

# 問題解決能力醸成のためのコーチング法

藤村 壮 (競技スポーツ学科 コーチングコース)

指導教員 鳥羽 賢二

キーワード：学生アスリート，問題解決能力，コーチング法

## 1. はじめに

競技スポーツでは，結果を出すことが求められる。しかし，競技成績が思うように伸びなかったり，目標を達成できないことも多い。そこでの問題は，選手の問題解決能力が低いことが一因であると考えられる。問題解決能力とは，現状に対して問題の本質を把握し，原因の追究と，何らかの解決案を考え，それを実行し事態を望ましい状態に導くための能力である。

そこで本研究は，スポーツ活動の中でその能力を育む適切なコーチング法を試論することとする。

## 2. 研究方法

- ①文献調査 (問題解決能力に関する先行研究)
- ②ディスカッション調査:対象は本学女子バレーボール部，硬式野球部計 20 名 (1 回生各 5 名，4 回生各 5 名)
- ③インタビュー調査 (対象:本学女子バレーボール部・硬式野球部 4 回生 5 名:計 10 名)。

## 3. 調査結果と考察

表 1 はインタビュー調査を抜粋したものである。これらのことから，問題解決能力の醸成は，主に言語活動によるところが大きいというエビデンスが得られた。問題解決能力の醸成を促進させるためには，ミーティング等の場で発言を多くすることにより，「思考力・判断力・表現力」が養われると推察される。

表 1 ミーティングの効用 (筆者作成)

	ミーティングの効用
A氏	うかつな発言ができないので，広い視野に立ってチームのことを考えないといけないと自覚するようになった。
B氏	チームの現状を理解するように努めるようになった。その時，少しでも競技成績を伸ばすために，課題は何であるかを考えるようになった。

## 4. まとめ

フォーマルな場でのミーティングにおけるディスカッションは，言語活動を充実させるための大きな効用があり，考える力を身につけることができる。その際，ブレインストーミング法<sup>1</sup>やクリティカル・シンキング<sup>2</sup>を用いる。それによって，発言の機会を多く確保し，解決策を見出すことにつながる。

また，問題解決をするために重要なことは，問題解決のプロセスを規定することにある。その基本的なプロセスを踏むことで問題解決が可能となる。その際重要なことは，具体的に行動が起こしやすいような問題解決の計画が必要となる。

それは，図 1 のように 5W2H (誰が，いつ，何を，どこで，なぜ，どのように，費用はいくら) を念頭において，具体的計画を立てることが不可欠となる。

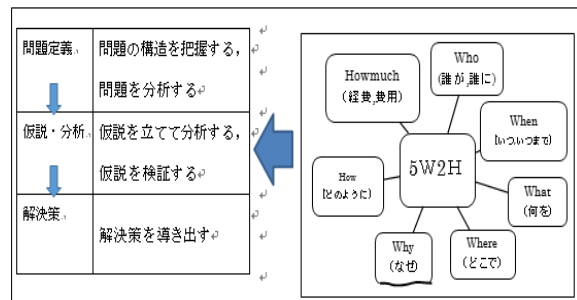


図 1 問題解決のためのプロセスと基本的といかけ (筆者作成)

主な引用・参考文献

John.D.Bransford(1994)「頭の使い方が分かる本」古田勝久，古田久美子訳，HBJ 出版

<sup>1</sup>集団でアイデアを出し合うことによって相互交錯の連鎖反応や発想の誘発を期待する技法

<sup>2</sup>批判的に考えることであり，証拠，正確さ，論理，合理性，公平性にもとづいて概念化したり分析したり総合判断することを指し，議論の基礎とされる