機能を担っていただいています。部門員の活動は、ほぼ

ボランティアワークに近く、お忙しい中でお力添えいただいていることに、この場を借りてお礼申し上げます。

なお、部門員の先生方と連絡を取る必要がある際に、これまではその連絡先が不明瞭な状態となっておりました。これに伴う不都合が生じ、みなさまには大変ご不便をおかけしました。そこで、部門員との連絡の取り方をクリアにするために、SMT指導士のウェブサイト『部門員に連絡されたい場合、連絡を取りたい部門員を指定した上で、「各種問い合わせ」のお問い合わせフォームから要請してください。』という文言を記載させていただきました。後ほど、ウェブサイトをご確認いただけますと幸いです。

さて、本年度の全国研修会は、「知識と経験の再考～深める、広げる」をテーマに掲げ、これまで知識や経験としては保有されながらも、言葉にすると「曖昧さ」が残る事柄について再考し、参加者のサポート実践に深みと広がりをもたらす機会の創出を目指しました。講演では、北海道大学名誉教授の菱谷晋介先生をお招きし、SMTに関わる者であれば基本的に誰もが知っている用語であるイメージについて、その構造や機能、ならびに個人差についてご講演いただきました。また、これ

までの全国研修会のレポートにおいて、現場でケースを持った経験がないために「イメージがわからない（あるいは、不安がある）」「何から始めたら良いかわからない」などのコメントが少なくありませんでした。それを踏まえて、SMT 指導士各自の多様なバックグラウンドやそれぞれの強み・弱みを再考し、SMT 指導士（および資格を目指す者）としての自身の立ち位置を明確にするとともに、互いに共有・協働可能な学びをもたらしことを目指して、臨床系をバックグラウンドとする山口達也先生（順天堂大学）と、スポーツ科学をバックグラウンドとする高井秀明先生（日本体育大学）の対談を企画しました。加えて今回は、従来の研修会

にはなかった新しい取り組みとして、仮想ケースを用いたロールプレイによる事例検討と集団スーパーヴァイズの疑似体験をするワークショップを開催し、事例検討未経験の方や、サポートケースを持っていない方の理解が深まることを目指しました（なお、当日はご都合が合わずに欠席されましたが、本ワークショップの開催に向けて、部門員の坂中先生および中山先生に多大なご尽力をいただきましたことを記しておきたいと思います）。次年度も、SMT 指導士の資質向上に少しでも貢献できるような研修会の企画を、部門員と協力しながら企画していきたいと考えています。

2023 年度の資格審査部門活動の振り返り

資格審査部門長 秋葉 茂季（国士舘大学）

資格審査部門では、昨年度（2022 年度）の学会大会終了時点から現在のメンバーとなり、本年度も資格取得や更新・移行の審査業務を実施するとともに、学会大会時には新規資格取得を目指す申請者を対象とした、新規資格取得講習会を実施いたしました。また、本年度は規約や手引きの見直しも実施し、学会大会時に開催された全国研修会では冒頭少しだけお時間をいただき、細かい解釈について説明をさせていただきました。ここでは重要な点に絞り改めてご報告したいと思います。

まず、現在の資格審査部門は、昨年度（2022 年度）の学会大会終了時から始まっていますので、昨年度（2022 年度）の途中から現メンバーに移行しております。そのため、現メンバーにて 2022 年度の新規資格取得者と更新・移行から担当しており、2022 年度は 3 名、本年度（2023 年度）は 6 名の新規取得者をお認めしてきました。2024 年 4 月からは、新たに 6 名の方がスポーツメンタルトレーニング指導士としての活動を歩まれます。本年度（2023 年度）の新規取得者講習会のお話を少しさせていただきます。本年度、新規取得に向けて講習会を受講された 6 名の先生方は、すでに実践経

験を積まれている方もおり、講習会の中では実践場面における実際問題について議論もくり交わされていきました。一方で「資格がある意義」や「研鑽のあり方」など、サポート実践の経験やスポーツ心理学の知識を有しているだけでなく、スポーツメンタルトレーニング指導士という資格を冠として、スポーツ心理学会が積み重ねてきた知見（これから積み重ねられていく知見も含めて）をスポーツ現場で活かす（落とし込む）役割をどのように担うかという点では課題を突きつけられたことと思います。これは、もちろん新規取得者だけでなく、我々すでに資格を有している者も含めて全員で考えていかなければならないことになるかと思えます。資格がなくてはできないこと、資格がある意義というのはスポーツメンタルトレーニング指導士の存在自体を考えると同意であると思えます。資格認定は、何を認定しているのか、資格取得や更新に向けた要件を資格の意義に立ち返って考え直す時期に来ているのだと思います。このことについては、研修会などで改めて話題にあげて皆さんと議論できると良いと考えています。

また、この資格の意義や研鑽のあり方は、更新・

移行の手続きにおいても大きく影響していると考えられます。昨年度（2022年度）の資格更新・移行に際しては、多くの更新者が更新の申請をしませんでした。また、猶予申請を提出された方もわずかでした。そのため、特例として、みなさんに通知を行った上で申請期間の延長を行いました。審査過程では、研究業績、研修実績、指導実績において、その内容を満たさないものも記載されているなど不備も多く見られました。その結果、各自と連絡をとり、4月を迎える間際まで更新手続きを行うこととなりました。いまだにこの期間延長についてご指摘を受けることがあります。本来であれば、期限で区切ることはもちろんのこと、申請書類の内容確認などを行わずに審議し判定すべきかと思います（今後はそのように努めます）。私は、このような作業を担当する中で、もしかしたら本来的には資格を必要としていない人もいないのではないかと考えました。対外的に考えて、スポーツメンタルトレーニング指導士は学会認定の資格ですので、資格がなければ働けないということはないと思います。普段、サポート現場でも資格の有無について問われる場面も少ないかもしれません。それでは資格がある意義はどこにあるのでしょうか。あまり批判的な方向に話を進めてもいけませんので、私個人が資格審査の作業を通じて考える資格がある意義について少し思案を述べさせてもらえればと思います。

私個人としては、内向的な意味での「自覚」として資格は重要な手掛かりになるのではないかと感じております。冒頭の話につながりますが、私は本年度（2023年度）の学会大会時に「スポーツ心理学会の学会大会参加」が研修ポイントになる

ということを強調しました。資格審査を担当する中で、これまで資格を作り上げられた先生方が、なぜ学会大会に参加することを特別な研修ポイント（6ポイント）に含めたかということに思いをはせた時、この資格を持ってスポーツ現場に出ている資格取得者がスポーツ心理学会の体现者であり、その資格取得者が現場で受ける評価はスポーツ心理学会の評価そのものなのではないかと考えました。その体现者が学会大会に出ずにスポーツ心理学会の最新の研究動向を把握できていなかったら、現場で知見を生かすことも伝えることもできないだろうと思います。スポーツ心理学会の学術的知見を背景として選手を支えるということが、資格を持つことによって自覚され、独自の考えや感覚だけでサポートすることがなくなる。まさにこれが企業が展開する個人の考えや理論による心理サポートとの大きな違いであるとおもいます。その意味で、資格があるということが学術的背景を自覚することになるのだと思いますし、責任の証にもなり得るのだと思います。実際にはスポーツ精神医学会との連携協定がありますので、スポーツ心理学会だけでなく、スポーツ精神医学会の学術大会参加も研修ポイントになります。このことについては当日説明不足でした、関係者の皆様には大変失礼いたしました。

資格を認定している立場を仰せついている以上、自分が何を認定しているのか、今後このことについてはしっかり考えていきたいと思う次第です。引き続き2024年度もよろしくお願いいたします。

2023年度社会連携部門の振り返り

社会連携部門長 江田 香織（東洋大学）

前任の菅生貴之先生（大阪体育大学）より引き継ぎまして、社会連携部門長を仰せつかりました。社会連携部門では、SMT指導士と社会をつなぐこ

とを主な目的とし、活動しております。地域の状況や要望に応じて活動することがあろうかと考え、各地域でご活躍の先生方に部門員となっていた

き、一緒に活動していただいております。部門員の先生方は下記の通りです。お引き受けいただきました先生方にこの場をお借りしてお礼を申し上げます。

千葉陽子先生（新潟医療福祉大学：前北海道・東北地区／現信越・北陸・東海地区）

山口達也先生（順天堂大学：関東地区）

高井秀明先生（日本体育大学：関東地区）

筒井香先生（株式会社 BorderLeSS：近畿地区）

宇土昌志先生（宮崎大学：九州・沖縄地区）

社会連携部門では主に下記の内容について取り組んでまいりましたので、ご報告させていただきます。

1. 日本スポーツ精神医学会との連携について

社会連携部門では、荒井資格委員長からも記載がありました日本スポーツ精神医学会との連携の実現に向けて動き出すことができました。本件は前社会連携部門において、私自身が部門員として活動していた際に対応すべき件でしたが、なかなか進めることができず、荒井資格委員長および黒川淳一先生（医療法人桜桂会 犬山病院・前社会連携部門員）のお力添えにより、昨年度大きく進め

ることができました。この場をお借りして、お詫びとお礼を申し上げます。今後については、荒井委員長が記載してくださった通り連携させていただくこととなりました。

2. 月刊トレーニング・ジャーナルの連載

月刊トレーニング・ジャーナルに「スポーツにおけるメンタルトレーニング」といったテーマで連載をさせていただいております。SMT 指導士として活動しておられる先生方と一緒に仕事をされた経験のある他領域の専門職の方々とのインタビューとなっております。SMT 指導士として活動されている先生方の実働をお話しいただいておりますので、指導士の活動が社会の中で広がっていき、必要な方にサポートの手が届くことを願っております。

3. サポート依頼の紹介

例年通りではありますが、資格委員会に問い合わせのあった SMT 指導士へのサポート依頼に対して部門員の先生方のお力添えもあり、各地域の先生方をお願いしております。

次年度も引き続き SMT 指導士の活動が社会の中で適切に理解されるよう努めてまいりたいと思います。

IV. 資格取得者の抱負

SMT 資格取得と「これまで」と「これから」

谷木 龍男（東海大学）

私は今年、48 歳の年男です。あと 1 回りで還暦を迎えることが信じられません。

2001 年、24 歳の私は筑波大学大学院に進学しました。学部は同じく筑波大学でしたが、体育学部（体育専門学群）ではなく心理学部（第二学群人間学類心理学専攻）でしたので、スポーツ心理学やアスリートの心理サポートについてはまったくの素人でした。

当時の筑波大学のスポーツ心理学の教員は、吉田茂先生、中込四郎先生、坂入洋右先生の 3 名で、私の指導教員は坂入先生でした。入学前から「博

士を取っても就職はないよ」といろいろな先生に忠告を受けていたこともあってか、そのときの私は競技（空手）を継続することと博士（体育科学）号を取得することをメインに考えており、将来については、博士号取得後・競技引退後に心理学を活かしてアスリートの心理サポートができればいいなと漠然と考えていた気がします。SMT 資格については研究室の先輩の武田さんから「昨年（2000 年）に SMT という資格ができた。新しい資格だけど、これから主流になっていくだろうから早めに取りっておいたほうがいいよ」と助言をもらって

いましたが、23 年を経て、このたび、ようやく SMT 資格を取得しました。

今の私の基礎となっているのは間違いなく大学院で過ごした日々です。坂入先生のご指導の下、自律訓練法 (AT) を習得し、指導者資格 (自律訓練法認定士) も取得しました。AT は一般に広く知られている「重たい」、「温かい」などの標準練習 (リラクセーション) だけでなく黙想練習 (イメージ)、自律性修正法 (自己暗示) など、複数の練習・技法が体系化された心理・生理的治療法です。AT は間違いなく私の血肉となり、心理サポート (MT) のベースとなっています。中込先生からは心理臨床の基礎知識や基本姿勢を学ばせていただき、つくば事例検討会など事例を／から学ぶ機会と場を豊富に提供していただきました。吉田先生は運動学習がご専門ですが、何度も研究室で長時間、親身に話を聴いていただきました。「吉田先生が、最も臨床家っぽい」と院生同士で話し合っていたことをよく覚えています。

競技においては、左右の膝の前十字靭帯断裂と再建手術・リハビリを経て競技復帰し、実業団大会や国体や国際大会などに出場することができました。華々しい結果は残せませんでしたが、ナショナルチームなどのトップアスリートたちと一緒に稽古し、対戦し、交流できたこと、そして競技 (と自分自身) と真摯に向き合えたことは、かけがいのない経験です。競技経験を通じて、スポーツ心理学の教科書や論文の背後にある現場やアスリートや関係者が置かれている現場の質感をありありとイメージすることができるようになった気がしますし、単に対象をスポーツやアスリートとしただけの「心理学」ではない、「スポーツ心理学」という学問の独自性を考えるようにもなりました。

その反面、スポーツの現場にある様々な現実的制約や要因、選手それぞれのパーソナリティや生育歴、親子関係を知るにつれて、それらのディテールを捨象し、平均化し、一つの「真」値に集約する統計手法やその結果に基づく研究の意義や意味がわからなくなりました。最後は、現場と研究の乖離を認識しつつ、研究は研究と割り切ること

で、なんとか博士論文を書き上げ、9 年かかってようやく博士 (体育科学) 号を取得することができました。

大学院の学位授与式において研究科長であった中込先生から修了生全体にいただいた言葉を今でも覚えています。「これからみなさんは社会に出て、仕事をするようになります。仕事には『仕える事』という意味と『事に仕える』という意味の 2 つがあります。みなさんはぜひ『事に仕えてください』」。大学院修了後から 11 年間、清和大学法学部において一般保健体育教員として勤務しました。その間、「保健」についての専門知識を身につけるために、放送大学大学院に入学し修士 (学術) 号を取得しました。また、学生相談室において学生相談を担当し、この経歴が 2022 年の G ルートで公認心理師資格取得につながりました。

ご縁と幸運に恵まれ、2021 年から東海大学体育学部生涯スポーツ学科に勤務しています。この 3 年間は、新しい環境に慣れ、目の前の授業や校務をこなすことで手一杯でしたが、今年度からは残された時間で自分がなすべき事を定めて、一步一步、実現していきたいと思います。現時点では、おおまかな方向性しか決めておりませんが、学内外の先生方と連携しながら、単にスポーツやアスリートを対象とする心理学や心理サポートではない研究や実践を行なっていきたい、また、そのような研究者・実践家が育つ環境を整備していきたいと考えています。今回の SMT 資格取得はそのためのはじめの一歩となりました。今後ともご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

資格取得までの道のりとこれから

飯田 麻紗子（法政大学大学院）

SMT 指導士資格の取得は長らくの夢でしたが、臨床心理士資格の取得を志して大学へ進学したため、“スポーツ科学”や“体育実技”の単位が圧倒的に不足しておりました。そのため、SMT 指導士資格を、高く厚い壁であると認識し、遠く手の届かない存在として一方的に諦めておりました。そのような私が SMT 指導士資格を取得するまでのプロセスについて記したいと思います。

学部在籍次にスポーツ心理学の存在を知り、先行研究を見つけるだけで満足するような日々を送っていました。大学院進学後、現場の経験もない身でありながら、謎めいた希望に満ち溢れていた私は、在籍していた研究室の先生に相談しました。「やっぱり、スポーツ心理学のことが諦めきれません」。今思うと相談ではなく宣言ですが、その先生は私の思いをひたすらに黙って聴いてくださり、そして温かい言葉で私の背中を押してくださいました。そこからは勢いのまま進み、当時法政大学スポーツ健康学部で授業を担当されていた立谷泰久先生（JISS）のお計らいにより、JISS へ入職することになりました。そして JISS 入職後には、現在も現場でご活躍の先生方とのご縁を頂戴し、JISS 退職後も経験値の乏しい私に多くの学びの場を提供していただきました。無事に臨床心理士の資格を取得した後は、一般臨床で現場の経験を重ね、現在は大学生アスリートを対象にカウンセリングを行っております。これを機に SMT 指導士資格取得に踏み切りました。単位不足については、科目等履修生として通信制大学等で単位を取得し、この問題は何とか解消されました。仕事の傍ら授業を受け課題を作成することには苦労しましたが、多くの先生方からご支援いただき、乗り越えることができました。

振り返ると、周りのことはお構いなしに突っ走っており、反省と後悔の念に堪えません。また今日に至るまで、そして今日も「果たしてこれでよい

のか」と自問自答を繰り返す日々です。聴き手である自分が悩み、考え、葛藤することは、一般臨床でもスポーツ臨床でも変わることはなく、そしてこれからも続くものと覚悟しております。これからは有資格者としての自覚、そしてこれまで以上に、あるいはこれまでとは異なる自己研鑽（教育分析・カウンセリング、SV、など）の在り方が必要になると自覚しております。私のように一般臨床出身で、スポーツの現場に身を置くことを諦めている方がいるかもしれません。そのような方々にとって、先述した私の拙い経験が参考になればと思い、本原稿の執筆を引き受けた経緯があります。最近、「臨床心理士の資格を取って、スポーツの現場で働きたい」という相談を受けることが増えました。正直、私が何か特別なことをした訳ではありませんが、諦めの悪い私に手を差し伸べてくださった、大勢の方々のお陰で今の私が在ります。本原稿の執筆にあたり、本来であればお世話になった皆様のお名前を挙げるべきですが、紙幅の都合と私の文章構成力の低さによって叶いませんでしたこと、ご無礼とは存じますがご容赦いただけますと幸いです。そしてそれほどまでに多くの方々、そしてたくさんの貴重なご縁によって今日に至ることができました。記して感謝を申し上げます。

また、令和6年能登半島地震により犠牲となられた方々に心よりお悔み申し上げますとともに、被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。恥ずかしながら、心身を揺るがす大きな出来事によって、学ぶ環境が在ることの有り難みを痛感している次第です。今後も初心と感謝の気持ちを忘れずに精進して参ります。引き続きご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

IV. SMT 指導士実践報告

関東・東京地区の活動報告

平木 貴子（日本大学経済学部）

1. 関東・東京地区での研修の状況

本年度、関東・東京地区でポイント申請を受理した研修会は、2023年8月5日（土）に開催された2023年度スポーツメンタルトレーニング（SMT）指導士関東地区研修会の1件でした。この関東地区研修会は国立スポーツ科学センターの立谷泰久先生を中心とした先生方が企画・運営され、毎年これから資格取得を目指す大学生・大学院生の方々も多く参加なさっております。事例検討などにおいてもグループ討議を取り入れ、サポート経験が少ない方々でも積極的に議論に参加できるような工夫がなされています。

2. 2023年度 SMT 関東地区研修会について（開催報告書より引用・一部加筆）

この研修会は『国内外のトップアスリートに対する心理サポートの実態と事例から学ぶ』というテーマで、対面とZoomを用いたハイブリッドで実施されました。内容は以下の通りです。

- ①セッション1：「Pressure, Mindfulness and the Olympic games. Lessons from Tokyo 2020」（講師 Dr. Peter Haberl Senior sport psychologist of the United States Olympic and Paralympic Committee）
- ②セッション2：「ACT（Acceptance and Commitment Training） and the Olympic athlete」（講師 セッション1と同じ）
- ③セッション3：「トップアスリートの心理的な課題から事例を検討する」
 - 1) 話題提供「JISS 心理グループの過去20年間における個別心理サポートの実態調査および事例の検討」（話題提供：高橋由衣 国立スポーツ科学センター心理グループ）
 - 2) グループワーク：トップアスリートの個

別心理サポートの仮想事例の提示後、グループで、見立て・今後の方針を検討

3) 見立て・今後の方針についてグループ毎の発表

4) Dr. Peter Haberl によるコメント、および質疑応答・全体総括

例年に比べ、ハイブリット開催ということもあり、関東・東京地区に拠点を置く参加者だけでなく、全国各地からの参加がありました（上級指導士4名、指導士19名、資格未取得者33名参加）。午前中のセッションでは、マインドフルネスを用いたアメリカチームに対する心理サポートやワークショップを通して、マインドフルネスがアスリートの競技力向上だけでなく幅広い場面で活用できることを学ぶ機会となりました。午後のグループ討議では、参加者間の活発な議論がなされ、討議後には Dr. Peter Haberl から具体的なサポート方法についてコメントをいただきました。受講者の事後レポートには「様々な対応策を学ぶことができた」や「1つの事象を、柔軟に多角的に捉える重要性を感じた」などの内容があり、個別サポートを進めるうえで学びの多い機会になったようでした。

3. 2023年度を振り返って

関東・東京地区のスポーツメンタルトレーニング（SMT）指導士の資格取得者は71名（2023年8月時点）と、他の地区に比べ多く登録されています。しかしながら、2023年度の関東・東京地区の部門員としての活動はそれほど多くはありません。本来ですと、学会大会時に開催される全国研修会の運営以外に、資格取得者の皆さまが企画される研修会のポイント・補助金申請の窓口や、地区で行われている各種研鑽活動の情報収集・交換・運営補助などが地区の部門員として役割になります。

す。上記で紹介したような単発型の研修会だけでなく、皆さまが日々研鑽なさっている事例検討会やグループスーパーヴァイズなども基準や条件を満たせば、ポイントを付与することができます。ポイント付与の基準は学会ホームページにござい

ますので、確認いただき、ご活用いただければ幸いです。また、それらの開催に向けたお手伝いが必要な場合は、是非ご相談ください。関東・東京地区の皆さまが、互いに研鑽の場が広げられるよう情報収集も続けていければと思います。

信越・北陸・東海地区の活動報告

村山 孝之（金沢大学）

R5年度の研修に関わる活動として、主に以下の2つの活動についてご報告いたします。

1. SMT 指導士研修会（関西地区との共催）

関西地区との共催により、大阪にて以下の研修会を開催しました。

研修会テーマ：「つながり・人と人・こことからだ」
期日：2023年11月18日（土）～19日@大阪商業大学梅田サテライトオフィス
内容：分科会…Ⅰ自律訓練法（菅生貴之）、Ⅱコミュニケーション（福井邦宗）
事例検討会・・・事例提供（浅野友之）
基礎講習会・・・メンタルトレーニングの基礎を学ぶ（藪中佑樹）
レクチャー・・・アスリートの自律性を高める「つながり」（直井愛里）

2. 指導者との協働を目的とした研修会（北陸地区での開催）

主に北陸地区において、以下の研修会を開催しました。今回で二回目の開催であり、一回目はR4年度に実施しております（講師：村山、門岡）。この研修会は、SMT指導士が互いに研鑽するとともに、指導者の皆様と一緒に良い指導や支援のあり方を検討することを目的とした研修会です。

まず、「指導士同士の協働」は地域での支援において重要であり、指導士同士が互いの支援の特徴を共有できていれば、対象やニーズを踏まえた効果的な支援にあたることができます。また、言うまでもなく「指

導者とSMT指導士の協働」も重要であり、互いに協働しようにも、その前段階として、そもそも指導者とSMT指導士が互いにどんな知識、スキル、経験、課題をもっているか、その事自体を共有できていなければ、協働を円滑に進めることができません。そこで、SMT指導士からは専門的知識・情報と現場での具体的な活用方法、ならびに課題を提供し、指導者の皆様からは指導時の信念や指導上の具体的な課題を提供していただき、それらを同じテーブルの上に並べて共有する機会をつくろうと、二年前からこのような講座を開催しております。

村山をはじめ、門岡晋先生（金沢星稜大学）、平真由子先生（金沢工業大学）、熊谷史佳先生（金沢美術工芸大学）で協力して開催しており、2024年3月には三回目の研修会を開催する予定で準備を進めております。私自身も、他の指導士や現場の指導者の方々から新たな視点をいただくことが多く、刀を錆びつかせないためになくはならない研修会となっております。もともとは、北陸地域の指導者の皆様とスポーツ指導の課題を一緒に考えていく機会にしたいという考えから小規模で開催してきましたが、課題の規模や協働の規模に合わせて、信越エリアや東海エリアの皆様、ならびに他の地区の皆様と一緒に支援と指導の研鑽ができる研修会になればと考えております。

研修会テーマ：「指導者のためのスポーツ心理学講座～指導の常識をアップデート～（第二回）」

期日：2023年8月1日（火）17:30～20:00@金沢工業大学チャレンジラボ、オンライン

内容：セッション1：前回研修会の振り返り（第一回

の講師、村山・門岡担当)

セッション2:「選手の自主性を高めるチームづ

くり」(熊谷史佳)

セッション3:総合ディスカッション

中国・四国地区の活動報告

坂中 尚哉 (香川大学)

私自身、2023年度より資格委員会部門員（中国・四国）を担当させていただいております。どうぞよろしくお願いいたします。

これまで中国・四国地区では、武田守弘先生（広島文化学園大学）や崔回淑先生（大阪経済大学）方々を中心に年1回の指導士会の研修・運営がなされておりました。2021年度は新型コロナウイルスの感染拡大を受け、中止となり、2022年度は、九州・沖縄支部の指導士会に加えていただき、2023年3月4日に久留米大学での研修会が開催されました。その折、宇土昌志先生（宮崎大学）による「スポーツメンタルトレーニング・サポートの基礎の基礎」をテーマにレクチャーいただきました。あいにく今年度は、中国・四国地区での研修会を開催するには至っておりません。

さて、第18号（2021）のSMTニュースレターを参照しますと、前部門員の崔先生より「中国・四国地区の部門員としての問題提議」として大変示唆深い指摘がなされています。とりわけ、中国・四国地区では、トップアスリートの心理サポート機会は少ないものの、ジュニア年代から大人まで多様な競技レベルのアスリートに対して心理サポートの実践が行われていることを踏まえ、その中で「(指導士自身が)スキル提供だけのやり方に限界を感じたり、今の関わり方にどこか違和感を覚え、自身の取り組みを見直すきっかけを求める声」や「事例検討への期待」が指導士内からあることが記述されています。当地区の指導士の方々が自己の心理サポート活動を適切に振り返り、自身の専門性を深めることが大切であるとの認識に至る基本姿勢を有していることはとても心強い限りです。

現在私自身、臨床心理士・公認心理師養成大学

院において臨床教育に従事していることもあり、SMTや臨床心理士などの専門的資格取得を目指す大学院生、また資格取得者の継続的なスーパーヴィジョン及び心理サポート事例（個別・集団）の事例検討（ケースカンファレンス）への参加、自身のサポート事例の提供といった自身の専門性を深める営みは必須であると考えています。将来、SMTを目指す大学院生や初学者においては、2023年度SMT全国研修会プログラムに導入した内容になりますが、サポート事例の経験を身近に感じるためにもSMT役-クライアント役によるロールプレイ体験をお勧めいたします。

最後になりますが、2023年度現在、中国・四国地区のSMT資格取得者は、名誉指導士1名、上級指導士3名、指導士11名の計15名となっております。私自身、2020年度に香川大学へ赴任したのを機に関西から四国地区へ移動させていただきました。関東や関西地区とは異なり、規模感是小さくなりますが、地方ならではの強みを活かし、当地区の研修内容などを考えていきたいと思えます。

V. 事務局からのお知らせ

(1) **有資格者数**: 令和 6 年 3 月末現在で資格が有効な指導士は 160 名 (名誉指導士 23 名、上級指導士 32 名、指導士 105 名)。令和 5 年度に資格を移行・更新された方は以下のとおりです (敬称略)。

- ・ 名誉指導士: 該当者なし
- ・ 上級指導士更新: 黒川淳一、高井秀明、永田直也 (以上 3 名)
- ・ 上級指導士への移行: 筒井香 (以上 1 名)
- ・ 指導士更新: 畝中智志、桐林宏光、國部雅大、坂入洋右、佐久間智央、佐々木史之、實宝希祥、下園博信、永尾雄一、中山亜未、西貝雅裕、西野明、野崎真代、東亜弓、水崎佑毅、吉原啓 (以上 16 名)

(2) 令和 5 年度事業報告

令和 5 年度の資格委員会に関わる事業は表 1 のように実施されました。

表 1 令和 5 年度 資格委員会事業報告

	事務局	資格委員会
令和5年4月	申請書類の受付 (4月~6月末)	
5月		
6月	書類の受付締切 (末日)	第 1 回資格委員会: 研修会・講習会の計画
7月	申請書類のチェック 資格委員会開催の案内	
8月	書類審査結果の通知	
9月		資格取得講習会、SMT指導士全国研修会 (令和5年9月29日)
10月		
11月	資格更新・移行手続きの受付 (11月~12月末)	
12月	最終審査の案内 (新規資格取得者)	第 2 回・第 3 回資格委員会
令和6年1月	資格更新・移行書類のチェック	
2月		
3月	最終審査料の謝金支払い, 合格通知, 資格認定者の名簿作成, 認定書の作成 (更新者含む)	第 4 回資格委員会: 新規申請者の最終合否判定, 更新・移行の合否判定, 収支中間報告

(3) 令和 5 年度スポーツメンタルトレーニング指導士研修会・資格取得講習会プログラム

①指導士研修会

日 時: 令和 5 年 9 月 29 日 (金) 10:15 ~ 16:15 (受付: 9:45 ~)

会 場: 東京大学駒場キャンパス KOMCEE East 011、212、213

参 加 費: a. 資格取得者: 3,000 円 b. 一般学会員: 5,000 円 c. 大学院生: 4,000 円

参加者数: 176 名

研修内容:

9:45 ~ 受付

10:30 ~ 11:45 研修 1 講演「イメージの構造・機能・個人差」

司会: 村山 孝之 (金沢大学)

発 表 者: 菱谷 晋介 (北海道大学)

13:30 ~ 16:30 研修 2 事例検討会

司会: 奥野 真由 (久留米大学)

発 表 者: 本郷 由貴 (日本体育大学)

指定討論者: 浅野 憲一 (目白大学)

指定討論者: 江田 香織 (東洋大学)

13:30 ~ 15:00 研修 3 レクチャー「SMT 指導士としての立ち位置の再考」

司会：伊藤 英之（國學院大學）

話題提供者：山口 達也（順天堂大学）

話題提供者：高井 秀明（日本体育大学）

15：15 ～ 16：45 研修 4 運動部選手を主題としたロールプレイによる事例検討
—対人援助職としての SMT 指導士の基本姿勢を学ぶ—

司会：菅生 貴之（大阪体育大学）

話題提供者：大阪体育大学の院生のみなさん

16：45 ～ 17：00 閉会式 受講証明書配布

②指導士資格取得講習会

日 時：令和 5 年 9 月 29 日（金）10：00 ～ 16：00

会 場：東京大学駒場キャンパス KOMCEE West 301

令和 5 年 6 月末までに資格委員会事務局に所定の申請書類を提出し、書類審査に合格した 6 名が受講。

【プログラム】

10：00 ～ 10：10 資格委員会委員長による挨拶

荒井 弘和（法政大学、資格委員会 委員長）

I. 10：10 ～ 11：00 資格と責務

講師：筒井 清次郎（東海学園大学、日本スポーツ心理学会 会長）

II. 11：10 ～ 12：00 SMT 指導士の社会連携における、情報発信の際の注意点

講師：江田 香織（東洋大学、資格委員会 社会連携部門長）

III. 13：00 ～ 13：50 対象者の特性・特徴を考えたサポートの重要性

講師：荒井 弘和（法政大学、資格委員会 委員長）

IV. 14：00 ～ 14：50 自己研鑽の意義と資質向上の機会

講師：内田 若希（九州大学、資格委員会 資質向上部門長）

V. 15：00 ～ 15：50 新規資格取得と更新・移行

講師：秋葉 茂季（国士舘大学、資格委員会 資格審査部門長）

15：50 ～ 16：00 諸連絡

（4）資格更新・移行

資格の有効期限が令和 7（西暦 2025）年 3 月 31 日までの方の更新・移行手続き期間は令和 6 年 11 月～12 月末日までです。個々に連絡はしていませんので有効期限を必ずご確認ください。なお、資格更新・移行の審査料は不要です。手引き、規約等の文書や資格新規取得 WEB サイトに関する説明書等は HP に掲載されています。ダウンロードをしてご利用ください。

- ・申請には必要な研修ポイントが定められており、それを証明する証明書や領収書等のコピーの提出が求められます。研修会・学会等に参加されたときには各種証明書を受け取り、保管しておいてください。

（6）その他

令和 2 年度より、情報の一元管理を図るため、日本スポーツ心理学会の会員名簿と SMT 指導士名簿の情報を統合することになりました。ご所属先、ご住所、連絡先等を変更された方は学会 HP の「会員登録変更受付」より学会事務局までご連絡ください。

(7) 令和5年度事業計画

本年度の資格委員会に関わる事業は表2のように計画されています。

表2 令和6年度 資格委員会事業計画（案）

	事務局	資格委員会
令和6年4月	申請書類の受付（4月～6月末）	
5月		
6月	書類の受付締切（末日）	
7月	申請書類のチェック 資格委員会開催の案内	第1回資格委員会：申請書類審査、研修会・講習会の計画、前年度収支決算
8月	書類審査結果の通知	
9月		第2回資格委員会 資格取得講習会、SM T指導士全国研修会 ※学会大会に合わせて実施（令和6年9月27日予定）
10月		
11月	資格更新・移行手続きの受付（11月～12月末）	
12月	最終審査の案内（新規資格取得者）	
令和7年1月	資格更新・移行書類のチェック	
2月		
3月	最終審査料の謝金支払い、合格通知、資格認定者の名簿作成、認定書の作成（更新者含む）	第3回資格委員会：新規申請者の最終合否判定、更新・移行の合否判定、収支中間報告

令和5年度 決算報告

令和4年度スポーツメンタルトレーニング指導士資格委員会収支決算報告

一般会計

収入		
1. 新規資格	認定審査料 3名(各10,000)	30,000
	講習会受講料 3名(各5,000)	15,000
	最終審査料 3名(各5,000)	15,000
	登録料 3名(各30,000)	90,000
	計	150,000
2. 更新登録料	移行・更新1回目 17名(各30,000)	510,000
	更新 9名(各10,000)	90,000
	計	600,000
3. 指導士研修会参加費(11月23日)	資格取得者 90名(3,000)	270,000
	大学院生 38名(4,000)	152,000
	一般 34名(5,000)	170,000
	計	592,000
5. 教本印税		176,599
6. 利子		10
収入小計		1,518,609
前年度繰り越し金		2,333,518
収入合計(A)		3,852,127

支出		
1. 資格認定委員会 旅費及び会議費 ※オンライン開催のため支出無し		0
2. 指導士会研修会 地区研修会開催補助金		300,000
3. 資格取得講習会 講師謝金、運営経費		100,000
4. 最終審査謝金 3名分(各5,000)		15,330
5. SMT指導士全国研修会 講師謝金、会場使用料、運営経費 他		676,805
6. ニュースレター 印刷代 他		83,765
7. 認定認定証 作製費 他 38名分（再発行3名含む）		75,570
8. 事務局経費(人件費、HP作成費用、郵送料、冊子印刷代 他)		489,201
9. 記念事業準備金		0
10. 20周年記念事業冊子印刷代		914,430
11. 事業費(統合ワーキング、部門活動 他)		50,000
12. 調査活動費(東京2020サポート体制構築調査活動費)		0
支出小計(B)		2,705,101
次年度繰越金(A)－(B)		1,147,026
支出合計		3,852,127

特別会計：記念事業準備金

前年度残高	1,600,000
貯金利息	3,521
残高	1,603,521

〈会計監査報告〉

スポーツ心理学会資格委員会の会計監査を行い、領収書等のすべての会計書類を照合した結果、決算報告通り、相違ないことを認めます。

令和5年9月27日

監査 武田大輔 (印)

監査 菅生貴之 (印)

編集後記

今回より、スポーツメンタルトレーニング指導士のニュースレターの編集を担当させていただくことになりました。今回原稿をお寄せいただきました皆様には、早くから原稿をお願いしておりましたが、不慣れなこともあり、皆様のお手元に届くまで時間がかかってしまいましたこと、心よりお詫び申し上げます。ご執筆くださった先生方、本当にありがとうございました。

本号では、新たに資格を取得された先生のご紹介や、地域での活動などをお伝えしております。私自身初めてのことで、ご執筆いただいた先生方にはご不便をおかけすることもあったかと思いますが、快くご寄稿くださった先生方に感謝申し上げます。

今後は皆様のご意見をお聞きしながら、本ニュースレターも有意義な物になるよう、試行錯誤していきたいと思っておりますので、ご意見やご感想がありましたら、ぜひお聞かせください。

(江田香織)

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

ニュースレター 第 21 号
2024 年 (令和 6 年) 7 月 発行

編集・発行

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資格委員会

事務局

〒102-8160 東京都千代田区富士見 2-17-1

法政大学文学部心理学科スポーツ心理学研究室 (荒井弘和)

E-mail : jssp_mtcs@yahoo.co.jp

郵便振替口座

口座番号 00800-8-120103

口座名称 日本スポーツ心理学会資格認定委員会
