

# キャンプ体験が大学女子バレーボール部の信頼感に及ぼす影響

柴田 恵里奈 (生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)  
指導教員 林 綾子

キーワード：キャンプ バレーボール 信頼感

## 1. 序論

チームスポーツにおいて、結果を出すためには技術や体力だけではなく、チームワークが重要である。チームワークには、成員間のコミュニケーションが円滑に行われ、まとまりのよい人間関係が築かれる事が重要である<sup>2)</sup>。組織キャンプは、自然の中での共同生活を行う事で他者との深い交流がなされる事から、参加者の信頼感構成に効果的であると考えられる。本研究では、筆者が所属するチームに必要と思われる信頼感に着目した。そのため、普段の練習から離れ、チーム内の信頼感を向上させる事に焦点をあてたキャンプを行った。

そこで本研究は、キャンプ体験が大学女子バレーボール部の信頼感に及ぼす影響を明らかにすると共に、信頼感と関連があると思われるチームにおける自己評価とチーム評価に及ぼす影響を明らかにすることを目的とする。

## 2. 研究方法

【被験者】平成23年3月14日～16日に実施したキャンプに参加したB大学女子バレーボール部に所属している2～4年次生18名。

【調査】信頼感の測定には天貝<sup>1)</sup>が開発した信頼感尺度(3因子24項目うち3項目削除)を用い、自己評価(6項目)・チーム評価(11項目うち1項目削除)の測定には筆者独自が作成したものを用いた。キャンプ前・直後・3週間後に調査を行った。

## 3. 結果と考察

信頼感尺度得点及び自己評価・チーム評価得点の平均・標準偏差・分散分析の結果、以下の事が明らかになった。

1) キャンプ前に比べてキャンプ直後に自分への信頼・他人への信頼が有意に向上し、不信は有意に低下した。また、自分への信頼においては、3週間後にも有意に高い値が維持された(表1)。

表1. 信頼感尺度得点の平均・標準偏差・分散分析表

因子	Pre	Post1	Post2	分散分析 F値
	M(SD)			
自分への信頼	23.94(2.71)	28.89(2.19)	26.33(2.59)	38.226***
他人への信頼	26.89(3.23)	30.61(3.60)	28.33(4.24)	13.204***
不信	26.67(4.73)	22.94(5.53)	25.67(5.06)	7.477**

N=18 \*\*\*p<.01, \*\*p<.05

主にキャンプ直後のふりかえりシートの内容から考察を行った。自分への信頼は、「諦めたら自分が成長できないと思い頑張った」や「皆から頑張りを評価してもらえて嬉しかった」などから、困難なプログラムを乗り切った事や部員から評価してもらった経験が得点の向上に影響したと考えられる。他人への信頼では、「途中で諦めなくなったけど、皆が声をかけてくれたから最後まで頑張れた」から、辛い時でも皆で励まし、気遣い合いながら共にプログラムを乗り切った経験が得点の向上に影響

したと考えられる。不信では、「キャンプ中お互い支え合う事ができ、さらに仲が深まった」から、様々なプログラムの中でお互い支え合う経験が得点の低下に影響したと示唆された。

2) キャンプ前に比べてキャンプ直後に自己評価及び自分に対する満足度・チーム評価及びチームに対する満足度が有意に向上し、3週間後にも有意に高い値が維持された(表2)。

表2. 自己評価・チーム評価の平均・標準偏差・分散分析表

	Pre	Post1	Post2	分散分析 F値
	M(SD)			
自己評価	16.94(4.24)	20.28(3.48)	19.44(3.05)	9.477**
自分に対する満足度	53.00(9.65)	67.89(15.24)	65.22(14.48)	13.476***
チーム評価	36.78(3.92)	42.89(5.09)	41.11(3.89)	29.990***
チームに対する満足度	64.72(7.17)	76.61(13.24)	77.50(11.73)	24.772***

N=18 \*\*\*p<.01, \*\*p<.05

主にキャンプ3週間後の自由記述の内容から考察を行った。自己評価は、「チームの雰囲気が悪い時に、その場で意見や指示が言えている」から、部の活動でも自信を持って部員同士が関わり、高い値の得点が維持できたと考えられる。チーム評価は、「皆が一つの意見に対して、賛成・反対意見を積極的に発言している」から、一人ひとりが真剣にチームに向き合い、高い値の得点が維持できたと考えられる。

3) レギュラー群と控え群に分類して分散分析をした結果、他人への信頼・不信・自己評価において、控え群のみキャンプ前と比べてキャンプ直後に有意に向上し、3週間後にも高い値が維持された。キャンプという場合は、技術の差や学年関係なく活動できる事から、レギュラーの部員と比べて控えの部員は、普段より発言しやすい環境であり、自他に対して強いインパクトを受けたと考えられる。

## 4. まとめ

キャンプ体験を通して、バレーボールの普段の練習では克服しにくい、個人及びチーム内の信頼関係を築き、個人の精神面を強化させる事、普段の人間関係から離れた非日常の中で活動する事で、より良いチーム作りのきっかけができたと考えられる。また、キャンプ最終日に行ったふりかえりでは、他人に評価してもらった事が自信やお互いの信頼関係にも繋がったと考えられる。このようなふりかえりを普段の練習やミーティングなどで取り入れていく事が効果的であると考えられる。ふりかえりにおいては、バレーボールの技術面や相手、チームの成長のために発言し、評価する事で、自信が付き、お互いの信頼関係を築いていく事にも繋がる。これらは、個人やチームの状態が良くない時に特に大切であり、不信を乗り越える事で、さらに信頼感が向上するのではないかと考えられる。

## 引用文献

- 1) 天貝由美子(2001) 信頼感の発達心理学-思春期から老年期に至るまで-、新曜社
- 2) 長谷川望・池畑亜由美・野口和行・小塚昭仁・井上忠夫(2004) 既知集団の親和に及ぼすキャンプ体験の効果、日本体育学会大会第55回大会号:p221.