

スポーツ茶

サロン

論



蔭山実

2020年東京五輪・パラリンピックの準備が始まった。最大の課題は「大会の成功」だが、本当の目標は「スポーツの力」をどこまで高め、日本社会の新たな発展につなげていくかにあるような気がしている。それを考えさせられる二つの動きを見聞する機会があった。一つは、スポーツの力をビジネス分野で人材育成に生かそうという取り組みだ。一流のアスリートを講師に招き、「組織を勝利に導く能力」を伝授しようというアカデミーである。アスリートのマネジメントなどを行う「ナイスガイ・パートナーズ」の始めた事業だが、体を鍛え、感動や希望を与えるだけではないスポーツの新しい役割を提案している。これまでに、元陸上選手の為末大氏やラグビーのヤマハ発動機ジュビロの監督、清宮克幸氏が指導にあたった。

「本物のリーダーは困難に効果的に対処する能力である。ライフスキルを備えている。それを向上させるにはスポーツの力を応用するのが最も効果的だ」。アカデミーの代表講師で応用スポーツ心理学者の布施努氏

広げたい社会貢献への挑戦

の指摘に神髄がある。

ライフスキルの訓練は米国では宇宙飛行士やアーテリストも活用しているが、アカデミーでは体育会出身の若手を中心。米ウォール街で体育会系の人材を確保する動きが強まる一方、幹部候補生に育成するのは容易ではない現状がある。

アカデミーでは、為末氏が自ら積極的に言語化を行う作業法、清宮氏は「スポーツから学ぶインテリジェンス」と、他に類のない「秘策」を伝授した。布施氏は米大リーグのイチロー選手を例にセルフコントロールなどの訓練をしてきた。

布施氏も元野球選手で、早稲田実業高校で夏の甲子園で準優勝、慶応大学ではリーグ優勝や大学日本一を経験している。その後、米ノースカロライナ大学で応用スポーツ心理学の博士号を取得し、NFL（米ナショナル・フットボールリーグ）のメンタルトレーニングの開発に携わった。

こうしたスポーツの力に期待したい。だが、アスリートが能力を伝えられるのも苦境にあって勝利を手にした体験があつたこと。

他方で、勝利をつかむための取り組みも必要だろう。

そこでも一つ一つの動き。英国で注目されている心理療法の「感情解放テクニック（EFT）」である。自らへのメッセージを言葉にしながら、頭や顔、手のツボを指先でたたく（タッピングする）ものだが、大舞台での緊張から心身を解放させ、結果を引き出す「技」ともなっている。

英紙「デーリー・メール」によると、2005年の世界陸上ヘルシンキ大会の男子棒高跳びで、よもやの優勝を果たしたオランダのレンス・ブロム選手は普段からEFTを活用しており、「優勝できたのもEFTのおかげ」と語ったという。

なぜ効果があるのかは定かではないが、元兵士のPTSD（心的外傷後ストレス障害）の解消など、さまざまな分野で効果が報告されている。英BBC放送は今年1月、NHS（英国営医療サービス）で鬱病などの治療に活用され、成果があったと報じた。日本でもNPO法人が東日本大震災の被災者を対象にトラウマからの解放に役立てようと活動している。

アカデミーもEFTもスポーツとのかかわりから社会貢献に向けた挑戦が感じられる。東京五輪のレガシー（遺産）もそこまでの視野の広さを期待したい。