

# 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<sup>1)</sup>

野栗立成\*・川田裕次郎\*・\*\*・山口慎史\*\*\*・  
広沢正孝\*・\*\*・柴田展人\*・\*\*・\*\*\*

## Teammates' Support Behavior toward Japanese Baseball Players with Yips

Ryusei NOGURI\*, Yujiro KAWATA\*・\*\*, Shinji YAMAGUCHI\*\*\*,  
Masataka HIROSAWA\*・\*\* and Nobuto SHIBATA\*・\*\*,\*\*\*

Yips is a long-term movement disorder consisting of fitful involuntary movements that occur in elaborate-skill-demanded motor behavior. Japanese baseball players have physical symptoms (i.e., sense of wrist being locked) and psychological symptoms (i.e., negative thinking) due to the onset of yips. Although, clinical psychological approaches with the goal of declining yips symptoms, improvement methods that can be easily carried out by on-site coaches and teammates have not been clarified. In order to establish easy-carrying improvement methods, the actual condition of yips player's surroundings should be clarified, but in fact, how yips players are supported by coaches and teammates also not yet been clarified. Thus, the purpose of this study was clarifying the actual supports that yips baseball player received from their teammates using qualitative study method. Result showed that teammates of yips baseball players do "Technical guidance," "Acceptance for yips symptoms," "Introduction of professional," "Proposal of practice menu," "Support for acceptance of yips symptoms." These supports correspond the concepts of social support.

**key words:** baseball, yips, social support, teammate

---

<sup>1)</sup> 全著者において、日本応用心理学会の投稿規程の基準による利益相反はありません。

\* 順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科

Graduate School of Health and Sports Science, Juntendo University, 1-1 Hiraka-gakuendai, inzai-shi, Chiba 270-1695, Japan.

\*\* 順天堂大学スポーツ健康科学部

Faculty of Health and Sports Science, Juntendo University, 1-1 Hiraka-gakuendai, inzai-shi, Chiba 270-1695, Japan.

\*\*\* 順天堂大学スポーツ健康医学研究所

Institute Health and Sports Science & Medicine, Juntendo University, 1-1 Hiraka-gakuendai, inzai-shi, Chiba 270-1695, Japan.

## 問題と目的

イップス (Yips) は、「精緻で、制御され、技術の求められる運動行動の実行過程において生じる不随意運動から成る長期間の運動障害」と定義されている (McDaniel, Cummings & Shain, 1989)。これまでに、クリケットやダーツ、卓球、ゴルフなどのスポーツにおいて、イップスを発症した選手の存在が報告されている (Bawden & Maynard, 2001; Roberts, Rotherham, Maynard, Thomas & Woodman, 2013; Asahi, Taira, Ikeda, Yamamoto & Sato, 2017)。ゴルファーがイップスを発症してしまうことで「パッティングをする際に、クラブを持つ手が細かく震えてしまうこと」や「パットをする前とパットの間、身体に緊張と窮屈な感覚がする」などの症状が現れる (Smith, Alder, Crews, Wharen, Laskowski, Barnes & Kaufman, 2003)。

さらに近年、野球選手を対象とした事例の報告が増えている (Aida, Kawata, Kaneko & Hirose, 2016; Kaneko et al., 2017)。Aida et al (2016) は、野球選手に発生するイップス症状として、身体的症状(手首がロックする感覚、ボールが抜けるなど)と心理的症状(苦手意識、ミスしたらいけないなど)を報告している。このようなイップス症状の発症要因には、「失敗に対する不安」などの内的要因と、「指導者からのプレッシャー」などの外的要因があり (Kaneko et al, 2017), これらが組み合わさって生じる可能性も指摘されている (向, 2016)。

イップスの改善を目指したアプローチとして、臨床心理学的アプローチによる介入が報告されている。岩田・長谷川(1981)は、近距離のスローイングができなかったイップス野球選手を対象に、自律訓練法と動作訓練、カウンセリングを行うことにより、イップス野球選手の予期不安と心理的緊張の低減に効果があったことを報告した。

一方で、相談機関を訪れることなくイップス症状に苦しんでいる選手の存在も報告されている (向, 2016)。加えて、イップスを発症したことにより競技の引退に追い込まれた野球選手も報告されている (中込, 2006)。そのため、現場の野球指導者やイップス野球選手を取り巻くチームメイトが実行可能な改善方法を検討していく必要があると思われる。

今後、イップス野球選手に対して、簡易に用いるこ

とのできる対処方法や環境調整を含む支援方法を模索していくことは、野球現場における重要課題となっている。その第一歩として、イップス野球選手を取り巻く周囲の選手(チームメイトなど)が、現状どのようなサポートを行なっているのかを把握する必要があると考えられる。

特にイップス症状が報告されているスポーツの中で野球競技は集団種目に該当する。そのため、競技を行う上でチームメイトとの関わりが重要になり、選手が競技上で悩んだ際はサポートが自然に発生することが考えられる。

以上のことから、どのようなサポートがすでに行われているのか、どのようなサポートが行われていないのかを把握することは、現場における今後の対応方法の確立の基礎的な資料になると言える。

イップス野球選手を取り巻く周囲の選手からのサポートは、「ソーシャルサポート」と考えられる。ソーシャルサポート (Social Support) は、「ある人を取り巻く重要な他者(家族、友人、同僚、専門家など)から得られる様々な形の援助」と定義されている (久田, 1987)。ソーシャルサポートには、個人を取りまく支援環境の作用である「機能的側面」と、それを伝達するため個人の有するネットワークの形態である「構造的側面」の2つの側面が存在する (小林, 1997)。例えば、機能的側面としては、具体的なサポート内容やソーシャルサポートによる効果そのものが該当する。構造的側面としては、ソーシャルサポート授受に関わる人数やソーシャル・ネットワークそのものが該当する。ソーシャルサポートに関する研究は、これらの2つの側面から行われてきている (星・桜井, 2012)。

ソーシャルサポートにおける「機能的側面」に関して、House(1981)は、サポート内容を「道具的サポート」「情緒的サポート」「情動的サポート」「評価的サポート」の4つのカテゴリーに分類している。「道具的サポート」とは「被支援者の問題解決や、対処に役立つ情報や知識の提供」である。「情緒的サポート」は、「被支援者の自己評価が高まるような共感や激励」とされている。「情動的サポート」は、「困難対処の為の重要な情報の提供」である。「評価的サポート」は、「考えや行動を認める被支援者の自己評価のための情報の提供」とされている。

イップス野球選手のチームメイトが実際に実施し

たソーシャルサポートを明らかにすることで、イップス野球選手に対する改善方法や支援方法を提案する一助となると考えられる。また House (1981) の分類する 4 つのソーシャルサポートのカテゴリーから考察することで、どの領域にサポートが集中しているかが明らかとなる。

以上のことから、本研究では、チームメイトがイップス野球選手へ行なったサポートの内容を明らかにすることを目的とした。

## 方 法

### 対象者

過去 4 年以内に大学の競技志向の硬式野球部に所属していて、野球競技経験 10 年以上の男性 42 名(投手 17 名, 捕手 1 名, 内野手 18 名, 外野手 6 名, 学生コーチ 3 名, 平均年齢 21.5 歳 ± 1.59 歳, 平均競技歴 13.3 年 ± 2.23 年)を対象とし、インターネットサーブスを用いた質問紙調査を行った。

### 手続き

本研究の調査協力者には、筆頭著者がフォームドコンセントを行ない、研究の趣旨、研究発表の際の匿名性を説明した。その後、筆頭著者は、得られたデータは研究以外で使用しないこと、何らかの理由により調査協力者が調査を拒否または離脱しても、不利益を被ることはないことを説明した。本研究は、順天堂大学大学院倫理審査委員会の承認の下に実施された(承認番号：順大院ス倫第 31-8 号)。

### 調査内容

質問紙の内容は、①個人属性(性別、年齢、ポジションなど)及び、②イップス野球選手に対するサポート内容であった。イップス野球選手に対するサポート内容は、対象者の過去のチームメイトにイップス野球選手がいた場合、「イップス野球選手へどのようなサポートを行いましたか」という質問に対して自由記述で回答を求めた。

なお、イップスを有しているか否かの判断基準は、事前にイップスの定義 (McDaniel et al, 1989) を調査対象者に確認してもらい、同じチームに所属する選手がイップスの定義に当てはまる状態を有しているか否かとした。

### 分析方法

自由記述で得たサポート内容の分類には、KJ 法(川喜田, 1995)を用いた。具体的には、調査内容に

対する対象者の回答を精読した後、意味のあるまとまりごとの「意味単位」に切片化し、その内容を端的に表す「カテゴリー名」をつけ、サポート内容の分類を行った。

質的分析法では、分析者の主観によるバイアスが反映されてしまうことが指摘されている(近藤, 2005)。そこで、調査者のトライアンギュレーションを実施し、分析結果の信頼性を確認した。トライアンギュレーションとは、1 つの現象に関する研究の中で、研究方法、データ収集方法、調査者が異なっているものを組み合わせる方法である(Flick, 2007)。その中でも調査者のトライアンギュレーションとは、研究者の価値観や経験等から生じるバイアスを回避し、研究の質を担保するため、多様な領域の複数の研究者、調査者が研究に参加する手法である。

本研究では、スポーツ心理学を専門としている大学教員 1 名、野球競技歴 10 年以上でスポーツ心理学を専攻している大学院生 1 名、野球の競技経験がなく、体育科教育学を専攻する大学院生 2 名で分析を行った。

KJ 法(川喜田, 1995)では、分析に関わる研究者全員が完全に合意するまでカテゴリーの検討・編集を繰り返し行なうことで分析結果の信頼性を担保した。

## 結 果

### チームメイトがイップス野球選手へ行うサポートの把握

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。ポジションの内訳は、投手：8 名、捕手：1 名、内野手：8 名、外野手：3 名、学生コーチ：1 名であった。

チームメイトがイップス野球選手に行ったサポート内容を抽出した結果、28 個の意味単位が得られた。

これらのサポート内容を KJ 法(川喜田, 1995)により分析した結果、フォーム修正のアドバイスなどの「技術指導」、悪送球が来ても認めたなどの「イップス症状に対する容認」、肩専門の医師を紹介などの「専門家の紹介」、捕ってから素早く投げる練習などの「練習メニューの提案」、イップスであることを認

Table 1 イップス選手へ行なったサポート

カテゴリー名	意味単位	具体的な回答内容
技術指導	・フォーム修正のアドバイス (7)	キャッチボールをして肘の位置などを確認した。など
	・身体の使い方のアドバイス (2)	投げ方の指導や身体の使い方のアドバイス。など
	・投球動作のできている部分を褒めた (1)	パフォーマンスできなくなった選手の投球動作と一緒に見ていいところを見つけた。
イップス症状に対する容認	・悪送球が来ても認めた (4)	悪送球を投げてもいいと言った。など
	・全力で投げられるよう捕り手側の意識を高めた (2)	どんなボールでも文句を言わない。など
	・思い切りプレーさせた (2)	本人が一番気にしていると思うので、自分らはなるべく大きく取り上げないようにした。思い切ってプレーできるように声掛けをした。など
	・悪送球を投げてもいいと伝えた (1)	投げられるようになるようみんなで声掛けや投球動作の指導をし、なるべく投げられなくてもそれを取る側がカバーをした。
専門家の紹介	・肩の可動域を広げるトレーニングと一緒に通う (1)	可動域を広げるトレーニングと一緒に通った。
	・肩専門の医師を紹介 (1)	肩専門の先生を紹介した。
練習メニューの提案	・ネットスロー (5)	投球相手がない状態のネットスロー。など
	・捕ってから素早く投げる練習 (1)	取ってから間隔を開けず (考える時間をなくすように) 送球する練習。
イップス症状の受容支援	・イップスであることを認識させた (1)	イップスであることを認識させた。

注：( ) 内は意味内容の個数を示している。

識させるなどの「イップス症状の受容支援」、以上の5つのカテゴリーに分類された (Table 1)。

## 考 察

調査協力者42名のうち、同じチーム内でイップス野球選手に遭遇した選手は35名であったが、実際にサポート行動を行った選手は35名中21名 (イップス選手遭遇者の60%) であった。

野栗・川田・松崎・広沢・柴田(2018)は、チームメイトがイップス野球選手へ行なうサポート行動の阻害要因に関して、「支援のための情報不足」「当事者責任という信念」「イップスへのサポートの軽視」「当人のサポート不要の認知」「他者からのサポートの認知」「過去のサポートでの悪化事例の経験」「自分のイップス症状」の7要因を報告した。本研究においても、イップス野球選手に遭遇しながらもサポート行動を起こせなかった選手には、これらの阻害要因が作用した可能性がある。

チームメイトがイップス野球選手に行うサポート内容を明らかにした結果、「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」のサポートが行われることが明らかとなった。また、全28個のサポートのうち、「技術指導」では10個、「イップス症状に対する容認」では9個のサポートが示され、「技術指導」および「イップス症状に対する容認」のサポートが多く現れた。

「技術指導」は、イップス症状の改善に向けた練習や投球動作のサポートである。「イップス症状に対する容認」は、イップス症状の特徴である悪送球を非難しないなど、イップスという問題に対して寛大な態度をとることである。「専門家の紹介」と「練習メニューの提案」は、イップス症状を改善させるための情報を伝えることである。「イップス症状の受容支援」は、イップス野球選手本人にイップスであることを受容するように促すことである。

本研究で示されたそれぞれのサポートの違いを検討すると、「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」の各サポートにはチームメイトの着眼点から以下のような違いがあると考えられる。

「技術指導」は、チームメイトがイップス野球選手

の投球動作に着目して、その動作を修正しようとするサポートである。「イップス症状に対する容認」は、イップス症状に困惑しているイップス野球選手の心情に注目して選手の心情に配慮している様子が見られる。「専門家の紹介」はイップス症状の根本的な解決は専門家に任せるものの、イップス野球選手の有するイップスの情報や知識に注目してイップス症状が改善することを目指して情報を提供するサポートである。「練習メニューの提案」は、イップス野球選手の練習方法に着目し、コントロールを改善できる練習方法を提供することである。「イップス症状の受容支援」では、イップス野球選手が自身のイップス症状を把握する必要があるという考えのもとに、イップス野球選手のイップスとの向き合い方に注目し、イップスを自覚するよう促し、イップス症状と向き合えるような心構えができるように支援している。これにより早期にイップス野球選手本人が改善の手立てを模索できるように支援しているのかもしれない。このようにサポートごとにチームメイトが着目する観点で違いがあると考えられる。

これまでに、イップス野球選手のチームメイトを対象に、実際に実施しているソーシャルサポートの内容を明らかにした研究報告は筆者らの知る限り見当たらない。そのため、本研究による新たな知見として、イップス野球選手のチームメイトが実際に実施しているソーシャルサポートの内容が明らかとなった。

これらのソーシャルサポートがイップス症状に特有に行われるソーシャルサポートであるか否かという視点を検討してみると、特に「イップス症状に対する容認」と「イップス症状の受容支援」は、野球選手のイップス発症に伴い特徴的に実行されるものと考えられる。野球選手はイップスを発症することにより、投・送球パフォーマンスが著しく不安定になる(Aida et al., 2016)ため、「イップス」症状に対する容認」および「イップス症状の受容支援」といったサポートを通して、特徴的な悪送球に対して寛容さを示してイップス野球選手の情緒面に配慮していると考えられる。

一方で、「技術指導」「専門家の紹介」「練習メニューの提案」は、本研究の結果のみでは、イップス症状を有する者に特有に行われるソーシャルサポートと断定することはできない。しかし、「技術指導」「専門家

の紹介」「練習メニューの提案」は、少なくとも、チームメイトがイップス症状に気づいたことにより行われたことは確かであろう。

一般的に、ソーシャルサポートが提供される際には、ソーシャルサポートを受ける側が何らかの苦痛(distress)を経験しており、積極的にサポートを求めるか、あるいは苦痛を表明するなどによって、ソーシャルサポートを提供する側がサポートすることのニーズに気づくことが必要となる(Iida, Seidman, Shrout, Fujita & Bolger, 2008)。本研究で得られた回答は、イップス野球選手からの自己開示や投・送球の乱れといったイップス症状に気づいているチームメイトによって行われたソーシャルサポートである。特に、「技術指導」「練習メニューの提案」は、イップス発症により極端に乱れてしまった投・送球を、技術的アプローチから修正するためのチームメイトの意図から生じたものと考えられる。また、「専門家の紹介」は、チームメイトのイップス症状改善の知識が不十分であることから、イップス症状が少しでも改善する手がかりを得るために専門家を紹介したと考えられる。

本研究によって抽出されたイップス野球選手のチームメイトによるサポート内容は、House (1981)が提唱する4つのソーシャルサポートの観点からみるとそれぞれが対応していた。

具体的には、「技術指導」と「練習メニューの提案」は「道具的サポート」に、「イップス症状の容認」は「情緒的サポート」に該当し、いずれも比較的实施しやすいサポートであることが判明した。「専門家の紹介」と「練習メニューの提案」は「情動的サポート」に、「イップス症状の受容支援」は「評価的サポート」に該当していた。

さらに本研究により示されたサポートのうち、「道具的サポート」および「情緒的サポート」が多く示された。これらは、野球での経験と一定の社会的スキルがあるアスリートであれば、比較的、利用しやすいサポートと考えられる。そのため、他のサポートよりも多く報告されたのかもしれない。

特に、情動的サポートでは「練習メニューの提案」や「専門家の紹介」が示された。しかし、現場の選手が実行可能な改善方法が明らかになっていないため、本研究で抽出された情動的サポートは競技現場の選手の経験則によるものと考えられる。そのため、

実際にこれらのサポートがイップス症状の軽減に有効であるのかは不明である。

これらのことから、チームメイトがイップス野球選手に対して、「道具的サポート」「情緒的サポート」「情動的サポート」「評価的サポート」といった方法の異なるサポートを行っている実態が明らかとなった。

## 結 論

本研究では、イップス野球選手のチームメイトが「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」といったサポートを行っていることが明らかとなった。さらにこれらは、ソーシャルサポートの4類型(「道具的サポート」「情緒的サポート」「情動的サポート」「評価的サポート」)に該当することが明らかとなった。

## 研究の限界と今後の課題

本研究の知見を理解するには、次の点を考慮する必要がある。まず、選手の競技意欲や所属するチームの競技レベルにより実施されるサポートが異なる可能性がある。例えば、チームのレギュラーを務める野球選手がイップスを発症してしまった場合、非レギュラーの野球選手は自身の試合出場機会を得るチャンスとなるため、サポートを行わない可能性が考えられる。今後、イップス野球選手への支援方法を確立する際は、選手間の人間関係や競技レベルを考慮して検討していく必要がある。

加えて、本研究で明らかとなった「練習メニューの提案」などのサポートは、選手の経験則から行われていることが考えられる。そのため、本研究の対象者以外の年代や競技レベルの選手の場合、サポートが行われず、または、サポートの内容が異なる可能性が考えられる。

これらのことから、本研究の知見は、大学の競技志向の硬式野球部員のチームメイトによるイップス野球選手へのサポートであることを踏まえて結果を理解しておく必要がある。

本研究により、チームメイトによるイップス野球選手へのサポートの内容が明らかとなったため、今後は、本研究で示されたサポートがイップス野球選手の症状にどのような効果をもたらしているのかを明らかにする必要がある。

## 引用文献

- Aida, Y., Kawata, Y., Kaneko, Y., & Hirosawa, M. Grasping the symptoms of Yips among Japanese baseball players: A qualitative analysis approach. *Asian Congress of Health Psychology 2016*. Yokohama, Japan.
- Asahi, T., Taira, T., Ikeda, K., Yamamoto, J., & Sato, S. 2017 Improvement of table tennis dystonia by stereotactic ventro-oral thalamotomy: a case report. *World Neurosurgery*, **99**, 1-4.
- Bawden, M., & Maynard, I. 2001 Towards an understanding of the personal experience of the 'yips' in cricketers. *Journal of Sports Sciences*, **19**, 937-953.
- Flick, U. 2007 *Qualitative Sozialforschung*. Rowohlt Verlag GmbH, Hamburg. (フリック, U.・小田博志(監訳)・山本則子・春日 常・宮地尚子(訳) 2011 新版 質的研究入門〈人間の科学〉のための方法論 春秋社)
- 久田 満 1987 ソーシャル・サポート研究の動向と今後の課題 看護研究, **20**, 170-179.
- 星 旦二・桜井尚子 2012 社会的サポート・ネットワークと健康 社会保障研究, **48**, 304-318.
- House, J. S. 1981 *Work Stress and Social Support*. Reading, Mass: Addison-Wesley.
- Iida, M., Seidman, G., Shrout, P.E., Fujita, K., & Bolger, N. 2008 Modeling support provision in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, **94**(3), 460-478.
- 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 スポーツ心理学研究, **8**(1), 28-34.
- Kaneko, Y., Kawata, Y., Matsuzaki, S., Noguri, R., Shibata, N., & Hirosawa, M. 2017 Situational factors related to yips symptoms among Japanese baseball players: Qualitative data analysis. *Applied Human Factors and Ergonomics 2017*. Los Angeles, California, U.S.
- 川喜田二郎 1995 発想法の科学 中央公論社.
- 小林章雄 1997 ソーシャルサポート研究における今日の諸問題 行動医学研究, **4**(1), 1-8.
- 近藤敏夫 2005 質的研究における分析と解釈 (I) 一日記のデータベース化とコーディングー 佛教大学社会学部論集, **41**, 89-103.
- McDaniel, K.D., Cummings, J.L., & Shain, S. 1989 The "YIPS": A focal dystonia of golfers. *Neurology*, **39**, 192-195.
- 向 晃佑 2016 複線経路・等至性モデル (TEM) による送球イップス経験者の心理プロセスの検討 質的心理学研究, **15**, 159-170.
- 中込四郎 2006 身体化するところの問題「イップス」への

対処法（特集「こころ」が弱っているときの見極め方と対処法） 月間トレーニングジャーナル, **28**(2), 30-34.

野栗立成・川田裕次郎・松崎慎平・広沢正孝・柴田展人  
2018 イップスを有する日本人大学生野球選手のサポートの阻害要因：チームメイトを対象として  
日本健康心理学会第31回大会/日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会第20回大会合同大会 学会抄録集.

Roberts, R., Rotherham, M., Maynard, I., Thomas, O., & Woodman, T. 2013 Perfectionism and the 'Yips': An Initial Investigation. *The Sport Psychologist*, **27**, 53-61.

Smith, M. A., Alder, C. H., Crews, D., Wharen, R. E., Laskowski, E. R., Barnes, K., & Kaufman, K. R. 2003 The "yips" in golf: A continuum between a focal dystonia and choking. *Sports Medicine*, **33**(1), 13-31.

(受稿: 2019.12.27; 受理: 2020.9.14)

---