

WHY SHOULD GIRLS LEARN TO PLAY TENNIS?

<女の子にテニスをすすめる理由>

アリソン・スコット

私が、なぜ「女の子はテニスをすべきだ」と考えるのかを、コーチの皆さんや親の皆さんに聞いていただきたいと思います。

昨年、私は女の子のためのテニスに関するウェブサイト“GirlsTennisAcademy.com”を立ち上げ、テニスと女の子の人生についての関連についてまとめあげました。理由は、私自身がこの素晴らしいスポーツであるテニスを通じて経験したことを伝えられたからです。

私と友人たちにとって、早い時期にテニスを始めたことでいろいろな基本的なライフスキルの形成に役立ちました。テニスは、プロに転向した後でも、いろいろな方向に進む上でポジティブな選択をする上でとてもしっかりとした基盤を与えてくれました。これらの核となるスキルを身につけることができたおかげで、今まで生きてきた中で栄光や失望、アップダウン、トラウマや成功などのいろいろな場面で良い方向性を維持することができました。私が人生から何を求めるにしても、そのための基礎となる原則をテニスから学ぶことが出来ました。

私が伝えたい相手は、私が関わっている子どもたちだけに限ったことではありません。彼女たちの親に対して、子どもたちが学ぶことの大切さ、そして、親や子どもたちが厳しい状況になった時でも諦めないで続けることの大切さを理解してもらうように努めています。親たちは、私からのサポートも得られることを知り、そして、テニスを通じての子どもたちの成長を根気よく支えることが、信じがたいほど価値のあることであるということを理解する必要があります。

20代前半の女性が何年かぶりにレッスンを受け始めた時に、若い時にテニスをやめなければよかったということを幾度となく聞きます。気がついたことは素晴らしいことですが、子供の時にコーチが説明してくれた大きな夢と、続けていたらその年月の間に得られたであろうことを得損なう必要はなかったのです。

なぜ、女の子がテニスをするのが大切なのでしょうか。まず、テニスには社会的側面があるということです。テニスはどんなレベルでも、他の人達との関わりから成り立つスポーツです。文化の垣根を超えてプレーできますから、世界のどこへ行ってもプレーが出来ます。地球上のどんなテニスクラブに行っても、その国の言葉が喋れなくても、テニスという共通の言葉を通じてその社会に即座に溶けこむことができます。

そして、テニスは生涯楽しめるスポーツなのです。

テニスの練習を通じて、多くのライフスキルが身につけられます。勝ち方や、負けても尊厳を保つことや、練習の原則、決断力、継続すること、責任をもつことといったスキルです。自制することを学ぶことが、テニスを学ぶ鍵となります。理解をし、生涯を通じて自分を捧げることができるということは、誰にとっても素晴らしい長所と言えます。本来の目的に向かう気持ちを削ぐような誘惑はたくさんありますから。

楽器の練習で音階を繰り返し繰り返し弾いて練習することや、バレーで反復練習をするのと同様、テニスでは練習をしなければなりません。オーストラリアのキャンベラで育った私は、コーチと練習について色々話し合いました。チャーリー・ホリスという有名なコーチの一人と出会えたことは幸せなことでした。彼は、ロッド・レーバーのコーチをした経験があり、ズバッという物言いをするタイプの指導者でしたから、人は好き嫌いがありました。私は、彼は素晴らしいと思いました。彼から、自制すること、正しい練習をすること、毎日練習をすることが不可欠であることを教えられました。

テニスを通じて、倫理観や誠実さ、コミュニケーション力といったライフスキルを身につけることができます。これらは、試合と密接なつながりを持っています。わかりやすく言えば、テニスコートに人生が映し出されているのです。コートのラインは、インとアウトを区別します。言い換えれば、これらのラインは倫理と行動の境界線であるわけです。プレーヤーに、何をしたらよいか、何をしてはいけないかを知らせてくれるのです。コートのラインの内側では、人生でやりたいこと、なりたいこと、手に入れたいことができるということを教えることができます。生きていく上での厄介な問題を取り除いてくれます。

プロの選手としてプレーして、グランドスラム大会に20回以上も出場したという経験から、テニスコートを離れても活用できるスキルを学びました。テニスを通じて多くの友情を得、世界中いたるところに、生涯の友人を持つことが出来ました。こういった意味では、テニスに負けるということはないと言えます。

ですから、コート上では思うような結果が出なかったとしても、そこで学んだことの大切さについて考えるように教えてあげましょう。そうすると、勝ち負けよりももっと大切なことに気がつくでしょう。

テニスを生活の一部とする

テニスを初めてする時から、プレーの仕方を適切に指導することが大切です。小さい頃から、技術を練習している段階であるにせよ、ちょっとした事でも成功体験を得られると、テニスをずっと続けたいと思うようになります。結果を確認できて、技術の上達を感じ取ることができるようにする必要があります。正しく導けば、更に求める姿勢が生まれます。

14歳になって女の子がテニスをやめてしまう割合は男の子の2倍にもなります。何が原因なのでしょう。簡単に言い表すことはできませんが、男の子と身体つきのことから始まります。そして、頑張ることや男の子をやっつけることはかっこ良くないなどといった仲間からのプレッシャーもあります。なにか秀でたことを持つことが恥ずかしいと思うこともあります。また、薬物や飲酒や性に関することに気が向くなどといったことで気持ちが削がれることも起きるでしょう。こういったことがあると、女の子はせっかく道が開けそうなところから離れて行きやすいものです。

でも、コーチとしっかりとしたコミュニケーションを取って、気持ちの上でも経済面でもテニスができるようなバックアップ体制を取ることで、テニスを続けていける可能性が増えます。指導

者としては、小さい頃から、テニスをしている理由と、そこから得られるであろう様々なことについて理解をさせるようにすることができるとでしょう。プロであろうがアマチュアであろうが、一人の女性の選手であることの素晴らしさについて伝え、女性選手であることの誇りと、女性選手はいかに感情面が強いかに気づかせるようにしましょう。また、彼女たちが大きくなっていく過程で、テニスをする友人を増やすことを勧めることも大切なことです。

自分の娘達が、安全な環境で、安全でエネルギー溢れる活動であるテニスを友達と楽しんでいるのを見ることは、親にとって幸せなことでしょう。世界中どこに行っても、友人を作り、健康でいて、生涯プレーすることができるスキルを我が娘に身につけさせてあげられる事こそ素晴らしいプレゼントなのではないでしょうか。

テニスからこんなに素晴らしいことが得られることがわかっていただけたなら、さあ、お嬢さんたちに始めさせませんか？

【筆者紹介】 Alison Scott: オーストラリアでトップ10、WTAでもトップ100の選手であった。選手時代には、グランドスラムの大会に20大会出場を果たす。PTRのプロフェッショナル、ATPCA(オーストラリアンテニスプロフェッショナルコーチ協会)のLEVEL 3のマスタープロフェッショナルの認定を受け、トレーニング教育と団体活動スキルの指導についても豊富な経験を持っている。オーストラリアを代表するテニスコーチの一人であり、特に女子のテニスに対して特に情熱を抱いている。彼女の生徒に対する影響力は強く、速やかに結果に結びつけることができる。教育者であり、トレーナーであり、助言者であり、評論家でもある。彼女が立ち上げたウェブサイトには、女の子たちが自分たちの技術と知識を最大限に発揮するために役立つであろう様々なトレーニング教材をしてある。(girlstennisacademy.com / Facebook; Girls Tennis Academy)

【翻訳・監修】 鈴木真一