

新しい時代にふさわしいコーチングスキルをゲットしよう！

桐蔭横浜大学渋谷ゼミチーム B

○折尾 莉奈 小林 侑平 桑原 徳玖 武井 友紀

1. 緒言

(1) 現状の把握

近年、運動部活動では体罰の問題や熱中症で倒れるなどのニュースをよく見かける。例えば、O市N中では、2018年7月に男子ソフトテニス部に所属する男子生徒が試合形式の練習でサーブミスが多いことを理由に、校舎の周りを80周走よう顧問に命じられ、熱中症で搬送された。また、2018年1月F市の市立中で男子バスケットボール部の練習中に、顧問から押し倒され、肩を蹴られるなどした。その際、男子生徒は左手中指を骨折している事件があった。このように、現状では、頭ごなしに怒ったり厳しい練習を続けさせる指導者は少なくないようである。その背景には、指導者のコーチングスキルの低下があるのではないかと考えられる。現状把握を試みたところ我々はその原因を大きく3つに分類することができた。

ア. 指導者の知識不足 指導者の知識が低いことである。過度の気温の上昇にも関わらず、熱中症の意識が低いため、選手の体調が悪くなるまで練習を続け、水分不足による脱水症状や熱中症で倒れてしまう事故が絶えない。また、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格を保有している指導者は少なく、資格を取得したくない指導者が68.3%（日本スポーツ協会,2014）と多い。このことから、指導者が常に学び続けておらず、新しい知識を取り入れていないのである。

イ. 経験主義的指導 指導者自身が選手としてプレーしていた時の指導法や体験談だけで指導してしまうやり方である。そのため、時代や価値観の違い、あるいは育成したい人物像が異なるにも関わらず、旧態依然とした指導を行っているのが問題である。また、コーチングよりティーチングの指導をする指導者が多い。コーチングは選手主体となる指導とい、ティーチングは指導者が一方的に指導することである。

ウ. 選手指導者間のコミュニケーション不足 選手指導者間のコミュニケーション不足により、子どもに対してよいコーチングができておらず、指導者からの体罰による事故が絶えない（図1）。また、指導者と選手の相性が悪いことや練習を選手に任せてしまう放任主義的な指導者も存在する。したがって、選手からも指導者からもコミュニケーションをとろうとしない。そのため、指導者と選手の目的に不一致が生じてしまい、選手のやる気が損なわれてしまい、集中力が切れてしまつて事故や怪我に繋がる危険性がある。

(2) 課題の定義

以上のことから、体罰や重大事故の背景には、選手指導者間のコミュニケーション不足が原因と考えられる。そこで、本研究では指導者のコミュニケーションスキルに注目する。

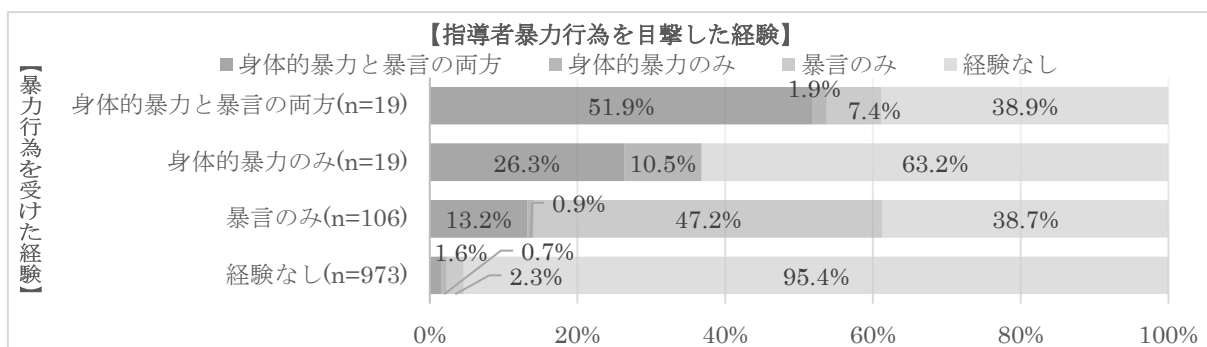


図1 指導者から暴力行為を受けた経験と目撃体験
(笹川スポーツ財団スポーツライフデータ,2013)

2. 研究の実施（目的・方法・結果）

(1) 目的

「選手指導者間のコミュニケーション不足」への対策として、「コミュニケーションスキルの内容」、「コミュニケーションの現状」、そして「コミュニケーションの高め方」の3つの観点から調査、政策提言を行う。

(2) 方法

ア. 文献調査

- ①調査内容 コミュニケーションスキルの内容、選手指導者間のコミュニケーションの現状、効果、コミュニケーションの高め方。
- ②調査時期 平成30年6月下旬から平成30年10月上旬まで。
- ③調査手続き 書籍調査及びインターネット調査。

イ. インタビュー調査

- ①調査対象者 K県私立大学、私立高校の運動部活動の指導者5名。
- ②調査内容 氏名、性別、担当競技、指導歴、競技歴。そして、コミュニケーションスキルの内容、選手指導者間のコミュニケーションの現状、コミュニケーションの高め方。
- ③調査時期 平成30年9月下旬から平成30年10月上旬まで。
- ④調査手続き 約30分ほどの時間を設ける。フェイスシートを記入してもらい、インタビューを行う。

(3) 結果

ア. 文献調査より コミュニケーションスキルとは「個人対個人、個人対集団、集団対集団の対人関係の場における、送り手として受け手に対してメッセージを受信・伝達する能力、および受けてとして送り手のメッセージを受信する能力」であることが分かった。コミュニケーションの現状については優先度が低いという結果になっており、学校生活の中で選手の観察をすることに重要性を感じていないことが分かった。結果を残すチームの指導者とは異なり、日々の練習から選手の身体的・精神的状態を掌握するといったことが困難な状況である。そしてコミュニケーションの高め方は、競技場面で指導者は意識的に選手個々がまず主張し、それを理解し合うことを促す取り組みを行うことが分かった(表1)。

表1 文献調査の結果(一部抜粋)

調査内容	記述
コミュニケーションスキルの内容	「個人対個人, 個人対集団, 集団対集団の対人関係の場における, 送り手として受け手に対してメッセージを受信・伝達する能力, および受け手として送り手のメッセージを受信する能力」(日本スポーツ心理学会, 2005)
コミュニケーションの現状	「練習に参加して選手の観察を行うことに重きを置いていないことが分かった。結果を残すようなチームの指導者とは異なり, 日々の練習から選手の身体的・精神的状態を把握するといったことが困難な状況にある」(町田, 2016)
コミュニケーションの高め方	「競技場面で指導者は意識的に選手個々がまず主張し, それを理解し合うことを促す取り組みを行う。ポジションを通じて他のメンバーの立場を経験させることで, メンバー相互の理解を深める」(江田ほか, 2017)

イ. インタビュー調査より

インタビュー調査では、コミュニケーションの内容について他人を理解する力、問題解決力、選手と近すぎず遠すぎず、ある程度の距離感を保ちフレンドリーに接することがわかった。コミュニケーションの現状は、指導者が選手とコミュニケーションをとる目的は、選手のコンディション、技術向上、指導者と選手の目標を一致させることであることがわかった。指導者が思うコミュニケーションの効果的な取り方として、積極的に監督から話しかけるようにする。トレーニング時は厳しく指導し、トレーニング以外では学生と距離を縮めるようなメリハリのあるコミュニケーションの取り方を行うことが分かった。コミュニケーションの高め方は、多くの選手と接し時間をかけて信頼関係を築いていく。早く相手を理解するという意識はせずによりゆっくりと選手との距離を縮めながら個性を尊重し臨機応変にとることが大切だということが分かった(表2)。

表2 インタビュー調査の結果(一部抜粋)

調査対象者	コミュニケーションスキルの内容	コミュニケーションの現状	コミュニケーションの高め方
A コーチ	「教科書通りに実施する」	「学生の好きな話厳しく指導している」	「プレーをする上で勝手に高まっていくものである」
B コーチ	「選手に技術を教える上で絶対的に必要な能力」	「練習中と練習後でメリハリがある」	「選手と一緒にいる時間を増やすこと」
C コーチ	「人を見る能力」	「技術(選手が話を聞くようになる)の指導ができる」	「個々の性格を理解し, 伝え方を変える」

3. 考察・提言・まとめ

(1) 考察

文献調査とインタビュー調査の結果より、以下のことが明らかとなった。

ア. コミュニケーションの内容・効果は相手との受信・送信をし、問題解決力や意思決定などのライフスキルと密接な関係であり、必要なものであるということが分かった。

イ. コミュニケーションの現状としては、インタビューと文献で学校生活の中で選手の観察を行うことに重要性を感じていないと感じているということで結果が異なっていたため、指導者の指導経験、選手の年齢などの環境によって変化していることが分かった。

ウ. コミュニケーションの高め方は、インタビューでは指導者から選手に対して積極的な会話をを行い、距離を縮めていくことが重要である。このことによって選手の主張的な会話を導くことが可能となる。

(2) 課題解決に向けた提言

以上のことから課題解決に向けた2つの提言を行う。

ア. 1つ目は、指導マニュアルの作成を行うことである。選手と指導者相互のことを深く知ることができると、ともにお互いの距離感を縮めることができる。

イ. 2つ目は、研修プログラムを開講することである。コミュニケーションの基礎を学ぶことで選手とよりよい関係を築くことができる。また、コーチ育成とコミュニケーションの資質が向上する。

(3) まとめ

これからの時代の選手育成に向けて、スポーツ庁や文部科学省などが指導マニュアルの作成と研修プログラムのような取り組みを行うことで、指導者は新しい時代にふさわしいコーチングスキルをゲットすることができる。その結果、熱中症と体罰の事故が減少することが期待される。

<参考文献>

江田香織ほか(2017)グループ箱庭体験を通じたチームの再建過程・スポーツ心理学研究 44(1):33-51.

笹川スポーツ財団スポーツライフデータ(2013)部活・サークル活動に関する調査.

町田友矢(2016)スポーツ指導者に必要な能力.

日本スポーツ心理学会(2005)日本スポーツ心理学事典.