

20150712 「脳科学から能力を開花」勉強会 講師：飛翔学舎 学長 長井邦良氏

会場：わかばの森アフタースクール

第一部：『親の考え方が子供を変える』

わかるとできるは違う

できることで、わかるのである

人間の脳の容量、スーパーコンピューターと同じくらい。そして原発1基分ある

【高校生による速読実演】1分間に40万字。その時の動画あり。一瞬で一冊読破します。

※後にその生徒に対して質疑

- ・内容は記憶している。
- ・だから読んで涙がでることもある（永遠ゼロを読んだとき）

単行本100冊を4分

1時間で英単語900個は覚える

1か月たっても85%覚えていた

授業しても5%しか残らない

自分で勉強をやって75%残る

字の意味からすると、納豆⇒とうふ、豆腐⇒なっとう が本来

間違ったことも一度認識すると、疑うことなくなる ※どこかで変えられている

脳の中に現在、過去、未来は存在しない

過去は変えることができる。未来は変えられない。

辛い過去も、よかったと思えるように変えることができる。

このことがあったからよかった、と思えるようになる

「今がよくなる」と、過去の意味は全部引っくり返る

そして、今思っていることが未来にそのまま出る

今がすべてであり、今が大事である

今の現状が未来にあらわれる

脳は実行するようにできている。

だから、不安に思ったことも実現してしまう。

教え子がかつて、陸上で全国2位に

骨折をし、試合まで時間が少ない中で結果をおさめた。

脳科学の力がそこにはあった

なぜ感謝が大事か。

感謝は今現在のこと。

大リーガー田中投手の活躍には、西田文郎氏という脳科学のスペシャリストの存在

イチローには脳神経外科医の林成之氏の存在

脳の機能知りながら指導

今感謝できない人は未来よくならない

無意識が未来を作っている。潜在意識がとても大事

脳は言葉によって伝わる

両親の一言はとても大事

脳に否定語はない

「失敗しないように」→失敗をイメージしてしまう

お金儲けしたい人⇒「借金返済どうしようかな」と言っている時点でダメ

否定語はダメ

例えば、習い事やめたい⇒「なんで?」「どうして?」→×

親が責めてると思ってしまう。その場を逃れたい。脳が色んな検索をかけて言い訳探し

そういう時は子供に任せるしかない

「いつもそんなことばかり」という尋問大会は解決にはならない

あとでゆっくりと話を聞き出してあげることが大切

言葉は子供にイメージを植え付ける

自分のことが好きな子どもに育ててほしい

偏差値が下位の大学は、会社説明会すら出れないという現実はまだある

偏差値高位の大学ほど、企業を選べる選択肢は増える

学歴フィルターは実際にあることを伝える

現実を伝えイメージをさえた上で、「勉強したければすればよい」、と伝える。

例えば、塾内に東大に行けそうな生徒がいる。

その子への指導は、(先生と)2か月に一回食事をして話すだけ

自立させるための指導をその子に合うように、あらゆるかたちでやる

高校も自分で選ばせる

そのために情報与える

その上で自分で決めさせる

そういう子は、みんな成績良い

自分のことは自分でやっていくようにするため、親の語りかけが大事

親が説教的になった時は、言葉に出さなくても、子供は視覚情報でキャッチする

言語的な内容は7%しか伝わっていない

説教タイム、尋問タイム、決めつけタイムは絶対にだめ

大事なことは、聞くではなく、眼、耳、心で「聴く」

そして認めてあげる

絶対にしないとイケないことは、根本的に子供のことを信じることである

(先生の)娘は小6まで父のことが嫌いだったと告白

娘に聴いたが理由はわからない

一つ分かったこと、それは、父（先生自身）が代わった
子供と向き合う覚悟を決めた。その時から娘の心境も変わった。

失敗を許せる親になること。子供の行き場つくってあげる

例：100点取る、ほめることもよし悪し

100点とる⇒ほめる⇒92点とる⇒よしとしないので子供はそのことを隠したくなる

いつもほめると、難しいことへのチャレンジよりも簡単な方にチャレンジするようになる

大事なことは、褒めなくても子供に対して共感すること

反省してから寝るはあまりよくない。

寝る前の記憶が一番定着しやすい。

よいイメージを作って寝る

何か事が起きることと、未来は関係ない

大事なことは、その時頭の中でどういう反応をするかである

最悪と思う⇒連鎖的に悪いこと起こる

よかった！ラッキーと思う⇒よい未来をつくることができる

思った方の未来が結果をかたちづくっていく

起きたことは関係なく、その時にどう思うかで未来の結果が違ってくる

Iメッセージと Youメッセージ

Youメッセージ

「早く帰ってこないダメでしょ」

あなたがダメでしょが youメッセージ

Iメッセージ

「早く帰ってこないとお母さんが物凄く心配になる。早く帰ってきてくれると嬉しいの」

潜在意識には、相手も自分もない

自己犠牲はダメ

自分の機嫌をとることは大事。そうすることで子どもに笑顔で機嫌よく当たる

親の表情、親のトーンを子どもはよくわかっている

○次世代型思考～全ては自分の中にある～

人間の68%は水

ありがとうと語りかけると水が結晶に変わる

罵倒されると、(体の中の)水が分解される

脳は言葉にしか反応しない

ある生徒の話

同級生が亡くなった時に、はじめて自分が生きてることがありがたいことに気付く
冬に暖房効いた部屋で勉強できるのがありがたい、と思えた
机に向かって毎日「今日も勉強させてもらってありがとう」
意識も結果も変わってくる

速読について

前出の速読を実演してくれた高校生は、3か月のトレーニングで1分間に40万字
3秒で1冊読む
全員1分間で20万字は簡単に読める

言葉によって人は動く

お腹が空いた 暑い

青⇒青 「緑」も青という

なぜか？ 古典に「緑」という言葉はなかった

どれだけ本を読んでもか、言葉を知ってるかがとても大事 ※空間理解も大事である
単語数がたくさん持っているほど、感情も豊かになる

例えば色の違い

※赤だけでももの凄い種類がある。

紅色／紅／深紅・真紅／薄紅／退紅・褪紅／今様色／唐紅・韓紅／緋色／浅緋／深緋／猩々緋／蘇枋／薄蘇枋／茜色

言葉が増えると感性も表現力も豊かになる

言葉が一番大事

脳科学的な成功

1 日々の口癖を変える 中変えるより外変える方が早い

2 日々のイメージを変える

3 自分の感情⇒自分の機嫌をとる

4 そして行動をとる

今、ここ、私⇒感謝は大切

言葉を変えると起きる現象が変わる⇒考え方が変わる⇒夢が実現しやすくなる

思っているよりも口に出すと実現しやすい

思考は言葉により成り立つから

言葉には想いをエネルギーに変える力がある

実験：タッパに入れたご飯の上に「かわいいね」「ばかやろう」「無視」という文字を書く

その言葉を語りかける

「無視」が一番腐りやすい

その次に腐りやすいのが「ばかやろう」

「かわいいね」が一番腐りにくい
違和感があっても、言葉を言い続けるとそっちの方に移行する

目標と目的は差があるほど実現しやすい
例えば、目標も目的も「トヨタの社長になること」×
目標はトヨタの社長になること。目的は日本、世界のモータリゼーションを変えること○
みんなが嬉しくなることは実現しやすい Win-Win-Win

ことばを完了形にする
全国一位になりますように ×
全国一位になりました ○

好きなことをやり続けたほうがよい
その時に大事な考え
自由とは自分で決めたことを選択し、行動して結果に責任もつことである
楽しいのと、楽なことをするのは違う

相手を変えたいなら自分を変える
不安や心配は防衛本能の一種であるが、度が過ぎるのはだめ。
大丈夫、すべてはうまくいっている、と言い聞かせる
自分の潜在意識から答えをうまくキャッチする
Win - Win - Win ならばうまくいく
不安が出たならば、「このハラハラ感がよい」と思う

引き寄せるのはアイデアであり、機会であることを認識すべし。
自分の機嫌をとり笑顔でいると、潜在意識からよい情報をキャッチしやすい
仲間を増やすと大きな仕事ができる

(先生の想い) 日本の教育を変えたい
頭のよい子、感性のよい子増やしたい。

依存、執着を手放し、自律をする
たくさんの本を読むことは大事
ビルゲイツ、スティーブジョブズは子供の教育に iPad 持たせていない。
ミニ図書館をつくって、本に親しむ環境づくり。

思っているだけではダメ。行動することが必要である。

人は変化を嫌う生き物

行動起こすのは変化すること

2020年には今ある職種の65パーセントは無くなる

変化が大きい時代だからこそ、自分をしっかり持つことが大事である。