

コーチング科目受講によって与える理想のコーチング行動の変化

森嶋 修

Changes in ideal coaching behavior given by taking coaching courses

Osamu Morishima

I 背景

平成国際大学のスポーツ健康学部では、コミュニケーション能力の高いスポーツ指導者の育成を目指している。スポーツ健康学部のカリキュラムでは対人関係論や身体表現論などコミュニケーション能力の向上を目指した講義科目を複数開講しているが、本研究は特にコーチングに関連する講義科目に焦点を当て調査を実施している。

コーチングを実施するにあたって、コーチは様々な人たちと関係を築くことが求められる（日本スポーツ協会, 2019）。最初にイメージすることができるコーチとプレーヤーとの関係だけではなく、競技によってはチーム内に複数名のコーチが在籍している場合もあるためコーチ同士、円滑な関係を築くことも求められるだろう。他にもコーチは、ファンやスポンサーなど支援者への対応や、学校に所属する部活動であれば他部活の指導者との関係を円滑に進めることも求められる場合もある。このようにコーチ単独でコーチングを実施することは不可能であり、人間関係が存在しないコーチングを考えることはできない（日本コーチング学会, 2017）。これらのことを踏まえ、効果的なコーチングを実践するためには対他者の知識が必要とされている（Côté & Gilbert, 2009）。

コーチが構築する様々な関係において、最も意識すべき関係はプレーヤーとの関係である（日本スポーツ協会, 2019）。コミュニケーション能力の高いコーチはプレーヤーと良好な関係を構築することで、効果的なコーチングを可能にしている。このような関係を構築するためにはコーチの振る舞いや発言が重要とされている。コーチングの際に用いられる行動や振る舞いはコーチング行動と呼ばれ、プレーヤーの動機づけや幸福感だけではなく、プレーヤーとコーチの関係性にも影響

を与えることが明らかとなっている（Mageau & Vallerand, 2003）。また、Bartholomewら（2009）によるとコーチの制御行動と呼ばれるコーチとして避けるべき行為は、プレーヤーの成長やコーチとの関係性を妨げるネガティブな影響を与えることも報告されており、コーチング行動の重要性を指摘している。これらのことから、望ましいコーチング行動を理解しプレーヤーと良好な関係を構築できるコーチは、コミュニケーション能力の高いコーチと評価することができるだろう。

したがって本研究は、コミュニケーション能力の高いコーチの育成を目的とする本学のスポーツ健康学部において、コーチング関連科目を受講することで学生が有する理想のコーチング行動の変化について調査を実施し、学生の意識に影響を与える講義内容や学生が学習したい内容を明らかにすることを目的としている。この研究を実施することでコーチング関連科目の講義内容を検討し、より質の高いコーチ育成プログラムの提供を目指している。

II 方法

本研究の調査対象者は平成国際大学スポーツ健康学部所属する学生である。調査は全4回実施された。1回目と2回目は2019年度コーチング論Iを受講している学生を対象とし、授業中に担当教員と筆者の依頼に応じて回答した。調査開始時に筆者が依頼し同意を得た。1回目は授業の初回である2019年4月11日の冒頭に事前調査を実施し、2回目は授業の最終回である2019年7月18日の末尾に事後調査を実施した。調査は個別自由記入式の質問紙調査で実施された。回答はすべて無記名で行われた。実施時間は、依頼・説明と回答を含めて15分程度であった。

3回目と4回目は2020年度コミュニケーション実習A・Bを受講している学生を対象とした。調査は各クラス2回実施し、1回目は筆者が担当する授業回の初回冒頭に事前調査を実施し（Aクラス：2020年10月27日、Bクラス：2020年11月24日）、2回目は筆者が担当する授業の最終回末尾に事後調査を実施した（Aクラス：2020年11月17日、Bクラス：2020年12月8日）。調査はすべて無記名で個別選択式とし、Google Formsを用いて行われた。実施時間は、依頼・説明と回答を含めて10分程度であった。

本研究ではLeadership Scale for Sport (Chelladurai & Saleh, 1980) (以下：LSS)を使用した。LSSとはスポーツ場面において発揮するリーダーシップ行動に関して調査する質問紙である。本研究ではLSSを用い、理想と考えているコーチの行動や振る舞いを調査した。LSSは40項目から構成される質問紙である。質問項目に関する因子は、Training & Instruction (T&I) (13項目)、Democratic Behavior (DB) (9項目)、Autocratic Behavior (AB) (5項目)、Social Support Behavior (SB) (8項目)、Positive Feedback (PF) (5項目)の5因子である。回答は5段階尺度のリッカートスケール法「Always (いつも) = 5, Often (しばしば) = 4, Occasionally (たまに) = 3, Seldom (めったにない) = 2, Never (決して) = 1」でそれぞれのコーチング行動に関する項目を5件法にて評価を求めた。

また、2回目に実施した事後調査時には自由記述として以下の質問項目を追加した。

1. コーチング論Iの授業15回を振り返って、

あなたの指導者像に最も影響を与えた授業内容は何ですか？

2. コーチング論Iの授業15回を振り返って、授業で取り扱ったがより深く学習したかった内容は何ですか？
3. コーチング論Iの授業15回を振り返って、授業で取り扱って欲しかった内容は何ですか？

これらの追加項目で得られたデータは、質的データ分析法 (Côté et al, 1993) を用いて分析をおこなった。分析の観点は日本スポーツ協会(2016)がコーチ育成に必要な学習領域の規範として示しているモデル・コア・カリキュラムを基準とし、分析結果から学生の授業理解度とニーズを理解することでコーチング関連科目の講義構成と内容の検討を目指した。

III 結果と考察

1. コーチング論I受講生のLSS分析

本研究で実施した事前調査の回答数は103名、事後調査の回答数は105名であった。なお、本研究では両調査に回答した92名分のデータを分析対象とした。LSSの解答から得られた各因子の平均点に両調査間に差があるのかどうかを検証するために、独立変数を因子と事前・事後調査、従属変数を各因子の得点とする対応のある2要因の分散分析を行った。その結果、事前・事後調査の主効果、および交互作用については有意な差(事前・事後調査： $F(1, 91) = .161$, 交互作用： $F(4, 369) = 1.58$)を確認することができなかったもの

表1 事前・事後、因子別にみた平均点、および多重比較検定結果

	T&I ¹	DB ¹	AB ¹	SB ¹	PF ¹	主効果 ²		交互作用 ²		多重比較検定 ³
						因子	事前・事後	因子×事前・事後		
事前	3.61 ±0.39	3.70 ±0.55	3.86 ±0.63	3.49 ±0.51	3.03 ±0.51	68.587*	.161	1.581	T&I>PF, DB>SB・PF, AB>T&I・SB・PF, SB>PF	
事後	3.56 ±0.49	3.64 ±0.57	3.80 ±0.62	3.54 ±0.54	3.07 ±0.51					

1：表中の数値は mean ± S.D. を示す。

2：「因子」「事前・事後」は繰り返しのある2要因の分散分析によるF値を示す。

3：表中には、多重比較(ボンフェローニの方法)の結果を示す。T&I：Training & Instruction, DB：Democratic Behavior, AB：Autocratic Behavior, SB：Social Support Behavior, PF：Positive Feedback

の、各因子の主効果については有意な差を確認することができた ($F(3.3, 300.4) = 68.6, p < .001$). さらに、各因子に対してボンフェローニの方法による多重比較を行ったところ、T&IはPFより平均点が高く、DBはSBとPFより平均点が高いことが明らかとなった。また、ABはT&I、SBおよびPFより平均点が高く、SBはPFより平均点が高いことが明らかとなった(表1)。

2. 追加項目1の分析

次に事後調査に実施した、自由記述で得られたコメントの分析を行った。追加項目1「コーチング論Iの授業15回を振り返って、あなたの指導者像に最も影響を与えた授業内容は何ですか?」に対して90件の回答が得られ、その中から58の意味的要素が本研究の分析対象となった。これらの意味的要素は最終的に「コーチングの理念・哲学」「対自分力」「対他者力」の大カテゴリーに分類され

表2 追加項目1の分析結果

ミーニングユニット	タグ	サブカテゴリー	カテゴリー	大カテゴリー
練習や試合選手から学ぶコーチングが私の中で印象的でした。選手はコーチに毎回様々なことを教えてくれるということ、コーチだから選手を下に見ないで、コーチだからこそ見習う必要がある。	選手と同じ立ち位置で、選手から学ぶ	コーチの学び	プレーヤーとともに学び続けるコーチ(6)	
選手から学ぶコーチングという授業で、できる選手やできない選手の差や、指導者が選手からいるなやり方を学ぶこともあり、指導者になっているいるな指導法があると思いました。	選手から指導法を学ぶ			
選手から学ぶ指導者になること	コーチとしての心構え			
選手から学ぶコーチングです。私の中でコーチは教え伝えるだけだと思っていましたが、それは違うことだと改めて感じました。	コーチング像の再認識			
コーチは教えるだけでなく、毎日毎日選手からたくさんのことを教えてもらっていること	選手からの学び	コーチング行動		
選手の意見も聞き、選手から学ぶこともあるというやつ	選手の意見を聴くコーチ			
良いコーチングと悪いコーチングの違い	望ましいコーチング行動			
「Teaching」と「Coaching」の違い。選手に対する指導者への接し方の違いの時の授業が最も影響を受けました	選手から答えを引き出すコーチング			
「ああそうか」「なるほど」「よしやるぞ」の原理(プレイスルー)	選手が伸びるきっかけはコーチが作る	新たなコーチングとの出会い	コーチング及びコーチとは(16)	
ティーチングとコーチングの違いで、型にはめるのではなく固々を伸ばしてあげることによる可能性を最大限に引き出すコミュニケーションで、選手と接するというのが興味を持ったし、今までの指導してくれた人思い出して比べてみた	選手とのコミュニケーション			
海外のスポーツは自主性を大事にしていることが素晴らしいと思った。日本では親性論でとても効果的じゃない	国によってコーチングスタイルが異なる			
日本と海外の指導法の違い	様々なコーチングスタイルを知る			
たくさんのコーチングの仕方があること	コーチングスタイルの発見			
日本と海外の指導の違い	国によってコーチングスタイルが異なる			
日本と海外のコーチングスタイル	国によってコーチングスタイルが異なる			
日本と海外のコーチングスタイル	国によってコーチングスタイルが異なる			
日本と海外とのコーチングスタイルです。海外と日本の違いなどを学ぶことで、日本のコーチングの課題など、色々おもうところがありました。	コーチングスタイルを知ることで見えた課題			
日本と外国の違い	コーチングスタイルの違い			
日本と海外での教え方や、コーチングについてまったく逆だったことです	様々なコーチングスタイルを知る			
日本と外国のコーチングについての違い。私は外国のようなやり方を取り入れて指導したいと思った。	新しいコーチングスタイルを知ること、見えた指導者像			
日本と海外のコーチングの授業について。先生の豊富な海外での経験があったからこそ聴くことができた話であったため、日本のダメな面とよく比較することができ、これからの指導についてよく考えることができた。	様々なコーチングスタイルを知ることで、自分の目指すべき指導について考える			
松井の敬遠された時の、自分と他人の意見の違い	ディスカッションで意見が対立し、指導者像に変化があった			
「名選手必ずしも名監督にあらず」のところは、とても興味深い内容で、自分も可能性があると思った	コーチに必要な資質の理解	これからの経験で良いコーチになれる可能性	コーチングの理念・哲学(45)	
私はやっぱり、選手として成功した人が指導者としても成功するとは限らないという授業です	コーチに必要な資質は、選手としての成功だけではない			
名選手名監督にあらずと知った話です。いくら良い選手でも良い経験をしたことが少ないので、良いと思った。	コーチング能力を向上させるための経験			
日本のコーチングは指導者が選手を選び、指導者に頼りがちだけどUSAのコーチは、選手が指導者を選び、知識が常に技術よりも高く、自分が主体となっている。日本の人は、1字思考が多く、高いレベルで戦うには専門科目以外に広い範囲をもってやらなきゃいけないことで、自分は専門を意識していたがこれをきっかけに視野を広く取り入れようと思いました。	選手として広い視野を持つことの重要性			
日本と海外のコーチングスタイル。これからの指導者は広い視野とビジョン(グローバルな視点)、情報収集力が必要だと学んだ	コーチに必要な能力を知る	コーチに必要な視点	コーチに求められる資質能力(6)	
指導者のあり方を実際の元競技者の例などから参考にできることがあった	コーチとしてのあり方			
選手から学ぶコーチング。選手から学ぶという考えが無く、選手に教えられる関係性が大切ということが影響を受けた。また、平井コーチ名語の一部に印象を受け、その言葉を大切にしていきたい。選手の言動にも気かけ、選手から学び、よりよいコーチになりたいと感じた。	コーチと選手の関係性、選手の観察			
生徒のことを本気で思い、本気でぶつかり、本気で支えてくれる指導者	コーチ-アスリート関係			
高山学院の監督の指導者像で、選手と指導者が同じ位置、目線でいるというのに影響を受け、そうなりたと思いました。	コーチ-アスリート関係、選手とおなじ位置に立つ	コーチ-アスリート関係	コーチ-アスリート関係・規範意識(5)	
できることがあたりまえだと思って教えないこと	選手とコーチの共通認識			
監督で選手が自分と一格のプレーができると思っていること	対象者の多様性			
TeachingとCoachingの違いについての講義。一語一語の内容が見えたと、中身を見ると意味が違うことが解った。	コーチングの目的の違い			
コーチの指導によって選手にどのような影響をあたえるか、どのように成長できるかが決まると感じました。	コーチングが選手の成長に影響を与える	コーチングの効果		
コーチングによる選手のパフォーマンスに与える影響	コーチングがパフォーマンスに影響を与える			
TeachingとCoachingの授業。子どもにスポーツを教える自分には、必要であり、指導者としてとても役に立つ内容だった	自律した選手の育成			
ティーチングとコーチングの違い。守破離。	自律した選手の育成			
アメリカは選手が指導者を選ぶ！日本は指導者が選手を選ぶという授業！	選手の主体的な取り組み	自律、主体性を目標としたコーチング	コーチの役割と使命(12)	
答えは常に選手に持たせるとのこと。内容的動機づけをこたわる。	選手主体の取り組みをし、モチベーションを高める			
指導者はあくまでも選手を支える側であって、指導者が主体になってはいけない	選手が主体のアスリートセンタードコーチング			
「やらされる百本よりやる気一本」この一言で私のコーチングがとても変わり、子ども達に指導するのにも楽しくなった	選手が主体的な取り組みをし、モチベーションを高める			
競技者が監督-コーチを選ぶ	選手の主体的な取り組み	チームビルディング		
日本と海外では選手間の関係性が異なる。アメリカでは練習でケンカしているのに本番では最高のチームメイトになるなど	コーチングスタイルによって、チームのスタイルが異なる			
外国のチームは日本などと違って試合中などチームの仲が悪いというか、チーム内で悪いところは言い合っているの強いチームになるというのが印象に残りました	チームのありかた			
PLAN、PLAN、PLAN				
PLAN、DO、SEE		コーチとしての計画性	多様な思考法(7)	対自分力(7)
練習計画の立て方という授業で、PLAN・DO・SEEというのを学び、一つ一つの意味が深いと感じ、この組み立てなら選手も伸びるかなと思った	計画的な取り組みで選手を向上させる			
練習計画の立て方、1人材、2環境、3予算	練習計画の要素			
チームのスローガンを決める。	目標設定の仕方			
バレーボールにおいて、練習試合では相手の強いのところを攻めて勝つ	課題の決め方	課題発見力・課題解決力		
SWOT分析	作戦の立て方			
TeachingとCoachingについて、相手の年齢やレベルによってティーチングとコーチングを使い分けること。	対象者に合わせたコーチング			
無理に練習をつきつけるのではなく、その日のコンディションなども把握する必要があるということです	その日の選手を把握し、練習を計画する			
愛のある言葉をかける。コーチング、ティーチング	コーチの言葉がけ	言葉がけによるコミュニケーション	コミュニケーション(6)	対他者力(6)
選手とのコミュニケーションです	選手とのコミュニケーション			
競技者に向ける声かけ(ベクトル)。場面やその人の性格など、モチベーションを考えてどのような声かけをすべきなのか、どのような声かけたら悪影響を与えてしまうのかを考えて声かけをする	対象者に合わせた言葉がけは、モチベーションを高める良い影響を与える			
生徒、競技者どうコーチするか(言い方)	コーチの言葉がけ			

た(表2)。各カテゴリーに分類された意味的要素の数は、「コーチングの理念・哲学」は45、「対自分力」は7、「対他者力」は6であった。「コーチングの理念・哲学」に関する意味的要素が最も多かったことから、このカテゴリーに関する講義内容は学生が有する理想のコーチング行動の変化に最も影響を与えたことが分析から明らかとなった。

3. 追加項目2の分析

追加項目2「コーチング論Iの授業15回を振り返って、授業で取り扱ったがより深く学習したかった内容は何ですか?」に対して84件の回答が得られ、その中から85の意味的要素が本研究の分析対象となった。これらの意味的要素は最終的に「コーチングの理念・哲学」「対自分力」「対他者力」「トレーニング科学」「トレーニング医・科学」の大カテゴリーに分類された(表3)。各カテゴリーに分類された意味的要素の数は、「コーチングの理念・哲学」は49、「対自分力」は10、「対他者力」は5、「トレーニング科学」は15、「トレーニング医・科学」は6であった。追加項目1と同様に「コーチングの理念・哲学」に関する内容が最も多かったが、追加項目1では見受けられなかった「トレーニング科学」と「トレーニング医・科学」に関する内容が分類された。この分析から、これらの内容をより深く取り扱って欲しいというニーズがあったもの、現在の講義内容では学生のニーズを満たせていないということが明らかとなった。

4. 追加項目3の分析

追加項目3「コーチング論Iの授業15回を振り返って、授業で取り扱って欲しかった内容は何ですか?」に対して、60件の回答が得られ、その中から62の意味的要素が本研究の分析対象となった。これらの意味的要素は最終的に「コーチングの理念・哲学」「対自分力」「対他者力」「トレーニング科学」「トレーニング医・科学」「現場における理解と対応」「指導実習」「その他」の大カテゴリーに分類された(表4)。各カテゴリーに分類された意味的要素の数は、「コーチングの理念・哲学」は8、「対自分力」は2、「対他者力」は13、「トレーニング科学」は17、「トレーニング医・科学」は5、「現場における理解と対応」は13、「指導実習」は

3、「その他」は1であった。なかでも「トレーニング科学」に関する意味的要素が自由記述の中で最も多かったが、新たに「現場における理解と対応」と「指導実習」に関するカテゴリーに分類されるコメントも得られた。従って、新たにこれらの内容を講義で取り入れることで学生のニーズを満たすことが調査から明らかとなった。

5. コーチング論Iの役割

本研究で分析した結果、学生が有する理想のコーチング行動に最も影響を与え、且つ、より深く取り扱って欲しい大カテゴリーは「コーチングの理念・哲学」であることが明らかとなった。日本スポーツ協会(2016)が示すモデル・コア・カリキュラムにおいて、「コーチングの理念・哲学」の領域は必要最低学習時間数が27時間と定められており、「トレーニング科学」と「スポーツ医・科学」と同様に、他の領域と比較すると長い学習時間が定められている(表6)。

調査対象としたコーチング論Iの授業は2年生の必修科目であり、コーチング関連科目として最初に受講する講義である。そのため講義の内容はコーチング関連科目への導入として、コーチングの理念や概念的な内容を主に取り扱うことになっている(表5)。したがって、「コーチングの理念・哲学」のカテゴリーに該当する内容が講義内に多く含まれていたため、自由記述において多くのコメントが得られたのではないかと考えられる。コーチング関連科目の最初の講義科目としての役割を踏まえると、コーチング論Iの講義は役割を十分に果たしていると考えられる。

6. 講義内容の検討

本研究の結果から、学生が求める講義内容は「トレーニング科学」の大カテゴリーに該当する内容であることが明らかとなった。しかしコーチ育成の学習領域を示すモデル・コア・カリキュラムにおいて、「トレーニング科学」のカテゴリーに該当する内容に関して、体育系大学では生理学やバイオメカニクス等の講義科目内で学習するように示されている(日本スポーツ協会, 2016)。従ってコーチング関連科目においてこれらの内容を取り扱くと、講義内容が重複してしまう可能性があるため特段取り扱う必要はないといえる。しかし、

表3 追加項目2の分析結果

ミーニングユニット	タグ	サブカテゴリー	カテゴリー	大カテゴリー
選手から学ぶコーチング	選手から学ぶコーチング	コーチの心構え	プレーヤーとともに 学び続けるコーチ (3)	
コーチは教えるだけでなく、選手から教わることもあるという内容	選手から学ぶコーチング			
選手から学ぶコーチング	選手から学ぶコーチング			
ティーチングとコーチング	ティーチングとコーチング			
ティーチングとコーチング	ティーチングとコーチング			
TeachingとCoachingについて	ティーチングとコーチング			
TeachingとCoachingについての内容	ティーチングとコーチング			
コーチングとティーチングについてのこと	ティーチングとコーチング			
ティーチングやコーチングについてもっと学習したい	ティーチングとコーチング			
ティーチングとコーチングについて、もっと深く学習したかった	ティーチングとコーチング			
もっと、外国や日本でも様々な指導法について、学習して自分の知識にしたいと考えた	コーチングの種類			
海外のこと	海外のコーチング			
外国のコーチングスタイルについてもっと知りたかった	海外のコーチング			
もっと海外の選手とコーチについて知りたかった	海外のコーチングと選手			
アメリカの話	アメリカのコーチング			
アメリカの話	アメリカのコーチング			
アメリカの話	アメリカのコーチング			
ティーチングとコーチングの違い	ティーチングとコーチングの違い			
コーチングとティーチングの違い、聞いていて楽しかったので、もう少し長くやって欲しい	ティーチングとコーチングの違い			
TeachingとCoachingの違い、対応について	ティーチングとコーチングの違い			
TeachingとCoachingとの違い、2つの違いが最初にはわからなくて、しかし授業をおこなうと2つのやり方があると思いました。	ティーチングとコーチングの違い			
TeachingとCoachingとの違い、Teachingは教える、仮名にはめる、答えは教える側が持っている、Coachingは助言する、気づかせる、理解させる、可能性を最大限に引き出す、コミュニケーション。	ティーチングとコーチングの違い			
日本と外国とのコーチング、ティーチングの違いによる競技者への教え方や練習方法などの違い	ティーチングとコーチングの違い			
どこからがコーチングで、どこからがティーチングなのか	ティーチングとコーチングの境界線			
「Teaching」と「Coaching」の切り替わる所の学習も深くやりたかった	ティーチングとコーチングの境界線			
ティーチングとコーチングの使い分け	ティーチングとコーチングの使い分け			
ティーチングとコーチングの使い分け、ティーチングで伸びる選手とコーチングで伸びる選手の違い、その元。プロのスポーツ選手になったとき、オリンピックなどで活躍している人はいる？	ティーチングとコーチングの使い分け			
日本と海外でのコーチングの違いについて	日本と海外のコーチングの違い			
日本と海外の違いが結構おどろくことが多かったので、そう思いました	日本と海外のコーチングの違い			
日本と海外の指導者の違いについて、自分は日本でしか指導されていないため自分が身につけているが、海外に視点を置くと全く違うんだなと思った。	日本と海外のコーチングの違い			
日本と海外のコーチングスタイルで分析の仕方や教え方もっと知りたかった	日本と海外のコーチングの違い			
日本と海外のコーチングスタイルで、日本は海外と比べて技術的知識の面で進歩しているのか、日本は海外のような思考に発展することはないのか。	日本と海外のコーチングの違い			
日本とアメリカでのコーチングの違い	日本とアメリカのコーチングの違い			
日本とアメリカの指導の違い	日本とアメリカのコーチングの違い			
日本の指導者に欠けているもの、選手に欠けているもの。ラフで素直な考えだと思いました	日本の選手とコーチに欠けているもの			
サニアラウンと大道、路上だけに集中できる環境	選手が伸びる環境要因			
アメリカに行った選手が強くなった	アメリカで成績が伸びた理由			
名選手監督ならず	名選手監督にみならず			
名選手ではなくても、名監督にられること	名選手監督にみならず			
名選手監督にみならず	名選手監督にみならず			
41の答えと同じで、もっと深く知りたかったです。	名選手監督にみならず			
名選手監督にみならず、についてもっと知りたい	名選手監督にみならず			
指導者にとって必要なこと	指導者に必要な資質			
どういった場面で、どういった指導をするかと生徒達がバフハラと感じてしまうのか	コーチング場面におけるバフハラ	コーチング場面におけるバフハラ	コーチの倫理観・規範意識 (2)	
バフハラについてもっと詳しく学びたかった	コーチング場面におけるバフハラ			
上と同じ事になるけど、今までの指導者を考えてみて良い指導者だったと思う人と、何も思わなかった指導者も多かったから、良い指導者とはどのような指導をおこなっていたのかなど、もっと詳しく知りたかったです。	グッドコーチのコーチング			
コーチにも様々なやり方(指導)があると思うが、どのコーチングが良いのかハッキリ分かるようにしてほしい	効果的なコーチングとは			
コーチングの三大効果	コーチングの効果			
指導者がどこまで競技者に手を差し伸べるか	コーチとして選手へのサポート			
練習の計画を立ててからの経験が知りたかった。例など・・・	練習計画の立案			
スポーツ戦略、練習計画の組み立て	戦略・戦術と練習計画			
スポーツ戦略、練習計画の立て方。戦略、戦術、技術について少し解り、戦術の決定と実行についてわかった。またPLANについてわかったが、例やどういった練習内容について学びたい。細かいことも学習したかった。	戦略・戦術と練習計画			
戦略、戦術を明確に計画して実践していくこと。指導者にとって「最大大切な部分」だと思うから、もっと詳しく学びたかった	戦略・戦術と練習計画			
スポーツ戦略	戦略・戦術			
スポーツ戦略。「戦略(強化)」、「戦術(戦術)」、「技術」とは何か	戦略・戦術			
戦術や戦術の決定法をもっと詳しく学びたい	戦略・戦術の決定			
戦術においての選手と指導者の意思疎通をもっと知りたかったです	戦略・戦術の意思疎通			
戦術と技術について(スポーツ戦略の他)	戦略・戦術と技術について			
スポーツ戦略(バレーボール)以外の種目	競技別の戦略・戦術			
生徒の自立的なやる気を伸ばすための仕方	自立を促す言葉かけ	選手への効果的な言葉かけ		
ティーチング！かける言葉	選手とのコミュニケーションの方法	選手への効果的な言葉かけ	コミュニケーション (4)	
指導者と選手のコミュニケーションの取り方、指導者の仕方を深くやりたかった				
ジャルジャルの回	クエショニング	選手へのクエショニング		
「1字思考」と「1字思考」の広い視野の部分をどこまでひらいていいのか深く学習したかった。	選手としての視野	デュアルキャリア	プレーヤーのキャリアデザイン (1)	
良い選手の選び方	選手のセレクション			
伸びる選手と伸びない選手の違い	伸びる選手と伸びない選手の違い			
ホルトの走り方と日本人の走り方について	走り方について			
相対的年齢効果について、それぞれ別の国でのデータや種目によっても研究結果が異なってくると思ったので、より多くの資料やデータをもち、より深く考えてみたいと思った	相対的年齢効果について			
選手のモチベーションのあげ方	モチベーションアップ			
選手の心理状態に対する対応	選手の心理に合わせたコーチング			
選手はなぜあがるのか。みんなも私も選手だからもっと知りたかった。	選手の緊張について			
選手はなぜあがってしまうのかについて深く学びたかった。	選手の緊張について			
プラトーの話は自分の経験につながったと思った	プラトー			
プラトーとブレイクスルー	プラトーとブレイクスルー			
ブレイクスルーやプラトーについて	プラトーとブレイクスルー			
上記と同じくらい深く知りたかった	ブレイクスルー			
スランプとブレイクスルーについて、もっと深く学習したいと思った。ブレイクスルーはきっかけを掴み伸ばすけど、そのきっかけを掴むまでのところをもっと学びたいと思いました	ブレイクスルーのきっかけ			
プラトーとブレイクスルー(選手が伸びるきっかけ)についてより深く学習したかった	プラトーとブレイクスルーのきっかけ			
スランプとプラトーについて	スランプとプラトー			
ドーピングについて	ドーピング	アンチ・ドーピング	スポーツと健康 (1)	
熱中症などについて	熱中症	スポーツで起こりうる障害(内科的)の理解	外傷と障害の予防 (2)	
熱中症と水分摂取の授業でもっと熱中症について深く学習したかった。今の季節、とても暑いので運動している中で熱中症が1番気を付けなければいけないので深く知りたい	熱中症と水分補給			
チームの機嫌の授業	チームの目標設定	集団要因に関する理解と実施		
ミーティングの大切さについて、先生と生徒の関わり方	チームミーティング			
男女のコーチングの違い	性差を考慮したコーチング	パーソナリティとパフォーマンスに関する理解と実施	スポーツの心理 (3)	

表4 追加項目3の分析結果

ミーニングユニット	タグ	サブカテゴリー	カテゴリー	大カテゴリー
良いコーチングの仕方と悪いコーチングの仕方について	より良い指導方法	コーチング及びコーチとは (4)		コーチングの理念・哲学 (8)
コーチングの良い教え方と悪い教え方、競技者にとって大切なことなど	より良い指導方法			
悪い指導者の例など、たくさん参考にしたかった。悪い例もたくさん知っておけば、今のうちにあてはまったら改善することができる。	悪い指導例	コーチに求められる資質能力 (1)	コーチの役割と使命 (3)	
コーチングについての失敗例などをまとめた授業	コーチング実践を題材にした内容			
名選手名監督にあらず、指導に対して必要な資質など、いろいろな指導者がいてたくさん指導があると思いました。	コーチの資質	論理的思考力 課題発見力・課題解決力 観察力 傾聴力 承認力	多様な思考法 (2)	対自分力 (2)
日本と海外の内容をもっとやってほしかったです	日本と海外のコーチング			
日本と海外のコーチングの違いを、他の国でもっと知りたいと思った	日本と海外のコーチングを比較	コーチ-アスリート関係	コミュニケーション (13)	対他者力 (13)
日本とヨーロッパのコーチングの違い	日本とヨーロッパのコーチングを比較			
戦略などの内容	戦略・戦術	パフォーマンスの理解	スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系 (7)	トレーニング科学 (17)
指導者のデータ分析	データ分析			
試合時(前日、試合中、試合後)の助言	選手への言葉がけ	技術トレーニングの手段と方法 (2)		
スポーツをやめたいと言った人への言葉のかけかた	競技を続けさせる言葉がけ			
私が強い選手との関わり方	選手の自覚関与	メンタルトレーニング (8)		
選手とのコミュニケーションの取り方	選手とのコミュニケーション			
指導者になったときのコミュニケーションの取り方や	選手とのコミュニケーション	メンタルトレーニング (8)		
選手と応援する方法	選手とのコミュニケーション			
コーチと選手の関わり方について知りたかった	コーチ-アスリート関係	メンタルトレーニング (8)		
競技者との関わり方	コーチ-アスリート関係			
スポーツ選手の考え方と監督の考え方の違い、例をあげた。	選手とコーチの意識統一	メンタルトレーニング (8)		
生徒との距離の取り方を学びたいと思った	選手と指導者の距離			
選手と指導者の距離感	選手とコーチの距離感	メンタルトレーニング (8)		
選手との距離感	コーチと選手との距離感			
日常生活で選手とどのように生活をしてほしいのか	指導場面以外での関わり方	メンタルトレーニング (8)		
バレーボール以外の内容も学びたかった	他競技を題材にした授業展開			
バレーの指導者なのはわかるが、バレーが一つ出たぐらいでバレーばかりでした。聴いている側として少し飽きが出ると思った。	他競技を題材にした授業展開	メンタルトレーニング (8)		
できればバレーボール以外のことも、もっと聞いてみたかった。	他競技を題材にした授業展開			
バレーの指導についての話が多かったので、他のスポーツの場面での説明もあたらうれしかった	他競技を題材にした授業展開	メンタルトレーニング (8)		
内容というよりは、先生の専門スポーツがバレーだったのもありバレーがベースの話になっていたため、もっと広いスポーツの内容をベースにしてほしかったと思いました	他競技を題材にした授業展開			
野球に対することが少なかった気がする	野球を題材にした授業展開	メンタルトレーニング (8)		
武道の指導方法	武道の指導方法			
技術的なコーチング	技術の指導	メンタルトレーニング (8)		
技術的なコーチング	技術に着眼した指導			
モチベーションを上げさせる方法	モチベーションを高める指導	メンタルトレーニング (8)		
怪我ややる気の無い人へのコーチング。怪上競技なら走れない、跳べないなどの状況に落ちた際、どうコーチングするか。	モチベーションを高める指導			
また、やる気の無い選手、モチベーションがない人への指導者の対応などが知りたいと思った	モチベーションを高める指導	メンタルトレーニング (8)		
やる気の無い選手、モチベーションがない人への指導者の対応などが知りたいと思った	モチベーションを高める指導			
私は心理学に興味があるんですけど、心理学にはコーチング力に影響するのを知りたいです	心理学を用いた指導	メンタルトレーニング (8)		
選手の心理状況によるコーチング	選手の心理を踏まえたコーチング			
選手はなぜ上がるのか?	選手の緊張	メンタルトレーニング (8)		
どうしたら選手の精神面は強くなれるかということ	選手のメンタルトレーニング			
ブレイクスルー	ブレイクスルー	メンタルトレーニング (8)		
もっと怪我したときのコーチングや、したいためのことについてもっと取り扱ってほしかった。	怪我の予防と対応			
指導者ができる応急処置や手当など	応急処置法	メンタルトレーニング (8)		
救命処置についても学びたかった。	救命処置			
選手がドーピングをしてしまったり、禁止薬物に手を出してしまったときの接し方について知りたかった	選手のドーピング	メンタルトレーニング (8)		
食事の取り方などを取り扱ってほしかったです	食事と栄養			
小さい子どもの指導	幼少期へのコーチング	メンタルトレーニング (8)		
小学生に対する指導者がとるべき行動	小学生への指導			
世界で通用する選手を育てるには幼少期からの向きを教えているのか	ロングタームアスリートディベロップメント	メンタルトレーニング (8)		
大人へのコーチングの仕方	大人への指導			
高みをを目指す集団の指導者について	ハイパフォーマンスコーチング	メンタルトレーニング (8)		
強い選手にするための事を知りたかったです	ハイパフォーマンスコーチング			
学校や大学で教えるコーチとアスリートに教えるコーチの違いを取り扱って欲しかった	指導対象のレベルに合わせたコーチング	メンタルトレーニング (8)		
男性コーチが女性アスリートへ指導するときの注意点(接上)	女性アスリートへの指導			
女性の月経時の対応を見直すような内容	女性アスリートへの指導	メンタルトレーニング (8)		
障害者に対してのコーチング論	障がい者を対象にしたコーチング			
体罰について	体罰	メンタルトレーニング (8)		
体罰と対応について	体罰			
こんな言葉が「セクハラ」になるのか?	指導場面におけるセクハラ	メンタルトレーニング (8)		
指導の実践。スポーツの専門家と同じ人同士であつたり、体育館や競技場で指導の実践をおこなう。今まで蓄ったことを利用して計画を立てて実行。その後評価と改善をする	コーチング実践を題材にした内容			
コーチングの実践	コーチング実践	メンタルトレーニング (8)		
コーチングの実践	コーチング実践			
コーチになるための資格について	コーチの資格制度	メンタルトレーニング (8)		
	コーチの資格制度			

表5 コーチング論Ⅰシラバス

授業回数	内容
1	ガイダンス, (事前調査)
2	名選手名監督にあらず
3	ティーチングとコーチング
4	プラトールとブレイクスルー
5	コーチング基本理念
6	熱中症対策とドーピング
7	コーチのタイプ
8	日本と海外のコーチングスタイル
9	スポーツにおける相対的年齢効果
10	練習計画の立て方
11	選手はなぜ上がるのか
12	クエッションング
13	選手から学ぶコーチング
14	スポーツ戦術
15	まとめ, (事後調査)

表6 モデル・コア・カリキュラムにおける必要最低学習時間

領域	必要最低時間数 (時間)
コーチングの理念・哲学	27
対自分力	18
対他者力	18
トレーニング科学	27
スポーツ医・科学	27
現場における理解と対応	18

表7 事前・事後, 因子別にみた平均点, および多重比較検定結果

	T&I ¹	DB ¹	AB ¹	SB ¹	PF ¹	主効果 ²		交互作用 ²		多重比較検定 ³
						因子	事前・事後	因子×事前・事後		
事前	3.70 ±0.41	3.84 ±0.44	4.05 ±0.48	3.67 ±0.44	3.00 ±0.53	107.699*	2.211	1.596	T&I>PF, DB>SB・PF, AB>T&I・DB・ SB・PF, SB>PF	
事後	3.79 ±0.40	3.83 ±0.48	4.06 ±0.54	3.79 ±0.43	3.08 ±0.58					

1: 表中の数値は mean ± S.D. を示す。

2: 「因子」「事前・事後」は繰り返しのある2要因の分散分析によるF値を示す。

3: 表中には, 多重比較(ボンフェローニの方法)の結果を示す。T&I: Training & Instruction, DB: Democratic Behavior, AB: Autocratic Behavior, SB: Social Support Behavior, PF: Positive Feedback

講義のシラバスや授業の初回においてコーチング関連科目で取り扱う内容を明確に示す必要があるだろう。

モデル・コア・カリキュラムにおいて, コーチング関連科目は「コーチングの理念・哲学」, 「対自分力」, 「対他者力」, 「現場における理解と対応」の4領域を取り扱うことを求めている。従って, コーチング論Iの講義では触れる機会が少ない「対自分力」や「現場における理解と対応」に関する内容を講義内に取り入れることが, コーチング関連科目の役割としては望ましいだろう。これらの内容をコーチング関連科目で取り扱えるように講義内容を修正する必要があると考えられる。

コーチング論Iの受講生を対象とした調査において, 事前調査と事後調査の平均点の差に有意差はみられなかった。しかし, 自由記述を分析した結果を踏まえ講義内容を修正することで, LSSの値に変化が見られる可能性がある。

7. コミュニケーション実習A・B受講生のLSS分析

本研究で実施した事前調査の回答数は86名(Aクラス:44名, Bクラス:42名), 事後調査の回答数は79名(Aクラス:37名, Bクラス:42名)であった。なお, 本研究では両調査に回答した64名分(Aクラス:29名, Bクラス:35名)のデータを分析対象とした。LSSの解答から得られた各因子の平均点に両調査間に差があるのかどうかを検証するために, 独立変数を因子と事前・事後調査, 従属変数を各因子の得点とする対応のある2要因の分散分析を行った。その結果, 事前・事後調査の主効果, および交互作用については有意な

差(事前調査: $F(1, 63) = 2.21$, 交互作用: $F(3.47, 218.44) = 1.60$)を確認することができなかったものの, 各因子の主効果については有意な差を確認することができた($F(2.53, 159.13) = 107.70, p < .001$)。さらに, 各因子に対してボンフェローニの方法による多重比較を行ったところ, T&IはPFより平均点が高く, DBはSBとPFより平均点が高いことが明らかとなった。また, ABはT&I, DB, SBおよびPFより平均点が高く, SBはPFより平均点が高いことが明らかとなった(表7)。

IV 今後の課題

本研究で実施したLSSと自由記述の分析結果から, コーチング関連科目における今後の課題が明らかとなった。今後の課題として, 講義内容の割り当てと内容, ビジョンの明示, 教員同士の情報共有, の3点が挙げられるであろう。以下ではこれらを課題として設定した理由と内容に関して解説する。

1. 講義内容の割り当てと内容

1回目と2回目の調査結果から, 学生が求める講義内容は「トレーニング科学」のカテゴリーに該当する内容であることが明らかとなった。しかしコーチング関連科目においてこれらの内容を取り扱うと他講義と内容が重複してしまう可能性がある。従って, コーチング論Iの講義では触れる機会が少ない「対自分力」や「現場における理解と対応」のカテゴリーに該当する内容をコーチング関連科目に取り入れることが望ましいだろう。

これらの内容を他のコーチング関連科目で補えるように講義内容を修正する必要がある。

「対自分力」に関してはコミュニケーション実習 A・B の講義において取り扱うことが望ましいだろう。「対自分力」ではコーチのセルフマネジメントとしてアンガーマネジメントや、思考法や伝達法などを取り扱うことが推奨されている（日本スポーツ協会，2019）。このような内容を取り扱うことで、コミュニケーション能力の高いコーチ育成に繋がることが期待できる。しかし、「現場における理解と対応」に関する内容は、時間の関係上コミュニケーション実習 A・B の講義で取り扱うことは難しいだろう。コミュニケーション実習 A・B はオムニバス形式の講義であり、コーチング分野の講義回数は全 3 回しか割り当てられていない。従って、「現場における理解と対応」の内容に関して取り扱う時間を確保することは出来ないだろう。この項目に関して、どのコーチング関連科目に割り当てられるのかは今後の課題となった。

「現場における理解と対応」では、プレーヤーの特性に応じたコーチングやコーチング現場の特徴などを主な内容として取り扱い、コーチング現場を適切に理解し、対応できるようになることが目的である（平野ら，2019）。調査を実施したコーチング論 I において、この領域に関して第 7 回と第 8 回講義で取り扱ったが、担当教員が専門とする競技で具体例を示しながら講義が展開された。その結果、事後調査の自由記述、追加項目 3 「コーチング論 I の授業 15 回を振り返って、授業で取り扱って欲しかった内容は何ですか？」の問いに対して以下の解答が得られた。

先生の専門スポーツがバレーだったのもありバレーがベースの話になっていたのもっと広いスポーツの内容をベースにしてほしかったと思いました。

できればバレーボール以外のことも、もっと聞いてみたかった。

バレーの指導についての話が多かったのも、他のスポーツ場面での説明もあったらうれしかった。

講義においてコーチング現場で生じる課題や具体例を示す際、担当教員が専門とする競技や指導

者としての実体験を題材にすることが多いだろう。しかし、調査を実施したコーチング論 I の講義はコーチング関連科目として学生が最初に受講する必修科目である。そのため、個人種目や団体種目、球技や計測種目など、多種目をバランスよく取り扱いながら講義を展開していくことが必要である。講義を受講している学生が現在取り組んでいる競技や、これまで経験してきたスポーツは様々である。従って、より多くの学生に対応した講義内容を展開することが望ましい。星野（2019）は、スポーツ現場において生じる機会が多いケーススタディをまとめ、コーチの考え方や指導法を見つめなおすツールとして活用することを提案している。このような教材を基に講義を実施することで、より効果的な講義内容になること考えられる。

2. ビジョンの明示

本研究の結果としてコーチング関連科目で取り扱わない内容を学習したいというニーズがあることが明らかとなった。そのため、学生へ向けて在学中に受けるコーチ育成の全体的なビジョンを示すことがコーチング関連科目として必要であると考えられる。コーチはプレーヤーに対してビジョンを示すことが役割の一つとされている（ICCE，2014）。同様に学生に対しても、4 年間で取り扱う講義内容と概要、そしてコーチング関連科目の全体像を示すことが必要と考えられる。コーチング関連科目として割り当てられている、コーチング論 I・II、コミュニケーション実習だけがコーチとして必要な知識や技術を学ぶための科目ではなく、運動生理学やスポーツ心理学、発育発達論などの科目も、コーチとして必要な内容であることを周知させる必要であるだろう。他にも、他科目の講義内容とコーチング関連科目で取り扱う内容に関連性があることを意識させることが求められる。

ビジョンの明示に関して、1 年生の必修科目であるスポーツ健康科学論で取り扱うことが望ましいだろう。スポーツ健康科学論はオムニバス形式の講義科目であり、コーチング分野の講義回数は全 3 回が割り当てられている。初回の講義において、大学で開講している様々な科目はコーチとして必要な内容であることを説明し、4 年間のカリキュラムでどのように学習を積み重ねていくのか、全

体的なビジョンを示すことが今後の課題として示された。

3. 教員同士の情報共有

最後の課題として挙げられるのは、教員同士の情報共有である。コーチとして必要な知識や技術を学習する科目は、コーチング関連科目以外でも実施されている。従って、それぞれ科目において、講義内容や学生の様子や雰囲気など、より一層の情報共有が必要である。オムニバス形式の講義であれば担当教員で講義内容の打ち合わせをおこない、講義内容の重複を避けることができるだろう。シラバスを活用すればある程度の講義内容を把握することはできるが、それ以上の情報共有は難しいだろう。教員間で情報共有をすることで講義内容の重複を避けるだけでなく、学生に合わせた講義を用意することができるだろう。ICCE(2014)はコーチ育成に関して、担当者が単独で受講生をサポートするのではなく、組織的にコーチ育成プログラムを提供することが望ましいとしている。従って、カリキュラムを検討するにあたり、教員間の情報共有とカリキュラム検討が必要である。このことから、教員同士の情報共有と協力が課題として示された。

V 結論

本研究はコミュニケーション能力の高いコーチの育成を目的とし、コーチング関連科目を受講することで学生が有する理想のコーチング行動の変化について調査を実施した。この研究を実施することで学生に影響を与える講義内容や、受講するコーチング関連科目の講義内容を検討しコーチ育成へ向けたより良いプログラムの提供を目指している。

調査を実施した結果、学生が有する理想のコーチング行動に変化は見られなかった。しかし、自由記述の分析結果から講義内容に「対自分力」や「現場における理解と対応」に関する内容を取り入れることが課題として明らかとなった。

今後の課題として、講義内容の割り当てと内容、ビジョンの明示、教員同士の情報共有、の3点が示された。これらの課題を解決することで、より効果の高いコーチ育成のプログラムを提供するこ

とができると考えられる。

VI 謝辞

本研究は、令和2年度平成国際大学共同研究「大学生のコミュニケーション能力向上に向けたプログラムの開発と評価—心理・舞踊・コーチングの統合の試み—」の一環として実施されたものである。

文献

- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., and Thøgersen-Ntoumani, C. (2009) A Review of Controlling Motivational Strategies from a Self-Determination Theory Perspective: Implications for Sports Coaches. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2 (2) : 215-233.
- Chelladurai, P., and Saleh, S. (1980) Dimensions of Leader Behavior in Sports: Development of a Leadership Scale. *Journal of sport psychology*, 2 (1) : 34-45.
- Côté, J., and Gilbert, W. (2009) An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4 (3) : 307-323.
- Côté, J., Salmela, J. H., Baria, A., and Russell, S. J. (1993) Organizing and Interpreting Unstructured Qualitative Data. *The sport psychologist*, 7 (2) : 127-137.
- International Council for Coaching Excellence. (2014) *International Coach Developer Framework (Version 1.1)*.
- International Council for Coaching Excellence, Association of Summer Olympic International Federations, and Lead Metropolitan University. (2014) *International Sport Coaching Framework (Version 1.2)*. Human Kinetics.
- Mageau, G. A., and Vallerand, R. J. (2003) The Coach-Athlete Relationship: A Motivational Model. *Journal of sports science*, 21 (11) : 883-904.
- 日本コーチング学会 編. (2017) *コーチング学への招待*. 大修館書店.
- 日本体育協会 編. (2016) *平成27年度コーチ育成のための「モデル・コア・カリキュラム」作成事業報告書*.
- 日本スポーツ協会 編. (2019) *リファレンスブック*.
- 平野裕一・土屋裕睦・荒井弘和. (2019) *グッドコーチになるためのココロエ*. 培風館.
- 星野邦夫. (2019) *実践!グッドコーチング ～暴力・パワハラのないスポーツ指導を目指して～*. PHP 研究所.