



ラーニング・シー代表 臨床心理士 福田あかり

こんにちは。福田あかりです。

私は、とちぎリハビリテーションセンターで相談員として5年間勤務後、県北地区で発達および教育相談等に5年間従事しました。現在は、ラーニング・シーでカウンセリングをお受けしつつ、保育園の巡回相談や市町の発達相談、放課後等デイサービスや学校でのワークショップ、スクールカウンセラー、などをしていきます。シンプルなエクササイズからマル

チタスク、また認知能力強化教材でのプリント学習、そしてトラウマへの非言語的なアプローチなどを中心に、その方に合わせて働きかけをしています。

からだに働きかけるアプローチを実践するようになったきっかけは、子育てに苦しむママたちの圧倒的な無力感、疲労感を発達相談でお受けしていて、自分のこのやり方でいいのかと疑問を持っていたからでした。ある小学生のお子さんのお母様が、「学校から帰宅すると何時間も勝つまでじゃんけんを続ける、勝っても満足できないんです。」とお話されました。じゃんけんを止めようと言うと、癇癪を爆発させ、登校が難しくなるでしょう。怒らず忍耐強く応じ続けているお母様に、関わり方の助言をしても「それはもうやっています」という言葉が返ってきます。お子さん自身も疲れ果てて辛いはずで

言葉での関わり方だけでは限界があることを痛切に感じました。そして、お子さんは好きでこだわったり、癇癪を起こしているわけではないのです。何か手立てはないものかと探していました。2011年、東日本大震災後、被災地支援に行ったときにブレインジムの話を聞き、これだ！と思い立ち、ブレインジム101公式講座を受けました。すると、私自身の緊張しやすさや焦燥感がやわらいだのです。

早速、相談の場で使ってみると、子どもの気持ちたちが穏やかになり、落ち着いて課題や遊びに取り組めるようになったり、集中する姿が見られ手応えを感じました。その後、原始反射について学びました。

学習の困難さや発達でこぼこさんのお困りごとに大きく影響していることを知ってびっくりしました。なぜこんな大事なことが一般常識じゃないのでしょうか！

ラーニング・シーのミッションは、少しでも発達でこぼこさんやそのご家族が気持ちよく生活し、伸び伸びと力を発揮されること、だれもがいつでもゆるゆるわくわく学ぶことを応援することです！

【保有資格】

- 公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会認定 □臨床心理士
- 米国教育キネシオロジー財団認定・NPO法人日本教育キネシオロジー協会登録
- ・ブレインジム・インストラクター／コンサルタント
- ・ダブル・ドゥードゥル・プレイ・インストラクター
- リズムミック・ムーブメント・トレーニング・インターナショナル認定
- ・コンサルタント・入学準備コースインストラクター
- Movement Based Learning Inc. 認定
- ・ビルディング・ブロック・アクティビティズ・インストラクター
- ICELP認定
- ・フワイヤーシュタイン認知能力強化教材ベーシックⅠ・Ⅱ・メディテーター

LearningSea

ラーニング・シー

自分のからだに耳をすませば、海のように
広く深く輝き響く、豊かな学びを感じます。

弱点に光をあて自分の強みとしてはぐくみましょう。すると、自分が持つ力の豊かさに
気づきます。そして周りの人が同じように
豊かさに満ちていることに気づくでしょう。

ラーニング・シーのミッションは、

「誰もがいつでも伸び伸びと力を発揮し、
ゆるゆるワクワク学ぶ」ことを応援すること
です。いつもみなさまを応援しています。

【お問合せ・ご予約】

栃木県宇都宮市東宿郷4丁目6-15-305

TEL:028-307-6749

電話番号:080-6883-1199

FAX番号:020-4666-1907

E-メールアドレス:info@learningsea.jp

Webサイト: <https://learningsea.jp>

★Webサイトの「予約日時」のページで
ご予約可能日時をご確認いただけます。

「お問合せフォーム」からカウンセリング
や講座のお申込みを受け付けております。

LearningSea

ラーニング・シー

運動から“脳の発達”をはぐくみます



登校しぶりさん

ソワソワさん

わんぱくさん

不安いっぱいさん

怒りんぼさん

不注意さん

感覚過敏さん

手先が不器用さん etc.

感覚過敏はやわらぎます。

癇癪やパニック、落ち着かなさ、集中力
は、“運動や体へのアプローチ”や
“栄養”で変化がみられるでしょう！

そもそも発達は、「重力からからだのバランスをとり、コントロールすること」から始まります。

私たちは、当たり前にからだを使えていると思っていますが、楽に効率よく動かしているでしょうか？

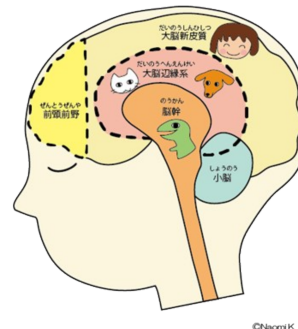
例えば、よく見よう、集中して読もう、文字を書こうとしたとき、私たちはしばしば呼吸を止めています。なかには「書くときに」肩に力が入ってぎゅっと首をすくめて、あるいは足指をぎゅーっと握りしめているお子さんがいます。全身を使って書いているのです。

からだの必要な部分だけを使うことができないので、エネルギーは栓のない蛇口のようにどこどこ流れ出し、消耗が激しいのです。だから書くことだけに消耗し、内容の理解を深めることまでたどり着かないのです。

発達でこぼこさんが「疲れた疲れ」と言い、集中力が切れやすい理由はここにあります。

「効率的に、からだを動かす」ことは、効率よく脳が情報をキャッチし理解し、表現する、ということです。

思うとおりに体をコントロールすることは心地よく、何をするにしても手応えを持てて達成感が着実に積み上がります。すると、気持ちが安定し、思考する力を深めていくでしょう。



<ご家族のご感想>

- 1か月エクササイズを続けたら、前かがみで猫背だった姿勢がまっすぐになってきました。身長が伸びました。(小1男児のママより)
- 学校では静かで目立たないのですが、帰宅するとイライラして親に当たったり、きょうだい喧嘩が絶えませんでした。エクササイズを続けて2か月ほどで経つと、随分、キレることが減りました。怒っても落ち着くまでの時間が短くなりました。(年長男児のママ)
- 文字をつめつめに書いていましたが、適度に余白をもって板書を写せるようになってきました。小1からこれまで様々なトレーニングを受けてきましたが、両眼視機能が変わりませんでした。こちらでトレーニングを受けたり、家庭で毎日エクササイズを取り組み、3か月後、両眼視機能が年齢相応に伸びているという検査結果をもらいました。(小6男児のママより)
- 落ち着きのなさが気になっていました。集団の中っているとテンションが上がってしまって、たくさん話しかけてしまいます。それが落ち着き、走り回ることがなくなりました。(小2男児のママより)。

●ご家族の毎日の取り組みがあってこそのお子さんの進化・成長です。繰り返しによって神経ネットワークがつながり、情報処理がスピードアップした結果ですね。



<サバイバルモード>

- 闘争-逃走反応(怒りんぼさん・登校しぶりさん)
- 危険だ！とご認識し、警戒モード発令！感覚刺激を過大評価します。生存が最優先！省エネモードになり、エネルギー消費の大きい大脳新皮質はお休み状態になるでしょう。
- ⇒言葉は入りにくいです。言えば言うほど、音刺激になり、サバイバルモードを強めてしまうでしょう。
- だから、“からだ”へのアプローチを！



お水は脳の働きを助けます！

脳の約85%はお水です。

脳はまるで電気コードのかたまり

銅線はお水です。お水をゆっくり飲んで、電気の通りを良くしましょう。



【カウンセリング】

<発達支援>

落ち着き、集中力、コミュニケーション、読み書き、計算、運動の不器用さ、感覚過敏、はずかしがり、登校しぶりなど、お困りごとの相談にのります。

原始反射による姿勢や動き、バランス感覚、眼球運動などから、手立てをお伝えします。

<トラウマケア>

家庭や学校、職場などさまざまな人間関係の中で、ちょっとしたことで深い傷つきになっていることがあるでしょう。無理をして思い出す必要はありません。明日に向かって顔を上げて前へ進めるように、その方のペースでやわらかくケアしていきます。

■使う心理療法・トレーニング

ブレインジム、ビジョン・トレーニング

ビルディング・ブロック・アクティビティズ

リズム・ムーブメント・トレーニング

ブレイン・スポッティング、頭のタッチセラピー など

■対象 乳幼児～成人

■料金 60分 5,000円 90分 7,500円、
120分 10,000円

*初回は90分間です。

【認知能力強化教材・LPAD】

認知能力を高めるイスラエルのプリント教材です。

読み書きや、コミュニケーション能力、応用力を上げたい方に実施しています。発達でこぼこさんがひっきりやすい部分を細やかに拾い上げられる教材です。理解力・表現力など、能力を高めたい大人の方にも最適です！

■ 料金 60分 5,000円

【脳と身体・ここを知る公式講座】

開催日時はWebサイトやメーリングリストでご案内しております。この日に開催してほしい！というご希望をお待ちしています。

■ブレインジム101公式講座(3日間)

■ビルディング・ブロック・アクティビティズ(1日間)

■リズム・ムーブメント・トレーニング(2日間)
学習・入学準備コース

■ペアレント・トレーニング

■その他 ご要望に応じて研修を承っております。