



# 校報 水糸者

No. 868

29年度・第41号

## 褒める事は脳に良い事です！



東北大学の川島隆太教授（医学博士）らが、脳のしくみや脳を活性化させる理論や方法を提唱してから空前の脳科学ブームが現在も続いています。陰山英男先生（立命館小学校副校長、元大阪府教育委員会教育委員長）が実践している百マス計算も脳を活性化するものとして脚光を浴びました。

最近では、リハビリの世界でも最新の脳科学理論を導入した方法が用いられています。その最たるものは、鹿児島大学医学部の川平医学部教授（リハビリ学）の促通反復療法（川平式）が有名です。何度かNHK等で紹介されましたので、ご存じの方も多いかと思しますので簡単にご紹介いたします。

脳卒中のリハビリの後に本人を「ほめる」と、機能の改善が大幅に進むことが分かりました。ほめることで脳の「報酬系」という部分が働き、神経の成長を促す物質を出すことで、改善が後押しされると考えられています。

◇ 効果を上げるポイントは以下の3つです。

- ① 具体的にほめること（例：〇〇の動作が〇〇くらい出来るようになった）
- ② 良いタイミングでほめること（何かが出来るようになったときに、すかさず）
- ③ 目標は低く（いきなり高い目標だとやる気を失う。低い目標から段階的に）



叱られ続けたり、虐待を受けた子どもは、6月20日の校報867号でお知らせした明橋先生が危惧している「自己肯定感」の低下だけでなく、脳は委縮しているという研究もあります。福井大学・子どものこころの発達研究センターの友田明美教授（精神科医）の「虐待、脳を傷つける」と題しての提言が、平成26年7月25日の岩手日報に大きく掲載されましたので、記憶にある方も多いと思います。

最も『自己肯定感』の低下も、脳のある部位や機能の低下によるものであるため、明橋先生と友田先生が警鐘を鳴らしていることは同じこととなります。

### 〔友田明美教授（精神科医）の「虐待、脳を傷つける」と題しての提言についての記事内容【要旨】〕

- ・虐待を受けるとかんしゃくを起こし、切れやすくなる。
- ・少年院に入る少年の多くは虐待の被害者である。
- ・親からの暴言によって、聴覚に障害が出たり、知能や理解力が発達しにくかったりする。
- ・激しい体罰が長期間続くと、感情面での育ちが遅れる。
- ・5～7歳で虐待と受けると、感受性に問題が起きやすくなる。
- 11～13歳では、無感情や無気力の症状が見られる。
- ・虐待相談で子どもと共に訪れる母親に「大変でしたね」と声をかけると、泣き出す母親もいる。みんなで支え合う体制を構築する事が必要である。



平成27年度に実施した、国立青少年教育振興機構による調査によると、「自分はダメな人間だと思うことがある」との問いに対し、日本人は72.5%が「そう思う」と回答しています。このことから『自己肯定感』の低さがうかがわれます。

参考までに、韓国では35.2%、アメリカでは45.1%、中国では56.4%という回答率となっています。

上手に効果的に褒めるには、子どもの事をよく理解している事と、子どもが今、何を努力しているかを理解している事が前提である事は言うまでもありません。

褒め方が上手でないと、子どもの意欲を削いだり、努力をしない子どもになってしまう危険もあります。

種小っ子の健やかな成長のために、学校でもご家庭でも子どもの努力を認め、良い褒め方を今後とも続けていきましょう。

## ～第1回休日支援事業 「子どもたちを支援する会」のご案内～

今年度の第1回目となる活動は、「浜下りを楽しもう」です。詳しいことは、以前お配りした文書をご覧ください。全ての活動が、触覚・聴覚・味覚・視覚・嗅覚といった『五感』を刺激する脳の発育にも良い楽しい活動となることでしょう。支援する会の皆さん、よろしくお祈りします。



多くの方々のご理解とご支援、ご協力でこの活動が支えられています。(写真は昨年度の様子です)

## みんないきいき 6月の種小っ子

～輝く笑顔、未来へつなげ!～



前日の中総体・野球競技で優勝した種中のことを興奮気味に話ながら登校して来た子ども達。中学生の先輩の姿があこがれや手本となっています。

今日も、友達と仲良く登校してきた1年生。

20日の『洋野町交通安全対策協議会総会』で、28年度の県内の交通事故のうち、横断中の死亡事故が22件発生していることと、車から見て右から左に横断中の被害が19件もあったことが報告されました。



より良い種小にしようと、真剣に話し合っていた児童会代表委員会の様子。

毎週水曜日の「脳力の日・全校遊び」は子ども達の人気です。先日のNHKスペシャル「睡眠負債」で危惧されていた事もこの全校遊びは予防してくれます。

(睡眠負債については、後日紹介します)

