

頼られる部長の なり方

Changing
あおた まさとし

はじめに

こんにちは。Changingのあおたです。
今回のテーマは「頼られる部長になる方法」です。

はじめに言っておきますが、今回は文字ばかりです。
ですが、できるだけカンタンにしていますので、中学生以上なら読めるかと思います。

いろいろ方法を紹介しますが、いきなり全部やるのは無理でしょう。
なので、「今週はこれをやってみよう」と決めて取り組んでみてください。

1週間それだけを意識すれば、いつの間にか考えなくてもできるようになってきます。
そうして余裕ができたなら、また次の週は別のことにチャレンジしてみましよう。

話をはじめの前に、以下をまず覚えておいてください。
ここで紹介する方法は、「人をコントロールする方法」ではありません。

人をコントロールすることはできません。
今の部活に不満があるなら、まず自分が変わらましよう。
そうすれば部活は変わり始めます。
これをまず覚えておいてくださいね。

「こういう風に言えばこうなりますよ」という説明もできますが、
相手をコントロールしようと思って言うてはいけません。
ちゃんと心をこめて、自分の言葉でいましよう。

ちなみに、僕は高校大学と部長をやりました。
部員のことを考えながら自分もうまくなるのは、けっこう難しいです。
ですが、部長の経験は今後かならず役に立つので、精一杯やってほしいです。

部長をしたことがある人は案外少ないので、貴重な体験ですよ^^
それでは、はじめていましよう！

第1章 リーダーシップってなに？

チームに入っていると、かならず部長（キャプテン）がいます。
学生では高学年の中から選ばれるでしょう。

今回は全体を通して、

「部長になったけど何をすればいいかわからない！」

「チームが思い通りにならない！」

という部長さんのために、何をすればいいかというのを話ししていきます。

その前に、注意として…

これは僕が経験してきたこと、勉強してきたことを「簡単に」まとめたものです。
実際のリーダーシップ理論はもっと複雑で、もっと経験が必要なものになります。
もっともっと知りたい方は、書店で本を買ってくるなりして自分で調べましょう。

今回は学生ができるレベルでのリーダーシップを紹介します。

(リーダーシップというのは部長の素質とか、みんなを引っ張っていく能力のことです)

リーダーシップは生まれた時から決まっている才能ではありません。

勉強すればだれでも手に入れることはできます。

ここで説明したことをやれば、あなたもリーダーシップを発揮することができます。

さてさて、1章はリーダーシップってなに？というお話からです。

まずココで、

- ・ どんなリーダー（部長）がいいの？
- ・ リーダーって何をやるの？

というお話をしますので、リーダーシップについて勉強していきましょう。

どんなリーダーがいいの？

みなさんの中で「リーダー（部長）」と言えば、どんなイメージですか？

例えば、「チームを地区大会で優勝させるのが部長の役目！」

これはどうでしょうか？

これはちょっとおかしいですね。

地区大会優勝できなかつたらダメな部長かという、そうではないです。

自分のことになるとよくわからないので、まずあなたの前の部長で考えてみてください。

- ・ その方はみんなから部長として認められていましたか？
- ・ その方の何がよかったのでしょうか？
- ・ 逆に、あまり評判がよくなかったのなら、何がダメだったのでしょうか？
- ・ その場合、あなたならどうやって改善しますか？

これぐらいは考えてみましょう。

めんどくさいと思いますが、考えてみてください。

これから僕が解説するのは、頼られる部長になる方法です。

ですが、**どんな部長になるかはあなたの考え次第**になってきます。

だから、ここで頭を動かして、自分の部長のイメージを作っていけないといけません。
これをやらないと、結局その日の気分しだいフラフラとした部長になってしまいます。

部長というのは、気分で言うことを変えたりしてはいけません。

まっすぐで素直、ブレないというのが大事。

だから、めんどくさくても上の4つを考えてみましょう。

頭が動きだしてきましたか？

それでは次の質問です。

次はあなた自身について。

- ・ あなたは、今のチームをどんなチームにしたい？
- ・ 引退するとき、同級生や後輩に言ってほしい言葉は？

今回は2つですが、よく考えてみてください。

これによって、部長の方向が決まります。

そして、それは途中で簡単に変えてはいけません。(変える必要があるときは変える)

この2つは紙に書いて部屋にはってください。

僕の大学のころの例を書いておきますね。

- ・ あなたは、今のチームをどんなチームにしたい？

初心者でも絶対1回は試合に勝ち、みんなで勝利のよろこびを分かち合えるチーム
ケンカをせず、みんなで上を目指せるチーム

- ・ 引退するとき、同級生や後輩に言ってほしい言葉は？

「ソフトテニスのおもしろさを教えてくれてありがとう」

「この1年が一番楽しかった」

いくつ書いてもOKですが、2～3つぐらいでいいでしょう。

ここが一番大事なので、何時間考えてもいいです。

自分の納得できる答えを書きましょう。

これを書いておくだけで、あなたが何をすればいいかだいたい分かってきます。

僕の場合なら、「この1年が一番楽しかった」

これを引退のときに言ってほしいと思っていました。

だから、練習中にイライラしないように気をつけたし、
練習メニューもみんなに考えてもらって、全員に一生懸命になってもらいました。
(この方法は後で説明します)

休みの日にバーベキューをやったこともありますし、
仮装してテニスするイベントもやったことがあります。

まあ大学生だからできたことなんですけどね^^ ;

「この1年が一番楽しかった」
これを言ってほしいと決めていたから、上のようなこともやったわけです。

あなたは引退のときに何と言われたいですか？
では、そう言われるためにはどうしたらいいでしょう？

まずこれを考えることから始めましょう。

どんなリーダーがいいの？というタイトルでしたが、
結局は自分がどうなりたいのか、ということです。

その結果、みんなが幸せだったり楽しかったのなら、それは大成功。

僕は仮装してテニスというイベントもやりましたが、
本気で全国を目指すチームでやれば、たぶんみんな文句ばかりだったでしょう。
「そんなことせずに練習しようよ…」となります。
その場合は失敗。

自分のチームの状況やみんなの想いも考えて、

「チーム全員が幸せになるようなリーダー」

をここで考えてみましょう。

うまい＝部長、ではない

これは多くの方が誤解していますが、
うまいからと言って部長になるわけではありません。

チームをまとめる能力がある、みんなに信頼されている、
という理由で、うまくなくても部長になることもあります。

「部長だからうまくならないと！」
と思うのはいいことですが、たとえランクが落ちてしまっても
「素質がない」「向いていない」
と思う必要はまったくありません。

それとこれとは話が別なので、**むやみに自信をなくさないように**しましょう。

まあ気持ち的には1番じゃないといけない！となることが多いので、
それはいい意味で考えましょう。
部長になって急成長する人も多いですからね。

ただ、1番じゃないからと言って「素質がない」ということではないですよ、
ということです。

ちなみに、リーダーに素質とかはいりません。
どうすればチームをまとめられるか知っていればOKです。
だから、勉強すればだれでもリーダーになることは可能です。

もし部長になって焦っているなら、
ひとまず落ち着いてできることをやっていきましょう。

リーダーシップとは？

簡単に言うと、「**指揮者**」です。

広い森で地図を片手に持って、「アッチにいけば出られる！」

と指示をする人のイメージです。

別に先頭をつき進まなくてもいいんです。

それは部活で勢いのある人、やる気のある人に任せてOK。

もっと具体的に言うと、**目標に向かってチームみんなで進んでいけるようにする**
という役割があります。

チームが全国を目指しているなら、なまける人がでないように考えます。

楽しくテニスをするのが目標なら、だれも悲しまないようにしないとけません。

そういう目標にみんなを連れていくのがリーダー（部長）の役割になります。

2～3ページ前にいろいろ書いてもらいましたよね？

- ・ あなたは、今のチームをどんなチームにしたい？
- ・ 引退するとき、同級生や後輩に言ってほしい言葉は？

とかです。

これが「1つ目の地図」になります。

地図は忘れてはいけないから、壁にはっておきましょう！と言ったわけです。

（2つ目の地図は、第2章で説明していきます）

この地図を見ながら、「アッチにいこう！」とみんなに教えてあげるのが
部長だと思ってください。

言葉にすれば難しそうですが、そんなに難しいわけではありません。

その辺は次から説明していきますが、ここでは以下のことを覚えておいてください。

「部長は、命令して言うことを聞かせてはいけない」

部長=えらい、というわけではありません。
命令はリーダーシップとは全然違います。

部長だからと言って命令したり、「あれしろこれしろ」ばかりでは、
だれもついて来てくれません。
ついて来てくれているフリをして、実際は「言うこと聞かないとうるさいし…」
と思われているだけという可能性があります。

こんなチームは、いいチームとは言えませんよね？
それは立派なリーダー（部長）でもありませんよね？

「こんなチームにしたい！」
という想いはあるでしょうが、命令してはダメ。
後輩にいろいろキツク言ってしまっている人は、明日からやめましょう。

チームはみんなで作っていくものですからね。
部長は地図を持っているだけです。

「あ、今まで命令ばかりだった…」
って方は、ちょっと気持ちを切り替えましょう。

そして、この後書いてあることを一生懸命やってください。
今からでも遅いということはないので、勉強して正しい方法を覚えてくださいね。

部長の仕事とは？

部長の仕事にはいろいろありますが、大きな仕事は以下です。

- ・ チームの方向性をきめる（2章）
- ・ チームの雰囲気と人間関係をよくする（3章）
- ・ みんなが決められないことを決める（4章）

文字にするとよくわかりませんが、これからこの3つを詳しくみていきます。
この3つをちゃんとやれば、頼りない部長にはなりません。

別に完ぺきにできなくていいんです。

ですが、完ぺきにする努力はしましょう。

難しいお話はしませんので、一つずつできるように努力してください。

以下では1章のまとめを簡単にしておくので、

確認できたら次のページの「チームの方向性を決める」へ進んでください。

これには「ミーティング（会議）」がポイントになってきます。

1章まとめ

いろいろ質問しましたが、以下をじっくり考えて紙に書き、壁にはっておきましょう。

- ・ あなたは、今のチームをどんなチームにしたい？
- ・ 引退するとき、同級生や後輩に言ってほしい言葉は？

そのあとに説明したのは、「命令してはいけない」でしたね。

命令しちゃっている方は、明日からやめるようにしましょう。

第2章 チームの方向性を決める

チームにはいろいろな人がいます。

なので、リーダーがいないと全員がバラバラの方向にいてしまい、まとまりのない自分勝手な人ばかりのチームになってしまいます。

まず部長が一番はじめにやらないといけない仕事が、
「**チームの方向性を決める**」ことです。

そのために、**ミーティング（会議）**をしてください。

これをしないとチームをまとめるなんてできませんよ。
それぐらい大事です。

ちなみに、1章で

- ・ あなたは、今のチームをどんなチームにしたい？

を書いてもらいましたよね。

言い方は悪いですが、これは「あなたが勝手に決めたこと」です。

ミーティングをすれば、みんながどう思っているかが分かります。

もしあなたの理想のチームと、みんなの理想のチームが全然違うなら、もう一度考え直してみましよう。

少し自分の方向性を変えろとか、「ここはこうした方がみんな幸せになるな」って感じで、一番よくなるように頭をつかってください。

手助けできるか分かりませんが、メールいただければ相談には乗りますよ ^^

soft-tennis@masa-ao.com

ミーティングをしよう

部長になったらまずやってほしいことが、**ミーティング**です。
部長になって1回目の雨の日に、どこかの教室でやるといいですね。

- ・ 全国大会を目指す人
- ・ 楽しく部活をしたい人
- ・ なんとなくいる人
- ・ イヤだけど続けている人

世の中には、上のようなたくさんの考えの人がいます。

全国大会を目指す人は、まじめに練習をしない人を見てやる気をなくすかもしれません。
やる気のない人に「ちゃんとやれよ！」と言っても、雰囲気が悪くなるだけでしょう。

こういうことにならないためにも、全員で方向性を決めないといけません。

全員というのがポイントで、部長だけで決めてしまうとだれもついて来てくれません。
「人間は、自分が関わって決めたことは守る」とされていますので、
かならず全員で意見をだし合って決めましょう。

「修学旅行はディズニーランド」と先生が勝手に決めた場合と、
クラスみんなで「US J」と決めた場合では、
みんなで決めたUS Jの方が盛り上がるというようなイメージです。

さてさて、それはひとまず置いとくとして…

中学高校では顧問の先生がミーティングを進めることが多いですが、
ここは部長がやってください。

先生にちゃんと説明して、部長がやりましょう。
この紙を見せても構いません。

先生が仕切ってしまうと、
結局先生が部長の役割になって、部長はやることがなくなります。

だから多くの部長は、命令するだけになってしまうのです…
先生の言うことをみんなに伝えるだけの部長になってしまうのです。

ちなみに、部長は何をするかという「**司会**」です。

ミーティングで話す内容の例はあとで書きますが、おそらく意見が分かります。
先ほども書いたとおり、いろんな考えの人がいるので当たり前ですね。

それをどうやってまとめたらいいのかを考えてください。
それが部長の1発目の仕事になります。
大丈夫、やり方は次から細かく説明しますから。

ミーティングの内容は、以下の8個です。
(他に話し合うことがある場合は、追加OK)

- 【個人の目標、団体戦の目標】
- 【全員が個人戦でクリアする目標】
- 【チームの雰囲気はどんなのがいい？】
- 【休日や朝の練習はどうするか】
- 【今のチームのいい所】
- 【今のチームのなおすべき所】
- 【団体戦で勝つためにやった方がいい練習】
- 【練習中にムダな時間はある？】

一つ一つ見ていきましょう。
ちなみに、このPDFの最後に印刷してみんなに配れるようにしておきますので、
必要な方はコピーして使ってもらってOKです。

【個人の目標、団体戦の目標】

部長の期間はだいたい1年だと思うので、**1年間の目標**です。

個人はそれぞれどこを目指したいのか、**全員に発表してもらい、全員がメモしましょう。**

お互いが目指しているところを理解し合うだけで、仲間意識が強くなります。

「あの人はいつもまじめに練習していたけど、全国を狙っていたのか」

「あの人はやる気ないように見えていただけなのか」

なんてことが分かってきます。

ここでよく気づくことなんですけど、「やる気ないように見えていただけ」

ということも多いです。

ただ単に目標が低いだけで、やる気ないように見えることもあります。

野球で例えてみましょう。

甲子園出場を目指す人と、大リーグを目指す人では

やる気に差があるように見えてしまいます。(どっちも本気ですが)

ただ、甲子園に行くためにやることと、大リーグに行くためにやることを比べると練習の量も質も大リーグを目指す人の方が高いはずです。

なので大リーグを目指す人からすれば、

甲子園を目指す人は「やる気がない」と見えることもあるのです。

ちょっと極端な例でしたが、「やる気ないように見えていただけ」ということに気づくきっかけになったりします。

野球の説明はしなくていいので、とりあえずお互いの目標を知っておきましょう。

仲間が何を考えているかお互いに知るだけで、**仲間意識**ができてきます。

団体戦も同じです。
団体戦に出られる人と出られない人がいますが、
チーム全体でどこまで行きたいか話し合しましょう。

このときに、へたな人にも意見を出してもらいましょう。
絶対にうまい人だけで決めてはいけません。

それは部長が司会をして、ちゃんと**全員が意見を言える**ように気を配りましょう。

へたな人からすると、
「この人はうまいへた関係なしに、みんなの意見を聞いてくれる」
と感じますので、いろんな悩みやフォームについて相談しやすくなります。

それだけで、その人からすれば頼れる部長になるんです。
あなたもそんな経験ありませんか？

【全員が個人戦でクリアする目標】

個人戦は全員出場できるはずです。
そこで「**全員がクリア**」できる目標を設定しましょう。

たとえば、全員地区大会1回戦突破！などです。
うまい人からすると余裕な目標ですが、初心者からするとそうではありません。
練習で置いてけぼりな人がでないように、全員で突破する目標を作りましょう。

そうすると、うまい人が初心者の指導に熱心になったり、
初心者もやる気がでてきて一生懸命練習することが多いです。
それって、いいチームだと思いませんか？

部長は他にもやることがいっぱいあるので、
初心者の指導はうまい人たちにある程度まかせておくといいですよ。
そのためにも、全員が個人戦でクリアする目標を決めましょう。

【チームの雰囲気はどんなのがいい？】

チームの雰囲気も話し合っておきます。たとえば、

- ・ 楽しくソフトテニスをする
- ・ 声をだして元気にソフトテニスをする
- ・ 厳しい練習を乗り越えて、より上のレベルを目指す

大学のサークルなんかでは

- ・ 少ない練習量でも、やるときは集中して最高の結果を目指す

なんかでもいいかもしれませんね。

みんなの考え方や目標も参考にしながら、
みんなが納得できて、一番結果の出る雰囲気を考えてみましょう。

これも全員で考えることで、自然とみんな協力してくれるようになります。
意見が分かれて決まらない…という時の対処法は、この後で説明します。

ちなみに、2つ3つ雰囲気を決めてもいいと思いますよ。

【休日や朝の練習はどうするか】

これは学校の都合もあるので、ミーティング前に顧問に聞いておきましょう。

- ・ 土曜日は何時から何時まで練習するのか？
- ・ 日曜日は練習するのか、休みなのか？
- ・ 朝練はするのか？しないのか？
- ・ 朝練をする場合は、何時集合で何時に終わるのか？

いろいろあるとは思いますが、こういうことを決めましょう。

もしミーティングでみんなが「日曜日にも練習したい」と言っているのに、顧問が「日曜日は休み」としている場合「みんなこういう気持ちです」と顧問に伝えることで練習できるようになるかもしれません。

部活をよくするために、そういうめんどくさい交渉は部長がやりましょう。

もちろん、顧問がしないと言っているわけですから、はじめからムリな交渉です。99%断られるでしょう。
でもやりましょう。みんなの意見を伝えてください。

そんなめんどくさい仕事を文句も言わずにやる部長は、超カッコイイ部長です。こういうことをしているだけで、**命令しなくてもみんな部長のために自分から動いてくれる**ようになってくるのです。

もしかしたら日曜日にも練習OK！ってなるかもしれませんしね。

【今のチームのいい所】

あなたが部長になったということは、前の部長やその学年が引退したということでしょう。

ならば、今は新しいチームということなので…

- ・ 今のチームのいいところ
- ・ 自分たちにしかない特徴

をたくさん書きだしてみましよう。

その中で**「伸ばしていく3つのいい所」**をみんなを選んでください。

もちろん他のも伸ばしていくといいのですが、とにかく3つ。

それ以上はみんな覚えられないので…^^；

これで何を選ぶかによって、どんなチームになっていくのか決まってきます。

【今のチームのなおすべき所】

いい所だけじゃなくて、**なおすべき所（悪い所）** もあげてみましょう。

- ・ 元気がない
- ・ ボールひろいが遅い

など、いろいろあるかと思います。

みんなに意見を聞いて、黒板にたくさん書きだしましょう。
これはこれから1年かけて「すべて」なおしていきます。

部長はノートに書いておいて、
練習中に気づいたときにみんなに声かけしていきます。

練習中みんな元気がないなら、「元気ないよー」とか「声だそう」とか掛け声をして、
練習の中でできるようにしていきましょう。
まず部長がこういう声掛けをすることで、
「部長ががんばっているんだから、自分もがんばらないと！」となってくるでしょう。

【団体戦で勝つためにやった方がいい練習】

チームによって、足りない技術は違います。

前衛がダメなチームもあるし、後衛がダメなチームもある。
サーブはめちゃくちゃいいのに、レシーブが全然ダメなチームもあります。

なので、「**団体戦で勝つためにこの練習をしよう！**」というメニューを考えましょう。
なぜ団体戦かというと、個人戦は自分のことばかり考えてしまうからです。

ここではチーム全体で何の練習をすればいいか考えましょう。
だから「団体戦で勝つためにやった方がいい練習」なのです。

- ・ 前衛の得点力がないから、ポーチ練習を多めにしよう
- ・ 後衛のフォームが悪いから、1本打ちを多くしよう
- ・ サーブを1日30分しよう

たとえばこんな感じですね。

正解とかはないので、やった方がいい練習をみんなで話し合ひましょう。

【練習中にムダな時間はある？】

練習の準備やボールひろいをダラダラやっていると、練習の時間が短くなります。

もしムダな時間があるなら、それはなくしていきましょう。

たった5分でも節約できれば、その分ラリーができます。

結果を残すチームはムダな時間をとことんなくしています。

これもみんなに意見を出してもらって、みんなに考えてもらいましょう。

自分で考えてもらうことで、**一人一人が時間を節約しようとする**ようになります。

もちろん練習中には部長が声掛けをして、みんなに思いだしてもらいましょう。

以上の8つの項目をまずみんなで話し合ひましょう。

最初にも言いましたが、先生にミーティングをしてもらうのではなくて、

部長が司会をしましょう。

そうじゃないと全然意味がないですからね。

「ミーティング？めんどくさー」

と言われるかもしれませんが、それをうまく説得するのも部長の仕事です。

まあそれも一応方法があるので、次で説明します。

ミーティングの開き方

ふつうのチームでは、ミーティングより家に帰りたい人の方が多いです。
なので、まずみんなを説得してミーティングをするのが大きな仕事になります。

ここで注意しないといけないのが、**部長命令をしない**こと。
命令すると、結局みんな自分の意見を言わなくなるので、注意してください。

それではどうやればいいのか？

オススメなのは、やる気のある仲間に協力してもらう方法です。

やる気のある仲間、協力してくれる人をとにかく見つけましょう。
これを見せてもいいですし、自分で説明できるのならそれが一番いいです。
「**ミーティングは大事**」という人数を増やしましょう。

10人のチームなら3人、20人なら6人ぐらいいれば十分です。(多い方がいいですが)
それぐらいい人数が協力してくれそうなら、全体が集まった時に
「**質の高い練習をするために、ミーティングを1回しませんか？**」
みたいなことを言ってみましょう。

「イヤだ」
という人もいるでしょうが、
「やった方がいいよ」
とってくれる人もいます。

ここで部長は何も言わなくてOK。
部長が言うとそれも命令っぽくなりますから、賛成の人に任せましょう。
先生が口出しするのもダメですよ。

ふつうは、やる気のある人はミーティングをしたがります。
なので、反対＝やる気がない＝悪いこと？
みたいな雰囲気になって、結局反対の人は強く言い返せません。

絶対そうなるとは言えませんが、賛成の人を見つけておけばミーティングを開きやすくなります。

雨の日に「ミーティングしない？」というのもいいですね。
トレーニングよりミーティングの方が楽そうだと考えるので、
反対する人も少ないと思いますよ。
(晴れの日には外で練習しましょう)

これさえ無理なら、ちょっとどうしようもないですね^^ ;
自分1人でいいチームを作るわけではなく、みんなで作るものですから。

それでもソフトテニスで上を目指したいなら、他の社会人チームに参加した方がいいかもしれません。
どちらにしても、その状態の解決法をここで書いてしまうとめちゃくちゃ長くなりますので、今回は省かせていただきます。

ミーティングの場所

これは教室でいいでしょう。
雨の日の前日までには先生に
「ミーティングをしたいので、空き教室を使っていいですか？」
と相談しておきましょう。

そして、その時に「司会は私がやります」と説明しましょう。
その理由もちゃんと覚えて、説明できるようにしておきましょうね。
もしくはこれを見せてもOKです。

部長のやる気を先生に見せましょう。

意見をだしやすい雰囲気をつくろう

ミーティングは、ふだん思っていることをたくさん言ってもらう方がいいです。
ですが、はじめてのミーティングではなかなか意見をいうのは難しいです。

だから、まずは雰囲気を作りましょう。
みんながそろったらいきなりミーティング！じゃなくて、
そろったらときに「あと5分したらはじめようか」
と試してみよう。

そうすればその間にみんなでおしゃべりがはじまります。
そうやってくつろいでもらいましょう。

5分したら「ミーティングをはじめます」となりますが、
そこでも言葉に気をつけます。
いつも通りの言葉がいいでしょう。

変に丁寧な言葉を使うと、雰囲気がかたくなります。
気楽にいきましょう。

僕は関西の出身なので、以下のような感じになります。

「じゃあミーティングはじめよっか。
今日はチームの目標とか、どんな練習をしたらいいか決めようと思うんやけど、
まずいま配った紙を見てくれへん？」

まあこんな感じです。
会社の会議ではないですし、部長が一番年上だと思うのでこれでOK。

実際にどうやって進めていくのかは次で説明しますので、
「いつも通りの雰囲気」を意識してやってみましょう。

ミーティングの進め方

では、実際のミーティングの進め方を確認していきましょう。

- ① 雰囲気作り
- ② ミーティングの目的を話す
- ③ 10分時間をとって、紙に記入してもらう
- ④ それぞれ発表してもらって、黒板に書いていく
- ⑤ さらにみんなの意見を聞く
- ⑥ 最後は部長が決める
- ⑦ ミーティングが終わるときは、みんなに「ありがとう」と言う

だいたいこんな流れです。

それでは一つずつ見ていきましょう。

これも印刷できるように最後にまとめますので、これを見ながら進めてもOKです。

① 雰囲気作り

これは先ほど話しましたね。

それ以外にもいろいろあるので、自分でも考えてみましょう。

みんなのためを思ってこういう細かいところを考えるのも、

部長にしかできないお仕事ですからね。

社会に出ても役に立つので、自分なりの雰囲気作りもたくさん試してみましょう。

② ミーティングの目的を話す

「なぜミーティングをしないといけないのか？」

というのを最初に説明しておきましょう。

目的が分からないと、みんな何をすればいいか分かりません。

目的は最初に考えておいて、メモしておきましょう。

たとえば、

- ・ みんなに一番合った練習メニューを考えたい
- ・ 楽しくテニスができるように、みんなの意見が聞きたい
- ・ 次は団体戦で優勝するために、何をすればいいか教えてほしい

みたいな感じですね。

「教えてほしい」「意見が聞きたい」

というふうには、協力しようかなと思う人もいます。

みんながどう思うか考えて、協力してくれそうな言い方をしましょう。

難しいですけどね^^；

言い方ひとつで協力してくれたりしてくれなかったりするの、相手の気持ちも考えてみてください。

③ 10分時間をとって、紙に記入してもらおう

目的を話したら、次は8つの項目に記入してもらいましょう。

これはコピーしておくとう便利です。

コピーはコンビニで1枚10円ですし、

先生が協力してくれるなら学校でコピーしてもらってもできるでしょう。

人数より1枚2枚多めにコピーしておくといいでしょう。

配る用にまとめたものは、あとがきの次のページにありますのでそれを使ってもらったらいいかと思います。

④ それぞれ発表してもらって、黒板に書いていく

紙に書いてもらったら、それを発表してもらいましょう。
順番に全員に聞いてもいいですし、手をあげて発表してもらってもいいでしょう。

ただし、それぞれ注意点があります。

全員に聞く場合は時間が長くなりやすいです。
ダラダラした雰囲気にならないように、パッパッと進めていきましょう。

手をあげてもらうときは、発表しない人が多いです。
なので、「〇〇さんはどう思う？」
となるべく全員が1回以上は答えるように、質問してあげましょう。

ちなみに、黒板に書くときは発表した言葉すべてを書く必要はありません。
ということかというと、

「みんなボール拾いが遅いので、おしゃべりはやめてボール拾いをした方がいいと思う」

という発表があった場合、黒板には

「ボール拾いが遅い、おしゃべりはやめる」

と**短く大事なところだけを書く**ようにしましょう。
これは慣れです。
やっていくうちに、まとめるのもうまくなっていきますよ。

⑤ さらにみんなの意見を聞く

みんなの意見を書いたら、みんなはどう感じるか聞いてみましょう。
自分の意見だけではなく、他の人の意見も聞いたのですから、何か思うはずです。

「さあ、一通り書いたけど、他の人の意見を聞いて何か思ったことはありますか？」

と質問してみましょう。
もしだれも意見を言わないなら、**まず自分が意見を言ってみましょう。**
さっきのボール拾いの例を使うと、

「たしかにおしゃべりしていると、だらけた雰囲気になるから
ボール拾いも集中してやった方がいいかもしれない」

というふうに、感想を言えばいいです。
そしてそのあと、

「〇〇さんはどう思う？」

と聞いてみましょう。
答えてくれるはずですよ。

「じゃあ、〇〇さんは？」

と、次々に指名して意見を集めていきましょう。

これにもちょっとしたコツがあって、一つの項目ずつやっていくことです。
たとえば、【チーム全体の目標（個人・団体）】の中だけで意見を聞いていきましょう。

8項目全部の意見を一気に聞いてしまうと、自分もみんなも意味が分からなくなります。
あまり1項目に時間をかけすぎると、
ミーティングの時間が長くなるので、1項目5分～10分ぐらいが目安ですね。

⑥ 1つに決める

さて、いろいろ意見がでてきますが、最終的には1つを選ばないといけません。
(2つでも3つでもいいですが、それは各自判断しましょう)

ある程度意見を聞いたら、

「ではこの中からみんなで目指すものを一つ決めようと思います。

【チーム全体の目標（個人・団体）】については、何がいいと思いますか？」

と言いましょう。

あれがいいんじゃないか、これがいいんじゃないか…

いろんな意見がでるでしょうが、みんなの気持ちに一番近いものを選びましょう。

インターハイ優勝！と一人が言っている、他のみんなが「ムリだろ…」

と思っているのはやめておきます。

インターハイ優勝が一番いい目標なのでしょうが、

強豪校じゃない限り みんなの気持ちが一つにはなりません。

あまり低すぎる目標も、やる気がおこらないので注意しましょう。

選ぶコツは特にありません^^；

みんなの意見、反応をみながら、部長が最終的に決めましょう。

部員の意見を聞いて考えれば、そんなに違った目標にはならないでしょう。

【チーム全体の目標（個人・団体）】で意見を一つに決めたら、

次の【全員が個人戦でクリアする目標】の意見を聞いていきます。

一つ一つ終わらせていくと、話が簡単になりますよ。

⑦ ミーティングを終わるときは、みんなに「ありがとう」と言う

みんなの大事な時間を使ったミーティングだったので、
終わるときには「**集まってくれてありがとう**」
とお礼をいしましょう。

みんなのためのミーティングだから、お礼はいらない。
ではないですよ。
お礼を言えるぐらい心に余裕をもった部長になってくださいね。

あと、終わる前に黒板に書いたことを写真で残しておきましょう。
写真をとるものがないなら、
みんなで決めたことだけでもいいので紙に書いておいてください。

これでミーティングは終わりですね。
あとはみんなの意見を見ながら、
どういう部活にしようか、これから何をしていけばいいのか、どんな練習をしようか…
と考えていけばいいのです。

2章まとめ

2章はミーティングの進め方についてお話ししました。
いっぱい書きましたが、紙を配って発表してもらうだけです。

注意点を忘れそうなら、このテキストをすべてコピーしておいて、
確認しながらミーティングをしましょう。

みんなに意見をだしてもらえば、みんなが何を考えているか分かります。
それを知っていれば、理想のチームを作るのがかなり楽になりますよ^^

第3章 チームの雰囲気をよくする方法

さて、ミーティング以外の部長の仕事ってなんでしょう？
ちょっと考えてみてください。

・・・

・・・

考えましたか？
僕はこう考えます。

「部長の仕事は、人間関係をつくること」

人間関係がちゃんとできていたら、チームの雰囲気はよくなり、
練習に集中することができます。
また、部員同士で

「そこはボレーに出た方がいいよ」
「後衛はそのミスが減らそう」

とはげまし合うこともできるようになります。
もし人間関係がよくなかったら、上のようなことを言うと

「ボレーのタイミングなんか分からない！」
「ミスしてしまうものは仕方ないだろ！」

とケンカになったり、雰囲気が悪くなってしまいます。
これではうまくなりようがありません…

なので、部員同士で上達していけるように、いい雰囲気をつくるのが部長の仕事。
ここでは実際に僕がやっていた方法を紹介していきます。
できるものからやっていくと、少しずつ部活の雰囲気が変わってきますよ。

・チームの雰囲気をよくする方法

まず練習中の雰囲気をカンタンによくする方法をお伝えします。
何をするかという「ほめる」。

それだけで雰囲気はよくなってきます。
例えば前衛練習で、

「ナイスボレー！」

「いいよいいよ！」

みたいな感じで、大きな声で盛り上げましょう。
これを恥ずかしがっていたら、みんなを引っ張っていくのは難しいですよ。
他の人もマネして言ってくれるようになるので、最初は自分をはじめましょう。

以下にどんなことを言えばいいか書いておきますので、参考にしてみてください。

- ・ ナイスボレー
- ・ ナイスボール
- ・ ナイスコース
- ・ ナイスイン
- ・ ナイススマッシュ
- ・ おいしい！ボール1個分アウト
- ・ 今のいいよ！
- ・ ナイスファイト

(やたらナイスが多いですが…)

ちなみに簡単に解説しておく、
文句なしのいいボレーはナイスボレー、後衛の場合はナイスボールですね。

当たりは悪くてもコースがいい場合、ナイスコース。
フレームにあたりたりしてラッキーなインの場合は、ナイスイン。

「真ん中に当てる！」じゃなくて、ナイスインと言ってほめましょう。
ダメなショットぐらい本人は分かっていますので、ナイスインとってはげまします。

ボールがアウトした場合、「ボール〇〇個分アウト」

と言ってあげると次に調整しやすくなります。

ふつうに「アウト！」というより親切だし、悪い気分にはなりませんよね

頑張っただけ取れなかった場合、「ナイスファイト」ですね。

この辺を使って、とにかくほめましょう。

人間ほめられると気持ちがよくなってきますので、やる気がでてくるようになります。

たまに**名前を言ってあげる**と、もっと効果が出ます。

「〇〇さん、ナイスボレー！」

って感じですね。(あだ名とかでもOK)

とにかく部活の雰囲気が悪い場合は、ほめまくりましょう。

こんなに種類はいろいろかもしれませんが、「ナイスボール」ばかりだと聞きあきてしまって何も感じなくなりやすいです。

「ナイスボールー、ナイスボールー、ナイスボールー…」

だと、機械みたいで感情が伝わりませんよね。

全部覚えなくていいので、いくつか使い分けてみましょう。

・練習がだらけているときは…

ただ、難しいのは、ほめまくってればOK!ではないことなんですよ…
単純にほめまくっていると、

「ちょっとしたミスぐらいどうでもいいや」

って雰囲気になることがあります。

そんなときは、気を引き締めてもらう必要があります。

「単純なミスが増えてきたよー」
「ネットにかけるのはやめよう」
「声出していけよー」
「おしゃべり多いから、集中して練習しよう」

こういう掛け声も必要になります。
ここで注意しないといけないのは、**名前を言わない**こと。

ほめるときは名前を言えば効果がアップしますが、
注意する時は逆効果になります。
なので、注意するときは全員に向けて言うようにしましょう。

ちなみに、1人2人の少人数がダメなことをしている場合は、この次で説明します。
ここで説明したのは、気が緩んで練習全体がだらけてしまった場合です。

これを間違えると不機嫌になる人がでてきますので、気をつけましょう。

・ダメなことをしている人がいるときは…

さて、1人2人がダメなことをしている場合。
例えばボール拾いをまったくしないとか、人のジャマをしているとか…

これもいきなり注意すると、命令になってしまってよくありません。
「部長だからといって調子に乗りやがって…」
こう思う人もいるかもしれませんからね。

ダメなことをしている人を注意するには、以下を覚えておいてください。

「3つほめて1つ注意する」

3つはなかなか難しいので、僕は2つでもいいと思いますが。

どういうことかという、例えばダブルフォルトが多い人がいるとします。
これをなんとかやめさせたい。

ただ、その人はそんなに重要だと思ってなくて、特に練習もしません。

「ダブルフォルトをなくすように、もっとサーブの練習をした方がいいよ」
「セカンドサーブをもっと安定して入るようにしてみたら？」

いきなりこう言われると、相手は納得しません。

コーチや顧問、うまい人が言うならいいのですが、歳の近い部長が言うと

「分かってるよ。部長だからとってうるさいな…」

と余計にガンコになって、なおそうともしなくなります。

だから、**注意する時はまず2つほめる**ようにしましょう。

「〇〇さんはいいファーストを打つね。
コースもいいし、いつもレシーブに困るんだよね。

でも、セカンドはもったいなくない？
せっかくファーストで点を取れるんだから、
ダブルフォルトをしないセカンドの方がもっとよくなると思うよ」

こう言われると、だれも悪い気がしません。

というか、注意されているということすら感じないかもしれません。

こういう感じで言うと、

「部長は分かってくれている。でもそうか、確かにセカンドはもったいないな…」

と少しは考えてくれるようになります。

何でもいいので、とりあえず2つか3つほめる。
そして1つ注意するというのを心掛けてみてください^^

・ 仲間外れをなくせ

部活には、ホントにいろいろな人がいます。

中には話が合わなかったり、へただと思いきり仲間に入れたい人もいます。

そういう人も仲間なので、部長はめんどろを見ないといけません。

そういう人も含めてチームなのでから。

まず部長がするのは、「話を聞くこと」です。

1日1回はかならず全員と話をしてください。

あいさつだけじゃなくて、「今日の調子はどう？」

なんてことでもOKです。

1回も話しかけない人がいてはダメです。

最低1分以上は話しましょう。

そうすると、少しずつその人の考えや、いいところが分かってきます。

それが分かってきたら、このあと「みんなを頼ろう」というところで話をするように、
なにか仕事を担当してもらいましょう。

もしかしたら、悩み事を相談されるようにもなるかもしれません。

「実は〇〇さんと気が合わなくて…」

そんな相談をされたときは、部長がなんとかしましょう。

ちゃんと話を聞いてあげて、その人が楽しく練習できるようにしてあげてください。

その〇〇さんに原因があるかもしれませんが、

ただ単に気にしすぎな場合もあります。

相談にのってあげて、できるのなら解決してあげましょう。

練習以外でも気をつけることがあります。

授業の合間とか、休み時間、部活終わりでも積極的に話をしましょう。
そのとき、他の部員も一緒に連れていくといいです。

そうやって部員同士を仲良くさせてあげます。
仲間外れの人「自分はひとり」だと思っています。
10人の部活なら「1人と9人」だと感じるわけです。

なので、練習以外の時間に少人数で話をしましょう。
お昼を一緒に食べたりでもOKです。
掃除で同じところを担当したり、
クラスが違うならすれ違ったときにちょっと話すだけでもいいです。

まずは仲間外れの人とあなた、そしてもう一人ぐらいで話をする時間を増やしましょう。

それで少しずつ「ひとりじゃない」と思ってもらえるようにしましょう。

このあたりの対処法は人によって何通りもあります。
正解は分かりません。
それでも部長は仲間外れができないように、チャレンジしましょう。

対処法が分からないなら、とにかく1日1分は話をする。
そうすれば少しずつ心を開いてくれるでしょう。

ちゃんと話を聞いて、他の人と同じように大切な仲間だと思ってくださいね。

・みんなを頼ろう

「あれもしないといけない、これもしないといけない…
部長って仕事が多くて大変！」

と知っている方もいるでしょう。
ですが、やり方次第では仕事を減らすことができます。
部長の仕事は、

- ・ミーティングをする
- ・人間関係をよくする

が大きな仕事になります。
なので、例えば以下の仕事は他の人に任せてもいいのです。

- ・練習メニューを考える
- ・試合会場までの道を調べる
- ・顧問にだす部活の書類を書く

仕事をお願いするときに覚えておいてほしいのが、「**信頼すること**」です。

一度まかせたら、アレコレ言うてはいけません。
だから、まかせても大丈夫な人にまかせるようにしましょう。

まかせられない人に仕事をお願いするときは、
失敗しても大丈夫な仕事をまかせるようにしましょう。
それがきっちりできるようになれば、少しずつ大事な仕事もまかせるといいです。

ちなみに、仕事をまかせるときは最低限の条件は言っておきましょう。
たとえば、

- ・この書類は1週間以内にお願
 - ・コート管理は練習が始まるまでには終わるように願
 - ・試合会場までの道は、試合の2日前までには全員に言っておくように願
- などです。

「そんなの聞いてない！またやり直し！？」

というようなことがないように、伝えないといけないことは最初に言うておきましょう。
そして、一回まかせたら口をだしてはいけません。
(相談されたら答えるのはOKです)

大事な書類などは、前の日ぐらいには「できた？」と聞いてみましょう
忘れていたという場合もあるので、そういう確認ぐらいはしてもいいでしょう。

ちなみに、「これやっというて」と言うだけではダメです。
相手も「めんどくさ…」と思って、雰囲気が悪くなります。
これも相手の気持ちになって考えましょう。

2つほめて、1つお願いするという気持ちが大事ですよ。
とりあえず上の3つの仕事をお願いする例を書いてみます。
どんなふうに仕事をまかせればいいのか、参考にしてみてください。

・練習メニューをまかせる場合

これは大学時代に実際にやっていた方法で、超オススメです。
まかせ方の前に、なぜ効果的か説明します。

練習メニューは、
部長以外の最高学年で、うまい前衛2人、うまい後衛2人に担当してもらいます。
(人数が足りないなら、下級生も入れてOK)
(チームの中で「うまい方の人」がいいですね)

なぜうまい人なのかというと、
何をすればうまくなれるか知っていることが多いからです。

あと、うまい人は自分のことばかり考えてしまう傾向がありますが、
練習メニューを担当すると、へたな人のことも考えるようになります。

すると、練習中の声掛けや技術の指導を、自分からやってくれることも多いです。
前衛は前衛練習のメニューと時間配分を、後衛は後衛練習を、
サービスレシーブやゲーム練習は4人で考えていくのがいいかと思います。

もちろん全体的な時間配分は、はじめに伝えておきましょうね。
部長も「こういう練習も取り入れていかない？」
みたいな意見は言ってもOKです。

命令はダメですが、意見とか思ったことはちゃんと伝えるようにしましょう。

さて、言い方についてですが、こうしなきゃいけない！というのはありません。
練習の休み時間とかに、

「実はちょっと相談があつて…

僕ひとりでは部員の細かいところまで見ることができなくて、
練習メニューもこれでいいかどうか分からないんだよね。

だから、〇〇さんと〇〇さんに練習メニューと部員のサポートを担当してほしいくて。
その方がもっといい練習になると思うから、お願いできないかな？」

みたいな感じですね。

関西弁にすると意味不明になったので変な言葉づかいになってますが、
自分の言葉になおしてもらえればと思います。

これはどこでほめているかというと、

「僕では部員の細かいところまで見るができない」
という所です。

言いかえると、「あなたならもっとよくできる」となります。

「自分にはできない」ということで、相手がほめられたような気持ちになります。

「もっといい練習になると思う」も、ほめられているような気持ちになりますね。

部長は完ぺき！という考えでは、まかせることができません。

自分には向いていないから、あなたにまかせます！と言えるようになりましょう^^

・試合会場までの道を調べてほしい場合

これはうまくない人で、練習に集中できていない人がいいでしょう。

なぜかという、うまくない人は

「自分は団体戦もでられないし、練習の足を引っ張っているんじゃないか…」
と思っている方もいるからです。

だから練習にも集中できず、一生懸命にはなれません。

そういう方には、こういう軽い仕事をちょこちょこまかせるといいです。

あまり大きな仕事や、大量の仕事をまかせてしまうと

「ヘタだから雑用ばかり…」

となりますので、量には気をつけないといけませんが。

ちなみに、会場までの道を調べて、それをみんなに分かりやすく伝えるまでが仕事です。

練習後にみんなにメモをとってもらってもいいですし、

今ならメールとかラインで共有することも可能ですね。

Google マップで場所だけ送るのではなく、

- ・何時にどこに集合
- ・電車代やバス代
- ・電車の発車時刻

など、みんなが分かるようにまとめてもらいましょう。

そこをていねいにするだけで、みんなから感謝され、

やりがいが出てくることがあります。

「ありがとう」と言われるのがうれしくて、

練習でも自分のできることを精一杯やろうとする人もいますね。

もちろん、部長のあなたも「**ありがとう**」とちゃんと伝えましょう。

まかせ方は、

「なあなあ、

来週の試合会場までの行き方と、集合時間とかを調べてくれない？

宿題とかで忙しいとは思うけど、お願い！」

これぐらいでいいでしょう。

その人ばかり仕事がいけないように、他の人にも仕事をまかせていって
バランスに注意しましょう。

これは別に無理やりほめなくても、言い方さえ気をつければ大丈夫でしょう。

人は頼られると断りにくいからです。

心をこめてお願いしてみましよう。

くどいですが、仕事が終わったらありがとうございますと言いましよう。

心がこもっていないと相手に適当な印象を持たれてしまうので、

「え、そんなにありがたかった？」ぐらい大げさ気味にお礼を言ってもいいでしょう。

・顧問にだす部活の書類を書いてほしい場合

これは勉強が得意な人にまかせるのがいいですね。マジメな方とかもOK。

ただし、期限とか書き方の注意ははじめに言っておきましょう。

忘れていることもあるので、提出が近くなったら「どう？」と確認はしましょう。

頼み方としては、

「書類書くのが苦手で…

〇〇さんはこういうの得意そうやから、できればお願いしたいんやけど、いいかな？」

という感じですね。

引き受けてくれたら期限とかの条件を伝えるようにしましょう。

ここでもほめてからお願い、というのを意識しておきましょう。

「まかせる」ってけっこう難しいですが、
いい部長はたくさん仕事を部員にやってもらって、部長にしかできない仕事をします。

部長にしかできない仕事っていうのは、人間関係をよくしたり、
チームをいい方向にもっていけるように全体を観察することですね。

小さな仕事からでいいので、みんなに協力してもらえるようにしてください。
部長だからたくさん仕事があるっていうのは間違いなので、
部長は忙しいって方は他の部員と役割分担をしていきましょう。

言い方一つで変わってきますので、「**相手の気持ちになって考える**」が大事ですよ。

そもそも相手の気持ちになれない人は、ふつうの生活で意識しましょう。

ちなみに、ほめても断られる場合は、本当に忙しいか信頼関係がないかのどちらかです。
信頼関係ができていない場合は、もっと話を積極的にしたり、
相手のことを考えてふだんから接するようにしましょう。

信頼感はずぐには生まれませんので、ふだんの生活で気をつけてください。
その積み重ねで、相手からも信頼されるようになってきますよ。

・「命令」は最後の手段

「命令は基本的にダメですよ」と、しつこいぐらい言ってますが、命令しないとダメなときもあります。

たとえば後輩が自分勝手に行動して、練習の雰囲気や環境が壊れている場合です。

その場合は部長が注意しましょう。

怒るではなく、ちょっと強めに注意する感じです。

そういう時は年上とか部長の立場を利用するといいいでしょう。

ただ、**これは最終手段**です。

できればほめた後に問題を指摘して気づかせてあげましょう。

他にもいろいろ方法がありますので、全部試してもダメなら強めに注意してください。

へラへラして練習をめちゃくちゃにする人も、たまにいますからね。

いくつか注意点がありますので、以下を確認しておきましょう。

- ① 相手を否定したらダメ
- ② 自分はイライラしたらダメ
- ③ みんなの前で注意しない
- ④ 同学年には注意しない

この3つです。

① 相手を否定したらダメ

相手を否定したらいけません。

たとえば、

「おまえのそういう所がダメなんだ」

「頭わるいんじゃないの」

「へたくそなくせに」

こういう**相手をバカにするような言葉は絶対ダメ**です。

「みんなの迷惑になっているから、そういうことをしたらいけないよ」
「みんなのテンションが下がるから、もう少しやる気をだして練習してくれない？」

という感じで言いましょう。

自分がどれだけ恥ずかしいことをしているか、気づかせてあげましょう。

② 自分はイライラしたらダメ

注意するときは、怒ってはいけません。

イライラを抑えて、落ち着いて少し強めに注意、という感じです。

大声をだしてはいけませんよ。

これは結構むずかしいですが、怖がらせてはいけません。

深呼吸して、イライラしないようにしましょう。

③ みんなの前で注意しない

これは自分が怒られるときを想像すれば理解できるかと思います。

教室でみんなの前で怒られるより、あとで呼び出される方がいいですよ。

だれにも聞こえないように注意をしてあげてください。

④ 同学年には注意しない

同学年に注意すると、部長が仲間外れになってしまいます。

同学年が練習の雰囲気をもダメにしているなら、

ミーティングとか話し合いで信頼関係を強くしましょう。

そうすれば、なにもしなくてもチームのために頑張ってくれるようになります。

もちろん後輩もこの方法でちゃんとしてくれるようになるなら、その方がいいです。

同級生に注意するのは、よっぽどおかしい時ぐらいですね。
世間一般的に明らかにおかしいときは、注意しないとイケないのではないかと思います。

なので、同級生には特に気をつけてくださいね。

「命令は最後の手段」というのは覚えておきましょう。

・ ありがとうを言おう

これもしつこいぐらい言ってますね。

「ありがとう」は意識して使っていきましょう。

1日10回は練習中に言ってください。

最近では「ありがとう」と言えない人もよく見かけます。(特に大人になると)
なので、ありがとうと言うだけで相手はうれしくなるんですよ。

完ぺきな部長なんていませんから、
ふだんから「ありがとう」をたくさん言って、信頼ポイントを高めておきましょう。
その信頼ポイントが高いと、ちょっとぐらい部長のダメなところがあっても
すぐに「あの部長ダメだな」という風にならなくなります。

あげボールがなくなる前にボールを補給してくれたら **「ありがとう」**

練習前にボールを数えてくれたら **「ありがとう」**

後輩がゲーム練習の審判をかわってくれたら **「ありがとう」**

後輩だから審判をかわるのは当たり前！

じゃないですよ。

部長のために何かをしてくれたのなら、どんなことでもお礼を言いましょう。

そうすれば、次も部長のために何ができるか考えて動いてくれるようになります。

「ありがとう」はたくさんたくさん言ってください。

・ みんなに感謝しよう

さて、これでお話しは最後になります。

いろいろ例をあげて説明をしてきましたが、一番大事なのは「感謝の気持ち」です。

それさえあれば、大丈夫。

あとは精一杯やるだけです。

ただ、それだと意味が分からない人もいると思ったので、

ここまでいくつか説明してきたわけです。

だから、僕とまったく同じ方法でやらなくてもいいでしょう。

感謝の気持ちをもって、相手のことをちゃんと考えて部長をすれば、

悪い結果にはならないと思います。

部長って「一番えらい」みたいな勘違いをしてしまうことがあります、

実は部員に認められないと続けられません。

全員が「やめろ！」と言ってしまうと、一瞬でクビです。

だから本当はえらそうに指示できる立場ではないんですね。

大事なのは、「やめろ」と言わずについてきてくれる部員に感謝することです。

何回も言ってきましたが、たくさん「ありがとう」をいみましょう。

そして、部員のためにやれることは全部やりましょう。

もちろん部長だけの部活じゃないので、手伝ってもらえるようお願いもしましょう。

みんなで協力して仕事をやっていけばいいんです。

勘違いしてはいけないのが、人は思う通りならないということ。

ここで説明したことは「人をコントロールする方法」ではありません。

あくまで例なので、その通りにならない人も多いでしょう。

そういう場合は、もっとその人を知ってください。

たくさん話してその人を知れば、どのように頼めば仕事をしてくれるか、

どうすれば練習をマジメにやってくれるか考えられるようになります。

・ あとがき

お疲れさまでした。

ここまでやって全然変わらない！ということはないと思いますが…
もしどうすればいいか分からないことがあったら、以下までご連絡ください。

soft-tennis@masa-ao.com

あと、僕もそうだったのですが、部長はやはり一番うまくなりたいたいものです。
技術的な問題は、「**たくさん知識をためて、自分で考え、たくさん練習する**」
結局それしかありません^^；

大事なのはただ単にいろいろ知っていくだけではなくて、
「**教えるために勉強する**」というのをやってみましょう。

- ・ この技術は〇〇さんに向いているな
- ・ これを教えてあげれば〇〇さんもうまくなるんじゃないか
- ・ ここはこうやって教えた方が理解してもらえるかな

みたいな感じですね。

誰かのために勉強する。

分かりやすく工夫してあげる。

そうすれば不思議なもので、結果的に自分がうまくなっていくのです。
教えることで自分に足りないものが分かってくるからです。
だから、面倒だと思わずに教えるために勉強してみましよう。

知識は無限にありますので、ある程度でいいとは思いますが。
ただ難しいのは、全部を信用してはいけないということです。

僕のサイトもそうですが、100%正しいわけではありません。
僕が間違っていることもあるでしょうし、人によっては合わないこともあります。

教えるときはそこを覚えておきましょう。
自分の頭で「本当に正しいのか？」を常に考えましょう。
それが教える人の「義務」です。

サイトでもいろいろ配っていますので、知識がほしい方はぜひ遊びに来てください。

<http://masa-ao.com/wsoft/> (Changing ホームページ)

試合に勝つ方法を知りたい方は、以下もオススメです。

<http://www.masa-ao.com/breakingproject/>

どんな部活でも、部長が変われば変わってきます。
せっかくソフトテニスをするんだったら、楽しくしたいですね。

ならば、まず部長が勉強して、部長が変わりましょう！
それでは、今回はこの辺で。

Changing あおた

次のページはミーティング配布用です。
コピーしてお使いください。
それ以降のページは司会用です。手元に置いて司会をしてみたいはかがでしょうか？

【個人の目標、団体戦の目標】

自分にとっての目標を書きだしてください（いくつでも可）

【全員が個人戦でクリアする目標】

あなただけではなく、全員がクリアする目標を書きだしてください。

【チームの雰囲気はどんなのがいい？】

練習はどんな雰囲気でするのが理想だと思いますか。

【休日や朝の練習はどうするか】

土日の練習や、朝の練習はどのようにすべきだと思いますか。

朝練をするなら、何時からすべきだと思いますか。

【今のチームのいい所】

今のチームのいい所を挙げてください（いくつでも可）

【今のチームのなおすべき所】

今のチームのダメなところ、なおした方がいいところを挙げてください（いくつでも可）

【団体戦で勝つためにやった方がいい練習】

団体戦で勝つには、どんな練習を取り入れていくべきでしょうか？

【練習中にムダな時間はある？】

練習中のムダな時間をいくつでも挙げてください。

【チーム全体の目標（個人・団体）】

部長の期間はだいたい1年だと思うので、**1年間の目標**です。

個人はそれぞれどこを目指したいのか、**全員に発表してもらい、全員がメモしましょう。**

団体戦に出られる人と出られない人がいますが、
チーム全体でどこまで行きたいか話し合しましょう。

このときに、へたな人にも意見を出してもらいましょう。
絶対にうまい人だけで決めてはいけません。

それは部長が司会をして、ちゃんと**全員が意見を言える**ように気を配りましょう。

へたな人からすると、

「この人はうまいへた関係なしに、みんなの意見を聞いてくれる」

と感じますので、いろんな悩みやフォームについて相談しやすくなります。

【全員が個人戦でクリアする目標】

個人戦で「**全員がクリア**」できる**目標**を設定しましょう。

たとえば、全員地区大会1回戦突破！などです。

うまい人からすると余裕な目標ですが、初心者からするとそうではありません。
練習で置いてけぼりな人がでないように、全員で突破する目標を作りましょう。

そうすると、うまい人が初心者の指導に熱心になったり、
初心者もやる気がでてきて一生懸命練習することが多いです。

初心者の指導はうまい人たちにある程度まかせておくといいですよ。

【チームの雰囲気はどんなのがいい？】

チームの雰囲気も話し合っておきます。たとえば、

- ・ 楽しくソフトテニスをする
- ・ 声をだして元気にソフトテニスをする
- ・ 厳しい練習を乗り越えて、より上のレベルを目指す

大学のサークルなんかでは

- ・ 少ない練習量でも、やるときは集中して最高の結果を目指す

なんかでもいいかもしれませんね。

みんなの考え方や目標も参考にしながら、
みんなが納得できて、一番結果の出る雰囲気を考えてみましょう。

これも全員で考えることで、自然とみんな協力してくれるようになります。
意見が分かれて決まらない…という時の対処法は、この後で説明します。

ちなみに、2つ3つ雰囲気を決めてもいいと思いますよ。

【休日や朝の練習はどうするか】

これは学校の都合もあるので、ミーティング前に顧問に聞いておきましょう。

- ・ 土曜日は何時から何時まで練習するのか？
- ・ 日曜日は練習するのか、休みなのか？
- ・ 朝練はするのか？しないのか？
- ・ 朝練をする場合は、何時集合で何時に終わるのか？

いろいろあるとは思いますが、こういうことを決めましょう。

【今のチームのいい所】

今は前とは違う新しいチームなので、

- ・ 今のチームのいいところ
- ・ 自分たちにしかない特徴

をたくさん書きだしてみましよう。

その中で「伸ばしていく3つのいい所」をみんなで選んでください。

もちろん他のも伸ばしていくといいのですが、とにかく3つ。

それ以上はみんな覚えられないので…^^；

これで何を選ぶかによって、どんなチームになっていくのか決まってきます。

【今のチームのなおすべき所】

いい所だけじゃなくて、**なおすべき所（悪い所）** もあげてみましょう。

- ・ 元気がない
- ・ ボールひろいが遅い

など、いろいろあるかと思います。

みんなに意見を聞いて、黒板にたくさん書きだしましょう。

これはこれから1年かけて「すべて」なおしていきます。

部長はノートに書いておいて、

練習中に気づいたときにみんなに声かけしていきます。

【団体戦で勝つためにやった方がいい練習】

チームによって、足りない技術は違います。

前衛がダメなチームもあるし、後衛がダメなチームもある。

サーブはめちゃくちゃいいのに、レシーブが全然ダメなチームもあります。

なので、「**団体戦で勝つためにこの練習をしよう!**」というメニューを考えましょう。

なぜ団体戦かというと、個人戦は自分のことばかり考えてしまうからです。

ここではチーム全体で何の練習をすればいいか考えましょう。

- ・ 前衛の得点力がないから、ポーチ練習を多めにしよう
- ・ 後衛のフォームが悪いから、1本打ちを多くしよう
- ・ サーブを1日30分しよう

たとえばこんな感じですね。

正解とかはないので、やった方がいい練習をみんなで話し合いましょう。

【練習中にムダな時間はある?】

練習の準備やボールひろいをダラダラやっていると、練習の時間が短くなります。

もしムダな時間があるなら、それはなくしていきましょう。

たった5分でも節約できれば、その分ラリーができます。

結果を残すチームはムダな時間をとことんなくしています。

これもみんなに意見を出してもらって、みんなに考えてもらいましょう。

自分で考えてもらうことで、**一人一人が時間を節約しよう**と考えるようになります。

もちろん練習中には部長が声掛けをして、みんなに思いだしてもらいましょう。

ミーティングの進め方

- ① 雰囲気作り
- ② ミーティングの目的を話す
- ③ 10分時間をとって、紙に記入してもらおう
- ④ それぞれ発表してもらって、黒板に書いていく
- ⑤ さらにみんなの意見を聞く
- ⑥ 最後は部長が決める
- ⑦ ミーティングを終わるときは、みんなに「ありがとう」と言う

だいたいこんな流れです。

① 雰囲気作り

できるだけ普段通りのリラックスした会話などを心掛けてみましょう。
メンバーによってリラックスする条件は違うので、あなたなりに考えてください。

- ・ふざけた会話
- ・共通の話題
- ・冗談を言う
- ・おしゃべりしやすい状態をつくる

などですね。

② ミーティングの目的を話す

「なぜミーティングをしないといけないのか？」
というのを最初に説明しておきましょう。

目的が分からないと、みんな何をすればいいか分かりません。
目的は最初に考えておいて、メモしておきましょう。

たとえば、

- ・ みんなに一番合った練習メニューを考えたい
- ・ 楽しくテニスができるように、みんなの意見が聞きたい
- ・ 次は団体戦で優勝するために、何をすればいいか教えてほしい

みたいな感じですね。

「教えてほしい」「意見が聞きたい」
というふうに言えば、協力しようかなと思う人もいます。

みんながどう思うか考えて、協力してくれそうな言い方をしましょう。
言い方ひとつで協力してくれたりしてくれなかったりするので、
相手の気持ちも考えてみてください。

③ 10分時間をとって、紙に記入してもらおう

目的を話したら、次は紙に記入してもらいましょう。

これはコピーしておくとう便利です。

④ それぞれ発表してもらって、黒板に書いていく

紙に書いてもらったら、それを発表してもらいましょう。
順番に全員に聞いてもいいですし、手をあげて発表してもらってもいいでしょう。

ただし、それぞれ注意点があります。

全員に聞く場合は時間が長くなりやすいです。
ダラダラした雰囲気にならないように、パッパッと進めていきましょう。

手をあげてもらうときは、発表しない人が多いです。
なので、「〇〇さんはどう思う？」
となるべく全員が1回以上は答えるように、質問してあげましょう。

ちなみに、黒板に書くときは発表した言葉すべてを書く必要はありません。
どういうことかというと、

「みんなボール拾いが遅いので、おしゃべりはやめてボール拾いをした方がいいと思う」

という発表があった場合、黒板には

「ボール拾いが遅い、おしゃべりはやめる」

と短く大事なところだけを書くようにしましょう。
これは慣れです。
やっていくうちに、まとめるのもうまくなっていきますよ。

⑤ さらにみんなの意見を聞く

みんなの意見を書いたら、みんなはどう感じるか聞いてみましょう。
自分の意見だけではなく、他の人の意見も聞いたのですから、何か思うはずです。

「さあ、一通り書いたけど、他の人の意見を聞いて何か思ったことはありますか？」

と質問してみましょう。
もしだれも意見を言わないなら、まず自分が意見を言ってみましょう。
さっきのボール拾いの例を使うと、

「たしかにおしゃべりしていると、だらけた雰囲気になるから、
ボール拾いも集中してやった方がいいかもしれない」

というふうに、感想を言えばいいです。
そしてそのあと、

「〇〇さんはどう思う？」

と聞いてみましょう。
答えてくれるはずですよ。

「じゃあ、〇〇さんは？」

と、次々に指名して意見を集めていきましょう。

これにもちょっとしたコツがあって、一つの項目ずつやっていくことです。
たとえば、【チーム全体の目標（個人・団体）】の中だけで意見を聞いていきましょう。

8項目全部の意見を一気に聞いてしまうと、自分もみんなも意味が分からなくなります。
あまり1項目に時間をかけすぎると、
ミーティングの時間が長くなるので注意しましょう。

1項目5分～10分ぐらいが目安ですね。

⑥ 1つに決める

さて、いろいろ意見がでてきますが、最終的には1つを選ばないといけません。
(2つでも3つでもいいですが、それは各自判断しましょう)

ある程度意見を聞いたら、

「ではこの中からみんなで目指すものを一つ決めようと思います。

【チーム全体の目標（個人・団体）】については、何がいいと思いますか？」

と言いましょう。

あれがいいんじゃないか、これがいいんじゃないか…

いろんな意見がでるでしょうが、みんなの気持ちに一番近いものを選びましょう。

インターハイ優勝！と一人が言っている、他のみんなが「ムリだろ…」

と思っているのはやめておきます。

インターハイ優勝が一番いい目標なのでしょうが、

強豪校じゃない限りみんなの気持ちの一つにはなりません。

あまり低すぎる目標も、やる気がおこらないので注意しましょう。

選ぶコツは特にありません^^；

みんなの意見、反応をみながら、部長が最終的に決めましょう。

部員の気持ちになって考えれば、そんなに違った目標にはならないでしょう。

【チーム全体の目標（個人・団体）】で意見を一つに決めたら、

次の【全員が個人戦でクリアする目標】の意見を聞いていきます。

一つ一つ終わらせていくと、話が簡単になりますよ。

⑦ ミーティングを終わるときは、みんなに「ありがとう」と言う

みんなの大事な時間を使ったミーティングだったので、
終わるときには「集まってくれてありがとう」
とお礼をいしましょう。

みんなのためのミーティングだから、お礼はいらない。
ではないですよ。
お礼を言えるぐらい心に余裕をもった部長になってくださいね。

あと、終わる前に黒板に書いたことを写真で残しておきましょう。
写真をとるものがないなら、
みんなで決めたことだけでもいいので紙に書いておいてください。

これでミーティングは終わりですね。
あとはみんなの意見を見ながら、
どういう部活にしようか、これから何をしていけばいいのか、どんな練習をしようか…
と考えていけばいいのです。