

「ゆりの樹幼稚園の教育は《 きらめき脳 》をつくる！！！」VOL.1

学校法人 高杉学園 学園長 高杉美稚子

茂木健一郎さん、お名前を聞いてどのくらいの方が興味をお持ちでしょうか。

最近ではテレビに登場されることも多く、ご存知の方が多いかもしれません。

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、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、東京工業大学大学院連携教授でもあります。

発行されて6年がたつのですが、最近、茂木健一郎さんの「ひらめき脳」の本を初めて読みました。茂木さん自身が著書の中で「私の本は、中身は面白いけれど文章が難解で読みづらいといわれてきました。

そこで、今回は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。

日頃、経験と教育学だけでは、これからの時代に変化についていけないと思い、脳科学をベースにした教育学、心理学を学んできました。その中でこの「ひらめき脳」は茂木さんがチャレンジされたように本当に理解しやすく、面白く、一晩で一気に読んでしまった本です。

最近では、「難しいことを、わかりやすく、かつ面白く」解説する本や番組が多く取沙汰されています。

難しいことを理解する努力も必要ですが、一方で、このような専門の方がわかりやすくする努力をして下さることは、自分の知らない分野に興味を持つことができる「初めの一歩になる」という意味で、大変ありがたいことです。

この本を読むにつけ、ゆりの樹幼稚園の教育は、すでに、この「ひらめき脳」をつくることができている、その教育環境が整っているなあと嬉しくなり、改めて「がってん！」と納得することも多く、今号は脳科学の見地から「ひらめき脳」を参考にさせて頂き、ゆりの樹幼稚園の教育を考えてみようと思います。

もちろん、ゆりの樹幼稚園の教育方針は、私の長い間の学びと、幼稚園での教育の実践と子育てや、職員を人間として育てる人育ての体験、そして教育学と心理学の学びを通して私自身育ち直してきた、その実体験の中から作り上げてきた、どこにもない独自の教育理念・方針・実践であると自負しています。

そして、ゆりの樹幼稚園の教育が、今の子ども達だけではなく、20年先を見越した「ゆりの樹スピリッツ」として卓越した教育であることを保護者の方が感じてくださり、同時にこの教育が保護者の方の心も成長し、癒すことができる、だからこそ、このゆりの樹幼稚園を選んでくださる方が多く、また、ミセスカレッジでの子育て講座の参加者やカウンセラーの方が勉強に私の元へ来てくださるのだろうと感じています。

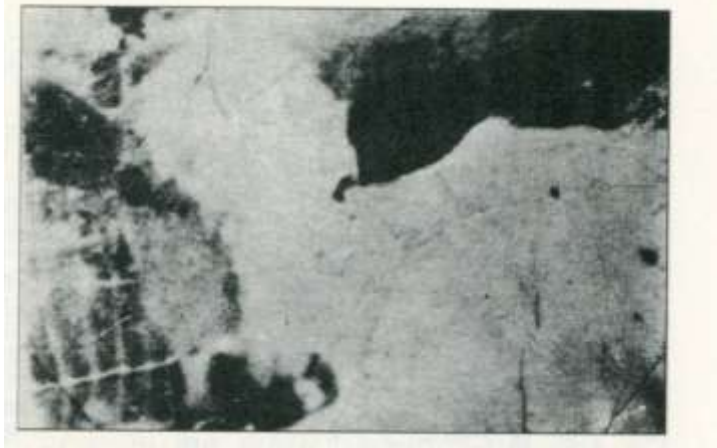
今、この「ひらめき脳」を読んでもみると、改めてゆりの樹幼稚園の教育方針が、これからの時代に必要な「人として生きるための心のあり方」の奥底に響き、伝わり、同時に脳科学の見地から見た、人間の育ちに不可欠な教育であることが見えてきました。ゆりの樹幼稚園の教育は子どもにも、大人にも大切な教育であり、人として生きるための根幹であると感じました。

なので、この「ひらめき脳」をゆりのき流に《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、ゆりの樹幼稚園の教育実践と照らし合わせて考えてみたいと思います。

以下、「ひらめき脳」の目次に沿ってお話を進めます。そして「少し小さい青の太い文字」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「—」は文章中略です。

少し、難しく感じる文章もあるかもしれませんが、茂木さんのお考えをゆりの樹の教育実践事例を通して腑に落ちるお話にできるようにチャレンジしますので、お付き合い下さい。

はじめに「アハ！体験」



この2枚の絵は何にみえたのでしょうか。回答は最終ページですが、どうかそれを見ないで、何日かかってもいいので1日数分「なんだ、これは？」と眺めてわかるまでチャレンジしてみてください。

さあ、どのくらいの時間、なんだか、のどを、うーんんとさすりたくなるような、頭をげんこつで叩きたくなるようなもどかしい時間をすごされたでしょう。

そして、一度「見えて」しまうと「これだ」「これしかない」と思えたのではないのでしょうか

こうした一連の体験を脳科学の言葉で「アハ！体験」といいます。――

そして、はっきりわかった時、「これだ！」と強く思え、なんだか満たされた気分になる。その喜びも分かるようになっていないのでしょうか。――

もはや、そのことに気づく以前の自分には戻れないほどの衝撃を受けたかもしれません。――

人間の脳は平常時と「アハ！体験」時では明確に異なる反応をします。――

うれしいことを表現する脳内の神経伝達物質であるドーパミンがタイミングよく放出されていることが知られています。この神経細胞の一斉活動とドーパミンの放出こそが「アハ！体験」の「わかった！」という感覚の正体だと考えられています。これはまさしくひらめきの瞬間のメカニズムそのもののなのです。わからない問題を考えている時間は脳がフルに使われているのです。脳の活性化が実現されている状態といつてよいかもしれません。

この「アハ！体験」こそが、ゆりの樹幼稚園の「**三つの教育**」そのものです。

★三つの教育の根幹★

- 1、**共育**―自立への援助として、子どもと同じ目の高さになって、同じ純粋な心をもって、子どもを取り巻く教師が、保護者がともに育つ「共育」
- 2、**響育**―感動と思い出を持って心と心が響きあう、子ども同士、大人同士、子どもと大人が、それぞれが問い掛けたことがかえってくるそんな「響育」
- 3、**驚育**―知ることの喜びは、驚きと発見の連続を育てる「驚育」

なぜだろう、不思議だなあと思ったことを解決する、その時の驚きの体験―「驚育」―こそが、ゆりの幼稚園の園児の「きらめき脳を育てる」のです。

その体験は、自主選択保育「ドリカムタイム」、縦割り保育でのワクワクタイム、クッキング、探検保育、冒険保育、吉塚ゆりの樹の「キラキラタワーでの選択決断の遊び体験」玄海・地島ゆりの樹の「自然科学体験」などの**体感保育**そのものです。

これは、脳科学でいうところの**アハ！体験**にほかなりません。

そして同時に「わかった！」と納得するまでの時間を大切にする教育のプロセス、「共に育つ教育」「心に響く教育」が大事なのです。

だからこそ、ゆりの樹幼稚園では、この教育のプロセス、「脳がいかに活性化していくか」の教育プログラム「共育」「響育」を理解して頂くために、毎回行事、保育ごとにその意義のお知らせをし、時間の経過の中で、何を会得したいのか、そして保護者の方にどう子どもたちに対応してほしいのかをお伝えし、そのプロセスを目で見て納得して頂くためのホームページも充実させているのです。

1、ひらめきの時代

時代によって求められる人材、能力の質は変わってきます。現代社会においてどのような能力が求められているのでしょうか。そのキーワードとして「創造性」と「ひらめき」と私は思っています。——

ひらめきは、決してコンピューターから生まれることはありません。人間の脳だけがそれを生むことができます。テストの成績で学力を比べるシステムでは、「ひらめき」は全く評価されません。——

「私は人より頭がよくない」とテストの点数や偏差値だけで判断してしまっは生まれるはずのひらめきも生まれません。脳というのは、抑圧をしてしまうと、潜在的な能力を発揮することができない器官なのです。——

ひらめきは、脳に最大の歓びをもたらします。しかも、その場限りで消えてしまう刹那的な快樂とは異なって一生消えることのない豊かな恵みを運んでくれるのです。学校のペーパーテストのために劣等感を抱き、自分のなかにあるせっかくのひらめきの種を生かさないのではもったいなくて仕方ありません。

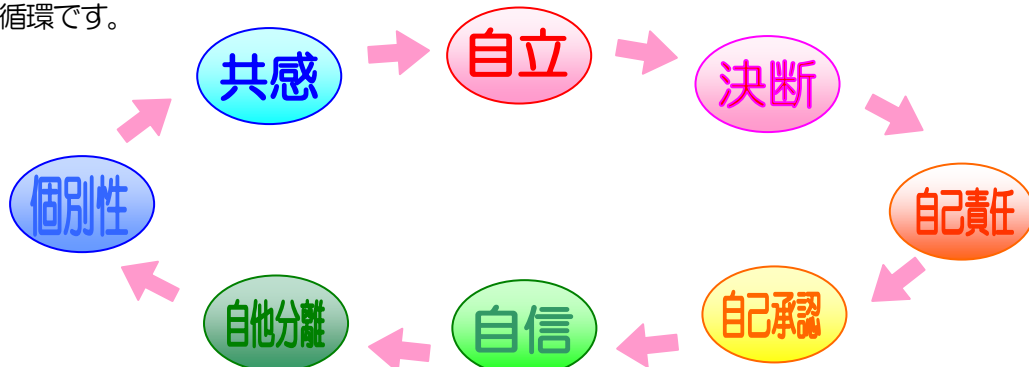
これからの時代は「ひらめき」が大切で、悩んで、悩んで、悩みながらも「どうしてかなあ」と探索するプロセスが充実している時に、もっとも脳が活性化し、その時間があったからこそ、その後のわかった瞬間、ひらめきの時にドーパミンが「ドーパ」と出て脳が喜ぶ、そしてこのひらめきは、学校の成績には関係ない、(学校の成績が悪いとひらめかないと思い込むことがひらめきを生まなくしているだけ)こういうことですね。

そして、脳を抑圧しないで、潜在的な能力を発揮するとは、自分の感情を抑圧しないで、自分の感情に気づき、自己選択決定していく環境のことだと私は思います。これはまさしく、ゆりの樹の教育の「3つの柱」の中の一つ目「自立」のこととリンクしています。

★ゆりの樹幼稚園で目指す教育の三つの柱★

- 1に「真の自立への道」(個性性と共感)
- 2に「知ることの喜びを与えること」(自己成長の継続と問題解決能力)
- 3に「感動と思い出を作ること」(生命の尊重と危機管理能力)

自立に為に必要なことは、自分の感情に気づいて自己選択、決断する、皆さんもうご存知のゆりの樹幼稚園の自立の循環です。



そして自立のために必要なことは、ゆりの樹のスピリッツ「10E・エモーションとエンパワメント」です。自分の感情に気づいて自己決断できてこそ、エンパワー・人間力が発揮できます。

この人間力こそが一人一人の潜在能力を信じる源になるとゆりの樹幼稚園の教育方針でお伝えしています。ひらめきが起るために不可欠なことですね。

エモーション

自分の感情に気づき、
受容し、自己決断する

エンパワメント

一人ひとりの潜在能力を信じ、
発揮できる人間力を高める

そして、「ひらめき脳」ではさらにこうも述べられています。

リラックスがひらめきを生む

ひらめきが生まれやすい環境とは、脳がリラックス—われわれ研究者は脱抑制という言葉を用います—できる状態のことなのです。極限すると、ひらめきは脳に対する抑制を外しさえすれば勝手に起こってしまうものなのです。問題はそれのように自分の潜在能力に気づくかどうかという点にあるといえるでしょう。

ゆりの樹の教育では、感情に気づいて、自己決断できた時にエンパワーがでて、人は、自分の潜在能力を信じることができる。さらに、人がどう思うかを気にすることなく、自己決断ができたときに、リラックスが生まれる。

そして、「私は私でいい」と感じた時に緊張や不安がなくなる。その時、ありのままの自分のエネルギーは希望で明るく満ちてくると考えています。

まさしく、**ゆりの樹の「10E」**は、ひらめきが生まれるために必要な教育のあり方ですね。そして同時に「ひらめき脳」では次のことも大切だと述べています。

エンパワメント

リラックスし、緊張や不安がないとき、ありのままの自分のエネルギーは希望で明るく満ちてくる。

最後まであきらめない心、悲しくても苦しくても、何があってもそれを乗り越えていくことができる心

—「自ら育つ」教育

スランプがひらめきを生む

同じリラックスするのでも、座っている時よりも歩いているときのほうがひらめきやすい。ある程度の運動をしているほうが脳の活性化が促進されます。—

リラックスが必要な一方で、ずっとぼんやりしているのではひらめきは生まれないことも、また事実です。やはり、緊張と弛緩のメリハリが重要であるということは、私達の経験から照らしても明らかでしょう。—

人間はある程度追い詰められなければ、本当のひらめきを起こすことはできないようです。—

ひらめきを人生の知恵と考えると、スランプに落ちいった時こそ、ひらめきが必要とされる、あるいはスランプの時こそひらめきやすくなると考えることもできます。—

「なぜだろう」と探索したり、スランプを体験することでひらめきは生まれるのですね。

もっとも、脳が活性化する時間、つまり、なぜだろうと探索する時間「**驚育**」「**共育**」「**響育**」のプロセスの中で、その時ゆりの樹で大切にしたい次のことは、「**三つのかわり**」です。

★ゆりの樹幼稚園が考える三つの友達とのかかわり

- 1、「私は私」という自分の存在の確立
- 2、「私とあなた」という二者の関係、共に生きるということ
- 3、皆の中の自分という存在

「私は私でいい」を確立するには、アイデンティティ「私は私」と言うものがあくまで、自分だけに固有なものでありつつ、「私が私である」事を確認する為には、他人や集団が必要で、他の人々の繋がりの中でしか存在できない、私が確認できないという相反性を理解しなければならないのです。

自分の感情に気づいて、居心地がよいかわいかに気づいて、自分の気持ちを伝える(エンターテインメント)ことから「私は私である」ことが始まります。「私が私である」ことができたときは、けんかが起こります。

だから、ケンカは自分が確立できた証です。ケンカをした時、相手の気持ちを受け止めなかったら、「ジャイアン」になります。「ジャイアン」は相手と心が通じていないので、本当は寂しいのです。自分の気持ちが出せなかったら、ケンカにはなりません、相手の言うことを聞くだけでは「パシリ、アッシー」になります。我慢して我慢して我慢した子どもは、いつか切れて爆発してしまいます。

ゆりの樹幼稚園ではケンカはダメではなく「自分の気持ちが出せたねえ」とまずは受容することから子どもとの対応は始まります。このわかってくれた時の「ほっと」した気持ちが人の心を育てます。そして、相手の気持ちをどれだけ受け入れて、どれだけ自分の気持ちをつらぬいたらいいのだろうと「人とのほど良さの加減」を学んでいくのです。そうした、かわわりを学んだ子どもが、「皆の中の自分の位置」を確立し、初めて「社会的動物」へと育っていくのです。

これは入園説明会でもいつもお話しすることですね。

茂木さんの「ひらめき脳」では、「なんでだろう」と頭がちりちりする時間、スランプこそが「ひらめき脳」を生むと述べていますが、ゆりのき幼稚園では、決して子ども達の「つらい、苦しい、悲しい体験は排除しないで、その中から何をどう感じ、学ぶか、何を決断し、どう乗り越えていくかをこの「3つのかわり」を通して大切に育てています。

その時、大切なことは、何があっても「**あなたが大好きよ**」と**すべてを受容すること**から始めることが根底です。自分の感情を受け止めてもらえたことと同時に、最低、最悪の自分を受け入れてもらえて初めて、人は、「私は私でいい」を受け入れ、自分に正直になれるのです。

「私は私」を受け入れた人は人に認められようと、「私が、私が」「私を認めて、認めて」と「我」をはり続けることなく、場を読んで人を立てることができるので謙虚です。そして、自分に正直になれたとき、人の目を気にせず、行動変化するできるので、本当のリラックスを獲得できるのです。

だから、子ども達のつらい、苦しい、悲しい体験を排除してはいけません。

そして、あえてつらい、苦しい、悲しい、ケンカの体験は幼稚園のプログラムでは設定できないので、昇華された競争心が芽生える「運動会」や「ドッチボール大会」「なわとび大会」「カルタ大会」などが定期的にカリキュラムに組み込まれているのです。

「なんでこうなるの」という体験があって、「負けて悔しい、悲しい」という感情を出せて、その気持ちを分かってもらえて、自己受容し、他者受容ができるようになり、「私は私」「私とあなた」「皆の中の私」というアイデンティティが確立していくのです。

だから、教師や親には「待つ姿勢」が大切なのです。「親」という字は立って木の陰で見ると書きます。ただルールを学ばせればいいのか、親にも、教師にも忍耐も待つ姿勢もいりません。

そして、ルールだけを学ばせればいいのか、やみくもに言いつければいいかもしれませんが、それでは人はいつか切れてしまうし、自分が聞きたくない言葉をいう人の話は聞こうとしなくなります。

また、口やかましくいう人の前だけです。「いい子」を演じるようになるか、陰で嫌なことをする子に育ってしまうかです。

だから、自分の感情に気づいて、自己選択、決定し、「だって、でも、どうせ」の言い訳と自己蔑視をしないで、自己責任を取ることができる「**教育の自立の循環**」が大切であり、自立の循環ができた人が、

「**ゆりの樹の10E**」のエンパワーが出て、自分の生活をエンジョイし、人にそのことを伝えられて、エクセレントな人生を歩み、人の目を気にせず、行動をエクステンジできる、行動変化、すなわち成長ができるのです。それができると「**ゆりの樹の目指す人間像**」に近づくのです。

「ごめんなさい」がいえる謙虚さ、「わからない、教えて、助けて」がいえる正直さ、「ありがとう」がいえる自他肯定を獲得して、柔軟性がある、勇気があり、自己責任がとれ、人の良いところに焦点を当てることができる「心も体も健康な人」になれるのです

ゆりの樹幼稚園がめざす人間像

- 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**—**かしこく、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、何ができるかを考えようとする

悩む時間も惑う時間も苦しい、悲しい、体験も楽しい、うれしい体験、と同時に大切なのです。

必要なのです。そして、それを乗り越えられるかはひとえに「受容されているか」にかかっているのです。苦しい時、悲しい時、つらい時、自分の気持ちをわかってくれる人がいる、こんな私を大好きといってくれた、だから心が開かれて、「私は私でいい」を獲得し、リラックスした人生が送れるのです。

そして、思い通りにならないのも人生です。そして、その時間がさらに次なる「アハ！体験」を増幅させるのです。そして「**思い通りにならないから、人生は面白くもある**」のです。自己受容した人は失敗も、思い通りにならないことも、「そんなこともあるさ」と受け止められるようになるのです。

「**最後まであきらめないというエンパワー**」を獲得した人は「**いさぎよくあきらめる**」ことも同時に手に入れるのです。相反するものを同時に受け止める「寛容さと中庸」を身につけた人は、どんなことも、愛情を持って客観的に見ることができ、何があっても動じなくなります。そして勇気を持てるのです。

だから、**どんな時もまずは「気持ちを受け止めてあげる」ことからゆりのき幼稚園は出発する**のです。

（「気持ちを受け止めてあげる」とことと「わがままをきく」ということは別です。気持ちを受け止めてあげると、自己受容出来て、本当にどうしたいのか、どうしたらよいのかという答えを自分で出せるようになる、つまりは自己決断ができる・・・とゆりの樹の教育理念は循環しています。）

このように、その子ども同士のかかわり、教師と子どものかかわりのプロセスの中でさらに脳が活性化し、ゆりの樹幼稚園の園児の《きらめき脳》が育っていくのです。

気づかないことに気づく

「なぜ自分は気づかないか」を考えることが、ひらめきへの近道にもなってくるといえるでしょう。

ニュートンはリンゴが落ちるのを見て重力の存在を発見しました。それまで誰もがリンゴのみならず物が落ちるのを見ていたはずですが、そこから重力という概念を思いついたのはニュートンだけです。――

こうしたそれまで気づかなかったことにパッと気づき、風景が一変するような瞬間というのは人生の素晴らしい瞬間です。――科学でも人生でも、「気づかないことにいかに気づくか」ということが重要です。少々ややこしい言い方ですが、まずは「気づかないということに気づく」ことが新たな気づき、つまりひらめきを生み出すのです。――

さて次号は「気づかないことに気づく」この続きからはじめます。

2ページの答え 「牛」図左半分に牛の顔 「地中海」白い部分が陸 見えますか？