

アスリートにおける主体的なチームビルディングのための 測定尺度と実施プログラムの開発

—サッカーチームにおける有効性の検討—

内田 雄基 (筑波大学)

1. 目的

本研究では、チームとしての心理的競技能力の特徴を包括的に測定可能な尺度の開発を目的として、研究Ⅰを実施した。続いて、アスリートの主体的な実施を可能とするチームビルディング（以下TB）プログラムの開発及びワークブック化、並びにサッカーチームを対象としたTBプログラムの有効性の検討を目的として、研究Ⅱを行った。

2. 研究方法

＜研究Ⅰ＞

T 大学サッカー部員 135 名（男性，平均年齢 20.2 ± 1.3 歳）を対象に，尺度作成に関する規定の手続きに基づいてチーム力診断検査を作成し，測定尺度の信頼性とスポーツ集団凝集性尺度（内田ほか，2014）との併存的妥当性を確認した。

＜研究Ⅱ＞

T 大学サッカー部の 1 チーム（n=34）を介入対象とし，本研究で開発したTBプログラムのワークブックを用いて，週 60～90 分のセッションを 5 回，計 5 週間のプログラムを実施した。測定指標として，①チーム力診断検査，②介入前後での戦績データを用い，未介入チーム（統制群：n=24）と比較を行った。

3. 結果と考察

＜研究Ⅰ＞

現場での有用性を考慮し，7 因子 21 項目のチーム力診断検査を開発した。因子は「集団効力感」，「効果的なリーダーシップ」，「競争関係」，「目標達成への努力」，「役割」，「まとまり」，「チーム目標の明確化」であり，各因子の信頼性（ $\alpha=.70 \sim .90$ ）及び尺度の妥当性が確認された。本尺度は，因子ごとの項目数を揃えたことで図 1 のようなレーダーチャート様式で結果を示すことができ，選手や指導者への有効な情報のフィードバックが可能である。

＜研究Ⅱ＞

チーム力診断検査（図 1）

チーム力診断検査の総合得点（ $F(1, 42)=7.93, p<.01$ ）及び，リーダーシップ因子（ $F(1, 42)=4.48, p<.05$ ），役割因子（ $F(1, 42)=10.40, p<.01$ ），チーム目標の明確化因子（ $F(1, 42)=6.48, p<.05$ ）において有意な交互作用が見られ，統制群と比較して，介入群でのみ改善効果が認められた。

戦績比較

介入前後の同一の対戦相手に対する戦績比較では，勝率（40%→60%），得点数（6 点→12 点），シュート数（39 本→60 本）などの改善が見られた。

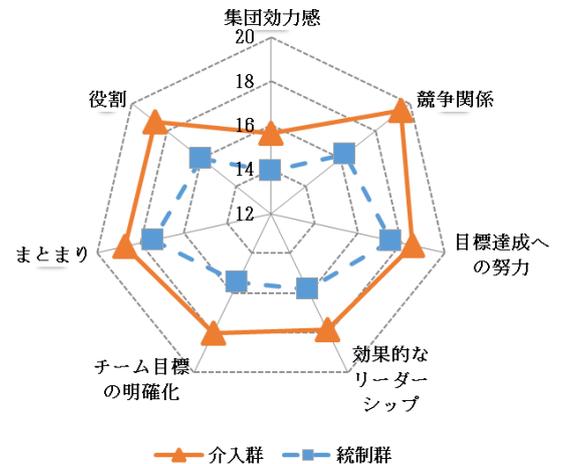


図 1 介入後のチーム力診断検査得点の群間比較

4. 結論

本研究では，研究Ⅰでチームの能力を包括的に測定可能な尺度の開発を目的とし，結果として，信頼性・妥当性ともに確認された 7 因子 21 項目からなるチーム力診断検査が開発された。

研究Ⅱでは，アスリートによる主体的なTBを可能とする実践プログラムの開発，及び介入研究によるその有効性の検証を目的とし，結果として，プログラム実施によるチーム力診断検査得点の上昇，及び試合パフォーマンスの改善効果が示され，本研究で開発したTBプログラムの有効性が確認された。