

コーチは教えるものではない
見ているだけでいいのだ

私には、コーチという仕事は教えるものではなく、見ているだけでいいという持論がある。

私が指導者になり、ある選手の打ち方を見て、「そうではなく、こうしないといけない」と言っただとしても、それは見る側である私の勝手な解釈に過ぎない。実際にやっているのは選手本人だ。本人の感覚までは、我々にはわからない。

野球が上達する一番の秘訣は、技術的なことでも精神的なことでもない。その選手の感性の豊かさだ。ある選手の練習方法が、周りから見れば良くないやり方の場合がある。だが、周りの人間が取り組み方を変えなければいけないとわかっているとしても、その選手自身を理解しなければ、今まで積み上げてきたものがゼロになる可能性も出てきてしまう。ボールの打ち方ひとつをとっても、すべてその選手の感性次第だ。そうした部分には、指導者も入り込めない。

それでも、そこを度外視して「おまえのやり方は間違っている。こうしなければならぬのだ」と断定的な言い方をすれば、選手に混乱を与えてしまうだけだ。それでつぶれていったのは、プロの門を叩いた選手の90%以上になるはずだ。そつしたことを踏まえ、とコーチの仕事は、「教えることではなく見ていること」であると考えられる。

その選手には、その選手なりの良い部分がある。だから指導者は、その良い部分は何かを見極めて頭の中に叩き込んでおけばいい。そのためには、何が良くて何が悪いかを分析する能力がなければならぬ。見ているだけでいいと言ったが、ただ単に眺めているだけでは答えは出せない。

例えば、ある選手のスイングを見るなら、全体的なバランスを観察し、「この部分が良いから、この選手は打てる。反対にこの部分が悪いから、今は伸び悩んでいる」ということを理解しておく。そして、良いところ、悪いところについて、自分の中である程度の答えを出せるようにしておけば、その選手が「わからないから、教えてください」と言ってきた時に、事細かに説明してやれる。それができるかできないかが、良いコーチ、悪いコーチの基準だと思えるのだ。

日本では、口を酸っぱくして教えられるのが良いコーチで、それができないのは、何も仕事をしない悪いコーチと言われてしまう。だが、決してそうではない。周りの目を気に

し、選手に手取り足取り教えないと、「このコーチは何もやっていない」と思われるのではないかという考え方をするからいけないのだ。本当に気をつけないければならないのは、指導能力のない者が、素質の高い者の入り込んではいけない部分に入り込んでつぶしていくことなのだ。

選手が勝手に育つまで 指導者はひたすら我慢すべき

まず、「見ているだけ」が理想のコーチングと書いたが、この「見ているだけ」というのは、見ている側も本当はつらい。さっさとアドバイスをしてしまったほうがよほど楽だ。「ここにさえ気がついてくれれば……」とか「ここを直すのなら、こういうやり方があるのに、どうして気がついてくれないのかな」という思いが、じれったさにつながっていく。アドバイスをして、その通りにやらせるのがいいのか。それとも選手が気づくまでほうっておくのがいいのか。これは簡単に答えが出せることではない。

「時は金なり」という言葉から考えれば、「そんなに遠回りをしていないで、こうすれば別の答えが出てくるじゃないか」と、アドバイスを送るのが近道かもしれない。だが、それはあくまで上に立つ人間の考え方だと思う。

今春、横浜ベイスターズのキャンプで臨時コーチを任された時の私も、選手に対してスイングの際のスタンス、バットの高さなど細かな部分については、「こうだ」とか「こう

しなさい」とはひと言も言わなかった。バットを振るのは私ではないからだ。

私がスイングを見た選手の一人に、多村仁という入団7年目の外野手がいた。多村は、昨年まで横浜の助っ人として活躍を続けていたロバート・ローズにそっくりな構え方をしていた。多村がなぜそうしたのか、直接は聞いていない。私の想像だが、高い数字を残すローズの打ち方を毎日見ているうちに、真似してやるようになったのだろう。

同じチームに打率の良いバッターがいると、その打ち方を真似るというやり方はよくある。イチローを真似る選手もいれば、王貞治さんや私の打ち方を真似た者もいた。多村の場合は、たまたまそこにローズがいたということだ。

模倣から入っても、そこから何かをつかめばいい。だから、多村に接した私も、「そのフォームはダメだから、こうやって構えて打て」と言うのではなく、ただひたすらバットを振らせた。振らせる量は半端ではない。2時間、3時間の間に、1000〜1500回振らせた。

私の分析では、模倣したフォームで10時間に1000回振れと言えば、ローズの形のままでできると思う。しかし、2時間に1000回（7・2秒に1回）以上振らなければならぬとなれば、ローズを模倣した形では無理だ。なぜなら、多村の体格でそのスイングをしていたら、余分な力を使って疲れてしまうからだ。案の定、多村は、次第に少しでも

染をして振れるように自分自身でフォームを変えていった。

そして、最終的にはロースのフォームの影も形もなくなつて、多村自身が一番染をして振れるフォームを自分でつかんだのだ。

これは、まさしく現役時代の私のやり方だ。1時間でも2時間でも、打撃投手か私のどちらかがへばるまで特打ちをやつた。2時間もやれば、打撃投手のほうへばつた。最後はピッチャー返しの打球をよけ切れなくなつて体に当たり、それを終了の合図にしていた。余談になるが、私よりも歳上の打撃投手は、1時間たとうが1時間半を過ぎようが自分から「やめようか。疲れた」とは絶対に言わなかつた。私の打撃練習は、打撃投手と私の意地の張り合いと言えた。私は、フォームを崩さずに平気で打つていた。向こうも平気で投げていた。お互いに手を抜いているわけではない。真剣に打つて、真剣に投げた。

それができたのは、お互いに余分な力が入らないからだ。打撃投手も私も、余分な力が入っていたら長時間の練習には耐えられない。だから、多村に自分のスイングを理解させる場合も、ただひたすらに振らせれば良いと考えた。結果、想像以上にフォームが変化したことは、私にとつても貴重な勉強になつた。

2時間もの間、選手はひたすらにバットを振り、指導者はそれをじつと見続ける。これは選手にとつても指導者にとつても、忍耐に近いものかもしれない。なぜなら、最近の

社会は、教える側は教えることに、また教えられる側は教えられることに“慣れ”過ぎて
いると思えるからだ。これは、詰め込み式の学校教育に起因する部分もあると思うが、こ
うした傾向は、教える側は画一的な方法論しか持てなくなるし、一方の教えられる側から
は自ら学ぼうとする姿勢を奪い取ってしまう、と感じている。

コーチングとは、経験や実績を備えた指導者（上司）が、いかに選手（部下）を教育す
るか、という一方通行的なものではない。愛情を持って選手を育てようとする指導者と、
必死に学んで成長しようとする意欲に満ちた選手とのハーモニーである。選手の「うまく
なりたい」という向上心を喚起し、美しいハーモニーを奏でていくためには、まずその選
手を十分に観察してやるのが大切なのである。

部下の置かれた立場を考え、 絶妙のタイミングで言葉をかける

指導者にとって、言葉とは重要なものである。最近の指導者には、俗にいうカリスマ性みたいなものが求められている。どういう考えで仕事を進めるのか、どういう経営方針でいくのか、それを部下に話して「なるほど、そうなんだよな」と思わせなければならぬ。反対に、どんなに素晴らしいアイデアや指導法を身につけていても、それを伝えるボキヤブラリーが乏しくては、部下からの信頼は得られない。

それでは、指導者は部下にどうやって、どんな言葉をかければいいのか。まず考えなければならぬのは、部下の置かれている立場である。プロ野球選手の指導を例に説明しよう。

まず、1年目の選手には「否定」のフレーズを使ってはいけない。ルーキーというのはアマチュアでの実力が認められてプロに入ってきた。だから、自分のやってきたことは正しいと思ってやっている。そんな選手に対して「おまえのやり方は違う。こうやらなくて

はいけない」と一方的に否定してしまうと、指導者と選手との間には溝ができてくる。

そこで、1年間だけは自主性に任せ、選手のほうからアドバイスを求めてきた時に、その選手の力を評価しながら指導してやる。大切なのは褒めることだ。とにかく、いいところを見つけて褒めてやる。「ここがいけない」というのではなく、「ここが素晴らしいね。それなら、ここも同じようにしてみたらどうだ」というような言い方がいいだろう。

次は、2〜3年目になっても結果の出ていない選手。ある程度の練習を積み重ねているのに一軍に昇格できないのは、どこかに原因があるからだ。まずは、それが何かということとを分析しておく。本人もいろいろと打開策を考えているはずだから、それを尊重しながら、指導者として正しい練習法を教えてやらなければならぬ。こうした選手には自信をつけさせることも大切だから、密にコミュニケーションを取って「俺は、指導者から見放されてはいないんだ」と感じさせることも必要だろう。

さて、指導者の力量が最も求められるのは中堅クラス、6年、7年と経験を積んでも芽の出てこない選手に対してだろう。こういう選手との接し方は、指導者の主導型でいい。このままでは先がないのだから、完璧に洗脳してやらなければならぬ。様々な指導を受けてきて、それでも結果が出せなかった。それこそ崖っ淵に立たされていて、何かにすがりたいとさえ考えている選手には、指導者のノウハウを徹底的に叩き込むしかない。

また、指導者から部下への言葉は、かけるタイミングも慎重に考えたい。寝起きの人に矢継ぎ早に言葉をかけると気分を害してしまうように、話しかけるタイミングは大切だ。眠たい時、空腹の時などは、誰だつて虫の居所が悪い。そんな時に「あの仕事は終わったのか」などと追い打ちをかけるような言葉は避けたい。

さらに、新しい仕事を与えた時など、多少の不安を抱えているような部下に対しては、背中を押してやるような言葉で気持ちを奮い立たせてやりたい。

私を臨時コーチに招いた横浜の森祇晶監督は、新しいリリーフエースに齋藤隆を指名した。齋藤はプロ10年目で実績も残ってきている投手だが、本格的なリリーフの経験はない。先発からリリーフへ転向する不安、また、かつて守護神だった佐々木主浩（かずひろ）（現シアトル・マリナーズ）と比較されてしまうことなど、新しい役割にスムーズに入り込めない精神状態になっていったようだ。

森監督は、そんな齋藤をしばらく静観していた。監督の方針なのだから、いずれにしても齋藤はリリーフをやらなければならない。だが、悶々とした気持ちで取り組んだのでは、本人にとつてもチームにとつても大きなマイナスである。キャンプからオープン戦と時間を経ていく中で、齋藤の気持ちが徐々に前向きになってきたとみるや、森監督は齋藤を呼んで「俺は、おまえと心中する」という殺し文句を口にした。