

令和5年10月23日

# 南の風 492

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

491号の「責任」についての続きです。鈴木 良和氏（株式会社エルトラック代表、現女子日本代表チームアシスタントコーチ）の考えを著書から抜粋します。鈴木氏は「責任とは反応を選択する能力である」と言います。以下、氏の考えです。

責任は英語で「レスポンスィビリティ」と言います。「レスポンス（反応）」と「アビリティ（能力）」がくっついた言葉です。それぞれの意味から解釈すると、何らかの外的な刺激に対して、自分の反応を選ぶ能力がある、ということが責任感があるということです。そこでコーチにとってのレスポンスィビリティについて考えてみたいと思います。

「パブロフの犬」という有名な実験があります。餌の時間になると、まずベルを鳴らし、その後にえさを与えます。これを何日も繰り返していると、犬はベルと言う音の刺激と餌の時間になったこと関連づけるようになります。ベルを鳴らすだけで餌の時間になったと思い、よだれを流すようになるのです。これを条件反射と言います。

人間は刺激と反応の間に理性を働かせることができます。

人に何か腹の立つことを言われたときに、条件反射的に同じレベルのことを言い返してしまうのはレスポンスィビリティが未熟な人です。チャイムと同時によだれを流してしまっているようなもので、責任ある反応ではありません。「一度冷静になって考えよう」という余裕を持てることが責任を果たせる人の特徴です。

コーチならば、感情的に選手たちを怒鳴るのではなく、理性的に叱ることができなければなりません。感情に任せて言うべきではないことまでいってしまうのでは、選手との信頼関係を保ち続けることは難しいでしょう。

常に自分が選んだ言葉、態度に責任を持てることが大事です。その言動、その態度がどんな結果につながったとしても、自分で選んだ言葉なのだから、自分で選んだ態度なのだからと受け入れることができるのが責任感があるということです。

続いて、鈴木氏は選手に「成長の責任を負わせる」ということを次のように言っています。

コーチは子どもたちを成長させるためには、自分の指導力が必要だと考えがちです。自分が教えなければ何もできないから教えるのだという姿勢です。しかしそれでは子どもたちは、いつまでも依存状態から抜けられません。しかも壁にぶつかったときや、うまくなれないと悩んだときに「コーチの教え方が悪いからだ」というロジックに陥ってしまいます。これではいつまでたっても自分の成長に責任を持つメンタルは身につけません。

まずコーチが考えを変える必要があります。選手が成長するかしないかは選手の責任だと考えるのです。そして選手自身にも、成長は自分たち次第なのだと考えるように意識を方向づけていきます。コーチの役割は指導ではなく、この意識を植えつけることでもあるのです。

この続きは次号にします。