

## 試合に挑戦する道場生の保護者の方へのお願い

お子さんが試合に出る時、「勝たせてあげたい」「良い結果にしてあげたい」という気持ちを持つのは親として当然です。しかし私たち教育者（指導者、親など）の最大の目標は良い試合結果ではなく、試合を通して「自らの力で人生を切り拓く力を身に付ける」自立のサポートをすることです。

「自立支援」と「叱る」「やらせる」は正反対の行為になります。「自立支援」は子供が自ら考え行動出来るように子供の思考を引き出し、行動をサポートする事。「叱る」「やらせる」は子供の考えを無視して親の考えに従わせる事です。いつまでも親が子供のやる事を決めてあげる事は出来ません。「子供に『目標に向う為に考え、行動する癖』が付くような接し方」を常に念頭に置いた声掛け、行動をお願い致します。

### 《大会に向けての関わり》

はじめに、子供が試合に挑戦して勝つのも負けるのも子供自身の問題です。「子供を勝たせるために練習させよう」というのは親の欲求を満たしたいだけです。子供を勝たせることや子供を強くさせることは、親の役目ではありません。親や大人たちはあくまで本人が勝つためにサポートする立場であって、親の気持ちを押し付けては子供の自立を阻害することに繋がります。

もちろんやれば良くなると分かっている事でも、「負ける」という結果を引き受けるのは本人なのです。「勝つ経験」と同じくらい「負ける経験」も大切です。大人が口を出してやらせても負けた原因や責任の所在を曖昧にして言い訳を作らせるだけです。『こんな練習では負けるだろうな〜』と思っても、口を出すのをグッと堪えて見守ってあげてください。（「やれば勝てるのに」といった声掛けも『俺はやらなかったから勝てなかっただけで本気を出せば…』という可能性を残すために「やらない」という選択肢を与える声掛けです）

「じゃあ親は見ているだけで何も出来ないの？」と言われれば、そういう訳ではありません。「今度の大会までに何か私が手伝える事はある？」と子供に協力出来る事がないか聞いてみたり、どうしても何かやりたければ「あなたが強くなる為の手伝いをさせて欲しいんだけどイイ？」と聞いてみてOKが出れば「じゃあ一緒に強くなる為にどうすれば良いか考えてみよう♪あなたはどうするのが良いと思う？」など手伝えることを子供本人に考えてもらってください。（もちろんOKが出なければ、その日は諦めて下さい。）「じゃあミット持って欲しい」などの答えが出るかもしれません。もし「特にない」「分からない」という答えなら「先生に聞いてみる？」や「じゃあ次回までに一緒に考えてみようか」と言って次の稽古までの時間を使うのも良いと思います。応用は無限ですので『子供の自立支援になる言葉はどんな言葉だろう？』をベースに考えてみてください。

稽古の後に「もっと頑張らなきゃ」「あの稽古で大丈夫なの？」という（親の基準で）声掛けをするのは絶対にやめて下さい。稽古をするだけでも十分頑張っていますし、全てを出し切るのは大人でも難しい事です。

「頑張る」基準は人それぞれ、日によっても変わります。本人なりにやってる所に「もっと頑張る」は「あなたは頑張っていない」と言っている事と同じです。「頑張ってたね」「頑張ってるね〜」など肯定的な言葉がけをしてあげてください。たとえ出し切っていないなくても、それは本人が一番自覚しています。「頑張ったね」と声掛けすることで「本当はもっと頑張れたけど…」と思うくらいが次の伸びに繋がります。「もっと頑張る」は「自分なりに頑張ってるもん…」という反発心を生んでしまい、やらない事で反抗しようとし、そして「なんでやらないの!？」→「絶対全力なんか出してやらない！（親に屈したくない）」と負のループに入ります。

### 《大会を終えてからの関わり》

結果が1回戦負けでも絶対に怒らないで下さい。また試合に勝っても褒めるのはやめて下さい。以前の通信にも書きましたが、「努力しても結果が失敗ならダメ」という認識は今後の人生で大きなマイナスになります。地方の大会に行くと試合に負けた子供に対して「何をやっとなんだアホが！負けやがって」と信じられないような罵声を子供に浴びせたり、叩いている親や指導者を見かける事があります。こうなると子供は「勝たなくては価値がない」「結果が出ない＝価値がない」「怒られないためにやる」という強迫観念で、自分なりに努力して成長していても、そのことに価値は一切感じなくなります。こういった指導者や親の元にいる選手は一時的に強くなりますが、才能のある選手でもほとんど数年で辞めてしまいます。子供にとっては「怒られないためにつらい稽古に耐えなくてはいけない＝辞められれば怒られないし稽古もしなくていいから楽になる」となってしまう。辞める理由を必死に探す子供になってしまいます。これでは将来、何かを目指す時に大きな壁にぶつかった時に努力して乗り越える充実感も、努力して少しずつ達成に近づいている実感を得る楽しさも分からない子供になってしまいます。こうなると「失敗しそうなことは挑戦しない」人間になってしまい、困難から逃げるばかりで自分の可能性をドンドン小さくしてしまいます。

また逆も同じで「〇位なんて凄〜い!」「うちの子、優勝したんですよ!」と褒めると「結果＝評価される価値がある」「結果が出ない＝価値がない」「褒められる為にやる」となってしまう、結果が出ているうちは良いのですが、結果が出なくなると「同じ事に挑戦しても褒めて貰えない（挑戦には価値がない）」「しんどい思いをして評価されない可能性が高いならやりたくない」「はじめから挑戦しなければそんな思いをしなくて済

む」と、途端に挑戦しなくなります。そして結果的に怒った時と同様に「どうせ自分は皆から褒められる存在になれないなら辞めたい」「失敗しそうなことは挑戦しない」といった人間になってしまいます。

ちなみに普段から何に対しても怒られたり褒められたりしている子供はテストの結果が悪いと親に見せない努力をする傾向があるので、そういった経験がある保護者の方は普段の声掛けから気を付けてみて下さい。

負けた時に「審判が悪かったから勝てなかった」などという慰めは絶対にしないで下さい。言い訳を与えたり、負けた原因を外的要因のせいにする習慣を与えてしまい『本当は勝っていた』『自分の実力は本当はもっと上だ』といった勘違いや慢心を招き、挑戦や成長を止めることとなります。

たとえ大会で負けても勝っても、挑戦した子供は接し方さえ間違わなければ絶対に強く成長します。『経験を自立支援に活かす為にはどんな声を掛けるのか』を考えて声掛けして下さい。

具体例として、(負けた時も勝った時も)子供の表情を見て会話をして下さい。「嬉しそうだね」や「勝ったのに浮かない顔だね」といった共感や「試合をしてみてどうだった?」と感じたことを言葉に出してもらい聞き役になる事で本人が頭の中を整理する手助けをする、そして子供の言葉を聞き、「何か試合を通して学んだことはある?」と自分で見付けた具体的な事を言葉にしてもらう。そして「今回の試合で良かった所は?」「自分のどんな所が良かった?」など出来ていた所を子供本人に、見付け言葉にしてもらう。さらに「なぜそれが出来たんだと思う?」と、これまで自分が積み重ねて来た事や、今回工夫した所に気付いてもらうようにして下さい。

実は出来なかった所を見付ける事は子供でも出来る簡単な事なので聞く必要はありません。しかし日本人は自分を卑下する習慣があるので、特に負けた時は良い所に目を向ける事が難しく、出来なかった事で頭が一杯になってしまうので、言葉で自分の良い所に気付けるように意識を変えてあげて下さい。そして最後に「これからどうしていきたいか決まったかな?」と聞いてみて答えが出なくても良いので「私たちは、あなたの頑張りをサポートしてあげる準備は出来ています」という事を伝えてあげて下さい。

ヨーロッパのスポーツ界では昔から『与えられた答えは10%も残らない』と言われています。自分で考え導き出した答えだから意味があるのです。子供から引き出す為に【傾聴】というテクニックを磨きましょう。

《上記のように質問をして子供の思考整理や自己目標の設定の手助けをする時の傾聴のポイント》

- ・子供の正面で話を聞かない(威圧感を与えないよう90°くらいに位置するか、少しズレて話を聞く)
- ・子供が話している間は相槌や復唱のみ「うん、うん」「そうか〜」「〇〇って思ったんだね(〇〇は子供の言葉)等
- ・アドバイスはしない
- ・「〇〇なんじゃない?」等こちらで答えを言わない(言葉がまとまらないからと察して答えを出さない)
- ・「でも…」「そんな事ないよ」「私も〜だと思う」「それならマシだよ」など自分が基準となる言葉は使わない。

もし試合に負けて悔しがっていたら、子供がやる気を出して強くなれる大チャンスです。悔しいという気持ちは次の成長の一番大きなバネになります。もし試合後に悔し泣きをしていて掛ける言葉が見付からない時は「良く頑張ったね!また次頑張れば良いよ。サポートならいくらでもしてあげられるからね」といった言葉だけで十分です。それ以上は一切必要ありません。傾聴は落ち着いてからにしましょう。

最後に、大会に出場した子供の成長を本当に願うのであれば、**たとえ1回戦で負けたとしても絶対に帰らずに表彰式まで見せてあげて下さい。**自分の試合が終わったなら出場している仲間の全試合の応援が出来ます。もし仲間が負けたとしても長谷川道場の道場生が出ていたら応援してあげられます。(応援する経験は「どうすれば勝てるのか」を客観的に見る最高の練習です。また、そうすることで仲間との絆が深まり、次に自分が勝ち上がった時に応援してもらえ環境も出来上がります。そして応援した仲間の活躍は嬉しさとライバル心を芽生えさせる最高のスパイスです。)

また自分が負けた選手の試合を見る事はとても大切な経験になります。そして自分の出場したクラスの優勝者を見る事は最も効率の良い勉強です。(もし本人に見る意思がない場合は「〇〇が負けた選手の試合がもうすぐあるって。一緒に見てみよう」や「決勝戦だって♪同じクラスで一番強い子の試合一緒に見てみようよ」といった声掛けで一緒に見てあげて下さい)

こうして仲間の活躍や入賞、優勝して輝いている選手を見る事、そして表彰式でメダルや賞状を貰った仲間をお祝いする事、お祝いされている姿を見る事で、憧れや悔しさが大きくなります。この感情が最も大切なこれからの成長を支えてくれる大切な要素なので大会に出場するのであれば、たとえ1回戦で負けたとしても帰ったり、仲間の試合中に食事で席を外したりするような事が無いようにお願い致します。

## 大会に於いてのマナー

(当然ですが、下記の内容は付き添いのお子さんにも同様に守ってもらって下さい。「まだ小さいから…」というのは子供のこれからも良くないので、絶対にやめてください)

### ① 参加するにあたって

- ・利用する交通機関の確認。会場周辺への路上駐車などの迷惑行為が無いよう事前に調べて下さい。
- ・申込書をよく確認し、申込み期限を必ず守って下さい。子供に「提出期限を過ぎて提出した」という経験をさせないで下さい。
- ・体重別の軽量クラスに出場する場合は、体重オーバーには細心の注意を払ってください。(成長期で体重が増えてオーバーする可能性がある場合は重量級にエントリーして下さい。) 子供に始めから決まっているルールを破るような経験を絶対にさせないようにお願い致します。

### ② 開会式、閉会式において

- ・国旗掲揚や降納がある場合は起立の上、必ず脱帽し国旗・連盟旗の方を向いて下さい。
- ・開会太鼓や閉会太鼓、来賓のあいさつ中などは私語を慎んでください。

### ③ 試合が開始されたら

- ・必ず試合番号を確認し、自分の試合の3試合前には自分のコーナーで待機しておいて下さい。
- ・応援する選手のコーナー側で応援してください。(赤コーナー側で白コーナーの選手の応援はマナー違反)
- ・相手選手への罵声、審判へのクレームなどは一切禁止。(場合によっては選手の失格もあります)
- ・フラッシュ撮影の禁止(選手の視界に入ると危険)
- ・たとえ1回戦で負けたとしても表彰式が終わるまでは絶対に帰らない。
- ・自分の試合が無い時は仲間の応援を必ずさせて下さい。
- ・三脚を使用しての撮影禁止(稀に小さな大会で黙認される事もありますが、運営側に迷惑が掛かります)
- ・副審の近く、試合場のラインの上など試合の進行に関わる場所に立たないで下さい。
- ・舞台での試合の場合は、舞台の上に手を置かないで下さい。
- ・会場内で飲食出来る場所を必ず確認してください。
- ・会場場内の出入りの時の靴、会場のトイレでスリッパを使用した時は必ず揃えてください。
- ・基本的にゴミは全て持ち帰って下さい。(何処の大会に行ってもゴミの放置やゴミ箱が溢れ返っているのに更にゴミを置く等のマナー違反が見られます)
- ・試合場内やメイン通路でのレジャーシートなどを広げた場所取りの禁止。
- ・ウォーミングアップの際は通路や試合場内でのミット使用は禁止。

**例えどんな事があっても対戦相手、審判、スタッフなどには最高の敬意を払って行動をして下さい。**

- ・まず対戦相手を含め、試合に出場してくれている選手たちが居るから自分たちが大会に挑戦させて貰えているという事。
- ・休日に自腹で交通費を払ってボランティアで全国各地から集まってきている審判員が居て初めて大会が成り立っている事。(もちろん人によって少し基準が違い納得できない事あるかもしれませんが、絶対に審判員に対してクレームを出したり、試合後に子供達に「審判の批判」を聞かせないで下さい。)
- ・スタッフに関しても、どの大会でも道場生や保護者のボランティアで大会が成り立っているということ。

大会によってはスタッフが初めての方も沢山居るためミスなども起こりますが、大会に出場する場合は、上記の事を踏まえて、すべてに於いて感謝の気持ちを忘れずに対応して頂きますようお願い致します。敬意を欠く行為・行動があった場合は大会への出場は禁止させていただきます。

どうしても納得出来ない運営や判定に関してのクレームなどがある場合は、対戦相手や審判、大会スタッフに対して言うのではなく、懇々と言うようお願い致します。