

令和3年7月30日

# 南の風 410

南部地区ミニバスケットボール連盟  
会長 藤原 敬一

「今リーグで何位になりました、代表選手に何人輩出しましたと自分の勲章のように誇らしげに語るのは、本当にプロの指導者なのか？」

そうやって自問自答しました。「選手のあるべき姿」の定義、120人のコーチは実に10か月かけて言語化したのです。

そこから出てきたのが、いま一度自分たちの指導を振り返ろうというアイデアでした。一人ひとりのコーチングをつぶさに撮影しました。撮影される側のコーチには胸にアクションカメラとピンマイクをつけてもらいます。そのコーチに指導された選手たちが、その指導をどう受け止めているのかを探るためです。

そのコーチの指導を前向きに受け止めているのか、それとも萎縮しているのか、もしくはまったく理解できないのか。そういうことが、コーチの胸につけたアクションカメラに映る選手の表情や動きに鮮やかに浮かび上がるのです。

それまでは、ビデオに撮るのはチーム全体のプレーであり、ビデオを見ながら「全然走ってないね」などと評価の対象になるのは選手でした。ところがこのプロジェクトでは、評価の目が自分たちコーチに向けられます。

「なぜ、あそこであの声がけしたの？」と突っ込まれたり、突っ込んだり。コーチ歴の長いベテランも、新人もそこでは対等でした。自分が指導する姿をみると、仲間に見られること、本当に恥ずかしくてたまりませんでした。コーチ全員が同じ思いだったはずです。

お互い痛みを伴ったわけですが、そこから自分たちのリフレクション（内省）が進みました。この会議によって多くのコーチが自分の指導を見直しました。

会議を続けていくと、選手への声掛けに支配的なワードが目立つことが明らかになりました。こうしろああしろという指示、命令。選手へのダメ出し。否定です。そういうことをしてしまっていることへの気づきとともに、カメラやマイクをつけ、自分を可視化するプロセスによって何事も「俯瞰で見る」癖をつけることができました。「どんな指導が効果的か」「どんな言葉がけがいいか」といったことは、あの2、3章でお伝えします。が、そういった方法論以上に「自分の言動に意識的かどうか」の振り返りをする習慣が重要だと感じています。

自分たちの指導をビデオで見ると「そこ、狭いよね」「右！」「シュート！」と、目の前で起きる現象について言葉を発していることにも気づかされました。よくいわれる「リアクション・コーチング」です。

「これって、意味があるのかな」「選手のためになっている？」

コーチ同士で顔を見合わせては、「ノーだね」とため息をつく。そんなことが繰り返されていました。互いに問を投げかけ、それに対して各々がリフレクションをおこなう。それが自分の考えを整理しながら課題及び解決法を共有する。

次号に続けます。