「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60回

感謝する心を教える

★無償の愛

子供の頃に高熱を出すと決まって私の母は献身的に看病してくれ、私はそれを当然のことと思っていました。大人になって自分の子供を持って初めて、母親への感謝の気持ちが湧いてきたのを覚えています。

母は、何の見返りも求めず、一方的に愛情を注いでくれたのです。しかも、私に感謝の言葉を要求したことも、もちろんありませんでした。なぜなら彼女にとっては、よく思われたい、感謝してもらいたいなどという感情からではなく、我が子の命を守るために、自らそうせざるにはいられなかったからだと思います。

★求めるもの・与えるもの

「恋」と「愛」という言葉があります。「恋」とは、相手を自分のものにしたいと一方的に求めるもので利己的です。たとえば、片思いしているときの感情です。一方、家族のために身を粉にして働くお父さん、母親から子供への献身的な愛情など、見返りも求めずただひたすら与え続けるものを「愛」といいます。

「恋」は、それが成就しないと一転して相手のことを非難したりしますが、「愛」は相手から感謝されなくても相手のことを悪く思ったりすることはありません。

よって指導者が、「ありがとう」と言わない道場生に対し、怒りを感じるということは、相手からの感謝の気持ちを要求しており、「恋」の関係と同じ構図になっています。

「もともと人は子供に限らず感謝などしない、それが本来の姿である」と考えれば「ありがとう」と言わなかったからといって憤慨し落胆する必要はありません。

感謝されないのがプラスマイナスゼロの通常の状態で、感謝してくれたらプラスだと思えばイライラしませんね。

★教えなくては分からない

デール・カーネギーは、「感謝の気持ちとは、後天的に得られるもので、教えなくては獲得できない感情である」と言っています。人は生まれつき感謝の気持ちなど持っておらず、後天的に教育でしか身に付かないということです。

世の中には、何をしてあげても知らんぷりで感謝しない人もいますし、こちらがしてあげたちょっとしたことでも丁寧に感謝の手紙まで送って下さる方もいます。歩道を歩いているときに、こちらから道を譲ってあげても、会釈もせずすれ違っていく大人のなんと多いことか！

また、試合に負けると指導者に色々と苦言を呈するお母さんがいます。そういったお母さんに限って、試合で勝ったときは指導者へ何の感謝の気持ちも表しません（まるで自分たちだけで成し得たかのように）。

つまり、「うまくいかなかったら誰かのせい、うまくいったら自分の手柄」であると考えてしまうのです。

さらには、「先生、優勝したんですからもっと息子のことを褒めてあげてください。私も頑張りました」と逆に称賛まで要求してしまうのです。

★感謝の気持ちを表したときに

このように、感謝の気持ちを身に付けることなく大人になってしまった人たちは、人間本来の姿のままですから、感謝の気持ちがありません。

このように、感謝の気持ちは子供のころに意識して教えこまなくては身に付けることができないのです。しかしながら、強制して「感謝しなさい」と叱っても、うるさく叱る先生の前でしか「ありがとう」と言いません。つまり言わされているだけです。そこで、子供が自ら感謝の気持ちを表したときに、すかさずその場で評価してあげるしか方法はありません。

★3人称で伝える

とはいえ、待てども待てども、なかなか感謝の気持ちを表さない子供もいます。そのようなときは、こちらから能動的に教えてあげるとよいでしょう。そのときに、2人称で教えるのではなく、3人称で気づかせてあげます。

2人称とは「you and I」の関係です。指導者が生徒に、もしくは母が子に、感謝するよう教えても「私にありがとうと言いなさい」と自分のことを感謝するよう要求することになりますので、子供たちは素直に感謝の気持ちを育むことができません。

しかしながら、3人称、つまり母が子に「先生が教えてくれたからだよ、感謝しなくてはね」、「空手が続けられるのはお父さんが一生懸命働いてくれているからだよ、ありがたいね」のように3人称（先生、お父さん）で感謝の気持ちに気づかせてあげれば、子供たちは素直に受け入れることができるのです。

このように感謝の気持ちは、生まれつき備わっているものではないので大人が教えなくてはなりません。とは言え、抑圧的に従わせるのではなく（感謝の気持ちが屈折した感情となってしまう）、自然に子供たちの心に芽生えるように周りの大人たちがポジティブに働きかけることが大事なのです。

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。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

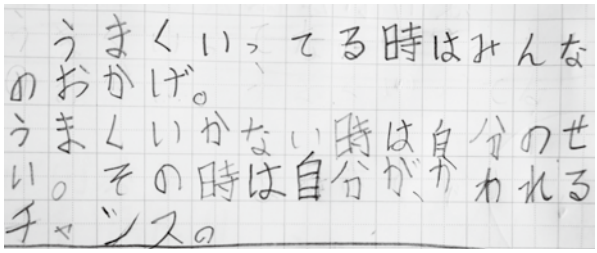
Column　「みんなのおかげ」ってどういうこと？

●3人称で感謝の気持ちを教える母親

小2のときの三井詠一朗君（現在3年生）が、4月末の全少県予選会直後に書いてきた空手ノートです。県予選会翌日、お母さんから感謝のメールが届き、私から以下のように返信しました。

「子どもが感謝の気持ちを持てるかどうかは親次第で決まります。お母さんの家庭での発言が、詠一朗君を大きく変えたのです。家庭で繰り返し聞く親の発言で子供は染まっていきます。よく、〝道場のおかげで詠一朗は変わった〟とおっしゃってくれますが、一番の要因は普段おうちで詠一朗君に話してくれている道場への感謝の言葉です。プラスの発言をしていれば子供はポジティブ思考になり、人の悪口や他人の所為（せい）にしていれば、そのままネガティブ思考な子になります。試合で負けたのはチームメイトの所為、朝遅刻したのはお母さんが起こしてくれなかったから、など。昨日の試合で負けてブツブツ文句を言うお母さんもいれば、自分の問題として次の糧にできる人もいます。結果がどうであれ、その結果を受け入れられるかは、その人の度量、心構え次第なのですね」

※詠一朗君はこのあとの8月の全少で、みごと準優勝しました。



▲小2に進級した三井詠一朗君が、その4月末の全少県予選会直後に書いてきた空手ノートがこの写真です。