

「ゆりの樹幼稚園の教育は 《きらめき脳》をつくる!!!」VOL.3

園長 高杉美稚子

茂木健一郎さん（東京大学大学院、ケンブリッジ大学院を修了し「クオリア」をキーワードとして、脳と心の関係を探求し続けている理学博士であり、脳科学者であり、今は、ソニーコンピューターサイエンス研究所シニアリサーチャー、そして、東京工学大学大学院連携教授）の「ひらめき脳・vの本の続きです。

できるだけ世間の人に関心に寄り添ったことを説明しよう、その上で、脳科学の最先端や、一番面白いことを伝えたいという思いで書かれた本が「ひらめき脳」です。

VOL1同様、この「ひらめき脳」をゆりの樹流に発展させ、《きらめき脳》と名付け、茂木さんの本を参考文献として本書の流れに沿って話を進めます。そして「少し小さい青の太い明朝体文字」で示したところは茂木健一郎さんの言葉をそのまま引用させて頂き、実線「—略」は文章中略です。予想できないからこそ嬉しいの続きです。

「予想できないからこそ嬉しい」

「脳の感情のシステムというのは不確実性にうまく対処する為にできている。例えば、入試の発表を見に行くとき、自分を好きかどうかわからない相手に愛を告白するとき、こうした不確実な状況が一番、人間の感情を喚起します。—略 ひらめきが生まれた時の驚いた感じとは何か、びっくりするような出来事が外の世界で起こったときとほとんど同じではないでしょうか。—略



つまり、不確実な状況に対してどう対応するかというのが、感情の働きの一番重要なものなのです。いいかえると、何が起るかわからないという状況が感情を生み出すのです。決まったことよりも、決まっていないことのほうがより感情を掻き立てます。「喜び」の感情も、思いもしなかった時に起こったほうがより大きくなります—略 同様になぜひらめきが嬉しいかということ、そこに最大に不確実性があるからです。

そういう意味では、「子育て」は最高の喜びではないでしょうか。子育ては予測できるものではありません。だからこそ、子育ては素晴らしいのですね。

育児というのは、大人が生涯に渡って発達をし続ける過程の中で他にはとってかわるもののないほど素晴らしい行程であり、子どもをみつめることで、自分をとらえなおす大きな契機です。子ども自身の論理に従ってさぐろうとしてみる、そういう「子育てのおもしろさ」を身につけることによって、子育ては大人みんなにとって「自分自身のための子育て、ひいては自分育て」に繋がっていくのです。

そう考える時、今、身近に子育ての対象になる幼児を持つ親、そして、常に、子ども達が周りにいる私達教師は、何となくと幸福な人間なのではないでしょうか。子どもの姿を通して、もう一度成長する、真の父親、母親、教師、人になっていく、それは、何と素晴らしい事であるかということ認識する事からはじめていきましょう。そして、子どもと共に成長出来る私達でありつづけましょう。子ども達の為にも、私達自身の為にも。



では、どうやったら、子どもと一緒に成長できる親であることが出来るのでしょうか。
今、家庭の教育力の低下が言われています。子育てで気にかかると言われてるのは、
具体的には

- 1、受容とわがままの区別がつかない。
- 2、基本的生活習慣を身に付けさせることへの配慮が弱い。
- 3、しっかり遊んでいない。
- 4、授乳や、食生活に無頓着である。
- 5、子どもに過保護、過干渉である。といわれています。



親の養育態度で不安な点を要約してみると、

第一には、子どもの基本的生活習慣づくりの意義がわからず、「食べる」「寝る」「遊ぶ」という基本的しつけがおろそかにされていることです。

第二には、子どもに対して、愛情を感じる事が出来ずに悩んだり、何を話しかけていいのかわからずに戸惑うなど、親になった動揺が浮き彫りにされている、そこから子どもを私物化する気持ちが生まれ、幼児虐待の土壌も形成されています。

第三には親同士がコミュニケーション不全に陥っており、お互いに孤立した子育てを余儀なくされている点です。

この現状では、子どもが家庭で安心して生活したり、親に甘えられる現状ではありません。無表情のサイレントベビーがいまや乳幼児の3%近くにも達したという事実もうなづけます。なぜこのようになってきたのかをその世代が共通に経験してきた育ちから考えてみると「家庭のホテル化」があります。家の手伝いをしない、などに見られるように、家庭が家族の共同生活の場ではなくなっていることが挙げられます。携帯電話の普及、テレビの個人所有化、孤食の広がりにより、家族共同体の崩壊が起きているのです。

今、何をしたらいいのか、答えは簡単です。

「当たり前のことを当たり前」ゆりの樹幼稚園の望む人間像です。



1、心と体が健やかな人—明るく、元気

人の良いところに焦点をあて、笑顔を保つことができる

2、謙虚な人—優しく、さわやか

人の成長を自分の喜びとし、手柄を自慢しない。相手をたて、「ごめんなさい」が言える

3、正直な人—自己肯定、愛らしい

「わからないことはわからない、教えて、助けて」と言え、聞くことができる

4、感謝できる人—他者肯定、素直

起こることすべてを受け止めて、必要だった、だからよかったと感じ、「ありがとう」が言える

5、柔軟性がある人—かしく、温かい

内(自分の問題・ストレス)外(クレーム・アクシデント)のどんな変事にも対応しようとする

6、勇気がある人—どっしりとして力強い

自分を信じて新しいことにチャレンジ、最後まであきらめないで一步を踏み出すことができる

7、自己責任がとれる人—凛として、おだやか

言い訳をせず、人のせいにしない「だって・でも・どうせ」を言わないで、

今、何が出来るかを考えようとする



何をするかに気が付いたら、あとは行動変化**エクスチェンジ**です。

ゆりの樹幼稚園が大切にしたいのは信念を持ってゆりの樹が考える「10E」を生きること。

そのEの最後がエクスチェンジです。

自分の根本は変えられない部分もあります。どんなに努力をしても、結局、元のままだった、変れないと感じることもあるのです。そう感じるのも間違っていないのです。違う自分になることは苦しいのですね。

だからこそ、少しだけ行動を変えればいいのか、少しだけ行動を変えることが、人からは違って見える、人から成長したと見えるのです。だから、小さな行動ステップでいいのです。自分を客観的にみて、少しだけ行動を変えてみましょう。勇気をもって。そして、行動を変えることで、自分の中の奥底に、いつの間にか変化が起きているのです。それが成長です。



教育は特別に見えないくらい薄い紙を重ねるようなものです。そして、小さな行動を始めればいつか重なっていきます。そしてかさが増え、臨界点に達するのです。だから基本を大切に・・・

「早寝、早起き、朝ごはん、あいさつ」から。できることを、できるだけいいので子どもたちと共に一緒に始めましょう。今日から・・・。共に頑張りましょう。かわいい子ども達の為に。そしてかわいい子ども達だから、少し力をぬいて。ゆっくりと。自分が子どもだったころのことを忘れずに。



「大人はみな、はじめは子どもだった。でも、そのことを忘れずにいる大人はいくらもない。」サン＝テグジュペリの言葉ですが、ゆりの樹幼稚園の先生と保護者は子どもの心を持ち続けている、そのいくらもない大人のひとりひとりでありたいと思っています。

この子どもの心がひらめきや、創造性を生むのだと私は考えます。

「不確実性を乗り越える為に」

——略

それでは、ひらめきや創造性は人間が生きる上で必要だということがなぜ言えるのでしょうか。

端的に言えば、「直面する不確実性にうまく対処するため」です。——略

ひらめきがあってこそ、私たちは何が起こるかかわからない不確実性に満ちた環境の中でうまく生き延びることが出来ます。——略

ひらめきとはいわば、人生という遇有性の海に飛び込み、泳いでいくために必要不可欠な「ストローク」のようなものなのです。



ストロークとは、人間が、心身ともに成長するためには、食物と同じように欠くことのできない愛撫、接触、音などの生物的刺激のことです。交流分析ではストロークの意味をもう少し拡大し、軽く肩をたたいたりなでたり、触ったりする刺激のほか、話し掛けたり、うなずいたりするのを含め「その人の存在や価値を認めるための言動や働きかけ」と定義しています。



乳幼児期の発達段階に抱かれたり、あやされたり、頼ずりされたりという『基本的欲求』が満たされないと肉体的発育にも悪い影響を与えます。ストロークが不足すると退屈したり、緊張したり、時としてストローク飢餓に陥り、他人や上位のもの、両親に無視された時に無理にでもストロークを受ける手段として、いたずらしたり、失敗したり、悪いことを重ねることになります。

無条件のストロークは、存在や人格そのものの価値に対して与えられるものです。親から紐付きでない、無条件のストロークを与えられた子どもは、生き生きとした明るい表情をしていますし、心身ともに、健康に成長しているに違いありません。生まれる前は、皆、無事に生まれさえいいと言う気持ちだったはずが、つつい欲が出てくるのは、親として当然のことですが、その期待が子どもを追い詰め、苦しめる事があると言うことを親は気がついていなければなりません。

人は、自分が満ち足りている時、ストロークを与えたくなくなります。子どもにいつも、ストロークを与える為には、母親自身がいつも、自分にストロークを充電することが大事です。

このストロークはゆりの樹幼稚園で大切にしている下記の言葉かけにほかなりません。

(詳しくは入園時に配布した「人が人として美しく生きるためには」の冊子をお読み下さい)

自分の周りの皆も太陽にいるためには、「朝の心のごはん」が大切。明るい挨拶、笑顔、次に、いつも、誰にでも愛を感じる言葉、今、一歩踏み出せる勇気がわく言葉、未来に希望が持てる言葉を、夢を持ち続ける言葉を、自分にも、相手にも使って、しっかり心の朝ごはんでおなかいっぱい、心も幸せいっぱいにして朝を始めましょう。

そのために人と自分に言葉のご馳走をしたいものです。何度いっても言い過ぎではありません。



感謝の言葉 —ありがとう、ごくろうさま	苦労が吹き飛びます。
相談する言葉 —あなたは どう思う？	相談されればいやな気はしません。
期待の言葉 —きっとできるよ。	勇気がわいてきます。
激励の言葉 —がんばってね。	やる気が出ます。
信頼の言葉 —大丈夫、まかせたよ	元気と自身がわいてくる。
褒め言葉 —よくやったね。	積極性が出てきます。



6つの黄金の言葉ご飯を毎日食べるように毎日ご馳走しましょう。
言葉は使っても減らない。逆に心の豊かさが増えていく大事な宝物です。



親も自分自身にプラスの言葉をかけましょう。

暑い、疲れた、苦しい、おもしろくない、つまらない、頭がいたい、気分が悪いという言葉はいつも自分にかけていると、本当にいやな結果がやってきます。よかった、楽しい、うれしいと思うと、結果もそうなります。



顕在意識が感じたものが直ちに潜在意識に影響して生活機能も同じようになります。その言葉の良し悪しによって生きる力も良くも悪くもあります。人間は暗示にかかりやすい動物です。何気なくはいた一言でも、気がつかないうちに自分や相手の潜在意識に働きかけてそのとおりの状態を引き起こします。前向きな言葉を使いましょう。つらいといっていると本当につらくなります。

ストロークのほかにはどんなことが必要なのでしょうか。



「不確実性と感情」

——略 次に、それでは、私たちはどのようにして、不確実性に対処しているのでしょうか？脳において、不確実性に対処する為にもっとも、重要な働きをするのは、「感情」なのです。——略 感情は、生物が生きる上で避けることのできない不確実性に適応する為に進化してきたと考えられるのです。——略 私達の人生を振り返ってみると、不確実性に直面している時、感情が活性化しているように感じられます。——略

——略 つまり、不確実性は感情を活性化するのです。

——略 こうすればこうなるという決めつけとは無縁の世界から感情の大切さが始まるのです。——略 生きるということは、何が起こるか分からない不確実性にいかに向き合うかということが本質なのです。

「理性と感情は一体である」

——略 感情は、理性にコントロールされているのではなく、むしろ、理性を支えている、これが最先端の脳科学の考えなのです。——略 ある場面で選択を迫られたときに「自分の直観を信じる」とよく言いますが、こうした選択を支えているのが実は感情なのです。——略

生き物は基本的に不確実性の世界で生きています。

正解は何も保障されていません。しかし、いつか、決断し、行動しなくてははいけません。その時、最後に背中を押す、直観を支えるのが感情のシステムなのです。

感情は理性の邪魔をするどころか、人生の最大の課題である、不確実性に対処する為にもっとも大切なのです。その働きに人は支えられているわけです。——略

人生で大切な問題であればあるほど、答えはわからないものです。——略

それでは何をして決断せしめるかという、そこに感情が必要になってくるのです。

最先端の脳科学の分野において、感情が一番大切であることが述べられていることは私にとっては、とても嬉しいことであり、また、当たり前のことのように思えます。



ゆりの樹幼稚園が大切にしたいのは信念を持ってゆりの樹が考える「10E」を生きること。環境以外の、最初に大事にするのがエモーション・感情だからです。

何かを決定するとき、大切なことはその時居心地がよかったか悪かったかのその感情に気づくことが大切です。自分の起こすその行動がどのような、自分の心の奥底にある動機、感情に突き動かされてしているかが大切だからです。

だから、感情・エモーションに気づくことが一番大切です。自分の感情に気づかない限り、また、自分がどのような感情、動機に突き動かされて行動しているのか気づかない限り、自分の行動は納得できなくなるのです。

感情に気づかない限り、自分が、居心地がいいか、悪いかも自分で分からないので、自己選択、自己決定もできないのです。感情に気づけば、自己選択、自己決定ができ、自分を承認し、自信がつき、自分に自信があるから、自他分離し、他人も自分も「これでよし」と、共感し、そ・アに真の自立があることは、「ゆりの樹の教育方針」ですので、もう既に充分ご存知のことでしょう。これが自他肯定です。自他肯定できるからこそ、素直な言葉が出てきます。自分の心の声、感情に素直であれば、他人の目を気にして、フリをしなくて済みます。

だから、この時期に、幼稚園の要の年となる年長組に、感情表現を大事にしたミュージカルも設定しているのです。感情表現をするミュージカルについてはぜひ、総会で配布した発表会の意義をもう一度お読みください。後日、配布します特別号にも再掲載致しますので、ご熟読下さい。

「ひらめきをつかむために」

良いパフォーマンスを見せるためには緊張するのではなくリラックスすることが重要で

——略 リラックスして、自分の脳の自発的な活動を最大限生かしてやるのがひらめきの近道なのです。

「会話はひらめきの連続」

——略 誰かに何かを伝えたいという気持ちがないと、人間の脳は本気を出さなくなっています。普通の人が経験するもっとも身近なひらめきというのは会話です。



—略 現代の脳科学者は、人間の知性はコミュニケーションにおいてこそ、もっとも端的に現れると
考えています。

—略 他人とのコミュニケーションを充実させることで、自分の脳の中のコミュニケーションも
豊かにすることが出来るのではないのでしょうか。

これはまさしくゆりの樹が考える「10E」を生きること。

エンパワメント・エンターテイメント・エンジョイ・エクセレントです。

人間力・エンパワメント（色々な人や本がどんなに良いことを
教えてくれ、私達が進む道を示唆してくれても、自分がその道を進
みたい《進むべきではなく進みたいという気持ち》が大切。人生は
shouldからWillへの転換が大切。他人がどう思うかを
気にし「すべき」から「自分がどうしたい」のかという切り替え
が大切。》それが人間力）が増してきて、他者を理解することに
もつながるし、どんな自分も受け入れる事が出来るようになるのです。



結果として、心がリラックスし、どんなことも楽しんで・エンジョイして取り組める
大人に育っていくことができるようになるのです。

そして次に、自分が楽しければ、人間はそれを伝えたくなる・エンターテイメントです。
楽しんで、伝えて、伝わったら、嬉しくて、また伝えて、楽しんで、それが仲間づくり
に発展するのです。自分の感情、どうしたいかに気づいて、見返りを求めずにいれば、
最後まであきらめないで、伝わるまで、伝え続けることもできるようになるのです。
それが人生をエクセレントにするのです。



一年間にわたって、現代脳科学の本をベースにして、本園の教育と重ね合わせて書けば書くほど、ゆりの樹
幼稚園の教育は「きらめき脳」を作ると確信しました。

ゆりの樹幼稚園では、目先の事にとらわれない根作りの教育を、
将来を見据えて、子どもたちにとって、今なにが大切かを考え
て実践してきました。学童期を経て、やがて、成人した時に、
このゆりの樹幼稚園で得たことが、芽を出し、実を結ぶものと
確信しています。



この巻頭言のせめて、どれか1行でもその子育てのお役にたつ
ことができれば幸せです。

さて、いよいよ、今年度も終わり、最後の園通信をお届けする季節となってしまいました。
保護者の皆様、本当に長い間、ご理解とご協力を頂き、心から感謝申し上げます。
ありがとうございました。

卒園児の皆さん。お別れの時が近づいてきました。これからも、いつまでも、どこにいても、
皆さんの行く末を応援しています。そして、ときどきは、このゆりの樹幼稚園の陽だまりを思い出して・・・
いつでも遊びに来てください。待っています！！

本当に、本当にありがとうございました。そして、お元気で。
又、お会いできることを楽しみに。

Never give up!
See you again!

