

スポーツにおけるチームビルディングのメタ分析

深田 優希 (鹿児島大学)

1. 目的

本研究ではスポーツにおけるチームビルディングが結束力に与える影響について検討する同時に、どのような種類のチームビルディングが用いられているのかを調査していく。また、本研究でとりあげているチームビルディングの1つを用いて実践を試みる。

2. 研究方法

メタ分析の対象となる研究を検索するために、①スポーツチームを対象としていること、②介入研究を行っているもの、③Carron(2008)のメタ分析に含まれていない事、これら3つの条件を設定しメタ分析の対象となる論文を収集した。また、3つの条件は満たしているものの、学会発表論文集や効果量を求めるのに必要な情報が載っていない論文は対象外とした。その結果メタ分析の対象は6つの論文となった。その後変量効果モデルで重みを計算し平均効果量を求めた。

3. 結果と考察

メタ分析が可能な研究の総サンプル数は366であった。メタ分析の結果、全体の平均効果量は0.664であった。Cohen(1977)は標準化された平均値差について0.20を小さい効果量、0.50を中程度の効果量、0.80を大きい効果量の目安としている。よって、チームビルディングは集団凝集性に中程度の効果があるという結果になった。

また今回メタ分析の対象となったチームビルディングの中で、最も効果量が高かったのは目標設定であった。目標とはスポーツチームにとって指針となる軸であり、目標を設定するということはチームとして活動していくうえで基礎であると考えられる。そこで目標設定を用いることで、チームとしての核となる部分について全員で話し合うことができる。そのため目標設定がスポーツチームにとって一番有効な手段であると考えられる。

4. 実践報告

今回実際にスポーツチームを対象として目標設定を行った。チームビルディング前後の影響を調査するために、杉山ら(2021)が開発したスポーツにおける集団凝集性を測定する質問紙を使用した。チームビルディング前後での集団凝集性を検討するためにATG-S(個人-社会)、ATG-T(個人-課題)、GI-S(集団-課題)、GI-T(集団-課題)の4つの下位尺度ごとに平均値を比較するためにt検定を行った。その結果GI-T(集団-課題)でのみ5%有意水準において有意差がみられ($t(11)=2.959, p<.05$)チームビルディング後の平均値の方が高かった。

5. 総括

スポーツにおけるチームビルディングのメタ分析はCarronが(2009)が既に行っており、全体的な効果量は0.427となり中程度の効果があることが明らかになった。それに加え今回の研究では2008年以降の研究を使ってメタ分析を行い、0.663という効果量を求め中程度の効果があることが明らかになった。すなわち、現在においてもスポーツチームにチームビルディングが有効であるということが考えられる。また、チームビルディングの一種である目標設定を実践した結果、GEQの下位尺度であるGI-S(集団-課題)のみに有効であった。

6. 主な参考文献

- 1) Albert V. Carron, Luc J. Martin, Shauna M. Burke (2009) Team building interventions in sport: A meta-analysis. *Sport & Exercise Psychology Review*, 5, 3-18.
- 2) 杉山卓也・中村武彦・西井良 (2021) スポーツにおける集団凝集性尺度の作成. *体育学研究*, 66, 327-342.