

「努力すること」

皆さまこんにちは。今月で 2 回目となるマンスリーコラム、今回は育成コーチという立場にたって「努力」ということについて、ちょっとえらそうに考えてみました。

私自身、約 3 年前に現役を引退し、現在は 6 歳から 17 歳の子供たちをコーチしています。コーチとしてはまだまだ駆け出しの身ですが、プロ選手として 10 年以上過ごした経験や、海外でのプレーや生活をとおして得た様々なものがコーチとしての財産になっています。その中で、子供たちを育てていく上で最も大切にしていることのひとつが、「努力」という言葉です。育成とは「努力」= 頑張る、つまり一生懸命頑張れる子をいかに育てることなのかなと思っています。

6 歳の頃からひたすらうまくなりたいとボールを追いかけてきて、幸いにも 18 歳のときに年代別の日本代表に選ばれ、22 歳でプロになり、その後も長年サッカーを仕事として続けることができました。その中で、なぜ自分がそこまでやれたのか？と考えたときに、「努力」という言葉とその努力を「いつまでも失わずに持ち続けるメンタリティー」が自分にはあったのかなと思います。自分自身で言うのもなんですが、若い頃からサッカー選手としての努力は人一倍してきました。と言うのも、私は小さい頃からどの年代でも、チームで 3 番目か 4 番目の選手だったので、人より努力をしないと這い上がっていけないとわかっていたからです。その意識はプロになってからも変わりませんでした。

私が JEF に入団して 2 年目に、元日本代表監督の岡田さんがアシスタントコーチに就任したのですが、岡田さんがプロになったばかりの若手を集めたミーティングで言われたことを今でも覚えています。

「お前らプロになって満足してしまい、日々の努力を怠ったら来年はもうプロでなくなっていると思え。100 人の選手がいたら、90 人の選手は必死の努力が必要だ。残りの 10 人は才能のあるスター選手だが、そのスター選手たちでさえも実際のところ皆努力をしている。ということは、半端な努力では、明日はないと思え。」

このときのミーティングで岡田さんはそのほかにも様々なサッカー選手としての心得をたくさん話してくれたのですが、特にこの言葉はその後プロ生活を続けていく上で、戒めとして何度も何度も自分自身で繰り返したのを覚えています。

このことは、プロの世界だけではなく育成年代でも同じことが言えると思います。

私自身も普段のコーチングのなかで、練習の前に選手たちに良くこんな話を言って聞かせています。「世の中でいったいどれだけの子供たちが将来プロのサッカー選手になりたいと思って日々トレーニングに励んでいると思う？それを考えたら、一日たりとも無駄に出来ないよね」と。

育成のコーチとして大切なことはほんとにたくさんあると思いますが、私は子供たちに「努力」することの大切さを教えることは技術を教えることと同じように大切なことだと思っています。さらにその「努力」を「いつまでも失わずに持ち続けるメンタリティー」をうえつけることはもっと大切でもっと難しいことなのではないでしょうか。単純に子供たちに「もっと努力しなさい！」と言ったところで、自らこつこつと頑張る選手は生まれてこないと

思います。「努力」といっても、それは練習で人より頑張るって走るとかそういう単純なことではないからです。それはサッカー選手としてだけでなく、人として成長するまたは成功するためのキーワードであると、今回あらためて考えてみて気づかされました。

努力するということは？

- ・ 夢、希望を持つこと
- ・ ゴール・セッティング(目標)
- ・ 自分と向き合うこと、自分を知ること(自分探し)
- ・ 向上心
- ・ 自主性
- ・ 探究心

今回このコラムを書きながら、考えれば、考えるほど奥が深い、たいへん大きなテーマだなと思いました。上にあげただけではなく、ほかにもあると思います。皆さんも一度考えてみてください。

