

# 学生相談室・スポーツカウンセリンググループだより



“あなたは、本当のスポーツマンですか？”

あなたは、本当の意味でスポーツマンですか？

スポーツマンには、「強い心」が求められます。「強い心」とは、単に相手に勝とうとか、辛い練習を頑張るといような心ではありません。

「強い心」とは、自分の強い意志で、相手とルールと審判をリスペクト(尊重する、respect)する心です。この心は、自分自身の尊厳からきます。つまり、自分が生きていることを肯定できる自分があってこそ、相手やルール、審判をリスペクトすることができるのです。

相手も尊厳ある個人であり、敵ではなく同じスポーツする仲間なのです。その仲間を尊重することこそ、スポーツマンの証です。そして、ルールを守るということも自分がプレイするスポーツをリスペクトすることであり、審判に従うということもゲームを成立させてくれている審判をリスペクトする心からくるのです。

その具体的な行動は、フェアプレに徹し、自己の最善を尽くす。さらに、勝ってもおごらず、負けてもふてくされない態度です。

しかし、人間の心はいつも強いとは限りません。悩むこともあるし、相手を恨むこともあります。また、自暴自棄になってふてくされることもあります。心が折れそうな時、心が疲れた時、あるいはもっと強い心になりたいと思った時、いつでも学生相談室を訪ねてください。

あなたが、真のスポーツマンになるために、プロの心理カウンセラーが個別に相談にのります。

大阪体育大学学生相談室・スポーツカウンセリンググループ

✉ mental@ouhs.ac.jp

☎ 072-453-8936