

「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20回

男の子と女の子（その4）

男の子の遊ぶ力は学びの力

◆ボーッとする時間が不足してませんか？

私が子供の頃は、学校から帰ると時間がたくさんありました。よく暇を持て余しては、父の電卓をいじっておもしろい割り算の法則を見つけたり、「宇宙の果てはどうなってるんだろう？ その先は？」なんて想像の世界に浸っていました。大人になった今では、ボーッとできる時間が激減していますが、一人で湯船につかっていると、いろいろ面白いアイデアが浮かんできたりします。誰の邪魔も入らず一人になったとき、天から降りて来るとでもいいでしょうか、突然いろいろなアイデアが頭の中に降ってきます。この連載のアイデアも、大抵は急に降りてきて、一気に短時間で書き上げています（なかなか降りてきませんが）。

私は、ホームセンターや100円ショップに行くと、何時間いても飽きません。いろいろなDIYの道具、キッチン用品、文房具など見ていると、「これ、組手の抜きの感覚を覚えるのに使えるな」、「このオモチャの剣を使えば、刻み突きの習得に使えるな」など、それら道具を使った練習風景が次々に頭に浮かんできて、ホームセンターは私にとって正に宝の山です。先日もオモチャの剣を30本大人買いしてしまいました。本来と違う用途をひらめいたり、何かをヒントにして新しいことを思いついたりするのは楽しいものです。

最近の子供たちは、一日に2つ習い事をするのも珍しくありません。先日、道場に疲れ果てた顔で来た男の子がいましたので、「どうした？ 風邪？」と聞いたところ、「今、スイミングから直接、空手に来ました。このあと、英語の塾があります」と言ったときにはびっくり返りました。知識量が多いのですが、ボーッとする時間がなくなってしまうのでは

ないかと心配してしまいます。子供時代に、誰にも邪魔されず、深く思考するトレーニングを積んでおくのは重要だと思います。

◆男の子の遊びてくれない？

特に男の子には、何かに没頭したり、遊びに夢中になったり、そういった時間がとても大事です。泥んこで遊んだり、水たまりを踏んづけたり、虫を一生懸命集めたり、ママさんから見るとくだらない、ため息が出るような遊びに熱中していますが、ぜひ叱らないで見守ってあげてほしいと思います。何をやっても「これはダメ」と禁止されていると、「僕は良いところは何も無い」と自信を無くし、消極的な行動を取るようになります。何か新しいことをやろうとするとき、チラッとママの顔を伺う子がいますね。許可をもらわないと、自由に行動させてもらえないのですから、このような子供は、言われたことはきちんとできるけど、自由を諦め、管理されることを受け入れます。「余計なことはしない方がいい、怒られるよりはマシだから」と。そして、いつしか思考を停止させてしまうのです。

◆ひらめき力を日々鍛える男の子

現代社会では、新しくアイデアを出した者が勝ち組となり、どの分野でも生き残っていくことができます。アップル創業者のスティーブ・ジョブズ氏は、次々に革新的製品を世に問うて、アイデア力で勝負し生き残ってきました。今の男の子たちに、習い事ですき間なく忙しくさせるのは、自由な思考を育ませるゆとりの時間を奪っているのかもしれない。昔は勉強だけして一流大学に入り、一流企業に入ればそれで一生安泰でした。今では一流大学に

入っても失業している人や、自分のやりたいことができない人が多くいます。小さな頃から、自分の興味あることに没頭し「男の子の遊び」を経験してきた人、つまり、オリジナルの遊びを作ったり、マンガや絵を思いのまま描いたり、泥んこで未知の生物を作ったり、誰にも邪魔されず、とことん自分の世界にハマって育った子どもは、大人になって、どんどん新しいアイデアを生み出していく能力を身につけていけると思います。「男の子は、本来みんなオタクなんだ」と思ってしまえば、日々の行動にもイライラしませんね。

◆遊びから様々なスキルを養う

現代社会でもうひとつ必要な能力は、人とうまく関係性を保つことです。会社で簡単な会話・雑談できない、空気が読めない、気づかずに相手を傷つける発言をしてしまうなど、これでは仕事も円滑に進みません。ただ仕事をこなすだけでは評価されない時代です。男の子は遊びの中で、相手をいたわる気持ちや、やり過ぎると相手を怒らせることなどを学びます。相手の子をケガさせてはいけませんが、ある程度は見て見ぬフリをし、遠くから見守ってあげましょう。止めたくなくてハラハラ、ドキドキしますが、案外、自分たちで問題解決できるものです。

トラブルが起こりそうになると（本当はトラブルとは言えないようなときも）、ママがしゃしゃり出て、「あなたの方が悪いから謝りなさい。これからは仲良くしようと約束しなさい」、「オモチャは順番に使いなさい」、「この遊びは危ないから他の遊びにしまさい」など指示命令してしまうと、自分たちで

問題解決する貴重な経験のチャンスを奪ってしまうことになるのです。

友達とトラブルになったらどのように解決するか、また、次からトラブルが起きないようにこの経験をどのように生かすか、それらは、少々危ないようにも見える「遊び」の中から男の子は学んでいくのです。男の子の遊びには、社会で要求される様々な「スキルの育成」に必要なことが満載です。

◆言いたくなったらまず深呼吸

ぜひ、「ダメ」「やめなさい」と言う前に一回深呼吸して、それでも制止しなくてはならないと判断したときだけ、声を掛けてみてください。言いたい一言を我慢した10秒後には「確かに今のは注意するほどでも無かったわ」、「案外、毎日繰り返している小言のほとんどが不要だった」ということに気づくことでしょう。ママさんを日々苦しめ、追い詰めていたのは、我が子ではなくママさん自身だったのです。

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、2013年全少5名入賞、2014年・2015年と2年連続で7名入賞、2016年5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350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7)」各論6/空手ノート1

4～9月号で、「心のコップカード」の使い方と、実際の効果をママさんのコメントと合わせて紹介してきました。養正館では、「靴並べ」、「あいさつ」、「返事」、「姿勢」、「お手伝い」の順に一枚ずつカードを完全制覇していき、全てのカードを修了(合格)した子だけ「空手ノート」に進めます。「空手ノート」のキーワードは、①「365日やりきる」、②「今日一日の自分の良かったところを見つけて書く」です。どうしても毎日続けられない人は、週1回、「今週の自分」として書いてもいいでしょう。最初は、みんな、「今日はあいさつができませんでした」、「片づけをしないでお母さんにしかられました」など、今日一日の自分の悪かったところを探して書いてきます。一般的にはこれに赤ペンで、「そうですね。あいさつの声が小さいです。自分から大きな声でできるようにしましょう!」などと返事を書きます。子どもたちは、ノートが返ってくると赤ペンが入ったところを真っ

先に探します。反省文にこちらが反応してしまうと「先生は反省文を書くとき赤ペンを入れてくれる」と考え、ますます「反省文」色の濃いノートとなっていきます。自分のダメなところ探しのノートですので、書いている本人はつまらなくなっていき、いつしかノート書きを辞めてしまいます。そこで、ネガティブな内容は無視して赤ペンを入れず、「今日、返事の声が大きいとほめられました」、「次の大会では必ず金メダルとります!」などのポジティブな内容だけに赤ペンを入れていくと、「先生はポジティブなことを書くとき赤ペンで反応してくれる」と潜在的に感じ、その日の自分の良かったところ探しを始め、どんどん明るく楽しいノートに変わっていきます。そして良いことばかりのそんな自分が好きになり、自己肯定感が生まれてくるのです。次号から、実際の空手ノートを数回に分けて紹介していきます。

