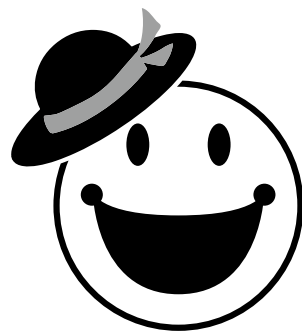


「全少」を日本一研究する指導者による提案

ZENSHOに

挑戦しよう！



養正館館長・渡辺貴斗 第15回

全員から好かれなくても大丈夫

◆2：6：2の法則

2割の「仕事に対し積極的で業績優秀な人」

6割の「普通の人」

2割の「仕事に対し消極的で業績を出せない人」

松下幸之助氏によると、一般に会社組織は上記のように構成されているそうです。これを「2：6：2の法則」と言います。アリの世界も同じで、

2割の「良く働くアリ」

6割の「普通に働くアリ」

2割の「遊んでいるアリ」

が、いるそうです。2割の遊んでいるアリを排除すると、良く働くアリと普通に働くアリの中から遊んで働かないアリが出現し、全体として2：6：2の構成比に落ち着いたという実験があります。

同様に、2割の良く働くアリを排除すると、普通に働くアリと遊んでいるアリの中から良く働くアリが出現したそうです。

自然界でも集団は、2：6：2の構成比でバランスをとって安定しているということが分かります。

◆ドリームチームなのに勝てないのはなぜ？

資金潤沢なプロ野球チーム、サッカーチームなどはドリームチームとも言えるスーパースター集団を作っていますが、毎年優勝できているとは限りません。逆にスーパースター選手を引き抜かれてしまった普通のチームから、翌年、新たなスーパースターが生まれ、優勝したりします。この現象は、2：6：2の法則で説明ができます。

団体戦（武道錬成大会・全中の団体形など）のチー

ム作り、また道場運営における「初級の部・中級の部・上級の部」などのクラス分けにも応用できます。たとえば、白帯の幼児～黒帯の中学生までひとつのクラスで稽古していると、すでに2：6：2構成比で安定しているため、下から優秀な選手は育ちにくい、ということになります。そこから、黒帯の上級生を別クラスにすると、残った子供たちの中から優秀な選手が生まれてきます。

◆同レベルでの競争効果

同レベルの子でクラスを作ると、そこから競争が生まれます。黒帯がいて、「どうせ黒帯にはかなわないからムリ」とあきらめムードになってしまいます。また黒帯同士で稽古することで、高い意識でお互いを高め合い切磋琢磨が生まれ、個々人の能力も飛躍的に向上します。このような現象を「ピア効果」と言います。

養正館では、レベル別に「初級の部」「中級の部」「上級の部」「有段の部」の4クラスに分け、同レベルの子同士で稽古しています。3～4ヵ月すると2：6：2構成比を形成しますので、審査会後に、上達した上位2割を上級のクラスにあげて、クラス編成し直しています。クラス分けのメリットとしては、「良い競争」が生まれ、かつ「レベルに合った最適な指導」が行える点です。デメリットとしては、先輩が後輩に教えたりする「社会性」が学ばませんので、全クラスが20分ずつ稽古時間が重なるようになっていて、その20分で上の子が下の子の面倒を見るようになっています。

◆クラスに苦手な子がいる

以前、空手ノートに「学校で、クラスのAさんに嫌われているようで、悪口を言われ悩んでいます」

と書いてきた女の子（Bさん）がいました。Bさんは、人に優しく、よく気が付く、みんなに好かれるタイプの子でした。しかし、2：6：2の法則で考えれば、クラスには、

2割の「Bさんのことが好きな人」

6割の「何とも思っていない人」

2割の「Bさんのことが嫌いな人」

がいることになります。クラスの全員に嫌われないようにいくら頑張っても、「優等生ぶって何よ！」、「みんなから好かれて、ムカツク！」など、嫉妬する子が必ず存在するのです。学年が変わって、新しいクラスから「意地悪なAさん」がいなくなっても、アリの実験のように、「Bさんのことが嫌いな人」が新たに出現するのですから、悩んでも時間の無駄です。

空手ノートには、2：6：2の法則の説明と、「相手の気持ちまでコントロールすることはできないのだから、いつも、2割の人に嫌われるのは仕方ない

とあきらめ、人の評価は気にせず自分が思うままに生きることが大事」と、赤ペンでアドバイスしました。

2：6：2の法則を知っていると、「全員から好かれなくても大丈夫」と思えるようになり、人間関係がラクになります。思春期の生徒への指導にも役立ててことができます。

みんなに好かれる人なんかいないのに、自分だけはみんなに好かれようとする。～「他人なんて関係ない」と、自分のことだけをやってけばいいんです。『がばいばあちゃん幸せの教え』（島田洋七）

PROFILE

■渡辺貴斗 TAKATO WATANABE

1968年4月20日生まれ。7歳から父である館長から空手の手ほどきを受ける。先代の病気をきっかけに養正館を継ぐ。児童心理学や成功哲学を研究して子どもたちの「心をつくる」指導法に切り替え、2014年、2015年と2年連続で全少7名入賞させ全国最多入賞道場となる。道場経営でも、一道場で330名を超える大躍進を続ける。



日本空手道鴻志会空手道場養正館／静岡県沼津市本田町 11-12

Column

「心のコップカード(その5)」 各論 4・返事

「返事」のキーワードは、①「相手の眼を観て」、②「うなずきの返事」です。返事カードの通信欄に、「テレビを観ているときなど、声を掛けても返事をしなくて困っています」、「はい！、ではなく、うん！、になってしまいます」など、ママさんから質問をいただきます。何かに集中しているときに、すぐに返事することはできません。もし、それを徹底するのでしたら、子どもは常に「すぐに返事しなくてはい」という強迫観念にかられ、いつ返事を要求されるかと思うと、勉強にも、読書にも集中できません。また、家庭はリラックスする場ですから「うん！」でもOKです。軍隊のように「はい！」では疲れてしまいます。家の外では「はい！」です。

1枚目の返事カードではほとんど色を塗れず、私もできないところばかりに目がいていました。先生が、「できたところを見つけて褒めてあげる」ということをおっしゃっていたのを思い出し、少しずつ良い所を探して声掛けしたら返事がとても良くなりました。これからも、悪いところを探すのではなく、良いところをどんどん褒めていきたいと思います。(小3・増田拓真君)。

先日、面談で担任の先生と話す機会がありました。「湊真くんはいつも返事が良いですよ」と褒めて頂きました。私も知らない所でちゃんと実行しているのだなと感心しましたし、健気に毎日頑張っているのだと思うと誇らしい気持ち

になりました。あいさつや返事など簡単な事ですが、毎日継続し習慣になるまで身に付けるのは難しいことです。ですが、小さなことでも褒められ、自信になり、次へのステップにつながっているのですね。先生のご指導でやる気を引き出して頂いており、ありがとうございます。いつもありがとうございます。(小1・羽切湊真君)。

体験入門初日に伺った「ペアレントトレーニング」、とても感銘を受けました。わかっていたつもりでも、怒鳴ってしまう日々でした。私自身にトレーニングが必要なことに激しく気づかされました。くつならべ、さっそく家族の分やお友達の靴まできちんと並べ出しました。あと、驚いたのは返事です。何かを頼んだときに『はい！』と返事をしたので思わず2度見してしまいました。

いつも弟の面倒をよく見て、幼稚園でも泣き虫の弟を守ってくれている娘ですが、ついついそれに甘えて私も娘に頼りすぎていました。空手を通して、娘との向き合い方が確実に変えられることを実感致しました。人前で大きな声で話すのが苦手な空手の練習でかなり緊張したのではないかと内心ドキドキしていましたが、感想を聞いてみましたところ、「大きくなったらヒーローになりたい」、と意気込んでいました。帰りの車の中では、忘れないうちに早くやりたいから急いでうちに帰ってくれと急かされ、夕食が並ぶまでひとりで練習をしていました。私にもよく教えてくれます。(年中・堤あのかさん)

体験入門の初日、大きな声で返事をした凜太郎に驚きました。本当は“できる子”なんだと気付かされました。(年長・早川凜太郎君)