

CORE VALUES THAT TENNIS CAN TEACH

(テニスが教えてくれるもの)

ジョージ・カペスタニー

テニスでは、試合に勝つことではなく、自分が100%コントロールできることに重きを置くことが必要です。しかし、自分がなかなか試合に勝てないことから「失望感」を抱くプレーヤーが沢山います。こう考える原因の一つには、トレーニングの中での試合の経験不足が上げられるでしょう。もう一つの原因は、友人や親やコーチ達から、「勝つ」事が目的だといわれてきていることがあります。そうではなくて、テニスは、人生に関する非常に大切な多くのレッスンをしてくれる最適なスポーツであることを認識する必要があります。

以下に、テニス教えてくれる事柄を記します。

性 格

プレーヤーは、自分の側のラインをコールしたり、スコアのコールをしたり、はっきりしない場合には相手に有利な判定をしなければならないという責任があるので、テニスは、人間形成に大きな機会を与えてくれます。プレーヤーの性格は、練習でスコアを数えたり、コールをしたりする場合にも窺い知ることが出来ます。コーチは、ボールを上手く打つこととプレーヤーの人間性とは別物であることに気づかせることが必要です。

勇 気

テニスは、困難な場面を乗り越える機会も与えてくれます。1対1の競技をするには、ガッツが要ります。

テニスは、幼いプレーヤーにも勇気が求められるスポーツです。コールをごまかす相手に対応したり、アピールしなければならないという状況もあります。ほとんどの場合は、もめたくないが為にその場はやり過ごして、試合が終わってから周りにその不満をまき散らす事になるのです。こういった場面をどう乗り越るかという技術は、大人になってからの社会でも役に立つとは思いませんか。置かれた状況をどう判断するかということにかかってくるのです。

このような経験は子供にさせるべきではないと言う人もいますが、こういった経験はとても重要で、その後の人生を過ごす上での術を教えてくれるのです。

正直さ

テニスは、相手のショットを自分が判定するという数少ないスポーツの一つです。少年野球

で、バッターが自分でボールやストライクの判定をすることを想像できますか。確かに、こういった大きな責任を未成熟なプレーヤーが持つことで、問題が起きることもありますが、この意味で、テニスは「正直さ」を育む余地のあるスポーツであるということが言えます。親やコーチは、子供達が正しい判断をしたときに誉めてあげることで、「正直」な人間を育てる手助けが出来るのです。

スポーツマンシップ

他のスポーツ同様、テニスでも「ごまかす」相手に対峙しなければなりません。一見、子供にとっても親にとっても気分の良いことではありませんが、子供に「対応力」を身につけさせる良い機会であるわけです。テニスをしている子供達は、テニスをしない仲間よりも、こういった場面での経験を積めるので、他の子供達よりも「成長」できます。親は、問題が起きたときに「子供を守りたい」気持ちを抑えて、子供が自分で成長する機会ととらえるようにしましょう。

高潔さ

他のどんなスポーツよりも、テニスには相手に悪い影響を及ぼすコールをすることが出来る余地があるので、「報復」のコールをしやすい要素があります。意図的にしろ、たまたま間違っただけで、「ごまかされる」場面はあるのです。こういったときにどう対応するかが、「高潔さ」のテストになるのです。「しかえし」をするか、相手の態度を気にせず「正しい行動」を取るかです。「しかえし」をしないことで、「相手が先にやったのだから」というその場凌ぎの論理を避けることになるのです。こういった場面を乗り越えられた子供は、試合に負けたとしても、大きな満足感を得られるでしょう。勿論、コーチも親もこのことを理解し、評価してあげることが前提です。

強い意志

テニスで最高のレベルに到達するには、本人の意思がはっきりしていなければなりません。自己修養や後から生まれる満足感というものは、子供達の将来に必ず役立つ事なのです。強くなるためには、新しい技術を試みることで一時的にうまくいなくなる場合があります。でも、この技術を身につけるのだという強い意志が、将来の成功には不可欠なことであり、価値ある人生勉強であるのです。

謙虚さ

テニスを通じ、尊大さと自信の違いが分かるようになります。試合や練習を通じて、尊大さ

は低い評価しかされないことに気づくのです。試合のチーム編成や練習のクラス編成次第で、子供達はこの勉強ができます。ですから、子供が尊大な態度を取っているときに、コーチや親には注意をする責任があります。

長 所

私は、練習の場こそが長所を育むのに最適な場面だと考えます。子供の多くは、学校で一日過ごした後に集中を高めて練習することは難しいと考えます。こういった場面は、大学でも、会社に勤めてからも、親になっても起こりえるのです。気乗りがしなくても頑張るということは、長所を育む上での重要な人生勉強となるのです。

もし、我々コーチや教師が、以上に述べた事柄において秀でようとし、テニスを人間形成のためのきっかけとする子供を育てることが出来るなら、その子供達は、価値のある人生勉強ができ、競技の場面でストレスを感じる事が少なくなるでしょう。「勝つ」事を目標とはしなくなり、もっと大切な目標を目指すようになるでしょう。テニス与えてくれる人生勉強に主眼を置くことができるようになれば、どんな負け方をしても「糧」と考えられるでしょう。

自己評価リスト

テニスは、人格形成の基となる要素や人生勉強をさせてくれるスポーツです。先に述べた各要素について、それぞれ一週間、全部で2ヶ月間トレーニングしましょう。テニスでチャンピオンになるだけでなく、優れた人間になるために。

1. 性格 :

2. 勇気 :

3. 正直さ :

4. スポーツマンシップ :

5. 高潔さ :

6. 強い意志 :

7. 謙虚さ :

8. 長所 :

【筆者紹介】 ジョージ・カペスタニー：ミシガン州ホランドのホープカレッジのキャンパス内にあるデウィット・テニスセンターのマネージャーを務めており、PTRのプロフェッショナルとUSPTAのマスタープロフェッショナルの資格を有す。ミシガン州で5回、ミッドウェスト地区で2回、「プロ・オブ・ザ・イヤー」を受賞。22年間のテニス界での経験を基にレッスンプログラムを作り上げ、年間100万ドル以上の収益を生み出している。数冊の業界誌を発行し、今年のPTR国際テニスシンポジウムを含め、様々な講演活動も行ってきた。2人のナショナルチャンピオンを含め、多くのランキング選手を育てている。多くのクラブやプロコーチのコンサルティングを行い、業務改善や斬新なアイデアで新しい顧客の取り込みを促進してきた。1998年には、「テニスの戦術」という本を著した。

【翻訳・監修】 鈴木真一：千葉県柏市 アド・イン桜テニススクール 代表 / PTR クリニック・インターナショナルスター・テニス委員会委員 / JPTR PRO OF THE YEAR (1986) / PTR PROFESSIONAL OF THE YEAR (2001)