

サッカーコーチのコーチング行動におけるトレーニングプログラムの効果検証：コーチング行動の習熟過程における質的分析

清水, 智弘 / SHIMIZU, Tomohiro

(出版者 / Publisher)

法政大学スポーツ研究センター

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

BULLETIN OF Sports Research Center, HOSEI UNIVERSITY / 法政大学スポーツ研究センター紀要

(巻 / Volume)

39

(開始ページ / Start Page)

73

(終了ページ / End Page)

80

(発行年 / Year)

2021-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00026200>

サッカーコーチのコーチング行動におけるトレーニングプログラムの効果検証： コーチング行動の習熟過程における質的分析

A study of training program effectiveness in coaching behaviors of a soccer coach: A qualitative analysis of the process of mastery of coaching behaviors

清水 智 弘 (法政大学大学院)
Tomohiro Shimizu

要 旨

本研究はコーチング行動のトレーニングプログラムに参加したコーチ1名を対象に、コーチング行動の習熟過程およびトレーニングプログラムの効果について検証することが目的であった。コーチング行動の変容およびコーチングに対する態度や思考、価値等の認知変容について検討するために面接調査を行った。面接調査から得られたデータを質的に分析し、「対象者のこれまでのコーチング」「対象者に対するプログラムの効果」「現在の対象者のコーチングと課題」「コーチングの捉え方の変化」「コーチング行動における今後の課題」の5つの観点でストーリー・ラインを作成して理論記述を行った。作成したストーリー・ラインと理論記述から、調査対象者のコーチングに対する思考の整理に基づくコーチング行動の変容とコーチングに対する積極的な態度や思考、価値の変容、コーチング行動のトレーニングプログラムにおける課題が明らかとなった。

キーワード：SCAT, 効力予期, 結果予期, 結果価値

Key words : SCAT, efficacy-expectancy, outcome-expectancy, outcome-value

I 緒言

コーチは自身の競技経験や知識を持っているだけでなく、効果的に伝えてチームや選手のパフォーマンスを向上させる能力が求められる。コーチにはチームや選手を育てて目標達成の支援を行うために、専門的知識・対他者の知識・対自己の知識が必要とされる (Côté and Gilbert, 2009)。特に対他者の知識と対自己の知識はコーチの態度・行動として求められる能力 (日本スポーツ協会, 2019) で、コーチが自身の競技経験や知識を他者である選手に効果的に伝える能力として重要であろう。対他者の知識とは選手や同僚コーチをはじめとした関係者との人間関係を円滑にしていくための知識やスキルで、対自己の知識とは自らを適切に自己評価して自分の知識やスキルを向上させる能力である (日本スポーツ協会, 2019)。近年、我が国のコーチ育成ではコーチの態度・行動の重要性が見直され、選手の有能さや人間的成長を育むために選手の自律性を支援するコーチング行動 (Mageau and Vallerand, 2003) に焦点をあてたプログラムが展開されている (日本スポーツ協会, 2019)。有能さとは、スポーツに特化した技術や戦術、競技スキルを向上させることであるが (Côté and Gilbert, 2009)、選手の有能感を高めるにはスポーツにおけるパフォーマンスの向上が前提であろう。パフォーマンスを高めるには、動機づけの観点から選手の自律性は重要であるものの、選手へ技能やスキルを効果的に伝えて獲得させるコーチング行動もコーチとして欠かせない能力である。

選手のパフォーマンス向上に必要な運動技能やスキルを獲

得させるコーチングの研究として、応用行動分析学に基づいた行動的コーチングの研究結果 (Rushall and Pettinger, 1969 ; Allison and Ayllon, 1980 ; Harding et al., 2004 ; Kladopoulos and McComas, 2001 ; Luiselli et al., 2011 ; Stokes et al., 2010 ; 安生・山本, 1991 ; 栗林ほか, 2017 ; 根木・島宗, 2009) がコーチング行動の改善に活用できる。例えば、フリーズコーチング (Allison and Ayllon, 1980) はスポーツの指導現場で既に活用されており (日本サッカー協会, 2016 ; 小野, 1998)、コーチング行動を改善するための有効な指針である。清水・荒井 (2019) はコーチング行動とサッカーチームのパフォーマンスに注目し、行動的コーチングの知見を活用したコーチング行動のトレーニングプログラムを作成した。チームパフォーマンスを向上させるコーチング行動としてインストラクションとフィードバックに焦点をあて、トレーニングプログラムの効果をコーチング行動とチームパフォーマンスで縦断的に検討した。その結果、インストラクションとフィードバックのコーチング行動は改善され、チームパフォーマンスが向上することが示唆された (清水・荒井, 2019)。一方、上記2つのコーチング行動の変容に関連して、パフォーマンス向上に寄与しない抽象的または冗長なフィードバックに対して効果がなかった点、コーチの認知変容に関連して、コーチング行動に対する自己評価尺度の得点が向上しなかった点、以上の2点が問題として残った。

コーチング行動の変容およびコーチングに対する認知変容に関連するトレーニングプログラムの2つの問題点を検証す

るうえで、Banduraの社会的認知理論(1986)が有効である。本理論は「説明理論・モデル」として介入のための方略も兼ね備えており(竹中・上地, 2002)、行動変容を意図した介入プログラムの問題点を検証して解決策を検討するうえで有用である。本理論では人間の行動を決定する要因として「結果予期」と「効力予期」の基本的認識が存在し、どちらも行動を予測する先行要因である。結果予期は自分自身の行動の帰結として得られるものに対する予期、効力予期はある行動が自分にできるかどうかについての予期と定義される(Bandura, 1978)。社会的認知理論を単純な行動に限らず社会的行動に適用する場合、効力予期だけでなく「結果予期」も行動の予測に重要性である(Eastman and Marzillier, 1984)。また、藤生(1991)は適切なスキルがある者の社会的行動を考える際、課題の重要性を含む「結果価値」の意義を指摘している。ゆえに、コーチング行動の変容およびコーチングに対する態度や思考、価値等の認知変容について効力予期、結果予期、結果価値の観点から考察することは、コーチング行動の変容を意図した清水・荒井(2019)のトレーニングプログラムを検証するうえで有効と考えた。

そこで本研究では、清水・荒井(2019)の実験参加者を調査対象者としてコーチング行動の習熟過程およびトレーニングプログラムの効果について実験参加者の視点から調査を行い、質的分析を行うこととした。具体的には「コーチング行動の変容およびコーチングに対する態度や思考、価値等の認知変容」について面接調査を行い、質的分析の結果を効力予期、結果予期、結果価値の観点から考察して清水・荒井(2019)のトレーニングプログラム改善のための基礎資料を得ることを目的とした。

II 方法

1. 調査対象者

対象者は清水・荒井(2019)の実験参加者で、関東圏のサッカークラブに所属する中学1年生を指導する男性コーチ1名であった。指導経験は7年で、日本サッカー協会C級ライセンスを保有していた。

2. 調査時期

2020年9月と11月に調査を実施した。

3. 調査方法

研究実施者と対象者で1対1の半構造化面接を下記の調査項目について実施した。面接調査にあたって研究実施者が対象者に研究の目的や倫理的配慮・個人情報保護などについて説明し、研究参加と音声データ録音への同意を得たうえで回答を求めた。なお、本研究は、法政大学文学部心理学科・心理学専攻倫理委員会の承認(番号:20-0045)を得て実施された。

4. 調査項目

コーチング行動の変容およびコーチングに対する態度や思

考、価値等の認知変容について、以下の項目を尋ねた。

- 1) 「トレーニングプログラムの効果および効果の継続性、現在抱えるコーチングの課題について教えてください。」
- 2) 「トレーニングプログラムで扱った標的行動とパフォーマンス指標に関連はありましたか、また、あなたの課題解決にとって今回選択した標的行動は適切でしたか。」
- 3) 「トレーニングの手続きとトレーニングプログラムの感想や問題点、期待することを教えてください。」
- 4) 「トレーニングプログラムを受ける前と後でコーチングに対する価値観・考え方・捉え方、選手に対する関わり方について変化はありましたか。」
- 5) 「トレーニングプログラムで感じられた効果とコーチング行動における現在の自信や今後の課題について教えてください。」

5. 分析方法

調査は2回実施され、総面接時間は約145分で、得られた音声データの逐語録を作成した。作成された逐語録のテキストデータについてStep for Coding and Theorization: SCAT(大谷, 2008, 2011)による分析を行った。SCATは特定の学派から考案された分析方法ではなく、GTAやM-GTAの考え方を活用した質的分析方法である。本分析方法は単一事例の比較的少量のデータや自由記述などの限られたデータの分析も行える特徴を持ち、対象者の認知や感情等を経時的に捉えて概念化することができる(大谷, 2008, 2011)。したがって、一人の対象者の認知変容について分析する本研究に適していると考えられた。はじめにSCATは、「テキスト中から着目すべき語句」の抽出、「テキスト中の語句の言い換え」による一般化、「言い換えた語句を説明するようなテキスト外の概念」の検討、「テーマ・構成概念」の考案、以上の4つのステップでコーディングを行う。つづいて、考案された「テーマ・構成概念」を紡いで「ストーリー・ライン」と「理論記述」の手順で分析を行う(大谷, 2008, 2011)。以上の手順で4つのステップでコーディングを行い、抽出された構成概念を紡いでストーリー・ラインを作成し、本事例から言及できる理論記述を行った。なお、大谷(2008)は小規模データについては確定的で一般化可能な理論を得ることはほぼ不可能であることから理論記述を不要とすることを認めているが、理論記述は予測的・処方的で、個別的・具体的なもの理論記述の可能性を探索しながら記述することができることも述べている。本研究はトレーニングプログラムを検証し、改善のための基礎資料を得ることを目的としており、予測的・処方的な捉え方が重要であるため理論記述まで行った。分析作業は心理学を専攻する博士後期課程の大学院生(著者)が行った。

III 結果

清水・荒井(2019)の実験参加者であったX氏の経験に基づき、コーチング行動の習熟過程およびトレーニングプログラムの効果について調査を行い、SCATによる分析を行った(表

表 1 SCAT による分析例

no.	発話者	テキスト	<1> テキスト中の注目すべき語句	<2> テキスト中の語句の言いかえ	<3> 左を説明するようなテキスト外の概念	<4> テーマ・構成概念
4	コーチ	<p>そうでもなかったと思いますね。場当たりのな感じだったかもしれないし、試合をやればやったで、何かしら課題は見えるけど、それをどう改善していこうかっていう方法を、まあ考えていなかったわけじゃないけど、出たものを直す、出たものを直す、みたいな感じで、あんまり計画的じゃない感じはあったから。そうすると、計画的じゃないより、ある程度こういうプランでやったほうがいいなっていうのを持ちながらやっていたほうが、本当、こっちが伝えやすい、いろんなことを。迷わなくて済む。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・場当たりのな感じだった ・計画的じゃない感じはあった ・ある程度こういうプランでやった方がいい ・伝えやすい ・迷わなくて済む 	<ul style="list-style-type: none"> ・場当たりのでないプラン ・迷わずに伝えやすい 	整理されたプランからの明確なコーチング	整理されたトレーニングプラン

表 2 考案した構成概念一覧とカテゴリ

カテゴリ名	コード	内容
対象者のこれまでのコーチング	1-a	不明確なトレーニング
	1-b	改善策を持ってないコーチング
	1-c	原因推定できていないコーチング
対象者に対するプログラムの効果	2-a	思考の整理と構造化
	2-b	思考の整理によるトレーニング目的の明確化
	2-c	整理されたトレーニングプラン
	2-d	目標に向けたトレーニング実践
	2-e	計画性を持つことによるトレーニング・コーチングの検証
	2-f	トレーニング・コーチングサイクルにおける分析の重要性の理解
	2-g	チームの課題解決方法の習得
	2-h	冷静な分析、冷静な選手とのコミュニケーションの習得
	2-i	目的を持った練習と試合での検証によるコーチングの楽しさ
	2-j	選手が自律して課題解決するコーチングの重要性
	2-k	選手が自律して楽しめるコーチングの重要性
	2-l	選手・コーチ限らず、自律して課題解決することによる自信と楽しみが増すという発見
	2-m	選手・コーチ限らず、自律して課題解決することの面白さの発見
現在の対象者のコーチングと課題	3-a	その場での説明とタイミングの良い声掛け
	3-b	行動的なコーチングに対する意識継続
	3-c	行動的翻訳をしてからのコーチングの難しさ
	3-d	コーチングの工夫として選手を見守る
	3-e	必要最低限のポイントを絞ったコーチング
	3-f	発展性のあるコーチング
	3-g	以前のコーチング課題のプログラムによる解決
	3-h	コーチング行動の改善とチームや選手のパフォーマンス向上の関連
	3-i	タイミングの良いコーチングによる選手のポジティブな変化
コーチングの捉え方の変化	4-a	コーチングへの自信向上
	4-b	コーチングの取り組みと態度のポジティブな変容
	4-c	コーチングの成功体験による感情のポジティブな変容
	4-d	練習や試合に対する視点・思考の変化
	4-e	プロセス視点になったことによる感情制御
コーチング行動における今後の課題	5-a	チームをコーチングするうえでの課題
	5-b	技術だけでなく励ましのコーチングの必要性
	5-c	選手がプロセス視点になるためのコーチングの重要性
	5-d	チームを目標に向かわせるコーチングの重要性
	5-e	選手の意識を自分の目標に向かわせるコーチングの重要性
	5-f	選手にトレーニングサイクルを理解させるコーチングの必要性
	5-g	選手のレベルに応じたコーチングの必要性
	5-h	忍耐力や競技意欲などの心理的競技能力
	5-i	競技場面以外のコーチングの必要性
	5-j	選手理解による動機づけ
	5-k	チームに対してチームを惹きつけるアイデア
	5-l	選手一人一人に対してサッカーへ集中させるコーチング
	5-m	チーム内で課題の異なる選手を扱うコーチング

1). 分析の結果から、X氏のコーチング行動の変容およびコーチングに対する態度や思考、価値等の認知変容について43個の構成概念を考案した(表2)。考案した構成概念を【対象者のこれまでのコーチング】【対象者に対するプログラムの効果】【現在の対象者のコーチングと課題】【コーチングの捉え方の変化】【コーチング行動における今後の課題】の5つのカテゴリで整理して、それぞれについて構成概念を用いてストーリー・ラインを作成、理論記述を行った。以下に各カテゴリのストーリー・ラインと理論記述を示す。

1. 【対象者のこれまでのコーチング】におけるストーリー・ライン、理論記述

X氏はこれまでのコーチングを「不明確なトレーニング(1-a)」で、チームや選手に問題が見つかった際に「改善策を持ってないコーチング(1-b)」と評した。自分の理想とするチームの目標があるものの、目標までのプロセスについて検討せずにトレーニングを計画してコーチングにあたり、チームや選手の成長について検証できていなかった。そして、問題に対する改善策に関して、改善策を導き出せていなかったことから問題の「原因推定できていないコーチング(1-c)」を続けていた。以下に理論記述を示す。

- 1) 不明確なトレーニングはチームや選手の問題を改善に導けない。
- 2) 目標までのプロセスを具体的に検討しなければチームや選手の成長を検証ができずに改善策のないコーチングを導く。
- 3) 原因推定できていないコーチングはチームや選手の問題を改善に導けない。

2. 【対象者に対するプログラムの効果】におけるストーリー・ライン、理論記述

清水・荒井(2019)の行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムの効果として、X氏はトレーニングとコーチングに対する考え方が整理された。まず、「思考の整理と構造化(2-a)」が行われ、「思考の整理によるトレーニング目的の明確化(2-b)」を行うことができた。トレーニングの目的が明確になることで、「整理されたトレーニングプラン(2-c)」を持つことができ、「目標に向けたトレーニングの実践(2-d)」ができるようになった。このような過程を経て、「計画性を持つことによるトレーニング・コーチングの検証(2-e)」ができるようになり、X氏は「トレーニング・コーチングサイクルにおける分析の重要性の理解(2-f)」ができた。そして「チームの課題解決方法の習得(2-g)」、「冷静な分析、冷静な選手とのコミュニケーションの習得(2-h)」を実感し、「目的を持った練習と試合での検証によるコーチングの楽しさ(2-i)」も感じるようになった。また、X氏はトレーニングプログラムを通じて「選手が自律して課題解決するコーチングの重要性(2-j)」「選手が自律して楽しめるコーチングの重要性(2-k)」を考えるようになり、「選手・コーチ限らず、自律して課題解決することによる自信と楽しみが増すという発見(2-l)」「選

手・コーチ限らず、自律して課題解決することの面白さの発見(2-m)」に至った。以下に理論記述を示す。

- 1) 行動的なコーチングの支援はコーチのトレーニングとコーチングに対する考え方の整理を促す。
- 2) 思考が整理、構造化されるとトレーニングの目的が明確化になり、整理されたトレーニング計画を立てることができるようになる。
- 3) 整理されたトレーニング計画を持つことでトレーニングとコーチングの検証が可能となり、トレーニング・コーチングサイクルにおける分析の重要性の理解が促進される。
- 4) 整理されたトレーニング計画を持つことでチームの課題解決方法の考案や冷静な分析ができるようになり、選手とのコミュニケーションもとれるようになることでコーチングの楽しさを感じられるようになる。
- 5) トレーニングとコーチングに対する考え方が整理されると、選手が自律して課題解決するコーチングや選手が自律して楽しめるコーチングの重要性を認識し、自律して課題解決することに対する自信や楽しみ、面白さを発見することができる。

3. 【現在の対象者のコーチングと課題】におけるストーリー・ライン、理論記述

X氏はトレーニングプログラムの後、「その場での説明とタイミングの良い声掛け(3-a)」ができるようになった。現在は「行動的なコーチングに対する意識継続(3-b)」に取り組んでおり、「行動的翻訳をしてからのコーチングの難しさ(3-c)」を課題として感じている。また、「コーチングの工夫として選手を見守る(3-d)」ことや「必要最低限のポイントを絞ったコーチング(3-e)」といったコーチに依存しない選手の自律性支援に取り組み、「発展性のあるコーチング(3-f)」といった目標を持っていた。X氏は自身のコーチング行動の変容により、「選手に意図が伝わらない」といった「以前のコーチング課題のプログラムによる解決(3-g)」が得られ、コーチング行動の変容とチーム・選手について、「コーチング行動の改善とチームや選手のパフォーマンス向上の関連(3-h)」を実感して、「タイミングの良いコーチングによる選手のポジティブな変化(3-i)」といった具体的な成功体験を得ていた。以下に理論記述を示す。

- 1) 行動的なコーチングは、即時的な説明およびタイミングの良い声掛けを習得させる。
- 2) コーチが選手のポジティブな変化を感じることはコーチングにおける課題意識や目標を持つなど意欲的な取り組み態度へと変容を促す。
- 3) 行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムは、行動的なコーチングの認知的な難しさを認識させる。
- 4) 行動的なコーチングとしてのインストラクション・フィードバックは、選手を見守る、必要最低限のポイントを絞るといった選手の自律性支援のコーチングに対す

る有効性はない。

- 5) 行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムは、選手に意図が伝わるコーチングを習得させ、チームや選手のパフォーマンスを向上させる。

4. 【コーチングの捉え方の変化】におけるストーリー・ライン, 理論記述

プログラムを通じて、X氏は「コーチングへの自信向上(4-a)」を実感して、「コーチングの取り組みと態度のポジティブな変容(4-b)」や「コーチングの成功体験による感情のポジティブな変容(4-c)」が起きた。また、「練習や試合に対する視点・思考の変化(4-d)」がおき、「プロセス視点になったことによる感情制御(4-e)」ができるようになった。以下に理論記述を示す。

- 1) 行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムは、コーチングの自信や楽しさを促進し、コーチングに対する積極的な取り組み態度を促進する。
- 2) 行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムは、コーチングの成功体験によるポジティブな感情を経験させる。
- 3) 行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムは、練習や試合におけるコーチの視点・思考をプロセス視点・思考へと変化させ、感情制御に寄与する。

5. 【コーチング行動における今後の課題】におけるストーリー・ライン, 理論記述

清水・荒井(2019)のプログラムで標的行動とした『インストラクション』と『フィードバック』以外のコーチング行動として『励まし』の必要性が示された。「チームをコーチングするうえでの課題(5-a)」として、チームの選手間におけるレベル差から生じる不協和、選手の動機づけや意欲の減退が挙げられ、「技術だけでなく励ましのコーチングの必要性(5-b)」が示された。また、「選手がプロセス視点になるためのコーチングの重要性(5-c)」「チームを目標に向かわせるコーチングの重要性(5-d)」「選手の意識を自分の目標に向かわせるコーチングの重要性(5-e)」が示され、チームを管理するうえでの課題と各選手を指導するうえでの課題が明らかになった。選手が自分とチームの目標に向かい、プロセス志向になる為に「選手にトレーニングサイクルを理解させるコーチングの必要性(5-f)」と「選手のレベルに応じたコーチングの必要性(5-g)」があり、「忍耐力や競技意欲などの心理的競技能力(5-h)」を扱うことも必要で、競技場面に限らずに「競技場面以外のコーチングの必要性(5-i)」が示された。その他、「選手理解による動機づけ(5-j)」「チームに対してチームを惹きつけるアイデア(5-k)」「選手一人一人に対してサッカーへ集中させるコーチング(5-l)」「チーム内で課題の異なる選手を扱うコーチング(5-m)」をあげたが、その多くが選手一人一人に応じながらも、チームに向かわせるコーチングの高品質化であった。競技場面以外の課題として「コーチングに対するクラブ内での理解

の必要性(5-n)」が示された。以下に理論記述を示す。

- 1) チームをコーチングするうえでチーム内の調和を醸成し、選手の動機づけや意欲を維持するためには技術指導だけでなく励ますコーチングが必要である。
- 2) 選手がプロセス志向になる為には、コーチは競技場面に限らず競技以外の場面も活用して選手のレベルに応じたコーチングを行い、忍耐力などの心理的競技力を高めつつ、トレーニングサイクルを理解させる必要がある。
- 3) チーム全体へのコーチングの成果を出すためには、選手個々を理解して動機づけを高め、チームへ課題や方針を提示することでサッカーと向き合う態度を醸成する必要がある。
- 4) コーチングの高品質化のためには組織のコーチングに対する理解が必要である。

IV 考察

本研究の目的は、コーチング行動の変容におけるトレーニングプログラムを検証して改善のための基礎資料を得ることであった。トレーニングプログラムに参加したコーチを調査対象に実験参加者の視点からコーチング行動の習熟過程およびトレーニングプログラムの効果について面接調査を行い、質的に分析した。その結果、「コーチング行動の変容およびコーチングに対する態度や思考、価値等の認知変容」について以下の点が明らかになった。

まず、トレーニングプログラム前のX氏のコーチングは不明確なトレーニングと原因推定のないコーチングでチーム・選手の成長を検証できず、問題の解決ができていなかった。伝説的な男子バスケットボールコーチであるWoodenは緻密な練習計画に基づくコーチングにより多くの成果を上げており(Gallimore and Tharp, 2004)、X氏にはコーチング前の練習計画の準備が不十分であったと思われる。X氏の主訴は『選手に意図が伝わらない』という、コーチングに対する積極的な結果予期を持っていないことであった。その背景として、トレーニングとコーチングにおいて思考を整理する方法論を知らなかったこともあるが、コーチングのために思考整理が重要であるという結果価値と思考整理に対する結果予期・効力予期を持ってなかったことが推察される。また、X氏は技術指導に対する効力予期(Feltz et al., 1999; Myers et al., 2008)が低かった。藤生(1991)は効力予期とともに結果予期と結果価値にも焦点をあてて、これら3つの概念が社会的行動を促進するうえで必要であることを示唆している。これら3つの概念は絡み合って行動と結びつくと考えられるが(藤生, 1991)、効力予期が最も重要であると考えられている。しかし、結果予期と結果価値についても行動意図と関連することが示されており(Maddux et al., 1982; Maddux and Rogers, 1983)、Horn(2008)のコーチングモデルを踏まえてもコーチングのための思考整理における結果価値と結果予期、効力予期ならびにコーチングの結果予期と効力予期をコーチング行動の規定要因として高める必要があったと推察された。

次にX氏は、行動的なコーチングを支援するトレーニングプログラムでトレーニングとコーチングにおける考えが整理され、構造化されたことでトレーニング目的が明確になった。トレーニングの目的が明確になり思考整理に対する結果予期を持ち、トレーニング計画が整理されて目標に向けたトレーニングの実践およびトレーニングとコーチングの検証に対する効力予期が高まった。そして、思考整理によるトレーニング・コーチングサイクルの分析が重要であるという結果価値も持つようになり、チームの課題解決や選手とのコミュニケーションに対する効力予期も持てるようになった。島宗(2004)は、インストラクションで引き出す行動(プレー)を具体的に決めるためには課題を分析する必要性を述べており、清水・荒井(2019)のトレーニングプログラムに組み込まれていた課題分析のワークがX氏の思考整理に寄与したと思われる。しかし、トレーニングプログラムでは課題分析のワークを研究実施者とともに取り組んでいる。X氏は課題分析による思考整理の重要性(結果価値・結果価値)を強調していたものの、課題分析による思考整理に対する効力予期が高まったことは述べておらず、清水・荒井(2019)で自己効力感が高まらなかった原因として示唆された。

そして、X氏は上述の効力予期を高めて、コーチングの結果予期として楽しさを持てるようになった。また、具体的なコーチング行動として、その場で説明できることとタイミング良く声掛けすることに対する効力予期が持てるようになった。前述のWoodenは選手のプレーに対して詳細に、選手と同じペースでその場での判断を計画的に下しており(Gallimore and Tharp, 2004)、X氏もタイミングの良い声掛けで、選手の意欲や集中力、パフォーマンスを向上させ、選手の行動面(プレー)や認知面における結果予期も持てるようになっていた。さらにX氏は、発展性のあるコーチングといった目標を持ち、行動的なコーチングが重要であるという結果価値を持つようになっていた。トレーニングプログラム前にX氏が抱えていた『選手に意図が伝わらない』というコーチングの問題意識は解決されたことが語られたが、チームや選手のパフォーマンス向上と選手の意欲・集中力の促進とともに動機づけを高める、選手の納得を得る、選手との信頼関係を構築できるといった結果予期を持てるようになったことから問題意識は解決されることが理解できた。総じて、X氏はコーチングにおける思考整理を通じてコーチング行動に対する効力予期を高め、コーチングの楽しさや面白さを感じるようになり、選手の積極的な変化への結果予期も持てるようになった。思考整理に関しては、コーチングの事前準備を行うようになり、思考を整理してトレーニングとコーチングを計画する事前準備が重要であるという結果価値と結果予期を持つようになったと推察された。

一方、X氏は行動的なコーチングを行うことの意識を継続しているものの、現状は難しさを感じており、十分な水準で行動的なコーチング行動に対する効力予期を持つには至っていなかった。原因は行動的なコーチングに欠かせない行動的

翻訳を行いながらの課題分析に対する難しさであることが推測され、効力予期を高めるために情報源として継続的な介入支援による成功体験、グループ学習などが有効と考えられる(Bandura, 1986)。また、今後の課題として、チームをコーチングするうえでチーム内の調和を醸成し、選手の動機づけや意欲を維持し、選手の心理的競技能力も高めるために励ますコーチングやチームをリードするコーチング、選手個々の理解を必要としていた。ここで励ますコーチングに関して、清水・荒井(2019)の問題点であったパフォーマンス向上に寄与しないと考えられた抽象的または冗長なフィードバックは励ましとして用いられており、励ましと称賛の類似性から測定で混同した可能性が指摘されていた。X氏は励ますコーチングをトレーニングプログラムの実施中から価値を置いていたことが示唆された(清水・荒井, 2019)。さらにX氏は、選手がプロセス志向になるために競技場面に限らず競技以外の場面も活用して選手のレベルに応じたコーチングを行い、忍耐力などの心理的競技力を高めつつ、トレーニングサイクルを理解させることを目標としていた。ここでも同様にトレーニングサイクルを理解させ、心理的競技力を高めるために励ますコーチングの重要性が示されている。組織レベルの観点からは、コーチングの高品質化のためには、クラブのコーチングに対する理解の必要性を指摘している。Feltz et al. (1999)のコーチング効力感の概念モデルでは、コーチング効力予期の源泉として社会的なサポート(学校、地域、親のサポートなど)に影響されるとしたが、社会的なサポートについてはコミュニティサポートと親のサポートのみで、アスレティックディレクター(組織内におけるスポーツ部門の統括者)のサポートは関連が示されなかった。しかし、Horn(2008)のコーチング効果のモデルでは社会的文脈とともに組織の雰囲気やコーチの期待や信念、価値に影響を及ぼすことが示唆されており、X氏のコーチングに対する効力予期や結果予期、結果価値にクラブの方針や雰囲気が関連要因として考えられた。

最後に、トレーニングプログラムの波及的效果として、X氏は練習や試合において、結果に対する怒りの感情が生起するものの、思考の整理と構造化によりプロセス視点・思考になることで怒りの感情を制御して冷静にチームや選手のパフォーマンスを分析できるようになっていた。このことが思考整理の結果価値を高めたと推察された。コーチングのプロセスにおいて、コーチに怒りの感情があることが明らかになっており(Keegan et al., 2009; Kerr and Stirling 2012; Omli and LaVoi 2009)、コーチがプレー修正のための効果的なコーチングをしたと感じているにもかかわらず、選手がミスを繰り返す場合にフラストレーションを感じる事が指摘されている。思考の整理でトレーニング目的を明確にしてプロセス視点で検証するという論理的なプロセスがコーチの感情制御に寄与することが示唆された。もう1点、X氏は選手とコーチの自律性の重要性という結果価値を持つようになり、そこから得られるコーチングの自信と楽しさ、面白さといった結果予期も持てるようになった。実際に、選手を見守ることや必要最

低限のポイントを絞ったコーチングなど、選手の自律性を支援するコーチング行動への取り組みも認められ、効力予期が高まっている様子も確認できた。清水・荒井（2019）では意図していなかった選手の自律性支援といったコーチング行動に対する結果価値と結果予期を持つようになったことは、課題分析で思考を整理するプロセスがコーチの自律性を高めて、自律的にトレーニングとコーチングを検証した結果、自信と楽しさ、面白さを感じられたという成功体験が要因として考えられた。

V 結論

1. コーチング行動の変容とコーチングに対する態度や思考、価値の変容

X氏の不明確なトレーニングと原因推定のないコーチングは、トレーニングとコーチングに対する思考が整理・構造化されたことでトレーニング目的が明確になり、トレーニング計画も整理されて目標に向けたトレーニングとコーチングの実践ができるようになった。

X氏は思考を整理してトレーニングとコーチングが改善されたことで、チームの課題解決や選手とのコミュニケーションができるようになり、コーチング行動の自信を深め、コーチングの楽しさや面白さを感じるようになった。

X氏は自身のコーチング行動の変容とともに、選手のパフォーマンスと心理面の積極的な変化を実感できるようになった。また、波及効果としてX氏は練習や試合において結果に対する怒りの感情が生起するものの、思考の整理と構造化によってプロセス視点・思考になることで怒りの感情を制御して冷静にチームや選手のパフォーマンスを分析できるようになっていた。

2. コーチング行動のトレーニングプログラムにおける課題

X氏は課題分析による思考整理の重要性を理解したものの、思考整理が必要な行動的なコーチングに難しさを残しており、これが清水・荒井（2019）においてX氏の自己効力感が高まっていなかった原因の一つとして考えられた。

X氏は今後の課題として、プロセス志向を促進することでチーム内の調和を醸成し、選手の動機づけや意欲を促進すること、さらには選手の心理的競技能力も高めるために励ますコーチングやチームをリードするコーチング、選手個々の理解を必要としていた。

X氏が励ますコーチングを重視していたことによって清水・荒井（2019）の測定では励ましとフィードバックが混同されてしまい、減らすことを意図したフィードバックが減少しなかった原因の一つとして考えられた。

3. 結語

本研究の分析に用いたSCATは主に対象者についての記述的な理解を得ることを目的としている。対象者の経験からストーリー・ラインを断片化して、理論記述を行ったが、普遍

的で一般的に通用する理論ではなく、「本研究で得られたデータから言えること」であり、本研究の限界点である。しかし、経時的かつ概念的に対象者のコーチング行動の変容およびコーチングに対する認知の変容を検討したことはトレーニングプログラムの基礎資料として価値のある資料である。また本研究は、一般化可能とはいえないものの、コーチング行動の変容における仮説生成のための基礎資料になり得ると思われる。

文献

- Allison, M. G. and Ayllon, T. (1980) Behavioral coaching in the development of skills in football, gymnastics, and tennis. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 13 (2): 297-314.
- 安生祐治・山本淳一 (1991) 硬式野球におけるスローイング技能の改善: 行動的コーチングの効果の分析. *行動分析学研究*, 6 (1): 3-22.
- Bandura, A. (1978) Reflection on self-efficacy. *Advance in Behavior Research and Therapy*, 1: 237-269.
- Bandura, A. (1986) *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall: New York.
- Côté, J. and Gilbert, W. (2009) An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4 (3): 307-323.
- Eastman, C. and Marizillier, J. S. (1984) Continuing problems with self-efficacy theory: A play to Bandura. *Cognitive Therapy and Research*, 8: 213-229.
- Feltz, D. L., Chase, M. A., Moritz, S. E., and Sullivan, P. J. (1999) A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Educational Psychology*, 91 (4): 765.
- 藤生英行 (1991) . 拳手と自己効力, 結果予期, 結果価値との関連性についての検討. *教育心理学研究*, 39 (1): 92-101.
- Gallimore, R. and Tharp, R. (2004) What a coach can teach a teacher, 1975-2004: Reflections and reanalysis of John Wooden's teaching practices. *The Sport Psychologist*, 18 (2): 119-137.
- Harding, J. W., Wacker, D. P., Berg, W. K., Rick, G., and Lee, J. F. (2004) Promoting response variability and stimulus generalization in martial arts training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 37 (2): 185-195.
- Horn, T. S. (2008) Coaching effectiveness in sport domain. In: Horn, T. S. (ed.) *Advances in Sport Psychology*, pp. 239-267.
- Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., and Lavalley, D. E. (2009) A qualitative investigation exploring the motivational climate in early career sports participants: Coach, parent and peer influences on sport motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10 (2): 361-372.
- Kerr, G. A. and Stirling, A. E. (2012) Parents' reflections on their child's experiences of emotionally abusive coaching practices.

- Journal of Applied Sport Psychology, 24 (2): 191-206.
- Kladopoulos, C. N. and McComas, J. J. (2001) The effects of form training on foul-shooting performance in members of a women's college basketball team. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 34 (3): 329-332.
- 栗林千聡・中津昂太郎・佐藤寛 (2017) 高校ラグビー選手におけるプレースキックスキルの行動的コーチングの効果. *行動分析学研究*, 32 (1): 51-60.
- Luiselli, J. K., Woods, K. E., and Reed, D. D. (2011) Review of sports performance research with youth, collegiate, and elite athletes. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 44 (4): 999-1002.
- Mageau, G. A. and Vallerand, R. J. (2003) The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Science*, 21 (11): 883-904.
- Maddux, J.E. and Rogers, R.W. (1983) Protection motivation and self-efficacy: A revised theory of fear appeals and attitude change. *Journal of Experimental Social Psychology*, 19: 469-479.
- Maddux, J.E., Sherer, M., and Rogers, R.W. (1982) Self-efficacy expectancy and outcome expectancy: Their relationship and their effects. *Cognitive Therapy and Research*, 6: 207-212.
- Myers, N. D., Feltz, D. L., Chase, M. A., Reckase, M. D., and Hancock, G. R. (2008) The coaching efficacy scale II—High school teams. *Educational and Psychological Measurement*, 68 (6): 1059-1076.
- 日本サッカー協会 (2016) サッカー指導教本 2016 JFA 公認 C 級コーチ. 公益財団法人日本サッカー協会: 東京.
- 日本スポーツ協会 (2019) コーチングとは. リファレンスブック, 公益財団法人日本スポーツ協会: 東京.
- 根木俊一・島宗理 (2009) 行動的コーチングによる合気道の技の改善. *行動分析学研究*, 24 (1): 59-65.
- Omlil, J. and LaVoi, N. M. (2009) Background anger in youth sport: A perfect storm. *Journal of Sport Behavior*, 32 (2): 242-260.
- 小野剛 (1998) クリエイティブサッカー・コーチング. 大修館書店: 東京, pp. 168-187.
- 大谷尚 (2011) SCAT: Steps for Coding and Theorization—明示的手続きで着手しやすく小規模データに適用可能な質的データ分析手法—. *感性工学*, 10 (3): 155-160.
- 大谷尚 (2008) 4ステップコーディングによる質的データ分析手法 SCAT の提案—着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化の手続き—. *名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要*, 54 (2): 27-44.
- Rushall, B. S. and Pettinger, J. (1969) An evaluation of the effect of various reinforcers used as motivators in swimming. *Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation*, 40 (3): 540-545.
- 島宗理 (2004) インストラクショナルデザイン—教師のためのルールブック—. 産業図書株式会社: 東京.
- 清水智弘・荒井弘和 (2019) グッドコーチ育成のための教育プログラム開発と効果検証. 2019 年度笹川スポーツ研究助成研究成果報告書, 185-190.
- Stokes, J. V., Luiselli, J. K., Reed, D. D., and Fleming, R. K. (2010) Behavioral coaching to improve offensive line pass-blocking skills of high school football athletes. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 43 (3): 463-472.
- 竹中晃二・上地広昭 (2002) 身体活動・運動関連研究におけるセルフエフィカシー測定尺度. *体育学研究*, 47 (3): 209-229.