

👉「ベンチ」の風景

試合のコートを駆ける選手がいれば、その背中をじっと見つめる選手もいる。
自分の出番が来るかどうかはわからない。それでも、その瞬間のために準備を怠らず、背筋を伸ばして座り続ける。ベンチで身を乗り出し、拍手を送り、時に歯を食いしばっている選手たち。

そこに悔しさが無いはずがない。だが、悔しさとともに、チームを支えようとする誇りと覚悟がある。
出番を待つ姿勢、仲間を信じる眼差し、心を切らさず備える日々。
コートの外にこそ、静かに育まれるものがある。

華やかな脚光とは無縁の場所で、それを体現しているのが、ベンチに座る選手たちだ。
誰も見ていなくても、手を叩き、声を張り、仲間を鼓舞し続ける。

私たちはそうした姿を見過ごしてはならない。
そこには、ただ耐えているだけではない、「支える」という強さがある。
チームの勝利を願い、己の感情を脇に置く。
それは、大人でさえ簡単にはできない、高い精神の営みである。



自分の出番が来なくとも、チームの勝利を願い、声を張る姿に宿るのは誠実さと矜持だ。
ベンチに座る選手たちは、静かな強さを身につけていく。
指導者や周囲の大人に問われるのは、彼らをどう慮るかだ。

コートの中にだけ注がれる言葉や拍手が、**ベンチの選手たちを置き去りにしてはいないか。**
コートの外に姿勢や献身に、**きちんと光を当てられているか。**
ベンチにいる選手の努力や存在の重みを、きちんと言葉にして伝えたい。

目に見える活躍だけが、価値ではない。
スポーツが教えるのは、華やかな場面だけではない。
踏み出せなかった舞台の片隅にも、成長の種は蒔かれている。
それに気づき、声をかけられる大人でありたい。



** 「余録」 **

見えない貢献を認める文化……



スポーツの現場では、どうしても成果が「見えるもの」ほど評価されがちです。
得点、プレータイム、スタッツ—これらは明確で共有しやすく、物語としても伝わりやすいからです。
しかし、その構造の中では、しばしば「見えない貢献」が過小評価されているように思えます。

声を張り、仲間を励まし、悔しさを飲み込んで拍手を送る。その一つひとつの行動の裏には、葛藤や覚悟があります。自分の出番がない時間を「支える時間」に変えようとする心の営み。それは、勝敗を超えた誠実さの表れであり、チームを内側から強くしている力です。

他者の目が届かないところで何を選ぶかという生き方です。

「出ていない選手」に、沈黙してはいないでしょうか。
「支えている姿」に、言葉をかけることを忘れてはいないでしょうか。

ベンチの選手を見ようとする意識は、同時に自分の価値観を見直す行為でもあります。

「成果だけが価値なのか」
「役割に貴賤はあるのか」

……そう問い直すたびに、チームの文化は少しずつ変わっていきます。

人が最も強く動機づけられるのは、自分の存在が認められた瞬間だといわれています。
だからこそ、試合後の一言が重く響きます。

「君の声がチームを動かしていた」
「君の姿勢が支えになった」

……そうした言葉が、次の行動への力を生みます。それは慰めではなく、**誠実さへの正当な評価**です。

試合に出る選手も、出られない選手も、それぞれの場所で自分の役割を全うしています。その多様な「貢献の形」に光を当てることができたとき、チームの空気は変わります。誰もが自分の存在を肯定できる場には、**信頼と誇り**が生まれます。

スポーツの現場で最も育つのは、技術よりも「人のまなざし」です。
選手が誠実さを示すとき、それを感じ取り、言葉にできる大人でありたい。
ベンチをただの待機場所ではなく、**誠実さが息づく場所**として見つめ直すこと。
そこから、チームの本当の強さが始まるのだと思います。