

## #14 「真似してるのに上達しない」コーチの共通点

こんにちは、  
ジュニアサッカー大学、講師のカズです。

前回から「自分らしい指導の軸づくり」について話していますが、実は真似にも 2 種類あることをご存知ですか？「表面だけの真似」と「本質を理解する真似」です。

多くのコーチが陥りがちなのが表面だけを真似して、なかなか上達しないパターン。僕もよくやってました笑

今日は効果的な真似の仕方について解説します。

=====

なぜ表面だけの真似では限界があるのか？それは、その指導法が「なぜ効果的なのか」という根本的な理由を理解していないからです。

皆さんも他のコーチの指導を見て「あー、それ良いな」って思うんですけど、いざ自分がやると全然違う感じになるやつ、ありませんか？僕はよくありました…

学ぶ場面は大きく分けて以下のようなものがあります。

- ①ライセンス講習：テーマ設定→オーガナイズ→現象の引き出し→修正の体系的な流れ  
②スクール見学：ヨーロッパ系なら空気感やコーチの雰囲気や直接体感 ③海外体験：短期でも現地の本場のメソッドに触れる  
④年代別指導：幼児から高校生まで幅広く経験して適応力を身につける

=====

僕がスペイン系スクールで某コーチの指導を真似した時も、最初は口調や表現の仕方、話し方、コーチングの仕方を完璧にコピーすることから始めました。そのコーチの真似を始めた頃は、無理やりテンション上げてて、はっきり言って今思えば恥ずかしいレベルです…笑

でもしばらくして気づいたんです。真似することで本質が見えてくるということに。

=====

そのコーチが上手だったのは、ユーモアと規律のバランスの取り方、何が良くて何がダメか、どういう場面で叱るかなど、選手をコントロールする部分に秘密がありました。この本質が分かったとき、自分の指導が劇的に変わったんです。表面的な真似から、本質的な理解への転換点でした。

====

表面を真似することは決して無駄ではありません。むしろそこからスタートして、徐々に本質を理解していくプロセスが重要なんです。

真似って、最初は「自分のキャラを捨てる」ってレベルから始まるんですけど笑、それでいいんです。最初は見た目を真似して、それをやりながら「なぜこの方法が効果的なのか?」「この指導者は何を大切にしているのか?」を常に考え続けること。この姿勢があるかないかで、学びの深さが全く変わってきます。

====

今日のアクション

・見学や講習で「なぜ?」を3回以上自分に問いかける ・真似したい指導者の「大切にしている価値観」を観察する ・表面的な技術と根底の考え方を分けて整理してみる

====

真似は恥ずかしいことはありません。優れた指導者ほど、他者から本質を学び取る能力が高いものです。表面だけでなく、その奥にある「なぜ」を追求することで、あなたの指導は確実に進化します。

次回は「実践検証で学んだ成功と課題の両面」についてお話します。

P.S. 本質を見抜く目は、意識的に鍛えることで必ず身につきますよ。

それでは、今回も最後まで読んでいただきありがとうございました！

ジュニアサッカー大学 カズ