

試合に挑戦する道場生の保護者の方へのお願い

当道場では、大会出場の最大の目的は大会結果ではなく「(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」としています。

子供が『目標に向う為に考え、行動するクセ』が付くよう「子供が自ら考え行動できるように子供自身の思考を引き出し、行動をサポートする事を念頭に置いた声掛け」をお願い致します。

《大会に向けての関わりについて》

はじめに「試合の主役は子供」です。そして「勝つ経験」と同じくらい「負ける経験」も大切です。子供を勝たせることは親の役目ではありません。あくまでサポートに徹してあげてください。

「じゃあ親は見ていてだけで何も出来ないの?」という訳ではありません。「今度の大会までに何か手伝える事はある?」と聞いてみたり、どうしても何かやりたい時は「あなたが強くなる為のサポートをさせて欲しいんだけど何かできることはない?」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♪」など、子供自身に考えてもらって下さい。もし「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『子供が自ら思考する自立支援になる言葉掛けはどんな言葉だろう?』をベースに考えてみて下さい。

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。本人なりにやってる所に「もっと頑張らなきゃ」「あの稽古で大丈夫なの?」は「あなたは頑張っていない」と子供の努力を否定しているのと同じです。「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下さい。たとえ出し切っていないとしても、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、本人が「本当はもっと頑張れたけど...」と思うくらいが次回の伸びに繋がります。ダメ出しは「自分なりに頑張ってるのに...」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するパターンもしばしば見られました...。そうすると「なんでやらないの!?!」→「絶対全力なんか出したいくない!(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方について》

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結果を褒めないで下さい。どちらも将来的にはポジティブな結果に繋がりません。

「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。最近は一少なくなりましたが、ほんの数年前までは、地方の大会に行くと試合に負けた子供に対して「何をやってるんだアホが!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した。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、努力して自分なりに成長していても、そのことに価値を一切感じなくなります。こういった指導者や親の下にいる選手は一時的には強くなりますが、才能のある選手もほとんど数年で辞めてしまいます。子供は「怒られないためにつらい稽古に耐えなくてはいけない=辞めれば怒られないし稽古もしなくていい」となり、逃げるために辞め

る言い訳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、努力して少しずつ成長し、実感を得る楽しさも分からない子になってしまいます。「失敗しそうなことには挑戦しない人」になってしまえば、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「優勝なんて凄〜い!」「うちの子、優勝したんですよ!」と結果ばかり褒めていると、子供は自分の成長ではなく結果にフォーカスしてしまうため「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」となってしまい、結果が出ているうちは表面上は褒めたことで良い循環が生まれたように見えますが、結果が出なくなると「勝たないと褒めて貰えない=結果が出なければ価値がない」「しんどい思いをして評価されな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ってしまう。結果的に確実に成長しているのにも関わらず、怒った時と同様に「失敗しそうなことには挑戦したくない」といった思考を育ててしまいます。

ps. 学校のテストなどでも、結果の良し悪しで怒られたり褒められたりしている習慣のある子供は、テストの結果が悪いと親に見せない努力をする傾向が出たりします。

《試合後の声かけについて》

勝った時はもちろん一緒に喜んで素直に感情を表現して頂いて大丈夫です。ただし【結果を褒めるのではなく、それまでに頑張ってきた過程にフォーカスして下さい】「いつも稽古後も頑張って練習してきたからね」「頑張って努力して来てよかったね」など、結果を手に入れられた理由の方にフォーカスしてあげて下さい。その後は負けた子と声かけは、ほぼ同様で大丈夫です。

負けた時は、泣いていて話ができない状態のこともあるので、そんな時は「よく頑張ったね」「悔しかったね」など、返事をする必要がない言葉がけで大丈夫です。時間を見て落ち着くまで待ってあげて下さい。

試合後に落ち着いて話せる状態になったら「試合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、まずは完全に聞き役に徹し、簡単な質問で本人が頭の中を整理する手助けをしてあげて下さい。

ちなみにダメだった所を見付けるのは子供でもできる簡単なことなので、特に負けた子はダメだったことで頭が一杯になってしまっているのです、ダメ出しは全く響きません。子供の言葉を聞いていく中で、「もっと強くなるために、これからどうする?」といった、次の目標や、次の試合に向かえる思考が育つ質問をタイミングを見計らって投げてあげてみて下さい。そして答えが出なくても「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頂くだけでも大丈夫です。

ヨーロッパのスポーツ界には『与えられた答えは10%も残らない』という言葉があります。自分で考え導き出した答えだから意味がある。子供から引き出す為に大切なのが【質問力】と【傾聴】で

す。もし時間があれば、どんな言葉がより子供の思考を引き出してあげられるのか？という視点で考えてみて下さい。

《質問で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コツ》

- ・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。しゃがんで子供より低くなるなど)
- ・子供が話している間に口を挟まない
(相槌や復唱のみ「うん、うん」「そうか〜」「〇〇って思ったんだね」〇〇は子供の言葉など)
- ・絶対に子供の言葉を否定しない
- ・「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」「それならマンだよ」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も十分です。難しい場合は、それ以上必要ありません。

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試合を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サポートができます。もし仲間が負けたとしても他の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をしてもらえる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お願い致します。

大会に於いてのマナー

(下記の内容は付き添いのお子さんにも必ず守ってもらって下さい)

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な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。
- ・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。減量は一切禁止) 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。
- ・開会式中、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5試合前に自分のコーナーで待機して下さい。
- ・応援する選手のコーナー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大会が終わるまでは帰らない。
- ・自分の試合が終わった後は必ず仲間のサポートや応援をさせて下さい。
- ・三脚を使用するの撮影は禁止(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、試合場のライン上など試合進行に関わる場所に立たないで下さい。
- ・会場内で飲食出来る場所を必ず確認してください。
- ・自分の靴はもちろん、トイレでスリッパを使用した際も必ず揃えてください。
- ・ゴミは全て持ち帰って下さい(観客席のゴミの放置、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は絶対にやめてください)
- ・アリーナ内や通路などにレジャーシートを広げた場所取りの禁止。
- ・ウォーミングアップは通路やアリーナ内では禁止。

どんな事があっても子供、対戦相手、審判、スタッフなどには最大の敬意を払って行動して下さい。

- ・**まずは全力で自分を倒しに来る相手に立ち向かう子供に敬意を持って下さい!**
- ・対戦相手を含め、出場選手がいるから大会に挑戦させて貰えているという事を忘れないで下さい
- ・休日に自腹で交通費を払い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は成り立っています。(もちろん審判によって少し基準が違い、納得できない事も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)
- ・スタッフの方も同様で、どの大会も道場生や保護者の方の善意のサポートで大会は成り立っています。

どの大会もスタッフが初めての方は沢山いるため、ミスなどが起こることもありますが、大会に出場する場合、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頂きますようお願い致します。大会運営側、そして出場する子供に対して、敬意を欠く行為・言動があった場合は、今後の大会への出場は禁止させていただきます。

なお試合をたくさん見るようになると、審判の判断が気になる事も出てくると思いますが、絶対に負けた時に「審判が悪かった」「あの審判が挙げたら勝ってたのに…」などという慰めはしないで下さい。負けた原因を外的要因にする習慣は人生において極めて大きなマイナス要因になります。

どうしても納得出来ない運営や判定に関する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、纈纈に言うようお願い致します。