

アプローチを変えるだけで選手の能力を十二分に引き出すことができる 男女別指導法 第2弾 男の子への指導法

養正館館長 渡辺貴斗

静岡県沼津市の空手道場養正館は、全少に毎年多くの選手を輩出する強豪道場として知られる。館長の渡辺貴斗先生は、男女それぞれに指導法を変えることで、大きく選手の能力を飛躍させた。今回は男女の違いを理論的に紐解いた上で、女の子への指導法について語っていただいた。そこで第2弾の今回は、とかく母親には理解しがたいと思われる男の子への声掛けについてより深く語っていただいた。

男女の指導法についての違いを知る上で、男女の脳の違いについて考えることは重要だということを前号で述べました。一部の脳科学者は、脳梁の太さの違いが男性脳と女性脳の違いを生む原因であると考えています。

さて今回は、`男の子、について、女の子と比較しながら考えていきましょう。

戦いごっこ大好き

休憩中に走り回り、危ない遊びやプロレスごっこなどをするのは決まって男の子です。男の子は私の目が届かない（と思っている）、私から遠く離れたところで暴れています（しっかり私の視界には入っていますが）。一方女の子は、私の近くで2～3人のグループで座っておしゃべりをしたり、平和的な遊びをしています。男の子と女の子は明らかに違う生き物だ、と日々感じています。

男の子は胎児のときに羊水内で高濃度の男性ホルモン（テストステロン）を浴びることで、男子脳になることが分かっています。一般的に男子脳は、戦闘ごっこなどの`攻撃的、なものが好きで、一番になりたがる`競争心、を併せ持ちます。男の子は、「オレ、これできるよ」と誰かが言うと、「オレもできる」、「オレも!」と誰もが一番になりたがり競争が大好きです。この習性をうまく利用すれば、男の子への指導はうまくいきそうです。



男の子への指導の工夫

稽古中に、必ず2～3人は全力でやっていない子がいます。その子たちに「まじめにやれ!」と叱っても表情は暗くなるばかりで逆効果です。そんな時に、私は子供たちにショック療法として`競争、を取り入れています。同学年の5名ほどを並べて「よーい、ドン」で、例えば、形の回るところを一番速く動いたら優勝とします。

叱ったり嘆いたり罵声を浴びせることでは、やる気を引き出すことはできません。男の子の大好きな競争を組み込むと、やる気のなかった子たちが別人のように頑張ります。「今から競争やります」なんていうと、男の子たちはあまりの興奮に奇声を発するほどです。男の子にとっては、大好きな`ゲーム、をやっている感覚なのだと思います。「ファーストステージ・クリア」とか、「ゲームオーバー」などのゲーム用語を使うと顔を紅潮させて、饒舌にしゃべり出します。回数や時間の設定も一種の競争原理が使えます。たとえば、「これを、20回やって終わった人から休憩!」とか、「今から30秒、タイマーで測ります。何回できたかあとで教えてください」とか、「昨日来た人たちの最多記録は45回でした。昨日の記録を破れるかな?」などと前置きして競争させると、あれほど`死んだ魚のような目、をしていた男の子たちが、目の色を変えて競い合います。

男の子はみんなオタク

男の子は、特定のものを収集したり、何かを調べ尽くして暗記したり、ひとつのことに固執します。私が小学生のときの友人に、東海道線の全駅名を暗唱できたA君や、路上で見かける車の車種・年式・仕様など全て言い当てたB君などがいました。よく言えば、ひとつのものに集中して究める能力が高く（オタク的）、悪く言うところには一切興味を示しません。

たとえば、男の子は形の練習なんかには一切興味がありません。よって、注意を促しても集中力は1秒しか持ちません。そこで、まず怒鳴るのではなく、「形がうまくなりたい」と本気で思わせることが先決です。道場に形選手の前で演武してもらって「今の演武を見て、感想を言ってください」というと、「ビシビシ音が鳴ってカッコよかったです」、「ものすごいスピードでビックリしました」、「怖い顔でやっていて、声も大きかったです」などと男の子たちが興奮してしゃべります。その状態ですぐにみんなを立たせて「よし、じゃあ悔しいから俺たちもやるぞ!」と声を掛けると、なんと男の子のみなさん、すでに鏡をにらみつけて準備万端、戦闘態勢に入っています。そこで間髪入れず、ビシとした号令をかけると今まで見たこともない、表情、気迫、スピードで我々を驚かせてくれます。そのあとで必ず「君はさっきの先輩と同じくらいのスピードだったよ」、「君はさっきの先輩と同じくらいの気迫だったよ」などと

フィードバックまでしてあげると、大嫌いだっただんがだんだん好きになり、形に興味をもってくれるようになります。指示命令して強制してやらせるより、「自分からやりたい」という方向にもっていく方が、お互い精神衛生上にも良いですね。男の子はみんな「オタク」ですから、まず好きになってもらわないと興味を示してくれません。指導には順序があるのです。

男の子への説明は10秒以内で

男の子は女の子に比べて集中できる時間が短いの、男の子に長時間説明すると、みんな上の空です。ですから、一度に注意点ややり方等、全ての説明を先にしてしまうと失敗します。先の事まで、詳しく説明しても何も頭に残っていませんので。よって今すぐやってほしい説明をひとつだけに留めます。とにかくひとつ説明したら、まずやらせてみて、実際に体を使って動いてもらいます。そして、自分で気づかせることが大事で、「もっとうまくなりたい！どうやったらうまくなれるようになるか、早く先生の話聞きたい」とウズウズしている状態を保つことで、説明を食い入るように聞き、稽古に活気が生まれ、「やらされている感」が無くなり、積極的に稽古に取り組めるようになるのです。一度に全部説明して、できなかったら叱る。は、誰に問題があるのか分かりますよね。我々大人でも、一度に3つも4つも注意点を言われて、記憶しておく自信はありませんね。夜中に「朝まで生テレビ」という討論番組が放送されていますが、「Aさんに3つ、質問があります。ひとつ目は、……、ふたつ目は、……」などと質問しているパネリストがいますが、答える方も覚えていられませんか、視聴者も夜中の2時過ぎに3つも質問を覚えられません。

このように男の子は長い説明が聞けませんので、ビジュアルの説明などが有効です。そのときに、指導者にはいろいろな工夫が必要です。例えば形の順番を教えるとき、生徒に右回りさせたかったら、生徒の右側に立ってから見本を見せなくてはなりません。子どもは指導者を見ながら回からです。指導者が子どもの右側に立つと、あれほどできなかった右回りが、一発でできるようになります。「何でできないの？」と嘆く前に、指導者自らが「もっと工夫する余地があるのではないかと戒めることが、指導の改善へとつながりますね。できないのは子供の所為、と考えているうちは、子供の能力を引き出すことはできません。

でも、僕は勝ちました！

4月28日は、全少の静岡県予選会でした。養正館の小学4年女子には、小学2年生位から空手を始めた3人娘がいます。この日まで、3人はメダルを狙って猛練習してきました。しかし、彼女たちは修行年数が足りな

いため茶帯の手前の色帯で、幼稚園年少の頃から始めた他道場の黒帯のライバルたちにはまだ力及びません。私の予想通り、3人ともベスト8あたりで負けてしまったようです。閉会式の前に、廊下で肩を落として落ち込んでいる3人を見かけました。そこで「今年はベスト8まで来たのだからすごいじゃないか！このペースでいけば来年は確実にメダルに届くということだよ。3人で力を合わせて、来年はあの黒帯たちをやっつけよう！！」といったら3人とも急に笑顔になって、誰からともなく手を取り合って「うん、3人でやっつけよう！そうしよう！」とキャッキ言いながら観覧席に戻っていきました。このように女の子は仲間を大切に、仲間と協調して共感しながら力を発揮していきます。ここでの私の発言で意識したのは、「3人で力を合わせて、の部分です。このキーワードを入れれば「この3人は立ち直れる」と確信していたからです。全少は個人戦なので、バスケやサッカーみたいにチームでいっしょに戦うわけではないのに、「いっしょに、とか力を合わせて、の魔法の言葉で女の子は互いに勇気をもらって持ち直せるのです。

一方、男の子は個人の勝利を第一に考えていますので、「仲間と一緒に頑張ろう」という声掛けではあまり反応しません。とにかく、本人が勝利をつかめなければ満足できないのです。例えば、小学生組手団体戦で、惜しくも準優勝で負けてしまった時、「残念だったな」とチームに声を掛けると、「でも僕は全試合で勝ちました！」なんて言う男の子が必ずいます。そのあとすかさず、もう一人が「僕も負けたのは最後の試合だけです」なんて我慢合戦が始まります。「チームは負けたかもしれないけど、僕自身は負けていません。勝ちました！」ということなのでしょう。黙ってしまった3人目の仲間のことはあまり考えていません。男の子はチームの勝利と言うより、個人の成績や個人の勝敗を強く意識しています。仲間の気持ちを優先して考える、女の子から、今までこういった発言を聞いたことがありません。



男の子は成果主義

しかしながら、もし男の子がこのような「でも、僕だけは勝ちました！」発言をしても叱らないであげてください。男の子というのはそういう生き物なのです。そう

いった男の子の習性を理解した上で、まずその活躍を認め、その上でチームワークについての大切さを教えてあげたいと思います。男の子は、`自分は何点取れた、と成果主義ですが、女の子はいかに自分が`チームに貢献、できたか、そして、`仲間、のことを常に気にしています。女の子は`チームの勝利、と`仲間、がほぼ同価値で、男の子は`チームの勝利、と`自分の活躍、がほぼ同価値なのです。いや、正確には、男の子は`チームの勝利≦自分の活躍、かもしれません。男の子は力を誇示する習性があり、周囲からそのような力があることを認めてもらいたい、もしくは認めさせたいと考えています。これは古代から、男性は狩猟を担当し、外で狩りをし、他の部族との戦^{いくさ}もあり、常に`勝ち負け、や`自分が生き残ること、が彼らにおける価値観のすべてであったことから、現代まで脈々とその勝利至上主義の遺伝子が保存されていると考えられます。

一方、女性は、男性が狩りに行っている間、仲間の女性たちと一緒に子育てをし、作物を栽培したり、果物を収穫していましたので、仲間とうまく協調できなくては生きていけません。常に仲間同士の表情を伺い、赤ちゃんや子供たちの変化を表情や仕草から感じ取り素早く察知することで、お隣との付き合いを良好に保ち、子供の命を守ってきました。女性は昔でも今でも井戸端会議が大好きですね。今風に言うとお茶会、とか`女子会、とか`ランチ会、になるのでしょうか？ 女の子はこのように、自分だけが勝利するというよりは、チームの勝利や、いかに仲間とうまくやっていけるかを最大の関心事としています。

3月のある全国レベルの大会で、組手個人戦はすぐに敗退したのに、男女混合の組手団体戦（先鋒が勝てば次の選手と戦う）で、先鋒の小6女子のHさんが、強豪道場の男子相手に一歩も引かず、一人で勝ち進んでいき、その後もHさんの活躍で、チームは優勝しました。彼女の戦う姿を見て「あいつ、個人戦と明らかに戦い方が違う。団体戦になったら積極的に攻めている」と島袋組手コーチがつぶやいていたのを覚えています。女の子は仲間のために、自ら変身することができるのです。

男の子の七不思議

先ほどの、県予選会で3人の女の子と話をしていた場面に戻ります。彼女らに声掛けをしている間、隣ですっと「先生、先生!!」と私の袖を引っ張って話しかけてきた子がいました。それは、典型的男子脳を持つ養正館のK君です。まず、男の子は話の順番が待てず、「ちょっと待ってて」といってもお構いなしです。話を中断して「何?」と聞いたら、「ほら先生、見て見て!」と自分の耳を指さしてきました。指の先には耳の穴に突っ込まれたビー玉がありました。「ハイハイ、すごいね」と言ってすぐに3人の女の子との会話に戻りましたが、口の中、

鼻の穴、耳の穴、おへそ、といろんな穴にどんぐり、10円玉など何でもつめるのが男の子です。男の子の七不思議のひとつです。他にも、ポケットの中はいつも砂だらけ、水たまりがあると必ず入る、高いところから飛び降りる、他の子の拳サポをバッグに入れてしまう、帰りに他の子のサンダルをはいて帰ってしまう（サイズが全然違うのに気づかない）、などなど。

周りが見えず、自分中心に世の中が回っていて、相手がどんな状況か、相手がどんな気持ちでいるのか、今話し掛けていいのか、といった判断をする前に（もしくは初めからそんな気は無く）、気付いたら話し掛けているのが男の子です。相手の表情を読み取って、それから話す話題を考える女の子と違って、男の子はひとまず自分のことが最優先ですので、周りの空気も読まず話し掛けてしまうのです。

初級の部で、「返事、あいさつ、姿勢、お手伝い、あとひとつは何ですか?」と質問するとみんなが「ハイ!」、「ハイ!」と手を挙げる中で、「靴ならべ」と声を出して答えを言うってしまうのも皆、男の子です。「道場では、先生に指された人だけが答えられるルールになっているんだけど知らなかった?」とその男の子に嫌味を言っても「え!? 知ってますけど」とケロっとした調子で答えます。そんなときは、もう叱る気も起こらなくなり、私もみんなも笑ってしまいます。道場の雰囲気をもっと楽しくしてくれるのは、そんな愛すべき`男の子、たちなのです。

最後に

2号に渡って男女の違いについて説明させていただきました。男の子と女の子の指導において、指導法や声掛けを適宜選んで使い分けることがいかに重要かご理解いただけたかと思います。今まで、お母さんにとっての息子さんは、他の星からやってきたエイリアンのように訳の分からない生き物として認識されていたと思います。しかしながら、男の子の習性を理解すれば、実は男の子はワザとお母さんをイラつかせているのではなく、ただまじめに生きている、自由奔放な可愛い生き物なのです。ムカつくどころか、いとおしくなってきますね。お母さんにとって理解できないこのような行動も、彼らにはきちんと意味があるのです。

周りの大人（保護者や指導者）が、少しでも男女の違いを知るよう努力していれば、叱ることも、イライラすることも半減することでしょう。



渡辺貴斗（わたなべ たかと）

養正館館長

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、全国でも有数の強豪道場へ育て上げる。全少の入賞者数も6年連続全国最多で、特に幼児～小学生の指導に定評がある。 静岡県沼津市本田町 11-12