

# 野球におけるイップスとメタ認知の関係性 ～脳科学的な視点で見たイップスの症状

1220477 清水啓右

指導教員 中川善典

## 研究背景

スポーツにおける、イップスという運動障害問題が野球の中でも深刻化されている。本研究では、イップスの症状のメカニズムを詳しく紐解いていく。しかし野球のイップスの研究は多くあり、先行研究では身体的症状に着目していたが、それに留まらず心理学的、脳科学的視点を含めた研究が必要になってくると述べている。そのため、本研究では脳科学や認知心理学の働きを持つ「メタ認知」と「イップス」の関係性に焦点を当て研究を進めていく。

## 研究目的

本研究の最終目的は以下の2つの問いの解決に導くことを目的とした。

- 1 メタ認知がイップスとどのような相関があるか？
- 2 イップスとメタ認知の相関関係はどのような方向性をもっているのか？

## 調査・分析方法

本研究では四国大学野球連盟 1 部リーグに所属する大学硬式野球部 22 名を対象とし、イップス経験の有無、メタ認知得点と表したメタ認知力の尺度を計測した。その後、イップス経験者と非経験者でのメタ認知得点の差の検定を行った。また、対象者をイップス経験者に絞ったアンケートを実施し、更にイップス発症とメタ認知の関係性について調査した。その後イップス経験者と非経験者でメタ認知得点の差の検定を行った。

## 分析結果

イップス経験者のメタ認知得点はほとんどの人が全体の平均点以上であり、非経験者は半数が平均点以下であった。また、イップスが発症する背景にもメタ認知力の高低による特徴や傾向が見られ、高いメタ認知からイップスが発症するパターンとイップスの発症が高いメタ認知を形成するパターンの2つのパターンによって形成されることが分かった。

## 考察・結論

本研究では、メタ認知力が高い方がイップスの経験を有する可能性は高くなり、メタ認知力の高低によってもイップス発症の特徴や傾向が見られた。また、メタ認知力からイップスが起こるケースだけでなく、イップスの経験がメタ認知力を高めるケースも存在し、そのどちらのケースとも起こりうるということが明らかになったことから、メタ認知とイップスの関係性に相関があるという事が明らかになった。