



より効果的な指導方法を求めて
子どもを守ろう
BAHD防止キャンペーン



「子どもを守ろう：BAHD防止キャンペーン」は、日本スポーツ協会 アクティブ チャイルド プログラム普及・啓発プロジェクトが推進する活動です。子ども対象のスポーツ指導者や関係者、あるいは子ども同士によるBAHD行為 — Bullying（いじめ）、Abuse（虐待）、Harassment（いやがらせ）、Discrimination（差別） — を、スポーツ界からなくすことを目指しています。

努力を怠っている、辛抱できていない

- 手を抜く
- 投げ出す
- できないことに腹をたてる など

精神的な弱さを見せている

- 消極的なプレイをする
- 慎重すぎる
- 思い切りに欠ける など

責任転嫁をしている

- 自分のミスを他人のせいにする
- 言い訳をする
- 他人の邪魔をする など

集中力が欠如している

- 何度も同じミスを繰り返す
- 練習に身が入っていない
- 関係のない雑談をする など

指示したことをやっていない

- 言われた通りにできない
- 言われたことをやろうとしない
- 言われたことと違うことをやる など

スポーツ指導中に
子どもがこのようにしていると
感じたら

反抗的な言動や態度を見せている

- 返事をしない
- 練習内容に不満を言う
- 無視する など

緊張感がない

- だらだらとした雰囲気が漂う
- 私語が多い
- やる気が見えない など

他者を侮辱する

- 他人のミスを馬鹿にする
- 差別的な発言をする
- みんなで特定の子をからかう など

ルールを破る

- 練習に遅刻する
- チームの取り決めなど約束したことを守らない
- 危険なプレイをする など

ストップ → **リラックス** → **シンク** を行ってみる

Stop



まずは、**ストップ**
考えを一旦とめる

- 「ストップ」と自分に言う
- 「怒らない」と自分に言い聞かせる
- 天井を見る、窓の外を見る
- 一回、深呼吸をする
- 背筋を伸ばす

Relax



そして、**リラックス**
短時間でできる
リラクゼーション

- 自分自身に「落ち着いて」と言う
- 目を閉じて呼吸を整える
- 3回、深呼吸をする
- 胸に手をあててさする
- 肩や腕のストレッチをする

BAHD行為を避ける工夫

- ✓ **関係性の再考**
「たて(上下)」の関係を
「よこ(平等)」の関係に
- ✓ **論し方の工夫**
押しでもだめなら引いてみな
- ✓ **考え方の再考**
あなたの常識、非常識?
- ✓ **プライドより実益**
名を捨てて実をどる

Think



最後に、**シンク**
現実的な対処方法を
考えて実践する

個別対応・タイミングを見計らう
子どもが落ち着く時間を確保し、冷静になって対話する。個別に話をする

丁寧な言葉使いで話す
丁寧な言葉使いを心がける。客観的に物事をみてわかるように話す

傾聴する
まずは相手の言い分を聞いてみる、口を挟まずに聞く、その上でわかりやすく話す

わかりやすく説明する
なぜいけないのかを相手にわかりやすく説明する。事実に基づいて説明する

考えさせる
伝えたいことを伝えた後は相手に考えさせる、先に言わないであとで言う

共感する
相手の立場に立って考える。まずはなぜそうなったのかについて理解しようとする

話し合わせる
決めつけしないで子ども同士で話し合わせる、個人攻撃にならないようにする、チームプレイについて考えさせる

その後起こる悪い結果を考えさせる
問題の行動の先を考えさせる、逆に今の問題を変えたら、どのようによいことが起こるかを説明する

怒りの弊害を考える
子どもを萎縮させないように、これ以上は言わないようにする、ただのイエスマン・イエスガールにさせない