

和歌山国体では、ハンドボール(少年女子)とバドミントン(少年男女)に帯同し、サポートを行いました。どちらの競技も8月に開催されたインターハイにも帯同しており、心理的サポートの質を高めた状態で国体に挑むことができました。今回はハンドボール(少年女子)の帯同について報告します。

チームは4校の選手からなる選抜チームでした。そのため、「選手14名」・「監督」・「スタッフ6名」が一丸となり戦うためにミーティングという形で心理的サポートを行いました。

特に、試合前や試合前日の「作りたい雰囲気」に対する共通理解をもつことに力を入れました。良い雰囲気と一言に言っても、「盛り上がることを良いと思う人」と「緊張感があることを良いと思う人」がいます。その他にも「自信に満ちあふれている姿を「望む」人」もいます。選手、監督、スタッフが、「同じものを良くしているか」は、短期でチームを作り上げる際にすり合わせる必要のある要素ではないかと考え行いました。

その上で、チームメイトや監督、スタッフに「して欲しいこと」、「して欲しくないこと」の把握に取り組みました。試合前の過ごし方についても様々で、「話しかけないでほしい(一人になる時間が欲しい)選手」もいれば、「誰かと話したい選手」もいます。「試合直前に一声かけてほしい選手」もいれば、「全く気にしない選手」もいます。

このような個々の「望むもの」の違いが、『日ごろの行動・言動』、『就寝時間』などについても必ずあり、限られた時間の中でそれらをすり合わせるための工夫をこらしました。

帯同は、9月25日(金)～10月1日(木)の6泊7日でした。直前に広島で1日調整した上で、宿舎のある大阪に移動して試合に向けて仕上げていきました。その間、監督が求めるチームの雰囲気と実際のチームの雰囲気にギャップが起きたり、発熱で病院に行く選手が出たり、複雑な戦術がうまくかみ合わなかったりや様々なことが起きました。しかし、これらが起きる可能性は予め想定していたため、準備が整っている状態で計画的にミーティングや対応を行うことができました。その結果、春の全国選抜大会で準優勝している石川県との試合では、前半の4点差を逆転勝利し、入賞を確定させました。そして、準々決勝では、春の全国選抜大会で優勝し、インターハイでも準優勝を果たした東京都を相手に試合終了直前に追いつき、延長戦にもつれ込むところまでいきました。どちらのチームも全国大会でメダルを取っている強豪チームであることから、点差をつけて圧勝することは現実的ではなく、試合は「接戦になる」と想定して準備をしてきました。2試合とも前半を負けた状態でハーフタイムを迎えましたが、点差をつけられてもコツコツと点数を積み重ね、試合終盤には想定通り接戦になる展開で試合を進めることができました。結局、東京都が優勝しましたが、試合に向けての心理的準備の効果を見ることはできたと感じられる国体でした。

