

# ゴルフのメンタルテスト MTG.1

## Mental Test for Golfers

著者：西田 保（名古屋大学教授）

ゴルフに必要な精神面を「ねばり強さと集中力」「思考の切りかえ」「自信」「肯定的思考」「ミスに対する精神的安定さ」といった5つの側面で測定出来ます。検査後の得点は、A級ティーチングプロ、一般アマチュアゴルファーの平均点と比較でき、自己の特徴を知ることができます。

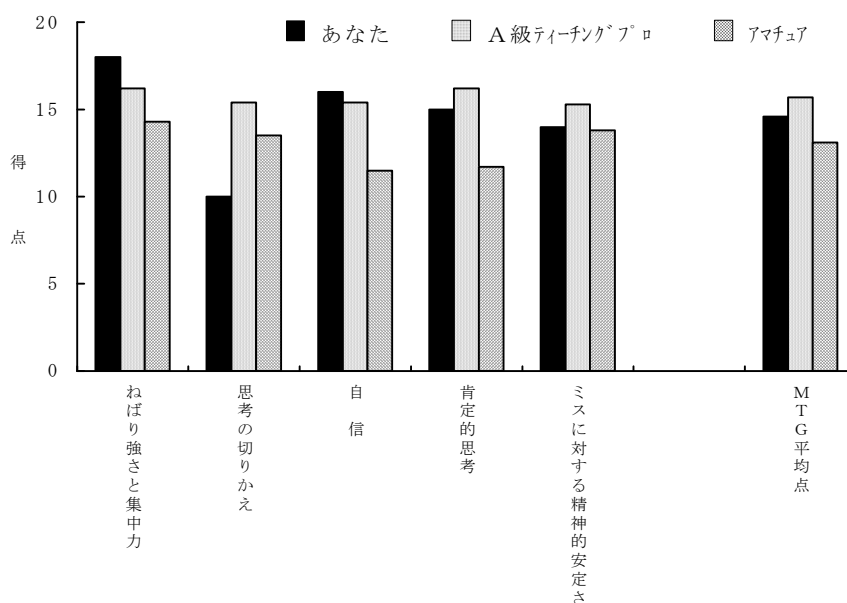
### 検査の目的

1. ゴルファーに必要な精神面を診断する。
2. 診断結果を今後のメンタルトレーニングに活用する。
3. メンタルトレーニングの効果を調べる。
4. ゴルフの成績などとの関連性を検討する。



### 検査の方法

- 実施方法：25の質問を順々に読み回答欄に答えを記入する。
- 検査時間：約10～15分。
- 採点方法：検査終了後に手引書（別売）にて自己採点、またはコンピュータ採点する。結果は下図のようなMTG得点の比較グラフとして描くことができる。



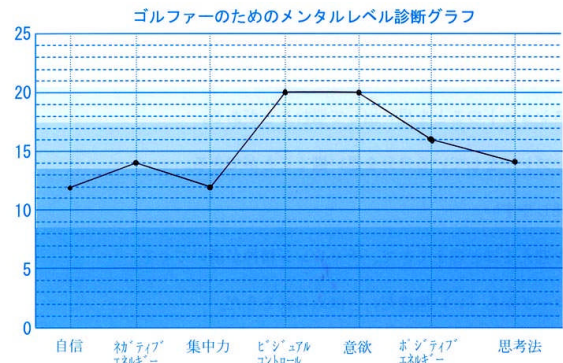


# ゴルフのメンタルスキル診断表

作成者：児玉 光雄（鹿屋体育大学）

ゴルフの精神面における長所と短所を正しく認識するための診断表です。42の質問項目に回答し、採点は検査用紙内で簡単にできます。判定表により、自分のメンタルレベルを診断でき、レベル診断グラフに記入してプレイヤーにその場で結果をフィードバックすることができます。7つの主要メンタルスキルについての解説もあります。

検査用紙（10枚入）：2,000円（税別）



児玉式オリジナル

## メンタルゴルフ手帳

作成者：児玉 光雄（鹿屋体育大学）



この手帳は、ゴルフ上達に関するメンタルトレーニングの研究から生まれたものです。メンタルスキルを高め、コースマネジメントの改良に関心を持ってゴルフに取り組めば、驚くほど上達します。そのためには実際のラウンドで感じたことを素直にメモして、1打でも縮める具体策を導き出してください。

この手帳には、全部で11種類のメンタルスキルを高めるメッセージと、14種類の記入式チェックリスト（それぞれ20枚1セット）が収められています。

気に入ったメッセージを繰り返し読み返し、気に入った記入式チェックリストに記入する習慣を身に付けます。また、平均スコアをしっかりと把握するためにスコア記入用紙も活用してください。

本体価格：5,524円（税別）  
 ☆リフィル：4,572円（税別）  
 （追加用紙は手帳の内容と同じもの）  
 ☆専用バインダー：1,429円（税別）



# TOYO PHYSICAL

株式会社 トーヨーフィジカル

〒810-0014 福岡市中央区平尾 3-7-21 圓ビル TEL 092-522-2922 FAX 092-522-2933  
ホームページ <http://www.toyophysical.co.jp> Eメール [tp@toyophysical.co.jp](mailto:tp@toyophysical.co.jp)