

## 「良いチーム」になるために

### 【はじめに】

個人種目、団体種目等に関係なく、チームとして活動し目標を達成していくためにはチームワークが重要とされています。もちろん、個人種目と団体種目とでは個人がチームの目標達成に与える影響度合いは異なりますが、ずば抜けた選手が一人いたとしても必ず勝るとは限りません。特に、チームスポーツにおいては「集団の生産性は、個人の持っている力の合計である潜在的な生産性よりも大きくなることもあれば、小さくなることもある」(Steiner,1976)と指摘されています(図1)。

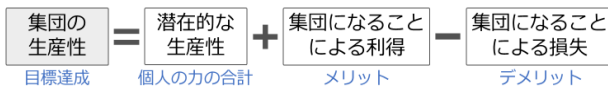


図1 集団の生産性(Steiner, 1976)

### 【チームワークを高めるための方法】

丹羽(1976)は、優れたチームの特徴として以下の4点を挙げています。今回はその特徴をもとに「良いチーム」を作り上げるための取り組みを紹介します。

#### 1. 共通の目標(集団目標)がある

共通の目標とは、チームのメンバー全員で共有する目標のことです。ここでは勝敗や記録などの結果に関する目標だけでなく、チームで「どのようなパフォーマンスを目指すか」、「どのようなチームの在り方を目指すか」などのチームの向かうべき方向性を明確にした目標を設定しましょう。また、その際はチームに所属するメンバーの意思を確認することも重要です。

#### 2. 安定した人間関係がある

チームを構成するメンバーそれぞれに役割があることも良いチームになるための重要な要素の一つです。ここでは、キャプテンや各ポジションのリーダーなどの公式なリーダーとしての役割だけでなく、ムードメーカーなどの非公式なリーダーとしての役割もあるため、チームの状況や個々の特徴に応じて、個々人が最適な役割を持つことが

重要です。その際には、自身の役割はチームにとってどのような影響を持つものか、どのように役割を全うしていくかなどを選手自身が考えておく必要があります。

#### 3. 成員の行動を規制する規範がある

集団の規範とは、集団のメンバーに求められる行動の基準を指します(Carron & Eys, 2012)。チームが何を重要視しているかによっても、一人一人の行動は変わります。そのため、チームの共通認識を日頃の取り組みから作り上げ、メンバーの個々人が、自分がその共通認識から逸脱した考えや行動、言動を行っていないかを確認していく必要があります。

#### 4. 自分たちのチームであるという感情がある

チームに対する情緒的な愛着を指します。言い換えるとチームに対する誇りやプライドです。ここに辿り着くまでには、先述した3点のポイントについて、正しい取り組みが行えているかが鍵となります。日頃から自分たちの取り組みを可視化し振り返る癖をつけることで、積み上げてきたものを確認でき、自分たちのチームの取り組みに胸を張れることに繋がっていくでしょう。

### 【まとめ】

何が良いチームかという定義はそれぞれのチームによって異なります。しかし、一人一人の選手が主体的に関わっていききたいと思えるチーム作りが成長を支えるといっても過言ではありません。そのための仕組みづくりを新チームが始まるこの時期に見直してみませんか。

### 【主要参考文献】

- Steiner, I.D. (1976) "Task-performing Groups." In Thibaut JW, Spence JT, Carson RC, eds., Contemporary Topics in Social Psychology. General learning Press.
- 丹羽劭昭(1976) 運動の社会心理. 松田岩男編, 運動心理学入門. 大修館書店, 204-241.