



アートセラピー 「私」を育むガーデニング

大久保 シェリル

日本助産師会茨城県支部勤務部会

2010年3月19日(金) 14:00~16:00 つくば国際会議場 (202A)

アートセラピーの体験を通して…Goals

アートセラピーは、芸術活動を通して、心の世界を体験し、自らの内的世界に気づき、発見するプロセスです。この創造力を通してイメージを生み出すという体験は、新しい命を生み出す現場にいる助産師の仕事にも通ずるものがあると思います。

今回のワークショップは、紙や綿、ひもなどの素材を使った創作による「ガーデニング」です。自分の庭を作り出すことによって、「地球の一部」である地面に自分の庭を計画し、耕し、草花を育て、世話し、楽しむ、そのような体験を味わってみてください。自分の庭を創作することで、皆さんが持っている創造力に気付いていくことでしょう。創作したのち、お互いに来た庭を見たり、その時の気持ちを話したり、イメージからの比喩的な表現に耳を傾けたりすることで、自分自身への気づきを促します。今回のワークショップを通して芸術活動の楽しさと創造性を存分に体験し、今後の助産師の仕事にお役立ていただけますと幸いです。

大久保 シェリル (Cheryl Lyn Okubo)

1985年、ネブラスカ大学 University of Nebraska, Art Education 学部卒業。
1990年、ニューメキシコ大学 University of New Mexico, Art Therapy 修士課程修了。
1989年9月~1991年8月、アートセラピストとして Heights Psychiatric Hospital (New Mexico) に勤務。
1992年4月~1999年3月、つくば市でアートセラピー教室主宰、クライアントへのアートセラピーを行う。
2005年~ 筑波学園病院 Nurse's College 英語講師。
日本助産学会会員



お申込み：日本助産師会茨城県支部 勤務部会 参加費 2,500円 (材料費込み)

お申込み お問い合わせ： 日本助産師会茨城県支部 勤務部会 担当 高橋弥生

E-mail: ytakahashi-pure@live.jp

FAX: 029-874-6743

プログラム…Instruction

まず、庭について思い描いてもらいます。
庭には何が育っているでしょう？
庭には何が必要でしょう？
どんなお手入れが必要でしょう？

その後、60 分間、一人一人が庭の創作を行います。片付けと休憩をはさんで、参加者全員でそれぞれの庭を見ます。

アートセラピストが比喩的な聴き方について説明したあとで、2、3 人のグループに分かれて体験を分かち合います。実際に、参加者の中から希望者を募ってアートセラピストのやり取りを体験していただく予定です。



助産師としての皆さんのお仕事は、新しい生命が無事に生まれてくることのできる環境を整えることだと思います。助産師の知恵や知識が出産に臨む母親を支えることとなります。出産は、生まれてくる赤ちゃんも必死であることを考えれば、母子が協力して取り組む初めての試練であると言ってもよいでしょう。

アートセラピストとしての私の仕事も、非常に似たところがあります。アートセラピストとして、私は、クライアントが内面深くからイメージを生み出すことができるような環境づくりに腐心しています。イメージの創出は、出産と同様、クライアント自らの取り組みが必須であり、イメージとの関係性も重要になります。私はクライアントを励まし、イメージを形にする材料などの知識を提供します。



生まれてくるイメージは、赤ちゃん同様、それ自体生命を持っていますが、同時に他人のケアに依存した存在でもあります。赤ちゃんが愛情をもって大切に育まれ、それぞれが自らの可能性を最大限発揮できるように育てられるべきであるのと同様、イメージが一個のかけがえのない作品になるよう、注意を向け、耳を傾け、必要としているものを与えることが大切です。

そうすることで、私たちは自分の中から新しい生命を産み出し、自分でもその存在を知らずにいた自分自身の多様な面に気づき、以前よりもっと豊かな自分になるように自らを育てることにつながります。

今回、ガーデニング・ワークショップで、皆さんの「助産師」役になれることを光栄に思い、また楽しみにしています。

ワークショップでは、自分の内なる魂を探求し、大いなる母・地球から何が生まれるか試してみましよう。



(大久保 シェリル Cheryl Lyn Okubo)