

「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22回

男の子と女の子（その6）

叩いた叩かれた

◆休憩中は危険な時間

稽古中しっかり止まって話を聞くのは、男の子には辛い作業です。私は、休憩時間になったら、できるだけ自由にさせてあげたいと思い、少く道場の中を走っても、組手まがいの戦いゴッコをしてもある程度は見逃すようにしています。しかし、いよいよ危なくなってきたら、止めに入ります。このタイミングを逃すと、「先生、〇〇ちゃんが蹴られて泣いています」、「先生、〇〇君と〇〇君が走っていて、頭をぶつけました」の報告を他の子から受けることになります。

「ああ～、やってしまったか」と一気に落ち込みます。何でもなければいいのですが、頭を打ったときなどは心配です。このように走り回ったり、戦いゴッコでケガするのは、みんな男の子です。稽古日によっては、暴れ回るメンバーが多いときは、すぐに「座って、休憩～！」と座らせます。でも30秒もすると勝手に立ち上がって、危ない遊びを始めます。本当は自由にさせてあげたいのですが、私も大人の監督者として、ケガなどさせたら指導者失格です。指導者のみなさんも、日々の稽古で苦労されていることと思います。

◆子どもの「疲れた」は「飽きた」

このように話すと、「ヘトヘトになるまで稽古でしぼれば、休憩で遊ぶことは無い！」と先輩の先生方からご指導を受けそうですが、ヘトヘトにさせても、子どもは休憩時間になると元気よく走り回ります。子どもの「疲れた」は、「飽きた」ということなのです。大人のクラスでヘトヘトにさせると、休憩では文字通り死んだように皆、倒れて身動きしなくなります。子どもは「疲れた」と言いながら休

憩時間には全力で遊び、疲れることなど決してありません。養正館では最長20分ほどで練習を一回切り上げて、短い休憩を入れてから稽古を再開します。そうすると、飽きる前に休憩が入るので、常に前向きに稽古に取り組みます。子どもは「肉体的疲労」はほぼ皆無ですが、「集中を続ける疲労」は非常に短時間でやってきます。

よって、子どもの休憩とは、体を休ませるのではなく、精神面（集中力）を休ませるのです。稽古時間が延長し、どうしても長引いてしまうときは、冗談を言って子供たちを笑わせたりして、すぐに稽古に戻ると集中力が続きます。気持ちを切り替えてリフレッシュさせれば、続けて長時間稽古することも可能です。

「こら、話を聞いているのか！」と叱る前に、集中が続く時間を一度、子供たちで測ってみてはいかがでしょうか？

◆叩いた、叩かれた

休憩中に危ない遊び、暴力的遊びをするのは止めますが、ある程度は見て見ぬフリをしないと子供達はリフレッシュできません。でも見えない所で、叩いた、叩かれた、の事件は、完全に防ぐことが難しいのが現状です。昔は少くらの喧嘩は、男の子だったら当然でした。しかし、現代は、ちょっと手を出しただけで大問題となります。

本音を言いますと、少く叩いたり、叩かれたりするの、痛みを知るには大事なことだと考えます。「このくらいで叩かれると痛い」と知れば、相手を叩くときにも加減しますね。集団でランチして気づいたら息をしていなかった、という事件はニュースでよく見かけます。どのくらい叩くとまず

いのか、自分が叩かれたことがないので分からないのです。

一応、断っておきますが、私は暴力を肯定しているわけではありません。現代社会でみんなと仲良く共存するには、相手を叩くことはあってはなりません。空手を習っている子は、組手で多かれ少なかれ、当てたり、当てられた経験を持つので、一般の子どもたちに比べ「痛み」を分かっていますね。

◆叩く子には2通りの理由がある

「典型的男の子脳を持つ子は、戦いゴッコが好き」。これは、健全ですので、言い聞かせてその都度注意していけばいいでしょう。問題なのは「毎日の生活で、ストレスいっぱい、他の子を叩く」という病的なものです。「叩く子にも理由がある」とは、世間は許してくれません。ストレスを抱えている子は、陰で小さな女の子を叩いたり、見えない所で暴力を使います。原因は「お母さんが仕事やPTAの会合で、ほとんど家にいない。お母さんに会いたい」、「習い事が毎日あって自分の自由時間が無い。もう限界!」、「学校でも、家でも、道場でも叱られてばかりいる。どうせ僕なんてダメ人間」……などです。

10数年前に「うちの子、目覚まし時計を私に投げつけたり、足を蹴ってきたり暴力がひどいんです」と相談に来たお母さんがいました。その子は小2の男の子で、おとなしくて真面目に稽古に取り組む模範生でしたので大変驚きました。話を聞いていくと、お母さんが陸上部のお姉ちゃんの方ばかりに

出掛け、弟はほったらかしでした。

道場からその子の家まで近いので、自分で歩いて帰ることになっていましたが、いつも自分から帰ろうとせず「今日は、きっとお母さん迎えに来ます」といって最後まで道場で待ち、結局いつも一人で歩いて帰っていました。

そこで、お母さんに「毎晩、寝る前に1分間、意味も考えずに、ただギュッと抱きしめてあげてください」とお願いしました。1~2週間経って、そのお母さんに会ったときに、「暴力もウソのように無くなり、別人のように変わりました。ありがとうございます」と感謝されました。

愛情たっぷりに育てているつもりでも、その子は「お母さんに嫌われている」と思っていたのです。精神的な闇の中に原因があり、そのイライラがお母さんへの暴力になっていたのです。「叩くのはやめなさい」ではなく、「何か嫌なことがあるの?」と聞いて、原因を取り除いてあげることが大事ですね。

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/静岡県沼津市本町 11-12

Column 「心のコップカード(その9)」各論6/空手ノート3

1月号で空手ノートの書き方、指導者の赤ペンの入れ方を紹介しました。2月号に続き、子供たちの実際の空手ノートを紹介します。

9月16日 きょうのトイレそうじ、にかいのトイレそうじがこわかったから、きょうはikkaiのトイレそうじをやりました。だからよるにやるんじゃない、ひるまやることにします。

9月17日 きょうトイレそうじあさやりました。ようちえんにおくれそうでした。(年長 若園篤くん)

トイレそうじとしょっきあらいをやっています。きょうも、トイレのまわりのよごれをおとして、すみからすみまできれいにふきました。「トイレのまわりがピカピカで、きもちがいい。」とははにいてもらってうれしかったです。

(年長 猪ノ原大親くん)

きょう、おてつだいで上ばきをはじめてありました。上ばきをあらっているとき、とてもつかれました。おかあさ

んは今まで、おとうとのぶんとぼくのぶんをあらってくれていて、とてもつかれたとおもいました。だからこれからも、じぶんでやりたいです。(小2 榎原翔太くん)

今日試合がありました。引き手に注意をしていたので上段突ぎが決まりました。悪かったところは同じ技ばかりになってしまいけりを出さなかったことです。次の試合のときは、つきもけりもバランスよくできるようにします。相手が黒帯でも気持ちで負けなければ勝てるということが今日わかったので、次も気持ちで負けないようにがんばります。

(小4 夏井啓汰君)

昨日と今日、兵庫から江指先生が養正館に形セミナーに来てくれました。私は組手より形が好きだけど、江指先生に教えてもらって、形ばかりやらない方がいいことが分かりました。これからは、組手も一生けん命にがんばりたいです。今日、先生からならったことは、形きょう本に書いて見直したいときに見られるようになります。(小4 勝又美音さん)

関連
DVD
p148~

