

## ■ 第11回『SCIX スポーツ・インテリジェンス講座』

～スポーツの多様な見方、考え方——クロス・スポーツ・インテリジェンス～

### 第2回「コーチングジレンマ ～その向き合い方と乗り越え方」

講師：溝口紀子氏（スポーツ社会学者・柔道家・バルセロナ五輪女子柔道 52kg 級銀メダリスト）× 東海林祐子氏（慶応義塾大学総合政策学部 兼 政策メディア研究科 准教授）

日時：2017年7月29日（土）19:00～20:30

会場：神戸国際会館セミナーハウス

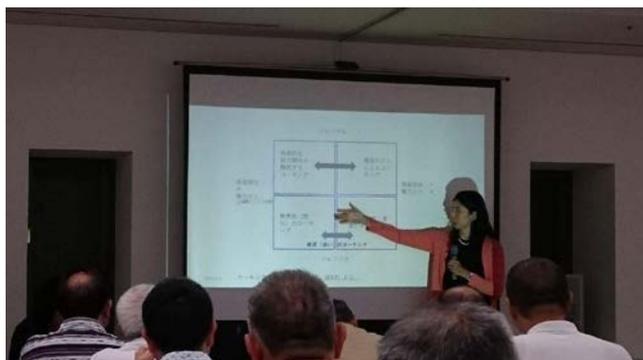


今年で11回目を迎えた『SCIX スポーツ・インテリジェンス講座』。今年2度目にあたる今回のテーマは「コーチングジレンマ ～その向き合い方と乗り越え方」。

指導者なら誰もが抱えるコーチングのジレンマ。自分の成功体験を伝えることがコーチングの本質だと思い込み、そ

れを一方向的に押し付けた結果、選手との信頼関係が崩れ、目標達成はおろか、チーム崩壊を招く結果に・・・といった、そんな苦い経験をもつ指導者も少なくないでしょう。そこで今回は、そういった個人の経験則頼りのコーチングを可視化し、コーチと選手の関係性を改善しながら、チームのパフォーマンスも向上させるコーチングについて、研究者の慶応義塾大学准教授・東海林祐子氏と、バルセロナ五輪銀メダリストであり、フランス代表コーチ経験もある柔道家・溝口紀子氏を講師にお迎えし、お二人の体験を元に、コーチングジレンマについて語っていただきました。

はじめに SCIX 理事・美齊津より講師お二人の紹介があり、まずは、東海林氏ご自身が初めて体感したコーチングジレンマについて語られました。ハンドボール経験者ということで、筑波大学卒業後は地元・長崎の高校に赴任し、体育教師兼男子ハンドボール部顧問に従事された東海林氏。東海林氏が赴任した1991年当時は、男子の部活を指導する女性指導者が居なかったという時代背景もあり、顧問就任当初、部員から練習をボイコット（裏切り）されるという事態が発生。このことをきっかけにして、東海林氏はコーチングのジレンマを抱き始めたのだとか。「『もっと強いチームにしたい！』『勝ちたい！勝たせたい！』と思って指導しているのに、部員たちは同じ思いじゃないのか？自分だけがそう思っているのだろうか？どうコーチングすればいいのだろうか？」・・・そんな思いにさいなまれたそうです。このボイコット以降、「放



任」と「強制」を振り子のように行ったり来たりする指導になってしまったという東海林氏。自身のこれまでのコーチングを振り返り、「どうすれば選手との信頼関係を築くことができるのか？」というテーマの元、コーチングの基本といえる「スポーツの楽しさを伝える」ことに立ち戻ることにしたのだそうです。

では、具体的にどのようなことをしたのか？というところ、下記のように、心理的な側面に「仮説」を取り入れるトレーニングを行ったのだとか。

楽しさ（スポーツ本来の遊び）を失わず、達成感（体力・戦術・コミュニケーション）をもって一日を終えられる  
↓  
こうすれば楽しいのではないか？  
↓  
検証（選手の顔つき：ノンバーバルコミュニケーション）  
↓  
楽しいからやる（主体的な行動に）

また、コミュニケーション面においては、「コミュニケーション努力達成度シート」なるものを作成し、自分を取り巻く人々（主に選手）個々とのコミュニケーションを記入し、関係性をよりよくしていくという手法で、選手との信頼関係を築き、コーチングジレンマを解消していったのだそうです。このようなコーチングが、チーム力を向上させ、インターハイや国体で優勝するという結果をもたらしたのでしょう。



東海林氏の体験談を受け、続いて溝口氏より、自身のコーチングジレンマについて語られました。現役引退後、フランス女子柔道代表チームのコーチを務めた溝口氏。コーチ時代に3つのジレンマを経験したそうです。

一つは、選手による「裏切りのジレンマ」。実力のある選手が、「大人の事情」により先輩選手に対して本気で戦わず負けるということがあったのだとか。「スポーツのフェアプレー精神はどこに行ってしまったのか？しかしながら、畳の上で負ける以前に、権力やいじめ、嫌がらせに負ける時点で頂点には立てない！テッペンを獲る人間は、そんな力にも屈しない！」と、数々のメダリストを目の当たりにし、自身もメダリストである溝口氏ならではのコメントに重みと説得力を感じました。

二つ目のジレンマは「日本のコーチングメソッドの否定」。フランスにはそもそも年功序列や、コーチと選手の間に上下関係はなく対等。日本で指導者は主に「先生」と呼ばれることも多いが、フランスでは「Noriko」とファーストネームを呼び捨て。どうすれば畏敬の念をもってもらえるのか？選手に迎合するのではなく、コーチとして認めってもらうためにどうするか？これが大きなテーマだったそうです。しかし、

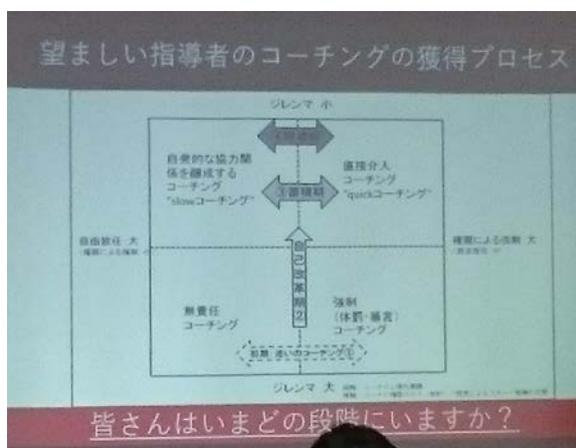
「実際のところ、プロフェッショナルなコーチは、選手がコーチを評価するものであり、日本のスタイルがむしろ独特な文化であり、それに甘んじているコーチが多い」という提言には、参加者の皆さんも身が引き締まる想いではなかったかと思います。

三つ目は「選手選考のジレンマ」。何を基準に選手を選考するのか？選手の将来をも左右するかもしれない選手選考。指導者なら誰もが経験するジレンマといえるでしょう。

続いて、話題は、「コーチングの定義」と「選手間におけるジレンマ」へと移行。東海林氏はコーチングをこのように定義付けします。

「コーチングとは『スポーツ組織におけるコーチの権限を意図的に配分しながら、選手間の協力関係を構築して目標の達成をリードしていくこと』」。

しかしながら、選手間にジレンマが生じた場合、コーチにもジレンマが生じると東海林氏は言います。この状況はコーチ不在時に往々にして起こると同氏。たとえば、スポーツ場面における選手間のジレンマとして、「後片付け」を例に説明がありました。選手同士が共に協力して後片付けをする場合は、誰もジレンマを抱えないけれど、裏切って後片付けをしない選手が居た場合、真面目に後片付けをしようと協力する選手と、真面目にやって損をするなら自分も裏切ろうとする選手が現れ、ジレンマが生じるというもの。そして、選手が「裏切り」を選択した時、「叱りつけるのか？」「選手の主体性を引き出そうと試行錯誤し、歩み寄るのか？」などと、コーチも選手と同じ立場になり、ジレンマを抱えることになると東海林氏は続けます。実際、東海林氏がその状況に陥った際は、誰が得をし、誰が損をしているのか？という独自に作成した利得表を頭に浮かべて、裏切り行動をしている選手に抱えているジレンマをヒアリングし、解消していったのだとか。東海林氏自身の経験を元に、それを言葉、表、マトリックスなどに落とし込み、可視化されたことで、参加者にも自身の状況が分かり易くなり、さらに、望ましい指導者のコーチング獲得プロセスへと導いてもらったのではないかと思います。



一方、日本のコーチング現場で見受けられる「キャプテン、今日の練習やっというて」などと練習を選手に任せること自体が、フランスではあり得ない、と日本とフランスのコーチングの違いについて述べる溝口氏。トレーニングメニューを考え、その指導にあたるのがコーチの本分であり、それこそがコーチの権限なので、コーチの権限を選手に与えるようなことはしないと。そういう意味で日本では「コーチの権限が曖昧」「ルール化、言語化していく必要がある」と溝口氏は唱えました。

その後、話題は「ヒエラルキー」へ。コーチと選手、そして、試合に出られる選手とそ

うでない選手・・・とスポーツの場面では様々なヒエラルキーが存在します。しかし、東海林氏曰く「ヒエラルキーのある関係性であっても、『裏切り』のカードは選手が持っているので、指導者は常にモヤモヤとした感情を持ち合わせている。だけれども、選手が『裏切り』のカードを持っていることを認識していない指導者は成長しない」と。これは前段で溝口氏の語った「プロフェッショナルなコーチは選手に評価されるもの」とイコールであり、コーチと選手は信頼関係無しには、その関係は成立しない、ひいてはお互いの成長も、目標達成も成し得ないということ。

その信頼関係を築くために大切なことの一つとして、東海林氏は「見捨てていないというメッセージを伝えることの大切さ」と話し、溝口氏も「見捨てない・見逃さない・見放さない」とコメントしました。コーチングにおいて大事なもののそれは「見捨てないこと」。共通するお二人の言葉がとても印象的でした。



分かり易く、かつ興味深いお二人のトークで、あっという間に質問タイムに。今回は参加者に事前にとらせていただいたアンケートを元に質問させていただき、お二人に回答いただきました。

70名にも及ぶ参加者の多さからも、コーチングジレンマを抱え、日々苦悩している指導者が多いことがうかがえましたが、日本型コーチングでは必ず指摘される“支配の関係”。その背景となる“指導者の権限”をどう捉え、どうコーチングに活かすのか？実に意義のあるお話がうかがえた90分だったのではないかと思います。

「選手が『楽しい』と思っていたかどうか、信頼関係が築けていたかどうかは、卒業後に顔を出すか、コンタクトをとってきてくれるかどうかでわかる」という東海林氏の言葉に、参加者の多くが頷いていたのも印象的でした。「コーチと選手」という関係性が終わった後も、恩師として、人として繋がっていきたいと思われる指導者が増えることを願うと同時に、今後も指導者やプレーヤーの「気付き」になる講座を開講していければと思っています。今回も沢山のご参加ありがとうございました。

次回は8月26日（土）開催。テーマは「強い組織を作る、もう一つの戦略～メンタルトレーニングの使い方」。伏見工業・京都工学院ラグビー部 GMの高崎利明氏と、2015年のラグビーW杯イングランド大会でE・ジョーンズ HC率いる日本代表が、優勝候補の南アフリカを破る金星を挙げた際に、メンタルコーチを務めた荒木香織氏、元ラグビー日本代表で現在は神戸親和女子大学准教授の平尾剛氏を迎え、「メンタルトレーニングの戦略化」について語り合ってください。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

(レポート 中野里美)

スポーツ振興くじ助成事業

