

豊能地区

日時 2025年7月28日(月)

13:30~16:30

会場 豊中市立少路小学校

内容 「アートセラピー体験」

講師 のん先生

(アートセラピーこころ研究所)

<準備物>

参加者: 絵の具セット、作品を入れる袋

授業者: 紙粘土、画用紙、クレパス、絵の具、爪楊枝、粘土ベラ、フォーク、コンテ、ペンなど



今年度はアートセラピーこころ研究所の、のん先生を講師にお招きし、水彩絵の具などの授業で使えるような材料を使った作品づくりをしながらアートセラピー体験をしました。

アート作品から、心理状態や深層心理、無意識の感情を読み取れるというアートセラピーの良さを、のん先生の「自己肯定感を育むアート教室」に来られている生徒さんの事例を元に、アートは自己肯定感を育むことができるとともに、逆に自信を喪失させてしまう恐れもあるという、アートによってできることを教えていただきました。

1. アートワーク①

「粘土を使ってあなた自身の種を作ってみよう！」

うまく作ろうとしない、ありのままの気持ちを大切にするというアートセラピーのルールに基づき、どんな色でも形でも自由に作ってみましょうということで活動をしました。



絵の具を混ぜて、粘土を立体にしたり平面にしたり、形を作った後に筆で色付けをしたりしている方もいました。色の使い方もさまざまで、単色で塗っていたり、どんどん重ね塗りをして複雑な色合いになったりしていました。作っているもの自体は、その方の好きなものだったり、その方も内面を表しているようなものだったり、それぞれの思う形を作っていました。

活動中は、手を動かしながら目を合わせなくても自然と会話が弾むという、不思議な感覚がありました。また、日常的には扱わないやわらかい粘土に触っていると、心も穏やかになり、ほぐれていくような感覚も味わうことができました。ものづくりの良さも実感できました。

2. アートワーク②

「その種はどんな芽を出しますか？どんな花を咲かせますか？」

画用紙（四切・八切）に、絵の具やクレパスなどを使って描いてみましょうということで2つ目の活動をしました。



絵の具だけ、クレパスだけという描き方をしたり、描くのではなく、擦ったり削ったり、さまざまな技法で描く姿が見られました。画用紙の大きさは自分の描きたいものに合う大きさを選び、縦にしたり横にしたり、ちぎったりしている方もいました。

道具もなんでもよくて絵の具・クレパス・色鉛筆・画用紙・コンテ・網など、それぞれの種から出てくる芽や花を表すものを考え、創作していました。



この作業中にも、手を進めながら会話も進み、こうやって話せない人も話せるようになるんだと感じる時間でした。上手いとか下手とか関係なく、自由にかいていい時間は、学校現場ではなかなかできない経験だと感じるものでした。

3. シェアタイム

シェアする内容は以下のようなもので話しました。

- ・作られた種はどのようなものですか？
- ・どうしてそのような形ですか？
- ・どんな芽を出し、どのように成長しますか？
- ・どのような花が咲きますか？
- ・その他、質問があれば聞いてみてください。



のん先生は、この話す時間が1番大事な時間だとおっしゃっていました。グループの話し合いで出た内容としては、自分の作ったものは自分の内にある感情が表れているのでは、と心の奥に秘めているものを話していたり、作り始めたら色々な気持ちが色に表れてきましたと話していたり、それぞれの想いを聞き合う姿が見られました。なぜそのような形にしたのか、選んだ色には何かイメージしたのものがあるのかなど、自分には想像できないものを作っている方に、たくさん興味を持って質問をしている様子もありました。

自分が作った世界観は、その人にしか作れないものであり、それに対して否定したりこうしたらいいんじゃないとアドバイスすることは必要ないということ、その作ったものを受け入れてくれる人がいることで、その人との関係も築くことができるというお話でした。アトリエはらっぱのお約束が4つあり、①危ないことがしない、②人の邪魔はしない、③人の作品を悪く言わない、④めんどくさいと言わないというものでした。これは普段の子どもたちとの授業でも必要なルールだと感じるものでした。

4. 最後に

受講者の方の感想から、愛着に問題を抱えている児童との関わりでも、「これはどうしてこの色にしたの？」と聞いて話をするすることで、繋がっていただけるのではという話がありました。アートという媒体を使うことで、その子の中が見れるということ、その子のことを喋るのではなく、絵について話すことで、不登校の児童や思春期の生徒とも、自分のことが話せない場合でも話しやすくなることがわかりました。また、別の方は、作品の否定をする訳ではないけど、こうしたらどうかと声をかけてしまっていたという話に対しては、のん先生も生徒にたくさんのアドバイスをする時もあるし、全くしない場合もあるとおっしゃっており、その子や作品の状態にもよるけど、小学生の子どもたちは色々な方法をまだまだ吸収し学んでいく学年でもあるから、教師は色々な方法を用意し、選ばせてあげたらいい、その子が表現したいものを表させてあげたらいいのではないかと教えていただきました。そして、成績に関わる話もあり、学校現場はどうしても子どもたちが作ったものに対して評価をしなくてはいけないことについて話がありました。仮に今回のアートセラピーのように表したいままに表現したとしても、それを点数化しなくてはいけないので、特に小学校高学年や中学校では進学に関わる部分もあり、学校で取り组ませることは難しいのでは話していました。のん先生も〇×をつけない美術教育になってほしいと熱い思いを語っておられました。評価をつけない美術教育になっていけば、もっと想像力豊かに表現できる、子どもたちの個性を尊重できるようになると感じました。



のん先生の声かけは、受講者の方の作品を見ても、本当に否定することもなく、明るく話しかけてくれるし、受け入れてもらえるという安心感を感じる素敵な先生だなと感じました。先生のパワーや人との関わり方からも、受講内容からも、どの子も元気になれるような図工の時間にするためのたくさんのヒントをいただくことができる有意義な講習会でした。

