

特別企画・番外編

養正館流

きょうだい別育成法

番外編(下の子の方が試合成績が良い?)



養正館館長
渡辺貴斗

2023年 11月号・12月号で、2人きょうだい、3人きょうだい、一人っ子の3つの代表的な組み合わせにつき、特徴を解説しました。特徴があるということは、長子向けの対処法、末子向けの指導法など講じることができるはずだ、という主旨の内容でした。

「お母さん、きょうだい間の試合成績格差に悩んでいませんか？」

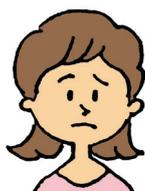
上の子が成績が良い場合は大きな問題にはなりません、下の子が成績が良いときは、どう上の子と接してよいか困ってしまいますね。お母さん、上の子のときは右も左も分からず、試合で勝てるよういろいろ試行錯誤しました。「もっと早めに入門しておけば良かった」という反省のもと、下の子のときは幼少から入門し、試合に勝つノウハウも上の子のときに熟知していますので、下の子のときはムダなく最少の努力で、最短コースで試合で結果が出せるようになっています。よって、一般に、下の子の方が成績が出やすい傾向にあります。

実際に養正館であった、あるお母さんと私とのやりとりを例にあげ、きょうだいの試合成績に違いがある場合につき、考えていきたいと思います。

『兄と弟をもつお母さん』

※兄(小4) 組手強化選手、弟(小1) 形強化選手

※私(渡辺) が弟を組手強化選手に推薦したところ、しばらくしてお母さんから以下の返答があった



お返事が大変遅れて申し訳ありません。実は、兄のことで悩んでいて、弟の組手強化選手のご推薦に、すぐにお返事できずにいました。

最近、弟だけが高成績を出すので、兄は自己肯定感が下がってしまっています。

2か月前の大会でも、弟が組手・形の両方金メダルをいただくなか、兄は一回も勝てずに…。

私は仕事で大会に行けなかったのですが、主人の送ってきた写真に胸が痛くなりました。

大会直後は本人の口から、「空手もう辞めたい…」という言葉が出ました。

主人は兄のメンタルを強くするためにも、弟よりもどちらかというと、兄に空手を続けて欲しいと思っています。

兄が上級生になったら少しずつ「本人の意思

や希望を聞かねば」と思いつつ、しかしながら、この道場の素晴らしさを実感していて辞めさせることは考えておらず、それなら「大会には出なくて良いから黒帯まで頑張ろう」と伝えようと思っておりました(まだ伝えていません)。

でも、本人が空手を好きなのも分かっています。

今は試合が終わって少し時間が経ち、兄から「空手を辞めたい」という言葉は、また出なくなりました。

心を強くして欲しく、「自分是可以る」と自信をつけてもらいたい親心の反面、弟がどんどんと強くなっていくなかで、逆にもっと自分に自信をなくしてしまうのではないかと、母としては心配になってしまい悩んでおります。

主人としては、それも含めて、兄には他人と比べない強さと、あきらめずに続ける強さを学んでいって欲しい、と願っております。

こういう場合の兄へのフォロー、言葉がけ、対応などありましたらどうぞご教授くださいませ。

お手隙な時がありましたらで構いません。

どうぞよろしくお願い致します。



ご主人のおっしゃる通りの方針で、よろしいかと思えます。

他人と比べない、もっと言えば、兄弟で比べないということです。

他人と比べることは、何のプラスの効果も生み出しません。

しかしながら、同一人物の比較ならば、ある程度はOKです。

例えば、「昨日のお兄ちゃんと今日のお兄ちゃんでは、ここができなくなっているよ」と言われても、本人は嫌な気持ちがせず、素直に修正することができます。

しかしながら、「弟はできているけど、お兄ちゃんはできていないね」などといった声かけは、マイナスの影響しかありません。

そのような声かけをしないように気をつけていても、常に頭の中で弟と比較していると、お母さんの表情や、言動の端々にそれらが表れます。

心の底から、「兄弟を比較しない！」と決めることが大事ですね。

今後の対応ですが、こちらから何も声をかける必要はございません。

心を強くするために、とのことですが、逆境を乗り越えるのは成長していくためには大事な過程です。

「弟に負けたくない」という悔しい気持ちがあるなら、自分で何とか乗り越えていくことでしょう。

その過程で、心が折れそうになり、「空手を辞めたい」などと弱音を吐くことも当然あるでしょう。

そのプロセスは、彼が成長する上で欠かせない経験となります。

親心として何とか苦しみを取り除いてあげたいと思うものですが、こちらから苦しみを取り除いてあげると、次からは親に頼るようになります。

自分で決められず、何でも親の決断を待つようになります。

将来、「他の分野で頑張りたい」という気持ちが芽生えてきたら、空手の比重を下げ、そちらの方面で才能を伸ばしていけば良いと思います。

その選択も本人に決めさせます。

もしかしたら、「強化選手や試合は辞めるけど、空手は続けて黒帯は必ず取る」と言ってくるかもしれませんが。

または、「空手は完全に辞めて、新しいことにチャレンジしたい」と言ってくるかもしれません。

もしくは、「弟には負けない！絶対に世界チャンピオンになってやる！」と言い出すかもしれません。

これらは、親が決めたり、親の思惑通りに誘導するのは避けた方が良いでしょう。

お兄ちゃんから「お母さんと話がある」と言ってきたら、そのときは相談に乗ってあげてください。

そのときに、いろいろアドバイスしたくなりますが、話が終わるまで黙って聞いてあげてください。

お母さんのアドバイスが聞きたいのではなく、自分で答えは出ていて、話をしながら自分の頭の中を整理し、最後に大好きなお母さんに背中を押してもらいたい、肯定してもらいたい、応援してもらいたいだけなのです。

親の思い通りに誘導すると、後でうまくいかなかったとき親のせいにし、周りの人に責任転嫁する大人になってしまいます。

兄の気持ちを優先して弟に「やりたいことを禁止し、我慢させた」といったことが、後になって兄にわかると、それもまた、「不器用な自分のために家族のみんなに迷惑をかけた」と、兄の心の傷となるでしょう。

これからの人生、挫折や苦しみもありますが、それは成長の過程で乗り越えていかななくてはならないことで、それを親が取り除いてあげると、



次からは親からの助けを求める指示待ち人間になってしまうのです。

よって、放っておけばよいのですね。

ネグレクトみたいな意味ではなく、愛情たっぷりに遠くから見ていただけで良いのです。

しばらくすると、自分で何とかして問題解決し、次の1歩を力強く歩み始めます。

近い将来、兄弟で進学する大学も違ってくるでしょう。

どちらかが有名大学に行き、どちらかが行けなかった場合はどう声をかけたら良いか、なども、親が心配することではないのです。

『できていないことは見ないようにしてスルーする（自分で気づいて、自分で何とかする）』

『頑張ったり、努力しているときは応援する（面倒に思わず、その都度前向きな声掛けをする）』体験入門初日にお話しした内容です。

大人になっておうちを巣立つまで、これを淡々と続けていただければ大丈夫です。

何が起きても右往左往せず、親が“で～ん”と構えていれば、子供は安心して自身の問題に集中して取り組むことができ、自らの力で乗り越え、「自分はできる」と自信をつけて自立していきます。

解決策を本人に選択させると、お母さんから見てその結果は、50%失敗したように見えますが、本人は自分で決めたことなので、「50%成功した！」とプラスにとらえることができていることでしょう。

「次は100%の成功を目指すぞ！」と前向きにしかも笑顔で、自ら次の行動に移していることでしょう。



先生、すぐにお返事本当にありがとうございました！！

私の心があちら、こちらと揺れ動く中で…「ガンッ！」と中心の軸を入れていただいたような衝撃を受けました。

ました。

目の前の息子（兄）に情で動かされ、辛いのではないかと、可哀そう、という目で見ていることに気づきました。

息子が自信をなくしてしまう不安を、私自身が引き寄せていたのです。

目の前の本人の苦しみに短期的に左右されずに、もっともっと長期的な目と、何よりも「必ず乗り越えられるから本人に任せよう」という淡々とした心で、息子を信じて見守ること、絶対大丈夫という軸を、今、先生にしっかり入れていただきました。

他人に責任転嫁したり、親の指示を待つ子供には決してなってもらいたくないので。

でもこうやって、「本人が辛いのでは」という見方や情で親が動くことで、そういう環境を作り上げてしまっていることも痛感しました。

しかしながら、とてつもなく顕著に兄弟間の違いが試合結果に現れ、頭の中では、やはり比較してしまい、能力の差を見ていました。

それによって、「可哀想に」という心持ちを持って、息子に接していました。

そのような情を見せまいとしても、私の表情や振る舞いの端々に出てしまいますし、その本心を見抜いているということなのですね。

本人にとっては、決して可哀想ではなく、それは私が勝手に決めていることなのですね。

比較するにしても「弟と兄」ではなく、兄の「昨日と今」の成長を見てあげるようにして、今後も子供たちと歩み続けていきます。

また、先生がお教えくださったように、弟の力も、もっともっと発揮していけるサポートも意識してまいります。

これまでも全力でサポートしてきたつもりでしたが…。

でも、先生のお言葉で気付きましたが、兄を優先してしまっていたのは確かです。

それゆえに、気づかず弟に我慢させてしまう行動をとっていたのではないかとのご指摘に、胸が「ギクッ！」となりましたので、本当にそうだったのだと思います。

二人は別人格であり、弟は弟で、やりたいように好きなだけやらせてあげたいと思います。

弟は兄と切り離して考えるようにいたします。心がとっつてもしっかりとというか、スッキリというか、まっすぐに戻していただきました！

先生のお言葉をお聞きでき、とっても助かりました！

先生、本当にありがとうございました！！

二人きょうだいの上の子

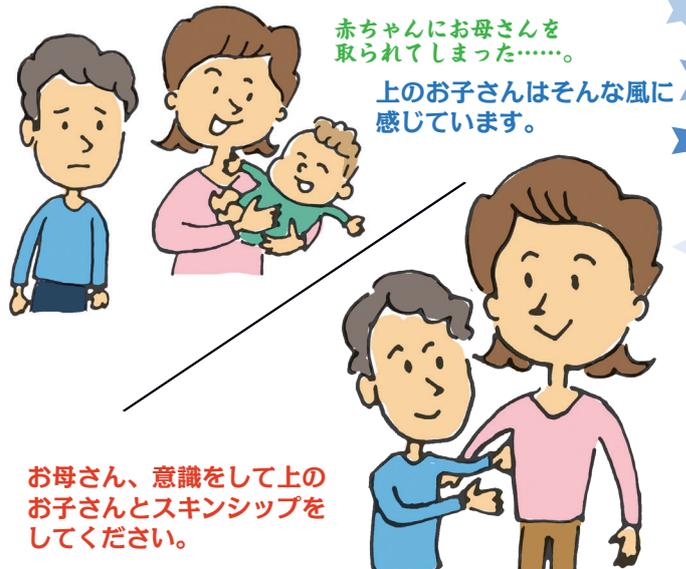
以上がそのお母さんと私のメールのやり取りです。私からの提案を素直に受け入れてくださり、感謝いたします。

日本における世帯別きょうだいの割合は、2人きょうだいが最も多く50%を超えます（他に、一人っ子が約20%、3人きょうだいが20%弱、その他が約10%）。2人きょうだいの上の子は、生まれた時から両親、祖父母の注目を独占し、我が家の王様・女王様です。大人から愛されて注目されますが、一方、過干渉からストレスを抱えます。お母さんは初めての子育てですので、失敗したくないと完璧を目指し、いろいろ口を出したくなります。先回りをして、困らないように、失敗しないようにお節介を焼いてしまいます。その結果、上の子はいつもお母さんの顔色を伺うようになります。怒られないように、落胆させないように、先回りしてトラブルを回避します。余計なことをすると叱られるので、言われたことだけをやる指示待ち人間となります。学校での競争、習い事での試合など、「絶対に俺が勝つ」と言う闘争心も希薄となります。

二人きょうだいの下の子

それに対して下の子は、2人目ということでお母さんの子育てもリラックスしたものとなります。放任の子育てと言いましょか、お母さんからのプレッシャーを感じることもなく、のびのびと育ちます。「やりたくない」と平気で口答えしたり、お母さんに甘えるのも上手です。明らかに上の子とは違いますね。

よって、お母さんは自由奔放な下の子の世話で手一杯ですが、しっかりしている上の子にこそ、助けの手を伸ばさなくてははいけません。上の子は、「お姉ちゃんなんだから、自分でやりなさい」、「弟の世話も手伝ってよ!」などと日常的に期待されることで、「お母さんは弟のことばかりで、きっとボクのことを嫌いなんだ」、「お姉ちゃんなんだから、お母さんには甘えてはいけないんだ!」と思っています。いつも無理して良い子を演じている上の子は、いつかため込んで爆発してしまうことでしょう。



上の子にもっと注目して

常にお母さんからの愛情に飢えている上の子には、お母さんと上の子の二人だけの秘密の時間を作ったり、「大好きだよ」のように、いつも頑張っている上の子に、あえて声を掛けてあげることが大切です。下の子が生まれたときに、上の子が赤ちゃん返りしたことと思いますが、「妹にお母さんを取られてしまった」、「もっとボクのことを見て」と訴えているからですね。それでワザとお母さんを困らせる事をやるのですね。

最近、上の子としっかり話をしていない、大丈夫だと思って見逃していた、あまり注目していなかった、ということはありませんか？もしそうならば、今からでも十分間に合いますので、お兄ちゃん、お姉ちゃんへの過度な期待は控え、意識してスキンシップや注目してあげる時間を増やしていきましょう。

※ 118ページ、渡辺先生の連載「道場経営の成功法則」もご覧ください。

PROFILE

■渡辺貴斗 TAKATO WATANABE

1968年4月20日生まれ。7歳から研修会副会長・渡辺貞雄（父）に師事。2001年父の町道場を継ぎ、2006年コーチングを導入した指導法に切り替えると、2010年に全少優勝者を早々に輩出。その後、2014年7名、2015年7名、2017年9名など、1道場からの全国最多入賞数を少なくとも8年連続で記録する。1道場に380名の道場生が在籍し、道場経営でも全国一を誇る。100回以上続いた連載「ZENSHOに行こう」で、空手キッズの指導にコーチング理論を導入し体系付けた空手界の第一人者。東京大学大学院博士号を持つ異色の指導者でもある。2024年1月号より、新連載「道場経営の成功法則」が再スタートし、現在も連載継続中（第16回）。

空手道場 養正館／静岡県沼津市本町 11-12

