

南空知高校テニス

# メンタリティ講座 4

ミス unforced-error の 価値

## 1 アンフォーストエラー unforced-error

野球の試合を見るたびに、一つのエラーが勝敗に与える影響の大きさを思います。サッカーの試合でも、得失点に絡むミスは致命的な結果を招きます。一方、テニスでは・・・「ミスを怖がってちゃ、巧くなれないよ。僕たちプロだって、エースよりミスの方がずっと多いんだから」・・・以前、鈴木貴男選手が高校生を前に語ってくれた言葉を思い出します。

アンフォーストエラー unforced-error という言葉があります。「forced」は「強制された、強い<sup>し</sup>いられた、無理強い<sup>むりじ</sup>の」という意味。つまり「アンフォーストエラー unforced-error」は「強い<sup>し</sup>いられたのではない失敗」「相手のボールが素晴らしくて触るのがやっとだったというような場合を含まない、自分に原因があるミス」ということです。エース ace という言葉がノータッチ・エースだけを指すために、「あんな凄いの、触るのがやっとで、返せっこないよ」という場合をミス（エラー error）に含めて考えても意味がないことから、この言葉が用いられるようになりました。

厳密に考えればアンフォーストエラーにも2種類あります。一つは、積極的にリスクを冒して攻撃しようとしたわけでもなく、自分の不注意でミスをした場合です。こちらを「消極的 negative なアンフォーストエラー」と呼ぶことにしましょう。相手のセカンドサーブに対して、エース狙いで打ち込んだつもりもなく、単純な不注意としか言いようのないリターンミスをしてしまった場合や、「入れるだけ」と思って打ったセカンドサーブがフォルトになってしまった場合などがそれです。

もう一つは、成功のイメージを持ち、リスクを冒して積極的なプレーを試みたけれど、それがイメージ通りにはいかずミスになった場合です。それを「積極的 positive なアンフォーストエラー」と呼ぶことにします。例えば、チャンスボールと判断してハードヒットしたけれど、バックアウトしてしまった場合や、セカンドサーブで厳しいコースを狙<sup>ねら</sup>って強めに打ち込んだところ、フォルトになってしまった場合などがそれにあたります。

ただし「成功のイメージ」そのものが、明らかに間違っている場合については「積極的 positive なアンフォーストエラー」に含めて考えることはできません。ベースライン付近に落ちるようなロブを、今の実力では絶対に入りっこないのに、無茶振りのドライブングボレーで攻めたところ、ボールはフェンスまで飛んでいった、というような場合や、ダブルスで平行陣を敷く対戦相手にネットに詰められ、深いボールを苦し紛れにパッシングしたところサイドアウトしてしまった、というような場合です。

## 2 消極的 negative なアンフォーストエラー

団体戦のベンチで「つまないミスが減らせ」などと言うことがあります。ところが、同じ選手が次にベンチに戻ってきた時には「ミスを怖がってチャイカンぞ」などと・・・(黙って聞いてりゃ調子のいいことを)・・・私もつい言ってしまうのです。監督の頭の中ではちっとも矛盾していないことでも、この二つのアドバイスによって選手の間は大混乱、そんな苦い経験をするのもしばしばです。

先に触れた「消極的 negative なアンフォーストエラー」と「積極的 positive なアンフォーストエラー」の違いを整理する努力が、「つまないミスが減らす」ための、そして「ミスを怖がらない」ための第一歩です。

ミスは慎むべきです。だって、相手に得点を与えてしまうのですから。しかし慎むべきは「積極的にリスクを冒して攻撃しようとしたわけでもない、自分の不注意からのミス」、つまり「消極的 negative なアンフォーストエラー」に限られるということです。そしてこれは、ひとえにプレイヤーの集中力 concentration に関わる問題です。

## 3 積極的 positive なアンフォーストエラー

鈴木貴男選手が「ミスを怖がってちゃ、巧くなれない」と言うときの「ミス」は「積極的 positive なアンフォーストエラー」、つまり、成功への正しいイメージを持ち、リスクを冒して積極的なプレーを試みたけれど、それがイメージ通りにはいかなかったような場合を指しています。「つまらないミス」、つまり「消極的 negative なアンフォーストエラー」とそれとの違いは、「成功への正しいイメージ」と「リスクを冒す積極性」の有無ということになります。つまり、その境目はプレイヤー自身の心の中にあるということです。

成功への正しいイメージさえあれば、リスクを冒してでも積極的にプレーすべきなのです。このようなミスの裏には、それを上回る量の成功が用意されているからです。そして、鈴木選手の言葉を待つまでもなく、このようなミスを繰り返す中でこそ、プレイヤーは少しずつ上達していくものだからです。

ただし、ここには一つ大きな落とし穴があります。「成功への正しいイメージ」があれば、という前提の中の「成功へのイメージ」そのものが正しいかどうかの問題です。誤ったイメージを持ってリスクを冒し、どんなに積極的なプレーを試みたとしても、結果が成功には結びつかないのは当然のことです。時として、偶然のラッキーパンチがクリーンヒットしてエースを取るようなことがあっても、それはプレイヤーの上達には結びつきません。それどころか、誤ったイメージを、誤ったまま定着させてしまうことにもなりかねない・・・出来もしないことを出来ると勘違いしてしまうわけです。

ここまで述べてきて、今回も私はイマジネーション imagination の重要性に思い至るのです。そして「成功への正しいイメージ」・・・などと簡単に一言で言ってしまうますが、それは日頃の練習で繰り返される孤独なシミュレーションの中でしか育ちようがないのです。

## 4 ミスを楽しむ

ミスを楽しむべきです。逆説的な言葉遊びをしようというわけではありません。正しいイメージを持ち、リスクを恐れずに攻撃した積極的なプレーの中でのミスに対して、決して自分を責めるような反省をしてはならない、ということです。それどころか、苦しい場面で積極的になれた自分を評価してやるべきです。そこには、前述の「イメージそのものが正しかったかどうか」という永遠のテーマが常に付きまといまいます。しかし、リスクを恐れずに積極的にプレーしたからこそ、試合中の自分の誤ったイメージを修正することも可能になるし、ひいてはテニスプレーヤーに必要なイマジネーションというメンタリティを育てることもつながるわけです。

ミスを楽しむことの意味は、イマジネーションに関わる問題だけではありません。積極的なアンフォーストエラーの持つ価値を正しく理解し、むやみに後悔したり反省したりする姿勢をなくすことが、決断力 *determination* というメンタリティに良い影響を与えることは言うまでもありません。そして何よりもテニスそのものが楽しくなるはずです。

## 5 何もしなかったという最大のアンフォーストエラー

リスクを冒して攻撃すべき局面で、安全性だけを優先したプレーをしてしまったら・・・その時こそ、あなたは自分の消極的な心を責めて反省しなければなりません。なぜなら、あなたは「何もしなかった」というアンフォーストエラーを犯してしまったからです。それは、その試合での勝敗のことだけを考えているうちは気が付かないでしょうが、テニスプレーヤーとしての成長について考えたとき、あまりに大きなマイナス要素です。みすみす上達のチャンスを捨ててしまったのです。

「リスクを冒して攻撃すべき局面」などと口で言うのは簡単ですが、それを正しく判断するのはイマジネーション *imagination* の働きです。そしてそれを迷わず行動に移すのは決断力 *determination* の働きです。それらのメンタリティが育っていない心は、自分がたった今犯してしまった「何もしなかった」という救いようのない消極的 *negative* なアンフォーストエラーに気づくこともないのです。

それでは最後に、私の大好きな言葉を紹介して、今回のメンタリティ講座を閉じたいと思います。

「いろいろなことをする人は多くの過ちを犯すだろう。しかし、彼は何もしなかったという最大の過ちだけは犯さずにすむはずだ」ベンジャミン・フランクリン