

平成30年度研究推進支援プロジェクト研究成果報告書

1. 研究の概要

プロジェクト名	調和的身体に関する研究～呼吸および自然界の法則を基盤としたムーブメント・アプローチ開発の試み～		
プロジェクト期間	平成30年度		
申請代表者 (所属講座等)	清水知恵 (保健体育講座)	共同研究者 (所属講座等)	
取組方法・取組実績の概要	<p>・プロジェクト申請時の実施計画と比較</p> <p>プロジェクト申請時の実施計画と比較して本研究で変更せざるをえなくなった部分が対象者であった。介入対象を中学生としていたため2018年度の前半から、附属福岡中学校へ出向き打合せをした。その際に、2019年1月からの3学期の授業で実験実施する計画で準備していた。しかし、2019年1月の時期(3学期)になり、中学校内の行事および授業の都合により急遽、実施可能性が見出せなくなった。なお、申請時には、事前の段階で万が一、附属中学校での実施が無理であった場合に、代替措置として他の中学校での実施を予定し依頼していた。しかし、1月に入ってからの急な変更は他校でも難しく、その時点で中学生対象の予備実験の実施は無理となった。そのため、緊急の対応として、呼びかけに応じてくれたボランティアのF大学の学生15名を対象に、ムーブメントの有効性を見るために、介入型の予備実験を行うことにした(別紙、報告書〔詳細〕を参照。)</p>		
研究成果の概要	<p>・成果並びにその成果の生かし方についての概要</p> <p>介入型の予備実験を行った。そして、作成したムーブメントは有効であったか、また体感した結果どのような心理的状況がもたらされたかをみるために、被験者のインタビュー結果と自由記述調査の結果を分析した。その結果、「リラクセーション感尺度」(下田・田篤, 2004)の下位概念(下位尺度)を形成する因子内容とかなり一致する点が多く見られた。作成した運動性ムーブメントを用いて中学生を対象とした本実験の実施は意義が見出せることではないかと考えられる。</p> <p>本研究では、被験者の滑らかな運動性ムーブメント体験の効果を見るとともに、意識的な呼吸の使い方にも着目した。また、型稽古や教師による試技模倣による練習も必要ないことから、自由度の高いムーブメントとして適用できる高い創造性をもつ。このようなムーブメント体験は、身体的な痛みや違和感を解消するだけでなく、心理的にも心の安定・安心・幸福感を感じられるような心身に良好な状態をもたらすと期待される。このことから、思考や情緒を安定させ、安心感や身体的リラックス感といった幸福感に良好な影響を及ぼすと考えられる心身の状態を生み出すことは、多くの人にとって、自分自身に良好な感情を持つことにも繋がるのではないかと考えられる。</p>		
外部資金獲得申請及び研究成果の公表方法等について〔 <input type="checkbox"/> (該当事項) にチェックをお願いします。〕			
外部資金獲得申請(予定)	<input checked="" type="checkbox"/> 科学研究費補助金 <input type="checkbox"/> 受託研究費 <input type="checkbox"/> その他 ()	研究成果の公表方法(予定)	<input checked="" type="checkbox"/> 学会 (<input checked="" type="checkbox"/> 国内 ・ 国外) : 舞踊学会, 認知科学会 <input checked="" type="checkbox"/> 新聞・図書・雑誌論文等 : 関係の学会誌への投稿 <input type="checkbox"/> その他 :