

# 集団と効力感の 幸せな関係

法政大学文学部心理学科

専任講師 荒井弘和

(h-arai@hosei.ac.jp)



HEARSPO (アスポ)  
スポーツで世界を健康に

なぜ、オバマ大統領は選ばれた？

Yes, WE can!

俺は、強い！

自己効力感

俺たちは、強い！

集団効力感

# 集団効力感ってなんやねん？

集団効力感 (コレクティブ・エフィカシー) とは？  
チームにおいて共有される、固有の課題を  
遂行する能力の認知 (Bandura, 1997)

自己効力感 (セルフ・エフィカシー) とは？  
個人における、固有の課題を  
遂行する能力の認知 (Bandura, 1977)

# 集団効力感ってなんやねん？

集団効力感 (コレクティブ・エフィカシー) とは？  
チームにおいて共有される、固有の課題を  
遂行する能力の認知 (Bandura, 1997)

自己効力感 (セルフ・エフィカシー) とは？

個  
人

両方とも、**状況に固有**であり  
一般的なものではない

# 集団の効力感を測定する2つの方法 (Bandura, 2000)

## 1. 個人評価の総和

各メンバー自身の  
個人的な能力の評価を  
合計する方法

## 2. 集団の評価

集団の能力に対する  
メンバーの評価を  
合計する方法

集団内で機能する  
協動的で相互作用的な側面を  
含む全体的な評価

# 集団効力感に関する知見

## 集合効力感の総和が予測する

アイスホッケー選手を対象に研究を行った研究では、  
集団効力感の総和は、自己効力感の総和よりも、  
パフォーマンスを予測する (Feltz and Lirgg, 1998)

## スポーツでは、集団の評価が一般的

スポーツ科学における集団効力感の研究のほとんどは、  
相互依存的な種目 (サッカーやバスケットボールなど) を対象として、  
チームの構成員が所属するチーム全体に対して持っている感覚を  
たずねる方法を採用している (Feltz et al., 2008)

## 高める方法は、まだ研究中

集団効力感を高める要素は、自己効力感と類似しているという  
指摘がある (Zaccaro et al., 1995)  
一方で、集団効力感を高める要素は、ほとんど明らかになっていない  
という指摘もある (Tasa et al., 2007)

# 集団効力感に関する知見

## 集合効力感の総和が予測する

アイスホッケー選手を対象に研究を行った研究では、  
集団効力感の総和は、自己効力感の総和よりも、  
パフォーマンスを予測する (Feltz and Lirgg, 1998)

## スポーツ

スポーツ  
相互依存  
チームの  
たずねる

集団効力感も

キャリア支援に

活用できるかも？

## 高め

集団効力感を高める要素は、ほとんど明らかになっていない  
指摘がある (Zaccaro et al., 1995)  
一方で、集団効力感を高める要素は、ほとんど明らかになっていない  
という指摘もある (Tasa et al., 2007)