

「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50回



子どもたちに伝えることば（その1）

## まず信頼関係を築くことから1

### ★あの子、今日いたかな？

10 数年前の指導初心者の私は、稽古のときに、技術のうまい子に見本をやらせていました。いつも同じ子たちに頼んでいたのです。その子たちは指示どおりの動きをしてくれるので、指導がラクだったからです。その子たちと私との距離が縮まって信頼関係も深まり、稽古中にはいつもその子たちを中心にして指導をしていました。

すると、ある日「空手を辞めたい」と言ってきた親子がいました。その子は目立たない大人しい子でした。養正館では稽古に来たら、指導者に一人ひとりが「お願いします」、帰りには「ありがとうございました」とあいさつすることになっていますが、はじめと終わりのあいさつのとき、私は、その子の顔を見たかどうか怪しくなってきました。いくら思い出そうとしても、その子の顔を見た記憶がないのです。稽古中には一度も声掛けをした覚えがありません。しかもその日だけではなく、ここのところ何日か……。その子と私の間には、深い溝ができていたのです。

私は怖くなり、さらに、その日に来ていた道場生の顔をすべて思い出そうとしてみました。すると稽古中よく発言し積極的に取り組んでいる子供たちの顔や、いつも手がかかるよく叱られている子供たちの顔はすぐに浮かんできましたが、あまり目立たない、叱られることもないが褒められることもない、大多数の子供たちの顔はなかなか浮かんできませんでした。

その子供たちは目立ちはないがきちんと稽古していたのに、私からの積極的な関わりもなく「どう

せ頑張っても先生は僕のことを見てくれていない」と投げやりになっていたのです。今思うと、私とその子たちの信頼関係は破綻していたと言えます。

### ★全員の目を見て声掛け

そのことに気づいてから、「1日1回は、必ず全員の目を見て声掛けをする」と自分のルールを作りました。どうしても稽古中に声をかけられなかったときは、帰りに一人ひとりが私のところにあいさつに来るとき、頭をなでて「今日は形がすごくうまくなってたね！」「組手で上段蹴りがキマってたな！」などと意識して目を見て前向きな声掛けをするようにしました。

そのような意識改革の結果、「近頃、目を合わせたこともない」という子供たちはいなくなりました。稽古中に見本でやってもらう子も、今では特定の子ばかりではなく、いろいろな子供たちに頼むようにしています。見本を頼めなかった子供たちには、休憩中に学校の様子を聞いたりします。次に会ったときに、前回話した内容を覚えておいて、その話題をこちらから振ると、パッと明るい笑顔に変わります。「先生は覚えていてくれた、自分の存在を認めてくれた」と私を受け入れてくれるのです。

挙手して発表するときも、全員均等に発表できるよう配慮して、目立たない子から優先して指名しています。

### ★一人ひとりの名前を呼ぶ

15年ほど前の私は、子供たちの帰りのあいさつ、「ありがとうございました！」に対して、「はい」と

か「うん」とか返していました（今思うと、ひど過ぎる）。

10年くらい前から少し進化して「さようなら」になり、最近「A君、さようなら」とすべての子に必ず名前を入れてあいさつしています。この「名前を呼ぶ」というのが、子供との距離を縮めるのに効果的です。お父さんも会社で「おはよう」と社長に言われるのと、「鈴木君、おはよう！！」と名前を呼んでもらえるのでは大きな違いがありますね。「社長は俺の名前を覚えてくれた！」とうれしく思い、「この社長のためにも頑張ろう！」と仕事に対しやる気も出てきます。

### ★まず信頼関係を構築する

指導者と子供たちとの信頼関係ができていくと、稽古中に不貞腐れた態度をとったり、言うことを聞かなかったりということがなくなっていきます。それどころか、信頼関係が成り立ってれば、指導者が困っているときなどその子供たちが助け船を出してくれますし、その子たちをかなり厳しく叱ってもその関係性が壊れることもありません。

信頼関係が成り立っていないのに厳しく指導しても反発するだけで、結局、最後は脅して力で押さえつけなくてはならなくなってしまいます。大声を出して脅せば子供たちは指導者に従いますが、それは叱られないための逃避行動ですから、操り人形のようにやらされているだけになってしまいます。すべての子に平等に声をかけ信頼関係を構築していけば、指導者の言葉がすんなり子どもたちに入っていくのです。

最後に「言葉がけと信頼関係」に関して、優れ

た指導者の貴重な言葉を引用させていただきます。あいさつの大切さ、そして相手に伝わる言葉とはどのようなものなのかを端的に示しています。

**人を指導する人間は「毎日、現場で、じかに接する」ことが大切です。そして、「自分とじかに接してくれているんだな」と選手一人一人に実感してもらうためには、一対一の挨拶をせねばなりません。さもなければ、信頼されないのです。(略)毎日挨拶だと思っています。**

競泳日本代表ヘッドコーチ・平井伯昌著『バケる人に育てる／勝負できる人材をつくる50の法則』（朝日新聞出版）より。

**「この人自分のことわかってきているんだって思う人の話は、人間は聞こうとしますから。だからコミュニケーションというのは、コミュニケーションが始まる前に決着している。伝える言葉を使うのではなくて、伝える言葉を使う」**

東進ハイスクール講師 林修先生／テレビニュースのインタビューより。

#### 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。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5名、2014年・2015年7名、2016年5名、2017年9名、2018年5名を全少入賞させ、一道場での全国最多入賞数の記録更新中。道場経営でも、一道場で350名を超える大躍進を続ける。



空手道場 養正館／静岡県沼津市本田町 11-12



## どうやって道場生350名に増やしたか？ その13

### ●見学初日① 来館時間がとても大切

電話で見学（もしくは体験入門）を予約した親子が、いよいよ、道場に来てくれることになりました。実は、この初日に来ていただく時間が重要です。

養正館では、稽古開始時刻より1時間ほど早く来ていただいています。稽古がすでに始まっている、もしくは開始直前では、小さな子にとって“空手着を着た集団”に入っていくのは、非日常の恐怖体験です。大人であるママさんでさえ、道場に初めて入るのは抵抗があり、気後れしてしまいますよね。

よって、まだ誰も来ていない時間に来ていただき、順次、

空手着を着た道場生を一人ひとり迎え入れていくようにすれば、その子の精神的負担が軽減されます。また、早く来ると時間が十分にありますので、指導者といろいろ雑談ができ、さらに緊張を和らげることができます。

たとえば、「兄弟はいるの?」、「どこの小学校（幼稚園）?」、「何年生?」などと質問します。

「あっ、A小学校の1年2組だったら、B君とC君が空手に来ているよ」などと言ってあげれば、知っている子の名前を聞いて安心し、急に笑顔になります。そして、初日から抵抗なく稽古に参加できるのです。