（ 様式D－２ ）
（ 別　　紙 ）

令和５年度　海外派遣研究員研究報告書

令和　７年　４月２日

日本大学理事長　　殿
日本大学学長　　殿

所　　属　　商学部
資格・氏名　　准教授・深見将志
☑本報告書の内容を公表することは了承しております。
（公表可の場合，チェック■すること）

令和５年度海外派遣研究員（　長期　）の研究実績を，下記のとおり報告いたします。

記

１　区　　分　　長期
２　研究課題

北米におけるアスリートの競技力向上を目的とした支援プログラムの調査研究

３　派遣期間　　西暦　２０２４年３月２９日　～　２０２５年　３月２６日
４　派　遣　先　　カナダ　　・都市名　キングストン
５　研究目的

近年，北米および欧州諸国では，アスリートの競技力向上を目的とした研究が活発に行われ，それらの知見を活用した支援プログラムが確立されている。これらのプログラムは，スポーツ科学や心理学，コーチング学，栄養学など多岐にわたる分野の研究成果を統合し，アスリートに対して科学的かつ包括的な支援を提供することで高い成果を上げている。一方，日本におけるアスリート支援プログラムは，これらの先進国のモデルを参考にしているものの，最新の研究知見が十分に反映されていないという課題がある。

そこで，本研究では，「研究」および「教育」において世界的に卓越した評価を受けているクイーンズ大学を中心に，北米におけるアスリート支援プログラムの先進的な知見を得ることを目的とする。特に，同大学にはコーチング学の権威である Jean Côté 教授や Luc Martin 教授が在籍しており，彼らの研究は，アスリートの育成やチームダイナミクスに関する新たな知見を提供している。

本研究では，クイーンズ大学の Sport Psychology PLAYS Research Group における最新の研究内容や北米のアスリート支援システムを分析し，日本のアスリート支援プログラムへの応用可能性を検討する。これにより，日本の支援体制をより科学的かつ実効性の高いものとするための示唆を得ることを目指す。

（ 様式D-２ ）

6　研 究 概 要

北米および欧州諸国では，アスリートの競技力向上を目的とした研究が盛んに行われ，最新の知見を活用した支援プログラムが確立されている。その一例として，バーチャルリアリティ（Virtual Reality: VR）技術を応用したメンタルトレーニングや，トランスフォーメーショナル・コーチング，リーダーシップ理論に基づくアスリート支援が挙げられる。近年，VR を用いたスポーツトレーニングの研究が急速に進展しており（Neumann et al., 2017），申請者もこれまでに VR 環境を活用したメンタルトレーニングプログラムを開発し，その有効性を実証してきた（深見ほか，2015；深見，2019)。しかしながら，欧米諸国の最先端プログラムとの比較検討は十分ではなく，さらなる発展には海外の研究者との共同研究が不可欠である。加えて，こうした基礎的知見を競技場面に応用し，実際のパフォーマンス向上に結びつけるための検討も今後の重要な課題である。その際には，選手個人に対する支援にとどまらず，実践現場におけるコーチングの視点からのアプローチや，指導者との協働を通じた支援体制の構築も求められる。

北米では，アスリートの心理的成長や競技パフォーマンス向上において，コーチングの質やチームダイナミクスが重要視されている。特に，クイーンズ大学の Jean Côté 教授は，アスリートの生涯発達を促す「発達的コーチング」の概念を提唱し，トランスフォーメーショナル・コーチングがアスリートのモチベーションやリーダーシップ能力の向上に寄与することを示している。一方，Luc Martin 教授は，チーム内の相互作用やリーダーシップがパフォーマンスに及ぼす影響について研究を進めており，特にエリートアスリートにおける集団力学の最適化に関する知見を提供している。

本研究では，カナダを中心に，北米におけるアスリートの競技力向上を目的とした支援プログラムの調査研究を行い，VR を活用したメンタルトレーニング，トランスフォーメーショナル・コーチング，リーダーシップ理論の融合による新たなアスリート支援プログラムの開発に向けた検討を行う。そのために，2024 年 4 月から 2025 年 3 月まで，カナダ国内および国際競技会を視察し，アスリート支援プログラムの実態を調査する。加えて，オリンピックおよびパラリンピック選手や指導者，ユースチームの指導者へのインタビューを実施し，コーチング手法の実践的な課題や成功要因についての知見を収集する。

さらに，カナダのスポーツ組織やアスリート支援機関の関係者との意見交換を通じて，日本のスポーツ環境への応用可能性を検討する。特に，VR 技術の適用範囲拡大や，トランスフォーメーショナル・コーチングの導入がアスリートの心理的適応や競技成績に与える影響を分析し，これらの知見を基に日本国内における新たな支援プログラムの提案を行う。

７　研究結果・成果

1. 研究の背景と目的

近年，VR 技術は医療，教育，建設など様々な分野に応用されているが，スポーツ領域においても導入が進みつつある。特にアスリートの心理的技能（呼吸法，集中状態，イメージトレーニングなど）を強化するためのツールとして，VR は新たな可能性を持っていると考えられている（Richlan et al., 2023）。心拍変動（HRV）の変化，集中力の向上，自己効力感の強化といった心理生理的な効果も報告されており，これらは競技パフォーマンスに大きく関わる。

こうした VR トレーニングの特長は，主に身体感覚を通じてスキルを学習することや，競技場面の再現により，感情的・認知的準備をすることにある（深見ほか 2015, ）。一方で，VR だけでは選手の内面の変容を促すことが難しい場合もある。それは，競技パフォーマンスや心理的適応に対して，コーチのリーダーシップによる影響が他の要因と比較して相対的に大きいことが先行研究において示唆されているためである（Turnnidge & Côté, 2018）。そのため，筆者は「VR × コーチング × リーダーシップ理論」を融合させた，新しい形のトレーニング支援に着目した。

特に，変革型リーダーシップ理論（Transformational Leadership Theory）に基づく「トランスフォーメーショナル・コーチング」は，選手の内発的動機づけを高め，心理的成長を促すことを重視する指導法である（Turnnidge & Côté, 2017）。「理想化された影響力（Idealized Influence）」「感化的動機づけ（Inspirational Motivation）」「知的刺激（Intellectual Stimulation）」「個別的配慮（Individualized Consideration）」という 4 つの構成要素（通称：4I）を通じて，単なる技術指導を超えた“人間的支援”を実現することを目指している（Turnnidge & Côté, 2017）。

このような背景から，本研究は，VR 技術とコーチング理論を統合的に活用し，従来型のトレーニング手法では十分に支援しきれなかった選手および指導者のニーズに応える新たな支援手法の構築に向けた検討を行うことを目的とする。

2. 2024 年 4 月～2025 年 3 月の現地活動内容

本派遣期間中，筆者はカナダを拠点に，以下のような現地視察，指導者・選手へのインタビュー，研究者との交流を行った。

【1】競技現場の視察と選手へのインタビュー

スノーボード・ワールドカップ（アルペン種目）の視察を行い，レース前・中・後において，選手が様々なストレッサー（外的要因）にさらされる現状を確認した。また，コーチとの関係性やコーチの言葉がけ，ノンバーバルなコミュニケーションについても併せて調査した。日本代表選手へのインタビュー調査からは，「集中状態を維持することの難しさ」や「競技に集中できる環境づくりが不可欠であること」が語られ，競技力の発揮には「心理的な安定」や「チーム体制の整備」が求められていることが示唆された。

【2】カナダ人コーチおよび選手のインタビューと知見

〔７　研究結果・成果（つづき）〕

カナダ代表マウンテンバイクチームのコーチ・選手へのインタビューで調査は，「人を理解する力」「状況に応じた応用力」「柔軟な学習姿勢」が，長期的な成功のための必須要素として挙げられた。これらの要素は，まさにトランスフォーメーショナル・コーチング理論が強調する 4I の中核に位置するものである。

また，カナダのユースバスケットボールのコーチへのインタビュー調査では，保護者の過干渉により選手がストレスを抱える場面が多く，コーチが「保護者と選手の板挟み」になる難しさを訴えていた。このような対人関係の中で，指導者自身のストレスマネジメント能力や対話スキルが求められることが示唆された。

さらに，オリンピック出場経験のある元スプリントカヤック選手へのインタビュー調査では，「観察力」「対人スキル」「自己理解」の重要性が強調されていた。

【3】研究者との議論

Queen’s University の Jean Côté 教授，Luc Martin 教授，PLAYS グループの研究者へのインタビュー調査では，トランスフォーメーショナル・コーチングに関する研究や，選手中心のリーダーシップに関する実証的研究に触れながら，VR を用いたシミュレーションにどのように“人間性”を織り交ぜるかについて議論を重ねた。

3. 成果と考察

本研究における視察やインタビュー調査から，いくつかの重要な示唆が得られた。

第一に，現地の競技者や指導者の語りから，トランスフォーメーショナル・コーチングが極めて有効な指導モデルとして広く認識されていることが明らかとなった。選手へのインタビューの中で「自分が尊重されていると感じることが，パフォーマンス向上につながる」との発言が多く聞かれ，個別的配慮と信頼関係の重要性が改めて確認された。

第二に，VR 技術は，単なる映像再現にとどまらず，感情的状況（怒り・焦り・緊張）を再現することで，自己制御力や対人スキルを鍛える場面として応用可能であることが示唆された。これは，選手だけでなく指導者への研修プログラムにも有効である可能性を示唆している。

第三に，日本における導入可能性を考える際，文化的背景や教育観，指導者の在り方の違いを踏まえたローカライズが必要であると考えられる。現在，日本ではトランスフォーメーショナル・コーチングの概念がまだ十分に浸透しておらず，その効果や可能性については今後の課題とされている（夏原ほか，2020）。したがって，まずは「現状把握」から始め，次に「導入に向けた環境整備」へと進む必要がある。

4. 今後の展望

1. トランスフォーメーショナル・コーチングスケール日本語版を用いた調査研究

指導者のリーダーシップスタイルの現状把握を通じて，どの要素が不足しているかを定量的に把握する。

〔７　研究結果・成果（つづき）〕

2．VR 技術を活用したコーチ向けトレーニングプログラムの開発

感情制御や親・選手との対人対応スキルを対象とした VR シナリオを用意し，体験を通じた学習を促進する。

3．ユース世代およびスポーツ指導者向けの研修プログラムへの応用

学校教育，地域クラブ，ナショナルチーム育成など，複数のレベルでの展開を目指す。

本研究を通じて得られた知見に基づく取り組みは，日本にそのまま適用できるものばかりではないものの，VR 技術およびリーダーシップ理論の活用により，メンタルトレーニングを中心とした VR 活用の研究が一層深化・多様化し得ることを確認することができた。

以上，本海外派遣において実施した調査・研究および交流活動を通じて得られた成果と今後の展望について報告した。今後は，本研修で得られた知見を踏まえ，国内外におけるさらなる研究と実践の統合的展開を図るとともに，日本におけるスポーツ指導の質的向上に資する取り組みを推進していく所存である。

以　　上