

指導者育成事業

ペップトークについて ～スポーツ現場におけるトーク術～

ペップトークはスポーツ現場において、試合前やハーフタイムなどで行われる、選手を激励し勇気付けるためのショートスピーチです。セミナーでも『前向きな背中の一押し』という表現が使われるように、肯定的な表現で選手をその気にさせる、魂をゆさぶり戦闘モードにする、そういった意味でも指導者としてコーチングの最後の仕上げといえるものだと感じています。

肯定的な表現で前向きという表現に、普段選手に対して厳しく接している指導者は、『試合前に普段と違う声のトーンで選手に言葉をかけるのは抵抗がある。』という方もいると思います。優しく声をかけてもネガティブな表現をすればそれはペップトークになりません。ときに厳しく、激しい言葉でも肯定的な言葉であればペップトークになるのです。

ペップトークにはコーチングスキルや心理学的要素を含んでいます。これまで共に長い時間を共有してきた大事な選手を試合に送り出すうえで必要な、そしてペップトークのみならずスポーツ現場で選手の背中を一押しするトーク術を身につけ、選手に最高のパフォーマンスを発揮させることが目的です。

【ペップトークの一例】

浅田真央選手のコーチ佐藤信夫氏

ソチオリンピックのSPで失敗した浅田選手にフリー演技前に送った一言

「何かあったら先生が助けに行くよ！」



- | | | | |
|-----|---------------|--|------------------|
| 第1回 | 平成26年2月21日(土) | スポーツ現場におけるトーク術 | : 県民情報交流センターアイーナ |
| 第2回 | 平成27年6月15日(月) | 傾聴力と質問力(相手の真意を引き出すスキル) | : 秋葉原・有明アリーナ |
| 第3回 | 平成27年9月7日(月) | ポジティブ語(ポジティブな言葉の選択) | : 県民情報交流センターアイーナ |
| 第4回 | 平成28年2月8日(月) | セルフペップトーク(自分自身を励ます) | : 未定 |
| 第5回 | 平成28年度開催(TBA) | ゴールペップトーク(本番目前で最高のパフォーマンスを引き出す) | |
| 第6回 | 平成28年度開催(TBA) | ビジョンペップトーク(多くの人に共通のイメージを描いてもらいモチベーションをあげる) | |