

ステップ3:「自分も他者も受け入れる」

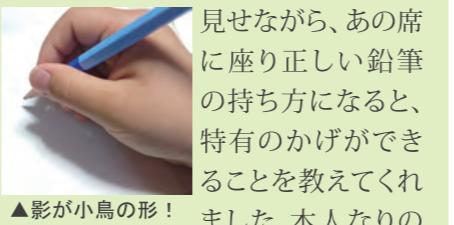
こんにちは。ミュージカル「キンキーブーツ」の“成功の秘訣の6ステップ”を引用し「26の基本の動き」について紹介しています。

「複雑性 PTSD」という病名が、先日ニュースになりました。少しでも快方に向かうことを祈りつつ、公開された内容には、自分自身が信じられない、がんばってなんとかできる状態、できれば一人になりたい…などのキーワードがありました。

私は、子育て講座も開催していますが、可能な限り PACE やポジティブポイントをお伝えした状態で、同じキーワードで意見交換をすることがあります。なぜなら、良くも悪くも「自分を受け入れることをしたいからです。理想的な自分に向かっている自分も、一人では解決できない問題に向き合う自分も、本当は間違っているんじゃないかなと思っている自分もです。

創始者であるポール氏から「自分の価値を見失っている人が多いね」という話を聞きました。私の目標が自分を他人と区別することだったのですが、セッション(3DR)が終わったときに「自分の価値は失敗したことだけ作られているわけではない」と感じました。自分を受け入れ、現状に真摯に向き合えば、自分が必要としている内容と相手が見えてきて「助けて」といいやすくなつたように感じます。

いつも同じ場所に座る児童がいます。本人は教えてくれないし、明るさなのか、静けさなのか、色々理由を考えていました。学習特性から鑑みると、良い位置ではなかったからです。ある日、清書した字を笑顔で



▲影が小鳥の形!

見せながら、あの席に座り正しい鉛筆の持ち方になると、特に何かができる教えることを教えてくれました。本人なりの

ガイドを見つけていたことを私たちは、ようやく知ることができたのです。相手に受け入れられることは大変辛いことですが、自分の価値とは関係ないことをお忘れなく。相手には

より価値があるものが存在していた

だけと考えてみてはいかがでしょう。では、「Step 4 Let love shine」でお会いしましょう。どんとはれ。



リズ・ジョーンズ・トメイさんによるオンライン講座

「カナダの小学校で活用されているブレインジム」

前平 美保 (滋賀県)

「クラスで使うブレインジム」についてカナダのリズ・ジョーンズ・トメイさんから3回にわたって学びました。リズさんは2年前に教職を引退されましたが、22年間ブレインジムを学校現場で活用され、クラスでどのように使ってきたか詳しくシェアしてくださいました。

リズさんは、子ども達の行動を的確に観察し、自主性を育てる先生という印象を持ちました。そしてユーモアがあり、遊び心満載の素敵な女性で、3回の講座を受けてすっかりファンになりました。

リズさんのブレインジムの教え方に感銘を受けました。クラスで教える時の彼女の目標は、「子ども達が力をつけて動きを自分でできること」でした。具体的には、2か月で生徒みんながブレインジムのエキスパートになり、生徒主体でやる。(ひとりの生徒がリーダー役を務め他の生徒に教えたり、保護者が来た時は生徒が保護者に教えたりする) 教師が先導するのではなく。教師は、あれしてこれしてと言ってしまうけれどそれはやらない。

生徒が「自分」の気持ちや感情を感じて「楽になるブレインジムを選ぶ」とや、学習の課題の目標を「自分」

で決めて「自分にとってベストのブレインジムを選ぶ」。これこそ自主性を育む教育ですね。

ブレインジムを導入した結果、小学3年生の州統一学力調査の得点が劇的に向上して不正を疑われたほど。

20年前に教えた生徒は、ブレインジムのことを覚えていて今も仕事で使っているそうです。

教師歴30年のリズさんの講座は学びの宝庫でした!



『動くこと、そしてプロセスを楽しむ』

Q) 鬼石さんのブレインジムとの出会いは?

児童発達支援事業で発達支援をしていた頃に福岡のあんひろこさんから BBAs (ビルディング・ブロック・アクティビティ) を学ました。そして療育に取り入れたところ、子どもたちの姿勢・歩行・ふるまいなどの変化がみられました。そこで創始者である故セシリア・ケスター先生から学んでみたいと思うようになりました、ブレインジム170を受講したことがブレインジムとの出会いです。

Q) 現在はどんな活動をされているのでしょうか?

放課後等デイサービスに保育士として勤務しています。インストラクターとしての活動としては、県内の療育事業所・保護者会や保育園等でBBAsやブレインジムの体験会をベースにした発達支援の研修をさせていただいている。療育には、2021年3月から活動前に子どもたちと一緒にPACEを始めました。PACEの「水を飲む」ということも難しかった子どもたちでしたが、徐々に水を飲むようになりました。3か月後には、個々のペースでするようになりました。今ではふとした時に、ブレインジムの動きをしている子やみんなの前に出てPACEを教える子など、ブレインジムの動きが浸透しています。



鬼石 美砂子さん (長崎県)

Q) 将来の展望は?

ひらがなをマス目に書くことが困難だったお子さんが、今は自分でお手本を見て書いています。ちょっとしたことでかんしゃくを起こしていたお子さんが、「なぜ?」「どうして?」と聞いて状況を理解するようになりました。できないことを一生懸命頑張ってできるようになります。まずは見ること・聞くことなどの「学習前の準備」ができることが、学びやすくなり・学びが楽しくなり・自ら学びを進めていくようになるということを実感しました。障害児支援に限らず、対人支援全般に活用していきたいと考えています。

Q) ブレインジムへの思いについてひとこと。

10年前、九州の英彦山に恩師と登った時のことです。わき目も降らずまっすぐに早足で登る私に、「景色を味わって山を登りなさい」と諭されました。早くゴールしたかった私は、恩師から言われた言葉の意味を理解することができませんでした。そんな私がブレインジムと出会い、自分の生活にも取り入れました。ゆっくりと自分の体の感覚や感情に気づくようになり、いろんなことから力が抜けていきました。

ブレインジムの学びを体系化されたポール&ゲイル、日本に伝えてくださった田村理事長はじめご指導いただきました多くのインストラクターの方々へ感謝いたします。これからもブレインジムを楽しんでいきたいと思います。

動くことが学習の入り口を開けてくれる

「読みが上手になるためには、多くのことが必要です。」

リサ・アン・デ・ガルシア (アメリカ)

私たちには反射的な眼球運動があります。例えば、頭部の立ち直り反射、前庭動眼反射 (VOR)、視運動性反応 (OPK) などで、これらは前庭系に収容され眼球の安定性を規定しています。しかし、良好な眼球の安定性を得るためにには、まず体幹の安定性が必要であり、それが頭部の安定性、そして眼球の安定性へつながっています。この体幹の安定性は小脳の特定部分の発達に依ります。追視やサッカードのより複雑なスキルを持つためには、これまでが適正に発達している必要があります。ですから、目の追視テストは単純ですが、脳の下部で何が起こっているかについて多くの情報を与えてくれます。

