

# 教育相談だより

別府青山・翔青高等学校  
第6号 2017, 3 発行

## 3学期も終わりです。

3年生が卒業し、高校入試も終わり、新年度に向けて様々な流れがすでに始まりつつあります。ですが、流れに吞まれて「今」の時間をも流してしまわないように、未来に繋がる「今」をじっくり、大切に過ごしていきましょう。

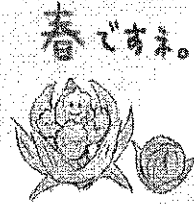
この1年間、同じ時間を過ごしたあの人やこの人、これからの1年を共に過ごすかも知れない誰かさん・・・に思いを馳せつつ、反省やら期待やらの時間を持つのもいいでしょう。春はもうすぐそこまで来ています。。。

## 「仲良きことは美しきかな」

～ スクール・カウンセラー、安達先生より ～

『あくびがうつる』という言葉があります。他人があくびをしているのを見ると、つられて自分もあくびをしてしまうことを言います。皆さんも経験したことがあるでしょう。

相手の動作を真似してしまうのは、集団生活をする哺乳動物に共通した習性であることが知られています。この習性が、脳にある特定の細胞の働きによることが、約30年前にイタリアの脳神経学者によって発見されました。きっかけは、学者がアイスクリームを食べているところを、実験中の猿から見られたことでした。イタリアの学者は猿の頭に電極を付けて、猿がある動作をしたときに脳細胞のどの部位が反応するかを調べていました。猿がアイスクリームを食べると脳のどの部分が反応するかについては以前の実験で分かっていた。ところが、この時は食べてなくて食べるのを見ただけなのに猿の脳の同じ部位が反応したのです。その後研究を重ね「脳の中には、自分が動作をしても、相手が同じ動作をするのを見ても、同じように反応する特定の脳細胞が存在する。」という説を発表しました。そしてこの箇所をミラー・ニューロン(鏡・脳神経細胞)と名付けました。例えば、ミラーニューロンは自分でサッカーボールを蹴ったときも、ボールが蹴られるのを見たときも、その音を聞いたときも、「蹴る」という言葉を聞いたりしただけでも、すべて同じように反応するのです。



私たちはミラーニューロンがあるおかげで、相手の行動に込められた感情や思いを自分のことのように理解できるのです。私たちがコミュニケーション(意思を伝えること)をとる上で、無くてはならない大切なものです。

人類がミラーニューロンを持っている理由は「集団の中では、お互いが理解しながら助け合うことが人類にとって有利であるから」と考えられます。「仲良くすることがよい」のは、教えられたからではなく、みんなの脳の中に備えられている本能による教えなのです。これに反する行為をする方が間違っただけで学んでしまったことなのです。

十数万年も昔に現世人類が出現したとき、哺乳類から引き継いできたあなたのミラーニューロンを大切にしましょう。

鏡に関係したクイズを二つ出します。

- ① 皆さんは、鏡の前でいろいろな表情をしたことがあるでしょう。しかし、ある表情をした自分の姿は鏡を何枚使っても自分で見ることはできません。それは、どんな表情でしょうか？
- ② 鏡に映っている自分の姿は右と左が逆さまになって見えます。何故上下は逆さまになって見えないのでしょうか？

※ ①は易しい。②は非常に難しい。ヒントは上下・左右・前後の三本の矢印を鏡に映してみましょ。

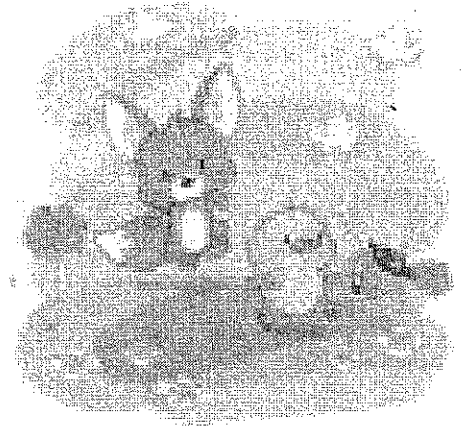
(答えは4月号で。)

## 春休み♡

新学期を迎える長期休みの中で、1番落ち着かないのが「春休み」ではないでしょうか？クラス替えや新しい授業、新しい先生、新しい教室、教科書など・・・未知の世界に入っていく時の不安感や緊張感も誰かが感じるものです。楽しみに待つのか、マイナスイメージで待つのか。

同じ「待つ」ならば、イヤ～な気分でも過ごすより、「いいことあるかも」という楽しい気分で新学期を待った方が、絶対いいはず！

どんと来い！4月！



【誰かに話したい時は】

チャイルドラインおおいた

0120-99-7777

(PM4:00~PM9:00)