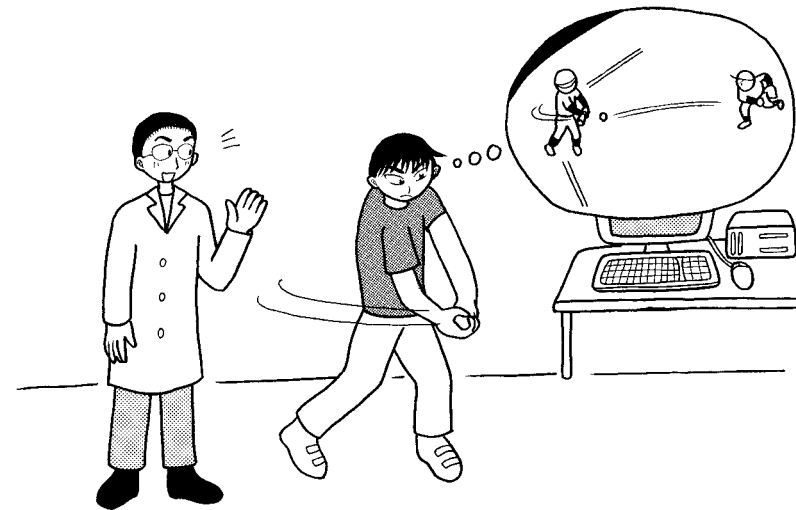


## イメージ・トレーニングの認知的メカニズムに関する基礎的研究

研究代表者 北海道大学 菱谷 晋介

運動技術・技能を向上させるには、イメージ・トレーニングが有効であるとされていますが、その認知的メカニズムを基礎的研究によって行った論文です。

イメージの生成およびイメージの操作が動作（運動）とどのような関係に成り立っているのか、2種類の実験によって確かめられました。実験1は、多義図形（例えば、娘／老婆に代表される図を見ていると異なる図に見える）を用い、動作するしない群にわけて回答させるものであり、実験2は、誘導イメージ課題（単純な図形を組み合わせる種々の図形を作る）を用いたものです。その結果、イメージ・トレーニングの効果を説明するこれまでの2種類の主要な理論のうち、運動算出システムと密接に関連した身体・運動感覚イメージがもう一つの理論より妥当性が高いことが分かりました。さらに、これらの結果を基にイメージ処理過程の新しいモデルが提案されています。イメージ・トレーニングの有効性についてここで述べているような理論的裏付けが出来てこそ、この分野（運動技術・技能）の発展が望めると結論づけています。



イメージトレーニングの効果をあげるためには、認知的メカニズムを明らかにする必要がある

