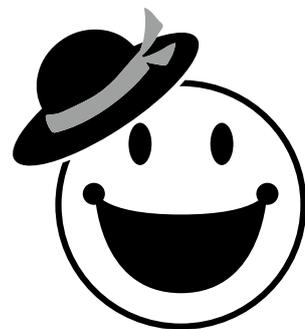


「全少」を日本一研究する指導者による提案

ZENSHOに

挑戦しよう！

養正館館長・渡辺貴斗



第5回

やる気を出す (その2)

ドリームキラー (やる気のリミッター)



◆夢を打ち砕くのは誰？

「先生、うちの子、県大会で優勝するとか言って家で練習始めたんですよ。何、その踊りみたいな、お前なんか下手だから絶対無理って家族みんなで笑っちゃいました」

先日、あるお母さんの話です。私たちが、やっとの思いで自信をつけさせ本気にさせても、ブレーキをかけてしまう、このお母さんのような人のことを「ドリームキラー (夢を壊す人)」と言います。

良かれと思って、「もっと練習しなきゃ。ほら、〇〇ちゃんに勝てないよ！」のような声掛けも「脅し」ですので、やる気を削ぎます。日本では、ドリームキラーが誰かと言えば、実は一番身近な母親であることがほとんどです。

ドリームキラーは、悪意がなく、しかも自分がドリームキラーになっているという自覚がないのが特徴です。自身の半生を省みて、それと照らし合わせることで、「よしておいた方がいいよ。頑張ってるってダメだったときのショックは大きくて立ち直れないかもしれないよ」と、頼んでもいない心配をするのです。愛情があり、親身に思っているからこそ、このような発言につながるのです。関係の薄い相手には、ここまで踏み込んだアドバイスはしません。よって、ドリームキラーは、身近で愛情を持っている人、つまり、母親や先生に多いのです。

◆やる気を削ぐ「やる気のリミッター」

4月4日にNHKで放映された「助けて！きわめ

びと やる気スイッチはどこ？」という番組をみました。映画「ビリギャル」の塾講師「坪田信貴」氏が、やる気の無い大学受験生にやる気の火をつける、という番組でした。番組中では、勉強や資格試験が趣味という母親が、良かれと思って大学受験生の娘に、「学ぶって楽しいことじゃん、知識が増えるんだから」などと大人の正論で諭します。言えは言うほど娘の表情はこわばっていきます。やる気のリミッター (制限する人) になっているのは、ここでも一番身近なお母さんでした。

お母さんは娘を心配するあまり、娘に直して欲しい欠点ばかり目につきます。坪田氏はこのお母さんに、「娘の良いところ」を20個書き出してもらい、「娘＝できない人」から「娘＝できる人」と、母親の意識を改革していきました。すると娘を見る目が変わり、声掛けも娘に対し信頼と尊敬を含んだ言い方に変化しました。それに比例して娘本人も認められたことで、笑顔が増えどんどん変わっていきました。

◆イチロー、本田の夢に学ぼう！

欧米では子供が夢を語ると「お前なら絶対できるよ、だって父さんの息子だからな」と言い背中を押します。子供は「自分是可以する」と実感すると、驚くようなパワーを発揮し勝手にぐんぐん伸びていきます。イチロー選手や本田圭佑選手の小学生の卒業文集では、明確に自分のゴールを宣言しています。イチロー選手の作文では、「そんなに練習をやっているのだから、必ずプロ野球選手になると思います。……ドラフト一位で契約金は一億円以上が目標で

す。……僕が一流の選手になって試合に出られるようになったら、お世話になった人に招待券を配って応援してもらおうのも夢の一つです」のように、招待券を配るところまで具体的にイメージされていて、自身の成功が当然のこととして記されています。

次は本田選手の作文。「ぼくは大人になったら世界一のサッカー選手になりたいと言うよりなる。……Wカップで有名になってぼくは外国から呼ばれてヨーロッパのセリエAに入団します。……一年間の給料は40億円はほしいです。……セリエAで活躍しているぼくは、日本に帰りミーティングをし、10番をもらってチームの看板です。ブラジルと決勝戦をし、2対1でブラジルを破りたいです」

### ◆子どもの語る「夢」に過剰な反応をしない

これら文集を我が子が書いたら「やめて～！恥ずかしい！こんなこと載せたら笑われるよ」と言ってしまういませんか？でも、タイムマシンで未来を見に行くと、本当に我が子がイチロー選手や本田選手のように成功していたら、目の前の我が子に「そうそう、お前ならできる。成功するに決まってる。天才だもん！」と声を掛けるに違いありません。イチロー少年や本田少年の周りにドリームキラーや

る気のリミッターがいたら、もしかしたらこの二人は世に出ていなかったかもしれません。

ドリームキラーは長い人生経験でいろいろ挫折もし、うまくいかなかった過去を振り返り、我が子の突拍子もない大きな夢に面食らってしまうのです。今までに自分の中に無かった、非現実的とも思えるチャレンジを、我が子が語ることで、拒否反応を示してしまうのです。子どもが夢を語ったら、「へえ～、そうなんだ。頑張れよ！」でいいのです。何か気の利いた、特別な声掛けは不要です。

自分の夢を信じ本気で努力している我が子に、ぜひ肯定的な声掛けをしてあげてください。もし夢が叶わぬとも、そのあとのことはお母さんの責任ではなく、本人が乗り越えていくもので、お母さんの仕事ではありません。

#### PROFILE

■渡辺真斗 TAKATO WATANABE

1968年4月20日生まれ。  
7歳から父である館長から厳しく空手の手ほどきを受ける。東大大学院博士号を取得し、東大に研究者として勤務。後、先代が病気となったことから一大決心をして、養正館を継ぐ。持ち前の研究魂から道場経営でも創意工夫の結果、一道場で300名と大躍進。2014年全少では、7名を入賞させる。  
日本空手道鴻志会空手道場養正館 / 静岡県沼津市本町 11-12



## One Point Advice

今月は、ワンポイント・アドバイスとは違いますが、渡辺先生と道場生が出演するDVDをご紹介します。

### ◆養正館DVDについて

このたび、2014年全少7名入賞を機に、株式会社チャンプから養正館DVDが発売されることになりました。少しでも、皆さんの参考になれば幸いです。養正館少年部のクラスは、初級・中級・上級・有段と分かれていて、レベルに合わせて稽古内容を変えています。DVDの【収録内容】に(中級+上級)などと書かれているのは、レベルで分けたクラス別の稽古内容ということです。

以下は、若い指導者の先生方に見ていただきたい【収録内容】です。まず、「態度教育(初級)」ですが、体験入門の初日に、毎回必ず話している内容です。「家に帰ってすぐに自分から靴並べました」とお母さん方からメールなどを頂いたり、この20分ほどで、皆、さっそく変化が現れます。「心の器が上を向いている」と、習ったことがしっかりと器に溜まりますが、手を動かしたり横を見ていたりしているような集中できていない状態、つまり「心の器が下を向

いた」状態では、習ったことがこぼれてしまいます。まず、心の器を上に向けることの大切さを話します。

「稽古前の自主練習(初級)」では、初級クラスの子たちが稽古が始まる前に自分たちで練習している風景を収めたものです。皆、カメラがあったので緊張した面持ちですが、普段はもっと明るい雰囲気です。幼児や低学年は、自由にしておく走り回って遊ぶだけです。稽古開始前の30分ほどで、「基本・形」などの審査の項目を、子どもたちだけで一通り終わらせるようメニューが組んであります。いざ本来の稽古が始まると、指導者が入って直接指導していきます。幼児のうちには人前で号令を掛けられるようになると、小学校に上がってから人前で物おしせず発表できたりするようになります。

他にも「形チャンピオンコース」など、お母さんや、選手が見て参考になる内容なども含まれています。

日本一にチャレンジする  
空手道場養正館の秘密  
- 空手による子供の精神・  
身体・神経発達と成長 -

■商品番号：  
DCMP-7401(DVD)  
BR-7401(Blu-ray)  
■収録時間：カラー 134分  
■値段：4,800円(税込)

