

平成29年8月4日（金）

老球の細道347号

## 名前負けしない

会津バスケットボール協会 室井 富仁

夏の甲子園出場をかけた高校野球県大会が終わった。会津地区から会津高校のみが3回戦に進出したが、残念ながら甲子園常連校の聖光学院にコールド負け。翌日朝日新聞に掲載された会津高校のエースのコメントである。

【4回戦の相手は第1シードの聖光学院。ずらりと並ぶ強打者をどう抑えるか。会津のエース齋藤勝史君（3年）はそう考えると、前日ほとんど寝られなかった。

試合前のブルペンでは、調子は悪くなかった。だが1回、3連続四球で1死満塁。頭の中が「ストライクをとらなければ」という考えでいっぱいになった。慎重に投げた球も外れ、さらに焦りが募った。2回、7個目の四球を出したところで降板した。

齋藤君は毎日1時間のウエイトトレーニングで下半身を強化。制球力を磨いた。福島大会は3回戦までに計21回を投げ、四球を2個しか与えていなかった。「聖光学院の名前に気持ちが負けたんだと思う」

試合後、「甲子園に行くためには何がたりなかったのか。後輩は同じ過ちをしないほしい」と話した】

どこの高校でも野球部の生徒に「目標は？」と聞くと、ほとんどの生徒が「甲子園です」と答える。甲子園に出場するという事は、県内で1番にならないと出場できないことがわかっているのだろうか。「甲子園出場」目標にに掲げるからには、NO1になるための練習をして、強いチームを負かさなければならないという当たり前の原則がある。戦う前から名前にビビっているようでは、何のために毎日練習をしているかわからない。

同じようなことはバスケットボールでもよく起こりえる。弱いチームは戦う前から相手チームの幻影（名前）に負けている。試合前にコートにならんであいさつした時点で0対20、あるいは0対30くらいからゲームをスタートするに等しい。

強いチームを率いていた時は、実際実力がなくても相手チームの方が名前負けして自滅してくれるので助かった。弱いチームを率いていた時は、この「名前負け」を克服するのに相当な時間がかかった。

名前負けしないためにはどうしたら良いか。目標（全国大会出場）を確認することである。練習は、試合で自分たちよりも強いチームを倒すためにやる。弱いチームに大勝するためにやるのではない。だからプレッシャーはあたりまえである。また、相手がどんなに強くても同じ高校生であり、同じ人間である。そんな大差はない。相手に対する思い込み、決めつけが相手を過大評価するという事を教えてやる。実際、全国優勝するようなチームと練習試合をすると、そんなに差がないことを体感できたことがある。

恐怖心克服の裏ワザに、相手を見下せるようなことを考えることがある。「こんな怖い顔しているけれど、こいつは寝るときにはアンパンマンの縫いぐるみがなかったら寝れないんだ!」「大きな身体をしているけれど、生まれた時はパンパースの“しまじろう”の紙オムツをしていたんだ!」等、パターンはいくらでも考えつく。

強い相手、困難な状況こそ試練を与え、自分を鍛えてくれる。相手との勝敗を考えて緊張する前に、成りうる最高の自分を目指して試練への挑戦を楽しむことが必要である。