

イップス 野球 送球恐怖症

2010年5月8日(土)

以前、投球恐怖症で通院されていた患者さんが、2週間前の試合で再発したとのことで来院。半年ほど前に5回ほど通院され、その後の経過は、9割ぐらい良くなっていたとのことだった。

今回、イップスに関係するいくつかのパターンの中で大切な気づきだと感じたことは、コントロール面だった。どのように投げているかを質問すると、相手のグラブに向けて投げているとのこと。そのイメージで投げると「緊張パターン」を示す。それに代わる「リラックスパターン」のイメージは、相手のグラブではなく、相手を取りやすい所やランナーをタッチしやすい所に標的を向けることにした。すると、イップスを生じさせる「緊張パターン」が消失した。

それ以外にも、大学卒業後の進路が不明瞭なことも間接的に影響を与えていたようで、野球とは全然関係ないことであるが、主体性がないという意味では、相手が指し示すグラブに向けるという受け身のイメージは共通していたようだ。

一度改善している経験があるので、早期に改善するだろう。