

未だCOVID-19による事態の収束が見えてこない状況下において、我々JISS心理グループでは「一人でも多くのアスリートの支えとなるために」という一心で、皆さまに必要なとされる支援を提供できるよう、日々活動しています。

今回は、『① 新しい生活様式に沿った心理サポートの在り方』、そして、『② 東京オリンピック・パラリンピック競技大会（以下、東京2020大会）に向けた情報発信の機会』についてご案内させていただきます。

1. オンライン心理サポートの実施・推進

心理サポートは通常『1対1の対面方式』で行うことが多いですが、このような社会状況下において、JISS心理グループではオンライン（メール、電話・ビデオ通話）での心理サポート体制の構築・充実に力を注いできました。もちろん、相談内容については守秘義務を遵守します。

何か悩み事がありましたら、まずはJISS心理グループ（mental@jpnnsport.go.jp ※「◎」を「@」に置き換えてください）にご相談ください。皆さまにとって最善の支援の在り方を共に考えます。

【オンライン心理サポートのメリット】

- 移動や対人接触に伴う感染リスクを減らせる
- 『距離・場所・時間』といった制約を受けにくい

例えば、遠征先のホテルからの利用なども可能です。

※ プライベートな空間（他者が入ってくることのない静かな環境）は、ご自身で確保してください。

※なお、相談の対象者はJISSの利用が可能なアスリート・指導者・スタッフの方に限らせていただいております。

2. JISSオンライン心理セミナー

“『困難』を乗り越えて実力発揮をするために”の開催

JISS心理グループでは、“自国開催”に伴う様々なプレッシャーが想定される東京大会での実力発揮をテーマとして、2015年度より研究を継続しています。今年度は、更に“COVID-19による身体面・心理面への影響”も踏まえながら調査を実施しました。一連の研究で得られた知見や実力発揮の手がかりを、オンライン心理セミナーという形で競技団体の皆さまに情報提供します。その一部を少し紹介すると、「このような状況下で、オリンピックに向けて活動すること」や、「競技者としての大会後の人生」に関する不安な気持ちも語られました。こうした気持ちへの対処の手がかりをお求めの方は、一度セミナーに参加してみてもはいかがでしょうか。

日時：	2021年3月6日（土） 13:00-16:30 ※12:30 よりミーティングルーム開室
場所：	オンライン開催
参加対象：	東京2020大会実施競技の関係者（選手、指導者、医・科学スタッフ等）
申込方法：	開催概要欄にある【申込フォーム】からお申込みください。 https://www.jpnnsport.go.jp/jiss/tabid/1305/Default.aspx ※専用フォームからお申込みください。
申込締切：	2021年3月3日（水） ※運営の都合上、50名を定員とし、定員に達し次第締切とさせていただきます。
参加費：	無料

※運営の都合上、本セミナーは参加対象者を『東京2020大会に出場を予定している競技団体関係者』とし、人数の制限を設けさせていただく予定です。何卒ご了承ください。