

メンタルトレーニング書の決定版!

# スポーツメンタル トレーニング教本

三訂版

Sport  
Mental  
Training  
Textbook  
Third Revised Edition

適正なメンタルトレーニングの普及を目指す日本スポーツ心理学会編の基本図書。  
スポーツ現場で必要な正しい理論と具体的な実践法を平易に解説。専門家だけでなく、  
スポーツ現場の指導者や選手にもメンタルトレーニングの理論と実際が学べる参考書。  
今回の三訂版ではさらに内容を充実!

◎B5判・288頁 本体2,200円



【主要目次】……第1章 競技力向上とメンタルトレーニング/第2章 メンタルトレーニングの展開/第3章  
メンタルトレーニング技法の基礎—評価技法を中心に/第4章 メンタルトレーニング技法の基礎  
—心理技法を中心に/第5章 実力発揮のための心理的スキルのトレーニング/第6章 メンタルトレ  
ニングの実践例/第7章 メンタルトレーニング指導士とは

日本スポーツ心理学会「編」

研究と実践に役立つ、学会編の本格的事典!

# スポーツ心理学事典

ENCYCLOPEDIA OF SPORT PSYCHOLOGY

現在までの研究成果を踏まえ、スポーツ心理学会の学問領域すべてを網羅した  
大事典。単なる五十音配列の用語解説ではなく、全体を総論と8つの領域に分け、  
各領域は大項目、中項目、小見出しを設けた体系的な構成と記述。これまでの研究  
成果やスポーツ心理学会の全体像を俯瞰でき、初学者にも、研究者にも、また体育  
・スポーツの実践現場でも最新の研究知見が入手できて、明日の指導に活かせる。

◎A5判・函入・706頁 本体5,700円



【主要目次】……[1]総論 [2]スポーツ運動の発達 [3]スポーツの運動学習 [4]ス  
ポーツの動機づけ [5]スポーツ社会心理 [6]競技の実践心理 [7]スポーツメンタル  
トレーニング [8]健康スポーツの心理 [9]スポーツ臨床

スポーツ心理学を学ぶ人にとって必読の一冊!

# 最新スポーツ心理学

その軌跡と展望 ◎B5判・258頁 本体2,500円



近刊

**JISS競技心理検査** (JISS-Psychological Ability Test for Elite Athletes: 通称、ジェイ  
パティ)は、より高い水準で競技を行うためにアスリートの皆さんが求めている心理的側面に注目し、実際の  
トップアスリートのデータを用いて作成。自己分析のため、取り組みに対する評価のため、モニタリングのため  
など、ご自身の目的に沿ってご活用いただけます。

近日発売!