

「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64回



お返しをしなくては！

★ミッション！ 試食コーナーをスルーせよ！

道場の近所のスーパーマーケットには、試食コーナーがあって、いつもしつこく勧めてくるおばさんがいます。そのおばさんをおかしながら歩くのはなかなか技術が要ります。私の行く手を阻むように突き出された小皿を、いったん受け取ってしまったら私の負けです。

カルビ肉を食べておいて、買わずにその場を立ち去るのはなかなか勇気が要ります。欲しくもないカルビ肉を1パック、カゴに入れてしまった、なんてことは皆さんも経験ありませんか？

これは、〈誰かから何かをしてもらったら、そのお返しをしないと申し訳ない〉とってしまう心理作用を巧みに利用しており、“返報性の法則”といわれています。私は、試食コーナーが“返報性の法則”を使ったスーパーの陰謀であることを百も承知なので、トラップに掛からないようスルーしています。

★お返しをしなくては！

他にもこんな例があります。バレンタインデーに男性はチョコをもらいますが（正しくは、もらえる人もいますが）、その一カ月後にはホワイトデーがあり、もらったチョコのお返しをする日と決まっています（日本限定ではありますが）。バレンタインデーに気になる女の子から本命のチョコをもらえるのなら良いのですが、そんな夢のような話は現実には皆無で、ほとんどが、職場のおばちゃんから不特定多数に同時支給される安価な義理チョコだったりします。

男性はホワイトデーの日が近づいてくると、300円相当のチョコのお返しのために、1,500円程度の

予算で、お返しを何にするか懸命に考えなくてはなりません。まさかお返しをしないわけにもいきませんし、お返しをしなかったら何と思われるか周りの目も気になります。ホワイトデーはまさに“返報性の法則”が効いています。お菓子業界は本当に巧妙なシステムを考えついたものです。

昭和の時代の話です。一介の平凡な新聞記者が、いつものように会社で仕事をしていると、突然デスクの電話が鳴り響きました。受話器を取ってみると、「誕生日おめでとう！」とガラガラ声。「どちら様ですか？」と尋ねたところ、時の総理大臣、田中角栄氏だったという逸話があります。当時の官僚の入省年次、家族構成をすべて暗記し、それぞれの奥さんの誕生日には、花を贈る気配りを見せ「人たらし」と呼ばれました。

田中角栄元総理にはこのような逸話が数えきれないくらいあります。本当に純粋に相手のことを想って花を贈ったのか、その見返りを計算していたのかは、今となっては真意は不明ですが、いずれにせよ、人の心をつかむ天才であったことには間違いありません。

★「やってもらえるかなあ、ありがとう」

2月初旬に月井新先生主催の合宿に参加させていただきました。「両側に半分ずつの人数になるように分かれてください」と指導者からの指示があったにもかかわらず、片方に大勢の子供たちが偏っていました。お手伝いをしていた私は、近くにいた何人かの子供たちに「向こう側に移動してもらえるかなあ。ありがとう！」とお願いしました。言われた子供たちは、フットワーク軽く、さっと反対側へ走っ

ていきました。その光景をご覧になっていたある先生が、「先生さすがです。子供たちが行動する前に先に『ありがとう』と言ってしまうなんて。確かに先に『ありがとう』なんて言われたら、やらないわけにはいかないですね。叱られて動くのと違って、子供たちも気持ちよく動けますね！ おもしろい言い方だと思って見ていました」とお褒めの言葉をいただきました。

行動する前に「ありがとう」と先に言って人を動かそうとしているわけですから、私の言い方は計算高い感じがし、とても褒められたものではありません。しかしながら、怒鳴られて動かされる子供たちのことを考えると、まだマシな方法なのかもしれません。私自身、気付かぬうちに“返報性の法則”を使っていたのです。

★いつもきれいに使っていただきましてありがとうございます

トイレの壁に、「いつもきれいに使っていただきましてありがとうございます！」と書かれた貼り紙があるのをよく見かけます。昔は、「汚すな！」「トイレはきれいに使いましょう」などと使用者が汚すことを前提として書かれていました。しかしながら、「いつもきれいに使っていただきましてありがとうございます！」と先にお礼を言われたら、〈いつもきれいに使ってくれてありがとう、と感謝されているのだから自分もきれいに使わなきゃ〉と、その感謝に見合う行動を取ろうとしますね。これも「ありがとう」を先に言っている“返報性の法則”を利用した例だといえます。

★行動する前に「ありがとう」

子供たちに、何かお願いするときに、命令口調で指示するのではなく、子供たちが行動する前に「ありがとう」「本当に助かるよ」とこちらから先にお礼を言ってしまえば、子供たちも期待とおりに振る舞おうとします。“返報性の法則”を利用しているので、子供たちは少々屈折した感情になってしまっていますが、怒鳴られて動かされるよりも前向きにその指示に従えます。

子供たちが自ら行動するのをじっと待って、その行動を評価してあげるのが教育的には理想ですが、練習会のように大勢の子どもたちがいて混雑とする中、1分1秒を争う緊急事態のときもあり、そんなときは怒鳴って強制的に従わせたくありません。でも、そんなことをしなくても、子供たちを迅速に動かす方法はあるのですね。

日頃、各道場で無意識のうちに使われているこれら指導テクニックが、どのような“構造・法則”で構築されているか科学的に解明されていくことで、指導者みんなで共有できる“技術・方法”体系を作っていくことができるかもしれませんね。

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



コロナの逆境を、空手界一丸となって乗り切ろう！ その3

■「指導アイデア」発表！

コロナ禍において、全国の先生方がどのように指導を工夫しておられるかアイデアを募集しました。すでに、稽古を再開し始めている道場も増えてきましたので、休館中の稽古方法に限らず、幅広くアイデアを紹介することにします。

①形のオンライン国際大会「JKFan Cup WEB1 CHALLENGE」(大会実行委員長：月井新)が5月中旬に開催。形の映像を送って、国際審判らがジャッジ。世界22か国、708名が参加。大好評につき第二回開催決定(アメリカ形チャンピオン・戸崎学司選手より)

②組手のオンライン国際大会「e-KUMITE CHALLENGE」が、スポーツデータ社により5月中旬に開催。対人ではなく、一人で組手技術を演武し、技術の完成度を競う(八千代市 神武会代表・廣畑満義先生より)

③スマホで自宅トレーニングできる「HOMECOURT」。ゲームのように得点を競い、子供に大ウケの無料アプリ(名古屋市 成人館 倉田達平君・川嶋真子さんの保護者様より)

④試合では観覧席での感染が危惧されるので、無観客試合を行う。主催者がYouTubeでライブ配信し、保護者は車の中でスマホ観戦(神奈川県 志空会代表・小林志光先生より)

⑤審査会を映像で行う。家庭で審査項目を撮影し、審査員に映像を送信。通常の審査会は一発勝負だが、自宅で納得いくまで撮り直しできるので、結果としてたくさん練習することになる(養正館・渡辺清美先生より)

全国の指導者のみなさん、指導・道場運営のアイデアを共有しましょう！ママさんからのアイデアも歓迎します！

◆JKFan編集部/養正館担当・中地宛 メール、FAX、お手紙等(156ページを参照)でお知らせください。