

2015年度定例研究会報告

デンマークのスポーツコーチングスタイル

— The Danish Way —

高橋 豊樹

Danish sports coaching style

— The Danish Way —

Toyoki TAKAHASHI

ハンドボールの生まれた国、デンマーク

デンマークはハンドボールの発祥国で、ハンドボールが国技としての地位を占めるほど、デンマークの国民の間に普及しているスポーツである。近年のハンドボールの国際大会におけるデンマーク代表の存在感はとて大きく、各国際競技大会で優秀な成績を収めている。

デンマーク代表における歴史

デンマークハンドボールの歴史を語る上で欠かすことのできないことは女子デンマーク代表の歴史である（表1）。

1993年から2004年までの間にオリンピック3大会連続優勝、世界選手権で優勝、準優勝、3位を一度ずつ勝ち取って来た。デンマークにおいて女子代表の歩んできた歴史はとても輝かしいものである。このように輝かしい歴史を歩んできた女子デンマーク代表であるが、2004年アテネオリンピックでの優勝以降、国際大会のメダルから遠ざかることとなる。その間に頭角を現したのは男子デンマーク代表であった（表2）。2002年ヨーロッパ選手権3位となり、2016年に至るまでに、世界選手権準優勝2回、3位1回、

表1. 主要国際大会における女子デンマーク代表の戦績

大会名	優勝	準優勝	3位
1993世界選手権		○	
1994ヨーロッパ選手権	○		
1995世界選手権			○
1996ヨーロッパ選手権	○		
1996オリンピック	○		
1997世界選手権	○		
1998ヨーロッパ選手権		○	
2000オリンピック	○		
2002ヨーロッパ選手権	○		
2004ヨーロッパ選手権		○	
2004オリンピック	○		
2013世界選手権			○

ヨーロッパ選手権優勝2回、準優勝1回、3位3回、そして2016年のリオオリンピックにおいて悲願の優勝を成し遂げた。これらの成功の裏には長期的で戦略的なタレント育成、良質なコーチの育成など様々な成功要因が挙げられる。

世界で活躍するデンマーク人コーチ

2016年現在、世界で10名のデンマーク人コー

表2. 主要国際大会における男子デンマーク代表の戦績

大会名	優勝	準優勝	3位
2002ヨーロッパ選手権			○
2004ヨーロッパ選手権			○
2006ヨーロッパ選手権			○
2007世界選手権			○
2008ヨーロッパ選手権	○		
2011世界選手権		○	
2012ヨーロッパ選手権	○		
2013世界選手権		○	
2014ヨーロッパ選手権		○	
2016オリンピック	○		

チが各国ナショナルチームを指揮している。このことはハンドボールの世界において、デンマーク人コーチが非常に高い評価を受けていることを意味する。デンマークのナショナルチーム成功の要因の一つに「良質なコーチ」の存在が挙げられるが、国際競技力を伸ばす上でコーチの存在は非常に重要な存在であり、優秀なタレントを育成するにあたっては欠かせない存在であることは言うまでもない。

The Danish Way

筆者は2013年8月から2015年8月までの2年間、デンマークハンドボール協会のコーチ養成プログラムを受講した。そういった経験を通す中で、「違う文化の中でどういう風に物事を考えるか、進めていくか」、ということに非常に大きなインスピレーションを受けた。ここでは、デンマークの社会に今も影響を与えている哲学者の考え方やデンマークハンドボール協会が推奨しているコーチングのモデルについて紹介したいと思う。

I GOTCHA (アイ・ガチャ)

図1は「I GOTCHA (アイ・ガチャ)」というモデルである。デンマーク的な考え方というのは個人の「Identity」というものが中心にあっ



図1. I GOTCHA モデル図

て、そこから色々なものを広げていくという考え方が主流になっている。Identityがまず中心になっており、これは選手であってもコーチであっても変わらないものである。Identityを中心として、ゴールセッティングや、オーナーシップ（自分はこの集団の一部、自分がこのチームをなんとかするという考え方）、チームビルディング、コーチング、ヒエラルキー（階級）、反応・対処の仕方といった順番で考えていく。デンマーク的に非常に大事な考え方というのが「Ownership」であり、自分が関わってチームが変わることや、自分がこういう状況であるということ認識して（accept）、チーム作りやチームに関わっていくということを行う。

Søren Kierkegaard (セーレン・キルケゴール)

デンマークの考え方としては「自分が積極的に関わって自分がその行動に対して責任を持つ」ということがとても重要である。そうすることで、「自分はその一部である」「自分はやっていることの一部として責任がある」というふうに認識することがすごく大事なことで、それを教えてくれているのがデンマークの哲学者である Søren Kierkegaard の考え方である。彼が言っているのは、「もしその人（コーチ・選手）がそこで成功しようと思ったら、自分がまずどの位置にいるのかを見極めて、そこから始める必要がある」。つまり、自分が今どこにいるのか



図2. セルフマネジメント



図3. リーダーが使い分ける4つの役割

というのを知ることが大切なのである。

コーチや教師などの教える立場の人間というのは、「選手や生徒が、ある場所に行こうとしているのを助ける」という存在である。教える立場の人間は自分の置かれている場所がわからないと、正しい指導ができないとされている。そこで、教える立場の人間は「教師」、「コーチ」、「ファジリテーター」、「メンター」の四つの役割を背負って（帽子をかぶって）使い分ける必要がある。

「教師」という役割を背負う（帽子をかぶる）時は、教える立場なので教育をするということである。そのため、自分の言ったことをこういう風にやってくださいと教える立場になる。いつも教師的立場でいればいいというわけではなく、違う立場も必要になる。ファジリテーターというのは、一歩引いて選手がやろうとすることをサポートし、そして上手くそのプロセスが進むようにコンサルタント的な役割を果たすということである。選手の性格や物事の考え方は様々なので、その教師的な立場で教えた方がうまく学べる選手もいれば、ファジリテーター役になってあげた方がその選手の才能を引き伸ばせることもある。

「コーチ」的な役割ということであると、自分はすでにいい答えを持っているけれどもそれがうまく出でこないような選手がいる場合は、こちらがいい質問をしてあげて、その答えを引き出してあげるようなことも必要である。そし

て、経験豊富な選手で、ある程度自分の考え方が確立している場合や、その中でピンポイントに少し不安がある場合などは、「メンター」という立場で、そこもまた一歩引いて、その選手がぶつかっている課題についてヒントをあげながら解決に導いていくというような、一歩引いた形での役割というのにも必要になる。

最初に説明した「教師」という立場だと、自分が権力を持って、「こうやる！」というような一方的な形になるが、それ以外の3つというのは一歩引いた形で選手によって「どういふものを引き出すか」という状態になる。それが、選手なりコーチなりの「チームを自分で作っていく」という責任感や積極性に繋がっていく要素になる。どんな選手でも必ずこの4つのタイプが必要な場面が出てくるため、これらを使い分けるといふのは必ず必要な事であり、その選手のシチュエーションであったり、チームのシチュエーションであったりどういう状況下であって、何が必要とされているかによってこの使い分け方が決まってくると言える。

まとめ

Kierkegaardの哲学というのは現代のデンマークの社会にも生きていて、まず基本となるのは教える側も教えられる側も一人の人間として、自分はこういう人間であるという認識をすることで、飾るでもなく、自分というものを知

り、お互いにそれぞれ素の状態を知るのが基本となる。世間には様々な有名コーチや選手の成功例というものがあり、そういう人達のやり方というものを事例にはしているが、その人達のやり方を自分がコピーすることはできな

くて、自分の中に持っている自分が基礎となって、それを考えながら教えていったりコーチングしていくということが大切である。それがコーチングのスタートであると教えているのが **The Danish Way** である。