

令和3年8月6日

# 南の風 411

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

佐伯氏の著書からの引用の続きです。

## その声掛けに「意図」はあるか

私自身の指導を振り返ってみましょう。

試合中、私自身が思っていたのと違うアクションをとった選手に対し、ほぼ何も考えず声掛けをしていました。

「なんで今の右に出すの？ 左じゃないの」

「見えなかったの？ 左がフリーじゃない」

そこには意図もなければ意識もありません。なぜ自分がその言葉をかけているのか。なぜ左でなければいけないのか。その選手が判断した右へのパスが、どうしてだめだったのか。私のメッセージに含まれる意図は皆無でした。

そんなことに気づかないまま、長年指導してきたことに気づかされるたびに、顔から火が出るような思いでした。本当に恥ずかしかったけれど、そのたびに「いや、今この瞬間は痛みを伴うけれど、気づいてよかったのだ」と自分に言い聞かせました。

そこから、メンタルコーチがマンマークで、私の指導のありようをメモを取りながらカメラを回してくれました。大袈裟ではなく、私の影となり、練習や試合での態度、声掛けをチェック。その都度、私が発した言葉の「仕分け」をしてくれたのです。

それは、大きく分けて三つあります。

- ①選手を肯定したり鼓舞するようなポジティブなメッセージがとけのくらいあるか
- ②ダメ出しを含めたネガティブなメッセージはどうか
- ③同じ選手に何回声をかけたか

最後の③は、ポジティブ、ネガティブ含め、A君には13回声をかけたけれど、B君にはたったの2回。なおかつ、その13回と2回の内訳まで細かく記録されていました。

このデータと映像をもとに、メンタルコーチとミーティングをします。

ネガティブなメッセージとポジティブなメッセージの内容（言葉）は何を意味するのか。そのワードは差し替え可能な、違うもの、異なる言い回しがあるのではないか。

何を目的として、A君にその言葉をかけたのか。

これらをひとつずつ、一対一で質問してもらいながら、冷静に見直していくような作業を続けました。

彼らに尋ねられることで「なんでこう言ったんだろう？」「他の言葉はないだろうか？」と考え始めます。そうすると、その都度「言葉」や「行動」の意図を考えるようになりました。 次号に続けます。