



目と身体と脳をつなぐ

# ビジョントレーニング

【第9回】 事例③ 「原始反射」が邪魔をしていた

一般社団法人 日本ビジョントレーニング普及協会理事 横田幹雄

何より心のハードルを  
下げなくては

今回は3例目。事例の詳しい紹介としては、これが最終回になります。C君(当時5歳)のご両親は私たちの体験会に参加され、そのあとお二人そろって認定2級講座を受講。お父さんはさらに当会のビジョントレーナー養成講座を受講し、1級・マスター資格を取得して、現在はプロのトレーナーとして活躍中です。ひとえに親心で熱心に勉強なさった結果です。

## C君の事例

- 極度の怖がりで、初めてのことは「無理」の一点張り。
- 体型は大きめであるにもかかわらず、とにかくよく転ぶ。
- 手足を交差させる動作が苦手。また、左右の感覚や方向に対する認識が曖昧で、それに伴う身体の反応が遅い。
- 字を書くとき鏡文字になる。

C君に行ったトレーニングは、端的に「何でも怖がらずにやっ

てみよう！」でした。トレーニングと言っても当会の場合、すべてが「遊び感覚」。C君は水泳教室にも通っていますが、水泳のような運動では、ときに厳しい指導も必要でしょう。そのギャップが功を奏したのか、ほどなく何でも楽しく取り組んでくれるようになりました。

私たちは常日頃、「できなくてもいいからね」とか「できたところまでやってみて」と言い、できたときは「すごいやん、今日はこんなにできたやん！」と声かけするのですが、こうした言葉がC君の心のハードルを下げたのだと思います。

## 赤ちゃん特有の様々な動きが残っている

C君は同年齢と比較して身体が大きい割に、足(足首より先)を使うのが苦手なようでした。私たちの見立てとして、この原因は、胎児期から幼児期に見られる「原始反射」が残存していることではないかと思われました。足の裏に触れると指を甲の



左がアヒル歩き、右がペンギン歩き

ほうに反らせる「バビンスキー反射」、あるいは内側に丸める「プランター反射」と呼ばれる動きですが、足の指や足の裏を上手に使うことができないため、よく転ぶのではないかと推察したのです。また、「脊髄ガラント反射」(腰のあたりの脊椎に触れると、同じ側の尻が持ち上がったりにする反射)も残っているように見られ、そのため腰から下の安定が悪いのではないかと考えました。いずれも「モロイ反射」(抱き付き反射)に起因するものと思われま

まず、足の使い方

スムーズにするために行ったプログラムは、アヒル歩きとペンギン歩き。床にテープを直線に貼り、それを身体の真ん中に据えます。そして、まっすぐ前を見ながら（足元は見ないで）、内股で5メートル、外股で5メートル歩くというトレーニングを繰り返しました。内股のイメージはアヒルの足、外股のイメージはペンギンの足というわけです。ちなみに、この動作をするときに、手のひらが内側に向いたり、外側に向いたりするような連動の動作が大きいほど原始反射の残存の影響が大きいと私たちは考えています。

このトレーニングは自宅でも簡単にできるため、できる限りご両親にもご協力を仰ぎましたが、3カ月もするうちに動作に改善が見られ、交差動作をして、左右運動やジャンプをして、ほとんど転ばないようになってきました。これにC君本人も自信を得て、さらに楽しんでトレーニングをするようになってくれたのです。



図形パズルに真剣に取り組むC君

■ プリントやパズルで鏡文字もほぼ克服

次に、鏡文字克服のトレーニングについて触れます。

この現象は、視空間認知の弱さが影響しているように思われたので、まずはプリントを使って、点と点や線と線をつなげて形にするトレーニング、さらには、いろいろな形や色のブロックを組み合わせて見本と同じ図形を作るなどのトレーニングを行いました。つまり目と手の協応性を養い、バラバラのものを形にする思考力や想像力を養う

ように導いたのです。

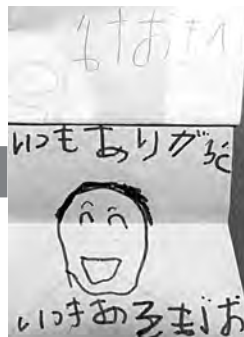
C君はもともとパズルが好きだったこともあり、こうした机上のトレーニングも楽しんでチャレンジしてくれて、難易度の高い問題や図形パズルをどんどんクリアしていきました。その結果、6カ月後には鏡文字をほとんど書かなくなり、同時に絵も格段にうまく描けるようになりました。それはちょうど、小学校に入学する4月のことです。

また、その頃には、自分自身のボディイメージや正中線（身体の真ん中）を認識できるようになり、左右がはっきりとつかめるようになりました。

目と身体の協応性を養うプログラムに「4点回転」というものがありますが、これは手足で左右異なる動きをするため、最初は頭が混乱するのが常。C君は泣きそうになりながらも、あきらめずに取り組んでくれました。そしてある日、「できた！」という瞬間が訪れたのです。

お父さんによると、ビジョントレーニングは水泳教室のほう

にも好影響をもたらし、毎月の実技テストには前向きな気持ちで挑戦するようになりました。また、ビジョントレーニングそのものにも、誰よりC君自身が深い興味を感じている様子が手に取るようにわかるそうです。



自由表現のビフォア



アフター（6カ月後）