



COACH A Co., Ltd.



株式会社コーチ・エイ 執行役員  
国際コーチング連盟プロフェッショナル認定コーチ  
(一財)生涯学習開発財団認定マスターコーチ  
**片桐 多佳子**

## 練習で上手くなる、試合で強くなる

2024年2月に開催された、世界卓球2024団体戦。日本女子チームは惜しくも金メダルを逃したものの、これまででもっとも絶対王者の中国を追い詰めました。決勝戦に臨んだメンバー個人の世界ランキングで中国チームは1位、2位、3位を占め、5位、16位、18位の日本チームとは大きな差があります。個々の実力差では大きな差がありつつも、中国を追い詰めたことを考えると、団体戦において、個人の実力以上の力が発揮されたといえるのではないのでしょうか。まさに、個人の実力の足し算ではない、チームの力の本質かもしれません。

5年前、私は同じメールマガジンで「企業組織とは、個人競技の団体戦のようなものではないか」という視点でコラムを書きました。

その中で、「個人個人がもつビジョン、欲、プライド、目的は異なるものである」「『みんな』勝ちたいという動機は、必ずしも初めから存在しない」という前提に立ち、「それでも、このチーム（組織）で勝つことの意味は何なのだ?」と考え、意味を見出すことのできた集団こそが、本当の意味でつながり、連携や協力をつくり出せるのではないかと、この視点を提示しました。

今回の日本代表女子チームの活躍を見て、上記の視点に改めて確信が深まると同時に、さらに興味深く感じたのは、選手たちの振り舞いやコメントから、チーム内で選手同士がより立ち入ったコミュニケーションをしていたことがうかがえる点です。

### 立ち入ったコミュニケーションがチームを変える

試合前、試合中のセット間、タイムアウト時間に、監督やコーチからの一方的なアドバイスだけでなく、選手同士で具体的な技術や戦術について検討し合うという姿を、今回ほどたく

さん見た国際大会は初めてです。

熾烈な競争を経て代表として選出されているわけですから、各選手にはもちろん自信やプライドがあります。また、卓球はプレースタイルごとに戦い方が全く違うため、お互いに対して口出しが難しいスポーツとも言えます。

そんな中、決勝戦にエントリーされずベンチメンバーとなった伊藤美誠選手が、チームの勝利のために、自分の経験に基づくアドバイスを積極的にして勝利に貢献したり、雰囲気づくりにポジティブな影響を与えていたことは明らかでした。

今回は、チーム全員で金メダルを取るための連携と協力がそこにあったのです。

それでも、一步届かなかった団体戦の金メダル。やはり世界で勝つためには、一人ひとりがもう一段、技術、戦略、メンタル面でレベルアップする必要があることに、改めて直面した瞬間だったともいえます。

### 成長目標をはっきりさせる

世界卓球の期間中、私の目には、テレビの画面に映る選手たちが、一球一球に真剣に向き合う中で、試合が進めば進むほどどんどん強くなっていくように見えました。

その姿を見ながら、学生時代に自分のコーチから言われた、

「練習でしか上手くならない、試合でしか強くならない」

という言葉が脳裏によみがえりました。

今年の初め、社長の鈴木から全社員に向けて「意味・価値のある人生を送ってほしい」というメッセージがありました。そ

の中でも特に私の心に残ったのは「日々レベルアップをしてほしい、毎日コーチングが上手になってほしい」というメッセージです。

ふと立ち止まって考えると、近年の私は、日々のレベルアップに意識が向いていなかったような気がします。執行役員という役割を担う中で、管掌組織のゴールを達成することは当然、コーチとしてクライアントや組織にインパクトを出すことは当然、と考えるあまり、一人のコーチとしてワクワクするようなゴール設定をしていなかったことに気が付きました。

業務上のゴールがチャレンジングであり、そして、そのゴールに対するコミットメントが高ければ高いほど、リーダーは自身自身の成長目標や必要な能力のレベルアップをないがしろにしがちかもしれません。実際のエグゼクティブ・コーチングの中でも、「組織のゴール達成こそが自分の目標」と、リーダーとしての成長目標設定を一度もしたことがない方も珍しくありません。

しかし、団体戦で金メダルを手にするためにも、「個」として強くなる努力をおさなりにしてしまっただけではいけないはず。

### エグゼクティブコーチとしての成長

私たちには、コーチングスキルを身につけ、向上させるために創業以来25年間、提供し続けているプログラム（コーチ・エイ アカデミア）があります。そのプログラムでは、まさに練習と実践を繰り返し、確実にコーチとしての能力アップを図っていきます。

コーチとしての能力向上には、面白くて真剣な練習と、応用力を高めてコーチングの成功確率を高めるための実践が有効であることを、私たち自身が証明し続けてきています。

世界一のコーチがする練習とは、どんな練習だろうか？  
強い（高い成果を出す）コーチになるためにはどんな実践が必要だろうか？

こういった自分に向けたアグレッシブな問いは、視点を広げます。

毎週、エグゼクティブコーチ4人で実施している自主トレーニング。まずはこのトレーニングメニューについて、4人で一緒に創り直すところからスタートさせたいと思います。

コーチングの世界には、残念ながら順位が決まる世界大会はありませんが、そこでの団体戦金メダルを目指して。

[WEEKLY GLOBAL COACH Vol.1207 2024年2月28日配信]

#### ■片桐 多佳子

株式会社コーチ・エイ 執行役員  
国際コーチング連盟プロフェッショナル認定コーチ  
(一財)生涯学習開発財団認定マスターコーチ

東北大学経済学部卒。株式会社富士総合研究所（現：みずほリサーチ & テクノロジー株式会社）において、決済系システムを主軸に、多業界に及ぶ業務アプリケーションシステムの設計・開発・運用、プロジェクトマネジメントに従事。2006年にコーチ・エイ入社。冒険心と創造性、ユニークであることを愛し、果敢に挑戦し続けることがモットー。常にポジティブなエネルギーを大切に、新たなコネクションや自分を磨き続けることを大切にする。エグゼクティブコーチとしては200人以上のビジネスリーダーへのコーチング実績を持ち、クライアントとの絶え間のない学びのプロセスの中で、クライアント個人の変化を超えた「組織にインパクトを出す」ことにこだわりを持つ。組織風土変革、イノベーション創出、部門間連携強化等の変革プロジェクトにおいて実績豊富。

© 2024 COACH A Co., Ltd. All rights reserved. 本書の全部または一部の無断転載・複製を禁じます。

## 株式会社コーチ・エイ

東京都千代田区九段南2-1-30 TEL 03-3237-8050  
<https://www.coacha.com>

WEEKLY GLOBAL COACH 登録はこちらのURLまたはQRコードよりご登録いただけます。  
<https://www.coacha.com/wgc/>

