

もくじ

手と脳はつながっている 3

まえがき 4

本書で使う手の名称と説明 9

第一章 ダウン症のRくん 19

1. Rくんの手の変化

(1) 気持ちを大事にした子育て

(2) フォーカスする瞬間を見逃さない

2. 可能性を呼び覚ます子育て

28

3. 親も子もストレスをためない子育て

32

(1) 子どものストレス

32

(2) 左手の変化は心の成長

34

(3) Rくんのママが伝えたいこと

36

第二章 手と脳はつながっている

39

1. 手は意識で変化する

41

(1) 手と脳はつながっている

41

(2) 手から何がわかるの？

46

3つのパーツ

49

2. 左右の手が教えてくれる事

- (1) 左右の手の違い
- (2) 手のひらを見てみよう
- (3) こころとからだの土台

3. 手のひらの線は生きるために必要な脳のはたらき

- (1) 3本の線の使い方
- (2) 3本の線でわかる事―何を活かすかという使い方マニュアル―
- (3) 線の濃さが教えてくれること

4. 指を見ればどんな気持ちで行動しているかがわかる

- (1) 指の役割
- (2) 指のバランスを見る

【コラム】ますかけ線

第三章 子どもの手を見る

77

1. 左右の手の見せ方を観察する

(1) 手の柔らかさをチェック

(2) 指の状態をチェック

79 81

2. 手のひらと指の状態のバランスを観察する

(1) 無気力でなんとなく学校へ行かないケース

(2) 自分らしく動けないジレンマを抱えているケース

82 84 85

3. 手のひらを観察する

(1) こころの活動を見てみましょう

(2) 生まれたときからある線・成長とともに変わる線

86 94

4. 指を観察する

- (1) 4本の指を観察してみよう
- (2) 4本の指には役割がある

98 96 96

第四章 すべての行動には要因となる「ところ」がある

103

1. 行動する力と三つのところ

- (1) 行動の原因を知る

105 105

2. 手の中の三つのところ「知・情・意」

- (1) 知…知能線 — 小指 —
- (2) 情…感情線とわくわくゾーン — 薬指 —
- (3) 意…運命線 — 人差し指 —

110 108 107 106

3. 「知」「情」「意」のバランスを考える

(1) せねばならないが多い時代

(2) 「情」を優先すればストレスのない行動につながる

116 115 114

4. 行動する肉体の力 生命線・肉体ゾーン — 中指 —

(1) 行動欲求と根性 — 生命線 —

(2) スタミナ — 肉体ゾーン (親指の付根) —

(3) 底力 — 手首の線 —

(4) 行動とからだの状態とのバランスチェック

121 120 119 119 118

5. 不登校のこころ

(1) 子どもが学校に行きたくないと言ったら

(2) 小学校5年生の男の子

(3) 中学校三年生の女の子

128 124 123 122

第五章 子育て中のママと子どもに関わるすべての人へ

141

1. 子育て中のママ、パパへ

- (1) 目に見えることだけが子どもの姿ではない
- (2) 子どもが健やかに育つために

マズローの自己実現への階段

150 145 143 143

2. 子どもに関わるすべての人へ

- (1) 幼児期の子どもに関わる人へ（保育士・幼稚園教諭）
- (2) 学校で子どもに関わる人へ（小学校・中学校の先生、養護教諭、スクールカウンセラー）
- (3) 子どもの個性を受けとめる人へ（フリースクール・児童養護施設・障がい児の支援者等）

161 158 157 156

137

ご案内
おわりに

169

165