



バスケットボールの試合中における

インテグリティ

～ 不利な状況・理不尽な状況で何を選択するのか ～

一般財団法人全日本大学バスケットボール連盟
審判委員長 嶋崎 貴



「インテグリティ」 その重要性は理解している・・・



しかし、現実には・・・

- ✓ 試合ではそれどころではない
- ✓ 勝負の世界はそんな甘くはない
- ✓ そもそも審判が正しい判定をしていれば文句は言わない
- ✓ 理不尽な判定が続けば感情が出るのは当然



その瞬間の振る舞いは、
誰に何を残しているのか？

試合では不利な状況、理不尽な状況が起きます

- ✓ 選手が信じられないミスをする
- ✓ 会場の雰囲気があウェイ
- ✓ 明らかなファウルが判定されない
- ✓ 自分たちばかりに不利な判定が続く





不利な状況や理不尽な状況を
避けることはできません

不利な状況や理不尽な状況を
コントロールはできません



1つだけ確実にできること…



この状況を

どのように**解釈**するのかを

選ぶこと。

Scenario 1

感情的な抗議を選んだ場合

Action

声を荒げる
怒りにみちた表情や視線
判定への不満を全面に出す
敬意を欠く表現



Lesson(学び)

不利な状況＝誰かのせい
納得できない場合は感情的OK
プレー以外で表現していい

Scenario 2

冷静に立て直しを選んだ場合

Action

声や表情を保つ
ベクトルは常に自分たち
次の行動への準備/指示
忍耐(我慢)



Lesson(学び)

コントロール可と不可を区別
自分の感情は自分でコントロール
不利な中でも戦い続ける姿勢

試合が終わった後に何を残したいのか

苦しい状況とどのように向き合うのかという「基準」。
この「基準」は、人間性の一部として残り続けます。

インテグリティとは

**不利さや理不尽さを伴う状況でも、
選手や自分に何を残すかを選び続けること。**

～ うまくいかないときこそ何を選ぶのか そこに真価が問われます ～

選手の皆さん

将来、社会に出たとき、
自分ではコントロールできない状況は
必ずあります。

感情に振り回されるのではなく、
他人に振り回されるのではなく、
自分をコントロールしてください。



コートは、社会に出るための準備の場です

指導者の皆さん



これから社会に出る学生たちに、
大人としての「あるべき姿」を
見せてください。

今この瞬間に、何を残すのか・・・
そのために何をすべきか・・・
方法は1つではないはずです。

- 
- 1. コントロールできないものを受け入れる**
 - 2. 解釈を変える**
 - 3. 選択する**
 - 4. 人間性を残す**