

自分らしく生きる習慣づくりプログラム  
for children

# ゆめいく Jr.



小4～高3対象



お子さんが  
こんなこと言っているとしたらどう思いますか？

**「自分はできないことばかりで、  
自分のことが嫌いです。」**

そんな風に自分のことが嫌いだった子が  
ゆめいくJr.を受けて

**自分に勇気、自信がつかしました！**

と言ってくれています。

1000人以上の親子の悩み相談を受けてきて  
わかったことがあります。

そのうちの1つは

**自分のことが好きで、自信がある子は意外と少ない  
ということです。**



社会問題のもなっていますが、今の日本の子どもたちは  
自己肯定感が低い子がとても多いんです。

自分を好きになり、自信を持ち、自分らしく生きる  
それがゆめいくJr.プログラムです。

これから子どもたちが生きていく時代は、  
いろいろなものが自動化し、人がしなくても  
機械（人工知能）がいろいろなことをしてくれる  
時代だと言われていています。



これまで当たり前のようにあった仕事の多くが  
加速度的に時代の役割を終え、今は存在もしていないような  
誰も想像できないような新しい仕事が  
次々と作られて行くと予想されています。

そんな時代で今後活躍する人は、機械にはできないことを、  
つまり

**人にしかできないことをする人**  
だと言われていています。

それが、**自立型の人**なのです。



実際このような予測から、  
様々な取り組みがすでに始まっています。

これまでの学習は、まさに**機械的**でした。  
知識の伝達、注入、暗記が中心で、いかに覚えているかが  
重要とされてきました。

しかし、「記憶」は人工知能がすべてしてしまいます。  
そのため、知識を前提とした想像力、創造力を  
高める学びへとシフトする流れが来ています。  
先生と生徒、生徒同士がコミュニケーションをとりながら  
一緒になって刺激を与えながら成長の場を作り  
学習者が主体となり問題を発見し  
解を見つけ出していくアクティブラーニングを  
文部科学省が推奨し、小中高に導入する流れとなっている  
のがまさに象徴しています。  
明らかにこれからの時代に必要な  
求められる能力が変わってきた証拠です。

そして、大学入試も2021年度から大きく変わる  
といわれています。大学入試改革です。

現状の大学入試センター試験が廃止され、  
「高等学校基礎学力テスト」と  
「大学入学希望者学力評価テスト」  
の2つの試験が導入されます。

その大学入学希望者学力評価テストで試される力は、  
主に「**思考力・判断力・表現力**」です。

そしてもう一つ。

大学個別の選抜においては、

「**主体性・多様性・協働性**」

などを試せるように、

**多面的・総合的な評価**を行うようになるということです。

まさにアクティブラーニングで身につけた力を  
発揮するための入試形態と言えますね。

**知識の習得ではなく**

**知識の活用**

まさに**自立型の姿勢**そのものです。

一方で、これからの社会を作っていく今の子どもたちは  
多くの問題を抱えていると言われてています。

**やる気になれない、無気力**  
**プレッシャーに弱い**  
**あきらめやすい**  
**周りの人の目が気になる**  
**自分に対してプラスのイメージが持てない**  
**ストレスをコントロールできない**  
**感情をコントロールできない**  
**自信がない**  
**未来に希望を描けない**  
**人とうまく関われない**

モチベーションが上がったり下がったりすることで  
なかなかやる気が安定しないということはないですか？

やる気になれないというのは、  
エネルギーを一つの大事なことに注ぐことが  
できずにいる状態でもあります。

なんのためにこんなに頑張ってるんだろう  
なんでこんなにうまくいかないんだ

そんな風を感じてしまっているのかもしれない。

## ●文部科学省 平成20年度全国学力調査、学習状況調査

### ■将来の夢や目標を持っているか（小・中学生）

<小6>	当てはまる	67.7%	どちらかといえば、当てはまる	17.1%
<中3>	当てはまる	43.2%	どちらかといえば、当てはまる	27.6%

**小6で約15%、中3で約30%が夢や目標がないと言っている**

## ●NHK放送文化研究所 「中学生・高校生の生活と意識調査平成15年」

### ■早く大人になりたいか、なりたくない理由

(高校生)	そう思う	34.3%	そう思わない	56.6%
(中学生)	そう思う	33.1%	そう思わない	57.7%

理由1位： 子供でいる方が楽だから

理由2位： 大人になることがなんとなく不安だから

理由3位： 大人になって仕事や家のことをちゃんとやっていける自信がないから

**中学生、高校生の半分以上が「大人になりたくない」と思っている**

## ●筑波大学留学センター 平成14年

自分の将来に大きな希望を持っている中学生

(中国)91% (韓国)46% (日本)29%

**約70%の中学生が大きな夢を持ってない**

## ●財団法人日本青少年研究所の調査

「自分が価値のある人間と思うか」という質問に対して、「全くそうだ」と答えた割合(%)

アメリカ	57.2%	中国	42.2%
日本	7.5%	「まあそうだ」を含めても	36.1%

**65%近い人たちが自分はダメだと思っている**

## ●内閣府 平成26年度 子ども・若者白書 (自己認識)

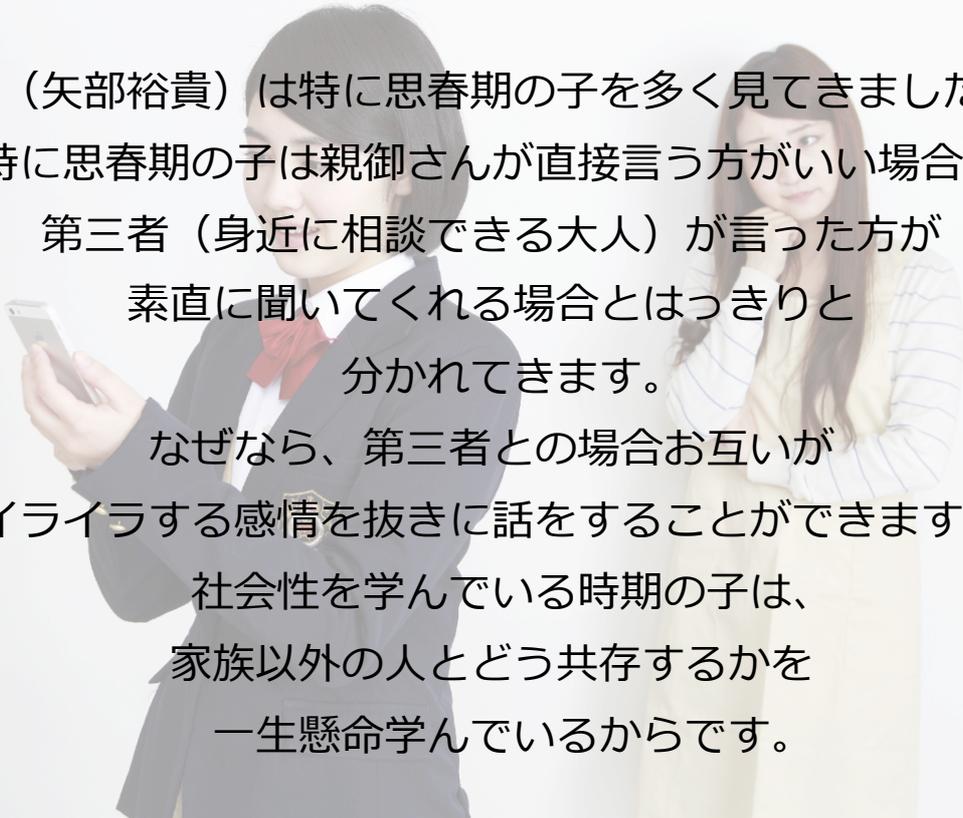
### ■自分の将来に希望を持っている

**約40%近い人たちが将来への希望はないと感じている**

### ■40歳になった時のイメージ

**約34%近い人たちが40歳の時、幸せになっていないと感じている**

心の中に渦巻く感情、頭を駆け巡る悩み  
などは本当に人それぞれです。  
一番近くにいる家族が、  
子どもの心の中にある悩みや苦しみを  
理解できないということをよく耳にしますが、  
何も不思議なことではないと私は思います。  
子どもとは言え、1人の人格を持っています。  
一人で考えていたり、悩んだり、  
友達に相談したり、  
身近な大人に話を聞いてもらうなどの中で  
親の知らない人格が育っているからです。  
それが自然な発達過程です。



私（矢部裕貴）は特に思春期の子を多く見てきましたが、  
特に思春期の子は親御さんが直接言う方がいい場合と、  
第三者（身近に相談できる大人）が言った方が  
素直に聞いてくれる場合とはつきりと  
分かれてきます。  
なぜなら、第三者との場合お互いが  
イライラする感情を抜きに話をすることができますし、  
社会性を学んでいる時期の子は、  
家族以外の人とどう共存するかを  
一生懸命学んでいるからです。

だからこそ、私はこれまでも  
親御さんのメッセージをお子さんに届けたり  
子どものメッセージを親に届けたり  
想いを繋いだりする第三者（子どもと親のメンター）  
の役をかってでました。それはこれからも同じです。

**親には親の言い分があります。**

同じように

**子どもにも子どもの言い分があります。**

お互いの言い分を押しつけ合うのではなく、  
お互いの気持ちを尊重して  
想いの伝達をすることができれば  
お互いが嬉しいですね。



## ゆめいく Jr.のプログラムは

成功学・脳科学・メンタルトレーニング

心理学・習慣形成学などをベースに

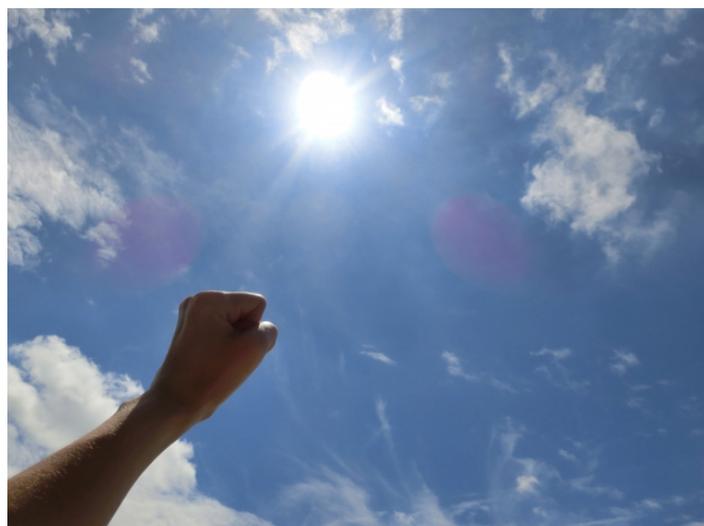
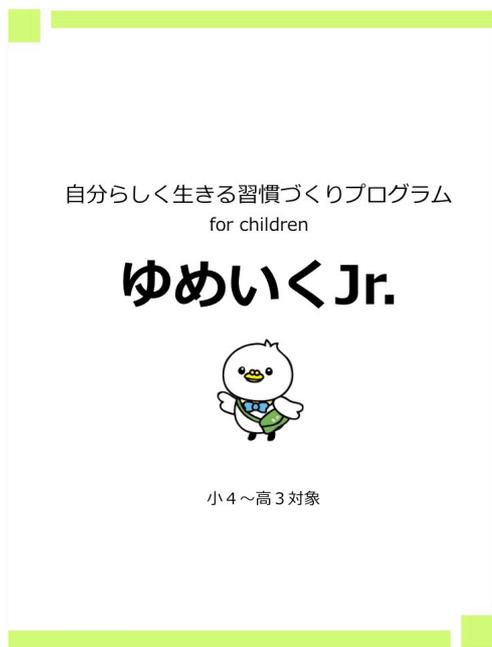
自分の可能性を閉ざしてしまう様々な悩みを

**自分で解決する力、周りと協力して解決する力を育て**

自分の才能を存分に発揮すると同時に

**周りの大切な人たちと気持ちを尊重しあい、**

自分らしさを表現出来ることを目的としたプログラムです。



## [悩み]

→

## [才能]

やる気になれない、無気力

→

挑戦しようと思う

あきらめやすい

→

切り替えられる

周りの人の目が気になる

→

周りの目を気にしない

自分のことが嫌い

→

自分にプラスイメージが持てる

ストレスをコントロールできない

→

ストレスコントロールできる

感情をコントロールできない

→

感情コントロールできる

自信がない

→

自信を持って取り組める

未来に希望を描けない

→

未来にわくわくする

人とうまく関われない

→

人と喜び合える

以前、子どもにこんなことを言われたことがあります。

**「夢なんてないです。かなえる自信がありません。」**

**「どうしても勉強にやる気がわいてきません。やる気になれますか？」**

**「できないことばかりで、自分のことが嫌いです。」**

こんな状態からスタートした子が

次のような感想を書いてくれるようになりました。

子どもたちに素直な気持ちを聞いてみました！

「ゆめいくってどんなところですか？  
ゆめいくを受けてどう成長したと思いますか？」

### 生徒(小5～中3)の声

- ・不思議でおもしろい場所
- ・つながりがある場所
- ・夢とかについて教えてくれる場所
- ・自分には夢があって、それをどうすれば叶えられるのかとか学べる場所
- ・自分に勇気、自信を与えてくれる場所
- ・チャレンジしてみようと思えるようになった
- ・授業がむちゃくちゃ嫌じゃなくなった
- ・夢を持つことの大切さがよくわかった
- ・夢は必ず叶う事を学んだ
- ・発表回数が増えた
- ・友達に教えてあげられるようになった
- ・考えかたが広がる
- ・学校で自分の感想とか言えなかったが、ゆめいくの授業とかで自分から話をする事で、学校でも発表回数や自分から話せるようになった。
- ・自分から人に教えられるようになった
- ・自分で勉強しようと思えた
- ・夢がわからなかったけど、小さなことでも夢を見つけることができた
- ・テストの点数が上がった

# どうしてこんな変化が??

先ほど挙げたような子どもたちの悩み

やる気になれない、無気力  
あきらめやすい  
周りの人の目が気になる  
自分に対してプラスのイメージが持てない  
ストレスをコントロールできない  
感情をコントロールできない  
自信がない  
未来に希望を描けない  
人とうまく関われない



は、すべて**思い込み**なんです。

実際どうでしょう。  
オギャーと生まれた赤ちゃんが

「ちょっとやる気ないんで立つのだるいんだけど」と  
ハイハイや立つのにやる気を失ったり、  
あきらめたりしますか？

満面の笑みの小さい子が  
「自分こと嫌い」って思っていますか？

たいていの場合、成長過程の中で  
そのようなレッテルを貼られていく  
または自分に貼っていくんです。

## 親から言われたことを信じたり

「本当自信がない子ね」

## 人と比較したり

「あの子より全然ダメだ」

## 評価されたり

「全然できないじゃん！」

## ルール（枠）の中におさめられたり

「～はしちやいけません」

**可能性が100%で、才能豊かで  
感情豊かで、ワクワクしていて  
なんにでもなれる、なんでもできる  
という最強、最幸状態で生まれてきたのに**

なぜか、成長とともに可能性を減らしていつているんです。

子どもは夢を  
大人が現実を見る

なんていう**思い込み**によって。

# ゆめいくJr.は、

そんな思い込みをできる限り持たないように  
そして、すでにある思い込みをできる限り元に戻せるように  
開発したプログラムです。

思い込みを外し、自分の才能を存分に発揮する  
ためのステップがあります。

そのステップを身につけていくことで

自然と、そして自分の力で  
自分の未来をそして社会の未来を  
切り開いていく力が身につきます。

まずは、自分の中の思い込み（=固定概念）  
例えば、自信がない、やる気がないと思った根拠に

**気づき**

**受け入れ**

本当に自分が望む未来を

**表現する！**

# 自分らしい

は個性であり、才能であり、使命であり

。お子さんがご両親の元に生まれてきた理由でもあります。

# 自分らしい

は決して、親や先生の思い通りになることはありません。

社会のルールにはまることでもありません。

でも一方で、秩序を乱すものでもありません。

一人一人が自分らしく生きることは

それぞれの**役割に生きている**  
ということです。

# プログラム、カリキュラムの紹介

こんなプログラムがあります。

1 授業45分～60分

※プログラム名は子どもにわかりやすいように別の表現を使っています。

- ・ 自分の思い込みに気づく
  - ・ ワクワク感情を思い出す
  - ・ 心が喜ぶ夢を見つける
  - ・ 人間の最大の才能イメージを使いこなす
    - ・ 言葉を味方につける
    - ・ 動作や表情を味方につける
  - ・ 自分のイメージを自分で作る
    - ・ 才能を見つける
  - ・ いいと思ったことを習慣にする
- など



# ゆめいく Jr.は

親（お母さん）向けプログラム



**ゆめいく@home**と連動しており、

ゆめいく@homeを学んだ親御さん（お母さん）と

想い、気持ちの伝達がお互いにしやすいように

プログラム内で使われている言葉を極力同じにしています。

共通言語、共通認識を親子、家族で持つことにより

家でできること、会話、質問、受け取り方など

日常生活を通して、お互いの学び、気づき、

コミュニケーションのやりとりなどすべてが

家族が笑顔になるための

それぞれが自分らしく（才能に）生きるための

糧になるように構成されています。

# ゆめいく Jr.



<小学生>

週1回 (火 or 金) 17:15～18:55

45分 ゆめいく Jr. + 45分 基礎学習

月10,800円 (税込)

<中学生>

週1回 (水 or 木) 19:15～21:55

45分 ゆめいく Jr. + 45分×2 自立学習

月10,800円 (税込)

※入塾条件は、親御さんがゆめいく@homeを受講していることです。

→詳しくは、あいむランド・親心カレッジまたは「親も子ども通う塾」をご覧ください。

※ゆめいく Jr.だけ受講して帰ってもOK。2コマ目で帰ってもOK。

夏休みや冬休みを除き、原則週1回。

詳しくは、ゆめいくカレンダーをご参照ください。

お問い合わせ

0594-84-6960