

平成31年2月15日（金）

老球の細道463号

バスケットボールを好きになる三つの自信

先日行われた全会津バスケットボール選手権大会では色々な学校で教えさせていただいたOB、OG達があいさつに来てくれた。あいさつに来る教え子達とかわす会話で、社会の第一線で元気に活躍している様子をかいま見ることができ、指導者冥利に尽きる瞬間である。その教え子達の試合を観戦し、共に夢を追いかけた青春の日々を思い起こすことは1年に1度の大事な儀式である。ノスタルジアに浸るのではなく、モチベーションアップの原動力になる。教え子達に負けられない、常に一步前を歩み続けなければならないと。

今日15日は私の高校時代の恩師菊地長康先生の6回目の命日である。私が現役選手でプレイしていた頃、会津選手権大会に会津高校OBチームでプレイする時、恩師もまたいつも試合を観戦しに来てくれた。ステージの上でニコニコしながら教え子たちのプレイを見ている姿は、私たちOBにとっては励みであり、誉れであった。

恩師のところへは年に2回は近況報告に訪問していた。体調を崩して亡くなる前、私が訪問すると涙を浮かべながら会津高校バスケット時代の思い出に話をはずませた。

ところで、『Sports Japan』（日本体育協会発行）の中に奈良教育大学教授の岡澤祥訓氏による「運動を好きになる3つの自信」という文章が掲載されたことがあった。その内容はまさに私が高校時代に恩師から受けていた指導であった。恩師は40数年前にすでに最先端の指導で私のような才能のない生徒にやる気を持たせて、会津高校を強豪チームに育てあげていたのである。

それによると、自ら進んで運動するようにするには子どもに「有能感」を植え付けることであるという。有能感とは「自分はできる」という自信のことである。そしてその有能感を得る過程で必要な自信が「統制感」と「受容感」である。

「統制感」とは「やればできる」という自信で少しずつでも努力することができるようになることである。運動ができない（下手である）子のできない理由は、ほとんど「やっていないから」「そこそこにしかやっていない」から。できないからやる気も起こらない。たいていのことは、やれば必ずできる。恩師からはシュートが入るようになりたければとことん打ち込みをしろと言われた。やっているうちにびっくりするくらいシュートが入るようになった。このとき初めてバスケットにおいて「やればできる」という自信がついた。

「受容感」とは、できるようになったとき、周囲の仲間から褒められ、認められることで「周りに認められた」という自信がつくことである。シュートが入るようになった私を恩師は思いきってゲームに使ってくれた。ちょっとでもいいプレーをして試合に勝つと皆の前で「今日の試合は室井の活躍で勝った」と惜しげもなく言ってくれた。私がケガで試合に出れなくて負けたときは「今日の試合は室井がいれば勝てた」とも言ってくれた。尊敬する指導者からここまで言われたらもう命がけで頑張るしかない。

岡澤教授曰く、「スポーツを通してこの有能感を体験させていけば、きっとほかのことに対しても“やったらできる”と思えるようになる。これこそスポーツの価値であり、人生で苦難に遭ったとき、“もうだめだ”となるか“頑張ってみよう”となれるかの違いにつながる。スポーツが生きるエネルギーになる」

毎年2月15日には恩師への感謝と私自身の原点を再確認している。