

平成26年8月5日(火)

老球の細道44

勝敗に対する考え方

会津バスケットボール協会理事長 室井 富仁

この夏休み、あちこちで練習試合たけなわである。猛暑の中、熱中症を心配しながらの練習試合はゲームに熱中できず、効果もさぞかし半減するのではないだろうか。この時期はしっかり練習して新チームの基礎を固めながら、来たるべき新シーズン（新人戦、ウインターカップ等）に向けてじっくり準備したいものである。

この暑いさなか選手もコーチも毎日地道な基礎練習に身を削るより、練習試合などでゲームをしたほうがラクだし楽しいかもしれない。しかし、この準備期にしっかりチームの基礎を作っておかないと、いずれ頭打ちの状態がやってくる。よくありがちだが、夏休みは「来年のインターハイ候補チーム」と前評判高かったが、1年過ぎたら普通のチームという悲劇が待っている。

そもそも何も準備しない状態で、何となくゲームをして勝った負けたでは何のメリットもない。特にゲームになると勝ち負けにこだわるあまり何を強化するのかねらいがボケてくる場合がある。とは言っても、スポーツのゲームの勝敗はスポーツの醍醐味であり本質である。悔むわけにはいかない。勝ち負けなどどうでもいい、楽しめばいいというのは雲の上の仙人の言葉であって、アスリートにとっては、勝利を求めて真剣にがんばるプロセスに意義、価値が見いだされ、そこから人生の多くのことを学習する。

練習試合をする場合は勝敗にこだわりながらも、試合のねらい（強化目標）と勝敗に対する正しい考え方を持って臨む。運よく勝てた場合はラッキー。いつまでもいい気になっていないこと。勝利の喜びは一瞬。努力の後のちょっとしたごほうびとしてとらえる。

ジョン・ウッデン曰はく。「才能は神から、謙遜を忘れるな。名声は人々から、感謝しろ。うぬぼれは自分から、戒めを忘れるな」。ジョン・ウッデンの究極の勝利「なりうる最高の自分」を目指して終わりのない自分との競争に邁進しなければならない。

運悪く敗北となった場合に色々問題が生じてくる。落ち込んではいけない。「試練」ととらえてあきらめない。勝てるまでチャレンジしなければならない。中国の劉邦はライバル項羽に99回負けた後のたった1勝で漢帝国を興すことに成功した。元 UCLA 監督ジョン・ウッデンは14年間負け続けた後に全米学生選手権（NCAA）で優勝し、その後7連覇10回優勝の前人未到の偉業を成し遂げた。

コーチは「敗北の責任はコーチにある」という謙虚さを肝に銘じなければならない。そのような謙虚な気持ちから色々なことを学ぶことができる。負けたコーチは次の三つのことに留意してほしい。

- ①プレーヤーに責任転嫁しない。他に責任転嫁しているうちは問題は何も解決しない。
- ②敗因を精神面だけにこだわらない。精神面はよくわからないことが多くて、コーチの主観で判断すると選手の間人性を否定する誤解を起ししやすい。
- ③コーチ自身が自分の指導力のなさに落ち込まない。コーチはプレーヤーがどのようにプレーしたかで評価される厳しい現実さらされているが、それもまた試練。

コーチは練習試合のねらいを明確にし、準備を怠りなくしてゲームに臨む。その結果、立ち上がる「勝敗」という現実に見失うことなく対処する。これで鍛えられる。