

ライフスキル研究所だより VOL.28

2008年5月9日発行 会員数 正会員31名・賛助会員2名
発行者：特定非営利活動法人 ライフスキル研究所

〒563-0017 大阪府池田市伏尾台1丁目32-47

TEL 072-750-2797 FAX 072-750-2805

E-mail info@lifskill-npo.org URL <http://lifskill-npo.org/>

短かったよ!! ゴールデンウィーク...



子どもべや伏尾台教室ピカソコース・生徒作品

アートスペース「子どもべや」での過ごし方

理事長 小村チエ子

地域で親しまれ30数年続いて来たアートスペース「子どもべや」ですが、内容は時代に先んじて必要な活動をしてきました。現在は表現力が脆弱になった子どもたちに、楽しめるスキルを用意しています。その活動をご紹介します。

教室に入ると子どもたちは、それぞれの時間(ピカソコース・1時間20分 ダヴィンチコース・1時間30分)の中で3つのステップを踏みます。

第1のステップ:『かたちみつけボックス』箱の中身を手で触って発見し描く。

目的:ものを注意深く見る習慣をつけ集中力を高める。

第2のステップ:子どもが身につける1年間の課題の中の一つを表現する。

目的:子どもが自分の心情・感情・感覚などをある程度自由に表現できるようになるための表現活動を促進する。創作性する力をつける。

第3のステップ:フリータイム。粘土作品や紙工作などすることを自由に選ぶリラックスタイムです。課題画で感じた緊張感を緩和します。

子どもべやでの時間の過ごし方は、体験から入り無理なく組み立てられていますので、子どもたちの『かけない』とか『かくのいやだ』は、どんどん減って行きます。身のまわりの自然や生活道具・動物・植物などが描けるようになるので、苦手感をもたなくなるのです。

生きる役に立つ、能力開発が行われます。

心の健康
サポート事業

今年度もアートでスカッと! 始まります

アートでスカッと!も3年目を迎えます。今年度は、たくさんの保護者の方からのご要望にお応えするために、未就園児のアート教室と従来の子どものアート教室を(5才~小学生)という2つのアート教室を開催します。また、大人のためのアートカウンセリングを新設いたします。アートの力でみんな元気になってもらえるよう、よりよい活動を続けていきます 応援してください! (この事業は池田市公益活動助成金の支援を受けています)

3~4歳児のためのアート教室 (対象:未就園児)

7/31・9/11・10/23・11/13・12/11(いずれも木) 10:00~11:00

子どものアート教室 (対象:5才~小学生)

7/13(日)・28(月)・8/14(木)・23(土)・25(月)・28(木)・12/14(日) 10:00~11:30

会場はいずれもコミュニティセンター(池田市内)を予定しています。参加費は無料~500円程度の実費の予定。

指導者:新保美恵子(アートスペース子どもべや講師)他

大人のためのアートカウンセリング

詳細は決まり次第お知らせいたします。



子どもべや伏尾台教室

5月の教室	ピカソコース:4月は「自分を描くことになれる」。5月のテーマは「身体が描けるようになるための工夫~粘土・画用紙などを使って」。
5月9日・16日・23日	ダヴィンチコース:4月は「自己紹介のアート」。5月のテーマは「地球環境の変化をわかるためのシリーズ学習。江戸時代や明治時代の風景と生活を描く」。
6月の教室	*4月30日の保護者懇談会に来られなかった方、一度ご都合の良い時間をご連絡下さい。
6月6日・13日・20日	

「子どもの絵からのメッセージ」 part2

子どもベや伏尾台教室ダヴィンチコースでは地球環境について考えています。地球温暖化という言葉が小学生たちにも浸透している昨今。ホッキョクグマが絶滅の危機だとか、色々な知識を持っているようです。でもまだまだ子どもたちのイメージのなかでは地球は緑がいっぱい！海はキラキラと青い！というところでしょうか。子どもたちのためにも今、私たち大人がしなければならない事を考えさせられます。



単純なことなんだ！ アートセラピー講座サイコドラマを受講して

正会員 中嶋ちさ

サイコドラマの受講は3回目。「増野先生のサイコドラマが楽しみで楽しみで・・・」と自己紹介したところ、「どういところですか？」とのご質問が・・・あれ？まずかったの、今の発言・・・？からスタートした今回のサイコドラマ。ウォーミングアップの中の「2つの地球」はいつもいいなあ！と思うワーク。今、自分はどこで何をしているかを好きに想像し、さらに、もう一つ地球があったとしたらそのときはどこで何をしているか、をまた想像するのです。いつもワクワクして考えます。今回の私、一つ目はNASA宇宙飛行士、二つ目はイタリアでブドウ農家でした。本題のサイコドラマに入ったところで、今回の参加者のケースは親子関係の悩みが多く見られたことから私自身のケースを「守護天使」という技法で実践することになりました。今までは他の方のケースをその中の一部の役割として演じたことしかなかった私は、自分が主役になるという絶対の覚悟もなく今回のワークを「楽しみ」に参加していたわけです。他の参加者の方のケースを学ぶ中でも十分に新たな自己洞察があるからです。

私の場合の親子関係の問題点とは何か。私が子どもに対し俗に言う「キレる」こと大きな問題と考えています。その背景や自分の感情が子どもに対し押さえが利かないことに関しては自分で自覚しており、なぜそうなるのかももうたいがい分かってはいるのですが、止められない。大体どういうときにそのようになるかもリサーチ済み。このような問題を実は多くの方が抱えているのではないのでしょうか。本当に自分は常にやさしくいい母親をしてしまうけれどそれは自分を押さえすぎていると思う、という方の声も今回は多く頂戴し自分とは違うところでの悩みにも改めて気がつきました。

さて、その後、ワークを通じてどうなったかという、劇的に「キレ」なくなりました。「ええ？！うそでしょう？」と言いたいくらいに。なぜでしょうか...これが、非常に単純なことでした。大きな大人にキレられたら子どもは心底恐ろしいということを体験し、思い出したからなのだと思います。そこで、少し理性が働くようになりまだまだ大人気ないけれども、「キレる」ことをしなくなったようです。

このワークで私はサイコドラマのいい効果を享受させていただきました。サイコドラマはグループのすべての人が自分の為に時間と労力をつかって下さる、その有難さが身にしみる一日でした。先生をはじめ、参加者の皆様本当にありがとうございました。しばらくは、ぼ～っとして頭が働かない感じでしたが、こうやって前よりも心軽く生活させていただいています。

少しずつでも自分を変えていきたい、前進していきたい、そう願う方々の参考になれば幸いです。

ライフスキル研究所の講座案内

インナーチャイルドの癒し グループワークショップ

生きにくさの原因が、子ども時代の親子関係にあるかもしれないと感じたことはありませんか？あなたの子ども時代に光をあてるワークショップです。

日時：2008年5/20・27・6/3(火) 9:30～12:00

会場：池田コミュニティセンター予定

受講料：会員 8,000円 / 一般 9,000円

お母さんのためのイライラ解消アートワーク

親子・夫婦など人間関係や日々の生活にイライラ。そんなお母さんのための、癒しと自分発見ワークショップです。

日時：2008年6/12・19・26(木) 10:00～12:00

場所：池田コミュニティセンター予定

受講料：会員 5,500円 / 一般 6,000円

総会・会員交流会・理事会ごあんない

第6回総会 2008年6月8日(日) 13:00～14:00 いけだNPOセンター さつき

一年間のライフスキルの活動を報告します。14:00～15:30 茶話会&会員交流会を予定しています。

第34回理事会 2008年5月25日(日) 13:30～15:30 いけだNPOセンター

事務局より 五月晴れです。花粉症も終わったのか分からないうちに風邪を引き、まだまだ鼻水に悩まされています。花粉症でお悩みの方、もう終わりましたか？さてさて、困ったことというのは調子の悪いときにここぞとばかり襲いかかってくる...まさに泣き面にハチ。でもそれもなんとか一歩前進させることができました。ここでもライフスキルが役立ちましたよ。(CN)