

The Task and Ego Orientation in Sports Questionnaire (TEOSQ)

スポーツにおける成功を「タスク指向」または「自我志向」と定義するかどうかを評価できます。

テストの実施方法

- アシスタントはアスリートにテストの手順を説明します。
 - 「スポーツで最も成功していると感じるのは…」という言葉の後に続く、次の質問表の各質問を読み、適切なスコアを記入して、各質問にどの程度同意するかを示します。
 - 1=強く反対、2=反対、3=どちらでもない、4=同意、5=強く同意
- 選手はアンケートを完了する - 時間制限はありません。
- アシスタントは、選手の TEOSQ スコアを決定し、記録します。

質問	スコア
1. プレーできるまたはスキルがあるのは自分だけのとき。	
2. 新しいスキルを学び、もっと練習したくなったとき。	
3. 友達よりも自分の方が上手にできるとき。	
4. 他の人が自分のようにできないとき。	
5. 楽しいことを学んだとき。	
6. 他の人は失敗するが、自分は失敗しないとき。	
7. 努力して新しいスキルを身につけたとき。	
8. 本当に一生懸命取り組んだとき。	
9. 得点、ゴール、ヒットなどで最も多く得点したとき。	
10. 学んだことで、もっと練習したいという気持ちになったとき。	
11. 自分が1番のとき。	
12. 学んだスキルが本当に正しいと感じたとき。	
13. ベストを尽くしたとき。	

「自我志向」または「タスク指向」の結果は次のように計算されます(q=質問)。

- 「自我志向」 = $(q1 + q3 + q4 + q6 + q9 + q11) \div 6$
- 「タスク指向」 = $(q2 + q5 + q7 + q8 + q10 + q12 + q13) \div 7$

(1 = 低い 5 = 高い)