様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２７ 年　 ６ 月 ２４ 日現在

機関番号：３２６２０
研究種目：基盤研究(C)
研究期間：2012～2014
課題番号：２４５００７５７

研究課題名（和文）スポーツ集団における集団凝集性とメンタルヘルスの関連性

研究課題名（英文）Relationship between Cohesion and Mental Health of Sport Team

研究代表者
広沢　正孝（HIROSAWA, Masataka）

順天堂大学・スポーツ健康科学部・教授

研究者番号：６０２１８８３１

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,200,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、スポーツチームの集団凝集性とチームに所属する選手のメンタルヘルスとの関連を検討することが目的であった。
初年は、国内外のスポーツにおける集団凝集性とメンタルヘルスに関する先行研究のレビューを行った。そこで、多くの課題が見つかり、まずは集団凝集性の一構成要因である一体感に注目した研究を進め、わが国のスポーツチームにおける凝集性研究の基盤を構築することが先決であると判断し、次年ではスポーツチームの一体感に関する尺度を作成するとともに、一体感の関連要因を明らかにすることができた。その後、最終年ではチームの一体感と組織風土、また選手のメンタルヘルスとが関連することを明らかにすることもできた。

研究成果の概要（英文）：The purpose of present study was examining the relationship between cohesion and mental health of sports teams.
In first year, we reviewed many previous papers concerning cohesion of sports teams and mental health of athletes. In second year, we developed a scale for sports teams' unity that is a subordinate factor of cohesion and revealed related factors of unity. In final year, we revealed that there was positive correlation between unity and organizational climate of sports teams and mental health of athletes respectively.

研究分野：精神保健学

キーワード：一体感　集団凝集性　メンタルヘルス　スポーツチーム　組織風土　尺度

１．研究開始当初の背景

スポーツチームが成果を上げる過程で、良好なチームワークを形成することは重要な課題である。チームワークは、集団の生産性や効率を評価するための重要な指標とされ、その中でも集団凝集性はとりわけ重要な概念として知られている。

しかし、過剰なチームの凝集が場合によっては、メンバーの精神的健康（メンタルヘルス）を害することもあり、実際にチームワークの陰で、スポーツ選手がバーンアウトや摂食障害といった種々の精神症状に陥ってしまう事態が起こっている。これらの問題を放置すれば、やがてチーム全体やメンバー個人の競技力が低下する危険もある。

つまり、現代ではメンバーの精神保健の増進を視野に入れた、良好なチームワークの育成に関する基礎資料の獲得が必要とされていると言えよう。

(1) チームワークを構成する主な要因としての集団凝集性

チームワークは、「チーム全体の目標達成に必要な協働作業を支え、促進するためにメンバー間で交わされる対人的相互作用であり、その行動の基盤となる心理的変数も含む概念である」と定義される（山口，2010）。しかし、社会心理学的観点に立った場合、チームワークは非常に多くの変数が含まれるため、確定した定義は未だ存在しておらず、（三沢ら，2009）、その定義には多くの課題が残されている。

他方、チームワークには３つの要因が主に関係していると言われており、その１つに集団凝集性がある（岩田・杉原，1987）。集団凝集性は、「チームのまとまりの良さ」（土屋，2005）を示す概念とされ、チームワークに影響を及ぼす主要な要因と捉えられている。さらに、スポーツ集団研究では中核的な概念に位置づけられ（Carron and Hausenblas, 1998）、松田（1980）はチームが業績を高め、試合で良い結果を収める上で不可欠な要因であると述べている。

したがって、チームワークの概念を把握することが困難である中、スポーツ心理学的観点からスポーツチームの集団凝集性の実態を把握するとともに、チームパフォーマンス（競技成績）との関連性を検討することを通じて、集団凝集性に関する客観的なデータを蓄積することができれば、今後チームワーク研究を推進していくための一助を見出すことができる可能性がある。

(2) チームワーク研究におけるメンタルヘルスの重要性

最近、チームワーク研究において、チームメンバーの安全管理や健康保持の視点から、チームワークとメンタルヘルスとの関連性を検討した研究が行われている。看護師を対象とした研究では、チームワークについての高い評価が職務上のストレスの低さと関連することが明らかにされている（三沢ら，2005）。一方で、役割ストレスやバーンアウトをはじめとする集団のストレスに関する研究では、過度のストレスが集団の生産性や効率に負の影響を及ぼすことが報告されている（田尾，2005）。

このように、チームワークとその集団メンバーのメンタルヘルスとの間には、何らかの関係性があると予測されるものの、類似した研究は数が少なく、未だ十分な研究成果は得られていない（山口，2010）。特に、スポーツチームを対象とした研究は見当たらず、スポーツチーム（集団）を対象とした集団特有の精神保健学的（ないし心理学的）健康指標の詳細な実態調査とその検討が必要であると考えられる。

(3) 本研究の学術的意義

チームワーク研究は、まさに発展途上にあり（山口，2010）、今後は学術的にも注目が集まることが予測される研究テーマである。既に社会心理学領域では、主要なテーマとして研究が進められ、その成果が待たれている。また、スポーツチームの競技戦績やパフォーマンス向上の観点から、スポーツ心理学領域においても興味深い研究テーマに位置づけられている。

しかしながら、それら２つの研究領域は互いにチームワークを重要な研究テーマとしているにも拘らず、未だ統合の機会が得られていないように思われる。つまり、社会心理学とスポーツ心理学とが相互作用し、チームワーク研究の発展に貢献することができていない状況が見受けられる。さらに、集団凝集性研究は 1960 年代半ば以降、主流となる社会心理学領域でほとんど研究されていないことが指摘され（Hogg，1992）、スポーツ集団研究は競技戦績やパフォーマンスの良し悪しとの関連性を検討したものが中心であり、結果が必ずしも一貫していない（Cratty, 1989）という課題が残されている。

以上のことから、本研究は以下に示すような学術的意義があるものと思われる。

① チームワーク研究における社会心理学とスポーツ心理学の研究統合を促し、より総合的なスポーツ集団のチームワークに関する評価方法の開発につながる。
② スポーツチームの集団凝集性研究を発展させ、より実践的なスポーツ集団のチームワークの評価方法を開発することにつながる。
③ 現代のスポーツチームのメンタルヘルスに関する現状を明らかにすることで、わが国のスポーツ選手が抱えている精神的課題が明らかになる。
④ 集団凝集性とメンタルヘルスとを関連づけた研究を行うことで、より健全なスポーツ集団のチームワークの評価方法を開発することにつながる。

２．研究の目的

以上の内容を踏まえ、本研究ではスポーツチームを対象として、その集団凝集性とメンタルヘルスとの関連性を検討することを目的とした。

具体的には、以下に示す取り組みを順次進めることで、スポーツチーム内部の生産性や効率、チームワークの向上につながる一助を得ることを目指す。

(1) 国内外のスポーツチームを対象とした集団凝集性に関する先行研究をレビューする。
(2) 国際的に標準化された尺度を用いて、現代におけるスポーツチームの集団凝集性の実態について調査を行う。
(3) 国際的に標準化された尺度を用いて、現代におけるスポーツ選手のメンタルヘルスの実態について調査を行う。
(4) スポーツチームの集団凝集性とメンタルヘルスとの関連性について検討する。

３．研究の方法

(1) 国内外にあるスポーツ集団研究およびスポーツ心理学研究を概観するため、国内の研究は Cinii Articles と J-STAGE、国外の研究は SPORTDiscuss with Full Text を中心として、それぞれ先行研究の検索を行い、レビューを行った。

(2) スポーツチームの一体感を測定、評価することのできる信頼性と妥当性を兼ね備えた尺度を作成する（事由については以下４の研究成果内に記載）ため、運動部に所属する 1,001 名の学生選手を対象として質問紙調査を行った。

(3) スポーツチームの一体感が持つ性質について検討するため、運動部に所属する 595 名の学生選手を対象として質問紙調査を行った。

(4) スポーツチームの一体感と組織風土との関連性を検討するため、運動部に所属する 1,095 名の学生選手を対象として質問紙調査を行った。

４．研究成果

(1) 先行研究のレビューを通じて得られた示唆

集団凝集性に関する先行研究のレビューを行った結果、まず集団凝集性は「集団のまとまりを示す概念」（織田, 2008）であり、「集団としての結束力やまとまりの良さ」と定義される（飛田, 2009）ことが分かった。Carron et al.（1998）によれば、「集団凝集性は共通の目標や目的を追求することに象徴される，集団がまとまろうとする性質に現れるダイナミックな過程」であり、「スポーツにおけるグループ・ダイナミクスの極めて重要な社会心理的構成概念」（Hagger and Chatzisarantis, 2005）とも言われている。

ところが、わが国で行われたスポーツチームの集団凝集性研究はわずかしかなく、阿江（1985―1987）の一連の研究がその礎を築いたものの、十分な信頼性と妥当性を備えた尺度が未だ整備されていないなどの事由により、国外の研究動向から遅れを取っている現状にある（内田ほか, 2011）。

そこで、わが国のスポーツ集団研究ならびに集団凝集性研究への再着手と今後の発展を見据えた場合、まずはスポーツチームの心理的構成概念を適切に評価することのできる尺度の整備が不可欠であり（内田ほか, 2011）、わが国のスポーツチームに見合う集団凝集性尺度の開発が急務であると示唆された。

しかし、この進行に当たってはいくつかの問題点がある。1 つは、集団凝集性が多次元構造の概念である（Carron et al., 1985）ために、それを包括的に捉え、評価することが必要であるものの、わが国にはその基礎となる研究知見がほとんど存在しないこと。もう１つは、スポーツチームの集団凝集性を測定する基軸的尺度とされている集団環境質問紙（Group Environment Questionnaire：GEQ）を単に邦訳して利用することには、慎重を期す必要があるとの指摘がなされている（阿江, 1987）ことからも、現時点でわが国の文化的背景に即した尺度を作成することは困難であると窺えた。

そこで、グループ・ダイナミクス研究にある膨大な研究知見を集結して誕生した集団凝集性の概念モデル（Forsyth, 2006, 2010：図 1）に目を向けると、「チームワーク」を構成しているモラール（竹村・丹羽, 1967）、集団効力感や「魅力」に関する研究（丹羽, 1972）は国内でも散見されるものの、「一体感」に焦点を当てた研究は国内外を含めて確認することができない。つまり、「個人が組織をまとまっていると認めていること」（Forsyth, 2006, 2010）を意味し、集団凝集性の一下位概念に位置づけられる「一体感」を解明することは、わが国の集団凝集性研究を再び推進するための足掛かりとなるだけでなく、今後のわが国の社会心理学、スポーツ心理学の発展に貢献する有用な資料を獲得することにもつながる可能性があると考えられたため、本研究ではスポーツチームの一体感に関する研究を進めていくこととした。

(2) スポーツチームの一体感尺度の作成

(1)の内容に基づいて、スポーツチームの一体感を評価することができ、十分な信頼性と妥当性を有する尺度の作成に取り組んだ。

その結果、尺度は 2 因子構造・8 項目からなり、統計的に十分な信頼性と妥当性を有する尺度であることが確認された。なお、この尺度は Forsyth（2006, 2010）の集団凝集性

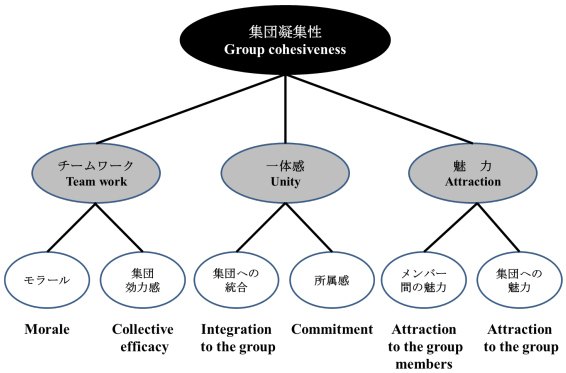

図１　集団凝集性モデル

モデルに準拠して２つの下位因子から構成され、各因子に含まれる項目についても、モデル内に見られる一体感の下位概念である「集団への統合」と「所属感」に関連する項目が抽出された。加えて、一体感と理論的に密接に関係することが想定された、集団効力感との間にも肯定的な関連性が示されたことから、本尺度は理論的妥当性を備え、特定の競技種目や対象者の年齢にも限定されない尺度であることが確認された。

(3) スポーツチームの一体感における関連要因の検討

選手（対象者）の属性からスポーツチームの一体感を検討するとともに、一体感の上位概念である集団凝集性を規定する環境要因に位置づけられる集団サイズ（チームの構成人数）との関連性について検討を行った。

その結果、スポーツチームの一体感は学校段階（大学生・高校生）およびチーム内での役割（レギュラー・準レギュラー・非レギュラー）の違いによって、その認知には差異があること、また集団サイズとの間には否定的な関連性があることが明らかになった。

(4) スポーツチームの一体感と組織風土との関連性の検討

スポーツチームの一体感を高めるための有効な手段を見出すことを目指し、一体感向上への組織風土（組織内の雰囲気）の影響過程について検討を行った。

その結果、まずスポーツチームに所属する選手の一体感と組織風土の認知について、選手の属性による違いを検討したところ、チームの成熟度が低いチーム作りの第１段階では「自由なコミュニケーション」が、チームが成熟する第２段階では「クラブ中心の統制」と「イノベーションの受け入れ」の重要度が高まることが示唆された。

以上の結果を踏まえ、スポーツチームの一体感と組織風土を構成する 3 要因について、「自由なコミュニケーション」が独立変数、「クラブ中心の統制」および「イノベーションの受け入れ」が媒介変数となって一体感（従属変数）に影響を及ぼすという仮説モデルの妥当性を検証した結果、モデルの妥当性が確認された（図 2）。

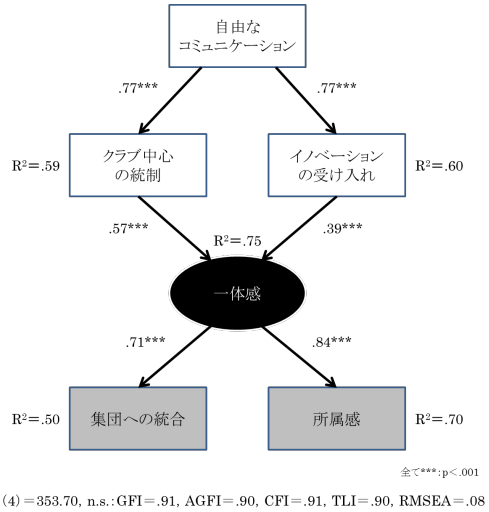

図２　仮説モデル

このことから、チーム作りにとって、メンバー同士の積極的なコミュニケーションは重要であるが、コミュニケーションだけでは不十分であり、それが起点となってチーム内の統制、新しい意見や行動の受容に結びつくことで、はじめて一体感醸成に結びつくということが明らかになった。

(5) 今後の展望

残念ながら、本研究では開始当初の目的であったスポーツ集団の凝集性とメンタルヘルスとの関連性について検討するまでには至らなかった。

しかし、わが国の社会心理学研究やスポーツ心理学研究が抱える課題に対して、わずかではあるが、科学的知見を提供することができたという点については、一定の評価をすることができるものと思われる。また、研究成果として記載はしていないが、最終年度に「スポーツチームの一体感が選手のメンタルヘルスに及ぼす影響」というテーマを１年の間研究し、その成果をまとめた論文を投稿して、現在は審査中である。

今後は、その研究論文を集約して、本研究で得られた科学的知見をさらに深めるとともに、広く国内外へ向けて発信し、社会心理学研究やスポーツ心理学研究のさらなる発展に貢献していきたいと考えている。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計２件）

① 山田　快、荒井　弘和、中澤　史、川田裕次郎、上村　明、北村　薫、広沢　正孝、スポーツチームの一体感と組織風土との関係性―コミュニケーションを起点とした一体感向上へのアプローチ方法の検討―、スポーツ産業学研究、査読有、第 24 巻第 2 号、2014、pp. 113―127

② Kai Yamada, Hirokazu Arai, Tadashi

Nakazawa, Yujiro Kawata, Akari Kamimura and Masataka Hirosawa, A study of the unity of sports teams: Development of a scale and examination of related factors, Journal of Physical Education and Sport, 査読有, 第13巻第4号, 2013, pp. 489-497

〔学会発表〕（計5件）

① 山田　快、上村　明、沖　和砂、加藤　恭章、川田　裕次郎、広沢　正孝、スポーツチームの一体感が選手のメンタルヘルスに及ぼす影響、日本体育学会、2014年8月、岩手大学（岩手県）ほか

② Kai Yamada, Akari Kamimura, Takanori Kato, Kazusa Oki, Yujiro Kawata and Masataka Hirosawa, The Effect of Unity on the Mental Health of Sports Teams, ASPASP 2014, 2014年8月, 国立オリンピック記念青少年総合センター（東京都）

③ 山田　快、荒井　弘和、中澤　史、川田裕次郎、上村　明、広沢　正孝、スポーツチームにおける一体感と環境要因との関連性の検討、日本体育学会、2013年8月、立命館大学（滋賀県）

④ Kai Yamada, Hirokazu Arai, Tadashi Nakazawa, Yujiro Kawata and Masataka Hirosawa, Development of a Unity Scale for Sports Teams, ISSP 13th World Congress of Sport Psychology, 2013年7月, 北京（中国）

⑤ 山田　快、荒井　弘和、中澤　史、川田裕次郎、広沢　正孝、スポーツチームの一体感尺度開発の試み、日本スポーツ心理学会、2012年11月、金沢星稜大学（石川県）

〔図書〕（計0件）

〔産業財産権〕（計0件）

〔その他〕（計0件）

６．研究組織

(1)研究代表者
広沢　正孝（HIROSAWA, Masataka）
順天堂大学・スポーツ健康科学部・教授
研究者番号：60218831

(2)研究分担者
水野　基樹（MIZUNO, Motoki）
順天堂大学・スポーツ健康科学部・准教授
研究者番号：20360117

(3)連携研究者
なし

(4)研究協力者
山田　快（YAMADA, Kai）
順天堂大学大学院・スポーツ健康科学研究科・博士後期課程学生

川田　裕次郎（KAWATA, Yujiro）
東京未来大学・こども心理学部・助教

上村　明（KAMIMURA, Akari）
順天堂大学大学院・スポーツ健康科学研究科・博士後期課程学生