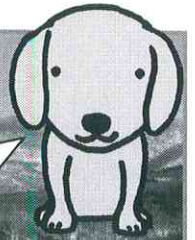


シュー通信 第31弾

挑戦と笑顔と悩み(?)の男・神成が、日々の中で得た「人生を豊かにする考え方と実践」について、毎月皆様にお届けさせていただきます。

生活習慣が
変われば
花粉症は
なおるって^^



■ 皆さまの“利き脳”は？ ■

皆さま、いかがお過ごしでしょうか？ 神成です！（^0^）/
新年度を迎え、桜も色づいてまいりました。 毎年のこととはいえ・・・青森の桜は素晴らしいですね～^^

今回は、最近私が学んだ旬の情報を綴らせていただきます。 “利き脳”のお話です。
私たちの遺伝子には様々な情報が刻まれています。身長、体質、性格、利き手、さらには得手不得手や好き嫌いも、遺伝子レベルからきているといわれています。
そして、私たちには利き手があるように“利き脳”もあることが脳科学の研究結果としてデータが出ています。

この利き脳を判断する要素に、「手の組み方」と「腕の組み方」があります。
普段私たちが無意識に組んでいる手と腕が、脳の使い方とつながっていることがわかってきています。

右図にあります通り、手と腕の組み合わせで大きく4つのタイプに分かれます。
両手をバツと組み合わせたとき、どちらの手の親指が下にくるかで、物事のとらえ方（インプット）の特徴がわかります。
さらには、両腕を組んだとき、どちらの腕が下にくるかで、発言や説明の仕方（アウトプット）の特徴がわかります。



ちなみに左図は「右腕が下」です。
皆さまはどのタイプに当てはまりますか？

ちなみに私神成は、「勇」タイプです。 以下、それぞれの特徴を大まかに説明します！

左親指が下 → 左脳インプット 任務中心型

右腕が下 ↓ 右脳アウトプット
衝動的



左腕が下 ↓ 左脳アウトプット
規則的

右親指が下 → 右脳インプット 人間関係中心型

勇…情熱を注げるものがあると先頭を突っ走るが、その逆もあり。本当にやりたいことをやるのが重要。可能性を見出し挑戦することに喜びを感じる。「華と散る」が理想。

義…思いの共有・共感を大切にする。裏表の無い一貫性があるか、正しいかが重要。皆が喜んでいる姿に喜びを感じる。忠義を尽くし大切な人のためなら死ねると思っている。

誠…目標を立てて、具体的にプロセスを考え、一つ一つ達成していくことに喜びを感じる。場合によっては不器用に見えるが、仕組みや戦略を考えて実行し、成果を出す。

礼…本当に好きなことや、仲間と喜びを分かち合うことを大切にする。何かを達成することよりも、コミュニケーションを重要視。確信を得ないうち腰が重い、パターンを得ると強い。

いかがでしょうか？ 利き脳に合っていない生き方をしていると、どこか生きづらさを感じると言われています。誰もが利き脳に沿った生き方ができると、人間関係はラクになるはず。『もっと詳しく知りたい！』 と思いましたら、ぜひ神成までどうぞ^^

