



集中力&成績アップする



文字の書き方

筆跡診断士 小山田 香代

# 筆跡診断とは

文字には、**書いた人の思考**  
**のクセ、行動パターン、心理**  
などが表れ、こういう文字の書き方  
をする人には、**こういう傾向が**  
**あるという診断**をする事。

# 筆跡診断の歴史



フランスで発祥。

筆跡診断士は医師や弁護士などに準ずる資格で、140年以上の歴史。

欧米では、グラフィロジー（筆跡心理学）と呼ばれる学問の一つ。

日本では、日本筆跡診断士協会の森岡会長が1980年頃から研究。



# 手書きの減少の影響



パソコンやスマホ等の普及により、  
文字を手書きする機会が減少。



パソコン等の作業に慣れてしまうと、  
脳の活動が低下。パソコンやゲーム  
を長時間続けている人の脳波は、  
「痴呆」と同じ状態。



# 文字を書いて得られる効果

- ① 脳の活性化
- ② 願望実現
- ③ 認知症予防
- ④ 学力向上
- ⑤ 集中力アップ
- ⑥ メンタル安定

など



# 筆跡診断的文字の書き方



普通に書いても嬉しい効果のある  
「文字を書く」という行動。

更に効果を高める為、**なりたい**

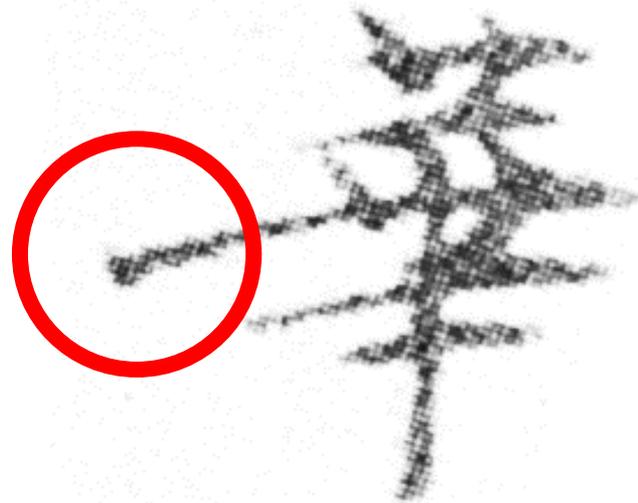
**自分になる書き方**で文字を書く。



# 聖徳太子の筆跡

「10人の話を同時に理解した」

頭脳明晰



# 文字は脳が書かせている



聖徳太子は頭脳明晰だから、  
頭脳明晰な文字を書いていた。



……ということは、逆算すると、

**頭脳明晰な文字を書けば、  
頭脳明晰になる!**



# 文字の書き方を変える



書きクセを変え、脳へアプローチ!



例) 飽きっぽい → 粘り強い

望んだとおりの変化が起こる



# 本日のテーマ

集中力&成績アツプする

文字の書き方



日本講演新聞(2021年12月)

# 本日のめあて（伝えたい事）



①丁寧を書くことの大切さを知る。



②書き方から自分を知る。

③書き方から自分を見直す。

④集中力&成績アップする書き方で書く。



# 心の表われ（思いやりの心）



書いた文字を見るのは、**自分**と**相手**。  
文字を丁寧に書くという事は、



- ◆ **自分を大切にして、過ごしている。**
- ◆ **相手に対する気配り、配慮。**

人は一人では生きていけない。

自分と相手を大切にし、生きていく。



文字を書いてみましょう

①

木

②

目

③

力

④

口

⑤

村

# 文字のココを見る!

①

木

②

目

③

力

④

口

⑤

村

木：左右のハライ



木

左右のハライの長短には、  
自己表現や感情表現が表れる。

# 木のおススメの書き方



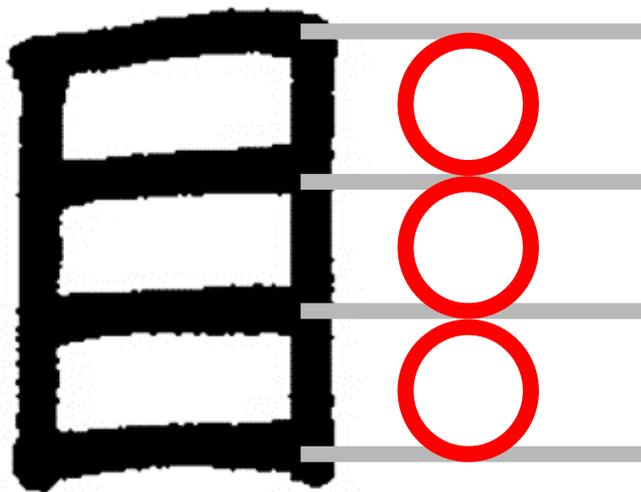
左右のハライを長めにバランスよく

# 目：線の間隔



線と線の間隔には、気分や  
計画性、思考などが表れる。

# 目のおススメの書き方



線と線の間隔を等しく

力：ハネ

カ

ハネの強弱には、粘りや  
責任感の度合いが表れる。

# 力のおススメの書き方



力

ハネを強く



# 口 (その1) : 左上



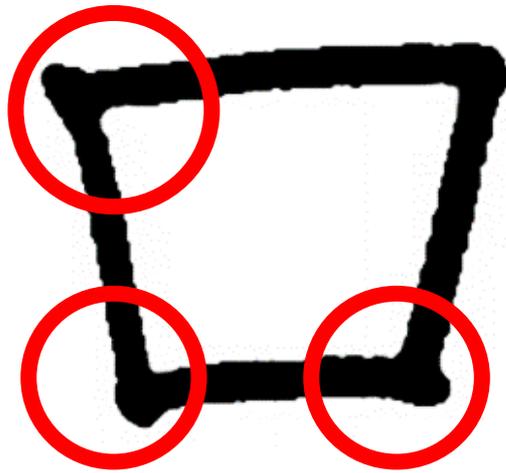
左上(1画目と二画目の接点)には、  
社会に対する態度、物事の考え方が表れる。

# 口 (その2) : 左下、右下



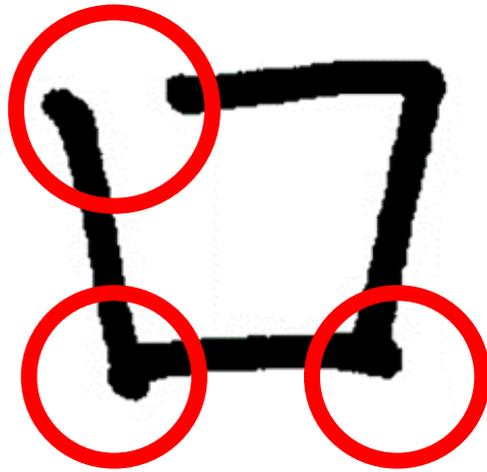
左下と右下には、**行動の終わり方、  
取り組み方**が表れる。

# 口のおススメの書き方 (子ども)



左上、左下、右下を閉じる

# 口のおススメの書き方 (大人)



左上を開け、左下、右下を閉じる



村：横線の左側

村 村

横線を左方向に長く突き出す書き方には、**頭脳明晰**、**問題解決力**の**高さ**が表れる。

# 村のおススメの書き方



村

横線を左方向に長く突き出す



# おすすめの書き方（おさらい）



木 目 力

口 村



# 集中力&成績アップする 文字の書き方

伸び伸びと自己表現をし、  
安定した心で信念を貫き、  
集中して勉学に励み続ける  
事で、努力の成果が出る。



文字を変えると、意識が変わる。

意識が変わると、行動が変わる。

行動が変わると、人生が変わる。

字を変えると人生はうまくいく！  
文字を手書きし、願望実現！