

「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58回



子どもたちに伝えることば (その9)

ひとつこと加える2 「プラスのことばでサンドイッチ」

★何度言っても直らない

相手に何かをやってもらいたいとき、もしくは改善してもらいたいとき、何とかしてそのことを伝えなくてはなりませんね。しかしながら言い方によっては相手が気分を害し、最悪の場合、その願いは聞き入れてもらえないかもしれません。

指導者から生徒へ「全然できてない、なんでできないんだよ。もっと速く動けよ」と人格否定ともいえるダメ出しをしたり、母から子へ「帰ってきてすぐテレビばかり見て。先に宿題やるんでしょ！

毎日毎日同じこと言わせないでよ」と叱れば、子供たちの重い腰をそのときはなんとか動かすことはできますが、それは自ら望んだ行動ではなく、やらされている操り人形の状態ですので、改善は望めません。

もちろん言われなくても自分から考え行動してくれば一番良いのですが、アドバイスせざるを得ない場面が多々あります。しかも、その声掛けに工夫が無ければ、こちらの思い通りには動いてくれません。結果としてイライラして、つい叱りながらの命令・指示口調になってしまうのです。

★いろいろな声掛け事例

たとえば、移動基本の稽古中に もっと腰を落としてほしい と言いたいです。

指導者から生徒へ、以下のような声掛けが考えられます。

A: 全然できてない！

もっと腰を落とせよ

何でできないのかなあ？

B: もっと腰を落とせよ

C: もっと腰を落とせよ

あつ、でも、それ以外はとてもよくできているよ。

D: いいんだけど

もうちょっと腰を落とせばなあ

E: 引き手もよく締まってる、一つ一つ最高スピードで頑張ってるな。

あと腰を落としたりもっと良くなるね

F: 引き手もよく締まってる、一つ一つ最高スピードで頑張ってるな。

あと腰を落としたりもっと良くなるね

いつも、頑張ってるの先生知ってるよ。

★プラスのことばでサンドイッチ

A～Fまで、下に行くほど、良い声掛けになっています。それぞれを解説してみます。

Aは、指導者の心の声が漏れてしまっています。このことばを受け止める子供は心に傷を負い、やる気は地の底まで落ちることでしょう。否定ばかりする指導者に対し「自分の頑張りを見てくれない」と感じ、次第に話を聞こうとしなくなります。

Bは、心の声は出さずに、言いたいことだけ伝えました。向上心のある子はこのような指摘を指導と受け止め、頑張ることができます。しかし、普通の子供にとっては、ただの指示命令なので、やる気が無くなります。

Cは、思わず指示命令をしてしまったので、慌てて褒めてみました。少しは受け入れてもらえたようです。

Dは、褒めてから指摘しようと思い、「いいんだけど」と言ってから改善点を指摘しました。しかし、「いいんだけど」は条件付きの褒めであり、完全に褒めたことになっていません。言われた子供は何かすっきりしません。

Eは、子供のことをしっかり観察してその頑張っている点を伝えて、そのあとで改善点を指摘しました。まず自分を認めてもらったので、自分のことを分かってくれる人の言うことは、前向きに聞こうとします。よい声掛けです。

Fは、まず、自分が認められ、最後にもう一度認めてもらったので、前向きに指示を受け入れられます。大勢いる生徒の中から自分だけが注目してもら

え、先生が細かいところまでよく見て指導してくださいと、感謝の気持ちまで生まれる最高の声掛けです。プラスのことばで言いたいことをサンドイッチしていますので、本当はダメ出しをしているのに嫌味がありません。

★この人、分かってくれている

このように、本当に言いたい注意点を、プラスのことばでサンドイッチして指示すると、言われた人はその指摘された注意点を素直に受け入れることができます。ちょっとした工夫で劇的に効果を発揮するのです。そのためには、まず相手をよく観察することが大事です。

「とにかく、褒めておけばいいんだろ」といった感覚で、よく観察もせず見当違いな褒め方をすると、すぐに子供たちに見破られてしまいます。

「この人、僕のこと本当に分かってくれている」と思える人の話は、聞き漏らさないよう一生懸命に耳を傾けますね。

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。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・2019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



理解を求めるときもサンドイッチ

年に2~3回、保護者の方から苦情やお叱りのメールを頂戴します。たいいては私の不徳のいたすところですので平謝りして許してもらいます。

しかしながら、あまりに理不尽な内容のときは、今後末永くお付き合いしていくためにも、ここで、間違い（すれ違い、認識の違い）をはっきりさせておかなければなりません。

そんなとき、こちらの正論をストレートにぶついたら喧嘩になってしまいます。

そこで、私は伝えたいことを「プラスの文章でサンドイッチ」するようにしています。

まず、お母さんが思い切って知らせてくれたことに感

謝している気持ちを正直に伝えます。次に核心の本文に入り、こちらの主張を伝えます。最後に、親子で一生懸命空手に取り組んでくれていること、また、日頃の送迎や道場へのご協力への感謝の思いを心を込めて伝えるようにしています。

そうすると、指導者（私たち）がお母さんの敵なのではなく、一緒にお子さんの成長を真剣に考えている同志なのだ気づいてくださいます。

不満を持っていたお母さんが私たちの考えを理解してくださり、元の応援団に戻ってくれ、さらに強固な人間関係で結ばれるのです。